

MOKSLEIVIŲ VIDINĖS DARNOS, PSICHOSOCIALINĖS APLINKOS IR PSICHOLOGINĖS BŪSENOS SĄSAJOS, KAUNO VIDURINĖS MOKYKLOS DUOMENIMIS

Kristina Kirtiklytė, Vilija Malinauskienė

Lietuvos kūno kultūros akademija

Santrauka

Tyrimo tikslas – įvertinti moksleivių vidinę darną ir atskleisti jos sąsajas su psichosocialine aplinka mokykloje bei šeimoje ir psichologine būsena.

Medžiaga ir metodai. Straipsnyje analizuojamos Kauno miesto X vidurinės mokyklos moksleivių vidinės darnos, psichosocialinės aplinkos ir psichologinės būsenos sąsajos. Naudojant anoniminį klausimyną apklaustas V–IX klasių 291 moksleivis (138 mergaitės ir 153 berniukai), vertinant priekabiavimo mokykloje, smurto ir krizių šeimoje paplitimą. Moksleivių vidinė darna buvo tiriamas remiantis Antonovsky'o 13 klausimų skale. Vidinė skalės dermė, išreikšta Cronbach alpha koeficientu, buvo 0,892. Psichologinės būsenos rodmenys (jaučiasi vienišas, nelaimingas, galvoja apie savižudybę, blogai jaučiasi mokykloje, sunku susirasti draugų, liūdesys, irzlumas, įtampa, nemiga, silpnumas, jaučiasi pavargęs ryte, nugaros skausmai, bloga sveikata) teigiamai vertinti tada, kai moksleiviai juos jautė dažniau nei kartą per savaitę.

Rezultatai. Žema vidinė darna pasižymėjo 6,4 proc. moksleivių. Dažną priekabiavimą (kartą per savaitę ir dažniau) patyrė 16,6 proc. tiriamųjų. Turintys žemą vidinę darną moksleiviai 4 kartus dažniau patyrė dažną priekabiavimą mokykloje ($p = 0,003$). Daugiau kaip 30 proc. respondentų jautė įtampą, irzlumą, liūdesį, pusė apklaustųjų jautėsi pavargę ryte. Smurtą šeimoje patyrė 8,6 proc., krizes šeimoje (tėvų skyrybos, šeimos nario mirtis ar nepagydoma liga, sunkios finansinės problemos šeimoje) – 13,1 proc. tiriamųjų. Žemos vidinės darnos grupės moksleiviai 3,59 karto dažniau rūkė, o vidutinės vidinės darnos grupės moksleiviai 1,86 karto patikimai dažniau rūkė, palyginti su aukštos vidinės darnos grupės tiriamaisiais. Stebėtos reikšmingos sąsajos tarp moksleivių vidutinės vidinės darnos (palyginti su aukšta vidine darną), alkoholio vartojimo (kas savaitę ir dažniau) ir mažo fizinio aktyvumo (rečiau kaip 1 kartą per savaitę). Taikant logistinės regresinės analizės modelį nustatytos reikšmingos sąsajos tarp moksleivių žemos vidinės darnos ir dažno priekabiavimo mokykloje, mažo fizinio aktyvumo bei krizių šeimoje.

Išvados. Stebėtos reikšmingos sąsajos tarp moksleivių žemos vidinės darnos, patirto dažno priekabiavimo mokykloje, psichosocialinės šeimos aplinkos ir psichologinės būsenos.

Raktažodžiai: priekabiavimas mokykloje, vidinė darna, moksleiviai, sveikatos nusiskundimai, krizės šeimoje.

ĮVADAS

Anot A. Antonovsky'o, vidinė darna pradeda formuotis jau vaikystėje. Galutinai ji susiformuoja apie trisdešimtuosius gyvenimo metus ir vėliau išlieka daugiau ar mažiau pastovi, tad paauglystės periodas, kurio metu tęsiasi vidinės darnos formavimasis, labai svarbus [1]. Vidinė darna pasireiškia žmonių ramumu, atvirumu, pasitikėjimu savimi ir vidiniu stabilumu, pozityviais

santykiais su pasauliu ir pačiu savimi, pozityviai lemia augančio žmogaus asmenybės brendimą [2].

Salutogenezės teorija yra viena iš šiuolaikinių sveikatos teorijų, kurią išplėtojo A. Antonovsky. Kitaip nei daugelis kitų mokslininkų, jis aiškino, kodėl žmonės yra sveiki, o ne kodėl jie serga, siūlė vertinti sveikatą kaip tarpininką tarp gerovės ir ligos. Vidinę darną jis apibūdino kaip globalią žmogaus gyvenimo orientaciją ir išskyrė tris pagrindinius jos komponentus [1]. Pirmas darnos komponentas – tai aiškumo jausmas, suprantamumas. Turintis šį jausmą žmogus yra tikras, kad iš vidinės ir išorinės aplinkos ateinantys impulsai yra aiškinami ir tikėtini, o ne migloti ir chaotiški. Kitas vidinės darnos komponentas – gebėjimas kontroliuoti situaciją. Žmogus, kurio šios kontrolės jausmas yra tvirtas, tiki, jog pats galės išspręsti problemą arba

Adresas susirašinėti: Kristina Kirtiklytė,
Lietuvos kūno kultūros akademijos
Sveikatos ir fizinio aktyvumo katedra,
Sporto g. 6, 44221 Kaunas.
El. p. kristukee@gmail.com

prašyti pagalbos ir jos susilaukti. Kontrolės jausmas yra silpnas, jei žmogus jaučia, kad jį valdo įvykiai, kad negali pasitikėti jam svarbiais žmonėmis arba gyvenimas jam yra neteisingas. Trečias vidinės darnos komponentas – prasingumo jausmas – reiškia, kad visi išoriniai ir vidiniai impulsai ir reikalavimai verti pastangų, pasiaukojimo, išsipareigojimų. Prasmės jausmas yra žemas, jei žmogus daugelį savo užsiėmimų laiko nevertais pastangų ir beprasmybių.

