



COVID-19 PANDEMIJOS APLINKYBIŲ POVEIKIS

Perkančioji organizacija: Vilniaus universitetas

Tyrimų bendrovė, atlikusi tyrimą: UAB „KOG institutas“

Tyrimo koordinatorė: Eglė Šedbaraitė

Kontaktai: UAB „KOG institutas“, Algirdo g. 38, Vilnius. info@koginstitutas.lt

Ataskaitos parengimo data: 2020 m. gruodis

TURINYS

1.TYRIMO APRAŠYMAS.....	4
1.1. KLAUSIMYNO STRUKTŪRA.....	5
1.2. RESPONDENTŲ PROFILIS.....	6
2.PAGRINDINĖS IŠVADOS.....	7
3.PANDEMIJOS PASEKMIŲ PATYRIMAS.....	9
4.PSICHOLOGINĖS SAVIJAUTOS POKYČIAI.....	12
5.VISUOMENĖS PSICHOLOGINĖS BŪKLĖS POKYČIO VERTINIMAS.....	17
6.PSICHOLOGINIŲ PASLAUGŲ POREIKIS IR VERTINIMAS PANDEMIJOS METU.....	19

1. TYRIMO APRAŠYMAS

Vilniaus Universitetas kartu su KOG rinkodaros ir komunikacijos mokslų institutu atliko tyrimą, kurio pagrindinis tikslas buvo suprasti, kaip COVID-19 pandemija veikia skirtingų profesijų specialistus, kurie ypač aktyviai dirba pandemijos metu ir artimai susiduria su liga. Taip pat tyrimu siekta suprasti kokį poveikį pandemija turi ne tik specialistų psichologinei savijautai, bet ir visai visuomenei.

Tyrimo tikslas: apklausti ekstremaliomis aplinkybėmis dirbančius skirtingų sričių specialistus Lietuvoje bei suvokti COVID-19 pandemijos galimą poveikį jų psichologinei sveikatai ir bendrai visų gyventojų psichologinei savijautai, psichologinių paslaugų reikalingumą ir jų organizavimo ypatumus.

Tyrimo dalyviai: apklausoje buvo kviečiama dalyvauti ekstremaliomis aplinkybėmis dirbančius specialistus. Apklausoje dalyvavo šių profesijų atstovai: mokytojai, švietimo pagalbos specialistai, sveikatos priežiūros darbuotojai, socialiniai darbuotojai, psichologai, valstybės ar savivaldos tarnautojai, muitinės darbuotojai, vaistininkai bei verslo atstovai.

Tyrimo imtis: iš viso apklausoje dalyvavo 1139 respondentai.

Tyrimo metodas: numatytiems tikslams pasiekti buvo atliekamas kiekybinis tyrimas naudojant apklausą internetu. Elektroniniai laiškai su kvietimu dalyvauti tyrime ir išsakyti savo nuomonę buvo siunčiami įvairių profesijų atstovams, kurie artimai susiduria su COVID-19 pandemija. Respondentų kontaktai buvo surinkti ieškant viešai prieinamos informacijos valstybinių bei privačių įstaigų ir įmonių internetinėse svetainėse. Visiems viešai rastiems kontaktams buvo išsiųsti elektroniniai laiškai su kvietimu sudalyvauti tyrime. Specialistų buvo teiraujama apie pandemijos pasekmių patyrimą, psichologinės savijautos pokyčius, kokia jų asmeninė nuomonė bendrai apie visuomenę, kaip ji išgyvena pandemiją, kokia yra lietuvių psichologinė būklė pandemijos eigoje bei koks yra psichologinių paslaugų poreikis visuomenėje. Papildomai buvo užduodami sociodemografiniai klausimai, siekiant suprasti skirtumus arba panašumus tarp skirtingų gyventojų, priklausomai nuo jų demografinių charakteristikų.

Apklauso laikotarpis: 2020 m. spalio 30 d. – lapkričio 20 d.

1.1. KLAUSIMYNO STRUKTŪRA

Tyrimo klausimynas buvo sudarytas Vilniaus Universiteto. Visa anketa susidėjo iš pagrindinių trijų dalių: asmeninės patirties ir savijautos vertinimo, visuomenės psichologinės būklės vertinimo bei sociodemografinių klausimų. Apklausoje buvo naudojami visų tipų klausimai: atviri klausimai, pusiau atviri bei uždari klausimai.

Asmeninės patirties vertinimas:

- Pandemijos pasekmių patyrimas;
- Psichologinės savijautos pokyčiai;
- Naudojimasis psichologo paslaugomis;
- Psichologinių paslaugų gavimo poreikis.

Visuomenės vertinimas:

- Visuomenės psichologinės būklės pokyčio vertinimas;
- Psichologinių paslaugų poreikis visuomenėje;
- Psichologinių paslaugų vertinimas.

Sociodemografiniai klausimai:

- Specialybė;
- Užimtumas;
- Asmeninės finansinės padėties vertinimas;
- Amžius;
- Šeiminė padėtis;
- Lytis.

Statistiškai reikšmingų skirtumų žymėjimas ataskaitoje

Ataskaitoje naudojamose lentelėse bei grafikuose žymimi statistiškai reikšmingi skirtumai, kurie parodo skirtumus tarp skirtingų sociodemografinių grupių lyginant jas bendrai su visa imtimi, visais apklaustais respondentais. Visais atvejais skirtumai yra apskaičiuojami bendra procentine išraiška ar vidutine reikšme, skaičiuojama visiems apklaustiesiems.

