

Vilniaus universitetas
Medicinos fakultetas



STUDENTŲ MOKSLINĖS VEIKLOS TINKLO LXXVI KONFERENCIJA



Vilnius, 2024 m. gegužės 13–17 d.

PRANEŠIMŲ TEZĖS

Leidinį sudarė

VU MF Mokslo ir inovacijų skyriaus

inovacijų specialistas Kristijonas PUTEIKIS ir

administratorė Rima DAUNORAVIČIENĖ



VILNIAUS
UNIVERSITETO
LEIDYKLA

2024

Mokslo komitetas:

doc. dr. Valdemaras Jotautas
dr. Diana Bužinskienė
prof. dr. Violeta Kvedarienė
prof. dr. (HP) Saulius Vosylius
prof. habil. dr. (HP) Gintautas Brimas
Indrė Sakalauskaitė
Laura Lukavičiūtė
dr. Agnė Abraitienė
doc. dr. Jūratė Pečeliūnienė
prof. dr. Vaiva Hendrixson
doc. dr. Ieva Stundienė
prof. dr. Eglė Preikšaitienė
doc. dr. Birutė Zablockienė
prof. dr. Pranas Šerpytis
Artūras Mackevičius

dr. Žymantas Jagelavičius
doc. dr. Agnė Kirkliauskienė
prof. dr. Marius Miglinas
Žilvinas Chomanskis
doc. dr. Kristina Ryliškienė
prof. dr. Vilma Brukienė
doc. dr. Saulius Galgauskas
Andrius Žučenka
doc. dr. Birutė Brasiūnienė
doc. dr. Jaunius Kurtinaitis
prof. dr. Eugenijus Lesinskas
doc. dr. Goda Vaitkevičienė
prof. dr. Alvydas Navickas
doc. dr. Rima Viliūnienė
prof. dr. (HP) Edvardas Danila

prof. dr. Nomedą Rima Valevičienė
Teresė Palšytė
doc. dr. Vytautas Tutkus
doc. dr. Danutė Povilėnaitė
dr. Viktorija Andrejevaitė
prof. dr. Robertas Stasys Samalavičius
dr. Agnė Jakavonytė-Akstinienė
doc. dr. Jurgita Stasiūnienė
dr. Arnas Bakavičius
prof. dr. Gilvydas Verkauskas
prof. dr. Sigitą Lesinskienė
doc. dr. Marija Jakubauskienė
prof. dr. (HP) Janina Tutkuvienė

Organizacinis komitetas:

Kristina Marcinkevičiūtė
Viktorija Rakovskaitė
Austėja Grudytė
Justina Semenkovaitė
Matas Žekonis
Rokas Žekonis
Milvydė Marija Tamutytė
Augustė Senulytė
Miglė Miglinaitė
Rokas Bartuška
Damian Luka Mialkowskyj
Karina Mickevičiūtė
Jovita Patricija Druta
Emilija Šauklytė

Austėja Račytė
Tadas Abartis
Mindaugas Smetaninas
Rafal Sinkevič
Gerda Šlažaitė
Kamilė Čeponytė
Einis Novičenko
Benas Matuzevičius
Gabriela Šimkonytė
Ieva Ruzgytė
Milda Mikalonytė
gyd. rez. Valentinas Kūgis
gyd. rez. Gabrielė Bielinytė
Vėjas Vytautas Jokubynas

Deivilė Kvaraciejūtė
Julija Pargaliauskaitė
Paulius Montvila
Rūta Bleifertaitė
Alicija Šavareikaitė
Julija Kondrotaitė
Gediminas Gumbis
Joana Leščevskaja
Gabrielė Bajoraitė
Augustinas Stasiūnas
Odeta Aliukonytė
Robertas Basijokas
Elvin Francišek Bogdzevič

ISSN 2783-7831 (skaitmeninis PDF)

© Tezių autoriai, 2024

© Vilniaus universitetas, 2024

JAUNŲ ŽMONIŲ PSICHOLOGINĖS BŪKLĖS IR SAVIPAGALBOS BŪDŲ VERTINIMAS

Darbo autoriai. Laura BUDKAITĖ, II kursas; Aistė ČEPONYTĖ, II kursas.