Remiantis salutogenezės teorija, žmogus turi bendruosius atsparumo išteklius, kurie padeda įveikti gyvenimo sunkumus (vieni žmonės įveikia stresą ir lieka sveiki, o kiti suserga). Galimybė panaudoti bendruosius atsparumo išteklius priklauso nuo vidinės darnos lygio. Vidinės darnos lygį lemia tai, kaip mes pažįstame mūsų gyvenimo reiškinius, suvokiame elgseną ir motyvus. Veikiamas stresoriaus asmuo, pasižymintis aukštesniu vidinės darnos lygiu, turės motyvų įveikti sunkumą (įžvelgs prasmę), tikės, kad šis gyvenimo iššūkis yra suprantamas, kad turi pakankamai jėgų įveikti sunkumus [1].

Gera paauglio psichologinė savijauta mokykloje yra vienas svarbiausių veiksnių, lemiančių jo gyvenimą ir tolesnę socialinę raidą, kuri priklauso nuo besiformuojančios vidinės darnos ir jai įtaką darančių išorės veiksnių. Moksleivių vidinės darnos mažėjimas, priekabiavimas mokykloje ir sveikatos nusiskundimai – tai problemos, kurios negali būti nagrinėjamos atskirai, nes visuomenės sveikatos požiūriu su žmogaus psichologine būkle glaudžiai susijusi ir fizinė sveikata [3]. Dažno priekabiavimo aukos pasižymi didele elgesio, psichologinių ir psichosomatinių simptomų įvairove, žema vidine darna [4]. Tyrimai rodo, kad dažnas priekabiavimo patyrimas turi glaudžias sąsajas su aukštu nerimo laipsniu, didesniu depresyvumu ir suicidinėmis mintimis [5, 6]. Nemažai tyrimų rodo, kad priekabiavimo patyrimas itin paveikia vaikų savęs vertinimą ir savo efektyvumo suvokimą daugumoje kasdieninio gyvenimo sričių [7]. Priekabiavimą patiriantys vaikai pasižymi žema saviverte ne tik priekabiavimo metu, bet ir vėliau, jie linkę save prasčiau vertinti tiek santykiuose su bendraamžiais, tiek kalbėdami apie savo akademinius pasiekimus ar kitus gebėjimus [8]. Tyrimų duomenys patvirtina, kad aukštas vidinės darnos lygis padeda sėkmingiau kovoti su stresinėmis gyvenimo situacijomis [9].

Tačiau ne visi vaikai turi geras psichologines sąlygas vaikystėje. Jaunystėje patirtas emocinis atmetimas, smurtas, krizės šeimoje, ypač kai neįveikiama psichologinė parama, suaugus gali nulemti depresijos

pojūtį bei paskatinti vystytis širdies ir kraujagyslių sistemos susirgimus [10].

Vidinės darnos jausmas laikomas ypač svarbiu psichologiniu veiksniu, turinčiu įtakos sveikatai, lemiančiu reakcijos į aplinkos pokyčius adekvatumą [1]. Psichologinė žmogaus sveikata yra tiesioginė jo vidinės darnos pasekmė [11]. Anot A. Antonovsky'o, vidinė darna gali būti siejama su fizine ir psichologine žmogaus sveikata. Šią nuomonę patvirtina įvairūs tyrimai [12, 13]. Stiprus vidinės darnos jausmas gali apsaugoti priekabiavimo aukas nuo traumuojančių pasekmių [14]. Lietuvoje atlikti tyrimai parodė, kad kiekvienais paauglystės metais aukštą vidinę darną turinčių paauglių skaičius mažėja [15]. Šiuo metu matomas intensyvus pasaulinės visuomenės rūpinimasis psichikos sveikata, didėjančia psichikos sutrikimų ekonomine ir socialine našta. XX a. pabaigoje nuolat daugėja mokslo duomenų, kad psichikos sveikata tampa visuomenės sveikatos rūpesčiu. Problemos aktualumą rodo visuomenės ir politikų dėmesys psichikos sveikatai [16].

Šio tyrimo tikslas – įvertinti moksleivių vidinę darną ir atskleisti jos sąsajas su psichologine būseną, patiriamu priekabiavimu mokykloje ir šeimos problemomis. Hipotezė: keliami prielaida, kad moksleivių vidinė darna yra susijusi su jų psichologine būseną ir psichosocialine aplinka mokykloje bei šeimoje.

TYRIMO OBJEKTAS IR METODAI

Tyrimas buvo atliekamas 2007–2008 m. vienoje Kauno miesto vidurinių mokyklų. Anoniminėje apklausoje dalyvavo 291 (138 mergaitės ir 153 berniukai) V–IX klasių moksleivis (atsako dažnis 67,8 proc.). Anketą sudarė 56 klausimai, apimantys informaciją apie moksleivių patiriamą priekabiavimą mokykloje, psichologinės būsenos rodmenis (jaučiasi vienišas, nelaimingas, galvoja apie savižudybę, blogai jaučiasi mokykloje, sunku susirasti draugų, liūdesys, irzlumas, įtampa, nemiga, silpnumas, jaučiasi pavargęs ryte, nugaros skausmai, bloga sveikata). Teigiama vertinti tie nusiskundimai, kuriuos moksleiviai jautė dažniau nei kartą per savaitę. Patirtas priekabiavimas mokykloje buvo vertintas kaip dažnas, jeigu jis kartojosi kartą per savaitę ir dažniau per paskutinius šešis mėnesius. Remiantis H. Leymanno kriterijumi, dažnas priekabiavimas – 1 kartą per savaitę ir dažniau nors vienas priekabiuojančio elgesio aktas, užsitęsęs bent 6 mėnesius [17]. Patirtas priekabiavimas mokykloje vertintas kaip atsitiktinis, jei kartojosi rečiau negu kartą per savaitę.