▲ - reikšmė yra statistiškai reikšmingai aukštesnė nei visų apklaustųjų (bendras, %)

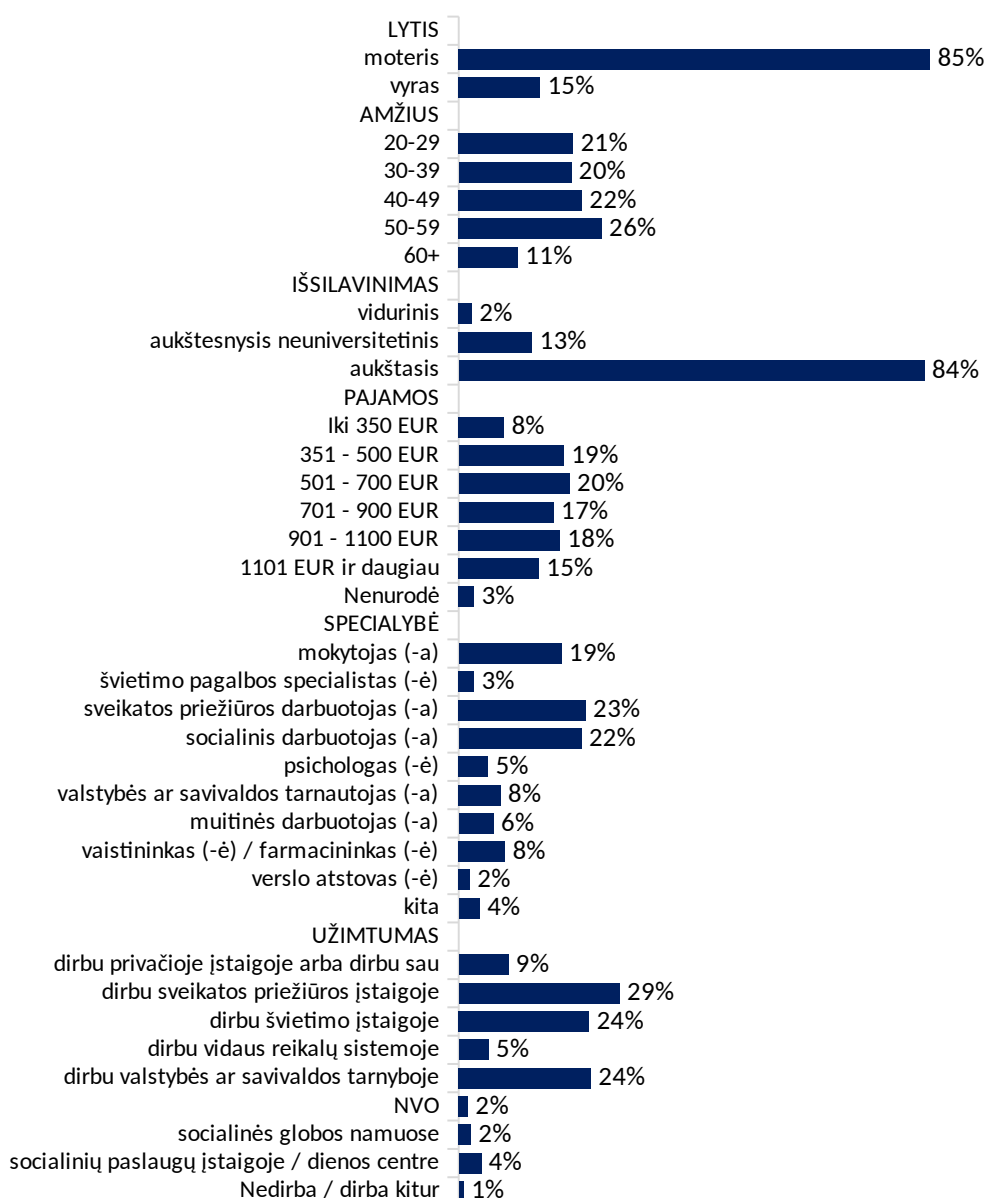
▼ - reikšmė yra statistiškai reikšmingai žemesnė nei visų apklaustųjų (bendras, %)

Jei lentelėje ar diagramoje žymėjimo nėra, vadinasi, reikšmė statistiškai reikšmingai nuo vidutinės nesiskiria.

1.2. RESPONDENTŲ PROFILIS

Iš tyrimo rezultatų matyti, kad aktyviausiai apklausoje dalyvavo sveikatos priežiūros specialistai (23%), socialiniai darbuotojai (22%) bei mokytojai (19%). Taip pat matyti, kad didžioji dalis tyrimo dalyvių dirba sveikatos priežiūros įstaigose (29%), dar po 24% dirba švietimo įstaigose arba valstybės ar savivaldos tarnyboje.

Žvelgiant į respondentų demografinius duomenis matyti, kad didžioji dalis tyrimo dalyvių yra moterys - 85%. Tai natūralu, kadangi tyrime nagrinėjamos srityse ženkliai dažniau dirba moterys. Pagal amžių labai didelių skirtumų pasiskirstyme nėra, matyti, kad kiek daugiau tyrime dalyvavo 50-59 metų amžiaus respondentų (26%). Mažiausiai apklausoje dalyvavo vyresni nei 60 metų asmenys (iš viso 11%). Kas penktas respondentas buvo šių amžiaus grupių - 20-29, 30-39 bei 40-49 metų amžiaus.



