



VILNIAUS UNIVERSITETAS
MEDICINOS FAKULTETAS

Visuomenės sveikata

Visuomenės sveikatos katedra, sveikatos mokslų institutas

Agnė Rudžionytė, 2 kursas, 1 grupė

MAGISTRO BAIGIAMASIS DARBAS

**Visuomenės psichikos sveikatos ir ją lemiančių aplinkos veiksnių sąsajų
vertinimas**

**Assessing the Relationship Between Public Mental Health and Environmental
Factors that Determine it**

Darbo vadovas

Dr. Mindaugas Butikis

Katedros vadovas

Prof. dr. (HP) Rimantas Stukas

Vilnius, 2025.

Elektroninio pašto adresas: agne.rudzionyte@mf.stud.vu.lt

TURINYS

TURINYS	2
SANTRUMPOS	4
SANTRAUKA	5
SUMMARY	6
1. ĮVADAS	7
2. LITERATŪROS APŽVALGA.....	9
2.1Psichikos sveikatos samprata.....	9
2.2 Psichikos sveikatos svarba visuomenėje.....	11
2.3 Skirtingų visuomenės grupių psichikos sveikata	14
2.4 Aplinkos veiksniai	16
2.4.1Fizinių aplinkos veiksnių ir psichikos sveikatos sąsajos	16
2.4.1.1 Triukšmas.....	16
2.4.1.2 Oro tarša.....	18
2.4.1.3 Klimato kaita.....	19
2.4.1.4 Žaliųjų ir mėlynųjų plotų prieinamumas.....	20
2.4.1.5 Būsto kokybė	21
2.4.2 Socialinių aplinkos veiksnių ir psichikos sveikatos sąsajos	22
2.4.3 Ekonominių aplinkos veiksnių ir psichikos sveikatos sąsajos.....	23
3. TYRIMO METODIKA	24
3.1 Tyrimo metodas	24
3.2 Tiriamųjų imtis.....	25
3.3 Tyrimo eiga.....	26
3.4 Tyrimo etika.....	26

3.5 Statistinių duomenų analizė	26
4. TYRIMO REZULTATAI.....	27
4.1 Tyrimo dalyvių charakteristika	27
4.2 Suaugusiųjų psichikos sveikatos vertinimas pagal socialdemografinius rodiklius.....	28
4.3 Aplinkos veiksnių poveikio suaugusiųjų tarpe vertinimas ir palyginimas tarp socialdemografinių veiksnių	36
4.4 Suaugusiųjų psichikos sveikatos ir ją lemiančių aplinkos veiksnių sąsajų vertinimas	58
5. REZULTATŲ APTARIMAS.....	63
5.1 Tyrimo privalumai ir trūkumai	68
6. IŠVADOS	69
7. REKOMENDACIJOS	71
LITERATŪROS SĄRAŠAS.....	72
PRIEDAI	81

SANTRUMPOS

BPV – bendras vidaus produktas

DALY - pagal neįgalumą pakoreguoti gyvenimo metai

db – decibelai

EEA – Europos Aplinkos agentūra

ES – Europos Sąjunga

HI – higienos institutas

JAV – Jungtinės Amerikos valstijos;

m - aritmetiniai vidurkiai;

max. – didžiausia reikšmė.

Md – mediana;

min.- mažiausia reikšmė;

N - absoliutūs skaičiai;

pav. – paveikslas;

proc. – procentas;

PSO – Pasaulio sveikatos organizacija

SN – standartiniai nuokrypiai;

YLD - sveiko gyvenimo metai, prarasti dėl negalios

SANTRAUKA

Tyrimo pagrindimas. Psichikos sveikata yra svarbi kiekvieno žmogaus gyvenimo dalis, kuri veikiama tam tikrų aplinkos veiksnių kinta. Nors pastaraisiais metais daugėja psichikos sveikatos sutrikimų, šiai sveikatos sričiai vis dar yra skiriama per mažai dėmesio. Siekiant sumažinti psichikos sveikatos sutrikimų vystymąsi svarbu išsiaiškinti, kaip įvairūs aplinkos veiksniai ir sąlytis su ta aplinka gali paveikti žmogų, jo psichikos sveikatą.

Tyrimo tikslas. Įvertinti suaugusiųjų psichikos sveikatos ir ją lemiančių aplinkos veiksnių sąsajas.

Tyrimo uždaviniai. 1. Įvertinti suaugusiųjų psichikos sveikatą ir palyginti pagal sociodemografinius rodiklius. 2. Įvertinti aplinkos veiksnių poveikį tarp suaugusiųjų ir palyginti pagal sociodemografinius rodiklius. 3. Įvertinti sąsajas tarp aplinkos veiksnių ir suaugusiųjų psichikos sveikatos.

Tyrimo metodas. Anoniminės anketos apklausos būdu apklausti kaimo ir miesto gyventojai ($n = 393$). Įvertintas gyventojų pasiskirstymas pagal socialines ir demografines charakteristikas, DASS – 21 ir PSO – 5 skales bei fizinių, socialinių, aplinkos veiksnių poveikio vertinimą.

Rezultatai ir išvados. Suaugusiųjų depresijos ir streso išreikštumo lygis atitinka lengvą, o nerimo – vidutinį lygį. Nustatyta, kad bendra psichologinė savijauta – vidutinė. Tarp moterų streso išreikštumas yra didesnis nei tarp vyrų. Vieniši, mažiau uždirbantys ir jaunesni asmenys susiduria su didesniu depresijos, nerimo ir streso išreikštumu, o vyresnių ir gyvenančių santuokoje asmenų yra geresnė psichologinė savijauta. Asmenys, turintys žemesnį išsilavinimą, dažniau patiria depresijos ir nerimo simptomų išreikštumą. Respondentai įvardino ekonominius aplinkos veiksnius kaip labiausiai veikiančius, o moterys ir mažiau uždirbantys asmenys yra jautresni aplinkos veiksnių poveikiui. Miesto gyventojai stipriau vertino būsto kokybės, saulėtų dienų ir gatvių apšvietimo poveikį, o kaimo gyventojai – socialinių tinklų reklamų ir migracijos iš kaimų poveikį. Jaunesni respondentai stipriau vertino fizinių ir socialinių veiksnių poveikį, o aukštesnio išsilavinimo asmenys stipriau jautė aplinkos veiksnių poveikį. Vertinant fizinių, socialinių ir ekonominių aplinkos veiksnių sąsajas su su nerimo, depresijos ir streso išreikštumu nustatytas silpnas, tačiau teigiamas ir statistiškai reikšmingas ryšys ($p < 0,05$).

Raktažodžiai: psichikos sveikata, visuomenės sveikata, aplinkos veiksniai.

SUMMARY

Research validity. Mental health is an important part of every person's life, which changes under the influence of certain environmental factors. With the increase in mental health disorders in recent years, this area of health is still given too little attention. In order to reduce the development of mental health disorders, it is important to find out how various environmental factors and contact with that environment can affect a person and their mental health.

The aim of the research. To assess the links between adult mental health and the environmental factors that determine it.

Research objectives. 1. To assess adult mental health and compare them according to sociodemographic indicators. 2. To assess the impact of environmental factors among adults and compare them according to sociodemographic indicators. 3. To assess the links between environmental factors and adult mental health.

Research method. Rural and urban residents ($n = 393$) were surveyed using an anonymous questionnaire. The distribution of the population was assessed according to social and demographic characteristics, DASS – 21 and WHO – 5 scales, and the assessment of the impact of physical, social, and environmental factors.

Results and conclusions. The level of depression and stress among adults corresponds to a mild level, and anxiety to a moderate level. It was found that the overall psychological well-being is moderate. The level of stress is higher among women than among men. Single, lower-earning and younger individuals experience a higher level of depression, anxiety and stress symptoms, while older and married individuals have better psychological well-being. Individuals with lower levels of education experience higher levels of depression and anxiety symptoms. Respondents identified economic environmental factors as the most influential, while women and lower-earning individuals are more sensitive to the impact of environmental factors. Urban residents rated the impact of housing quality, sunny days, and street lighting more highly, while rural residents gave higher ratings to the impact of social media advertisements and migration from rural areas. Younger respondents rated the impact of physical and social factors more highly, while individuals with higher levels of education felt the impact of environmental factors more strongly. When assessing the associations between physical, social and economic environmental factors and the severity of anxiety, depression and stress, a weak, but positive and statistically significant relationship was found ($p < 0.05$).

Keywords: mental health, public health, environmental factors.

1. ĮVADAS

Aktualumas. Psichikos sveikata yra neatsiejama visos visuomenės ir kiekvieno žmogaus gyvenimo dalis, kuri per gyvenimą veikiama tam tikrų stresorių ir tam tikru laiko momentu kinta (1). Pasaulio sveikatos organizacija (PSO) psichikos sveikatą apibrėžia kaip gerovės būseną, kurioje asmuo realizuoja savo gebėjimus, sugeba susidoroti su kasdienio gyvenimo iššūkiais, produktyviai dirbti ir prisidėti prie bendruomenės gyvenimo. Pastaraisiais dešimtmečiais vis didesnis dėmesys skiriamas ne tik individualiems psichikos sveikatos rizikos veiksniams. Manoma, kad aplinkos veiksnių sukelti netolygumai prisideda prie gyventojų psichinės sveikatos prastėjimo (2). Tai fizinių, socialinių ir ekonominių aplinkos veiksnių visuma, kuri lemia žmonių sveikatą ir gyvenimo kokybę bei gali išryškinti dar didesnius psichikos sveikatos netolygumus.

Šiuolaikinėje visuomenėje psichikos sveikatos problemų paplitimas nuolat auga. 2019 metų duomenimis 970 milijonų žmonių visame pasaulyje gyveno su psichikos sveikatos sutrikimais (3). Didėja depresijos, nerimo sutrikimų, emocinio išsekimo ir kitų psichikos sveikatos sutrikimų paplitimas, kuris dažnai siejamas su įvairiais aplinkos veiksniais: urbanizacija, socialine nelygybe, triukšmo tarša, klimato kaita, darbo sąlygomis, socialinės paramos trūkumu (4). Svarbu paminėti ir tai, kad kiekvieno asmens reagavimas ir išgyvenimas į tam tikrą aplinkos veiksnį - stresorių skiriasi. Kiekvienas žmogus, gyvenantis toje pačioje teritorijoje gali būti veikiamas tokių pačių aplinkos veiksnių, tačiau juos priimti ir išgyventi skirtingai. Santykinai mažas aplinkos stresorių lygis, klasifikuojamas kaip nekenksmingas žmonių sveikatai fizine ar biologine prasme, gali prisidėti prie neigiamų psichinės sveikatos pasekmių (2). Nustatyta, kad vaikai, pagyvenę žmonės ar mažas pajamas turintys asmenys yra labiau pažeidžiami aplinkos veiksnių nei kitos visuomenės grupės (5).

Lietuvoje, kaip ir daugelyje kitų Europos šalių, psichikos sveikata tampa vis aktualesne politikos ir sveikatos priežiūros sistemos dalimi, tačiau visapusiškas aplinkos veiksnių poveikio vertinimas psichikos sveikatai vis dar yra ribotas. Siekiant sukurti efektyvias strategijas ir taikyti tinkamas intervencijas psichikos sveikatos gerinime, yra svarbu išsiaiškinti aplinkos veiksnių poveikį psichikos sveikatai.

Šio **magistrinio darbo tikslas** yra įvertinti suaugusiųjų psichikos sveikatos ir ją lemiančių aplinkos veiksnių sąsajas.

Tyrimo uždaviniai:

1. Įvertinti suaugusiųjų psichikos sveikatą ir palyginti pagal sociodemografinius rodiklius.
2. Įvertinti aplinkos veiksnių poveikį tarp suaugusiųjų ir palyginti pagal sociodemografinius rodiklius.
3. Įvertinti sąsajas tarp aplinkos veiksnių ir suaugusiųjų psichikos sveikatos.

Autorės atlikti darbai: parašyta literatūros apžvalga bei iškeltas tyrimo tikslas ir iš jo suformuluoti 3 uždaviniai. Remiantis literatūra ir konsultuojantis su darbo vadovu buvo pasirinktas kiekybinis tyrimo metodas ir naudojamas sukurtas bei struktūrizuotas klausimynai, kurie socialinių tinklų pagalba buvo išsiuntinėti respondentams. Gavus kiekybinio tyrimo rezultatus jie buvo koduojami naudojantis Excel programa ir analizuojami naudojantis statistiniu paketu. Atlikta kiekybinių duomenų analizė, rezultatų aptarimas, suformuluotos išvados bei pateiktos rekomendacijos.

2. LITERATŪROS APŽVALGA

2.1 Psichikos sveikatos samprata

Psichikos sveikata yra sudėtinė sveikatos dalis, kuri apima kur kas daugiau nei tik ligų ar negalių nebuvimą. Panagrinėjus giliau, nuorodų į psichikos sveikatą, kaip būseną galima rasti gerokai anksčiau nei XX amžius, tačiau nuorodų į psichikos sveikatą kaip sritį ar discipliną nėra iki 1946 m., kai Tarptautinės sveikatos konferencijos metu buvo nuspręsta įkurti Pasaulio sveikatos organizaciją (PSO) (6). Iki 1946 metų galima rasti informacijos į giminingą psichinei sveikatai sąvoką, „psichinės higienos“ sąvoką. Pirmajame psichikos higienos veikale „Aistrų, arba moralinė higiena“, kurią II amžiuje parašė senovės graikų gydytojas Galenas. Šiame veikale Galenas analizuoja emocijas ir nurodo, kaip jos gali sutrikdyti žmogaus fizinę ir psichinę sveikatą bei pateikia metodus, kurie padėtų kontroliuoti emocijas (7). Vėlesniais laikais psichohigienos terminą 1834 metais pirmą kartą pavartojo Jungtinių Amerikos Valstijų psichiatras W. Sweetzeris, naudodamas psichikos higienos terminą apibūdinti žmogaus psichinei sveikatai palaikyti būtinas praktikas ir įpročius (8). Psichikos higienos judėjimo pradžią galima būtų laikyti 1908 metus, kai C. Beers parašė knygą „Protas, kuris save atrado“, kurioje aprašo savo asmeninę patekimo į psichiatrijos ligoninę patirtį bei kritikuoja to meto psichiatrijos sistemą. Ši autoriaus perteikiama patirtis ir išgyvenimai prisidėjo prie psichikos higienos judėjimo ir buvo susijusi su psichikos sutrikimų turinčių žmonių priežiūros gerinimu. Paties C. Beerso teigimu: „1909 m., kai buvo įkurtas Nacionalinis psichikos higienos komitetas, jo pagrindinis rūpestis buvo humanizuoti bėpročių priežiūrą: išnaikinti piktnaudžiavimą, brutalumą ir nepriežiūrą, nuo kurių tradiciškai kentėjo psichikos ligoniai (9). Vėliau šis komitetas plėtė savo veiklą apimdamas „lengvesnes psichikos negalios formas“ ir skirdamas didesnę susirūpinimą prevenciniam darbu. Pokyčio priežastimi tapo įsitikinimas, kad psichikos sutrikimai dažnai prasideda vaikystėje ir paauglystėje, o prevencinės priemonės, sumažinančios psichikos sutrikimų pasireiškimą yra veiksmingiausios ankstyvame amžiuje. Taip pat buvo pradėta manyti, kad aplinkos sąlygos ir gyvenimo būdas daro įtaką psichikos sveikatos sutrikimų atsiradimui.

Psichikos sveikatos sąvoka buvo pradėta naudoti po įvykusios antros PSO psichikos sveikatos ekspertų sesijos, kuomet „psichikos higiena“ buvo apibrėžiama kaip visos veiklos ir metodai, kurie skatina ir palaiko psichikos sveikatą, o „psichikos sveikatos“ sąvoka vartojama apibūdinti būklę, kuriai yra būdingi svyravimai dėl biologinių ir socialinių veiksnių, leidžiančiu asmeniui pasiekti patenkinamą savo potencialiai prieštarų, instinktyvių potraukių sintezę, formuoti ir palaikyti harmoningus santykius su kitais bei dalyvauti konstruktyviuose savo socialinės ir fizinės aplinkos pokyčiuose (10).

Apibendrinant galima teigti, kad „Psichikos higiena“ iš pradžių buvo orientuota į psichikos

ligų prevenciją ir kasdienes praktikas, kurios padėtų palaikyti emocinę sveikatą. Tačiau „psichikos sveikata“ tapo patrauklesniu terminu, nes apima ne tik prevenciją, bet ir platesnį gerovės bei individualių ir visuomeninių priemonių spektrą, skatinantį geresnę psichikos sveikatą. Šiandien vartojamas psichikos sveikatos apibrėžimas buvo paskelbtas 2001 m. Pasaulio sveikatos ataskaitoje: „Psichikos sveikata: naujas supratimas, nauja viltis“, kuris skelbia, kad psichikos sveikata apibūdinama kaip psichinės gerovės būseną, kuri leidžia žmonėms susidoroti su gyvenimo įtampomis, realizuoti savo gebėjimus, gerai mokytis ir dirbti bei prisidėti prie savo bendruomenės (11). Šioje ataskaitoje pirmą kartą taip plačiai akcentuojamas holistinis požiūris į psichikos sveikatą, pabrėžiantis, kad psichikos sveikata yra ne tik psichikos ligų nebuvimas, bet ir pozityvi būseną, leidžianti žmonėms pilnavertiškai gyventi.

Psichikos sveikatos užtikrinimas žmonėms, turintiems psichikos sveikatos sutrikimų, priklauso nuo to, kaip yra suprantami psichikos sveikatos sutrikimai. Yra išskiriami du pagrindiniai psichikos sveikatos sunkumus vertinantys modeliai: biomedicininis ir psichosocialinis modeliai, kurie skiriasi savo požiūriu, sutrikimų priežastimis ir gydymu. Nagrinėjant vieną seniausių modelių, biomedicininį modelį, pastebima, kad šis modelis sutelkia dėmesį į ligą, biomedicininis veiksniai ir genetinį polinkį. Pagal biomedicininį modelį, psichikos sutrikimai laikomi biologinių procesų disfunkcija, o skiriama gydymo forma dažniausiai yra medikamentinė (12). Tačiau laikui bėgant, šis modelis sulaukė vis daugiau priekaištų. Kelis dešimtmečius taikant biomedicininį modelį, smarkiai padaugėjo psichiatrinių vaistų vartojimas, didėjo psichikos sveikatos ligomis sergančių pacientų stigmatizacija, buvo nepaisoma socialinių ir psichologinių veiksnių. Šio modelio supratimas skatino manyti, kad žmonės, turintys psichikos sveikatos problemų, gali būti laikomi nepilnaverčiais arba netinkamais prisidėti prie visuomenės (13). Psichikos sveikatos sutrikimų turintys asmenys buvo laikomi problema, našta ar pavojumi, kurių pasveikimo galimybės buvo mažos, o įsitraukimo galimybių į visuomeninę veiklą visai nebuvo dėl didelės stigmatizacijos. Tačiau pastaraisiais dešimtmečiais šis požiūris buvo kritikuojamas. Dėmesys kryo ne į žmogui priskiriamą psichikos sutrikimą, o į visuomenės sukurtas kliūtis ir veiksniai, kurie iš pradžių galėjo neigiamai paveikti asmens psichinę gerovę. Turint mažai mokslinių įrodymų, rodančių genetinius žymenis ar smegenų funkcijų skirtumus, kurie gali patikimai numatyti arba nustatyti psichikos sveikatos problemas, supratimas apie psichikos sveikatą pradėjo keistis (14). To pasekoje atsirado psichosocialinis psichikos sveikatos modelis, kuris atkreipė dėmesį į tai, kad kiekvieno žmogaus patirtis yra įvairi, veikiama daugybės aplinkos veiksnių, turinčių įtakos žmogaus gyvenimui. O įvairūs aplinkos veiksniai, supantys žmogų visą jo gyvenimą, taip pat kinta gyvenimo eigoje (15). Taigi visuomenės struktūra, taip pat socialiniai, ekonominiai ir fiziniai aplinkos veiksniai daro didesnę poveikį psichikos sveikatai nei tariamas asmens genetinis polinkis.

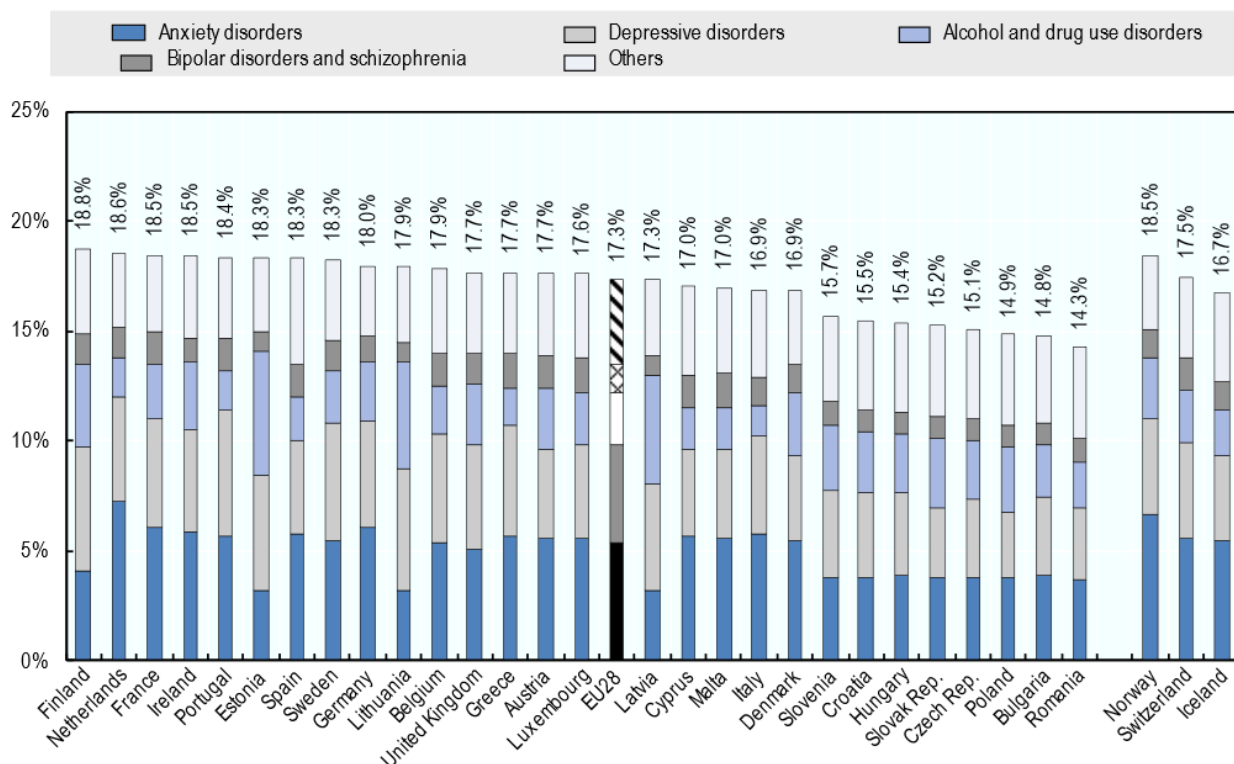
2.2 Psichikos sveikatos svarba visuomenėje

Gera psichikos sveikata yra svarbus veiksnys, norint užtikrinti gerą žmonių gyvenimo kokybę ir gerovę. Stipri psichikos sveikata padeda prisitaikyti žmonėms prie kintančių gyvenimo sąlygų, palaikyti darnius santykius. Tačiau, psichikos sveikata vis dar dažnai suvokiama kaip nelygiavertė fizinei sveikatai, jai skiriama mažiau dėmesio, todėl daugelis žmonių nesikreipia pagalbos arba bijo susidurti su stigma artimoje aplinkoje. Psichikos sveikata yra vienas svarbiausių veiksnių, darančių įtaką žmonių gyvenimo kokybei ir visuomenės gerovei. Stipri psichikos sveikata padeda žmonėms prisitaikyti prie kintančių gyvenimo sąlygų, valdyti stresą, palaikyti darnius santykius ir siekti savo tikslų bei pergalių. Psichikos sveikata šiandien yra svarbesnė nei bet kada anksčiau, tačiau tik neseniai buvo pilnai įvertinta tikroji psichikos ligų našta pasauliniu mastu. Psichikos sveikatos sutrikimai sudaro 32,4 % metų, pragyventų su negalia (YLD), ir 13,0 % pagal negalią pritaikytų gyvenimo metų (DALY). Vertinant pagal YLD ir DALY rodiklius, psichikos sveikatos sutrikimų poveikis prilygsta širdies ir kraujagyslių ligoms (16).

Tyrimuose gauti rezultatai rodo, kad 1 iš 4 JAV gyventojų turi psichikos sveikatos problemų, 14,6 milijono gyventojų gyvena su rimtais psichikos sveikatos sutrikimais, o 8 milijonai JAV gyvenančių vaikų nuo 3 iki 17 metų turi diagnozuota psichikos ar elgesio sutrikimą (17). Nagrinėjant 2016 metų Europos Sąjungos (ES) duomenis pastebima, kad daugiau nei 1 iš 6 ES gyvenančių žmonių (17,3 proc.) turėjo psichikos sveikatos problemų, o tai sudaro apie 84 milijonus žmonių (18). Lyginant kitas ES valstybes su Europos Sąjungos vidurkiu (žr. 1 pav.) pastebima, kad net 10 šalių viršija ES vidurkį, tuo tarpu Lietuvoje 17,9 proc. gyventojų susiduria su psichikos sveikatos problemomis, kas irgi viršija ES vidurkį. Kaip galima pastebėti iš pateikto paveikslėlio, dažniausias psichikos sutrikimas ES šalyse yra nerimo sutrikimas, apytiksliai tenkantis 25 milijonams žmonių (5,4 % proc.), po to seka depresiniai sutrikimai, kuriais serga daugiau nei 21 mln. žmonių (4,5 proc.). Apytiksliai 11 milijonų žmonių ES šalyse (2,4 %) turi narkotikų ir alkoholio vartojimo sutrikimų. Dėl sunkių psichikos ligų, tokių kaip bipoliniai sutrikimai, kenčia beveik 5 milijonai žmonių (1,0 %), o šizofreniniais sutrikimais serga dar 1,5 milijono žmonių (0,3 %). Pagal šalis psichikos sveikatos sutrikimų paplitimas didžiausias Suomijoje, Nyderlanduose, Prancūzijoje ir Airijoje (18,5 % ar daugiau gyventojų turi bent vieną sutrikimą), o mažiausias – Rumunijoje, Bulgarijoje ir Lenkijoje, mažiau nei 15 proc. gyventojų turinčių psichikos sveikatos problemų.

Verta pastebėti, kad kai kurie šalių skirtumai susiję su psichikos sveikatos sutrikimais gali atsirasti dėl to, kad žmonėms, gyvenantiems stipresnės ekonomikos šalyse, kuriose yra didesnis supratimas ir mažesnė stigma, susijusi su psichikos ligomis bei yra lengviau gauti psichikos sveikatos paslaugas, gali būti lengviau diagnozuojami psichikos sutrikimai arba gali būti didesnė tikimybė, kad

asmuo pats savarankiškai kreipėsi į gydymo įstaigą. Tačiau, nepaisant visų pastangų, daugelyje šalių vis dar yra stipri stigma, susijusi su įvairiomis psichikos sveikatos problemomis (19).

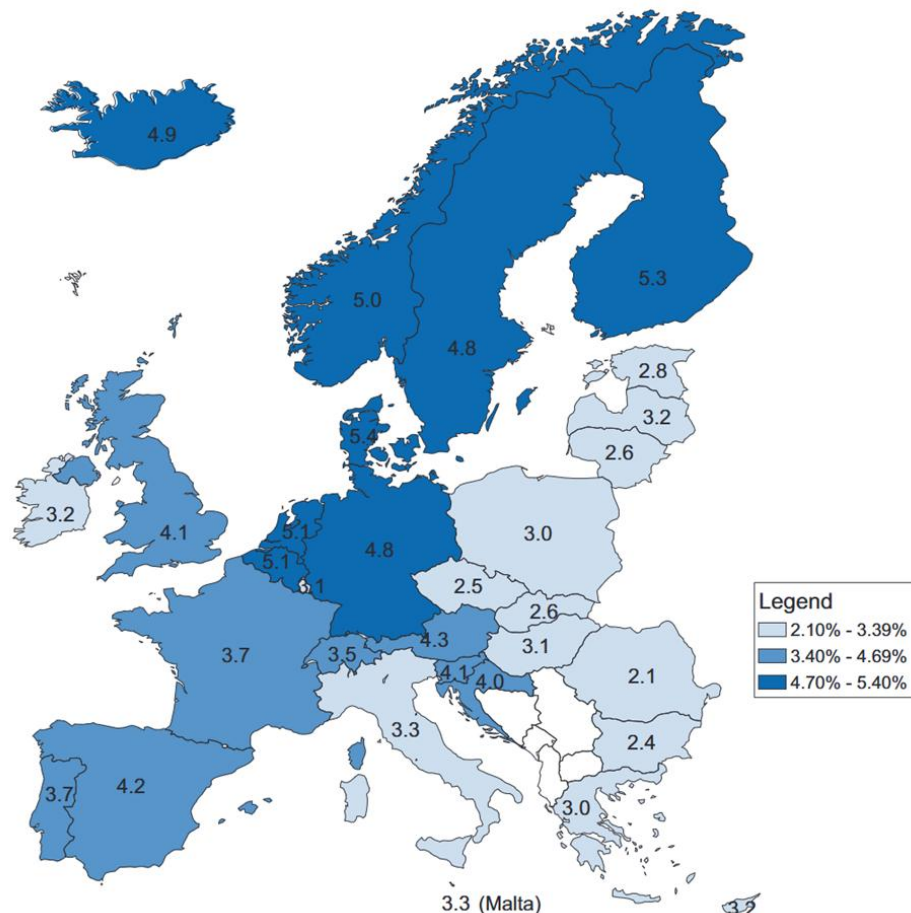


1 pav. Psichikos sveikatos sutrikimų pasiskirstymas tarp ES šalių, 2018 m.

