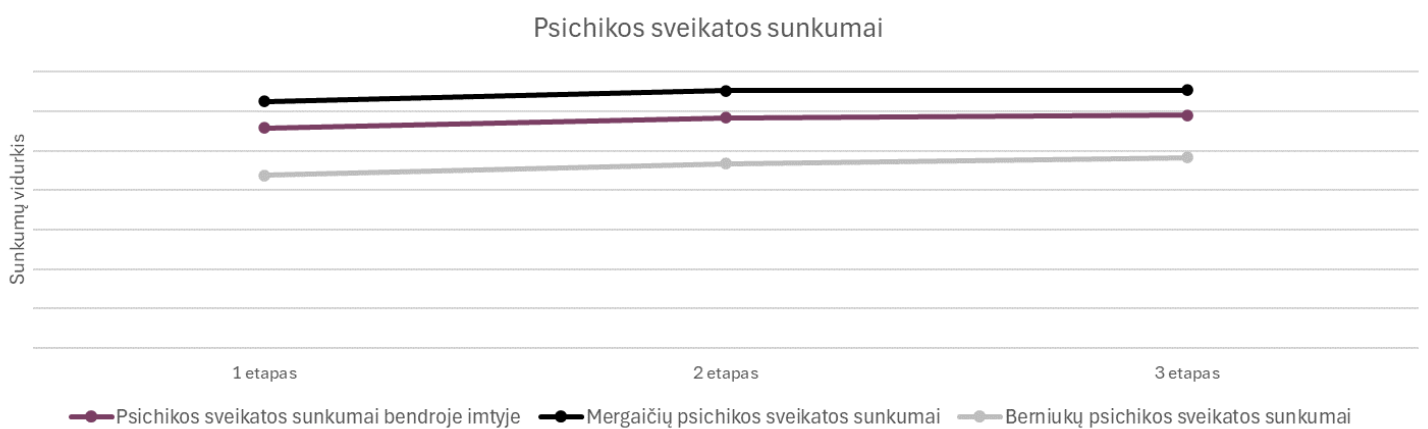


Vilniaus universiteto Psichologijos instituto Raidos psichopatologijos tyrimų centro mokslininkų vykdytame ilgalaikiame tyrime, skirtame asmenybės raidos pokyčio ir jo veiksmų supratimui, dalyvavo daugiau nei 800 paauglių nuo 6 iki 12 klasės. Tyrimas pradėtas 2020 metais – karantino dėl COVID-19 pandemijos metu ir užbaigtas 2023 metais. Čia pristatome dalį tyrimo radinių, aktualių mokykloms, didžiausių dėmesį sutelkiant į paauglių emocinės sveikatos pokyčius tyrimo metu.

BENDROS IMTIES REZULTATAI

LIETUVOS PAAUGLIŲ PSICHIKOS SVEIKATOS POKYČIAI 2020-2023 METAIS

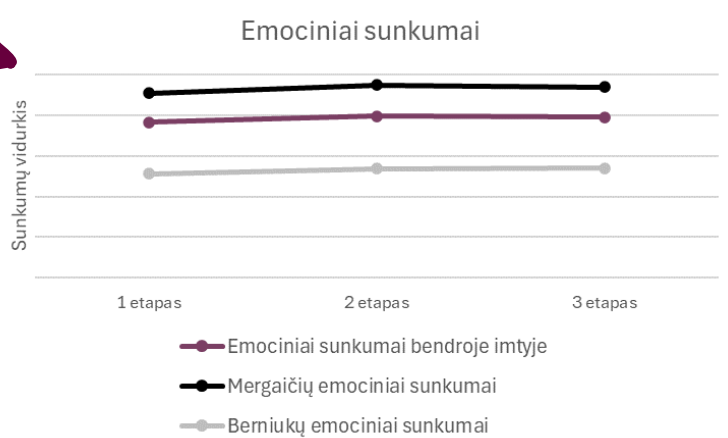
Psichikos sveikata – neatsiejama sveikatos ir gerovės dalis, kuria grindžiami mūsų individualūs ir kolektyviniai gebėjimai priimti sprendimus, kurti santykius ir formuoti pasaulį, kuriame gyvename (PSO). Šiame tyrime psichikos sveikata vertinta analizuojant paauglių patiriamus emocinius sunkumus bei elgesio sunkumus. Tyrimo rezultatai atskleidžia, kad po pirmojo etapo bendri psichikos sveikatos sunkumai reikšmingai didėjo ir išliko padidėję antrame bei trečiame tyrimo etapuose. Mergaitės visuose tyrimo etapuose nurodo daugiau psichikos sveikatos sunkumų.