2. PAGRINDINĖS IŠVADOS

ASMENINĖ SPECIALISTŲ PATIRTIS

Tyrimas parodė, kad kas antras specialistas tiesiogiai pajuto pandemijos pasekmes. Tai pasireiškė pajamų pokyčiais, teko karantinuotis ar susidurti tiesiogiai su liga. Tai paveikė ir specialistų psichologinę savijautą, kuri didžiąjai daliai pablogėjo – yra jaučiamas stresas, baimė, nerimas, nuovargio jausmas. Ketvirtadalis dėl pablogėjusios sveikatos turėjo ketinimų kreiptis psichologinės pagalbos į specialistus.

- Net 50% ekstremaliomis sąlygomis dirbančių specialistų patyrė COVID-19 pandemijos pasekmes tiesiogiai. Daugiausia šios pasekmės buvo susijusios su karantinavimu, pajamų pasikeitimu (jų sumažėjimu ar padidėjimu) bei tiesiogiai susidūrė su liga, sirgo patys ar sirgo jų artimieji. Pastebima, kad tiesiogines pasekmes reikšmingai dažniau patiria jauniausi specialistai: 20-29 metų amžiaus ir net 77% teigė, kad tiesiogiai pajuto pandemijos pasekmes. Taip pat pasekmes reikšmingai dažniau jaučia ir specialistai, dirbantys sveikatos priežiūros srityje – vėlgį jas tiesiogiai jaučia 3 iš 4 šios profesijos atstovų.
- Kita pusė specialistų teigia nejaučiantys tiesioginių COVID-19 pasekmių. Tiesiogines pasekmes ženkliai rečiau teigia jaučiantys vyriausi specialistai, tai yra vyresni nei 60 metų amžiaus – 7 iš 10 nejaučia tiesioginių pasekmių. Pastebima, kad pasekmių jautimas susijęs su specialistų amžiumi – kuomet specialistas vyresnis, tuo dažniau teigiama, kad pasekmės nėra jaučiamos. Pasekmes taip pat ženkliai rečiau jaučia mokytojai bei farmacininkai.
- 3 iš 4 specialistų teigia jaučiantys, jog jų psichologinė savijauta pablogėjo pandemijos metu. Daugiausia pablogėjimas yra susijęs su nuolat jaučiamu stresu, nuovargiu, baime dėl savo artimųjų sveikatos bei jaučiamu nerimu. Nors daugelio specialistų psichologinė savijauta pablogėjo, 67% teigė, kad nė karto nesinaudoję psichologo paslaugomis ir teigė, jog tam nebuvo poreikio. Ketvirtadalis specialistų teigė, jog vis dėlto buvo tokių ketinimų – daugiausiai tai jauniausi specialistai (20-29 metų amžiaus).
- Apibendrinus rezultatus, susijusius su asmenine specialistų psichologine savijauta, matyti, kad psichologinės sveikatos vertinimas yra glaudžiai susijęs su asmens amžiumi ir profesija. Pandemijos pasekmes ir psichologinę sveikatą ženkliai prasčiau vertina jauniausi specialistai, tai yra 20-29 metų amžiaus. Jie ne tik daugiausia patyrė tiesiogines pasekmes, psichologinę sveikatą vertina ženkliai prasčiau, bet ir turėjo ketinimų dėl esamos situacijos kreiptis pagalbos į psichologus bei psichiatrus. Vyresni specialistai ženkliai rečiau nurodė, kad patyrė tiesiogines pasekmes susijusias su COVID-19. Nors jie sutinka, kad situacija turi įtakos jų psichologinei sveikatai, bet poreikio kreiptis į specialistus nemato.

VISUOMENĖS PSICHOLOGINĖS BŪKLĖS VERTINIMAS

Net 9 iš 10 specialistų sutinka, kad visuomenės psichologinė būklė dėl COVID-19 pandemijos pablogėjo. Kaip pagrindinius pablogėjimo požymius specialistai įvardina

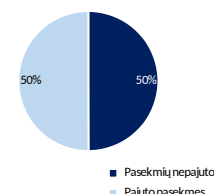
nerimą, stresą, pyktį, jaučiamas įvairias baimes. Dėl šio jaučiamo pablogėjimo manoma, kad psichologinių paslaugų poreikis yra padidėjęs, tačiau dar reiktų didinti jų prieinamumą.