Moksleivių vidinė darna buvo tiriama remiantis Antonovsky'o 13 klausimų skale su galimais 5 atsakymais [1]. Susumuoti atsakymų variantai ir vidinė darną skirstyta į terciles ir kvartiles. Vidinė skalės dėmė, išreikšta *Cronbach alpha* koeficientu, buvo 0,892. 44–66 balų suma priskirta aukštos vidinės darnos grupei, 28–43 balų suma – vidutinės ir 13–27 balų suma – žemos vidinės darnos grupei. Stresai namuose sugrupuoti į 2 grupes: nėra, reti konfliktai / yra (namuose nuolatinė įtampa ir dažni konfliktai). Kritinės situacijos šeimoje suskirstytos į šias grupes: nėra / yra (tėvų skyrybos, šeimos nario mirtis arba nepagydoma liga ir sunkios finansinės problemos šeimoje). Dažnai smurtą namuose patiriantys moksleiviai buvo laikomi tie, kurie smurtą patyrė 2–3 kartus per mėnesį, kartą arba keletą kartų per savaitę. Rūkančiųjų grupei priskyrėme asmenis, kurie prisipažino, kad „rūko“, „rūkė, bet metė“ ir „šiomet pradėjo rūkyti“. Atsakydami į klausimą apie alkoholinių gėrimų vartojimą, respondentai galėjo pasirinkti atsakymą iš šių variantų: „nevartoju“, „vartoju 2–3 kartus per metus“, „vartoju atsitiktinai“, „vartoju kas mėnesį“ ir „vartoju kas savaitę ir dažniau“. Dažnai vartojančių alkoholinius gėrimus grupei priskyrėme asmenis, kurie prisipažino alkoholį vartoję kas savaitę ir dažniau. Moksleiviai vertinti kaip fiziškai mažai aktyvūs, jei sportuoja bent 30 minučių taip, kad pagreitėtų kvėpavimas ir suprakaituotų mažiau nei kartą per savaitę.

Duomenų statistinė analizė buvo atlikta naudojant SPSS (13.0 versija) programinį paketą. Vertintas patikimumo lygmuo ($p < 0,05$), chi kvadrato kriterijus. Sąsajoms tarp vidinės darnos ir psichologinės būsenos rodmenų, žalingos elgsenos, patirto priekabiavimo mokykloje bei traumų šeimoje vertinti

apskaičiuotas galimybių santykis (GS) ir jo 95 proc. pasikliautinieji intervalai (PI). Vidinės darnos lygis (tercilės) naudotas kaip nepriklausomas kintamasis. Priklausomais kintamaisiais buvo psichologinės būsenos rodmenys, žalinga elgsena (rūkymas, dažnas alkoholio vartojimas), dažnai ir atsitiktinai patirtas priekabiavimas mokykloje bei traumos šeimoje.

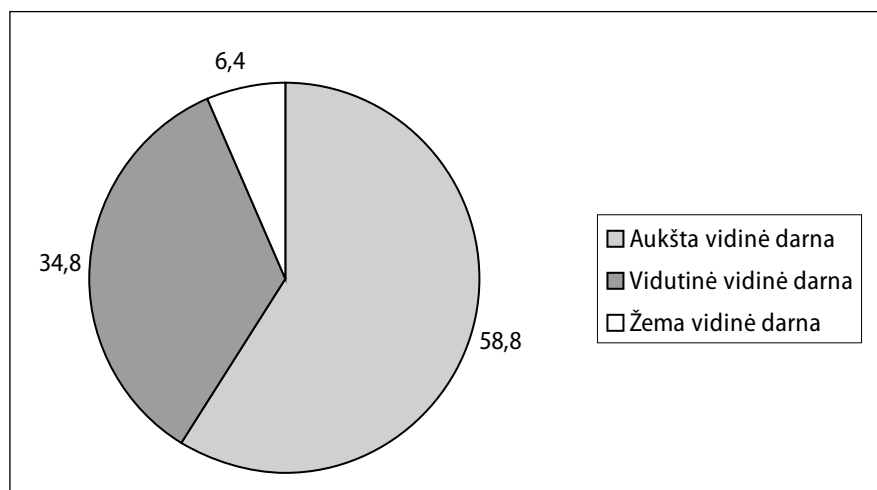
Siekiant įvertinti atskiros veiksnio įtaką esant sąsajoms su kitais veiksniais, atlikta daugiaveiksniė analizė (logistinė regresija). Vidinės darnos žemiausia kvartilė buvo tirta kaip priklausomas kintamasis ir stebėta, kaip psichosocialiniai rizikos veiksniai (dažnai ir atsitiktinai patirtas priekabiavimas mokykloje, krizės šeimoje), žalinga elgsena (rūkymas, dažnas alkoholio vartojimas, mažas fizinis aktyvumas), taikant daugiaveiksniės logistinės regresijos analizės modelį, buvo susijusi tarpusavyje ir su žema moksleivių vidine darną. Apskaičiuotas atskiros rizikos veiksnio GS ir jo 95 proc. PI esant sąryšiui su kitais veiksniais.

REZULTATAI

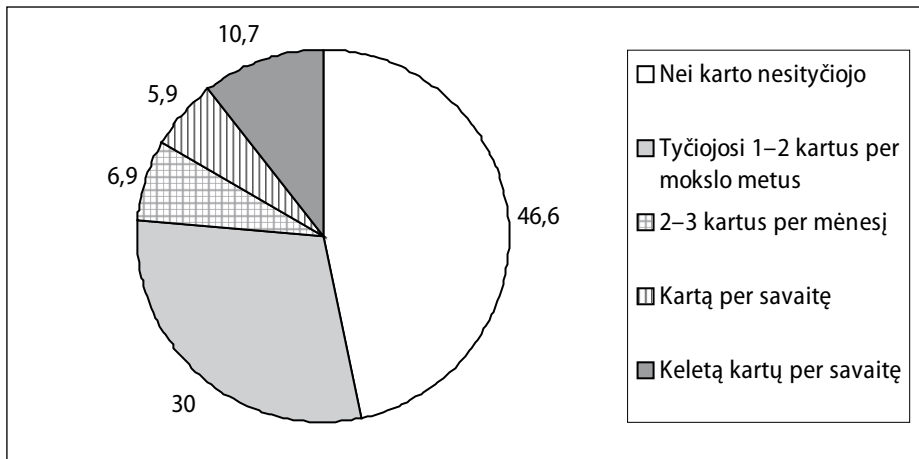
Tiriant moksleivių pasiskirstymą pagal vidinės darnos laipsnį nustatyta, kad net 58,8 proc. respondentų pasižymėjo aukšta vidine darną ir tik 6,4 proc. tiriamųjų buvo būdinga žema vidinė darną (1 pav.).

Tiriamųjų pasiskirstymą pagal patiriamo priekabiavimo mokykloje dažnį atskleidžia 2 pav.

