



VILNIAUS UNIVERSITETAS
FILOSOFIJOS FAKULTETAS
PSICHOLOGIJOS INSTITUTAS

KLINIKINĖS PSICHOLOGIJOS STUDIJŲ PROGRAMA

Vilius Šlekys

**Išminties, egzistencinio nerimo bei prasmės gyvenime jausmo
ryšiai su psichologiniais sunkumais**

Magistro darbas

Darbo vadovas (-ė): doc. dr. Alfredas Laurinavičius

Vilnius
2026

TURINYS

SANTRAUKA	4
SUMMARY	5
SVARBIAUSIOS SĄVOKOS	6
PRATARMĖ	7
1. ĮVADAS	8
1.1. Egzistencinio nerimo samprata	8
1.2. Išmintis ir prasmės gyvenime jausmas kaip egzistencinio nerimo ir psichologinių sunkumų apsauginiai veiksniai	10
1.2.1. Prasmės gyvenime jausmo samprata	10
1.2.2. Išminties samprata	12
1.2.3. Išminties, egzistencinio nerimo, prasmės gyvenime jausmo ir psichologinių sunkumų sąsajos	16
1.3. Tyrimo problema, darbo tikslas ir hipotezės	19
2. TYRIMO METODIKA	22
2.1. Tyrimo dalyviai	22
2.2. Tyrimo instrumentai	22
2.2.1. Trijų dimensijų išminties skalė (3D-WS)	22
2.2.2. Prasmės gyvenime klausimynas (MLQ)	24
2.2.3. Egzistencinių rūpesčių klausimynas (ECQ)	24
2.2.4. Depresijos, nerimo ir streso skalė - 21 (DASS-21)	25
2.3. Tyrimo eiga	26
2.4. Duomenų analizės metodas	26
3. REZULTATAI	28
3.1. Pirminė duomenų analizė	28
3.1.1. Aprašomoji statistika	28
3.1.2. Demografinių kintamųjų analizė	29
3.1.3. Instrumentų patvirtinamoji faktorinė analizė	29
3.2. Tyrimo kintamųjų tarpusavio ryšiai	30
3.2.1. Koreliacinė analizė	30
3.2.2. Tinklo analizė	31

3.3. Mediacinių ryšių analizė	33
3.3.1. Prasmės gyvenime jausmo mediacinis vaidmuo išminties dimensių ryšyje su egzistenciniu nerimu	33
3.3.2. Egzistencinio nerimo mediacinis vaidmuo prasmės gyvenime jausmo ryšyje su psichologiniais sunkumais	34
3.4. Kelių analizė	36
3.4.1. Teorinio modelio kelių analizė	36
3.4.2. Patikslinto modelio sudarymas ir kelių analizė	37
4. REZULTATŲ APTARIMAS	39
4.1. Išminties dimensių, prasmės gyvenimo jausmo, egzistencinio nerimo ir psichologinių sunkumų sąsajų analizės aptarimas	39
4.2. Tinklo analizės rezultatų aptarimas	40
4.3. Prasmės gyvenime jausmo mediacinio vaidmens išminties dimensių ryšyje su egzistenciniu nerimu aptarimas	41
4.4. Egzistencinio nerimo mediacinio vaidmens prasmės gyvenime ryšyje su psichologiniais sunkumais aptarimas	42
4.5. Kelių analizės rezultatų aptarimas	43
4.6. Tyrimo ribotumai, ateities kryptys ir praktinė reikšmė	44
IŠVADOS	46
LITERATŪRA	47
PRIEDAI	53

SANTRAUKA

Išminties, egzistencinio nerimo bei prasmės gyvenime jausmo ryšiai su psichologiniais sunkumais.

Vilius Šlekys

Vilnius, Vilniaus Universitetas, 2026

59 psl.

Pastaraisiais metais sparčiai kintanti pasaulio tvarka ir augantis geopolitinis nestabilumas skatina vidinius egzistencinius klausimus ir psichologinius sunkumus. Norint juos atlaikyti, svarbu ieškoti psichologinio atsparumo resursų, kurie padėtų apsaugoti nuo kaitos sukeltų negandų. Šiame tyrime kaip potencialūs apsauginiai resursai nagrinėti prasmės gyvenime jausmas ir išmintis. Šio koreliacinio tyrimo tikslas buvo ištirti išminties dimensijų, prasmės gyvenime jausmo ir egzistencinio nerimo tarpusavio ryšius bei jų reikšmę prognozuojant depresiją, nerimą ir stresą. Tyrime dalyvavo 244 respondentai (186 moterys), kurių amžiaus vidurkis buvo 27,80 (SD = 11,29). Dalyviai surinkti netikimybinės patogios atrankos būdu. Tyrime naudoti 3D-WS, MLQ, ECQ ir DASS-21 instrumentai. Rezultatai parodė, jog refleksyvi asmens išminties dimensija bei patiriamas prasmės gyvenime jausmas yra svarbūs apsauginiai veiksniai, susiję su mažesniu egzistenciniu nerimu ir su juo susijusiais psichologiniais sunkumais - depresija, stresu ir nerimu. Taigi, psichologinėje praktikoje gali būti tikslinga stiprinti prasmės gyvenime jausmą ir ugdyti reflektavimo gebėjimus, kaip potencialius išteklius darbui su egzistenciniais klausimais.

Raktiniai žodžiai: išmintis, prasmės gyvenime jausmas, egzistencinis nerimas, psichologiniai sunkumai

SUMMARY

Wisdom, existential anxiety, meaning in life and their relationship with psychological difficulties.

Vilius Šlekys

Vilnius, Vilnius University, 2026

59 pg.

In recent years, the rapidly changing world order and increasing geopolitical instability have intensified existential concerns and psychological difficulties. To endure them, it is important to identify psychological resilience resources that may help protect individuals from the adversities brought about by change. In the present study, meaning in life and wisdom were examined as potential protective resources. The aim of this correlational study was to investigate the relationships between the dimensions of wisdom, meaning in life and existential anxiety, as well as their role in predicting depression, anxiety and stress. The sample consisted of 244 respondents (186 women), with a mean age of 27,80 years ($SD = 11,29$). Participants were recruited using non-probability convenience sampling. The study employed the use of 3D-WS, MLQ, ECQ and DASS-21 instruments. The results showed that the reflective dimension of wisdom and the experienced sense of meaning in life are important protective factors against existential anxiety and related psychological difficulties, namely depression, stress and anxiety.

Key words: wisdom, meaning in life, existential anxiety, psychological difficulties.

PAGRINDINĖS SĄVOKOS

Išmintis:

Moraliai pagrįstas meistriškumas socialiniame-kognityviniame apdorojime (Grossmann et al., 2020, p. 103).

Egzistencinis nerimas:

Nerimas, kuris kyla ne dėl konkrečių grėsmių, bet yra susijęs su pačia žmogaus būtimi kaip visuma (van Bruggen et al., 2017 p. 1).

Prasmės gyvenime jausmas:

Tai, kiek žmonės supranta ar mato svarbą savo gyvenime ir tai, kiek jame suvokiama save turint paskirtį, misiją ar visapusišką tikslą (Steger, Oishi & Kashdan, 2009, p. 43).

PRATARMĖ

Pietų korėjiečių kilmės filosofas Byung-Chul Hanas teigia, kad gyvename „nuovargio visuomenėje“ (2024). Autoriaus nuomone, neoliberalios kultūros stumiami asmenys jaučia visuotinę prievolę realizuoti save ir tai galiausiai priveda prie „modernių ligų“ – depresijos, perdegimo bei nerimo sutrikimų. Be ekonominių-kultūrinių veiksnių, mūsų psichologinei sveikatai įtakos turi ir geopolitinė situacija. Rusijos-Ukrainos karas, politinis nestabilumas JAV ir konfliktai Viduriniuose Rytuose yra tik vieni ryškiausių ši istorinį laikotarpį nuspalvinančių geopolitinių įvykių. Tokių istorinių įvykių išgyvenimas gali sudrebinti žmogaus pasaulio suvokimą ir kelti kokybiškai kitokį nerimą nei tas, kurį esame įpratę kasdien patirti „nuovargio visuomenėje“. Pasaulio istorijos tėkmės patyrimo keliamas nerimas atspindi pačią mūsų, kaip pasaulio istorijos dalyvių, būtį – jis yra egzistencinis.

Egzistencinio nerimo sąvoka sujungia egzistencinės filosofijos tradicijos idėjas su praktiniu egzistencinės psichologijos lauku (Grigas, 2023). Nors su egzistenciniais klausimais apie savo būtį susiduria kiekvienas, santykis su šiomis duotybėmis gali priklausyti nuo žmogaus asmeninių savybių. Vienus neišvengiamos mirties suvokimas gali paskatinti kurti prasmingesnę laikiną gyvenimą (May, 1950), kitiems egzistenciniai rūpesčiai gali būti sunkiai pakeliami ir sustiprinti tokius psichologinius sunkumus kaip depresija, nerimas ar stresas.

Visais laikais buvo pastebima žmonių, kurie buvo vertinami dėl asmenybės bruožų, suteikiančių savotiškus šarvus prieš gyvenimo negandas. Vienas tokių bruožų – išmintis. Išmintis, kaip asmeninė dorybė, buvo vertinama tiek Senovės Graikijoje, tiek Rytų civilizacijose (Aristotelis, 1990, Confucius, 2002). Ji amžiais buvo siejama su sveikata, atsparumu ir gerove. Kita asmenybės savybė, savotiška gyvenimo vara, yra prasmės gyvenime jausmas. Viktoras Franklis, remdamasis Nyčės mintimis, (2020) teigia, kad žmogus gali pakelti bet kokią „kaip“, jeigu turi „kodėl“. Tad nenuostabu, kad šis „kodėl“ yra toks geidžiamas. Šiame darbe siekiama empiriškai ištirti, kaip išmintis ir prasmės gyvenime jausmas yra susiję su egzistenciniu nerimu ir psichologiniais sunkumais. Tikimasi, kad šios asmens savybės gali veikti kaip apsauginiai veiksniai, padedantys žmogui būti autentiškame santykiyje su egzistenciniais rūpesčiais, taip mažinant egzistencinio nerimo keliamų psichologinių sunkumų patyrimą geopolitinio nestabilumo laikotarpiu.

1. ĮVADAS

1.1. Egzistencinio nerimo samprata

Egzistencializmo pradininkas Sørenas Kierkegaardas nerimą suprato ne kaip patologiją, o kaip neišvengiamą žmogaus būties dalį (Kierkegaard, 2021). Jo teigimu, nerimas kyla ne iš konkretaus pavojaus pasaulyje, bet iš žmogaus laisvės ir iš to kylančios galimybės rinktis. Kierkegaardas nerimą (Angest) apibūdino kaip „laisvės svaigulį, kuris atsiranda, kai dvasia nori steigti sintezę, o laisvė žvelgia žemyn į savo pačios galimybę“ (Kierkegaard, 2021, p. 101). Toks nerimas buvo matomas kaip būtinas asmeninio augimo ir autentiško buvimo pasaulyje elementas. Heideggeris (2014) nerimą (Angst) matė kaip neišvengiamą štai-būties (Dasein) duotybę, todėl su Angst turi susidurti kiekvienas. Dėl Angest ir Angst sampratų vertimo į lietuvių kalbą kyla diskusijų, tačiau Grigas (2023) peržvelgdamas egzistencinės filosofijos ir psichologijos darbuose naudotas sampratas, šias sąvokas siūlo bendrai versti į nerimą. Egzistencinio nerimo terminas savo vardą gavo iš egzistencinės filosofijos krypties ir apima nerimą, kylantį iš ontologinių – su būtimi, susijusių – duotybių tokių kaip mirtis, beprasmybė ar neapibrėžtumas (van Bruggen, Vos, Westerhof, Bohlmeijer & Glas, 2015).

Dauguma egzistencinio nerimo (toliau EN) psichologinių tyrimų, kaip konceptualiniu pagrindu, remiasi Paulo Tillich darbais (Tillich, 1999, van Bruggen, et al., 2017, Weems, Costa, Dehon & Berman, 2004, Smirnov & Makarova, 2025). Tillich (1999) akcentavo EN ontologinę prigimtį, kylančią iš žmogaus sąmoningumo apie savo galimą nebūvimą. Tai nerimas, kylantis iš būtinų egzistavimo taisyklių, todėl jis yra universalus žmogaus patyrimas. Autorius atskyrė baimę nuo nerimo, teigdamas, kad baimė visada turi konkretų objektą (pvz. baimė mirti). Tuo metu nerimas jo neturi (pvz. nebūties galimybė) (Weems et al., 2004, Tillich, 1999). Šis mąstytojas išskyrė tris EN sritis, kiekvienai sričiai suteikdamas absoliučiąją ir reliatyviąją dimensijas. Tillich (1999) pirmąją EN sritį siejo su likimu ir mirtimi. Autoriaus modelyje, absoliutusias mirties nerimas sudaro terpę visoms kitoms nerimo išraiškoms ir yra laikomas esminiu. Reliatyvus likimo nerimas yra susijęs su gyvenimo neapibrėžtumu ir individo vaidmeniu pasaulyje, tačiau jis neatsiejamai susijęs su mirties nerimu. Ankstyvieji psichologiniai EN tyrinėjimai fokusavosi būtent į mirties nerimą (pvz. mirties nerimo skalė (Templer, 1970)). Vis dėl to, Weems ir kiti (2004) pastebi, kad tradicinės mirties nerimo skalės tik iš dalies atspindi Tillich (1999) EN sampratą ir neapima platesnio egzistencinio konteksto. Šios skalės taip pat yra kritikuojamos dėl savo psichometrinio validumo (van Bruggen et al., 2015). Tillich (1999) antrąją EN sritį konceptualizavo per tuštumą ir beprasmybę. Tuštuma yra reliatyvus nerimas, kylantis tada, kai konkretūs įsitikinimai ar vertybės

praranda anksčiau turėtą prasmę. Tuo metu beprasmybė yra absoliuti ir susijusi su galutiniu gyvenimo ir ateities prasmės nebuvimu. Trečioji EN dimensija yra kaltė ir pasmerkimas. Kaltė – tai reliatyvus nerimas, kylantis iš žmogaus noro atitikti savo asmeninius standartus. Tuo metu absoliutusias pasmerkimo nerimas kalba apie žmogaus siekį atitikti universalius ar transcendentinius standartus (Tillich, 1999). Weems ir kiti (2004) remdamiesi Tillich idėjomis sukūrė EN klausimyną (EAQ), kuris šiame amžiuje buvo plačiai naudojamas psichologiniuose EN tyrimuose (van Bruggen et al., 2015).

Bandydamas pritaikyti egzistencinės minties tradiciją psichoterapijai, Irvinas Yalom (1980) toliau plėtojo EN sampratą. Jo teorijos esmę galima suprasti kaip vidinį konfliktą, kylantį, kai asmuo susiduria su neišvengiamu būties baigtinumu. Yalom išskyrė keturis esminius egzistencinius klausimus, keliančius EN (1980). Pirmoji Yalomo teorijoje sutinkama egzistencinė duotybė yra mirtis. Sunkios ligos, artimo žmogaus mirtis ar kitos trauminės patirtys priverčia asmenį tiesiogiai susidurti su savo neišvengiamu mirtingumu. Egzistencinė izoliacija – tai žmogaus būtina atskirtis nuo kitų asmenų ir pasaulio. Izoliacijos nerimas kyla suvokiant, kad, nepriklausomai nuo socialinių santykių artumo, kiekvienas žmogus savo mirtį galiausiai patiria vienas (Yalom, 1980). Trečioji egzistencinė duotybė yra laisvė. Ši Yalomo apibrėžta EN dimensija yra artima Kierkegaardo (2021) nerimo sampratai. Abu autoriai pabrėžia, kad nerimas kyla iš asmens laisvės ir atsakomybės priimti sprendimus bei iš jų kylančias pasekmes pasaulyje, kuriame nėra iš anksto nuspręstos struktūros ar taisyklių. Paskutinioji Yalomo (1980) aprašyta egzistencinė duotybė yra beprasmybė, sutinkama ir Tillich (1999) darbuose. Nors šių autorių požiūriai panašūs, Yalom labiau akcentuoja beprasmybės implikacijas kasdieniam psichologiniam gyvenimui, kai elementarios rutininės gyvenimo užduotys yra praradusios paskirties jausmą. Tokiu būdu Yalomo beprasmybės supratimas artimesnis Tillich tuštumos kriterijui, o Tillich beprasmybė nustumiama į periferiją kaip sunkiai operacionalizuojama ar pritaikoma psichoterapijoje. Van Bruggen ir kiti (2017) integruodami Tillich ir Yalom idėjas siūlo darbinį EN apibrėžimą, tinkamą psichologiniams tyrimams. Autorių požiūriu EN – tai nerimas, kuris kyla ne dėl konkrečių grėsmių, bet yra susijęs su pačia žmogaus būtimi kaip visuma (van Bruggen et al., 2017 p. 1).

Modernios psichologijos tyrimuose, EN nebėra tik teorinis konstruktas, kurio tikslas paaiškinti psichopatologijos kilmę. EN literatūroje plačiai domimasi, kaip EN veikia kitus psichinės sveikatos rodiklius. EN siejasi su depresijos (Pellens, Dezutter, Luyten, & Vanhooren, 2022, van Bruggen, et al., 2017), nerimo (Abdel-Khalek, 2005, van Bruggen, et al., 2017) bei streso (van Bruggen, et al., 2017, Alshehri et al., 2024) patirtimi. EN turi ryšį su aukštesne savižudybės rizika (Dewangan, Gupta, Jeste, Longkumer & Pathak, 2025). Iverach, Menzies ir Menzies (2014) atliktoje literatūros apžvalgoje aprašoma, jog mirties nerimas tyrimuose yra glaudžiai siejamas su plačiu psichopatologijos diapazonu,

tokiu kaip: Nerimo sutrikimai, Depresiniai sutrikimai, Somatoforminiai sutrikimai, Šizofrenija, Obsesinis-Konvulsinis sutrikimas ir kt.. Vis dėl to, gali būti, kad EN poveikis psichologiniams sunkumams nėra toks paprastas ir tiesioginis. Abdel-Khalek (2005) pastebėjo, kad šizofrenija sergantys vyrai jautė mažiau mirties nerimo, lyginant su neklinicine imtimi. EN gali būti ir naudingas. Alkan bei kiti (2020) nustatė ryšį tarp mirties nerimo patyrimo ir potrauminio augimo. Rollo May teigia, kad susidūrimo su mirtimi keliamas nerimas gali tapti motyvacija užmegzti artimesnius ryšius su kitais žmonėmis bei panaudoti likusį gyvenimo laiką atsakingiau ir prasmingiau (May, 1950). EN konstrukto sudėtingumas skatina mokslininkus ieškoti kitų su psichologiniais sunkumais susijusių veiksnių, kurie per savo ryšį su EN galėtų paaiškinti šio konstrukto dvejopo poveikio sveikatai mechanizmą.

1.2. Išmintis ir prasmės gyvenime jausmas kaip egzistencinio nerimo ir psichologinių sunkumų apsauginiai veiksniai

1.2.1. Prasmės gyvenime jausmo samprata

Gyvenimo prasmės klausimas, taip kaip suvokiamas šiais laikais, vakarų filosofijos tradicijoje iškilo stebėtinai neseniai. Nors Kierkegaardą įprasta laikyti egzistencializmo pradininku, jis dėl savo religinės pozicijos tiesiogiai nekėlė gyvenimo prasmės be Dievo klausimo. Šį klausimą su „Dievo mirties“ metafora išryškino Nyčė (Nietzsche, 2022), siūlydamas Antžmogio, kuriančio savo asmeninę prasmę ir moralę, asmens projektą. Tai galima laikyti tikra vakarietiško egzistencializmo pradžia. Vėliau Kamiu nagrinėjo gyvenimo prasmės klausimą, siūlydamas absurda ir maištavimą kaip atsaką objektyvios prasmės nebuvimui ir nihilizmui (Camus, 2019). Sartras siūlė alternatyvų sprendimą objektyvios prasmės nebuvimui. Kadangi egzistencija yra pirmesnė už esmę, autorius kviečia žmones kurti savo autentišką prasmę (Sartre, 2016). Psichiatras Viktoras Franklis teigė, kad gyvenimo prasmė yra, tik žmogus ją turi sau surasti (Frankl, 2020). Autorius įvedė „egzistencinio vakuomo“ terminą, apibūdinantį asmenį, patiriantį gyvenimo beprasmybę. Šiuolaikiniai prasmės psichologai laiko Franklio darbus logoterapijoje tiltu tarp metafizinių klausimų apie gyvenimo prasmės egzistavimą ir psichologijos tyrėjus dominančio subjektyvaus prasmės patyrimo (King & Hicks, 2021, Steger, Frazier, Oishi, & Kaler 2006). Filosofinį gyvenimo prasmės (Meaning of Life) kriterijų psichologijoje keičia empiriškai tyrinėjamas prasmės gyvenime jausmo (Meaning in Life) konstruktas (toliau – PGJ).

Kodėl reikalingas toks, žodžių žaismą primenantis, terminų atskyrimas? King ir Hicks (2021) teigia, kad nors išvados apie prasmę, daromos iš subjektyvaus PGJ patyrimo, gali būti mažiau gili nei

atsakymai į metafizinius gyvenimo prasmės klausimus, pats patyrimo nagrinėjimas irgi yra vertingas. PGJ nagrinėjantys psichologai domisi, kaip ši patirtis įtakoja asmenų elgesį ir kognicijas. Pastaraisiais dešimtmečiais vykdomuose PGJ tyrimuose, šio kriterijaus apibrėžimas yra sudėtinga užduotis. George ir Park (2017) apibrėžimo problemą aiškina prasmės gyvenime konstrukto abstraktumu. Kadangi kiekvienas asmuo prasmę gyvenime suvokia individualiai, atlikdami tyrimus mokslininkai paprasčiausiai nepateikia prasmės gyvenime konstrukto paaiškinimo ir leidžia jį tiriamiesiems interpretuoti savaip (Steger et al., 2006, King & Hicks, 2021). Toks metodas leido lanksčiai tyrinėti žmonių PGJ, iš anksto nenustatant, kas tai turėtų būti.