- Net 94% specialistų vertina gyventojų psichologinę būklę kaip pablogėjusią. Kaip pagrindinis pablogėjusios psichologinės sveikatos požymis įvardinamas nerimas (83%), taip pat dažnai minimas stresas, agresija, pyktis bei įvairios kitos baimės. Pablogėjimo požymiai reikšmingai dažniau buvo išskirti jaunosios kartos specialistų, tai yra 20–29 metų amžiaus.
- Kalbant apie psichologines paslaugas, 4 iš 5 specialistų nurodė, kad psichologinių paslaugų poreikis visuomenėje padidėjo pandemijos laikotarpiu. Tokį poreikį taip pat daugiau pažymi jaunesni specialistai (20-29 metų amžiaus) bei specialistai, dirbantys sveikatos priežiūros srityje.
- Psichologinių paslaugų vertinimas tarp specialistų itin skirtingas – 32% teigia, jog jos sunkiai prieinamos, o 28% nurodo, jog paslaugos – prieinamos. Griežčiausiai psichologines paslaugas vertina bei daugiausiai intervencijų pokyčiams nurodo jaunesni specialistai (20-29 metų amžiaus) bei sveikatos priežiūros darbuotojai. Tuo tarpu vyrai ir vyresni specialistai (50-59 metų amžiaus) yra labiau abejingi visuomenės psichologinės būklės ir paslaugų pokyčiui bei yra mažiau linkę į pokyčio skatinimą šioje srityje.
- Apibendrinus rezultatus galima teigti, kad jaunesni gyventojai ir dirbantys sveikatos priežiūros srityje kritiškiau vertina gyventojų psichologinę sveikatą bei psichologinių paslaugų prieinamumą Lietuvoje. Jų teigimu šios paslaugos yra sunkiai prieinamos, todėl paslaugų prieinamumas turėtų būti plečiamas. Tuo tarpu, psichologai ir aukštesnes pajamas gaunantys respondentai nurodo, kad paslaugos yra prieinamos. Ketvirtadalis specialistų dabartinių paslaugų kokybę vertina kaip menką, su tuo nesutinka tik šioje srityje dirbantys specialistai - sveikatos priežiūros specialistai bei psichologai. Didžioji dauguma specialistų vis dėlto sutinka, kad psichologinių paslaugų prieinamumas gyventojams turėtų būti didinamas, gerinama jų kokybė bei svarstoma galimybė jas teikti nuotoliniu būdu.

3. PANDEMIJOS PASEKMIŲ PATYRIMAS

Pirmiausia buvo siekiama sužinoti, ar tyrimo dalyviai, įvairių profesijų specialistai,

COVID-19 pasekmių vertinimas



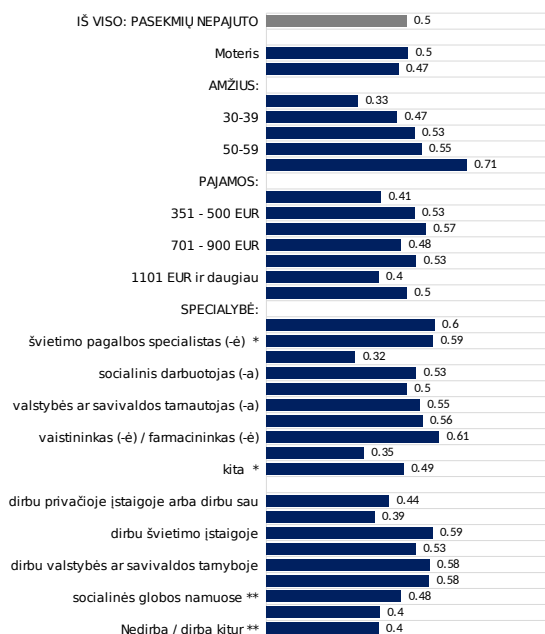
SPECIALISTAI, NEPAJUTĘ PASEKMIŲ

50% specialistų, dalyvavusių tyrime, nurodė, kad jokių tiesioginių COVID-19 pasekmių nepajuto. Atlikta analizė parodė, kad pasekmių vertinimas yra susijęs asmens amžiumi. Matoma, kad kuo vyresnis yra specialistas, tuo labiau nurodoma, kad su tiesioginėmis pandemijos pasekmėmis nebuvo susidurta. Ypač išsiskiria vyriausi specialistai, kurie yra vyresni nei 60 metų amžiaus. Net 7 iš 10 tokio amžiaus tyrimo dalyvių, nurodė, kad jokių tiesioginių pasekmių nepajuto. Visiškai priešinga situacija yra su jauniausiais specialistais (20-29 metų amžiaus), o tik trečdalis jų teigia pasekmių nepajutę.

Pasekmių vertinimas taip pat skiriasi ir priklausomai nuo specialisto profesijos. Daugiausia pasekmių teigia nepajutę mokytojai bei vaistininkai. Net 3 iš 5 tyrime dalyvavusių šių profesijų atstovų teigia jokių pasekmių nepajutę, tačiau tik trečdalis sveikatos priežiūros darbuotojų nurodė, kad jų COVID-19 tiesiogiai nepaveikė. Taip pat matoma, kad dažniau pasekmių nepajuto dirbantys švietimo įstaigoje (59%), valstybės ar savivaldos tarnyboje dirbantys (58%).

Matomi skirtumai, priklausomai nuo respondento gaunamų pajamų tenkančių vienam šeimos nariui per mėnesį. Specialistai, kurių pajamos vienam šeimos nariui per mėnesį siekia 501 - 700 eurų reikšmingai dažniau nurodė, kad jokių tiesioginių pasekmių nepajuto, tačiau specialistai, kurių pajamos yra didesnės, tai yra siekia 1001 eurą ir daugiau, reikšmingai rečiau nurodė, kad COVID-19 jų tiesiogiai nepaveikė.