Emociniai sunkumai

Emociniai sunkumai – nerimastingumas, baimingumas, užsisklendimas, nevertingumo ir beviltiškumo jausmai, depresiškumas ir juos lydintys somatiniai nusiskundimai.

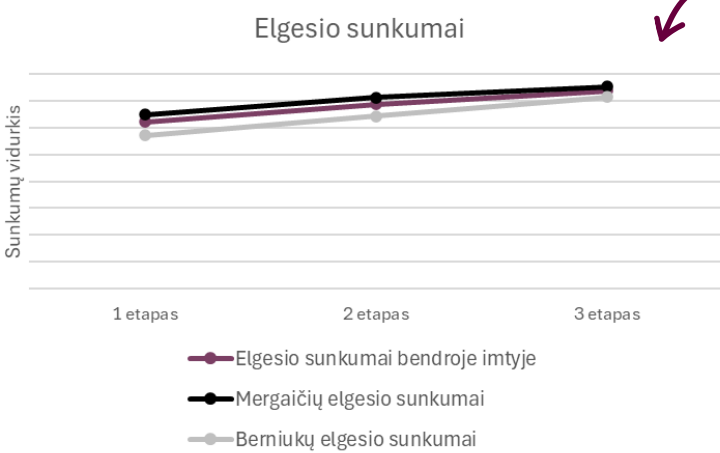
Emociniai sunkumai bendroje imtyje ir tarp mergaičių reikšmingai išaugo ir išliko padidėję antrame bei trečiame tyrimo etapuose. Tačiau emocinių sunkumų lygmuo berniukų tarpe tyrimo eigoje nesikeitė.



Elgesio sunkumai

Elgesio sunkumai – fizinė ar žodinė agresija prieš kitus, nepaklusnumas, priešiškus, visuomenės normų ar taisyklių pažeidimas (melavimas, vagystės, vandalizmas, mokyklos nelankymas).

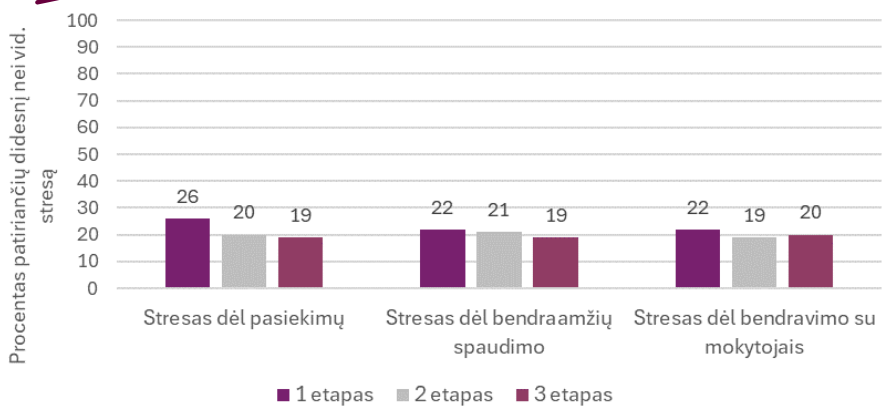
Tyrimo rezultatai atskleidžia, jog paaugliai nurodo išaugusius elgesio sunkumus – tiek mergaičių, tiek berniukų tarpe.