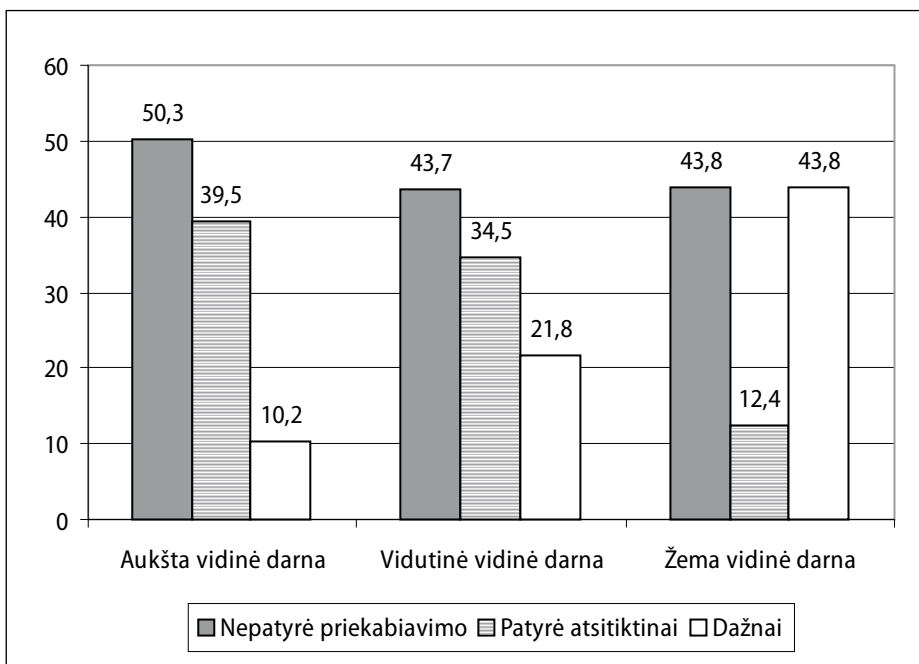
Moksleivių, patyrusių priekabiavimą kelis kartus per mokslo metus, buvo 30 proc., o patyrusių priekabiavimą keletą kartų per savaitę – 10,7 proc. Dažną priekabiavimą (kartą per savaitę ir dažniau) patyrė 16,6 proc. apklaustųjų. Visiškai nepatyrusių priekabiavimo per paskutinius mokslo metus buvo 46,6 proc. respondentų.



1 pav. Moksleivių pasiskirstymas pagal vidinės darnos laipsnį (proc.)



2 pav. Moksleivū pasiskirstymas pagal patirto priekabiavimo daŒnū (proc.)



3 pav. Moksleivū patirto priekabiavimo paplītēms vidinēs darnos grupēsē

Tiriant priekabiavimo pasiskirstymā vidinēs darnos grupēsē nustatyta, kad aukštos vidinēs darnos grupēsē tik 10,2 proc. moksleivū mokyklosē patyrē daŒnā priekabiavimā (3 pav.). Vidutinēs vidinēs darnos grupēsē 21,8 proc. apklaustūjū patyrē daŒnā priekabiavimā, o Œemas vidinēs darnos grupēsē net 43,8 proc. respondentū patyrē daŒnā priekabiavimā mokyklosē. Œie rezultāti yra statistiškai reikšmingi ($p = 0,003$).

Moksleivū psihologinēs būsēnos sutrikimū daŒniai pateikti 1 lentelēsē. Irzlumā jautē 40,3 proc., Œtampā 31,4 proc., liūdesū 30,8 proc. tiriamūjū. Net 51,7 proc. moksleivū jautēsē pavargē ryte.

Moksleivū pasiskirstymas pagal per paskutinius mokslo metus patirtas problemas Œeimosē pateiktas 2 lentelēsē. Smurtā Œeimosē patyrē 8,6 proc., krizes

1 lentelē. Moksleivū psihologinēs būsēnos sutrikimū daŒniai

Psichologinēs būsēnos rodmenys	Abs. skč.	Proc.
Jaučiasi nelaimingas	19	6,5
Sunku susirasti draugū	45	15,5
Galvoja apie saviŒudybē	11	3,8
Jaučia vienišumā	22	7,6
Blogai jaučiasi mokyklosē	29	10,0
Nugaros skausmas	50	17,9
Liūdesys	85	30,8
Irzlumas	114	40,3
Œtampa	89	31,4
Nemiga	82	29,5
Silpnumas	64	22,6
Jaučiasi pavargēs ryte	148	51,7

2 lentelė. Moksleivių pasiskirstymas pagal per pastutinius mokslo metus šeimoje patirtas problemas

Patirtos problemos	Abs. skč.	Proc.
Smurtas šeimoje	25	8,6
Dažni konfliktai ir nuolatinė įtampa	17	5,9
Krizės šeimoje	38	13,1

šeimoje (tėvų skyrybos, šeimos nario mirtis ar nepagydoma liga, sunkios finansinės problemos šeimoje) išgyveno 13,1 proc. apklaustųjų.

Tarp moksleivių daugiausiai buvo tokių, kurie sportavo 2–3 kartus per savaitę (26,1 proc.). Kasdien sportavo 21,3 proc. respondentų. Visiškai nesportavo 4,4 proc. tiriamųjų. Tarp apklaustų moksleivių rūkymas gana paplitęs: net 22,38 proc. respondentų rūko arba kažkada anksčiau rūkė. Tyrimo duomenimis, alkoholį moksleiviai vartoja gana dažnai. Nustatyta, jog daugiau kaip pusė apklaustųjų vartoja alkoholinius gėrimus. Kas savaitę ir dažniau alkoholį vartoja net 5,9 proc. tiriamųjų.

Tyrimo duomenys atskleidė, kad moksleiviai, turintys vidutinę vidinę darną, 3,62 karto patikimai dažniau jautė vienišumą, o tyrimo dalyviai su žema vidine darną beveik 12 kartų dažniau jautė vienišumą, palyginti su aukšta vidine darną pasižyminčiais respondентаis. Panašūs rezultatai gauti analizuojant ir kitų moksleivių psichologinės būsenos rodmenų (nelaimingas, sunku susirasti draugų, mintys apie savižudybę, įtampa, blogai jaučiasi mokykloje, liūdesys, nemiga, silpnumas, pavargęs ryte, bloga sveikata) sąsajas su vidine darną. Moksleivių jaučiamas nugaros skausmas taip pat patikimai siejosi su jų vidinės darnos lygiu (3 lentelė).