Pasekmių nepajutę specialistai



PAJUTĘ PASEKMES SPECIALISTAI

Pusė specialistų dalyvavusių tyrime nurodė, kad jiems tiesiogiai teko susidurti su COVID-19 pandemijos pasekmėmis. Tarp tų, kurie patyrė pasekmes, išsiskiria jauniausi specialistai ir sveikatos priežiūros darbuotojai - jie reikšmingai dažniau nurodė, kad pajuto tiesiogines pasekmes. Pagrindinės pasekmės, su kuriomis susidūrė specialistai - tai pajamų sumažėjimas ir

tai, kad patys nesirgo, tačiau jiems teko karantinuotis – tai nurodė 2 iš 5 pasekmes pajutusių specialistų. Dar 27% nurodė, kad sirgo jų artimas žmogus, 8% sirgo patys. Bendrai apie pajamų pasikeitimą nurodė kas antras tiesiogines pasekmes pajutęs specialistas, didžiajai daliai jų (40%) pajamos sumažėjo, 11% - padidėjo.

2 iš 5 specialistų per visą laikotarpį, nuo kovo mėnesio teko karantinuotis. Pastebima, kad reikšmingai dažniau karantinuotis reikėjo jauniausiems specialistams, tai yra 20-29 metų amžiaus (50%). Tuo tarpu, reikšmingai rečiau karantinuotis teko 30-39 metų amžiaus specialistams – iš jų 31% nurodė, kad karantinavosi.

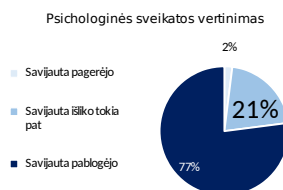
Su pajamų padidėjimu ar sumažėjimu susidūrė kas antras specialistas, nurodęs, kad tiesiogiai susiduria su pandemijos pasekmėmis. 40% teigė, kad jų pajamos nuo pandemijos pradžios sumažėjo. Daugiausia su pajamų sumažėjimu susidūrė 40-49 metų specialistai (49% iš jų nurodė apie sumažėjusias pajamas), tie, kurių pajamos vienam šeimos nariui siekia iki 500 eurų, mokytojai (51%), psichologai (60%) bei dirbantys privačiose įstaigose arba dirbantys sau (60%). Pajamos padidėjo tik 11% tyrime dalyvavusių specialistų. Pajamos reikšmingai dažniau buvo padidintos jauniausiems specialistams, 20-29 metų amžiaus (21%), tiems, kurių pajamos siekia daugiau nei 1101 eurą vienam šeimos nariui (24%) bei dirbantiems sveikatos priežiūros specialistais (37%).

Dalis specialistų tiesiogiai susidūrė ir su liga. 8% iš tiesiogiai pajutusių pasekmes sirgo patys, o 27% nurodė, kad sirgo jų artimasis. Dažniau, kad sirgo artimieji nurodė jauniausi respondentai, 20-29 metų amžiaus (35%), aukštesnes pajamas gaunantys (38%), dirbantys sveikatos priežiūros srityje (37%).

BENDRAI:	0.41	0.4	0.27	0.11	0.08	0.02
LYRIS						
moteris	0.4	0.39	0.26	0.1	0.08	0.02
vyras	0.44	0.45	0.29	0.15	0.06	0.03
AMŽIUS						
20-29	0.5	0.28	0.35	0.21	0.03	0.03
30-39	0.31	0.48	0.24	0.09	0.1	0.02
40-49	0.39	0.49	0.26	0.05	0.08	0.03
50-59	0.39	0.43	0.2	0.08	0.11	0.02
60 ir vyresni	0.46	0.23	0.26	0.06	0.09	0.03
PAJAMOS						
iki 500 EUR	0.33	0.56	0.2	0.02	0.09	0.04
501 - 700 EUR	0.35	0.53	0.19	0.05	0.11	0.04
701 - 900 EUR	0.38	0.41	0.26	0.08	0.12	0.01
901 - 1100 EUR	0.44	0.36	0.25	0.1	0.06	0.01
1101 EUR ir daugiau	0.45	0.3	0.28	0.14	0.05	0.02
DIRBANTIS						
mokytojas (-a)	0.44	0.51	0.18	0.04	0.08	0.01
sveikatos priežiūros specialistas (-a) **	0.23	0.46	0.54	0	0	0.08
socialinis darbuotojas (-a)	0.45	0.28	0.37	0.23	0.08	0.03
psichologas (-a)	0.4	0.42	0.14	0.07	0.09	0.04
valstybės ar savivaldos tarnautojas (-a)	0.41	0.28	0.21	0.03	0.18	0.05
multimedijos darbuotojas (-a)	0.44	0.44	0.19	0.09	0	
vaistinininkas (-a) / farmacininkas (-a)	0.22	0.43	0.49	0.08	0.03	
verslo asistentas (-a) **	0.33	0.6	0.07	0	0.13	
Mita *	0.36	0.5	0.27	0.05	0.09	
DIRBANTIS						
dirbu privačioje įstaigoje arba dirbu sau	0.28	0.6	0.28	0.07	0.03	0.02
dirbu sveikatos priežiūros įstaigoje	0.43	0.31	0.37	0.21	0.09	0.03
dirbu valstybinio įstaigoje	0.42	0.49	0.23	0.04	0.07	0.02
dirbu viešojo sektoriaus įstaigoje	0.52	0.31	0.24	0.03	0.07	
dirbu valstybės ar savivaldos tarnyboje	0.39	0.41	0.16	0.06	0.08	0.02
NVO **	0.13	0.5	0.38	0.13	0	0.13
socialinės pagalbos įstaigoje / dienos centre **	0.38	0.23	0.15	0.08	0.31	
socialinių paslaugų įstaigoje / dienos centre **	0.54	0.32	0.21	0.07	0.07	