Psichikos sveikatos gerinimas yra būtinas siekiant geresnės socialinės gerovės bei šalies ekonomikos. Geresnė psichikos sveikata padeda stiprinti bendruomeniškumo jausmą, mažina socialinę atskirtį, ko pasekoje visuomenė gali lengviau kurti ir palaikyti tarpusavio ryšius. Žvelgiant iš ekonominės pusės, psichikos sveikatos problemos turi tiesioginę įtaką darbo našumui. Darbuotojai, kurie darbo vietoje nejaučia psichologinio spaudimo yra produktyvesni, rečiau serga ir ilgiau išlaiko darbo vietas. To pasekoje mažėja išlaidos susijusios su ligų gydymu ir socialine pagalba. Efektyviai tvarkantis su psichikos sveikatos problemomis galima sumažinti bendrą sveikatos apsaugos sistemos apkrovą, nes daug ligų ir problemų kyla dėl uždelstos pagalbos ar prevencijos stokos.

Apskaičiuota, kad visos išlaidos, susijusios su psichikos ligomis, sudaro daugiau nei 4 procentus bendrojo vidaus produkto (BVP) arba daugiau nei 600 mlrd. eurų – visose 28 ES šalyse. Šios išlaidos apima: 190 mlrd. eurų (1,3 proc. BVP) tiesioginėms sveikatos priežiūros išlaidoms, 170 mlrd. eurų (1,2 % BVP) socialinės apsaugos programoms, įskaitant nedarbingumo pašalpas, invalidumo išmokas ir nedarbo draudimo išmokas bei 240 mlrd. eurų (1,6 % BVP) netiesioginėms išlaidoms dėl mažesnio užimtumo ir produktyvumo darbe (20). Europos šalyse apskaičiuotos išlaidos, susijusios su psichikos sveikatos problemomis, (žr. 2 pav.) svyruoja nuo 2 % iki 2,5 % BVP

Rumunijoje, Bulgarijoje ir Čekijoje, iki daugiau nei 5 % BVP Danijoje, Suomijoje, Nyderlanduose ir Belgijoje. Šiuos skirtumus daugiausia lemia žmonių, pranešančių apie psichikos sveikatos problemas, dalis. Tačiau ši dalis gali būti nepakankamai įvertinta tose šalyse, kuriose yra išreikšta stigma susijusi su psichikos sveikatos problemomis, taip pat psichikos sveikatos problemų turintiems žmonėms skiriamų socialinio draudimo išmokų skirtumai, ir skirtingi išlaidų tenkančių psichikos sveikatos priežiūros paslaugoms dydžiai.



2 pav. ES šalyse apskaičiuotos išlaidos susijusios su psichikos sveikatos problemomis (proc. BVP), 2018 m.

Yra žinoma, kad dėl COVID – 19 pandemijos gyventojų psichinė sveikata labai pablogėjo. Žmonės, dirbantys nestabilią darbą, turintys žemesnį išsilavinimą ir mažesnes pajamas turi mažesnę atsparumą blogai psichikos sveikatai įvairiose gyventojų grupėse, ypač atsižvelgiant į amžių, lytį, užimtumo statusą bei finansinę, socialinę ir ekonominę padėtį (21). Ypač tai pastebima jaunų žmonių grupėje ir tų žmonių, kurie jau prieš tai patyrė psichikos sveikatos sutrikimus. Su didesnėmis psichikos sveikatos problemomis didesnę riziką susidurti turi asmenys gyvenantys vieni, turintys didesnę socialinę izoliaciją. Nustatyta, kad vienišumas gali turėti didelės įtakos psichikos sveikatai.

Europos Sąjungoje pandemijos laikotarpiu visų regionų vienišumo rodiklis išaugo 22–26 proc, o nerimą ir depresiją patiriančių asmenų skaičius visame pasaulyje padidėjo 25 proc. (22).

Nagrinėjant Lietuvos visuomenės psichikos sveikatos būklę, galima pastebėti, kad Lietuva vis dar susiduria su psichikos sveikatos iššūkiais, nors pastaraisiais metais yra pastebimos teigiamos tendencijos, siekiant plėsti psichikos sveikatos paslaugas, visuomenės sąmoningumą ir stigmos mažinimą. Pagal pateiktus Higienos instituto duomenis, galima pastebėti, kad per 10 metų bendras psichikos sveikatos ir elgesio sutrikimų paplitimas padidėjo 1,3 karto, o didžiausia problema susijusi su psichikos sveikatos problemomis pastebima 65+ amžiaus grupėje. Taip pat, nustatyta, kad Lietuvoje moterys 1,5 karto daugiau negu vyrai susiduria su psichikos sveikatos problemomis, o kaimo vietovėje gyvenančių asmenų psichikos sveikatos sutrikimų paplitimas yra didesnis. Verta pastebėti, kad nuo 2014 metų iki 2023 metų apsilankymų skaičius Lietuvoje pas gydytoją psichiatrą padidėjo 1,7 karto (23). Svarbu paminėti, kad vertinti didėjančius psichikos sveikatos sutrikimų rodiklius reikia atsargiai, nes didėjantis sutrikimų skaičius nebūtinai gali reikšti blogėjančią visuomenės psichikos sveikatą. Šie rezultatai gali parodyti tai, kad vis daugiau žmonių kreipiasi pagalbos pas specialistus, kas yra teigiamas pokytis šioje sveikatos sistemos dalyje.

2.3 Skirtingų visuomenės grupių psichikos sveikata

Skirtingose amžiaus tarpsniuose skiriasi visuomenės psichikos sveikata ir ją veikiantys aplinkos veiksniai, todėl rengiant įvairias prevencines programas ir politines strategijas svarbu įvertinti kiekvieno amžiaus tarpsnio rizikos veiksnius ir labiausiai išreikštas psichikos sveikatos problemas.

Vaikystė yra svarbus gyvenimo etapas psichinei sveikatai ir gerovei vystytis. Šiuo laikotarpiu yra ugdomi savikontrolės, socialinės sąveikos ir mokymosi įgūdžiai, kurie tiesiogiai daro įtaką žmogaus psichinei sveikatai visą likusį gyvenimą. Vaikų santykis su aplinka, kurioje jie auga ir vystosi lemia vaikų gerovę ir tolesnę psichologinę raidą, o psichikos sveikatos problemos vaikystėje ir paauglystėje gali turėti įtakos suaugus (24). Taip pat vaikams ir paaugliams, kurių simptomai nevisiškai atitinka psichikos sutrikimo diagnozavimo kriterijus, suaugus psichikos sveikatos sutrikimo rizika yra didesnė (25). 10–19 metų amžiaus berniukų ir mergaičių psichikos sutrikimų paplitimas Europoje yra 16,3 proc., o pasaulinis tos pačios amžiaus grupės rodiklis – 13,2 proc. Tai reiškia, kad 9 milijonai 10–19 metų paauglių Europoje turi psichikos sutrikimų (26). Anglijoje atlikto tyrimo duomenimis, apie 11 procentų berniukų ir 8 procentus mergaičių nuo 5 iki 15 metų turėjo psichikos sveikatos problemų, kurias dažniausiai sudarė: emociniai sutrikimai (depresija, nerimas, baimė), hiperaktyvumas (nedėmesingumas ir per didelis aktyvumas) bei elgesio sutrikimai

(agresyvus ir asocialus elgesys) (27,28). Nustatyta, kad psichikos sutrikimų paplitimas tarp vaikų tam tikrose šeimose yra didesnis. Auklėjimo stilius, šeimos struktūra veikia vaikų psichologiją. Nustatyta, kad vaikai iš vienišų išsiskyrusių šeimų buvo mažiau linkę patirti seksualinę prievartą, tačiau dažniau jiems buvo diagnozuotas dėmesio stokos hiperaktyvumo sutrikimas (28). Vaikai ir paaugliai, gyvenantys vienišų tėvų ar patėvių šeimose, dažniau nei tie, kurie gyvena su susituokusiais tėvais, vartojo psichiatrinius vaistus nuo emocinių, dėmesio ar elgesio sutrikimų (29).

Nagrinėjant paauglystės ir besiformuojančios pilnametystės laikotarpį galima pastebėti, kad ši jaunų žmonių grupė susiduria su didesniais reikalavimais, lūkesčiais ir iššūkiais, kurie kelia didesnę riziką patirti psichikos sveikatos sutrikimus. Paauglystė yra lemiamas laikotarpis ugdant socialinius ir emocinius įpročius, svarbius psichinei gerovei. Tai apima kokybišką miegą, reguliary mankštinimąsi, problemų sprendimo įgūdžių ugdymą bei tarpasmeninius įgūdžius. Kuo daugiau neigiamų rizikos veiksnių patiria paaugliai, tuo yra didesnis galima poveikis jų psichikos sveikatai. Veiksniai, galintys prisidėti prie streso paauglystėje, yra nelaimės, spaudimas prisitaikyti prie bendraamžių ir tapatybės tyrinėjimas. Kiti svarbūs veiksniai yra jų gyvenamoji aplinka ir santykiai su bendraamžiais. Smurtas, griežtas auklėjimas, socialinės ir ekonominės problemos yra pripažinti pavojai psichinei sveikatai (30). Daugelis rizikingų elgsenų sveikatai, pavyzdžiui, narkotikų vartojimas ar seksualinė rizika, prasideda paauglystėje. Rizikingas elgesys gali būti nenaudinga strategija susidoroti su emociniais sunkumais ir gali smarkiai paveikti paauglio psichinę savijautą. Jaunimas yra labai pažeidžiamas dėl kenksmingų medžiagų vartojimo įpročių. Pagal 2019 m. duomenimis alkoholio vartojimo paplitimas tarp 15–19 metų amžiaus asmenų siekė 22 procentus visame pasaulyje (31).

Nagrinėjant jaunų suaugusiųjų ir vyresnių suaugusiųjų amžiaus grupes, galima pastebėti, kad šiame gyvenimo etape asmenys susiduria su didesnės atsakomybės poreikiu, nes suaugusiesiems yra keliami didesni reikalavimai susiję su pareigomis, darbu, santykiais ir vaikų auklėjimu. Šiame etape darbas yra traktuojamas kaip pagrindinė veikla, kuri suteikia galimybę užsidirbti pragyvenimui ir savo poreikiams. Nors nėra iki galo išsiaiškintas psichikos sutrikimų pasireiškimas suaugusiųjų tarpe, manoma, kad jie prasideda paauglystėje (32). Nors daugumos psichikos sutrikimų simptomus dažnai asmenys pradeda jausti paauglystėje, neretai šie sutrikimai nėra iš karto pastebimi arba gali būti laikomi laikiniais nuotaikų svyravimais, todėl tokie sutrikimai dažniau atpažįstami suaugus.

Vyresnio amžiaus žmonių, turinčių virš 60 metų amžiaus, skaičius pasaulyje didėja ir manoma, kad iki 2030 metų šios grupės asmenų skaičius pasaulyje išaugs iki 1,4 milijardo (33). Šios grupės asmenų psichikos sveikata taip pat turėtų būti svarbi sveikatos sistemos dalis, tačiau ji dažnai yra nepakankamai įvertinama. Senstant, asmenys gali patirti įvairių emocinių ir psichologinių iššūkių: vienatvės ir netekties jausmas, fizinio aktyvumo sumažėjimas ar lėtinės ligos, kurios gali neigiamai

paveikti jų emocinę gerovę. Socialinė izoliacija ir vienatvė, nuo kurios kenčia maždaug ketvirtadalis vyresnio amžiaus žmonių, yra pagrindiniai psichikos sveikatos sutrikimų rizikos veiksniai vyresniame amžiuje (34). Taip pat literatūroje minimas rizikos veiksnys galintis turėti įtakos psichikos sutrikimų atsiradimui vyresnio amžiaus žmonėms yra prievarta ir nepriežiūra. Vienas iš šešių vyresnio amžiaus suaugusiųjų patiria prievartą iš artimo rato žmonių, dažniausiai globėjų (35). Piktnaudžiavimas, nepagarba gali turėti rimtų pasekmių ir turėti įtakos depresijos ar nerimo atsiradimui vyresnio amžiaus žmonėms. Neretai depresijos ir nerimo rizika šios amžiaus grupės žmonėms dažnai kyla dėl sunkesnių gyvenimo sąlygų ar lėtinių ligų.

2.4 Aplinkos veiksniai

Jau seniai žinoma, kad ekonominiai, socialiniai ir fiziniai aplinkos veiksniai daro didelę įtaką žmonių sergamumui ir mirtingumui (36). Tačiau nukenčia ne tik fizinė sveikata. Vieta ir erdvė bei sąlytis su ta erdve turi įtakos gyventojų psichinei sveikatai (37). Įvairūs aplinkos veiksniai veikia mus visą mūsų gyvenimą, o kintant aplinkos veiksniams, gali kisti ir mūsų gyvenimo būdas, emocijos ir prisitaikymas prie tų veiksnių. Taigi, galima teigti, kad žmonės yra priklausomi nuo aplinkos veiksnių, jų sąveikos ir tai gali turėti įtakos žmonių psichikos sveikatai ir gerovei. Įvairiuose literatūros šaltiniuose aplinkos veiksnių sąvokos apibrėžimas skiriasi ir yra gana platus, tačiau dažniausiai vartojamas šios sąvokos apibrėžimas yra išorinės sąlygos arba aplinkybės, turinčios įtakos žmogaus elgesiui ir sprendimų priėmimui. Šie veiksniai daugiausia apima fizinius, socialinius ir ekonominius veiksnis, taip pat platesnes struktūrines sąlygas, tokias kaip politinės sistemos, instituciniai susitarimai ir istorinis palikimas (38).

Psichikos sveikatai didelę įtaką daro ne tik individualūs veiksniai, bet ir aplinkos sąlygos. Ekonominiai, socialiniai ir fiziniai veiksniai formuoja gyvenimo būdą, kuris gali daryti įtaką asmens psichikos sveikatai. Aplinkos veiksnių įtaka psichikos sveikatai yra nenutrūkstama visą žmogaus gyvenimą, o jų pokyčiai gali lemti ir psichikos sveikatos būklės pokyčius. Pasauliniu mastu yra atlikta nemažai tyrimų, kuriais bandyta nustatyti aplinkos veiksnių ryšį ir poveikį psichikos sveikatai, tačiau Lietuvos mastu tokių tyrimų trūksta, todėl galima tik bendrai apžvelgti bendrus rodiklius ir juos palyginti su Europos Sąjungos rodikliais arba kitomis pasaulio šalimis. Taigi, toliau aptarsiu literatūroje rastus ir labiausiai išanalizuotus aplinkos veiksnis ir jų poveikį psichinei sveikatai.

2.4.1 Fiziniai aplinkos veiksnių ir psichikos sveikatos sąsajos

2.4.1.1 Triukšmas

Fizinė aplinka sudaro išorinę aplinką ir sąlygas, kuriose gyvename ir kurios turi įtakos žmogaus sveikatai. Ši aplinka apima visus skirtingus gamtos veiksnius, įskaitant orą, medžius, natūralią augmeniją, ežerus ir vandenyną. Bendruomenės fizinės aplinkos kokybė daro didelę įtaką gyventojų sveikatai ir gerovei. Oro ir vandens kokybė, didelio triukšmo poveikis bei saulės ir kitų šaltinių spinduliuotės yra svarbūs veiksniai tiek gerai fizinei, tiek psichinei sveikatai palaikyti ir saugoti (39).

Remiantis PSO ir Europos aplinkos agentūros (EEA) duomenimis triukšmas yra vienas labiausiai paplitusių aplinkos teršalų, turintis didelį neigiamą poveikį visuomenės fizinei ir psichinei sveikatai (40,41). Europos Sąjungos statistikos duomenimis, apie 40 % ES gyventojų patiria neigiamą kelių eismo triukšmą, kurio lygis viršija 55 decibelus (42). Nustatyta, kad žmonių sveikatai labiausiai kenkia nuolatinis triukšmas, kuris sukelia nervinę įtampą, stresą ir didina riziką susirgti nervų sistemos ligomis (43). Ankstesnių tyrimų duomenimis nustatytas triukšmo poveikis daugiausia buvo siejamas su ne užkrečiamosiomis ligomis, įskaitant širdies ir kraujagyslių ligas, medžiagų apykaitos ligas ar vėžį. Tačiau neseniai atlikus triukšmo poveikio smegenims tyrimus, buvo pastebėta, kad triukšmas gali būti svarbus, bet nepripažintas neuropsichiatrinių pasekmių rizikos veiksnys (44). Tačiau triukšmo poveikis psichinei sveikatai dar nėra iki galo ištirtas ir tai atsispindi PSO ir EAA ataskaitose, kuriose nėra pateiktos kiekybinės informacijos apie triukšmo žalą psichikos sveikatai.

Ryšys tarp triukšmo poveikio ir neigiamų psichinės sveikatos pasekmių apima sudėtingą psichologinių ir elgesio mechanizmų sąveiką. Remiantis Wolfgango Babischo sukurta triukšmo - streso koncepcija, yra išskiriami du būdai, kuriais remiantis triukšmo poveikis sukelia neigiamą poveikį sveikatai (45). Pirmasis būdas, vadinamas „tiesioginiu keliu“, tai itin aukštų decibelų (>100 dB) patiriamas poveikis, kuris gali sukelti tiesioginį ausies organo pažeidimą. Antrasis būdas, vadinamas „netiesioginiu keliu“, susijęs su mažesnio decibelų lygio 50–70 dB veikimu aplinkoje, kuris trukdo kasdieninei veiklai, miegui ir bendravimui. Šio stresoriaus ilgalaikis veikimas trukdo atlikti kasdienes veiklas, susikaupti, o tai savo ruožtu skatina psichinių sveikatos problemų atsiradimą, įskaitant nerimą ir depresiją (46). Ilgalaikis mažesnių decibelų patiriamas triukšmas gali sukelti simpatinės ir endokrininės sistemos aktyvavimą bei keletą kognityvinių ir emocinių streso reakcijų, įskaitant susierzinimą, į depresiją panašias būsenas ir psichinę įtampą, kuriai būdingas padidėjęs streso hormonų kiekis ir simpatinės nervų sistemos suaktyvėjimas. Dėl triukšmo kilęs susierzinimas, kuriam būdingas nepasitenkinimo ir diskomforto jausmas, gali prisidėti prie padidėjusio streso lygio ir psichikos sveikatos problemų išsivystymo ar paūmėjimo (47). Mokslinėje literatūroje randama atliktų tyrimų, kurie patvirtina orlaivių ar kelių eismo triukšmo sąsajas su didesne depresijos ir nerimo tikimybe. Hegewald ir kitų autorių atliktas metaanalizės tyrimas pateikė

duomenis patvirtinančius ryšį tarp eismo triukšmo poveikio ir depresijos bei nerimo (48). Autoriai įrodė, kad 12% žymiai padidėjo depresijos rizika, reaguojant į orlaivių triukšmo poveikį. Kitų autorių atlikta devynių tyrimų metaanalizė parodė 9 % didesnę nerimo tikimybę, susijusią su 10 dB padidėjusiu dienos ir vakaro triukšmo lygiu (49). Pietų Korėjoje atlikto skerspjūvio tyrimo, kuriuo buvo siekiama ištirti profesinio triukšmo ir vibracijos bei nerimo ryšį, duomenimis nustatytas nerimo padidėjimas vyrų ir moterų tarpe, kai jie buvo veikiami darbinio triukšmo ir vibracijos (50). Vokietijoje atlikto tyrimo rezultatai parodė teigiamą ryšį tarp įvairių triukšmo šaltinių sukeliama triukšmo ir depresijos, nerimo ir miego sutrikimų (51). Tyrimo metu nustatyto ryšio išreikštumas tarp triukšmo ir depresijos yra didesnis tarp žemesnės socialinės ir ekonominės padėties gyventojų grupių ir moterų bei jaunesnių suaugusiųjų grupės.

Apibendrinant galima teigti, kad nors dar trūksta detalesnių tyrimų dėl triukšmo poveikio psichikos sveikatai, tačiau dabartinių tyrimų rezultatai nėra neįtikinami. Nors atliekant tyrimus triukšmo poveikis gali atrodyti nedidelis, tačiau poveikis visuomenės sveikatai yra reikšmingas.

2.4.1.2 Oro tarša

Oro užterštumas yra viena sudėtingiausių ir sunkiausiai sprendžiamų visuomenės sveikatos problemų. Pramonės vystymasis, vairuotojų ir automobilių skaičiaus augimas prisideda prie vis didėjančio aplinkos taršos poveikio ne tik Lietuvoje, bet ir pasaulyje. Ryšys tarp oro taršos ir neinfekcinių ligų atsiradimo yra gerai žinomas ir ištirtas. EEA atlikti tyrimai rodo, kad vaikams, kuriuos veikia oro tarša, sutrinka kognityvinis vystymasis, būdingos dažnesnės kvėpavimo takų, širdies ir kraujagyslių ligos. Kita vertus, ryšys tarp oro taršos ir psichikos sveikatos yra mažiau ištirtas, tačiau dabartiniai tyrimai rodo neigiamas psichikos sveikatos ir oro užterštumo sąsajas. Savo apžvalginame straipsnyje Block ir Calderon - Garciduenas teigia, kad oro tarša veikia centrinę nervų sistemą, sukeldama neurouždegimą, oksidacinį stresą ir smegenų kraujagyslių pažeidimus (52). Oro tarša, daugiausia susijusi su eismo intensyvumu, keliuose tyrimuose buvo siejamas su psichikos sutrikimais (53). Atsižvelgiant į oro dalelių taršos toksiškumą centrinei nervų sistemai, oro teršalai gali turėti įtakos psichinių būklių atsiradimui arba pablogėjimui. Atliktame dideliame JAV ir Danijos gyventojų tyrime, buvo įrodyta, kad oro tarša yra reikšmingai susijusi su padidėjusia psichikos sutrikimų rizika. Manoma, kad teršalai veikia žmogaus smegenis per neurouždegiminius kelius, kurie sukelia į depresiją panašius požymius (54). Tyrimo išvados rodo, kad prasta oro kokybė pirmaisiais žmogaus gyvenimo metais padidina psichikos sutrikimų, ypač bipolinio sutrikimo, šizofrenijos, asmenybės sutrikimo ir didžiosios depresijos riziką. Taip pat yra nustatytas ryšys tarp trumpalaikio padidėjusio oro taršos lygio ir padidėjusio vaikų apsilankymų greitosios medicinos pagalbos psichiatrijos skyriuje (55).

Analizuojant oro užterštumą ir jo poveikį psichinei sveikatai Lietuvoje įvertinti, dar nebuvo atlikta tokių tyrimų. 2012 metai atliktame tyrime Lietuvoje, buvo tirtas bendro oro užterštumo poveikis sveikatai. Nustatyta, kad Vilniaus ir Kauno miestuose lauko ore esančios kietosios dalelės kasmet sukelia apie 600 priešlaikinių mirčių, kasmet prarandama apie 7000 gyvenimo metų (56).

Taigi, naujausi tyrimai rodo, kad žmonės, kurie kvėpuoja užterštu oru, patiria pokyčius smegenų srityse, kurios kontroliuoja emocijas, todėl jiems gali būti didesnė tikimybė susirgti nerimu ir depresija nei tiems, kurie kvėpuoja švaresniu oru (57). Vis gi, verta atkreipti dėmesį į tai, jog tyrimų įrodančių taršos poveikį psichikos sveikatai ir ypač ankstyvajame gyvenimo periode dar trūksta, o tai labai svarbu, nes smegenys vystosi iki pilnametystės ir gali būti jautrios oro taršos poveikiui.

2.4.1.3 Klimato kaita

Vykstanti klimato kaita pasaulyje jau nėra neįtikinama. Atlikti tyrimai rodo, kad 2019 metais vidutinė pasaulio temperatūra buvo didesnė 1,1 °C palyginti su vidutine pasaulio temperatūra užfiksuota iki pramoninio laikotarpio metu, o dėl žmogaus vykdomos ūkinės veiklos pasaulio klimatas sušyla 0,2 °C per dešimtmetį (58). Manoma, kad šis laipsniškas temperatūros kilimas yra susijęs su tirpstančiais ledynais, neigiamais kritulių reiškiniais, potvyniais ir sausromis skirtinguose regionuose. Tokia klimato kaita vykstantis pasauliniu mastu paveiks didžiąją dalį pasaulio valstybių gyventojų. Yra atkreipiamas dėmesys į įvairių klimato kaitos reiškinų poveikį sveikatai. Tikėtina, kad pasaulinė klimato kaita bus susijusi su pernešėjų platinamų ligų plitimu, nelaimingais ar mirtiniais atsitikimais susijusiais su ekstremaliomis oro sąlygomis, potvyniais ar gaisrais (59).

Klimato kaitos poveikis psichikos sveikatai, palyginti su poveikiu fizinei sveikatai dar nėra iki galo iširtas, tačiau nemažai atliktų tyrimų rodo, kad vykstanti klimato kaita turi įtakos prastėjančiai psichikos sveikatai (60). Vis aktualiau yra kalbama apie šiltėjantį klimatą ir vadinamąsias karščio bangas. Nustatyta, kad kiekvienas 1°C temperatūros padidėjimas siejamas su 0,9% didesniu psichikos sveikatos sutrikimų dažniu, o moksliniai tyrimai patvirtina ryšį tarp aukštos temperatūros ir padidėjusios savižudybių rizikos vyrų tarpe (61,62). Australijoje atliktas tyrimas rodo, kad karščio bangos yra susijusios su padidėjusiu pacientų, sergančių psichikos sutrikimais, skaičiumi, taip pat su širdies ir kraujagyslių bei inkstų ligomis. Kiti tyrimai teigia, kad karščio bangos siejamos su nuotaikos ir nerimo sutrikimais, demencija, nerimu (63,64). Tailande atliktame dideliame kohortiniame tyrime, buvo nustatyta, kad darbuotojai dirbantys karštomis darbo sąlygomis patiria didesnę stresą (65). Taip pat darbas karštomis oro sąlygomis buvo susijęs su pablogėjusią bendrą sveikatą ir psichologiniais išgyvenimais.

Svarbu atkreipti dėmesį į šiandien dvi vartojamas sąvokas, tai „ekologinis nerimas“ ir „solastalgija“. Ekologinis nerimas tai yra lėtinis nerimas dėl aplinkos būklės, o solastalgija yra

terminas apibūdinantis emocinį ir psichologinį diskomfortą, kylantį dėl aplinkos pokyčių, ypač dėl klimato kaitos ar ekosistemų degradacijos. Solastalgija dažnai siejama su nerimu, depresija ir bejėgiškumo jausmu, nes žmonės jaučia, kad praranda savo namų ar vietinės gamtos stabilumą. Solastalgija ypač aktuali bendruomenėms, kurios susiduria su klimato kaitos padariniais ar miškų naikinimu (66). Tyrimai rodo, kad didelė dalis jaunų žmonių jaučia didelį nerimą dėl klimato krizės. Amerikoje 85 proc. apklaustų jaunuolių teigia, kad yra vidutiniškai susirūpinę dėl klimato krizės, o 57 proc. teigia, kad yra labai susirūpinę (67). Vaikai, jaunimas ir jauni suaugusieji yra ypač pažeidžiami dėl kančios ir psichinės sveikatos problemų, susijusių su aplinkos pokyčiais. Klimato kaitos poveikis kelia pavojų psichinei sveikatai, įskaitant depresiją, nerimą, miego sutrikimus ir piktnaudžiavimą narkotinėmis medžiagomis. Tai savo ruožtu gali sukelti problemų dėl emocijų reguliavimo, pažinimo, mokymosi, elgesio, kalbos vystymosi ir akademinio rezultato. Kartu tai sukuria polinkį į neigiamus suaugusiųjų psichinės sveikatos padarinius (68).

Klimato kaita daro vis didesnę poveikį psichinei žmonių sveikatai, o jos pasekmės jaučiamos visame pasaulyje. Didėjanti temperatūra ir ekstremalūs orų reiškiniai siejami su psichikos sveikatos sutrikimais, tokiais kaip depresija, nerimas ir padidėjusi savižudybių rizika. Ypač pažeidžiamos yra bendruomenės, patiriančios klimato kaitos padarinius, bei jaunimas, kuris vis dažniau išgyvena ekologinį nerimą ir solastalgiją. Tačiau prognozuojama, kad pagal visus šiltnamio efektą sukeliančių dujų emisijos scenarijus ekstremalių karščio bangų dažnis ir intensyvumas toliau didės (69). Dėl šių priežasčių būtina skirti daugiau dėmesio klimato kaitos poveikio psichikos sveikatai tyrimams bei kurti strategijas, padedančias žmonėms prisitaikyti prie besikeičiančios aplinkos.

2.4.1.4 Žaliųjų ir mėlynųjų plotų prieinamumas

Literatūroje randamas ir plačiai analizuojamas aplinkos veiksnys yra žaliųjų ir mėlynųjų plotų prieinamumas. Nagrinėjama, kaip žaliosios (parkai, miškai) ir mėlynosios erdvės (vandens telkiniai) veikia žmonių psichologinę būklę. Vis daugiau mokslinių tyrimų atskleidžia natūralios miestų aplinkos naudą sveikatai ir gerovei, įskaitant ir psichikos sveikatą dėl buvimo žaliosiose ir mėlynosiose erdvėse (70). Nustatyta, kad gyvenamojoje aplinkoje žalia spalva buvo susijusi su sumažėjusia suaugusiųjų psichologinio streso tikimybe, o su psichologine gerove yra siejamas fizinis aktyvumas ir ilgesnis laiko praleidimas parkuose ir miškuose (71). Ši aplinkos veiksnių teigiama poveikį psichikos sveikatai galima paaiškinti viena iš teorijų, dėmesio atkūrimo teorija, kuri skelbia, kad natūrali aplinka suteikia galimybę atsipalaiduoti ir atkurti dėmesį, kuris dažnai nukenčia dėl miesto triukšmo ir dirgiklių pertekliaus (72). Tai ypač buvo galima pastebėti COVID – 19 pandemijos laikotarpiu, kai buvimas žaliosiose ir mėlynosiose erdvėse buvo žmonėms tarsi prieglobstis, kai žmonės galėjo atsipalaiduoti ir bendrauti laikantis COVID – 19 apribojimų (73). Nors nėra iki galo

išsiaiškinta kuris žaliosios erdvės tipas yra pranašesnis už kitą žaliąją erdvę, tačiau atlikta didelė sisteminė literatūros apžvalga patvirtino bendrą naudingą žaliosios erdvės ir psichinės sveikatos ryšį.