Stresas

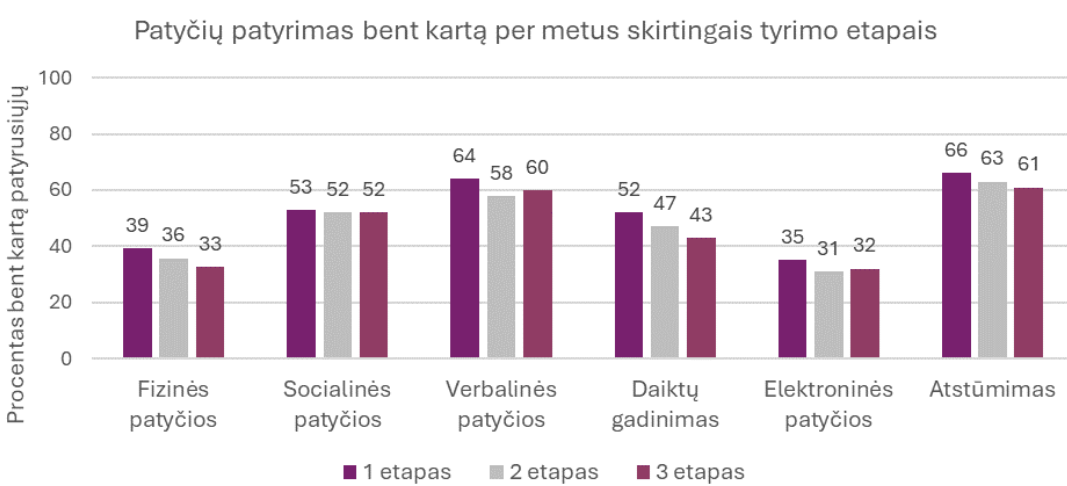
Stulpeliais parodytas procentas paauglių, kurie nurodė didesnę nei vidutinę patiriamo streso lygį akademinėse ir bendraamžių srityse. Po 1 etapo mažėjo mokinių, jaučiančių didelį stresą dėl pasiekimų, dalis.

P.S. Stresas dėl bendraamžių spaudimo – stresas ar nerimas, kurį paaugliai patiria dėl spaudimo atitikti bendraamžių lūkesčius, nors tai gali nesutapti su jų pačių vertybėmis, įsitikinimais ar tikslais (pavyzdžiui, jaučiamas spaudimas vartoti psichoaktyvias medžiagas).



Patyčios

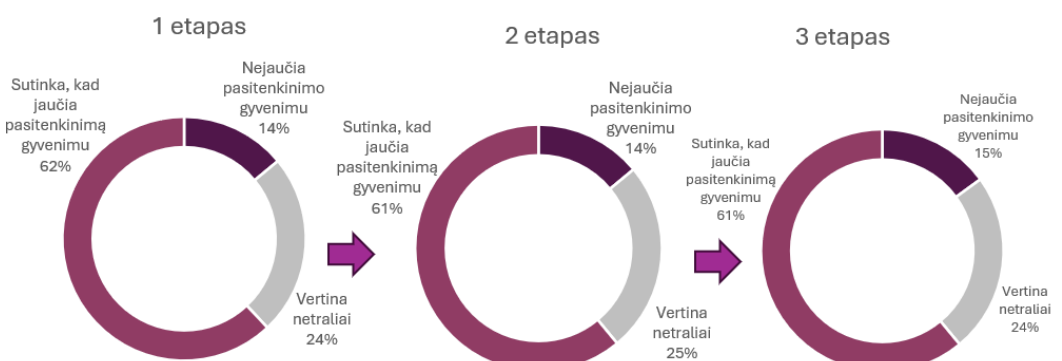
Bendras vidutinis patyčių patyrimas išliko ženkliai nepakitęs viso tyrimo metu. Tačiau paaugliai nurodo, jog reikšmingai sumažėjo fizinių patyčių bei daiktų gadinimo atvejų. Labiausiai paplitusios viso tyrimo metu išliko bendraamžių atstūmimo patirtys bei verbalinės patyčios.



