



 Klaipėdos  
universitetas

 Lietuvos  
psichologų  
sąjunga

**PSICHOLOGIJOS  
IDĖJŲ UOSTAS**

K L A I P Ė D A  
2 0 2 4

Lietuvos psichologų kongresas

**PSICHOLOGIJOS  
IDĖJŲ UOSTAS –**

**Klaipėda 2024**



# Kongreso organizatoriai:

Klaipėdos universitetas  
Lietuvos psichologų sąjunga



Klaipėdos  
universitetas



Lietuvos  
psichologų  
sąjunga

## Mokslo komiteto nariai:

**Pirmininkė prof. dr. Ramutė Čepienė**  
Klaipėdos universitetas, ramute.cepiene@ku.lt

**Prof. dr. Audronė Liniauskaitė**  
Klaipėdos universitetas

**Doc. dr. Roma Šimulionienė**  
Klaipėdos universitetas

**Doc. dr. Julija Gaiduk**  
LCC tarptautinis universitetas

**Dr. Raimonda Petrolienė**  
Lietuvos psichologų sąjunga

**Doc. dr. Junona Silvija Almonaitienė**  
Lietuvos sveikatos mokslų universitetas

**Prof. dr. Dalia Antinienė**  
Lietuvos sveikatos mokslų universitetas

**Prof. dr. Goda Kaniušonytė**  
Mykolo Romerio universitetas

**Dr. Oksana Malinauskienė**  
Mykolo Romerio universitetas

**Prof. dr. Auksė Endriulaitienė**  
Vytauto Didžiojo universitetas

**Doc. dr. Rytis Pakrosnis**  
Vytauto Didžiojo universitetas

**Doc. dr. Sigita Girdzijauskienė**  
Vilniaus universitetas

**Doc. dr. Irena Žukauskaitė**  
Vilniaus universitetas

# Organizacinio komiteto nariai:

**Pirmininkė lekt. dr. Raimonda Sadauskaitė**  
Klaipėdos universitetas,  
raimonda.sadauskaite@ku.lt

**Pirmininkės pavaduotoja**  
**prof. dr. Reda Gedutienė**  
Klaipėdos universitetas

**Sekretorė Klaipėdos universiteto**  
**psichofiziologijos laboratorijos laborantė**  
**Emilija Naraškevičiūtė**

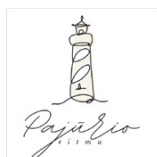
**Asist. Dalia Klumbienė**  
Klaipėdos universitetas

**Asist. Agnė Steponavičiūtė**  
Klaipėdos universitetas

**Aina Adomaitytė**  
Lietuvos psichologų sąjungos prezidentė

**Skaistė Jurevičienė**  
Lietuvos psichologų sąjungos administratorė

## Kongreso rėmėjai:



# PLENARINIAI PRANEŠIMAI



**Prof. Mindaugas Rugevičius**

Psichologų rengimas Klaipėdoje:  
ištakos ir klystkeliai



**Žydrė Arlauskaitė**

Reflektuojant psichologo  
švietime darbo specifiką



**Dr. Gražina Gintilienė**

Psichologinis testavimas:  
kur esame ir kur einame?



**Doc. dr. Antanas Kairys**

Devyneri SHARE tyrimo metai:  
ką sužinojome apie senėjimą  
Lietuvoje ir psichologinių  
tyrimų metodologiją

# TURINYS

## 4 PLENARINIAI PRANEŠIMAI

## 11 DISKUSIJOS

- 11 Medicinos psichologas ambulatorinėje grandyje
- 12 Šiuolaikinių technologijų panaudojimo galimybės nuotolinei psichologinei pagalbai Lietuvoje
- 13 Senas vynas naujose statinėse? Ekologinis nerimas, jo priežastys ir įveikimo būdai
- 15 Insulto neuropsichologinės diagnostikos ir neuroreabilitacijos perspektyvos Lietuvoje

## 15 SIMPOZIUMAI

- 16 Adenbruko kognityvinio tyrimo (ACE-III) pritaikymas naudojimui Lietuvoje
- 17 Padidėjusio emocionalumo vertinimas persirgus insultu ankstyvam reabilitacijos etape
- 19 Neurogrįžtamojo ryšio galimybės insulto reabilitacijoje

- 20 Insultą patyrusių pacientų atminties lavinimas virtualioje aplinkoje: artimas efekto perdavimas kitoms kognityvinėms funkcijoms
- 22 Vienatvė ir socialinė atskirtis vyresniame amžiuje: moksliniai tyrimai ir praktinės intervencijos
- 22 Vienu gyvenančių vyresnių žmonių socialinės atskirties patirtys
- 24 Vyresnio amžiaus asmenų vienišumo ir socialinio tinklo ypatumų sąsajos
- 25 Vyresnių žmonių fizinė ir emocinė savijauta: „Sidabrinės linijos“ pašnekovų tyrimas
- 27 Reguliarūs nemokami draugystės pokalbiai „Sidabrinėje linijoje“ – pirmojo skambučio iššūkiai, savanorių patirtys ir asmeninė savanorystės misija
- 28 Moters psichologiniai iššūkiai nėštumo ir pogrindyminiu laikotarpiu
- 29 Sutrikęs valgymo elgesys nėštumo metu: Teorinio modelio vystymas
- 30 Policistinių kiaušidžių sindromą turinčių moterų su sveikata susijusios gyvenimo kokybės reikšmė pogrindyminiam prierašumui ir žindymo saviveiksmingumui

## 48 ŽODINIAI PRANEŠIMAI

- 32 Perfekcionizmas šiuolaikinėje motinystėje. Kokia to kaina?
- 34 Šiuolaikinių technologijų iššūkiai vaikams ir jaunimui: kaip „nulaužti“ PIN kodą?
- 35 Probleminis interneto naudojimas: tyrimų perspektyvos
- 36 Pradinio mokyklinio amžiaus vaikų probleminio interneto naudojimo atpažinimas remiantis vaikų ir tėvų vertinimais
- 38 Paauglių probleminio interneto naudojimo vertinimas Kompulsyvaus interneto naudojimo skale (CIUS) ir 9 teiginių Probleminio interneto naudojimo skale (PIUQ-9)
- 42 Paradigmos kaita: moters galių ir jos poreikių pripažinimu grįsta pagalba smurtą ir prievartą šeimoje patiriančioms moterims.
- 44 Nuo prieglaudų prie specializuotos kompleksinės pagalbos smurtą šeimoje patyrusioms moterims
- 45 Moters galių ir poreikių pripažinimu grįsto konsultavimo principai ir jų taikymas teikiant pagalbą smurtą ir prievartą patiriančioms moterims
- 47 Ką žinome apie smurtą ir prievartą patyrusių moterų potrauminį augimą?

### KLINIKINĖ IR SVEIKATOS PSICHOLOGIJA

- 49 Ilgalaikis internetinės intervencijos poveikis depresija sergantiems vyresnio amžiaus žmonėms: dvejų metų tęstinė analizė
- 51 Agresyviai gydomų onkohematologinių pacientų gyvenimo kokybę prognozuojantys psichologiniai veiksniai
- 52 Suicidiškumas ir kiti psichikos sveikatos rizikos rodikliai tarp neheteroseksualių studentų Lietuvoje
- 54 Senėjimo nerimo sąsaja su mirties baime
- 55 Ar tai jau problema? Jaunų suaugusiųjų kompulsyvaus socialinių tinklų vartojimo prognoziniai veiksniai
- 57 Mąstymo sutrikimo požymių raiška psichikos sutrikimų atveju
- 58 Paciento sveikatos klausimyno-9 ir Generalizuoto nerimo skalės-7 psichometrinės charakteristikos sergantiesiems nerimo ir afektiniais sutrikimais
- 60 Internetu teikiamų kognityviosios elgesio terapijos ir dėmesingumu grįstos terapijos tinitui palyginimas

62 Psichoterapijos supervizijų efektyvumo ir santykių supervizijos procese dinamikos tyrimas

63 Biblioterapijos galimybės. Geroji patirtis Šiaulių rajono savivaldybės sveikatos centre

## RAIDOS IR EDUKACINĖ PSICHOLOGIJA

64 Sveiko konteksto paradoksas – kaip mažesnės klasės patyčių normos gali pabloginti situaciją likusioms aukoms

65 Kas trukdo mokytis matematikos? Projekto „Veiksmingo mokymo[si] paieška: kliūčių mokytis matematikos psichologinio mechanizmo analizė (DoIT2)“ pristatymas

67 Grupiniai užsiėmimai, padedantys palengvinti gimnazistų adaptaciją naujame kolektyve

68 Pozityviosios psichologijos intervencijos paauglių konsultavime

69 Mamos turimo prieraišumo stiliaus reikšmė sąsajai tarp vaiko-mamos santykių negatyvumo ir mamos emocinių sunkumų

71 Psichologinio atsparumo įgūdžių stiprinimas remiantis lietuvių liaudies pasakų motyvais

72 Skalės, vertinančios savęs stigmatizavimą (SSMI), pritaikymas ir validizavimas tėvų, auginančių raidos sutrikimą turintį vaiką, imtyje

74 Psichologo darbas su autizmo spektro sutrikimą turinčiais vaikais, jaunuoliais ir suaugusiais žmonėmis Italijoje

75 Psichologo vaidmuo įtraukiojo ugdymo kontekste

77 Perdegimas Lietuvoje: kaip stipriai, kas lemia ir ką daryti? Reprezentacinės imties duomenys

## 77 ORGANIZACINĖ PSICHOLOGIJA

78 Ar vadovo parama gali sumažinti darbo šeimos vaidmenų konflikto žalą darbuotojų gerovei?

80 Šeimai draugiškas vadovo elgesys, pasitenkinimas darbu ir darbo-šeimoms vaidmenų praturtinimas: žvalgomasis meta-struktūrinis lygčių modeliavimas

- 81 Su moraliniu distresu susiję psichosocialiniai veiksniai skirtingose profesijose
- 82 Darbo ir gyvenimo balansas: kurios organizacijų teikiamos priemonės yra efektyvios?

### TEISĖS PSICHOLOGIJA

- 84 Lietuvos prokurorų psichologinės gerovės ypatumai
- 86 Nusikalstamo elgesio rizikos vertinimo instrumentų (OASys ir START:AV) prognostinė reikšmė jaunų suaugusiųjų (18 – 23 m.) imtyje
- 87 Emocinės dinamikos ir patvirtinimo šališkumo supratimas apklausose dėl seksualinės prievartos prieš vaikus
- 89 2PS – Prevencija ir apsauga teikiant pagalbą
- 90 Suaugusių įtariamųjų baudžiamojo proceso apklausos Lietuvoje Mendez principų atitikimo kontekste

### APLINKOS PSICHOLOGIJA

- 91 Ar pasidalinus su kitais išties palengvėja? Kalbėjimosi apie ekologinę krizę vaidmuo emocinėms reakcijoms į ją ir atsparumui

- 92 Suvokiamos rizikos dėl klimato kaitos sąsajos su ekologiniu nerimu, depresija ir noru susilaukti vaikų
- 93 Ekologinis nerimas: sutrikimas ar normalus atsakas?
- 94 Projekto pristatymas: ENCORE\_ Visuomenės atsparumo įgalinimas atskleidžiant ekologinio nerimo ir aplinkai palankaus vartojimo ryšio mechanizmą

### PSICHOLOGIJOS TYRIMŲ LIETUVOJE RETROSPEKTYVA

- 96 Psichosocialinių sveikatos rodiklių reikšmė išgyvenamumo prognozei PSO programose Lietuvoje per 50 metų
- 98 VU SPL-TPL: 50-metį perkopusi psichologinių inovacijų Lietuvoje prieplauka

### MIŠRI SEKCIJA

- 100 Laimingos santuokos beieškant: universiteto studentų implicitinės santuokos teorijos bei jas formuojantys veiksniai
- 101 Įžvalgos iš gyvenimo audrų: vyresnės moters atsparumas

- 103 Emocinio intelekto nuotolinio ugdymo programa ir jos veiksmingumas
- 104 Stigmatizuojančių su lytimi susijusių nuotraukų turinio analizė socialiniame tinkle „Instagram“
- 106 Saugaus vairavimo kompetencijos išlaikymas senyvame amžiuje: mokslo projekto pristatymas

## 107 STENDINIAI PRANEŠIMAI

### KLINIKINĖ IR SVEIKATOS PSICHOLOGIJA

- 107 1 tipo cukriniu diabetu sergančių suaugusiųjų psichologinės gerovės sąsajos su ligos valdymu ir miego kokybe
- 109 Tarpdisciplininis požiūris į sutrikusį valgymo elgesį: nuo psichologinių veiksnių iki smegenų ir žarnyno mikrobiotos sąveikos
- 111 Studentų D tipo asmenybės bruožų išreikštumo sąsajos su miego kokybe

- 112 Jaunų suaugusiųjų perdėto polinkio į sveiką mitybą sąsaja su narcisizmu
- 114 Gimosios šeimos dinamikos svarba suaugusių asmenų poros santykiams bei sveikatai: Bowen šeimos sistemų teorijos perspektyva
- 115 Virtualia realybe grįstos kognityvinės reabilitacijos poveikis insultą patyrusiems pacientams
- 117 Lietuviškosios modifikuotos Pažintinio rezervo skalės versijos psichometrinės charakteristikos
- 118 Psichosocialiniai veiksniai, susiję su mitybos ribojimu nėštumo metu: Sisteminė literatūros apžvalga
- 120 Tėvų, auginančių raidos sutrikimą turintį vaiką, savęs stigmatizavimo ypatumai Lietuvoje
- 121 Psichologinė gerovė ir pasitenkinimas gyvenimu: tapatūs, bet skirtingi?

### ORGANIZACINĖ PSICHOLOGIJA

- 123 Ar gali dėmesingas įsisaūmoninimas sumažinti darbo-šeimos vaidmenų konfliktą?

- 124 Studentų karjeros sprendimų priėmimo sunkumus prognozuojantys demografiniai veiksniai

## TEISĖS PSICHOLOGIJA

- 128 Studenčių pritarimo seksualinio smurto mitams ir psichopatiškumo sąsajos

## EDUKACINĖ PSICHOLOGIJA

- 130 12 klasės mokinių akademinio lūkesčių keliamo streso ir akademinio atidėliojimo sąsaja
- 131 Mokinių subjektyviai suvokiamų tėvų pagyrimų ir perfekcionizmo vaidmuo akademiniam pasiekimams

## KITOS PSICHOLOGIJOS SRITYS

- 133 Schwartz vertybių skalės faktorinė struktūra Baltijos šalyse: patvirtinamoji keleto grupių faktorinė analizė
- 134 Psichologijos studentų požiūris į psichologinę pagalbą teikiančias dirbtinio intelekto sistemas ir šio požiūrio pokyčiai po demonstracinių pokalbių
- 136 Vaikų miego trukmės, naudojimosi ekranais trukmės, tėvų taikomų naudojimosi ekranus turinčiais prietaisais taisyklių ilgalaikės sąsajos
- 138 Moterų nuostatos kosmetinių operacijų atžvilgiu: sąsajos su materialinėmis vertybėmis ir sociodemografiniais rodikliais

# DISKUSIJOS

## Medicinos psichologas ambulatorinėje grandyje

### Medical psychologist in the ambulatory circuit

Medicinos psichologas (angl. medical, clinical, health psychologist) – sveikatos apsaugos sistemoje dirbančio specialisto pareigybė, kurią gali užimti baigę klinikinės psichologijos arba sveikatos psichologijos studijas ir turintys Valstybinės akreditavimo sveikatos priežiūros veiklai tarnybos suteiktą medicinos psichologo spaudo numerį (Lietuvos psichologų sąjunga, 2018), o nuo 2021 metų gegužės 1 d. ir licenciją. Pagal LR SAM 2018 m. gegužės 30 d. įsakymą Nr. V-627 „Dėl Lietuvos medicinos normos MN 162:2018 „Medicinos psichologas“ „Medicinos psichologo praktika – medicinos psichologo pagal įgytą profesinę kvalifikaciją ir Lietuvos medicinos normos nustatytą kompetenciją atliekama asmens sveikatos priežiūra, apimanti psichologinį įvertinimą, psichologines intervencijas ligoms ir sutrikimams gydyti, psichologinėms problemoms spręsti ir psichosocialiniam funkcionavimui gerinti, ligų ir sutrikimų prevenciją ir sveikatos stiprinimą, remiantis sisteminėmis biologinių, psichologinių ir socialinių veiksnių sąveika“. Galime pasidžiaugti, kad jau esame pilnateisiai asmens sveikatos priežiūros specialistai, turintys apibrėžtas teises, pareigas, atsakomybes. Tačiau kyla klausimas kaip nepasiklysti tarp medicinos psichologo teisių, pareigų ir atsakomybių, keičiantis teisės aktams, kaip derinti teorinius bei praktinius dalykus, kurie kartais skiriasi, kaip „būti“ ar „nebūti“ daug galinčiu, žinančiu, kaip dirbti

### Vilija Banevičienė

Ukmergės pirminės sveikatos  
priežiūros centras,  
vbaneviciene@ukmergespspc.lt

### Edita Žilienė

Vilkaviškio pirminės sveikatos  
priežiūros centras

### Palmira Kazlauskienė

Lietuvos sveikatos mokslų  
universiteto Kauno ligoninė,  
VšĮ Kauno miesto poliklinika

kaip galima kokybiškiau, atliepiant tiek paciento/kliento, jo artimųjų poreikius tiek pripažinti savo galimybių ribas. Deja, dar neturime medicinos psichologo specializacijų. Medicinos psichologo darbas persikėlė ir į ambulatorinių paliatyvos slaugos paslaugų namuose sritį. Tenka dirbti su įvairaus amžiaus pacientais, jų artimaisiais. Kaip matome medicinos psichologo veiklos sritis yra gana plati ir vis plečiasi. Ką turime daryti? Kaip nepasiklysti? Kviečiame medicinos psichologus, dirbančius asmens sveikatos priežiūros įstaigų pirminiame lygyje, į praktinę diskusiją apie galimybes ir iššūkius, sėkmes ir nesėkmes, žinojimus ir nežinojimus.

#### **Reikšminiai žodžiai:**

medicinos psichologas, paciento/kliento poreikiai, medicinos psichologo veikos sritys.

## Šiuolaikinių technologijų panaudojimo galimybės nuotolinei psichologinei pagalbai Lietuvoje

Exploring the potential of modern technologies for remote psychological help in Lithuania

Dar iki COVID-19 pandemijos psichologai intensyviai dirbo siekdami pritaikyti technologijas efektyvesnei, patogesnei psichologinei pagalbai teikti. Atėjus pandemijai itin paspartėjo nuotolinio psichologinio konsultavimo praktika, o jai praėjus, didelė dalis nuotolines psichologines konsultacijas išbandžiusių psichologų palankiau vertina galimybes sėkmingai dirbti per nuotolį. Technologijų panaudojimas įgalina ne tik naujus būdus psichologinės pagalbos teikimui, tačiau ir atveria galimybes padidinti jau egzistuojančių intervencijų efektyvumą. Lietuvoje nuosekliai kuriamos ir adaptuojamos inovatyvius technologinius sprendimus pasitelkiančios psichologinės intervencijos, kuriamos psichologiniam konsultavimui pritaikytos vaizdo konferencijų platformos. Diskusijos dalyviai pristatys Lietuvos universitetuose ir partnerių vystomas psichologines intervencijas ir technologinius sprendimus

#### **Jonas Eimontas**

Klinikinės psichologijos katedra,  
Psichologijos institutas,  
Filosofijos fakultetas,  
Vilniaus universitetas,  
jonas.eimontas@fsf.vu.lt

#### **Evaldas Kazlauskas**

Psichotraumatologijos centras,  
Psichologijos institutas,  
Filosofijos fakultetas,  
Vilniaus universitetas

#### **Neringa Grigutytė**

Klinikinės psichologijos katedra,  
Psichologijos institutas,  
Filosofijos fakultetas,  
Vilniaus universitetas

psichologinės pagalbos teikimui. Pirmasis diskutantas dalinsis patirtimi kuriant psichologinės pagalbos teikimui skirtas platformas ir inovatyvius intervencinius sprendimus psichotraumatologijoje. Antrasis ir trečiasis, diskusijos dalyviai, papasakos apie psichologinėms konsultacijoms skirtų platformų pranašumus ir trūkumus bei pamokas išmoktas kuriant ir adaptuojant intervencijas įvairius psichologinius sunkumus patiriantiems asmenims. Diskusijos dalyviai kels klausimus ir ieškos atsakymų apie tai, ko reikia norint sėkmingai plėtoti inovatyviomis technologijomis paremtos psichologinės pagalbos priemones ir jų tyrimus Lietuvoje.

**Reikšminiai žodžiai:**

psichologinė pagalba,  
technologijos, panaudojimas,  
inovacijos.

## Senas vynas naujose statinėse? Ekologinis nerimas, jo priežastys ir įveikimo būdai

**Old wine in new barrels? Eco-anxiety, it's reasons,  
and prospects for mitigation**

Lietuvoje, kur trūksta sistemingų ekologinio nerimo tyrimų, o praktinių programų, skirtų ekologinį nerimą patiriantiems asmenims remti, mūsų žiniomis nėra, diskusijų organizavimas konferencijose šia tema yra itin svarbus. Ekologinio nerimo reiškiny, kylantis dėl augančio susirūpinimo klimato kaita ir ekologine krize, vis dažniau pastebimas pasauliniu mastu. Inicijuodamos diskusiją apie ekologinį nerimą Lietuvos kontekste, tikimės prisidėti prie informuotumo apie ekologinio nerimo reikšmę žmogaus gerovei didinimo, žinių dalijimosi ir veiksmingų strategijų kūrimo, kaip spręsti šią aktualią problemą. Diskusijos ne tik padeda validuoti tų, kurie kovoja su ekologiniu nerimu patirtį, bet ir sudaro sąlygas kurti intervencijas ir paramos priemones šiam nerimui įveikti. Be to, atkreipdamos dėmesį į psichikos sveikatos ir ekologinių problemų sankirtą, šia

**Audra Balundė**

Aplinkos psichologijos  
tyrimų centras,  
Mykolo Romerio universitetas  
audra.balunde@mruni.eu

**Aistė Bakaitytė**

Taikomosios psichologijos tyrimų  
laboratorija, Mykolo Romerio  
universitetas

**Rita Žukauskienė**

Taikomosios psichologijos  
tyrimų laboratorija,  
Mykolo Romerio universitetas

diskusija siekiame paskatinti platesnį visuomenės diskursą apie žmonių gerovės ir ekologinio tvarumo ryšį. Galiausiai šia diskusija tikimės įkvėpti veiksmus, kurie prisidėtų prie labiau informuoto ir atsparesnio visuomenės atsako į ekologinę krizę. Diskusijoje dalyvaus aplinkos psichologai, aktyvistai ir bendruomenių atstovai tiesiogiai susiduriantys su ekologinio nerimo problematika.

**Reikšminiai žodžiai:**

ekologinis nerimas, emocinis atsakas, ekologinė krizė, pagalbos priemonės.

# SIMPOZIUMAI

## Insulto neuropsichologinės diagnostikos ir neuroreabilitacijos perspektyvos Lietuvoje

### Stroke neuropsychological diagnosis and neurorehabilitation perspectives in Lithuania

Lietuvoje sergamumas insultu išlieka vienas didžiausių Europoje. Insultas yra antra pagal dažnį mirties ir pagrindinė ilgalaikio neįgalumo priežastis. Todėl neuropsichologinės diagnostikos ir neuroreabilitacijos klausimai yra aktualūs. Lietuvoje egzistuoja neuropsichologinės diagnostikos iššūkiai, vis dar trūksta standartizuotų metodikų vertinant pažeistas kognityvines funkcijas ar emocinę būseną. Taip pat išlieka aktualūs ir neuroreabilitacijos klausimai gerinant teikiamų reabilitacijos paslaugų efektyvumą. Pastaraisiais metais neuroreabilitacijoje taikomi inovatyvūs metodai, tokie kaip įtraukioji virtuali realybė (iVR) ar neurogrįžtamasis ryšys, kurie sužadina kompensacinius nervų sistemos mechanizmus ir skatina sutrikusių funkcijų atsistatymą.

Simpoziumo metu klausytojai bus supažindinti su ACE-III testo adaptavimo Lietuvoje perspektyvomis. Taip pat bus pristatytas naujai sukurtas poinsultinio emocionalumo klausimynas (L-PSEQ) matuojantis emocijų ypatumus persirgus insultu.

Simpoziumo metu bus pristatomi mokslinio tyrimo rezultatai apie iVR metodo veiksmingumą, gerinant insulto pacientų trumpalaikę atmintį, aptariamas šio metodo poveikis

Lietuvos psichologų  
sajungos

Neuropsichologijos grupė

liuda.sinkariova@vdu.lt

netreniruotoms kognityvinėms funkcijoms. Taip bus pristatyti egzistuojantys įrodymai apie neurogrįžtamojo ryšio galimybes insulto reabilitacijoje bei aptariamos šio metodo taikymo perspektyvos Lietuvoje.

Simpoziumą apibendrins diskusija apie neuropsichologinių diagnostinių ir inovatyvių neuromreabilitacijos metodų taikymą sveikatos priežiūros įstaigose.

## Adenbruko kognityvinio tyrimo (ACE-III) pritaikymas naudojimui Lietuvoje

Adaptation of Addenbrooke's Cognitive Examination (ACE-III) to Lithuanian speaking population

Įvadas.

Lietuvoje trūksta standartizuotų metodikų, tinkamų neuropsichologiniam vertinimui. Senėjant visuomenei demencijos patikros priemonių poreikis auga.

**Ramunė Dirvanskienė**

Vilniaus universitetas,  
Psichologijos institutas,  
ramune.dirvanskiene@fsf.vu.lt

Pranešimo turinys.

ACE-III testas yra nemokama demencijos patikros priemonė, adaptuota daugelyje šalių ir kultūrų. Šiuo instrumentu galima patikimai identifikuoti demencija sergančius asmenis, o dėl vertinamų duomenų daugialypiškumo jis tinkamas naudoti daugumai demencijų tipų. 2012 m. Vilniaus ir Edinburgo universitetų mokslininkai atliko ankstesnės šio testo versijos adaptaciją, 2021 m. Vytauto Didžiojo universiteto Psichologijos katedros mokslininkų grupės buvo atliktos testo ir jo naudojimo instrukcijų vertimo korekcijos, atsižvelgiant į kultūrinius ir kalbinius skirtumus. Šiuo metu rengiamasi naujausios testo versijos standartizacijai Lietuvoje.

Baigiamoji dalis.

Pranešimo metu sužinosite apie šio instrumento panašumus ir skirtumus nuo kitų testų bei taikymo galimybes Lietuvoje.

**Reikšminiai žodžiai:**

ACE-III testas, adaptacija Lietuvoje.

## Padidėjusio emocionalumo vertinimas persirgus insultu ankstyvam reabilitacijos etape

### Assessing increased emotionality after stroke in early rehabilitation

**Problema.** Padidėjęs emocionalumas yra dažna pasekmė po insulto, paveikianti apie 1 iš 5 persirgusių insultu.

**Tikslas.** Sukurti ir validizuoti naują instrumentą, kuris atpažintų ir nustatytų pakitusį emocionalumą po insulto: Lietuvos poinsultinio emocionalumo klausimynas (L-PSEQ).

**Tyrimo metodai:** Tarp gruodžio 10 d. 2022 ir balandžio 1 d. 2023 buvo įvertinti 107 pacientai persirgę insultu ir gydomi reabilitacijos įstaigose. Pacientai ir sveikatos priežiūros specialistai buvo atrinkti iš šešių skirtingų sveikatos priežiūros įstaigų pagal nustatytus įtraukimo ir atmetimo kriterijus. L-PSEQ sudaro dvi skalės: viena vertina sustiprėjusį verkimą, o kita sustiprėjusį juoką persirgus insultu. Klausimynas buvo sukurtas remiantis moksliniais tyrimais bei diagnostiniais vadovais. Norint įvertinti L-PSEQ patikimumą, buvo atlikta turinio, kriterijaus patikimumo įvertinimas. Vidinio nuoseklumo įvertinimas, faktorių analizė ir priimančiojo operatoriaus charakteristikos analizė buvo atlikta norint įvertinti tolesnį klausimyno patikimumą ir diagnostinį tikslumą.

#### **Goda Martinkutė**

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas,  
Sveikatos psichologijos katedra,  
goda.martinkute@lsmu.lt

#### **Aistė Pranckevičienė**

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas,  
Sveikatos psichologijos katedra

Rezultatai. Iš viso buvo įvertinta 107 pacientai iš kurių buvo 51 vyras ir 56 moterys. Pacientai buvo patyrę išeminį arba hemoraginį insultą ir įvertinti praėjus daugiau nei 2-joms savaitėms po insulto susirgimo. Vidutinis įvertintų pacientų amžius buvo  $71 \pm 12$  (min=28; max=96) metų. Iš įvertintų pacientų, 41.9% neturėjo padidėjusio emocionalumo simptomų, o 58.1% jautė padidėjusį emocionalumą. Psichometrinių savybių įvertinimas parodė tinkamą skalės įgyvendinamumą. Nustatyta vidutinio stiprumo koreliacija tarp gydytojų įvertinusių pacientų emocionalumą ir verkimo skalės balų ( $r=0,588$ ,  $p<,001$ ), o tarp gydytojų emocionalumo įvertinimo ir juoko skalės balų – mažesnė koreliacija ( $r=0,304$ ,  $p <.001$ ). Verksmo klausimyno vidinis nuoseklumas buvo didesnis (Cronbach  $\alpha=0,93$ ) nei Juoko klausimyno (Cronbach  $\alpha=0,86$ ). Įrodyta, kad Verksmo klausimynas buvo vienmatis (vienas pagrindinis veiksnys), o Juoko – dvimatis (du pagrindiniai veiksniai). Visa anketa pasižymėjo aukšta modelio kokybe ir diagnostiniu tikslumu (AUC=0,83, 95 % PI: 0,76-0,90).

Išvada. Šis tyrimas parodė, kad naujai sukurtas vertinimo įrankis, Lietuvos poinsultinio emocionalumo klausimynas (L-PSEQ) yra patikimas instrumentas, tiksliai identifikuojantis ir matuojantis patologinį verksmą ir juoką po insulto.

**Reikšminiai žodžiai:**

insultas, Lietuvos poinsultinio emocionalumo klausimynas.

# Neurogrįžtamojo ryšio galimybės insulto reabilitacijoje

## The potential of neurofeedback in stroke rehabilitation

Įvadas.

Insultas yra antra pagal dydį negalios priežastis visame pasaulyje. Insultą patyrę asmenys pasižymi pakitusiu smegenų elektriniu aktyvumu, kuris pasireiškia jutimo, motorinių ir pažintinių funkcijų sutrikimais. Insulto reabilitacija yra sudėtingas procesas, apimantis įvairias strategijas ir metodus, skirtus padėti pacientams atkurti kuo didesnę nepriklausomybę ir gyvenimo kokybę po insulto.

Tikslas - pristatyti egzistuojančius įrodymus apie neurogrįžtamojo ryšio galimybes insulto reabilitacijoje.

Pranešimo turinys. Neurogrįžtamasis ryšys yra metodas, kurio metu asmuo realiu laiku gali stebėti ir keisti savo smegenų bangų aktyvumą. Šis metodas gali reikšmingai prisidėti prie neuroplastiškumo. Neurogrįžtamojo ryšio metu atliekama tam tikra pažeistų sričių stimuliacija gali padėti suformuoti naujas neuronų jungtis, perorganizuoti ir optimizuoti tam tikrų smegenų sričių funkcijas tokiu būdu atstatant arba pagerinant pažeistas jutimines, motorines ir kognityvines funkcijas.

Nors neurogrįžtamojo ryšio efektyvumo tyrimų insulto reabilitacijoje dar nėra labai daug, sisteminių analizių rezultatai rodo teigiamus šio metodo rezultatus gerinant ir atstatant motorines bei pažintines funkcijas, tokias kaip koordinacija, dėmesio koncentracija, atmintis, kalba ir kt. Taip pat mažinant nerimo ir depresijos simptomus.

Baigiamoji dalis. Vis dėlto, svarbu pripažinti ir iššūkius, su kuriais susiduriama taikant neurogrįžtamąjį ryšį ir atliekant jo efektyvumo vertinimą: nuo metodologijos

### **Gabija Jarašiūnaitė- Fedosejeva**

Vytauto Didžiojo universitetas,  
Psichologijos katedra  
gabija.jarasiunaite-fedosejeva@  
vdu.lt

### **Lela Zarevičiūtė**

Vytauto Didžiojo universitetas,  
Psichologijos katedra

standartizavimo trūkumo, individualių atsako į terapiją skirtumų, tam tikrų pacientų neįtraukimo į atliekamus tyrimus, skirtingų taikomų neurogrįžtamojo ryšio protokolų, skirtingų lyginamųjų grupių iki mažų imčių ir spausdinamų tyrimų šališkumo. Tačiau šie iššūkiai skatina mokslininkus toliau tyrinėti ir tobulinti šį metodą, ieškant geriausių būdų jį pritaikyti praktikoje.

**Reikšminiai žodžiai:**

neurogrįžtamasis ryšys, insultas, rehabilitacija.

## Insultą patyrusių pacientų atminties lavinimas virtualioje aplinkoje: artimas efekto perdavimas kitoms kognityvinėms funkcijoms

### Memory training in stroke patients in a virtual environment: Near transfer effect

Įvadas.

Viena pagrindinių komplikacijų, sukeliančių neįgalumą po insulto – kognityvinių funkcijų sutrikimas. Neuroreabilitacijoje šioms funkcijoms atstatyti taikomi inovatyvūs metodai, vienas kurių yra įtraukioji virtuali realybė (įVR). Tyrimų, įrodančių šio metodo pranašumą lyginant su įprasta reabilitacija, trūksta. Remiantis Ryšių susietumo teorija (angl. the Relational binding theory), kognityvinės funkcijos tarpusavyje susijusios, todėl pagerinus vieną sritį dėl nervinių ryšių sąveikos pagerėja kitos – nelavintos – sritys, pasireiškia artimo perdavimo efektas. Šio tyrimo tikslas – nustatyti įVR metodo veiksmingumą, gerinant insulto pacientų trumpalaikę vaizdinę atmintį, ir įvertinti artimo perdavimo efektą.

Metodika.

Tyrimo dalyvavo 58 Abromiškių reabilitacijos ligoninės insultą patyrę pacientai, iš kurių 39 (67,2 proc.) vyrai, 19

### Liuda Šinkariova

Vytauto Didžiojo universitetas,  
Psichologijos katedra,  
liuda.sinkariova@vdu.lt

### Loreta Zajančauskaitė- Staskevičienė

Vytauto Didžiojo universitetas,  
Psichologijos katedra

### Jovita Janavičiūtė- Pužauskė

Vytauto Didžiojo universitetas,  
Psichologijos katedra

### Andrius Paulauskas

Kauno technologijos  
universitetas, Programų  
inžinerijos katedra

### Raimonda Petrolienė

Lietuvos sveikatos mokslų  
universitetas, Sveikatos  
psichologijos katedra

(32,8 proc.) moterų; amžiaus vidurkis - 61,93 m. (SD=8,83). Pacientai atsitiktinai paskirstyti į poveikio (N=29) ir lyginamąją (N=29) grupes. Poveikio grupės pacientai atliko trumpalaikės vizualinės atminties lavinimo užduotis (10 sesijų po 30 min.) įtraukiosios virtualios realybės aplinkoje. Lyginamoji grupė gavo įprastas reabilitacijos paslaugas. Trumpalaikėi vizualinei atminčiai įvertinti naudota Džordžijos medicinos koledžo kompleksinė figūra (Ingram ir kt., 1997). Kognityvinių funkcijų vertinimui naudotas Addenbrook'o kognityvinis tyrimas-III (Hsieh ir kt., 2013), kuris vertina penkias sritis: dėmesį, atmintį, verbalinį sklandumą, kalbą ir erdvinius gebėjimus. Suvokimo greitis ir dėmesio perkėlimas vertintos Kelio paieškos testu (Reitan, 1955).

Rezultatai. Tyrimo pradžioje poveikio ir lyginamosios grupių dalyvių kognityvinės funkcijos nesiskyrė. Po intervencijos poveikio grupėje trumpalaikė vizualinė atmintis pagerėjo ( $p<,05$ ). Poveikio grupėje pagerėjo ACE-III rodikliai - dėmesys ( $p<,01$ ), kalbos funkcija ( $p<,01$ ), erdviniai gebėjimai ( $p<,05$ ) ir bendras kognityvinis funkcionavimas ( $p<,001$ ) lyginant su pradiniais rodikliais. Taip pat pagerėjo Kelio paieškos A dalimi vertinamas suvokimo greitis ( $p<,05$ ) bei B dalimi vertinamas dėmesio perkėlimas ( $p<,05$ ). Lyginamosios grupės dalyvių rezultatai tarp pirmojo ir antrojo matavimų statistiškai reikšmingai nesiskyrė ( $p>,05$ ).

Diskusija ir išvados.

Trumpalaikės vizualinės atminties lavinimo užduotys virtualios realybės aplinkoje yra veiksmingos, stebimas artimo perdavimo efektas nelavintoms kognityvinėms funkcijoms. Tyrimo rezultatai yra vertingi rengiant neuroreabilitacijos programas, gerinant teikiamų reabilitacijos paslaugų kokybę insulto pacientams.

Tyrimą finansavo Lietuvos mokslo taryba (Nr. S-MIP-23-137).