Ilgainiui, iškilo teorijos, skelbiančios, kas sudaro PGJ, ir tai leido apibrėžti patį konstruktą. Steger PGJ apibrėžia kaip „tai, kiek žmonės supranta ar mato svarbą savo gyvenime ir tai, kiek jame suvokiama save turint paskirtį, misiją ar visapusišką tikslą“ (Steger, et al., 2009, p. 43). Toks apibrėžimas suponuoja tris PGJ komponentus, kurie tapo įprasti šios srities akademiniame diskurse (George & Park, 2017, King & Hicks, 2021). Šie komponentai yra supratimas (angl. comprehension); paskirtis (angl. purpose) ir svarba (angl. mattering). Kiekvienas komponentas atskleidžia skirtingą prasmės gyvenime aspektą. Supratimas reiškia gebėjimą suvokti savo aplinką ir gyvenimo įvykius kaip prasmingus ir turinčius tam tikrą vidinę logiką. Kaip pavyzdys, trauminės patirtys gali destabilizuoti žmonių turimą pasaulėvaizdį ir reikalauti atnaujinto pasaulio supratimo. Viktoras Franklis, kalėdamas koncentracijos stovykloje, savęs klausdavo „ar turi kokią prasmę ši kančia, ši aplinkui viešpataujanti mirtis?“ (Frankl, 2020, p. 78). Updegraff, Silver ir Holman (2008) tyrė amerikiečių prasmės ieškojimą ir patyrimą po 9/11 įvykių. Du mėnesiai po teroristinės atakos, daugiau negu du trečdaliai respondentų (68,4%) teigė ieškantys šių tragiškų įvykių prasmės. Tokie rezultatai rodo didelę žmogišką motyvaciją suprasti asmenį supančią aplinką ir naratyvą. Įdomu, kad šiame tyrime tik mažai daliai ieškančiųjų prasmės teroristiniame išpuolyje pavyko ją rasti (Updegraff et al., 2008). Būtent įvykių prasmės radimas, o ne paieška prognozavo mažesnius potrauminio streso simptomus bei baimę dėl ateities. Didesnis COVID – 19 streso lygis buvo susijęs su mažesniu PGJ ir šis efektas buvo stipriausias būtent supratimo dimensijoje (Samios, Praskova & Radlinska, 2022). Su panašiais sunkumais suprasti pasaulinius įvykius susiduriame ir šiais laikais. Nestabili geopolitinė situacija gali versti žmones permąstyti savo įsitikinimus ir suformuoti naują – prasmingą pasaulio supratimą. Rusai, kurie po karo Ukrainoje eskalacijos 2022 m. emigravo ar norėjo emigruoti, mažiau tikėjo teisingu pasauliu bei nurodė mažiau PGJ (Smirnov & Makarova, 2025).

„Tas, kuris jau neįstengia tikėti ateitimi – savo ateitimi – yra pražuvęs“ (Frankl, 2020, p. 86). Ši Franklio įžvalga atspindi kitą PGJ komponentą – paskirtį. Paskirties sąvoka prasmės psichologijoje žymi jausmą, kad žmogaus elgesys yra vedamas asmeniškai prasmingų tikslų (King & Hicks, 2021). Tai

motyvacinė PGJ dimensija, suteikianti energiją veikloms, lydinčioms link užsibrėžto asmeninio tikslo. Asmenys, kuriems trūksta paskirties, patiria krypties stoką ir demotyvaciją veiklai (George & Park, 2017). Franklis savo studiją apie viltį ateičiai praradusius žmones tęsia tokios būsenos simptomų apibūdinimu: „Kartu su ateitimi jie netenka dvasinės atramos, vidausiai palūžta ir susmunka tiek fiziškai, tiek psichiškai“ (Frankl, 2020, p. 86). Trečiasis PGJ komponentas – svarba – reiškia jausmą, kad gyvenimas turi vertę ir yra reikšmingas platesniame, nei asmeniniame, kontekste. Tai tikėjimas, kad asmens buvimas pasaulyje daro skirtumą, turi gilios ir ilgalaikės vertės. Svarbos trūkumą galima apibūdinti kaip jausmą, kad asmens neegzistavimas mažai ką pakeistų (George & Park, 2017). Svarbos dimensija dažnai siejama su socialiniais ryšiais (King & Hicks, 2021). Žmogaus tapatybė yra formuojama socialinės aplinkos ir būtent per socialinę tapatybę asmenys dažnai suvokia savo bendruomeninę svarbą. Hicks ir King (2009) nustatė, kad žmogaus socialiniai ryšiai buvo vieni pagrindinių PGJ veiksnių.

PGJ kaip apsauginis psichologinis veiksnys yra tyrinėjamas gana plačiai. Neseniai Boreham ir Schutte (2023) atliko metaanalizę, apjungiančią 99 paskirties gyvenime jausmo tyrimus. Bendras tyrėjų nustatytas paskirties gyvenime jausmo efekto dydis nerimui buvo - 0,36, o depresijai net - 0,49. Tokie efekto dydžiai rodo žymų PGJ apsauginį potencialą. Šis ryšys buvo dar stipresnis klinikinėse populiacijose (Boreham & Schutte, 2023). PGJ taip pat turi ryšį su mažesniu stresu (George & Park, 2017, Pulpulos & Kozusznik, 2018). Czekierda, Banik, Park ir Luszczynska (2017) peržiūrėjo visus tyrimus, stebėjusius PGJ įtaką fizinei sveikatai. Čia PGJ poveikis kiek mažesnis – autorių rastas efekto dydis buvo pozityvus, bet silpnai vidutinis (0,26). Taigi, panašu, kad PGJ patyrimas turi didžiausią naudą būtent psichikos sveikatos sferoje. Tokius rezultatus papildė Kim, Chen, Nakamura, Ryff ir VanderWeele (2022) atliktas išilginis tyrimas, nustatęs, kad PGJ patyrimas turi ilgalaikį poveikį sveikatai. Nors didelis PGJ siejosi su mažesniu mirtingumu po ketverių metų, nebuvo rasta sąsajų su specifinėmis fizinėmis ligomis, kaip vėžys ar diabetas. Aukštas PGJ šiame tyrime labiausiai siejosi su geresniais psichosocialiniais rodikliais (Kim, et al. 2022). Pukinskaitė ir Žentelytė (2014) rado sąsajų tarp su sveikata susijusio gyvenimo būdo ir PGJ. Autorių tyrime atsiskleidė, kad PGJ prognozuoja didesnę fizinį aktyvumą bei silpnesnę rizikingą elgesį. PGJ siejasi su didesniu optimizmu, saviverte ir bendru pozityviu afektu (Webster, Weststrate, Ferrari, Munroe & Pierce, 2018, Etezadi & Pushkar, 2013).

1.2.2. Išminties samprata

Išmintis graikų filosofinėje tradicijoje buvo laikoma svarbiu gero gyvenimo komponentu. Ne veltui filosofija graikų kalboje reiškia meilę išminčiai. Tiek Sokrato kalbose (Plato, 2019), tiek

Aristotelio Nikomacho etikoje (Aristotelis, 1990), ji įvardinama kaip žmogaus dorybė. Swartwood ir Tiberius (2019) išskyrė tris išminties tipus, randamus klasikinėje „Atėnų mokykloje“: „Žmogiškoji išmintis“, sutinkama Sokrato apologijoje (Plato, 2019), gali būti suprantama kaip episteminis (žinojimo) nuolankumas. Tai tam tikras savo žinojimo ribų suvokimas. Ši idėja sutinkama ir rytų filosofijos tradicijoje Konfucijaus „Analektuose“. Šis mąstytojas pabrėžė nuoširdumo pripažįstant nežinojimą svarbą (Confucius, 2002, 2,17). Sokratas vylėsi, kad tokia išmintis gali padėti vystant kitą išminties rūšį, kurią sekant Aristotelio tradiciją, galime vadinti „praktine“ (Aristotelis, 1990). Sokrato išminties samprata parodo, kad išmintis yra gilus ir turiningas žmogaus gyvenimo ir pasaulio supratimas, o Aristotelis šias žinias padalino į praktines ir teorines (Swartwood & Tiberius, 2019). Teorinė išmintis yra supratimas, koks pasaulis ir žmogaus gyvenimas jame iš tiesų yra, o praktinė išmintis yra apie tai, kokie jie turėtų būti.

Praktinė išmintis dažnai siejama su aukštesniu moraliniu standartu, o ne tik žinojimu kaip patenkinti asmeninius hedonistinius poreikius. Konfucijus teigė, kad kilnus žmogus (junzi) supranta, kas yra moraliai teisinga, o menkas žmogus – kas pelninga (Confucius, 2002, 4,16). Vis dėl to, Aristotelis pažymi, kad tobula laimė (eudaimonija) pasiekama per kontempliatyvų gyvenimą – t.y. teorinės išminties siekimą, praktinei išminčiai veikiant kaip motyvatoriui (Aristotelis, 1990). Galima teigti, kad išmintis Aristotelio filosofijoje yra idealinis konstruktas, kalbantis ne apie tai, kaip žmonės elgiasi, bet kaip turėtų elgtis siekdami tobulo gyvenimo. Kitas graikų mąstytojas Epikūras į teorinių žinių įgijimo praktinę naudą žiūrėjo mažiau idealistiškai. Jo filosofijoje eudaimonijos, kaip siekiamybės, kriterijų keičia ataraksija – vidinės ramybės ir pusiausvyros būseną (Epicurus, 2012). Nors Epikūras nežadėjo aukščiausios laimės, jis manė, kad pasaulio pažinimas gali išvaduoti žmogų iš nepagrįstų baimių. Mąstytojas mirtį suprato ne kaip blogį, o kaip natūralią gyvenimo pabaigą, kurios nereikia bijoti. Tokio pažinimo būdu išmintis gali suteikti ne tik laimę, bet ir apsaugoti nuo EN. Stoikai taip pat rado savotišką „priešnuodį“ EN. Skirtingai nuo Epikūro, stoikų filosofijoje ataraksija pasiekama ne per skausmo vengimą, o per žmogiškosios kontrolės limitų pripažinimą ir gyvenimą su jais (Aurelijus, 2023).

Išmintis domina ir pastarojo šimtmečio mąstytojus. Psichiatras Karl Jaspers (1951) pristato filosofiją, kaip „kelį į išmintį“. Autoriaus sistemoje prie išminties artėjama ne per teorinių žinių kaupimą, bet per transcendentinį mąstymą, ribotumo bei nežinomybės toleravimą ir buvimą joje. Tokį mąstymo būdą Jaspers vadina filosofiniu tikėjimu. Šis tikėjimas mažai primena Abraominių religijų tikėjimo sampratą. Tai savotiška išmintingo būvimo forma, asmeninis pasirinkimas, kai žmogaus laikysena pasaulio atžvilgiu yra aktyvi, atvira ir per susidūrimą su nežinomybe auginanti. Jaspers (1951) nuomone, žmogaus limitus atskleidžiančios situacijos yra raktas autentiškai, išmintingai būčiai. Jaspers

idėjos aktualios ir šiandienos išminties tyrinėjimų diskurse. Kai kurie modernūs išminties teoriniai modeliai (Baltes & Staudinger, 1993, Ardelt, 2003, Grossmann et al., 2020) apima gyvenimo limitacijų ir neapibrėžtumo toleravimą bei integraciją ir savo egzistencinių išgyvenimų reflektavimą. Jaspers pasiūlytas transformacijos projektas iš esmės atitinka tai, ką vėliau aprašys modernūs išminties psichologai – kaip iššūkius keliančios gyvenimiškos situacijos skatina išminties formavimąsi.

Nenuostabu, kad išminties kriterijus savo idealistinėmis savybėmis traukia psichologų dėmesį. Jeigu egzistuoja tam tikras „teisingas“ būdas gyventi ir jis gali būti ugdomas, toks atradimas turėtų svarių implikacijų psichoterapijai, sveikatingumo prevencijai, švietimui bei kitoms psichologijos kryptims. Išminties, kaip konstrukto, tyrinėjimas psichologijoje tęsiasi daugiau nei trisdešimt metų ir laikui bėgant sulaukia tik didesnio susidomėjimo (Dong, Weststrate & Fournier, 2023). Net ir po kelių dešimtmečių mokslinių diskusijų, iki galo nėra sutariama, kaip apibrėžti šį sudėtingą konstruktą. Pirma ryški psichologinė išminties teorija buvo Berlyno išminties modelis (Baltes & Staudinger, 1993). Šioje teorijoje išmintis suprantama kaip ekspertinių žinių apie sudėtingus gyvenimo klausimus bei žmogiškąją būklę visuma. Ardelt (2003) kritikavo Berlyno išminties modelio požiūrį, teigdamą, kad ši teorija per daug grindžiama vien kognityvinėmis žiniomis ir ignoruoja emocinius bei motyvacinius išmintingo elgesio veiksnius. Ši autorė pasiūlė savo teorinį išminties modelį, kuriame išmintis matoma kaip žmogaus asmenybės savybė, aprėpianti ne tik žmogaus turimas žinias, bet ir tikėtiną būdą jas panaudoti. Staudinger ir Glück (2011) sprendžia šį teorinį nesutarimą atskirdamos bendrąją ir asmeninę išmintį. Berlyno išminties modelis (Baltes & Staudinger, 1993) ir iš jo einanti tradicija tyrinėja bendrąją išmintį ir žmogaus gebėjimą spręsti sudėtingas problemas, kurios nebūtinai yra asmeniškos. Bendrąja išmintimi pasižymintis asmuo gali būti geras patarėjas kitiems. Tai skiriasi nuo asmeninės išminties krypties teorijų, kuriose domimasi, kokios asmenybės savybės siejasi su išmintinga būtimi asmeniniame gyvenime.

Vėlesni bandymai integruoti bendrosios ir asmeninės išminties krypčių idėjas parodė, kad skirtingose išminties teorijose yra daug sąlyčio taškų. Grossmann ir kolegos (2020) sukūrė bendrąją išminties modelį (angl. common model of wisdom). Šiame integraciniame modelyje išmintis apibrėžiama kaip moraliai pagrįstas meistriškumas socialiniame-kognityviniame apdorojime (Grossmann et al., 2020, p. 103). Autorių sampratoje moraliai pagrįsta išmintis reiškia žmogaus gebėjimą savo veiklą remti etiniais principais. Meistriškumas socialiniame-kognityviniame apdorojime suprantamas kaip tam tikrų gebėjimų, padedančių apmąstyti, įvertinti ir spręsti socialines ar asmenines situacijas, rinkinys (Grossmann et al., 2020). Supaprastintai galima sakyti, kad nepriklausomai nuo psichologinio požiūrio į išmintį, ją galima įvardinti kaip žmogaus gebėjimą etiškai pritaikyti žinias.

Monikos Ardel (2003) trijų dimensijų išminties modelis yra viena iš plačiausiai empiriniuose tyrimuose taikomų išminties teorijų (Dong et al., 2023). Ardel modelyje dimensijos yra sudarytos iš keleto išmintingos asmenybės charakteristikų, esančių kognityvinėje, refleksyvioje ir afektyvioje išminties srityse. Šios asmenybės charakteristikos turėtų išlikti skirtinguose kontekstuose, taip užtikrinant pastoviai išmintingą žmogaus laikyseną. Kognityvinė išminties dimensija (toliau – KID) apibūdina žmogaus polinkį pažinti pasaulį ir gyvenimą, suprantant aplinkos įvykių reikšmes (Ardelt, 2003). KID apima žinias apie žmogaus žinojimo ribotumą, gyvenimo nenuspėjamumą bei neapibrėžtumą. Ši dimensija artima Aristotelio teorinei išminčiai (Aristotelis, 1990) bei Berlyno išminties modeliui (Baltes & Staudinger, 1993). Trijų dimensijų modelyje vien KID nėra pakankama išminčiai, nes vien pasaulio sudėtingumo pažinimas negarantuoja jame sėkmingo ir išmintingo santykio su savimi bei kitais.

Afektyvi išminties dimensija (toliau AID) apima žmogaus empatiją, gebėjimą užjausti ir rūpintis kitais žmonėmis. Ši dimensija apima pozityvių emocijų jautimą kitų žmonių atžvilgiu ir mažesnę priešišumą. Ardel modelyje AID užima socialinio išminties komponento vaidmenį, sutinkamą bendrojo išminties modelio apibrėžime (Grossmann et al., 2020). Ardel 3 išminties dimensijų teorija priima žmogų, kaip socialinę būtybę, ir teigia, kad išmintingas santykis su gyvenimu turi atsispindėti ir santykiuose su kitais žmonėmis. Trečioji – refleksyvi išminties dimensija (toliau – RID) reiškia žmogaus gebėjimą reflektuoti turimą informaciją, žvelgti į save, kitus bei apsvarstyti kylančius klausimus iš skirtingų perspektyvų. RID apima savikritiškumą, asmeninių šališkumų atpažinimą ir gebėjimą atsitraukti nuo pirminės emocinės reakcijos, randant optimalų sprendimą (Ardelt, 2003). Per RID įvyksta KID ir AID integracija bei šių dimensijų formavimasis. Gyvenimo limitacijų supratimas (KID) susiformuoja per skirtingų perspektyvų reflektavimą ir egocentriškumo atsisakymą, o empatiškam santykiui su kitais (AID) svarbus gebėjimas priimti kito perspektyvą ir motyvaciją bei kontroliuoti savo emocines reakcijas.

Išminties konstrukta gana įprasta sieti su vyresniu amžiumi. Kai kurie psichologiniai išminties modeliai yra paremti klasikine Eriksono psichosocialinės raidos teorija (Staudinger & Glück, 2011). Išmintis čia yra siejama su vėlyvojo amžiaus raidos užduoties išsprendimu. Pilnas savo gyvenimo sprendimų priėmimas ir sukaupėtų patirčių integravimas gali sudaryti sąlygas išminties vystymuisi. Priešingu atveju, nesėkmingas vėlyvosios raidos krizės išsprendimas gali skatinti neviltį ir egocentriškumą. Šiuolaikiniai išminties tyrimai rodo, kad vyresnis amžius negarantuoja didesnės išminties. Dong ir kitų (2023) metaanalizėje, apėmusioje 100 išminties tyrimų, bendras ryšys tarp amžiaus ir išminties buvo labai silpnas. Su vyresniu amžiumi ateina didesnis gyvenimiškų patirčių kiekis,

tačiau patirtys tampa išmintingo elgesio šaltiniu tada, kai jos yra sėkmingai integruojamos ir reflektuojamos. Tai reiškia, kad išminties ugdymui svarbu ne tik įgytos informacijos kiekis, bet ir asmens charakteristikos, leidžiančios semtis išminties iš „gyvenimo mokyklos“.

Išminties ryšiai su sveikata ir psichologine gerove yra plačiai nagrinėjami mokslinėje literatūroje. Išmintis turi ryšius su hedonistine bei eudaimonine gerove, pozityviu afektu bei pasitenkinimu gyvenimu (Dong, et al., 2023). Išmintis tyrimuose taip pat siejasi su kitais literatūroje psichologinei gerovei artimais kriterijais. Išmintis turi ryšį su didesne saviverte, psichologiniu atsparumu (angl. hardiness) ir suvokta kontrole (Etezadi & Pushkar, 2013, Roháriková, Špajdel, Cviková & Jagla, 2013, Dong, et al., 2023). Išminties konstruktas tyrimuose dažniau siejamas su pozityviosios psichologijos tyrinėjimais, o mokslinės literatūros, nagrinėjančios išminties ryšį su psichologiniais sunkumais yra mažiau (Dong, et al., 2023). Egzistuojančiuose tyrimuose išmintis siejasi su mažesne savižudybės rizika (Dewangan, et al., 2025), retesnėmis psichozinio pobūdžio patirtimis bendroje populiacijoje (Wu, et al., 2022) ir mažesniais depresijos, nerimo ir streso sunkumais (Zadworna, 2023, Sahrani & Angelina, 2025, Ardelit & Bruya, 2021). Mokslinėje literatūroje dar trūksta informacijos apie mechanizmus, kuriais išmintis gali būti susijusi su psichologiniais sunkumais.

