

VILNIAUS UNIVERSITETAS
FILOSOFIJOS FAKULTETAS
PSICHOLOGIJOS INSTITUTAS

SVEIKATOS PSICHOLOGIJOS STUDIJŲ
PROGRAMA

Ieva Parnarauskaitė

**SUAUGUSIŲ PRIKLAUSOMŲ TĖVŲ VAIKŲ
PSICHIKOS SVEIKATOS SUNKUMŲ, GYVENIMO
PRASMĖS IR PASITENKINIMO GYVENIMU SĄSAJOS**

Magistro darbas

Darbo vadovas (-ė): Dėstytoja praktikė,
Dr. Justina Kymantienė

Vilnius
2026

TURINYS

SANTRAUKA.....	4
SUMMARY.....	5
SVARBIAUSIOS SĄVOKOS.....	6
PRATARMĖ	7
1. ĮVADAS	8
1.1. Suaugusių priklausomų tėvų vaikų psichikos sveikatos ypatumai.....	8
1.1.1. Suaugusių priklausomų tėvų vaikų patiriamas stresas	8
1.1.2. Depresijos paplitimas tarp suaugusių priklausomų tėvų vaikų.....	10
1.1.3. Suaugusių priklausomų tėvų vaikų patiriamas nerimas	11
1.2. Suaugusių priklausomų tėvų vaikų pasitenkinimas gyvenimu: pasitenkinimo gyvenimu samprata ir sąsajos su psichikos sveikatos sunkumais	12
1.2.1. Pasitenkinimo gyvenimu samprata ir naujausi suaugusių priklausomų tėvų vaikų pasitenkinimo gyvenimu tyrimai	12
1.2.2. Pasitenkinimo gyvenimu sąsajos su psichikos sveikatos sunkumais	14
1.3. Suaugusių priklausomų tėvų vaikų pasitenkinimas gyvenimu ir apsauginiai veiksniai: gyvenimo prasmės samprata ir reikšmė psichikos sveikatai	15
1.3.1. Gyvenimo prasmės samprata ir jos reikšmė	15
1.3.2. Psichikos sveikatos sunkumų sąsajos su gyvenimo prasme	16
1.4. Gyvenimo prasmės vaidmuo psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje	17
1.5. Tyrimo problema, tikslas, uždaviniai ir hipotezės	19
2. TYRIMO METODIKA	21
2.1 Tyrimo dalyviai	21
2.2 Instrumentai.....	21
2.3. Tyrimo eiga	25
2.4. Duomenų apdorojimas	26
3. TYRIMO REZULTATAI.....	28
3.1. Suaugusių priklausomų tėvų vaikų psichikos sveikatos sunkumų, gyvenimo prasmės ir pasitenkinimo gyvenimu rodikliai ir jų palyginimas pagal lytį	28
3.2. Suaugusių priklausomų tėvų vaikų psichikos sveikatos sunkumų, pasitenkinimo gyvenimu ir gyvenimo prasmės sąsajos	31

3.3. Gyvenimo prasmės moderuojantis vaidmuo psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje	33
3.3.1. <i>Gyvenimo prasmės buvimo suvokimo</i> moderuojantis vaidmuo psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje	33
3.3.2. <i>Gyvenimo prasmės ieškojimo</i> moderuojantis vaidmuo psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje.....	36
4. REZULTATŲ APTARIMAS	40
IŠVADOS	47
LITERATŪRA.....	48
PRIEDAI	54
1 priedas. Dirbtinio intelekto (di) naudojimo deklaracija.....	54
2 priedas. Psichikos sveikatos sunkumų, gyvenimo prasmės ir pasitenkinimo gyvenimu skalių normalumo tikrinimas pagal lytį	55
3 priedas. Psichikos sveikatos sunkumų, gyvenimo prasmės ir pasitenkinimo gyvenimu skalių normalumo tikrinimas	56
4 priedas. Nerimo ir gyvenimo prasmės ieškojimo sąveikos efektas prognozuojant pasitenkinimą gyvenimu	57
5 priedas. Streso ir gyvenimo prasmės ieškojimo sąveikos efektas prognozuojant pasitenkinimą gyvenimu	58

SANTRAUKA

Parnarauskaitė, I. (2026). *Suaugusių priklausomų tėvų vaikų psichikos sveikatos sunkumų, gyvenimo prasmės ir pasitenkinimo gyvenimu sąsajos*. Vilniaus universitetas, 58 psl.

Priklausomybė nuo psichoaktyviųjų medžiagų yra viena reikšmingiausių visuomenės sveikatos problemų, kurios pasekmės apima ne tik patį priklausomą asmenį, bet ir jo artimuosius, ypač vaikus (Dongying et al., 2025; Kuppens et al., 2020). Stinga tyrimų, kuriais būtų gilinamasi į apsauginių veiksnių vaidmenį suaugusių priklausomų tėvų vaikų gerovei. Vienas iš tokių veiksnių – gyvenimo prasmė. Šio darbo tikslas – ištirti suaugusių priklausomų tėvų vaikų psichikos sveikatos sunkumų, gyvenimo prasmės ir pasitenkinimo gyvenimu sąsajas bei gyvenimo prasmės moderuojantį vaidmenį psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje. Tyrime dalyvavo 89 asmenys nuo 18-os iki 74-erių metų (68,5 proc. moterų ir 31,5 proc. vyrų). Tyrime naudoti instrumentai – Depresijos, nerimo ir streso skalė (DASS-21), Gyvenimo prasmės klausimynas (MLQ) ir Pasitenkinimo gyvenimu skalė (SWLS). Gyvenimo prasmės buvimo suvokimas nepasižymėjo reikšmingu moderuojančiu poveikiu suaugusių priklausomų tėvų vaikų psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšiui. Gyvenimo prasmės ieškojimas silpnino nerimo ir streso, bet ne depresijos požymių ryšį su pasitenkinimu gyvenimu.

Raktiniai žodžiai: psichikos sveikatos sunkumai (depresija, nerimas, stresas), pasitenkinimas gyvenimu, gyvenimo prasmė, suaugę priklausomų tėvų vaikai

SUMMARY

Parnarauskaitė, I. (2026). *The association between mental health difficulties, meaning in life, and satisfaction with life in adult children of addicted parents*. Vilnius University, p. 58.

Substance use disorder is one of the most significant public health problems, with consequences affecting not only the person with the addiction but also their close relatives, especially their children (Dongying et al., 2025; Kuppens et al., 2020). There is still a lack of research examining the role of protective factors in the well-being of adult children of addicted parents. One such factor is meaning in life. The aim of this study was to examine the associations between mental health difficulties, meaning in life, and satisfaction with life among adult children of addicted parents, as well as the moderating role of meaning in life in the relationship between mental health difficulties and satisfaction with life. The study included 89 participants aged 18 to 74 years, of whom 68.5% were women and 31.5% were men. The instruments used in the study were the Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21), the Meaning in Life Questionnaire (MLQ), and the Satisfaction With Life Scale (SWLS). The presence of meaning did not have a significant moderating effect on the relationship between mental health difficulties and satisfaction with life among adult children of addicted parents. Search for meaning weakened the associations of anxiety and stress, but not depressive symptoms, with satisfaction with life.

Keywords: mental health difficulties (depression, anxiety, stress), satisfaction with life, meaning in life, adult children of addicted parents.

SVARBIAUSIOS SĄVOKOS

Suaugę priklausomų tėvų vaikai – šiame darbe tokiu būdu įvardijami suaugę asmenys, kurių vienas arba abu tėvai buvo priklausomi nuo psichoaktyviųjų medžiagų.

Psichikos sveikatos sunkumai (depresija, nerimas, stresas) - šiame darbe suprantami kaip depresijai, nerimui ir stresui būdingų požymių išreikštumas, vertinamas remiantis DASS-21 (Depression Anxiety Stress Scales) (Lovibond ir Lovibond, 1995). Depresijai būdingi požymiai siejami su beviltiškumo jausmu, sumažėjusia saviverte, malonumo nejautimu (anhedonija), motyvacijos stoka ir energijos trūkumu. Nerimui būdingi požymiai apima stiprų baimės išgyvenimą, padidėjusį budrumą grėsmėms, somatinius požymius (pvz., padažnėjusį širdies plakimą, kvėpavimo sutrikimus). Stresui būdingi požymiai siejami su padidėjusiu asmens dirglumu, emociniu nestabilumu, sunkumu atsipalaiduoti ir nuolatiniu įtampos jausmu (Lovibond ir Lovibond, 1995).

Pasitenkinimas gyvenimu - tai individo subjektyvios gerovės įvertinimas, atspindintis, kiek asmuo jaučiasi patenkintas savo gyvenimo kokybe remdamasis savo asmeninėmis vertybėmis ir lūkesčiais (Diener et al., 1985).

Gyvenimo prasmė - tai individo suvokimas apie savo gyvenimo reikšmingumą ir tikslingumą. Ji apima *gyvenimo prasmės buvimo suvokimą (Presence of Meaning)*, kuris reiškia subjektyvų įsitikinimą, kad gyvenimas yra prasmingas, ir *gyvenimo prasmės ieškojimą (Search for Meaning)*, kuris nusako aktyvias pastangas ieškoti gyvenimo prasmės bei siekį suteikti gyvenimui didesnę reikšmę (Steger et al., 2006).

PRATARMĖ

Priklausomybė nuo psichoaktyviųjų medžiagų yra viena reikšmingiausių visuomenės sveikatos problemų, kurios pasekmės apima ne tik patį priklausomą asmenį, bet ir jo artimuosius, ypač vaikus (Dongying et al., 2025; Kuppens et al., 2020). Tyrimai rodo, kad suaugę asmenys, augę priklausomų tėvų šeimose, pasižymi didesne psichikos sveikatos sunkumų rizika - dažniau patiria depresijos, nerimo požymius, jaučia didesnę stresą (Brolin Låftman et al., 2024; Scholl et al., 2024). Šie sunkumai siejami su augimu emociškai nestabilioje aplinkoje, kurioje ne visuomet patenkinami vaiko emociniai poreikiai (Velleman ir Templeton, 2016). Dėl šių priežasčių ši populiacija laikoma didesnės rizikos grupe psichikos sveikatos sunkumams pasireikšti.

Psichikos sveikatos sunkumai, tokie kaip depresija, nerimas ir stresas, yra svarbūs veiksniai, susiję su asmens subjektyvios gerovės patyrimu (Ooi et al., 2022). Pasitenkinimas gyvenimu šiame darbe suprantamas kaip subjektyvios gerovės rodiklis, atspindintis bendrą individo gyvenimo vertinimą remiantis jam subjektyviai svarbiais kriterijais (Diener et al., 1985). Tyrimai nuosekliai rodo, kad didesni psichikos sveikatos sunkumai siejasi su mažesniu pasitenkinimu gyvenimu (Ooi et al., 2022).

Duomenys apie šiuos ryšius išlieka nevienareikšmiai (Ooi et al., 2022; Zanon, 2017), mažiau tyrinėtas apsauginių veiksmų vaidmuo. Negausūs tyrimai atskleidžia gyvenimo prasmės sąsajas su pasitenkinimu gyvenimu, gyvenimo prasmė atsiskleidžia kaip apsauginis veiksnys (Park, 2010). Vis dėlto lieka neaišku, kokį vaidmenį gyvenimo prasmė atlieka psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje. Šiame darbe keliami prielaidai, kad gyvenimo prasmė gali silpninti neigiamą depresijos, nerimo ir streso sąsają su pasitenkinimu gyvenimu suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje.

Lietuvoje trūksta tyrimų su suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtimis, kuriuose būtų vertinami galimi apsauginiai veiksniai, tokie kaip gyvenimo prasmė, taip pat lieka neaišku, kokį vaidmenį gyvenimo prasmė atlieka psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje, tad būtina gilesnė šios temos analizė. Tikimasi, kad geriau supratus rizikos ir apsauginių veiksmų sąveikos mechanizmus ir jų ryšius su pasitenkinimu gyvenimu, bus galima kryptingai nukreipti suaugusius priklausomų tėvų vaikus veiksmingos pagalbos (pvz., logoterapija, ja grįstos programos), tyrimo rezultatai galėtų prisidėti prie moksliškai pagrįstų psichologinės pagalbos intervencijų kūrimo.

1. ĮVADAS

1.1. Suaugusių priklausomų tėvų vaikų psichikos sveikatos ypatumai

Priklausomybė nuo psichoaktyviųjų medžiagų yra viena reikšmingiausių visuomenės sveikatos problemų, kurios pasekmės apima ne tik patį priklausomą asmenį, bet ir jo artimuosius, ypač vaikus (Dongying et al., 2025; Kuppens et al., 2020). Tyrimai rodo, kad suaugę asmenys, augę priklausomų tėvų šeimose, pasižymi didesne psichikos sveikatos sunkumų rizika - dažniau patiria depresijos, nerimo požymius, jaučia didesnę stresą (Brolin Låftman et al., 2024; Scholl et al., 2024). Šie sunkumai siejami su augimu emociškai nestabilioje aplinkoje, kurioje ne visuomet patenkinami vaiko emociniai poreikiai (Velleman ir Templeton, 2016).

Šiame darbe suaugę priklausomų tėvų vaikai suprantami kaip suaugę asmenys, kurių vienas arba abu tėvai buvo priklausomi nuo psichoaktyviųjų medžiagų. Atsižvelgiant į ankstesnių tyrimų duomenis, toliau šiame skyriuje apžvelgiami pagrindiniai psichikos sveikatos sunkumai, aktualūs šiai grupei: patiriamas stresas, depresija ir nerimas.

1.1.1. Suaugusių priklausomų tėvų vaikų patiriamas stresas

Stresas yra suprantamas kaip psichologinė įtampa, kylanti susiduriant su stresą keliančiomis gyvenimo aplinkybėmis ir suvokiant, kad turimi ištekliai susitvarkyti su stresą keliančia situacija yra nepakankami (Lazarus ir Folkman, 1984). Tyrimai rodo, kad suaugę priklausomų tėvų vaikai dažniau susiduria su stresą keliančiomis gyvenimo aplinkybėmis įvairiose srityse - šeimos (santykiuose su šeimos nariais) ir tarpasmeninių santykių plotmėse (Simonič ir Osewska, 2023), akademiniame veikloje (Lowthian, 2022). Be to, šie asmenys dažnai suvokia anksčiau patirtus ir dabartyje kylančius stresorius kaip itin sunkius, o subjektyvus sunkumo vertinimas gali būti susijęs tiek su realiu įvykio metu patiriamo streso intensyvumu, tiek su individualiomis interpretacijomis (Sher, 1991).

Suaugusių priklausomų tėvų vaikų patiriama psichologinė įtampa gali būti siejama su vaikystėje patirtomis stresą keliančiomis situacijomis ir jų ilgalaikėmis pasekmėmis (Scholl et al., 2024; Brolin Låftman et al., 2024). Aiškinant šias sąsajas, svarbu remtis nepalankių vaikystės patirčių samprata (angl. *adverse childhood experiences*, ACE). Asmenys, vaikystėje patyrę daugiau nepalankių patirčių, dažniau pasižymi mažesniu saugumo jausmu, sunkumais kuriant stabilius santykius ir didesniu emociniu pažeidžiamumu, o tai gali mažinti subjektyvų gyvenimo vertinimą (Howard et al., 2023; Hughes et al., 2016). Todėl ACE modelis suteikia svarbų teorinį pagrindą

aiškinant, kaip ankstyvosios nepalankios patirtys ir su jomis susijęs lėtinis stresas gali būti susiję su psichikos sveikatos sunkumais bei psichologinės gerovės rodikliais suaugus.

Minėtas nepalankių vaikystės patirčių sąsajas su asmens gerove suaugus taip pat galima aiškinti remiantis Pearlin et al. (1981) sukurta streso proceso teorija (*angl.* stress process theory), kurios teigimu pasikartojančios stresą keliančios situacijos (lėtiniai stresoriai) kartu su socialinės paramos stoka gali kauptis ir ardyti asmens savivertę, mažinti asmens gebėjimą kontroliuoti save, savo gyvenimą, o tai savo ruožtu gali neigiamai veikti asmens psichinę gerovę. Remiantis šia teorija, dėl lėtinių stresorių tendencijos kauptis net ir kasdienybėje kylantys iššūkiai asmenims, kurie gyvenimo eigoje susidūrė su pasikartojančiomis stresą keliančiomis situacijomis, gali sukelti stipresnę neigiamą reakciją (Pearlin et al., 1981). Be to, išgyvenama nuolatinė įtampa pamažu išsekvoja vidines jėgas, todėl su naujais sunkumais susidoroti tampa vis sunkiau (Muraven ir Baumeister, 2000). Svarbu pabrėžti, kad nuolatinė įtampa, kuri yra patiriama stresą keliančių pasikartojančių situacijų metu, gali stiprinti kiekvieno naujo stresoriaus poveikį ir sukelti tam tikrą streso kaupimosi efektą, kuris gali lemti ilgalaikius psichologinius ir fizinius sveikatos sutrikimus (Lepore et al., 1997). Taigi, remiantis nepalankių vaikystės patirčių modeliu (*angl.* *adverse childhood experiences*, ACE) ir streso proceso teorija (*angl.* stress process theory) galima geriau suprasti, kodėl suaugę priklausomų tėvų vaikai gali būti jautresni stresui ir patirti daugiau psichologinės įtampos suaugus.