**Reikšminiai žodžiai:**

kognityvinės funkcijos, virtuali realybė, insultą patyrę pacientai, artimo efekto perdavimas.

# Vienatvė ir socialinė atskirtis vyresniame amžiuje: moksliniai tyrimai ir praktinės intervencijos

Loneliness and social exclusion in older age:  
Scientific research and practical interventions

Simpoziumo santrauka: Simpoziumas skirtas išsamiai analizuoti vyresnio amžiaus žmonių socialinės atskirties, vienišumo ir fizinės ir emocinės savijautos klausimus. Pirmasis pranešimas atskleidžia vyresnio amžiaus žmonių, kurie gyvena vieni, subjektyvius dalyvavimo visuomenėje vertinimus ir socialinės atskirties patirtis. Antrasis pranešimas analizuoja vyresnio amžiaus asmenų vienišumo ir socialinio tinklo ypatumų sąsajas, akcentuoja kokybinių socialinio tinklo charakteristikų svarbą. Trečiasis pranešimas pristato išsamią „Sidabrinės linijos“ pašnekovų fizinės ir emocinės savijautos analizę, palyginant su bendra vyresnio amžiaus populiacija Lietuvoje. Ketvirtasis pranešimas papildys šią diskusiją pristatydamas tiek „Sidabrinės linijos“ pašnekovų, tiek savanorių patirtis, problemas ir išvalgas. Šis simpoziumas siekia apjungti mokslinius tyrimus ir praktines patirtis, aptardamas strategijas, kaip gerinti vyresnio amžiaus žmonių socialinę [trauktį ir psichikos sveikatą.

**Antanas Kairys**

Vilniaus universitetas

**Raimonda Sadauskaitė**

Klaipėdos universitetas,  
raimonda.sadauskaite@ku.lt

**Reikšminiai žodžiai:**

vyresnio amžiaus asmenys,  
vienišumas, socialinė atskirtis,  
gerovė.

# Vienų gyvenančių vyresnių žmonių socialinės atskirties patirtys

Older people living alone:  
experiences of social exclusion

Socialinė atskirtis / įtrauktis - daugialypė sąvoka,  
apibūdinanti (ne)teisingus socialinius ryšius. Įtrauktis

**Gražina Rapolienė**

Lietuvos socialinių mokslų centro  
Sociologijos institutas,  
grazina.rapoliene@lcss.lt

apima pripažinimą, pagarbą ir kiekvieno asmens, unikalų tapatumą bei grupių skirtingumą vertinimą, jį skatina asmens priklausymo bendruomenei, priėmimo bei pripažinimo vertingu jausmą. Ir atvirkščiai, atskirtis kaip daugialypis dinamiškas procesas sukelia neigiamas socialines, ekonomines, politines ir kultūrinės pasekmes žmonių gyvenimams. Šio pranešimo tikslas – atskleisti vyresnio amžiaus žmonių, kurie gyvena vieni, subjektyvius dalyvavimo visuomenėje vertinimus. Originalaus empirinio tyrimo (27 pusiau struktūruoti interviu su 60+ vienais gyvenančiais, nedirbančiais asmenimis), atlikto 2017 m. vykdant nacionalinės mokslo programos „Gerovės visuomenė“ tyrimų projektą „Vieni gyvenantys vyresnio amžiaus žmonės: tendencijos, profiliai ir iššūkiai kartu integracijai“, duomenų analizė atskleidė platų socialinės atskirties, patiriamų įvairiais lygmenimis, spektrą. Remiantis Yanicki ir kt. (2015) socialinio teisingumo schema, neįtrauktumo visuomenėje naratyvai tyrimo dalyvių grindžiami asmeniniu ir tarpasmeniniu (amžiaus, sveikatos, bendravimo, savarankiškumo), organizaciniu, bendruomenės (darbo) ir visuomenės (dalyvavimo renginiuose bei politikoje) kontekstais. Klausiami, kokiais visuomenės nariais jie jaučiasi esą, vieni gyvenantys vyresnio amžiaus žmonės kalba labiau apie savo socialinę atskirtį nei apie įtrauktį – beveik visose dimensijose, nuo asmeninio iki visuomeninio lygmens, išskyrus globalų. Be to, vienišumo kaip subjektyvaus socialinės atskirties indikatorius raiška vyresniame amžiuje turi savitų bruožų: jo pobūdis labiau egzistencinis, sąlygotas artimųjų mirčių, numanomo savos mirties artėjimo ir aštriau patiriamas sveikatos pablogėjimo atvejais. Tyrimo duomenys taip pat atskleidė vienišumo (stigmos) neigimą ir gan platų jo įveikos strategijų spektrą.

**Reikšminiai žodžiai:**

socialinės atskirties/įtraukties patirtys, vieni gyvenantys vyresnio amžiaus žmonės, kokybinis tyrimas.

# Vyresnio amžiaus asmenų vienišumo ir socialinio tinklo ypatumų sąsajos

## Links between loneliness and social network characteristics in older adults

Įvadas. Tyrimai rodo, kad vyresnio amžiaus asmenų vienišumas gali turėti didelių neigiamų pasekmių ne tik tokiems psichikos sveikatos aspektams, kaip depresiškumas (Cacioppo et al., 2006), bet ir miego disfunkcijai, širdies – kraujagyslių sistemos funkcionavimui (Cacioppo et al., 2002). Atrodo natūralu, kad vienišumas yra tiesiogiai susijęs su asmens socialinio tinklo charakteristikomis, pavyzdžiui, socialinio tinklo dydžiu ar sudėtimi. Tačiau tyrimai rodo, kad vienišumas ir socialinis tinklas yra pastebimai skirtingi konstruktai (Golden et al., 2009). Todėl šio tyrimo tikslas – išanalizuoti vyresnio amžiaus Lietuvos gyventojų vienišumo ir socialinio tinklo ypatumų sąsajas.

Metodai. Tyrime analizuoti Europos sveikatos, senėjimo ir išėjimo į pensiją (SHARE) tyrimo 8-tos bangos (DOI: 10.6103/SHARE.w9ca800) duomenys, imtį sudarė 820 vyresnio amžiaus (65 metų amžiaus ir vyresnių) respondentų iš Lietuvos (35,4% vyrų, vidutinis amžius – 75,8 metų, SD = 7,1). Vienišumas vertintas trumpąja R-UCLA skalės versija (Hughes et al., 2004), analizuoti įvairūs socialinio tinklo ypatumai (dydis, kompozicija, narių fizinis ir emocinis artumas ir pan.).

Rezultatai. Regresinės analizės rezultatai rodo, kad asmens vienišumą prognozuoja tik dalis socialinio tinklo ypatumų – pasitenkinimas santykiais su socialinio tinklo nariais, partnerio / sutuoktinio buvimas socialiniame tinkle bei narių, su kuriais palaikomi santykiai kas savaitę, skaičius. Stipriausiu prognostiniu kintamuoju laikytinas pasitenkinimas santykiais su socialinio tinklo nariais.

### Antanas Kairys

Vilniaus universitetas, antanas.kairys@fsf.vu.lt

### Olga Zamalijeva

Vilniaus universitetas

### Audronė Liniauskaitė

Klaipėdos universitetas

### Vita Mikuličiūtė

Vilniaus universitetas

Diskusija ir išvados. Tyrimas atskleidė, kad, norint suprasti vienišumo fenomeną, svarbiausios yra kokybinės, o ne kiekybinės socialinio tinklo charakteristikos. Siekiant mažinti vyresnio amžiaus asmenų vienišumą intervencijos turėtų būti nukreiptos į santykių kokybę ir kontaktų dažnumą, o ne socialinio tinklo dydį. Tyrimas atliktas, vykdant projektą „Sustainable working-life for ageing populations in the Nordic-Baltic region“. (Project Nr. 139986 financed by NordForsk).

**Reikšminiai žodžiai:**

senėjimas, Europos sveikatos, senėjimo ir išėjimo į pensiją (SHARE) tyrimas, vienišumas, socialinis tinklas.

## Vyresnių žmonių fizinė ir emocinė savijauta: „Sidabrinės linijos“ pašnekovų tyrimas

Physical and emotional well-being of older people:  
A study of „Silver line“ users

Išsivysčiusiose ir besivystančiose šalyse stebimas visuomenės senėjimas (European Commission, 2021), tad svarbu suprasti, kokia yra vyresnio amžiaus žmonių fizinė ir emocinė sveikata, ypač tokiose šalyse kaip Lietuva, kur demografiniai pokyčiai vieni sparčiausių Europoje. Senatvėje susiduriama su įvairiais iššūkiais, pvz., vienišumu (Niedzwiedz et al., 2016), tad siekiant šiuo iššūkius lengviau įveikti, „Sidabrinė linija“ siūlo nemokamus draugystės pokalbius vyresniems žmonėms.

Tikslas – įvertinti fizinę ir emocinę „Sidabrinės linijos“ pašnekovų savijautą.

Metodai. Atrinkti 633 reguliariai „Sidabrinėje linijoje“ bendraujantys pašnekovai nuo 60 iki 98 m. (M=79); 86,8% moterų. Naudota CASP-12 (Hyde et al., 2003); EURO-D depresiškumo skalė (Prince et al., 1999); Trumpoji R-UCLA skalės versija (Hughes et al., 2004) ir kt. klausimai (apie

**Raimonda Sadauskaitė**

Klaipėdos universitetas,  
raimonda.sadauskaite@ku.lt

**Antanas Kairys**

Vilniaus universitetas

sveikatą, sociodemografiniai]. Kai kurie rezultatai palyginti su bendra vyresnio amžiaus Lietuvos gyventojų populiacija, naudojant Europos sveikatos, senėjimo ir išėjimo į pensiją (SHARE) tyrimo duomenis.

Rezultatai ir išvados. Nors „Sidabrinės linijos“ pašnekovai nurodė turintys daugiau kasdienio gyvenimo ribotumų (bent vieną turi 65%) nei vidutinis vyresnis asmuo Lietuvoje (bent vieną turi 26,7%), jie savo sveikatą įvertino panašiai gerai. Pašnekovų vienišumo vidurkis ( $M=5,6$ ) yra kiek didesnis nei vidutinio vyresnio asmens Lietuvoje ( $M=4,0$ ). Pašnekovų depresiškumo požymių vidurkis ( $M=4,9$ ) didesnis už vidutinio vyresnio asmens Lietuvoje vidurkį ( $M=3,4$ ), o psichologinės gerovės vidurkiai ( $M=32,7$ ) beveik nesiskyrė nuo vidutinio vyresnio asmens Lietuvoje vidurkio ( $M=33,5$ ). Palankiau savo sveikatą vertinantys pašnekovai pasižymi aukštesne psichologine gerove ( $r_s=0,53$ ,  $p<0,001$ ), daugiau gyvenimo ribotumų turintys pasižymi žemesne ( $r_s=-0,55$ ,  $p<0,001$ ). Kuo pašnekovai turi daugiau žmonių, su kuriais gali atvirai pasikalbėti, tuo jų psichologinė gerovė aukštesnė ( $r_s=0,26$ ,  $p<0,01$ ). Su žemesne psichologine gerove susijęs ir subjektyviai vertintas vienišumas ( $r_s=-0,45$ ,  $p<0,01$ ), ir vienišumas, vertintas netiesiogiai ( $r_s=-0,60$ ,  $p<0,01$ ). Atlikus klasterinę analizę, išskirti du klasteriai: prastos savijautos (47,2% pašnekovų) ir geros savijautos (52,8% pašnekovų). Nors pašnekovai susiduria su įvairiais fizinės ir emocinės sveikatos iššūkiais, tačiau didelė dalis taip pat įvardija teigiamus pokyčius (pvz., pagerėjusią nuotaiką), pradėjus naudotis „Sidabrine linija“.

**Reikšminiai žodžiai:**

„Sidabrinė linija“, vienišumas, fizinė ir emocinė savijauta.

# Reguliarūs nemokami draugystės pokalbiai „Sidabrinėje linijoje“ – pirmojo skambučio iššūkiai, savanorių patirtys ir asmeninė savanorystės misija

Regular befriending at the Silver Line for the older people – first call challenge, volunteering experience and personal mission

Kristina Čiuželienė (M. Čiuželio labdaros ir paramos fondas, „Sidabrinė linija“), kristina.ciuzeliene@sidabrinelinija.lt

M. Čiuželio labdaros ir paramos fondo 2016 m. įkurta „Sidabrinė linija“ – tai nemokami draugystės pokalbiai ir emocinė pagalba vyresnio amžiaus žmonėms. Savo veikla siekiame laužyti nusistovėjusius stereotipus apie senatvę ir puoselėti pozityvaus amžėjimo idėjas, stiprinti vyresnio amžiaus žmonių emocinę gerovę, mažinti jų vienišumą ir socialinę atskirtį, didinti visuomenės dėmesingumą senyvo amžiaus žmonių socialinei grupei. Jau beveik 6 000 senjorų atrado „Sidabrinę liniją“, o bendra pokalbių trukmė viršija net 4,1 mln. minučių.

Šio pranešimo tikslas – plačiau papasakoti apie „Sidabrinės linijos“ sukūrimo priežastis bei kasdienes iššūkius, su kuriais susiduria tikslinė auditorija. Kodėl senyvo amžiaus žmonėms, net ir susidūrusiems bei aiškiai suvokiantiems savo vienišumo problemą, vis dar nelengva žengti pirmąjį žingsnį ir paskambinus kreiptis pagalbos? Su kokiais pagrindiniais iššūkiais susiduria daugiau nei 500 šiuo metu prie „Sidabrinės linijos“ prisijungusių savanorių reguliarių draugystės pokalbių su senjorais metu? Kaip ir kodėl savanoriai atranda prasmę bei savo asmeninę savanorystės misiją „Sidabrinėje linijoje“? Kokias išvadas galima daryti, kuo pasižymi šios dvi kasdien augančios suinteresuotųjų grupės?

M. Čiuželio labdaros ir paramos fondo siekis – draugiška senatvei Lietuva, kurioje kiekvienam amžėti būtų gera, o vyresnio amžiaus žmogus būtų neatsiejama ir svarbi visuomenės dalis.

**Reikšminiai žodžiai:**

amžėjimas, Sidabrinė linija, senjorų emocinė gerovė, savanorystė.

## Moters psichologiniai iššūkiai nėštumo ir pogimdyminiu laikotarpiu

### Psychological challenges during pregnancy and postpartum

Naujausi tyrimai Lietuvoje atskleidžia, kad apie 19% visų per 2022 metus kūdikio besilaukiančių patyrė psichologinius iššūkius ir sunkumus, o 2022 m. gimdžusių moterų 3% buvo diagnozuotas psichikos sveikatos sutrikimas nėštumo metu ar po gimdymo. Tiek pasaulyje, tiek Lietuvoje pastebima tendencija patiriamus psichologinius, o kartais net fizinius iššūkius nėštumo metu ir pogimdyminiu laikotarpiu nuvertinti, numenkinti taip atitolinant ir pagalbos gavimo galimybes, kas iš esmės blogina moters ir visos šeimos gyvenimo kokybę. Nepaisant to, jog moterys nėštumo metu ir po gimdymo gana dažnai bendrauja su sveikatos priežiūros specialistais, visgi pagalbos teikimą apsunkina ir sveikatos priežiūros nepakankamas paruošimas darbui su nėščiąjų ir pagimdžusių moterų psichologiniais sunkumais. Todėl, Lietuvos psichologų sąjungos, reprodukcinės psichologijos specialistų grupė organizuoja simpoziumą, kurio tikslas – apžvelgti psichologinius iššūkius, kurie kyla moterims nėštumo metu ir pogimdyminiu laikotarpiu bei suteikti psichologinio konsultavimo gaires darbui su nėščiomis ir pagimdžiusiomis moterimis.

Lietuvos psichologų  
sąjungos Reprodukcinės  
psichologijos specialistų  
grupė

# Sutrikęs valgymo elgesys nėštumo metu: Teorinio modelio vystymas

## Eating disordered behavior during pregnancy: Development of a theoretical model

Įvadas. Lyginant su kitomis psichikos sveikatos problemomis, valgymo sutrikimų simptomai išlieka reikšmingai mažiau dėmesio sulaukianti perinatalinės sveikatos priežiūros sritis, ypač kalbant apie moteris, kurių turimi valgymo elgesio sunkumai nesiekia klinikinio sutrikimo lygmens (Baskin et al., 2021). Priklausomai nuo sutrikusio valgymo elgesio tipo, jis siejamas su rimtomis fizinės sveikatos pasekmėmis: gestaciniu diabetu, preeklampsija, gimdymo traumų tikimybe, anemija bei nepakankamu maistinių medžiagų užtikrinimu vaisiui (Donofry et al., 2021). Šiuo metu pasigendama specifiško teorinio modelio, kuris galėtų paaiškinti sutrikusį valgymo elgesį nėštumo metu, taigi, šio pranešimo tikslas – pristatyti tokį modelį, apimant jo vystymą bei tolimesnio pritaikymo galimybes mokslinėje bei praktinėje veikloje.

Pranešimo turinys. Naujausioje mokslinėje literatūroje teigiama, kad šiuo metu svarbus platesnis, teorija ir empiriniais duomenimis grįstas psichosocialinių veiksnių ir sutrikusio valgymo elgesio sąsajų nėštumo metu tyrinėjimas, atsižvelgiant į kompleksinius kintamųjų tarpusavio ryšius (Baskin et al., 2020). Pranešimo autorių atliktos sisteminės literatūros analizės rezultatai rodo, kad su sutrikusiu valgymo elgesiu nėštumo metu siejasi depresijos ir nerimo simptomai, nepasitenkinimas kūnu, prasta santykių su partneriu kokybė bei negatyvus požiūris į nėštumą. Šie psichosocialiniai rizikos veiksniai, atsižvelgiant į egzistuojančiais sutrikusio valgymo elgesio teorijas, buvo apjungti į teorinį modelį, kuris ir bus pristatomas pranešimo metu.

### Erika Gibė

Vytauto Didžiojo universitetas,  
erika.varnagiryte@vdu.lt

### Aidas Perminas

Vytauto Didžiojo universitetas

Baigiamoji dalis. Specifiškas teorinis modelis, galintis paaiškinti sutrikusį valgymo elgesį nėštumo metu, reikšmingai prisidėtų prie geresnio šio reiškinio supratimo, o tai padėtų pagrindą optimalių prevencinių ir intervencinių priemonių planavimui ir įgyvendinimui.

**Reikšminiai žodžiai:**

sutrikęs valgymas, nėštumo periodas.

## Policistinių kiaušidžių sindromą turinčių moterų su sveikata susijusios gyvenimo kokybės reikšmė pogimdyminiam prierašumui ir žindymo saviveiksmingumui

The importance of health-related quality of life for mother-baby attachment and breastfeeding self-efficacy in women with polycystic ovary syndrome

Įvadas.

Pogimdyminis laikotarpis kupinas iššūkių visoms moterims, tačiau moterims turinčioms policistinių kiaušidžių sindromą jis gali atnešti dar daugiau išbandymų dėl sindromo simptomų poveikio su sveikata susijusiai gyvenimo kokybei, bei tuo pačiu ryšio su kūdikiu formavimui ir žindymui. Tyrimo tikslas – įvertinti policistinių kiaušidžių sindromą turinčių moterų su sveikata susijusios gyvenimo kokybės reikšmę, pogimdyminiam prierašumui ir žindymo saviveiksmingumui.

Metodika.

Tyrimė dalyvavo 73 moterys turinčios policistinių kiaušidžių sindromo diagnozę, gimdžiusios ne daugiau nei prieš metus laiko ir šiuo metu žindančios kūdikį. Tiriamųjų amžius svyravo nuo 19 iki 44 metų (amžiaus vidurkis – 30,79 m., standartinis nuokrypis – 4,13 m.). Su sveikata susijusiai

**Gabija Jarašiūnaitė-  
Fedosejeva**

Vytauto Didžiojo universitetas,  
gabija.jarasiunaite-fedosejeva@  
vdu.lt

**Greta Garalevičiūtė**

Vytauto Didžiojo universitetas

gyvenimo kokybei vertinti naudota Ware ir Sherbourne (1992) sukurto klausimyno gyvenimo kokybei vertinti trumpoji versija. Pogimdyminiam prierašumui tirti naudota Brockingem ir kolegų (2001) pogimdyminio prierašumo skalė, o žindymo saviveiksmingumui – Dennis (2003) žindymo saviveiksmingumo skalės trumpoji versija.

#### Rezultatai.

Tyrimo rezultatai atskleidė, kad moterys, kurioms būdingas mėnesinių ciklo nereguliarumas bei miego problemos, pasižymi prastesne su fizine sveikata susijusia gyvenimo kokybe pogimdyminiu laikotarpiu, nei šių simptomų nepatiriančios moterys. Moterys, kurioms būdingas didesnis kūno plaukuotumas, odos problemos, miego problemos, viršsvoris turi prastesnę su psichikos sveikata susijusią gyvenimo kokybę, nei tos, kurioms nebūdingi minėti simptomai. Miego problemų turėjimas bei viršsvoris taip pat susiję su mažesniu mamos-kūdikio prierašumu pogimdyminiame laikotarpyje. Geresnė su fizine ir psichikos sveikata susijusi gyvenimo kokybė yra susijusi su didesniu žindymo saviveiksmingumu ir pogimdyminiu mamos - vaiko prierašumu.

#### Išvados.

Su sveikata susijusios gyvenimo kokybės reikšmė mamos-kūdikio ryšio kūrimui ir žindymo saviveiksmingumui dar mažai tirta policistinių kiaušidžių sindromą turinčių moterų imtyje. Tyrimas atskleidė, kad sindromo simptomai gali neigiamai paveikti su sveikata susijusią gyvenimo kokybę pogimdyminiame laikotarpyje, o tai savo ruožtu gali paveikti mamos-vaiko prierašumą ir žindymo saviveiksmingumą.

#### **Reikšminiai žodžiai:**

su sveikata susijusi gyvenimo kokybė, pogimdyminis prierašumas, žindymo saviveiksmingumas.

# Perfekcionizmas šiuolaikinėje motinystėje. Kokia to kaina?

Perfectionism in modern motherhood.

What is the price of it?

Įvadas. Perfekcionizmas šiuolaikinėje motinystėje vis dažniau sutinkamas bruožas. Mamos sau, o dažnai ir vaikui bei vyrui kelia aukštus reikalavimus. Nuo vaikų priežiūros, mitybos, aprangos, iki namų tvarkos. Perfekcionizmas motinystėje dažnai gali būti depresijos, nerimo ir kitų psichologinių sutrikimų simptomų atsiradimo priežastis. Moterys kelia sau neįgyvenamus standartus, jaučia kaltę ir nerimą jų neatitikdamos, o žinomos, kad nepavyks visko padaryti idealiai, vengia, atidėlioja imtis, to, kas joms svarbu. Tai užsuka perfekcionizmo ratą. Pranešimo tikslas – remiantis praktine psichologo-psichoterapeuto darbo patirtimi atskleisti perfekcionizmo motinystėje sampratą ir problematiką, raiškos būdus ir aptarti galimos pagalbos galimybes.

Pranešimo turinys. Pranešimo metu remiantis psichologo - psichoterapeuto darbo patirtimi bus pristatoma kokia yra mama perfekcionistė, kokie įsitikinimai ir gyvenimo taisyklės slypi po perfekcionizmu motinystėje. Bus pristatoma perfekcionizmo reikšmė moteriai tapus mama ir šeimai bei siekiama atskleisti kaip siejasi perfekcionizmas motinystėje su psichikos sutrikimais. Praktinėje dalyje bus siekiama pristatyti perfekcionizmą motinystėje palaikantys įsitikinimai, bus pateikiamos rekomendacijos ir praktinio darbo metodai psichologams (perfekcionizmo privalumų ir trūkumų analizė, trumpalaikės ir ilgalaikės perfekcionizmo „kainos“ analizė, klaidingų įsitikinimų ir neįveikiamų standartų keitimas, elgesio eksperimentai ir ekspozicijos su savimi, apklausos, skirtos įsitikinimams patikrinti), kaip dirbti su mamomis, siekiant modifikuoti perfekcionizmą.

**Sigita Pūrienė,**

sigita.purienne@lsmu.lt

**Reikšminiai žodžiai:**

motinystė, perfekcionizmas, perfekcionizmą palaikantys įsitikinimai.

# Nėštumas ir motinystė po nevaisingumo

## Pregnancy and parenting after infertility

Ivadas.

Nėštumui ir motinystei po nevaisingumo yra būdinga tam tikra jausmų specifika: padidintas jautrumas, nerimastingumas, baimės, aukšti lūkesčiai, didesnė rizika susirgti pogimdyvine depresija, kitais nuotaikos sutrikimais. Šiuo praktiniu pranešimu siekiama apžvelgti moterų, susidūrusių su vaisingumo sutrikimais, savijautą nėštumo metu ir motinystės jausmus.

Pranešimo turinys.

Pranešimo metu psichologė, remdamasi praktinio darbo su nevaisingumą patiriančiais asmenimis, pristatys galimus kelius tapti tėvais, dažniausiai pasitaikančias reakcijas į ilgai lauktą nėštumą. Psichologė apžvelgs galimas padidinto nerimo nėštumo metu po nevaisingumo priežastis. Pranešimo metu taip pat bus pristatyta persileidimo ir kitų netekčių reikšmė moters psichologinei gerovei, pristatyta kokie psichologiniai iššūkiai gali kilti, kai turimi moters ir bendrai poros lūkesčiai apie motinystę susiduria su realybe pirmaisiais mėnesiais po gimdymo. Kadangi, poroms, patyrusioms nevaisingumą ir vėliau pastojus bei gimus kūdikiui kyla gana specifiniai psichologiniai iššūkiai, tokioms poroms yra reikalinga tikslinė psichikos sveikatos specialistų pagalba. Psichologė pranešimo metu supažindins specialistus su praktiniais psichologo darbo ypatumais ir padės nusibrėžti gaires psichologiniam konsultavimui, psichoterapijai ar kitam darbui su pacientais, turinčiais vaisingumo sutrikimų.

**Romėna Kačiniėnė,**

romėna.kaciniene@gmail.com

### **Reikšminiai žodžiai:**

nevaisingumas, nėštumas po patirto nevaisingumo, savijauta pastojus po nevaisingumo.

# Šiuolaikinių technologijų iššūkiai vaikams ir jaunimui: kaip „nulažti“ PIN kodą?

The challenges of modern technology for children and youth: how to „hack“ a PIN?

Vaikams ir jaunimui naudojimas internetu yra labai įprasta ir netgi sunkiai pakeičiama kasdienė veikla. Šalia daugybės interneto ir bendrai šiuolaikinių informacinių bei komunikacijos technologijų teikiamų galimybių, perteklinis – itin dažnas bei ilgos trukmės – naudojimas internetu gali kelti grėsmių bręstančioms asmenybėms. Naudojimas internetu gali tapti ir probleminiu, tai yra, sunkiai kontroliuojamu ir trikdančiu kitas svarbias kasdienes veiklas, sąlygojančiu socialines, elgesio ar emocines problemas? Šiame simpoziume pristatysime ir aptarsime vaikų, paauglių ir jaunų suaugusiųjų probleminio interneto naudojimo (PIN) atpažinimo, atrankinio įvertinimo naudojant dvi šiuo metu įvairiose šalyse taikomas patikimas skales, galimybes.

Pirmiausia J. Burkauskas aptars šiuolaikinę PIN sampratą bei apžvelgs pastarojo dešimtmečio tyrimų PIN tematika perspektyvas, o taip pat pristatys šiuo metu vykdomo tarptautinio inovatyvaus tyrimo metodologiją. R. Jusienė pristatys pradinio mokyklinio amžiaus vaikų PIN rizikų vertinimo Kompulsyvaus interneto naudojimo skale (CIUS) galimybes remiantis skirtingų imčių duomenų, surinktų iš dviejų informacijos šaltinių (vaikų ir jų tėvų), analize. R. Breidokienė atskleis dviejų skirtingų instrumentų (CIUS ir PIUQ) psichometrines charakteristikas, kai jie naudojami paauglių PIN vertinti. V. Jakienė didelės apimties tyrimo rezultatais pagrįs ne tik CIUS ir PIUQ validumą, bet ir vieno klausimo tinkamumą jaunų suaugusiųjų PIN vertinimui.

## Roma Jusienė

Vilniaus universitetas,  
Filosofijos fakultetas,  
Psichologijos institutas,  
roma.jusiene@fsf.vu.lt

# Probleminis interneto naudojimas: tyrimų perspektyvos

## Problematic internet use: Research perspectives

Remiantis naujausiais pasauliniais meta-analitinių tyrimų duomenimis kas dešimtas/penkioliktas interneto naudotojas gali susidurti su probleminiu interneto naudojimu (PIN) (Burkauskas et al., 2023; Pan, Chiu, Lin, 2020) – pernelyg dideliu įsitraukimu į socialines medijas ar internetinius žaidimus, nekontroliuojamą apsipirkinėjimą, pornografijos žiūrėjimą, lošimą ar kt. (Fineberg et al., 2018). Nors problemų dėl interneto naudojimo patiria tik dalis nuolat internetą naudojančių asmenų, yra duomenų, kad sunkios PIN formos gali būti susijusios su sveikatai nepalankaus gyvenimo būdo pasirinkimais bei sukelti sveikatos sutrikimų, kurie ypač žalingi vaikams bei jauniems suaugusiesiems. Dėl šios priežasties PIN prevencijos ir ankstyvos intervencijos problema (nes nesutariama, kokie veiksniai daro didžiausią įtaką PIN vystymuisi ir kokios galimos intervencinės priemonės yra efektyviausios) yra ypač svarbi tiek vietiniu, tiek pasauliniu lygiu (Fineberg et al., 2022).

Simpoziumo metu bus pristatomi naujausi PIN moksliniai tyrimai. Dalyviai bus supažindinti su penkerius metus trukusiančiu projektu, pavadintu BootStRaP (angl. Boosting Societal Adaptation and Mental Health in a Rapidly Digitalizing Post-Pandemic Europe), kurį vykdo 22 mokslo ir medicinos institucijos Europoje, finansuoja Europos Horizontų programa. Lietuvoje projektą įgyvendina Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, bendradarbiaudamas su Skaitmeninės etikos centru (SEC). Konsultuojantis su jaunimu ir naudojant inovatyvias technologijas, tyrėjai siekia padėti jauniems žmonėms ugdyti sveikus interneto naudojimo įgūdžius, kol interneto naudojimas netapo problema bei padėti tėvams ir

## Julius Burkauskas

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, Medicinos Akademija, Neuromokslų institutas, Elgesio medicinos laboratorija,  
julius.burkauskas@ismuni.lt

## Rasa Jauniškienė

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, Medicinos Akademija, Neuromokslų institutas, Elgesio medicinos laboratorija

## Renata Gaudinskaitė

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, Medicinos Akademija, Neuromokslų institutas, Elgesio medicinos laboratorija

## Naomi A. Fineberg

Nacionalinės sveikatos apsaugos tarnybos fondo valdybos Specializuota obsesinio kompulsinio ir susijusių sutrikimų tarnyba, Rosanne House, Velvin Garden Sitis, Jungtinė Karalystė; Hertfordšyro universitetas, College Lane, Hatfieldas, Jungtinė Karalystė; Kembridžo universiteto klinikinės medicinos mokykla, Kembridžas, Jungtinė Karalystė

globėjams, mokytojams, medikams suprasti PIN rizikas. Tikimasi, kad projekto metu surinkti mokslinio tyrimo duomenys iš esmės keis politikos formuotojų požiūrį į PIN.

**Reikšminiai žodžiai:**

probleminis interneto naudojimas, šiuolaikiniai tyrimai, PIN prevencija.

## Pradinio mokyklinio amžiaus vaikų probleminio interneto naudojimo atpažinimas remiantis vaikų ir tėvų vertinimais

### Identifying problematic internet use in primary school-age children based on child and parent ratings

Jau pradinio mokyklinio amžiaus vaikai naudojami internetu intensyviai ir dažniausiai neprižiūrimi suaugusiųjų (Smahel et al., 2020). Šiame amžiuje dar formuojasi savikontrolė, o vaikų raida labai paveiki aplinkai, todėl gausiai ir lengvai prieinamas internetas gali teikti ne tik naudos, bet ir žalos. Probleminiu interneto naudojimas (PIN) gali tapti, kai intensyviai įsitraukiama į veiklas internete nepaisant neigiamų pasekmių ir sunkiai kontroliuojant naudojimąsi internetu (Jusienė et al., 2023). Apibrėžiant PIN sutariama, kad įtraukumas ir kompulsyvumas yra esminiai komponentai (Anderson, Steen, & Stavropoulous, 2017; Aboujaoude et al., 2021). Ankstesniuose savo tyrimuose (Jusienė, Pakalniškienė, Laurinaitytė, 2021; Jusienė ir kt., 2022; Pakalniškienė et al., 2021; Sebre et al., 2023) atskleidėme kai kurias pradinio mokyklinio amžiaus vaikų PIN rizikas ir patvirtinome Kompulsyvaus interneto naudojimo skalės (CIUS; Meerkerk et al., 2009) vaikų ir tėvų versijų psichometrinės charakteristikas vertinant vaikų PIN. Kadangi esminis iššūkis lieka kuo anksčiau ir patikimiau atpažinti PIN, šiame tyrime toliau aiškinamės, kiek šios dvi versijos leidžia patikimai ir pagrįstai atsirinkti

**Roma Jusienė**

Vilniaus universitetas,  
Filosofijos fakultetas,  
Psichologijos institutas,  
roma.jusiene@fsf.vu.lt

**Rima Breidokienė**

Vilniaus universitetas,  
Filosofijos fakultetas,  
Psichologijos institutas

PIN turinčius vaikus, ir ypač kiek galime kliautis pačių vaikų bei jų tėvų vertinimais.

Analizuojami trijų anksčiau vykdytų tyrimų duomenys. Pirmame tyrime (2018 ir 2019 metais) dalyvavo 190 vaikų (7-10 metų) ir jų tėvų poros; antrame (2021 metais) per tris šimtus 7-10 metų vaikų tėvų, trečiame (2022 metais) – per tris šimtus 8-9 metų vaikai. Vaikai ir (arba) tėvai pildė atitinkamą CIUS versiją (vaikams arba tėvams), teikė informaciją apie vaiko naudojimosi internetu trukmę, veiklas internete, vaiko galias ir sunkumus (angl. Strengths and Difficulties Questionnaire, SDQ) arba vaiko savijautą (PSO-5).

Rezultatai parodė, kad taikant Kompulsyvaus interneto naudojimo skalę (angl. Compulsive Internet Use Scale, CIUS; Meerkerk et al., 2009) CIUS statistinį atskaitos tašką ( $M+1,5SD$ ), PIN rizikos grupė tėvų (7 proc.) ir vaikų (9 proc.) vertinimu menkai sutampa (2,5 proc. abiejų vertinimų). Atskirai, PIN rizikos grupė tėvų vertinimu reikšmingai skyrėsi tėvų (bet ne vaikų) nurodyta vaikų naudojimosi internetu trukme ir veiklomis internete bei vaikų elgesio ir bendravimo sunkumais. PIN rizikos grupė vaikų vertinimu reikšmingai skyrėsi jų pačių (bet ne tėvų) nurodyta naudojimosi internetu trukme bei veiklomis internete, o taip pat vaikų savijauta. Svarbu, kad PIN rizikos grupė vaikų vertinimu reikšmingai skyrėsi nuo ne rizikos grupės ir tėvų vertintu vaiko socialumu bei hiperaktyvumu. Vaikų PIN siejosi su jų amžiumi ir lytimi vaikų bei ypač tėvų vertinimu, kas suponuoja būtinybę atsižvelgti į tai vertinant PIN riziką.

**Reikšminiai žodžiai:**

probleminis interneto naudojimas, vaikai, CIUS, vaikų savistata, tėvų vertinimai.

# Paauglių probleminio interneto naudojimo vertinimas Kompulsyvaus interneto naudojimo skale (CIUS) ir 9 teiginių Probleminio interneto naudojimo skale (PIUQ-9)

The assessment of problematic internet use in adolescents: the psychometric characteristics of the Compulsive Internet Use Scale (CIUS) and the Nine-Item Problematic Internet Use Questionnaire (PIUQ-9)

Vaikai ir paaugliai – viena labiausiai pažeidžiamų grupių probleminiam interneto naudojimui (PIN) (Fineberg et al., 2022), o Lietuvoje atlikti tyrimai rodo tiesioginį vaikų ir paauglių laiko prie ekranų, PIN, suprastėjusios emocinės ir fizinės sveikatos (Jusienė et al., 2021, 2022). Tačiau Lietuvoje trūksta validžių ir patikimų instrumentų atpažinti PIN riziką ir išreikštumą paauglystėje. Šiuo tyrimu siekiama atskleisti Kompulsyvaus interneto naudojimo skalės (angl. Compulsive Internet Use Scale, CIUS; Meerkerk et al., 2009) ir 9 teiginių Probleminio interneto naudojimo skalės (angl. the Problematic Internet Use Questionnaire, PIUQ-9; Laconi et al., 2019) psichometrines charakteristikas ir tinkamumą paauglių PIN vertinimui.

Tyrimo tikslui pasiekti analizuoti 185 paauglių (vid. amžius – 15 m., SD – 1 m., 58,4 proc. – merginos) duomenys. PIN vertinimui naudoti CIUS ir PIUQ-9. Paaugliai atsakė, kiek laiko jie leidžia internete bei kaip dažnai yra įsitraukę į įvairias veiklas internete, ar internetas sutrikdė jų įprastą kasdienę veiklą ir (ar) santykius su aplinkiniais.

