



XXIII-oji Jaunųjų mokslininkų psichologų konferencija

PSICHOLOGIJA ŠIANDIEN: tarp stabilumo ir kaitos

2026 m. gegužės 15 d.

PRANEŠIMŲ SANTRAUKŲ LEIDINYS

Abstract book of the
23rd Conference of Junior Researchers in Psychology
**PSYCHOLOGY TODAY:
BETWEEN STABILITY AND CHANGE**

MAY 15, 2026



VILNIAUS
UNIVERSITETO
LEIDYKLA

ORGANIZACINIS KOMITETAS

| ORGANISATIONAL COMMITTEE

Pirmininkė | Chair: Agnė Grigaitė

Nariai | Members: Livija Žiemienė,
Jurgita Tilingaitė, Fadzai Munyuki,
Lauryna Vilutytė, Paulina Smolskaitė,
Ugnius Binkauskas, Sandra Bagdonaitė-
Jankauskienė, Adelė Petravičiūtė.

Studentai | Students:

Brigita Mikulstykė, Bernardas Liukaitis.

LiPSA nariai | LiPSA members:

Justas Stabrauskas, Gabija Kasilovskytė.

KONFERENCIJOS MOKSLO KOMITETAS

| SCIENTIFIC COMMITTEE OF THE CONFERENCE

Pirmininkas | Chair: Doc. dr. Alfredas Laurinavičius

Nariai | Members: prof. dr. Evaldas Kazlauskas,
doc. dr. Sigita Girdzijauskienė, dr. Austėja
Dumarkaitė, dr. Arūnas Žiedelis, prof. dr. Ilona
Laurinaitytė, dr. Viktorija Azuma, doc. dr. Greta
Kaluževičiūtė, dr. Gabrielė Skabeikytė-Norkienė.

KONFERENCIJOS GLOBĖJA

| PATRON OF THE CONFERENCE

Prof. habil dr. Danutė Gailienė

KONFERENCIJOS ORGANIZATORIAI

| CONFERENCE ORGANISERS



Filosofijos
fakultetas



RĖMĖJAI

| SPONSORS



Go Vilnius



Leidinio bibliografinė informacija pateikiama Lietuvos nacionalinės Martyno Mažvydo bibliotekos Nacionalinės bibliografijos duomenų banke (NBDB).

DOI <https://doi.org/10.15388/JMPK.2026>

ISSN 2669-0357

Copyright © 2026 Authors. Published by Vilnius University Press. This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Licence, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited.

ĮSITRAUKIMO Į NUOTOLINES KONSULTACIJAS VEIKSNIŲ TYRIMAS

Paulina Paškevičiūtė, Alfredas Laurinavičius, Neringa Grigutytė, Jonas Eimontas
Vilniaus universitetas, Filosofijos fakultetas, Psichologijos institutas

Įvadas. Nuotolinės paslaugos, įskaitant ir nuotolinį psichologinį konsultavimą, tampa vis populiareesnės ir padeda spręsti psichologinių paslaugų prieinamumo problemas. Tačiau, lieka nemažai neatsakytų klausimų apie įsitraukimą į konsultavimo procesą ar jo ankstyvąjį nutraukimą. Šalia techninės specifikos veiksnių, įsitraukimas į nuotolinį psichologinį konsultavimą ar jo nutraukimas siejamas su veiksniais, susijusiais tiek su klientu, tiek su psichologu.

Šio tyrimo tikslas – įvertinti įsitraukimo į nuotolinį konsultavimą veiksnius.

Metodika. Tyrimo dalyviai – internetinės platformos <https://www.pasikalbek.lt/> klientai ir juos konsultuojantys psichologai. Kartotiniai matavimai buvo atliekami prieš pirmą konsultaciją, ir po 1,2,3,5,10 konsultacijų.

Instrumentai: Didžiojo penketo klausimynas-2 (BFI-2; Soto & John, 2017), Depresijos, nerimo ir streso klausimynas (DASS-21; Lovibond & Lovibond, 1995), Milvokio lūkesčių dėl terapijos skalė (MPEQ-B; Normberg et al., 2011), Terapinio bendradarbiavimo skalė (WAI; Hatcher & Gillaspay, 2006), Terapeuto tikėjimo skalė (THCS); Bartholomew et al., 2020) ir tyrėjų parengti klausimai. Įsitraukimas į nuotolines konsultacijas buvo operacionalizuotas turėtų konsultacijų skaičiumi. Pranešime pristatoma analizė, paremta 83 klientų ir 31 psichologo pateiktais atsakymais.

Rezultatai. Tyrimo duomenys parodė, kad apie pusė nuotolinio konsultavimo klientų dalyvavo 1 ar 2 konsultacijose, o maždaug pusė iš jų baigė konsultacijas išsprendę savo problemas. Psichologai terapinį aljansą su šiais klientais vertino palankiau, taip pat išreiškė didesnę tikėjimą šių klientų terapijos veiksmingumu. Konsultacijų tęsimas buvo susijęs su didesniu depresiškumu ir intravertiškumu.

Diskusija. Preliminarūs rezultatai rodo, kad nuotolinį konsultavimą internetu tęsia apie pusę klientų. Sprendimas, tęsti konsultacijas ar ne, priimamas po pirmų dviejų konsultacijų, kai jų metu klientas gauna atsakymus į jam rūpimus klausimus. Įsitraukimas į konsultacijas yra susijęs su labiau išreikštomis klientų problemomis ir asmenybės bruožais.

Tyrimas yra finansuojamas Lietuvos mokslo tarybos (P-MIP-24-136).