Taip pat nustatyta, kad žmonių įsitraukimas į žaliasias zonas, jų tvarkymas duoda dar geresnius rezultatus psichikos sveikatos gerinimui (74,75). Lietuvoje buvo atliktas vienas tyrimas, kuriuo buvo siekta nustatyti sąsajas tarp prieigos prie žaliųjų plotų, ryšio su gamta ir psichologinės gerovės suaugusiųjų tarpe (76). Nustatyta, kad mažesnis atstumas tarp gyvenamosios aplinkos ir žaliosios erdvės buvo susijęs su didesnę psichologine gerove.

Nagrinėjant mėlynųjų vietų ir psichikos sveikatos sąsajas pastebėta, kad mėlynųjų vietų prieinamumas taip pat turi įtakos psichikos sveikatai ir gali ją teigiamai paveikti. Daugėja įrodymų, kad mėlynosios erdvės poveikis ir artumas yra susiję su teigiama psichine sveikata ir gerove (77). Įrodyta, kad žmonės gyvendami netoli pakrantės patiria mažesnį psichologinį stresą (78).

Apibendrinant galima teigti, kad žaliųjų ir mėlynųjų vietų ryšys psichikos sveikatai yra įrodytas. Tačiau verta pastebėti, kad šių vietų prieinamumas ir kokybė labai skiriasi priklausomai nuo geografinės padėties, ekonominių veiksnių ir miesto planavimo strategijų. Galima daryti prielaidą, kad kuo yra labiau urbanizuota aplinka, ten mažiau ploto užima žaliosios erdvės, o tai gali turėti neigiamų pasekmių psichikos sveikatai. Be to, jei tokios erdvės ir egzistuoja, jų kokybė gali būti nepakankama, jos gali būti prastai prižiūrimos, nesaugios ar nepritaikytos įvairioms visuomenės grupėms. Norint užtikrinti, kad žaliosios ir mėlynosios erdvės būtų naudingos visiems, svarbu imtis įvairių politinių ir urbanistinių priemonių.

2.4.1.5 Būsto kokybė

Gyvenamasis būstas yra neatsiejama žmogaus gyvenimo dalis. Tai ypač išryškėjo COVID-19 pandemijos metu, kai išpopuliarėjo nuotolinis darbas, ir žmonės pradėjo daugiau laiko leisti namuose. Todėl gyvenamosios aplinkos sąlygos, tokios kaip būsto dydis, natūralios šviesos kiekis, ventiliacija, triukšmo lygis bei nesaugi kaimynystė gali veikti kaip tam tikri stresoriai. Yra nemažai tyrimų rodančių neigiamas netinkamo būsto ir psichikos sveikatos sąsajas. Būstas yra traktuojamas kaip vienas pagrindinių žmogaus poreikių, be kurio žmogus negalėtų gyventi. Kai žmogus nesugeba rasti ar įsigyti būsto, kurį galėtų vadinti savo namais, tai gali kelti nesaugumo ir bejėgiškumo pojūtį, o dėl šios įtampos gali kilti neigiamos emocijos – baimė, pyktis ar vienišumo jausmas (79). Antras svarbus punktas yra tas, kad netinkamos būsto sąlygos gali prisidėti prie nerimo sutrikimo atsiradimo (80). Tyrimai rodo, kad mažos, perpildytos ir prastai vėdinamos patalpos gali skatinti depresijos, nerimo ir kitų psichikos sutrikimų vystymąsi. 2002 metais Vilniuje atlikto tyrimo „Būstas ir sveikata“ metu, buvo nustatyta, kad mažesniuose nei 59 m² butuose gyvenantys žmonės savo sveikatos būklę vertina

blogiau nei tie asmenys, kurie gyvena didesniuose būstuose. Nors PSO nėra nurodžiusi konkretaus gyvenamojo būsto rekomenduojamo kvadratinį metrų tenkančio vienam gyventojui skaičiaus, tačiau pabrėžia, kad perpildytumas, kai viename kambaryje gyvena daugiau nei vienas žmogus — yra reikšmingas rizikos veiksnys psichinei sveikatai (81).

Tyrimuose, nagrinėjančiuose vaikų psichikos sveikatos ir būsto sąsajas pastebėta, kad vaikų, gyvenančių mažas pajamas gaunančiuose namų ūkiuose, vystymuisi labiau kenkia prasta būsto kokybė, o ne būsto nestabilumas ar įperkamumas. Vaikai, kurie gyvena būstuose su ne sandariais stogais, dažniau turėjo emocinių ir elgesio problemų, kurios pasireiškė per nerimą, depresiją, agresyvesnę elgesį bei taisyklių laužymą, o paauglystėje prastos kokybės būstas buvo susijęs su mažesniais akademiniiais rezultatais (82). Kitame longitudinaliniame tyrime, kuriame buvo stebimi kaimo vietovėje gyvenantys vaikai nuo 9 metų amžiaus per 15 metų laikotarpį, nustatyta, kad prastos būsto sąlygos, įskaitant fizinę būsto kokybę, pavojų namuose iš karto ir laikui bėgant buvo susijusios su blogesne psichologine sveikata (83). Indijoje atlikto tyrimo metu, kuriuo buvo siekiama ištirti gyvenviečių būsto pertvarkymo įtaką gyventojų sveikatai ir gerovei, nustatytas tiriamųjų sveikatos ir gyvenimo kokybės balų pagerėjimas praėjus dvejiems su puse metų po pertvarkymo, palyginti su tiriamųjų balais prieš pertvarkymą (84).

Taigi, gyvenamasis būstas yra vienas esminių žmogaus poreikių, turintis reikšmingą poveikį psichikos sveikatai. Netinkamos būsto sąlygos gali veikti kaip dirgikliai, galintys skatinti nerimą, depresiją ir kitus emocinius sutrikimus. Tyrimai rodo, kad tiek suaugusiųjų, tiek vaikų psichologinė gerovė dažnai blogėja gyvenant prastos kokybės būstuose.

2.4.2 Socialinių aplinkos veiksnių ir psichikos sveikatos sąsajos

Socialinė aplinka reiškia individo socialinę sąveiką ir santykius su kitais savo bendruomenėje. Šios sąveikos gali labai paveikti žmonių požiūrį, elgesį, įsitikinimus ir vertybes. Socialinė aplinka gali apimti įvairius veiksnius, tokius kaip draugai, šeima, kultūra, švietimas, religija, žiniasklaida ir bendruomenė (85).

Šeima dažnai laikoma pagrindiniu socializacijos šaltiniu ir vaidina lemiamą vaidmenį formuojant žmogaus elgesį. Vaikai gyvenantis žemesnėje socialinėje ir ekonominėje padėtyje, labiau patiria psichologinių sunkumų nei vaikai, kurių socialinė ir ekonominė padėtis yra aukštesnė. Vokietijoje atlikto skerspjūvio tyrimo metu nustatytas ryšys tarp žemo tėvų išsilavinimo ir namų ūkio pajamų bei vaikų psichologinės savijautos (86). Naujausi tyrimai skelbia, kad vienturčiai vaikai gali turėti geresnę psichikos sveikatą ir aukštesnį gyvenimo pasitenkinimą, palyginti su vaikais, turinčiais brolių ar seserų (87). Tai siejama su didesniu tėvų dėmesiu ir ištekliais, skiriamais vienam vaikui. Tačiau svarbu atkreipti dėmesį, kad šeimos aplinka, bendravimas ir emocinė parama yra lemiami

veiksniai, nepriklausomai nuo šeimos dydžio. Vaikai, kurie auga palaikančioje aplinkoje turi mažesnę tikimybę susirgti nuotaikos ar nerimo sutrikimu suaugus, lyginant su vaikais, kurių vaikystės aplinka buvo nepalanki (88). Analizuojant moksleivių psichinę sveikatą, buvo pastebėtas reikšmingas ryšys tarp socialinės mokyklos aplinkos ir mokinių psichikos sveikatos. Todėl galima daryti išvadą, kad mokyklos socialinė aplinka turi didelę įtaką mokinių psichinei sveikatai (89). Žmogui bręstant socialiniai poreikiai vis stiprėja. Pauglystės metu socialiniai poreikiai itin išauga, nes paugliai pradeda ieškoti savęs, nori būti priimti, gerbiami ir turėti draugų. Suaugus socialiniai poreikiai taip pat išlieka labai svarbūs, nes suaugusieji pradeda kurti šeimas, darbe ieško bendradarbiavimo, pripažinimo, o kai kuriems kyla poreikis prisidėti prie visuomenės ir būti naudingais. Kalbant apie senyvo amžiaus žmones, jų socialiniai poreikiai gali sumažėti dėl sveikatos, tačiau emocinis ryšys ir artumas dažnai išlieka labai svarbūs. Vyresnio amžiaus žmonės yra pažeidžiami dėl socialinio ryšio, socialinio įsitraukimo ir socialinio indėlio trūkumo. Tyrimai parodė, kad prastas socialinis ryšys, socialinis įsitraukimas ir socialinis indėlis buvo reikšmingai susiję su vyresniu amžiumi, prasta sveikata, depresija ir nerimo simptomais, prasta psichologine savijauta, beviltiškumu (90).

2.4.3 Ekonominiai aplinkos veiksnių ir psichikos sveikatos sąsajos

Ekonominiai aplinkos veiksniai turi reikšmingą poveikį psichikos sveikatai, nes jie lemia gyvenimo sąlygas, prieigą prie sveikatos priežiūros paslaugų, mitybą, darbo aplinką ir daugelį kitų psichikos sveikatą formuojančių aspektų (91). Gyvenamosios vietos pasirinkimui didžiausią įtaką daro ekonominiai veiksniai, kurie taip pat gali būti susiję su psichine sveikata. Asmens finansinė padėtis gali būti svarbus aspektas psichinės sveikatos problemų vystymuisi. Asmenys, kurie susiduria su finansiniais veiksniais: mažas pajamas gaunantys ar nepritekliuje gyvenantys gyventojai dažniau susiduria su psichikos sveikatos sutrikimais (92). Atliktame metaanalizės tyrime nustatyta, kad asmenys priklausantys žemesnei socialinei grupei, susiduriantys su finansiniais sunkumais yra labiau linkę patirti depresijos simptomus nei aukštesnės socialinės grupės atstovai (93). Finansiniai sunkumai asmenims gali sukelti nuolatinį stresą, o taip pat finansų neturėjimas užkerta kelią gauti kokybiškas sveikatos priežiūros paslaugas bei riboja socialinio dalyvavimo galimybes visuomenėje. Svarbu paminėti, kad pajamų nelygybė tarp atskirų visuomenės narių taip pat gali turėti įtakos psichikos sveikatai. Tyrimai rodo, kad ne tik absoliutus skurdas, bet ir santykinė nelygybė, kai asmenys jaučiasi ekonomiškai atskirti ar mažiau vertinami, stiprina psichologinį stresą bei mažina bendruomeninius santykius (94). Pajamų nelygybės poveikis gali veikti ir per socialinius ryšius, kai individai lygina save su kitais dažnai patirdami bejėgiškumo jausmą. Pavyzdžiui, atliktas tyrimas Jungtinėje Karalystėje parodė, kad regionuose, kuriuose pajamų nelygybė buvo didesnė, žmonės jautėsi labiau izoliuoti ir rečiau dalyvavo bendruomeninėse veiklose (95).

Vienas iš svarbių ekonominių aplinkos veiksnių veikiančių psichikos sveikatą gali būti pasaulyje vykstančios ekonominės krizės. 2008 metais įvykusios pasaulinės finansų krizės metu, daugelyje šalių buvo stebimas padidėjęs savižudybių ir depresijos atvejų skaičiaus augimas, kuris ypač ryškus buvo nedarbančių asmenų grupėje. Atliktame tyrime tarp visų ES šalių buvo pastebėta, kad kiekvienas 1 % nedarbo padidėjimas buvo susijęs su 0,79 % jaunesnių nei 65 metų amžiaus savižudybių padidėjimu (96).

Taip pat svarbu atkreipti dėmesį į darbo sąlygų įtaką psichikos sveikatai. Tyrimai rodo, kad nepastovus darbas, mažas atlyginimas, ilgos darbo valandos ir mažas savarankiškų sprendimų priėmimas yra susiję su padidėjusia depresijos ir perdegimo rizika (97). Nedarbas turi labai didelį neigiamą poveikį psichologinei sveikatai ir gyvenimo kokybei (98). Šis poveikis stiprėja ilgėjant nedarbui ar atsirandant papildomų finansinių įsipareigojimų. Dar viena svarbi problema – nepakankamas psichikos sveikatos paslaugų finansavimas. Daugelyje šalių, įskaitant Lietuvą, psichikos sveikatos priežiūrai skiriama nedidelė dalis sveikatos apsaugos biudžeto lėšų, o tai riboja prieigą prie kokybiškų paslaugų mažas pajamas gaunantiems gyventojams (99). Tai labai aktualu kaimo vietovėse ar regionuose gyvenantiems gyventojams, kur paslaugos yra labai sunkiai prieinamos, o patys gyventojai neturi galimybių kreiptis į specialistus. Psichikos sveikatos paslaugų finansavimo trūkumas ir stigmatizacija sukuria ekonominius sunkumus, kurie remiasi ne tik į blogėjančią visuomenės psichikos sveikatos būklę, bet ir į ribotas galimybes gauti pagalbą (100). Tai parodo, kad ekonominiai ir sveikatos politikos sprendimai yra neatsiejami nuo visuomenės psichikos sveikatos stiprinimo strategijų. Siekiant mažinti socialines sveikatos nelygybes, būtina integruoti ekonominės gerovės didinimo priemones su psichikos sveikatos stiprinimu.

3. TYRIMO METODIKA

3.1 Tyrimo metodas

Tyrimui atlikti buvo naudojamas kiekybinis tyrimo metodas. Kiekybinis tyrimas taikomas tada, kai tyrėjas siekia atskleisti tikrąsias tendencijas ar statistine tiesą, siekiant paruošti kuo objektyvesnes ir neasmenišką tyrimų ataskaitas (101). Šis tyrimo metodas leidžia statistiškai pažvelgti į sąsajas tarp suaugusiųjų psichikos sveikatos ir ją lemiančių aplinkos veiksnių, lyginant pagal amžių, lytį, išsilavinimą, šeiminių bei finansinę padėtį. Tyrimui naudotas instrumentas – klausimynas (1 priedas).

Klausimynas buvo sudarytas iš 4 dalių. Pirmąją klausimyno dalį sudarė DASS – 21 skalė. Ši skalė buvo sukurta 1995 metais Australijoje, tyrėjų Lovibond, P. F. ir Lovibond S. H., kuria siekiama įvertinti depresijos, nerimo bei streso išreikštumą (102). Klausimyną sudaro 21 klausimas,

suskirstytas į trys subskales po 7 klausimus, kurie yra vertinami nuo 0 balų (nėra simptomo) iki 3 balų (simptomas labai stipriai išreikštas). Kiekviena subskalė yra įvertinama sudedant teiginių įverčius ir padauginant juos iš dviejų. DASS – 21 skalės normatyvinės reikšmės pagal depresijos, nerimo ir streso lygius: depresijos išreikštumo lygis 0-9 balai → normalus; 10-13 balai → lengvas; 14-20 balai → vidutinis; 21-27 balai → sunkus; 28+ balai → labai sunkus. Nerimo išreikštumo lygis pagal balus: 0-7 balai → normalus; 8-9 balai → lengvas; 10-14 balai → vidutinis; 15-19 balai → sunkus; 20+ balai → labai sunkus. Streso išreikštumo lygis pagal balus: 0-14 balai → normalus, 15-18 balai → lengvas, 19-25 balai → vidutinis, 26-33 balai → sunkus; 34+ balai → labai sunkus (103). Antrąją klausimyno dalį sudarė PSO - 5 skalė. Tai PSO sukurta, trumpa 5 klausimų skalė, skirta įvertinti subjektyvią emocinę gerovę (104). Respondentai turi įvertinti, kaip jie jautėsi per pastarąsias dvi savaites. Atsakymai vertinami 0 – 5 balų skalėje, o bendras rezultatas konvertuojamas į skalę nuo 0 iki 100, kur žemesni balai gali rodyti prastesnę emocinę būseną. Trečioji klausimyno dalis buvo sudaryta iš klausimų apie fizinių, socialinių ir ekonominių aplinkos veiksnių poveikio vertinimą naudojant Likerto skalę. Respondentų buvo prašoma aplinkos veiksnių įvertinti nuo 1 balo (visiškai neveikia) iki 5 balų (labai stipriai veikia). Aplinkos veiksniai tolesnėje analizėje buvo vertinami kiekvienas atskirai ir bedruose fizinių, socialinių ir ekonominių veiksnių konstruktuose. Ketvirtoji klausimyno dalis buvo skirta bendrajai sociodemografiniai charakteristikai sužinoti, nurodant lytį, amžių, išsilavinimą, šeiminių padėčių, pajamas, gyvenamąją vietovę.

3.2 Tiriamųjų imtis

Reikalinga tyrimo imtis – 384 suaugusieji, apskaičiuoti pagal formulę, kuri nurodo mažiausią reikalingą imties dydį. Buvo pasirinkta 95 proc. tikimybė ir 5 proc. paklaida. Anketos buvo pildomos ir platinamos elektroniniu būdu. Viso užpildytų anketų buvo 401, teisingai užpildytos ir tyrimui tinkančios anketos buvo 393 (atsako dažnis 98 proc.).

Tiriamųjų įtraukimo kriterijai:

- Asmenys +18 amžiaus
- Asmenys, kurie sutinka dalyvauti tyrime ir kalba lietuviškai

Tiriamųjų atmetimo kriterijai:

- Asmenys nesutikę dalyvauti tyrime
- Neteisingai ar nepilnai užpildytos anketos

3.3 Tyrimo eiga

Parengus anketą buvo atliktas pilotinis tyrimas, kurio metu buvo apklausta 10 suaugusiųjų, norint išsiaiškinti ar anketos klausimai yra informatyvūs ir suprantami respondentams. Pilotinio tyrimo metu, į visus klausimus buvo atsakyta aiškiai, papildomų klausimų respondentams nekilo. Buvo padaryta išvada, kad klausimai yra aiškus ir suprantami, o klausimyną galima naudoti tolesnei tyrimo eigai. Klausimynas buvo sudarytas naudojantis „Google Forms“ apklausų programine įranga. Sudarytas klausimynas buvo platinamas socialinių tinklų pagalba. Tyrimas buvo vykdomas 2025 m. vasario – 2025 m. kovo mėnesiais.

3.4 Tyrimo etika

Tyrimas vykdytas laikantis etikos principų. Nebuvo pažeistos nė vieno tyrime dalyvaujančio asmens teisės. Visi tyrimo dalyviai buvo informuoti apie tyrimo eigą ir tikslą. Tyriamojo dalyvio pateikiami atsakymai buvo laikomi sutikimu dalyvauti tyrime. Tiriamųjų anonimiškumas buvo užtikrintas, nes pateiktoje apklausoje nereikėjo nurodyti vardo, pavardės ir kitų asmeninių, konfidencialių duomenų. Tiriamieji patys pildė klausimyną, taip išvengdami tyrėjo įtakos. Gauti tyrimo rezultatai buvo naudojami tik moksliniais tikslais ir apibendrintai.

3.5 Statistinių duomenų analizė

Statistinė duomenų analizė atlikta naudojant statistinės duomenų analizės „SPSS“ ir Microsoft Excel kompiuterines programas. Nagrinėjamų požymių pasiskirstymui pasirinktoje imtyje įvertinti taikyta aprašomoji duomenų statistika – absoliutūs (N) ir procentiniai dažniai (proc.). Aprašant intervalų skalės kintamuosius taikytas vidurkis (Vid.) ir jo standartinis nuokrypis (SN). Tikrinant duomenų normalumą naudoti Šapiro-Vilk ir Kolmogorovo Smirnov testai. Ieškant sąsajų tarp kintamųjų naudotas Spirmeno koreliacijos koeficientas (r). Jei $0 < |r| \leq 0,3$, dydžiai silpnai priklausomi, jei $0,3 < |r| \leq 0,7$, vidutiniškai priklausomi, jei $0,8 < |r| \leq 1$, stipriai priklausomi. Koreliacijos koeficientas bus teigiamas, kai vienam dydžiui didėjant, didės ir kitas, neigiamas – kai vienam dydžiui didėjant, kitas mažės. Lyginant vidutinius rangus tarp grupių, naudotas Mann-Whitney U ir Kruskal Valis testai. Visame darbe taikant statistinius testus naudotas 5% pasikliovimo lygmuo. Tikrinant klausimynų patikimumą, naudotas Cronbach Alfa koeficientas. Klausimynas buvo laikomas patikimu, jei Cronbach Alfa buvo didesnė nei 0,7 (1 lentelė). Visų klausimynų Cronbach Alfa įverčiai yra didesni nei 0,7, tai parodo labai gerą klausimynų patikimumą.

1 lentelė. Klausimynų patikimumas naudojant Cronbacho alfa koeficientą.

Patikimumo statistika		
Klausimynas	Cronbacho alfa	Klausimų skaičius
PSO - 5	0,884	5
DASS_21	0,932	21
DAS_S21_Depresijos išreikštumas	0,860	7
DASS_21_Nerimo išreikštumas	0,830	7
DASS_21_Streso išreikštumas	0,861	7
Fiziniai aplinkos veiksniai (konstruktas)	0,880	10
Socialiniai aplinkos veiksniai (konstruktas)	0,833	10
Ekonominiai aplinkos veiksniai (konstruktas)	0,909	7

4. TYRIMO REZULTATAI

4.1 Tyrimo dalyvių charakteristika

Tyrime dalyvavo 393 suaugusieji, iš kurių vyrus sudarė 38,2 proc. (n = 150), o moteris sudarė 61,8 proc. (n = 243). Pagal amžiaus grupių pasiskirstymą daugiausia atsakiusiųjų respondentų buvo 28 – 37 metų vyrų tarpe (44,0 proc., n = 66) ir 18 – 27 metų (37,0 proc., n = 90) bei 28 – 37 metų (28,0 proc., n = 68) moterų tarpe. Lyginant respondentes pagal šeiminių padėtį, tiek vyrų, tiek moterų tarpe daugiausia atsakiusiųjų respondentų buvo vedę arba ištekėjusios. Beveik pusė tyrime dalyvavusių moterų buvo įgijusios aukštąjį universitetinį išsilavinimą (43,2 proc., n = 105), vyrų tarpe aukštąjį universitetinį išsilavinimą įgijo mažiau nei ketvirtadalis respondentų (19,3 proc., n = 29). Pagal gyvenamosios vietos pasiskirstymą, tiek vyrų (67,3 proc., n = 101), tiek moterų (82,3 proc., n = 200) daugiau gyveno mieste negu kaime. Pagal vidutines mėnesines pajamas daugiau nei pusė (56 proc., n = 84) vyrų uždirba nuo 1200 e ir daugiau. Moterų tarpe nuo 1200 e ir daugiau uždirba mažiau nei pusė apklaustų respondenčių (43,2 proc., n = 105) (2 lentelė).

2 lentelė. *Tiriamųjų socialinė ir demografinė charakteristika, n (proc.).*

Charakteristika	Vyrai n = 150; (38,2 %)	Moterys n = 243; (61,8 %)	Iš viso (N = 393)
Amžius			
18 - 27 metų	25 (16,7)	90 (37,0)	115 (29,3)
28 - 37 metų	66 (44,0)	68 (28,0)	134 (34,1)
38 - 47 metų	38 (25,3)	38 (15,6)	76 (19,3)
48 - 57 metų	11 (7,3)	21 (8,6)	32 (8,1)
> 58 metų	10 (6,7)	26 (10,7)	36 (9,2)
Šeiminė padėtis			
Esu vienišas (-a)	31 (20,7)	72 (29,6)	103 (26,2)
Turiu partnerę (-į)	42 (28,0)	61 (25,1)	103 (26,2)
Esu vedęs/ ištekęjusi	57 (38,0)	95 (39,1)	152 (38,7)
Esu išsiskyręs(-usi)	20 (13,3)	15 (6,2)	35 (8,9)
Išsilavinimas			
Pradinis	15 (10,0)	6 (2,5)	21 (5,3)
Profesinis	28 (18,7)	23 (9,5)	51 (13,0)
Vidurinis	40 (26,7)	49 (20,2)	89 (22,6)
Aukštasis neuniversitetinis	38 (25,3)	60 (24,7)	98 (24,9)
Aukštasis universitetinis	29 (19,3)	105 (43,2)	134 (34,1)
Gyvenamoji vieta			
Kaimas	49 (32,7)	43 (17,7)	92 (23,4)
Miestas	101 (67,3)	200 (82,3)	301 (76,6)
Vidutinės mėnesinės pajamos			
Iki 800 eurų	34 (22,7)	69 (28,4)	103 (26,2)
801 - 1200 eurų	32 (21,3)	67 (27,6)	99 (25,2)
> 1201 eurų	84 (56,0)	105 (43,2)	189 (48,1)

4.2 Suaugusiųjų psichikos sveikatos vertinimas pagal socialdemografinius rodiklius

Siekiant įvertinti suaugusiųjų psichikos sveikatą, buvo naudojamosi DASS – 21 skale, kuri atskirai matuoja depresijos, nerimo ir streso išreikštumą bei PSO – 5 skale, kuri matuoja geros savijautos rodiklį. Gauti rezultatai parodė, kad bendras tiriamųjų depresijos išreikštumo vidurkis yra $11,69 \pm 8,88$ (SN), kas pagal vertinimo metodiką atitinka lengvą depresijos išreikštumo lygį tarp tiriamųjų. Tiriamųjų nerimo vidurkis buvo $11,01 \pm 8,54$, tai atitinka vidutinį nerimo išreikštumo lygį. Streso išreikštumo tarp tiriamųjų vidurkis $15,21 \pm 9,33$, kas atitinka lengvą streso išreikštumo lygį. Geros savijautos vidurkis sudarė $54,63 \pm 20,22$ balo tarp tiriamųjų, kas rodo, kad emocinė gerovė yra vidutiniška (3 lentelė).

3 lentelė. Tiriamųjų depresijos, nerimo, streso ir geros savijautos skalių balų vidurkiai, standartiniai nuokrypiai, medianos, mažiausios ir didžiausios reikšmės.

Skalė	Tiriamųjų skaičius (N)	Vidurkis (m)	Standartinis nuokrypis (SN)	Mediana (Md)	Mažiausia reikšmė (min)	Didžiausia reikšmė (max)
Depresija	393	11,69	8,88	10	0	42
Nerimas	393	11,01	8,54	10	0	42
Stresas	393	15,21	9,33	14	0	42
Geros savijautos rodiklis	393	54,63	20,22	56	0	100

Pastaba. Depresijos, nerimo, streso (DASS-21) skalės normatyvinės reikšmės. **Depresijos išreikštumo lygis pagal balus:** 0-9 balai → normalus; 10-13 balai → lengvas; 14-20 balai → vidutinis; 21-27 balai → sunkus; 28+ balai → labai sunkus. **Nerimo išreikštumo lygis pagal balus:** 0-7 balai → normalus; 8-9 balai → lengvas; 10-14 balai → vidutinis; 15-19 balai → sunkus; 20+ balai → labai sunkus. **Streso išreikštumo lygis pagal balus:** 0-14 balai → normalus, 15-18 balai → lengvas, 19-25 balai → vidutinis, 26-33 balai → sunkus; 34+ balai → labai sunkus.

Tyrimo metu taip pat siekta palyginti psichikos sveikatos rodiklius tarp sociodemografinių veiksnių. Kadangi duomenys nėra normaliai pasiskirstę, buvo taikytas neparametrinis Mann-Whitney U testas ir buvo lyginami vidutiniai kintamųjų rangai tarp grupių.

Žvelgiant į streso išreikštumo duomenis, pastebima, kad moterų vidutinis rangas yra aukštesnis nei vyrų, tai galima teigti, kad moterys patiria daugiau streso nei vyrai. Šis skirtumas yra statistiškai reikšmingas ($p < 0,05$), todėl galima teigti, kad pas moterys yra didesnis streso išreikštumas nei pas vyrus (4 lentelė).

4 lentelė. Tiriamųjų depresijos, nerimo, streso ir geros savijautos rangų palyginimai tarp vyrų ir moterų.

Skalė		N	Vidutinis rangas	Rangų suma	U	W	Z	p
Depresija	Vyrai	150	196,66	29499,00	18174,000	29499,000	-0,047	0,963
	Moterys	243	197,21	47922,00				
Nerimas	Vyrai	150	198,3	29745,00	18030,000	47676,000	-0,179	0,858
	Moterys	243	196,2	47676,00				
Stresas	Vyrai	150	176,35	26452,50	15127,500	26452,500	-2,839	0,005
	Moterys	243	209,75	50968,50				
Geros savijautos rodiklis	Vyrai	150	205,92	30888,00	16887,000	46533,000	-1,226	0,22
	Moterys	243	191,49	46533,00				

Pastaba. Paryškintu šriftu pažymėti statistiškai reikšmingi rodikliai tarp grupių; N – tyrimo dalyvių skaičius grupėje; U – Mann-Whitney kriterijaus balas; W – Wilcoxon rangų suma; Z – standartinis balas; p – reikšmingumo lygmuo

Lyginant psichikos sveikatos rodiklių pasiskirstymą tarp miesto ir kaimo gyventojų taip pat buvo naudojamas Mann-Whitney U testas. Reikšmingų statistinių skirtumų tarp šių dviejų grupių nebuvo rasta ($p > 0,05$) (5 lentelė).