Tyrimo rezultatai atskleidė, kad abiejų lyčių grupės nesiskiria pagal PIN, įvertintą abiem instrumentais, taip pat laiką, praleidžiamą internete. Merginos dažniau lankosi socialiniuose tinkluose, žiūri serialus ar pokalbių šou, o vaikinai dažniau žaidžia internetinius žaidimus. Ir CIUS, ir

## Rima Breidokienė

Vilniaus universitetas,  
Filosofijos fakultetas,  
Psichologijos institutas,  
rima.breidokiene@fsf.vu.lt

## Julius Burkauskas

Lietuvos sveikatos mokslų  
universitetas, Medicinos  
akademija, Neuromokslų  
institutas, Elgesio medicinos  
laboratorija

## Roma Jusienė

Vilniaus universitetas,  
Filosofijos fakultetas,  
Psichologijos institutas

PIUQ-9 pasižymi labai geru vidinio suderintumo lygiu (CIUS – Cronbach  $\alpha$  = 0,89, o PIUQ-9 – 0,79). Patvirtinančiosios faktorinės analizės rezultatai patvirtina vieno faktoriaus CIUS skalės struktūrą (atsižvelgus į koreliacijas tarp liekamųjų reiškinių,  $\chi^2$  (df) = 824,67 (91),  $p < 0,001$ , RMSEA  $< 0,001$ , CFI = 1,00, TLI = 1,22), taip pat vieno faktoriaus PIUQ-9 skalės struktūrą (atsižvelgus į koreliacijas tarp liekamųjų reiškinių,  $\chi^2$  (df) = 364,52 (36),  $p < 0,001$ , RMSEA = 0,022, CFI = 0,99, TLI = 0,99). CIUS ir PIUQ-9 konstrukto validumas patvirtintas abiejų skalių tarpusavio koreliacija ( $r = 0,84$ ,  $p < 0,001$ ) ir jų reikšmingomis sąsajomis su paauglių praleidžiamu laiku internete. Be to paaugliams, nurodžiusiems, kad internetas reikšmingai sutrikdė jų įprastą kasdienę veiklą ir (ar) santykius su aplinkiniais, būdingas labiau išreikštas PIN, vertintas pagal abi skales. PIN reikšmingai siejasi ir su pramoginėmis ar socialinėmis veiklomis internete.

CIUS ir PIUQ-9 skalės pasižymi tinkamomis psichometrinėmis charakteristikomis ir gali būti naudojamos paauglių PIN rizikos ir išreikštumo vertinimui grupių tyrimo tikslais. Kitas žingsnis būtų šių skalių pritaikymas individualiam atrankiniam paauglių su didele PIN rizika vertinimui.

**Reikšminiai žodžiai:**

probleminis interneto naudojimas, paaugliai, CIUS, PIUQ-9, psichometrinės charakteristikos.

# Jaunų suaugusių probleminio interneto naudojimo vertinimas

## Assessment of problematic internet use in young adults

Pasaulinis susirūpinimas dėl probleminio interneto naudojimo (PIN) ir jo poveikio visuomenės sveikatai ir toliau auga (Fineberg et al., 2018). PIN mastą dar labiau išryškino COVID-19 pandemijos padariniai – išaugę nuotaikos ir nerimo sutrikimų bei medžiagų vartojimo rodikliai (Hampshire et al., 2021; Dores et al., 2021). Tikslingai PIN prevencijai reikalingas moksliskai pagrįstas ir efektyvus asmenų, turinčių PIN riziką, identifikavimo užtikrinimas.

Lietuvoje ir pasaulyje plačiai naudojami standartizuoti klausimynai PIN problemai atpažinti: Kompulsyvaus interneto naudojimo skalė (angl. the Compulsive Internet Use Scale, CIUS), ir Probleminio interneto naudojimo klausimynas (angl. the Problematic Internet Use Questionnaire, PIUQ). Trumpi PIN vertinimo klausimynai gali būti patogus ir efektyvus būdas įvertinti su interneto naudojimu susijusias problemas įvairiuose kontekstuose, pradedant moksliniais tyrimais ir baigiant klinicine praktika.

Šio tyrimo tikslas buvo įvertinti vieno klausimo „Ar naudojimasis internetu reikšmingai pablogino jūsų įprastą kasdienę veiklą ir (arba) santykius su aplinkiniais?“ prognostinę reikšmę, PIN, depresijos ir nerimo simptomų atpažinimui.

Tyrimo dalyvavo 796 studentai (80,3 proc. moterų, amžiaus vidurkis  $24,5 \pm 3,5$  metai). Tiriamųjų PIN, nerimo ir depresijos simptomų vertinimui buvo naudojamas Probleminio interneto naudojimo klausimynas (PIUQ-9; Laconi et al., 2019; Burkauskas et al., 2020), Kompulsyvaus interneto naudojimo skalė (CIUS; Meerkerk et al., 2009), Pacientų sveikatos klausimynas (PHQ9), Generalizuoto nerimo

### Vilma Jakienė

Elgesio medicinos laboratorija,  
Neuromokslų institutas,  
Lietuvos sveikatos mokslų  
universitetas, Palanga, Lietuva,  
vilma.jakiene@ismu.lt

### Orsolya Király

Psichologijos institutas, ELTE  
Eötvös Loránd universitetas,  
Budapeštas, Vengrija

### Zsolt Demetrovics

Psichologijos institutas,  
ELTE Eötvös Loránd  
universitetas; Atsakingų  
žaidimų kompetencijos centras,  
Gibraltaro universitetas,  
Gibraltaras

### Aurelija Podlipskytė

Elgesio medicinos laboratorija,  
Neuromokslų institutas, Lietuvos  
sveikatos mokslų universitetas,  
Palanga, Lietuva

### Aušra Saudargienė

Biofizikos ir bioinformatikos  
laboratorija, Neuromokslų  
institutas, Lietuvos sveikatos  
mokslų universitetas, Kaunas,  
Lietuva

### Roma Jusienė

Vilniaus universitetas,  
Filosofijos fakultetas,  
Psichologijos institutas

### Laurynas Ambrasas

Psichiatrijos klinika, Lietuvos  
sveikatos mokslų universitetas,  
Kaunas, Lietuva

sutrikimo skalė (GAD7; Spitzer et al., 2006; Pranckevičienė et al., 2022; Stanytė et al., 2023) ir vienas klausimas „Ar naudojimasis internetu reikšmingai pablogino jūsų įprastą kasdienę veiklą ir (arba) santykius su aplinkiniais?“.

Tyrimo rezultatai parodė, kad vienas klausimas gerai prognozuoja PIN ( $b=0,484$ ,  $p<0,001$  [PIUQ-9] ir  $b=0,481$ ,  $p<0,001$  [CIUS]), kontroliuojant pagal amžių, lytį ir interneto naudojimo laiką. Koreguojant tuos pačius kintamuosius, vienas klausimas turėjo mažesnę prognostinę reikšmę depresijos ( $b = 0,385$ ,  $p<0,001$  [PHQ9]) ir nerimo ( $b=0,252$ ,  $p<0,001$  [GAD7]) simptomų prognozavimui.

Išvada: Vienas klausimas gerai prognozuoja jaunų suaugusiųjų PIN simptomus, nepaisant jų amžiaus, lyties ir naudojimosi internetu laiko.

### **Eglė Milašauskienė**

Elgesio medicinos laboratorija,  
Neuromokslų institutas, Lietuvos  
sveikatos mokslų universitetas,  
Palanga, Lietuva

### **Julija Gečaitė-Stončienė**

Elgesio medicinos laboratorija,  
Neuromokslų institutas, Lietuvos  
sveikatos mokslų universitetas,  
Palanga, Lietuva

### **Evelina Palaitytė-Urbonė**

Elgesio medicinos laboratorija,  
Neuromokslų institutas, Lietuvos  
sveikatos mokslų universitetas,  
Palanga, Lietuva

### **Julius Burkauskas**

Lietuvos sveikatos mokslų  
universitetas, Medicinos  
Akademija, Neuromokslų  
institutas, Elgesio medicinos  
laboratorija

### **Vesta Steiblienė**

Elgesio medicinos laboratorija,  
Neuromokslų institutas, Lietuvos  
sveikatos mokslų universitetas,  
Palanga, Lietuva

### **Reikšminiai žodžiai:**

probleminis interneto  
naudojimas, vertinimas, jauni  
suaugusieji, vienas klausimas.

# Paradigmos kaita: moters galių ir jos poreikių pripažinimu grįsta pagalba smurtą ir prievartą šeimoje patiriančioms moterims.

**Paradigm shift: Strength based needs led approach in help provision for women survivors of domestic violence**

Europoje ir Europos Sąjungos šalyse vyksta reikšminga požiūrio į smurtą artimoje aplinkoje (SAA) ir smurto prieš moteris šeimoje (SPMŠ) kaita. Senąją paradigmą, konceptualizuojančią SAA ir SPMŠ kaip socialinės atskirties ir rizikos grupėms būdingą problemą, keičia naujas požiūris, išryškinantis, jog SAA yra lyčiai specifiškas reiškinys, žmogaus teisių ir laisvių pažeidimas, kurio tikrosios priežastys yra istoriškai susiklosčiusi nelygi vyrų ir moterų galia visuomenėje ir šeimoje. Keičiasi ir supratimas apie tai, kokia pagalba yra efektyviausia šio žmogaus teisių pažeidimo aukoms. Nuostata, jog SAA ir SPMŠ patyrusioms moterims pakanka bendrųjų socialinių paslaugų, tokių kaip prieglaudos, savivaldybių krizių centrai, socialinio darbuotojo ir specializuotų žinių neturinčio teisininko paslaugos, keičia nauja klientui draugiškos specializuotos kompleksinės pagalbos, grįstos kliento įgalinimu, paradigma. Neturint aiškaus SAA problemos suvokimo ir tinkamo konceptualizavimo prevencijos, intervencijos ir postvencijos vykdymas negali būti efektyvus. Priešingai, neretai netgi žalingas. Taikant senąjį socialinių paslaugų modelį SAA atvejais sukuriama tarp instituciniam smurtui, ypač jei neatsižvelgiama į konkrečią SAA/SPMŠ patyrusios moters situaciją ir poreikius. Dažnai smurtautojai manipuliuoja šia sistema, dedančia lygybės ženklą tarp aukos ir smurtautojo, kas sukelia dar didesnę pavojų moteriai (Alaggia ir kt., 2007; Vasiliauskienė ir kt., 2017). Senuoju modeliu besiremiantys institucijų specialistai, teikdami pagalbą susitelkia į momentinį rizikos sumažinimą

**Zuzana Vasiliauskaitė**

Vilniaus Moterų namai,  
Vytauto Didžiojo universitetas,  
zuzana.vasiliauskaite@gmail.com

ilgalaikės pagalbos sąskaita, nukentėjusios moterys yra spaudžiamos pačios išspręsti patiriamo smurto problemą, pvz., išsikeliant iš šeimos būsto, kt., taip sumenkinant smurtautojo atsakomybę už jo smurtinius veiksmus.

SAA ir SPMŠ konceptualizavimas kaip žmogaus teisių pažeidimo problema yra svarbus žingsnis kovojant su visų formų smurtu prieš moteris ir teikiant efektyvią pagalbą nukentėjusioms moterims. Vienas iš besikeičiančios paradigmos rezultatų yra moters galių ir jos poreikių pripažinimu grįsto konsultavimo modelio (Strength Based Needs Led approach - SBNL) taikymas teikiant pagalbą šio nusikaltimo ir žmogaus teisių pažeidimo aukoms. Šis simpoziumas skirtas pristatyti psichikos sveikatos specialistams naująją paradigmą, jos raidą, pagrindinius klientui draugiškos specializuotos pagalbos principus, jų taikymą bei poveikį moterų psichosocialinei gerovei.

Reikšminiai žodžiai: smurtas prieš moteris, moters galių ir jos poreikių pripažinimu grįstas konsultavimas, specializuota kompleksinė pagalba, potrauminis augimas.

# Nuo prieglaudų prie specializuotos kompleksinės pagalbos smurtą šeimoje patyrusioms moterims

The transition from shelters to the provision of specialized complex help for women survivors of domestic violence

Įvadas. Smurto prieš moteris šeimoje (SPMŠ) problema egzistavo šimtmečius, bet matoma tapo tik praėjusio amžiaus septintojo dešimtmečio pabaigoje – aštunto dešimtmečio pradžioje. Pirmieji prieglobsčiai arba prieglaudos SMPŠ patyrusioms moterims buvo įkurti moterų aktyvisčių Didžiojoje Britanijoje ir netrukus iniciatyva pasklido po visą pasaulį didžiausią pakilimą išgyvenusi Jungtinėje Karalystėje, Šiaurės Amerikoje ir Australijoje. Tais laikais, kai SPMŠ nebuvo kriminalizuotas ir netgi buvo socialiai bei teisiškai priimtinas, vienintelis būdas išvengti smurto buvo nuo jo bėgti, tad prieglaudos buvo laikomos geriausia pagalba moterims. Visgi 1990–2000 metais vis daugiau pagalbą teikiančių moterų organizacijų ėmė garsiai kalbėti apie tokios pagalbos neefektyvumą sprendžiant smurto prieš moteris šeimoje problemą. Europoje ima dominuoti naujas horizontalus požiūris į pagalbą teikimą, kuomet tiek problemos suvokimas, tiek pagalbą teikimas, intervencijos yra paremtos moterų žmogaus teisių diskursu. Taip pat dešimtojo dešimtmečio pradžioje atgavusios nepriklausomybę buvusio Sovietų Sąjungos bloko šalys prisijungė prie tarptautinės bendruomenės pastangų kovoti su smurtu prieš moteris šeimoje (SPMŠ). Šios šalys atsinešė savo unikalią patirtį įveikiant SPMŠ, kuri tapo aktualia ir kitoms Europos ir pasaulio šalims, besikeičiant supratimui apie tai kas yra veiksminga pagalba smurtą ir prievartą patiriančioms moterims. Priimtose svarbios tarptautinės ir nacionalinės teisinės priemonės, leidžiančios šalims pereiti nuo moterų slėpimo prieglaudose prie smurtautojų išskeldinimo iš šeimos būsto ir kardomųjų priemonių taikymo. Šio pranešimo metu pristatysime, kaip skirtingi geopolitiniai

**Lilija Henrika Vasiliauskė**

Vilniaus Moterų namai,  
vmotnam@vmotnam.lt

**Zuzana Vasiliauskaitė**

Vilniaus Moterų namai, Vytauto  
Didžiojo universitetas

ir istoriniai kontekstai nulėmė skirtingus pagalbos teikimo būdus, kaip Pasaulyje, Europoje ir Lietuvoje keitėsi pagalbos smurtą ir prievartą patiriančioms moterims teikimo paradigma, apžvelgdami naujausių tyrimų duomenis aptarsime netikėtą neigiamą prieglaudų poveikį SMPŠ išgyvenusioms moterims, jų vaikams ir visai visuomenei. Taip pat atsakysime į klausimą kodėl svarbu, kad žmogaus teisių įtvirtinimo principais paremta specializuota kompleksinė pagalba keičia prieglaudų ir socialinių paslaugų modelį.

Reikšminiai žodžiai: prieglaudos/krizių centrai, specializuota kompleksinė pagalba, žmogaus teisės, paradigmos kaita.

## Moters galių ir poreikių pripažinimu grįsto konsultavimo principai ir jų taikymas teikiant pagalbą smurtą ir prievartą patiriančioms moterims

The strength based - needs led approach and its application in providing help and assistance for women victims of domestic violence/intimate partner violence

Kliento galių ir poreikių pripažinimu grįsto konsultavimo principų taikymas įvairiose pagalbos teikimo srityse yra susijęs su vis didėjančia pagarba kliento žmogaus teisėms. Šis naujas pagalbos teikimo modelis akcentuoja kliento stiprybes, susitelkimą į jo asmeninių, socialinių, bendruomeninių ir kitokių resursų tyrinėjimą ir stiprinimą bei pabrėžia kliento autonomijos, bei lygiaverčio santykio tarp kliento ir specialisto svarbą pagalbos teikimo procese. Galių ir poreikių pripažinimu grįsto konsultavimo metodai sėkmingai taikomi teikiant pagalbą įvairioms klientų grupėms – dirbant su autistiškais vaikais, teikiant pagalbą sunkius psichikos sutrikimus patiriantiems suaugusiems

**Evelina Dirmotaitė**

Vilniaus Moterų namai,  
evelina.dirmotaite@gmail.com

asmenims, dirbant su pabėgėliais, kt. (Murthi ir kt., 2023; Khan ir Francis, 2015; Block ir kt., 2018). Visgi, istoriškai kuriant pagalbos teikimo modelius vyrų smurtą ir prievartą patiriančioms moterims jų stiprybėms ir poreikiams buvo skirta nepakankamai dėmesio. Smurtą artimoje aplinkoje patiriančios moterys pagalbos teikėjų neretai yra suvokiamos kaip pasyvios paslaugų gavėjos taip konstruojant vertikalų nugalinantį paslaugų gavėjo – specialisto santykį. Tai gali būti itin žalinga dirbant su šia klientų grupe, kadangi iškyla rimta grėsmė atkartoti smurtiniams santykiams būdingą galios disbalansą. Tuo pačiu dėl nelygios moterų ir vyrų padėties visuomenėje ir šeimoje ir stereotipinių moterims primestų vaidmenų, smurtą šeimoje išgyvenusios moterys ypač jautriai reaguoja į galios disbalansą, kas neigiamai veikia jų savigarbą, galimybes priimti savarankiškus sprendimus ir psichinę sveikatą apskritai. Nuo pat pagalbos teikimo pradžios yra svarbu susikoncentruoti į moters įgalinimą, kartu iš naujo atrasti jos stiprybes bei gebėjimą įveikti traumas ir kurti gyvenimą be smurto. Dėl šių priežasčių kiekvienam pagalbos teikėjui savo darbe susiduriančiam su smurtą ir prievartą patiriančiomis moterimis, įskaitant socialinius darbuotojus ir psichologus, yra svarbu būti susipažinusiems su moters galių ir poreikių pripažinimu grįsto konsultavimo principais ir taikyti juos savo praktiniame darbe. Pranešimo metu bus pristatyti pagrindiniai moters galių ir poreikių pripažinimu grįsto konsultavimo principai, šio modelio skirtumai nuo bendrojo socialinių paslaugų modelio, bei praktinės šių principų taikymo galimybės dirbant su smurtą ir prievartą patiriančiomis moterimis.

**Reikšminiai žodžiai:**

smurtas artimoje aplinkoje, moters galių ir poreikių pripažinimu grįstas konsultavimas, pilietinis įgalinimas.

# Ką žinome apie smurtą ir prievartą patyrusių moterų potrauminį augimą?

What do we know about the post-traumatic growth of women survivors of male violence?

Įvadas. XX a. paskutinio dešimtmečio viduryje atsiradusi potrauminio augimo (PTA) teorija analizuoja įvairialypes traumas patyrusių asmenų patirtis (Calhoun & Tedeschi, 2013). PTA terminas žymi aukštesnį asmens psichologinį funkcionavimą, kuris jam nebuvo būdingas iki traumos patirties (Tedeschi & Blevins, 2017). Po patirtos traumos „paūgėti“ įstengęs žmogus pradeda geriau suvokti savo asmeninę stiprybę, aiškiai pamato naujas galimybes, kuria tvirtesnius santykius, labiau vertina gyvenimą, tampa dvasingesnis (Tedeschi ir kt., 2018). Intymaus partnerio smurtą (IPS) patyrusios moterys taip pat nurodo patiriančios PTA, tačiau IPS trauminė patirtis skiriasi nuo kitų traumų savo priežastimis, dinamika ir pasekmėmis (Walker, 2017). IPS šaknys glūdi lyčių nelygybėje, o agresorius sistemingai ir tyčia smurtauja prieš asmenį, kurį turėtų mylėti, – taip smurtą išgyvenusi moteris patiria kompleksinę traumą su rimtais neigiamais padariniais savo biopsichosocialinei gerovei (Walker, 2017). Taigi siekiant atpažinti jau vykstantį ir (ar) paskatinti IPS patyrusių moterų PTA yra svarbu remtis duomenimis gautais analizuojant būtent šios traumos patirtis. Šio pranešimo metu pristatysime naujausius tyrimus, nagrinėjančius PTA ir IPS sąsajas, apžvelgsime ryšį tarp specializuotos kompleksinės pagalbos, moters galių ir jos poreikių pripažinimu grįsto konsultavimo taikymo ir PTA. Bus pristatytas tyrimas, kuriame struktūrinių lygčių modeliavimo pagalba, buvo analizuojamos 244 IPS išgyvenusių moterų patirtys. Aptarsime du potrauminio augimo kelius: apsunkintąjį ir pozityvųjį. Remiantis šio tyrimo rezultatais, bus pateikti pasiūlymai naujausiam PTA modeliui (Tedeschi ir kt., 2018) papildyti bei pateiktos praktinės rekomendacijos psichikos sveikatos specialistams.

**Zuzana Vasiliauskaitė**

Vilniaus Moterų namai, Vytauto  
Didžiojo universitetas,  
zuzana.vasiliauskaite@gmail.com

**Reikšminiai žodžiai:**

intymaus partnerio smurtas  
prieš moteris, potrauminis  
augimas, atskleidimas,  
socialinis atsakas.

# ŽODINIAI PRANEŠIMAI

## KLINIKINĖ IR SVEIKATOS PSICHOLOGIJA

### Potrauminio streso ir kompleksinio potrauminio streso rizikos veiksniai: longitudinalinis paauglių tyrimas

Posttraumatic stress and complex posttraumatic stress risk factors: Longitudinal study of adolescents

Ivadas.

Daugėjant tyrimų potrauminio streso (PTSS) ir kompleksinio potrauminio streso (KPTSS) suaugusiųjų imtyse, vis dar trūksta mokslinių žinių apie šių sutrikimų rizikos veiksnius paauglystėje. Šio tyrimo tikslas – nustatyti kompleksinio potrauminio streso rizikos veiksnius Lietuvos paauglių imtyje.

Metodai.

Lietuvos mokyklose atliktas dviejų bangų tęstinis tyrimas „Stresas ir atsparumas paauglystėje“. Visą tyrimo imtį sudarė 840 paauglių, kurie sudalyvavo abėjuose tyrimo etapuose (2019 ir 2021 m.). Analizuoti 700 paauglių (56%, N = 395 merginos; imties amžiaus vidurkis 14,17 (SD = 1,33) metų) duomenys, kuriems pirmosios bangos metu nebuvo nustatyta PTSS arba KPTSS rizika. Tyrimo dalyviams buvo pateiktas savistatos klausimynų paketas. Patirtiems potencialiai traumuojančioms įvykiams įvertinti naudotas Vaikų ir paauglių traumos klausimynas (CATS, Sachser et al., 2017), PTSS ir KPTSS rizika įvertinta Tarptautinio traumos klausimyno vaikų ir paauglių versija (ITQ-CA; Cloitre et al., 2018). Taip pat naudota Gaunamos pozityvios socialinės paramos skalė (PPSS, Kazlauskas et al., 2023), Vieništumo skalė (Hughes et al., 2004) ir demografinių duomenų anketa.

**Agnietė Kairytė**

Vilniaus universitetas,  
Filosofijos fakultetas,  
Psichologijos institutas,  
Psichotraumatologijos centras,  
agniete.kairyte@fsf.vu.lt

**Evaldas Kazlauskas**

Vilniaus universitetas,  
Filosofijos fakultetas,  
Psichologijos institutas,  
Psichotraumatologijos centras

**Paulina Želviėnė**

Vilniaus universitetas,  
Filosofijos fakultetas,  
Psichologijos institutas,  
Psichotraumatologijos centras

Rezultatai.

Praėjus dviem metams po pirmojo matavimo, 6% paauglių buvo nustatyta PTSS rizika, 8,9% paauglių KPTSS rizika. Su padidėjusia PTSS rizika buvo susiję fizinio smurto patyrimas iš šeimos narių ( $r = 0,10$ ;  $p = 0,007$ ), o su KPTSS rizika stipriausiai buvo susiję stebėtas fizinis smurtas šeimoje ( $r = 0,22$ ;  $p < 0,001$ ) bei seksualinio smurto ( $r = 0,23$ ;  $p < 0,001$ ) patirtys. Labiau išreikštos potrauminės reakcijos siejosi su didesniu patiriamu vienišumu ( $r = 0,39$ ;  $p < 0,001$ ) bei mažesne gauta socialine parama ( $r = -0,16$ ;  $p < 0,001$ ). Diskusija. Longitudinis tyrimas atskleidė, kad potrauminio streso reakcijų eigą paauglystėje gali diferencijuoti skirtingi trauminiai įvykiai. Labiau išreikštomis potrauminio streso reakcijoms reikšmės gali turėti socialiniai veiksniai, tokie, kaip patiriamas vienišumas bei socialinės paramos trūkumas.

Išvados.

Pirminiai tyrimo rezultatai atskleidė skirtingų trauminių patirčių ir socialinės paramos svarbą potrauminėms reakcijoms paauglystėje.

**Reikšminiai žodžiai:**

potrauminis stresas;  
kompleksinis potrauminis  
stresas; paauglystė.

## Ilgalaikis internetinės intervencijos poveikis depresija sergantiems vyresnio amžiaus žmonėms: dveju metų tęstinė analizė

Long-term effects of an online intervention for depressed older people: A two-year follow-up analysis

Depresija dažniausiai pasireiškia vyresnio amžiaus žmonėms ir negydoma gali apriboti jų gyvenimo kokybei bei kiekybei (Andreas et al., 2017). Veiksminga pagalba, kaip psichologinė terapija, jiems nėra lengviausiai prieinama dėl

**Monika Bagočiūtė**

University of Amsterdam,  
monika.bagociute@student.uva.nl

**Jonas Eimontas**

Vilniaus universitetas

**Goda Gegieckaitė**

Vilniaus universitetas

įvairių priežasčių: mobilumo, išlaidų ar dėl stigmatos (Lavingia et al., 2020), todėl nuotolinės alternatyvos turėtų būti svarstomas. Šiuo metu, egzistuoja veiksmingos internetinės terapijos, tačiau jos mažai ištirtos vyresnio amžiaus žmonėms. Mūsų tyrimas (2021 m.) siekė užpildyti šią spragą tiriant internetinės KET intervencijos efektyvumą ir po intervencijos radome reikšmingus teigiamus rezultatus. Šio tyrimo tikslas dabar yra ištirti, ar intervencijos efektyvumas yra tvarus ir ar praėjus 2 metams po dalyvavimo nuotolinėje KET vis dar yra matomas reikšmingas depresijos simptomų sumažėjimas vyresnio amžiaus žmonėms. Iš 48 vyresnio amžiaus žmonių dalyvavusių nuotolinėje KET intervencijoje, 24 pranešė apie savo psichinę sveikatą po 2 metų po intervencijos. Grupėje dauguma 60-77 metų amžiaus moterys (95 %), kurios atsakė į senatvinės depresijos skalę (angl. GDS) ir pacientų sveikatos klausimyną apie depresijos požymius (eng. PHQ). Taip pat buvo matuojami antriniai kintamieji: nerimo simptomai ir laimės indeksas. Taikant daugiapakopę duomenų analizę (angl. Multilevel Data Analysis) ir didžiausio tikėtimumo metodą (angl. MLE) praėjus 2 metams po internetinės KET intervencijos vis dar buvo rastas reikšmingas dalyvių depresijos simptomų sumažėjimas, GDS ( $\beta = -2,3967$ ,  $p < .001$ ) ir PHQ ( $\beta = -2,1$ ,  $p = .036$ ). Rezultatai rodo ilgalaikį internetinės KET veiksmingumą vyresnio amžiaus žmonėms, tačiau norint nustatyti pagrindinius mechanizmus, atsakingus už intervencijos tvarumą, reikalingi tolesni tyrimai. Nepaisant to, rezultatai yra daug žadantys ir svarbūs visuomenei, nes alternatyvos kaip ši yra reikalingos, siekiant pagerinti prieigą ir sumažinti atskirtį, ribojančią galimybę gauti veiksmingą gydymą vyresnio amžiaus žmonėms.

**Reikšminiai žodžiai:**

internetinė KET, depresija, vyresnio amžiaus žmonės, dvejų metų tęstinė analizė.

# Agresyviai gydomų onkohematologinių pacientų gyvenimo kokybę prognozuojantys psichologiniai veiksniai

Marija Turlinskienė

Vilniaus universitetas, marija.  
turlinskiene@fsf.vu.lt

Psychological predictors of quality of life in  
aggressively treated oncohematological patients

Įvadas.

Agresyvus, bet galimybę pasveikti suteikiantis gydymas – kamieninių kraujodaros ląstelių transplantacija (KKLT) – yra sudėtinga tiek fizine, tiek psichologine prasme patirtis onkohematologine liga sergantiems pacientams. Nors KKLT patiriančių pacientų psichologinė savijauta (distresas, nerimas, depresija) yra nemažai tyrinėta, tačiau beveik nėra tyrimų, plačiau analizuojančių tokių psichologinių veiksnių kaip psichologinis įgalinimas, beviltiškumas ir privalumų radimas ryšius su pacientų gyvenimo kokybe. Šiuo longitudiniu tyrimu ir buvo siekta išanalizuoti, kaip šie psichologiniai veiksniai prognozuoja bei medijuoja pacientų gyvenimo kokybę ankstyvuojau laikotarpiu po KKLT.

Metodai.

Dviejų etapų longitudiniame tyrime dalyvavo 150 onkohematologinių pacientų (50,7 % moterys, pacientų amžiaus vidurkis 54,96 metai (SD = 11,87)), hospitalizuotų VUL Santaros klinikose 2020–2021 m. Pacientų emocinė būklė buvo vertinama Beck'o depresijos, nerimo ir beviltiškumo klausimynais, gyvenimo kokybė matuota Vėžio gydymo funkcinio įvertinimo skale (FACT-BMT), buvo vertinamas privalumų radimas (BFS), psichologinis įgalinimas (HES) ir komunikacija su gydytojais (CAT). Duomenų analizė atlikta naudojantis SPSS Statistics 26.0 paketu su makroprograma Process, patikrinti daugialypės tiesinės regresijos bei paralelinės mediacijos modeliai.

Rezultatai.

Prognostiniai modeliai atskleidė, kad pacientų gebėjimas

matyti privalumus dar tebevykstant agresyviai gydymui bei įgalinimo jausmas yra susiję su mažesniais nerimo, depresiškumo ir beviltiškumo rodikliais bei prognozuoja geresnę gyvenimo kokybę po KKL. Taip pat reikšminga yra komunikacija su gydytojais – pasitenkinimas bendravimu su medikais stiprina įgalinimo jausmą ir privalumų radimą, o tai teigiamai, nors ir netiesiogiai, veikia pacientų gyvenimo kokybę po KKL.

Išvados. Gauti tyrimo rezultatai leidžia formuoti rekomendacijas medikams atkreipti ypatingą dėmesį pacientų psichologinei savijautai dar prieš gydymo pradžią, kadangi depresiškumas ir nerimas išlieka stabilūs gydymo eigoje ir veikia pacientų gyvenimo kokybę po KKL.

Pateikti duomenys yra dalis disertacinio tyrimo „Onkohematologinių pacientų psichologinės savijautos kismas taikant agresyvų gydymą“, darbo vadovė– doc.dr. Rūta Sargautytė. Tyrimui gautas Regioninio biomedicininio tyrimų etikos komiteto leidimas Nr. 2020/3-1217-699.

**Reikšminiai žodžiai:**

depresiškumas, nerimas, beviltiškumas, įgalinimas.

## Suicidiškumas ir kiti psichikos sveikatos rizikos rodikliai tarp neheteroseksualių studentų Lietuvoje

**Suicidality and other mental health risk indicators among non-heterosexual students in Lithuania**

Išvadas.

Tyrimai rodo, kad neheteroseksualūs žmonės pasižymi prastesne psichikos sveikata negu heteroseksualai. Tačiau Lietuvoje iki šiol nėra atlikta tyrimų apie neheteroseksualių žmonių psichologinę sveikatą. Šio tyrimo tikslas – įvertinti įvairių psichikos sveikatos rizikos rodiklių paplitimą tarp heteroseksualių ir neheteroseksualių studentų.

**Jokūbas Gužas**

Vilniaus universitetas,  
jokubas.guzas@fsf.vu.lt

**Paulius Skruibis**

Vilniaus universitetas

Metodika. Tyrime dalyvavo 2417 Lietuvos aukštųjų mokyklų studentų (72% cislytės moterys). Iš jų savo seksualinę orientaciją kaip heteroseksualią nurodė – 1916, biseksualią – 372, homoseksualią – 129 tiriamieji. Tiriamųjų amžius buvo 18-29 metų ( $M=21,63$ ). Tiriamieji apklausą pildė internetinėje platformoje. Anketą sudarė sociodemografiniai klausimai. Suicidiškumas įvertintas pasitelkus SBQ-R ir atskirais klausimais, depresija ir nerimas – PHQ-4, priklausomybės – AUDIT-C ir atskirais klausimais, psichologinė gerovė – PSO-5. Statistinei analizei naudota SPSS programa. Buvo taikytas Chi kvadrato kriterijus ir binarinė logistinė regresija.

### Rezultatai.

Daugiau neheteroseksualių studentų palyginus su heteroseksualiais pateko į rizikos grupę pagal įvairius psichikos sveikatos rodiklius: suicidiškumas (47,0 ir 75,5%), depresija (47,0 ir 57,6%), nerimas (53,6 ir 66,7%), rizikingas alkoholio vartojimas (36,4 ir 44,6%), narkotinių medžiagų vartojimas (per paskutinį mėnesį 11,7 ir 15,7%, per paskutinius metus 14,9 ir 26,2%). Nebuvo rasta reikšmingų skirtumų įvertinus psichologinę gerovę ir tabako gaminių vartojimą. Palyginus su heteroseksualiais studentais neheteroseksualūs pasižymėjo vidutiniškai 3,5 karto didesne suicidiškumo rizika, 2,0 – narkotinių medžiagų vartojimo (per paskutinius metus), 1,7 – nerimo, 1,5 depresijos ir prastos psichologinės gerovės, 1,4 – narkotinių medžiagų vartojimo (per paskutinį mėnesį) ir alkoholio vartojimo rizika. Reikšmingų skirtumų negauta įvertinus tabako gaminių vartojimą. Detalesnė analizė parodė, kad didesne įvairių psichikos sveikatos rodiklių rizika pasižymėjo biseksualūs studentai lyginant su homoseksualiais ir heteroseksualiais.

### Diskusija.

Atliktu tyrimu gauta, kad seksualinėms mažumoms priklausantys studentai pasižymi prastesne psichikos sveikata, įvairių rodiklių rizika panaši arba aukštesnė palyginus su kitais tyrimais. Didesnė neheteroseksualių žmonių psichikos sveikatos rizika siejama su jų patiriamais psichosocialiniais stresoriais.

Išvados. Tyrimo rezultatai parodė, kad neheteroseksualiems studentams Lietuvoje būdinga didesnė suicidinė, depresijos, nerimo, prastos psichologinės gerovės, alkoholio ir narkotinių medžiagų vartojimo rizika.

**Reikšminiai žodžiai:**

suicidiškumas, psichikos sveikata, neheteroseksulumas.

## Senėjimo nerimo sąsaja su mirties baime

### Aging anxiety association with fear of death

Įvadas. Senėjimo nerimas yra siejamas su amžizmu ir neigiamais stereotipais apie senyvą amžių (Bergam et al., 2018). Tačiau kitų, senėjimo nerimas yra suprantamas kaip egzistencinis nerimas, susijęs su mirties baime, šią sąsają parodo ir ankstesni tyrimai (Bodner et al., 2015). Svarbu geriau suprasti, kurie senėjimo nerimo aspektai yra stipriau susiję būtent su mirties baime. Šio tyrimo tikslas yra išanalizuoti, kaip senėjimo nerimo dimensijos yra susijusios su savo ir kitų mirties baime, mirimo baime ir egzistenciniu mirties nerimu.

Metodika. Tyrime dalyvavo 388 asmenys, 314 moterų (80,9%), amžius nuo 18 iki 78 ( $M = 35,13$ ,  $SD = 14,33$ ). Senėjimo nerimui įvertinti naudota Senėjimo nerimo skalė (Lasher & Faulkender, 1993), turinti senų žmonių, praradimų, išvaizdos pokyčių ir psichologės būsenos baimių subskales. Mirties baimei įvertinti naudoti Collet-Lester mirties baimės skalė (Lester & Abdel-Khalek, 2003) ir Egzistencinio mirties nerimo skalė (Jong & Halberstadt, 2016).

Rezultatai: Senėjimo nerimas buvo reikšmingai susijęs su mirties ir mirimo baime ( $r = 0,50$ ,  $p < 0,001$ ) ir egzistenciniu mirties nerimu ( $r = 0,43$ ,  $p < 0,001$ ). Stipriausiai senėjimo nerimas buvo susijęs su savo mirimo proceso baimės subskale ( $r = 0,49$ ,  $p < 0,001$ ), mažiausiai su kitų mirties

baime ( $r = 0,32, p < 0,001$ ). Senų žmonių baimė nebuvo susijusi mirties baime. Praradimų senstant baimė buvo stipriausiai susijusi su mirties ir mirimo baime ( $r = 0,50, p < 0,001$ ) ir egzistenciniu mirties nerimu ( $r = 0,42, p < 0,001$ ). Psichologinių rūpesčių ir išvaizdos pokyčių baimės buvo vidutiniškai susijusios su mirties baime ir egzistenciniu mirties nerimu ( $r = 0,33 - 0,45, p < 0,001$ ).