4. PSICHOLOGINĖS SAVIJAUTOS POKYČIAI

Tyrimus siekta suprasti, kokia yra specialistų, artimai susiduriančių su COVID-19, psichologinė

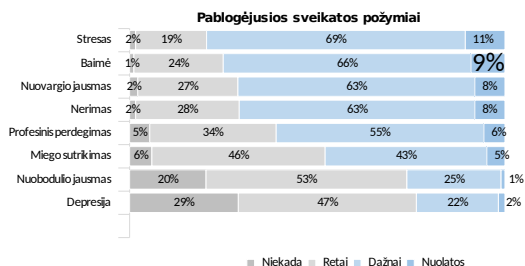


JAUČIAMY PABLOGĖJUSIOS SAVIJAUTOS POŽYMIAI

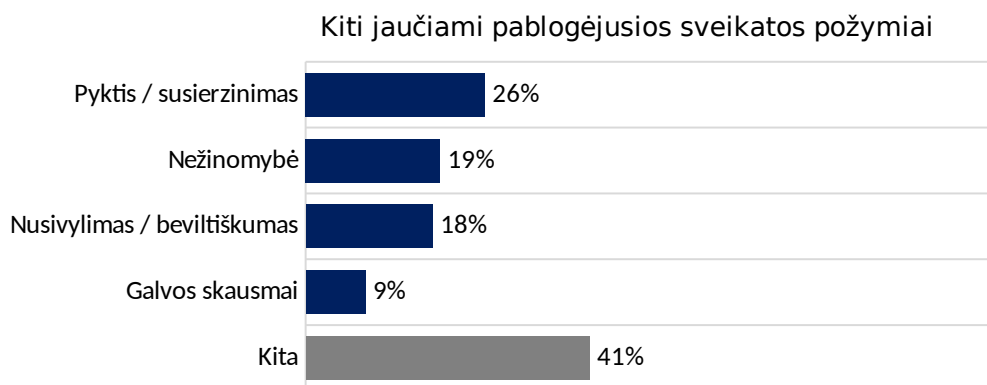
77% tyrimo dalyvių nurodė, susiduriantys su pablogėjusia psichologine sveikata. Buvo siekiama išsiaiškinti, su kuo būtent susiduria šie specialistai ir kokius pablogėjusius sveikatos požymius jaučia. Šių specialistų, susiduriančių su pablogėjusia sveikata, buvo prašoma įvertinti, kaip dažnai jie jaučia įvairius požymius tokius kaip stresas, baimė, nuovargis, miego sutrikimai, profesinis perdegimas ir kita.

Ekstremaliomis sąlygomis dirbantys specialistai, teigiantys, jog jų psichologinė savijauta pablogėjo, daugiausiai įvardino jaučiamą stresą bei baimę dėl savo ar artimųjų sveikatos, darbo ar pajamų praradimo. Analizė parodė, kad dažniausiai jaučiamas pablogėjusios savijautos požymis yra stresas. Net 4 iš 5 specialistų jaučia stresą – 11% teigia jaučiantys nuolat, 69% labai dažnai. Stresas mažiau jaučiamas tarp vyrų bei vyresnių gyventojų (50–59 metų amžiaus). Tačiau reikšmingai dažniau su stresu susiduria sveikatos priežiūros specialistai bei specialistai, dirbantys privačiose įstaigose. Taip pat labai dažnai susiduriama su baimės jausmu, baiminamasi dėl artimųjų sveikatos, darbo ir pajamų praradimo. Baimę jaučia 75% respondentų ir daugiausiai ji jaučiama tarp socialinių darbuotojų, o mažiau ją jaučia vyrai, taip pat dirbantys sveikatos priežiūros įstaigose.

7 iš 10 specialistų, jaučiančių psichologinės sveikatos pablogėjimą, nurodė nuolatos arba labai dažnai jaučiantys nuovargį bei nerimą. Nuolatinis nuovargio jausmas ryškiausiai pastebimas tarp jaunų specialistų (20–29 metų amžiaus) bei tarp sveikatos priežiūros darbuotojų. Nerimas yra taip pat dažnai jaučiamas tarp jaunesnių specialistų, o daugiausiai nerimauja mokytojų specialybės atstovai.



Profesinį perdegimą jaučia 61% specialistų – 55% jaučia labai dažnai, 6% teigia jaučiantys nuolat. Ženkliai dažniau profesinį perdegimą jaučia jauniausi specialistai (20-29 metų amžiaus), sveikatos priežiūros specialistai. Ekstremaliomis sąlygomis dirbantys specialistai kitus pojūčius nurodė jaučiantys kiek rečiau: miego sutrikimus nuolat ar dažnai jaučia 48%, nuobodulį – 26%, depresiją – 24%. Tai pat buvo minimi ir kiti požymiai, kuriuos nurodė patys tyrimo dalyviai – 26% nurodė jaučiantys pyktį bei susierzinimą, 19% nežinomybę, 18% nusivylimą, 9% nuolatinį galvos skausmą.