1.2.3. Išminties, egzistencinio nerimo, prasmės gyvenime jausmo ir psichologinių sunkumų sąsajos

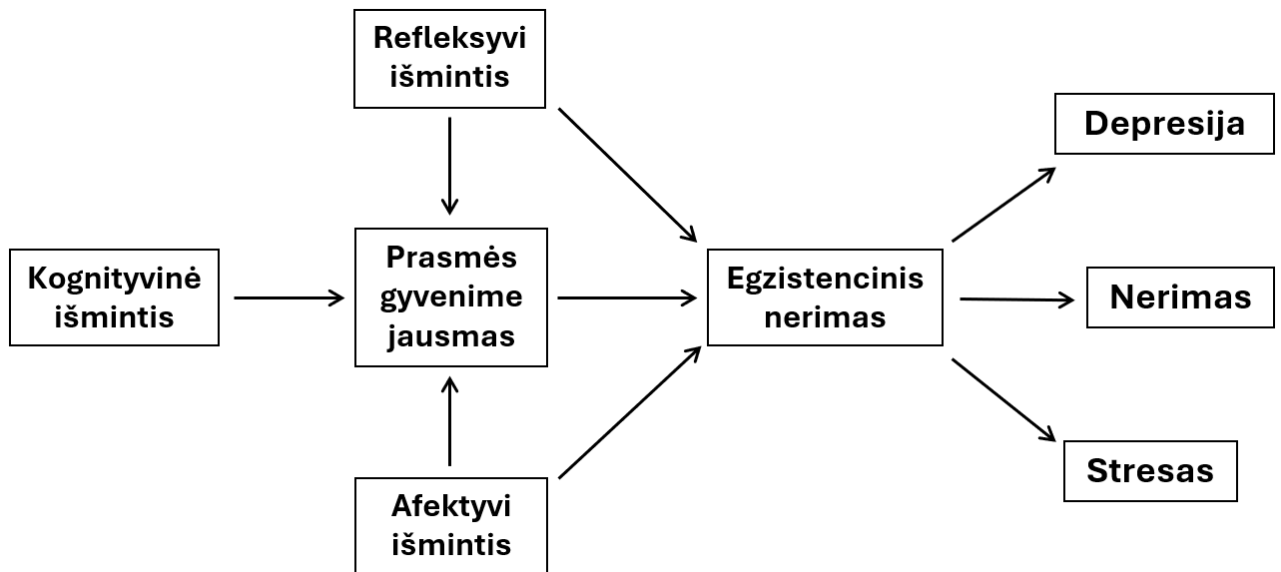
Išminties ir PGJ ryšiai tyrimuose nagrinėjami gana plačiai. Išmintis gali padėti žmogui suprasti savo patirtis ir jas integruoti į bendrą asmeninį gyvenimo naratyvą, taip suteikiant jam prasmę. Mokslinėje literatūroje konstruktai tarpusavyje turi vidutinio stiprumo teigiamą ryšį (Webster, et al., 2018, Etezadi & Pushkar, 2013). Šis ryšys išliko ir išilginio 10 mėnesių trukmės tyrimo metu (Ardelt, 2016). Išminties ir PGJ ryšiu bandoma paaiškinti šių konstrukto poveikį sveikatos rodikliams. Webster ir kitų (2018) tyrime, PGJ mediavo išminties ryšį su pozityviomis asmenybės savybėmis tokiais kaip optimizmas ir savivertė. Etezadi ir Pushkar (2013) pastebėjo mediacinį PGJ poveikį išminties ryšyje su pozityviu bei negatyviu afektu. Tai leidžia manyti, kad PGJ yra vienas iš mechanizmų, per kuriuos išmintis siejasi su psichologine savijauta.

EN yra dar vienas psichologinis konstruktas, dominantis išminties ir PGJ tyrinėtojus. Mokslinėje literatūroje EN neigiamai siejasi tiek su išmintimi (Dewangan, et al., 2025, Brudek & Sekowski, 2021), tiek su PGJ (van Bruggen, et al., 2017, Pellens et al., 2022). Išmintis gali padėti žmogui integruoti egzistencines duotybes į savo būtį per asmeninių ribotumų pažinimą, mažą egocentriškumą bei

subjektyvumą. Toks išmintingas santykis su pasauliu gali sietis su mažesniu emociniu distresu, kylančiu susidūrus su mirties, beprasmybės, vienatvės ar laisvės temomis (Yalom, 1980). Išmintinga prieiga prie egzistencinių rūpesčių gali turėti didelę gyvenimišką reikšmę. Dewangan ir kolegos (2025) pastebėjo, kad išmintis mediavo egzistencinio nerimo ryšį su savižudybės rizika. PGJ gali padėti žmogui lengviau priimti jo egzistencines duotybes. Priešingai, EN gali padidėti, kai PGJ yra prarandamas, o žmogus nebegeba sau arba pasauliui suteikti prasmės. Tai artima Heideggerio „ontologinės mirties“ būsenai (2014). Šioje būsenoje EN patyrimas gali būti išaugęs ir pasireikšti per psichologinius sunkumus. Pellens ir kiti (2022) rado, kad EN mediavo PGJ ryšį su depresija.

Išminties, PGJ ir EN sampratų skyriuose pristatyta, kad visi šie konstruktai turi ryšius su psichologiniais sunkumais: depresija, nerimu ir stresu. Iki šiol mokslinėje literatūroje nėra pakankamai aišku, kaip šie tarpusavyje susiję konstruktai veikia vieni kitų ryšius su psichologiniais sunkumais. Išminties, PGJ ir EN tarpusavio ryšių ir jų poveikio psichologiniams sunkumams analizė leistų geriau suprasti, kodėl žmonės skirtingai reaguoja į visiems bendras egzistencines duotybes. 1 paveikslėlyje yra pateiktas darbo autoriaus sukurtas teorinis modelis, integruojantis išminties, PGJ, EN konstruktus ir numatantis teorinį jų ryšių su depresijos, nerimo ir streso simptomais mechanizmą. Išmintis ir PGJ teoriniame modelyje yra suprantami kaip tarpusavyje dinamiškai susiję apsauginiai veiksniai, padedantys reguliuoti EN, o EN numatomas kaip tarpinis mechanizmas išminties ir PGJ ryšyje su depresija, stresu ir nerimu. Teoriniame modelyje remiamasi Ardelto 3 išminties dimensijų teorija (2003).

Teoriniame modelyje keliai į depresiją, nerimą ir stresą numatomi tik iš EN. EN yra konceptualiai artimas psichologiniams sunkumams ir siejamas su jų formavimusi (Pellens, et al., 2022, van Bruggen, et al., 2017). Išmintis ir PGJ modelyje suprantami kaip apsauginiai veiksniai, padedantys integruoti kylančius egzistencinius rūpesčius ir taip mažinantys patiriamą EN. Išminties ir PGJ ryšiai su depresija, nerimu ir stresu modelyje yra netiesioginiai. Šie ryšiai turėtų reikštis per tai, kaip žmogus būna santykyje su egzistencinėmis duotybėmis. Esant silpnesnei išminčiai bei mažesniai PGJ, egzistenciniai rūpesčiai sunkiau pakeliami, todėl žmogus gali patirti daugiau EN. Patiriamas EN gali pasireikšti per modelyje numatytus psichologinius sunkumus: depresiją, nerimą ir stresą. PGJ teoriniame modelyje numatomas kaip tiesiogiai su EN susijęs apsauginis veiksnys. EN modelyje pilnai medijuoja PGJ ryšį su psichologiniais sunkumais.



1 pav. Teorinis išminties dimensijų, prasmės gyvenime jausmo, egzistencinio nerimo ir psichologinių sunkumų ryšių modelis

Teoriniame modelyje KID neturi tiesioginio kelio į egzistencinį nerimą ir šių konstrukto ryšys numatomas per mediacinį PGJ poveikį. Toks teorinis sprendimas grindžiamas KID turiniu. Ši dimensija aprėpia žmogaus gebėjimą suprasti gyvenimo bei aplinkos sudėtingumą, nenuspėjamumą ir žinojimo ribas. Šios žinios yra PGJ kūrimo kognityvinis pagrindas. King ir Hicks (2021) savo PGJ modelyje supratimo dimensiją apibūdina kaip kognityvinį PGJ komponentą. Kognityvinė išmintis gali padėti žmogui suvokti savo patirtis, atrandant jų prasmę platesniame gyvenimo kontekste. EN atžvilgiu, kognityvinis pasaulio sudėtingumo supratimas nebūtinai sumažins patiriamą EN. Priešingai, toks suvokimas kaip tik gali iškelti egzistencinius klausimus į paviršių (Yalom, 1980, Tillich, 1999). Jaspers rašė, kad „tam tikrų psichikos sutrikimų pradžia dažnai pasižymi sukrečiančiomis metafizinėmis įžvalgomis“ (Jaspers, 1951, p. 11). EN kyla tada, kai patiriamos egzistencinės duotybės suvokiamos kaip grėsmingos. Tai, kiek žmogus suvoks KID apimamą informaciją apie būti kaip grėsmingą, gali priklausyti nuo prasmės, suteikiamos šioms žinioms.

Teoriniame modelyje AID su egzistenciniu nerimu turi tiek tiesioginį ryšį, tiek netiesioginį per prasmės gyvenime jausmą. AID apima žmogaus empatiją, rūpestį kitais ir pozityvų emocionalumą kitų žmonių atžvilgiu. Jaspers (1951) savo filosofijoje akcentavo autentiško bendravimo bei tarpasmeninio santykio svarbą. Autorius autentišką bendravimą matė kaip filosofinio gyvenimo tikslą. Prasmės psichologijos tyrimai susietumą su žmonėmis išskiria kaip vieną ryškiausių PGJ šaltinių (Hicks & King, 2009). AID galima sieti su PGJ svarbos (angl. *mattering*) komponentu. Tarpasmeniniai santykiai formuoja tapatybę ir tai leidžia žmogui patirti savo gyvenimą kaip svarbų ir prasmingą (King & Hicks,

2021). Teoriniame modelyje paliktas tiesioginis AID kelias į EN numato, kad šių konstruktyvų ryšio mechanizmas nėra visiškai paaiškinamas PGJ. Tai, kad AID apima empatišką socialinių ryšių pojūtį ir pozityvių emocijų jautimą žmonėms, atliepia Yalomo (1980) egzistencinės izoliacijos duotybę. Nors žmogus fundamentaliai miršta vienas, stiprių pozityvių socialinių ryšių pojūtis gali lengvinti egzistencinės vienatvės rūpesčio našą.

Teoriniame modelyje RID su EN turi tiesioginį ryšį ir kartu netiesioginį kelią per PGJ. Ši išminties dimensija, apimanti žmogaus gebėjimą nešališkai reflektuoti savo patirtis, pažvelgti į klausimus iš skirtingų perspektyvų ir atsisukti nuo pirminio emocinio vertinimo, gali padėti žmogui formuoti savo gyvenimo naratyvą. RID galima sieti su paskirties (angl. purpose) komponentu, aptariamu PGJ literatūroje (George & Park, 2017). KID apima kognityvines žinias apie pasaulį ir dėl to gali būti artima PGJ supratimo komponentui, tačiau RID ir paskirties teorinis ryšys paaiškina, kaip informacija apie gyvenimo neapibrėžtumą yra integruojama į žmogaus ateities tikslus ir suvokiamą gyvenimo paskirtį. RID gali padėti žmogui kritiškai įvertinti gaunamą informaciją ir atsižvelgiant į skirtingas perspektyvas formuoti koherentiškus gyvenimo tikslus, stiprinančius PGJ. Visgi, teoriniame modelyje numatoma, kad RID veikia EN ne tik per PGJ. Tiesioginis kelias brėžiamas todėl, kad RID gali padėti žmogui kitaip būti santykiuose su egzistencinėmis duotybėmis. Susidūrus su mirties, laisvės ar kitais egzistenciniais klausimais (Yalom, 1980), RID elementai gali veikti per mažiau egocentrišką susitapatinimą su egzistenciniais rūpesčiais, atsitraukimą nuo pirminės, emocijomis grįstos, interpretacijos bei platesnio konteksto įvertinimą. Taigi, RID gali būti susijusi su mažesniu EN ne tik prisidedama prie sėkmingo žmogaus paskirties jausmo formavimo, bet ir koreguodama santykio su egzistenciniais rūpesčiais kokybę.

1.3. Tyrimo problema, darbo tikslas, uždaviniai ir hipotezės

Šiuolaikiniame geopolitinio nestabilumo kontekste, egzistenciniai klausimai apie mirtį, prasmę, laisvę ar izoliaciją gali būti kaip niekada aktualūs. Nors būdamas pasaulyje žmogus neišvengiamai turi vienaip ar kitaip su jais susidurti, gyvenimo naratyvą griauinantys aplinkos įvykiai gali sustiprinti EN patyrimą. Pavyzdžiui, COVID – 19 pandemija, primindama apie mirties ir ligos riziką, visuomenėje padidino patiriamo EN lygį (Scrima, Miceli, Caci & Cardaci, 2022, Simione & Gnagnarella, 2020). Mokslinėje literatūroje aukštesnis EN siejamas su didesniu psichologinių sunkumų – depresijos, nerimo ir streso patyrimu (van Bruggen, et al, 2017). Išmintis ir PGJ siejasi su mažesniu EN bei mažesniais psichologiniais sunkumais, tačiau vis dar nėra pakankamai aišku, kaip šie konstruktyvai veikia kartu.

Ankstesniuose tyrimuose išminties, PGJ, EN ir psichologinių sunkumų ryšiai dažniausiai buvo analizuojami porinių sąsajų lygmeniu. Yra keletas tyrimų, apimančių tris iš šių keturių konstrukto (Brudek & Sekowski, 2021, Pellens et al., 2022), tačiau visų keturių konstrukto tarpusavio ryšių struktūra iki šiol dar nebuvo tyrinėta. Didelė dalis išminties tyrimų, besiremiančių Ardelt trijų išminties dimensijų teorija (Ardelt, 2003), naudoja bendrą išminties balą ir nepateikia atskirų išminties dimensijų ryšių su PGJ, EN, depresija stresu ar nerimu rezultatų (Etezadi & Pushkar, 2013, Chen, Zhu, Zheng & Xie, 2022). Dėl šios priežasties trūksta informacijos apie tai, kokį vaidmenį ryšiuose su minėtais konstruktais turi atskiros išminties dimensijos. Literatūroje jau randama tyrimų, stebinčių mediacinį EN poveikį ryšiui tarp PGJ ir depresijos (Pellens, et al, 2022). Panašūs rezultatai gali potencialiai atsikartoti ir tiriant PGJ ryšį su nerimo ar streso sunkumais.

Išminties, PGJ, EN ir psichologinių sunkumų ryšių tyrinėjimus galima plėtoti įtraukiant atskirų išminties dimensijų vertinimą, bei didesnę psichologinių sunkumų kintamųjų kiekį. Kadangi išminties ryšių tyrimai dažnai atliekami naudojant tik bendrą išminties balą, mokslinėje literatūroje trūksta informacijos apie galimus atskirų išminties dimensijų veikimo mechanizmus. Šiame darbe siūlomas teorinis modelis praplečia išminties psichologijos literatūroje sutinkamą požiūrį į išminties ryšį su psichologiniais sunkumais, pasiūlydamas potencialų paaiškinimą, kaip skirtingos išminties dimensijos gali veikti šiame ryšyje. Teoriniame modelyje numatomi ne tik tiesioginiai, bet ir mediaciniai ryšių keliai, taip suteikiant teorinį ryšių mechanizmų pagrindimą. Šiuo metu pagrindinis klausimas moksliniame diskurse nebėra, ar išmintis, PGJ, EN ir psichologiniai sunkumai susiję, o kaip šie konstrukto ryšiai gali veikti kartu tarpusavyje.

Tyrimo tikslas – Ištirti išminties dimensijų, prasmės gyvenime jausmo ir egzistencinio nerimo tarpusavio ryšius bei jų reikšmę prognozuojant depresiją, nerimą ir stresą.

Hipotezės:

- 1) Aukštesni išminties dimensijų ir prasmės gyvenime jausmo įverčiai bus susiję su mažesniu egzistenciniu nerimu bei žemesniais streso, depresijos ir nerimo rodikliais. Didesnis egzistencinis nerimas bus stipriai susijęs su ryškesniu depresijos, nerimo ir streso patyrimu.
- 2) Tinklo analizės modelyje egzistencinis nerimas turės svarbų vaidmenį kintamųjų tarpusavio ryšių sąveikoje ir bus artimai susijęs su psichologiniais sunkumais, įskaitant depresiją nerimą ir stresą.
- 3) Prasmės gyvenime jausmas medijuos visų išminties dimensijų ryšį su egzistenciniu nerimu. Refleksyvios ir afektyvios išminties dimensijų ryšys su egzistenciniu nerimu bus medijuojamas dalinai.

- 4) Egzistencinis nerimas pilnai medijuos prasmės gyvenime jausmo ryšį su stresu, nerimu bei depresija.
- 5) Kelių analizės modelyje duomenys atitiks teorinę tyrimo kintamųjų ryšių struktūrą.

Uždaviniai:

- 1) Įvertinti tyrimo kintamųjų (išminties dimensijų, prasmės gyvenime jausmo, egzistencinio nerimo, depresijos, streso ir nerimo) tarpusavio ryšius.
- 2) Ištirti tyrimo kintamųjų ryšių tinklo struktūrą.
- 3) Ištirti prasmės gyvenimo jausmo mediacinį vaidmenį išminties dimensijų ryšyje su egzistenciniu nerimu.
- 4) Ištirti egzistencinio nerimo mediacinį vaidmenį prasmės gyvenime jausmo ryšyje su psichologiniais sunkumais.
- 5) Patikrinti, ar kelių analizėje duomenys atitiks teorinio modelio kintamųjų ryšių struktūrą.

2. TYRIMO METODIKA

2.1. Tyrimo dalyviai

Tyrime dalyvavo 244 respondentai, kurių amžius svyravo nuo 18 iki 71 m. ($M = 27,8$, $SD = 11,29$). 76,2 % tiriamųjų sudarė moterys, 58,2 % su aukštuoju išsilavinimu (1 lentelė). Dalyviai buvo renkami netikimybinės patogios atrankos būdu.

1 lentelė. *Imties demografinės charakteristikos*

Demografinis kriterijus	Specifikacija	N (%)
Lytis	Moteris	186 (76,2)
	Vyras	56 (23)
	Nenoriu atsakyti	2 (0,8)
Išsilavinimas	Aukštasis universitetinis	124 (50,8)
	Aukštasis neuniversitetinis	18 (7,4)
	Vidurinis	87 (35,7)
	Profesinis	13 (5,3)
	Kita	2 (0,8)

Pastaba. N – imties dydis.

2.2. Tyrimo instrumentai

2.2.1. Trijų dimensijų išminties skalė (3D-WS)

Paskirtis. Išminties dimensijų vertinimui naudota Ardel (2003) trijų dimensijų išminties skalė (angl. Three-Dimensional Wisdom Scale – 3D-WS). Ši skalė sudaryta remiantis Ardel (2003) 3 išminties dimensijų teorija, matančia išmintį, kaip daug skirtingų gebėjimų apjungiantį konstruktą. Toks išminties dimensijų atskyrimas yra naudingas mokslinių tyrimų tikslais. Vertinant atskirų išminties dimensijų ryšius su kitais konstruktais, galima įgyti daugiau empirinės informacijos, negu naudojant vien tik bendrą išminties balą. Lietuviškas 3D-WS vertimas atliktas Laurinavičiaus ir Martišiūtės. Lietuviška versija naudojimui gauta iš vertimo autoriaus.

Struktūra. 3D-WS sudaro 39 teiginiai, padalinti į tris subskales: kognityvinę (KID), refleksyvią (RID) ir afektyvią (AID) išminties dimensijas. KID sudaro 14 teiginių, kurie apima tokius klausimus,

kaip gyvenimo neapibrėžtumo ar žinojimo ribų suvokimą (pvz. Visais atvejais yra tik vienas teisingas būdas veikti). RID subskalę sudaro 12 teiginių, vertinančių žmogaus savistabą ar gebėjimą pažvelgti į klausimą iš įvairių perspektyvų (pvz. Visada stengiuosi pažvelgti į visus problemos aspektus). AID surado 13 teiginių, matuojančių respondento empatiškumą, pozityvią orientaciją kitų žmonių link (pvz. Aš dažnai nepaguosdavau kito žmogaus, kai jam ar jai to reikėjo). Išminties dimensijos nėra traktuojamos kaip unidimensiniai konstruktai ir kiekviena subskalė aprėpia keletą išminties bruožų. Dėl šios priežasties skalė nėra sudaryta remiantis tyrimosios ar patvirtinamosios faktorinės analizės metodu. Respondentų buvo prašoma į instrumento teiginius atsakyti skalėje nuo 1 iki 5. 1 reiškė „Visiškai sutinku / Visiškai tinka“, o 5 reiškė „Visiškai nesutinku / Visiškai netinka“. Instrumente yra atvirkštinių teiginių, kurių vertinimą reikia apversti skaičiuojant skalių rezultatus. Didesni subskalių įverčiai reiškia didesnę asmeninės išminties kiekį toje dimensijoje.

Psichometrinės savybės. Moksliniuose tyrimuose 3D-WS nepasižymi itin geru vidiniu suderinamumu. Literatūroje pastebėti α intervalai subskalėms buvo: KID 0,71 – 0,85, RID 0,68 – 0,75, o AID 0,64 – 0,75 (Ardelt, 2003, Ardel, 2011, Martišiūtė, 2023). Šiame tyrime KID $\alpha = 0,70$, RID $\alpha = 0,68$, o AID subskalės $\alpha = 0,67$ (2 lentelė). Tokie vidinio suderinamumo įverčiai rodo, kad į šio instrumento patikimumą reikalinga žiūrėti atsargiai. Visgi, dabartinėje imtyje visi 3D-WS subskalių α koeficientai buvo virš 0,60, taigi, ši skalė pakankamai gera tyrimo atlikimui (Pakalniškienė, 2012). Instrumento autorė teigia, kad subskalės tarpusavyje turėtų koreliuoti vidutiniškai stipriai ($r > 0,30$).

2 lentelė. *Naudotų instrumentų vidinio suderinamumo koeficientai*

Instrumentas	Subskalė	α literatūroje	α šiame tyrime
3D-WS	Kognityvinės dimensijos	0,71 – 0,85	0,70
	Refleksyvos dimensijos	0,68 – 0,75	0,68
	Afektyvos dimensijos	0,64 – 0,75	0,67
MLQ	Prasmės gyvenime jausmo	0,81 – 0,86	0,89
ECQ	Bendras balas	0,89 – 0,94	0,93
DASS21	Depresija	0,9 – 0,91	0,91
	Nerimas	0,77 – 0,83	0,87
	Stresas	0,86 – 0,89	0,87

Pastaba. 3D-WS – Trijų dimensijų išminties skalė, MLQ – Prasmės gyvenime klausimynas, ECQ – Egzistencinių rūpesčių klausimynas, DASS-21 – Depresijos, nerimo ir streso skalė, α – Cronbach alpha.