AKADEMINĖ MOTYVACIJA
Akademinė motyvacija – t. y. noras mokytis ir keliama sau tikslai, išliko stabili viso tyrimo metu.

Pasitenkinimas gyvenimu:

Nors vidutinis pasitenkinimas gyvenimu po pirmo etapo kiek sumažėjo, paauglių, nurodančių, jog nejaučia pasitenkinimo gyvenimu, dalis tyrimo metu reikšmingai nekito.

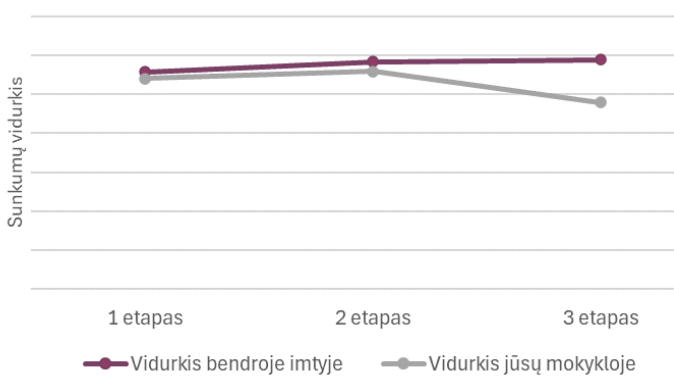


VILNIAUS PILAITĖS GIMNAZIJOS REZULTATAI

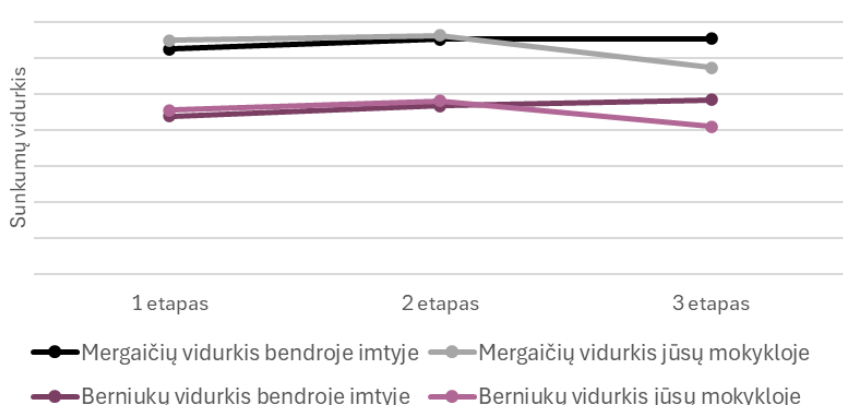
JUOS GALITE Palyginti su bendrais tyrimo rodiniais

Pavaizduoti vidutiniai psichikos sveikatos sunkumų įverčiai bendroje imtyje ir jūsų mokykloje bei šių sunkumų vidutiniai įverčiai mergaičių ir berniukų grupėse. Džiugu matyti, jog jūsų mokykloje psichikos sveikatos sunkumai mažėjo. Matyti, kad tiek jūsų mokyklos mergaičių, tiek berniukų grupėse vidutiniai psichikos sveikatos sunkumai mažėjo (bendrojoje imtyje – augo).