Tyrimu nustatėme psichosocialinių šeimos aplinkos veiksnių sąsajas su vidine darną, aukštos vidinės darnos grupę palygindami su vidutinės ir žemos vidinės darnos grupę (4 lentelė). Išsiaiškinome, kad moksleivių patiriamas smurtas namuose yra reikšmingai susijęs su jų vidinės darnos lygiu. Žemos vidinės darnos grupės moksleiviai 4,62 karto dažniau patyrė smurtą namuose, palyginti su aukštos vidinės

3 lentelė. Moksleivių psichologinės būsenos rodmenų sąsajos su vidine darną

Psichologinės būsenos rodmenys	Aukšta vidinė darną	Vidutinė vidinė darną		Žema vidinė darną	
	Proc.	Proc.	GS; 95 proc. PI	Proc.	GS; 95 proc. PI
Vienišumas	2,7	9,2	3,62; 1,06–12,4	25,0	11,92; 2,64–53,72
Nelaimingas	2,7	9,2	3,62; 1,06–12,40	31,3	16,25; 3,81–69,33
Sunku susirasti draugų	12,9	16,1	1,29; 0,61–2,73	37,5	4,04; 1,32–12,40
Mintys apie savižudybę	1,4	3,4	2,59; 0,42–15,81	25,0	24,17; 4,01–145,7
Įtampa	18,1	51,8	4,87; 2,67–8,88	40,0	3,03; 1,00–9,24
Blogai jaučiasi mokykloje	6,2	14,9	2,67; 1,09–6,55	25,0	5,07; 1,36–18,94
Liūdesys	18,4	45,8	3,74; 2,04–6,85	53,3	5,06; 1,68–15,19
Nemiga	22,9	34,9	1,81; 1,00–3,30	60,0	5,06; 1,68–15,30
Silpnumas	12,6	27,4	2,62; 1,32–5,21	46,7	6,08; 1,97–18,78
Pavargęs ryte	37,9	68,2	3,52; 2,00–6,20	68,8	3,60; 1,19–10,91
Bloga sveikata	2,1	3,5	1,72; 0,34–8,73	18,8	11,0; 2,01–60,10
Nugaros skausmai	12,6	16,7	1,39; 0,65–2,96	35,7	3,86; 1,16–12,81

GS – galimybių santykis (lyginamoji – aukštos vidinės darnos grupė); PI – pasikliautiniai intervalai.

4 lentelė. Psichosocialinių šeimos aplinkos ir gyvenamosios veiksnų sąsajos su moksleivių vidine darną

Veiksniai	Aukšta vidinė darną	Vidutinė vidinė darną		Žema vidinė darną	
	Proc.	Proc.	GS; 95 proc. PI	Proc.	GS; 95 proc. PI
Smurtas namuose	4,8	11,5	2,60; 0,95–7,10	18,8	4,62; 1,06–20,01
Įtampa ir konfliktai namuose	3,4	8,0	2,49; 0,76–8,09	13,3	4,37; 0,77–24,78
Krizės šeimoje	10,2	16,1	1,69; 0,77–3,69	25,0	2,93; 0,84–10,25
Alkoholis (kas savaitę)	3,4	11,5	3,66; 1,21–11,1	6,3	1,88; 0,21–17,17
Rūkymas	17,8	28,7	1,86; 1,00–3,49	43,8	3,59; 1,23–10,52
Fizinis aktyvumas (< 1 kartą per savaitę)	21,1	37,9	2,29; 1,27–4,11	37,5	2,25; 0,76–6,66

GS – galimybių santykis (lyginamoji – aukštos vidinės darnos grupė); PI – pasikliautiniai intervalai.

darnos grupės tiriamaisiais. Tyrimo dalyviai su žema ir vidutine vidine darna dažniau jaučia konfliktus ir patiria krizes šeimoje (4 lentelė).

Tyrimo rezultatai taip pat atskleidė, kad žemos vidinės darnos grupės moksleiviai 3,59 karto dažniau rūkė, o vidutinės vidinės darnos grupės moksleiviai 1,86 karto patikimai dažniau rūkė, palyginti su aukštos vidinės darnos grupės tiriamaisiais (4 lentelė). Nustatyta reikšmingos sąsajos tarp moksleivių vidutinės vidinės darnos (palyginti su aukšta vidine darna) ir alkoholio vartojimo (kas savaitę ir dažniau) ir mažo fizinio aktyvumo (rečiau kaip 1 kartą per savaitę).

Žema vidinė darna susijusi su patiriamais neigiamais išgyvenimais šeimoje ir žalingais įpročiais. Mes analizavome moksleivių vidinės darnos sąsajas su patiriamu priekabiavimu mokykloje, gyvenamos rizikos veiksniais (rūkymas, alkoholio vartojimas, fizinis aktyvumas) ir šeimos problemomis (krizės šeimoje) logistinės regresijos analizės modelyje (4 pav.).

Atlikę logistinę regresijos analizę, nustatėme, kad rūkymo pakoreguotas galimybių santykis žemiausiai vidinės darnos kvartilei buvo $GS = 1,33$ (95 proc. PI 0,65–2,70), mažo fizinio aktyvumo $GS = 2,68$ (95 proc. PI 1,42–5,07), alkoholio vartojimo kas savaitę ir dažniau $GS = 1,78$ (95 proc. PI 0,54–5,82), krizių šeimoje $GS = 2,01$ (95 proc. PI 0,93–4,37), dažno priekabiavimo $GS = 2,77$ (95 proc. PI 1,26–6,09) (4 pav.).

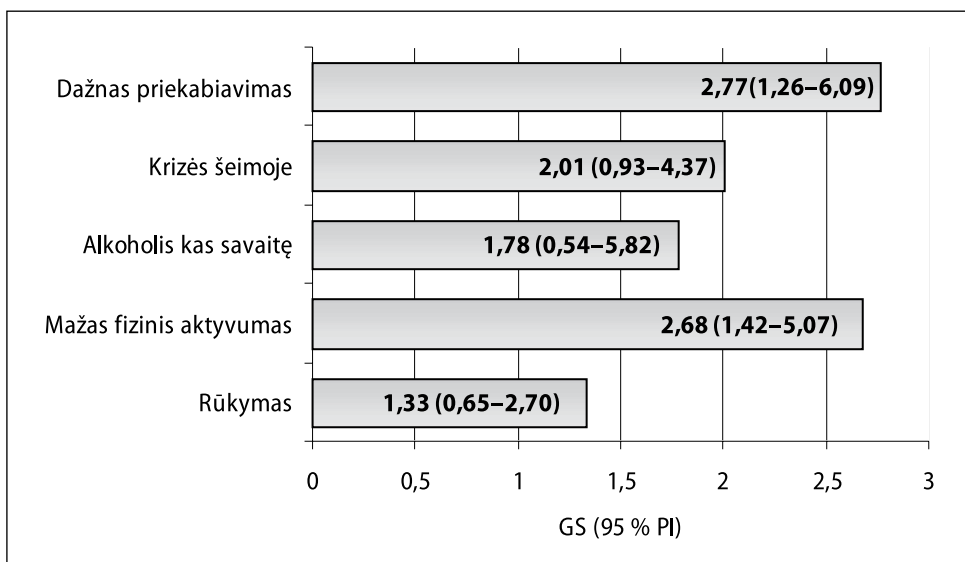
Gauti rezultatai patvirtino statistiškai reikšmingas sąsajas tarp moksleivių žemos vidinės darnos ir dažno priekabiavimo mokykloje, mažo fizinio aktyvumo bei krizių šeimoje.