Nors naujausių mokslinių tyrimų, tiesiogiai nagrinėjančių streso raišką suaugusių priklausomų tėvų vaikų grupėje, nėra daug, šios temos kontekste yra svarbūs tyrimai, analizuojantys suaugusių priklausomų tėvų vaikų psichikos sveikatos sunkumus. Naujausi moksliniai tyrimai patvirtina, kad priklausomų tėvų vaikai suaugę susiduria su reikšmingais psichikos sveikatos sunkumais. Botsvanoje atliktame kokybiniame tyrime dalyviai atskleidė, jog vaikystė šeimoje, kurioje vienas ar abu tėvai vartojo alkoholį, turėjo įtakos tam, jog jau būdami suaugę, šie asmenys susidūrė su emocine įtampa, tam tikrais elgesio sunkumais ir socialine atskirtimi (Jeremiah et al., 2024). Šią tendenciją patvirtina ir šešiose Europos šalyse atliktas didelio masto tyrimas (N = 11 113), kurio rezultatai atskleidė, jog asmenys, vaikystėje augę su stipriai alkoholį vartojančiu šeimos nariu, suaugę savo psichikos sveikatą vertino reikšmingai prasčiau nei tie, kurie tokios patirties neturėjo (Romic et al., 2025). Šiuos duomenis papildė Haugland et al. (2021) tyrimas, kuriame nustatyta, kad asmenys, vaikystėje augę su vienu ar abiem nuo alkoholio priklausomais tėvais, vaikystėje dažniau susidūrė su įtampa ir konfliktais tėvų šeimoje, savo vaikystę dažniau vertino kaip sunkią, rečiau nurodė turėję patikimą suaugusįjį, į kurį galėjo kreiptis pagalbos. Suaugę šie asmenys dažniau nurodė, kad juos vis dar lydi skaudūs vaikystės prisiminimai (Haugland et al., 2021).

Taigi, galima teigti, kad stresas yra vienas iš svarbių psichikos sveikatos sunkumų, būdingų suaugusiems priklausomų tėvų vaikams. Nors tyrimų, tiesiogiai nagrinėjančių šios grupės patiriamą stresą, nėra daug, turimi duomenys rodo, kad augimas priklausomų tėvų šeimoje gali būti susijęs su psichikos sveikatos sunkumais. Vaikystėje patirta įtampa, augant priklausomų tėvų šeimoje, gali paveikti tai, kaip šie asmenys, jau būdami suaugę, reaguoja į stresines situacijas ir kaip jas įveikia. Akivaizdu, kad yra svarbu gilintis į suaugusių priklausomų tėvų vaikų streso patyrimą, jog būtų galima plėtoti intervencijas, kurios padėtų valdyti jų patiriamą stresą, mobilizuoti turimus vidinius išteklius stresui įveikti.

1.1.2. Depresijos paplitimas tarp suaugusių priklausomų tėvų vaikų

Naujausių tyrimų duomenys atskleidžia, kad depresijos sutrikimas (angl. Major Depressive Disorder - MDD) yra vienas dažniausių psichikos sutrikimų - jo paplitimas tarp suaugusiųjų asmenų siekia 7,5 proc. tarp vyrų ir 13,6 proc. tarp moterų (McGrath et al., 2023). Svarbu paminėti, kad vis daugiau dėmesio yra skiriama tam, kokią įtaką nepalankios vaikystės patirtys daro asmens psichikos sveikatai. Empiriniai tyrimai nuosekliai rodo, kad nepalankios vaikystės patirtys (angl. Adverse Childhood Experiences - ACEs) ženkliai padidina riziką vėlesniame amžiuje patirti depresijos požymius (Mwachofi et al., 2020; Reinherz et al., 2003; Lee ir Chen, 2017).

Viena iš dažniausių, bet dar pakankamai neištyrinėtų nepalankių vaikystės patirčių yra gyvenimas su priklausomu nuo psichoaktyviųjų medžiagų tėvu ar motina. Jungtinėse Amerikos Valstijose ketvirtadalis vaikų augo aplinkoje, kurioje buvo piktnaudžiaujama alkoholiu (Grant, 2000). Šie vaikai - dabar jau suaugę priklausomų tėvų vaikai - dažnai patiria didesnę tikimybę turėti depresiją (Thapa et al., 2017). Dauguma tyrimų, analizuojančių depresijos požymius priklausomų tėvų vaikų imtyse, orientuojasi į vaikystės ir paauglystės laikotarpius (Chassin et al., 1999; Hill et al., 2008), o suaugusių priklausomų tėvų vaikų psichikos sveikatos sunkumai tebėra mažiau tyrinėti. Vis dėlto turimi duomenys rodo, kad padidėjusi rizika depresijos požymiams gali išlikti ir asmeniui pereinant iš vėlyvosios paauglystės į jauno suaugusiojo tarpsnį (18–27 m.) (Chassin et al., 1999; Reinherz et al., 2003; Marmorstein et al., 2012). Nors brandesnę suaugystę nagrinėjančių tyrimų nedaug, vienas iš tyrimų, nagrinėjančių nepalankias vaikystės patirtis, atskleidė, kad asmenys, vaikystėje gyvenę su nuo alkoholio priklausomu suaugusiuoju, pasižymėjo aukštesniu depresijos požymių išreikštumu jau suaugus (Mwachofi et al., 2020). Tai leidžia manyti, kad depresijos požymių rizika šioje populiacijoje gali išlikti viso suaugusiojo raidos laikotarpiu.

Apibendrinant galima teigti, kad augimas priklausomų tėvų šeimoje yra susijęs su didesne depresijos požymių rizika suaugus. Tyrimų duomenys rodo, kad nepalankios vaikystės patirtys gali būti susijusios su šia padidėjusia rizika, kuri gali išlikti ir vėlesniame suaugusiojo amžiuje. Nors ne visi suaugę priklausomų tėvų vaikai patiria depresijos požymius, turimi empiriniai duomenys leidžia depresijos požymius laikyti vienu iš šiai populiacijai būdingų psichikos sveikatos sunkumų.

1.1.3. Suaugusių priklausomų tėvų vaikų patiriamas nerimas

Nerimas suprantamas kaip emocinis ir fiziologinis atsakas į suvokiamą grėsmę, pasireiškiantis stipriu baimės išgyvenimu, padidėjusiu budrumu grėsmėms ir somatiniais požymiais, pavyzdžiui, padažnėjusiu širdies plakimu ar kvėpavimo sutrikimais (Lovibond ir Lovibond, 1995). Tyrimai rodo, kad asmenys, augę priklausomų tėvų šeimose, pasižymi didesne nerimo požymių pasireiškimo rizika tiek ankstyvesniais raidos etapais, tiek suaugus (Chassin et al., 1999; Kendler et al., 2024).

Aiškinant šias sąsajas, svarbu atsižvelgti į nepalankių vaikystės patirčių sampratą (*angl.* adverse childhood experiences, ACE). Vaikai, augę priklausomų tėvų šeimose, augo aplinkoje, kurioje trūko saugumo jausmo ir priežiūros, galėjo pasitaikyti ir konfliktų, smurto (Velleman ir Templeton, 2016; Sher et al., 1991). Asmenys, vaikystėje patyrę daugiau nepalankių patirčių, gali pasižymėti didesniu emociniu pažeidžiamumu ir sunkumais reguliuojant emocines reakcijas, o tai gali prisidėti prie didesnio nerimo požymių išreikštumo (Howard et al., 2023; Hughes et al., 2016). Remiantis streso proceso teorija (Pearlin et al., 1981), šios pasikartojančios nepalankios patirtys gali kauptis ir ilgainiui silpninti asmens gebėjimą susidoroti su kasdieniais iššūkiais suaugus.

Nepalankios patirtys vaikystėje gali prisidėti prie didesnio šių asmenų jautrumo stresui ir įtampai, o tai siejama su didesniu nerimo požymių išreikštumu (Haugland et al., 2024; Scholl et al., 2024). Turimi empiriniai duomenys taip pat patvirtina šią tendenciją: Kendler et al. (2024) tyrimo duomenys atskleidė, kad asmenų, kurių vienas ar abu tėvai turėjo priklausomybę nuo alkoholio, rizika patirti nerimo sutrikimus suaugus buvo reikšmingai didesnė, palyginus su tais, kurių tėvai tokių sunkumų neturėjo. Šią tendenciją patvirtina ir Brolin Låftman et al. (2024) tyrimo duomenys, atskleidę, kad asmenys, kurie nurodė paauglystėje augę su stipriai alkoholį vartojančiu tėvu ar motina, jau būdami suaugę dažniau nurodė patiriantys nerimo požymius.

Taigi, remiantis nepalankių vaikystės patirčių modeliu ir streso proceso teorija, galima geriau suprasti, kodėl suaugusiems priklausomų tėvų vaikams gali būti būdingi nerimo požymiai. Turimi empiriniai duomenys atskleidžia, kad augimas priklausomų tėvų šeimoje yra susijęs su didesne

nerimo požymių rizika suaugus, todėl nerimo požymių išreikštumas laikytinas vienu iš šiai populiacijai būdingų psichikos sveikatos sunkumų.

Apibendrinant galima teigti, kad augimas priklausomybės paveiktoje šeimoje gali būti suprantamas kaip lėtinio streso ir nepalankių vaikystės patirčių kontekstas, galintis turėti ilgalaikių pasekmių asmens psichikos sveikatai. Nepalankių vaikystės patirčių modelis (*angl.* adverse childhood experiences, ACE) leidžia paaiškinti, kaip ankstyvas nuolatinis emocinis nesaugumas, nenuspėjamumas, sutrikęs šeimos funkcionavimas, konfliktai ir nepakankama suaugusiųjų parama gali prisidėti prie didesnio psichologinio pažeidžiamumo suaugus. Apžvelgti empiriniai tyrimai rodo, kad suaugę priklausomų tėvų vaikai dažniau susiduria su psichikos sveikatos sunkumais - dažniau patiria stresui, depresijai ir nerimui būdingus požymius. Tai leidžia manyti, kad vaikystėje patirtos nepalankios aplinkybės, susijusios su vieno ar abiejų tėvų priklausomybe nuo psichoaktyviųjų medžiagų, gali turėti reikšmės ne tik šių asmenų psichikos sveikatai, bet ir jų kasdieniam funkcionavimui bei subjektyviai gerovei. Todėl svarbu analizuoti ne tik suaugusių priklausomų tėvų vaikų patiriamus sunkumus, bet ir veiksnius, galinčius prisidėti prie geresnės jų adaptacijos ir didesnio pasitenkinimo gyvenimu.

1.2. Suaugusių priklausomų tėvų vaikų pasitenkinimas gyvenimu: pasitenkinimo gyvenimu samprata ir sąsajos su psichikos sveikatos sunkumais

1.2.1. Pasitenkinimo gyvenimu samprata ir naujausi suaugusių priklausomų tėvų vaikų pasitenkinimo gyvenimu tyrimai

Norint analizuoti suaugusių priklausomų tėvų vaikų pasitenkinimą gyvenimu, pirmiausia svarbu aptarti šio konstrukto sampratą. Diener (1984), apibrėždamas pasitenkinimo gyvenimu sampratą, akcentuoja būtinybę vertinti žmogaus subjektyvią savijautą remiantis asmens pasitenkinimu gyvenimu kaip visuma, o ne vien asmens pasitenkinimu atskiromis gyvenimo sritimis. Pasitenkinimas gyvenimu apibrėžiamas kaip sąmoningas savo gyvenimo kokybės įvertinimas, grindžiamas asmeniniais kriterijais, lūkesčiais ir vertybėmis (Diener, 1984). Tai reiškia, kad pasitenkinimas gyvenimu atspindi, kiek žmogaus gyvenimas, jo paties požiūriu, atitinka tai, kas jam svarbu. Skirtingai nei asmens momentinė emocinė būseną ir jos subjektyvus įsivertinimas, pasitenkinimas gyvenimu laikomas platesniu ir stabilesniu gyvenimo vertinimo rodikliu (Diener et al., 1999).

Mokslinėje literatūroje šis konstruktas laikomas reikšmingu todėl, kad leidžia įvertinti ne vien asmens funkcionavimą atskirose srityse, bet ir tai, kaip žmogus suvokia savo gyvenimo kokybę apskritai. Šis rodiklis siejamas su platesne psichologinės gerovės samprata ir dažnai naudojamas kaip vienas kertinių gerovės rodiklių psichologiniuose tyrimuose (Diener et al., 1985; Diener et al., 1999). Taip pat pabrėžiama, kad pasitenkinimą gyvenimu lemia ne vien objektyvios gyvenimo aplinkybės, bet ir tai, kaip asmuo jas interpretuoja, vertina bei lygina su savo lūkesčiais (Diener et al., 1985). Dėl šios priežasties net panašiomis sąlygomis gyvenantys asmenys gali skirtis pasitenkinimo gyvenimu lygmeniu. Taigi pasitenkinimas gyvenimu yra suprantamas kaip sąmoningas ir santykinai stabilus asmens gyvenimo kokybės vertinimas, grindžiamas individualiais lūkesčiais, vertybėmis ir subjektyviai reikšmingais kriterijais.

Aptarus pasitenkinimo gyvenimu konstrukto sampratą, yra svarbu apžvelgti suaugusių priklausomų tėvų vaikų pasitenkinimo gyvenimu ypatumus. Analizuojant šios grupės pasitenkinimą gyvenimu, svarbu atsižvelgti į tai, kad šios grupės nepalankios vaikystės patirtys gali būti susijusios ne tik su psichikos sveikata, bet ir su socialiniu funkcionavimu bei savęs vertinimu. Priklausomų tėvų vaikai augo aplinkoje, kurioje trūko saugumo jausmo, priežiūros, galėjo pasitaikyti ir konfliktų, smurto (Velleman ir Templeton, 2016; Sher et al., 1991). Tokia šeimos dinamika gali turėti ilgalaikių pasekmių socialinei raidai ir savęs priėmimui. Tyrimai rodo, kad suaugę priklausomų tėvų vaikai dažniau susiduria su sunkumais priimdami save, pasitikėdami kitais ir kurdami artimus, abipusiu pasitikėjimu grįstus santykius (Simonič ir Osewska, 2023; Johnsen et al., 2022). Kadangi tyrimų, tiesiogiai nagrinėjančių pasitenkinimą gyvenimu suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyse, nėra itin daug, yra svarbu nagrinėti ir tuos tyrimus, kuriuose pasitenkinimas gyvenimu analizuojamas kaip vienas iš subjektyvios gerovės rodiklių. Rzeszutek et al. (2024) tyrimas atskleidė, kad suaugę nuo alkoholio priklausomų tėvų vaikai nėra vienalytė grupė. Jų pasitenkinimas gyvenimu ir bendra subjektyvi gerovė skyrėsi pagal potrauminio streso požymių pobūdį ir išreikštumą suaugus. Šią mintį papildė Lietuvoje atliktas Dechtiarytės ir Bulotaitės (2022) tyrimas, kuriame nustatyta, kad suaugusių alkoholikų vaikų pasitenkinimo gyvenimu lygis buvo vidutinis, o didesnis psichologinis atsparumas siejosi su didesniu pasitenkinimu gyvenimu ir aukštesniu psichologinės gerovės lygiu. Šie rezultatai leidžia manyti, kad šios grupės pasitenkinimas gyvenimu gali skirtis priklausomai ne tik nuo patiriamų psichologinių sunkumų, bet ir nuo turimų psichologinių išteklių.

Kadangi ši populiacija nėra homogeniška, ne visi suaugę priklausomų tėvų vaikai patiria panašius sunkumus, kylančius dėl nepalankių vaikystės patirčių, augant su priklausomais tėvais (Jeremiah et al., 2024). Remiantis turimų tyrimų duomenimis, galima teigti, kad individualūs skirtumai atsiranda dėl to, kad šie asmenys turi nevienodus psichologinius išteklius, atsparumą, bei

jų socialinės paramos kiekis, gaunamas iš artimų žmonių, taip pat gali skirtis (Jeremiah et al., 2024; Simonič ir Osewska, 2023). Todėl pasitenkinimą gyvenimu šioje grupėje tikslinga suprasti ne kaip tiesioginę ankstyvų patirčių pasekmę, o kaip sudėtingą reiškinį, kurį lemia rizikos ir apsauginių veiksnių sąveika.

Taigi, apibendrinant galima teigti, kad pasitenkinimas gyvenimu šiame darbe suprantamas kaip sąmoningas ir santykinai stabilus asmens gyvenimo kokybės vertinimas, grindžiamas individualiais lūkesčiais, vertybėmis ir subjektyviai reikšmingais kriterijais. Kalbant apie suaugusių priklausomų tėvų vaikus, svarbu pabrėžti, kad augimas priklausomų tėvų šeimoje gali turėti ilgalaikes pasekmes asmens emocinei ir socialinei gerovei. Nors tyrimų, tiesiogiai nagrinėjančių pasitenkinimą gyvenimu šioje populiacijoje, stinga, turimi duomenys leidžia manyti, kad socialinėje ir asmeninėje plotmėse patiriami sunkumai gali daryti įtaką subjektyviai asmens gerovei. Tuo pat metu svarbu pabrėžti, kad asmeniniai psichologiniai ištekliai, atsparumas ir socialinė parama iš artimų žmonių gali veikti kaip apsauginiai veiksniai, prisidedantys prie asmens subjektyvios gerovės.

1.2.2. Pasitenkinimo gyvenimu sąsajos su psichikos sveikatos sunkumais

Aptarus pasitenkinimo gyvenimu sampratą ir suaugusių priklausomų tėvų vaikų pasitenkinimo gyvenimu ypatumus, svarbu aptarti psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu sąsajas. Kadangi šiame darbe psichikos sveikatos sunkumai apima depresijai, nerimui ir stresui būdingus požymius, toliau aptariama, kaip šie sunkumai gali būti susiję su asmens pasitenkinimu gyvenimu.