Išvados. Nors senėjimo nerimas ir mirties baimė yra stipriai susiję, skirtingos senėjimo nerimo dimensijos yra nevienodai susiję su mirties baime. Senų žmonių baimė, kuri galimai labiau atspindi amžizmą, nėra susijusi su senėjimo nerimu, o dimensijos atspindinčios nerimą apie savo asmeninį senėjimą yra stipriau susijusios su savo mirties baime.

## Ar tai jau problema? Jaunų suaugusiųjų kompulsyvaus socialinių tinklų vartojimo prognoziniai veiksniai

Is that a problem already? Predictors of compulsive social media use in young adults

Išvadas.

2023 metais visame pasaulyje buvo apie 4,8 milijardo socialinių tinklų vartotojų, o tai sudaro 59,9 proc. visos žmonijos populiacijos (DataReportal, 2023). Kiekvienais metais žmonės vis daugiau laiko praleidžia virtualiame pasaulyje, o daliai toks elgesys įgauna kompulsyvų pobūdį (Lervik-Olsen, 2023). Kompulsyvus socialinių tinklų naudojimas apsunkina kasdienį funkcionavimą ir yra siejamas su įvairiomis psichikos sveikatos problemomis (Keles et al., 2020), todėl svarbu yra suprasti, kas gali padėti atpažinti probleminį vartojimą. Šio tyrimo

**Reikšminiai žodžiai:**

senėjimo nerimas, mirties baime, mirties nerimas.

**Arūnas Žiedelis**

Vilniaus universitetas,  
Sveikatos psichologijos katedra,  
arunas.ziedelis@fsf.vu.lt

**Laima Bulotaitė**

Vilniaus universitetas,  
Sveikatos psichologijos katedra

**Justina Kymantienė**

Vilniaus universitetas,  
Sveikatos psichologijos katedra

tikslas – atskleisti jaunų žmonių kompulsyvų socialinių tinklų vartojimą prognozuojančius lūkesčius bei elgesio indikatorius.

**Reikšminiai žodžiai:**

socialiniai tinklai, kompulsyvus elgesys, prognoziniai veiksniai.

**Metodika.** Tyrime dalyvavo 229 tiriamieji (63 vyrai, 161 moteris, 4 – kita), kurių amžius buvo nuo 18 iki 29 m. Tiriamieji buvo prašomi užpildyti anketą, kurią sudarė demografiniai klausimai, modifikuotas Interneto vartojimo lūkesčių klausimynas (Brand et al., 2014), bei teirautasi apie 10 dažniausiai socialiniuose tinkluose vykdomų veiklų. Duomenys buvo analizuojami pasitelkiant hierarchinę regresinę analizę ir jos pagrindu parengiant optimizuotą regresinį modelį, apimantį ribotą skaičių svarbiausių prognozinų veiksnių.

**Rezultatai.** Kompulsyvus socialinių tinklų vartojimas buvo menkai susijęs su demografiniais veiksniais ( $R^2 = 0,06$ ), tačiau jį neblogai prognozavo veiklos socialiniuose tinkluose pobūdis ( $\Delta R^2 = 0,26$ ) bei lūkesčiai ( $\Delta R^2 = 0,13$ ). Geriausiai kompulsyvų socialinių tinklų vartojimą prognozavo lūkesčiai socialiniuose tinkluose pabėgti nuo nemalonių emocijų, dažnesnis kitų žmonių sekimas bei betikslis naršymas ( $R^2 = 0,41$ ).

**Išvados.** Gauti rezultatai rodo, kad kompulsyvų socialinių tinklų vartojimą galime pagrįstai įtarti, jei žinome, jog jaunas žmogus bėga į socialinius tinklus nuo nemalonių emocijų, dažnai naršo neturėdamas konkretaus tikslo ir nuosekliai seka kitų žmonių keliamą turinį. Šiomis žiniomis galima pasinaudoti kuriant į tikslinę rizikos grupę orientuotas intervencijos programas.

# Mąstymo sutrikimo požymių raiška psichikos sutrikimų atveju

## Thought disorder symptoms in psychiatric disorders

Įvadas.

Nors mąstymo sutrikimas laikomas vienu pagrindinių šizofrenijos simptomų, jo požymiai pasireiškia ir tokiose psichiatrinėse grupėse kaip šizoafektinis sutrikimas ar depresija, o mąstymo sutrikimo požymiai nurodo į galimą sunkesnę ligos eigą ir prastesnę asmens funkcionavimą ateityje (Roche et al., 2015). Mąstymo sutrikimo požymiai pasitaiko švelnia forma net ir psichikos sutrikimų neturinčių asmenų atveju, o naujoje TLK-11 (World Health Organization, 2022) diagnostinėje sistemoje judant prie dimensinio požiūrio, taigi svarbu atskleisti tiek skirtingose grupėse pasitaikančių mąstymo sutrikimo požymių skirtumus, tiek panašumus. Šio tyrimo tikslas – išanalizuoti mąstymo sutrikimo požymių raišką skirtingų sutrikimų atvejų bei ją palyginti.

Metodika.

Tyrimo bendrą imtį sudaro 129 asmenys, iš kurių 73 vyrai ir 56 moterys, amžiaus  $M(SD) = 34,28(9,95)$ . Iš visų tyrimo dalyvių 39 turi šizofrenijos, 27 šizoafektinio sutrikimo depresijos tipo, 31 depresijos diagnozes, o 32 neturi diagnozuotų psichikos sutrikimų. Mąstymo sutrikimo požymiams matuoti buvo naudojama Mąstymo ir kalbos disfunkcijų skalė (Petraškaitė ir Grigutytė, 2023), leidžianti įvertinti keturias mąstymo sutrikimo dimensijas – objektyvių pozityvių, objektyvių negatyvių, subjektyvių negatyvių ir subjektyvių pozityvių požymių.

Rezultatai.

Mąstymo sutrikimo požymiai stebimi visų grupių atveju, dažniausiai stebėta ruminacija, minties nuslydimas, mąstymo interferencija, kalbos išraiškos disfunkcija, kalbos prasilenkimas, minčių blokavimas bei minčių antplūdis.

**Karolina Petraškaitė**

Vilniaus universitetas,  
Psichologijos institutas,  
karolina.petraskaite@fsf.vu.lt

Naudojant MANOVA su 2000 imčių sąranka, rasti statistiškai reikšmingi skirtumai grupėse visose mąstymo sutrikimų požymių dimensijose ( $V = 0,967$ ,  $F(12, 372) = 14,748$ ,  $p < 0,01$ ), požymių reikšmingai daugiau aptinkama psichikos sutrikimų atveju nei nesergančiųjų grupėje. Daugiausiai požymių stebima šizofrenijos, kiek mažiau šizoafektinio sutrikimo, o mažiausiai – depresijos atveju. Šizofrenijos atveju dažniausiai pastebimi minties nuslydimo, kalbos prasilenkimo ar kalbos turinio skurdumo požymiai, šizoafektinio sutrikimo atveju dažniausiai pastebimas minties nuslydimas, kalbos prasilenkimas ir rezonavimas, depresijos grupėje dažniausiai pasireiškia minties nuslydimas, sulėtėjęs mąstymas ir kalbos skurdumas

**Reikšminiai žodžiai:**

mąstymo sutrikimas, šizofrenija, šizoafektinis sutrikimas, depresija.

Išvada. Mąstymo sutrikimo požymiai reikšmingai daugiau aptinkami psichikos sutrikimų atveju, tačiau jų atvejus galima aptikti ir nesergančiųjų atveju, taigi į mąstymo sutrikimą svarbu žvelgti dimensiniu, o ne kategoriniu požiūriu.

## Paciento sveikatos klausimyno-9 ir Generalizuoto nerimo skalės-7 psichometrinės charakteristikos sergantiesiems nerimo ir afektiniais sutrikimais

Validation of the Patient Health Questionnaire-9 and the Generalized Anxiety Disorder-7 in individuals with anxiety and mood disorders

[vadas. Paciento sveikatos klausimynas-9 (PHQ-9) (Kroenke et al., 2001) ir Generalizuoto nerimo skalė-7 (GAD-7) (Spitzer et al., 2006) yra trumpi savistabos klausimynai, skirti

įvertinti depresijos ir nerimo spektro sutrikimų sunkumą. Šios skalės plačiai naudojamos bendrosios populiacijos ir įvairiomis ligomis sergančiųjų imtyse, tačiau ganėtinai mažai žinoma apie skalių psichometrinės charakteristikas asmenims, sergantiems nerimo ir afektiniais sutrikimais. Šio darbo tikslas – įvertinti PHQ-9 ir GAD-7 klausimynų psichometrinės charakteristikas asmenims, sergantiems nerimo ir afektiniais sutrikimais.

**Metodai.** Tyrime analizuojami asmenys, sergantys nerimo ar afektiniais sutrikimais (n=244, vidutinis amžius  $40 \pm 12$  metų), kurie gydėsi Lietuvos Sveikatos mokslų universiteto Neuromokslų instituto Palangos klinikos Streso ligų skyriuje. Tyrime taikyti PHQ-9, GAD-7 klausimynai (Kroenke et al., 2001; Pranckeviciene et al., 2022; Spitzer et al., 2006), taip pat kiti depresijos ir nerimo simptomų vertinimo instrumentai, tokie kaip Hamiltono depresijos skalė (HAM-D), Hamiltono nerimo skalė (HAM-A) (Hamilton, 1959, 1960), bei M.I.N.I. neuropsichiatrinis interviu (Sheehan et al., 1998).

**Rezultatai.** Lietuviškosios PHQ-9 ir GAD-7 versijos pasižymėjo geru vidiniu suderinamumu (Cronbach Alpha atitinkamai 0,87 ir 0,84). PHQ-9 ir GAD-7 pasižymėjo silpna koreliacija su gydytojų administruojamomis skalėmis HAM-D ir HAM-A (atitinkamai  $r = 0,316$ ,  $p < 0,01$ ;  $r = 0,307$ ,  $p < 0,01$ ). PHQ-9 pasižymėjo pakankamomis atrankos charakteristikomis, siekiant nustatyti didžiojo depresijos epizodo tikimybę (atskaitos taškas  $\geq 11$ , 72 proc. jautrumas ir 72 proc. specifiškumas). Atitinkamai GAD-7 pasižymėjo ribotomis galimybėmis nustatant bet kokį nerimo sutrikimą (atskaitos taškas  $\geq 7$  lėmė 73 proc. jautrumą ir 54 proc. specifiškumą). Atlikta patvirtinamoji faktorių analizė abiejose klausimynuose išskyrė dviejų faktorių struktūrą („kognityvinė/emocinė“ ir „somatinė“ skalės).

**Diskusija ir išvados.** PHQ-9 ir GAD-7 pasižymi adekvačiomis psichometrinėmis charakteristikomis depresijos ir nerimo simptomų sunkumo vertinimui asmenims, sergantiems nerimo ir afektiniais sutrikimais. Didžiosios depresijos epizodo atrankai PHQ-9 yra veiksmingas įrankis naudojant

## **Agnė Stanytė**

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, Neuromokslų institutas, Elgesio medicinos laboratorija, Palanga-Kaunas, agne.stanyte@lsmuni.lt

## **Naomi A. Fineberg**

University of Hertfordshire, Hatfield, UK

## **Aurelija Podlipskytė**

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, Neuromokslų institutas, Elgesio medicinos laboratorija, Palanga-Kaunas

## **Jūratė Macijauskienė**

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, Neuromokslų institutas, Elgesio medicinos laboratorija, Palanga-Kaunas

## **Vesta Steiblienė**

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, Neuromokslų institutas, Elgesio medicinos laboratorija, Palanga-Kaunas

atskaitos tašką  $\geq 11$ , tačiau GAD-7 klausimynas nerimo sutrikimų atrankai tinkamas mažiau.

**Reikšminiai žodžiai:**

depresija, nerimo sutrikimai, psichometrinės charakteristikos, PHQ-9, GAD-7.

## Internetu teikiamų kognityviosios elgesio terapijos ir dėmesingumu grįstos terapijos tinitui palyginimas

Internet-based cognitive behavioral therapy compared to mindfulness based therapy for tinnitus

**Įvadas.** Tinitas arba ūžesys ausyse yra plačiai paplitęs ir daliai jį patiriančių sukelia itin reikšmingų psichologinių sunkumų. Dauguma tyrimų rodo, kad ūžesio ausyse paplitimas bendrojoje populiacijoje svyruoja nuo 10 iki 19% suaugusiųjų imtyje. Veiksmingų medicininių intervencijų tinitui nėra. Tyrimai rodo, kad tinitui skirta kognityvioji elgesio terapija internetu (KET) (angl. Cognitive Behavioral Therapy; CBT) gali padėti veiksmingai sumažinti tinito sukeliama distresą, nors paties ūžesio ausyse ir nepanaikina. Pastaruoju metu atlikti tyrimai rodo, kad dėmesingumu grįsta terapija (angl. Mindfulness; MBTSR) taip pat gali veiksmingai padėti sumažinti tinito sukeliama stresą. Tiesioginio internetu teikiamos, tinitui skirtos, kognityviaja elgesio terapija grįstos intervencijos ir tinitui skirtos dėmesingu įsisaūmoninimu grįstos intervencijos palyginimo atlikta nebuvo, todėl šio tyrimo tikslas ir yra įvertinti abiejų intervencijų veiksmingumą ir palyginti su kontroline laukiančiųjų grupe.

**Metodika.** Tinitą patiriantys asmenys buvo pakviesti dalyvauti 8 savaičių trukmės internetinės intervencijos tyrime. Tyrime naudotas Paciento Sveikatos Klausimynas-9 (angl. Patient Health Questionnaire; PHQ-9), kuris matuoja depresijos simptomų intensyvumą; Generalizuoto nerimo skalė-7 (angl. Generalized anxiety disorder scale; GAD-

**Livija Arcimavičiūtė**

Psichologijos institutas,  
Filosofijos fakultetas,  
Vilniaus universitetas,  
livija.arcimaviciute@fsf.stud.vu.lt

**Jonas Eimontas**

Psichologijos institutas,  
Filosofijos fakultetas,  
Vilniaus universitetas

7), kuri matuoja nerimo simptomų intensyvumą; Nemigos sunkumo indeksas (angl. Insomnia Severity Index; ISI) (Bastien et al, 2001), kuris matuoja nemigos simptomatiką ir Tinito sąlygotos negalios klausimynas (angl. Tinnitus Handicap Inventory [THI]), skirtas tinito sunkumo įvertinimui. Po atrankos 65 22-77 metų amžiaus asmenys ( $M = 44,85$ ,  $SD = 13,98$ ), iš kurių 50 buvo moterys (76,9 %), atitiko visus įtraukimo kriterijus ir buvo atsitiktinės atrankos būdu atrinkti į vieną iš trijų tyrimo grupių: iCBT, iMBTSR arba kontrolinę laukiančiųjų grupę.

Rezultatai. Vienfaktorinė dispersinė kovariacinė analizė (ANCOVA) parodė, kad kai yra kontroliuojamas matavimas prieš intervenciją, PHQ ( $F = 3,12$ ;  $p = 0,052$ ), ISI ( $F = 2,27$ ;  $p = 0,112$ ) ir GAD-7 ( $F = 2,90$ ;  $p = 0,063$ ) įverčiai tarp grupių nesiskiria, išskyrus THI įvertį, kuris tarp grupių rodo statistiškai reikšmingą skirtumą ( $F = 4,76$ ;  $p = 0,012$ ). Atlikta post-hoc analizė patvirtina statistiškai reikšmingus skirtumus tarp kontrolinės ir KET grupių ( $p = 0,012$ ). KET grupėje statistiškai reikšmingai sumažėjo THI įvertis ( $M = 33,75$ ;  $SD = 3,90$ ), lyginant su kontroline grupe ( $M = 50,44$ ;  $SD = 3,90$ ). Nustatyta, kad po KET intervencijos vidutinis efekto dydis parodė depresijos simptomų intensyvumo sumažėjimą ( $d = 0,71$  [0,11; 1,31]). Kitų rodiklių pokytis nebuvo reikšmingas nei po KET, nei po MBTSR.

Išvados. Rezultatai parodė, kad kontroliuojant pirmąjį matavimą tinito sunkumo įvertis tarp grupių skiriasi. Nustatyta, kad KET grupėje statistiškai reikšmingai sumažėjo patiriamas tinito sunkumas. Po KET intervencijos vidutiniškai sumažėjo depresijos simptomų intensyvumas.

**Reikšminiai žodžiai:**

tinitas, kognityvinė elgesio terapija, dėmesingumu grįsta terapija.

# Psichoterapijos supervizijų efektyvumo ir santykių supervizijos procese dinamikos tyrimas

Psychotherapeutic supervision: A study of supervisory relationship effectiveness and dynamics

Psichoterapinė supervizija yra kertinis akmuo plėtojant supervizuojamųjų profesines kompetencijas ir pagrindinis būsimų psichoterapeutų rengimo būdas, tačiau iki šiol stokojama empirinių supervizijų tyrimų (Kennedy et al., 2018; Watkins et al., 2021). Yra žinoma, kad supervizija „veikia“, tačiau lieka neaišku, kaip ji „veikia“ (Watkins et al., 2021). Šiuolaikinėje klinikinėje praktikoje supervizijų efektyvumo tyrimai smarkiai atsilieka nuo psichoterapijos efektyvumo tyrimų ir kol kas nėra visiškai aišku, kokie supervizijų veiksniai padeda supervizuojamiesiems plėtoti savo profesines kompetencijas (Alfonsson et al., 2020; Kühne et al., 2019). Siekiant užpildyti mokslinių tyrimų spragas, Lietuvos mokslo tarybos remiamo mokslininkų grupių projekto „Psichoterapijos supervizijų efektyvumo ir santykių supervizijos procese dinamikos tyrimas“ (Nr. S-MIP-23-13) tikslas - tyrinėti skirtingų psichoterapijos paradigmų supervizijų procesą iš supervizorių ir iš supervizuojamųjų perspektyvų, atskleidžiant santykių supervizijos procese dinamikos ypatumus ir supervizijų efektyvumą lemiančius bendruosius bei skirtingoms paradigmoms būdingus specifinius veiksniai. Atliekamas longitudinalinis tyrimas derinant kiekybinę ir kokybinę tyrimo strategijas. Tyrimo rezultatai implikuoja mokslinę ir praktinę vertę keliant psichoterapinės supervizijos kokybę.

**Neringa Grigutytė**

Vilniaus universitetas,  
neringa.grigutyte@gmail.com

**Greta Kaluževičiūtė-  
Moreton**

Vilniaus universitetas

**Paulius Skruibis**

Vilniaus universitetas

**Marija Vaštakė**

Vilniaus universitetas

Reikšminiai žodžiai:  
psichoterapija, supervizija,  
santykiai supervizijoje,  
efektyvumas.

# Biblioterapijos galimybės. Geroji patirtis Šiaulių rajono savivaldybės sveikatos centre

Possibilities of bibliotherapy. Good experience in Šiauliai district municipal health center

Pirmas žingsnis pokyčių link prasideda tik pravėrus psichologo duris. Ar tai bus pokytis, vedantis į subjektyvią gerovę, priklausys nuo to, kaip efektyviai formuosis abipusiu supratimu ir pasitikėjimu grįstas santykis.

Ryšys su terapeutu besikreipiantįjį inicijuoja ir motyvuoja išgyventi sunkius transformacijos etapus, kurti realų savęs ir pasaulio vaizdą. Natūralu, kad įprasti elgesio modeliai suprantami kaip saugūs ir patikimi, o nauji dar nematomi. Nežinomybė ir nesaugumas sustiprina įtampą ir apsunkina ryšio kūrimo procesą. Žinoma, kad kiekvienas santykis unikalus, todėl būtina ieškoti metodų, kurie pasižymėtų išskirtinai lanksčiomis savybėmis, leidžiančiomis skirtingais būdais kurti unikalų terapinį ryšį su kiekvienu, kuris ieško pagalbos.

Pristatoma biblioterapijos metodo taikymo geroji patirtis, kuriant terapinį santykį. Juk tinkamai parinktas kūrinys ir terapinio rašymo užduotys padeda saugiai ir tinkamu greičiu bei atstumu atverti, aktualizuoti ir įvardinti šiuo metu svarbias problemas, kylančius jausmus, naudojamas mąstymo schemas ir elgesio metodus, kurie galimai nebuvo suprasti iki terapinio proceso pradžios. Be to, atsargus, jautrus ir ypatingas priėjimas mažina pasipriešinimą ir leidžia kurti saugų santykį su terapeutu.

**Donata Grakauskaitė-Šličienė**

Šiaulių rajono savivaldybės sveikatos centras,  
donatagrakauskaitesliciene@gmail.com

**Reikšminiai žodžiai:**

biblioterapija, ryšys, santykis, pagalba.

# Sveiko konteksto paradoksas – kaip mažesnės klasės patyčių normos gali pabloginti situaciją likusiems aukoms

Healthy context paradox – how lower classroom bullying norms may exacerbate negative outcomes for the remaining victims

Intervencijos skirtos mažinti patyčių pasireiškimą klasėse daro reikšmingą progresą matomą per mažėjantį patyčių pasireiškimą (Ng et al., 2022). Visgi, šie, daug žadantys rezultatai, ateina su kaina. Tyrimai pastebi, kad mokinių kurie lieka viktimizuojami klasėse su bendrai sumažėjusiais patyčių rodikliais, situacija pablogėja ir jie patiria dar daugiau internalių sunkumų (Huitsing et al., 2019). Šis fenomenas pavadintas “Sveiko konteksto paradoksu” (Garandeau & Salmivalli, 2019). Paradoksas aiškinamas per asmens-grupės nepanašumo modelį (Wright et al., 1986) atkreipia dėmesį į neatitikimo klasės normoms pavojų. Nors yra pastebėtos sveiko konteksto paradokso sąsajos su internaliais sunkumais, nėra išnagrinėtas ryšys su elgesio problemomis.

Tyrimui buvo naudojamas Grupės aktoriaus-partnerio abipusės priklausomybės modelis (G-APIM) leidęs pažvelgti kaip didesnis nukrypimas nuo klasės viktimizacijos normų prognozuoja elgesio sunkumus metų eigoje. Tyrime dalyvavo 706 4 7 klasių mokiniai (47,7% mergaitės), kurių amžiaus vidurkis buvo 11.8 (SD=1.13). Tyrime buvo matuojama fizinė viktimizacija, kuri buvo vertinama pagal

### Gintautas Katulis

Mykolo Romerio universitetas,  
gintautas.katulis@mruni.eu

### Goda Kaniušonytė

Mykolo Romerio universitetas

### Brett Laursen

Florida Atlantic university

bendraamžių nominacijas bei bendraamžių viktimizacijos klausimyną (Crick & Grotpeter, 1996). Trikdantis elgesys ir fizinė agresija buvo matuojama naudojant bendraamžių nominacijas. Eksternalūs sunkumai buvo matuojami stiprybių ir sunkumų klausimynu (SDQ) (Goodman, 1997), delinkventinis elgesys buvo matuojamas remiantis Bendixen ir Olweus (1999) sudarytu klausimynu delinkventiniam elgesiui.

Bendraamžių nominacijų rezultatai parodė, kad didesnis nukrypimas nuo klasės viktimizacijos normų reikšmingai prognozuoja didėjantį trikdantį elgesį klasėje ( $\beta = -.116$ ;  $p = .005$ ) bei fizinę agresiją ( $\beta = -.193$ ;  $p = .000$ ) metų eigoje. Nukrypimas nuo mokinių suvokiamos viktimizacijos normų atkartojė radinius ir prognozavo eksternalius sunkumus ( $\beta = -.151$ ;  $p = .028$ ) ir delinkventinį elgesį ( $\beta = -.154$ ;  $p = .051$ ) metų eigoje. Bendrai rezultatai rodo, kad mokiniai kurie patiria patyčias klasėse kuriose patyčių normos yra žemos susiduria su didesniais elgesio sunkumais metų eigoje. Radiniai rodo "Sveiko konteksto paradokso" aktualumą ir atkreipia dėmesį į likusias aukas, sėkmingų patyčių intervencijų kontekste.

**Reikšminiai žodžiai:**

patyčios, viktimizacija, eksternalūs sunkumai, sveiko konteksto paradoksas.

## Kas trukdo mokytis matematikos? Projekto „Veiksmingo mokymo(si) paieška: kliūčių mokytis matematikos psichologinio mechanizmo analizė (DoIT2)“ pristatymas

What hinders learning mathematics?

Presentation of the project „Towards the effective learning: Analysis of the psychological mechanism of obstacles to learning mathematics (DoIT2)“

Daugelyje šalių užtikrinant kokybišką švietimą visiems ir jį grindžiant įtraukus ugdymo koncepcija, kyla iššūkiai atskleisti kiekvieno mokinio mokymosi potencialą, padedant įveikti individualias kliūtis, trukdančias mokytis. Lietuvoje pastaraisiais metais itin didelį susirūpinimą kelia mokinių žemi matematikos pasiekimai (Jakaitienė et al., 2022), todėl siekiant suprasti, kodėl dalis mokinių neįsitraukia į matematikos mokymąsi ir nepasiekia optimalių rezultatų, aktualu analizuoti kliūčių mokytis matematikos psichologinį mechanizmą. Pagal Lūkesčių-verčių teoriją (Eccles ir kt., 1983; Eccles, Wigfield, 2020), mokinių menkas pastangas, nepakankamą atkaklumą mokantis matematikos galima aiškinti aukšta suvokta šio dalyko mokymosi kaina, tačiau stokojama žinių, kiek ir kokių yra kainos dimensijų, kaip jos sąveikauja su kitais motyvaciniais įsitikinimais (numanoma sėkmės tikimybe ir matematikos mokymosi verte) ir mokytojo kuriama mokymosi aplinka, kokios jų pasekmės mokinių mokymuisi. DoIT2 projekto tikslas – atskleisti mokinių suvoktos matematikos mokymosi kainos psichologinį mechanizmą. Šį projektą remia Lietuvos mokslo taryba (sutarties Nr. S-MIP-23-12). Pristatymo metu atskleisime tyrimo idėjos teorinį pagrindimą bei atliekamo tęstinio tyrimo metodologiją, įvardinsime, kokių naujų žinių tikimės apie psichologinės kainos ir jos dimensijų sampratą bei asmeninių kliūčių formavimosi mechanizmą suteiks atliekamas tyrimas. Galiausiai aptarsime, kaip šios žinios galėtų būti pritaikomos kuriant veiksmingą mokymo(si) aplinką, užtikrinant tokias matematikos mokymosi patirtis, kurios padėtų, o ne kliudytų kiekvienam mokiniui suformuoti matematikos mokymuisi palankius motyvacinius įsitikinimus.

### Saulė Raižienė

Vilniaus universitetas,  
saule.raiziene@fsf.vu.lt

### Dovilė Butkienė

Vilniaus universitetas

### Lauryna Rakickienė

Vilniaus universitetas

### Reikšminiai žodžiai:

matematikos mokymasis,  
lūkesčių-verčių teorija,  
mokymosi kliūtys,  
paauglystė.

# Grupiniai užsiėmimai, padedantys palengvinti gimnazistų adaptaciją naujame kolektyve

Group activities that help facilitate the adaptation of high school students in the new team and environment

Paauglystė – vienas audringiausių raidos etapų žmogaus gyvenime, kuris atneša nemažai pokyčių, ir vienas iš jų – mokyklos keitimas. Tai kelia nemažai iššūkių jaunam žmogui: mokinio statuso keitimas į gimnazisto, nauji reikalavimai, nauja aplinka. Tačiau vienas iš aktualiausių pokyčių – naujas kolektyvas, poreikis susirasti naujų draugų, atrasti savo vietą tarp bendraamžių.

**Aleksandra Mėlinauskienė**

Klaipėdos Vytauto Didžiojo  
gimnazija,  
a.melinauskiene@gmail.com

Vienas iš mokyklos psichologo uždavinių – padėti naujokams adaptuotis naujame kolektyve. Tai nėra nepaprasta, nes adaptaciją lydi nemažai sunkumų.

Pranešimo tikslas - pristatyti grupinio darbo metodus, kuriuos naudojame mūsų gimnazijoje su 1-ą klasių gimnazistais, tam kad padėtume suformuoti klasės kolektyvą, susidraugauti tarpusavyje ir susipažinti su nauja aplinka. Pranešime pristatysiu modifikuotą orientacinių varžybų variantą, pritaikytą gimnazistų adaptacijai gerinti. Šis metodas taikomas mūsų gimnazijoje jau kelerius metus ir pasiteisino kaip efektyvi priemonė palengvinanti mokinių adaptaciją naujoje aplinkoje. Užsiėmimai yra orientuoti į paauglių poreikį „Išsiskirti ir priklausyti“. Išsiskirti padeda žaidimo varžybų elementas, o priklausyti – darbas komandoje. Šį žaidimą sudaro 3 etapai: susipažinimas su gimnazija, su gimnazijos teritorija ir su miesto kultūriniais objektais. Ši veikla leidžia mokiniams veikti kartu komandoje, geriau susipažinti vienas su kitu, su nauja gimnazijos aplinka bei su miesto kultūriniais objektais.

Taip pat aptarsiu kitas veiklas, kurias naudojame savo gimnazijoje adaptacijai gerinti. Šis užsiėmimų „rinkinys“ padeda gerinti mokinių emocinę savijautą gimnazijoje,

lavina bendradarbiavimo ir komunikacinius įgūdžius bei skatina tinkamą elgesį. Veiklų veiksmingumui įvertinti buvo naudojamas mokinių stebėjimas ir diskusijos.

**Reikšminiai žodžiai:**

adaptacija mokykloje, paaugliai, grupė.

## Pozityviosios psichologijos intervencijos paauglių konsultavime

Positive psychology interventions  
in adolescent counseling

Per pastaruosius 20 metų pozityviosios psichologijos intervencijų veiksmingumas gerinant vaikų ir paauglių gerovę buvo įrodytas moksliniais tyrimais. Pozityvioji psichologija – mokslas, kuris tyrinėja psichinę sveikatą, asmenines charakterio stiprybes, pozityvias emocijas ir optimalų funkcionavimą. Šiuo metu pozityvioji psichologija labiau susitelkusi į tyrimų rezultatus, kurie padėtų kelti žmogaus optimizmą, laimės lygį ir vystyti asmenines charakterio stiprybes bei optimalų funkcionavimą. Dauguma intervencijų tinka paaugliams, nes yra trumpos, lengvai suprantamos ir pritaikomos sprendžiant įvairius paauglių gyvenime iškilusius sunkumus (Goali & Niemiec, 2020). Anot Teodorczuk ir Plessis (2016), paauglystė yra geriausias laikas pradėti taikyti intervencijas, kuriomis siekiama nustatyti ir stiprinti charakterio stipriąsias puses, plėtoti ateities siekius ir pagerinti gerovę. Pranešime pateikiamos asmens charakterio stiprybėmis grįstos intervencijos sukurtos remiantis „VIA charakterio stiprybių ir dorybių klasifikacija“ (Peterson & Seligman, 2004). Šio pranešimo tikslas yra supažindinti psichologus su VIA asmens charakterio stiprybių klasifikacija bei šia klasifikacija grįstomis intervencijomis bei jų integravimo galimybe į paauglių konsultavimo procesą.

Asmens charakterio stiprybės – tai universalūs, vertinami kultūriškai pozityvūs bruožai ir galimybės, leidžiančios gyventi pilnavertį gyvenimą ir nulemiančios teigiamai

**Ugnė Kundrotienė**

Klaipėdos pedagoginė  
psichologinė tarnyba,  
ugne.kundrotiene@ku.lt

vertinamas pasekmes (Niemiec, 2018). Žinant paauglių stipriąsias puses, galima efektyviau ir autentiškiau jiems padėti. Remiantis G. S. Bocci ir R. M. Niemiec „The positivity workbook for teens“ (2020), R. M. Niemiec „Character Strengths Interventions“ (2018), pranešime pristatomos intervencijos, kurių tikslas padėti paaugliams patirti daugiau teigiamų emocijų, pagerinti santykius su bendraamžiais, didinti psichologinį atsparumą ir optimizmą. Šiame pranešime aptariamos šios intervencijos bei jų taikymo galimybės paauglių konsultavimo procese.

#### **Reikšminiai žodžiai:**

pozityvioji psichologija, paauglystė, asmens charakterio stiprybės.

## **Mamos turimo prieraišumo stiliaus reikšmė sąsajai tarp vaiko-mamos santykių negatyvumo ir mamos emocinių sunkumų**

**The significance of mother's attachment style in the relationship between mother-child relationship negativity and mother's emotional difficulties**

**Įvadas.** Paauglystė neretai lydimą pokyčių vaiko elgesyje, kas gali lemti vaiko-mamos nesutarimus ir mamos emocinius sunkumus. Visgi, kokią reikšmę mamos prieraišumo stilius turi sąsajai tarp vaiko-mamos nesutarimų ir mamos emocinių sunkumų nėra iki galo aišku. Šio tyrimo tikslas – įvertinti mamų turimo prieraišumo stiliaus, kaip mediatoriaus, reikšmę vaiko-mamos santykių negatyvumui ir mamos stresui, ypatingai vaiko paauglystės ir su ja susijusių vaiko pokyčių kontekste. Taip pat įvertinti ryšį tarp mamos streso ir mamos nerimo bei depresiškumo rodiklių.

**Metodai.** Tyrimo dalyvės – 5-8 klasių mokinių, besimokančių 6 skirtingose Utenos mokyklose, mamos. Iš viso tyrime dalyvavo 252 mamos (amžiaus vidurkis – 41.45

#### **Dainora Šakinytė**

Mykolo Romerio universitetas,  
dasakinyte@stud.mruni.eu

#### **Goda Kaniušonytė**

Mykolo Romerio universitetas

#### **Rita Žukauskienė**

Mykolo Romerio universitetas

metai (SD = 5.85)). Tyrimo metu mamų buvo prašoma užpildyti elektroninį klausimyną, kuriuo buvo siekiama įvertinti pastebimus vaiko fizinius, elgesio ir emocinius pokyčius, susijusius su paauglyste, vaikų-mamų santykių negatyvumą, mamų baimingą ir vengiantį prierašumą, mamų nerimą, stresą ir depresiškumą. Rezultatų analizei buvo taikyta mediacinė ML analizė naudojantis Mplus 8.4. programiniu paketu. Rezultatai. Tyrimo rezultatai atskleidė teigiamą ryšį tarp vaiko su paauglyste susijusių pokyčių ir vaiko-mamos santykių negatyvumo bei mamos baimingo ir vengiančio prierašumo. Mamos baimingas prierašumas dalinai mediavo teigiamą ryšį tarp vaiko-mamos santykių negatyvumo ir mamos streso, kai mamos vengiantis prierašumas pilnai mediavo ryšį tarp vaiko-mamos santykių negatyvumo ir mamos streso. Mamos stresas buvo susijęs su aukštesniais mamos nerimo ir depresiškumo rodikliais.

**Reikšminiai žodžiai:**

paauglystė, prierašumas, emociniai sunkumai.

Diskusija. Šie tyrimo rezultatai atskleidžia, kad vaikų paauglystės laikotarpis ir su juo susiję vaiko elgesio, emociniai, fiziniai pokyčiai gali lemti didesnius vaiko ir mamos nesutarimus bei pastiprinti mamų baimingą ir vengiantį prierašumą. Tuo tarpu mamos turimas prierašumo stilius gali pastiprinti mamos stresą, o kartu ir mamos nerimą bei depresiškumą.

Išvados. Mamų turimas prierašumo stilius gali būti reikšmingai susijęs su mamų emociniais sunkumais, ypač vaiko paauglystės laikotarpyje, neretai lydymame pokyčių tiek vaiko elgesyje, tiek vaiko-mamos santykyje.