5 lentelė. *Tiriamųjų depresijos, nerimo, streso ir geros savijautos rangų palyginimai tarp miesto ir kaimo gyventojų.*

Skalė		N	Mean rank	Sum of Ranks	U	W	Z	p
Depresija	Miestas	301	198,10	59629,50	13513,500	17791,500	-0,350	0,727
	Kaimas	92	193,39	17791,50				
Nerimas	Miestas	301	197,93	59577,00	13566,000	17844,000	-0,295	0,768
	Kaimas	92	193,96	17844,00				
Stresas	Miestas	301	202,96	61090,50	12052,500	16330,500	-1,886	0,059
	Kaimas	92	177,51	16330,50				
Geros savijautos rodiklis	Miestas	301	191,01	57493,00	12042,000	57493,000	-1,897	0,058
	Kaimas	92	216,61	19928,00				

Pastaba. Paryškintu šriftu pažymėti statistiškai reikšmingi rodikliai tarp grupių.; N – tyrimo dalyvių skaičius grupėje; Mean ranks – vidutiniai rangai; Sum of ranks – vidutinių rangų suma; U – Mann-Whitney kriterijaus balas; W – Wilcoxon rangų suma; Z – standartinis balas; p – reikšmingumo lygmuo.

Analizuojant psichikos sveikatos rodiklių pasiskirstymą tarp skirtingų šeiminės padėties grupių (6 lentelė), buvo naudotas neparametrinis Kruskal-Wallis testas, kadangi duomenys nėra normaliai pasiskirstę. Analizė metu buvo lyginami vidutiniai rangai tarp grupių. Taikant Kruskal-Wallis testą nagrinėjamiems duomenims, pastebėta, kad statistiškai reikšmingi skirtumai ($p < 0,05$) yra nustatyti pagal depresijos ($p < 0,001$), nerimo ($p = 0,016$), streso ($p = 0,001$) ir geros savijautos ($p = 0,004$) rodiklius. Todėl toliau buvo atlikta Dunn post-hoc analizė su Bonferroni korekcija, siekiant nustatyti, tarp kurių konkrečiai šeiminės padėties grupių egzistuoja reikšmingi skirtumai (7 lentelė).

6 lentelė. *Psichikos sveikatos rodiklių pasiskirstymas tarp skirtingų šeiminės padėties grupių.*

Skalė	Grupė	Tiriamųjų skaičius (N)	Vidutinis rangas	Kruskal-Wallis H	p
Depresija	Esu vienišas (-a)	103	235,26	22,954	<0,001
	Turiu partnerį (-ę)	103	192,71		
	Esu vedęs/ištekėjusi	152	168,6		
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	220,39		
Nerimas	Esu vienišas (-a)	103	222,11	10,311	0,016
	Turiu partnerį (-ę)	103	202,41		
	Esu vedęs/ištekėjusi	152	176,46		

	Esu išsiskyręs (-usi)	35	196,37		
Stresas	Esu vienišas (-a)	103	223,71	15,977	0,001
	Turiu partnerį (-ę)	103	213,2		
	Esu vedęs/ištekėjusi	152	172,93		
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	175,27		
Geros savijautos rodiklis	Esu vienišas (-a)	103	223,71	13,102	0,004
	Turiu partnerį (-ę)	103	213,2		
	Esu vedęs/ištekėjusi	152	172,93		
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	175,27		

Nagrinėjant depresijos išreikštumą tarp šeiminės padėties grupių pastebėta, kad depresija yra statistiškai reikšmingai labiau išreikšta pas vienišus asmenis nei pas turinčius partnerį ar gyvenančius santuokoje asmenis ($p < 0,05$) (7 lentelė). Nagrinėjant streso išreikštumą tarp šeiminės padėties grupių pastebėta, kad stresas yra statistiškai reikšmingai labiau išreikštas pas vienišus ar turinčių partnerį asmenis, nei pas gyvenančius santuokoje ($p < 0,05$). Nagrinėjant nerimo išreikštumą tarp šeiminės padėties grupių pastebėta, kad nerimas yra statistiškai reikšmingai labiau išreikštas pas vienišus asmenis, nei pas gyvenančius santuokoje. Nagrinėjant savijautą tarp šeiminės padėties grupių pastebėta, kad savijauta yra statistiškai reikšmingai geresnė pas gyvenančius santuokoje, nei vienišus asmenis ($p < 0,05$).

7 lentelė. Depresijos, nerimo, streso ir geros savijautos rodiklio išreikšumo palyginimas tarp šeiminės padėties grupių.

	Grupės palyginimas	Z	Ne koreguota p reikšmė	Koreguota p reikšmė (Bonferroni)
Depresija	0 – 1	2,696	0,007	0,042
	0 – 2	4,612	0,00	0,000
	1 – 2	1,668	0,095	0,578
	0 – 3	0,671	0,502	1,00
	1 – 3	-1,249	0,212	1,00
	2 – 3	-2,439	0,015	0,088
Nerimas	0 – 1	0,666	0,506	1,00
	0 – 2	3,512	0,00	0,003
	1 – 2	2,785	0,005	0,032
	0 – 3	2,185	0,029	0,173
	1 – 3	1,711	0,087	0,523
	2 – 3	-0,11	0,912	1,00
Stresas	0 – 1	0,666	0,506	1,00
	0 – 2	3,512	0,00	0,003
	1 – 2	2,785	0,005	0,032

Gera savijauta	0 – 3	2,185	0,029	0,173
	1 – 3	1,711	0,087	0,523
	2 – 3	-0,11	0,912	1,00
	0 – 1	-0,986	0,324	1,00
	0 – 2	-3,456	0,001	0,003
	1 – 2	-2,38	0,017	0,104
	0 – 3	-1,144	0,253	1,00
	1 – 3	-0,442	0,659	1,00
	2 – 3	1,159	0,246	1,00

Pastaba. Nurodytos grupės: 0 – Esu vienišas (-a); 1 – Turiu partner (-ę); 2 – Esu vedęs/ištekėjusi; 3 – Esu išsiskyręs (-usi); Z – reikšmė, nurodanti kiek didelis skirtumas tarp grupių pagal rangus, p – reikšmingumo lygmuo.

Nagrinėjant psichikos sveikatos rodiklių pasiskirstymą pagal asmens uždirbamas pajamas ir atlikus Kruskal – Wallis testą, pastebėtas statistiškai reikšmingas skirtumas ($p < 0,05$) pagal depresijos, nerimo ir streso išreikštumo vertinimus (8 lentelė). Todėl toliau buvo atlikta Dunn post-hoc analizė su Bonferroni korekcija, siekiant nustatyti, tarp kurių pajamų grupių egzistuoja reikšmingi skirtumai (9 lentelė).

8 lentelė. Psichikos sveikatos rodiklių pasiskirstymas tarp asmens uždirbamų pajamų.

Skalė	Pajamų grupė	Tiriamųjų skaičius (N)	Vidutinis rangas	Kruskal - Wallis H	P
Depresija	<800 e	103	225,75	10,088	0,006
	801 - 1200 e	99	190,71		
	> 1201 e	189	182,56		
Nerimas	<800 e	103	229,47	15,692	<0,000
	801 - 1200 e	99	200,78		
	> 1201 e	189	175,25		
Stresas	<800 e	103	223,86	8,561	0,014
	801 - 1200 e	99	184,83		
	> 1201 e	189	186,67		
Geros savijautos rodiklis	<800 e	103	192,42	1,172	0,555
	801 - 1200 e	99	206,62		
	> 1201 e	189	192,39		

Iš apskaičiuotų duomenų (9 lentelė) pastebima, kad depresija yra statistiškai reikšmingai labiau išreikšta pas uždirbančius iki 800 eurų, nei pas uždirbančius daugiau kitose dviejose grupėse. Tarp uždirbančių nuo 801 e iki 1200 e ir uždirbančių daugiau nei 1200 e statistiškai reikšmingo skirtumo nenustatyta. Nagrinėjant nerimo išreikštumą pastebėta, kad nerimas yra statistiškai reikšmingai labiau išreikštas pas uždirbančius iki 800 e, nei pas uždirbančius daugiau nei 1200 e. Nagrinėjant streso išreikštumą pastebėta, kad žmonės su pajamomis iki 800 eurų patiria statistiškai reikšmingai daugiau streso nei uždirbantys ≥ 801 eurų. Tarp 801 – 1200 e ir >1201 e gaunamų

pajamų grupių skirtumo nenustatyta. Asmenys kurie gauna pajamas < 800 e patiria didesnę depresijos, nerimo ir streso lygį. Svarbiausi statistiškai reikšmingi skirtumai matomi tarp žemiausios (0) ir aukščiausios (2) pajamų grupės.

9 lentelė. Depresijos, nerimo ir streso išreikštumas tarp asmenų pajamų grupių.

	Grupių palyginimas	Z	Ne koreguota p reikšmė	Koreguota p reikšmė (Bonferroni)
Depresijos išreikštumas	0 - 2	3,13	0,0009	0,003
	0 - 1	2,21	0,0136	0,041
	2 - 1	-0,583	0,28	0,84
Nerimo išreikštumas	0 - 2	3,93	0	0,0001
	0 - 1	1,81	0,0352	0,106
	2 - 1	-1,83	0,0338	0,102
Streso išreikštumas	0 - 2	2,69	0,0035	0,011
	0 - 1	2,46	0,0069	0,021
	2 - 1	0,131	0,448	1

Pastaba. Nurodytos grupės pajamos: 0 → < 800 eurų; 1 → 801 – 1201 eurų; 2 → >1201 eurų; Z - reikšmė, nurodanti kiek didelis skirtumas tarp grupių pagal rangus (9 lentelė), p – reikšmingumo lygmuo.

Nagrinėjant psichikos sveikatos rodiklių pasiskirstymą pagal amžiaus grupes ir atlikus Kruskal – Wallis testą, pastebėtas statistiškai reikšmingas skirtumas ($p < 0,05$) pagal nerimo, streso ir geros savijautos rodiklius (10 lentelė). Todėl toliau buvo atlikta Dunn post-hoc analizė su Bonferroni korekcija, siekiant nustatyti, tarp kurių amžiaus grupių egzistuoja reikšmingi skirtumai (11 lentelė).

10 lentelė. Psichikos sveikatos rodiklių pasiskirstymas tarp amžiaus grupių.

Skalė	Amžiaus grupė	Tiriamųjų skaičius	Vidutinis rangas	Kruskal-Wallis H	P
Depresijos išreikštumas	18 - 27 m.	115	216,12	8,661	0,07
	28 - 37 m.	134	197,71		
	38 - 47 m.	76	195,11		
	48 - 57 m.	40	168,25		
	58 + m.	28	161,3		
Nerimo išreikštumas	18 - 27 m.	115	231,94	18,221	0,001
	28 - 37 m.	134	193,21		
	38 - 47 m.	76	178,47		
	48 - 57 m.	40	166,16		
	58 + m.	28	165,96		
Streso išreikštumas	18 - 27 m.	115	234,19	21,233	<0,001
	28 - 37 m.	134	194,74		
	38 - 47 m.	76	173,63		
	48 - 57 m.	40	163,06		

	58 + m.	28	166,98		
Geros savijautos rodiklis	18 - 27 m.	115	173,62	15,522	0,004
	28 - 37 m.	134	187,67		
	38 - 47 m.	76	214,68		
	48 - 57 m.	40	230,74		
	58 + m.	28	241,48		

Nerimas statistiškai reikšmingai labiau išreikštas 18 – 27 metų amžiaus grupėje lyginant su visomis kitomis amžiaus grupėmis. Stresas statistiškai reikšmingai labiau išreikštas 18 – 27 metų amžiaus grupėje, lyginant su visomis kitomis amžiaus grupėmis. Vyresnės amžiaus grupės (ypač 48–57 m. ir 58+ m.) turi gerokai aukštesnį geros savijautos įvertinimą nei jauniausia amžiaus grupė (18–27 m.) (11 lentelė).

11 lentelė. Nerimo, streso ir geros savijautos išreikštumas tarp asmenų amžiaus grupių.

	Grupių palyginimas	Z	Ne koreguota p reikšmė	Koreguota p reikšmė (Bonferroni)
Nerimas	0 - 1	2,69	0,0036	0,0355
	0 - 2	3,2	0,0007	0,007
	1 - 2	0,91	0,182	1,00
	0 - 3	3,17	0,0008	0,0077
	1 - 3	1,33	0,0924	0,924
	2 - 3	0,56	0,289	1,00
	0 - 4	2,77	0,0028	0,0284
	1 - 4	1,16	0,123	1,00
	2 - 4	0,5	0,309	1,00
	3 - 4	0,01	0,01	1,00
Stresas	0 - 1	2,74	0,0031	0,0308
	0 - 2	3,62	0,0001	0,0015
	1 - 2	1,3	0,0972	0,972
	0 - 3	3,42	0,0003	0,0031
	1 - 3	1,55	0,0603	0,604
	2 - 3	0,48	0,317	1,00
	0 - 4	2,82	0,0024	0,0244
	1 - 4	1,18	0,119	1,00
	2 - 4	0,27	0,395	1,00
	3 - 4	-0,14	0,444	1,00
Geros savijautos rodiklis	0 - 1	-0,98	0,165	1,00
	0 - 2	-2,45	0,0071	0,0711
	1 - 2	-1,66	0,0484	0,484
	0 - 3	-2,75	0,003	0,0301
	1 - 3	-2,11	0,0174	0,174
	2 - 3	-0,73	0,234	1

0 - 4	-2,84	0,022	0,0224
1 - 4	-2,29	0,0111	0,111
2 - 4	-1,07	0,142	1
3 - 4	-0,39	0,35	1

Pastaba. Nurodytos amžiaus grupės: 0 → 18 – 27 amžiaus grupė; 1 → 28 – 37 amžiaus grupė; 2 → 38 – 47 amžiaus grupė; 3 → 48 – 57 amžiaus grupė; 4 → 58+ amžiaus grupė; Z – reikšmė, nurodanti kiek didelis skirtumas tarp grupių pagal rangus, p – reikšmingumo lygmuo.

Nagrinėjant psichikos sveikatos rodiklių pasiskirstymą pagal išsilavinimo lygį ir atlikus Kruskal – Wallis testą, pastebėtas statistiškai reikšmingas skirtumas ($p < 0,05$) pagal depresijos ir nerimo išreikštumą (12 lentelė). Todėl toliau buvo atlikta Dunn post-hoc analizė su Bonferroni korekcija, siekiant nustatyti, tarp kurio išsilavinimo lygio egzistuoja reikšmingi skirtumai (13 lentelė).

12 lentelė. *Psichikos sveikatos rodiklių pasiskirstymas tarp išsilavinimo.*

Skalė	Išsilavinimas	Tiriamųjų skaičius (N)	Mean Ranks	Kruskal- Wallis H	df	p
Depresijos išreikštumas	Pradinis	21	219,69	14,377	4	0,006
	Vidurinis	51	175,92			
	Profesinis	89	231,39			
	Aukštasis neuniversitetinis	98	197,13			
	Aukštasis universitetinis	134	178,53			
Nerimo išreikštumas	Pradinis	21	230,67	15,632	4	0,004
	Vidurinis	51	181,34			
	Profesinis	89	232,84			
	Aukštasis neuniversitetinis	98	190,65			
	Aukštasis universitetinis	134	178,53			
Streso išreikštumas	Pradinis	21	190,24	7,834	4	0,098
	Vidurinis	51	161,12			
	Profesinis	89	216,3			
	Aukštasis neuniversitetinis	98	196,37			
	Aukštasis universitetinis	134	199,36			
Geros savijautos rodiklis	Pradinis	21	210,55	4,746	4	0,314
	Vidurinis	51	205,95			
	Profesinis	89	175,38			
	Aukštasis neuniversitetinis	98	207,7			
	Aukštasis universitetinis	134	198,01			

Pastaba. N – tyrimo dalyvių, atsakiusių į klausimą, skaičius; Mean Ranks – vidutinis rangas; df – laisvės laipsniai; p – reikšmingumo lygmuo.

Respondentai su profesiniu išsilavinimu turi statistiškai reikšmingą didesnę depresijos išreikštumą, nei respondentai su viduriniu ir aukštuoju universitetiniu išsilavinimu. Profesinį išsilavinimą turintys asmenys turi statistiškai didesnę nerimo išreikštumą nei respondentai su aukštuoju universitetiniu išsilavinimu ir viduriniu išsilavinimu (13 lentelė).

13 lentelė. Depresijos ir nerimo išreikštumo palyginimas tarp išsilavinimo lygio.

	Grupių palyginimas	Z	Ne koreguota p reikšmė	Koreguota p reikšmė (Bonferroni)
Depresijos išreikštumas	3 - 4	1,24	0,108	1,00
	3 - 0	-0,282	0,204	1,00
	4 - 0	-1,55	0,0608	0,608
	3 - 2	-2,06	0,0194	0,194
	4 - 2	-3,41	0,0003	0,0032
	0 - 2	-0,426	0,335	1,00
	3 - 1	1,08	0,139	1,00
	4 - 1	0,14	0,444	1,00
	0 - 1	1,49	0,0681	0,681
	2 - 1	2,79	0,0026	0,0265
Nerimo išreikštumas	3 - 4	0,806	0,21	1,00
	3 - 0	-1,47	0,0707	0,708
	4 - 0	-1,96	0,0248	0,248
	3 - 2	-2,54	0,0055	0,0546
	4 - 2	-3,51	0,0002	0,0023
	0 - 2	-0,079	0,468	1,00
	3 - 1	0,476	0,317	1,00
	4 - 1	-0,151	0,44	1,00
	0 - 1	1,68	0,0464	0,464
	2 - 1	2,59	0,0048	0,0479

Pastaba. Nurodytas išsilavinimo lygis: 0 → pradinis; 1 → vidurinis; 2 → profesinis; 3 → aukštasis neuniversitetinis; 4 → aukštasis universitetinis; Z – reikšmė, nurodanti kiek didelis skirtumas tarp grupių pagal rangus, p – reikšmingumo lygmuo.

4.3 Aplinkos veiksnių poveikio suaugusiųjų tarpe vertinimas ir palyginimas tarp socialdemografinių veiksnių

Antram uždaviniui pasiekti, buvo atliktas aplinkos veiksnių poveikio vertinimas. Matoma, kad tiek vidurkis, tiek mediana yra didžiausia ekonominių aplinkos veiksnių $3,34 \pm 1,00$. Fizinių ir socialinių aplinkos veiksnių poveikis yra vienodas pagal vidurkį ir medianą. Galima teigti, kad suaugusieji labiausiai veikiami yra ekonominių aplinkos veiksnių (14 lentelė).

14 lentelė. Aplinkos veiksnių skalių vidurkiai, standartiniai nuokrypiai, medianos, didžiausios ir mažiausios reikšmės.

Skalė	Tiriamųjų skaičius (N)	Vidurkis (m)	Standartinis nuokrypis (SN)	Mediana (Md)	Mažiausia reikšmė (min)	Didžiausia reikšmė (max)
Fiziniai aplinkos veiksniai	393	3,01	0,85	3	1	5
Socialiniai aplinkos veiksniai	393	3,01	0,74	3	1	5
Ekonominiai aplinkos veiksniai	393	3,34	1,00	3,43	1	5

Atliekant bendrą aplinkos veiksnių palyginimą tarp lyties, buvo naudotas Mann – Whitney U testas ir buvo lyginami vidutiniai rangai. Pastebėta, kad visų aplinkos veiksnių įtaka yra didesnė moterims nei vyrams, ir tai yra statistiškai reikšminga ($p < 0,001$) (15 lentelė).

15 lentelė. Bendras aplinkos veiksnių palyginimas tarp vyrų ir moterų.

Veiksnys	Lytis	N	Vidutiniai rangai	Rangų suma	U	W	Z	p
Fiziniai aplinkos veiksniai	Vyrai	150	171,23	25684,00	14359,000	25684,000	-3,537	<0,001
	Moterys	243	212,91	51737,00				
Socialiniai aplinkos veiksniai	Vyrai	150	158,11	23717,00	12392,000	23717,000	-5,338	<0,001
	Moterys	243	221,00	53704,00				
Ekonominiai aplinkos veiksniai	Vyrai	150	154,85	23228,00	11903,000	23228,000	-5,786	<0,001
	Moterys	243	223,02	54193,00				

Pastaba. Paryškintu šriftu pažymėti statistiškai reikšmingi rodikliai tarp grupių.; N – tyrimo dalyvių skaičius grupėje; U – Mann-Whitney kriterijaus balas; W - Wilcoxon rangų suma; Z – standartinis balas; p – reikšmingumo lygmuo

Anlizuojant konkrečių fizinių aplinkos veiksnių poveikį tarp lyčių, buvo pastebėta, kad moterys statistiškai reikšmingai labiau vertino žaliųjų vietų prieinamumą ($p < 0,05$), geriamojo vandens kokybę ($p < 0,05$), temperatūros pokyčius ($p < 0,05$), saulėtas dienas ($p < 0,05$), būsto kokybę ($p < 0,05$) ir gatvių apšvietimą ($p < 0,05$) negu vyrai (16 lentelė)

16 lentelė. Fizinį aplinkos veiksnių pasiskirstymas tarp vyrų ir moterų.

Fizinis aplinkos veiksnys	Lytis	N	Mean rank	Sum of Ranks	U	W	Z	p
Triukšmas	Vyrai	150	186,62	27993,00	16668,000	27993,000	-1,465	0,143
	Moterys	243	203,41	49428,00				
Urbanizacija	Vyrai	150	208,72	31308,00	16467,000	46113,000	-1,667	0,095
	Moterys	243	189,77	46113,00				
Žaliųjų vietų prieinamumas	Vyrai	150	181,74	27261,50	15936,500	27261,500	-2,15	0,032
	Moterys	243	206,42	50159,50				
Klimato kaita	Vyrai	150	186,32	27948,00	16623,000	27948,000	-1,511	0,131
	Moterys	243	203,59	49473,00				
Oro tarša	Vyrai	150	184,21	27631,50	16306,500	27631,500	-1,803	0,071
	Moterys	243	204,9	49789,50				
Geriamojo vandens kokybė	Vyrai	150	182,38	27356,50	16031,500	27356,500	-2,055	0,04
	Moterys	243	206,03	50064,50				
Temperatūros pokyčiai	Vyrai	150	164,77	24716,0	13391,000	24716,000	-4,561	0,001
	Moterys	243	216,89	52705,0				
Sulėtos dienos	Vyrai	150	156,48	23471,5	12146,500	23471,500	-5,715	0,001
	Moterys	243	222,01	53949,5				
Būsto kokybė	Vyrai	150	154,42	23163,00	11838,000	23163,000	-5,997	0,001
	Moterys	243	223,28	54258,00				
Gatvių apšvietimas	Vyrai	150	176,39	26458,00	15133,000	26458,000	-2,904	0,004
	Moterys	243	209,72	50963,00				

Pastaba. Paryškintu šriftu pažymėti statistiškai reikšmingi rodikliai tarp grupių; N – tyrimo dalyvių skaičius grupėje; Mean rank – vidutiniai rangai; Sum of ranks – vidutinių rangų suma; U – Mann-Whitney kriterijaus balas; W – Wilcoxon rangų suma; Z – standartinis balas; p – reikšmingumo lygmuo

Anlizuojant konkrečių socialinių aplinkos veiksnių poveikį tarp lyčių, buvo pastebėta, kad moterys statistiškai reikšmingai labiau vertino santykius su šeima ($p < 0,05$), darbo/studijų atmosferą

($p < 0,05$), sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumą ($p < 0,05$), bendruomenės saugumo jausmą ($p < 0,05$), kibernetinį saugumą ($p < 0,05$) bei karą Ukrainoje ($p < 0,05$). Gyventojų migracija iš kaimų į miestus buvo statistiškai reikšmingiau įvertinta vyrų nei moterų (17 lentelė).

17 lentelė. Socialinių aplinkos veiksnių pasiskirstymas tarp vyrų ir moterų.

Socialinis aplinkos veiksnys	Lytis	N	Mean rank	Sum of Ranks	U	W	Z	p
Santykiai su šeima	Vyrai	150	147,52	22128,50	10803,500	22128,500	-7,131	<0,001
	Moterys	243	227,54	55292,50				
Darbo/Studijų atmosfera	Vyrai	150	141,58	21237,50	9912,500	21237,500	-7,87	<0,001
	Moterys	243	231,21	56183,50				
Sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumas	Vyrai	150	152,49	22874,00	11549,000	22874,000	-6,315	<0,001
	Moterys	243	224,47	54547,00				
Bendruomenės saugumo jausmas	Vyrai	150	153,89	23084,00	11759,000	23084,000	-6,102	<0,001
	Moterys	243	223,61	54337,00				
Socialinių tinklų reklamos	Vyrai	150	194,17	29125,50	17800,500	29125,000	-0,402	0,688
	Moterys	243	198,75	48295,50				
Gyventojų migracija iš kitų valstybių	Vyrai	150	202,9	30435,00	17340,000	46986,000	-0,838	0,402
	Moterys	243	193,36	46986,00				
Gyventojų migracija iš kaimų į miestus	Vyrai	150	211,48	31721,50	16053,500	45699,500	-2,071	0,038
	Moterys	243	188,06	45699,50				
Skaitmeninių technologijų vystymasis	Vyrai	150	189,21	28381,50	17056,500	28381,500	-1,108	0,268
	Moterys	243	201,81	49039,50				
Kibernetinis saugumas	Vyrai	150	170,94	25641,00	14316,000	25641,000	-3,69	<0,001
	Moterys	243	213,09	51780,00				
Karas Ukrainoje	Vyrai	150	178,26	26739,50	15414,500	26729,500	-2,64	0,008
	Moterys	243	208,57	50681,50				

Pastaba. Paryškintu šriftu pažymėti statistiškai reikšmingi rodikliai tarp grupių.; N – tyrimo dalyvių skaičius grupėje; Mean rank – vidutiniai rangai; Sum of ranks – vidutinių rangų suma; U – Mann-Whitney kriterijaus balas; W – Wilcoxon rangų suma; Z – standartinis balas; p – reikšmingumo lygmuo

Analizuojant konkrečių ekonominių aplinkos veiksnių poveikį tarp lyčių, pastebėta, kad visus nagrinėtus ekonominius aplinkos veiksnius statistiškai reikšmingai ($p < 0,05$) labiau vertino moterys nei vyrai (18 lentelė).

18 lentelė. *Ekonominių aplinkos veiksnių pasiskirstymas tarp vyrų ir moterų.*

Ekonominis aplinkos veiksnys	Lytis	N	Mean rank	Sum of Ranks	U	W	Z	p
Gaunamos pajamos	Vyrai	150	160,5	24075,50	12750,500	24075,500	- 5,206	<0,001
	Moterys	243	219,53	53345,50				
Prekių kainų augimas	Vyrai	150	150,3	22545,00	11220,000	22545,000	- 6,609	<0,001
	Moterys	243	225,83	54876,00				
Nekilnojamojo turto brangimas	Vyrai	150	173,68	26052,00	14727,000	26052,000	- 3,277	0,001
	Moterys	243	211,4	51369,00				
Darbo rinkos būklė	Vyrai	150	171,51	25726,00	14401,000	25726,000	- 3,578	<0,001
	Moterys	243	212,74	51695,00				
Energetikos kainų didėjimas	Vyrai	150	160,43	24064,00	1273,000	24064,000	- 3,277	0,001
	Moterys	243	219,58	53357,00				
Ekonominė nelygybė	Vyrai	150	171,93	25789,00	14464,000	25789,000	- 3,534	<0,001
	Moterys	243	212,48	51632,00				
Maisto kainų augimas kavinėse	Vyrai	150	160,44	24066,5	12741,500	24066,500	- 5,157	<0,001
	Moterys	243	219,57	53354,5				

Pastaba. Paryškintu šriftu pažymėti statistiškai reikšmingi rodikliai tarp grupių.; N – tyrimo dalyvių skaičius grupėje; Mean rank – vidutiniai rangai; Sum of ranks – vidutinių rangų suma; U – Mann-Whitney kriterijaus balas; W – Wilcoxon rangų suma; Z – standartinis balas; p – reikšmingumo lygmuo

Atliekant bendrą aplinkos veiksnių palyginimą tarp gyvenamosios vietos pagal vidutinius rangus, nebuvo rasta statistiškai reikšmingų skirtumų ($p > 0,05$) (19 lentelė) tarp gyvenamosios vietos.

19 lentelė. *Bendras aplinkos veiksnių palyginimas tarp kaimo ir miesto.*

Aplinkos veiksnys	Gyv. v.	N	Mean rank	Sum of Ranks	U	W	Z	p
Fiziniai aplinkos veiksniai	Miestas	301	198,24	59669,00	13474,000	17752,000	-0,39	0,696
	Kaimas	92	192,96	17752,00				
Socialiniai aplinkos veiksniai bendri	Miestas	301	196,48	59140,50	13689,500	59140,500	-0,164	0,869
	Kaimas	92	198,7	18280,50				
Ekonominiai aplinkos veiksniai	Miestas	301	199,23	59968,00	13174,000	17453,000	-0,705	0,481
	Kaimas	92	189,71	17453,00				

Pastaba. Paryškintu šriftu pažymėti statistiškai reikšmingi rodikliai tarp grupių.; N – tyrimo dalyvių skaičius grupėje; Mean rank – vidutiniai rangai; Sum of ranks – vidutinių rangų suma; U – Mann-Whitney kriterijaus balas; W – Wilcoxon rangų suma; Z – standartinis balas; p – reikšmingumo lygmuo

Analizuojant fizinių aplinkos veiksnių vertinimus pagal gyvenamąją vietą nustatyta, kad dauguma veiksnių buvo vertinami panašiai tiek miesto, tiek kaimo gyventojų. Tačiau, trys veiksniai – saulėtos dienos, būsto kokybė ir gatvių apšvietimas – buvo statistiškai reikšmingai aukščiau įvertinti mieste gyvenančių respondentų negu kaime gyvenančių ($p < 0,05$).