REZULTATŲ APTARIMAS

Atlikdami tyrimą, mes vertinome moksleivių vidinės darnos laipsnį remdamiesi 13 klausimų Antonovsky'o vidinės darnos klausimynu ir nustatėme, kad aukšta vidine darna pasižymėjo tik 58,8 proc. moksleivių. Žemą vidinę darną turėjo 6,4 proc. apklaustųjų. I. Vaikienės atliktų tyrimų Kauno X gimnazijoje duomenimis, apklausus 394 moksleivius, nustatyta, kad 20,8 proc. apklaustųjų būdinga žema vidinė darna [18]. Tai rodo, kad vis daugiau moksleivių patiria neigiamas situacijas tiek šeimoje, tiek mokykloje, kurios ir lemia blogėjančius psichologinės būsenos rodmenis. Tai turi didelės įtakos moksleivių blogai savijautai, socialiniams įgūdžiams, bendravimui, sunkina prisitaikymą prie besikeičiančių sąlygų. Gera psichologinė moksleivių sveikata yra tiesioginė jų vidinės darnos pasekmė, kuri gali lemti prisitaikymą. Vidinės darnos jausmas ypač svarbus psichologinis veiksnys, turintis įtakos sveikatai, lemiantis reakcijos į aplinkos pokyčius adekvatumą.

Kiti autoriai pateikė prielaidas, kad vidinės darnos mažėjimas lemia didėjančią paauglių pažeidžiamumą apie penkioliktuosius gyvenimo metus. Šio reiškinio priežastis gali būti ta, kad penkioliktieji metai laikomi pereinamaisiais tarp ankstyvosios ir vėlyvosios paauglystės [19]. Moksleivis, kuriam bendraujant su šeimos nariais iškyla sunkumų, dažnai gali tapti lengvai pažeidžiamu agresyvesnių bendraamžių taikiniu.

Priekabiavimas tirtose mokykloje buvo gana paplitęs reiškinys. Beveik kas trečias moksleivis buvo bent kartą patyręs priekabiavimą mokykloje per



4 pav. Sąsajos tarp moksleivių žemos vidinės darnos ir patirto priekabiavimo mokykloje, žalingų gyvenamos rizikos veiksnių bei krizių šeimoje

paskutinius mokslo metus. Analizuojant šio tyrimo rezultatus pastebėta, kad kitų tyrėjų duomenys buvo panašūs. Atliktų tarptautinių tyrimų rezultatai rodo, kad ne rečiau kaip 2–3 kartus per mėnesį bendraamžių priekabiavimą teko patirti daugiau kaip pusei (52,3 proc.) moksleivių [20]. Mažiausiai priekabiavimą patiria Švedijos, Čekijos vaikai (apie 15–20 proc. per pastaruosius du mėnesius), daugiausia – Lietuvos, Portugalijos, Latvijos vaikai (apie 50–80 proc.) [24].

Iš 3 pav. pateiktų duomenų nustatėme, kad moksleiviai, patyrę dažną priekabiavimą, pasižymi žema vidine darna. Tiriamieji, kurių psichologinė savijauta blogesnė, mokykloje gali dažniau tapti priekabiavimo aukomis, pasižymėti blogesniais mokslo pasiekimais. Didelę reikšmę teigiamai psichologinei savijautai turi šeimoje vyraujanti atmosfera ir auklėjimo stilius, kuris vaikui turi ugdyti žemą nerimastingumo lygį, padedantį lengviau adaptuotis mokykloje. Lietuvoje atlikti tyrimai atskleidė, kad dažną priekabiavimą patyrę moksleiviai patikimai dažniau pasižymėjo žema vidine darna, palyginti su nepatyrusiais priekabiavimo ir atsitiktinį priekabiavimą patyrusiais apklaustaisiais [18, 20]. Mokykloje patirtas priekabiavimas visada palieka pasekmes ir jos dažniausiai būna tik neigiamos, tai turi įtakos ir vidinei darnai. Moksleiviai, kurie patiria priekabiavimą, būna atstumti, nuolat jaučia stresą, yra įsitempę. Visa tai vėliau lemia tam tikrus elgesio ypatumus, blogą psichologinę sveikatą, tokie asmenys sunkiau prisitaiko bendraamžių grupėje. Savimi nepasitikintys ir savęs nevertinantys žmonės daug dažniau praeityje yra buvę priekabiavimo aukos [21]. Nustatyta, kad mokykloje patiriamas priekabiavimas yra sveikatą žalojantis veiksnys. Priekabiavimą mokykloje patyrę mokiniai dažniau turi žemesnę vidinę darną, palyginti su priekabiavimo mokykloje nepatyrusiais asmenimis. Šiuolaikiniame sveikatos moksle vidinės darnos jausmas laikomas ypač svarbiu psichologiniu veiksniu, turinčiu įtakos sveikatai, lemiančiu reakcijos į aplinkos pokyčius adekvatumą [1].