# Psichologinio atsparumo įgūdžių stiprinimas remiantis lietuvių liaudies pasakų motyvais

## Strengthening psychological resilience skills through Lithuanian folk tales

Neretai mūsų kelionė šioje žemėje prasideda nuo pasakų: šį meno kūrinį mums pradeda skaityti ar pasakoti tėvai, seneliai ar kiti artimieji, o vėliau, kai tampame suaugę, pasakas kitiems skaitome mes patys. Pasakos atlieka gyvybiškai svarbų vaidmenį, suteikia šiuolaikiniams klausytojams, o ypač vaikams, laisves patirti, išgyventi, išjausti. Istorikė Marina Varner (Marina Warner), dedikavusi savo profesinį kelią pasakoms, teigia, kad "pasakos yra istorijos, kurios bando rasti tiesą ir leidžia mums įžvelgti didesnius dalykus". Mokslininkai vieningai akcentuoja daugiasluoksnę pasakų naudą. Pavyzdžiui, istorijų kūrimas ir pasakų pasakojimas siejamas su psichologiniu atsparumu – mūsų gebėjimu įveikti nelaimės, iššūkius ir mokyti iš šių patirčių. Pasakos jų skaitytojams / klausytojams gali padėti susidurti su realaus gyvenimo baimėmis, nerimu stebuklinėje aplinkoje, tarsi atlikdamos apsauginę funkciją, padedančią išmokti konstruktyvių įveikos būdų. Jos lavina vaizduotę ir atskleidžia moralines normas, plečia žodyną, ugdo meilę žodžiui. Psichologinių atsparumo įgūdžių ugdymas, socialinių - emocinių kompetencijų stiprinimas ankstyvame amžiuje yra vaikų sveikatos, akademinų pasiekimų ir socialinio prisitaikymo visuomenėje pagrindas. Pristatoma priemonė „Kartą gyveno ... Herojus“ apjungia psichologiją, kultūrą ir meną bei yra skirta psichologiniam atsparumui, socialinėms - emocinėms kompetencijoms stiprinti. Atrinktos stebuklinės pasakos, asociatyvinės vizualios bei žodžių kortelės, rekomendacinio pobūdžio užsiėmimo planas, sudaro priemonę, kurią galima panaudoti tiek dirbant individualiai, tiek grupinėse veiklose, integruoti į formalaus ir neformalaus ugdymo turinį. Remiantis lietuvių liaudies pasakomis, jų motyvais, gali būti aptariamoms

### **Agnė Burkauskaitė**

UAB „Projektų įgyvendinimo grupė“,  
agne@gerovesakademija.lt

### **Elnora Jachjajeva**

UAB „Projektų įgyvendinimo grupė“

### **Rita Radzevičienė**

UAB „Projektų įgyvendinimo grupė“

### **Dalia Senvaitytė**

Vytauto Didžiojo universitetas,  
Kultūrų studijų katedra

### **Laura Slavinskaitė**

smurto, prekybos žmonėmis prevencijos, gedulo, tapatumo jausmo, emocinio intelekto, empatijos temos. Užsiėmimų cikle, panaudojant metodinę priemonę, paliečiami individualūs, artimos bei socialinės aplinkos aspektai, kuomet ieškoma sunkumų įveikimo būdų, siekiama stiprinti psichologinį atsparumą. Kiekviena perskaityta/išgirsta pasaka dovanoja pažinimo džiaugsmą, skatina kūrybiškumą, leidžia pažinti praeitį ir ją susisiekti su dabartimi. Parengę šią priemonę, siekiame, kad šiuolaikiniame pasaulyje, greta informacinių technologijų, nebūtų pamirštas paveldas ir žodinis pasakojimas, kuriame slypi jausmas, potyris, santykis. Kiekviena pasaka gali tapti kelione, kuri keičia, augina, duoda dar vieną iššūkį, patirtį, pažintį, praradimą, atradimą ir dar daugiau.

**Reikšminiai žodžiai:**

psichologinis atsparumas, pasaka, kūrybiškumas.

## Skalės, vertinančios savęs stigmatizavimą (SSMI), pritaikymas ir validizavimas tėvų, auginančių raidos sutrikimą turintį vaiką, imtyje

Adaptation and validation of Self-stigma of mental illness scale (SSMI) in parents of children with developmental disorder

Įvadas. Savęs stigmatizavimo dėl psichikos sutrikimo skalė (SSMI) (Corrigan et al., 2006) matuoja savęs stigmatizavimo stadijų – stigmos suvokimo, pritarimo stigmatui, pritaikymo sau bei savivertės sumažėjimo – išreikštumą. Šios stadijos, remiantis Progresuojančiu modeliu, formuojasi laipsniškai, todėl kiekviena stadija turėtų būti silpniau išreikšta nei ankstesnė stadija (Corrigan et al., 2006). Šio tyrimo tikslas – patikrinti SSMI skalės, pritaikytos raidos sutrikimą turinčių vaikų tėvams, validumą.

**Marija Aušraitė**

Vytauto Didžiojo universitetas,  
marija.ausraite@vdu.lt

**Kristina Žardeckaitė-  
Matulaitienė**

Vytauto Didžiojo universitetas

Metodai. Tyrime dalyvavo 30 tėvų (28 mamos, 2 tėčiai), auginančių raidos sutrikimą turintį vaiką (23 berniukai, 7 mergaitės; amžiaus vidurkis – 6,23 m.). Tyrimo dalyvių buvo prašoma užpildyti Savęs stigmatizavimo dėl psichikos sutrikimo skalę (Corrigan et al., 2006), kuri buvo pritaikyta tėvų, auginančių raidos sutrikimą turintį vaiką, vertinimui. Šios skalės validumo vertinimui buvo naudota Susietumo stigmatizacijos skalė (Mak & Cheung, 2008) bei Internalizuotos psichikos sutrikimų stigmatizacijos skalė tėvams (ISMI) (Ritsher et al., 2003; Hasson-Ohayon et al., 2011).

**Reikšminiai žodžiai:**

SSMI, tėvai, savęs stigmatizavimas, raidos sutrikimai.

Rezultatai. Pritaikyta SSMIS Stigmatizacijos suvokimo subskalė buvo teigiamai susijusi su ISMI Diskriminacijos patyrimo subskale. Pritaikyta SSMIS Pritarimo stigmatizacijai subskalė buvo teigiamai susijusi su ISMI Pritarimo stereotipams subskale. Pritaikyta SSMIS Stigmatizacijos pritaikymo sau subskalė buvo teigiamai susijusi su ISMI Pritarimo stereotipams subskale. Pritaikyta SSMIS Savivertės sumažėjimo subskalė buvo teigiamai susijusi su ISMI Susvetimėjimo ir Socialinio atsiribojimo subskalėmis. Pritaikytos SSMIS Pritarimo stigmatizacijai, Pritaikymo sau bei Savivertės sumažėjimo subskalės buvo teigiamai ir panašiu stiprumu susijusios su Susietumo stigmatizacijos skale.

Diskusija ir išvados. Remiantis gautais rezultatais, Pritaikyta tėvų vertinimui SSMIS skalė matuoja tėvų savęs stigmatizavimo dėl vaiko raidos sutrikimo stadijas (stigmatizacijos suvokimą, pritarimą jai, pritaikymą sau bei savivertės sumažėjimą) (konvergentinis validumas), tačiau šių stadijų nediferencijuoja (turinio validumas).

# Psichologo darbas su autizmo spektro sutrikimą turinčiais vaikais, jaunuoliais ir suaugusiais žmonėmis Italijoje

**Arminė Petkutė**

Autismo Abruzzo Onlus  
/ Consorzio Universitario  
Humanitas, Klaipėdos  
pedagoginė psichologinė  
tarnyba],  
arminepetkute@gmail.com

## A psychologist's work with children, adolescents and adults with Autism Spectrum Disorder in Italy

Šio praktinio pranešimo tikslas – pasidalinti ir pristatyti metodus darbui su autizmo spektro sutrikimą turinčiais pacientais, remiantis Italijos patirtimi. Autizmas yra neurobiologinis raidos sutrikimas, atsirandantis dėl pokyčių neurovystymosi metu. DSM-5 Autizmas yra apibrėžiamas kaip viena kategorija: Autizmo spektro sutrikimai (APA, 2013). 2014 m. buvo nustatyta, kad autizmo spektro sutrikimą turinčių vaikų smegenyse yra gerokai daugiau neuronų jungčių. Dėl to, kad jų per daug, tai siejama ir su hiperjautrumu, kai tam tikras stimulus, kuris turėtų aktyvuoti tik tam tikrą sensorinę sritį, aktyvuoja ir apima žymiai didesnę smegenų sritį. Neurotipiniam individui nuo sensorinio stimulo aktyvuojasi tik sensorinė smegenų žievė, tuo tarpu autizmo spektro sutrikimą turinčiam, aktyvuojasi ir kitos smegenų dalys. Vaikui susitvarkyti su tokio stipriu stimulu yra labai sudėtinga. Smegenys (pagal dabar priimtą modelį) vystosi vadinamaisiais smegenų „langais“. Ir jei kritinis „langas“ praleidžiamas, neįmanoma kompensuoti praleisto periodo. Lietuvoje vis dar trūksta galimybių kokybiškai dirbti su vaikais ir jaunuoliais turinčiais ASS. Specialistams, tėvams, mokytojams ar mokytojų padėjėjams vis dar trūksta žinių dirbant su minėtais pacientais, vis dar priešinamasi inkliuzijai. Šiam pranešime bandysiu atskleisti Italijos psichologo darbo ypatumus dirbant su pacientu, turinčiu ASS, naudojamus terapinius metodus, socialinių įgūdžių strategijas, psichologo/neuropsichologo, gydytojo neuropsichiatro/psichiatro, mokytojo ir kitų specialistų bendradarbiavimo galimybes ir svarbą, autizmo centrus. Pristatysiu autizmo organizacijos Autismo Abruzzo Onlus veiklą.

### **Reikšminiai žodžiai:**

autizmas, inkliuzija, psichologas.

# Psichologo vaidmuo įtraukiojo ugdymo kontekste

## The role of psychologist in inclusive education context

Šiandien, kai švietimo bendruomenė jau turėtų būti pasiruošusi įtraukties procesui, iškyla klausimas – koks mokyklos psichologo vaidmuo įtraukiojo ugdymo kontekste, kokios psichologo funkcijos darbe su mokiniiais, turinčiais ypatingų poreikių?

Pranešime aptariama mokinių, turinčių raidos sutrikimų elgesio ir emocijų ypatumai bei tam tikri baziniai įgūdžiai (komunikacijos, imitacijos, abipusio/bendro dėmesio, sensorinio apdorojimo, psichosocialiniai įgūdžiai), kurie itin reikalingi sėkmingai mokinių, turinčių ypatingų poreikių įtraukčiai.

Taip pat atkreipiamas dėmesys į mokinių, turinčių ypatingų poreikių emocijų ypatumus. Tyrimais nustatyta, kad žmonių, turinčių autizmo spektro sutrikimą centrinėje nervų dalyje - migdoliniame kūne t. y. dalyje atsakingoje už emocijas, jų atpažinimą ir reguliavimą, yra tam tikrų struktūrinių ir funkcinių pakitimų, stebimi pakitimai smegenų dalyse, kurios apdoroja iš veidų perskaitomą informaciją. Panašu, kad esant autizmui šios dalys veikia kiek kitaip, nes jie veidus mato tik kaip objektus ir sutelkia dėmesį tik į atskiras veido dalis, žmonių veidus skenuoja kitokiu būdu, jų dėmesys koncentruojasi ties burnos, o ne akių sritimi, tokiu būdu gaunama mažiau informacijos apie kito žmogaus emocijas. Tai gali būti viena iš priežasčių, kodėl neteisingai interpretuojamos emocinės išraiškos. Visuomenėje vis dar gajus mitas, kad, tarkim, vaikai, turintys autizmo spektro sutrikimų, yra tarsi „robotai“, neturintys empatijos ir nejaučiantys. Bet ar tai tiesa? Ne, šių vaikų emocijos itin intensyvios ir kraštutinės: jeigu jie

### Gintarė Vičienė

Plungės specialiojo ugdymo centras,  
ginta1989@gmail.com

liūdi, tai liūdi visiškai, jie nesupranta, kaip galima truputį liūdėti arba truputį pyktį, o jei džiaugiasi – tai iš visos širdies.

**Reikšminiai žodžiai:**

psichologija, įtrauktis, ypatingi poreikiai.

Darbo praktika specialiojo ugdymo srityje, priverčia ieškoti kitokių darbo metodų ir technikų, kad būtų galima ne tik padėti, bet ir suprasti kaip mąsto, elgiasi ir mokosi ypatingi vaikai. Visiems gerai pažįstamos raidės SUP (specialieji ugdymo[si] poreikiai), šiame kontekste gali būti iššifruojamos, kaip – Supratimas, Ugdymas, Pagalba.

# ORGANIZACINĖ PSICHOLOGIJA

## Perdegimas Lietuvoje: kaip stipriai, kas lemia ir ką daryti? Reprezentacinės imties duomenys

**Burnout in Lithuania: how severe, what determines it and what to do? Data from a representative sample**

**Įvadas.** Perdegimas yra ilgalaikės įtampos darbe sukeltas sindromas, kuriam būdingas išsekimas, psichologinis atsiribojimas bei emocinio ir kognityvinio funkcionavimo sunkumai (Schaufeli et al., 2019). Nors apie perdegimo problemą kalbama nuolatos, iki šiol Lietuvoje nebuvo prieinamas nei kokybiškas nemokamas įrankis šiam reiškiniui įvertinti, nei reprezentaciniai duomenys, rodantys perdegimo problemos mastą. Dėl to negalime patikimai įvertinti svarbiausių perdegimo prielaidų ir pasiūlyti optimalių veiksmų šiai problemai valdyti. Planuojamo pranešimo tikslas yra pristatyti naujai parengtą metodiką, apžvelgti perdegimo raišką bei pagrindinius individualius bei organizacinius prognostinius veiksnius reprezentacinėje Lietuvos darbuotojų imtyje.

**Metodika.** Lietuvos darbuotojų imtį reprezentuojantys duomenys buvo renkami 2023 m. rugsėjo-spalio mėnesiais. Tyrimo imtį sudarė 1020 darbuotojų (50,4% vyrai), kurių amžiaus vidurkis buvo 43,9 m. (SD = 12,6). Tiriamieji pildė naujai parengtą BAT-23 (angl., Burnout Assessment Tool) perdegimo instrumentą (Schaufeli et al., 2019) bei papildomas skales, vertinančias įvairius darbo reikalavimus bei išteklius, įveikos stilius bei asmeninių ribų laikymąsi.

### **Arūnas Žiedelis**

Vilniaus universitetas,  
Organizacinės psichologijos  
tyrimų centras,  
arunas.ziedelis@fsf.vu.lt

### **Jurgita Lazauskaitė- Zabielskė**

Vilniaus universitetas,  
Organizacinės psichologijos  
tyrimų centras

### **Rita Jakštienė**

Vilniaus universitetas,  
Organizacinės psichologijos  
tyrimų centras

### **Ieva Urbonavičiūtė**

Vilniaus universitetas,  
Organizacinės psichologijos  
tyrimų centras

Duomenų analizei buvo taikoma aprašomoji statistika, koreliacinė bei regresinė analizės.

Rezultatai. Remiantis normomis, gautomis ištyrus Olandijos, Belgijos bei Suomijos gyventojus, 35,3% Lietuvos darbuotojų turėtų padidėjusią perdegimo riziką, o 14,3% būtų perdege. Tokie dažnai siūlomi individualūs perdegimo sprendimai kaip asmeninių ribų laikymasis ar emocinės bei instrumentinės paramos siekimas buvo nesusiję su perdegimo stiprumu (visi  $r < 0,1$ ). Regresinė analizė atskleidė, kad perdegimas yra labiausiai sietinas su tokiais darbo veiksniais kaip tarpasmeniniai konfliktai, dideli ir didėjantys darbo reikalavimai, vaidmenų konfliktai, vaidmens neaiškumas bei nesaugumas dėl darbo ( $R^2 = 0,43$ ).

Išvados. Gauti rezultatai atskleidžia tamprų ryšį tarp darbo veiksnių ir perdegimo. Tai patvirtina, kad perdegimas visų pirma turi būti valdomas sisteminiemis, į darbo dizainą ir aplinką nukreiptomis, o ne individualiomis-psichologinėmis priemonėmis. Papildomi tyrimai yra būtini norint patvirtinti BAT-23 instrumento normas Lietuvos darbuotojų imtyje ir geriau suprasti tikrąsias itin aukštų rodiklių priežastis.

**Reikšminiai žodžiai:**

perdegimas, darbo veiksniai, individualūs perdegimo sprendimai.

## Ar vadovo parama gali sumažinti darbo šeimos vaidmenų konflikto žalą darbuotojų gerovei?

**Work family conflict and employee well-being: the moderating effect of leader support**

Praktikai ir mokslininkai sutaria, jog darbo šeimos vaidmenų konfliktas susijęs su neigiamomis pasekmėmis darbuotojui, jo šeimai ir organizacijai (Amstad ir kt., 2011; Allen ir kt., 2020). Todėl ieškoma būdų, kaip padėti darbuotojams sumažinti patiriamą darbo šeimos vaidmenų konfliktą bei bandoma atsakyti, kokie ištekliai organizacijoje gali

**Aurelija Stelmokienė**

Vytauto Didžiojo universitetas,  
aurelija.stelmokiene@vdu.lt

būti panaudoti siekiant sušvelninti šio konflikto žalą (Baker, Demerouti, 2014). Neretai atsigręžiama į vadovą kaip pagrindinį išteklių – analizuojamas vadovavimo stilius, socialinė parama, draugiškas šeimai elgesys ir pan (French ir kt., 2018; Crain, Stevens, 2018). Vis dėlto, šioje tematikoje pasigendama patikimų apibendrintų įžvalgų ir rekomendacijų iš kokybiškų tarptautinių, reprezentatyvių imčių tyrimų.

Pagrindinis šio pranešimo tikslas – remiantis Europos socialinio tyrimo 10 bangos duomenimis, nustatyti, ar suvokiama vadovo parama gali padėti sumažinti darbo šeimos vaidmenų konflikto žalą darbuotojų gerovei.

Tyrimo analizei naudoti 2020-2022 m. tikimybinės atrankos tiesioginio interviu metodu rinkti Europos gyventojų (14976 respondentų) duomenys (EST 10 banga). Darbo šeimos vaidmenų konfliktas vertintas trimis teiginiais, o darbuotojų laimingumas, pasitenkinimas darbu, subjektyvus sveikatos vertinimas ir suvokiama vadovo parama, susijusi su darbo šeimos vaidmenų derinimu, – po vieną teiginį.

Koreliacinė analizė atskleidė, jog kuo daugiau darbo šeimos vaidmenų konflikto europiečiai patiria, tuo jie yra mažiau laimingi ir patenkinti darbu bei prasčiau vertina savo sveikatą. Papildomai atlikta moderacinė analizė parodė, jog vadovo parama kaip reikšmingas moderatorius veikia tik kalbant apie darbo šeimos vaidmenų konflikto ir pasitenkinimo darbu ryšį.

Taigi, darbuotojų suvokiama vadovo parama susilpnina neigiamą darbo šeimos vaidmenų konflikto ir pasitenkinimo darbu ryšį. Organizacijos turėtų skirti dėmesio šiam aspektui ir vadovų vystymo programose. Be to, ateities tyrimuose svarbu analizuoti ir papildomus išteklius (darbo, šeimos ar asmeninius), kurie būtų vertingi kalbant ne tik apie su darbu susijusią darbuotojų gerovę.

**Reikšminiai žodžiai:**

darbo šeimos vaidmenų konfliktas, vadovo parama, pasitenkinimas darbu, Europos socialinis tyrimas.

Pranešimo parengimą finansuoja Lietuvos mokslo taryba (Lietuvos narystės plano Europos socialinio tyrimo Europos mokslinių tyrimų infrastruktūros konsorciуме įgyvendinimo sutartis Nr. VS-3).

## Šeimai draugiškas vadovo elgesys, pasitenkinimas darbu ir darbo-šeimos vaidmenų praturtinimas: žvalgomasis meta-struktūrinis lygčių modeliavimas

Family-friendly supervisor behavior, job satisfaction and work-family enrichment: pilot meta-structural equation modeling

Įvadas. Pavieniai tyrimai atskleidžia, jog egzistuoja statistiškai reikšmingas ryšys tarp darbo-šeimos vaidmenų praturtinimo, šeimai draugiško vadovo elgesio ir pasitenkinimo darbu. Užsienyje ir Lietuvoje atlikti tyrimai apie šių reiškinių tarpusavio ryšius yra santykinai gausūs, tačiau tyrimų rezultatai iš esmės nėra apibendrinami. Šios žvalgomosios analizės tikslas yra susisteminti tyrimų rezultatus atliekant žvalgomąjį meta-struktūrinį lygčių modeliavimą. Keliama prielaida, jog darbo-šeimos vaidmenų praturtinimas medijuoja ryšį tarp šeimai draugiško vadovo elgesio ir pasitenkinimo darbu. Metodika. Žvalgomajai analizei atlikti straipsnių paieška vyko EBSCO Search Ultimate duomenų bazėje. Iš viso buvo rasta 100 mokslinių straipsnių. Meta-struktūrinis lygčių modeliavimas atliktas R programine įranga ir R skirtu „metaSEM“ statistiniu paketu. Rezultatai. Į galutinę analizę buvo įtraukti 24 straipsniai (n=12462). Analizė atskleidė, jog egzistuoja statistiškai reikšmingas koreliacinis ryšys tarp darbo-šeimos vaidmenų praturtinimo ir šeimai draugiško vadovo elgesio (k=9; r =

**Aurelija Stelmokienė**

Vytauto Didžiojo universitetas,  
aurelija.stelmokiene@vdu.lt

**Tadas Vadvilavičius**

Vytauto Didžiojo universitetas

0,32), darbo-šeimos vaidmenų praturtinimo ir pasitenkinimo darbu ( $k=19$ ;  $r = 0,45$ ) bei tarp šeimai draugiško vadovo elgesio ir pasitenkinimo darbu ( $k=3$ ;  $r = 0,33$ ). Mediacinė analizė atskleidė, jog šeimai draugiškas vadovo elgesys statistiškai reikšmingai neprognozuoja pasitenkinimo darbu [0,20 (95% PI [0,14;0,53])]. Tuo tarpu, labiau išreikštas šeimai draugiškas vadovo elgesys statistiškai reikšmingai prognozuoja didesnę darbo-šeimos vaidmenų praturtinimą [0,32 (95% PI [0,19;0,45])], o pastarasis – aukštesnę pasitenkinimą darbu [0,39 (95% PI [0,23;0,54])]. Diskusija. Atlikta žvalgomoji analizė leidžia patvirtinti prielaidą, jog darbo-šeimos vaidmenų praturtinimas medijuoja ryšį tarp šeimai draugiško vadovo elgesio ir pasitenkinimo darbu. Galima manyti, jog jeigu vadovas suteikia paramą, tačiau ji neveda prie norimo rezultato (efektyvesnio darbo ir šeimos suderinimo), šis vadovo elgesys neturi reikšmingo vaidmens darbuotojo pasitenkinimui darbu. Vis dėlto, atsižvelgiant į galimą neužtektiną atrinktų straipsnių kiekį patikimiems rezultatams gauti, reikalingi tolimesni išsamesni tyrimai į analizę įtraukiant daugiau duomenų bazių.

#### **Reikšminiai žodžiai:**

šeimai draugiškas vadovo elgesys, pasitenkinimas darbu, darbo-šeimos vaidmenų praturtinimas, meta-sisteminis lygčių modeliavimas.

## Su moraliniu distresu susiję psichosocialiniai veiksniai skirtingose profesijose

### **Psychosocial factors of moral distress in different professions**

Darbuotojai, kuriems dėl darbo ypatumų tenka priimti sprendimus, remiantis savo moraliniais įsitikinimais, gali patirti moralinį distresą. Moraliniu distresu yra vadinama asmens psichologinė būseną, kuomet jis (ji) žino, kaip turėtų pasielgti, tačiau dėl apribojimų (tikrų ar menamų), negali veikti sutinkamai su savo moraliniais įsitikinimais (Jameton, 1984). Tokio pobūdžio būseną, ypač išgyvenama

#### **Olga Kirejeva**

Vytauto Didžiojo universitetas,  
olga.kirejeva@vdu.lt

#### **Aidas Perminas**

Vytauto Didžiojo universitetas

ilgai ir intensyviai, sukelia neigiamus padarinius tiek darbuotojo psichinei bei fizinei sveikatai, tiek organizacijai, kurioje darbuotojas dirba. Moksliniai tyrimai rodo, jog egzistuoja tam tikri psichosocialiniai veiksniai, galimai veikiantys darbuotojų moralinio distreso patyrimo dažnumą bei intensyvumą. Siekiant sistematizuoti kiekybinių tyrimų duomenis, buvo pasitelktas sisteminės literatūros analizės metodas. Išanalizuoti 97 straipsniai, išleisti laikotarpiu nuo 1984 iki 2023 metų. Šių straipsnių analizė parodė, jog su moraliniu distresu susijusius veiksnius galima suskirstyti į penkias kategorijas pagal Cooper ir Marshall (1976) su darbu susijusio streso teoriją. Tai būtų: (1) darbo sąlygos, (2) darbuotojo vaidmuo organizacijoje, (3) santykiai darbo vietoje, (4) karjeros galimybės ir (5) organizacinis klimatas. Taip pat nustatyta, jog su moraliniu distresu yra susiję tokie veiksniai, kaip lytis, amžius, darbo stažas ir išsilavinimas. Su aukštesniu moralinio distreso lygiu yra susijęs asmens moralinis jautrumas, o su žemesniu – psichologinis atsparumas bei dvasingumas arba religingumas. Su moraliniu distresu susijusių veiksnių nustatymas bei jų suskirstymas į platesnes kategorijas turėtų padėti tiek atliekant tolesnius moralinio distreso tyrimus organizacijose, tiek taikant prevencines ar intervencines programas, siekiant sumažinti neigiamą moralinio distreso poveikį darbuotojams ir organizacijoms.

**Reikšminiai žodžiai:**

moralinis distresas, profesija, veiksniai, sisteminė analizė.

## Darbo ir gyvenimo balansas: kurios organizacijų teikiamos priemonės yra efektyvios?

**Work-life balance: Which organizational measures are effective?**

Išvada. Darbo-gyvenimo balansas apibrėžiamas kaip asmens pozityviai vertinamas darbo-gyvenimo vaidmuo

suderinimas, turintis tris dimensijas: emocinę, veiksmingumo ir įsitraukimo (Wayne ir kt., 2021). Darbo-gyvenimo balanso svarba įrodyta asmens pasitenkinimui, efektyvumui, įsitraukimui ir kitiems gerovės ir veiklos rodikliams, tačiau trūksta empirinių žinių, kokios organizacijų suteikiamos priemonės (pavyzdžiui, nuotolinis ar lankstaus grafiko darbas) gali padėti harmonizuoti gyvenimą ir darbą. Šiuo tyrimu užpildoma žinių spraga - nagrinėjamos darbdavių teikiamos darbo-gyvenimo balanso palaikymo priemonės ir jų sąsaja su balanso patyrimu ir kitais organizaciniais ir individualiais veiksniais.

Metodai. Buvo apklausti 1303 Lietuvoje dirbantys asmenys (73,2% moterys), amžiaus mediana – 40 m., darbo stažo esamoje organizacijoje mediana – 5 metai. Tiriamieji pildė darbo-gyvenimo balanso skalę (Wayne ir kt., 2021), atsakė į klausimus apie darbo būdą (biuras-hibridas) ir vertino, ar vadovas ir organizacija palaiko darbo ir gyvenimo balansą. 72,7% tiriamųjų taip pat atsakė į atvirus klausimus apie darbdavio teikiamas darbo ir gyvenimo balanso palaikymo priemones.

Rezultatai. 633 respondentai nurodė įvairias organizacijos taikomas priemones darbo-gyvenimo balansui palaikyti. Išanalizavus atsakymų vertes, 38,6% priemonių buvo kategorizuotos kaip suteikiančios galimybę (iš dalies) dirbti nuotoliu ar lanksčiu grafiku. Respondentai, gaunantys lankstų/nuotolinį darbą (galinančių priemonių, palankiau vertino organizacijos ir vadovo paramą darbo-gyvenimo balansui ir emocinį balansą ( $p < 0,01$ ) nei tie, kurie tokių galimybių neturėjo. Įsitraukimo ir efektyvumo balansų įverčiai skyrėsi iš dalies ( $p < 0,1$ ). Vertinant skirtingu būdu dirbančių asmenų grupes, hibridiniu būdu dirbantieji taip pat palankiau vertino organizacijos ir vadovo paramą, tačiau balanso įverčių skirtumų nuo dirbančiųjų biuruose nebuvo.

Išvados. Tyrimas patvirtina, kad organizacijos parama yra svarbi, siekiant darbo-gyvenimo balanso. Darbo-gyvenimo balansui svarbu ne vien galimybė (dalį laiko) dirbti nuotoliu,

## Rita Jakštienė

Vilniaus universitetas,  
Organizacinės psichologijos  
tyrimų centras,  
rita.jakstiene@fsf.vu.lt

## Jurgita Lazauskaitė- Zabielskė

Vilniaus universitetas,  
Organizacinės psichologijos  
tyrimų centras

## Arūnas Žiedelis

Vilniaus universitetas,  
Organizacinės psichologijos  
tyrimų centras

## Ieva Urbanavičiūtė

Vilniaus universitetas,  
Organizacinės psichologijos  
tyrimų centras

bet ir kitos lankstų grafiką įgalinančios priemonės – didesnį balansą teigė patiriantys tik lanksčias darbo sąlygas turinti darbuotojų grupė, balanso skirtumo tarp hibridiniu būdu ir biure dirbančių nebuvo.

**Reikšminiai žodžiai:**

darbo-gyvenimo balansas, lankstus darbo grafikas, hibridinis darbas.

## TEISĖS PSICHOLOGIJA

# Lietuvos prokurorų psichologinės gerovės ypatumai

## Characteristics of Lithuanian prosecutors' psychological well-being

Teisėsaugos pareigūnų psichologinei gerovei mūsų šalyje kol kas skiriama per mažai dėmesio. Nekyla abejonių, kad būtina ne tik tirti, bet ir didinti teisėsaugos pareigūnų psichologinę gerovę, nes dėl savo darbo specifikos jie susiduria su įvairiais poveikiais, kurie mažina jų veiklos efektyvumą, psichinę ir fizinę sveikatą, taip pat gerą savijautą. Atsižvelgiant į tai, kokį svarbų vaidmenį prokurorai atlieka mūsų šalies justicijos sistemoje, buvo iškeltas toks mūsų tyrimo tikslas – įvertinti Lietuvos prokurorų patiriamą psichologinę gerovę.

Tyrimo dalyvavo 236 prokurorai iš įvairių Lietuvos miestų ir skirtingų prokuratūrų. Tyrimui atlikti buvo sukurtas „Prokurorų psichologinės gerovės“ klausimynas, kurio struktūra ir teiginių tinkamumas tikrinti atliekant tiriančiąją faktorių analizę. Klausimyną sudarė teiginiai, atspindintys įvairius prokurorų psichologinės gerovės dėmenis (jie buvo suskirstyti į 18 skalių, kurių Kronbacho  $\alpha$  reikšmės svyravo nuo 0,782 iki 0,985), LPGS-P skalės teiginiai ir socialiniai-demografiniai klausimai. Instrukcijoje buvo pabrėžiama,

### **Kristina Vanagaitė**

Vilniaus universitetas,  
kristina.vanagaite@fsf.vu.lt

### **Gintautas Valickas**

Vilniaus universitetas

kad klausimynas yra anoniminis, prieš pradėdant pildyti klausimyną tyrimo dalyviai privalėjo nurodyti, ar jie sutinka dalyvauti tyrime.

Gauti duomenys atskleidė, kad prokurorai yra labiau nepatenkinti nei patenkinti savo psichologine gerove: iš 18 psichologinės gerovės dėmenų jiems didelį pasitenkinimą sukelia 5, vidutinį – 7, o mažą pasitenkinimą – 6 dėmenys. Nustatyti reikšmingi prokurorų psichologinės gerovės dėmenų vertinimų skirtumai: labiausiai prokurorai yra patenkinti savo santykiais su kitais prokurorais ir prokuratūros darbuotojais, atliekamu darbu, taip pat kvalifikacijos kėlimu ir profesiniu tobulėjimu, o labiausiai nepatenkinti – prokuratūros sistemos požiūriu į žmogų ir savivaldą, prokurorams skiriamu prokuratūros vadovybės dėmesiu bei žiniasklaidos ir žmonių požiūriu į prokurorus. Prokurorų patiriamos psichologinės gerovės vertinimai yra susiję su jų lytimi, amžiumi, taip pat darbo vieta skirtinguose miestuose ir prokuratūrose.

Remiantis gautais duomenimis galima teigti, kad psichologinė gerovė yra ganėtinai aktuali mūsų šalies prokurorų problema, kurios sprendimui turėtų būti skiriamas didesnis nei iki šiol dėmesys. Atsižvelgiant į gautus duomenis pateiktos rekomendacijos, kaip būtų galima didinti prokurorų psichologinę gerovę.

**Reikšminiai žodžiai:**

prokurorų psichologinė gerovė, psichologinės gerovės dėmenys, prokurorų vertinimai.

# Nusikalstamo elgesio rizikos vertinimo instrumentų (OASys ir START:AV) prognostinė reikšmė jaunų suaugusiųjų (18 – 23 m.) imtyje

The predictive value of criminal risk assessment instruments (OASys and START:AV) in the sample of emerging adults (18 – 23 years)

Nusikalstamo elgesio rizikos vertinimas yra labai svarbus vykdant teismo paskirtą laisvės atėmimo bausmę už padarytus nusikaltimus, nes juo remiantis sprendžiama dėl bausmės atlikimo sąlygų bei korekcinų priemonių tikslingumo (Scott ir kt., 2019). Rizikos vertinimas yra atliekamas taikant instrumentus, sudarytus iš empiriškai pagrįstų rizikos ir apsauginių veiksnių (Zara ir Farrington, 2013). Šiuo metu yra sukurta nemažai instrumentų, kuriais nusikalstamo elgesio rizika vertinama skirtingoms bausmę atliekančių asmenų grupėms, pvz., nepilnamečiams (iki 18 metų) ir suaugusiesiems. Tačiau nėra aišku, kokie instrumentai yra labiau tinkami asmenims, esantiems tapsmo suaugusiuoju amžiaus tarpsnyje (t.y. nuo 18 iki 24 metų). Pasak Arnett (2002), tai yra atskiras raidos etapas, kurio metu pasireiškia paauglystei būdingi iššūkiai ir laipsniškai pereinama prie ilgalaikių sprendimų priėmimo, atsakomybės už pasekmes, finansinės nepriklausomybės, stabilių santykių ir pan.

Šio tyrimo tikslas – įvertinti Lietuvos kalėjimų tarnyboje taikomų rizikos vertinimo instrumentų panaudojimo galimybes prognozuojant jaunų suaugusiųjų nepageidaujamą elgesį atliekant laisvės atėmimo bausmę.

Tyrimo dalyvavo 99 jauno suaugusiojo amžiaus (M = 20,74, SD = 1,68 nuo 18 iki 23 metų) vyrai, atliekantys laisvės atėmimo bausmę Alytaus, Kauno, Pravieniškių

**Virginija Klimukienė**

Vilniaus universitetas,  
virginija.klimukiene@fsf.vu.lt

**Alfредas Laurinavičius**

Vilniaus universitetas

**Gintautas Sakalauskas**

Vilniaus universitetas

1-ame ir 2-ame kalėjimuose. Nusikalstamo elgesio rizikos vertinimas buvo atliekamas paaugliams skirtu START:AV (Viljoen ir kt., 2014) ir suaugusiems skirtu OASys (Home Office, 2002) instrumentu, taip pat buvo vertinamas smurtinis elgesys, nesmurtiniai nusikaltimai, psichoaktyviųjų medžiagų vartojimas ir savavališkas nedalyvavimas trijų mėnesių laikotarpiu po atlikto rizikos vertinimo.

Gauti rezultatai parodė, kad smurtinį elgesį trijų mėnesių laikotarpyje statistiškai reikšmingai prognozavo START:AV įverčiai, o psichoaktyviųjų medžiagų vartojimą – START:AV ir OASys įverčiai. Ryšys tarp abiejų instrumentų įverčių ir nesmurtinių nusikaltimų ar savavališko nedalyvavimo nebuvo nustatytas.

Taigi, nepilnamečiams ir suaugusiems skirti nusikalstamo elgesio rizikos vertinimo instrumentai remiasi veiksniais, kurie vienaip ar kitaip atspindi pereinamajame amžiuje esantiems asmenims reikšmingas charakteristikas, prognozuojančias nepageidaujamą elgesį laisvės atėmimo bausmės atlikimo metu. Todėl renkantis rizikos vertinimo instrumentus yra svarbu lanksčiai atsižvelgti į individualius raidos ypatumus.

**Reikšminiai žodžiai:**

rizikos vertinimas, tapsmas suaugusiuoju, laisvės atėmimo bausmė.

## Emocinės dinamikos ir patvirtinimo šališkumo supratimas apklausose dėl seksualinės prievartos prieš vaikus

Understanding emotional dynamics and confirmation bias in child sexual abuse interviews

Pareiškimai dėl seksualinės prievartos prieš vaikus dažnai sukelia procesinių sunkumų dėl to, kad dažniausiai trūksta patvirtinančių įrodymų. Tokiais atvejais vaiko apklausa

**Aleksandr Segal**

Mykolo Romerio universitetas,  
a.segal@mruni.eu

tampa svarbiausiu tyrimo elementu, todėl pabrėžiama jos svarba. Rekomenduojama, kad apklausų atlikėjai laikytųsi geriausių praktikų rekomendacijų, kad vaikui būtų lengviau papasakoti svarbią, su byla susijusią, informaciją. Atvirų klausimų formulavimas mažina riziką, kad vaiko pasakojimas nebus iškraipytas netinkamais klausimais. Nepaisant šios rekomendacijos, tyrimai rodo, kad apklausų atlikėjai yra linkę nukrypti nuo geriausios praktikos ir naudoti uždarus, įtaigius ir patvirtinamuosius klausimus. Literatūros analizė atskleidė esant patvirtinimo šališkumo ir polinkio užduoti uždarus klausimus ryšį, emocijoms vaidinant svarbų vaidmenį šiame nuokrypyje nuo normų. Seksualinio smurto prieš vaikus atvejais pasireiškia emocijos, o jų psichofiziologiniai parametrai yra užduoties kognityvinių poreikių rodikliai ir yra susiję su patvirtinimo šališkumu. Eksperimentiniu būdu buvo siekiama ištirti santykinai netyrinėtą apklausos atlikėjų emocijų sritį ir jų ryšį su patvirtinimo šališkumu tiriamosiose apklausose, susijusiose su seksualiniu smurtu prieš vaikus. Šiam tikslui pasiekti buvo atlikti keli iš anksto suplanuoti eksperimentiniai tyrimai (Segal et al., 2022; Zhang et al. 2023; Segal et al., 2023a; Segal et al., 2023b) , kurių eiga buvo koreguota, atsižvelgiant į ankstesnių eksperimentų rezultatus. Taikytas naujoviškas metodas, apimantis objektyvų veido emocijų matavimą, naudojant emocijų veide atpažinimo platformą, psichofiziologinių reakcijų vertinimą, naudojant belaidžius nešiojamuosius jutiklius ir manipuliavimą stimulais, naudojant virtualius vaikų avatus ir scenarijus, vaizduojančius galimą seksualinį smurtą. Šių tyrimų rezultatai atskleidė preliminarų supratimą apie emocijų, psichofiziologinių rodiklių ir patvirtinimo šališkumo sąveiką, vertinant ir vykdant vaikų, galimai patyrusių seksualinį smurtą, apklausas. Šios žinios padeda geriau suprasti, kaip būtų galima pagerinti mokymus, skirtus rengti tokius apklausų atlikėjus.