Taigi galima teigti, kad didžioji dalis specialistų, dirbančių ekstremaliomis aplinkybėmis, kai labai artimai susiduriama su COVID-19 pandemija, jaučia psichologinės sveikatos pablogėjimą (77%). Pastebima, kad daugiausia su pablogėjusia sveikata yra susijęs labai dažnai jaučiamas stresas bei baimės jausmas. Taip pat net 7 iš 10 specialistų susiduria nuolatiniu nuovargio jausmu bei juos kamuoja nerimas. Pastebima, kad šiuos pojūčius reikšmingai dažniau jaučiu jauniausi specialistai, kurių amžius yra 20-29 metai, bei dirbantys sveikatos priežiūros srityje.

NAUDOJIMASIS PSICHOLOGO PASLAUGOMIS

Tyrimu buvo siekiama išsiaiškinti, ar specialistams šiuo laikotarpiu teko kreiptis į psichologą ar psichiatrą, kad pagerintų psichologinę sveikatą.

Didžioji dalis visų tyrimo dalyvių (67%) nurodė, kad pandemijos eigoje jiems neteko ir nebuvo poreikio kreiptis pagalbos į psichologą ar psichiatrą. Reikšmingai dažniau tarp šių respondentų yra vyrai (79%), vyresni nei 50 metų amžiaus asmenys (76%) bei dirbantys vidaus reikalų sistemoje arba valstybės / savivaldos tarnyboje (76%).

Ketvirtadalis specialistų teigė turėję ketinimų kreiptis į psichologus ar psichiatrus pandemijos metu. Reikšmingai dažniau tokių ketinimų turėjo 20-29 metų amžiaus specialistai (30%), asmenys, kurių pajamos vienam šeimos nariui – iki 350 eurų (38%) bei tie, kurių psichologinė sveikata pablogėjo (30%).

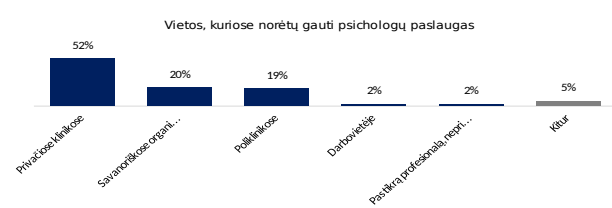
4% respondentų nuolat naudojami psichologų ar psichiatrų paslaugomis. Tai – jauniausioji respondentų grupė (20-29 metų amžiaus) (9%), aukštas pajamas gaunantys, tai yra daugiau nei 1100 eurų per mėnesį vienam šeimos nariui (9%), psichologai (28%), bei asmenys, dirbantys privačioje įstaigoje arba dirbantys sau (11%). Dar 4% nurodė, kad kreipėsi pagalbos vieną ar kelis kartus.

Po 2% respondentų nurodė, kad asmeniškai į psichologą kreipėsi ne kartą ir tik vieną kartą.



PSICHOLOGINIŲ PASLAUGŲ GAVIMO VIETOS

Tyrimu buvo siekiama sužinoti, kur būtų geriausia vieta gauti psichologų paslaugas. Specialistams buvo užduotas klausimas apie psichologinių paslaugų gavimo vietas, kuriose jie labiausiai norėtų jas gauti, jeigu atsirastų poreikis. Kas antras respondentas nurodė, kad patogiau būtų gauti psichologų paslaugas privačiose klinikose. Kitos vietos buvo pasirenkamos reikšmingai rečiau. Penktadalis nurodė, kad tokias paslaugas jiems būtų patogu gauti savanoriškose organizacijose (20%) ar poliklinikose (19%). Žymiai



mažiau respondentų (4%) pasirinko darbovietę arba tikrą profesionalą, nepriklausomai nuo to, kaip geriausią vietą paslaugų gavimui.

Tiriant detaliau pagal sociodemografinius duomenis, matoma, kad nuomonė, kur geriausia gauti psichologų paslaugas, priklausomai nuo jų išsiskiria. Privačios klinikos yra išskiriamos kaip geriausia vieta gauti psichologines paslaugas (52%) - reikšmingai dažniau ten paslaugas norėtų gauti 20 - 39 metų amžiaus asmenys (20-29 - 67%; 30-39 - 59%), taip pat asmenys, dirbantys sveikatos priežiūros (60%) ar socialinių paslaugų įstaigose (68%). Pabrėžiama, jog privačiose klinikose paslaugas gauti nori ženkliai daugiau asmenų, kurių pajamos vienam šeimos nariui per mėnesį yra aukštesnės (1100 EUR ir daugiau) (70%).

Savanoriškose organizacijose paslaugas norėtų gauti 20% respondentų. Ten labiau paslaugas norėtų gauti 40-49 metų amžiaus asmenys (28%) bei socialiniai darbuotojai (26%). Atsižvelgiant į norinčius gauti psichologines paslaugas poliklinikose (19%), ženkliai daugiau šią vietą renkasi vyriausios amžiaus grupės asmenys (kuriems yra virš 60 metų) (40%) bei asmenys, dirbantys švietimo įstaigose (29%).