Analizuodami psichologinės sveikatos sutrikimų paplitimą vidinės darnos grupėse nustatėme, kad moksleiviai su vidutine vidine darna 3,62 karto patikimai dažniau jautė vienišumą, o tiriamieji su žema vidine darna beveik 12 kartų dažniau jautė vienišumą, palyginti su aukšta vidine darna pasižyminčiais apklaustaisiais. Kitų moksleivių psichologinės būsenos rodmenų (nelaimingas, sunku susirasti draugų, mintys apie savižudybę, įtampa, blogai jaučiasi mokykloje, liūdesys, nemiga, silpnumas, pavargęs ryte,

bloga sveikata) sąsajos su vidine darna buvo labai panašios. Mūsų gauti rezultatai patvirtino kitų tyrimų duomenis, kad vaikai, turintys žemus vidinės darnos rodiklius, turi žemesnę motyvaciją ir daugiau somatinių skundų, nerimo, priešiško bei agresijos [22]. B. Myrin ir A. Lagerstrom (2008) atliko tyrimus ir nustatė, kad vidinė darna turi glaudų ryšį su psichosomatine ir psichikos sveikata [23]. Žmonės, turintys žemą vidinę darną, pasižymi depresiskumu, dideliu nerimu, stipriai išreikštais psichosomatiniais simptomais. Mūsų analizuojami respondentai, turintys žemesnę vidinę darną, pasižymėjo prastesniais bendrais psichikos sveikatos rodikliais.

Atlikto tyrimo duomenimis, net 25 proc. moksleivių žemos vidinės darnos grupėje jautėsi vieniši. Vienišumas – grėsmingas jaunuolio psichoemocinės sveikatos sutrikimo rodiklis, neretai siejamas su savižudybės ketinimais. Jaunuoliai, kurių bendravimas su vienmečiais dėl vienokių ar kitokių priežasčių nesėkmingas, tampa izoliuoti, atskirti nuo bendraamžių grupės, todėl patiria labai stiprų vienišumo jausmą. Į Pasaulio sveikatos organizacijos koordinuojamą tarptautinį moksleivių sveikatos ir gyvenimo tyrimo (HBSC) apklausos klausimą „Ar kada nors jautiesi vienišas?“ teigiamai atsakė 15 proc. berniukų ir 25 proc. mergaičių [24]. Mergaitės dažniau už berniukus prisipažino, kad jaučiasi vienišos, o jų skaičius sparčiai didėjo su amžiumi. Moksleivių vienišumas siejosi su bejėgiškumu, nepasitikėjimu, liūdesiu, prislėgtumu, bloga nuotaika, nervine įtampa, taip pat ir su psichosocialine aplinka (bendraklasių atstūmimu, tėvų paramos stoka). Vienišumo jausmą patiriantys moksleiviai dažniau skundėsi galvos skausmu, įvairiais kitais somatiniais sutrikimais, jie buvo abejingi savo išvaizdai. Prie vienišų, bendraamžių atstumtų jaunuolių buvo dažniau priekabiaujama [25].

Nagrinėjant moksleivių vidinės darnos sąsajas su patiriamu priekabiavimu mokykloje, gyvenimo rizikos veiksniais (rūkymas, alkoholio vartojimas, mažas fizinis aktyvumas) ir šeimos problemomis (krizės šeimoje) logistinės regresijos analizės modeliu nustatyta, kad neigiami išgyvenimai šeimoje, dažnas priekabiavimas, mažas fizinis aktyvumas ir žema vidinė darna yra reikšmingai susiję. Kiti autoriai taip pat nurodo, kad šeimos aplinka turi didelės reikšmės vaikų psichologinei būsenai, vidinės darnos vystymuisi, žalingos elgsenos formavimuisi [18, 26, 27]. Pasikartojančio emocinio smurto pasekmės gali būti depresija, agresyvumas, potrauminis streso sutrikimo sindromas [28]. Mažas fizinis aktyvumas buvo susijęs su žema vidine darna [29].

Paauglio išgyvenimai ir kasdieninių problemų sprendimas tampa vis labiau susiję su jo gyvenimo kokybe, laimingumu, fizine ir psichologine sveikata [19]. Paauglių vidinė darna turi sąsajas ir su kai kuriais elgesio ypatumais [30, 31].

IŠVADOS

1. Dauguma moksleivių pasižymėjo aukšta vidine darna.
2. Tiriamoje mokykloje 53,5 proc. respondentų patyrė dažną ir atsitiktinį priekabiavimą.
3. Moksleiviai, turintys žemą vidinę darną, dažniau patyrė dažną priekabiavimą mokykloje, palyginti su aukštą vidinę darną turinčiais tyrimo dalyviais.

4. Žemos vidinės darnos grupės moksleiviai dažniau patyrė smurtą namuose, rūkė, jautė vienišumą, patyrė krizes šeimoje, dažniau jautė konfliktus, palyginti su aukštos vidinės darnos grupės tiriamaisiais.
5. Rūkymo pakoreguotas galimybių santykis žemiausiai vidinės darnos kvartilei buvo $GS = 1,33$ (95 proc. PI 0,65–2,70), mažo fizinio aktyvumo $GS = 2,68$ (95 proc. PI 1,42–5,07), alkoholio vartojimo kas savaitę ir dažniau $GS = 1,78$ (95 proc. PI 0,54–5,82), krizių šeimoje $GS = 2,01$ (95 proc. PI 0,93–4,37), dažno priekabiavimo $GS = 2,77$ (95 proc. PI 1,26–6,09).