Suaugę priklausomų tėvų vaikai susiduria su didesne psichikos sveikatos sunkumų pasireiškimu rizika (depresijos, nerimo ir streso požymiais) nei asmenys, kurių tėvai nebuvo priklausomi nuo psichoaktyviųjų medžiagų (Scholl et al., 2024; Brolin Låftman et al., 2024). Nors tiesioginių tyrimų, nagrinėjančių pasitenkinimo gyvenimu ryšį su depresijos, nerimo ir streso požymiais suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyse vis dar stinga, kitose imtyse gauti duomenys rodo glaudžias psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu sąsajas. Ooi et al. (2022) tyrimas, atliktas su universiteto studentais, parodė, kad depresijos, nerimo ir streso požymiai yra neigiamai susiję su pasitenkinimu gyvenimu. Analogiški rezultatai gauti Brazilijoje atliktame tyrime, kuriame nustatyta, kad iš visų trijų psichikos sveikatos sunkumų būtent depresijai būdingi požymiai stipriausiai siejosi su mažesniu pasitenkinimu gyvenimu (Zanon, 2017).

Vis dėlto psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšys neturėtų būti suprantamas tik kaip vienkryptis. Koivumaa-Honkanen et al. (2004) longitudinalio tyrimo duomenys

atskleidė, kad žemesnis pasitenkinimas gyvenimu buvo susijęs su didesne vėlesnių depresijos simptomų rizika. Svarbu paminėti, kad kai kurių tyrimų rezultatai atskleidžia, kad pasitenkinimas gyvenimu gali veikti kaip apsauginis veiksnys streso ir kitų psichikos sveikatos sunkumų atžvilgiu. Padmanabhanunni et al. (2023) tyrimas atskleidė, kad pasitenkinimas gyvenimu gali atlikti apsauginį vaidmenį streso kontekste, kadangi jis silpnino suvokiamo streso ryšį su nerimu ir beviltiškumu. Taigi, turimi empiriniai duomenys leidžia manyti, kad psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšys gali būti abipusis: didesni depresijos, nerimo ir streso požymiai gali būti susiję su mažesniu pasitenkinimu gyvenimu, o žemesnis pasitenkinimas gyvenimu gali būti susijęs su didesne vėlesnių depresijos simptomų rizika. Be to, pasitenkinimas gyvenimu gali atlikti apsauginį vaidmenį streso kontekste, kadangi didesnis pasitenkinimas gyvenimu gali silpninti suvokiamo streso ryšį su nerimu ir beviltiškumu.

Apibendrinant, svarbu pabrėžti, kad nors tyrimų, tiesiogiai nagrinėjančių depresijos, nerimo ir streso požymių sąsajas su pasitenkinimu gyvenimu suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyse vis dar trūksta, kitose imtyse atlikti tyrimai atskleidžia šių kintamųjų sąsajas. Vis dėlto gauti rezultatai nėra vienareikšmiai, o sąsajų kryptis išlieka ne iki galo aiški, nes psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšiai gali būti abipusiai. Kai kurie autoriai taip pat pabrėžia, kad pasitenkinimas gyvenimu gali veikti kaip apsauginis veiksnys streso ir kitų psichikos sveikatos sunkumų atžvilgiu, dėl to naujesniuose tyrimuose vis dažniau analizuojami ne tik tiesioginiai ryšiai tarp psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu, bet ir moderaciniai bei mediaciniai mechanizmai, padedantys geriau suprasti psichologinės adaptacijos procesus. Tačiau vis dar stinga tyrimų, kuriais būtų tiriamas galimas apsauginių veiksmų vaidmuo šiuose ryšiuose. Todėl toliau šiame darbe bus aptariama gyvenimo prasmė kaip galimas apsauginis veiksnys, galintis būti reikšmingas suaugusių priklausomų tėvų vaikų psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje.

1.3. Suaugusių priklausomų tėvų vaikų pasitenkinimas gyvenimu ir apsauginiai veiksniai: gyvenimo prasmės samprata ir reikšmė psichikos sveikatai

1.3.1. Gyvenimo prasmės samprata ir jos reikšmė

Gyvenimo prasmė mokslinėje literatūroje apibrėžiama įvairiai, tačiau dauguma autorių sutaria, kad ji yra sietina su asmens suvokiamu gyvenimo tikslingumu, kryptingumu ir nuoseklumu (Battista ir Almond, 1973; Reker ir Wong, 1988). Gyvenimo prasmė taip pat yra suprantama kaip

subjektyviai suvokiama gyvenimo reikšmė, kuria remiantis žmogus gali atsakyti, dėl ko jo gyvenimas yra vertingas ir prasmingas (Baumeister, 1991; Yalom, 1980). Kadangi nėra vienos visiems universalios ir tinkamos gyvenimo prasmės, kiekvienas asmuo ją supranta skirtingai, remdamasis asmeniškai svarbiomis vertybėmis, tikslais ir gyvenimo patirtimi (Klinger, 1977; McAdams, 1993; Kenyon, 2000).

Baumeister (1991) teigė, kad gyvenimo prasmės patyrimas siejasi su tuo, ar žmogus savo gyvenime jaučia gyvenimo tikslą, gyvenimo vertingumą, savo paties veiksmingumą ir teigiamai vertina save. Kitaip tariant, žmogus suvokia savo gyvenimą kaip prasmingą tuomet, kai jo gyvenimas turi kryptį, veiksmai — vertę, o jis pats jaučia galintis daryti įtaką savo gyvenimui (Baumeister, 1991). Maddi (1970) teigimu, gyvenimo prasmė glūdi kasdieniuose žmogaus sprendimuose ir veiksmuose, o Seligman (2002) akcentuoja, kad ji atsiskleidžia per rūpinimąsi kitais, ištikimybę aukštesnėms vertybėms ir siekį to, kas žmogui iš tiesų svarbu. Kenyon (2000) sieja gyvenimo prasmę su autentišku gyvenimu, o Ryff ir Singer (1998) bei Deci ir Ryan (2000) pabrėžė, kad žmogus atranda prasmę tada, kai auga kaip asmenybė, atranda ir atskleidžia savo stiprybes bei gyvena siekdamas to, kas jam iš tiesų svarbu. Frankl (1963) teigė, kad kiekviename žmoguje slypi „valia prasmei“ (*angl.* will to meaning) - gilus, prigimtinis troškimas surasti tai, dėl ko verta gyventi, tad gyvenimo prasmė tampa tarsi vidiniu kompasu, padedančiu žmogui nepasiduoti sunkumams, rasti kryptį ir išlaikyti vidinę pusiausvyrą. Nepaisant skirtingų teorinių perspektyvų, dauguma autorių sutaria, kad gyvenimo prasmė yra svarbus su asmens psichologiniu funkcionavimu susijęs veiksnys.

Taigi gyvenimo prasmė yra suprantama kaip asmens suvokiamas gyvenimo reikšmingumas, tikslingumas ir kryptingumas, glaudžiai susijęs su jo vertybėmis, tikslais ir asmenine patirtimi. Būtent todėl ji laikoma vienu iš svarbių veiksnių, lemiančių žmogaus savijautą ir gebėjimą nepalūžti susidūrus su sunkumais.

1.3.2. Psichikos sveikatos sunkumų sąsajos su gyvenimo prasme

Aptarus gyvenimo prasmės sampratą ir jos reikšmę, svarbu toliau nagrinėti, kaip gyvenimo prasmė siejasi su psichikos sveikatos sunkumais. Kadangi šiame darbe psichikos sveikatos sunkumai suprantami kaip depresijai, nerimui ir stresui būdingi požymiai, toliau aptariama, kaip šių sunkumų išreikštumas gali būti susijęs su dviem gyvenimo prasmės dimensijomis – gyvenimo prasmės buvimo suvokimu ir gyvenimo prasmės ieškojimu.

Nors depresija ir nerimas dažnai laikomi skirtingais sutrikimais, praktikoje jie neretai pasireiškia kartu - Clark ir Watson (1991) pasiūlytame modelyje distresas išskiriamas kaip jiems

abiem bendras požymis. Be to, tiek depresija, tiek nerimas siejasi su sunkumais suvokiant gyvenimo tikslą ir prasmę (Boreham et al., 2023). Nustatyta, kad didesnis depresijos lygis siejasi su silpnesniu gyvenimo prasmės buvimo suvokimu (Boreham et al., 2023), o panašios tendencijos pastebimos ir nerimo atveju - stiprėjant nerimo požymiams, gyvenimo prasmės buvimo suvokimas mažėja (Boreham et al., 2023; Szcześniak et al., 2022). Taip pat nustatyta, kad didesnis patiriamas stresas siejasi su silpnesniu gyvenimo prasmės buvimo suvokimu (Ostafin ir Proulx, 2020). Taigi, ankstesnių tyrimų duomenys atskleidžia, kad didesni psichikos sveikatos sunkumai siejasi su silpnesniu gyvenimo prasmės buvimo suvokimu.

Nors ankstesniuose tyrimuose dažniau nagrinėjamos psichikos sveikatos sunkumų sąsajos su gyvenimo prasmės buvimo suvokimu, dalis autorių atskirai gilinasi į jų ryšį su gyvenimo prasmės ieškojimu. He et al. (2023) atliktoje meta-analizėje, apėmusioje 108 tyrimus su beveik 77 000 dalyvių, nustatyta, kad didesni psichikos sveikatos sunkumai siejasi su aktyvesniu gyvenimo prasmės ieškojimu. Vis dėlto toje pačioje meta-analizėje pabrėžiama, kad ryšys tarp šių dviejų kintamųjų nėra vienareikšmis – jis gali skirtis priklausomai nuo kultūrinio konteksto ir tiriamos imties ypatumų, t. y. tam tikrais atvejais didesni psichikos sveikatos sunkumai siejasi su didesniu gyvenimo prasmės ieškojimu (He et al., 2023).

Taigi turimi tyrimų duomenys nuosekliai rodo, kad didesni psichikos sveikatos sunkumai siejasi su silpnesniu gyvenimo prasmės buvimo suvokimu, o psichikos sveikatos sunkumų ryšys su gyvenimo prasmės ieškojimu yra nevienareikšmis - skirtingose šalyse, kultūrose ir skirtingos patirties žmonių grupėse gauti rezultatai gerokai skiriasi. Todėl svarbu empiriškai patikrinti, kaip šios sąsajos atsiskleidžia būtent suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje.

1.4. Gyvenimo prasmės vaidmuo psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje

Psichikos sveikatos sunkumai, tokie kaip depresija, nerimas ir stresas, siejasi su mažesniu pasitenkinimu gyvenimu (Ooi et al., 2022; Zanon, 2017). Nors tyrimų, tiesiogiai nagrinėjančių depresijos, nerimo ir streso požymių sąsajas su pasitenkinimu gyvenimu suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyse, vis dar trūksta, kitose imtyse atlikti tyrimai atskleidžia šių kintamųjų sąsajas. Vis dėlto gauti rezultatai nėra vienareikšmiai, o sąsajų kryptis išlieka ne iki galo aiški, nes psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšiai gali būti abipusiai. Naujesniuose tyrimuose vis dažniau analizuojami ne tik tiesioginiai ryšiai tarp psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu, bet ir moderaciniai bei mediaciniai mechanizmai, padedantys geriau suprasti psichologinės

adaptacijos procesus. Tačiau vis dar stinga tyrimų, kuriais būtų tiriama galimas apsauginių veiksnių vaidmuo šiuose ryšiuose. Vienu iš tokių veiksnių mokslinėje literatūroje yra laikomas gyvenimo prasmės konstruktas (Park, 2010). Todėl toliau šiame darbe bus aptariama gyvenimo prasmė kaip galimas apsauginis veiksnys, galintis būti reikšmingas suaugusių priklausomų tėvų vaikų psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje.

Pirmiausia svarbu apžvelgti teorines paradigmas, kuriose gyvenimo prasmė yra apibrėžiama kaip galimas apsauginis subjektyvios gerovės veiksnys. Viktoro Franklio logoterapijos teorijoje (Frankl, 1963) pabrėžiama, kad žmogus gali įveikti net ir didžiausius egzistencinius sunkumus, jei geba rasti prasmę savo patirtyse. Remiantis šia koncepcija, gyvenimo prasmė gali veikti kaip vidinis atramos taškas, padedantis išlaikyti psichologinę pusiausvyrą net ir patiriant kančią (Frankl, 1963). Hobfoll (1989) išteklių išsaugojimo teorija šią mintį papildė kitu kampu - joje gyvenimo prasmė traktuojama kaip psichologinis išteklius, ne mažiau svarbus nei savivertė ar artimų žmonių parama. Remiantis šia teorija, stresas kyla tada, kai žmogui gresia vertingų išteklių netekimas, tad asmuo, jaučiantis savo gyvenimą kaip prasmingą, turi papildomą vidinį išteklių, kuris padeda išgyventi sunkumus ir apsaugo nuo neigiamų jų pasekmių (Hobfoll, 1989). Šią mintį plėtoja Park ir Baumeister (2017), pabrėždami, kad gyvenimo prasmė veikia ne tik kaip bendra psichologinė atrama, bet ir daro tiesioginę įtaką tam, kaip žmogus išgyvena kasdienius stresorius ir kaip po jų atsigauna. Jų teigimu, asmenys, turintys stiprų gyvenimo prasmės pojūtį, greičiau atgauna vidinę pusiausvyrą ir sugeba sunkumus vertinti konstruktyviau. Taigi, apžvelgti teorinių paradigmu postulatai suteikia teorinį pagrindą manyti, kad gyvenimo prasmės suvokimas gali veikti kaip apsauginis subjektyvios gerovės veiksnys.

Aptarus teorines paradigmas, kuriose gyvenimo prasmė yra apibrėžiama kaip galimas apsauginis subjektyvios gerovės veiksnys, svarbu apžvelgti šios srities empirinių tyrimų lauką. Nors empirinių tyrimų, nagrinėjančių gyvenimo prasmės moderuojantį vaidmenį psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje, trūksta, svarbu apžvelgti tyrimus, kurie nors iš dalies prisiliečia prie šio tyrimų lauko. Vienas iš tyrimų, atliktas su 472 suaugusiais, išgyvenusiais žemės drebėjimą, atskleidė, kad depresija neigiamai veikia pasitenkinimą gyvenimu, tačiau gyvenimo prasmė silpnino šį neigiamą poveikį (Cengiz ir Peker, 2024). Nors šiame tyrime gyvenimo prasmė atliko mediatoriaus, o ne moderatoriaus vaidmenį, rezultatai netiesiogiai pagrindžia gyvenimo prasmės svarbą psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje.

Vis dėlto svarbu pažymėti, kad empirinių tyrimų, tiesiogiai nagrinėjančių gyvenimo prasmės moderuojantį vaidmenį tarp psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu, mokslinėje

literatūroje mums aptikti nepavyko. Dėl šios priežasties šiame tyrime bus empiriškai tikrinamas gyvenimo prasmės moderuojantis vaidmuo šių kintamųjų ryšyje.

1.5. Tyrimo problema, tikslas, uždaviniai ir hipotezės

Nors turimi duomenys aiškiai rodo, kad suaugę priklausomų tėvų vaikai priklauso pažeidžiamai grupei ir gali susidurti su įvairiais psichikos sveikatos sunkumais, stinga tyrimų, kuriais būtų analizuojami apsauginiai suaugusių priklausomų tėvų vaikų pasitenkinimo gyvenimu veiksniai bei jų vaidmuo suaugusių priklausomų tėvų vaikų patiriamų psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje. Ypač trūksta tyrimų, kurie nagrinėtų, ar gyvenimo prasmė gali silpninti depresijos, nerimo ir streso sąsajas su pasitenkinimu gyvenimu šioje populiacijoje. Todėl būtina empiriškai patikrinti, ar gyvenimo prasmė šiai grupei gali tapti veiksmingu psichologiniu apsauginiu veiksnium.

Lietuvoje ši tema taip pat dar mažai nagrinėta. Nors mokslininkai atkreipia dėmesį į svarbą tirti galimus suaugusių priklausomų tėvų vaikų gerovės apsauginius veiksnius, tokių tyrimų vis dar trūksta. Jau atliktuose tyrimuose daugiau dėmesio skirta psichologinio atsparumo ir savivertės vaidmeniui, tačiau gyvenimo prasmės konstruktas šioje grupėje dėmesio nesulaukė (Dechtiarytė ir Bulotaitė, 2022).

Atsižvelgiant į psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo sutrikimų paplitimą, svarbu tirti, kaip gyvenimo prasmės buvimo suvokimas ir gyvenimo prasmės ieškojimas moderuoja depresijos, nerimo ir streso ryšį su pasitenkinimu gyvenimu suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje. Tokie tyrimai galėtų prisidėti prie mokslškai pagrįstų psichologinės pagalbos intervencijų kūrimo.

Darbo tikslas – ištirti suaugusių priklausomų tėvų vaikų psichikos sveikatos sunkumų, gyvenimo prasmės ir pasitenkinimo gyvenimu sąsajas bei gyvenimo prasmės moderuojantį vaidmenį šių kintamųjų ryšyje.

Uždaviniai:

1. Įvertinti suaugusių priklausomų tėvų vaikų patiriamų psichikos sveikatos sunkumų (depresijos, nerimo, streso), gyvenimo prasmės ir pasitenkinimo gyvenimu išreikštumą bei palyginti šiuos rodiklius pagal lytį.

2. Nustatyti suaugusių priklausomų tėvų vaikų psichikos sveikatos sunkumų (depresijos, nerimo ir streso), pasitenkinimo gyvenimu ir gyvenimo prasmės (prasmės buvimo suvokimo ir prasmės ieškojimo) sąsajas.