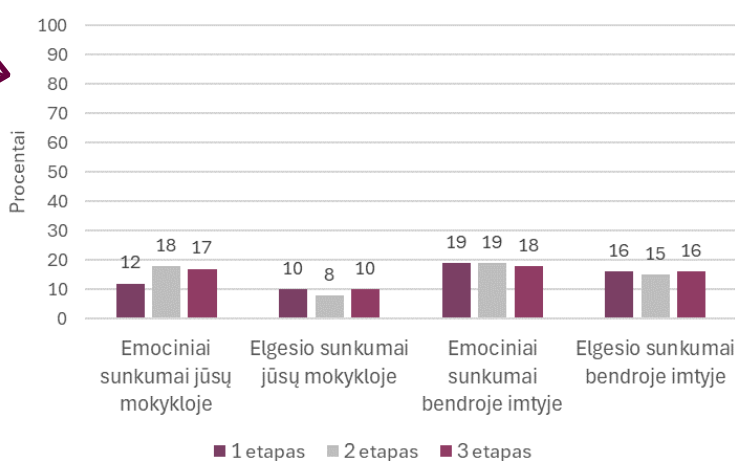
Psichikos sveikatos sunkumai



Psichikos sveikatos sunkumai - mergaitės ir berniukai

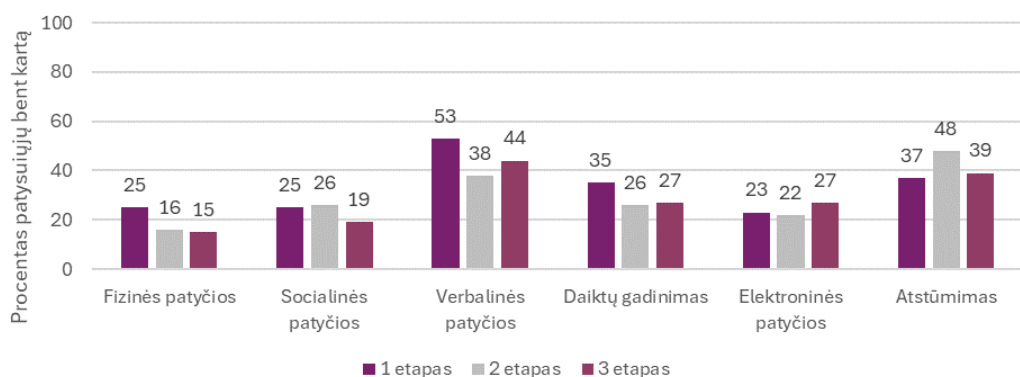


Procentas mokinių jūsų mokykloje skirtingais tyrimo etapais nurodžiusių daugiau nei vidutiniškai emocinių ar elgesio sunkumų, kai lyginame su visais tyrime dalyvavusiais mokiniais. Galima matyti, jog jūsų mokykloje kiek išaugo mokinių, patiriančių didesnius nei vidutiniai emocinius sunkumus, dalis. Džiugu matyti, jog mokinių, patiriančių didesnius nei vidutiniai elgesio sunkumus, jūsų mokykloje išlieka mažiau nei bendrojoje imtyje.



Patyčios

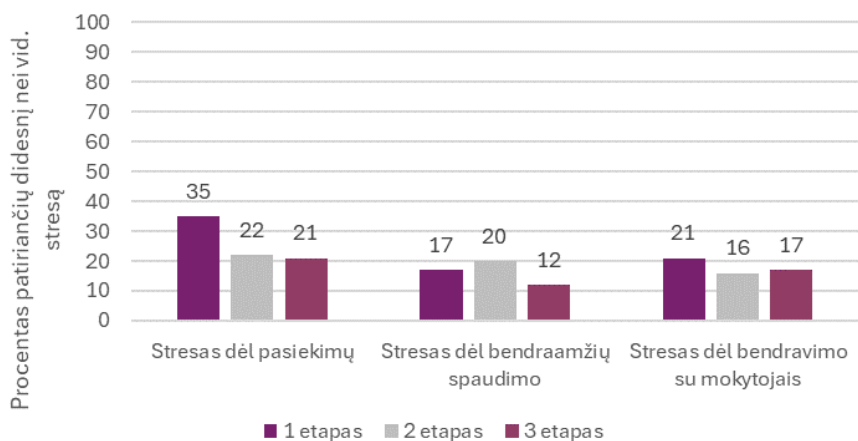
Patyčių patyrimas bent kartą per metus skirtingais tyrimo etapais



Procentas mokinių jūsų mokykloje, nurodžiusių bent kartą patyrę įvairaus pobūdžio patyčias skirtingais tyrimo etapais. Matyti, kad 2-jame tyrimo etape, t.y., po pandemio laikotarpio, daugiau paauglių nurodė patyrę atstūmimą, tačiau 3-ajame etape šių atvejų vėl mažėjo. Jūsų mokykloje svarbu atkreipti dėmesį į 3-ajame etape išaugusius verbalinių (lyginant su 2-uoju etapu) bei elektroninių patyčių atvejus. Džiugu matyti, jog jūsų mokykloje mažėjo fizinių, socialinių patyčių bei daiktų gadinimo atvejų.