**Reikšminiai žodžiai:**

vaikų apklausos, seksualinis smurtas prieš vaikus, emocijos, patvirtinimo šališkumas.

# 2PS – Prevencija ir apsauga teikiant pagalbą

## 2PS – Prevent & protect through support

Didėjantis seksualinio pobūdžio nuotraukų ir vaizdo įrašų, kuriuose vaizduojami vaikai ir paaugliai, kiekis internete yra pasaulinio masto problema, reikalaujanti neatidėliotinių ir efektyvių jos sprendimo būdų (Europos Parlamentas, 2023). Atitinkamai 2PS projektas kelia tikslą dirbti su seksualiai vaikais besidominčiais asmenimis, jų poreikiu gauti pagalbą bei teikti rekomendacijas su tokiais asmenimis susiduriantiems specialistams, siekiant, kad būtų sumažinta vaikų seksualinio išnaudojimo rizika ateityje. Atsižvelgiant į asmenų, turinčių seksualinių interesų vaikų atžvilgiu, paramos poreikius, dalijantis geriausia konsultavimo, terapijos ir gydymo metodų praktika, kartu su specialistams skirtais naujais mokymais ir darbo gairėmis, planuojama pradėti vykdyti prevencines priemones, siūlant alternatyvias veiksmų kryptis jau padariusiems nusikalstamą veiką asmenims, ir asmenims, kuriems yra rizika nusikalsti. 2PS projektas efektyvius prevencijos veiksmus grindžia daugiadisciplininiu požiūriu, atsižvelgiant į specifinius tokių asmenų poreikius, individualias aplinkybes ir aplinkos sąlygas. Pranešimo metu bus pristatoma tiek bendra projekto pažanga, tiek ir atskirai Lietuvoje atliktų tyrimų projekto tematika rezultatai, kaip antai, psichikos sveikatos ir kitų specialistų susidūrimo su asmenimis, seksualiai besidominčiais vaikais, savo praktikoje mastas, specialistų nuostatos tokių asmenų atžvilgiu, taikomų intervencijų pobūdis, šio proceso metu kylančios problemos ir jų sprendimo galimybės.

Projektas finansuojamas Horizonto 2020 programos lėšomis (HORIZON-CL3-2021-FCT-01), HORIZON Research and Innovation Actions (Nr. 101073949). Projektą, kartu su Vilniaus universitetu, įgyvendina 22 partneriai iš 16 Europos šalių. Projekto vykdymo laikotarpis: 2022-10-01 – 2025-09-

### **Ilona Laurinaitytė**

Vilniaus universitetas,  
Psichologijos institutas,  
Teisės psichologijos tyrimų  
centras,  
ilona.laurinaityte@fsf.vu.lt

30. Tyrėjai: prof. dr. I. Laurinaitytė (Lietuvos grupės vadovė), doc. dr. N. Grigutytė, doc. dr. G. Kaluževičiūtė-Moreton, doc. dr. I. Moreton, G. Ovčinnikova.

**Reikšminiai žodžiai:**

seksualinis vaikų išnaudojimas, seksualiai vaikais besidomintys asmenys, prevencija, pagalba.

## Suaugusių įtariamųjų baudžiamojo proceso apklausos Lietuvoje Mendez principų atitikimo kontekste

### Accordance with Mendez principles on investigative interviewing of adult suspects in Lithuania

2016 metais Jungtinių Tautų (JT) specialusis reporteris Juan E. Mendez JT Generalinei Asamblėjai pristatė ataskaitą kviesdamas sukurti naujas gaires, kurios užkirstų kelią prievartos naudojimui baudžiamojo proceso apklausų metu. Remiantis šia ataskaita, po ketverių metų publikuoti ekspertų (teisės psichologijos, kriminologijos, teisės ir kitų susijusių sričių) parengti efektyvių apklausų nusikaltimų tyrime ir informacijos rinkime principai („Mendez principai“). Išskiriami 6 pagrindiniai principai siekiant užtikrinti etišką, žmogaus teisėmis ir mokslinėmis žiniomis grįstą praktiką nusikaltimų tyrimo apklausų srityje: pagrindai, praktika, pažeidžiamos grupės, mokymai, atskaitomybė ir įgyvendinimas. Žodinio pranešimo LPS 2024 kongreso metu bus pristatyti „Mendez principai“, Lietuvoje atliktų susijusių mokslinių tyrimų rezultatai, taip pat aptariami egzistuojantys iššūkiai ir mokslinių tyrimų teisės psichologijos srityje poreikis siekiant pilnai įgyvendinti „Mendez principų“ taikymą įtariamų nusikaltimais asmenų apklausose LR baudžiamajame procese.

**Aleksandras Izotovas**

Vilniaus universitetas,  
aleksandras.izotovas@fsf.vu.lt

**Ilona Laurinaitytė**

Vilniaus universitetas

**Kristina Vanagaitė**

Vilniaus universitetas

**Neringa Grigutytė**

Vilniaus universitetas

**Reikšminiai žodžiai:**

įtariamųjų apklausos, kontakto užmezgimas, informacijos rinkimas, Mendez principai.

# Ar pasidalinus su kitais išties palengvėja? Kalbėjimosi apie ekologinę krizę vaidmuo emocinėms reakcijoms į ją ir atsparumui

**Mitigating emotional burden: Exploring the role of interpersonal communication about the ecological crisis for resilient emotional response**

Dėl ekologinės krizės žmonės visame pasaulyje vis dažniau išgyvena sunkias emocijas (UNDP, 2021). Užsitęsios sunkios emocijos gali sutrikdyti kasdienes asmens rutinas ir sumažinti poreikį elgtis aplinką tausojančiu būdu (Clayton ir kt., 2023). Dėl šios priežasties svarbu nustatyti apsaugančius veiksnius, kurie gali padėti įveikti sunkias emocijas ir įgalinti imtis veiksmų aplinkosaugos problemų švelninimui. Tyrimai rodo, kad kalbant su kitais aplinkosaugos temomis - nepaisant to ar tie kiti yra susirūpinę dėl aplinkosaugos problemų ar ne - gali motyvuoti žmones įsitraukti į aplinkos saugojimo veiklas (Lawson ir kt., 2019; Meeusen, 2014; Longman ir kt., 2023). Šie tyrimai yra pirminiai ir atlikti labai siauroje amžiaus grupėje - tarp vaikų ir paauglių, tad kyla klausimas, kiek šie rezultatai yra universalūs kitose amžiaus grupėse ir kiek jie aktualūs skirtinguose kontekstuose. Kad atsakyti į šį klausimą, šiuo metu yra renkami duomenys reprezentatyvioje Lietuvos suaugusiųjų imtyje (2024 m. sausio - vasario mėn.). Tyrimu dalyvauja 18-75 metų amžiaus asmenys (N = 2000). Tyrimu siekiama iširti ar skiriasi atsparumo lygis (The Brief Resilience Scale, Smith ir kt., 2008), emocijos (the Climate Change Anxiety

### **Audra Balundė**

Aplinkos psichologijos tyrimų centras, Mykolo Romerio universitetas, audra.balunde@mruni.eu

### **Aistė Bakaitytė**

Taikomosios psichologijos tyrimų laboratorija, Mykolo Romerio universitetas

### **Rita Žukauskienė**

Taikomosios psichologijos tyrimų laboratorija, Mykolo Romerio universitetas

Scale, Clayton ir Karazsia, 2020 ir the Climate Emotions Instrument, Pihkala, 2022) ir aplinką tausojančio elgesio lygis tarp žmonių, kurie kalbasi su kitais apie ekologinę krizę ir kurie nesikalba. Bus aptarta praktinė šio tyrimo reikšmė iniciatyvoms, siekiančioms skatinti atsparų emocinį atsaką į ekologinę krizę.

Reikšminiai žodžiai: atsparumas, eko-emocijos, aplinką tausojantis elgesys, kalbėjimas su kitais apie ekologinę krizę.

## Suvokiamos rizikos dėl klimato kaitos sąsajos su ekologiniu nerimu, depresija ir noru susilaukti vaikų

Associations of climate crisis risk perception with eco-anxiety, depression and desire to have children

Vis labiau ryškėjant klimato krizės apraiškoms, stiprėja ir psichologinės reakcijos, tokios kaip nerimas. Nors nerimas yra normali reakcija į grėsmingas situacijas, didelis nerimo lygis gali sutrikdyti kasdienį gyvenimą, ateities planavimą ir paskatinti kitas sveikatos problemas (Baudon & Jachens, 2021). Natūralu kelti prielaidą, kad didesnė suvokiama rizika bus susijusi su didesniu ekologinio nerimo lygiu (Parreira ir Mouro, 2023). Vis tik, suvokiama rizika gali būti susijusi ir su kitais psichikos sveikos sunkumais, tokiais kaip depresija (Stanley ir kt., 2021) bei paveikti ateities planavimą (pvz., sprendimą susilaukti vaikų; Kallman ir Ferorelli, 2024). Atsižvelgiant į tai, šiuo tyrimu bus siekiama tirti suvokiamos rizikos gyvenimui dėl klimato krizės sąsajas su ekologiniu nerimu (klimato kaitos nerimo skalė, Clayton ir kt. Karazsia, 2020), depresija (pacientų sveikatos klausimynas, Kroenke ir kt., 2001) ir sumažėjusio noro susilaukti vaikų. Bus sudaroma reprezentatyvi Lietuvos

**Aistė Bakaitytė**

Mykolo Romerio universitetas,  
abakaityt@mruni.eu

**Rita Žukauskienė**

Mykolo Romerio universitetas

**Audra Balundė**

Mykolo Romerio universitetas

gyventojų imtis, įtraukiant 18–75 metų amžiaus dalyvius (N = 2000), tyrimas atliekamas 2024 m. vasario – kovo mėnesiais. Atliepiant pranešimo tikslą, bus atliekama takų analizė leidžianti analizuoti ir mediacinius veiksnius. Keliame hipotezę, kad suvokiama rizika teigiamai prognozuos depresiją ir ekologinį nerimą, kurie medijuos ryšį tarp suvokiamos rizikos ir noro susilaukti vaikų. Pranešimo metu bus apžvelgiama naujausia literatūra, aptariamose tyrimo išvados ir praktinės rekomendacijos. Pranešimo išvalgos bus naudingos praktikams ir mokslininkams, dirbantiems aplinkos psichologijos ir psichikos sveikatos srityse.

#### **Reikšminiai žodžiai:**

klimate krizė, ekologinis nerimas, depresija, noras susilaukti vaikų.

## Ekologinis nerimas: sutrikimas ar normalus atsakas?

### Eco-anxiety: A disorder or a normal response?

Aplinkosaugos ir klimato krizių kontekste vis aktualesni tampa šių krizių poveikiai žmonių psichikos sveikatai, pavyzdžiui, nerimo, depresijos, potrauminio streso pasireiškimui. Pastaruoju metu ypatingas dėmesys atkreiptas į išaugusį ekologinį nerimą (taip pat nerimą dėl klimato kaitos). Tai nerimas, susijęs su dabartine ar numatoma žala aplinkai, arba praradimais, ypač dėl klimato krizės (Ojala et al., 2021). Lietuvoje kol kas stokojame empirinių duomenų apie tokio nerimo paplitimą ar pažeidžiamas žmonių grupes, tačiau pasaulyje žinių bei mokslinių diskusijų šia tema nuolat gausėja. Ekologinio nerimo tyrimai aktualūs ne tik moksliniu, bet ir praktiniu požiūriu, ypač turint mintyje, kad aplinkosaugos problemos, klimato krizė tik gilėja. Dėl to nerimaujančių žmonių ateityje taip pat gali vis daugėti, taigi svarbus ir psichikos sveikatos specialistų pasirengimas atliepti šį poreikį. Vienas iš svarbių šiuo metu tyrinėjamų klausimų yra koks ekologinio nerimo lygmuo gali būti laikomas adaptyviu, t. y., kuriais atvejais

#### **Dovilė Šorytė**

Psichologijos institutas, Vilniaus universitetas,  
dovile.soryte@fsf.vu.lt

#### **Neringa Čėnaitė**

Psichikos sveikatos centras,  
InMedica klinika

#### **Audra Balundė**

Aplinkos psichologijos tyrimų centras, Mykolo Romerio universitetas

šis nerimas veikia kaip konstruktyvus, aplinką tausojantį elgesį motyvuojantis veiksnys. Žinios apie tai reikšmingos tiek siekiant apsaugoti žmonių psichikos sveikatą, tiek skatinant tvaresnę elgseną, o kartu – aplinkosaugos krizių švelninimą.

Šio pranešimo tikslas – pristatyti ekologinio nerimo sampratą ir apžvelgti kitose šalyse surinktus duomenis apie jo paplitimą, pažeidžiamas asmenų grupes, taip pat įveikos strategijas ir sąsajas su aplinką tausojančia elgsena. Siekiama didinti supratimą, ar ekologinis nerimas turėtų būti vertinamas kaip grėsmė psichikos sveikatai, ar kaip normalus atsakas į aplinkosaugos bei klimato krizes.

Reikšminiai žodžiai: ekologinis nerimas, klimato nerimas, psichologiniai klimato krizės padariniai, psichikos sveikata.

## Projekto pristatymas: ENCORE\_ Visuomenės atsparumo įgalinimas atskleidžiant ekologinio nerimo ir aplinkai palankaus vartojimo ryšio mechanizmą

Presenting project: ENCORE\_Empowering societal resilience by uncovering the mechanism of the link between ecological anxiety and environmentally friendly consumption

Įvairaus amžiaus žmonės visame pasaulyje vis dažniau patiria sunkias emocijas dėl žemės ekologinės situacijos (UNDP, 2021). Pastebėta, kad neatlieptos sunkios emocijos gali sutrikdyti žmonių kasdienes rutinas ir neigiamai paveikti jų psichologinę gerovę (Clayton ir kt., 2023).

Ekologinio nerimo ir jo veikimo mechanizmų tyrimai pasaulyje išsibėgėja, tačiau sisteminių tyrimų šia tema Lietuvoje, mūsų žiniomis, nėra. Tačiau tokių žinių poreikis stebimas dirbant su jaunimu ir ekologines problemas atliepiančias specialistais (pvz., mokslininkais, aktyvistais, nevyriausybinių organizacijų atstovais ir pan.). Pastebėjome, kad šie žmonės teigia susiduriantys su sunkiais jausmais kylančiais dėl ekologinės žemės situacijos. Atliepdamos esamą poreikį šiame projekte sieksime užpildyti esamas žinių spragas apie ekologinio nerimo paplitimą Lietuvoje ir jo veikimo mechanizmus. Šio projekto tikslas yra įgalinti visuomenės atsparumą atskleidžiant ekologinio nerimo ir aplinkai palankaus vartojimo ryšio mechanizmą. Siekiant šio tikslo planuojama sudaryti dvi imtis: (1) reprezentatyvią Lietuvos gyventojų imtį ir (2) patogiąją jaunų suaugusiųjų (18-29 metų) asmenų imtį. Reprezentatyvios Lietuvos gyventojų imties tyrime sieksime išsiaiškinti ekologinio nerimo paplitimą ir išreikštumą Lietuvoje. Jaunųjų suaugusiųjų asmenų imtyje analizuosime per kokius mechanizmus ekologinis nerimas (de)motyvuoja į ekologinės krizės švelninimą nukreiptus elgesius, tokius kaip aplinkai palankus vartojimas. Analizuosime įvairių asmeninių, tarpasmeninių bei ekonominių ir demografinių veiksnių sąsajas su ekologiniu nerimu ir aplinkai palankiu vartojimu. Šių veiksnių analizė padės atskleisti mechanizmus, kuriais pasireiškia ekologinis nerimas ir kaip jis (de)motyvuoja aplinkai palankų vartojimą. Tyrimas suteiks unikalių, būtent Lietuvos kontekstui aktualių, žinių. Žinios apie ekologinio nerimo ir aplinkai palankaus vartojimo ryšį yra reikalingos, nes vartojimas yra lengviausiai pasiekama aplinką tausojančio elgesio praktika, kurią galima nesunkiai pakeisti intervencijomis, tačiau šis ryšys nėra sistemiskai tyrinėtas nei Lietuvos nei pasaulio mastu. Šios žinios padės suformuluoti rekomendacijas intervencijoms visuomenės atsparumui didinti, kurios bus skirtos politikos formuotojams, psichikos sveikatos specialistams, visuomenei ir kitoms suinteresuotoms šalims.

## **Audra Balundė**

Aplinkos psichologijos tyrimų centras, Mykolo Romerio universitetas, audra.balunde@mruni.eu

## **Rita Žukauskienė**

Taikomosios psichologijos tyrimų laboratorija, Mykolo Romerio universitetas

## **Aistė Bakaitytė**

Taikomosios psichologijos tyrimų laboratorija, Mykolo Romerio universitetas

### **Reikšminiai žodžiai:**

ekologinis nerimas, aplinkai palankus vartojimas, ekologinė krizė, psichikos sveikata, politikos formavimas.

## Psichosocialinių sveikatos rodiklių reikšmė išgyvenamumo prognozei PSO programose Lietuvoje per 50 metų

Prognosis of survival by psychosocial health indicators within WHO programs in Lithuania – in 50 years

Septintame dešimtmetyje tuometinėje Lietuvoje PSO iniciavo kompleksines, tarpdisciplinines sveikatos, širdies ligų monitoravimo ir profilaktikos programas - KRIS, DGF, MONICA-PSY. Psichosocialinių tyrimų atlikimui kardiologijos MTI prie KMI 1973 metais įkurta specializuota medicinos psichologijos ir sociologinių tyrimų laboratorija. Svarbiausi epidemiologinių, medicinos, sveikatos ir psichologinių tyrimų rezultatai buvo plačiai publikuoti tarptautiniuose mokslo žurnaluose, disertacijose, panaudoti medicinos psichologijos studijose, VU, KMI studentų diplominiuose darbuose. Tai paskatino LR SAM sukurti medicinos psichologo darbo vietas sveikatos priežiūros institucijose; sudarė pamatą akademinėi sveikatos psichologijos magistro studijų programai, patvirtintai VDU senate 1998 m. spalio 20 d.

Šiame pranešime panaudoti, asmeninio archyvo, jungtiniai visų programų dalyvių psichologinių tyrimų duomenys, siekiant atsakyti į klausimą apie ilgalaikį psichosocialinių sveikatos rodiklių ryšį su išgyvenamumu.

Metodika. Jungtinę tiriamųjų grupę sudaro 11355 vyrų ir 3614 moterų, amžiaus intervale nuo 35 iki 64 metų,

**Antanas Zigmantas**  
**Goštautas**

Vytauto Didžiojo universitetas,  
antanas.gostautas@gmail.com

dalyvavusių pirminiame sveikatos patikrinime. Programose buvo taikoma atsitiktinė atranka. Asmenybės ypatybių, sveikatos, vertybinių orientacijų, depresijos simptomų ir gyvenimo stiliaus nustatymui buvo panaudoti suderinti bendradarbiaujančiose šalyse klausimynai ir vertinimo skalės.

Išgyvenamumo dinamika buvo vertinama pagal bendrą mirčių registrą, sukurtą dar 1972 metais, kuruojamą prof. A. Tamošiūno. Mirties priežastys klasifikuojamos pagal TLK kodus. Skaičiavimus pagal Kaplan-Meier išgyvenamumo kreives ir Cox regresijos modelį atliko A. Midttun.

Rezultatai. Psychosocialiniais tyrimais nustatyta jog prognostinę vertę ilgesniam išgyvenimui ( $p < 0.0005$ ) turi geresnis savo sveikatos įvertinimas, vertybinė orientacija į pagalbą kitiems, žemesnė orientacija į materialines vertybes, mažesnis depresijos simptomų skaičius, didesnis fizinis aktyvumas, susilaikymas nuo rūkymo ir alkoholio, geresni psichologinio– socialinio prisitaikymo rodikliai.

Diskusija – apibendrinimas. Tyrimas atliktas sveikatos psichologijos kontekste, siekiant patvirtinti, asmens galimai kontroliuojamų, psychosocialinių – elgesio rodiklių ilgalaikį neigiamą poveikį sveikatai.

Rezultatai gali būti naudingi sveikatos / medicinos psichologui pasirenkant, planuojant bei pagrindžiant tikslingas ligų profilaktikos ir sveikatą stiprinančias intervencijas.

**Reikšminiai žodžiai:**

sveikatos psichologija, išgyvenamumas, psichologiniai rizikos veiksniai.

# VU SPL-TPL: 50-metį perkopusi psichologinių inovacijų Lietuvoje prieplauka

VU LSP-LAP: The wharf of psychological innovations in Lithuania for more than 50 years

Pranešime pristatoma VU Specialiosios psichologijos laboratorijos (SPL; nuo 2018 m. – Taikomosios psichologijos laboratorijos – TPL) 50-ies metų veiklos glausta analizė. Diskusijos apie psichologinių tyrimų padalinio poreikį kalendoriškai sutapo su svarbiu psichologijos raidai Lietuvoje įvykiu – psichologijos studijų atnaujinimu 1969 m. Jau pirmuosius 25 studentus reikėjo mokyti ne tik teoriškai, bet ir turėti atitinkamą infrastruktūrą praktiniams įgūdžiams lavinti. Istoriskai susiklostė aplinkybės, kad Psichologijos katedra veikė humanitarinių fakultetų aplinkose (pradžioje Istorijos-Filologijos, nuo 1968 m. Istorijos, o nuo 1989 m. – Filosofijos). Humanitarinių fakultetų finansavimas buvo labai menkas – nepakankamas net minimaliai infrastruktūrai įrengti. Stepono Batoro universiteto ir VDU palikimo psichologinė įranga (pvz., mechaninis tachistoskopas, spalvų maišymo aparatas, dėmesio, sumanumo, iliuzijų tyrimo testai, smegenų histologiniai preparatai ir daug kitų Wundt'o laboratorijų gaminių) dėl susidėvėjimo buvo nebenaudotini. Tačiau šis gausus pažinimo procesų tyrimo ir demonstravimo priemonių bei psichologinės literatūros palikimas rodė, kad tarpukariu psichologijos studijos buvo finansuojamos ženkliai stipriau, negu sovietmečiu. Tai kas čia pasakyta ir tapo stipriu akstinu ieškoti paramos iš neuniversitetinių šaltinių. 1970 m. susiklostė palankios aplinkybės tokiai paramai gauti: raidos brandą pasiekė santykinai laisva ir šiuolaikine terminija šnekant visokių ūkinės veiklos lengvatų turinti Lietuvos aklujų draugija (LAD, nuo 1989 LASS), neretai vadinta „turtinga nuotaka“. Tuo laikotarpiu LAD Centro valdyboje darbavosi grupė aktyvių ir inovacijas mėgusių neregijų. Jie nujautė, kad tolesnė LAD raida (tiek

## Albinas Bagdonas

Taikomosios psichologijos laboratorija, Vilniaus universitetas,  
albinas.bagdonas@fsf.vu.lt

gamybos – turėjo 6 įmones, tiek aklujų judėjimo apskritai] turi būti grįsta moksliniais tyrimais. Sėkmingas 1970 m. balandis: VU Psichologijos katedros keli dėstytojai susitiko su LAD aktyvu. Susitikimą vainikavo pirmoji VU ūkiskaitinė sutartis su LAD, kurios sėkmingas įvykdymas 1973 m. liepos 1 d. baigėsi SPL įsteigimu (steigėjai LTSR Švietimo ministerija ir LAD). Pranešime bus pristatyti tokie SPL veiklos aspektai: 1) steigimo aplinkybės ir SPL tikslai; 2) SPL parama psichologijos studijoms; 3) vykdyti empiriniai tyrimai; 4) tyrimo metodikų rengimas, adaptavimas ir standartizavimas; 5) leidyba; 6) konferencijų organizavimas; 7) kitos veiklos (socialinė apsauga, švietimas).

**Reikšminiai žodžiai:**

psichologijos laboratorija, LASS, psichologijos raida, psichologiniai tyrimai.

## Laimingos santuokos beieškant: universiteto studentų implicitinės santuokos teorijos bei jas formuojantys veiksniai

In pursuit of a happy marriage: University students' implicit theories of marriage and the factors that shape them

Pagrindiniai žmonių įsitikinimai apie santykius labai skiriasi, dažnai būna nesąmoningi, tačiau formuoja pasaulio suvokimą, požiūrį ir elgesį. Vienas iš tokių požiūrių yra požiūris į santuoką. Kiekvienas žmogus turi savo „implicitinę santuokos teoriją“, kuria vadovaujasi santykiuose (Costa & Faria, 2018). Tyrimai apie šias teorijas daugiausia dėmesio skiria įsitikinimams apie žmonių galimybes keistis, augti ir vystytis. Dvi labiausiai paplitusios implicitinės santuokos teorijos yra „augimo“ (growth) ir „likimo“ (destiny) teorijos. „Likimo“ teorija akcentuoja sutuoktinių suderinamumą, o „augimo“ - darbo ir pastangų svarbą. Tačiau šie du požiūriai nebūtinai yra priešingi, nes dažnai individai juos puikiai integruoja (Knee et al., 2001). Visgi, šios teorijos yra gana dinamiškos, nes esant tam tikroms aplinkybėms, motyvacijai ir mokymui, individai gali keisti savo požiūrį. Implicitinės teorijos gali turėti įtakos įvairiems santuokos aspektams, pavyzdžiui, bendravimo modeliams, konfliktų sprendimo strategijoms ir bendram pasitenkinimui santykiais. Visgi literatūros apie implicitinių santuokos teorijų formavimąsi yra nedaug. Be to, dažnai į tyrimus apie santuoką būna sunku prisišaukti vyrus. Taigi, kokybinis tyrimas su dalyviais vyrais galėtų suteikti naujų įžvalgų apie

**Jurgita Babarskienė**

LCC tarptautinis universiteta,  
jbabarskiene@lcc.lt

**Julija Gaiduk**

LCC tarptautinis universitetas

požiūrį į santuoką formuojančius veiksnius. Šiame kokybiniame tyrime dalyvavo 13 universiteto studentų, studijuojančių Lietuvoje. Pasitelktas pusiau struktūruoto interviu metodas, kurio metu dalyviai dalinosi savo mintimis apie santuoką. Šio tyrimo tikslas buvo išsiaiškinti, kas yra laiminga santuoka ir kokie veiksniai yra svarbūs implicitinių santuokos teorijų formavimuisi vaikinių imtyje. Duomenys buvo analizuojami pagal Braun ir Clarke (2006) tematinės analizės metodą. Tyrimo rezultatai atskleidė „augimo“ ir „likimo“ įsitikinimų derinį, kur augimo požiūris šiek tiek dominavo. Išanalizavus duomenis, išryškėjo tokios temos: tėvų ir kitų artimų žmonių santuokų, kultūros įtaka, dalyvių asmeninės savybės ir tėvystės ir motinystės pavyzdžių svarba. Šis tyrimas suteikia vertingų įžvalgų psichologams, pedagogams, ir kt. specialistams, kurie dirba su šeimomis. Kadangi implicitinės teorijos gali keistis, svarbu rasti optimaliausius ugdymo ir pagalbos būdus šeimai bei padedant formuoti požiūrį į santuoką.

**Reikšminiai žodžiai:**

santuoka, implicitinės teorijos, vyrai, studentai.

## Įžvalgos iš gyvenimo audrų: vyresnės moters atsparumas

### Insights from life's storms: Resilience of an older woman

Pastaruosius dvidešimt metų atsparumo tema tampa vis aktualesnė šiuolaikinei visuomenei ir senėjimui, pateikdama įrodymų, kad tai reikšminga sėkmingo senėjimo ir bendros gerovės sąlyga. Tyrimai atskleidė ryšį tarp psichologinio atsparumo ir teigiamo funkcionavimo, ilgaamžiškumo bei sumažėjusios depresijos bei mirtingumo rizikos. Nepaisant tarptautinių tyrimų, rodančių, lyginant su populiacija, panašius ar net aukštesnius vyresnio amžiaus žmonių atsparumo įvertinimus, mūsų reprezentacinis tyrimas su Lietuvos suaugusiųjų intimi nustatė mažesnį vyresnio

**Joana Butėnaitė-  
Switkiewicz**

Mykolo Romerio universitetas,  
Mokymosi visą gyvenimą  
laboratorija, joana.but@gmail.  
com

**Irena Žemaitaitytė**

Mykolo Romerio universitetas,  
Mokymosi visą gyvenimą  
laboratorija

amžiaus žmonių psichologinį atsparumą. Atsižvelgiant į kultūrinius, kontekstinius ir etninius veiksnius, lemiančius atsparumą bei norint pasiūlyti tikslinę psichologinę pagalbą, būtina giliau įsigilinti į vyresnio amžiaus žmonių psichologinį atsparumą Lietuvos kontekste. Šiame kokybiniame tyrime pagrindinis dėmesys skiriamas 65 metų amžiaus moters patirčių ir perspektyvų supratimui. Šio tyrimo tikslas – atskleisti, kaip vyresnio amžiaus moteris susiduria ir įveikia įvairius iššūkius savo gyvenime. Pusiau struktūruoto interviu ir klasikinės grindžiamosios teorijos paremtos analizės pagalba nustatomos pagrindinės temos, kurios atskleidžia vyresnio amžiaus moters psichologinį atsparumą: tapatybė ir savęs suvokimas, dvasingumas ir tikėjimas, egzistencinė refleksija, moralinė atsakomybė, šeima ir santykiai, psichinė gerovė, socialinė parama, prisitaikymas ir priėmimas. Šie rezultatai pabrėžia daugialypį atsparumo pobūdį, pabrėžiant tapatybės, dvasingumo, santykių ir prisitaikymo reikšmę kaip kritinius veiksnius. Šių aspektų supratimas ne tik praturtina mūsų supratimą apie atsparumą, bet ir suteikia žinių apie strategijas, skatinančias gerovę ir vystymąsi vėlesniais gyvenimo etapais. Ši atvejo analizė prisideda prie tebevykstančio diskurso apie psichologinį vyresnio amžiaus asmenims būdingą atsparumą. Vienas iš šio tyrimo apribojimų yra maža imtis, kuri riboja išvadų apibendrinimą. Rekomenduojama atlikti tyrimus, apimančius didesnę ir įvairesnę vyresnio amžiaus žmonių grupę. Tai padės išryškinti specifinius individualius ir kultūrinius niuansus, formuojančius vyresnio amžiaus lietuvių atsparumą. Šiuo moksliniu pagrindu bus galima kurti kultūriškai jautrias intervencijas, kuriomis siekiama stiprinti psichologinį atsparumą ir gerovę vyresniame amžiuje.

**Reikšminiai žodžiai:**

atsparumas, senėjimas, moterys, dvasingumas.

# Emocinio intelekto nuotolinio ugdymo programa ir jos veiksmingumas

## Remote emotional intelligence training programme and its efficacy

Atlikti tyrimai patvirtina, kad intervencinės programos, skirtos emocinio intelekto (EI) ugdymui, daro reikšmingą teigiamą poveikį asmenybės funkcionavimui – socialiniams santykiams, mokymosi ir profesinės veiklos pasiekimams, fizinei ir psichikos sveikatai ir kt. Pandeminio laikotarpio problemos išryškino emocinės pagalbos poreikį, todėl tradiciškai kontaktinės programos privalėjo būti perorientuotos į vykdomas nuotoliu, išlaikant svarbiausius principus: teorinio pagrindimo, motyvuotų dalyvių atrankos, EI pokyčio matavimo instrumentų validumo ir poveikio stabilumo bei kt. Tyrimą sudarė du etapai: 1) EI ugdymo nuotolinės programos struktūros ir turinio parengimas, 2) programos veiksmingumo įvertinimas. Realizuojant pirmo etapo uždavinius analizuota mokslinė literatūra ir kontaktinių programų aprašai bei parengtas programos dizainas: trys nuotolio susitikimai po dvi valandas, kai grupei vadovauja kvalifikuotas treneris; įvardinti visų trijų susitikimų tikslai – pradedant treniruotės dalyvių gebėjimų identifikuoti savo emocijas ugdymu ir baigiant naujai suformuotų emocinių kompetencijų panaudojimu modeliuojant įvairias realistines situacijas; apibrėžti konkretūs treniruočių metodai.

Siekiant įvertinti, ar parengta programa veiksminga, buvo atliktas kvaziekperimentas, kuriame dalyvavo 36 įvairių Lietuvos universitetų studentai ( $M_{amž} = 22.86$ ,  $SD = 3.22$ ). Suformuotos dvi – poveikio ir kontrolinė – grupės po 18 dalyvių. EI matavimas ir pokyčių vertinimas atliktas Schutte et al. (1998) skale (Cronbacho  $\alpha = 0,807$ ). Nepriklausomų imčių t-testas parodė, kad programoje dalyvavusių studentų EI lygmuo ( $N = 18$ ,  $M = 3.66$ ,  $SD = 0.26$ ) buvo

### Rosita Lekavičienė

Kauno technologijos universitetas,  
rosita.lekaviciene@ktu.lt

### Dalia Antinienė

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas

reikšmingai aukštesnis, nei kontrolinės grupės studentų ( $N = 18$ ,  $M = 3.22$ ,  $SD = 0.35$ ),  $t(34) = 4.203$ ,  $p < 0.001$ , Cohen's  $d = 0.31$ . Be to, analizuojant atskiras EI sudarančias dimensijas, gautas teigiamas emocinio intelekto ugdymo poveikis, lyginant abi (poveikio ir eksperimentinę) grupes ( $p < 0.001$ ). Kadangi tyrimas atskleidė reikšmingus skirtumus tarp grupių prieš ir po intervencijos, galima konstatuoti, kad sukurta santykinai trumpas trukmės nuotolinio EI ugdymo programa yra efektyvi tarp Lietuvos studentų.

**Reikšminiai žodžiai:**

emocinis intelektas, ugdymas, studentai.

## Stigmatizuojančių su lytimi susijusių nuotraukų turinio analizė socialiniame tinkle „Instagram“

Content analysis of stigmatizing gender-related photos on the social networking site „Instagram“

Įvadas. Socialinis tinklas „Instagram“ yra tapęs vienu populiariausiu socialiniu tinklu, kur nuomonės formuotojai (angl. influencers) dalinasi nuotraukomis ir tekstais, kurie turi reikšmės formuojant žmonių stereotipus ir nuostatas. Įvairus turinys, kuris skatina stigmatizuojančias su lytimi susijusias nuostatas, turi svarbos vyrų ir moterų psichologinei sveikatai. Atsižvelgiant į tai, kad Lietuvoje nėra atliktų tyrimų apie lyčių nuostatų paplitimą socialiniuose tinkluose, yra svarbu išsiaiškinti, kokios nuostatos, susijusios su lytimi, vyrauja socialiniame tinkle „Instagram“. Šio tyrimo tikslas – atlikti nuomonės formuotojų socialiniame tinkle „Instagram“ viešinamų nuotraukų turinio analizę, siekiant identifikuoti stigmatizuojančių nuostatų, susijusių su lytimi, paplitimą.

Metodai. Mėnesį laiko, buvo stebimi 6 Lietuvoje populiariausi nuomonės formuotojai. Jų keliamas turinys buvo išsaugomas pagal individualų kodą. Surinkus

**Paulius Miškinis**

Vilniaus universitetas, paulius.miskinis@gmail.com

**Ugnė Paluckaitė**

Vytauto Didžiojo universitetas

„Instagram“ profiliuose viešinamų nuomonės formuotojų publikuojamas nuotraukos, atlikta turinio analizė. Kategorijos ir subkategorijos buvo kuriamos atsižvelgiant į pagrindinius moteriškumą ir vyriškumą atspindinčius stigmos elementus bei stereotipus.

Rezultatai. Moterys daugiau dalinosi įvairesniu turiniu ( $n = 256$ ) palyginus su vyrais ( $n = 62$ ). Nuomonės formuotojos dažniau dalinosi seksualiu turiniu ( $n = 163$ ) nei vyrai. Moterų viešiniuose nuotraukose pastebimi ir kiti su lytimi susiję stigmos elementai, pvz.: atsitraukiantis žvilgsnis, itin plačios šypsenos, slepiamas veidas. Vyrų ir moterų nuotraukose taip pat pastebėtas dalijimasis mažų vaikų nuotraukomis. Didelė dalis moterų ( $n = 147$ ) kelia turinį, kuris pasižymi pasyvumu – apnuogintu kūnu, gulima pozicija.

Diskusija. Nuomonės formuotojai aktyviai dalijasi savo vaikų nuotraukomis. Kitų šalių tyrėjai teigia, kad tai gali būti susiję su nuostata, kad moterys turi būti geros mamos, o tai gali skatinti dažniau skatinti dalijimąsi savo nepilnamečių vaikų nuotraukomis socialiniuose tinkluose. Moterų turinyje taip pat gausu seksualumo bei pasyvumo, kuris gali skatinti stigmatizuojančias nuostatas, jog moters savivertė turi būti susijusi su patrauklumu, seksualumu ir pasyvumu.