3. Įvertinti gyvenimo prasmės (prasmės buvimo suvokimo ir prasmės ieškojimo) moderuojantį vaidmenį psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje.

Hipotezės:

H1 Suaugusių priklausomų tėvų vaikų depresija, nerimas ir stresas bus neigiamu ryšiu susiję su pasitenkinimu gyvenimu.

H2 Suaugusių priklausomų tėvų vaikų depresija, nerimas ir stresas bus susiję su gyvenimo prasmės (prasmės buvimo suvokimo ir prasmės ieškojimo) patyrimu.

H3 Gyvenimo prasmė (prasmės buvimo suvokimas ir prasmės ieškojimas) moderuos suaugusių priklausomų tėvų vaikų patiriamų psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšį:

H3a Depresijos, nerimo ir streso ryšys su pasitenkinimu gyvenimu bus silpnesnis tarp tų suaugusių priklausomų tėvų vaikų, kurie pasižymi stipresniu gyvenimo prasmės buvimo suvokimu;

H3b Depresijos, nerimo ir streso ryšys su pasitenkinimu gyvenimu bus silpnesnis tarp tų suaugusių priklausomų tėvų vaikų, kurie aktyviau ieško gyvenimo prasmės.

2. TYRIMO METODIKA

2.1 Tyrimo dalyviai

Į tyrimą netikimybinės tikslingosios ir patogiosios atrankos būdu, taikant „sniego gniūžtės“ principą buvo kviečiami dalyvauti suaugę asmenys nuo 18 metų, užaugę šeimose, kuriose bent vienas iš tėvų turėjo priklausomybę nuo psichoaktyviųjų medžiagų. Tiriamieji buvo kviečiami dalyvauti per socialinius tinklus (pvz., „Facebook“ grupes, kuriose renkasi suaugę asmenys, augę priklausomų nuo psichoaktyviųjų medžiagų tėvų šeimose), savitarpio paramos organizaciją SAV (Suaugę alkoholikų vaikai) bei tiriamųjų rekomendacijas. Prieš pradedant pildyti tyrimo anketą, dalyviams buvo pateiktas informuotas sutikimas. Tyrimo dalyviai buvo supažindinti su tyrimo tikslu, duomenų analizės, pateikimo ir saugojimo ypatumais, pasitraukimo galimybe; gautas informuotas sutikimas. Tiriamieji bet kuriuo metu galėjo nutraukti dalyvavimą tyrime.

Tyrime sutiko dalyvauti 89 asmenys, kurių duomenys buvo įtraukti į analizę, vienas asmuo tyrime dalyvauti atsisakė. Tiriamųjų amžius svyravo nuo 18 iki 74 metų, amžiaus vidurkis – 43,67 metų ($SD = 13,58$).

Didžiąją dalį tiriamųjų sudarė moterys (68,5 %), vyrai sudarė 31,5 %. Dauguma dalyvių buvo vedę / ištekęję arba gyvenantys partnerystėje (50,6 %), 28,1 % buvo nevedę / netekėjusios, 15,7 % – išsiskyrę, o 5,6 % – našliai.

Pagal išsilavinimą didžiausią dalį sudarė aukštąjį universitetinį išsilavinimą turintys asmenys (46,1 %), taip pat dalis turėjo vidurinį (15,7 %), profesinį (13,5 %) ar aukštąjį koleginių išsilavinimą (13,5 %), mažesnę dalis – pagrindinį (9,0 %) ar aukštesnįjį išsilavinimą (2,2 %).

2.2 Instrumentai

Tyrimo instrumentų rinkinį sudarė Depresijos, nerimo ir streso skalė (DASS-21), Gyvenimo prasmės klausimynas (MLQ), Pasitenkinimo gyvenimu skalė (SWLS) ir sociodemografinių duomenų anketa. Toliau pateikiame tyrime taikytų skalių aprašymus ir psichometrinės charakteristikas.

Depresijos, nerimo ir streso skalė (angl. Depression, Anxiety and Stress Scales, DASS-21; Lovibond ir Lovibond, 1995).

DASS-21 yra trumpoji skalės versija. Naudojome depresijos, nerimo ir streso subskales, kuriose yra po 7 teiginius. Depresijos skale vertinami depresijai būdingi požymiai, apimant disforiją, beviltiškumą, gyvenimo ir savęs nuvertinimą, susidomėjimo trūkumą (pvz., „Aš sunkiai patiriu teigiamus jausmus“). Nerimo subskale įvertinamas autonominis sužadinimas, situacinis nerimas,

subjektyvus nerimo patyrimas (pvz., „Man dažnai džiūva burna“), streso subskalė yra jautri chroniškam nespecifiniam susijaudinimo lygiui ir padeda įvertinti sunkumus atsipalaiduojant, nervinį susijaudinimą, staigų nuliūdimą, irzlumą bei per didelį reaktyvumą ar nekantrumą (pvz., „Buvo sunku atsipalaiduoti“). Respondentų prašyta pagal 4 balų Likert tipo skalę įvertinti, kiek kiekvienas teiginys jiems buvo būdingas per pastarąjį mėnesį (nuo 0 – „beveik niekada“ iki 3 – „beveik visada“). Didesnė gauta subskalės balų suma rodo ryškesnius depresijos, nerimo ar streso požymius. Autoriai leidžia naudoti savo sukurtą skalę moksliniuose tyrimuose ir dalijasi jau atliktais vertimais, tarp jų ir į lietuvių kalbą.

DASS-21 klausimyno vidinis suderinamumas buvo įvertintas jo autorių Cronbacho alfa koeficientais:

- Bendra skalė – $\alpha = 0.93$,
- Depresijos subskalė – $\alpha = 0.88$,
- Nerimo subskalė – $\alpha = 0.82$,
- Streso subskalė – $\alpha = 0.90$ (Lovibond ir Lovibond, 1995).

Šie rodikliai rodo aukštą patikimumą, ypač streso ir depresijos subskalėse.

Šioje imtyje Cronbacho $\alpha = 0,947$. Skalės teiginius autoriai suskirstė į tris subskales, kurių patikimumas šioje imtyje varijavo nuo 0,862 iki 0,907 (žr. 1 lentelę).

Atsižvelgiant į pradinio CFA modelio tinkamumo rodiklius, buvo atliktos minimalios, teoriškai pagrįstos korekcijos, remiantis modifikacijų indeksais. Korekcijos buvo taikomos tik tarp semantiškai artimų tos pačios subskalės teiginių paklaidų, nekeičiant teorinės DASS-21 struktūros. Po korekcijų trijų koreliuotų faktorių modelis parodė pakankamą atitikimą duomenims.

Trijų faktorių struktūrai patikrinti buvo taikyta patvirtinamoji faktorinė analizė. Gauti rezultatai parodė pakankamą trijų koreliuotų faktorių modelio atitikimą duomenims ($\chi^2 = 266,22$, $df = 177$, $p < 0,001$; CFI = 0,920; TLI = 0,905; RMSEA = 0,075). Tai leidžia teigti, kad klausimynas pasižymi tinkamu konstrukto validumu.

1 lentelė. DASS-21 skalės ir jos subskalių patikimumo įverčiai

Skalė	Teiginių skaičius	Cronbacho α
DASS-21	21	0,947
Depresijos subskalė	7	0,907
Nerimo subskalė	7	0,862
Streso subskalė	7	0,871

Pastaba. α – Cronbacho alfa koeficientas.

Pasitenkinimo gyvenimu skalė (Satisfaction With Life Scale, SWLS) (Diener et al., 1985)

Tyrimui buvo pasirinkta Pasitenkinimo gyvenimu skalė (SWLS), kurią sudaro 5 teiginiai. Ši skalė skirta įvertinti bendrą subjektyvų individo pasitenkinimą savo gyvenimu, remiantis asmeniniu vertinimu, tačiau neatsižvelgiant į konkrečias gyvenimo sritis, tokias kaip ekonominė gerovė ar sveikata.

Visi šios skalės teiginiai vertinami 7 balų Likerto tipo skalėje, kur 1 – „visiškai nesutinku“, 2 – „nesutinku“, 3 – „šiek tiek nesutinku“, 4 – „nei sutinku, nei nesutinku“, 5 – „šiek tiek sutinku“, 6 – „sutinku“, o 7 – „visiškai sutinku“.

Atsakymai sumuojami, o didesnis balas rodo aukštesnį pasitenkinimą gyvenimu. Skalės balų intervalas svyruoja nuo 5 iki 35, kur aukštesni įverčiai rodo didesnį pasitenkinimą gyvenimu. Teiginio pavyzdys: „Daugeliu atžvilgiu mano gyvenimas buvo artimas mano idealui“.

Klausimynas yra prieinamas naudoti be papildomo leidimo iš autorių. Pasitenkinimo gyvenimu skalė buvo išversta į lietuvių kalbą ir redaguota L. Gustainienės. Tyrime buvo naudojama L. Gustainienės atlikta vertimo iš anglų į lietuvių kalbą versiją.

Autoriai pateikia gautą skalės patikimumą, kai Cronbacho alfa lygi 0,87, o tyrimuose koreliacijos tarp klausimų svyravo tarp 0.80–0.89, kas rodo geras psichometrinės savybes (Pavot ir Diener, 1993). Test-retest patikimumas per ketverius metus siekė 0.54, kas rodo priimtina stabilumą ir jautrumą pokyčiams (Diener et al., 1985).

Šioje imtyje skalės vidinis suderintumas, įvertintas Cronbacho alfa koeficientu, buvo $\alpha = 0,904$. SWLS vieno faktoriaus modelio tinkamumas buvo vertinamas taikant patvirtinamąjį faktorių analizę. Gauti rezultatai parodė gerą modelio atitikimą duomenims ($\chi^2 = 9,52$ df = 5, $p = 0,09$; CFI = 0,975; TLI = 0,951; RMSEA = 0,101). Nors RMSEA reikšmė yra didesnė nei rekomenduojama, šis rodiklis vertintinas atsargiai dėl mažo laisvės laipsnių skaičiaus ir vienfaktorinės modelio struktūros,

kadangi tokiais atvejais RMSEA gali pervertinti modelio neatitikimą (Kenny, Kaniskan ir McCoach, 2015). Atsižvelgiant į kitus tinkamumo rodiklius, modelis laikytinas pakankamai gerai atitinkančiu duomenis, todėl galima teigti, kad Pasitenkinimo gyvenimu skalė pasižymi pakankamu konstrukto validumu tiriamoje imtyje.

Gyvenimo prasmės klausimynas (Meaning in Life Questionnaire, MLQ) (Steger et al., 2006)

Tyrimui buvo pasirinktas Gyvenimo prasmės klausimynas (MLQ), kurį sukūrė Steger, Frazier, Oishi ir Kaler (2006). Šis klausimynas skirtas įvertinti gyvenimo prasmės suvokimą bei asmenines pastangas ieškoti prasmės.

Klausimyną sudaro 10 teiginių, kurie pasiskirsto į dvi subskales:

Gyvenimo prasmės buvimo suvokimas (Presence of Meaning) – vertina, kiek žmogus jaučia, kad jo gyvenimas yra prasmingas („Aš suprantu savo gyvenimo prasmę“).

Gyvenimo prasmės ieškojimas (Search for Meaning) – nustato, kaip aktyviai žmogus ieško gyvenimo prasmės ir gilesnio jos supratimo („Aš visada ieškau to, kas mano gyvenimą padarytų prasmingą“).

Visi teiginiai vertinami septyniabalėje Likert'o skalėje nuo „Visiškai neteisinga“ (1) iki „Visiškai teisinga“ (7). Abiejų MLQ subskalių rezultatai buvo interpretuoti kaip intervaliniai kintamieji. Balai buvo sumuojami - kiekvienos subskalės balų intervalas svyravo nuo 5 iki 35, kuomet didesnis balas reiškė stipresnį gyvenimo prasmės patyrimą ar aktyvesnį jos ieškojimą. Svarbu paminėti, kad prieš skaičiuojant gyvenimo prasmės buvimo suvokimo subskalės balą, 9-asis teiginys buvo perkoduotas atvirkštine kryptimi.

MLQ yra laisvai prieinamas moksliniams tyrimams, jei yra nurodomi jo autoriai (Steger et al., 2006). Oficialiame autorių internetiniame puslapyje yra pateiktas ir vertimas į lietuvių kalbą. Vertimą atliko Monika Gerdauskaitė. Tyrime buvo naudojama ši vertimo versija.

MLQ klausimynas yra laisvai prieinamas, autoriai leidžia naudoti moksliniams tikslams.

MLQ klausimynas pasižymi geromis psichometrinėmis savybėmis. Jo vidinis suderinamumas, įvertintas Cronbacho alfa koeficientais, rodo gerą patikimumą:

- Gyvenimo prasmės buvimo suvokimo subskalė – $\alpha = 0.86$
- Gyvenimo prasmės ieškojimo subskalė – $\alpha = 0.87$ (Steger et al., 2006).

Šioje imtyje subskalių vidinis suderinamumas, įvertintas Cronbacho alfa koeficientais, buvo $\alpha = 0,874$ (gyvenimo prasmės buvimo suvokimo subskalė) ir $\alpha = 0,914$ (gyvenimo prasmės ieškojimo subskalė).

MLQ konstrukto validumui įvertinti buvo taikyta patvirtinančioji faktorių analizė, tikrinant dviejų koreliuotų faktorių modelį, atitinkantį teorinę klausimyno struktūrą. Atsižvelgiant į pradinio modelio tinkamumo rodiklius ir modifikacijų indeksus, buvo atliktos minimalios, teoriškai pagrįstos korekcijos, leidžiant kai kuriems teiginiams turėti ryšį su kitu faktoriumi. Tokios korekcijos laikomos pagrįstomis tais atvejais, kai teiginiai yra semantiškai artimi, o nagrinėjami konstruktai tarpusavyje susiję (Brown, 2015). Taip pat pažymėtina, kad MLQ dimensijos (gyvenimo prasmės buvimo suvokimas ir gyvenimo prasmės ieškojimas) literatūroje apibūdinamos kaip tarpusavyje susijusios, todėl jų empirinė diferenciacija gali būti sudėtingesnė (Steger et al., 2006). Po korekcijų modelio tinkamumo rodikliai pagerėjo ir parodė pakankamą modelio atitikimą duomenims ($\chi^2 = 46,47$, $df = 32$, $p = 0,047$; CFI = 0,961; TLI = 0,945; RMSEA = 0,071). Tai leidžia teigti, kad Gyvenimo prasmės klausimynas pasižymi tinkamu konstrukto validumu tiriamoje imtyje.

Sociodemografinės tyrimo dalyvių charakteristikos. Tyrime dalyviai pateikė savo sociodemografinius duomenis. Anketoje buvo atskira dalis, skirta šiems duomenims rinkti, kurioje dalyviai nurodė savo lytį (vyras; moteris; kita; nenoriu nurodyti), šeiminę padėtį (vedęs / ištekęsusi ar partnerystėje; nevedęs / netekęsusi; išsiskyręs / išsiskyrusi; našlys / našlė), išsilavinimą (pagrindinis; vidurinis; profesinis; aukštesnysis; aukštasis koleginis; aukštasis universitetinis), dabartinę veiklą (dirba; studijuoja; dirba ir studijuoja; nedirba ir nestudijuoja; yra motinystės / tėvystės atostogose; kita) bei amžių.

2.3. Tyrimo eiga

Duomenų rinkimui parengta internetinė apklausa „Microsoft Forms“ platformoje. Tyrimo duomenys rinkti 2025 m. liepos mėn. – 2025 m. lapkričio mėn. Į tyrimą netikimybinės tikslingosios ir patogiosios atrankos būdu, taikant „sniego gniūžtės“ principą buvo kviečiami dalyvauti suaugę asmenys nuo 18 metų, užaugę šeimose, kuriose bent vienas iš tėvų turėjo priklausomybę nuo psichoaktyviųjų medžiagų. Tiriamieji buvo kviečiami dalyvauti per socialinius tinklus (pvz., „Facebook“ grupes, kuriose renkasi suaugę asmenys, augę priklausomų nuo psichoaktyviųjų medžiagų tėvų šeimose), savitarpio paramos organizaciją SAV (Suaugę alkoholikų vaikai) bei tiriamųjų rekomendacijas.

Prieš pradėdant dalyvauti tyrime, pirmame apklausos puslapyje dalyviams buvo pateikta informuoto sutikimo forma, kurioje pateikta esminė informacija apie tyrimo temą, tikslus, eigą, duomenų konfidencialumą ir anonimiškumo užtikrinimą, taip pat nurodyta galimybė bet kuriuo metu savanoriškai nutraukti dalyvavimą bei numatoma tyrimo trukmė. Atsižvelgiant į galimą emocinį poveikį, buvo pateikta informacija apie pagalbos sau šaltinius, tokius kaip Al-Anon (savitarpio

pagalbos grupės priklausomų asmenų artimiesiems), SAV (pagalbos organizacija Lietuvoje) ir emocinės paramos linijas (Jaunimo linija, Moterų linija, Vyrų linija), į kurias dalyviai galėtų kreiptis prireikus pagalbos.

2.4. Duomenų apdorojimas

Duomenų analizei buvo naudojama statistinės analizės programa „IBM SPSS Statistics 30“, aprašomajai statistikai apskaičiuoti ir tiriamųjų pasiskirstymui pagal sociodemografinius rodiklius įvertinti buvo taikomos dažnių skaičiavimo funkcijos.

Statistinis reikšmingumas buvo vertinamas taikant 0,05 reikšmingumo lygmenį ($\alpha = 0,05$).