2.2.2. Prasmės gyvenime klausimynas (MLQ)

Paskirtis. PGJ vertinimui buvo naudojamas Steger ir kitų (2006) prasmės gyvenime klausimynas (angl. Meaning in Life Questionnaire – MLQ). Šis klausimynas yra plačiai naudojamas PGJ tyrinėjimuose (George & Park, 2017, King & Hicks, 2021, van Bruggen et al., 2017, Boreham & Schutte, 2023). Prasmės gyvenime klausimynas atskiria PGJ nuo prasmės gyvenime ieškojimo ir dėl to savo konstruktyvumu atsiskiria nuo pirmtakų (Steger et al., 2006). Lietuviškas MLQ vertimas yra atliktas Monikos Gerdauskaitės. Vertimas paimtas iš klausimyno autoriaus internetinio puslapio. MLQ klausimyną ir jo vertimus autorius leidžia laisvai naudoti moksliniais tikslais. Nors klausimynas apima tiek PGJ, tiek paieškos dimensijas, pagrindinėje statistinėje analizėje naudota tik PGJ subskalė.

Struktūra. MLQ klausimyną sudaro 10 teiginių, padalintų į dvi subskales: PGJ (angl. Presence of Meaning) ir prasmės gyvenime ieškojimo (angl. Search for Meaning). PGJ subskalę sudarantys teiginiai matuoja, kiek asmuo jaučia, jog jo gyvenimas prasmingas (pvz. Aš gerai jaučiu, kas daro mano gyvenimą prasmingu). Prasmės gyvenime ieškojimo subskalė rodo, kiek respondentas esamu metu stengiasi atrasti prasmę savo gyvenime (pvz. Ieškau tikslo ar misijos savo gyvenimui). Klausimyno teiginiai prašomi įvertinti 7 balų Likerto skalėje, kur 1 reiškia „Absoliučiai neteisinga“, o 7 – „Absoliučiai teisinga“. Klausimynas turi vieną atvirkštinį teiginį, kurio įvertčius reikia apversti. Kiekvienoje subskalėje galima surinkti nuo 5 iki 35 balų. Aukštesni balai reiškia aukštesnį PGJ bei prasmės gyvenime ieškojimą.

Psichometrinės savybės. Tyrimuose MLQ subskalės pasižymi geru vidiniu suderinamumu. Literatūroje pastebėtas α intervalas buvo: PGJ subskalei 0,81 – 0,86, o prasmės paieškai 0,8 – 0,92 (Steger, et al., 2006, Pukinskaitė ir Žentelytė, 2014, van Bruggen et al., 2017, Pezirkianis, Galanakis, Karakasidou, & Stalikas, 2016). Klausimynas pasižymi ir pakankamai geru pakartotinio testavimo patikimumu. PGJ ir paieškos pakartotinio testavimo stabilumo koeficientai po mėnesio siekė 0,70 ir 0,73 atitinkamai (Steger, et al., 2006). Šiame tyrime PGJ subskalės $\alpha = 0,89$, o ieškojimo $\alpha = 0,84$ (2 lentelė).

2.2.3. Egzistencinių rūpesčių klausimynas (ECQ)

Paskirtis. EN įvertinimui buvo naudojamas van Bruggen ir kitų (2017) Egzistencinių rūpesčių klausimynas (angl. Existential Concerns Questionnaire – ECQ). Šis klausimynas gimė iš teorinių nesutarimų EN tyrinėjimuose. Šis įrankis integruoja įvade pristatytas Tillich (1999) bei Yalom (1980) idėjas ir išskiria 5 pagrindinius egzistencinių rūpesčių domenus, pagal kuriuos sudaryti ECQ teiginiai. Šie rūpesčiai yra mirtis (pvz. Nerimauju dėl to, kad kai mirsiu, turėsiu viską palikti.), beprasmingumas

(pvz. Klausimas, ar gyvenimas turi prasmę, kelia man nerimą), kaltė (pvz. Nerimauju dėl to, kad negyvenu tokio gyvenimo, kurį galėčiau gyventi), socialinė izoliacija (pvz. Man sunku dėl jausmo, jog galų gale gyvenime aš esu vienas) ir tapatumas (pvz. Vengiu klausimo apie tai, kas aš iš tikrųjų esu). Klausimynas sudarytas su prielaida, kad šie egzistenciniai rūpesčiai kartu sukelia ir vieną bendrą EN patyrimą (van Bruggen et al., 2017). Lietuviškas ECQ vertimas buvo atliktas Stanislauskaitės (2023). Prieš šį tyrimą, iš Stanislauskaitės buvo gautas leidimas naudotis lietuvišku ECQ vertimu.

Struktūra. Egzistencinių rūpesčių klausimyną sudaro 22 teiginiai, atrinkti iš platesnio pirminės klausimyno versijos teiginių asortimento. Klausimyno autorius galutinėje versijoje paliko psichometriškai stipriausius teiginius (van Bruggen et al., 2017). Nors klausimyno teoriniame pagrindime išskiriami 5 atskiri egzistencinių rūpesčių domenai, ECQ validizavimo procesas atskleidė, kad instrumentas geriausiai veikia kaip unidimensinė skalė. Egzistencinių rūpesčių klausimynas rodo sąlyginį respondento patiriamo EN lygį. Klausimyno teiginius prašoma įvertinti 5 balų Likerto skalėje, kai 1 reiškia „Niekad“, o 5 – „Visada“. Klausimyno surinkti balai gali svyruoti nuo 22 iki 110. Aukštesni balai reiškia didesnę egzistencinių rūpesčių ir EN lygį.

Psichometrinės savybės. Tyrimuose ECQ pasižymi geru vidiniu suderinamumu. Literatūroje sutiktas klausimyno α intervalas buvo: 0,89 – 0,94 (van Bruggen et al., 2017, Pellens et al., 2022, Farooq, Ahmed, Siddique & Shoaib, 2021, Smirnov & Makarova, 2025, Stanislauskaitė, 2023). Klausimynas turi gerą pakartotinio testavimo patikimumą. Pakartotinio testavimo stabilumo koeficientas po dviejų savaitžių buvo 0,87 (van Bruggen et al., 2017). Šiame tyrime egzistencinių rūpesčių klausimyno $\alpha = 0,93$ (2 lentelė).

2.2.4. Depresijos, nerimo ir streso skalė – 21 (DASS-21)

Paskirtis. Patiriamų depresijos, nerimo ir streso sunkumų išreikštumo įvertinimui buvo naudojama depresijos, nerimo ir streso skalė – 21 (angl. Depression Anxiety Stress Scale–21). Lietuviškas DASS-21 vertimas atliktas Vilniaus Universiteto psichotraumatologijos centro. Šią metodiką galima laisvai naudoti moksliniais tikslais. Instrumentas paimtas iš minėto centro internetinio puslapio.

Struktūra. Depresijos, nerimo ir streso skalė – 21 sudaro 21 teiginys, paskirstytas į tris skales – depresiją, nerimą ir stresą. Kiekvieną subskalę sudaro 7 teiginiai. Depresijos skalė matuoja tokius požymius, kaip vangumas, beviltiškumo jausmas, savęs bei gyvenimo nuvertinimas ir kt.. Nerimo skalė apima situacinį, subjektyviai patiriamą nerimą ir būdingas fiziologines nerimo patirtis (pvz. Sunkumas kvėpuoti). Streso skalė matuoja respondento esamą įtampą, sunkumus atsipalaiduojant, irzlumą,

nekantrumą ir kt.. Respondentų buvo prašoma į skalės teiginius atsakyti skalėje nuo 0 iki 3 remiantis tuo, kaip jautėsi pastarąją savaitę. 0 reiškė „Visiškai man netinka / Niekada“, o 3 reiškė „Labai man tinka / Beveik visada“. Kiekvienos subskalės balų suma gali varijuoti nuo 0 iki 21. Aukštesnis balas reiškia didesnį sunkumo išreikštumą.

Psichometrinės savybės. DASS-21 subskalės pasižymi geru vidiniu suderinamumu. Literatūroje pastebėti α buvo: depresijai 0,90 – 0,91, nerimui 0,77 – 0,83, o stresui 0,86 – 0,89 (Lovibond & Lovibond, 1995, Gelezelyte, Kazlauskas, Brailovskaia, Margaf & Truskauskaite-Kuneviciene, 2021, Norkiene et al., 2021). Šiame tyrime depresijos skalės $\alpha = 0,91$, nerimo ir streso skalių po 0,87 (2 lentelė).

2.3 Tyrimo eiga

Duomenys tyrimui buvo rinkti 2025 metų Rugsėjo mėnesį. Anketos sudarymui ir administravimui buvo naudojama Google Forms platforma. Anketa buvo pagrįdė platinama Facebook platformoje. Didžiąją imties dalį sudarė atsakymai, gauti pasidalinus anketa Vilniaus Saulėtekio alėjos studentų miestelio grupėje. Tai dalinai paaiškina ir imties jaunumą. Papildomai buvo naudotas sniego gniūžtės metodas. Respondentų buvo prašoma plačiau pasidalinti anketa. Anketos pradžioje buvo pateikiama bazinė anketos informacija, apytikslė pildymo trukmė, buvo patikinta, jog tyrėjas užtikrina respondentų konfidencialumą. Be pristatytų instrumentų, anketoje taip pat buvo keli demografiniai klausimai apie respondentų amžių, lytį ir išsilavinimą. Dalyviai galėjo nustoti pildę anketa bet kuriuo metu, tačiau statistinei analizei buvo naudojami tik tų respondentų duomenys, kurie anketos pabaigoje sutiko pateikti savo atsakymus. Surinkus pakankamą imties kiekį planuojamiems statistiniams metodams, anketa buvo uždaryta ir pereita prie duomenų analizės.

2.4. Duomenų analizės metodas

Tyrimo duomenų apdorojimui naudota Microsoft Excel programa, o statistinei analizei naudota JASP 0.95.1 programos versija. Prieš statistinę analizę buvo peržiūrėtas duomenų normalumas. Buvo stebimas Shapiro - Wilk kriterijus, tačiau dėl gana didelės tyrimo imties vien šis testas yra nepakankamai patikimas duomenų normalumo rodiklis. Papildomai buvo atsižvelgta į kintamųjų histogramas, ieškoma išskirčių ir stebima, ar asimetriškumo ir ekceso kriterijai tilpo į ± 2 ribas. Įvertinta, kad tyrime naudotų instrumentų duomenų sklaida pakankamai atitiko normalaus pasiskirstymo reikalavimus. Visgi, rasta,

kad imties amžius buvo pasiskirstęs nenormaliai. Dėl šios priežasties, atliekant demografinę analizę būtent su amžiaus kintamuoju buvo naudojamas neparametrinis Spearman koreliacijos kriterijus.

Naudotų instrumentų patikimumo patikrinimui buvo skaičiuotas vidinio skalių suderinamumo Cronbach alfa (α) koeficientas. Jei α siekia 0,70, vidinis suderinamumas laikomas geru, tačiau tyrimams tinka, jeigu α siekia 0,60 (Pakalniškienė, 2012). Konstrukto validumo patikrinimui tyrime naudotiems instrumentams buvo atlikta patvirtinamoji faktorinė analizė. Konvergentinio ir diskriminantinio validumo patikrinimui buvo peržvelgtos prasmės gyvenime paieškos koreliacijos su tyrimo kintamaisiais, nors tolimesnėje statistinėje analizėje prasmės gyvenime paieškos konstruktas nebuvo naudojamas (2 priedas). Prasmės gyvenime paieškos ryšiai buvo panašūs su randamais literatūroje (Webster, et al., 2018, van Bruggen et al., 2017). Paieška turėjo silpną teigiamą ryšį su PGJ ($r = 0,28, p < 0,001$) ir EN ($r = 0,19, p = 0,003$). Prasmės gyvenime paieška neturėjo reikšmingų ryšių su išminties dimensijomis. Toliau konstrukto validumo patikrinimui buvo atsižvelgta į tyrimo kintamųjų tarpusavio koreliacijas. Kartu tam buvo panaudota ir tinklo analizės metodika. Šis metodas padėjo vizualizuoti konstrukto ryšius. Suponuojama, kad vienas kitam teorijoje artimi elementai (pvz. EN ir nerimas) bus arčiau vienas kito ir tinklo analizėje, taip suteikiant informacijos apie konstrukto konvergentinį validumą.

Demografinių kintamųjų analizei buvo taikytas nepriklausomų imčių Student t testas. Tyrimo kintamųjų tarpusavio ryšių nustatymui buvo taikomas Pearson koreliacijos kriterijus. Siekiant nustatyti, kurie iš šių ryšių yra tiesioginiai ir centriniai, visos kintamųjų sistemos kontekste buvo taikoma tinklo analizė. Ryšių mechanizmų ištyrimui buvo taikoma mediacinė analizė. Kelių analizė buvo taikoma įvertinti, ar gauti duomenys atitinka teorinį kintamųjų kelių modelį. Teorinis modelis buvo lyginamas su pagal tyrimo rezultatus sudarytu papildytu modeliu, į kurį būtų įtraukiami naujai pastebėti kintamųjų tarpusavio ryšiai, nenumatyti teoriniame modelyje. Koreliacijų efekto dydžio interpretacijoms remtasi Cohen (1988) rekomendacijomis. Silpnomis koreliacijomis laikomas $r = [0,10 ; 0,29]$, vidutinėmis koreliacijomis laikomas $r = [0,30 ; 0,49]$, o stipriomis koreliacijomis laikomas $r = [0,50 ; 1]$. Kelių analizės bei patvirtinamosios faktorinės analizės modelių tinkamumo nustatymui buvo naudojami chi kvadrato (χ^2), sąlyginio suderinamumo indekso (CFI), Tucker-Lewis indekso (TLI), vidutinės aproksimacijos paklaidos kvadratinės šaknies (RMSEA) ir standartizuotos vidutinės liekanos kvadratinės šaknies (SRMR) kriterijai. Priimtina duomenų tinkamumą modeliui rodo šios kriterijų reikšmės: CFI > 0,90; TLI > 0,90; RMSEA < 0,08; SRMR < 0,08. Tikimasi, kad χ^2 bus nereikšmingas, tačiau šis kriterijus yra itin jautrus imties dydžiui ir gali būti nepatikimas kaip vienintelis duomenų tinkamumo modeliui rodiklis (Hu & Bentler, 1999, Pakalniškienė, 2012). Kadangi visų skalių duomenys buvo pasiskirstę normaliai, modeliams buvo naudojamas didžiausio tikėtino (angl. Maximum likelihood) įvertis.

3. REZULTATAI

3.1. Pirminė duomenų analizė

3.1.1. Aprašomoji statistika

3 lentelėje pateikiama aprašomoji tyrime naudotų instrumentų bei imties amžiaus statistika. Daugumos kintamųjų asimetriškumo ir eksceso rodikliai neviršijo priimtinių ribų ir jų pasiskirstymas laikytas pakankamai normaliu. Didžiausias nuokrypis nuo normalumo nustatytas imties amžiaus kintamajam (asimetriškumas = 1.92, ekscesas = 3.05). Be to, depresijos ir nerimo subskalėse pastebimas gana didelis teigiamas asimetriškumas (0,64 ir 0,91 atitinkamai). Tai reiškia, jog dauguma respondentų pasižymėjo žemesniais depresijos ir nerimo sunkumais, tačiau mažesnė dalis respondentų turėjo aukštus depresijos ir nerimo įverčius.

3 lentelė. *Tyrimo kintamųjų aprašomoji statistika*

Kintamieji	<i>M (SD)</i>	Minimali reikšmė	Maksimali reikšmė	Asimetriškumas	Ekscesas
Amžius	27,80 (11,29)	18	71	1,92	3,05
Prasmės gyvenime jausmas	21,98 (7,17)	5	35	- 0,45	- 0,67
Egzistencinis nerimas	58,55 (17,96)	22	108	- 0,24	- 0,37
Kognityvinė išminties dimensija	46,20 (7,64)	14	64	- 0,52	1,24
Refleksyvi išminties dimensija	38,73 (6,68)	18	59	0	0,07
Afektyvi išminties dimensija	40,14 (7,12)	21	57	- 0,02	0,16
Depresija	7,73 (5,81)	0	21	0,64	- 0,67
Nerimas	6,71 (5,46)	0	21	0,91	0,06
Stresas	10,21 (5,39)	0	21	0,02	- 0,91

Pastaba. *M* – vidurkis, *SD* – standartinis nuokrypis.

3.1.2. Demografinių kintamųjų analizė

3 priede pateiktos respondentų amžiaus koreliacijos su tyrimo kintamaisiais. Analizė atskleidė, kad vyresnis amžius buvo silpnai susijęs su didesniu PGJ ($r_s = 0,23$, $p < 0,001$) bei mažesniu EN ir nerimo patyrimu ($r_s = -0,16$, $p = 0,015$ ir $r_s = -0,17$, $p = 0,007$ atitinkamai). Kituose kintamuosiuose nenustatyta statistiškai reikšmingų amžiaus skirtumų. 4 priede pateikti tyrimo kintamųjų lyčių skirtumai. Studento t testas nepriklausomoms imtims parodė, kad moterys patyrė daugiau EN ($M = 60,50$ $SD = 17,65$ ir $M = 53$ $SD = 17,60$, $t = -2,79$, $df = 240$, $p = 0,006$) bei streso ($M = 10,66$ $SD = 5,34$ ir $M = 8,96$ $SD = 5,38$, $t = -2,08$, $df = 240$, $p = 0,039$). Nebuvo nustatyta statistiškai reikšmingų lyčių skirtumų kituose kintamuosiuose. Išsilavinimo skirtumai tyrimo kintamuosiuose pateikti 5 priede. Studento t testas atskleidė, kad respondentai su aukštuoju išsilavinimu patyrė statistiškai reikšmingai mažiau depresijos ($M = 6,87$ $SD = 5,37$ ir $M = 8,91$ $SD = 6,21$, $t = 2,74$, $df = 242$, $p = 0,007$), nerimo ($M = 5,62$ $SD = 4,55$ ir $M = 8,24$ $SD = 6,22$, $t = 3,80$, $df = 242$, $p < 0,001$) ir streso ($M = 9,54$ $SD = 4,94$ ir $M = 11,16$ $SD = 5,87$, $t = 2,34$, $df = 242$, $p = 0,020$) sunkumų. Nebuvo pastebėta statistiškai reikšmingų išsilavinimo skirtumų kituose kintamuosiuose. Visgi, pastebėta tendencija, kad respondentai, turintys aukštąjį išsilavinimą, gali patirti mažiau EN ir daugiau PGJ. Šie skirtumai reikšmingi 10 % reikšmingumo lygmenyje.

3.1.3. Instrumentų patvirtinamoji faktorinė analizė

Patvirtinamoji faktorinė analizė atskleidė, kad tyrimo duomenų tinkamumas naudotiems instrumentams buvo mišrus (4 lentelė). Sąlyginai geriausiais psichometriniais rodikliais pasižymėjo MLQ klausimynas. Šio instrumento analizė atskleidė patenkinamas CFI (0,92) ir TLI (0,90) kriterijų reikšmes. Vis dėlto, RMSEA (0,11) ir SRMR (0,09) kriterijai šiek tiek viršijo priimtinas ribas. Taigi, negalima vienareikšmiškai teigti, jog tyrimo duomenys atitiko MLQ klausimyno struktūrą. DASS-21 patvirtinamoji faktorinė analizė atskleidė rezultatus, panašius į MLQ klausimyną. SRMR kriterijaus reikšmė buvo gera (0,06), o likusių tinkamumo kriterijų reikšmės buvo netoli priimtino lygmens (CFI = 0,89, TLI = 0,88, RMSEA = 0,09). Pažymėtina, kad RMSEA 90 % pasikliautinio intervalo apatinė riba siekė patenkinamą lygmenį (0,08), taigi, DASS-21 modelio tinkamumas vertinamas kaip ribinis, bet priimtinas. ECQ tinkamumo rodikliai buvo pastebimai prastesni. ECQ vieno faktoriaus analizėje gautos žemos CFI (0,76) ir TLI (0,73) reikšmės ir per aukšta RMSEA reikšmė (0,11). SRMR kriterijus rodė priimtina reikšmę (0,08), tačiau jo vieno nepakanka ir tyrimo duomenys nepatvirtino ECQ klausimyno

vieno faktoriaus struktūros. 3D-WS skalei patvirtinamoji faktorinė analizė nebuvo daroma, kadangi šis instrumentas nebuvo sudarytas remiantis subskalių kaip unidimensinių konstrukty prielaidomis.

4 lentelė. *Instrumentų patvirtinamosios faktorinės analizės*

Instrumentas	χ^2 (df)	p	CFI	TLI	RMSEA [90% PI]	SRMR
MLQ	128,09 (34)	< 0,001	0,92	0,90	0,11 [0,09, 0,13]	0,09
ECQ	839,77 (209)	< 0,001	0,76	0,73	0,11 [0,10, 0,12]	0,08
DASS-21	516,02 (186)	< 0,001	0,89	0,88	0,09 [0,08, 0,09]	0,06

Pastaba. MLQ – Prasmės gyvenime klausimynas, ECQ – Egzistencinių rūpesčių klausimynas, DASS-21 – Depresijos, nerimo ir streso skalė, χ^2 – chi kvadratas, *df* – laisvės laipsniai, *p* – reikšmingumo lygmuo, CFI - sąlyginio suderinamumo indeksas, TLI - Tucker-Lewis indeksas, RMSEA - vidutinės aproksimacijos paklaidos kvadratinė šaknis, SRMR - standartizuotos vidutinės liekanos kvadratinė šaknis.

3.2. Tyrimo kintamųjų tarpusavio ryšiai

3.2.1. Koreliacinė analizė

Pirmo tyrimo hipotezės patikrinimui buvo apskaičiuotos koreliacijos tarp išminties dimensijų, psichologinių sunkumų kintamųjų, EN ir PGJ. Koreliacinės analizės rezultatai pateikti 5 lentelėje. Visos išminties dimensijos tarpusavyje koreliavo vidutiniškai ir teigiamai. KID ir AID turėjo silpnas neigiamas koreliacijas su EN ir psichologiniais sunkumais, o RID – vidutines neigiamas koreliacijas. Dvi išimtys iš šios taisyklės buvo labai silpna ir nereikšminga AID koreliacija su nerimu ($r = -0,06$, $p = 0,387$) ir silpna RID koreliacija su nerimu ($r = -0,26$, $p < 0,001$). Išminties dimensijos su PGJ koreliavo teigiamai, bet skirtingu stiprumu. RID turėjo vidutinę ($r = 0,33$, $p < 0,001$), AID silpną ($r = 0,21$, $p = 0,001$), o KID silpną ir nereikšmingą ($r = 0,11$, $p = 0,088$) koreliacijas su PGJ. Iš išminties dimensijų būtent RID turėjo stipriausius ryšius su PGJ, EN ir psichologiniais sunkumais.