Išvados. Lietuvoje populiarūs nuomonės formuotojai aktyviai dalinasi turiniu, kuris gali skatinti stigmatizuojančias su lytimi susijusias nuostatas.

**Reikšminiai žodžiai:**

lyčių nuostatos, stigma, socialiniai tinklai.

# Saugaus vairavimo kompetencijos išlaikymas senyvame amžiuje: mokslo projekto pristatymas

## Maintaining safe driving competence in older drivers: An introduction of the research project

Visuomenei senėjant žmonėms vis ilgiau bus būtina išlikti vairuojantiems. Tyrimai rodo, kad vairuojantys asmenys išlaiko aukštesnę gyvenimo kokybę, nes gali palaikyti socialinius kontaktus, užsiimti mėgstama veikla. Su amžiumi kognityvinės funkcijos, kurios atlieka svarbų vaidmenį vairuojant, silpnėja. Sendami vairuotojai ima vengti vairuoti, ir retesnis įgūdžių praktikavimas mažina vairavimo kompetenciją. Todėl reikalinga ieškoti būdų, kaip ilgiau išlaikyti senyvo amžiaus žmones vairuojančius, bet sumažinti jų riziką patekti į eismo įvykius. Šiuo projektu siekiama įvertinti, ar skirtingos priemonės (reguliarus vairavimo praktikavimas, vairavimo ribojimo strategijų naudojimas, naudojimas vairavimą lengvinančiomis technologijomis, specialus vairavimo įgūdžių mokymas) yra veiksmingos siekiant palaikyti saugaus vairavimo kompetenciją vyresniame amžiuje. Bus atliekamas longitudinalinis 3 bangų tyrimas leisiantis nustatyti abipuses 60 m. ir vyresnių žmonių kognityvinių funkcijų, vairavimo dažnio, vairavimo ribojimo strategijų naudojimo, naudojimosi technologinėmis, vairavimą lengvinančiomis, sistemomis ir subjektyviai suvokiamos saugaus vairavimo kompetencijos sąsajas. Taip pat bus vykdomas eksperimentas, skirtas įvertinti specialiai vyresnio amžiaus žmonių poreikiams pritaikytos intervencinės pavojaus kelyje suvokimo įgūdžių mokymo programos veiksmingumą didinti saugaus vairavimo kompetenciją. Numatoma, kad psichologai, dirbantys su vyresnio amžiaus žmonėmis, ir specialistai, priimančys sprendimus dėl vairuotojo tinkamumo saugiai vairuoti, gaus žinių apie psichologinius senėjimo poveikio vairavimui mechanizmus.

### Laura Šeibokaitė

Vytauto Didžiojo universitetas,  
laura.seibokaite@vdu.lt

### Auksė Endriulaitienė

Vytauto Didžiojo universitetas

### Rasa Markšaitytė

Vytauto Didžiojo universitetas

### Tadas Vadvilavičius

Vytauto Didžiojo universitetas

### Reikšminiai žodžiai:

vairavimo kompetencija,  
senyvo amžiaus vairuotojai,  
kognityvinės funkcijos.

# STENDINIAI PRANEŠIMAI

KLINIKINĖ IR SVEIKATOS PSICHOLOGIJA

## 1 tipo cukriniu diabetu sergančių suaugusiųjų psichologinės gerovės sąsajos su ligos valdymu ir miego kokybe

Associations of psychological well-being with disease management and sleep quality in adults with type 1 diabetes mellitus

**Ivadas.** Cukrinio diabeto ligos sergamumas pasaulyje nuolat didėja. Netinkamai kontroliuojama liga, gali sukelti ūminių ir lėtinių komplikacijų. Ūminės ligos komplikacijos - hiperglikemija arba hipoglikemija, dažnai sutrikdo nakties miego kokybę, o tai savo ruožtu pablogina asmens psichologinę savijautą, darbingumą ir bendrą funkcionavimą. Moksliniais tyrimais nustatyta, kad cukriniu diabetu sergantys asmenys, kurių miego kokybė yra prasta, pasižymi žemesniais psichologinės gerovės rodikliais ir blogesne gyvenimo kokybe.

**Tikslas.** Nustatyti 1 tipo cukriniu diabetu sergančių suaugusiųjų asmenų psichologinės gerovės sąsajas su ligos valdymu ir miego kokybe.

**Metodai.** Tyrimas buvo atliktas internetinės apklausos būdu. Tyrime dalyvavo 126 1 tipo cukriniu diabetu sergantys suaugusieji, iš kurių 50 (39, 7 proc.) buvo vyrai ir 76 (60,3

### Liuda Šinkariova

Vytauto Didžiojo universitetas,  
Psichologijos katedra,  
liuda.sinkariova@vdu.lt

### Janina Luinytė

Vytauto Didžiojo universitetas,  
Psichologijos katedra

proc.) moterys. Tyrimo dalyvių amžiaus vidurkis siekė 39,43 m. (SN=12,73), ligos trukmės vidurkis siekė 23 m. (SN=14,75). Didžioji dauguma (65,9 proc.) tyrimo dalyvių yra įgiję aukštąjį išsilavinimą ir turi partnerį (61,9proc). Ligos valdymo vertinimui naudotas Diabeto savikontrolės klausimynas (Diabetes Self-Management Questionnaire – DSMQ, Schmitt et al., 2013). Miego kokybė vertinta Pitsburgo miego kokybės indeksu (Pittsburgh Sleep Quality Index – PSQI, Buysse et al., 1989). Psichologinei gerovei vertinti naudotas Psichologinės gerovės klausimynas (Well-Being Questionnaire – WBQ, Kazlauskas ir Želvienė, 2013). Tyrimo vykdymui buvo gautas Vytauto Didžiojo universiteto, Psichologijos mokslo krypties etikos komiteto leidimas Nr. EKL-2023.13.

**Rezultatai.** Rezultatai rodo, kad 1 tipo cukriniu diabetu sergančiųjų geresnis ligos valdymas - geresnė gliukozės kontrolė ir reguliarus lankymasis pas sveikatos priežiūros specialistus - yra susijęs su geresne psichologine gerove ( $p<0,001$ ) ir miego kokybe ( $p<0,001$ ). Taip pat tyrimo rezultatai atskleidžia, kad geresnis ligos valdymas yra susijęs su geresne psichologine gerove, tiesiogiai ir netiesiogiai – per geresnę miego kokybę.

**Išvados ir diskusija.** Gauti rezultatai rodo, kad 1 tipo cukriniu diabetu sergančių suaugusiųjų asmenų geresnis ligos valdymas susijęs su geresne miego kokybe ir psichologine gerove. Remiantis tyrimo rezultatais gali būti rengiamos rekomendacijos psichikos sveikatos specialistams, siekiant 1 tipo diabetu sergančiųjų ligos valdymo motyvacijai didinti.

**Reikšminiai žodžiai:**

sergantys 1 tipo cukriniu diabetu, ligos valdymas, miego kokybė, psichologinė gerovė.

# Tarpdisciplininis požiūris į sutrikusį valgymo elgesį: nuo psichologinių veiksnių iki smegenų ir žarnyno mikrobiotos sąveikos

An interdisciplinary approach to disordered eating behavior: From psychological factors to brain-gut-microbiota interactions

Įvadas. Valgymo elgesio sutrikimai yra rimta sveikatos problema, kuriai būdingi įvairūs simptomai: maisto vengimas/ribojimas arba labai nedidelis tik tam tikro maisto kiekis; priverstinis vėmimas, nesaikingas vidurius laisvinančių ar diuretikų vartojimas, badavimas, per didelis fizinis krūvis; valgymo kontrolės praradimas ir t.t. Moksliniuose tyrimuose vyrauja daugiadisciplininis požiūris į šią problemą. Įvairių tyrimų sričių – psichologijos, neuromokslų, mikrobiologijos, dietologijos ir kt. – mokslininkai sutrikusio valgymo elgesį tiria pasitelkdami dvikryptę smegenų ir virškinamojo trakto mikrobiotos sąveiką: smegenų-žarnyno-mikrobiotos ašį (BGMA) (Montagnani et al., 2023; Novelle, 2021; Garcia-Cabrero et al., 2020). Biologiniai, psichologiniai ir socialiniai veiksniai, susiję su sutrikusiu valgymo elgesiu dar nėra pakankamai gerai išnagrinėti, kad būtų galima paaiškinti šį reiškinį (Sanchez-Ruiz, El-Jor, Kharm, Bassil ir Zeeni, 2019).

Tikslas. Nustatyti psichologinių veiksnių sąsajas su BGMA mechanizmu.

Metodai. Atliktas sisteminis literatūros tyrimas ir metaanalizė. Straipsnių buvo ieškoma elektroninėse duomenų bazėse: ScienceDirect, Pubmed, EBSCO ir SpringerLink. Pirminės paieškos metu iš viso buvo rasti 147 straipsniai. Senesni nei 10 metų, mokami straipsniai, publikatai, nepilno teksto, parašyti ne anglų kalba, buvo atmesti.

Rezultatai. Sutrikęs valgymo elgesys yra susijęs su rimtomis

**Renata Arlauskienė**

Klaipėdos universitetas, renata.arlauskiene@ku.lt

**Rita Jankauskienė**

Klaipėdos universitetas

**Elanta Tarikaitė**

Vilniaus universitetas

psichologinėmis, socialinėmis ir fizinėmis komplikacijomis ir prasta gyvenimo kokybe. Toks valgymo elgesys pasireiškia maždaug 16% suaugusiųjų, 8–15% paauglių ir 5 metų amžiaus vaikų (Heruc, 2020). Moterys ir mergaitės dažniau nei berniukai ir vyrai praneša apie sutrikusį valgymo elgesį (Beccia et al., 2019). Tik apie 50% tokių asmenų pasiekia remisiją visą gyvenimą. Nustatyta, kad valgymo sutrikimas yra dvikrypčiai susijęs su BGMA. Kiekvienas BGMA mazgas – smegenys, žarnyno mikrobiomas – jungiasi per klajoklį nervą, endokrininę komunikaciją, žarnyno metabolitus ir imuninę sistemą. Pasak Montagnani ir kt. (2023), žarnyno mikrobiota įtakoja valgymo elgesį, o imuninės sistemos pokyčiai, susiję su depresijos ar nerimo sutrikimo simptomais, skatina žarnyno mikrobiotos disbiozę. Yra hipotezė, kad esama mikrobiotos disfunkcija gali prisidėti prie valgymo sutrikimų atsiradimo.

Diskusija ir išvados. BGMA tyrimai suteikia įžvalgų apie galimą žarnyno mikrobiomo vaidmenį moduluojant sutrikusio valgymo elgesio patofiziologiją ir informuoja apie būsimas gydymo strategijas. Manipuliavimas žarnyno mikrobiota gali būti novatoriškas gydymo būdas valgymo sutrikimams gydyti. Nepaisant didėjančio susidomėjimo šia sritimi, norint visiškai suprasti daugelio funkcinų ir psichikos sutrikimų patofiziologiją, reikia atlikti tolesnius tyrimus. Ankstyva valgymo sutrikimų diagnostika ir gydymas padidina gydymo efektyvumą (Nacionalinė valgymo sutrikimų asociacija, 2018).

**Reikšminiai žodžiai:**

valgymo elgesio sutrikimai, smegenų-žarnyno-mikrobiotos ašis.

# Studentų D tipo asmenybės bruožų išreikštumo sąsajos su miego kokybe

## Relationship between type D personality traits and sleep quality in students

Tyrimo problema – prasta miego kokybė yra plačiai paplitusi studentų populiacijoje, ieškoma įvairių biologinių, socialinių, psichologinių veiksnių, kurie galėtų tai paaiškinti. Atliekamų tyrimų metu, ieškoma sąsajų su miego kokybe, siekiant paaiškinant prastos miego kokybės paplitimą. Vienas iš tokių veiksnių, kuris siejamas su prastesne miego kokybe yra D tipo asmenybė. Šią asmenybę sudarančių bruožų sąsaja su miego kokybe patvirtinama ne visuose tyrimuose. Tikslas. Nustatyti studentų D tipo asmenybės bruožų išreikštumo sąsają su miego kokybe.

Medžiaga ir metodai. Atliktas kiekybinis tyrimas. Naudotas apklausos metodas, klausimynas buvo patalpintas interneto svetainėje. Apklausa sudaryta iš – socialinių demografinių klausimų, Pitsburgo miego kokybės klausimyno (angl. PSQI) (Buysse et al., 1989) ir D tipo asmenybės klausimyno (angl. Type D scale) (DS14) (Denollet, 2005). Tyrime dalyvavo 752 studentai iš jų, galutinei analizei naudoti 742 studentų duomenys, iš kurių 575 moterys (77,5%) ir 167 vyrai (22,5%), tiriamųjų amžiau vidurkis buvo 23,22 (SN = 5,606).

Rezultatai. Sudarytas tiesinės regresijos modelis.

Regresijos modelio priklausomu kintamuoju buvo miego kokybė, o nepriklausomi kintamieji neigiamo afektyvumo ir socialinio varžymosi bruožai, lytis ir amžius. Nustatyta, kad labiau išreikštas D tipo asmenybės bruožas - neigiamas afektyvumas yra susijęs su studentų miego kokybę.

Socialinis varžymais, amžius ir lytis su studentų miego kokybe nebuvo susiję.

Diskusija. Pagal gautus šio tyrimo rezultatus, pastebimas prastos miego kokybės ir neigiamo afektyvumo bruožo ryšys. Labiau išreikštais neigiamo afektyvumo bruožais pasižymintys asmenys turi polinkį koncentruotis į neigiamus

### Viktorija Vasiliauskaitė

Vytauto Didžiojo universitetas,  
Socialinių mokslų fakulteto  
Psichologijos katedra, viktorija.vasiliauskaite89@gmail.com

### Aidas Perminas

Vytauto Didžiojo universitetas,  
Socialinių mokslų fakulteto  
Psichologijos katedra

faktorius, patirti neigiamas emocijas, socialinius santykius suvokti kaip neigiamus ir kenksmingus. Kitaip tariant, studentų prasto miego problemą siejasi su jų asmenybiniais bruožais.

Išvados.

1. Studentų D tipo asmenybės bruožo, socialinio varžymosi ir miego kokybės sąsaja nenustatyta.

2. Didesnis studentų D tipo asmenybės bruožo, neigiamo afektyvumo, išreikštumas yra susijęs su prastesne miego kokybe.

**Reikšminiai žodžiai:**

D tipo asmenybė, miego kokybė, neigiamo afektyvumo bruožas, socialinio varžymosi bruožas.

## Jaunų suaugusiųjų perdėto polinkio į sveiką mitybą sąsaja su narcisizmu

### Associations between young adults' narcissism and excessive preoccupation with healthy eating

Perdėtas polinkis į sveiką mitybą (ortoreksija) – kompleksinis reiškinys, apimantis griežtos, į maisto kokybę sutelktos ir individo suvokiamos, kaip itin sveikos ir sveikatai palankios, tačiau pernelyg ribojančios mitybos laikymąsi (Bratman, 1997). Tai gali turėti įvairių neigiamų pasekmių individo fiziniams, psichologiniams bei socialiniams funkcionavimui. Iki šiol nėra iki galo aišku, kokia yra šio reiškinio etiologija, nors pastebima, kad tam tikri asmenybės bruožai gali turėti sąsajų su ortoreksija (McGovern et al., 2021). Vienas iš galimų asmenybės bruožų, susijusių su šiuo reiškiniu – narcisizmas. Visgi nėra iki galo atsakyta, kaip atskiri šio reiškinio komponentai siejasi su narcisizmu, tad šiuo tyrimu siekta nustatyti perdėto polinkio į sveiką mitybą sąsajas su narcisizmu (Oberle et al., 2017).

Internetinės apklausos būdu vykdomame tyrime dalyvavo 279 jauni suaugusieji (209 moterys, 70 vyrų) nuo 18 iki 40

metų (amžiaus vidurkis 25,33, SN=5,698). Instrumentai: valgymo įpročių klausimynas (EHQ) (Gleaves et al., 2013), narcistinės asmenybės inventorių (NPI-40) (Raskin & Hall, 1979).

**Reikšminiai žodžiai:**

narcisizmas, ortoreksija, perdėtas polinkis, sveika mityba.

Atlikus logistinę regresinę analizę nustatytas ryšys tarp bendro perdėto polinkio į sveiką mitybą ir narcisizmo bei aukštesnio turimų žinių apie sveiką mitybą vertinimo ir labiau išreikšto narcisizmo. Tai gali reikšti, jog labiau narcistiški asmenys siekia įtvirtinti savivertę laikydamiesi itin ribojančios mitybos, pasitikėjimą savimi, pasididžiavimą, demonstratyvumą atskleiddami per aukštesnį savo žinių apie sveiką mitybą vertinimą. Skirtingai nei Oberle ir kiti (2017), nenustatyta, kad kiti du ortoreksijos komponentai – psichosocialinės problemos dėl perdėto polinkio į sveiką mitybą ir teigiamų jausmų patyrimas laikantis sveikos mitybos – sietųsi su narcisizmu. Toks rezultatų neatitikimas atspindi poreikį ir toliau nagrinėti ortoreksiją, ieškant paaiškinančių jos vystymąsi veiksnių.

Išvados. Didesnis jaunų suaugusiųjų narcisizmo išreikštumas susijęs su didesniu bendru perdėtu polinkiu į sveiką mitybą ir vienu iš jo komponentų – aukštesniu savo turimų žinių apie sveiką mitybą vertinimu. Narcisizmo ir perdėto polinkio į sveiką mitybą komponentų – psichosocialinių problemų dėl perdėto polinkio į sveiką mitybą ir teigiamų jausmų patyrimu laikantis sveikos mitybos – sąsajos nenustatytos.

# Gimtosios šeimos dinamikos svarba suaugusių asmenų poros santykiams bei sveikatai: Bowen šeimos sistemų teorijos perspektyva

The significance of family-of-origin dynamics for adults' couple relationship and health: The perspective of Bowen family systems theory

Įvadas. Bowen šeimos sistemų teorija apibūdina šeimos sąveikos procesus, kurie perduodami iš kartos į kartą bei lemia ne tik šeimos funkcionavimą, bet ir asmens autonomijos ir emocinio reaktyvumo lygį. Remiantis teorija, bet kokios asmeninės, sveikatos ar santykių problemos yra susijusios su nerimu, kurį sukelia destruktivūs šeimos narių sąveikos modeliai. Tyrimo metu atskleidžiama, kaip M. Bowen teorijoje apibrėžti šeimos ir asmeniniai veiksniai, tokie kaip šeimos emocinė sistema, trianguliacija, savi-diferenciacija yra susiję su suaugusiųjų sveikata. Tikslas. Iširti kompleksinį mediacinį modelį, apimantį vaikystėje suvoktą trianguliaciją ir gimtosios šeimos emocinę sistemą, suaugusiųjų savi-diferenciaciją bei pasitenkinimą poros santykiais, kurie veikia kaip mediatoriai tarp retrospektyviai vertinamų tėvų tarpusavio santykių bei suaugusių vaikų sveikatos. Metodai: Tyrime dalyvavo (N = 257) 18 metų ir vyresni asmenys, kurie tyrimo metu turėjo bent vienerių metų trukmės romantinius santykius. Didžioji dalis dalyvių buvo moterys (n = 225; 88%), amžiaus vidurkis 38,82 metai (SD = ,29). Dauguma respondentų buvo vedę (n = 192; 75%). Tyrimas vykdytas pasitelkiant internetinę apklausų platformą soSci (<https://www.soscisurvey.de>). Buvo naudojami šie tyrimo instrumentai: Retrospektyvus tėvų santykių kokybės klausimynas, Savi-diferenciacijos klausimynas, Pasitenkinimo poros santykiais skalė, Trumpoji gimtosios šeimos skalė, Trianguliacijos santykiuose klausimynas ir RAND-36 sveikatos klausimyno 1.0 versija. Hipotezių tikrinimui buvo naudojamas struktūrinis lygčių modeliavimas.

**Vitalija Navickė**

Vytauto Didžiojo universitetas,  
vitalija.navicke@vdu.lt

**Viktorija Čepukienė**

Vytauto Didžiojo universitetas

Rezultatai. Modelis patvirtino tėvų santykių kokybės tiesioginį ryšį su gimtosios šeimos emocine sistema (kuri, savo ruožtu, turi tiesioginį ryšį su asmens savi-diferenciacija ir pasitenkinimu poros santykiais) bei su retrospektyviai įvertinta trianguliacija, o taip pat trianguliacijos ryšį su savi-diferenciacija, bei savi-diferenciacijos ryšį su sveikata bei pasitenkinimu poros santykiais. Bendravimas tarp tėvų taip pat netiesiogiai yra susijęs su suaugusių vaikų emocine ir fizine sveikata per mediatorius: trianguliaciją, gimtosios šeimos emocinę sistemą, savi-diferenciaciją ir pasitenkinimą poros santykiais. Retrospektyviai įvertinta trianguliacija vaikystėje turėjo ir reikšmingą netiesioginį (per savi-diferenciaciją) ir tiesioginį ryšį su suaugusiųjų emocine bei fizine sveikata.

**Reikšminiai žodžiai:**

gimtoji šeima, santykiai, sveikata.

## Virtualia realybe grįstos kognityvinės reabilitacijos poveikis insultą patyrusiems pacientams

### Effects of virtual reality-based cognitive rehabilitation in stroke patients

Įvadas. Reabilitacijos metu, atkuriant funkcinis gebėjimus po insulto sukeltos žalos, svarbu atstatyti pacientų kognityvines funkcijas ir pagerinti jų emocinę būseną. Dabartiniai kognityvinės reabilitacijos veiksmingumo įrodymai insultą patyrusių pacientų grupėje nepakankami. Kognityvinių funkcijų lavinimas virtualioje aplinkoje yra nefarmakologinė intervencija, kuri sužadina kompensacinius nervų sistemos mechanizmus ir strategijas, skatinančius sutrikusių funkcijų atsistatymą. Pastaruoju metu šios srities tyrimai tikrina prielaidas apie netiesioginį kognityvinių funkcijų lavinimo efektą kitoms, netreniruotoms funkcijoms. Tikslas. Nustatyti kognityvinių funkcijų lavinimo virtualios realybės aplinkoje programos veiksmingumą ir įvertinti

netiesioginio perdavimo efektą – emocinės būsenos pokytį. Metodika. Tyrime dalyvavo 58 Abromiškių reabilitacijos ligoninės insultą patyrę pacientai, iš kurių 39 (67,2 proc.) vyrai, 19 (32,8 proc.) moterų; amžiaus vidurkis 61,93 m. (SN=8,83). Pacientai atsitiktinai paskirstyti į poveikio (N=29) ir lyginamąją (N=29) grupes. Poveikio grupės pacientai atliko trumpalaikės vizualinės atminties lavinimo užduotis (10 sesijų po 30 min.) įtraukiosios virtualios realybės aplinkoje. Lyginamoji grupė gavo įprastas reabilitacijos paslaugas. Trumpalaikėi vizualinei atminčiai įvertinti naudota Džordžijos medicinos koledžo kompleksinė figūra (Ingram ir kt., 1997). Depresijos simptomams įvertinti naudotas pacientų sveikatos klausimynas (PHQ-9, Spitzer ir kt., 1999), nerimo simptomams – generalizuoto nerimo sutrikimo skalė (GAD-7, Spitzer ir kt., 2006).

Rezultatai. Tyrimo pradžioje poveikio ir lyginamosios grupių dalyvių trumpalaikės vizualinės atminties, depresiškumo, nerimo rodikliai nesiskyrė. Po intervencijos poveikio grupėje trumpalaikė vizualinė atmintis pagerėjo ( $p < 0,05$ ), lyginamosios grupės dalyvių rezultatai tarp matavimų reikšmingai nesiskyrė ( $p > 0,05$ ). Tuo tarpu nerimas ir depresiškumas statistiškai reikšmingai sumažėjo tiek poveikio ( $p < 0,05$ ), tiek lyginamojoje grupėse ( $p < 0,05$ ), tačiau depresiškumo sumažėjimo efekto dydis poveikio grupėje dvigubai didesnis (Hedges'g=0,82) nei lyginamojoje (Hedges'g=0,43).

Diskusija ir išvados. Remiantis tyrimo rezultatais galima teigti, kad atminties lavinimo užsiėmimai virtualios realybės aplinkoje yra veiksmingi ir jų poveikis turi netiesioginio perdavimo efektą – pacientų emocinės būsenos pagerėjimą. Tyrimo rezultatai yra vertingi sveikatos priežiūros įstaigoms planuojant įrodymais grįstą psichologinio poveikio metodų taikymą, rengiant ekonomišką neuroreabilitacijos programas.

Tyrimą finansavo Lietuvos mokslo taryba (Nr. S-MIP-23-137).

## **Raimonda Petrolienė**

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, raimonda.petroliene@lsmu.lt

## **Liuda Šinkariova**

Vytauto Didžiojo universitetas

## **Loreta Zajančauskaitė-Staskevičienė**

Vytauto Didžiojo universitetas

## **Andrius Paulauskas**

Kauno technologijos universitetas

## **Jovita Janavičiūtė-Pužauskė**

Vytauto Didžiojo universitetas

### **Reikšminiai žodžiai:**

kognityvinės funkcijos, virtuali realybė, insultą patyrę pacientai, emocinė būsena.

# Lietuviškosios modifikuotos Pažintinio rezervo skalės versijos psichometrinės charakteristikos

## Psychometric properties of the Lithuanian modified version of the Cognitive Reserve Scale

Vienas ryškiausių vyresniame amžiuje vykstančių pokyčių – pažintinių gebėjimų prastėjimas (Bennet & Madden, 2013). Tyrimų duomenimis, šis procesas individualus ir gali priklausyti nuo pažintinio rezervo (PR) bei jį formuojančių veiksnių (Stern, 2002, 2009). PR laikomas hipotetiniu tiesiogiai nepamatuojamu kintamuoju, todėl dažniausiai analizuojami įvairūs jo veiksniai (pavyzdžiui, išsilavinimas, intelekto koeficientas, įvairūs gyvenimo būdo ir laisvalaikio veiksniai (Valenzuela et al., 2011). Šiuo metu yra 6 instrumentai, vertinantys PR, tačiau Pažintinio rezervo skalė (angl. Cognitive Reserve Scale, CRS) patikimumo rodikliais pranoksta kitus (Kartschmit et al., 2019). Skalė apima platų gyvenimo būdo veiksnių spektrą skirtinguose amžiaus tarpsniuose (jaunystėje, brandžiam ir vyresniame amžiuje). 24 originalios skalės teiginiai vertinami 5 balų Likerto tipo skale (Leon-Estrada et al., 2017). Šiuo tyrimu siekta įvertinti lietuviškosios modifikuotos Pažintinio rezervo skalės versijos patikimumo ir validumo charakteristikas sveikų vyresnių amžiaus asmenų imtyje.

Tyrimo imtį sudarė 125 Lietuvos gyventojai nuo 65 iki 92 metų, amžiaus vidurkis - 72,05 metų (SD = 6,29), 72% imties sudarė moterys. Atlikus teiginių analizę, nuspręsta atsisakyti septynių klausimų, nes jie neatspindėjo kognityviškai stimuliuojančios veiklos (Relander et al., 2021), du buvo pašalinti dėl vertinimo asimetriškumo. Galutinę skalę sudarė 15 teiginių, atitinkančių 3 originalias subskales: mokymasis-informacija, hobiai - laisvalaikio pomėgiai ir socialinis gyvenimas. Skalės validumui įvertinimui taikyta patvirtinančioji faktorinė analizė, subskalių patikimumui įvertinti skaičiuojamas vidinis suderinamumo rodiklis.

### Viktorija Ivleva

Vilniaus universitetas,  
viktorija.ivleva@fsf.vu.lt

Galutiniai rezultatai atitiko teorinę trijų faktorių struktūrą (RMSE = 0,058, CFI = 0,921, TLI = 0,902,  $\chi^2 = 117.52$ , df = 84, p = 0,009) ir parodė priimtina vidinį suderintumą. Cronbach'o  $\alpha$  koeficientai: 0,60 – 0,74. Taigi, modifikuotą lietuviškąją Pažintinio rezervo skalę versiją galima taikyti vyresnio amžiaus asmenų pažintiniam rezervui vertinti, tačiau rekomenduojama rezultatus vertinti su atsargumu bei atlikti išsamesnį validumo įvertinimą.

**Reikšminiai žodžiai:**

pažintinis rezervas, pažintinio rezervo skalė, pažintiniai gebėjimai, vyresnio amžiaus asmenys.

## Psichosocialiniai veiksniai, susiję su mitybos ribojimu nėštumo metu: Sisteminė literatūros apžvalga

Psychosocial factors related to restrained eating during pregnancy: Systematic literature review

Įvadas.

Mitybos ribojimas nėštumo metu vis dar sulaukia sąlyginai nedaug mokslininkų dėmesio, nors nepakankama mityba šiuo jautriu moteriai periodu siejama su nėščiųjų anemija, nepakankamu maistinių medžiagų naujagimiui užtikrinimu ir dėl to – per mažu jo svoriu (Cui et al., 2023). Žinoma, kad įvairūs psichosocialiniai veiksniai siejasi su valgymo elgesiu bendrojoje populiacijoje (Alhaj et al., 2022), tačiau šios problemos ištirtumo lygis specifinėje nėščiųjų populiacijoje nėra aiškus. Taigi, šios sisteminės literatūros apžvalgos tikslas –identifikuoti psichosocialinius veiksnius, susijusius su mitybos ribojimu nėštumo metu.

Metodai. Mokslinės literatūros paieška buvo atlikta keturiose duomenų bazėse (APA PsycINFO, PubMed, Scopus ir Web of Science), apimant laikotarpį iki 2023 m. spalio mėn. Į sisteminę literatūros analizę buvo įtraukiami kiekybinius tyrimo rezultatus pristatantys, anglų kalba publikuoti moksliniai straipsniai ir disertacijos. Į analizę buvo

**Erika Gibė**

Vytauto Didžiojo universitetas,  
erika.gibe@vdu.lt

**Aidas Perminas**

Vytauto Didžiojo universitetas

įtraukti tik tie straipsniai, kuriuose nėščią moterų imtis neturėjo medicininės patologijos, galinčios turėti įtakos valgymo elgesiui.

Rezultatai. Į sisteminę literatūros apžvalgą buvo įtraukti aštuoni tyrimai, paskelbti nuo 1999 iki 2023 metų.

Nustatyta, kad psichologinis distresas, nepasitenkinimas kūnu, liekno kūno internalizacija, troškimas būti lieknai, savo išvaizdos su kitais lyginimas ir asmenybės savybės (atvirumas patirčiai, ekstraversija, sąmoningumas) siejasi su dažnesniu mitybos ribojimu nėštumo metu. Tuo tarpu didesnis pasitenkinimas gyvenimu siejosi su mažesniu mitybos ribojimu nėštumo metu.

Diskusija. Mitybos ribojimas yra svarbi sutrikusio valgymo elgesio nėštumo metu rūšis, reikalaujanti tolimesnių tyrimų, nes nepakankama mityba šiuo periodu gali turėti žalingų pasekmių tiek motinos, tiek vaiko sveikatai. Identifikuoti psichosocialiniai veiksniai turėtų būti panaudojami plėtojant teorinius modelius, padedančius paaiškinti mitybos ribojimą nėštumo metu. Tai prisidėtų prie geresnio šio reiškinio supratimo, kuris galėtų paskatinti prevencinių ir intervencinių programų plėtojimą.

Išvados. Psichosocialinių veiksnių, susijusių su mitybos ribojimu nėštumo metu tyrimai padėtų kurti teorinius modelius, kurie prisidėtų prie geresnio šio reiškinio supratimo ir efektyvesnio pagalbos planavimo.

**Reikšminiai žodžiai:**

mitybos ribojimas, nėštumas.

# Tėvų, auginančių raidos sutrikimą turintį vaiką, savęs stigmatizavimo ypatumai Lietuvoje

The peculiarities of self-stigma in parents of children with developmental disorders

Įvadas.

Tėvai, auginantys raidos sutrikimą turintį vaiką, gali susidurti su savęs stigmatizavimu, t. y. stereotipiniu išankstiniu neigiamu savęs vertinimu bei save diskriminuojančiu elgesiu dėl susietumo su stigmatizuojamu vaiku (Mak & Cheung, 2008). Žinių apie tėvų savęs stigmatizavimą dėl vaiko raidos sutrikimo Lietuvoje trūksta. Šio tyrimo tikslas – įvertinti tėvų, auginančių raidos sutrikimą turintį vaiką, savęs stigmatizavimo ypatumus Lietuvoje.

Metodai.

Tyrimas buvo vykdomas atliekant internetinę apklausą. Kvietimas dalyvauti tyrime buvo platinamas tėvus vienijančiose socialinių tinklų grupėse. Tyrime dalyvavo 30 tėvų (28 mamos, 2 tėčiai), auginančių raidos sutrikimą turintį vaiką (23 berniukai, 7 mergaitės; amžiaus vidurkis – 6,23 m.). Tėvų savęs stigmatizavimui dėl vaiko raidos sutrikimo įvertinimui buvo naudota Susietumo stigmos skalė (Mak & Cheung, 2008) bei Internalizuotos psichikos sutrikimų stigmos skalė tėvams (ISMI) (Ritsher et al., 2003; Hasson-Ohayon et al., 2011).

Rezultatai. Tyrimo rezultatai parodė, jog 60% tyrimo dalyvių patiria minimalų, 23% – nestiprų, 13% – vidutinio stiprumo ir 3% – stiprų savęs stigmatizavimą dėl vaiko raidos sutrikimo. Emocinis savęs stigmatizavimo komponentas buvo išreikštas stipriau nei kognityvinis bei elgesio savęs stigmatizavimo komponentas. Tėvų savęs stigmatizavimas

**Marija Aušraitė**

Vytauto Didžiojo universitetas,  
marija.ausraite@vdu.lt

**Kristina Žardeckaitė-  
Matulaitienė**

Vytauto Didžiojo universitetas

dėl vaiko raidos sutrikimo nebuvo susijęs nei su jų pačių, nei su raidos sutrikimą turinčio vaiko amžiumi.

Diskusija ir išvados. Tyrimo rezultatai leidžia geriau suprasti tėvų savęs stigmatizavimo dėl vaiko raidos sutrikimo išreikštumą Lietuvoje.

**Reikšminiai žodžiai:**

savęs stigmatizavimas, tėvai, raidos sutrikimai.

## Psichologinė gerovė ir pasitenkinimas gyvenimu: tapatūs, bet skirtingi?

Psychological well-being and life satisfaction: Same, but different?

Išvadas.

Didžioji dalis psichologinių reiškinių paremti subjektyviu patyrimu, tad sąvokų operacionalizavimas kelia nemažai iššūkių, o apibrėžti „gerą“ funkcionavimą kartais būna sunkiau nei patologinį. Pavyzdžiui, psichologinė gerovė ir pasitenkinimas gyvenimu yra tarpusavyje glaudžiai susiję ir persipynę konstruktai, o kai kurių tyrimų kontekste šios sąvokos yra tapatinamos ar netgi vartojamos kaip sinonimai. Tyrimo tikslas – remiantis SHARE tyrimo duomenimis išanalizuoti pasitenkinimo gyvenimu ir psichologinės gerovės sąsajas bei skirtumus skirtingo amžiaus žmonių grupėse.

Metodika.

Tyrimo imtį sudarė 45,204 vyresni nei 50 metų respondentai, gyvenantys įvairiose Europos šalyse. Analizei atlikti panaudoti Europos sveikatos, senėjimo ir išėjimo į pensiją tyrimo (SHARE) 8-tos bangos (doi: 10.6103/SHARE.w8.800) 50 metų ir vyresnių asmenų (57, 5% mot.; vid. amžius = 70,2, SD = 9,2) duomenys. Psichologinė gerovė matuota 12-kos teiginių gyvenimo

### Goda Tamašauskienė

Vilniaus universitetas,  
Filosofijos fakultetas,  
Psichologijos institutas,  
goda.karpaviciute@gmail.com

### Antanas Kairys

Vilniaus universitetas,  
Filosofijos fakultetas,  
Psichologijos institutas

### Olga Zamalijeva

Vilniaus universitetas,  
Filosofijos fakultetas,  
Psichologijos institutas

### Ieva Jurevičiūtė

Vilniaus universitetas,  
Filosofijos fakultetas,  
Psichologijos institutas

kokybės ir gerovės (CASP) skalės versija, o pasitenkinimą gyvenimu respondentai vertino 10 balų skale nuo „visiškai nepatenkinta(-s)“ iki „visiškai patekinta(-s)“. Siekiant palyginti psichologinę gerovę ir pasitenkinimą gyvenimu skirtingose šalyse buvo naudojami šalies viduje standartizuoti įverčiai.

#### Rezultatai.

Tyrimo rezultatai atskleidė, kad psichologinė gerovė ir pasitenkinimas gyvenimu buvo susiję ( $r = 0,552$ ,  $p < 0,01$ ). Analizuojant atskirus atvejus matoma, kad kai kurių respondentų psichologinės gerovės ir pasitenkinimo gyvenimu įverčiai skiriasi. Pavyzdžiui pastebėta tendencija, kad iki 73 m. amžiaus psichologinės gerovės lygis buvo aukštesnis nei pasitenkinimo gyvenimu lygis, o po 73 m. aukštesnis pasitenkinimas gyvenimu. Taigi, rezultatai pabrėžia tiriamų konstrukto skirtumus.