Duomenų normalumo prielaidai tikrinti buvo naudojamas Šapiro–Vilko kriterijus. Taip pat buvo vertinami asimetrijos (angl. *skewness*) ir eksceso (angl. *kurtosis*) koeficientai. Nustačius, kad dalies kintamųjų pasiskirstymas atitinka normaliojo skirstinio prielaidas, o dalies - nuo jo nukrypsta, kintamųjų tarpusavio ryšiams įvertinti buvo taikomi tiek Pirsono, tiek Spirmeno koreliacijos koeficientai, atsižvelgiant į konkrečių kintamųjų pasiskirstymo pobūdį. Koreliacijų stiprumas buvo interpretuojamas pagal Čekanavičiaus ir Murausko (2014) pateiktą koreliacijų klasifikaciją (žr. 2 lentelę).

2 lentelė. Koreliacinio ryšio stiprumo klasifikacija (Čekanavičius ir Murauskas, 2014)

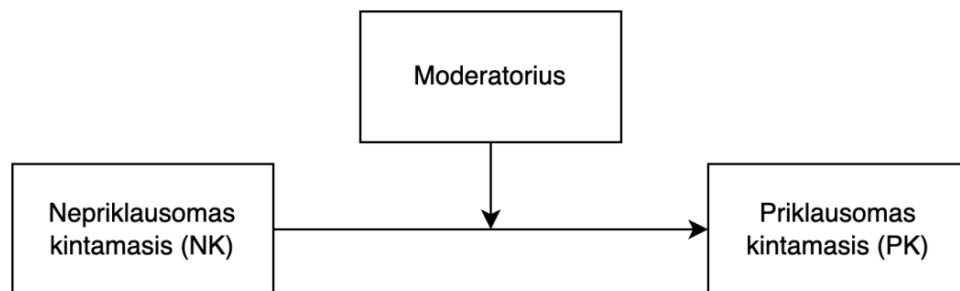
Koreliacijos stiprumo lygis	Koreliacijos reikšmė (r)
Labai silpna koreliacija	$r < 0,3$
Silpna koreliacija	$0,3 \leq r < 0,5$
Vidutinė koreliacija	$0,5 \leq r < 0,7$
Stipri koreliacija	$0,7 \leq r < 0,9$
Labai stipri koreliacija	$0,9 \leq r \leq 1$

Pastaba. Koreliacijos stiprumas interpretuojamas pagal absoliučią koreliacijos koeficiento reikšmę.

Nors depresijos, streso ir pasitenkinimo gyvenimu kintamųjų pasiskirstymas, vertinant pagal Šapiro–Vilko kriterijų, kai kuriuose vyrų ir moterų grupėse statistiškai reikšmingai skyrėsi nuo normaliojo (žr. 2 priedą), asimetrijos ir eksceso koeficientai neviršijo priimtinių ribų. Atsižvelgiant į tai, kad Šapiro–Vilko kriterijus yra jautrus didesnėse imtyse, o Stjudento t testas laikomas pakankamai atspariu normalumo prielaidų nuokrypiams, skirtumams tarp lyčių nustatyti buvo taikytas parametrinis kriterijus - Stjudento t testas.

Tyrime naudotų skalių ir jų subskalių vidiniam suderinamumui įvertinti buvo skaičiuojamas Cronbach α koeficientas, o konstrukto validumui įvertinti buvo taikyta patvirtinamoji faktorinė analizė.

Moderacijos modeliai buvo tikrinti naudojant PROCESS makro įskiepį (4.2 versija), sukurtą Andrew F. Hayes - ši versija yra laisvai prieinama internetu ir leidimo ją naudoti nereikia. Moderacinė analizė buvo grindžiama moderacijos modelio schema (žr. 1 pav.).



1 pav. Moderacinio modelio schema

3. TYRIMO REZULTATAI

3.1. Suaugusių priklausomų tėvų vaikų psichikos sveikatos sunkumų, gyvenimo prasmės ir pasitenkinimo gyvenimu rodikliai ir jų palyginimas pagal lytį

Psichikos sveikatos sunkumų (depresijos, nerimo ir streso) vidurkiai ir standartiniai nuokrypiai suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje pateikti 3 lentelėje. Kadangi DASS-21 skalės normų Lietuvos gyventojams nėra, psichikos sveikatos sunkumų išreikštumas buvo vertinamas remiantis atskirų subskalių įverčiais, atsižvelgiant į galimą jų kitimo intervalą (nuo 0 iki 21). Nustatyta, kad tiriamųjų depresijos ($M = 12,10$, $SD = 5,57$), nerimo ($M = 10,19$, $SD = 4,73$) ir streso ($M = 14,52$, $SD = 4,69$) rodikliai gali būti vertinami kaip artimi vidutiniam psichikos sveikatos sunkumų išreikštumui.

Siekiant palyginti šių rodiklių išreikštumą moterų ir vyrų grupėse, buvo taikytas Stjudento t testas nepriklausomoms imtims. Iš 3 lentelės matyti, kad statistiškai reikšmingų skirtumų tarp moterų ir vyrų pagal depresijai ($t(87) = -0,29$, $p = 0,771$), nerimui ($t(87) = 1,14$, $p = 0,257$) būdingų požymių išreikštumą ir patiriamo streso stiprumą ($t(87) = 0,43$, $p = 0,671$) nenustatyta. Tai rodo, kad vyrų ir moterų, turėjusių priklausomus tėvus, patiriami psichikos sveikatos sunkumai reikšmingai nesiskiria (skirtumų tarp moterų ir vyrų pagal depresijos, nerimo ir streso išreikštumą nenustatyta).

3 lentelė. Psichikos sveikatos sunkumų rodiklių palyginimas suaugusių priklausomų tėvų vaikų grupėje pagal lytį

	Bendra imtis (n=89)		Moterys (n=61)		Vyrų (n=28)		Skirtumai tarp lyčių		
	M	SD	M	SD	M	SD	t	df	p
Depresijos subskalė (DASS-21)	12,10	5,57	11,98	5,43	12,36	5,96	-0,29	87	0,771
Nerimo subskalė (DASS-21)	10,19	4,73	10,57	4,93	9,36	4,02	1,14	87	0,257
Streso subskalė (DASS-21)	14,52	4,69	14,66	4,69	14,21	4,18	0,43	87	0,671

Pastaba. M – vidurkis, SD – standartiniai nuokrypiai, t – testo koeficientas, df – laisvės laipsniai, p – reikšmingumo lygmuo.

Gyvenimo prasmės (prasmės buvimo suvokimo ir prasmės ieškojimo) vidurkiai ir standartiniai nuokrypiai suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje pateikti 4 lentelėje. Siekiant palyginti šių rodiklių išreikštumą moterų ir vyrų grupėse, buvo taikytas Stjudento t testas nepriklausomoms imtims. Iš 4 lentelės matyti, kad statistiškai reikšmingų skirtumų tarp moterų ir vyrų pagal gyvenimo prasmės buvimo suvokimo išreikštumą nebuvo nustatyta ($t(87) = 0,72$, $p = 0,476$), tačiau nustatytas statistiškai reikšmingas skirtumas pagal gyvenimo prasmės ieškojimo išreikštumą ($t(87) = 3,62$, $p < 0,001$). Moterų grupei būdingas didesnis gyvenimo prasmės ieškojimo išreikštumas ($M = 22,90$, $SD = 6,35$), palyginti su vyrų grupe ($M = 18,00$, $SD = 4,88$). Tai rodo, kad moterys, turėjusios priklausomus tėvus, linkusios gyvenimo prasmės ieškoti aktyviau, nei vyrai.

4 lentelė. Gyvenimo prasmės (prasmės buvimo suvokimo ir prasmės ieškojimo) rodiklių palyginimas suaugusių priklausomų tėvų vaikų grupėje pagal lytį

	Bendra imtis (N = 89)		Moterys (n = 61)		Vyrų (n = 28)		Skirtumai tarp lyčių		
	M	SD	M	SD	M	SD	t	df	p
Gyvenimo prasmės buvimo suvokimas (MLQ)	21,94	6,51	22,28	6,81	21,21	5,81	0,72	87	0,476
Gyvenimo prasmės ieškojimas (MLQ)	21,36	6,02	22,90	6,35	18,00	4,88	3,62	87	<0,001

Pastaba. M – vidurkis, SD – standartiniai nuokrypiai, t – testo koeficientas, df – laisvės laipsniai, p – reikšmingumo lygmuo.

Pasitenkinimo gyvenimu vidurkiai ir standartiniai nuokrypiai suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje pateikti 5 lentelėje. Siekiant palyginti šio rodiklio išreikštumą moterų ir vyrų grupėse, buvo taikytas Stjudento t testas nepriklausomoms imtims. Iš 5 lentelės matyti, kad statistiškai reikšmingų skirtumų tarp moterų ir vyrų nenustatyta ($t(87) = 1,40$, $p = 0,165$). Tai rodo, kad vyrų ir moterų pasitenkinimas gyvenimu tiriamoje imtyje nesiskiria.

5 lentelė. Pasitenkinimo gyvenimu rodiklių palyginimas suaugusių priklausomų tėvų vaikų grupėje pagal lytį

	Bendra imtis (N = 89)		Moterys (n = 61)		Vyrų (n = 28)		Skirtumai tarp lyčių		
	M	SD	M	SD	M	SD	t	df	p
Pasitenkinimo gyvenimu skalė (SWLS)	18,42	6,73	19,08	6,40	16,96	7,10	1,40	87	0,165

Pastaba. M – vidurkis, SD – standartiniai nuokrypiai, t – testo koeficientas, df – laisvės laipsniai, p – reikšmingumo lygmuo.

Nors analizuojant visų trijų reiškinių rodiklius pagal lytį pastebimi tam tikri skirtumai, tolimesnėje analizėje naudojami visų tiriamųjų duomenys.

3.2. Suaugusių priklausomų tėvų vaikų psichikos sveikatos sunkumų, pasitenkinimo gyvenimu ir gyvenimo prasmės sąsajos

Atsižvelgiant į kintamųjų pasiskirstymą, kintamųjų tarpusavio ryšiams įvertinti buvo taikomi Pirsono ir Spirmeno koreliacijos koeficientai: Pirsono koreliacija naudota tarp normaliai pasiskirsčiusių kintamųjų, o Spirmeno - tais atvejais, kai bent vienas kintamasis neatitiko normaliojo skirstinio prielaidų (žr. 3 priedą).

Siekiant įvertinti sąsajas tarp psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje, buvo taikytas Spirmeno koreliacijos koeficientas. Kaip matyti iš 6 lentelės, nustatytos statistiškai reikšmingos neigiamos sąsajos tarp visų tirtų psichikos sveikatos sunkumų rodiklių ir pasitenkinimo gyvenimu. Depresijos subskalės įverčiai buvo vidutiniu stiprumu neigiamai susiję su pasitenkinimu gyvenimu ($r_s = -0,63$, $p < 0,001$), rodydami, kad didesnis depresijos lygis siejasi su mažesniu pasitenkinimu gyvenimu. Taip pat nustatyta, kad didesni nerimo ($r_s = -0,42$, $p < 0,001$) ir streso ($r_s = -0,40$, $p < 0,001$) įverčiai yra silpnai susiję su mažesniu pasitenkinimu gyvenimu.

Tai rodo, kad didesni psichikos sveikatos sunkumai yra susiję su mažesniu pasitenkinimu gyvenimu suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje. Taigi pirmoji hipotezė pasitvirtino.

6 lentelė. Psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu sąsajos suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje

Kintamieji	Pasitenkinimas gyvenimu
Depresijos subskalė (DASS-21)	-0,63**
Nerimo subskalė (DASS-21)	-0,42**
Streso subskalė (DASS-21)	-0,40**

Pastaba. Pateikiami Spirmeno koreliacijos koeficientai. * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$.

Siekiant įvertinti sąsajas tarp psichikos sveikatos sunkumų ir gyvenimo prasmės buvimo suvokimo suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje, buvo taikomi Pirsono ir Spirmeno koreliacijos koeficientai. Kaip matyti iš 7 lentelės, nustatytos statistiškai reikšmingos neigiamos sąsajos tarp visų tirtų psichikos sveikatos sunkumų rodiklių ir gyvenimo prasmės buvimo suvokimo. Depresijos subskalės įverčiai buvo neigiamai vidutiniu stiprumu susiję su gyvenimo prasmės buvimo suvokimu ($r_s = -0,64$, $p < 0,001$), rodydami, kad didesnis depresijos lygis siejasi su silpnesniu gyvenimo prasmės buvimo suvokimu. Taip pat nustatyta, kad didesni nerimo ($r = -0,34$, $p = 0,001$) ir streso (r_s

= -0,39, $p < 0,001$) įverčiai yra silpnai neigiamai susiję su gyvenimo prasmės buvimo suvokimu, t. y. didesnis nerimo ar streso lygis siejasi su silpnesniu gyvenimo prasmės buvimo suvokimu.

Tai rodo, kad didesni psichikos sveikatos sunkumai yra susiję su silpnesniu gyvenimo prasmės buvimo suvokimu suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje. Taigi antroji hipotezė, teigianti, kad suaugusių priklausomų tėvų vaikų depresija, nerimas ir stresas bus susiję su gyvenimo prasmės buvimo suvokimu, pasitvirtino.

7 lentelė. Psichikos sveikatos sunkumų ir gyvenimo prasmės buvimo suvokimo sąsajos suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje

Kintamieji	Gyvenimo prasmės buvimo suvokimas
Depresijos subskalė (DASS-21)	-0,64** ^a
Nerimo subskalė (DASS-21)	-0,34** ^b
Streso subskalė (DASS-21)	-0,39** ^a

Pastaba. ^a – Spirmeno koreliacijos koeficientas; ^b – Pirsono koreliacijos koeficientas; * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$.

Siekiant įvertinti sąsajas tarp psichikos sveikatos sunkumų ir gyvenimo prasmės ieškojimo suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje, buvo taikomi Pirsono ir Spirmeno koreliacijos koeficientai. Kaip matyti iš 8 lentelės, depresijos subskalės įverčiai buvo labai silpnu stiprumu neigiamai susiję su gyvenimo prasmės ieškojimu ($r_s = -0,29$, $p = 0,006$), rodydami, kad aukštesnis depresijos lygis siejasi su silpnesniu gyvenimo prasmės ieškojimo išreikštumu. Taip pat nustatyta, kad didesni streso įverčiai yra labai silpnai neigiamai susiję su žemesniu gyvenimo prasmės ieškojimu ($r_s = -0,28$, $p = 0,009$), tuo tarpu nerimo įverčių ir gyvenimo prasmės ieškojimo sąsaja nebuvo statistiškai reikšminga ($r = -0,13$, $p = 0,212$).

Antroji hipotezė, teigianti, kad suaugusių priklausomų tėvų vaikų depresija, nerimas ir stresas bus susiję su gyvenimo prasmės ieškojimu, pasitvirtino iš dalies. Didesni depresijos ir streso įverčiai siejosi su žemesniu gyvenimo prasmės ieškojimu suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje, o tarp nerimo ir gyvenimo prasmės ieškojimo statistiškai reikšmingų sąsajų nenustatyta.

8 lentelė. Psichikos sveikatos sunkumų ir gyvenimo prasmės ieškojimo sąsajos suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje

Kintamieji	Gyvenimo prasmės ieškojimas
Depresijos subskalė (DASS-21)	-0,29 ^{**a}
Nerimo subskalė (DASS-21)	-0,13 ^b
Streso subskalė (DASS-21)	-0,28 ^{**a}

Pastaba. ^a – Spirmeno koreliacijos koeficientas; ^b – Pirsono koreliacijos koeficientas; * $p < 0,05$;

^{**} $p < 0,01$.

3.3. Gyvenimo prasmės moderuojantis vaidmuo psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje

3.3.1. *Gyvenimo prasmės buvimo suvokimo moderuojantis vaidmuo psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje*

Pirmiausia buvo analizuotas gyvenimo prasmės buvimo suvokimo moderuojantis vaidmuo depresijos ir pasitenkinimo gyvenimu ryšiui suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje (žr. 9 lentelę). Nustatyta, kad gyvenimo prasmės buvimo suvokimas depresijos ir pasitenkinimo gyvenimu ryšio nemoderuoja ($b = 0,00$, $p = 0,722$).

9 lentelė. Depresijos ir gyvenimo prasmės buvimo suvokimo sąveikos efektas prognozuojant pasitenkinimą gyvenimu

	B	SE	T	p	LLCI	ULCI
Konstanta	13,21	4,94	2,67	0,009	3,39	23,03
Depresija (DASS-21)	-0,48	0,30	-1,63	0,107	-1,07	0,11
Gyvenimo prasmės buvimo suvokimas (MLQ)	0,45	0,19	2,38	0,019	0,07	0,83
Sąveika (Depresija × gyvenimo prasmės buvimo suvokimas)	0,00	0,01	0,36	0,722	-0,02	0,03

Pastaba. B – nestandartizuoti regresijos koeficientai; SE – standartinė paklaida; t – testo statistika; p – reikšmingumo lygmuo; LLCI ir ULCI – 95 % pasikliautinio intervalo apatinė ir viršutinė ribos.

Buvo analizuotas gyvenimo prasmės buvimo suvokimo moderuojantis vaidmuo nerimo ir pasitenkinimo gyvenimu ryšiui suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje (žr. 10 lentelę). Nustatyta, kad gyvenimo prasmės buvimo suvokimas nerimo ir pasitenkinimo gyvenimu ryšio nemoderuoja ($b = 0,01$, $p = 0,588$).