20 lentelė. *Fizinių aplinkos veiksnių pasiskirstymas tarp miesto ir kaimo gyventojų.*

Fizinis aplinkos veiksnys	Gyvenamoji vieta	N	Mean rank	Sum of Ranks	U	W	Z	p
Triukšmas	Miestas	301	193,37	58204,50	12753,500	58204,500	-1,18	0,238
	Kaimas	92	208,88	19216,50				
Urbanizacija	Miestas	301	193,01	58096,00	12645,000	58096,000	-1,307	0,191
	Kaimas	92	210,05	19325,00				
Žaliųjų vietų prieinamumas	Miestas	301	194,9	58665,00	13214,000	58665,000	-0,681	0,496
	Kaimas	92	203,87	18756,00				
Klimato kaita	Miestas	301	194,03	58403,00	12952,000	58403,000	-0,967	0,333
	Kaimas	92	206,72	19018,00				
Oro tarša	Miestas	301	197,38	59411,50	13731,500	18009,500	-0,123	0,902
	Kaimas	92	195,76	18009,50				
Geriamojo vandens kokybė	Miestas	301	199,28	59982,00	13161,000	17439,000	-0,736	0,462
	Kaimas	92	189,55	17439,00				
Temperatūros pokyčiai	Miestas	301	199,43	59982,0	13115,000	17393,000	-0,791	0,429
	Kaimas	92	189,05	17439,0				
Sulėtos dienos	Miestas	301	206,39	62122,00	11021,000	15299,000	-3,047	0,002
	Kaimas	92	166,29	15299,00				
Būsto kokybė	Miestas	301	203,71	61316,00	11827,000	16105,000	-2,175	0,03
	Kaimas	92	175,05	16105,00				
Gatvių apšvietimas	Miestas	301	206,66	62204,50	10938,500	15216,500	-3,133	0,002
	Kaimas	92	165,4	15216,50				

Pastaba. Paryškintu šriftu pažymėti statistiškai reikšmingi rodikliai tarp grupių.; N – tyrimo dalyvių skaičius grupėje; Mean rank – vidutiniai rangai; Sum of ranks – vidutinių rangų suma; U – Mann-Whitney kriterijaus balas; W – Wilcoxon rangų suma; Z – standartinis balas; p – reikšmingumo lygmuo

Nagrinėjant socialinių veiksnių vertinimus pagal gyvenamąją vietą, pastebėta, kad bedruomenės saugumo jausmą statistiškai reikšmingai ($p < 0,05$) vertino mieste gyvenantys asmenys, o socialinių tinklų reklamų poveikį ir gyventojų migraciją iš kaimų į miestus, statistiškai reikšmingai ($p < 0,05$) vertino kaime gyvenantys respondentai (21 lentelė).

21 lentelė. Socialinių aplinkos veiksnių pasiskirstymas tarp miesto ir kaimo gyventojų.

Pastaba. Paryškintu šriftu pažymėti statistiškai reikšmingi rodikliai tarp grupių.; N – tyrimo dalyvių skaičius grupėje; Mean rank –

Socialinis aplinkos veiksnys	Gyvenamoji vieta	N	Mean rank	Sum of Ranks	U	W	Z	p
Santykiai su šeima	Miestas	301	196,37	59106,50	13655,500	59106,500	-0,21	0,834
	Kaimas	92	199,07	18314,50				
Darbo/Studijų atmosfera	Miestas	301	200,92	60477,00	12666,000	16944,000	-1,282	0,200
	Kaimas	92	184,17	16944,00				
Sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumas	Miestas	301	198,73	59819,00	13324,000	17602,000	-0,567	0,571
	Kaimas	92	191,33	17602,00				
Bendruomenės saugumo jausmas	Miestas	301	203,86	61362,00	11781,000	16059,000	-2,236	0,025
	Kaimas	92	174,55	16059,00				
Socialinių tinklų reklamos	Miestas	301	190,49	57338,00	11887,000	57338,000	-2,129	0,033
	Kaimas	92	218,29	20083,00				
Gyventojų migracija iš kitų valstybių	Miestas	301	194,56	58562,50	13111,500	58562,500	-0,798	0,425
	Kaimas	92	204,98	18858,50				
Gyventojų migracija iš kaimų į miestus	Miestas	301	190,1	5722,00	11769,000	57220,000	-2,272	0,023
	Kaimas	92	219,58	20201,00				
Skaitmeninių technologijų vystymasis	Miestas	301	196,64	59190,00	13739,000	59190,000	-0,116	0,907
	Kaimas	92	198,16	18231,00				
Kibernetinis saugumas	Miestas	301	196,92	59274,00	13823,000	59274,000	-0,025	0,980
	Kaimas	92	197,25	18147,00				
Karas Ukrainoje	Miestas	301	201,44	60632,00	12511,000	16789,000	-1,439	0,150
	Kaimas	92	182,49	16789,00				

vidutiniai rangai; Sum of ranks – vidutinių rangų suma; U – Mann-Whitney kriterijaus balas; W – Wilcoxon rangų suma; Z – standartinis balas; p – reikšmingumo lygmuo

Nagrinėjant atskirų ekonominių veiksnių poveikį miesto ir kaimo gyventojams, statistiškai reikšmingų skirtumų nebuvo nustatyta, visi nagrinėti aplinkos veiksniai buvo vertinti statistiškai nereikšmingais ($p > 0,05$) (22 lentelė).

22 lentelė. Ekonominių aplinkos veiksnių palyginimas tarp miesto ir kaimo gyventojų.

Ekonominis aplinkos veiksnys	Gyvenamoji vieta	N	Mean rank	Sum of Ranks	U	W	Z	p
Gaunamos pajamos	Miestas	301	194,21	58458,00	13007,000	58458,000	-	0,360
	Kaimas	92	206,12	18963,00				
Prekių kainų augimas	Miestas	301	199,75	60124,50	13018,500	17296,500	-	0,370
	Kaimas	92	188,01	17296,50				
Nekilnojamojo turto brangimas	Miestas	301	199,95	60186,00	12957,000	17235,000	-	0,339
	Kaimas	92	197,34	17235,00				
Darbo rinkos būklė	Miestas	301	200,8	60440,00	12703,000	16981,000	-	0,22
	Kaimas	92	184,58	16981,00				
Energetikos kainų didėjimas	Miestas	301	196,59	59175,00	13724,000	59175,000	-	0,895
	Kaimas	92	198,33	18246,00				
Ekonominė nelygybė	Miestas	301	198,46	59735,50	13407,500	17685,500	-	0,636
	Kaimas	92	192,23	17685,50				
Maisto kainų augimas kavinėse	Miestas	301	202,8	60440,0	12068,500	16346,500	-	0,055
	Kaimas	92	184,58	16981,0				

Pastaba. Paryškintu šriftu pažymėti statistiškai reikšmingi rodikliai tarp grupių.; N – tyrimo dalyvių skaičius grupėje; Mean rank – vidutiniai rangai; Sum of ranks – vidutinių rangų suma; U – Mann-Whitney kriterijaus balas; W – Wilcoxon rangų suma; Z – standartinis balas; p – reikšmingumo lygmuo

Toliau buvo atliktas bendras visų fizinių, socialinių ir ekonominių aplinkos veiksnių bei atskiras šių aplinkos veiksnių poveikio vertinimas pagal šeimines padėtis. Kadangi duomenys nėra normaliai pasiskirstę ir analizuojamos yra daugiau nei 2 grupės, palyginimams buvo naudojamas Kruskal Valis testas ir buvo lyginami vidutiniai rangai tarp grupių. Pagal apačioje esančią lentelę (23 lentelė) matoma, kad nebuvo rastas statistiškai reikšmingas skirtumas ($p > 0,05$) tarp šeiminių padėties grupių analizuojant bendrą konstrukta, todėl detalesnė post – hoc analizė nebuvo atlikta.

23 lentelė. Bendrų aplinkos veiksnių pasiskirstymas tarp skirtingų šeiminių padėties grupių.

Aplinkos veiksnys	Šeiminė padėtis	Tiriamųjų skaičius	Vidutinis rangas	Kruskal-Wallis H	df	p
Fiziniai aplinkos veiksniai	Esu vienišas (-a)	103	208,92	4,043	3	0,257
	Turiu partnerį (-ę)	103	206,7			
	Esu vedęs/ištekėjusi	152	183,87			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	190,39			
Socialiniai aplinkos veiksniai bendri	Esu vienišas (-a)	103	210,46	2,21	3	0,53
	Turiu partnerį (-ę)	103	189,69			
	Esu vedęs /ištekėjusi	152	195,24			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	186,56			

Ekonominiai aplinkos veiksniai	Esu vienišas (-a)	103	205,34	4,589	3	0,205
	Turiu partnerį (-ę)	103	210,66			
	Esu vedęs /ištekęjusi	152	187,42			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	173,86			

Analizuojant fizinius aplinkos veiksnius atskirai, pastebėta, kad tarp temperatūros pokyčių, saulėtų dienų, būsto kokybės buvo gauti statistiškai reikšmingi skirtumai ($p < 0,05$) (24 lentelė). Todėl su šiais kintamais buvo atliktas post-hoc testas (25 lentelė).

24 lentelė. *Fizinių aplinkos veiksnių pasiskirstymas tarp skirtingų šeiminės padėties grupių.*

Fizinis aplinkos veiksny	Šeiminė padėtis	Tiriamųjų skaičius	Vidutinis rangas	Kruskal- Wallis H	df	p
Triukšmas	Esu vienišas (-a)	103	198,5	2,570	3	0,463
	Turiu partnerį (-ę)	103	197,87			
	Esu vedęs/ištekęjusi	152	189,55			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	222,37			
Urbanizacija	Esu vienišas (-a)	103	201,48	3,992	3	0,262
	Turiu partnerį (-ę)	103	198,91			
	Esu vedęs/ištekęjusi	152	186,19			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	225,11			
Žaliųjų vietų prieinamumas	Esu vienišas (-a)	103	211,8	2,522	3	0,471
	Turiu partnerį (-ę)	103	190,6			
	Esu vedęs (ištekęjusi)	152	192,57			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	191,54			
Klimato kaita	Esu vienišas (-a)	103	209,97	5,176	3	0,159
	Turiu partnerį (-ę)	103	203,05			
	Esu vedęs/ištekęjusi	152	181,42			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	208,67			
Oro tarša	Esu vienišas (-a)	103	206,63	1,109	3	0,775
	Turiu partnerį (-ę)	103	191,63			
	Esu vedęs/ištekęjusi	152	194,61			

	Esu išsiskyręs (-usi)	35	194,87			
Geriamojo vandens kokybė	Esu vienišas (-a)	103	203,64	6,634	3	0,085
	Turiu partnerį (-ę)	103	216,08			
	Esu vedęs/ištekėjusi	152	184,37			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	176,17			
Temperatūros pokyčiai	Esu vienišas (-a)	103	219,03	8,784	3	0,032
	Turiu partnerį (-ę)	103	204,72			
	Esu vedęs/ištekėjusi	152	180,86			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	179,53			
Saulėtų dienos	Esu vienišas (-a)	103	214,91	8,669	3	0,034
	Turiu partnerį (-ę)	103	209,62			
	Esu vedęs/ištekėjusi	152	182,34			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	170,81			
Būsto kokybė	Esu vienišas (-a)	103	212	10,128	3	0,018
	Turiu partnerį (-ę)	103	204,5			
	Esu vedęs/ištekėjusi	152	193,63			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	145,41			
Gatvių apšvietimas	Esu vienišas (-a)	103	199,41	2,985	3	0,394
	Turiu partnerį (-ę)	103	210,89			
	Esu vedęs/ištekėjusi	152	189,1			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	183,34			

Atlikta Post – hoc analizė su Bonferroti korekcija parodė, kad vieniši respondentai reikšmingai jautriau vertina temperatūros pokyčius, palyginti su vedusiais ($p < 0,05$). Tarp saulėtų dienų ir šeiminės padėties grupių reikšmingo skirtumo nenustatyta ($p > 0,05$). Nagrinėjant būsto kokybę nustatyta statistiškai reikšmingas skirtumas yra tarp vienišų ir išsiskyrusių asmenų ($p < 0,05$), tai yra vieniši asmenys stipriau vertino būsto kokybę nei išsiskyrę. Taip pat partnerį turintys respondentai statistiškai reikšmingai labiau nei išsiskyrę įvertino būsto kokybės poveikį ($p < 0,05$) (25 lentelė).

25 lentelė. Statistiškai reikšmingų fizinių aplinkos veiksnių palyginimas tarp šeiminės padėties grupių.

Veiksny	Grupių palyginimas	Z	Ne koreguota p reikšmė	Koreguota p reikšmė (Bonferroni)
Temperatūros pokyčiai	0 -1	0,933	0,175	1
	0 - 2	2,72	0,0033	0,0197
	1 -2	1,7	0,0447	0,268
	0 - 3	1,84	0,0333	0,2
	1 - 3	1,17	0,121	0,726
	2 -3	0,065	0,474	1
Saulėtos dienos	0 -1	0,344	0,366	1
	0 - 2	2,31	0,0104	0,0626
	1 -2	1,94	0,0265	0,159
	0 - 3	2,04	0,0206	0,124
	1 - 3	1,8	0,0362	0,218
	2 -3	0,557	0,289	1
Būsto kokybė	0 -1	0,487	0,313	1
	0 - 2	1,3	0,0964	0,578
	1 -2	0,771	0,22	1
	0 - 3	3,08	0,001	0,0063
	1 - 3	2,73	0,0602	0,0189
	2 -3	2,33	0,01	1

Pastaba. Nurodytos grupės: 0 – Esu vienišas (-a); 1 – Turiu partner (-ę); 2 – Esu vedęs/ištekėjusi; 3 – Esu išsiskyręs (-usi); Z – reikšmė, nurodanti kiek didelis skirtumas tarp grupių pagal rangus, p – reikšmingumo lygmuo.

Nagrinėjant socialinius aplinkos veiksnus atskirai, pastebėtas, statistiškai reikšmingas skirtumas tik tarp darbo/studijų atmosferos ($p < 0,05$) (26 lentelė). Todėl, tik su šiuo kintamuoju buvo atliktas post-hoc testas (27 lentelė). Atlikta Post – hoc analizė su Bonferroti korekcija parodė, kad vieniši asmenys reikšmingai labiau jautė darbo/studijų aplinkos poveikį nei išsiskyrę ($p < 0,05$) (27 lentelė).

26 lentelė. Socialinių aplinkos veiksnių pasiskirstymas tarp skirtingų šeiminės padėties grupių.

Socialinis aplinkos veiksnys	Šeiminė padėtis	Tiriamųjų skaičius	Vidutinis rangas	Kruskal-Wallis H	df	p
Santykiai su šeima	Esu vienišas (-a)	103	193,43	6,945	3	0,074
	Turiu partnerį (ę)	103	185,11			
	Esu vedęs/ištekėjusi	152	213,49			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	170,89			
	Esu vienišas (-a)	103	219,41	9,163	3	0,027

Darbo/Studijų atmosfera	Turiu partnerį (-ę)	103	196,53			
	Esu vedęs/ištekėjusi	152	191,11			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	158,03			
Sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumas	Esu vienišas (-a)	103	197,86	4,17	3	0,244
	Turiu partnerį (-ę)	103	192,36			
	Esu vedęs/ištekėjusi	152	206,7			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	165,99			
Bendruomenės saugumo jausmas	Esu vienišas (-a)	103	218,62	7,339	3	0,062
	Turiu partnerį (-ę)	103	197,54			
	Esu vedęs/ištekėjusi	152	188,77			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	167,53			
Socialinių tinklų reklamos	Esu vienišas (-a)	103	201,89	4,243	3	0,236
	Turiu partnerį (-ę)	103	182,12			
	Esu vedęs/ištekėjusi	152	197,53			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	224,09			
Gyventojų migracija iš kitų valstybių	Esu vienišas (-a)	103	203	2,465	3	0,482
	Turiu partnerį (-ę)	103	192,82			
	Esu vedęs/ištekėjusi	152	190,57			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	224,09			
Gyventojų migracija iš kaimų į miestus	Esu vienišas (-a)	103	194,17	3,237	3	0,357
	Turiu partnerį (-ę)	103	199,18			
	Esu vedęs/ištekėjusi	152	190,61			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	226,69			
Skaitmeninių technologijų vystymasis	Esu vienišas (-a)	103	215,62	4,455	3	0,216
	Turiu partnerį (-ę)	103	195,29			
	Esu vedęs/ištekėjusi	152	188,9			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	182,44			
Kibernetinis saugumas	Esu vienišas (-a)	103	205,01	0,79	3	0,852
	Turiu partnerį (-ę)	103	195,39			
	Esu vedęs/ištekėjusi	152	194,13			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	190,6			
Karas Ukrainoje	Esu vienišas (-a)	103	207,55	1,909	3	0,591
	Turiu partnerį (-ę)	103	186,29			
	Esu vedęs/ištekėjusi	152	197,31			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	196,16			

27 lentelė. Statistiškai reikšmingų socialinių aplinkos veiksnių palyginimas tarp šeiminės padėties grupių.

Veiksnys	Grupių palyginimas	Z	Ne koreguota p reikšmė	Koreguota p reikšmė (Bonferroni)
Darbo/Studijų atmosfera	0 - 1	1,5	0,0671	0,403
	0 - 2	2,02	0,0216	0,129
	1 - 2	0,388	0,349	1
	0 - 3	2,86	0,0021	0,0127
	1 - 3	1,79	0,0364	0,218
	2 - 3	1,61	0,0538	0,323

Pastaba. Nurodytos grupės: 0 – Esu vienišas (-a); 1 – Turiu partnerį (-ę); 2 – Esu vedęs/ištekėjusi; 3 – Esu išsiskyręs (-usi); Z – reikšmė, nurodanti kiek didelis skirtumas tarp grupių pagal rangus, p – reikšmingumo lygmuo.

Analizuojant atskirai ekonominius aplinkos veiksnius pastebėta, kad tik tarp maisto kainų augimo kavinėse nustatytas statistiškai reikšmingas ryšys ($p < 0,05$) (28 lentelė). Todėl su šiuo kintamuoju buvo atliktas post-hoc testas (29 lentelė). Atlikta Post – hoc analizė su Bonferroti korekcija parodė, kad vieniši ir partnerį turintys asmenys šį veiksniį įvertino kaip labiau veikianti juos nei išsiskyrusius asmenis.

28 lentelė. Ekonominių aplinkos veiksnių pasiskirstymas tarp skirtingų šeiminės padėties grupių.

Ekonominis aplinkos veiksnys	Šeiminė padėtis	Tiriamųjų skaičius	Vidutinis rangas	Kruskal-Wallis H	df	p
Gaunamos pajamos	Esu vienišas (-a)	103	198,2	0,888	3	0,828
	Turiu partnerį (-ę)	103	193,76			
	Esu vedęs/ištekėjusi	152	201,47			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	183,57			
Prekių kainų augimas	Esu vienišas (-a)	103	208,78	7,163	3	0,067
	Turiu partnerį (-ę)	103	207,73			
	Esu vedęs/ištekėjusi	152	190,87			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	157,4			
Nekilnojamojo turto brangimas	Esu vienišas (-a)	103	193,95	5,897	3	0,117
	Turiu partnerį (-ę)	103	219,09			
	Esu vedęs/ištekėjusi	152	185,6			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	190,5			
	Esu vienišas (-a)	103	199,04	2,194	3	0,533

Darbo rinkos būklė	Turiu partnerį (-ę)	103	209,01			
	Esu vedęs/ ištekęjusi	152	190,08			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	185,7			
Energetikos kainų didėjimas	Esu vienišas (-a)	103	203,41	1,878	3	0,598
	Turiu partnerį (-ę)	103	204,01			
	Esu vedęs /ištekęjusi	152	191,64			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	180,77			
Ekonominė nelygybė	Esu vienišas (-a)	103	207,33	3,513	3	0,319
	Turiu partnerį (-ę)	103	206,47			
	Esu vedęs /ištekęjusi	152	186,8			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	183			
Maisto kainų augimas kavinėse	Esu vienišas (-a)	103	214,08	12,15	3	0,007
	Turiu partnerį (-ę)	103	213,63			
	Esu vedęs /ištekęjusi	152	183,99			
	Esu išsiskyręs (-usi)	35	154,29			

29 lentelė. Statistiškai reikšmingų ekonominių aplinkos veiksnių palyginimas tarp šeiminės padėties grupių.

Veiksny	Grupių palyginimas	Z	Ne koreguota p reikšmė	Koreguota p reikšmė (Bonferroni)
Maisto kainų augimas kavinėse	0 -1	0,029	0,488	1
	0 - 2	2,13	0,0164	0,0983
	1 -2	2,1	0,0177	0,106
	0 - 3	2,77	0,0028	0,0169
	1 - 3	2,75	0,003	0,018
	2 -3	1,44	0,0756	0,454

Pastaba. Nurodytos grupės: 0 – Esu vienišas (-a); 1 – Turiu partner (-ę); 2 – Esu vedęs/ištekęjusi; 3 – Esu išsiskyręs (-usi); Z – reikšmė, nurodanti kiek didelis skirtumas tarp grupių pagal rangus, p – reikšmingumo lygmuo.

Išanalizavus aplinkos veiksnių poveikį šeiminės padėties grupėms, toliau buvo atliktas bendras visų fizinių, socialinių ir ekonominių aplinkos veiksnių bei atskiras šių aplinkos veiksnių poveikio vertinimas pagal pajamas. Kadangi duomenys nėra normaliai pasiskirstę ir analizuojamos yra daugiau nei 2 grupės, palyginimams buvo naudojamas Kruskal Valis testas ir buvo lyginami vidutiniai rangai tarp grupių. Pagal apačioje esančią lentelę (30 lentelė) matoma, kad buvo rastas statistiškai reikšmingas skirtumas ($p < 0,05$) tarp fizinių aplinkos veiksnių, analizuojant bendrą konstrukta, todėl buvo atlikta detalesnė post – hoc analizė (31 lentelė).

30 lentelė. Bendrų aplinkos veiksnių poveikio pasiskirstymas tarp skirtingų pajamų grupių.

Aplinkos veiksnys	Grupių palyginimas	Tiriamųjų skaičius	Vidutinis rangas	Kruskal-Wallis H	df	p
Fiziniai aplinkos veiksniai	Iki 800 e	103	214,86	7,200	2	0,027
	801 - 1200 e	99	205,95			
	1201 e ir daugiau	189	180,51			
Socialiniai aplinkos veiksniai	Iki 800 e	103	211,85	5,401	2	0,067
	801 - 1200 e	99	205,27			
	1201 e ir daugiau	189	182,5			
Ekonominiai aplinkos veiksniai	Iki 800 e	103	206,84	5,109	2	0,078
	801 - 1200 e	99	210,08			
	1201 e ir daugiau	189	182,71			

Atlikta post-hoc analizė parodė, kad fizinių aplinkos veiksnių poveikį labiau jaučia asmenys uždirbantys iki 800 e, negu > 1200 e (31 lentelė), skirtumas tarp grupių yra statistiškai reikšmingas ($p < 0,05$)

31 lentelė. Bendrų fizinių aplinkos veiksnių palyginimas tarp grupių.

Veiksnys	Grupių palyginimas	Z	Ne koreguota p reikšmė	Koreguota p reikšmė (Bonferroni)
Fiziniai aplinkos veiksniai	0--2	2,4842	0,0065	0,0195
	0-1	0,5609	0,2874	0,8623
	1--2	1,816	0,0347	0,1041

Pastaba. Nurodytos grupės pajamos: 0 → < 800 eurų; 1 → 801 – 1201 eurų; 2 → >1201 eurų; Z - reikšmė, nurodanti kiek didelis skirtumas tarp grupių pagal rangus (9 lentelė), p – reikšmingumo lygmuo.

Analizuojant fizinius aplinkos veiksnius atskirai, pastebėta, kad tarp triukšmo, žaliųjų vietų prieinamumo, klimato kaitos ir temperatūros pokyčių buvo gauti statistiškai reikšmingi skirtumai ($p < 0,05$) (32 lentelė). Todėl su šiais kintamais buvo atliktas post-hoc testas (33 lentelė).

32 lentelė. Fizinių aplinkos veiksnių poveikio pasiskirstymas tarp skirtingų pajamų grupių.

Fizinis aplinkos veiksnys	Pajamos	Tiriamųjų skaičius	Vidutinis rangas	Kruskal-Wallis H	df	p
Triukšmas	Iki 800 e	103	211,08	9,644	2	0,008
	801 - 1200 e	99	214,27			
	1201 e ir daugiau	189	178,21			
Urbanizacija	Iki 800 e	103	207,53	5,873	2	0,053
	801 - 1200 e	99	210,29			

	1201 e ir daugiau	189	182,23			
Žaliųjų vietų prieinamumas	Iki 800 e	103	202,12			
	801 - 1200 e	99	218,37	7,955	2	0,019
	1201 e ir daugiau	189	180,95			
Klimato kaita	Iki 800 e	103	220,84			
	801 - 1200 e	99	211,1	14,423	2	<0,001
	1201 e ir daugiau	189	174,56			
Oro tarša	Iki 800 e	103	206,57			
	801 - 1200 e	99	206,99	4,014	2	0,134
	1201 e ir daugiau	189	184,48			
Geriamojo vandens kokybė	Iki 800 e	103	201,5			
	801 - 1200 e	99	202,59	1,256	2	0,534
	1201 e ir daugiau	189	189,55			
Temperatūros pokyčiai	Iki 800 e	103	226,14			
	801 - 1200 e	99	194,73	11,733	2	0,003
	1201 e ir daugiau	189	180,24			
Sulėtos dienos	Iki 800 e	103	202,41			
	801 - 1200 e	99	187,89	0,898	2	0,638
	1201 e ir daugiau	189	196,75			
Būsto kokybė	Iki 800 e	103	202,45			
	801 - 1200 e	99	206,38	2,486	2	0,289
	1201 e ir daugiau	189	187,05			
Gatvių apšvietimas	Iki 800 e	103	208,17			
	801 - 1200 e	99	195,17	1,869	2	0,393
	1201 e ir daugiau	189	189,8			

Atlikta Post – hoc analizė su Bonferroti korekcija parodė, kad triukšmo poveikis yra statistiškai labiau išreikštas pas uždirbančius iki 800 eurų ir uždirbančius nuo 801 iki 1200 eurų negu uždirbančius daugiau nei 1201 eurą. Žaliųjų vietų prieinamumo poveikis yra statistiškai reikšmingai labiau išreikštas pas uždirbančius 801 – 1200 eurų negu uždirbančius daugiau nei 1201 eurą. Klimato kaitos poveikis buvo statistiškai reikšmingai labiau išreikštas pas uždirbančius iki 800 eurų ir uždirbančius nuo 801 iki 1200 eurų negu uždirbančius daugiau nei 1201 eurą. Temperatūros pokyčių poveikis yra labiau išreikštas pas uždirbančius iki 800 eurų, negu uždirbančius virš 1201 euro (33 lentelė).

33 lentelė. Statistiškai reikšmingų fizinių aplinkos veiksnių palyginimas tarp skirtingų pajamų grupių.

Veiksny	Grupių palyginimas	Z	Ne koreguota p reikšmė	Koreguota p reikšmė (Bonferroni)
Triukšmas	0- 2	2,44	0,0073	0,0218
	0-1	-0,206	0,418	1
	2-1	-2,65	0,0041	0,0122
Žaliųjų vietų prieinamumas	0-2	1,57	0,058	0,174
	0-1	-1,05	0,147	0,44
	2-1	-2,74	0,003	0,0091
Klimato kaita	0-2	3,45	0,0003	0,0008
	0-1	0,632	0,264	0,791
	2-1	-2,69	0,0036	0,0107
Temperatūros pokyčiai	0-2	3,42	0,0003	0,0009
	0-1	2,04	0,0208	0,0623
	2-1	-1,07	0,143	0,429

Pastaba. Nurodytos grupės pajamos: 0 → < 800 eurų; 1 → 801 – 1201 eurų; 2 → >1201 eurų; Z - reikšmė, nurodanti kiek didelis skirtumas tarp grupių pagal rangus (9 lentelė), p – reikšmingumo lygmuo.

Analizuojant atskirai socialinius aplinkos veiksnus, pastebėta, kad tarp sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumo, socialinių tinklų reklamų ir kibernetinio saugumo buvo gauti statistiškai reikšmingi skirtumai ($p < 0,05$) (34 lentelė). Todėl su šiais kintamais buvo atliktas post-hoc testas (35 lentelė).

34 lentelė. Socialinių aplinkos veiksnių poveikio pasiskirstymas tarp skirtingų pajamų grupių.

Socialinis aplinkos veiksnys	Pajamos	Tiriamųjų skaičius	Vidutinis rangas	Kruskal-Wallis H	df	p
Santykiai su šeima	Iki 800 e	103	199,07	4,71	2	0,095
	801 - 1200 e	99	213,68			
	1201 e ir daugiau	189	185,06			
Darbo/Studijų atmosfera	Iki 800 e	103	204,8	3,705	2	0,157
	801 - 1200 e	99	207,71			
	1201 e ir daugiau	189	185,07			
Sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumas	Iki 800 e	103	202,00	10,672	2	0,005
	801 - 1200 e	99	222,32			
	1201 e ir daugiau	189	178,94			
Bendruomenės saugumo jausmas	Iki 800 e	103	200,84	2,475	2	0,29
	801 - 1200 e	99	207,49			
	1201 e ir daugiau	189	187,34			
	Iki 800 e	103	212,22	7,84	2	0,020

Socialinių tinklų reklamos	801 - 1200 e	99	209,55			
	1201 e ir daugiau	189	180,06			
Gyventojų migracija iš kitų valstybių	Iki 800 e	103	196,86	0,236	2	0,889
	801 - 1200 e	99	199,93			
	1201 e ir daugiau	189	193,47			
Gyventojų migracija iš kaimų į miestus	Iki 800 e	103	207,45	2,243	2	0,326
	801 - 1200 e	99	199,18			
	1201 e ir daugiau	189	188,1			
Skaitmeninių technologijų vystymasis	Iki 800 e	103	213,3	4,026	2	0,134
	801 - 1200 e	99	183,55			
	1201 e ir daugiau	189	193,1			
Kibernetinis saugumas	Iki 800 e	103	221,9	8,165	2	0,017
	801 - 1200 e	99	181,64			
	1201 e ir daugiau	189	189,41			
Karas Ukrainoje	Iki 800 e	103	206,25	1,224	2	0,542
	801 - 1200 e	99	191,45			
	1201 e ir daugiau	189	192,8			

Atlikta Post – hoc analizė su Bonferroti korekcija parodė, kad sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumo poveikis yra statistiškai labiau išreikštas pas uždirbančius 801 – 1200 eurų negu uždirbančius virš 1201 eurų. Socialinių tinklų reklamų poveikis yra statistiškai reikšmingai labiau išreikštas pas uždirbančius iki 800 eurų ir uždirbančius 801 – 1200 eurų negu uždirbančius virš 1201 euro. Kibernetinis saugumas poveikis yra statistiškai reikšmingai labiau išreikštas tarp uždirbančių iki 800 eurų nei uždirbančių nuo 801 – 1200 eurų bei virš 1201 euro (35 lentelė).