PGJ buvo vidutiniškai neigiamai susijęs su EN ($r = -0,41$, $p < 0,001$) ir depresija ($r = -0,45$, $p < 0,001$) bei silpnai neigiamai susijęs su stresu ($r = -0,26$, $p < 0,001$) ir nerimu ($r = -0,41$, $p = 0,001$). Tai rodo, kad aukštesnis PGJ yra susijęs su silpnais psichologiniais sunkumais. Depresija, nerimas ir stresas buvo stipriai teigiamai susiję tarpusavyje. Jie visi taip pat buvo stipriai teigiamai susiję su EN.

5 lentelė. Tyrimo kintamųjų tarpusavio koreliacijos

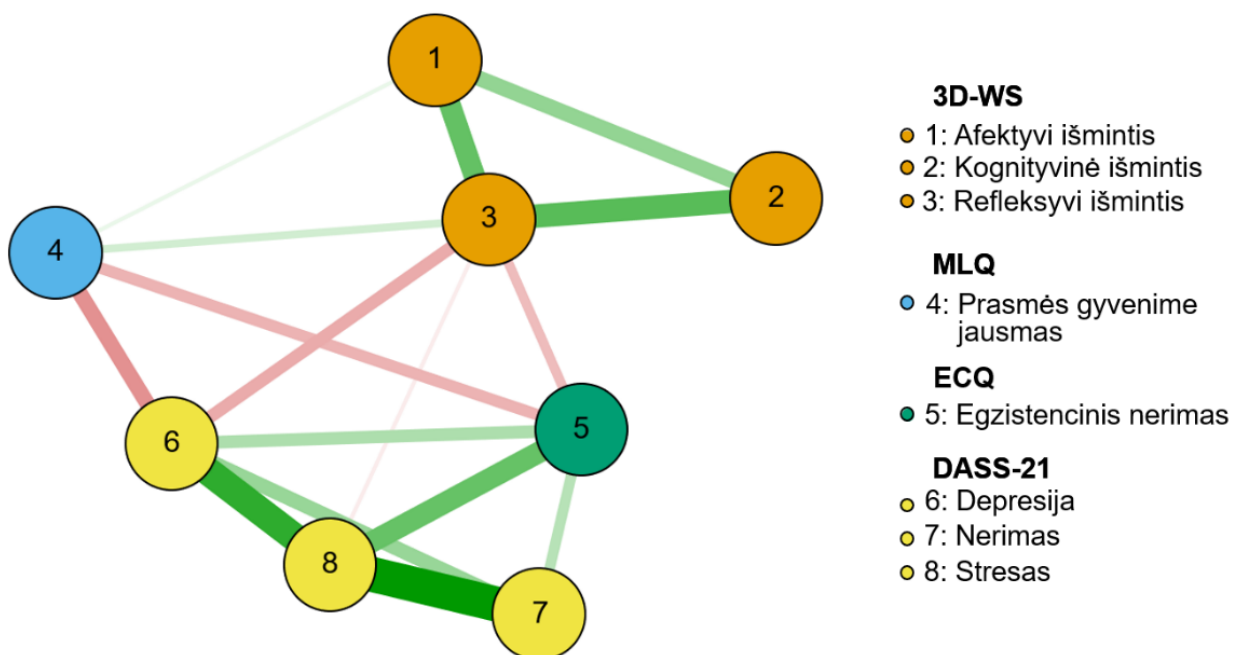
Kintamieji	Prasmės gyvenime jausmas	Egzistencinis nerimas	Kognityvinė išminties dimensija	Refleksyvi išminties dimensija	Afektyvi išminties dimensija	Depresija	Nerimas
Prasmės gyvenime jausmas	-						
Egzistencinis nerimas	- 0,41***	-					
Kognityvinė išminties dimensija	0,11	- 0,20**	-				
Refleksyvi išminties dimensija	0,33***	- 0,41***	0,47***	-			
Afektyvi išminties dimensija	0,21**	-0,16*	0,38***	0,46***	-		
Depresija	- 0,45***	0,62***	-0,19**	- 0,45***	- 0,21***	-	
Nerimas	- 0,21**	0,59***	- 0,18**	- 0,26***	-0,06	0,66***	-
Stresas	- 0,26***	0,67***	- 0,15*	- 0,40***	- 0,20**	0,75***	0,77***

Pastaba. * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$ Statistiškai reikšmingi rezultatai pažymėti paryškintu šriftu.

3.2.2. Tinklo analizė

Papildomam tyrimo kintamųjų tarpusavio ryšių struktūros įvertinimui ir vizualizacijai buvo taikyta tinklo analizė. Tinklo modelyje mazgai (apskritimai) žymi tyrimo kintamuosius. Briaunos žymi sąlyginius ryšius tarp mazgų. Briaunų storis rodo ryšių stiprumą, o spalva – jų kryptį. Žalios briaunos rodo teigiamus, o rausvos – neigiamus ryšius tarp kintamųjų. Tinklo analizė leidžia nustatyti, kurie kintamieji modelyje užima centrinę poziciją ir kaip ryšių išsidėstymas dera su teoriniu tyrimo modeliu. Tinklo centriškumo rodikliai pateikti 6 priede. Didžiausiais galios (angl. Strength.) ir tikėtinos įtakos (angl. Expected Influence) įverčiais pasižymėjo stresas. Iš išminties dimensijų santykinai didesniu centriškumu pasižymėjo RID. Pagal centriškumo rodiklius EN neišsiskyrė.

Tyrimo kintamųjų išsidėstymas tinklo analizėje pateiktas 2 paveikslėlyje. Artimiausi tarpusavio ryšiai pastebimi tarp psichologinių sunkumų, sudarančių vieną klasterį. Išminties dimensijos irgi susitelkė į vieną aiškų išminties klasterį. EN tinklo modelyje užėmė svarbią poziciją. Jis vienintelis artimai susijęs su visais psichologinių sunkumų kintamaisiais, RID ir PGJ. 6 lentelėje pateikti tinklo briaunų svoriai rodo unikalias sąsajas tarp tyrimo kintamųjų, kontroliuojant kitus, į tinklą įtrauktus, kintamuosius.



2 pav. Tinklo analizės grafinis pavaizdavimas

Pastaba. 3D-WS – Trijų dimensijų išminties skalė, MLQ – Prasmės gyvenime klausimynas, ECQ – Egzistencinių rūpesčių klausimynas, DASS-21 – Depresijos, nerimo ir streso skalė

6 lentelė. Tinklo briaunų svoriai

Kintamieji	Prasmės gyvenime jausmas	Egzistencinis nerimas	Kognityvinė išminties dimensija	Refleksyvi išminties dimensija	Afektyvi išminties dimensija	Depresija	Nerimas
Prasmės gyvenime jausmas	-						
Egzistencinis nerimas	- 0,13	-					
Kognityvinė išminties dimensija	0	0	-				
Refleksyvi išminties dimensija	0,08	- 0,12	0,29	-			
Afektyvi išminties dimensija	0,04	0	0,19	0,27	-		
Depresija	- 0,19	0,14	0	- 0,15	0	-	
Nerimas	0	0,12	0	0	0	0,18	-
Stresas	0	0,26	0	- 0,03	0	0,36	0,44

Pastaba. Reikšmingi briaunų svoriai pažymėti paryškintu šriftu.

Tinkle pastebima briaunų, tiesiogiai jungiančių apsauginius kintamuosius su psichologinių sunkumų kriterijais. PGJ turėjo neigiamą sąsają su depresija, o RID turėjo tiesiogines briaunas su depresija ir stresu. KID ir AID tinkle buvo susijusios beveik vien su RID. Pastebimas tik labai silpnas unikalus kelias tarp AID ir PGJ. Skirtingai negu buvo galima tikėtis remiantis teoriniu modeliu, KID neturėjo artimesnio ryšio su PGJ, o AID neturėjo tiesioginio ryšio su EN.

3.3. Mediacinių ryšių analizė

3.3.1. Prasmės gyvenime jausmo mediacinis vaidmuo išminties dimensijų ryšyje su egzistenciniu nerimu

Trečios tyrimo hipotezės patikrinimui buvo atliktos trys mediacinės analizės, kuriose nepriklausomu kintamuoju buvo viena iš išminties dimensijų, mediatorius buvo Prasmės gyvenime jausmas, o priklausomu kintamuoju pasirinktas egzistencinis nerimas. Mediacinio modelio iliustracija pateikta 7 priede. Mediacinei analizei buvo naudojamas 5000 pakartojimų savirankos (angl. bootstrap) metodas. Netiesioginio ryšio reikšmingumo įvertinimui buvo naudojamas savirankos 95 % pasikliautinis intervalas (PI). Netiesioginis poveikis buvo laikytas reikšmingu, jei į gautą intervalą nepateko 0. Mediaciniame modelyje a keliu laikomas išminties dimensijos poveikis PGJ, o b keliu laikomas PGJ poveikis EN. Rezultatai parodė, kad PGJ statistiškai reikšmingai mediavo RID ir AID ryšį su EN (7 lentelė).

7 lentelė. *Prasmės gyvenime jausmo mediacinis vaidmuo išminties dimensijų ryšyje su egzistenciniu nerimu*

Išminties dimensija	Kelias / Poveikio tipas	Beta (β)	Z	p	95 % PI	
					Apatinė riba	Viršutinė riba
Refleksyvi išminties dimensija	a kelias	0,33	5,82	< 0,001	0,21	0,43
	b kelias	- 0,30	- 5,42	< 0,001	- 0,41	- 0,19
	Tiesioginis poveikis (c' kelias)	- 0,31	- 5,36	< 0,001	- 0,42	- 0,19
	Netiesioginis poveikis (a*b kelias)	- 0,10	- 4,00	< 0,001	- 0,16	- 0,06
	Bendras poveikis (c kelias)	- 0,41	- 7,52	< 0,001	- 0,51	- 0,30

Afektyvi išminties dimensija	a kelias	0,21	3,14	0,002	0,07	0,33
	b kelias	- 0,39	- 7,14	< 0,001	- 0,49	- 0,28
	Tiesioginis poveikis (c' kelias)	- 0,08	- 1,21	0,228	- 0,21	0,05
	Netiesioginis poveikis (a*b kelias)	- 0,08	- 2,84	0,004	- 0,14	- 0,03
	Bendras poveikis (c kelias)	- 0,16	- 2,19	0,028	- 0,30	- 0,01
Kognityvinė išminties dimensija	a kelias	0,11	1,78	0,075	- 0,01	0,23
	b kelias	- 0,39	- 7,46	< 0,001	- 0,49	- 0,28
	Tiesioginis poveikis (c' kelias)	- 0,16	- 2,41	0,016	- 0,28	-0,02
	Netiesioginis poveikis (a*b kelias)	- 0,04	- 1,73	0,084	- 0,10	0,002
	Bendras poveikis (c kelias)	- 0,20	- 2,80	0,005	- 0,33	- 0,05

Pastaba. β – standartizuotas beta koeficientas, z – z reikšmė, p – reikšmingumo lygmuo. Statistiškai reikšmingi rezultatai pažymėti paryškintu šriftu.

RID analizėje rastas reikšmingas netiesioginis poveikis EN, kai mediatoriumi buvo PGJ ($\beta = -0,10$, $p < 0,001$, 95 % PI [- 0,16; - 0,06]). Kartu pastebėtas ir tiesioginis RID poveikis EN ($\beta = -0,31$, $p < 0,001$). Galima teigti, kad ši mediacija buvo dalinė. AID atveju, nustatytas reikšmingas netiesioginis poveikis ($\beta = -0,08$, $p = 0,004$, 95 % PI [- 0,14; - 0,03]). Tiesioginis AID poveikis EN buvo nereikšmingas ($\beta = -0,08$, $p = 0,228$). Tokius rezultatus galime įvardinti kaip pilną mediaciją. KID mediacinėje analizėje nebuvo rastas netiesioginis poveikis EN ($\beta = -0,04$, $p = 0,084$, 95 % PI [- 0,10; 0,02]). Tai reiškia, kad PGJ neturėjo mediacinio poveikio KID ryšyje su EN.

3.3.2. Egzistencinio nerimo mediacinis vaidmuo prasmės gyvenime jausmo ryšyje su psichologiniais sunkumais

Ketvirtos tyrimo hipotezės patikrinimui atliktos trys mediacinės analizės, kuriose nepriklausomu kintamuoju buvo PGJ, mediatoriumi – EN, o priklausomaisiais kintamaisiais buvo po vieną iš psichologinių sunkumų kintamųjų. Mediacinio modelio iliustracija pateikta 8 priede. Mediacinei analizei buvo naudotas tas pats metodas, aprašytas praeitame skyriuje. Mediaciniame modelyje a keliu laikomas PGJ poveikis EN, o b keliu laikomas EN poveikis specifiniam psichologiniam sunkumui. Rezultatai atskleidė, kad EN reikšmingai medijavo PGJ ryšį su visais psichologinių sunkumų kintamaisiais (8 lentelė).

Depresijos atveju rastas reikšmingas netiesioginis PGJ poveikis per EN ($\beta = -0,21, p < 0,001, 95\% \text{ PI } [-0,28; -0,15]$). Kartu pastebėtas tiesioginis PGJ poveikis depresijai ($\beta = -0,25, p < 0,001$). Tokie rezultatai rodo, kad EN šį ryšį medijavo dalinai. Nerimo modelyje buvo rastas reikšmingas netiesioginis poveikis ($\beta = -0,24, p < 0,001, 95\% \text{ PI } [-0,32; -0,17]$), tačiau nepavyko rasti reikšmingo tiesioginio PGJ poveikio nerimui ($\beta = 0,04, p = 0,534$). Tokie rezultatai atsikartojo ir priklausomu kintamuoju naudojant stresą. PGJ turėjo netiesioginį ryšį su stresu, kai mediatoriumi buvo EN ($\beta = -0,28, p < 0,001, 95\% \text{ PI } [-0,36; -0,20]$), o tiesioginis ryšys buvo nereikšmingas ($\beta = 0,02, p = 0,761$).

8 lentelė. *Egzistencinio nerimo mediacinis vaidmuo prasmės gyvenime jausmo ryšyje su psichologiniais sunkumais*

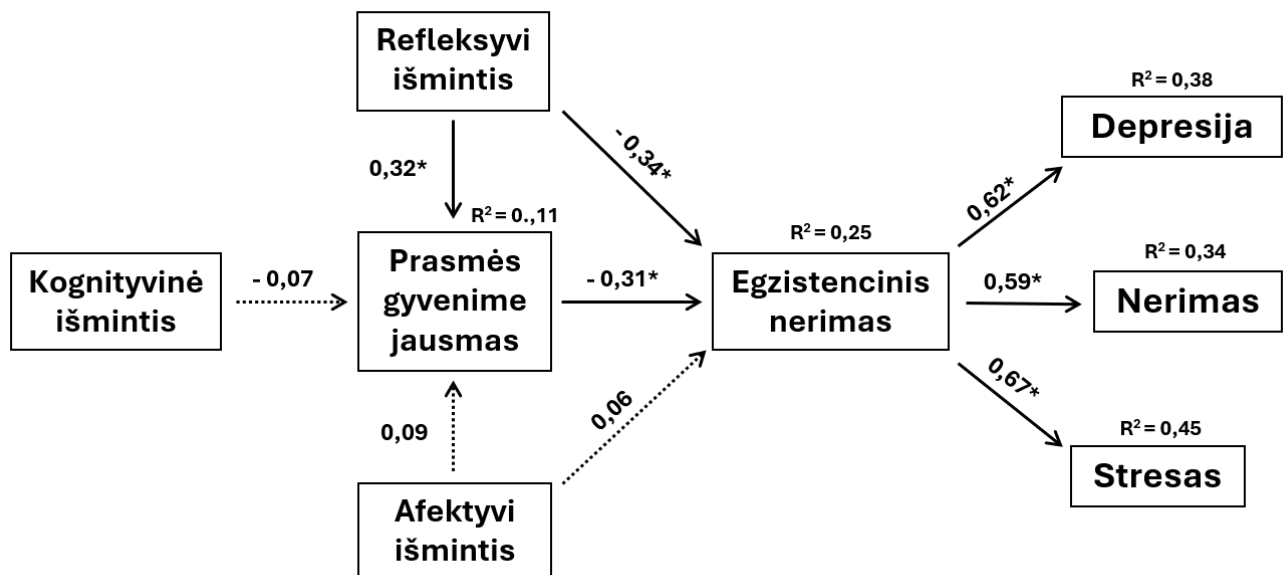
Psichologinis sunkumas	Kelias / Poveikio tipas	β	z	p	95 % PI	
					Apatinė riba	Viršutinė riba
Depresija	a kelias	- 0,41	- 7,99	< 0,001	- 0,50	- 0,30
	b kelias	0,52	10,33	< 0,001	0,42	0,61
	Tiesioginis poveikis (c' kelias)	- 0,25	- 4,19	< 0,001	- 0,36	- 0,13
	Netiesioginis poveikis (a*b kelias)	- 0,21	- 6,47	< 0,001	- 0,28	- 0,15
	Bendras poveikis (c kelias)	- 0,45	- 8,39	< 0,001	- 0,56	- 0,34
Nerimas	a kelias	- 0,41	- 8,07	< 0,001	- 0,50	- 0,30
	b kelias	0,60	12,71	< 0,001	0,51	0,69
	Tiesioginis poveikis (c' kelias)	0,04	0,62	0,534	- 0,08	0,15
	Netiesioginis poveikis (a*b kelias)	- 0,24	- 6,30	< 0,001	- 0,32	- 0,17
	Bendras poveikis (c kelias)	- 0,21	- 3,11	0,002	- 0,34	- 0,08
Stresas	a kelias	- 0,41	- 7,81	< 0,001	- 0,50	- 0,30
	b kelias	0,68	16,46	< 0,001	0,60	0,76
	Tiesioginis poveikis (c' kelias)	0,02	0,31	0,761	- 0,09	0,12
	Netiesioginis poveikis (a*b kelias)	- 0,28	- 6,66	< 0,001	- 0,36	- 0,20
	Bendras poveikis (c kelias)	-0,26	- 4,36	< 0,001	- 0,37	- 0,14

Pastaba. β – standartizuotas beta koeficientas, z – z reikšmė, p – reikšmingumo lygmuo. Statistiškai reikšmingi rezultatai pažymėti paryškintu šriftu.

3.4. Kelių analizė

3.4.1. Teorinio modelio kelių analizė

Teorinio tyrimo modelio patikrinimui buvo atlikta kelių analizė, naudojant struktūrinių lygčių metodą. Tirtame modelyje buvo numatyta, kad visos išminties dimensijos prognozuos PGJ. RID ir AID kartu su PGJ prognozuos EN, o EN prognozuos depresiją, nerimą ir stresą. Modelyje buvo leidžiama kovariacija tarp išminties dimensijų ir tarp psichologinių sunkumų kintamųjų. Duomenų tinkamumas teoriniam modeliui buvo prastas: $\chi^2(13) = 73,06$, $p < 0,001$, CFI = 0,93, TLI = 0,85, RMSEA = 0,14, 90 % PI [0,11; 0,17], SRMR = 0,06. Nors CFI ir SRMR kriterijų reikšmės buvo priimtinos, TLI reikšmė buvo per žema, o RMSEA vertė per didelė. Galima teigti, kad teorija grįstas konstrukto ryšių modelis buvo nepatvirtintas tyrimo duomenų.



3 pav. Teorinio modelio kelių analizė.

Pastaba. * $p < 0,001$. R^2 – R kvadratas. Punktyrine linija pažymėti statistškai nereikšmingi ryšiai. Siekiant aiškumo, išminties dimensijų bei psichologinių sunkumų kovariacijos paveiksle nevaizduojamos. Modelis su kovariacijomis pateiktas 9 priede.