Darbo vadovas: doc. dr. Alfredas Laurinavičius

Raktiniai žodžiai: psichologinis konsultavimas, nuotolinės konsultacijos, terapinis aljansas.

PERFEKCIONIZMU PASIŽYMINČIŲ STUDENTŲ SUBJEKTYVAUS GYVYBINGUMO STIPRINIMAS TAIKANT TRUMPAS DĖMESINGO ĮSISĄMONINIMO IR ATJAUTOS SAU INTERVENCIJAS

Emilija Petraitytė

Vilniaus Universitetas, Filosofijos fakultetas, Psichologijos instituto Sveikatos psichologijos katedra

Įvadas. Kaip rodo moksliniai tyrimai, daugėja perfekcionistinių tendencijų, ypač tarp studentų, o tai yra rizikos veiksnys jų gerovei. Studijuojant itin svarbus subjektyvus

gyvybingumas - energingumo ir gyvumo pojūtis, padedantis išlaikyti motyvaciją, įveikti akademinius iššūkius ir kryptingai siekti tikslų. Perfekcionizmas, ypač neadaptivus, gali gyvybingumą silpninti, nes siejasi su didesne savikritika ir bazinių psichologinių poreikių frustracija. Dėmesingas įsisąmoninimas ir atjauta sau gali būti laikomi adaptyviomis įveikos strategijomis, nes padeda patenkinti autonomijos, kompetencijos ir susietumo poreikius, stiprina subjektyvų gyvybingumą ir švelnina neigiamas perfekcionizmo pasekmes. Tad šio tyrimo tikslas buvo išsiaiškinti, ar trumpos dėmesingumo ir atjautos sau intervencijos gali padidinti perfekcionizmu pasižyminčių studentų subjektyvų gyvybingumą bei bazinių psichologinių poreikių patenkinimą.

Metodika. Tyrime dalyvavo 108 studentai nuo 18 iki 44 metų, iš jų 80,6% buvo moterys. Atliktas eksperimentinis tyrimas. Registracijos į tyrimą metu dalyviai užpildė Beveik tobulą skalę (pataisytą versiją). Tyrimo pradžioje dalyviai atliko logines ir matematines užduotis, kurioms buvo parinktas per trumpas laikas, taip buvo siekta sukelti lūkesčių neatitikimo patirtį. Po to jie įvertino savo savijautą užpildydami Sukaupto dėmesio ir įsisąmoninimo skalę (būsenos versiją), Būsenos atjautos sau skalę (trumpąją versiją), Subjektyvaus gyvybingumo skalę (būsenos versiją) ir Bazinių psichologinių poreikių patenkinimo skalę. Toliau, priklausomai nuo eksperimentinės grupės (atjautos sau arba dėmesingo įsisąmoninimo) ar kontrolinės grupės (autogeninė treniruotė) į kurią atsitiktiniu būdu buvo priskirti, dalyviai individualiai išklauė trumpą autogeninės treniruotės, dėmesingo įsisąmoninimo meditacijos arba atjautos sau meditacijos įrašą, o tuomet dar kartą užpildė tas pačias skales. Duomenys analizuoti lyginant pakartotinių matavimų vidurkius.

Rezultatai. Gauti rezultatai atskleidė reikšmingus tyrimo dalyvių savijautos pokyčius. Išklauseis autogeninę treniruotę statistiškai reikšmingai padidėjo neadaptivių perfekcionistų atjautos sau, gyvybingumo, autonomijos, kompetencijos ir susietumo poreikių patenkinimo įverčiai (visi $p < 0,05$). Po dėmesingumo ir atjautos sau intervencijų reikšmingų gyvybingumo įverčių pokyčio šioje dalyvių grupėje nebuvo stebima ($p > 0,05$). Adaptivių perfekcionistų grupėje reikšmingi pokyčiai buvo aptikti tik po atjautos sau intervencijos: padidėjo atjautos sau, tačiau sumažėjo dėmesingumo įverčiai ($p < 0,05$).

Diskusija. Tyrimo rezultatai pagrindžia perfekcionizmo nevienalytiškumą bei skirtingus poreikius. Šie duomenys yra svarbūs tiek tolimesniems tyrimams, nagrinėjantiems efektyvias įveikos strategijas ir ilgalaikį jų poveikį, tiek praktinėje veikloje skatinant studentų gerovę, pritaikant pagalbos priemones pagal perfekcionizmo tipą.

Raktiniai žodžiai: perfekcionizmas; gyvybingumas; atjauta sau; dėmesingumas; baziniai psichologiniai poreikiai.

RELIGINIŲ IR DVASINIŲ SUNKUMŲ VAIDMUO SIEJANT POTENCIALIAI TRAUMUOJANČIUS ĮVYKIUS SU PSICHOLOGINIAIS SUNKUMAIS: SISTEMINĖ LITERATŪROS APŽVALGA

Adelė Petravičiūtė

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

Įvadas. Siekiant geriau suprasti potencialių trauminių įvykių (PTĮ) ryšio su psichologiniais sunkumais ypatumus, tyrimuose nagrinėjami papildomi ir tarpiniai veiksniai, tarp jų – religiniai ir dvasiniai sunkumai. Patiriama įtampa ir konfliktai, susiję su dvasiniais klausimais, gali sustiprinti šį ryšį arba veikti kaip tarpininkai, trauminėms patirtims paveikus individo bazinius įsitikinimus ar prasmės sistemą (Pirutinsky, 2024; Wortmann et al., 2011). Norint apžvelgti tyrimus, tikrinančius mediacinį ir moderacinį religinių ir dvasinių sunkumų vaidmenį siejant PTĮ su psichologiniais sunkumais, buvo atlikta sisteminė literatūros apžvalga.