35 lentelė. Statistiškai reikšmingų socialinių aplinkos veiksnių palyginimas tarp skirtingų pajamų grupių.

Veiksnys	Grupių palyginimas	Z	Ne koreguota p reikšmė	Koreguota p reikšmė (Bonferroni)
Sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumas	0-2	1,72	0,0424	0,127
	0-1	-1,32	0,0931	0,279
	2-1	-3,2	0,0007	0,002
Socialinių tinklų reklamos	0-2	2,41	0,008	0,0241
	0-1	0,174	0,431	1
	2-1	-2,18	0,0147	0,044

Kibernetinis saugumas	0-2	2,42	0,0077	0,023
	0-1	2,62	0,0045	0,0134
	2-1	0,573	0,283	0,85

Pastaba. Nurodytos grupės pajamos: 0 → < 800 eurų; 1 → 801 – 1201 eurų; 2 → >1201 eurų; Z - reikšmė, nurodanti kiek didelis skirtumas tarp grupių pagal rangus (9 lentelė), p – reikšmingumo lygmuo.

Analizuojant atskirai ekonominius aplinkos veiksnius, pastebėta, kad tik tarp prekių kainų augimo iš visų analizuotų ekonominių aplinkos veiksnių buvo gautas statistinis reikšmingumas ($p < 0,05$) (36 lentelė). Todėl su šiuo kintamuoju buvo atliktas post-hoc testas (37 lentelė).

36 lentelė. *Ekonominių aplinkos veiksnių poveikio pasiskirstymas tarp skirtingų pajamų grupių.*

Ekonominis aplinkos veiksnys	Pajamos	Tiriamųjų skaičius	Vidutinis rangas	Kruskal-Wallis H	df	p
Gaunamos pajamos	Iki 800 e	103	198,97	3,841	2	0,146
	801 - 1200 e	99	212,04			
	1201 e ir daugiau	189	185,98			
Prekių kainų augimas	Iki 800 e	103	211,14	10,094	2	0,006
	801 - 1200 e	99	214,88			
	1201 e ir daugiau	189	177,86			
Nekilnojamojo turto brangimas	Iki 800 e	103	203,61	3,864	2	0,145
	801 - 1200 e	99	209,33			
	1201 e ir daugiau	189	184,87			
Darbo rinkos būklė	Iki 800 e	103	200,3	0,708	2	0,702
	801 - 1200 e	99	200,8			
	1201 e ir daugiau	189	191,15			
Energetikos kainų didėjimas	Iki 800 e	103	200,79	2,282	2	0,319
	801 - 1200 e	99	206,97			
	1201 e ir daugiau	189	187,64			
Ekonominė nelygybė	Iki 800 e	103	210,76	3,638	2	0,162
	801 - 1200 e	99	200,19			
	1201 e ir daugiau	189	185,76			
Maisto kainų augimas kavinėse	Iki 800 e	103	212,49	4,471	2	0,107
	801 - 1200 e	99	200,38			
	1201 e ir daugiau	189	184,72			

Atlikta post – hoc analizė su Bonferroti korekcija parodė, kad prekių kainų augimo poveikis yra statistiškai labiau išreikštas pas respondentus uždirbančius iki 800 eurų ir uždirbančius 801 – 1200 eurų negu pas tuos, kurie uždirba virš 1201 euro (37 lentelė).

37 lentelė. *Statistiškai reikšmingų ekonominių aplinkos veiksnių palyginimas tarp skirting pajamų grupių.*

Veiksny	Grupių palyginimas	Z	Ne koreguota p reikšmė	Koreguota p reikšmė (Bonferroni)
Prekių kainų augimas	0-2	2,48	0,0066	0,0321
	0-1	-0,243	0,404	0,069
	2-1	-2,72	0,0032	0,0124

Pastaba. Nurodytos grupės pajamos: 0 → < 800 eurų; 1 → 801 – 1201 eurų; 2 → >1201 eurų; Z - reikšmė, nurodanti kiek didelis skirtumas tarp grupių pagal rangus (9 lentelė), p – reikšmingumo lygmuo.

Siekiant išsiaiškinti aplinkos veiksnių sąryšius su išsilavinimu ir amžiumi, buvo naudotas Spirmeno koreliacijos koeficientą, nes kintamieji nėra pasiskirstę normaliai. Bendrų fizinių, socialinių ir ekonominių aplinkos veiksnių konstrukto sąryšiai su amžiumi ir išsilavinimu pavaizduoti lentelėje, iš kurios galima pastebėti, kad statistiškai reikšminga ir teigiama koreliacija nustatyta tarp išsilavinimo ir fizinių ($r=0,194$, $p<0,05$), socialinių ($r=0,192$, $p<0,05$) bei ekonominių ($r=0,239$, $p<0,05$) aplinkos veiksnių. Tai reiškia, gerėjant respondento išsilavinimui, visų aplinkos veiksnių (fizinių, socialinių ir ekonominių) poveikio vertinimas didėja. Tarp amžiaus ir aplinkos veiksnių nebuvo gauta statistiškai reikšmingo skirtumo.

38 lentelė. *Aplinkos veiksnių ir amžiaus bei išsilavinimo sąsajos.*

		Fiziniai aplinkos veiksniai	Socialiniai aplinkos veiksniai	Ekonominiai aplinkos veiksniai
Amžius	r	-0,064	0,005	-0,066
	p	0,205	0,917	0,188
Išsilavinimas	r	0,194	0,192	0,239
	p	<0,001	<0,001	<0,001

Nagrinėjant sąryšius tarp amžiaus, išsilavinimo ir atskirų fizinių aplinkos veiksnių (39 lentelė), pastebėta, kad statistiškai reikšminga ir neigiama koreliacija nustatyta tarp amžiaus ir temperatūros pokyčių ($r = -0,12$, $p<0,05$) ir tarp amžiaus ir saulėtų dienų ($r= -0,190$, $p <0,05$). Tai reiškia, kad didėjant amžiui temperatūros pokyčių ir saulėtų dienų poveikis mažėja.

Nagrinėjant sąsajas tarp išsilavinimo ir atskirų fizinių aplinkos veiksnių, pastebėta, kad statistiškai reikšminga ir teigiama koreliacija nustatyta tarp išsilavinimo ir triukšmo ($r=0,119$, $p<0,05$), žaliųjų vietų prieinamumo ($r=0,169$, $p<0,05$), geriamojo vandens kokybės ($r=0,148$, $p=0,003$), temperatūros pokyčių ($r=0,149$; $p<0,05$), saulėtų dienų ($r=0,27$, $p<0,05$), būsto kokybės ($r=0,272$; $p<0,05$) ir gatvių apšvietimo ($r=0,101$; $p<0,05$). Tai reiškia, didesnę išsilavinimą turinčių respondentų triukšmo, žaliųjų vietų prieinamumo, geriamojo vandens kokybės, temperatūros pokyčių, saulėtų dienų, būsto kokybės ir gatvių apšvietimo poveikio vertinimas stipresnis.

39 lentelė. *Fizinių aplinkos veiksnių ir amžiaus bei išsilavinimo sąsajos.*

		Triukšmas	Urbanizacija	Žaliųjų vietų prieinamumas	Klimato kaita	Oro tarša	Geriamojo vandens kokybė	Temperatūros pokyčiai	Saulėtų dienų	Būsto kokybė	Gatvių apšvietimas
Amžius	r	-0,01	0,023	-0,021	-0,03	0,035	-0,097	-0,12	-0,190	-0,084	-0,02
	p	0,827	0,644	0,682	0,542	0,486	0,054	0,016	<0,001	0,098	0,758
Išsilavinimas	r	0,119	0,032	0,169	0,006	0,054	0,148	0,149	0,27	0,272	0,101
	p	0,018	0,527	<0,001	0,900	0,282	0,003	0,003	<0,001	<0,001	0,045

Pastaba. r – Spearmano koreliacijos koeficientas, p – statistinis reikšmingumas. Statistiškai reikšmingos sąsajos (kai $p < 0,05$) paryškintos.

Nagrinėjant sąryšius tarp amžiaus, išsilavinimo ir atskirų socialinių aplinkos veiksnių (40 lentelė), pastebėta, kad statistiškai reikšminga ir neigiama koreliacija nustatyta tarp amžiaus ir darbo/studijų atmosferos ($r=-0,192$; $p<0,05$) ir bendruomenės saugumo jausmo ($r=-0,106$; $p=0,035$). Tai reiškia, kad didėjant respondentų amžiui, statistiškai reikšmingai mažėja darbo/studijų atmosferos poveikio bei bendruomenės saugumo jausmo poveikio vertinimas. Nustatyta, kad gyventojų migracija iš kitų valstybių su amžiumi koreliuoja statistiškai reikšmingai ir teigiamai, vadinasi galima teigti, kad didėjant amžiui gyventojų migracijos iš kitų valstybių poveikio vertinimas didėja.

Nagrinėjant sąsajas tarp išsilavinimo ir atskirų socialinių aplinkos veiksnių, pastebėta, kad statistiškai reikšminga ir teigiama koreliacija nustatyta tarp išsilavinimo ir santykių su šeima ($r=0,339$, $p<0,05$), darbo/studijų atmosferos ($r=0,292$; $p<0,05$), bendruomenės saugumo jausmo ($r=0,203$; $p<0,05$), sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumo ($r=0,276$, $p<0,05$), ir karo Ukrainoje ($r=0,13$; $p<0,05$). Tai reiškia, kad aukštesnę išsilavinimą turintys respondentai santykių su šeima, darbo/studijų atmosferos, bendruomenės saugumo jausmo, sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumo ir karo Ukrainoje poveikį vertina stipriau. Gyventojų migracijos iš kaimų į miestus ir

išsilavinimo sąsajos yra statistiškai reikšmingos ir neigiamai koreliuoja, vadinasi galima teigti, kad aukštesnio išsilavinimo respondentai šį poveikį vertina silpniau.

40 lentelė. *Socialinių aplinkos veiksnių bei amžiaus ir išsilavinimo sąsajos.*

		Santykiai su šeima	Darbo/studijų atmosfera	Bendruomenės saugumo jausmas	Sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumas	Socialinių tinkų reklamos	Gyventojų migracija iš kaimų į miestus	Skaitmeninių technologijų vystymasis	Gyventojų migracija iš kitų valstybių	Karas Ukrainoje	Kibernetinis saugumas
Amžius	r	-0,042	-0,192	-0,106	0,083	0,068	0,033	-0,06	0,117	0,08	-0,02
	p	0,405	<0,001	0,035	0,101	0,178	0,512	0,237	0,02	0,1	0,754
Išsilavinimas	r	0,339	0,292	0,203	0,276	-	-	0,045	-	0,13	0,066
	p	<0,001	<0,001	<0,001	<0,001	0,174	0,044	0,37	0,522	0,01	0,19

Pastaba. r – Spearmano koreliacijos koeficientas, p – statistinis reikšmingumas. Statistiškai reikšmingos sąsajos (kai $p < 0,05$) paryškintos.

Nagrinėjant sąryšius tarp amžiaus, išsilavinimo ir atskirų ekonominių aplinkos veiksnių (41 lentelė), pastebėta, kad statistiškai reikšminga ir neigiama koreliacija nustatyta tarp amžiaus ir prekių kainų augimo ($r=-0,104$; $p<0,05$), nekilnojamojo turto brangimo ($r=-0,103$; $p=0,035$) ir maisto kainų didėjimo ($r=-0,106$; $p=0,037$). Tai reiškia, kad didėjant respondent amžiui, statistiškai reikšmingai mažėja prekių kainų augimo, nekilnojamojo turto brangimo ir maisto kainų didėjimo poveikio vertinimas.

Nagrinėjant sąsajas tarp išsilavinimo ir atskirų ekonominių aplinkos veiksnių, pastebėta, kad statistiškai reikšminga ir teigiama koreliacija nustatyta beveik tarp visų nagrinėtų ekonominių aplinkos veiksnių, vadinasi aukštesnį išsilavinimą turintys respondentai ekonominių veiksnių poveikį vertina stipriau.

41 lentelė. *Ekonominių aplinkos veiksnių bei amžiaus ir išsilavinimo sąsajos*

		Gaunamos pajamos	Prekių kainų augimas	Nekilnojamojo turto brangimas	Energetikos kainų didėjimas	Ekonominė neligybė	Maisto kainų didėjimas	Darbo rinkos būklė
Amžius	r	0,018	-0,104	-0,103	-0,021	-0,027	-0,106	-0,052
	p	0,715	0,04	0,042	0,682	0,596	0,037	0,302
Išsilavinimas	r	0,323	0,25	0,205	0,172	0,123	0,141	0,093
	p	<0,001	<0,001	<0,001	<0,001	0,014	0,005	0,066

Pastaba. r – Spearmano koreliacijos koeficientas, p – statistinis reikšmingumas. Statistiškai reikšmingos sąsajos (kai $p < 0,05$) paryškintos.

4.4 Suaugusiųjų psichikos sveikatos ir ją lemiančių aplinkos veiksnių sąsajų vertinimas

Šioje dalyje yra analizuojamos aplinkos veiksnių sąsajos su psichologine sveikata. Šiai analizei atlikti buvo naudojamas Spirmano koreliacijos koeficientas, nes kintamųjų pasiskirstymas nėra normalus. Psichikos sveikatos sąsajos buvo vertintos atskirai su kiekvienu aplinkos veiksnio ir bendrame fizinio, socialinio ir ekonominio veiksnio konstrukte. Analizuojant sąsajas tarp bendro fizinio, socialinio ir ekonominio aplinkos veiksnių konstrukto ir psichikos sveikatos rodiklių, buvo pastebėtas statistiškai reikšmingas, teigiamas tačiau silpnas koreliacinis ryšis (42 lentelė).

- Fiziniai aplinkos veiksniai statistiškai reikšmingai ir teigiamai koreliuoja su depresija ($r = 0,117$; $p = 0,020$), nerimu ($r = 0,173$; $p < 0,001$) ir stresu ($r = 0,233$; $p < 0,001$). Tai rodo, kad stipresnis fizinių aplinkos veiksnių poveikio vertinimas yra susijęs su aukštesniu depresijos, nerimo ir streso išreikštumu.
- Socialiniai aplinkos veiksniai statistiškai reikšmingai koreliuoja su nerimu ($r = 0,184$; $p < 0,001$) ir stresu ($r = 0,194$; $p < 0,001$). Tai rodo, kad stipresnis socialinių aplinkos veiksnių poveikio vertinimas yra susijęs su aukštesniu nerimo ir streso išreikštumu.
- Ekonominiai aplinkos veiksniai statistiškai reikšmingai koreliuoja su depresija ($r = 0,111$; $p = 0,028$) ir stresu ($r = 0,189$; $p < 0,001$). Tai leidžia teigti, kad stipresnis ekonominių veiksnių poveikio vertinimas yra susijęs su aukštesniu depresijos ir streso išreikštumu.

42 lentelė. *Psichikos sveikatos ir bendų aplinkos veiksnių sąsajos.*

Psichikos sveikatos rodiklis		Fiziniai aplinkos veiksniai	Socialiniai aplinkos veiksniai	Ekonominiai aplinkos veiksniai
Depresija	r	0,117	0,093	0,111
	p	0,02	0,066	0,028
Nerimas	r	0,173	0,184	0,095
	p	<0,001	<0,001	0,059
Stresas	r	0,233	0,194	0,189
	p	<0,001	<0,001	<0,001
Geros savijautos rodiklis	r	-0,047	0,038	-0,014
	p	0,355	0,452	0,789

Pastaba. r – Spearmano koreliacijos koeficientas, p – statistinis reikšmingumas.

Statistiškai reikšmingos sąsajos (kai $p < 0,05$) paryškintos.

Nagrinėjant atskirų fizinių aplinkos veiksnių ir psichikos sveikatos sąsajas pastebėta, kad tarp atskirų fizinių aplinkos veiksnių bei depresijos, nerimo ir streso buvo rastas statistiškai reikšmingas, tačiau silpnas teigiamas koreliacinis ryšys. Tai rodo, kad asmenys, kurie nagrinėtų fizinių aplinkos veiksnių poveikį vertina kaip stipresnį, dažniau pasižymi aukštesniu depresijos, nerimo ir streso išreikštumu. Detalesnis fizinių aplinkos veiksnių ir psichikos sveikatos rodiklių sąsajų vertinimas pateiktas žemiau (43 lentelė).

- Triukšmas statistiškai reikšmingai ir teigiamai koreliuoja su depresija ($r = 0,173$; $p < 0,001$), nerimu ($r=0,163$; $p = 0,001$) ir stresu ($r=0,175$; $p<0,001$). Tai reiškia, kad stipresnis triukšmo poveikio vertinimas yra susijęs su aukštesniu depresijos, nerimo ir streso išreikštumu.
- Urbanizacija statistiškai reikšmingai ir teigiamai koreliuoja su depresija ($r = 0,217$; $p < 0,001$), nerimu ($r=0,221$; $p < 0,001$) ir stresu ($r=0,136$; $p=0,007$). Tai rodo, kad stipresnis urbanizacijos poveikio vertinimas yra susijęs su didesniu depresijos, nerimo ir streso išreikštumu.
- Žaliųjų vietų prieinamumas statistiškai reikšmingai ir teigiamai koreliuoja tik su stresu ($r=0,132$; $p=0,009$). Tai reiškia, kad didesnis žaliųjų zonų prieinamumas gali būti susijęs su didesniu streso išreikštumu.
- Klimato kaita statistiškai reikšmingai ir teigiamai koreliuoja su depresija ($r = 0,164$; $p = 0,001$), nerimu ($r=0,208$; $p < 0,001$) ir stresu ($r=0,178$; $p<0,001$). Tai rodo, kad stipresnis klimato kaitos poveikio vertinimas yra susijęs su aukštesniu depresijos, nerimo ir streso išreikštumu.

- Oro tarša statistiškai reikšmingai ir teigiamai koreliuoja su depresija ($\rho = 0,104$; $p = 0,039$), nerimu ($\rho = 0,197$; $p < 0,001$) ir stresu ($\rho = 0,196$; $p < 0,001$). Tai rodo, kad stipresnis subjektyvus oro taršos poveikio vertinimas yra susijęs su aukštesniu depresijos, nerimo ir streso išreikštumu.
- Geriamojo vandens kokybė statistiškai reikšmingai ir teigiamai koreliuoja su nerimu ($r = 0,112$; $p < 0,026$) ir stresu ($r = 0,148$; $p = 0,003$). Tai rodo, kad stipresnis subjektyvus geriamojo vandens kokybės poveikio vertinimas yra susijęs su aukštesniu streso ir nerimo išreikštumu.
- Temperatūros pokyčiai statistiškai reikšmingai ir teigiamai koreliuoja su depresija ($r = 0,127$; $p = 0,012$), nerimu ($r = 0,21$; $p < 0,001$) ir stresu ($r = 0,244$; $p < 0,001$). Tai reiškia, kad stipresnis temperatūros pokyčių poveikio vertinimas yra susijęs su aukštesniu depresijos, nerimo ir streso išreikštumu.
- Saulėtos dienos statistiškai reikšmingai ir teigiamai koreliuoja tik su stresu ($r = 0,213$; $p < 0,001$). Tai reiškia, kad stipresnis saulėtų dienų poveikio vertinimas, statistiškai reikšmingai susijęs su aukštesniu streso išreikštumu.
- Tyrimo rezultatai atskleidė, kad būsto kokybė statistiškai reikšmingai koreliuoja su nerimu ($r = 0,111$; $p = 0,027$) ir stresu ($r = 0,192$; $p < 0,001$) rodikliais. Gauta teigiama koreliacija reiškia, kad stipresnis būsto kokybės poveikis gali būti susijęs su padidėjusiu nerimo ir streso išreikštumu.

43 lentelė. Psichikos sveikatos ir fizinių aplinkos veiksnių sąsajos.

Psichikos sveikatos rodiklis		Triukšmas	Urbanizacija	Žaliųjų vietų prieinamumas	Klimato kaita	Oro tarša	Geriamojo vandens kokybė	Temperatūros pokyčiai	Saulėtos dienos	Būsto kokybė	Gatvių apšvietimas
Depresija	r	0,173	0,217	0,06	0,164	0,104	0	0,127	0,072	0,056	0,077
	p	<0,001	<0,001	0,237	0,001	0,039	0,996	0,012	0,152	0,269	0,126
Nerimas	r	0,163	0,221	0,76	0,208	0,197	0,112	0,210	0,47	0,111	0,097
	p	0,001	<0,001	0,131	<0,001	<0,001	0,026	<0,001	0,358	0,027	0,054
Stresas	r	0,175	0,136	0,132	0,178	0,196	0,148	0,244	0,213	0,192	0,078
	p	<0,001	0,007	0,009	<0,001	<0,001	0,003	<0,001	<0,001	<0,001	0,130
PSO - 5	r	-0,79	0,033	-0,15	-0,73	-0,032	-	-0,069	-0,03	-0,039	0,035
	p	0,119	0,513	0,769	0,147	0,533	0,005	0,175	0,55	0,442	0,491

Pastaba. r – Spearmano koreliacijos koeficientas, p – statistinis reikšmingumas. Statistiškai reikšmingos sąsajos (kai $p < 0,05$)

paryškintos.

Nagrinėjant atskirų socialinių aplinkos veiksnių ir psichikos sveikatos sąsajas pastebėta, kad tarp atskirų socialinių aplinkos veiksnių bei depresijos, nerimo ir streso buvo rastas statistiškai reikšmingas, tačiau silpnas teigiamas koreliacinis ryšys. Tai rodo, kad asmenys, kurie nagrinėtų socialinių aplinkos veiksnių poveikį vertina kaip stipresnį, dažniau pasižymi aukštesniu depresijos, nerimo ir streso išreikštumu. Detalesnis socialinių aplinkos veiksnių ir psichikos sveikatos rodiklių sąsajų vertinimas pateiktas žemiau (44 lentelė).

- Santykiai su šeima statistiškai reikšmingai ir teigiamai koreliuoja tik su stresu ($r=0,157$; $p=0,002$). Tai rodo, kad žmonės, kurie stipriau vertina šeimos santykių įtaką, dažniau patiria aukštesnį streso išreikštumą.
- Darbo studijų atmosfera statistiškai reikšmingai ir teigiamai koreliuoja su nerimu ($r=0,104$; $p=0,039$) ir stresu ($r = 0,204$; $p = 0,001$). Žmonės, kurie yra labiau veikiami darbo/studijų atmosferos, dažniau patiria aukštesnį streso ir nerimo išreikštumą.
- Socialinių tinklų reklamos statistiškai reikšmingai ir teigiamai koreliuoja tik su nerimu ($r=0,185$; $p<0,001$). Tyrimas parodė, kad stipresnis socialinių tinklų reklamų poveikio vertinimas yra statistiškai reikšmingai susijęs su aukštesniu nerimo lygiu.
- Tyrimo rezultatai parodė, kad stipresnis skaitmeninių technologijų vystymosi poveikis yra statistiškai reikšmingai susijęs su aukštesniu nerimo ($r = 0,154$; $p = 0,002$) ir streso ($r = 0,170$; $p < 0,001$) lygiu. Tai leidžia daryti prielaidą, kad asmenys, jautriau vertinantys skaitmeninių technologijų plėtrą, dažniau jaučia didesnį nerimo ir streso išreikštumą.
- Tyrimo rezultatai parodė, kad stipresnis gyventojų migracijos iš kitų valstybių poveikio vertinimas statistiškai reikšmingai koreliuoja su padidėjusiu nerimo lygiu ($r = 0,186$; $p < 0,001$). Tai leidžia teigti, kad asmenys, kurie šį reiškinį vertina kaip stipriau veikiantį jų gyvenimą, dažniau patiria nerimo išreikštumą.
- Tyrimo rezultatai parodė, kad stipresnis karo Ukrainoje poveikio vertinimas yra statistiškai reikšmingai susijęs su aukštesniu nerimo ($r = 0,142$; $p = 0,005$) ir streso ($r = 0,150$; $p = 0,003$) lygiu. Tai reiškia, kad asmenys, kurie šį įvykį vertina kaip stipriai veikiantį jų emocinę savijautą, dažniau patiria nerimo ir streso simptomų išreikštumą.
- Tyrimo rezultatai parodė, kad stipresnis subjektyvus kibernetinio saugumo poveikio vertinimas statistiškai reikšmingai koreliuoja su aukštesniu nerimo ($r = 0,113$; $p = 0,025$) ir streso ($r = 0,125$; $p = 0,013$) išreikštumu.

44 lentelė. Psichikos sveikatos ir socialinių aplinkos veiksnių sąsajos.

Psichikos sveikatos rodiklis		Santykiai su šeima	Darbo/studijų atmosfera	Bendruomenės saugumo jausmas	Sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumas	Socialinių tinkų reklamos	Gyventojų migracija iš kaimų į miestus	Skaitmeninių technologijų vystymasis	Gyventojų migracija iš kitų valstybių	Karas Ukrainoje	Kibernetinis saugumas
Depresija	r	0,041	0,089	0,006	0,01	0,076	0,129	0,083	0,097	0,082	0,075
	p	0,417	0,078	0,913	0,836	0,131	0,01	0,1	0,056	0,104	0,14
Nerimas	r	0,016	0,104	0,092	0,06	0,185	0,208	0,154	0,186	0,142	0,113
	p	0,759	0,039	0,069	0,233	<0,001	<0,001	0,002	<0,001	0,005	0,025
Stresas	r	0,157	0,204	0,139	0,064	0,055	0,065	0,17	0,062	0,15	0,125
	p	0,002	<0,001	0,006	0,203	0,278	0,200	<0,001	0,221	0,003	0,013
PSO - 5	r	0,061	-0,014	0,033	0,077	0,088	0,096	0,024	0,057	- 0,096	0,038
	p	0,227	0,788	0,518	0,127	0,082	0,057	0,632	0,257	0,058	0,453

Pastaba. r – Spearmano koreliacijos koeficientas, p – statistinis reikšmingumas. Statistiškai reikšmingos sąsajos (kai $p < 0,05$) paryškintos.

Nagrinėjant atskirų ekonominių aplinkos veiksnių ir psichikos sveikatos sąsajas pastebėta, kad tarp atskirų ekonominių aplinkos veiksnių bei depresijos, nerimo ir streso buvo rastas statistiškai reikšmingas, tačiau silpnas teigiamas koreliacinis ryšys. Tai rodo, kad asmenys, kurie nagrinėtų ekonominių aplinkos veiksnių poveikį vertina kaip stipresnį, dažniau pasižymi aukštesniu depresijos, nerimo ir streso išreikštumu. Detalesnis ekonominių aplinkos veiksnių ir psichikos sveikatos rodiklių sąsajų vertinimas pateiktas žemiau (45 lentelė).

- Tyrimo rezultatai parodė, kad stipresnis gaunamų pajamų poveikio vertinimas yra statistiškai reikšmingai susijęs su stresu ($r = 0,151$; $p = 0,003$) lygiu. Tai leidžia daryti prielaidą, kad asmenys, jautriau vertinantys gaunamas pajamas, dažniau nurodo didesnį streso išreikštumą.
- Stipresnis prekių kainų augimo poveikis yra statistiškai reikšmingai susijęs su stresu ($r = 0,191$; $p < 0,001$) išreikštumu.
- Stipresnis nekilnojamojo turto brangimo poveikis yra statistiškai reikšmingai susijęs su stresu ($r = 0,143$; $p = 0,005$) išreikštumu.
- Energetikos kainų didėjimo poveikis statistiškai reikšmingai ir teigiamai koreliuoja su stresu ($r = 0,106$; $p = 0,036$). Tai rodo, kad stipresnis energetikos kainų didėjimo poveikio vertinimas yra susijęs su aukštesniu stresu išreikštumu.

- Ekonominė nelygybė poveikis statistiškai reikšmingai ir teigiamai koreliuoja su depresija ($r = 0,109$; $p = 0,03$), nerimu ($r = 0,102$ $p = 0,044$) ir stresu ($r = 0,154$; $p = 0,002$). Tai rodo, kad stipresnis ekonominės nelygybės poveikio vertinimas yra susijęs su aukštesniu depresijos, nerimo ir streso išreikštumu.
- Maisto kainų didėjimo poveikis statistiškai reikšmingai ir teigiamai koreliuoja su depresija ($r = 0,139$; $p = 0,006$), nerimu ($r = 0,164$ $p = 0,001$) ir stresu ($r = 0,227$; $p < 0,001$). Tai rodo, kad stipresnis maisto kainų didėjimo poveikio vertinimas yra susijęs su aukštesniu depresijos, nerimo ir streso išreikštumu.
- Darbo rinkos būklės poveikis statistiškai reikšmingai ir teigiamai koreliuoja su depresija ($r = 0,147$; $p = 0,004$), nerimu ($r = 0,188$ $p < 0,001$) ir stresu ($r = 0,191$; $p < 0,001$). Tai rodo, kad stipresnis darbo rinkos būklės poveikio vertinimas yra susijęs su aukštesniu depresijos, nerimo ir streso išreikštumu.