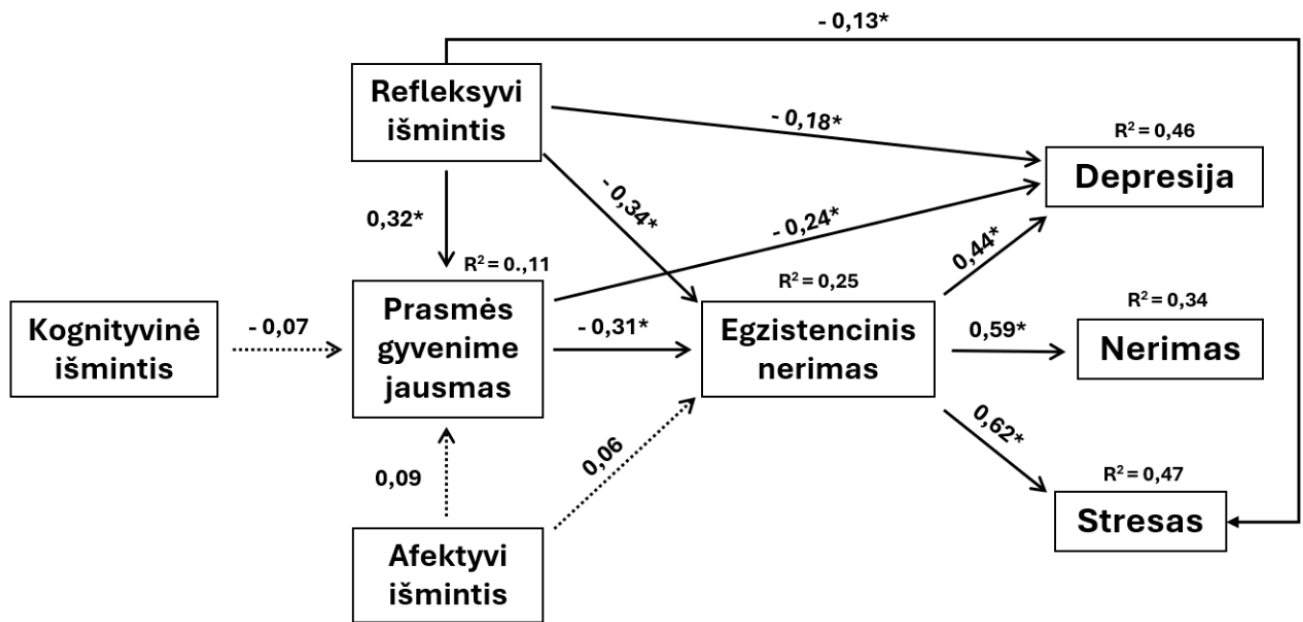
Teorinio modelio kelių analizėje (3 pav.), prasmės gyvenime jausmą reikšmingai prognozavo tik RID ($\beta = 0,32$, $p < 0,001$). Egzistencinį nerimą reikšmingai prognozavo RID ($\beta = -0,3$, $p < 0,001$) ir PGJ ($\beta = -0,31$, $p < 0,001$), bet ne AID ($\beta = 0,06$, $p = 0,367$). Egzistencinis nerimas reikšmingai prognozavo

tiesiogiai depresiją ($\beta = 0,62, p < 0,001$), tiesiogiai nerimą ($\beta = 0,59, p < 0,001$), tiesiogiai stresą ($\beta = 0,67, p < 0,001$). Modelis paaiškino 11 % PGJ ($R^2 = 0,11$), 25 % EN ($R^2 = 0,25$), 38 % depresijos ($R^2 = 0,38$), 34 % nerimo ($R^2 = 0,34$) ir 45 % streso dispersijos ($R^2 = 0,45$). KID kelias PGJ link buvo nereikšmingas ir neigiamas ($\beta = -0,07, p = 0,290$).

3.4.2. Patikslinto modelio sudarymas ir kelių analizė

Sudarant patikslintą modelį buvo ieškoma per rezultatus atsiskleidusių kelių, kurie nebuvo numatyti teoriniame modelyje. Tinklo analizėje pastebėta, kad PGJ turėjo neigiamą briauną su depresija. Tą parodė ir mediacinė analizė, kur rasta, jog EN medijuoja PGJ ryšį su depresija tik dalinai. Dėl šių rezultatų nuspręsta į empirinį modelį įtraukti tiesioginį PGJ kelią depresijos link. Tinklo analizėje RID turėjo unikalias briaunas su depresija ir stresu. Tai leidžia manyti, kad RID sąveika su PGJ ir EN pilnai nepaaiškina vidutinių neigiamų koreliacijų tarp RID ir depresijos ($r = 0,45, p < 0,001$) bei streso ($r = 0,40, p < 0,001$). Dėl šių rezultatų nuspręsta į empirinį modelį įtraukti tiesioginius RID kelius link depresijos ir streso. Nors mediacinė analizė atskleidė, kad KID turi tiesioginį ryšį su EN, šis unikalus ryšys neatsiskleidė tinklo analizėje, kur KID svarius ryšius turėjo tik su kitomis išminties dimensijomis. Dėl šios priežasties nuspręsta nepridėti naujo kelio iš KID į EN. Tinklo analizėje nebuvo aptikti unikalūs tiesioginiai KID ar AID ryšiai su psichologinių sunkumų kintamaisiais, todėl iš KID ir AID nebuvo pridėta jokių naujų kelių.

Patikslintas modelis pateiktas 4 paveikslėlyje. Jame PGJ prognozuoja visos išminties dimensijos. EN prognozuoja PGJ, RID ir AID. Depresiją prognozuoja EN, PGJ ir RID. Stresą prognozuoja PGJ ir RID, o nerimą, kaip ir teoriniame modelyje, prognozuoja vien EN. Šiame modelyje irgi buvo leidžiama kovariacija tarp psichologinių sunkumų kintamųjų bei išminties dimensijų. Duomenų tinkamumas empiriniam modeliui buvo geras: $\chi^2(10) = 17,44, p = 0,065$, CFI = 0,99, TLI = 0,98, RMSEA = 0,06 PI [0; 0,10], SRMR = 0,02. Šie rodikliai leidžia patvirtinti, kad praplėstas modelis turėjo geresnius psichometrinius rodiklius už teorinį modelį (11 priedas). Siekiant išsiaiškinti, ar modeliai skiriasi statistiškai reikšmingai, buvo panaudotas chi kvadrato skirtumo metodas. Modelių $\Delta\chi^2 = 73,06 - 17,44 = 55,62$; $\Delta df = 13 - 10 = 3$. Remiantis chi kvadratų lentele, prie 3 laisvės laipsnių, chi kvadrato skirtumas turėtų būti virš 11,35, kad modeliai būtų skirtingi 0,001 reikšmingumo lygmenyje. $55,62 > 11,35$, todėl šie modeliai skiriasi statistiškai reikšmingai.



4 pav. Patikslinto modelio kelių analizė.

Pastaba. * $p < 0,001$. R^2 – R kvadratas. Punktyrine linija pažymėti statistiškai nereikšmingi ryšiai. Siekiant aiškumo, išminties dimensijų ir psichologinių sunkumų kovariacijos paveiksle nevaizduojamos. Modelis su kovariacijomis pateiktas 10 priede.

Visi nauji patikslinto modelio keliai buvo reikšmingi. PGJ reikšmingai prognozavo depresiją ($\beta = 0,24$, $p < 0,001$), o RID reikšmingai prognozavo tiek depresiją ($\beta = -0,18$, $p < 0,001$), tiek stresą ($\beta = -0,13$, $p < 0,001$). Pakoregavus modelį, svarbu peržvelgti, kaip pasikeitė jo prognostinė vertė. Pridėjus tiesioginį kelią iš RID į stresą, išplėsto modelio prognostinė galia stresui pakilo 2 % ir siekė 47 % ($R^2 = 0,47$, $\Delta R^2 = 0,47 - 0,45 = 0,02$). Į depresiją pridėjus kelius iš RID ir PGJ, depresijos dispersijos paaiškinimo procentas išplėstame modelyje buvo 46 % ($R^2 = 0,46$) ir lyginant su teoriniu modeliu pakilo 8 % ($\Delta R^2 = 0,46 - 0,38 = 0,08$). PGJ ($\Delta R^2 = 0,11 - 0,11 = 0$), EN ($\Delta R^2 = 0,25 - 0,25 = 0$) ir nerimo ($\Delta R^2 = 0,34 - 0,34 = 0,00$) dispersijų paaiškinimo procentas nepakito.

4. REZULTATŲ APITARIMAS

4.1. Išminties dimensijų, prasmės gyvenimo jausmo, egzistencinio nerimo ir psichologinių sunkumų sąsajų analizės aptarimas

Šiame tyrime buvo siekiama ištirti išminties dimensijų, PGJ, EN ir psichologinių sunkumų ryšius bei šių ryšių mechanizmus. Rezultatai atskleidė, kad EN turėjo stiprų ryšį su depresijos, nerimo ir streso simptomais. RID ir PGJ buvo reikšmingai susiję su EN ir psichologiniais sunkumais per mediacinį EN poveikį. RID ir PGJ turėjo ir unikalų ryšį su depresija, kuris nepaaiškinamas EN. RID turėjo silpną unikalų ryšį su streso simptomais.

Pirmojoje hipotezėje buvo tikimasi, jog aukštesni išminties dimensijų balai bus susiję su žemesniu EN ir mažesniais depresijos, streso ir nerimo rodikliais. Koreliacinė analizė atskleidė neigiamas sąsajas tarp išminties dimensijų ir EN bei psichologinių sunkumų kintamųjų. EN vidutiniškai neigiamai koreliavo su RID ir silpnai su KID bei AID. Šiuos rezultatus gana sudėtinga tiesiogiai palyginti su moksline literatūra. Išminties sąsajos su EN yra nagrinėtos mažai, o atskirų išminties dimensijų rezultatai pateikiami dar rečiau. Dewangan ir kiti (2025) rado vidutinio stiprumo neigiamą koreliaciją tarp išminties ir EN, tačiau nepateikė atskirų išminties dimensijų statistinės analizės rezultatų. Brudek ir Sekowski (2021) rado vidutinio stiprumo neigiamas sąsajas tarp mirties nerimo ir visų išminties dimensijų. Nors mirties nerimas yra viena pagrindinių ECQ klausimynų tiriamo EN dedamųjų, šių konstrukto negalima visiškai sutapatinti. Brudek ir Sekowski tyrimas turėjo specifinę vyresnių respondentų imtį, todėl tyrimų rezultatai sunkiai palyginami.

Depresijos simptomai turėjo neigiamą silpną ryšį su KID ir AID bei vidutinio stiprumo neigiamą sąsają su RID. Kituose tyrimuose išminties neigiamų sąsajų su depresijos rodikliais stiprumas svyravo nuo silpnos iki vidutinės (Zadworna, 2023, Chen et al., 2022, Zadworna & Ardelt, 2024). Tyrimuose, pateikiančiuose išminties dimensijų rezultatus, RID ryšys su depresija buvo pastebimai stipriausias. Pažymėtina, kad visi literatūroje rasti tyrimai, nagrinėjantys išminties sąsajas su depresija, turėjo specifines vyresnių žmonių imtis. Nerimas turėjo silpną neigiamą sąsają su KID ir RID, tačiau nepavyko rasti reikšmingos nerimo sąsajos su AID. Mokslinėje literatūroje randamuose tyrimuose išminties ryšys su nerimu dažniausiai buvo stipresnis. Pavyzdžiui, Sahrani ir Angelina (2025) 17-27 metų imtyje rado, kad išmintis vidutiniškai neigiamai siejosi su nerimu. Toks skirtumas gali būti susijęs su skirtingo išminties matavimo instrumento naudojimu. Stresas turėjo silpnas neigiamas sąsajas su KID ir AID bei vidutinę neigiamą sąsają su RID. Ardelt ir Bruya (2021) studentų imtyje gavo panašius rezultatus, kur

KID ir AID turėjo silpnas, o RID stiprią neigiamą sąsają su patiriamu stresu. Galima stebėti tendenciją, kad RID turi stipriausius ryšius su psichologinių sunkumų ir EN rodikliais tiek šiame tyrime, tiek literatūroje, pateikiančioje atskirų Ardelt išminties dimensijų rezultatus. Tikėtina, kad tyrimuose, naudojančiuose 3D-WS (arba sutrumpintas instrumento versijas) ir pateikiančiuose vien tik bendrą išminties balą, RID ryšys su psichologiniais sunkumais ir EN gali neproporcingai paveikti bendros išminties ryšių interpretaciją. Tai leidžia teigti, kad vien bendras 3D-WS balas nėra pakankamai informatyvus, tiriant išminties ryšį su psichologiniais sunkumais.

Pirmojoje hipotezėje taip pat buvo tikimasi, kad didesnis PGJ bus susijęs su mažesniu EN ir psichologiniais sunkumais. Ši hipotezės dalis pasitvirtino. PGJ turėjo vidutinę neigiamą koreliaciją su EN. Toks ryšys mokslinėje literatūroje atsikartoja skirtingose imtyse bei naudojant skirtingus PGJ ar EN instrumentus (van Bruggen et al., 2017, Pellens et al., 2022, Zhang et al., 2019, Vanhooren, et al., 2022). PGJ turėjo neigiamą vidutinį ryšį su depresijos simptomais. Tokie rezultatai sutampa su daugeliu šių konstrukto ryšių analizavusių tyrimų, kuriuose depresijos ir PGJ neigiamos sąsajos stiprumas varijuoja tarp aukštesnio vidutinio ir žemesnio stipraus efekto dydžio (Boreham & Schutte, 2023, Park, Park & Peterson, 2010). Šiame tyrime PGJ turėjo silpnas neigiamas sąsajas su nerimu ir stresu. PGJ ryšys su stresu ir nerimu mokslinėje literatūroje tyrinėjamas mažiau nei ryšys su depresija. Ribotoje literatūroje šis neigiamas ryšys dažniau būna vidutinio stiprumo (Boreham & Schutte, 2023, George & Park, 2017, Pulopulos & Kozusznik, 2018). Toks ryšių stiprumo neatitikimas gali būti susijęs su skirtingu instrumentų naudojimu ar šio tyrimo imties charakteristikomis. Vis dėlto, tyrimuose pastebima, jog PGJ turi stipresnį ryšį su depresijos patyrimu, lyginant su stresu bei nerimu (George & Park, 2017, Boreham & Schutte, 2023). Kaip ir tikėtasi, EN turėjo stiprius teigiamus ryšius su depresijos, streso ir nerimo simptomais. Šio tyrimo rezultatai sutapo su moksline literatūra (van Bruggen, et al., 2017, Alshehri et al., 2024).

4.2. Tinklo analizės rezultatų aptarimas

Siekiant įvertinti ne tik per porines sąsajas, bet ir bendrą kintamųjų tarpusavio ryšių struktūrą, buvo naudojama tinklo analizė. Šis metodas darbe atliko tiriamosios analizės funkciją. Gautame tinkle didžiausiais centriškumo rodikliais pasižymėjo psichologinių sunkumų kintamieji, ypač stresas. Tokius rezultatus verta vertinti atsargiai, kadangi tokį centriškumą labiausiai lėmė stipri teigiama streso sąsaja būtent su kitais psichologinių sunkumų kriterijais – depresija ir nerimu. Tinklo analizės metodologijos tyrinėtojai, kaip Bringmann ir kiti (2019), kritikuoja centriškumo kriterijų naudojimo validumą

psichologiniuose tinkluose ir rekomenduoja atsisakyti mazgų centriškumo koncepto. Šis tyrimas tinklo analizei naudojo santykinai nedaug kintamųjų, o centriškumo klausimas dažniau keliamas, kai psichologinė tinklo analizė taikoma apibendrinant plačius psichologinių simptomų rinkinius, ieškant svarbiausių kintamųjų (Fried et al., 2017). Dėl šių priežasčių, interpretuojant tinklo analizės rezultatus pagrindinis dėmesys buvo kreipiamas ne į centriškumo rodiklius, o į tinklo briaunų svorius.

Tinklo briaunų svoriai tyrimo teorinį modelį atitiko iš dalies. Kaip ir tikėtasi, EN glaudžiai siejosi su psichologinių sunkumų kintamaisiais ir kartu su PGJ bei RID. Skirtingai negu tikėtasi, nebuvo rastas artimas ryšys tarp AID ir EN. Nors teoriniame modelyje visos išminties dimensijos turi unikalų ryšį su PGJ, tinko analizė neparodė unikalios KID ryšio su PGJ. Visos išminties dimensijos buvo glaudžiai susijusios tarpusavyje ir ryšiai su kitais kintamaisiais pagrinde ėjo per RID. Tokie rezultatai leidžia kelti klausimą apie potencialų RID mediacinį vaidmenį KID ir AID ryšyje su kitais tyrimo kintamaisiais. Šio tyrimo dizaine tokio mediacinio modelio patikrinimas nebuvo numatytas. Ardelt (2003) trijų išminties dimensijų teorijoje RID laikoma kritiniu triados komponentu, nes ji skatina KID ir AID elementų vystymąsi. Vis dėlto, trūksta tyrimų, analizuojančių galimą RID mediacinį vaidmenį kitų dimensijų ryšiuose su psichologiniais sunkumais ir EN. Tinklo analizė atskleidė teoriniame modelyje nenumatytas unikalios svorio briaunas tarp PGJ ir depresijos, o taip pat tarp RID ir depresijos bei streso. Kadangi tinklo analizė buvo naudota kaip žvalgomoji metodika, apie šiuos ryšius nebuvo keliamos interpretacijos, remiantis vien tinklo analizės rezultatais. Rasti unikalūs ryšiai buvo papildomai analizuoti tinklo analizės metodu.

4.3. Prasmės gyvenime jausmo mediacinio vaidmens išminties dimensijų ryšyje su egzistenciniu nerimu aptarimas

Trečiojoje hipotezėje keliamas prielaida, kad PGJ medijuos išminties dimensijų ryšį su EN. Viena iš mediacijos modelio prielaidų yra ryšys tarp nepriklausomo kintamojo (išminties dimensijos) ir mediatoriaus (PGJ). Šiame tyrime nustatyta, kad RID turėjo teigiamą vidutinę, o AID silpną sąsają su PGJ. Tyrime nepavyko rasti reikšmingos sąsajos tarp PGJ ir KID. Mokslinėje literatūroje dažniausiai pateikiamas tik bendro išminties balo ryšys su PGJ, o šio ryšio efekto dydis įprastai yra vidutinis (Webster, et al., 2018, Etezadi & Pushkar, 2013). Ardelt (2016) tyrime pateikė išminties dimensijų ryšius su paskirties gyvenime jausmu. Autorė rado, kad KID turėjo silpną ryšį su paskirties gyvenime jausmu, o RID ir AID ryšys su paskirties gyvenime jausmu buvo vidutinio stiprumo. Taigi, šio tyrimo rezultatai

nesutampa su efekto dydžiais, randamais ribotoje mokslinėje literatūroje, kurioje nėra pakankamai informacijos apie atskirų išminties dimensijų ryšį su PGJ.

Trečioji hipotezė pasitvirtino iš dalies. Dviejų iš trijų išminties dimensijų ryšys su EN buvo medijuojamas PGJ. KID ryšio su EN atveju, PGJ neturėjo mediacinio vaidmens, o KID išlaikė tiesioginį ryšį su EN. Tai leidžia manyti, kad KID su EN susijusi kitokiu mechanizmu nei per PGJ. Hipotezėje taip pat buvo tikimasi, kad RID ir AID ryšys su EN bus medijuojamas dalinai. Tai pasitvirtino RID atveju, kur rasta dalinė mediacija. Tokie rezultatai rodo, kad asmens gebėjimas reflektuoti savo patirtį ir pažvelgti į klausimus iš skirtingų perspektyvų gali veikti, kaip apsauginis EN veiksnys tiek per PGJ skatinimą, tiek per kitus mechanizmus, kaip pavyzdžiui, lankstų požiūrį į išskylančius egzistencinius rūpesčius. AID atveju, hipotezė nepasitvirtino, kadangi šios dimensijos ryšys su EN buvo pilnai medijuojamas PGJ. Tokie rezultatai leidžia teigti, jog teoriniame modelyje galėjo būti pervertinama pozityvaus emocionalumo elementų svarba tiesioginiam AID ryšiui su EN. Tikėtina, kad tokie AID elementai, kaip empatija ir rūpestis kitais, su EN siejasi per šių elementų ryšį su PGJ.

Brudek ir Sekowski (2021) savo tyrime išminties ir PGJ mediacinį ryšį matė priešinga kryptimi. Autoriai vidutinio ir vyresnio amžiaus žmonių imtyje rado, kad išmintis veikė kaip mediatorius PGJ ryšyje su mirties baime. Vis dėlto, po Brudek ir Sekowski tyrimo išlieka neaišku, ar visos išminties dimensijos turėjo mediacinį poveikį, nes statistinei analizei buvo naudojamas bendras išminties balas. Pagal dabartiniame tyrime rastus išminties dimensijų ryšius su PGJ ir EN, galima kelti prielaidą, jog bendro išminties balo mediaciniame efekte, RID gali turėti ryškiausią vaidmenį. Šis tyrimas papildoma turimą mokslinę išminties, PGJ ir EN ryšių literatūrą, suteikdamas informacijos apie atskirų išminties dimensijų indėlį.

4.4. Egzistencinio nerimo mediacinio vaidmens prasmės gyvenime ryšyje su psichologiniais sunkumais aptarimas

Ketvirtojoje hipotezėje buvo teigiama, kad EN pilnai medijuos PGJ ryšį su stresu, nerimu bei depresija. Streso ir nerimo atveju, buvo rastos pilnos mediacijos. Šie rezultatai yra nauji mokslinėje literatūroje ir suteikia informacijos apie galimą PGJ, kaip apsauginio veiksnio, mechanizmą. Remiantis šiais rezultatais, galima teigti, jog didesnis PGJ siejasi su stresu bei nerimo simptomais per mažesnę egzistencinių rūpesčių patyrimą. Visgi, ketvirtoji hipotezė pasitvirtino tik iš dalies, kadangi PGJ ryšys su depresija buvo medijuojamas dalinai. Tai reiškia, kad PGJ turėjo unikalų ryšį su depresija, kurio nepaaiškino EN. Tokie rezultatai nesutampa su ankstesniais tyrimais. Pellens ir kiti (2022)

psichoterapeutų imtyje rado, kad EN pilnai mediavo PGJ ryšį su depresija. Pažymėtina, kad Pellens ir kitų tyrime rastas stebėtinai silpnas depresijos ryšys su PGJ, nederantis su kita moksline literatūra apie šių konstrukčių sąsajas. Tokius rezultatus galėjo įtakoti tyrime naudotos psichoterapeutų imties unikalumas ir mažumas. Kadangi ši dalinė mediacija mokslinėje literatūroje sutinkama pirmą kartą, sudėtinga daryti prielaidas apie galimą tiesioginio PGJ ryšio su depresija mechanizmą. Gali būti, kad EN labiau siejasi su depresyvių simptomų dalimi, veikiančia per egzistencinių klausimų išgyvenimą ir jų skatinamą neigiamą afektą. Tiesioginis PGJ ryšys su depresija gali veikti per motyvacijos ir susidomėjimo skatinimą bei vangumo požymių mažinimą.