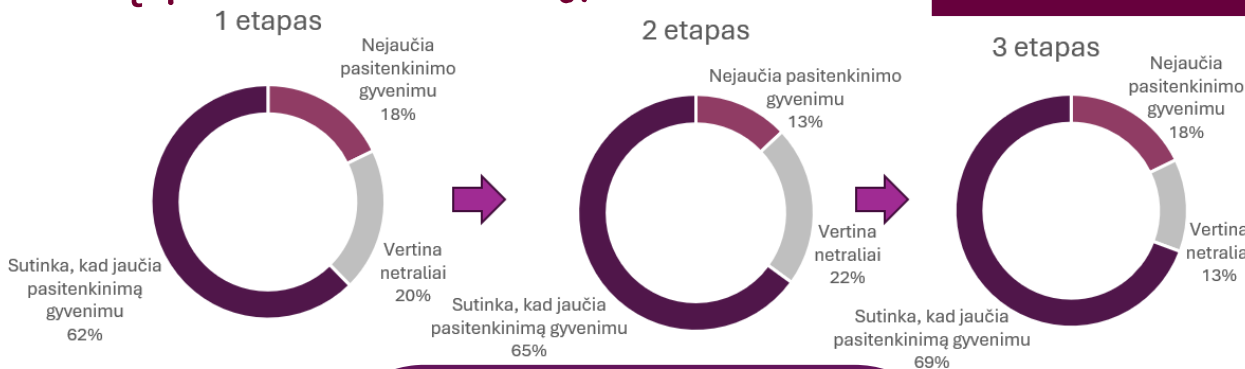
Stresas

Streso patyrimo pokyčiai



Procentas mokinių jūsų mokykloje, nurodžiusių aukštesnį nei vidutinį streso lygį skirtingais tyrimo etapais. Matoma mažėjanti mokinių, jaučiančių didelį stresą dėl pasiekimų, bendravimo su mokytojais, dalis. Matyti, kad 2-jame tyrimo etape daugiau paauglių nurodė patiriantys didelį stresą dėl bendraamžių spaudimo, tačiau 3-ajame etape ši dalis vėl mažėjo.

Mokinių pasitenkinimas gyvenimu



Jūsų mokykloje matyti auganti mokinių, jaučiančių pasitenkinimą gyvenimu, dalis.

Įžvalgos bei rekomendacijos:

Tyrimas pradėtas pandemijos laikotarpiu, kai po mokymosi namuose teko grįžti į mokymąsi mokykloje, o 2022 metais prasidėjo ir karas Ukrainoje, tad didesnė psichikos sveikatos sunkumų raiška gali būti sietina ir su padidėjusiu neapibrėžtumu, nesaugumu, baimės jausmu, pasikeitusia rutina ar kitais mums nežinomais veiksniais.

Jūsų mokykloje būtų svarbu atkreipti dėmesį į augančių mokinių, patiriančių didesnius nei vidutiniai emocinius sunkumus, dalį, tačiau džiugu, kad vidutiniai psichikos sveikatos sunkumai mergaičių ir berniukų grupėse mažėjo. Taip pat svarbu atkreipti dėmesį į augančių mokinių, patyrusių verbalines bei elektronines patyčias, dalį. Džiugu matyti mažėjančius fizinių patyčių atvejus jūsų mokykloje, mažėjančių mokinių, jaučiančių didelį stresą dėl pasiekimų ir dėl bendravimo su mokytojais, dalį, augantį mokinių pasitenkinimą gyvenimu.

Svarbu pažymėti, kad čia pateikti tyrimo rezultatai pagrįsti tik dalies mokinių pateikta informacija. Todėl jie gali neatspindėti bendrosios jūsų mokyklos situacijos.