45 lentelė. *Psichikos sveikatos ir ekonominių aplinkos veiksnių sąsajos.*

Psichikos sveikatos rodiklis		Gaunamos pajamos	Prekių kainų augimas	Nekilnojamojo turto brangimas	Energetikos kainų didėjimas	Ekonominė nelygybė	Maisto kainų didėjimas	Darbo rinkos būklė
Depresija	r	0,075	0,076	0,093	0,071	0,109	0,139	0,147
	p	0,137	0,135	0,064	0,158	0,03	0,006	0,004
Nerimas	r	0,004	0,065	0,087	0,045	0,102	0,164	0,188
	p	0,939	0,195	0,084	0,371	0,044	0,001	<0,001
Stresas	r	0,151	0,191	0,143	0,106	0,154	0,227	0,191
	p	0,003	<0,001	0,005	0,036	0,002	<0,001	<0,001
PSO - 5	r	-0,028	-0,039	-0,013	0,051	0,036	-0,028	-0,019
	p	0,575	0,441	0,793	0,316	0,476	0,581	0,702

5. REZULTATŲ APTARIMAS

Nors pasauliniu mastu yra atlikta nemažai tyrimų ir studijų, kurios padėjo nustatyti aplinkos veiksnių keliama poveikį sveikatai, tačiau trūksta detalesnių tyrimų, kaip aplinkos veiksniai veikia psichikos sveikatą. Lietuvos mastu tokių tyrimų, kurie nagrinėtų psichikos sveikatos ir aplinkos sąsajas taip pat nėra daug. Šio atlikto tyrimo tikslas buvo įvertinti suaugusiųjų psichikos sveikatos ir ją lemiančių aplinkos veiksnių sąsajas, tyrimo tikslui pasiekti buvo iškelti 3 uždaviniai.

Pirmuoju uždaviniu buvo siekiama įvertinti suaugusiųjų psichikos sveikatą ir palyginti pagal sociodemografinius rodiklius. Vertinant bendrą depresijos, nerimo ir streso išreikštumą tirtoje populiacijoje, pastebėta, kad depresijos vidurkis buvo 11,69 balo, o streso vidurkis atitiko 15,21 balo. Abu vidurkiai atitinka lengvą šių simptomų išreikštumą. Verta pastebėti, kad nerimo išreikštumo balo vidurkis buvo 11,01 kas atitinka vidutinį nerimo išreikštumą. Geros savijautos balo vidurkis atitiko 54,63 balus, kas rodo, kad bendra emocinė gerovė yra vidutiniška. Nagrinėjant psichikos sveikatos rodiklių išreikštumą tarp lyties grupių, pastebėta, kad moterys patiria daugiau streso negu vyrai, o tarp depresijos ir nerimo išreikštumo tarp vyrų ir moterų statistiškai reikšmingo skirtumo nerasta. Tačiau Chaplin T ir kiti (2008), pateikė rezultatus, kad moterys patiria didesnę liūdėsį ir nerimą, o pas vyrus yra išreikštas didesnis stresas (105). Analizuojant psichikos sveikatos rodiklių pasiskirstymą tarp šeiminės padėties grupių, nustatyta, kad depresija yra statistiškai reikšmingai labiau išreikšta pas vienišus asmenis nei pas turinčius partnerį ar gyvenančius santuokoje. Nagrinėjant streso išreikštumą pastebėta, kad stresas yra labiau išreikštas pas vienišus ir pas turinčius partnerį asmenis nei pas tuos asmenis, kurie gyvena santuokoje. Nerimo išreikštumas taip pat yra didesnis pas vienišus asmenis nei gyvenančius santuokoje, o geresnė savijauta statistiškai reikšmingai geresnė yra pas vedusius arba ištekėjusius, negu pas vienišus asmenis. Kad nerimo, depresijos ir streso išreikštumas yra mažesnis pas gyvenančius santuokoje negu pas vienišus patvirtina ir kitų autorių atlikti tyrimai (106,107).

Analizuojant psichikos sveikatos rodiklių pasiskirstymą tarp skirtingų pajamų grupių pastebėta, kad grupėje, kurioje pajamos siekė iki 800 eurų, depresijos, nerimo ir streso išreikštumas buvo didesnis nei kitose grupėse, todėl galima teigti, kad mažas pajamas gaunantys asmenys gali būti linkę susidurti su didesniais psichikos sveikatos sutrikimais. Šį rezultatą patvirtina Thomson R ir kitų (2022) atlikta sisteminė apžvalga, kurios metu nustatyta, kad psichikos sveikatos problemų poveikio stiprumas buvo didesnis mažas ir vidutines pajamas gaunančių asmenų grupėje (107).

Išanalizavus psichikos sveikatos rodiklių pasiskirstymą tarp amžiaus grupių, pastebėta, kad didesnę nerimą ir stresą labiau patiria 18 – 27 metų amžiaus grupėje esantys asmenys, o vyresni 48 – 57 metų ir 58+ metų amžiaus asmenys savo bendrą savijautą vertina geriau palyginti su 18 – 27 metų asmenimis. Coller S., ir kitų (2023) atliktas skerspjūvio tyrimas parodė, kad nerimo ir depresijos lygis buvo didesnis tarp 18 – 39 metų amžiaus suaugusiųjų (108). Verta pažymėti, kad šiame tyrime autoriai atrado, kad 18 – 39 metų amžiaus grupėje suaugusiųjų depresijos lygis buvo didesnis, to nepavyko rasti mano atliekamame tyrime, nes tarp visų amžiaus grupių depresijos išreikštumo rodiklis buvo statistiškai nereikšmingas ($p > 0,05$). Analizuojant psichikos sveikatos rodiklių pasiskirstymą pagal išsilavinimo lygį, pastebėta, kad respondentai su profesiniu išsilavinimu turi didesnę depresijos ir nerimo išreikštumą palyginti su vidurinį ir aukštąjį universitetinį išsilavinimą turinčiais respondентаis.

Antruoju šio darbo uždaviniu buvo siekiama įvertinti aplinkos veiksnių poveikį tarp suaugusiųjų ir palyginti pagal sociodemografinius rodiklius. Aplinkos veiksniai buvo vertinami suskirsčius į kategorijas, kaip bendrą fizinių, socialinių ir ekonominių aplinkos veiksnių konstruklą ir taip pat kiekvienas veiksnys buvo vertinamas atskirai. Nustatyta, kad respondentai įvardino ekonominius aplinkos veiksnius kaip labiausiai veikiančius. Taip pat pastebėta, kad visų aplinkos veiksnių poveikio vertinimas yra didesnis moterų grupėje nei vyrų.

Analizuojant konkrečių fizinių aplinkos veiksnių poveikio vertinimą tarp lyčių, buvo pastebėta, kad moterys statistiškai reikšmingai ($p < 0,05$) labiau vertino žaliųjų vietų prieinamumą, geriamojo vandens kokybę, temperatūros pokyčius, saulėtą dieną, būsto kokybę ir gatvių apšvietimo poveikį negu vyrai. Atliekant šių aplinkos veiksnių poveikio vertinimą tarp miesto ir kaimo gyventojų pastebėta, kad saulėtų dienų poveikis, būsto kokybė ir gatvių apšvietimas buvo statistiškai reikšmingai ($p < 0,05$) aukščiau įvertinti mieste gyvenančių respondentų negu kaime gyvenančių. Pagal šeiminių padėtį nustatyta, kad vieniši asmenys ir partnerį turintys asmenys stipriau vertina būsto kokybės poveikį nei išsiskyrę. Nustatyta, kad asmenys uždirbantys iki 800 eurų fizinių aplinkos veiksnių poveikį jaučia labiau, nei asmenys uždirbantys virš 1201 euro. Analizuojant atskirai fizinių aplinkos veiksnių poveikio vertinimą tarp skirtingų pajamų grupių nustatyta, kad triukšmo poveikio vertinimas ir klimato kaitos poveikis yra statistiškai reikšmingai labiau išreikštas pas uždirbančius iki 800 eurų ir uždirbančius nuo 801 iki 1200 eurų negu uždirbančius daugiau nei 1201 eurą. Žaliųjų vietų prieinamumo poveikis yra statistiškai reikšmingai labiau išreikštas pas uždirbančius 801 – 1200 eurų negu uždirbančius daugiau nei 1201 eurą. Temperatūros pokyčių poveikis yra labiau išreikštas pas uždirbančius iki 800 eurų, negu uždirbančius virš 1201 euro. Nagrinėjant sąsajas tarp amžiaus, išsilavinimo ir atskirų fizinių aplinkos veiksnių, nustatyta, kad didėjant amžiui temperatūros pokyčių ir saulėtų dienų patiriamo poveikio stiprumo vertinimas mažėja. Nustatyta, kad aukštesnį išsilavinimą turinčių respondentų triukšmo, žaliųjų vietų prieinamumo, geriamojo vandens kokybės, temperatūros pokyčių, saulėtų dienų, būsto kokybės ir gatvių apšvietimo poveikio vertinimas yra stipresnis.

Analizuojant konkrečių socialinių aplinkos veiksnių poveikį tarp lyčių, buvo pastebėta, kad moterys statistiškai reikšmingai labiau vertino santykius su šeima, darbo/studijų atmosferą, sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumą, bendruomenės saugumo jausmą, kibernetinį saugumą bei karą Ukrainoje. Gyventojų migracijos iš kaimų į miestus poveikis buvo statistiškai reikšmingiau įvertinta vyrų nei moterų. Nagrinėjant socialinių veiksnių poveikio vertinimą pagal gyvenamąją vietą, pastebėta, kad bendruomenės saugumo jausmo poveikį statistiškai reikšmingai vertino mieste gyvenantys asmenys, o socialinių tinklų reklamų poveikį ir gyventojų migraciją iš kaimų į miestus, statistiškai reikšmingai vertino kaime gyvenantys respondentai. Iš socialinių aplinkos veiksnių

analizės pastebėta, kad vieniši asmenys labiau jaučia darbo ir studijų atmosferos poveikį nei išsiskyrę asmenys. Analizuojant atskirų socialinių aplinkos veiksnių poveikio vertinimą pastebėta, kad sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumo poveikio vertinimas yra statistiškai labiau išreikštas pas uždirbančius 801 – 1200 eurų negu uždirbančius virš 1201 eurų. Socialinių tinklų reklamų poveikis yra statistiškai reikšmingai labiau išreikštas pas uždirbančius iki 800 eurų ir uždirbančius 801 – 1200 eurų negu uždirbančius virš 1201 euro. Kibernetinio saugumo poveikis yra statistiškai reikšmingai labiau išreikštas tarp uždirbančių iki 800 eurų nei uždirbančių nuo 801 – 1200 eurų bei virš 1201 euro. Nagrinėjant sąryšius tarp amžiaus, išsilavinimo ir atskirų socialinių aplinkos veiksnių nustatyta, kad didėjant respondentų amžiui, statistiškai reikšmingai mažėja darbo/studijų atmosferos poveikio bei bendruomenės saugumo jausmo poveikio stiprumo vertinimas. Nustatyta, kad gyventojų migracija iš kitų valstybių su amžiumi koreliuoja statistiškai reikšmingai ir teigiamai, vadinasi galima teigti, kad didėjant amžiui gyventojų migracijos iš kitų valstybių poveikio vertinimas didėja. Analizuojant sąsajas tarp išsilavinimo ir atskirų socialinių aplinkos veiksnių, pastebėta, kad aukštesnį išsilavinimą turintys respondentai santykių su šeima, darbo/studijų atmosferos, bendruomenės saugumo jausmo, sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumo ir karo Ukrainoje poveikį vertina kaip stipriau veikianti. Gyventojų migracijos iš kaimų į miestus ir išsilavinimo sąsajos yra statistiškai reikšmingos ir neigiamai koreliuoja, vadinasi galima teigti, kad aukštesnio išsilavinimo respondentai šio aplinkos veiksnio poveikį vertina silpniau.

Analizuojant konkrečių ekonominių aplinkos veiksnių poveikį tarp lyčių, pastebėta, kad visus nagrinėtus ekonominius aplinkos veiksnius statistiškai reikšmingai labiau vertino moterys nei vyrai. Nagrinėjant atskirų ekonominių veiksnių poveikį miesto ir kaimo gyventojams, statistiškai reikšmingų skirtumų nebuvo nustatyta. Analizuojant ekonominių veiksnių poveikio vertinimą tarp šeiminių padėties, nustatyta, kad maisto kainų augimo poveikio vertinimas statistiškai reikšmingai yra labiau išreikštas tarp vienišų ir turinčių partnerį asmenų nei tarp išsiskyrusių, o prekių kainų augimo poveikis yra statistiškai labiau išreikštas pas respondentus uždirbančius iki 800 eurų ir uždirbančius 801 – 1200 eurų negu pas tuos, kurie uždirba virš 1201 euro. Nagrinėjant sąryšius tarp amžiaus, išsilavinimo ir atskirų ekonominių aplinkos veiksnių, pastebėta, kad statistiškai reikšminga ir neigiama koreliacija nustatyta tarp amžiaus ir prekių kainų augimo, nekilnojamojo turto brangimo ir maisto kainų didėjimo. Tai reiškia, kad didėjant respondentų amžiui, statistiškai reikšmingai mažėja prekių kainų augimo, nekilnojamojo turto brangimo ir maisto kainų didėjimo poveikio vertinimas. Nagrinėjant sąsajas tarp išilavinimo ir atskirų ekonominių aplinkos veiksnių, pastebėta, kad statistiškai reikšminga ir teigiama koreliacija nustatyta beveik tarp visų nagrinėtų ekonominių aplinkos veiksnių, vadinasi aukštesnį išsilavinimą turintys respondentai ekonominių veiksnių poveikį vertina stipriau.

Trečiuoju šio darbo uždaviniu buvo siekiama įvertinti psichikos sveikatos ir aplinkos veiksnių sąsajas. Psichikos sveikatos sąsajos buvo vertinamos atskirai su kiekvienu aplinkos veiksnium ir bendrame fizinio, socialinio ir ekonominio veiksnio konstrukte. Tyrimas parodė, kad stipresnis fizinių aplinkos veiksnių patiriamo poveikio vertinimas yra susijęs su aukštesniu depresijos, nerimo ir streso lygiu, o asmenys, kurie vertina socialinius veiksnius kaip stipriau juos veikiančius, dažniau patiria padidėjusį nerimą ir stresą. Nagrinėjant ekonominius aplinkos veiksnius, išsiaiškinta, kad stipresnis ekonominių veiksnių poveikio vertinimas yra susijęs su aukštesniu depresijos ir streso išreikštumo lygiu. Nagrinėjant geros psichologinės savijautos sąsajas su aplinkos veiksnių poveikio vertinimu, statistiškai reikšmingų skirtumų nebuvo rasta.

Nagrinėjant atskirų fizinių aplinkos veiksnių ir psichikos sveikatos sąsajas pastebėta, kad triukšmo, urbanizacijos, klimato kaitos, oro taršos, temperatūros pokyčių patiriamo poveikio vertinimas statistiškai reikšmingai ir teigiamai koreliuoja su depresija, nerimu ir stresu. Tai reiškia, kad stipresnis šių aplinkos veiksnių poveikio vertinimas yra susijęs su aukštesniu depresijos, nerimo ir streso lygiu. Nors šiame tyrime taikytas tyrimo metodas skyrėsi nuo kitų autorių pasirinktų tyrimų metodų, visi atlikti tyrimai parodė teigiamą ryšį tarp įvairių triukšmo šaltinių, oro taršos ir prastesnės psichikos sveikatos (52, 55, 48). Netikėtai nustatytas silpnas, tačiau statistiškai reikšmingai teigiamas ryšys tarp žaliųjų vietų prieinamumo ir streso poveikio leidžia manyti, kad didesnę žaliųjų zonų prieinamumo poveikį nurodantys asmenys taip pat dažniau patiria didesnę streso išreikštumą, tačiau Gascon M ir kt. (2018) atliktame skerspjūvio tyrime nurodoma, kad gyvenamojoje aplinkoje žalia spalva yra susijusi sumažėjusia suaugusiųjų streso tikimybe (72). Šio tyrimo gautą rezultatą vis dėlto reikėtų vertinti atsargiai, nes toks rezultatas gali būti sąlygotas kitų tarpininkaujančių veiksnių, pavyzdžiui, galbūt žalieji plotai prieinami teritorijose, kuriose streso lygis jau yra aukštesnis dėl kitų urbanistinių ar socialinių sąlygų arba stipresnį streso poveikį patiriantys asmenys labiau vertina ir pastebi žaliųjų zonų svarbą, kaip galimą atsipalaidavimo ar streso mažinimo priemonę. Taip pat tyrimo rezultatai atskleidė, kad būsto kokybės poveikio vertinimas statistiškai reikšmingai koreliuoja su nerimo ir streso išreikštumu. Nustatyta teigiama koreliacija reiškia, kad stipresnis būsto kokybės poveikio vertinimas gali būti susijęs su padidėjusiu nerimo ir streso išreikštumu.

Nagrinėjant atskirų socialinių aplinkos veiksnių ir psichikos sveikatos sąsajas pastebėta, kad stipresnio santykių su šeima poveikio vertinimas statistiškai reikšmingai ir teigiamai koreliuoja tik su stresu. Tai reiškia, kad stipresnis šio veiksnio poveikio vertinimas yra susijęs su aukštesniu streso išreikštumu. Taip pat tyrimas parodė, kad socialinių tinklų reklamų, skaitmeninių technologijų vystymosi ir gyventojų migracijos iš kitų valstybių patiriamo poveikio vertinimas, statistiškai reikšmingai ir teigiamai koreliuoja su nerimu. Tai reiškia, kad stipresnis šių socialinių aplinkos veiksnių poveikio vertinimas yra susijęs su aukštesniu nerimo išreikštumu. Darbo/studijų atmosferos,

karo Ukrainoje, kibernetinio saugumo patiriamo poveikio vertinimas, statistiškai reikšmingai ir teigiamai koreliuoja su nerimu ir stresu. Tai reiškia, kad stipresnis šių socialinių aplinkos veiksnių poveikio vertinimas yra susijęs su aukštesniu nerimo ir streso išreikštumu.

Nagrinėjant atskirų ekonominių aplinkos veiksnių ir psichikos sveikatos sąsajas pastebėta, kad ekonominės nelygybės, maisto kainų didėjimo, darbo rinkos būklės poveikio vertinimas statistiškai reikšmingai ir teigiamai koreliuoja su stresu, nerimu ir depresija. Tai reiškia, kad stipresnis šių ekonominių aplinkos veiksnių poveikio vertinimas yra susijęs su aukštesniu nerimo, depresijos ir streso išreikštumu. Taip pat tyrimas parodė, kad gaunamų pajamų, prekių kainų augimo, nekilnojamojo turto brangimo ir energetikos kainų poveikio vertinimas statistiškai reikšmingai ir teigiamai koreliuoja su stresu. Tai reiškia, kad stipresnis šių ekonominių aplinkos veiksnių poveikio vertinimas yra susijęs su aukštesniu streso išreikštumu.

5.1 Tyrimo privalumai ir trūkumai

Atliktas tyrimas yra aktualus, nes šiuo tyrimu buvo tiriamos psichikos sveikatos ir aplinkos veiksnių sąsajos, kurios šiandien yra labai svarbios ir aktualios visuomeniniu ir sveikatos požiūriu. Tyrime analizuoti skirtingi fiziniai, socialiniai ir ekonominiai aplinkos veiksniai, leidžia susidaryti platesnį vaizdą apie galimą aplinkos veiksnių poveikį psichikos sveikatai.

Aiškesniam visos visuomenės psichikos sveikatos ir aplinkos veiksnių sąsajų vertinimui būtų naudinga į tyrimą įtraukti ir asmenis iki 18 metų. Tyrimo metu vertinta subjektyvi respondentų nuomonė apie aplinkos veiksnių poveikį ir jų psichikos sveikatą, todėl norint gauti tikslesnius rezultatus, ateityje būtų tikslinga kartoti tyrimą, vertinant objektyvius aplinkos veiksnis ir psichikos sveikatos rodiklius. Taip pat būtų naudinga atlikti stebėjimo arba išilginius tyrimus norint išsiaiškinti priežastinius ryšius. Šio tyrimo metu to nepavyko padaryti, nes atlikta koreliacija tarp psichikos sveikatos rodiklių ir aplinkos veiksnių parodo tik sąsajas tarp tiriamų kintamųjų, bet neįrodo priežastinio ryšio. Taip pat, kitame tyrime būtų naudinga įtraukti ir daugiau kitokių aplinkos veiksnių, negu buvo tirta šiame tyrime. Tyrimo metu apskaičiuota daug statistiškai reikšmingų teigiamų koreliacijų, tačiau daugelis jų parodo silpną ryšį ($r < \pm 0,3$), todėl rezultatus reiktu vertinti atsargiai.

6. IŠVADOS

1. Suaugusiųjų depresijos ir streso išreikštumo lygis atitinka lengvą, o nerimo - vidutinį. Gera savijauta tirtoje populiacijoje yra vidutiniška. Nustatyta, kad pas moteris streso išreikštumo lygis yra didesnis nei pas vyrus. Vieniši asmenys turi didesnę depresijos, nerimo ir streso išreikštumo lygį nei asmenys gyvenantys santuokoje ar partnerystėje, o gera psichologinė savijauta yra geresnė pas gyvenančius santuokoje, nei pas vienišus asmenis. Depresija, nerimas ir stresas yra labiau išreikšti, pas uždirbančius mažiau, nei pas uždirbančius daugiau. Išanalizavus psichikos sveikatos rodiklių pasiskirstymą tarp amžiaus grupių, pastebėta, kad didesnę nerimą ir stresą labiau patiria 18 – 27 metų amžiaus grupėje esantys asmenys, o vyresni 48 – 57 metų ir 58+ amžiaus grupių asmenys savo bendrą savijautą vertina geriau. Respondentai su profesiniu išsilavinimu yra linkę turėti didesnę depresijos ir nerimo išreikštumo lygį palyginti su vidurinių ir aukštųjų išsilavinimą turinčiais respondентаis.
2. Suaugusieji įvardino ekonominius aplinkos veiksnius kaip labiausiai veikiančius. Nustatyta, kad moterys patiria stipresnę aplinkos veiksnių poveikį negu vyrai. Lyginant miesto ir kaimo gyventojus pastebėta, kad kaimo gyventojai stipriau vertina socialinių tinklų reklamų ir gyventojų migracijos iš kaimų į miestus poveikį, o miesto gyventojai labiau vertina saulėtų dienų, būsto kokybės, gatvių apšvietimo, bendruomenės saugumo jausmo poveikį. Pagal šeiminei padėtį nustatyta, kad vieniši asmenys ir partnerį turintys asmenys stipriau vertina būsto kokybės ir maisto kainų augimo poveikį nei išsiskyrę. Nustatyta, kad pas uždirbančius mažiau pajamų yra stipriau išreikštas fizinių, socialinių ir ekonominių aplinkos veiksnių poveikis negu pas uždirbančius daugiau. Nagrinėjant sąsajas tarp amžiaus ir atskirų aplinkos veiksnių, nustatyta, kad didėjant amžiui temperatūros pokyčių, saulėtų dienų, prekių kainų augimo, nekilnojamojo turto brangimo, maisto kainų didėjimo, darbo/studijų atmosferos, bendruomenės saugumo jausmo patiriamo poveikio stiprumo vertinimas mažėja, o gyventojų migracijos iš kitų valstybių poveikio vertinimas didėja. Nagrinėjant sąsajas tarp išsilavinimo ir aplinkos veiksnių, nustatyta, kad didėjant išsilavinimui didėja fizinių, socialinių ir ekonominių aplinkos veiksnių poveikio vertinimas.
3. Analizuojant aplinkos veiksnių ir psichikos sveikatos sąsajas, nustatyta, kad stipresnis fizinių, socialinių ir ekonominių aplinkos veiksnių poveikio vertinimas statistiškai reikšmingai ir teigiamai susijęs su stipresniu depresijos, nerimo ir streso išreikštumu. Išsamesnė fizinių aplinkos veiksnių analizė parodė, kad aukštesnis triukšmo, urbanizacijos, klimato kaitos, oro taršos ir temperatūros poveikio vertinimas reikšmingai ir teigiamai siejasi su aukštesniu depresijos, nerimo ir streso išreikštumu, o didesnis būsto kokybės poveikio vertinimas siejasi su didesniu nerimo ir streso išreikštumu. Tarp socialinių aplinkos veiksnių, didesnis šeimos

santykių poveikio vertinimas statistiškai reikšmingai ir teigiamai siejasi su didesniu streso išreikštumu. Aukštesnis socialinių tinklų reklamų, skaitmeninių technologijų vystymosi ir gyventojų migracijos iš kitų valstybių poveikio vertinimas statistiškai reikšmingai ir teigiamai siejasi su didesniu nerimo išreikštumu. O aukštesnis darbo/studijų atmosferos, karo Ukrainoje, kibernetinio saugumo poveikio vertinimas siejasi su didesniu nerimo ir streso išreikštumu. Ekonominių veiksnių analizė parodė, kad didesnis ekonominės nelygybės, maisto kainų ir darbo rinkos būklės poveikio vertinimas statistiškai reikšmingai ir teigiamai susijęs su didesniu streso, nerimo ir depresijos išreikštumu. Taip pat aukštesnis gaunamų pajamų, prekių kainų augimo, nekilnojamojo turto brangimo ir energetikos kainų didėjimo poveikio vertinimas susijęs su didesniu streso išreikštumu.

7. REKOMENDACIJOS

1. Tyrimas atskleidė silpnas sąsajas tarp nagrinėtų aplinkos veiksnių ir psichikos sveikatos, todėl rekomenduojama ateityje kartoti tyrimą, į tyrimą įtraukiant daugiau kitų aplinkos veiksnių.
2. Atsižvelgiant į tai, kad moterys, vieniši, mažiau uždirbantys ir jauni suaugusieji susiduria su didesniu depresijos, nerimo ir streso išreikštumu, rekomenduojama šioms grupėms skirti didesnę dėmesį rengiant psichikos sveikatos prevencines programas.

LITERATŪROS SĄRAŠAS

1. Mental health [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2025 m. balandžio 7 d.]. Adresas: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
2. Are actual and perceived environmental conditions associated with variation in mental health? Environmental Research. 2023 m. balandžio 15 d.;223:115398.
3. Mental health [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2025 m. balandžio 7 d.]. Adresas: <https://www.who.int/health-topics/mental-health>
4. Social determinants of mental health [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2025 m. balandžio 8 d.]. Adresas: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241506809>
5. James P, Kawachi I. Emerging directions in the study of the environmental determinants of mental health: commentary on the MINDMAP Project. Journal of Epidemiology and Community Health. 2021 m. balandžio 7 d.;75(5):417.
6. Bertolote J. The roots of the concept of mental health. World Psychiatry. 2008 m. birželio 1 d.;7(2):113–6.
7. De Montmollin D, Galen, Harkins PW, Riese W. Galen: On the Passions and Errors of the Soul. Phoenix. 1966 m.;20(1):93.
8. Origins of Mental Health | Johns Hopkins | Bloomberg School of Public Health [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2024 m. gruodžio 28 d.]. Adresas: <https://publichealth.jhu.edu/departments/mental-health/about/origins-of-mental-health>
9. A Mind That Found Itself, by Clifford Whittingham Beers. [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2024 m. lapkričio 3 d.]. Adresas: <https://www.gutenberg.org/files/11962/11962-h/11962-h.htm>
10. Health WEC on M, Organization WH. Expert Committee on Mental Health : report on the second session, Geneva, 11-16 September 1950 [Prieiga per internetą]. World Health Organization; 1951 [žiūrėta 2024 m. lapkričio 3 d.]. Adresas: <https://iris.who.int/handle/10665/37982>
11. Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2024 m. gruodžio 28 d.]. Adresas: <https://www.who.int/publications/i/item/9241562943>
12. Deacon BJ. The biomedical model of mental disorder: A critical analysis of its validity, utility, and effects on psychotherapy research. Clinical Psychology Review. 2013 m. lapkričio 1 d.;33(7):846–61.
13. Victor DF. The Biomedical Model Of Mental Disorder. [žiūrėta 2024 m. lapkričio 18 d.]; Adresas: <https://www.hilarispublisher.com/proceedings/the-biomedical-model-of-mental-disorder-37002.html>

14. MHE-Psychosocial-model-Toolkit.pdf [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2025 m. balandžio 6 d.].
Adresas: <https://www.mhe-sme.org/wp-content/uploads/2023/04/MHE-Psychosocial-model-Toolkit.pdf>
15. Committee on Developing Evidence-Based Standards for Psychosocial Interventions for Mental Disorders, Board on Health Sciences Policy, Institute of Medicine. Psychosocial Interventions for Mental and Substance Use Disorders: A Framework for Establishing Evidence-Based Standards [Prieiga per internetą]. England MJ, Butler AS, Gonzalez ML, sudarytojai. Washington (DC): National Academies Press (US); 2015 [žiūrėta 2024 m. gruodžio 28 d.]. (The National Academies Collection: Reports funded by National Institutes of Health). Adresas: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK305126/>
16. Vigo D, Thornicroft G, Atun R. Estimating the true global burden of mental illness. *Lancet Psychiatry*. 2016 m. vasario;3(2):171–8.
17. Key Substance Use and Mental Health Indicators in the United States: Results from the 2022 National Survey on Drug Use and Health. 2022 m.;
18. OECD, European Union. Health at a Glance: Europe 2018: State of Health in the EU Cycle [Prieiga per internetą]. OECD; 2018 [žiūrėta 2024 m. gruodžio 29 d.]. (Health at a Glance: Europe). Adresas: https://www.oecd.org/en/publications/health-at-a-glance-europe-2018_health_glance_eur-2018-en.html
19. Munizza C, Argentero P, Coppo A, Tibaldi G, Giannantonio MD, Picci RL, ir kt. Public Beliefs and Attitudes towards Depression in Italy: A National Survey. *PLOS ONE*. 2013 m. gegužės 20 d.;8(5):e63806.
20. OECD [Prieiga per internetą]. 2022 [žiūrėta 2024 m. gruodžio 29 d.]. Health at a Glance: Europe 2022. Adresas: https://www.oecd.org/en/publications/health-at-a-glance-europe-2022_507433b0-en.html
21. OECD [Prieiga per internetą]. 2021 [žiūrėta 2024 m. gruodžio 30 d.]. Tackling the mental health impact of the COVID-19 crisis: An integrated, whole-of-society response. Adresas: https://www.oecd.org/en/publications/tackling-the-mental-health-impact-of-the-covid-19-crisis-an-integrated-whole-of-society-response_0cca0b-en.html
22. Baarck J, Balahur-Dobrescu A, Cassio LG, D’hombres B, Pasztor Z, Tintori G. JRC Publications Repository. 2021 [žiūrėta 2024 m. gruodžio 30 d.]. Loneliness in the EU. Insights from surveys and online media data. Adresas: <https://publications.jrc.ec.europa.eu/repository/handle/JRC125873>
23. Psichikos_ir_elgesio_sutrikimu_paplitimas_2014_2023_m.
24. Schlack R, Peerenboom N, Neuperdt L, Junker S, Beyer AK. The effects of mental health problems in childhood and adolescence in young adults: Results of the KiGGS cohort. *J Health Monit*. 2021 m. gruodžio 8 d.;6(4):3–19.