#### Diskusija ir išvados.

Remiantis tyrimo rezultatais pastebima, kad psichologinė gerovė ir pasitenkinimas gyvenimu yra susiję, bet kiek mažiau nei būtų galima tikėtis, o tai leidžia teigti, kad jie yra skirtingi konstruktai ir neturėtų būti naudojami sinonimiškai. Taip pat svarbu atkreipti dėmesį į individualius skirtumus, išryškėjusius skirtingose amžiaus grupėse, kuriuos galėjo nulemti įvairūs veiksniai skirtinguose žmogaus amžiaus tarpsniuose.

# Ar gali dėmesingas įsisąmoninimas sumažinti darbo-šeimos vaidmenų konfliktą?

## Can mindfulness reduce work-family conflict?

Darbo ir šeimos gyvenimo derinimas yra aktuali pastarųjų metų diskusijų tema. Teigiama, jog nors ir siekiama padėti darbuotojams suderinti darbą ir šeimą, šių sričių vaidmenų konfliktas vis dar kelia daug iššūkių. Atsižvelgiant į didėjantį žmonių užimtumą bei suvokiamo neigiamo darbo ir šeimos konflikto pasekmes tiek psichologinei, tiek fizinei sveikatai, plačiau pradedama kalbėti apie dėmesingo įsisąmoninimo naudą žmonėms. Keliami prielaida, jog dėmesingas įsisąmoninimas yra reikšmingas asmeninis resursas padedantis dorotis su patiriamu darbo-šeimos vaidmenų konfliktu.

Skėtiniame skerspjūvio tyrime dalyvavo 180 dirbančių asmenų. Iš viso tyrime dalyvavo 156 (86,7 %) moterys ir 23 (12,8 %) vyrai (1 asmuo savo lyties nenurodė). Vidutinis tyrimo dalyvių amžius – 32,56 metų (SN = 10,32), vidutinis darbo stažas – 10,72 metų (SN = 9,44). 48 tyrimo dalyviai nurodė praktikuojantys dėmesingą įsisąmoninimą. Tyrimo metu naudotos 15-os teiginių dėmesingo įsisąmoninimo skalė MAAS ( $\alpha=0,90$ ) bei 9-ių teiginių darbo-šeimos vaidmenų konflikto skalė, kurios pagalba buvo vertinami trys darbo-šeimos konflikto tipai: dėl laiko ( $\alpha=0,90$ ), dėl įtampos ( $\alpha=0,92$ ) ir dėl elgesio ( $\alpha=0,78$ ).

Tyrimo rezultatai atskleidžia, jog dėmesingu įsisąmoninimu užsiimantys asmenys patiria didesnę darbo-šeimos

### Tadas Advilavičius

Vytauto Didžiojo universitetas,  
tadas.vadvilavicius@vdu.lt

### Kamilė Leunartaitytė

Vytauto Didžiojo universitetas

vaidmenų konfliktą dėl įtampos ( $t=2,70$ ,  $p < 0,05$ , Cohen's  $d = 0,46$ ). Kiti darbo-darbo šeimos vaidmenų konfliktų tipai tarp grupių nesiskyrė. Taip pat, rezultatai atskleidžia, jog dėmesingas įsisąmoninimas, kontroliuojant amžių, lytį ir dėmesingo įsisąmoninimo praktikavimą, prognozuoja mažesnę darbo-šeimos konfliktą dėl laiko ( $\beta = -0,19$ ,  $p < 0,05$ ) ir dėl elgesio ( $\beta = -0,21$ ,  $p < 0,05$ ). Stebėtina, tačiau tyrimo rezultatai neatskleidė, jog dėmesingas įsisąmoninimas prognozuoja mažesnę darbo-šeimos konfliktą kylantį dėl įtampos ( $\beta = -0,13$ ,  $p > 0,05$ ).

Tyrimu nustatyta, jog dėmesingas įsisąmoninimas gali būti reikšmingas resursas padedantis asmenims dorotis su darbo-šeimos vaidmenų konfliktu. Visgi, tyrimo rezultatai atskleidė, jog dėmesingas įsisąmoninimas, dažnai laikomas streso mažinimo būdu, neprognozuoja mažesnio darbo-šeimos vaidmenų konflikto dėl įtampos. Gauti rezultatai prieštarauja kitų užsienio šalių mokslininkų gautiems rezultatams, todėl reikalingi tolimesni šios srities tyrimai Lietuvoje.

#### **Reikšminiai žodžiai:**

darbo-šeimos vaidmenų konfliktas; dėmesingas įsisąmoninimas; asmeniniai resursai.

## **Studentų karjeros sprendimų priėmimo sunkumus prognozuojantys demografiniai veiksniai**

### **Demographic factors predicting career decision-making difficulties**

Teigiama, jog sunkumai priimant su karjera susijusius sprendimus yra dažna problema jaunų suaugusiųjų amžiuje. Visgi, Lietuvoje apie su karjera susijusių sprendimo sunkumus yra žinoma itin mažai. Tyrimo tikslas yra nustatyti kokius demografinius veiksniai prognozuoja

studentų patiriamus karjeros sprendimų priėmimo sunkumus.

Skėtiniame skerspjūvio tyrime dalyvavo 267 Lietuvoje studijuojančių, 18 m. ir vyresnių studentų. Iš viso tyrime dalyvavo 231 (86,5 %) moterys ir 33 (12,4 %) vyrai (3 asmenys savo lyties nenurodė). Vidutinis tyrimo dalyvių amžius – 24,72 metų (SN = 8,45). Iš visų tyrimo dalyvių, 176 tyrimo dalyviai tyrimo metu studijavo universitete, 42 kolegijoje ir 49 profesinėje mokykloje. Tyrimo metu naudot 34-ių teiginių Karjeros sprendimų priėmimo sunkumų klausimyno lietuviškoji versija ( $\alpha=0,94$ ) bei sociodemografiniai klausimai. Tyrimo duomenys buvo renkami elektroninės apklausos būdu.

Tyrimo rezultatai atskleidė, jog Karjeros sprendimų priėmimo sunkumai yra neigiamai susiję su tyrimo dalyvių amžiumi ( $r= -0,36$ ,  $p < 0,001$ ) bei bendru darbo stažu ( $r = -0,26$ ,  $p < 0,05$ ). Porinis grupių palyginimas atskleidė, jog tik studijuojantys asmenys patiria daugiau karjeros sprendimo priėmimo sunkumų (vid. 4,80), lyginant su dirbančiais ir studijuojančiais studentais (vid. 3,79,  $p < 0,001$ ). Studentai studijuojantys (profesinio) bakalauro studijų pakopoje pasižymi statistiškai reikšmingai aukštesniu karjeros sprendimo priėmimo sunkumų lygiu lyginat su 2-3 pakopos ir vientisųjų studijų studentais ( $F=4,84$ ,  $p<0,05$ ), bet nesiskiria lyginant su profesinių studijų studentais. Lyčių skirtumai nenustatyti.

Tyrimu nustatyta, jog mažiau karjeros sprendimo priėmimo sunkumų patiria vyresnio amžiaus, daugiau darbo stažo turintys, studijuojantys ir jau dirbantys, profesinės ir aukštesnės pakopos studijų studentai. Remiantis tyrimo duomenimis galima kelti prielaidą, jog asmenys, jau įgiję bent kokios darbinės patirties, pasirinkę profesines studijas ar tęsti studijas aukštesnėje pakopoje turi aiškesnį profesinį identitetą, todėl susiduria su mažiau sunkumų priimant sprendimus dėl karjeros. Siekiant padėti studentams dorotis su karjeros sprendimų priėmimo sunkumais, rekomenduojama tirti kokio tipo sunkumai yra dažniausi studentų imtyje.

### **Tadas Vadvilavičius**

Vytauto Didžiojo universitetas,  
tadas.vadvilavicius@vdu.lt

### **Kristina Bikauskaitė**

Vytauto Didžiojo universitetas

### **Tadas Petrulis**

Vytauto Didžiojo universitetas

### **Donata Burčikaitė**

Vytauto Didžiojo universitetas

### **Karolina Jakštaitytė**

Vytauto Didžiojo universitetas

### **Reikšminiai žodžiai:**

karjeros sprendimų priėmimo sunkumai; demografiniai veiksniai

# Darbo kompleksškumas ir profesinis perdegimas: augimo mąstysenos reikšmė

Job complexity and burnout:  
The role of growth mindset

Įvadas.

Implicitinio savęs tapatumo teorijoje teigiama, kad vieni asmenys mano, kad jų asmeninės charakteristikos (pvz., intelektas) yra fiksuotos ir nekintančios, o kiti – jog asmeninės charakteristikos gali būti keičiamos, pvz., tobulinamos. Įsitikinimai, kad asmens intelektas gali būti ugdomas / tobulinamas, dar vadinami augimo mąstysena, yra susiję su geresne psichikos sveikata bei geresniais darbuotojų veiklos rezultatais organizacijose (Lai et al., 2022; Özduran & Tanova, 2017). Vis dėlto nežinoma apie augimo mąstysenos reikšmę suvokiamoms darbo charakteristikoms ir jų ryšiui su darbuotojų gerove. Tyrimai atskleidžia, jog darbo kompleksškumas gali padėti vystyti asmeninius resursus, kurie leidžia asmeniui ugdyti kognityvinį lankstumą bei taip sumažinti profesinio perdegimo riziką (Kubicek & Korunka, 2015). Šiuo tyrimu yra siekiama įvertinti, kokią reikšmę augimo mąstysena turi ryšiui tarp darbo kompleksškumo ir profesinio perdegimo.

Metodika.

Tyrimo duomenys buvo surinkti tarptautinio projekto „NICE:CROWD“ metu. Į analizę įtraukti 90 (92% moterys), pilnu etatu dirbančių, 18 m. ir vyresnių asmenų iš Lietuvos. Tyrimo dalyvių amžiaus vidurkis 40,97 (SN = 11,53). Tiriamieji pildė tris savižinos klausimynus – darbo kompleksškumo (Cammann et al., 1983) ir augimo mąstysenos (Dweck, 1999) skales bei Oldernburgo perdegimo inventorių (Demerouti, et al., 2001).

Rezultatai.

Rezultatai atskleidė, jog didesnis darbo kompleksškumas

**Tadas Vadvilavičius**

Vytauto Didžiojo universitetas,  
tadas.vadvilavicius@vdu.lt

**Auksė Endriulaitienė**

Vytauto Didžiojo universitetas

**Laura Šeibokaitė**

Vytauto Didžiojo universitetas

( $B = -0,46$ ,  $p < 0,05$ ) ir labiau išreikšta augimo mąstysena ( $B = -0,41$ ,  $p < 0,05$ ) reikšmingai prognozuoja mažesnį darbuotojų perdegimą. Taip pat, analizė atskleidė, jog augimo mąstysena moderuoja darbo kompleksškumo ir perdegimo ryšį ( $B = 0,10$ ,  $p < 0,05$ ). Esant žemai augimo įsitikinimų reikšmei (-1 SN; sąlyginis efekto dydis  $-0,17$ ,  $p < 0,05$ ), ryšys tarp darbo kompleksškumo ir perdegimo yra stipresnis.

Diskusija. Tyrimo rezultatai patvirtino, jog darbo kompleksškumas bei augimo mąstysena gali būti psichologiniai resursai, kurie apsaugo darbuotoją nuo profesinio perdegimo. Vis tik asmeninė nuostata, jog intelektas yra nekeičiamas stiprina ryšį tarp darbo kompleksškumo ir profesinio perdegimo, tad augimo mąstysenos reikšmė darbuotojų gerovei išlieka prieštaringa. Todėl reikalingi išsamesni tyrimai apie augimo mąstysenos reikšmę darbuotojų gerovei.

**Reikšminiai žodžiai:**

darbo kompleksškumas;  
profesinis perdegimas; augimo  
mąstysena.

## Studentų pritarimo seksualinio smurto mitams ir psichopatiškumo sąsajos

Examining the relationships between the acceptance of sexual violence myths and psychopathic traits in a female student sample

Pastaraisiais dešimtmečiais studentų patiriamas seksualinis smurtas yra pripažįstama kaip rimta problema (Molstad et al., 2023). Susidūrimas su tokio pobūdžio smurtu daro neigiamą įtaką nukentėjusio asmens emocinei būsenai, psichosocialiniam funkcionavimui, tarpasmeninių santykių kokybei, taip pat padidina potrauminio streso sutrikimo, fizinių sužalojimų ar lytiškai plintančių ligų tikimybę (Maina, 2018; Rothman et al., 2019). Viena iš seksualinio smurto paplitimo priežasčių yra ta, kad visuomenėje gana gajūs mitai, arba klaidingi įsitikinimai, apie seksualinę prievartą, pavyzdžiui, kad auka pati kalta dėl to, kas įvyko (O'Connor & McMahon, 2022). Nustatyta, kad šiems mitams dažniau pritaria asmenys su labiau išreikštais psichopatijos bruožais, tačiau stokojama tyrimo rezultatų nuoseklumo įvairiose grupėse (Attreed & Kozlowski, 2018; DeLisle et al., 2019). Atitinkamai mūsų tyrimo tikslas yra nustatyti ryšius tarp studentų pritarimo seksualinio smurto mitams ir jų psichopatijos bruožų.

Tyrimo dalyvių studentų ( $n=141$ ) amžius svyravo nuo 18 iki 25 m. ( $M=20,86$ ,  $SD=1,7$ ). Buvo atlikta internetinė apklausa. Anketą sudarė Peržiūrėta modernių mitų apie seksualinę agresiją priėmimo skalė – 21 (angl. A revised version of the Acceptance of Modern Myths about

### Ilona Laurinaitytė

Vilniaus universitetas,  
Psichologijos institutas, Teisės  
psichologijos tyrimų centras,  
ilona.laurinaityte@fsf.vu.lt

### Žydrūnė Ilgarūbytė

Vilniaus universitetas,  
Psichologijos institutas

Sexual Aggression Scale, sutr. AMMSA–21, Bohner et al., 2022), Triarchinės psichopatijos vertinimo klausimynas (angl. Triarchic Psychopathy Measure, sutr. TriPM; Patrick, 2010), sociodemografiniai klausimai, po du klausimus apie seksualinio smurto patirtį bei polinkį padėti seksualinio smurto aukai.

Apklausoje rezultatai atskleidė, kad seksualinį smurtą teigė patyrusios net 37,6 proc. (n=53) dalyvių, o 19,9 proc. (n=28) nebuvo dėl to tikros (pavyzdžiui, dėl išreikštų abejonių pritarimui seksualiniam santykiui). Taip pat nustatyta, kad egzistuoja statistiškai reikšmingas teigiamas ryšys tarp studentų pritarimo seksualinio smurto mitams ir jų psichopatijos bruožų ( $r=0,38$ ,  $p<0,01$ ), tačiau pastarieji du kintamieji nebuvo reikšmingai susiję su studentų polinkiu padėti smurto aukai.

Gauti rezultatai leidžia kelti prielaidas apie tai, kad seksualinio smurto patyrimas studentų tarpe yra aktuali problema. Geresnis prievartos mitų paplitimo supratimas gali padėti kuriant prevencines priemones bei stiprinant pagalbos tinklą nukentėjusiems nuo seksualinio smurto.

**Reikšminiai žodžiai:**

seksualinė prievarta, seksualinės prievartos mitai, psichopatiškumas, studentės.

## 12 klasės mokinių akademinų lūkesčių keliamo streso ir akademinio atidėliojimo sąsaja

The relation between the stress of academic expectations and academic procrastination among 12th year school students

12-os klasės metai yra suvokiami kaip stresą keliantis gyvenimo etapas, tad tikėtina, kad daugeliui moksleivių gali kilti nerimą, įtampą bei stresą keliantys klausimai, susiję su kvestionavimu, ar jie gebės pateisinti savo, tėvų bei mokytojų keliamus lūkesčius. Suvokdami tėvų, mokytojų, galiausiai savo pačių keliamus sėkmingo išsilavinimo lūkesčius, mokiniai gali susidurti su specifine akademinio streso forma – akademinų lūkesčių stresu, kuris gali paskatinti įvairias akademinės problemas. Viena dažniausiai sutinkamų akademinų problemų – akademinis atidėliojimas.

Mokslinėje literatūroje randama, kad akademiniai lūkesčiai gali tapti reikšmingu akademinio streso šaltiniu (Subramani & Venkatachalam, 2019; Deb et al., 2015; Hafeez et al., 2022), o akademinis stresas gali tapti akademinį atidėliojimą prognozuojančiu veiksniu (Rahardjo et al., 2013; Çikrikci, 2016), taigi šio pranešimo tikslas yra atskleisti akademinų lūkesčių keliamo streso ir akademinio atidėliojimo sąsają 12-os klasės Lietuvos mokinių imtyje.

Tyrimo dalyvavo 424 12 klasės mokiniai: 113 vaikų ir 311 merginų iš skirtingų Lietuvos gimnazijų. Tyrimo anketa sudarė 3 sociodemografiniai klausimai, akademinų lūkesčių keliamo streso klausimynas (angl. Academic Expectations

**Gabrielė Pociūtė**

Vytauto Didžiojo universitetas,  
gabriele.pociute@vdu.lt

**Jurga Misiūnienė**

Vytauto Didžiojo universitetas

Stress Scale, Ang & Huan, 2006] ir akademinio atidėlioimo klausimynas [angl. Academic Procrastination Scale, Mcclsokey & Scielzo, 2015].

Šio tyrimo rezultatai iš dalies patvirtina ankstesnių tyrimų duomenis, bet taip pat juos ir papildo, nes atskleidė, kad Lietuvoje besimokantys mokiniai patiria daugiau asmeninių akademių lūkesčių keliamo streso nei tėvų, mokytojų, lyginant su Rytų šalyse atliktais tyrimais. Tyrimo metu nustatyta, kad 12 klasėje besimokančios merginos patiria didesnę akademių lūkesčių keliamą stresą nei vaikinai; didėjant 12 klasės mokinių tėvų, mokytojų akademių lūkesčių keliamam stresui didėja ir asmeninių akademių lūkesčių keltas stresas; stipriau išreikštas 12 klasėje besimokančių merginų akademių lūkesčių keliamas stresas yra susijęs su didesniu akademių atidėlioimu. Apibendrinant, tyrimo rezultatai rodo aktualumą toliau gilintis į tai, kaip subjektyviai suvokiamas tėvų elgesys siejasi su mokinių akademinio atidėlioimo tendencijomis. Atsižvelgiant į vidinių bei išorinių lūkesčių sąsają, būtų naudinga išsiaiškinti netiesioginius veiksnius, kurie gali prisidėti prie šių veiksnių sąveikos.

#### **Reikšminiai žodžiai:**

akademiniai lūkesčiai, stresas, akademinis atidėlioimas, 12 klasės mokiniai.

## **Mokinių subjektyviai suvokiamų tėvų pagyrimų ir perfekcionizmo vaidmuo akademiniam pasiekimams**

**The role of students' subjectively perceived parental praise and perfectionism on academic achievement**

Akademiniai pasiekimai yra mokinių mokymosi sėkmės rodiklis ir yra reikalingi besimokančiajam siekiant sėkmingai pereiti iš vieno studijų lygio į kitą. Labai paplitusi savybė, pasireiškianti siekiant aukštų akademių pasiekimų, yra perfekcionizmas, apibūdinamas kaip žmogaus polinkis

#### **Austėja Martinkutė**

Vytauto Didžiojo universitetas,  
austejamart@gmail.com

#### **Jurga Misiūnienė**

Vytauto Didžiojo universitetas

siekti labai aukštų ar nepriekaištingų veiklos rezultatų, kartais viršijančių ir jo paties galimybes. Stiprėjantis jaunimo suvokiamas kitų asmenų reiklumas jiems mokslinėje literatūroje įvardinamas galima augančio perfekcionizmo paplitimo priežastimi (Curran Hill, 2019). Tėvai yra svarbūs asmenys, kurie tikisi aukštų akademinų rezultatų, ypač kai jų vaikas jau yra paauglys ir artėja tolesnių studijų pasirinkimo momentas. Viena iš tėvų taikomų strategijų, stengiantis motyvuoti paauglį geriau mokytis, yra pagyrimai, kitaip – būdas suteikti vaikui grįžtamąjį ryšį, siekiant pripažinti ir pastiprinti tinkamą elgesį ar pasiekimus. Tikimasi, kad tėvų giriami vaikai, mokydamiesi įdės daugiau pastangų, todėl jų akademiniai pasiekimai ne tik atitiks, bet ir viršys lygį, kurio galima tikėtis atsižvelgiant į vaiko intelektualinį potencialą (Darolia, Wydick, 2011). Kita vertus, teigiama sąsaja tarp tėvų pagyrimų ir vaikų akademinų pasiekimų patvirtinama ne visuose tyrimuose (Lee et al., 2017), kas rodo nesutarimus dėl tėvų pagyrimų poveikio vaikų akademiniam pasiekimams.

Pranešime atskleidžiami vaikų ir paauglių akademinų pasiekimų, perfekcionizmo ir tėvų pagyrimų tyrimų rezultatai ir keliamos prielaidos apie jų sisteminį ryšį. Tyrimai (Gunderson et al., 2018, Mueller & Dweck, 1998, Madigan, 2019, Park et al., 2020) rodo, tėvų pagyrimai už pastangas su mokinių akademiniais pasiekimais siejasi teigiamai, o pagyrimai už gebėjimus – neigiamai, nes giriami už pastangas mokiniai sėkmingą veiklos atlikimą linkę sieti su atkakliu darbu ir iššūkių įveikimu, o giriami už gebėjimus susikoncentruoja į rezultatą ir pradeda bijoti nesėkmės, vengti mokymosi iššūkių. Skirtingi perfekcionizmo tipai irgi skirtingai veikia akademinis pasiekimus: adaptyvus perfekcionizmas juos stiprina, neadaptyvus – silpnina. Pranešime grindžiama prielaida, kad tėvų pagyrimai už pastangas tiesiogiai ir per mediatorių adaptyvų perfekcionizmą stiprina akademinis pasiekimus, o pagyrimai už gebėjimus tiesiogiai ir per mediatorių neadaptyvų perfekcionizmą juos silpnina.

**Reikšminiai žodžiai:**

akademiniai pasiekimai,  
perfekcionizmas, tėvų pagyrimai.

## Schwartz vertybių skalės faktorinė struktūra Baltijos šalyse: patvirtinamoji keleto grupių faktorinė analizė

**Factorial structure of Schwartz value scale in Baltic states: Multi-group confirmatory factor analysis**

1992 m. Schwartz pristatytoje žmogaus vertybinės struktūros teorijoje yra aprašomos 10 pagrindinių universalių asmeninių vertybių, kurios sudaro 4 aukštesnio rango vertybių. Schwartz vertybių skalė jau daugiau kaip 30 metų yra naudojama įvairiuose tarptautiniuose tyrimuose, pvz., Europos socialiniame tyrime, tačiau rezultatai atskleidžia nevienareikšmiškus skalės psichometrinius rezultatus. Šios analizės tikslas yra įvertinti Schwartz vertybių skalės faktorinę struktūrą Baltijos šalyse.

Analizei buvo naudojami Europos socialinio tyrimo 10-osios bangos duomenys (v. 3:1; ESS ERIC, 2023). Analizei buvo atrinkti Lietuvos ( $n = 1659$ ) ir Estijos ( $n = 1542$ ) dalyvių duomenys. Po daugiamačių išskirčių analizės, patvirtinamajai keleto grupių faktorinei analizei buvo atrinkti 2744 tyrimo dalyviai, iš kurių 1602 buvo moterys. Vidutinis tyrimo dalyvių amžius buvo 50,88 m. ( $SN=18,11$ ). Tyrime buvo naudojama 21 teiginio Schwarz vertybių skalė (Schwarz, 1992). Buvo atlikta vieno, keturių, dešimties faktorių ir hierarchinės struktūros modelių analizė. Statistinė analizė buvo atlikta naudojant R programinę įrangą (R Core Team, 2023) ir lavaan paketą (Rosseel, 2012).

**Gabija Jarašiūnaitė-  
Fedosejeva**

Vytauto Didžiojo universitetas,  
gabija.jarasiunaite-fedosejeva@  
vdu.lt

**Tadas Vadvilavičius**

Vytauto Didžiojo universitetas

Patvirtinamosios keleto grupių faktorinės analizės rezultatai atskleidė, kad duomenys ne visiškai tinkamai paaiškina vieno (RMSEA=0,11, CFI=0,51, TLI=0,46) ir keturių (RMSEA=0,07, CFI=0,82, TLI=0,80) faktorių ir hierarchinį (4-10) struktūrinį modelį (RMSEA=0,07, CFI=0,85, TLI=0,81), o geriausiai paaiškina dešimties faktorių (RMSEA=0,06, CFI=0,90, TLI=0,85) modelį Lietuvos ir Estijos imtyse. Atlikus modelių palyginimą (naudojant  $\chi^2$  skirtumų testą), rasta, jog dešimties faktorių modelis pasižymi geriausiu duomenų suderinamumu su modeliu (df=288, AIC=171861, BIC=173139,  $\chi^2=1797,1$ ) Lietuvos ir Estijos imtyse, sekant hierarchiniam (df=346, AIC=172552, BIC=173487,  $\chi^2=2604,0$ ), keturių faktorių (df=366, AIC=172859, BIC=173676,  $\chi^2=2951,5$ ) ir vieno faktoriaus modelio struktūrai (df=378, AIC=177447, BIC=178192,  $\chi^2=7562,7$ ).

Schwartz vertybių skalė yra vertinama kaip universalus instrumentas asmeninių vertybių vertinimui.

Patvirtinamosios keleto grupių faktorinės analizės rezultatai nurodo, jog Lietuvos ir Estijos imtyse, tinkamiausia yra dešimties faktorių struktūra ir tai patvirtina Schwartz vertybių teoriją. Vis dėlto, gauti modelio suderinamumo indeksai nurodo, jog yra reikalingi tolimesni tyrimai (pvz., Davidov et al., 2008; Jan et al., 2014).

**Reikšminiai žodžiai:**

vertybės; faktorinė analizė; Europos socialinis tyrimas.

## Psichologijos studentų požiūris į psichologinę pagalbą teikiančias dirbtinio intelekto sistemas ir šio požiūrio pokyčiai po demonstracinių pokalbių

The attitudes of psychology students towards artificial intelligence systems providing psychological assistance and changes in these attitudes after demonstrative conversations

Išvadas.

Nors medicinoje dirbtinis intelektas (DI) ir jo pritaikymas vystosi greitai, ir yra naudingas tiek medicinos personalui, tiek pacientams (Liu ir kt., 2018), dirbtinio intelekto integracija į psichikos sveikatos priežiūrą vis dar yra ankstyvoje stadijoje (Fiske ir kt., 2019). Tyrimo tikslas – įvertinti psichologijos studentų požiūrį į psichologinę pagalbą teikiančias DI sistemas ir požiūrio pokytį po trumpų intervencijų.

Metodai.

Tyrimė dalyvavo 35 psichologijos studentai (amžius=23,11 ± 4,993; 85,7% moterys) - 18 studentų išmėgino DI paremtą emocinės pagalbos programėlę „Wysa“, o 17 studentų stebėjo moksliniais duomenimis grįstą prezentaciją apie DI panaudojimą psichologijoje. Požiūris į DI vertintas prieš ir po intervencijų Bendro požiūrio į dirbtinį intelektą skale ir Oh ir kt. (2019) klausimynu, pritaikytu tirti psichologų požiūrį į DI taikymą savo darbe. Abiejų intervencijų taikymo metu taip pat naudota ir automatizuota emocijų vertinimo sistema „FaceReader“.

Rezultatai.

Lyginant grupes nustatyti statistiškai reikšmingi emocijų skirtumai - Wysa grupėje stebėti aukštesni „pykčio“, „paniekos“, „pasibjaurėjimo“, „laimės“ ir „baimės“ įverčiai (Mann-Whitney U p=0.02; 0.03; <0.001; <0.001; 0.09), o pristatymo grupėje – aukštesnis „neutralios“ būsenos lygis (Mann-Whitney U p<0.00).

Lyginant požiūrio įverčius prieš ir po intervencijų, nustatyta, kad prieš intervencijas „Bendras požiūris į DI psichologijoje“ tarp grupių nesiskyrė (Mann-Whitney U p=0.252), o po intervencijų, pristatymą stebėjusių tiriamųjų tarpe, „Bendras požiūris į DI psichologijoje“ buvo statistiškai reikšmingai aukštesnis, lyginant su „Wysa“ grupe (Mann-Whitney U p=0.010).

Analizuojant pokyčius grupėse nustatyta, kad po intervencijos, prezentaciją stebėję dalyviai demonstravo

## Karolina Reinytė

Sveikatos psichologijos katedra,  
Lietuvos sveikatos mokslų  
universitetas, karolina.reinyte@  
gmail.com

## Vytautas Kučinskas

Neuromokslų institutas, Lietuvos  
sveikatos mokslų universitetas

## Linas Leonas

Sveikatos psichologijos katedra,  
Lietuvos sveikatos mokslų  
universitetas

## Aistė Pranckevičienė

Sveikatos psichologijos katedra,  
Lietuvos sveikatos mokslų  
universitetas

## Dalia Antinienė

Sveikatos psichologijos katedra,  
Lietuvos sveikatos mokslų  
universitetas

## Aušra Saudargienė

Neuromokslų institutas, Lietuvos  
sveikatos mokslų universitetas

reikšmingai aukštesnius „Bendro požiūrio į DI psichologijoje“, „DI naudojimo psichologijoje privalumų“ ir „Teigiamo požiūrio į DI“ įverčius (Vilkoksono ženklų kriterijus  $p=0.001$ ;  $0.013$ ;  $0.017$ ). Programėlę naudojusią dalyvių tarpe reikšmingi požiūrio į DI pokyčiai nestebėti.

Diskusija ir išvados. Po prezentacijos apie dirbtinio intelekto panaudojimą psichologijoje, stebėti teigiami požiūrio į DI psichologijoje pokyčiai, o DI paremtos emocinės pagalbos programėlės išbandymas dalyvių požiūrio nepakeitė – tai galėjo lemti didesnis studentų pasitikėjimas mokslu grįstais duomenimis.

**Reikšminiai žodžiai:**

dirbtinis intelektas, požiūris, emocijos.

## Vaikų miego trukmės, naudojimosi ekranais trukmės, tėvų taikomų naudojimosi ekranus turinčiais prietaisais taisyklių ilgalaikės sąsajos

**Longitudinal associations between children's sleep duration, screen time, parental rules on screen-based devices**

Mažėjanti vaikų miego trukmė, su kuria labiausiai siejamas elektroninių prietaisų naudojimas, šiuo metu yra vienas iš labiausiai susirūpinimą keliančių reiškinų miego specialistams ir pediatrams (Bathory & Tomopoulou, 2017). Miego trukmės sumažėjimas gali sietis su vaikų elgesio ir mokymosi sunkumais, bendra sveikata (Williamson et al., 2020; Nuutinen et al., 2013), netgi su vaikų socialinių kompetencijų raida (Tomisaki et al., 2018).

Šiuo tyrimu siekiama atskleisti naudojimosi ekranus turinčiais prietaisais trukmės bei tėvų taikomų naudojimosi ekranus turinčiais prietaisais taisyklių reikšmę vaikų miego trukmei ilgalaikiu aspektu. Šis tyrimas yra tyrimo

„Šiuolaikinės informacinės technologijos ir mažų vaikų sveikata“ (vykdyto 2017-2018 metais) bei šio tyrimo tęstinio duomenų rinkimo etapo 2023 metais, dalis. Tyrime naudojama informacija apie 93 vaikus, kurių amžius pirmajame tyrimo etape (2017 metais) varijavo nuo 2 iki 5 metų ( $M = 3,52$ ;  $SD = 0,55$ ), o antrajame (2023 metais) – nuo 7 iki 11 metų ( $M = 9,10$ ;  $SD = 1,06$ ), 47,3 proc. – mergaitės. Informaciją apie vaikų leidžiamą laiką prie įvairių ekranus turinčių prietaisų (TV, išmaniųjų telefonų, kompiuterių, planšečių, žaidimų konsolių), tėvų taikomas taisykles vaikams naudotis ekranus turinčiais prietaisais bei vaikų miego trukmę vaikų tėvai suteikė pildydami tyrimo anketas 2017 ir 2023 metais.

Tyrimo rezultatai rodo, kad 2-5 metų ir 7-11 metų vaikų miego trukmė siejasi su ekranų laiku bei tėvų taikomomis naudojimosi ekranus turinčiais prietaisais taisyklėmis kuomet vaikams buvo 2-5 metai ir 7-11 metų. Rezultatai taip pat rodo, kad ekranų laikas ir tėvų taikomos taisyklės naudotis ekranus turinčiais prietaisais etapais siejasi tarpusavyje abiem tyrimo etapais (kai vaikams 2-5 ir 7-11 metų). Regresinės analizės rezultatai parodė, kad 7-11 metų vaikų miego trukmę reikšmingai prognozuoja ankstesnė ekranų trukmė, kuomet vaikams buvo 2-5 metai.

Remiantis tyrimo rezultatais galima svarstyti apie naudojimosi ekranus turinčiais prietaisais neigiamą reikšmę vaikų miego trukmei ilgalaikėje perspektyvoje bei diskutuoti apie tėvų taikomų naudojimosi ekranus turinčiais prietaisais taisyklių reikšmę nuo pat ankstyvojo amžiaus.

### **Edita Baukienė**

Vilniaus universitetas,  
Filosofijos fakultetas,  
Psichologijos institutas,  
edita.baukiene@fsf.vu.lt

### **Roma Jusienė**

Vilniaus universitetas,  
Filosofijos fakultetas,  
Psichologijos institutas

### **Rūta Praninskienė**

Vilniaus universiteto  
Medicinos fakultetas,  
Klinikinės medicinos institutas,  
Vaikų ligų klinika

### **Rima Breidokienė**

Vilniaus universitetas,  
Filosofijos fakultetas,  
Psichologijos institutas

### **Reikšminiai žodžiai:**

ekranų laikas, tėvų taikomos taisyklės naudotis ekranus turinčiais prietaisais, vaikų miego trukmė, tęstinis tyrimas.

# Moterų nuostatos kosmetinių operacijų atžvilgiu: sąsajos su materialinėmis vertybėmis ir sociodemografiniais rodikliais

Attitudes towards cosmetic surgery among women: Associations with material values and socio-demographic variables

Kosmetinė operacija – tai pasirenkamoji operacija, kuri skirta tik asmens išvaizdai gerinti, tobulinti chirurginiu ar kt. būdu. Ja nėra siekiama atkurti pažeistų kūno vietų funkcijas ir jų natūralią formą (po traumų, ligų ir kt.) (Rinzler, 2009). Pasaulyje vis augantis atliekamų kosmetinių operacijų skaičius paskatino atsirasti tyrimus, kurie nagrinėtų šio reiškinio priežastis ir su juo susijusius veiksnius. Kadangi materialines vertybes puoselėjantys asmenys teikia didelę svarbą savo įvaizdžiui bei statusui, o kartu jie linkę apskritai daugiau vartoti, galima daryti prielaidą, kad jie taip pat yra linkę palankiau vertinti kosmetines operacijas. Lietuvoje dar beveik netyrinėtos nuostatos kosmetinių operacijų atžvilgiu ir jų sąsajos su materialinėmis vertybėmis bei sociodemografiniais rodikliais. Tai svarbu iširti, kad būtų galima suprasti kosmetinių operacijų populiarumo augimą ir paskatinti savo natūralios išvaizdos priėmimą. Šio tyrimo tikslas – atskleisti moterų nuostatų kosmetinių operacijų atžvilgiu sąsajas su materialinėmis vertybėmis ir kai kuriais sociodemografiniais rodikliais. Tyrime dalyvavo 271 moteris, kurių vidutinis amžius – 39,14 m. Nuostatoms kosmetinių operacijų atžvilgiu įvertinti buvo naudojama Palankumo kosmetinėms operacijoms skalė (angl. Acceptance of Cosmetic Surgery Scale, Henderson–King & Henderson–King, 2005). Materialinės vertybės buvo vertinamos Materialinių vertybių skale (angl. Material Values Scale, Richins & Dawson, 1992).

Rezultatai. Buvo atskleista, kad moterų, teikiančių didesnę svarbą materialinėms vertybėms, nuostatos kosmetinių

## Reda Gedutienė

Klaipėdos universitetas,  
Socialinių ir humanitarinių  
mokslų fakultetas,  
Psichologijos katedra,  
reda.gedutiene@ku.lt

## Vilmantė Gaudiešiūtė

Klaipėdos universitetas,  
Socialinių ir humanitarinių mokslų  
fakultetas, Psichologijos katedra

operacijų atžvilgiu yra palankesnės nei moterų, kurios materialinėms vertybėms teikia mažesnę svarbą. Taip pat nustatyta, kad partnerius / partneres turinčių moterų nuostatos kosmetinių operacijų atžvilgiu yra iš dalies palankesnės: kosmetines operacijas jos priima kaip būdą, kuriuo galima įgyti socialinį palankumą. Moterų, kurioms jau yra atliktos kosmetinės operacijos, nuostatos kosmetinių operacijų atžvilgiu yra palankesnės nei tų moterų, kurioms nėra atliktos kosmetinės operacijos, be to jos teikia didesnę svarbą materialinėms vertybėms. Moterų, turinčių savo artimoje aplinkoje asmenų, kuriems buvo atliktos kosmetinės operacijos, nuostatos kosmetinių operacijų atžvilgiu yra palankesnės nei moterų, neturinčių savo artimoje aplinkoje asmenų, kuriems jau yra atliktos kosmetinės operacijos.

**Reikšminiai žodžiai:**

kosmetinė operacija, nuostatos, materialinės vertybės.