10 lentelė. Nerimo ir gyvenimo prasmės buvimo suvokimo sąveikos efektas prognozuojant pasitenkinimą gyvenimu

	B	SE	T	p	LLCI	ULCI
Konstanta	8,69	4,68	1,86	0,067	-0,61	17,99
Nerimas (DASS-21)	-0,45	0,37	-1,23	0,223	-1,18	0,28
Gyvenimo prasmės buvimo suvokimas (MLQ)	0,56	0,20	2,87	0,005	0,17	0,96
Nerimas × gyvenimo prasmės buvimo suvokimas	0,01	0,02	0,54	0,588	-0,02	0,04

Pastaba. B – nestandartizuoti regresijos koeficientai; SE – standartinė paklaida; t – testo statistika; p – reikšmingumo lygmuo; LLCI ir ULCI – 95 % pasikliautinio intervalo apatinė ir viršutinė ribos.

Buvo analizuotas gyvenimo prasmės buvimo suvokimo moderuojantis vaidmuo streso ir pasitenkinimo gyvenimu ryšiui suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje (žr. 11 lentelę). Nustatyta, kad gyvenimo prasmės buvimo suvokimas streso ir pasitenkinimo gyvenimu ryšio nemoderuoja ($b = 0,03$, $p = 0,142$).

11 lentelė. Streso ir gyvenimo prasmės buvimo suvokimo sąveikos efektas prognozuojant pasitenkinimą gyvenimu

	B	SE	T	p	LLCI	ULCI
Konstanta	16,26	6,88	2,36	0,020	2,58	29,94
Stresas (DASS-21)	-0,81	0,41	-1,97	0,052	-1,62	0,01
Gyvenimo prasmės buvimo suvokimas (MLQ)	0,28	0,28	1,01	0,317	-0,27	0,83
Stresas × gyvenimo prasmės buvimo suvokimas	0,03	0,02	1,48	0,142	-0,01	0,06

Pastaba. B – nestandartizuoti regresijos koeficientai; SE – standartinė paklaida; t – testo statistika; p – reikšmingumo lygmuo; LLCI ir ULCI – 95 % pasikliautinio intervalo apatinė ir viršutinė ribos.

Taigi, apibendrinant gautus rezultatus, galima teigti, kad trečioji hipotezė (H3a), teigianti, kad gyvenimo prasmės buvimo suvokimas moderuos suaugusių priklausomų tėvų vaikų patiriamų psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšį, nepasitvirtino.

3.3.2. *Gyvenimo prasmės ieškojimo moderuojantis vaidmuo psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje*

Buvo analizuotas gyvenimo prasmės ieškojimo moderuojantis vaidmuo depresijos ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje (žr. 12 lentelę). Nustatyta, kad gyvenimo prasmės ieškojimas depresijos ir pasitenkinimo gyvenimu ryšio nemoderuoja ($b = 0,03$, $p = 0,061$).

12 lentelė. Depresijos ir gyvenimo prasmės ieškojimo sąveikos efektas prognozuojant pasitenkinimą gyvenimu

	B	SE	T	p	LLCI	ULCI
Konstanta	26,29	4,32	6,08	<0,001	17,69	34,89
Depresija (DASS-21)	-1,17	0,29	-4,07	<0,001	-1,75	-0,60
Gyvenimo prasmės ieškojimas (MLQ)	-0,01	0,19	-0,03	0,975	-0,38	0,37
Depresija × gyvenimo prasmės ieškojimas	0,03	0,01	1,90	0,061	-0,00	0,05

Pastaba. B – nestandartizuoti regresijos koeficientai; SE – standartinė paklaida; t – testo statistika; p – reikšmingumo lygmuo; LLCI ir ULCI – 95 % pasikliautinio intervalo apatinė ir viršutinė ribos.

Buvo analizuotas gyvenimo prasmės ieškojimo moderuojantis vaidmuo nerimo ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje. Nustatyta, jog gyvenimo prasmės ieškojimas statistiškai reikšmingai moderuoja ryšį tarp nerimo ir pasitenkinimo gyvenimu ($p < 0,001$) (žr. 4 priedą). Modelis paaiškina apie 45 % duomenų sklaidos ($R^2 = 0,446$). Taip pat nustatyta, kad ryšys tarp nerimo ir pasitenkinimo gyvenimu priklauso nuo gyvenimo prasmės ieškojimo lygmens. Rezultatai parodė, jog statistiškai reikšmingas nerimo ir pasitenkinimo gyvenimu ryšys pasireiškia esant žemam ir vidutiniam gyvenimo prasmės ieškojimo lygiui ($p < 0,001$), o esant aukštam gyvenimo prasmės ieškojimo lygiui šis ryšys nėra statistiškai reikšmingas ($p = 0,836$) (žr. 13 lentelę). Tai reiškia, kad asmenims, kurie mažai arba vidutiniškai ieško gyvenimo prasmės, didesnis nerimas yra susijęs su mažesniu pasitenkinimu gyvenimu. Tačiau asmenims, kurie aktyviai ieško gyvenimo prasmės, nerimo ir pasitenkinimo gyvenimu ryšys nėra reikšmingas.

13 lentelė. Gyvenimo prasmės ieškojimo moderacinis vaidmuo nerimo ir pasitenkinimo gyvenimu ryšiui

Gyvenimo prasmės ieškojimas	Efektas	SE	T	p	LLCI	ULCI
15,00	-0,97	0,17	-5,70	<0,001	-1,31	-0,63
21,00	-0,56	0,12	-4,75	<0,001	-0,79	-0,32
28,60	-0,03	0,17	-0,21	0,836	-0,36	0,29

Pastaba. SE – standartinė paklaida; t – testo statistika; p – reikšmingumo lygmuo; LLCI ir ULCI – 95% pasikliautinio intervalo apatinė ir viršutinė ribos. Gyvenimo prasmės ieškojimo reikšmės atitinka 16-ąjį, 50-ąjį ir 84-ąjį procentilius.

Buvo analizuotas gyvenimo prasmės ieškojimo moderuojantis vaidmuo streso ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje. Nustatyta, jog gyvenimo prasmės ieškojimas statistiškai reikšmingai moderuoja ryšį tarp streso ir pasitenkinimo gyvenimu ($p < 0,001$) (žr. 5 priedą). Modelis paaiškina apie 42 % duomenų sklaidos ($R^2 = 0,417$). Taip pat nustatyta, kad ryšys tarp streso ir pasitenkinimo gyvenimu priklauso nuo gyvenimo prasmės ieškojimo lygmens. Rezultatai parodė, jog statistiškai reikšmingas streso ir pasitenkinimo gyvenimu ryšys pasireiškia esant žemam ir vidutiniam gyvenimo prasmės ieškojimo lygiui ($p < 0,001$), o esant aukštam gyvenimo prasmės ieškojimo lygiui šis ryšys nėra statistiškai reikšmingas ($p = 0,754$) (žr. 14 lentelę). Tai reiškia, kad žmonėms, kurie mažai arba vidutiniškai ieško gyvenimo prasmės, didesnis stresas yra susijęs su mažesniu pasitenkinimu gyvenimu. Tačiau asmenims, kurie aktyviai ieško gyvenimo prasmės, streso ir pasitenkinimo gyvenimu ryšys nėra reikšmingas.

14 lentelė. Gyvenimo prasmės ieškojimo moderacinis vaidmuo streso ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje

Gyvenimo prasmės ieškojimas	Efektas	SE	T	p	LLCI	ULCI
15,00	-0,96	0,19	-5,16	<0,001	-1,33	-0,59
21,00	-0,51	0,13	-3,96	<0,001	-0,77	-0,26
28,60	0,05	0,17	0,31	0,754	-0,29	0,40

Pastaba. SE – standartinė paklaida; t – testo statistika; p – reikšmingumo lygmuo; LLCI ir ULCI – 95 % pasikliautinio intervalo apatinė ir viršutinė ribos. Gyvenimo prasmės ieškojimo reikšmės atitinka 16-ąjį, 50-ąjį ir 84-ąjį procentilius.

Taigi, apibendrinant gautus rezultatus, galima teigti, kad trečioji hipotezė (H3b), teigianti, kad depresijos, nerimo ir streso ryšys su pasitenkinimu gyvenimu bus silpnesnis tarp tų suaugusių priklausomų tėvų vaikų, kurie aktyviau ieško gyvenimo prasmės, pasitvirtino iš dalies. Reikšmingas gyvenimo prasmės ieškojimo moderuojantis vaidmuo buvo nustatytas nerimo ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje bei streso ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje, tačiau depresijos ir pasitenkinimo gyvenimu ryšio gyvenimo prasmės ieškojimas nemoderavo. Suaugusių priklausomų tėvų vaikų, kurių gyvenimo prasmės ieškojimo išreikštumas buvo žemas arba vidutinis, didesnis nerimas ir stresas buvo susiję su mažesniu pasitenkinimu gyvenimu. Tačiau tarp aktyviai gyvenimo prasmės ieškančių asmenų nerimo ir streso ryšys su pasitenkinimu gyvenimu nebuvo reikšmingas.

4. REZULTATŲ APTARIMAS

Šio tyrimo tikslas buvo ištirti suaugusių priklausomų tėvų vaikų psichikos sveikatos sunkumų, gyvenimo prasmės ir pasitenkinimo gyvenimu sąsajas bei gyvenimo prasmės moderuojantį vaidmenį šių kintamųjų ryšyje.

Pirmiausia buvo siekiama įvertinti suaugusių priklausomų tėvų vaikų patiriamų psichikos sveikatos sunkumų (depresijos, nerimo ir streso), gyvenimo prasmės (prasmės buvimo suvokimo ir prasmės ieškojimo) bei pasitenkinimo gyvenimu išreikštumą ir palyginti šiuos rodiklius pagal lytį. Tyrimo rezultatai parodė, kad depresijos, nerimo ir streso rodikliai šioje imtyje buvo artimi vidutiniam išreikštumui. Šie duomenys dera su mokslinėje literatūroje aprašoma tendencija, kad suaugę priklausomų tėvų vaikai priklauso didesnės psichikos sveikatos sunkumų rizikos grupei (Brolin Låftman et al., 2024; Scholl et al., 2024; Romac et al., 2025). Tokius rezultatus galima aiškinti remiantis nepalankių vaikystės patirčių modeliu (angl. *adverse childhood experiences*, ACE). Asmenys, vaikystėje patyrę daugiau nepalankių patirčių, dažniau pasižymi didesniu emociniu pažeidžiamumu, mažesniu saugumo jausmu ir sunkumais kuriant stabilius santykius (Howard et al., 2023; Hughes et al., 2016). Todėl ACE modelis suteikia svarbų teorinį pagrindą aiškinant, kaip ankstyvosios nepalankios patirtys gali būti susijusios su psichikos sveikatos sunkumais suaugus.

Lyginant depresijos, nerimo ir streso išreikštumą pagal lytį, reikšmingų skirtumų tarp moterų ir vyrų nenustatyta. Tai rodo, kad tirtoje imtyje tiek moterys, tiek vyrai, augę priklausomų tėvų šeimose, patiria panašaus lygmens psichikos sveikatos sunkumus. Tai kiek netikėtas rezultatas, nes bendrojoje populiacijoje psichikos sveikatos sunkumų, pavyzdžiui, depresijos, paplitimas tarp moterų yra didesnis nei tarp vyrų (McGrath et al., 2023). Galima manyti, kad augimas priklausomų tėvų šeimoje gali būti reikšmingas rizikos veiksnys, kuris gali nustelbti psichikos sveikatos sunkumų skirtumus tarp vyrų ir moterų. Vis dėlto šią išvadą reikėtų vertinti atsargiai, nes vyrų grupė imtyje buvo sąlyginai nedidelė, o tai galėjo turėti įtakos rezultatams.

Vertinant gyvenimo prasmės rodiklius pagal lytį, nustatyta, kad moterys ir vyrai nesiskyrė pagal gyvenimo prasmės buvimo suvokimą, tačiau skyrėsi pagal gyvenimo prasmės ieškojimą. Moterys aktyviau ieškojo gyvenimo prasmės nei vyrai. Tai rodo, kad lyčių skirtumai šioje imtyje atsiskleidė ne gyvenimo prasmės buvimo suvokimo, o gyvenimo prasmės ieškojimo lygmenyje. Kitaip tariant, moterys ir vyrai panašiai vertino gyvenimo prasmės buvimą, tačiau moterims buvo būdingas aktyvesnis gyvenimo prasmės ieškojimas. Pasitenkinimas gyvenimu tarp moterų ir vyrų taip pat reikšmingai nesiskyrė. Šiuos rezultatus galima sieti su tyrimų duomenimis, atskleidžiančiais, kad moterys pasižymi aukštesniu savirefleksijos lygiu nei vyrai (Treichler et al., 2022; Tyler et al., 2022).

Kadangi aktyvus gyvenimo prasmės ieškojimas savo esme apima aktyvias pastangas ieškoti ir ją geriau suprasti (Steger et al., 2006), galima manyti, kad moterims būdingas didesnis polinkis į savirefleksiją galėjo būti susijęs su aktyvesniu gyvenimo prasmės ieškojimu. Vis dėlto šiuos rezultatus reikėtų interpretuoti atsižvelgiant į tai, kad vyrų grupė šiame tyrime buvo mažesnė nei moterų, tad maža vyrų imtis galėjo riboti galimybes tiksliai įvertinti galimus skirtumus tarp vyrų ir moterų. Taigi, apžvelgus rezultatus, galima pastebėti, kad moterys ir vyrai šioje imtyje nei psichikos sveikatos sunkumų, nei gyvenimo prasmės buvimo suvokimo, nei pasitenkinimo gyvenimu lygiu reikšmingai nesiskyrė. Skirtumas išryškėjo tik vienu aspektu: moterys buvo labiau linkusios ieškoti gyvenimo prasmės nei vyrai.

Toliau buvo siekiama nustatyti suaugusių priklausomų tėvų vaikų psichikos sveikatos sunkumų (depresijos, nerimo ir streso), pasitenkinimo gyvenimu ir gyvenimo prasmės (prasmės buvimo suvokimo ir prasmės ieškojimo) sąsajas. Pirmiausia, buvo siekiama atskleisti, kaip suaugusių priklausomų tėvų vaikų psichikos sveikatos sunkumai susiję su pasitenkinimu gyvenimu. Nustatyta, kad didesnis depresijos, nerimo ir streso požymių išreikštumas siejosi su mažesniu pasitenkinimu gyvenimu suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje. Stipriausia neigiama sąsaja nustatyta tarp depresijos požymių ir pasitenkinimo gyvenimu, o nerimo ir streso ryšiai su pasitenkinimu gyvenimu buvo silpnesni. Šie rezultatai atitinka kitose populiacijose gautus duomenis: Ooi et al. (2022) nustatė, kad depresijos, nerimo ir streso požymiai neigiamai susiję su pasitenkinimu gyvenimu, o Zanon (2017) nustatė, kad būtent depresijos požymiai su pasitenkinimu gyvenimu siejasi stipriausiai. Tokią tendenciją galima interpretuoti atsižvelgiant į tai, kad depresijos požymiai — beviltiškumas, anhedonija, sumažėjusi savivertė (Lovibond ir Lovibond, 1995) — yra susiję su neigiamu savęs, gyvenimo ir ateities vertinimu, todėl depresijos požymių ryšys su žemesniu pasitenkinimu gyvenimu atrodo logiškas. Kadangi teorinėje dalyje buvo pabrėžta, jog tiesioginių tyrimų, vertinančių psichikos sveikatos sunkumų sąsajas su pasitenkinimu gyvenimu suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje trūksta, šie rezultatai papildo šį tyrimų lauką atkreipdami dėmesį, kad ir šioje populiacijoje psichikos sveikatos sunkumai glaudžiai susiję su subjektyvia gerove. Taigi pirmoji hipotezė, kuri teigia, kad suaugusių priklausomų tėvų vaikų depresija, nerimas ir stresas bus neigiamu ryšiu susiję su pasitenkinimu gyvenimu, pasitvirtino.

Taip pat buvo siekiama atskleisti, kaip suaugusių priklausomų tėvų vaikų psichikos sveikatos sunkumai susiję su gyvenimo prasme (prasmės buvimo suvokimu ir prasmės ieškojimu). Pirmiausia buvo vertinamos psichikos sveikatos sunkumų sąsajos su gyvenimo prasmės buvimo suvokimu. Nustatyta, kad didesni depresijos, nerimo ir streso požymiai siejasi su mažesniu gyvenimo prasmės buvimo suvokimu. Stipriausiai su mažesniu gyvenimo prasmės buvimo suvokimu siejosi depresijos

požymiai, o nerimo ir streso sąsajos su gyvenimo prasmės buvimo suvokimu buvo silpnesnės. Stipriausias ryšys tarp depresijos ir gyvenimo prasmės buvimo suvokimo gali būti aiškinamas tuo, kad depresijos požymiai tiesiogiai veikia asmens savivertę, motyvaciją veikti ir gebėjimą patirti teigiamas emocijas (Lovibond ir Lovibond, 1995). Todėl depresijai būdingi požymiai gali neigiamai veikti asmens funkcionavimą įvairiose gyvenimo srityse, o tai svariai gali prisidėti prie žemesnio jo gyvenimo prasmės buvimo suvokimo. Šie rezultatai atitinka ankstesnių tyrimų rezultatus, kuriuose buvo nustatyta, kad didesnis depresijos lygis siejasi su silpnesniu gyvenimo prasmės buvimo suvokimu; taip pat buvo nustatyta, kad stiprėjant nerimo požymiams, gyvenimo prasmės buvimo suvokimas mažėja (Boreham et al., 2023; Szcześniak et al., 2022). Be to, Ostafin ir Proulx (2020) nustatė, kad didesnis patiriamas stresas siejasi su silpnesniu gyvenimo prasmės buvimo suvokimu. Taigi, antroji hipotezė, teigianti, kad suaugusių priklausomų tėvų vaikų depresija, nerimas ir stresas bus susiję su gyvenimo prasmės buvimo suvokimu, pasitvirtino.