4.5. Kelių analizės rezultatų aptarimas

Teorinio tyrimo modelio struktūros patikrinimui buvo atlikta kelių analizė. Šis metodas leido patikrinti teoriškai numatytus tyrimo kintamųjų ryšius, kai visi modelio kintamieji buvo analizuojami kartu. Rezultatai atskleidė, kad iš išminties dimensijų tik RID reikšmingai prognozavo PGJ. Šis rezultatas skyrėsi nuo tinklo analizės, kur AID briauna su PGJ buvo statistiškai sviri. Toks rezultatas tampa dar įdomesnis mediacinės analizės rezultatų kontekste, kur buvo rasta, kad AID ryšys su EN yra pilnai medijuojamas PGJ. Tai kelių analizėje turėtų reikšti, jog AID kelias į PGJ bus stipresnis nei į EN. Taip ir nutiko, tačiau kelias į PGJ vis tiek buvo nepakankamai prognostiškai reikšmingas. Remiantis šiais rezultatais, galima teigti, kad modelyje nebuvo rasta unikalaus AID apsauginio indėlio EN bei psichologiniams sunkumams.

KID kelias į PGJ taip pat buvo nereikšmingas. Toks rezultatas kartu su nereikšminga šių konstrukčių koreliacija leidžia teigti, kad gyvenimo sudėtingumo ir neapibrėžtumo supratimas savaime nebūtinai yra susijęs su stipresniu PGJ. Įdomu, kad kelių analizėje KID ryšys su PGJ buvo neigiamas. Nors dabartiniame tyrime šis kelias buvo nereikšmingas ir dėl to yra neinterpretuotinas, toks rezultatas gali būti toliau nagrinėjamas ateities tyrimuose, kuriuose galėtų paaiškėti, jog tam tikrose sąlygose kognityvinis pasaulio neapibrėžtumo supratimas yra susijęs su mažesniu PGJ. Bendrai, modelis paaiškino tik nedidelę PGJ dispersijos dalį ir tai reiškia, kad PGJ negali būti paaiškinamas vien tik asmenine išmintimi. Tikėtina, kad PGJ lemia platus veiksmų darinys ir išmintis yra tik maža šios dėlionės detalė. Kelių analizė patvirtino tiesioginius RID ir PGJ ryšius su EN. Kartu šie apsauginiai kintamieji paaiškino ketvirtadalį EN dispersijos. Toks rezultatas leidžia teigti, kad, nors jie nėra vieninteliai, RID ir PGJ yra svarbūs EN veiksniai. EN teoriniame modelyje buvo reikšmingai susijęs su psichologiniais

sunkumais. Galima teigti, kad šiame modelyje RID ir PGJ turėjo ryšį su psichologiniais sunkumais per jų sąsają su EN.

Tyrimo duomenys nepatvirtino teorinio modelio. Papildytas modelis buvo sudarytas prie teorinio modelio pridėjus tiesioginius ryšius, rastus tinklo analizės metu. Šie ryšiai buvo: PGJ kelias link depresijos, RID kelias link depresijos, RID kelias link streso. Papildytas modelis buvo statistiškai reikšmingai tinkamesnis. Nauji keliai buvo reikšmingi ir prisidėjo prie didesnio depresijos ir streso dispersijų paaiškinimo papildytame modelyje. Literatūroje stokojama informacijos apie RID ryšį su streso simptomais. Ardelt ir Bruya (2021) tyrinėjo išminties sąsajas su suvoktu stresu ir RID pasižymėjo stipriausiu neigiamu ryšiu. Autoriai teigė, kad RID padeda žmogui stresinėse situacijose elgtis mažiau egocentiškai ir siauraregiškai. Tai gali padėti atlikti adaptyvesnius sprendimus, vedančius prie mažiau suvokto streso. Nors suvoktas stresas nėra tapatus streso sunkumams, matuotiems šiame darbe, pats RID tiesioginio ryšio su stresu mechanizmas gali būti panašus. Teoriškai, mažiau egocentiškas mąstymas gali mažinti DASS-21 streso skalėje matuojamus reaktyvumą ar nekantrumą.

RID turėjo ir tiesioginį ryšį su depresija. Šio ryšio mechanizmui mokslinėje literatūroje nėra tokio stipraus paaiškinimo, kaip Ardelt ir Bruya (2021) požiūris į RID ryšį su stresu. Dauguma tyrimų, nagrinėjančių išminties ryšį su depresija, RID poveikį aiškina per veiksnus, kurie tiktų ir EN kriterijui, kaip gyvenimo pasirinkimo ir ateinančios mirties priėmimas ar skirtingų perspektyvų persvarstymas (Zadworna, 2023, Roháriková, et al., 2013). Siekiant suprasti galimą RID ryšio su depresija mechanizmą reikia priimti, kad EN šį ryšį medijuoja tada, kai depresyvumas kyla iš sąlyčio su egzistenciniais klausimais. RID gali būti susijusi su depresija ir platesniame kontekste, sprendžiant ne tik egzistencinius, bet ir kasdienes klausimus. Apibendrinant, kelių analizė atskleidė, jog RID ir PGJ su psichologiniais sunkumais turėjo netiesioginius ryšius per EN, tačiau buvo rasti tiesioginiai abiejų konstrukto ryšiai su depresija ir unikalus RID ryšys su stresu.

4.6. Tyrimo ribotumai, ateities kryptys ir praktinė reikšmė

Šis tyrimas turėjo ribotumą. Dalyviai buvo renkami netikimybinės patogiosios atrankos būdu, todėl tyrimo rezultatų negalima generalizuoti bendrajai populiacijai. Respondentų amžius neatitiko normalaus pasiskirstymo reikalavimų, o pati imtis buvo santykinai jauna. Tai aktualu, nes 3D-WS klausimynas buvo sudarytas imtyje, kurios amžiaus vidurkis buvo 71 metai (Ardelt, 2003). Taip pat, didelė dalis išminties bei PGJ tyrimų atlikti vyresnių asmenų imtyse (Zadworna, 2023, Zhang et al., 2019, Chen et al., 2022). Tai apsunkina dabartinio tyrimo rezultatų palyginimą su egzistuojančia literatūra dėl

galimo moderuojančio amžiaus poveikio. Šiame tyrime nebuvo rasta reikšmingų sąsajų tarp respondentų amžiaus ir išminties dimensijų. Buvo rastos silpnos amžiaus sąsajos su PGJ, EN bei nerimu. Dėl amžiaus sąsajų stiprumo įvertinta, kad nėra pagrindo manyti, jog amžius stipriai paveikė tyrimo rezultatus. Daugiau nei trys ketvirtadaliai tyrimo dalyvių buvo moterys. Tai galėjo paveikti EN ir streso kintamuosius, kuriuose buvo rasti lyčių skirtumai. Lyčių neproporcingumas galėjo turėti įtakos bendram šių kintamųjų lygiui.

Siekiant plėtoti šio tyrimo kintamųjų ryšių analizę, ateities tyrimuose būtų galima naudoti išilginį tyrimo dizainą, kuris leistų įvertinti, ar šiame tyrime rasti ryšiai išliktų laiko tėkmėje. Ateities tyrimuose taip pat būtų prasminga lyginti skirtingas amžiaus grupes. Kadangi didelė išminties, PGJ bei EN mokslinės literatūros dalis yra sutelkta į gerontopsichologiją, vis dar trūksta informacijos apie šių konstrukto tarpusavio ryšius skirtinguose amžiaus tarpsniuose. Kelių analizėje išryškėjo RID ir PGJ ryšiai su psichologiniais sunkumais, kurie nebuvo paaiškinami EN. Ateities tyrimuose galima įtraukti papildomus veiksniai, kurie potencialiai paaiškintų šiuos ryšius. Šiame tyrime RID išsiskyrė kaip svarbiausias išminties komponentas ryšyje su psichologiniais sunkumais. Viena iš įmanomų ateities kryptų yra detalesnė išminties dimensijų tarpusavio ryšių analizė. Šio tyrimo rezultatai suteikė pagrindą manyti, kad RID gali būti potencialus mediatorius KID ir AID ryšyje su kitais tyrimo konstruktais.

Šio tyrimo rezultatai rodo, kad EN gali būti naudingas konstruktas ne tik teoriniame, bet ir praktiniame diskurse. EN turėjo stiprius ryšius su depresijos, nerimo ir streso sunkumais. Rasti ryšiai leidžia teigti, kad asmenims kylantys egzistenciniai rūpesčiai gali būti reikšmingai susiję su patiriamais psichologiniais sunkumais, o tokių egzistencinių klausimų, kaip mirtis, vienvietė ar beprasmybė, kėlimas gali tapti prasmingu psichologinio darbo įrankiu. PGJ buvo tiesiogiai susijęs su depresija, o ryšys su stresu bei nerimu buvo rastas per mediacinį EN poveikį. Tokie rezultatai rodo, kad praktikoje dirbant su psichologiniais sunkumais gali būti naudinga padėti klientui patirti PGJ. Tai galima skatinti per intervencijas, lavinančias asmens supratimo, paskirties bei svarbos jausmus. Tyrimo rastas RID ryšys su EN bei psichologiniais sunkumais. Tokie rezultatai demonstruoja potencialią reflektavimo bei kognityvinio lankstumo gebėjimų lavinimo naudą. Pastaruoju metu išminties psichologijoje tyrinėjamas išminties gebėjimų lavinimo potencialas intervencijų metu. Pirminiai tyrimai suteikia žadančių duomenų, parodančių, kad tam tikri išminties gebėjimai gali būti sėkmingai lavinami psichoedukaciniais ar psichoterapiniais metodais (Ardelt, 2020, Linden, Lieberei & Rose, 2025).

IŠVADOS

1. Prasmės gyvenime jausmas ir išmintis, ypač refleksyvi dimensija, yra susiję su mažesniu egzistenciniu nerimu bei psichologiniais sunkumais. Egzistencinis nerimas yra stipriai susijęs su depresija, nerimu ir stresu.
2. Egzistencinis nerimas turi svarbų vaidmenį prasmės gyvenime jausmo ir išminties ryšiuose su psichologiniais sunkumais. Refleksyvi išmintis turi tiesioginius ryšius su depresija ir stresu, kurių pilnai nepaaiškina egzistencinis nerimas.
3. Prasmės gyvenime jausmas pilnai medijuoja afektyvios išminties dimensijos ryšį su egzistenciniu nerimu. Refleksyvios išminties ryšys medijuojamas dalinai, o kognityvinės išminties ryšys su egzistenciniu nerimu nėra medijuojamas prasmės gyvenime jausmo.
4. Egzistencinis nerimas medijuoja prasmės gyvenime jausmo ryšį su psichologiniais sunkumais. Prasmės gyvenime jausmo ryšys su depresija medijuojamas dalinai.
5. Kompleksiniame kelių analizės modelyje nustatyta, kad kognityvinė ir afektyvi išminties dimensijos nėra reikšmingos, prognozuojant psichologinius ar egzistencinius sunkumus. Prasmės gyvenime jausmas ir refleksyvi išminties dimensija gali veikti kaip apsauginiai veiksniai egzistenciniam nerimui ir su juo susijusiems psichologiniams sunkumams.

LITERATŪRA

1. Abdel-Khalek, A. M. (2005). Death anxiety in clinical and non-clinical groups. *Death studies*, 29(3), 251-259.
2. Alkan, A., Köksoy, E. B., Karci, E., Alkan, A., Bruera, E., & Şenler, F. Ç. (2020). Posttraumatic growth and death anxiety in caregivers of cancer patients: PHOENIX study. *Turkish journal of medical sciences*, 50(5), 1364-1370.
3. Alshehri, H., Alturkestani, R., Hijan, B., Almalki, S., Alobaidi, R., Almufti, S., ... & Abdulghaffar, H. K. (2024). The prevalence of existential anxiety and its association with depression, general anxiety, and stress in Saudi university students. *Middle East Current Psychiatry*, 31(1), 47.
4. Ardel, M. (2003). Empirical assessment of a three-dimensional wisdom scale. *Research on aging*, 25(3), 275-324.
5. Ardel, M. (2011). The measurement of wisdom: A commentary on Taylor, Bates, and Webster's comparison of the SAWS and 3D-WS. *Experimental aging research*, 37(2), 241-255.
6. Ardel, M. (2016). Disentangling the relations between wisdom and different types of well-being in old age: Findings from a short-term longitudinal study. *Journal of happiness studies*, 17(5), 1963-1984.
7. Ardel, M. (2020). Can wisdom and psychosocial growth be learned in university courses?. *Journal of moral education*, 49(1), 30-45.
8. Ardel, M., & Bruya, B. (2021). Three-dimensional wisdom and perceived stress among college students. *Journal of Adult Development*, 28(2), 93-105.
9. Aristotelis. (1990). *Nikomacho etika*. Vilnius: Mintis
10. Aurelijus, M. (2023) *Sau pačiam*. Vilnius: Alma littera
11. Baltes, P. B., & Staudinger, U. M. (1993). The search for a psychology of wisdom. *Current directions in psychological science*, 2(3), 75-81.
12. Byung-Chul Han (2024). *Nuovargio visuomenė*. Vilnius: Kitos Knygos.
13. Boreham, I. D., & Schutte, N. S. (2023). The relationship between purpose in life and depression and anxiety: A meta-analysis. *Journal of clinical psychology*, 79(12), 2736-2767.
14. Bringmann, L. F., Elmer, T., Epskamp, S., Krause, R. W., Schoch, D., Wichers, M., ... & Snippe, E. (2019). What do centrality measures measure in psychological networks?. *Journal of abnormal psychology*, 128(8), 892.

15. Brudek, P., & Sekowski, M. (2021). Wisdom as the mediator in the relationships between meaning in life and attitude toward death. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 83(1), 3-32.
16. Camus, A. (2019) *Sizifo mitas*. Vilnius: Baltos lankos
17. Chen, Z., Zhu, M., Zheng, L., & Xie, X. (2022). Personal wisdom and quality of life among Chinese older adults. *Journal of Health Psychology*, 27(7), 1646-1658.
18. Cohen, J.W. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd edn). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates
19. Confucius (2002). *The Analects of Confucius (from the Chinese Classics)*. Project Gutenberg. Paimta iš <https://www.gutenberg.org/ebooks/3330>
20. Czekierda, K., Banik, A., Park, C. L., & Luszczynska, A. (2017). Meaning in life and physical health: systematic review and meta-analysis. *Health psychology review*, 11(4), 387-418.
21. Dewangan, R. L., Gupta, S., Jeste, D. V., Longkumer, I., & Pathak, S. (2025). The protective role of Wisdom in Suicidal behavior: evidence from Indian adults. *BMC psychology*, 13(1), 1191.
22. Dong, M., Weststrate, N. M., & Fournier, M. A. (2023). Thirty years of psychological wisdom research: What we know about the correlates of an ancient concept. *Perspectives on Psychological Science*, 18(4), 778-811.
23. Epicurus (2012) *The Art of Happiness*. Penguin Publishing Group
24. Etezadi, S., & Pushkar, D. (2013). Why are wise people happier? An explanatory model of wisdom and emotional well-being in older adults. *Journal of happiness studies*, 14(3), 929-950.
25. Farooq, H., Ahmed, V., Siddique, M., & Shoaib, S. (2021). Impact of self-compassion on existential anxiety in young adults of Pakistan. *Am Sci Res J Eng Tech Sci*, 79(1), 53-65.
26. Frankl, V. E. (2020). *Žmogus ieško prasmės*. Vilnius: Katalikų pasaulio leidiniai.
27. Fried, E. I., van Borkulo, C. D., Cramer, A. O., Boschloo, L., Schoevers, R. A., & Borsboom, D. (2017). Mental disorders as networks of problems: a review of recent insights. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 52(1), 1-10.
28. Gelezelyte, O., Kazlauskas, E., Brailovskaia, J., Margraf, J., & Truskauskaite-Kuneviciene, I. (2022). Suicidal ideation in university students in Lithuania amid the COVID-19 pandemic: A prospective study with pre-pandemic measures. *Death studies*, 46(10), 2395-2403.
29. George, L. S., & Park, C. L. (2017). The multidimensional existential meaning scale: A tripartite approach to measuring meaning in life. *The Journal of Positive Psychology*, 12(6), 613-627.

30. Grigas, J., (2023). *Nerimo samprata egzistencinėje filosofijoje (M. Heidegger, S. Kierkegaard) ir egzistencinėje psichologijoje (R. May, E. Spinelli)*. (Daktaro disertacija). Vilnius: Vilniaus universitetas. Paimta iš: <https://doi.org/10.15388/vu.thesis.433>
31. Grossmann, I., Weststrate, N. M., Ardelt, M., Brienza, J. P., Dong, M., Ferrari, M., ... & Vervaeke, J. (2020). The science of wisdom in a polarized world: Knowns and unknowns. *Psychological inquiry*, 31(2), 103-133.
32. Heidegger, M., (2014). *Būtis ir laikas*. Vilnius: Technika.
33. Hicks, J. A., & King, L. A. (2009). Positive mood and social relatedness as information about meaning in life. *The Journal of Positive Psychology*, 4(6), 471-482.
34. Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural equation modeling: a multidisciplinary journal*, 6(1), 1-55.
35. Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. New York: Basic Books.
36. Iverach, L., Menzies, R. G., & Menzies, R. E. (2014). Death anxiety and its role in psychopathology: Reviewing the status of a transdiagnostic construct. *Clinical psychology review*, 34(7), 580-593.
37. Jaspers, C. (1951) *Way to wisdom, an introduction to philosophy*. New Haven, Yale University Press. Paimta iš <https://archive.org/details/waytowisdomintro00jasp/page/6/mode/2up>
38. Kierkegaard, S. (2021). *Nerimo sąvoka*. Vilnius: Phi knygos.
39. Kim, E. S., Chen, Y., Nakamura, J. S., Ryff, C. D., & VanderWeele, T. J. (2022). Sense of purpose in life and subsequent physical, behavioral, and psychosocial health: An outcome-wide approach. *American Journal of Health Promotion*, 36(1), 137-147.
40. King, L. A., & Hicks, J. A. (2021). The science of meaning in life. *Annual review of psychology*, 72(1), 561-584.
41. Linden, M., Lieberei, B., & Rose, M. (2025). Randomized Controlled Trial on the Effect of Wisdom Psychotherapy on Wisdom Skills. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 55(4), 313-319.
42. Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). 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*, 33(3), 335-343.
43. May, R. (1950) *The meaning of anxiety*. New York: The Ronald press company

44. Martišiūtė, G. (2023). *Aplinką tausojančio elgesio asmenybiniai ir socialiniai veiksniai* (Bakalauro darbas). Vilniaus universitetas. Paimta iš: <https://epublications.vu.lt/object/elaba:192833793/MAIN>
45. Nietzsche, F. (2022). *Štai taip Zaratustra kalbėjo*. Vilnius: Alma littera
46. Norkiene, I., Jovarauskaite, L., Kvedaraite, M., Uppal, E., Phull, M. K., Chander, H., ... & Kazlauskas, E. (2021). 'Should I stay, or should I go?' Psychological distress predicts career change ideation among intensive care staff in Lithuania and the UK amid COVID-19 pandemic. *International journal of environmental research and public health*, 18(5), 2660.
47. Pakalniškienė, V. (2012). Tyrimo ir įvertinimo priemonių patikimumo ir validumo nustatymas. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla
48. Park, N., Park, M., & Peterson, C. (2010). When is the search for meaning related to life satisfaction?. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 2(1), 1-13.
49. Pellens, H., Dezutter, J., Luyten, P., & Vanhooren, S. (2022). To be scared or scared to be: Existential anxiety as a mediator between meaning experience and depression. *Journal of Humanistic Psychology*, 00221678221140617.
50. Pezirkianidis, C., Galanakis, M., Karakasidou, I., & Stalikas, A. (2016). Validation of the Meaning in Life Questionnaire (MLQ) in a Greek sample. *Psychology*, 7(13), 1518-1530.
51. Plato, B. (2019). *Apology*. BookRix.
52. Pukinskaitė, R., & Žentelytė, B. (2014). Su sveikata susijusio gyvenimo būdo ir gyvenimo prasmės sąsajos ankstyvojoje suaugusiojoje. *Social Inquiry into Well-Being*, 13(2), 234-247.
53. Pulopulos, M. M., & Kozusznik, M. W. (2018). The moderating role of meaning in life in the relationship between perceived stress and diurnal cortisol. *Stress*, 21(3), 203-210.
54. Roháriková, V., Špajdel, M., Cviková, V., & Jagla, F. (2013). Tracing the relationship between wisdom and health. *Activitas Nervosa Superior Rediviva*, 55(3), 95-102.
55. Sahrani, R., & Angelina, S. (2025). The Moderating Role of Wisdom in Family Functioning and Anxiety amongst Indonesian Generation Z Adolescents. *Bisma The Journal of Counseling*, 9(3), 654-665.
56. Samios, C., Praskova, A., & Radlinska, B. (2022). The relationship between COVID-19 pandemic-related stress and meaning in life: Testing the moderating effects of self-compassion and savoring. *Anxiety, Stress, & Coping*, 35(1), 9-24.
57. Sartre, J. P. (2016). *Egzistencializmas – tai humanizmas*. Vilnius: Vaga.