Darbo vadovas. Doc. dr. Marija JAKUBAUSKIENĖ, VU MF Sveikatos mokslų institutas, Visuomenės sveikatos katedra.

Darbo tikslas. Išsiaiškinti 11 ir 12 klasių moksleivių streso lygį ir beviltiškumą bei įvairių savipagalbos būdų paplitimą.

Darbo metodika. Vienmomentis paplitimo tyrimas atliktas 2023 m. lapkričio mėnesį taikant anketinę anoniminę apklausą nekontaktiniu būdu (per internetinę platformą „Google Forms“). Tyrimo tikslinė grupė (11–12 klasių mokiniai) buvo pasiekti per socialinius tinklus (pvz. Facebook) bei per įvairių miestų mokyklų administracijas ir dienynus. Tyrimo anketą sudarė trys dalys – sociodemografinė dalis bei dvi skalės: streso lygiui išmatuoti – subjektyviai suvokiamo streso skalė; beviltiškumo laipsniui nustatyti buvo naudota Beko beviltiškumo skalė (angl. – *Beck Hopelessness Scale*).

Rezultatai. Iš viso tyrime dalyvavo 351 respondentas, iš kurių 74 proc. sudarė moterys, 24 proc. – vyrai, 2 proc. – kitos lyties tiriamieji. Dalyvių amžiaus vidurkis 17,5 metų. Moksleivių streso lygis varijavo pagal surinktą balų skaičių: 12,5 proc. turėjo mažą, 53 proc. – vidutinį, o 34,8 proc. – aukštą streso lygį. Streso lygis skyrėsi skirtingose respondentų grupėse pagal lytį. Beviltiškumo lygis taip pat varijavo tarp tiriamųjų: 32 proc. jaunuolių nepasižymėjo beviltiškumu, 31 proc. – žemu beviltiškumo laipsniu, 26 proc. – vidutiniu, o 11 proc. – sunkiu beviltiškumo laipsniu. Beviltiškumo laipsnis skyrėsi tarp 11 ir 12 pagal skirtingas socialines charakteristikas (lytis, gyvenamoji vieta). Dažniausiai pasitaikantys savipagalbos būdai, kuriuos jaunuoliai taiko, kad susidorotų su patiriamu stresu bei beviltiškumo jausmu, yra: sportas, vaikščiojimas, užsiėmimas menais (piešimas, grojimas, muzikos klausymas), pasikalbėjimai su draugais, šeima ar kitais autoritetingais asmenimis, stresinių situacijų vengimas, buvimas gamtoje, meditacija, nedidelė dalis respondentų lankėsi pas psichologą. Streso bei beviltiškumo įveikai jaunuoliai praktikavo ir sveikatai žalingus rizikos veiksnius – persivalgė arba nevalgė, vartojo alkoholį, tabako gaminius, rūkė elektronines cigaretes, gėrė raminamuosius vaistus.

Išvados. Didžioji dalis jaunuolių (53 proc.) patiria vidutinio lygio stresą, merginos beveik du kartus dažniau nei vaikinai patiria aukšto lygio stresą. Kaimo gyventojai patiria intensyvesnį vidutinį stresą (57 proc.) nei miesto ar didmiesčio gyventojai. Beviltiškumo jausmas buvo susijęs su stresu lygiu – kuo didesnis beviltiškumo laipsnis, tuo intensyvesnis patiriamas streso lygis. Daugiausiai aukštą beviltiškumo laipsnį turinčių jaunuolių gyvena mieste, o mažiausiai – kaime. Didžioji dalis respondentų savipagalbai taiko sveikatai nekenksmingus būdus kovoti su patiriamu stresu ir beviltiškumu, tačiau maždaug trečdalis jaunuolių persivalgo arba nevalgo, taip pat vartoja psichoaktyvias medžiagas.

Raktažodžiai. Stresas; beviltiškumas; psichikos sveikata; jauni žmonės; savipagalbos būdai; 11 – 12 klasė; jaunuolių psichologinė būklė.