Vertinant psichikos sveikatos sunkumų sąsajas su gyvenimo prasmės ieškojimu suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje, gauti rezultatai buvo nevienareikšmiai. Didesni depresijos ir streso požymiai siejosi su mažesniu gyvenimo prasmės ieškojimo išreikštumu, tačiau nerimo požymiai su gyvenimo prasmės ieškojimu nebuvo reikšmingai susiję. Šie rezultatai iš dalies dera su He et al. (2023) meta-analizės išvadomis, kuriose nurodoma, kad psichikos sveikatos sunkumų ir gyvenimo prasmės ieškojimo ryšys nėra vienareikšmis ir gali priklausyti nuo kultūrinio konteksto, tiriamos grupės ypatumų. Suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje nustatytos neigiamos depresijos ir streso sąsajos su gyvenimo prasmės ieškojimu gali rodyti, kad intensyvesni emociniai sunkumai ir įtampa kai kuriuos asmenis skatina ne aktyviau ieškoti gyvenimo prasmės, bet priešingai - gali mažinti vidinius išteklius, reikalingus tokiam gyvenimo prasmės ieškojimui (Muraven ir Baumeister, 2000). Galima svarstyti, kad tai, jog nerimo sąsaja su gyvenimo prasmės ieškojimu nebuvo reikšminga, galėtų rodyti, jog nerimas, skirtingai nei depresija ar stresas, šioje imtyje neslopina troškimo ieškoti gyvenimo prasmės. Taigi antroji hipotezė, teigianti, kad suaugusių priklausomų tėvų vaikų depresija, nerimas ir stresas bus susiję su gyvenimo prasmės ieškojimu, pasitvirtino iš dalies.

Toliau buvo siekiama išsiaiškinti gyvenimo prasmės (prasmės buvimo suvokimo ir prasmės ieškojimo) moderuojantį vaidmenį psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtyje. Hipotezėmis H3a ir H3b buvo daromos prielaidos, kad depresijos, nerimo ir streso ryšys su pasitenkinimu gyvenimu bus silpnesnis tarp tų suaugusių priklausomų tėvų vaikų, kurie pasižymi stipresniu gyvenimo prasmės buvimo suvokimu (H3a) ar aktyviau ieško gyvenimo prasmės (H3b). Gauti duomenys šias prielaidas patvirtino tik iš dalies.

Pirmoji hipotezė (H3a) teigė, kad depresijos, nerimo ir streso ryšys su pasitenkinimu gyvenimu bus silpnesnis tarp tų suaugusių priklausomų tėvų vaikų, kurie pasižymi stipresniu gyvenimo prasmės buvimo suvokimu. Ši hipotezė nepasitvirtino: nustatyta, kad gyvenimo prasmės buvimo suvokimas psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšio nemoderuoja. Šie tyrimo rezultatai neatitinka Cengiz ir Peker (2024) tyrime su žemės drebėjimą išgyvenusiais asmenimis nustatytų tendencijų – tyrime gyvenimo prasmė silpnino depresijos neigiamą ryšį su pasitenkinimu gyvenimu, nors, svarbu paminėti, kad gyvenimo prasmė ten atliko mediatoriaus, o ne moderatoriaus vaidmenį. Kita vertus, gali būti, kad nustatyti psichikos sveikatos sunkumai ir vidutinis jų išreikštumas yra pakankamai stiprūs, kad pats vienas gyvenimo prasmės buvimo suvokimo kintamasis yra nepakankamas, kad kompensuotų psichikos sveikatos sunkumų įtaką pasitenkinimui gyvenimu. Kita galima šio rezultato interpretacija yra susijusi su metodologiniais veiksniais. Moderaciniai efektai dažnai būna statistiškai silpni, todėl tai, kad reikšmingas moderacija nebuvo nustatyta, nebūtinai reiškia, kad ši moderacija neegzistuoja. Reikia pripažinti, kad tyrimo imties dydis galėjo būti nepakankamas moderaciniam efektui aptikti. Todėl reikalingi tolesni tyrimai, kurie leistų tiksliau įvertinti gyvenimo prasmės buvimo suvokimo vaidmenį psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje.

Antroji hipotezė (H3b) teigė, kad depresijos, nerimo ir streso ryšys su pasitenkinimu gyvenimu bus silpnesnis tarp tų suaugusių priklausomų tėvų vaikų, kurie aktyviau ieško gyvenimo prasmės. Ši hipotezė pasitvirtino iš dalies – asmenims, kurių gyvenimo prasmės ieškojimo išreikštumo lygis buvo žemas arba vidutinis, didesnis nerimas ir stresas buvo susiję su žemesniu pasitenkinimu gyvenimu. Tuo tarpu tiems asmenims, kurie aktyviai ieškojo gyvenimo prasmės, nerimo ir streso ryšys su pasitenkinimu gyvenimu buvo nereikšmingas. Šie rezultatai leidžia manyti, kad gyvenimo prasmės ieškojimas gali veikti kaip aktyvus psichologinės adaptacijos mechanizmas, padedantis sumažinti situacinio nerimo bei patiriamo streso ryšį su pasitenkinimu gyvenimu. Svarbu paminėti, kad depresija išliko neigiamai susijusi su pasitenkinimu gyvenimu, nepriklausomai nuo prasmės ieškojimo išreikštumo. Vienas iš galimų paaiškinimų — depresijos požymiai, tokie kaip anhedonija, beviltiškumo jausmas ir sumažėjusi motyvacija (Lovibond ir Lovibond, 1995), gali būti tokie persmelkiantys, kad juos patiriantis suaugęs priklausomų tėvų vaikas aktyviai ieškoti gyvenimo prasmės tiesiog neturi jėgų. Galima manyti, kad gyvenimo prasmės ieškojimas gali nekeisti depresijos ir pasitenkinimo gyvenimu ryšio dėl to, kad depresijai būdingi požymiai apima neigiamą savęs ir gyvenimo vertinimą, be to, žema motyvacija veikti, žemas energijos lygis, suprastėjusios kognityvinės funkcijos bei mąstymo šališkumai gali svariai riboti asmens galimybes aktyviai ieškoti gyvenimo prasmės (Lovibond ir Lovibond, 1995). Nerimo ir streso požymiai, tikėtina, labiau

priklauso nuo konkrečių aplinkybių, todėl asmeniui, kuris aktyviai ieško prasmės, gali būti lengviau šiuos išgyvenimus įprasminti ir išlaikyti pasitenkinimą gyvenimu. Taigi, rezultatai atskleidė, kad suaugusių priklausomų tėvų vaikų pasitenkinimą gyvenimu svarbu analizuoti atsižvelgiant į tai, kokie psichikos sveikatos sunkumai yra patiriami, nes gyvenimo prasmės ieškojimas nevienodai keičia jų ryšį su pasitenkinimu gyvenimu.

Tyrimo ribotumai ir tolesnių tyrimų kryptys. Žvelgiant į šio tyrimo rezultatus, labai svarbu atsižvelgti į tyrimo ribotumus. Vienas iš šio tyrimo ribotumų yra tas, kad tyrimo dalyviai buvo renkami taikant netikimybinę patogiąją atranką, o tai reiškia, kad gautų rezultatų negalima vertinti generalizuotai, svarbu žvelgti į juos turint omenyje konkrečią šio tyrimo imtį.

Kitas svarbus ribotumas susijęs su vyrų ir moterų skaičiumi šiame tyrime. Svarbu paminėti, kad didesnę tiriamųjų dalį sudarė moterys, o vyrų grupė buvo mažesnė. Nors šiame tyrime moterys ir vyrai reikšmingai nesiskyrė pagal depresijos, nerimo, streso, gyvenimo prasmės buvimo suvokimo ir pasitenkinimo gyvenimu rodiklius, maža vyrų imtis galėjo riboti galimybes tiksliai įvertinti galimus skirtumus tarp vyrų ir moterų. Be to, kadangi moterys sudarė didesnę imties dalį, bendri tyrimo rezultatai galėjo labiau atspindėti moterų grupės ypatumus. Į netolygų lyčių pasiskirstymą ypač svarbu atsižvelgti interpretuojant gyvenimo prasmės ieškojimo rezultatus, nes šis rodiklis reikšmingai skyrėsi pagal lytį – moterys aktyviau ieškojo gyvenimo prasmės nei vyrai. Todėl ateities tyrimuose būtų svarbu užtikrinti tolygesnį moterų ir vyrų skaičių imtyje.

Svarbu ir tai, kad tyrimas buvo atliktas taikant skerspjūvio tyrimo formatą, todėl gauti rezultatai leidžia kalbėti tik apie psichikos sveikatos sunkumų, gyvenimo prasmės ir pasitenkinimo gyvenimu sąsajas, tačiau neleidžia daryti išvadų apie priežastinius šių kintamųjų ryšius. Dėl šios priežasties negalima teigti, kad psichikos sveikatos sunkumai lemia mažesnį pasitenkinimą gyvenimu arba kad gyvenimo prasmė tiesiogiai keičia psichikos sveikatos sunkumų ryšį su pasitenkinimu gyvenimu.

Dar vienas svarbus ribotumas yra susijęs su tyrimo dalyvių atranka. Tyrimo dalyviai turėjo patys save priskirti suaugusių priklausomų tėvų vaikų grupei, todėl šiame tyrime tėvų priklausomybė nuo psichoaktyviųjų medžiagų nebuvo vertinama remiantis objektyviais kriterijais. Svarbu paminėti, kad šiame tyrime nebuvo vertinama, kokias nepalankias vaikystės patirtis tiriamieji išgyveno (angl. *adverse childhood experiences*, ACE). Kitaip tariant, nebuvo papildomai klausiama, ar priklausomybę turėjo vienas, ar abu tėvai, kokio pobūdžio ji buvo ir kiek stipriai tėvų priklausomybė reikėsi šeimos gyvenime. Kadangi suaugusių priklausomų tėvų vaikų imtis nepalankių vaikystės patirčių atžvilgiu gali būti labai heterogeniška, šių patirčių neįvertinimas galėjo turėti reikšmės psichikos sveikatos sunkumų, gyvenimo prasmės ir pasitenkinimo gyvenimu rodikliams. Tai galėjo

turėti reikšmės ir moderacijos modelių rezultatams, nes dalyviai galėjo skirtis pagal nepalankių vaikystės patirčių pobūdį ir išreikštumą, tačiau šie skirtumai tyrime nebuvo įvertinti. Dėl to neaišku, ar gyvenimo prasmės vaidmuo psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšyje būtų buvęs toks pat, jei nepalankios vaikystės patirtys būtų buvusios įtrauktos į analizę.

Dar vienas ribotumas susijęs su tuo, kad su dalimi tyrimo dalyvių buvo susisiekta kreipiantis į SAV (Suaugę alkoholikų vaikai) savitarpio pagalbos grupes. Ši aplinkybė galėjo turėti reikšmės tyrimo rezultatams, nes šiose grupėse dirbama pagal „12 žingsnių programą“, kurioje svarbi savirefleksija, dvasingumas ir gyvenimo prasmės aspektai. Todėl dalis tyrimo dalyvių galėjo būti labiau linkę reflektuoti savo patirtis ir aktyviau ieškoti gyvenimo prasmės. Tai galėjo prisidėti prie imties heterogeniškumo, ypač vertinant gyvenimo prasmės ieškojimą ir jo moderuojantį vaidmenį psichikos sveikatos sunkumų bei pasitenkinimo gyvenimu ryšyje.

Atsižvelgiant į šiuos ribotumus, tolesniuose tyrimuose būtų svarbu tiksliau įvertinti suaugusių priklausomų tėvų vaikų patirčių pobūdį: ar jų vaikystėje priklausomybę turėjo vienas, ar abu tėvai, kiek laiko asmuo gyveno su psichoaktyviasias medžiagas vartojančiais tėvais, kokio amžiaus tuo metu buvo tyrimo dalyvis, kokias nepalankias vaikystės patirtis jam ar jai teko išgyventi. Taip pat būtų tikslinga atlikti longitudinius tyrimus, kurie leistų geriau suprasti psichikos sveikatos sunkumų, gyvenimo prasmės ir pasitenkinimo gyvenimu ryšių kryptį bei tiksliau įvertinti gyvenimo prasmės vaidmenį šiuose ryšiuose. Be to, ateities tyrimuose būtų svarbu nagrinėti psichikos sveikatos sunkumų, gyvenimo prasmės ir pasitenkinimo gyvenimu sąsajas reprezentatyvesnėje imtyje, įtraukiant daugiau vyrų.

Praktinės rekomendacijos. Atsižvelgiant į šiame tyrime išryškėjusias reikšmingas sąsajas tarp psichikos sveikatos sunkumų, gyvenimo prasmės ir pasitenkinimo gyvenimu, tyrimo rezultatai gali būti naudingi psichikos sveikatos specialistų praktiniame darbe su suaugusiais priklausomų tėvų vaikais. Pirma, kadangi depresija šiame tyrime pasižymėjo stipriausia neigiama sąsaja tiek su pasitenkinimu gyvenimu, tiek su gyvenimo prasmės buvimo suvokimu, psichikos sveikatos specialistams, dirbantiems su suaugusiais priklausomų tėvų vaikais, ypač svarbu mokėti atpažinti depresijos požymius ir teikti veiksmingą pagalbą juos patiriantiems klientams. Antra, šiame tyrime nustatyta, kad aktyviai gyvenimo prasmės ieškantiems asmenims nerimo ir streso ryšys su pasitenkinimu gyvenimu nebuvo reikšmingas. Tai reiškia, kad didesnis nerimas ir stresas buvo susiję su mažesniu pasitenkinimu gyvenimu tada, kai gyvenimo prasmės ieškojimas buvo žemas arba vidutinis. Tačiau esant aukštam gyvenimo prasmės ieškojimo lygiui, nerimo ir streso sąsajos su pasitenkinimu gyvenimu nebebuvo reikšmingos - tai leidžia daryti prielaidą, jog prasmės ieškojimo skatinimas galėtų tapti viena iš pagalbos krypčių dirbant su šia populiacija. Todėl psichikos sveikatos

specialistams vertėtų ieškoti būdų, kaip padėti suaugusiems priklausomų tėvų vaikams taikyti praktikas, nukreiptas į aktyvaus gyvenimo prasmės ieškojimo sužadinimą. Šiuo atveju ypač tinkama galėtų būti logoterapija ar ja paremtos programos (Frankl, 1963), kurių pagrindinis tikslas yra padėti žmogui atrasti gyvenimo prasmę. Tokiu būdu psichologinė pagalba suaugusiems priklausomų tėvų vaikams apimtų ne tik psichikos sveikatos sunkumų mažinimą, bet ir gyvenimo prasmės ieškojimo stiprinimą, o tai, remiantis šio tyrimo rezultatais, gali sumažinti nerimo ir streso ryšius su pasitenkinimu gyvenimu.

IŠVADOS

1. Suaugusių priklausomų tėvų vaikų depresijos, nerimo ir streso požymių rodikliai buvo artimi vidutiniam psichikos sveikatos sunkumų išreikštumui. Nors moterys ir vyrai psichikos sveikatos sunkumų išreikštumui, pasitenkinimu gyvenimu ir gyvenimo prasmės buvimo suvokimu reikšmingai nesiskyrė, moterys pasižymėjo aktyvesniu gyvenimo prasmės ieškojimu.

2. Stipriau išreikšti suaugusių priklausomų tėvų vaikų depresijos, nerimo ir streso požymiai siejosi su silpnesniu gyvenimo prasmės buvimo suvokimu bei mažesniu pasitenkinimu gyvenimu, o stipresni depresijos ir streso požymiai taip pat siejosi su mažesniu gyvenimo prasmės ieškojimu. Tai rodo, kad suaugusių priklausomų tėvų vaikų patiriami psichikos sveikatos sunkumai siejasi su žemesniu pasitenkinimu gyvenimu ir silpnesniu gyvenimo prasmės patyrimu.

3. Gyvenimo prasmės buvimo suvokimas nemoderavo suaugusių priklausomų tėvų vaikų psichikos sveikatos sunkumų ir pasitenkinimo gyvenimu ryšio. Gyvenimo prasmės ieškojimas silpnino nerimo ir streso, bet ne depresijos požymių ryšį su pasitenkinimu gyvenimu. Tai rodo, kad aktyvus gyvenimo prasmės ieškojimas gali veikti kaip psichologinis resursas, silpninantis nerimo ir streso ryšį su pasitenkinimu gyvenimu.