Straipsnis gautas 2011-01-31, priimtas 2011-04-22

Literatūra

1. Antonovsky A. The structure and properties of the Sense of Coherence Scale. *Soc Sci Med.* 1993;36:725-733.
2. Pikūnas J, Palujanskienė A. Asmenybės vystymasis (kelias į savęs atradimą). *Antrasis pataisytas ir papildytas leidimas.* 2000;141-150.
3. Kalėdienė R, Petrauskienė J, Rimpela A. Šiuolaikinės visuomenės sveikatos mokslo teorija ir praktika. Vilnius. 1999;29-31.
4. Forero R, McLellan L, Rissel C, Bauman A. Bullying behavior and psychosocial health among school students in New South Wales, Australia: cross sectional survey. *British Medical Journal.* 1999;319:344-348.
5. Bond L, Carlin JB, Thomas L, Rubin K, Patton G. Does bullying cause emotional problems? A prospective study of young teenagers. *British Medical Journal.* 2001;323:480-484.
6. Rigby K. Peer victimization at school and the health of secondary school students. *British Journal of Educational Psychology.* 1999;69:95-104.
7. Andreou E. Bully / Victim Problems and their Association with Coping Behavior in Conflictual Peer Interactions among School-age Children. *Educational Psychology.* 2001;21:59-66.
8. Salmon G, James A, Smith DM. Bullying in schools: self reported anxiety, depression, and self esteem in secondary school children. *British Medical Journal.* 1998;317:924-925.
9. Richardson CG, Ratner PA. Sense of coherence as a moderator of the effects of stressful life events on health. *J Epidemiol Community Health.* 2005;59:979-84.
10. Batten SV, Aslan M, Maciejewski PK, Mazure CM. Childhood maltreatment as a risk factor for adult cardiovascular disease and depression. *J Clin Psychiatry.* 2004;65(2):249-54.
11. Valickas G. Psichologinės asocialaus elgesio ištakos (Psychological reasons of asocial behavior). Vilnius; 1997:217.
12. Eriksson M, Lindstrom B. Antonovsky's sense of coherence scale and the relation with health: a systematic review. *Journal of Epidemiology and Community Health.* 2006;60:376-381.
13. Kivimäki M, Feldt T, Vahtera J, Nurmi JE. Sense of coherence and health: evidence from two cross-lagged longitudinal samples. *Social Science & Medicine.* 2000;50(4):583-597.
14. Pikhart H, Bobak M, Siegrist J, Pajak A, Rywik S, Kyshegyi J et al. Psychosocial work characteristics and self rated health in four post-communist countries. *J. Epidemiol. Community Health.* 2001;55:624-630.
15. Didžiokienė A, Žemaitienė N. Psychological state of abused children of risk group. *Medicina.* 2005;41:59-66.
16. Europos psichinės sveikatos apsaugos deklaracija. PSO Europos ministrų konferencija. Helsinkis, Suomija, 2005 sausio 12–15d. *Psichologijos žinios.* 2(33):10-13.
17. Leymann H. The content and development of mobbing at work. *European Journal of Work and Organizational Psychology.* 1996;5(2):165-184.
18. Vareikienė I, Malinauskienė V. Moksleivių mokykloje patiriamo priekabiavimo, konfliktų, smurto šeimoje ir psichologinės būsenos sąsajos. *Visuomenės sveikata.* 2007;1(36):10-15.
19. Želvys R. Paauglio psichikos vystymasis. Vilnius. 1994;3-33.
20. Zaborskis A, Vareikienė I. Patyčios mokykloje ir jų sąsajos su moksleivių sveikata bei gyvensena. *Medicina (Kaunas).* 2008;44(3):232-239.
21. Bulotaitė L. Apie moksleivių savęs vertinimą. 1995:1-8.
22. Veilande A, Bahmačiova N. The Research of Sense of Coherence in Connection with Person's Attachment Style and level of aggression. IV International Baltic psychology Conference: The new Developments in Psychology in the Baltics: theory and practice. Ryga. 2000:75-76.
23. Myrin B, Lagerstrom A. Sense of coherence and psychosocial factors among adolescents. *Acta Paediatrica.* 2008;97(6):805-811.
24. Zaborskis A, Makari J. Lietuvos moksleivių gyvensena: raida, 1994–1998 metais ir vertinimas tarptautiniu požiūriu (Health behaviour of Lithuanian schoolchildren: trends in 1994–1998 and cross-national comparison). Panevėžys: E. Vaičekausko leidykla, 2001.

25. Zaborskis A, Cirtautienė L, Žemaitienė N. Moksleivių patyčios Lietuvos mokyklose 1994–2002 m. *Medicina (Kaunas)*. 2005;41(7):614-620.
26. Jablonska B, Lindberg L. Risk behaviors, victimization and mental distress among adolescents in different family structures. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*. 2007;42:656-663.
27. Sagy S, Dotan N. Coping resources of maltreated children in the family: a salutogenic approach. *Child Abuse Negl*. 2001;25(11):1463-80.
28. Schneider MW, Ross A, Graham JC, Zielinski A. Do allegations of emotional maltreatment predict developmental outcomes beyond those other forms of maltreatment? *Child Abuse Negl*. 2005;29(5):513-32.
29. Kuuppelomäki M, Utriainen P. A 3 year follow-up study of health care students' sense of coherence and related smoking, drinking and physical exercise factors. *Int J Nurs Stud*. 2003;40(4):383-388.
30. Binkowska-Bury M, Januszewicz P. Sense of coherence and health-related behaviour among university students-a questionnaire survey. *Cent Eur J Public Health*. 2010;18(3):145-50.
31. Savolainen J, Suominen-Taipale A, Uutela A, Aromaa A, Härkänen T, Knuuttila M. Sense of coherence associates with oral and general health behaviours. *Community Dent Health*. 2009;26(4):197-203.

The associations between sense of coherence, psychosocial environment and psychological status among students according to Kaunas secondary school data

Kristina Kirtiklytė, Vilija Malinauskienė

Lithuanian Academy of Physical Education, Kaunas, Lithuania

Summary

The aim of the investigation was to measure the sense of coherence among students and to evaluate the associations between sense of coherence, school and family psychosocial environment and psychological status.

Methods. Sense of coherence, psychosocial environment and psychological status among students of X Kaunas secondary school was measured using anonymous questionnaire. Totally 291 5–9 grades students were investigated (138 girls and 153 boys). Sense of coherence was measured using Antonovsky's 13-item questionnaire. (Alpha cronbach for internal consistency 0.892). Psychological status indicators (lonely, unhappy, suicidal thoughts, difficulties in obtaining friends, sadness, stress, insomnia, weakness, back pain, negatively rated health) were assessed as negative with the frequency of more than weekly.

Results. 6.4 percent of students had low sense of coherence. Severe bullying was prevalent among students (16.6 percent). Students with low sense of coherence were exposed to bullying 4 time more often ($p = 0.003$). More than 30 percent of students were stressed, sad, dizzy, half felt morning fatigue. Family violence experienced 8.6 percent, family crisis (parents' divorce, death or incurable disease of close family member, severe financial difficulties) 13.1 percent

of students. Students with low sense of coherence smoked 3.59 times more often as compared to high level sense of coherence and students with middle level sense of coherence – 1.86 times more often. Significant associations between weekly alcohol consumption and low sense of coherence level were observed. Logistic regression analysis confirmed significant associations between low sense of coherence and severe bullying, low physical activity and family crisis.

Conclusions. Significant associations between low sense of coherence, severe school bullying, psychosocial family environment and low physical activity were observed.

Keywords: school bullying, sense of coherence, students, health complaints, family crisis

Correspondence to Kristina Kirtiklytė, Health and Physical Activity Department, Lithuanian Academy of Physical Education, Sporto 6, LT-44221 Kaunas, Lithuania. E-mail: kristukee@gmail.com

Received 2 January 2010, accepted 22 April 2011