58. Scrima, F., Miceli, S., Caci, B., & Cardaci, M. (2022). The relationship between fear of COVID-19 and intention to get vaccinated. The serial mediation roles of existential anxiety and conspiracy beliefs. *Personality and Individual Differences*, 184, 111188.
59. Simione, L., & Gnagnarella, C. (2020). Differences between health workers and general population in risk perception, behaviors, and psychological distress related to COVID-19 spread in Italy. *Frontiers in psychology*, 11, 2166.
60. Smirnov, E., & Makarova, M. (2025). Existential Concerns Arising From a Threat to the Belief in a Just World: A Mixed-Methods Study. *Journal of Humanistic Psychology*, doi:10.1177/00221678251322250
61. Stanislauskaitė, K., (2023). *Jaunų suaugusiųjų egzistencinio nerimo, kontrolės lokuso bei optimizmo sąsajos* (Bakaluro darbas). Vilniaus universitetas. Paimta iš: <https://epublications.vu.lt/object/elaba:192834194/MAIN>
62. Staudinger, U. M., & Glück, J. (2011). Psychological wisdom research: Commonalities and differences in a growing field. *Annual review of psychology*, 62(1), 215-241.
63. Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of counseling psychology*, 53(1), 80.
64. Steger, M. F., Oishi, S., & Kashdan, T. B. (2009). Meaning in life across the life span: Levels and correlates of meaning in life from emerging adulthood to older adulthood. *The journal of positive psychology*, 4(1), 43-52.
65. Swartwood, J., & Tiberius, V. (2019). Philosophical foundations of wisdom. In R. J. Sternberg & J. Gluck (Eds.), *The Cambridge Handbook of Wisdom* (pp. 10–39). Cambridge: Cambridge University Press.
66. Templer, D. I. (1970). The construction and validation of a death anxiety scale. *The Journal of general psychology*, 82(2), 165-177.
67. Tillich, P. (1999). *Drąsa būti*. Vilnius: Vaga.
68. Updegraff, J. A., Silver, R. C., & Holman, E. A. (2008). Searching for and finding meaning in collective trauma: results from a national longitudinal study of the 9/11 terrorist attacks. *Journal of personality and social psychology*, 95(3), 709.
69. van Bruggen, V., Ten Klooster, P., Westerhof, G., Vos, J., de Kleine, E., Bohlmeijer, E., & Glas, G. (2017). The Existential Concerns Questionnaire (ECQ)—development and initial validation of

- a new existential anxiety scale in a nonclinical and clinical sample. *Journal of clinical psychology*, 73(12), 1692-1703.
70. van Bruggen, V., Vos, J., Westerhof, G., Bohlmeijer, E., & Glas, G. (2015). Systematic review of existential anxiety instruments. *Journal of humanistic psychology*, 55(2), 173-201.
 71. Vanhooren, S., Grosemans, A., & Breynaert, J. (2022). Focusing, the felt sense, and meaning in life. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 21(3), 250-268.
 72. Webster, J. D., Weststrate, N. M., Ferrari, M., Munroe, M., & Pierce, T. W. (2018). Wisdom and meaning in emerging adulthood. *Emerging Adulthood*, 6(2), 118-136.
 73. Weems, C. F., Costa, N. M., Dehon, C., & Berman, S. L. (2004). Paul Tillich's theory of existential anxiety: A preliminary conceptual and empirical examination. *Anxiety, Stress & Coping*, 17(4), 383-399.
 74. Wu, Z., Jiang, Z., Wang, Z., Ji, Y., Wang, F., Ross, B., ... & Long, Y. (2022). Association between wisdom and psychotic-like experiences in the general population: a cross-sectional study. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 814242.
 75. Zadworna, M. (2023). Effects of wisdom on mental health in old age: Exploring the pathways through developmental tasks attainment and self-rated health. *Psychology Research and Behavior Management*, 4541-4554.
 76. Zadworna, M., & Ardel, M. (2024). The mediating role of health-related behavior in the relationship between wisdom and depressive symptoms in older Polish adults. *Aging & Mental Health*, 28(7), 1029-1040.
 77. Zhang, J., Peng, J., Gao, P., Huang, H., Cao, Y., Zheng, L., & Miao, D. (2019). Relationship between meaning in life and death anxiety in the elderly: self-esteem as a mediator. *BMC geriatrics*, 19(1), 308.

PRIEDAI

1 priedas. Dirbtinio intelekto (DI) naudojimo deklaracija

Studento/ės vardas ir pavardė: **Vilius Šlekys**

Baigiamojo darbo tema: **Išminties, egzistencinio nerimo bei prasmės gyvenime jausmo ryšiai su psichologiniais sunkumais**

Vadovaudamasis/i „*Dirbtinio intelekto naudojimo Vilniaus universitete gairėmis*“, patvirtinu, kad rengdamas/a šį baigiamąjį darbą:

1. **Prisiimu atsakomybę** už viso darbe pateikto turinio kūrimą ir jo originalumą. Patvirtinu, kad generatyvinio DI įrankiai buvo naudojami tik kaip pagalbinė priemonė, o ne kaip darbo bendraautoris ar autorius.
2. **Atlikau turinio patikrą (validaciją).** Visa DI pateikta informacija buvo patikrinta pirminiuose šaltiniuose.
3. **Užtikrinau duomenų saugą.** Į DI sistemas nekėliau konfidencialių tyrimo duomenų, asmens duomenų ar nepublikuotos medžiagos.

Darbe dirbtinis intelektas panaudotas:

Naudojimo sritis	Panaudotas / nenaudotas	Panaudoti DI įrankiai (pvz., ChatGPT 5.3)	Kita svarbi informacija
Literatūros paieškai	+ Panaudota ☐ Nenaudota	ChatGPT 5,5 ir ankstesnės versijos	+ Patvirtinu, kad susipažinau su pirminiais į darbą įtrauktais literatūros šaltiniais
Tyrimo stimulinės medžiagos kūrimui	☐ Panaudota + Nenaudota		
Santraukos vertimui į anglų kalbą	☐ Panaudota + Nenaudota		

Gramatinių klaidų paieškai	☐ Panaudota ☐ + Nenaudota		
Kita... <i>[įrašykite]</i>	☐ Panaudota ☐ Nenaudota		
Kita... <i>[įrašykite]</i>	☐ Panaudota ☐ Nenaudota		
Kita... <i>[įrašykite]</i>	☐ Panaudota ☐ Nenaudota		

Data: 2026-05-13

2 priedas. Respondentų prasmės gyvenime paieškos koreliacijos su tyrimo kintamaisiais

Kintamieji	r	p
Prasmės gyvenime jausmas	0,28	< 0,001
Egzistencinis nerimas	0,19	0,003
Kognityvinė išminties dimensija	0,04	0,513
Refleksyvi išminties dimensija	0,09	0,174
Afektyvi išminties dimensija	0,08	0,201
Depresija	0,02	0,811
Nerimas	0,13	0,045
Stresas	0,17	0,007

Pastaba. Statistiškai reikšmingi rezultatai pažymėti paryškintu šriftu. *r* – Pearson koreliacijos koeficientas, *p* – reikšmingumo lygmuo.

3 priedas. Respondentų amžiaus koreliacijos su tyrimo kintamaisiais

Kintamieji	rs	p
Prasmės gyvenime jausmas	0,23	< 0,001
Egzistencinis nerimas	- 0,16	0,015
Kognityvinė išminties dimensija	- 0,1	0,14
Refleksyvi išminties dimensija	- 0,06	0,329
Afektyvi išminties dimensija	0	0,946
Depresija	- 0,12	0,053
Nerimas	- 0,17	0,007
Stresas	- 0,06	0,347

Pastaba. Statistiškai reikšmingi rezultatai pažymėti paryškintu šriftu. *rs* – Spearman koreliacijos koeficientas, *p* – reikšmingumo lygmuo.

4 priedas. Lyčių skirtumai tyrimo kintamuosiuose

Kintamieji	Moterys	Vyrai	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
	<i>M (SD)</i>	<i>M (SD)</i>			
Prasmės gyvenime jausmas	21,80 (7,43)	22,32 (6,24)	0,48	240	0,635
Egzistencinis nerimas	60,50 (17,65)	53 (17,60)	- 2,79	240	0,006
Kognityvinė išminties dimensija	46,35 (7,31)	45,41 (8,61)	- 0,81	240	0,42
Refleksyvi išminties dimensija	38,81 (6,59)	38,27 (7,01)	- 0,53	240	0,598
Afektyvi išminties dimensija	40,48 (6,95)	38,96 (7,65)	- 1,4	240	0,164
Depresija	7,86 (5,83)	7,48 (5,80)	- 0,43	240	0,671
Nerimas	7,11 (5,69)	5,61 (4,41)	- 1,81	240	0,071
Stresas	10,66 (5,34)	8,96 (5,38)	- 2,08	240	0,039

Pastaba. Statistiškai reikšmingi rezultatai pažymėti paryškintu šriftu. *M* – vidurkis, *SD* – standartinis nuokrypis, *t* – testo koeficientas, *df* – laisvės laipsniai, *p* – reikšmingumo lygmuo.

5 priedas. Išsilavinimo skirtumai tyrimo kintamuosiuose

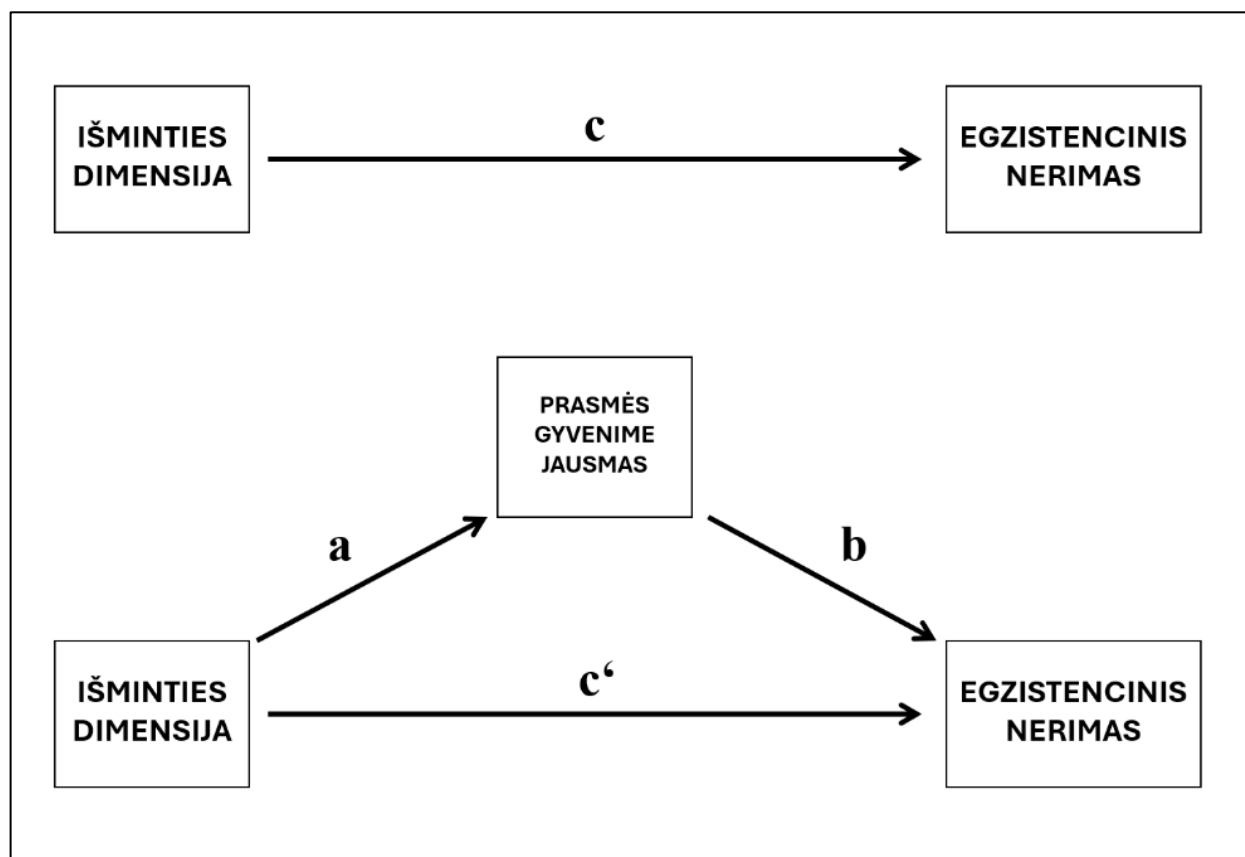
Kintamieji	Aukštasis išsilavinimas	Be aukštojo išsilavinimo	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
	<i>M (SD)</i>	<i>M (SD)</i>			
Prasmės gyvenime jausmas	22,68 (7,18)	21,02 (7,07)	- 1,79	242	0,075
Egzistencinis nerimas	56,75 (17,28)	61,06 (18,66)	1,86	242	0,065
Kognityvinė išminties dimensija	46,84 (6,96)	45,30 (8,45)	- 1,55	242	0,122
Refleksyvi išminties dimensija	38,97 (6,72)	38,38 (6,63)	- 0,68	242	0,497
Afektyvi išminties dimensija	40,32 (7,17)	39,89 (7,06)	- 0,47	242	0,641
Depresija	6,87 (5,37)	8,91 (6,21)	2,74	242	0,007
Nerimas	5,62 (4,55)	8,24 (6,22)	3,80	242	< 0,001
Stresas	9,54 (4,94)	11,16 (5,87)	2,34	242	0,020

Pastaba. Statistiškai reikšmingi rezultatai pažymėti paryškintu šriftu. *M* – vidurkis, *SD* – standartinis nuokrypis, *t* – testo koeficientas, *df* – laisvės laipsniai, *p* – reikšmingumo lygmuo.

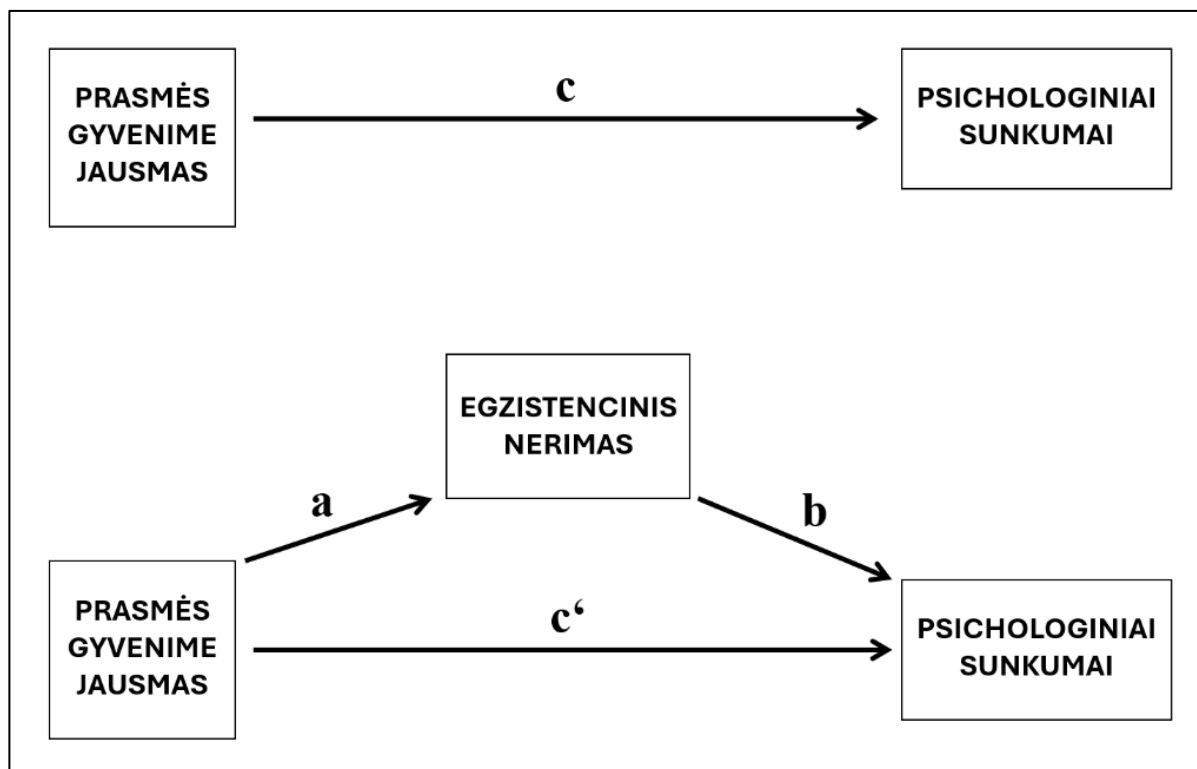
6 priedas. Tinklo kintamųjų centriškumo rodikliai

Kintamieji	Betweenness	Closeness	Strength	Expected influence
Prasmės gyvenime jausmas	- 0,71	- 0,94	- 1,20	- 1,79
Egzistencinis nerimas	- 0,71	1,62	0,12	- 0,43
Kognityvinė išminties dimensija	- 0,71	- 0,99	- 1,05	0,10
Refleksyvi išminties dimensija	1,31	0,50	0,71	- 0,27
Afektyvi išminties dimensija	- 0,71	- 1,08	- 0,99	0,14
Depresija	1,51	1,62	1,05	- 0,26
Nerimas	- 0,71	- 0,40	- 0,01	0,85
Stresas	0,71	0,88	1,36	1,65

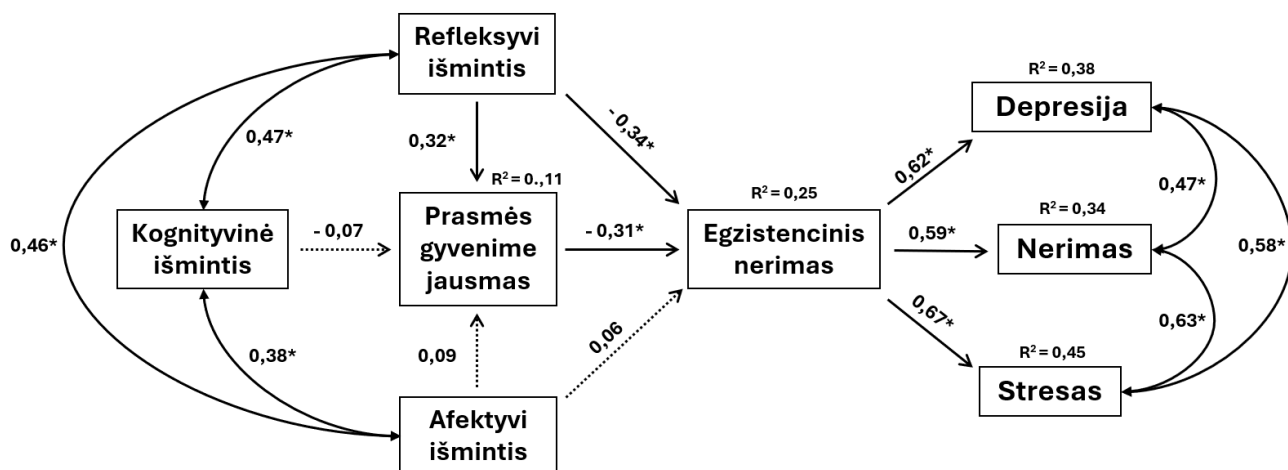
7 priedas. Prasmės gyvenime jausmo mediacinio vaidmens išminties dimensijų ryšyje su egzistenciniu nerimu analizės modelis



8 priedas. Egzistencinio nerimo mediacinio vaidmens prasmės gyvenime jausmo ryšyje su psichologiniais sunkumais analizės modelis

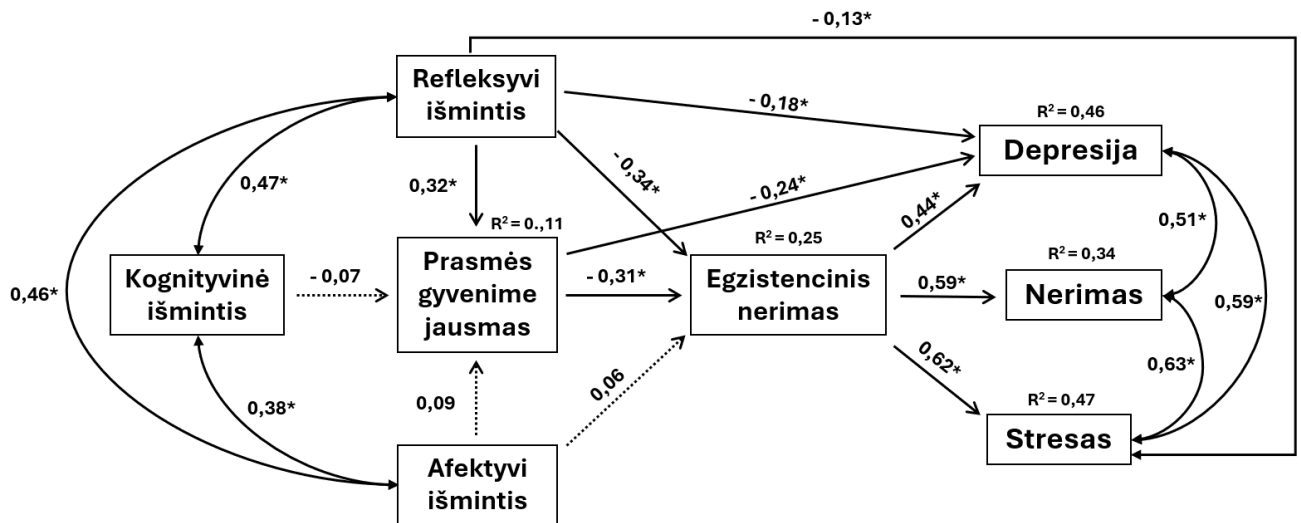


9 priedas. Teorinio modelio kelių analizė su pateiktomis kovariacijomis



Pastaba. * $p < 0,001$. Punktyrine linija pažymėti statistiškai nereikšmingi ryšiai. R^2 – R kvadratas.

10 priedas. Patikslinto modelio kelių analizė su pateiktomis kovariacijomis



Pastaba. * $p < 0,001$. Punktyrine linija pažymėti statistškai nereikšmingi ryšiai. R^2 – R kvadratas.

11 priedas. Kelių analizių modelio tinkamumo rodikliai

Modelis	χ^2 (df)	p	CFI	TLI	RMSEA [90% CI]	SRMR
Teorinis modelis	73,06 (13)	< 0,001	0,93	0,85	0,14 [0,11; 0,17]	0,06
Patikslintas modelis	17,44 (10)	0,065	0,99	0,98	0,06 [0; 0,10]	0,02

Pastaba. χ^2 – chi kvadratas, df – laisvės laipsniai, p – reikšmingumo lygmuo, CFI – sąlyginio suderinamumo indeksas, TLI – Tucker-Lewis indeksas, RMSEA – vidutinės aproksimacijos paklaidos kvadratinė šaknis, SRMR – standartizuotos vidutinės liekanos kvadratinė šaknis.