25. Copeland WE, Wolke D, Shanahan L, Costello EJ. Adult Functional Outcomes of Common Childhood Psychiatric Problems: A Prospective, Longitudinal Study. *JAMA Psychiatry*. 2015 m. rugsėjo;72(9):892–9.
26. <https://www.unicef.org/media/108121/file/SOWC-2021-Europe-regional-brief.pdf> [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2025 m. sausio 2 d.]. Adresas: <https://www.unicef.org/media/108121/file/SOWC-2021-Europe-regional-brief.pdf>
27. Polanczyk GV, Salum GA, Sugaya LS, Caye A, Rohde LA. Annual research review: A meta-analysis of the worldwide prevalence of mental disorders in children and adolescents. *J Child Psychol Psychiatry*. 2015 m. kovo;56(3):345–65.
28. Mackereth CJ, Brown JS, Learmonth AM. *Promoting Public Mental Health and Well-being: Principles into Practice*. Jessica Kingsley Publishers; 2014. 306 p.
29. Behere AP, Basnet P, Campbell P. Effects of Family Structure on Mental Health of Children: A Preliminary Study. *Indian J Psychol Med*. 2017 m.;39(4):457–63.
30. Mental health of adolescents [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2025 m. balandžio 6 d.]. Adresas: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
31. World Health Organization. *Global status report on alcohol and health 2018* [Prieiga per internetą]. Geneva: World Health Organization; 2018 [žiūrėta 2025 m. balandžio 6 d.]. 450 p. Adresas: <https://iris.who.int/handle/10665/274603>
32. Johnson D, Dupuis G, Piche J, Clayborne Z, Colman I. Adult mental health outcomes of adolescent depression: A systematic review. *Depress Anxiety*. 2018 m. rugpjūčio;35(8):700–16.
33. Mental health of older adults [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2025 m. gegužės 9 d.]. Adresas: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults>
34. Global prevalence of social isolation among community-dwelling older adults: A systematic review and meta-analysis. *Archives of Gerontology and Geriatrics*. 2023 m. balandžio 1 d.;107:104904.
35. Yon Y, Mikton CR, Gassoumis ZD, Wilber KH. Elder abuse prevalence in community settings: a systematic review and meta-analysis. *The Lancet Global Health*. 2017 m. vasario 1 d.;5(2):e147–56.
36. Braveman P, Gottlieb L. *The Social Determinants of Health: It's Time to Consider the Causes of the Causes*. *Public Health Rep*. 2014 m.;129(Suppl 2):19–31.
37. Routledge & CRC Press [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2025 m. sausio 19 d.]. *Space, Place and Mental Health*. Adresas: <https://www.routledge.com/Space-Place-and-Mental-Health/Curtis/p/book/9781138260009>

38. Yadav (MA) S, Drew (PhD) C. 15 Environmental Factors Examples [Prieiga per internetą]. 2023 [žiūrėta 2025 m. sausio 19 d.]. Adresas: <https://helpfulprofessor.com/environmental-factors-examples/>
39. Council (US) NR, Medicine (US) I of, Woolf SH, Aron L. Physical and Social Environmental Factors. US Health in International Perspective: Shorter Lives, Poorer Health [Prieiga per internetą]. National Academies Press (US); 2013 [žiūrėta 2025 m. sausio 19 d.]. Adresas: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK154491/>
40. Europe WHORO for. Burden of disease from environmental noise: quantification of healthy life years lost in Europe [Prieiga per internetą]. World Health Organization. Regional Office for Europe; 2011 [žiūrėta 2025 m. kovo 6 d.]. Adresas: <https://iris.who.int/handle/10665/326424>
41. Noise [Prieiga per internetą]. 2024 [žiūrėta 2025 m. kovo 6 d.]. Adresas: <https://www.eea.europa.eu/en/topics/in-depth/noise>
42. Environmental noise in Europe — 2020 [Prieiga per internetą]. 2020 [žiūrėta 2025 m. kovo 6 d.]. Adresas: <https://www.eea.europa.eu/en/analysis/publications/environmental-noise-in-europe>
43. Rylander R. Physiological aspects of noise-induced stress and annoyance. *Journal of Sound and Vibration*. 2004 m. spalio 22 d.;277(3):471–8.
44. Hahad O, Bayo Jimenez MT, Kuntic M, Frenis K, Steven S, Daiber A, ir kt. Cerebral consequences of environmental noise exposure. *Environment International*. 2022 m. liepos 1 d.;165:107306.
45. Babisch W. The Noise/Stress Concept, Risk Assessment and Research Needs. *Noise Health*. 2002 m.;4(16):1–11.
46. Alvaro PK, Roberts RM, Harris JK. A Systematic Review Assessing Bidirectionality between Sleep Disturbances, Anxiety, and Depression. *Sleep*. 2013 m. liepos 1 d.;36(7):1059–68.
47. Environmental Noise-Induced Effects on Stress Hormones, Oxidative Stress, and Vascular Dysfunction: Key Factors in the Relationship between Cerebrocardiovascular and Psychological Disorders - Hahad - 2019 - Oxidative Medicine and Cellular Longevity - Wiley Online Library [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2025 m. kovo 7 d.]. Adresas: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1155/2019/4623109>
48. Hegewald J, Schubert M, Freiberg A, Romero Starke K, Augustin F, Riedel-Heller SG, ir kt. Traffic Noise and Mental Health: A Systematic Review and Meta-Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020 m. sausio;17(17):6175.
49. Lan Y, Roberts H, Kwan MP, Helbich M. Transportation noise exposure and anxiety: A systematic review and meta-analysis. *Environ Res*. 2020 m. gruodžio;191:110118.
50. Park M, Nari F, Jeong W, Park EC, Jang SI. Association between occupational noise and vibration and anxiety in the South Korean working population: a cross-sectional study. *J Occup Med Toxicol*. 2022 m. sausio 3 d.;17(1):1.

51. Noise annoyance predicts symptoms of depression, anxiety and sleep disturbance 5 years later. Findings from the Gutenberg Health Study | European Journal of Public Health | Oxford Academic [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2025 m. kovo 7 d.]. Adresas: <https://academic.oup.com/eurpub/article/30/3/487/5731324?login=false>
52. Block ML, Calderón-Garcidueñas L. Air pollution: mechanisms of neuroinflammation and CNS disease. Trends in Neurosciences. 2009 m. rugsėjo 1 d.;32(9):506–16.
53. Kioumourtoglou MA, Power MC, Hart JE, Okereke OI, Coull BA, Laden F, ir kt. The Association Between Air Pollution and Onset of Depression Among Middle-Aged and Older Women. Am J Epidemiol. 2017 m. gegužės 1 d.;185(9):801–9.
54. Khan A, Plana-Ripoll O, Antonsen S, Brandt J, Geels C, Landecker H, ir kt. Environmental pollution is associated with increased risk of psychiatric disorders in the US and Denmark. PLOS Biology. 2019 m. rugpjūčio 20 d.;17(8):e3000353.
55. Brokamp C, Strawn JR, Beck AF, Ryan P. Pediatric Psychiatric Emergency Department Utilization and Fine Particulate Matter: A Case-Crossover Study. Environmental Health Perspectives [Prieiga per internetą]. 2019 m. rugsėjo 25 d. [žiūrėta 2025 m. kovo 10 d.]; Adresas: <https://ehp.niehs.nih.gov/doi/10.1289/EHP4815>
56. H O, A L, I Z. Particulate air pollution and its impact on health in Vilnius and Kaunas. Medicina (Kaunas, Lithuania) [Prieiga per internetą]. 2012 m. [žiūrėta 2025 m. kovo 10 d.];48(9). Adresas: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23168922/>
57. World Economic Forum [Prieiga per internetą]. 2022 [žiūrėta 2025 m. kovo 10 d.]. This is the impact of air pollution on your brain and mental health. Adresas: <https://www.weforum.org/stories/2022/11/impact-air-pollution-brain-mental-health/>
58. Klimato kaitos priežastys - Europos Komisija [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2025 m. kovo 26 d.]. Adresas: https://climate.ec.europa.eu/climate-change/causes-climate-change_lt
59. McMichael AJ, Woodruff RE, Hales S. Climate change and human health: present and future risks. Lancet. 2006 m. kovo 11 d.;367(9513):859–69.
60. Lawrance EL, Thompson ,Rhianon, Newberry Le Vay ,Jessica, Page ,Lisa, and Jennings N. The Impact of Climate Change on Mental Health and Emotional Wellbeing: A Narrative Review of Current Evidence, and its Implications. International Review of Psychiatry. 2022 m. liepos 4 d.;34(5):443–98.
61. Heinz A. The impact of climate change on mental health. European Psychiatry. 2024 m. balandžio;67(S1):S1–S1.
62. Associations between high ambient temperatures and heat waves with mental health outcomes: a systematic review. Public Health. 2018 m. rugpjūčio 1 d.;161:171–91.
63. Berry HL, Bowen K, Kjellstrom T. Climate change and mental health: a causal pathways framework. Int J Public Health. 2010 m. balandžio 1 d.;55(2):123–32.

64. Nitschke M, Tucker GR, Hansen AL, Williams S, Zhang Y, Bi P. Impact of two recent extreme heat episodes on morbidity and mortality in Adelaide, South Australia: a case-series analysis. *Environmental Health*. 2011 m. gegužės 19 d.;10(1):42.
65. Tawatsupa B, Lim ,LynetteL-Y., Kjellstrom ,Tord, Seubsman ,Sam-ang, Sleigh ,Adrian, and. The association between overall health, psychological distress, and occupational heat stress among a large national cohort of 40,913 Thai workers. *Global Health Action*. 2010 m. gruodžio 1 d.;3(1):5034.
66. S W, J M, K U. Solastalgia: living with the environmental damage caused by natural disasters. *Prehospital and disaster medicine* [Prieiga per internetą]. 2014 m. vasario [žiūrėta 2025 m. kovo 28 d.];29(1). Adresas: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24438454/>
67. the Guardian [Prieiga per internetą]. 2024 [žiūrėta 2025 m. kovo 28 d.]. Overwhelming majority of young Americans worry about climate crisis. Adresas: <https://www.theguardian.com/environment/2024/oct/17/young-americans-climate-change>
68. Sel B, Av S, J VH. The Psychological Effects of Climate Change on Children. *Current psychiatry reports* [Prieiga per internetą]. 2018 m. lapkričio 4 d. [žiūrėta 2025 m. kovo 28 d.];20(5). Adresas: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29637319/>
69. Intergovernmental Panel On Climate Change (Ipcc). *Climate Change 2021 – The Physical Science Basis: Working Group I Contribution to the Sixth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change* [Prieiga per internetą]. 1-asis leid. Cambridge University Press; 2023 [žiūrėta 2025 m. kovo 28 d.]. Adresas: <https://www.cambridge.org/core/product/identifier/9781009157896/type/book>
70. Spatial dimensions of the influence of urban green-blue spaces on human health: A systematic review. *Environmental Research*. 2020 m. sausio 1 d.;180:108869.
71. Long-term exposure to residential green and blue spaces and anxiety and depression in adults: A cross-sectional study. *Environmental Research*. 2018 m. balandžio 1 d.;162:231–9.
72. The Experience of Nature [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2025 m. kovo 30 d.]. Adresas: https://books.google.com/books/about/The_Experience_of_Nature.html?hl=lt&id=7l80AAAAIAAJ
73. Am D, P L, Mhem B, D S, N P, S N, ir kt. Does greenery experienced indoors and outdoors provide an escape and support mental health during the COVID-19 quarantine? *Environmental research* [Prieiga per internetą]. 2021 m. gegužės [žiūrėta 2025 m. kovo 30 d.];196. Adresas: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33157110/>
74. How do different types and characteristics of green space impact mental health? A scoping review - Beute - 2023 - *People and Nature* - Wiley Online Library [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2025 m. kovo 31 d.]. Adresas: <https://besjournals.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/pan3.10529>

75. Green and blue spaces and mental health: new evidence and perspectives for action [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2025 m. kovo 31 d.]. Adresas: <https://www.who.int/europe/publications/i/item/9789289055666>
76. Matukynienė K, Bacevičienė M, Jankauskienė R. PRIEIGA PRIE ŽALIŲJŲ PLOTŲ, RYŠYS SU GAMTA, ATKURIAMASIS GAMTOS POVEIKIS IR PSICHOLOGINĖ GEROVĖ TIRIANT LIETUVOS GYVENTOJŲ IMTĮ. VISUOMENĖS SVEIKATA.
77. M G, W Z, C V, Mp W, Mj N. Outdoor blue spaces, human health and well-being: A systematic review of quantitative studies. International journal of hygiene and environmental health [Prieiga per internetą]. 2017 m. lapkričio [žiūrėta 2025 m. kovo 31 d.];220(8). Adresas: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28843736/>
78. Residential exposure to visible blue space (but not green space) associated with lower psychological distress in a capital city. Health & Place. 2016 m. gegužės 1 d.;39:70–8.
79. Çalıyurt O. The Mental Health Consequences of the Global Housing Crisis. Alpha Psychiatry. 2022 m. lapkričio 1 d.;23(6):264.
80. Carrere J, Vásquez-Vera H, Pérez-Luna A, Novoa AM, Borrell C. Housing Insecurity and Mental Health: the Effect of Housing Tenure and the Coexistence of Life Insecurities. Journal of Urban Health : Bulletin of the New York Academy of Medicine. 2022 m. kovo 18 d.;99(2):268.
81. Table 3.1, Measures of crowding [Prieiga per internetą]. World Health Organization; 2018 [žiūrėta 2025 m. balandžio 5 d.]. Adresas: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK535289/table/ch3.tab2/>
82. How Housing Quality Affects Child Mental Health | Housing Matters [Prieiga per internetą]. 2017 [žiūrėta 2025 m. balandžio 5 d.]. Adresas: <https://housingmatters.urban.org/articles/how-housing-quality-affects-child-mental-health>
83. Housing and neighborhood physical quality: Children’s mental health and motivation. Journal of Environmental Psychology. 2017 m. birželio 1 d.;50:17–23.
84. Vaid U. Physical and mental health impacts of housing improvement: A quasi-experimental evaluation of in-situ slum redevelopment in India. Journal of Environmental Psychology. 2023 m. kovo 1 d.;86:101968.
85. Dhiman DB. How Social Environment Influences People’s Behavior: A Critical Review. 2023 m. balandžio 10 d. [žiūrėta 2025 m. balandžio 7 d.]; Adresas: <https://papers.ssrn.com/abstract=4417597>
86. (PDF) The impact of the social environment on children’s mental health in a prosperous city: An analysis with data from the city of Munich [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2025 m. balandžio 6d.].Adresas:https://www.researchgate.net/publication/43246488_The_impact_of_the_social_environment_on_children%27s_mental_health_in_a_prosperous_city_An_analysis_with_data_from_the_city_of_Munich

87. Tang J, Zhang J, Li W, Wang M, Cheng J, Zhang B, ir kt. How growing up without siblings affects the adult brain and behaviour in the CHIMGEN cohort. *Nat Hum Behav.* 2025 m. kovo 31 d.;1–18.
88. McLaughlin KA, Kubzansky LD, Dunn EC, Waldinger R, Vaillant G, Koenen KC. Childhood Social Environment, Emotional Reactivity to Stress, and Mood and Anxiety Disorders across the Life Course. *Depress Anxiety.* 2010 m. gruodžio;27(12):1087–94.
89. (PDF) The Relationship between School Social Environment and Mental Health of Adolescents. ResearchGate [Prieiga per internetą]. 2024 m. spalio 22 d. [žiūrėta 2025 m. balandžio 6 d.]; Adresas: https://www.researchgate.net/publication/384721504_The_Relationship_between_School_Social_Environment_and_Mental_Health_of_Adolescents
90. Main ASD, Xie B. Social Environment and Mental and Behavioral Health Outcomes in Older Adults: A Critical Review. *Innovation in Aging.* 2020 m. gruodžio 16 d.;4(Suppl 1):467.
91. The influence of social and economic environment on health. *One Health* [Prieiga per internetą]. Academic Press; 2022 [žiūrėta 2025 m. sausio 20 d.]. p. 205–29. Adresas: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/B9780128227947000058>
92. Evans GW. The built environment and mental health. *Journal of Urban Health : Bulletin of the New York Academy of Medicine.* 2003 m. gruodžio;80(4):536.
93. Lorant V, Delière D, Eaton W, Robert A, Philippot P, Ansseau M. Socioeconomic Inequalities in Depression: A Meta-Analysis. *American Journal of Epidemiology.* 2003 m. sausio 15 d.;157(2):98–112.
94. Income inequality and population health: A review and explanation of the evidence. *Social Science & Medicine.* 2006 m. balandžio 1 d.;62(7):1768–84.
95. Early-life income inequality and adolescent health and well-being. *Social Science & Medicine.* 2017 m. vasario 1 d.;174:197–208.
96. Stuckler D, Basu S, Suhrcke M, Coutts A, McKee M. The public health effect of economic crises and alternative policy responses in Europe: an empirical analysis. *The Lancet.* 2009 m. liepos 25 d.;374(9686):315–23.
97. Virtanen M, Kivimäki M, Joensuu M, Virtanen P, Elovainio M, Vahtera J. Temporary employment and health: a review. *Int J Epidemiol.* 2005 m. birželio;34(3):610–22.
98. (PDF) Psychological and Physical Well-Being During Unemployment: A Meta-Analytic Study. ResearchGate [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2025 m. gegužės 7 d.]; Adresas: https://www.researchgate.net/publication/8089237_Psychological_and_Physical_Well-Being_During_Unemployment_A_Meta-Analytic_Study
99. Mental Health ATLAS 2020 [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2025 m. gegužės 8 d.]. Adresas: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240036703>

100. (PDF) Poverty and mental disorders: Breaking the cycle in low-income and middle-income countries. ResearchGate [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2025 m. gegužės 8 d.]; Adresas: https://www.researchgate.net/publication/51726463_Poverty_and_mental_disorders_Breaking_the_cycle_in_low-income_and_middle-income_countries
101. Scribd [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2025 m. kovo 12 d.]. K.Kardelis Mokslinių Tyrimų Metodologija Ir Metodai | PDF. Adresas: <https://www.scribd.com/doc/37948910/K-Kardelis-Mokslini%C5%B3-tyrim%C5%B3-metodologija-ir-metodai>
102. Lovibond PF, Lovibond SH. The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. Behaviour Research and Therapy. 1995 m. kovo;33(3):335–43.
103. DASS-21.pdf [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2025 m. balandžio 26 d.]. Adresas: <https://maic.qld.gov.au/wp-content/uploads/2016/07/DASS-21.pdf>
104. who-5_lithuanian.pdf [Prieiga per internetą]. [žiūrėta 2025 m. kovo 12 d.]. Adresas: [https://cdn.who.int/media/docs/default-source/mental-health/five-well-being-index-\(who-5\)/who-5_lithuanian.pdf?sfvrsn=c8b9d7fc_3](https://cdn.who.int/media/docs/default-source/mental-health/five-well-being-index-(who-5)/who-5_lithuanian.pdf?sfvrsn=c8b9d7fc_3)
105. Chaplin TM, Hong K, Bergquist K, Sinha R. Gender Differences in Response to Emotional Stress: An Assessment Across Subjective, Behavioral, and Physiological Domains and Relations to Alcohol Craving. Alcohol Clin Exp Res. 2008 m. liepos;32(7):1242–50.
106. Scott KM, Wells JE, Angermeyer M, Brugha TS, Bromet E, Demyttenaere K, ir kt. Gender and the relationship between marital status and first onset of mood, anxiety and substance use disorders. Psychol Med. 2010 m. rugsėjo;40(9):1495–505.
107. Vaingankar JA, Abidin E, Chong SA, Shafie S, Sambasivam R, Zhang YJ, ir kt. The association of mental disorders with perceived social support, and the role of marital status: results from a national cross-sectional survey. Archives of Public Health. 2020 m. spalio 28 d.;78(1):108.
108. Collier Villaume S, Chen S, Adam EK. Age Disparities in Prevalence of Anxiety and Depression Among US Adults During the COVID-19 Pandemic. JAMA Netw Open. 2023 m. lapkričio 30 d.;6(11):e2345073.

PRIEDAI

1 PRIEDAS

ANKETA

Gerb. Respondente,
esu Vilniaus Universiteto Visuomenės sveikatos magistro 2 kurso studentė Agnė Rudžionytė.
Rengiu baigiamąjį darbą, kurio tikslas – įvertinti psichikos sveikatos ir ją lemiančių aplinkos
veiksnių sąsajas.

Maloniai kviečiu Jus dalyvauti tyrime ir atsakyti į klausimus, pasirinkus Jums tinkamiausią
atsakymo variantą. Pateikdami savo atsakymus, Jūs išreiškiate savo sutikimą dalyvauti tyrime.
Apklausa yra anoniminė ir konfidenciali, o gauti duomenys bus naudojami tik moksliniais tikslais.

Jeigu turite klausimų, prašome kreiptis nurodytu el. paštu: agne.rudzionyte@mf.stud.vu.lt
Ačiū už skirtą laiką!

**Jeigu jums prireiktu emocinės ar psichologinės pagalbos, galite kreiptis žemiau nurodytais
telefonais:**

Jaunimo linija 0 800 28888 arba pokalbiu internetu: <https://jaunimolinija.lt/>

Moterų linija 8 800 66366 arba pokalbiu internetu: <https://pagalbosmoterimslinija.lt/>

Vyrų linija +370 604 11119 arba pokalbiu internetu: <https://nelikvienas.lt/pagalba/>

I. DALIS

Depresijos, nerimo ir streso skalė DASS – 21

**Įdėmiai perskaitykite teiginius ir įvertinkite juos skalėje nuo 0 iki 3, kaip jautėtės per
pastarąją savaitę.**

Vertinimo skalė:

0 = Visiškai man netinka arba Niekada

1 = Šiek tiek man tinka arba Kartais

2 = Visai man tinka arba Dažnai

3 = Labai man tinka arba Beveik visada

Nr.	Teiginys	Visiškai man netinka/ niekada	Šiek tiek man tinka/Kartais	Visai man tinka/ Dažnai	Labai man tinka / Beveik visada
1.	Būdavo sunku nurimti.	0	1	2	3
2.	Jaučiau, kad džiūsta burna.	0	1	2	3
3.	Atrodė, kad visiškai negaliu patirti jokių teigiamų jausmų.	0	1	2	3
4.	Būdavo sunku kvėpuoti (pvz., net ir be fizinio aktyvumo pradėdavau dažnai kvėpuoti ar pritrūkdavo oro).	0	1	2	3
5.	Buvo sunku atrasti jėgų ką nors veikti	0	1	2	3

6.	Buvau linkęs (-usi) perdėti reaguoti į situaciją.	0	1	2	3
7.	Jaučiau drebulį (pvz., rankų)	0	1	2	3
8.	Jaučiausi psichologiškai išsekęs (-usi).	0	1	2	3
9.	Jaudinausi dėl situacijų, kuriose galiu supanikuoti ir apsikvailinti.	0	1	2	3
10.	Jaučiau, kad neturiu ko laukti ateityje.	0	1	2	3
11.	Pastebėdavau, kad pradėdau jaudintis.	0	1	2	3
12.	Buvo sunku atsipalaiduoti.	0	1	2	3
13.	Jaučiausi nusiminęs (-usi).	0	1	2	3
14.	Buvo sunku pakęsti, kai kiti mane sutrukdydavo.	0	1	2	3
15.	Jaučiausi arti panikos ribos.	0	1	2	3
16.	Niekas manęs nedomino.	0	1	2	3
17.	Jaučiausi mažai ko vertas (-a)	0	1	2	3
18.	Jaučiausi gana lengvai suerzinamas (-a).	0	1	2	3
19.	Jaučiau savo širdies plakimą nesant fizinio aktyvumo (pvz., jaučiau padažnęjusį širdies ritmą, ritmo sutrikimą).	0	1	2	3
20.	Jaučiau baimę be aiškos priežasties.	0	1	2	3
21.	Jaučiau, kad gyvenimas yra beprasmiškas.	0	1	2	3

II. DALIS

PSO (5) geros savijautos rodiklis

Prašome pažymėti prie kiekvieno iš penkių teiginių geriausiai Jums tinkantį atsakymą apie tai, kaip jūs jautėtės per pastarąsias dvi savaites. Atkreipkite dėmesį, kad didesnis skaičius žymi geresnę savijautą.

Per pastarąsias dvi savaites	Visą laiką	Beveik visą laiką	Daugiau nei pusę laiko	Mažiau nei pusę to laiko	Kartais	Niekada
1. Jaučiausi linksmas ir pakilios nuotaikos	5	4	3	2	1	0
2. Jaučiausi ramus ir atsipalaidavęs	5	4	3	2	1	0
3. Jaučiausi aktyvus ir energingas	5	4	3	2	1	0
4. Atsibudęs jaučiausi žvalus ir pailsėjęs	5	4	3	2	1	0
5. Mano kasdieniniame gyvenime buvo daug mane dominančių dalykų	5	4	3	2	1	0

III. DALIS

Įvertinkite nuo 1 iki 5 kaip stipriai jus veikia nurodyti fizinės aplinkos veiksniai: (Čia 1 – visiškai neveikia, 2 – mažai veikia, 3 – vidutiniškai veikia , 4 – stipriai veikia ; 5 – labai stipriai veikia)

Kaip stipriai jus veikia.....

	1 – visiškai neveikia	2 – mažai veikia	3 – vidutiniškai veikia	4 – Stipriai veikia	5 – labai stipriai veikia
Triukšmas (pvz. Eismas, statybos, kaimynai)					
Urbanizacija					
Žaliųjų vietų prieinamumas (miškų, pievų, parkų)					
Klimato kaita					

Oro tarša (pvz., smogas, dulkės, transporto išmetamosios dujos)					
Geriamojo vandens kokybė					
Temperatūros pokyčiai (karščio bangos, šalčiai, audros)					
Saulėtos dienos					
Būsto kokybė (pelėsis, drėgmė, prasta ventiliacija)					
Gatvių apšvietimas					

Įvertinkite nuo 1 iki 5 kaip stipriai jus veikia nurodyti socialinės aplinkos veiksniai: (Čia 1 – visiškai neveikia, 2 – mažai veikia, 3 – visutiniškai veikia , 4 – stipriai veikia ; 5 – labai stipriai veikia)

Kaip stipriai jus veikia.....

	1 – visai neveikia	2 – mažai veikia	3 – vidutiniškai veikia	4 – stipriai veikia	5 – labai stipriai veikia
Santykiai su šeima ir artimaisiais					
Darbo/ studijų aplinkos atmosfera ir kolegų bendravimas					
Sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumas					
Bendruomenės saugumo jausmas					
Socialinių tinklų reklamos					
Gyventojų migracija iš kitų valstybių					

Gyventojų migracija iš kaimų į miestus					
Skaitmeninių technologijų vystymasis					
Kibernetinis saugumas					
Karas Ukrainoje					

Įvertinkite nuo 1 iki 5 kaip stipriai jus veikia nurodyti ekonominiai aplinkos veiksniai: (Čia 1 – visiškai neveikia, 2 – mažai veikia, 3 – visutiniškai veikia , 4 – stipriai veikia ; 5 – labai stipriai veikia)

Kaip stipriai jus veikia.....

	1 - neveikia	2 – silpnai veikia	3 – Veikia vidutiniškai	4 – Veikia stipriai	5 – veikia labai stipriai
Gaunamos pajamos					
Prekių bei paslaugų kainų augimas					
Įsigijamo būsto brangimas					
Darbo rinkos būklė (nedarbo lygis, darbo vietų pasiūla)					
Energetikos kainų didėjimas (kuras, elektra)					
Ekonominė nelygybė					
Maisto kainų didėjimas kavinėse/restoranuose					

IV. DALIS

Demografinė statistika

Jūsų lytis

- ☐ Vyras
☐ Moteris
☐ Kita

Jūsų amžius (įrašykite).....

Jūsų išsilavinimas:

- ☐ Pradinis
☐ Vidurinis
☐ Profesinis
☐ Aukštasis neuniversitetinis

- ☐ Aukštasis universitetinis

Jūsų šeimyninė padėtis:

- ☐ Esu vienišas (-a)
☐ Turiu partnerį (-ę)
☐ Esu ištekėjusi/vedęs
☐ Esu išsiskyrusi(-ęs)
☐ Našlė (-ys)

Jūsų gyvenamoji vieta:

- ☐ Miestas
☐ Užmiestis/rajonas
☐ Kaimas

Kokios yra vidutinės mėnesinės pajamos, tenkančios vienam Jūsų namų ūkio gyventojui (į rankas)?

- ☐ Iki 400 Eur
☐ 401 – 800 Eur
☐ 801 – 1200 Eur
☐ 1201 Eur ir daugiau