LITERATŪRA

- Battista, J., & Almond, R. (1973). The development of meaning in life. *Psychiatry*, 36(4), 409–427. <https://doi.org/10.1080/00332747.1973.11023774>
- Baumeister, R. F. (1991). *Meanings of life*. Guilford Press.
- Boreham, I. D., Schutte, N. S., & Holtz, P. (2023). The relationship between purpose in life and depression and anxiety: A meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 79(12), 2736–2767. <https://doi.org/10.1002/jclp.23576>
- Brolin Låftman, S., Östberg, V., Wahlström, J., Ramstedt, M., & Raninen, J. (2024). Exposure to parental problem drinking during adolescence and symptoms of depression and anxiety in young adulthood: A Swedish national cohort study. *Drug and Alcohol Review*, 43(6), 1461–1472. <https://doi.org/10.1111/dar.13910>
- Brown, T. A. (2015). *Confirmatory factor analysis for applied research* (2nd ed.). Guilford Press.
- Cengiz, S., & Peker, A. (2024). Depression and life satisfaction after Kahramanmaraş earthquakes: The serial mediation roles of life meaning and coping with earthquake stress. *Journal of Health Psychology*, 29(11), 1228–1240. <https://doi.org/10.1177/13591053241229554>
- Chassin, L., Pitts, S. C., DeLucia, C., & Todd, M. (1999). A longitudinal study of children of alcoholics: Predicting young adult substance use disorders, anxiety, and depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 108(1), 106–119. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.108.1.106>
- Clark, L. A., & Watson, D. (1991). Tripartite model of anxiety and depression: Psychometric evidence and taxonomic implications. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(3), 316–336. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.100.3.316>
- Čekanavičius, V. ir Murauskas, G. (2014). *Taikomoji regresinė analizė socialiniuose tyrimuose*. Vilniaus universiteto leidykla.
- Dechtiarytė, D. ir Bulotaitė, L. (2022). Suaugusių alkoholikų vaikų psichologinė savijauta ir psichologinis atsparumas. *Visuomenės sveikata*, 4(99), 72–80.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13

- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276–302. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- Dongying, C., Yanyan, S., Xiaowu, L., & Zongyi, Y. (2025). Global burden on drug use disorders from 1990 to 2021 and projections to 2046. *Frontiers in Public Health*, 13, 1550518. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1550518>
- Frankl, V. E. (1963). *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy*. Beacon Press.
- Grant, B. F. (2000). Estimates of US children exposed to alcohol abuse and dependence in the family. *American Journal of Public Health*, 90(1), 112–115. <https://doi.org/10.2105/ajph.90.1.112>
- Haugland, S. H., Carvalho, B., Stea, T. H., Strandheim, A., & Vederhus, J. K. (2021). Associations between parental alcohol problems in childhood and adversities during childhood and later adulthood: a cross-sectional study of 28047 adults from the general population. *Substance Abuse Treatment, Prevention, and Policy*, 16(1), 47. <https://doi.org/10.1186/s13011-021-00384-9>
- Haugland, S. H., Carvalho, B., Strandheim, A., & Stea, T. H. (2024). Parental alcohol intoxication, adverse childhood experiences, and negative psychological reactions to childhood adversities: Cross-sectional and prospective data from the population-based HUNT Study. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 17(4), 1225–1237. <https://doi.org/10.1007/s40653-024-00651-4>
- He, X. X., Wang, X. Q., Steger, M. F., Ji, L. J., Jing, K., Liu, M. F., & Ye, B. J. (2023). Meaning in life and psychological distress: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*, 104, 104381. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2023.104381>
- Hill, S. Y., Shen, S., Lowers, L., Locke-Wellman, J., Matthews, A. G., & McDermott, M. (2008). Psychopathology in offspring from multiplex alcohol dependence families with and without parental alcohol dependence: A prospective study during childhood and adolescence. *Psychiatry Research*, 160(2), 155–166. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2008.04.017>
- Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44(3), 513–524. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.3.513>
- Howard, A. H., Gwenzi, G. D., Taylor, T., & Wilke, N. G. (2023). The relationship between adverse childhood experiences, health and life satisfaction in adults with care experience: The mediating role of attachment. *Child & Family Social Work*, 28(3), 809–821. <https://doi.org/10.1111/cfs.13006>
- Hughes, K., Lowey, H., Quigg, Z., & Bellis, M. A. (2016). Relationships between adverse childhood experiences and adult mental well-being: results from an English national household survey. *BMC public health*, 16(1), 222. <https://doi.org/10.1186/s12889-016-2906-3>
- Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. Basic Books.

- Jeremiah, R. P., Shehu, O. M., Sam, D. L., & Katsi, M. (2024). Perceptions and experiences of adult children of parents and carers with alcohol-related problems in Botswana: The coexistence of resilience and resemblance. *Social Sciences*, 13(8), 396. <https://doi.org/10.3390/socsci13080396>
- Johnsen, H., Juhl, M., Møller, B. K., & de Lichtenberg, V. (2022). Adult daughters of alcoholic parents — A qualitative study of these women's pregnancy experiences and the potential implications for antenatal care provision. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(6), 3714. <https://doi.org/10.3390/ijerph19063714>
- Kendler, K. S., Abrahamsson, L., Sundquist, J., & Sundquist, K. (2024). Pattern of risks for psychiatric and substance use disorders in the offspring of parents with alcohol use disorder. *American Journal of Psychiatry*, 181(4), 322–329. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.20230376>
- Kenyon, G. M. (2000). Philosophical foundations of existential meaning. In G. T. Reker & K. Chamberlain (Eds.), *Exploring existential meaning: Optimizing human development across the life span* (pp. 7–22). Sage.
- Kenny, D. A., Kaniskan, B., & McCoach, D. B. (2015). The performance of RMSEA in models with small degrees of freedom. *Sociological Methods & Research*, 44(3), 486–507. <https://doi.org/10.1177/0049124114543236>
- Klinger, E. (1977). *Meaning and void: Inner experience and the incentives in people's lives*. University of Minnesota Press.
- Koivumaa-Honkanen, H., Kaprio, J., Honkanen, R., Viinamäki, H., & Koskenvuo, M. (2004). Life satisfaction and depression in a 15-year follow-up of healthy adults. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 39(12), 994-999. <https://doi.org/10.1007/s00127-004-0833-6>
- Kuppens, S., Moore, S. C., Gross, V., Lowthian, E., & Siddaway, A. P. (2020). The enduring effects of parental alcohol, tobacco, and drug use on child well-being: A multilevel meta-analysis. *Development and Psychopathology*, 32(2), 765–778. <https://doi.org/10.1017/S0954579419000749>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Lee, R. D., & Chen, J. (2017). Adverse childhood experiences, mental health, and excessive alcohol use: Examination of race/ethnicity and sex differences. *Child Abuse & Neglect*, 69, 40–48. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2016.12.022>
- Lepore, S. J., Miles, H. J., & Levy, J. S. (1997). Relation of chronic and episodic stressors to psychological distress, reactivity, and health problems. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 39–59. https://doi.org/10.1207/s15327558ijbm0401_3

- 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. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
- Lowthian, E. (2022). The secondary harms of parental substance use on children's educational outcomes: A review. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 15(3), 511–522. <https://doi.org/10.1007/s40653-021-00433-2>
- Maddi, S. R. (1970). The search for meaning. In P. Halmos (Ed.), *The sociology of hope* (pp. 137–147). University of London Press.
- Marmorstein, N. R., Iacono, W. G., & McGue, M. (2012). Associations between substance use disorders and major depression in parents and late adolescent-emerging adult offspring: An adoption study. *Addiction*, 107(11), 1965–1973. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2012.03934.x>
- McAdams, D. P. (1993). *The stories we live by: Personal myths and the making of the self*. Guilford Press.
- McGrath, J. J., Al-Hamzawi, A., Alonso, J., Altwajri, Y., Bromet, E. J., Bruffaerts, R., Caldas-de-Almeida, J. M., Chardoul, S., Chiu, W. T., Degenhardt, L., Demler, O. V., Ferry, F., Gureje, O., Haro, J. M., Huang, Y., Karam, E. G., Karam, G., Khaled, S. M., Koenen, K. C., ... Zaslavsky, A. M. (2023). Age of onset and cumulative risk of mental disorders: A cross-national analysis of population surveys from 29 countries. *The Lancet Psychiatry*, 10(9), 668–681. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(23\)00193-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(23)00193-1)
- Muraven, M., & Baumeister, R. F. (2000). Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle? *Psychological Bulletin*, 126(2), 247–259. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.126.2.247>
- Mwachofi, A., Imai, S., & Bell, R. A. (2020). Adverse childhood experiences and mental health in adulthood: Evidence from North Carolina. *Journal of Affective Disorders*, 267, 251–257. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.02.021>
- Ooi, P. B., Khor, K. S., Tan, C. C., & Ong, D. L. T. (2022). Depression, anxiety, stress, and satisfaction with life: Moderating role of interpersonal needs among university students. *Frontiers in Public Health*, 10, 958884. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.958884>
- Ostafin, B. D., & Proulx, T. (2020). Meaning in life and resilience to stressors. *Anxiety, Stress & Coping*, 33(6), 603–622. <https://doi.org/10.1080/10615806.2020.1800655>
- Padmanabhanunni, A., Pretorius, T. B., & Isaacs, S. A. (2023). Satisfied with Life? The Protective Function of Life Satisfaction in the Relationship between Perceived Stress and Negative Mental Health Outcomes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(18), 6777. <https://doi.org/10.3390/ijerph20186777>

- Park, C. L. (2010). Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin*, 136(2), 257–301. <https://doi.org/10.1037/a0018301>
- Park, C. L., & Baumeister, R. F. (2017). Meaning in life and adjustment to daily stressors. *The Journal of Positive Psychology*, 12(4), 333–341. <https://doi.org/10.1080/17439760.2016.1163537>
- Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, 5(2), 164–172. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.5.2.164>
- Pearlin, L. I., Lieberman, M. A., Menaghan, E. G., & Mullan, J. T. (1981). The stress process. *Journal of Health and Social Behavior*, 22(4), 337–356. <https://doi.org/10.2307/2136676>
- Reinherz, H. Z., Paradis, A. D., Giaconia, R. M., Stashwick, C. K., & Fitzmaurice, G. (2003). Childhood and adolescent predictors of major depression in the transition to adulthood. *American Journal of Psychiatry*, 160(12), 2141–2147. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.160.12.2141>
- Reker, G. T., & Wong, P. T. P. (1988). Aging as an individual process: Toward a theory of personal meaning. In J. E. Birren & V. L. Bengtson (Eds.), *Emergent theories of aging* (pp. 214–246). Springer.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9(1), 1–28. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0901_1
- Romac, D., Gaić Đogaš, V., Muslić, L., Krašić, S., Kušan Jukić, M., & Musić Milanović, S. (2025). The association between childhood experience of living with a heavy drinker and self-rated mental health in the adult general population. *Diseases*, 13(2), 28. <https://doi.org/10.3390/diseases13020028>
- Rzeszutek, M., Lis-Turlejska, M., Pięta, M., Van Hoy, A., Zawistowska, M., Drabarek, K., Kozłowska, W., Szyszka, M., & Frąć, D. (2024). Profiles of posttraumatic stress disorder (PTSD), complex posttraumatic stress disorder (CPTSD), and subjective well-being in a sample of adult children of alcoholics. *Psychological trauma : theory, research, practice and policy*, 16(Suppl 1), S143–S151. <https://doi.org/10.1037/tra0001211>
- Scholl, J. L., Pearson, K., Fercho, K. A., Van Asselt, A. J., Kallsen, N. A., Ehli, E. A., Potter, K. N., Brown-Rice, K. A., Forster, G. L., & Baugh, L. A. (2024). Differing effects of alcohol use on epigenetic and brain age in adult children of parents with alcohol use disorder. *Brain Sciences*, 14(12), 1263. <https://doi.org/10.3390/brainsci14121263>
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Free Press.
- Sher, K. J. (1991). *Children of alcoholics: A critical appraisal of theory and research*. University of Chicago Press.

- Sher, K. J., Walitzer, K. S., Wood, P. K., & Brent, E. E. (1991). Characteristics of children of alcoholics: Putative risk factors, substance use and abuse, and psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(4), 427–448. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.100.4.427>
- Simonič, B., & Osewska, E. (2023). Emotional experience and consequences of growing up in a family with alcoholism in adult children of alcoholics. *The Person and the Challenges*, 13(1), 63–81. <https://doi.org/10.15633/pch.13105>
- 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), 80-93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Szcześniak, M., Falewicz, A., Stochalska, K., & Rybarski, R. (2022). Anxiety and depression in a non-clinical sample of young Polish adults: Presence of meaning in life as a mediator. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(10), 6065. <https://doi.org/10.3390/ijerph19106065>
- Thapa, S., Selya, A. S., & Jonk, Y. (2017). Time-varying effects of parental alcoholism on depression. *Preventing Chronic Disease*, 14, 170100. <https://doi.org/10.5888/pcd14.170100>
- Tyler, J., Boldi, M. O., & Cherubini, M. (2022). Contemporary self-reflective practices: A large-scale survey. *Acta psychologica*, 230, 103768. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103768>
- Treichler, E. B. H., Palmer, B. W., Wu, T.-C., Thomas, M. L., Tu, X. M., Daly, R., Lee, E. E., & Jeste, D. V. (2022). Women and men differ in relative strengths in wisdom profiles: A study of 659 adults across the lifespan. *Frontiers in Psychology*, 12, 769294. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.769294>
- Velleman, R., & Templeton, L. (2016). Impact of parents' substance misuse on children: An update. *BJPsych Advances*, 22(2), 108–117. <https://doi.org/10.1192/apt.bp.114.014449>
- Zanon, C. (2017). Happiness and psychopathology indicators in Brazilians. *Avaliação Psicológica*, 16(4), 452–457. <https://doi.org/10.15689/ap.2017.1604.12857>

PRIEDAI

1 priedas. Dirbtinio intelekto (di) naudojimo deklaracija

Studento/ės vardas ir pavardė: Ieva Parnaruskaitė

Baigiamojo darbo tema: Suaugusių priklausomų tėvų vaikų psichikos sveikatos sunkumų, gyvenimo prasmės ir pasitenkinimo gyvenimu sąsajos

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	Scopus AI	☒ Patvirtinu, kad susipažinau su pirminiais į darbą įtrauktais literatūros šaltiniais
Tyrimo stimulinės medžiagos kūrimui	☐ Panaudota ☒ Nenaudota		
Santraukos vertimui į anglų kalbą	☒ Panaudota ☐ Nenaudota	Claude	
Gramatinių klaidų paieškai	☒ Panaudota ☐ Nenaudota	ChatGPT 5.3	

Data: 2026-05-14

2 priedas. Psichikos sveikatos sunkumų, gyvenimo prasmės ir pasitenkinimo gyvenimu skalių normalumo tikrinimas pagal lytį

Skalė	Lytis	Šapiro-Vilko kriterijus (p)	Asimetrijos koeficientas	Eksceso koeficientas
Depresijos subskalė (DASS-21)	Moterys	0,021	-0,117	-0,987
	Vyrai	0,008	0,256	-1,478
Nerimo subskalė (DASS-21)	Moterys	0,434	0,000	-0,705
	Vyrai	0,692	-0,134	-0,134
Streso subskalė (DASS-21)	Moterys	0,003	-0,272	-1,069
	Vyrai	0,521	-0,051	-0,959
Gyvenimo prasmės buvimo suvokimo subskalė (MLQ)	Moterys	0,465	-0,237	-0,069
	Vyrai	0,506	0,215	-0,215
Gyvenimo prasmės ieškojimo subskalė (MLQ)	Moterys	0,156	-0,037	-0,968
	Vyrai	0,326	-0,269	0,643
Pasitenkinimo gyvenimu skalė (SWLS)	Moterys	0,032	-0,318	-0,939
	Vyrai	0,079	0,510	-0,791

Pastaba. p – reikšmingumo lygmuo; asimetrijos ir eksceso koeficientai naudojami skirstinio normalumui įvertinti.

3 priedas. Psichikos sveikatos sunkumų, gyvenimo prasmės ir pasitenkinimo gyvenimu skalių normalumo tikrinimas

Skalė	Šapiro-Wilk kriterijus (p)	Asimetrijos koeficientas	Eksceso koeficientas
Depresijos subskalė (DASS-21)	<0,001	0,17	-1,144
Nerimo subskalė (DASS-21)	0,338	0,4	0,255
Streso subskalė (DASS-21)	0,001	-0,202	0,255
Gyvenimo prasmės buvimo suvokimo subskalė (MLQ)	0,352	-0,106	-0,164
Gyvenimo prasmės ieškojimo subskalė (MLQ)	0,168	0,116	-0,523
Pasitenkinimo gyvenimu skalė (SWLS)	0,014	-0,053	-1,08

Pastaba. p – reikšmingumo lygmuo; asimetrijos ir eksceso koeficientai naudojami skirstinio normalumui įvertinti.

4 priedas. Nerimo ir gyvenimo prasmės ieškojimo sąveikos efektas prognozuojant pasitenkinimą gyvenimu

	B	SE	T	p	LLCI	ULCI
Konstanta	29,49	4,76	6,20	<0,001	20,03	38,96
Nerimas (DASS-21)	-2,00	0,41	-4,89	<0,001	-2,82	-1,19
Gyvenimo prasmės ieškojimas (MLQ)	-0,25	0,20	-1,24	0,220	-0,66	0,15
Nerimas × gyvenimo prasmės ieškojimas	0,07	0,02	3,86	< 0,001	0,03	0,10

Pastaba. B – nestandartizuoti regresijos koeficientai; SE – standartinė paklaida; t – testo statistika; p – reikšmingumo lygmuo; LLCI ir ULCI – 95 % pasikliautinio intervalo apatinė ir viršutinė ribos.

5 priedas. Streso ir gyvenimo prasmės ieškojimo sąveikos efektas prognozuojant pasitenkinimą gyvenimu

	B	SE	T	p	LLCI	ULCI
Konstanta	40,58	7,05	5,76	<0,001	26,57	54,59
Stresas (DASS-21)	-2,08	0,44	-4,76	<0,001	-2,94	-1,21
Gyvenimo prasmės ieškojimas (MLQ)	-0,68	0,29	-2,32	0,023	-1,27	-0,10
Stresas × gyvenimo prasmės ieškojimas	0,07	0,02	3,97	<0,001	0,04	0,11

Pastaba. B – nestandartizuoti regresijos koeficientai; SE – standartinė paklaida; t – testo statistika; p – reikšmingumo lygmuo; LLCI ir ULCI – 95 % pasikliautinio intervalo apatinė ir viršutinė ribos.