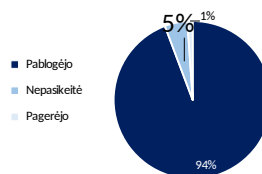
Vietos, kuriose specialistai norėtų gauti psichologų paslaugas (pagal sociodemografinius duomenis)

Bendrai	0.52	0.2	0.19	0.02	0.02	0.05
LYTIS						
moteris	0.52	0.21	0.19	0.02	0.02	0.05
vyras	0.49	0.17	0.23	0.03	0.02	0.07
AMŽIUS						
20-29	0.67	0.18	0.11	0.02	0.01	0.02
30-39	0.59	0.2	0.15	0.03	0	0.03
40-49	0.46	0.28	0.18	0.01	0.02	0.05
50-59	0.47	0.19	0.22	0.02	0.03	0.08
60 ir vyresni	0.35	0.1	0.4	0.03	0.03	0.08
PAJAMOS						
Iki 350 EUR	0.46	0.24	0.22	0.03	0	0.05
351 - 500 EUR	0.49	0.23	0.19	0.02	0.01	0.06
501 - 700 EUR	0.41	0.25	0.24	0.01	0.02	0.06
701 - 900 EUR	0.5	0.21	0.2	0.04	0.02	0.03
901 - 1100 EUR	0.58	0.17	0.18	0.01	0.03	0.03
1101 EUR ir daugiau	0.7	0.09	0.12	0.01	0.03	0.05
SPECIALYBĖ						
mokytojas (-a)	0.39	0.23	0.28	0.02	0	0.08
švietimo pagalbos specialistas (-ė) *	0.44	0.19	0.25	0.03	0.09	0
sveikatos priežiūros darbuotojas (-a)	0.61	0.16	0.16	0.02	0.02	0.03
socialiniai darbuotojas (-a)	0.53	0.26	0.14	0.02	0.02	0.03
psichologas (-ė)	0.7	0.13	0.08	0	0.07	
valstybės ar savivaldos tarnautojas (-a)	0.5	0.17	0.26	0.02	0.01	0.03
multinivis darbuotojas (-a)	0.35	0.25	0.24	0.03	0	0.14
vaistininkas (-ė) /farmacininkas (-ė)	0.53	0.19	0.18	0.02	0.02	0.06
verslo atstovas (-ė) **	0.7	0.17	0.13	0	0	

5. VISUOMENĖS PSICHOLOGINĖS BŪKLĖS POKYČIO VERTINIMAS PANDEMIJOS EIGOJE

Specialistų, dalyvavusių tyrime, buvo prašoma pasidalinti savo nuomone, kaip pandemija

Visuomenės psichologinės būklės vertinimas



VISUOMENĖS PSICHOLOGINĖS BŪKLĖS PABLOGĖJIMO POŽYMIAI

Kadangi didžioji dalis specialistų (net 94%) nurodė, kad visuomenės psichologinė būklė pablogėjo, jų buvo klausiama, kokie požymiai labiausiai pasireiškė. Nerimas buvo įvardijamas kaip pagrindinis visuomenės psichologinės būklės pablogėjimo požymis – nerimą įvardijo net 83% respondentų. Šį požymį ypač dažnai nurodė jauniausi specialistai, kurių amžius 20-29 metai. Kad visuomenė jaučia nerimą teigė net 90% šios amžiaus grupės atstovų. Taip pat, kad visuomenė jaučia nerimą, dažniau nurodė sveikatos priežiūros specialistai (89%), psichologai (98%).

Antras daugiausia minimas psichologinės visuomenės būklės pablogėjimo požymis yra stresas. Šį požymį nurodė 2 iš 3 specialistų. Vėlgi tai dažniau buvo nurodoma jauniausių respondentų (20-29 metų amžiaus) - net 79% nurodė, kad visuomenė jaučia stresą. Vyresni specialistai, tai yra nuo 50 metų amžiaus, reikšmingai rečiau nurodė, kad gyventojai susiduria su stresu (nurodė tik kas antras respondentas).

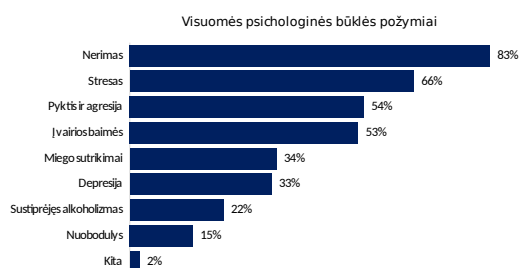
Kas antras specialistas dalyvavęs tyrime ir nurodęs, kad visuomenės psichologinė būklė pablogėjo, mano, kad visuomenė jaučia pyktį, agresiją (54%) bei turi įvairių baimių (53%). Kalbant apie pyktį ir agresiją, pastebima, kad vyrai šį požymį nurodė reikšmingai rečiau ir tik 41% vyrų teigė, kad su tuo susiduria visuomenė. Tačiau 3 iš 5 20-39 metų amžiaus specialistų teigė, kad visuomenė tai patiria. Kitos nuomonės yra specialistai, kurių amžius siekia 60 metų ir daugiau: tik 36% tokio amžiaus specialistų, mano, kad pyktis ir agresija pasireiškia pandemijos metu. Matoma, kad nuomonė išsiskiria ir priklausomai nuo specialistų profesijos. Sveikatos priežiūros specialistai bei farmacininkai, vaistininkai reikšmingai dažniau nurodė, kad visuomenė patiria pyktį ir agresiją (atitinkamai nurodė 61% ir 67%). Mokytojai bei muitinės darbuotojai tai nurodė reikšmingai rečiau – 45% mokytojų nurodė, kad visuomenė jaučia pyktį ir agresiją, 39% - muitinės darbuotojų.

Trečdalis specialistų nurodė, kad visuomenė susiduria su miego sutrikimais bei serga depresija. Kad žmonės susiduria su miego sutrikimais dažniausia nurodė vaistininkai - net 62% šios specialybės atstovų teigia, kad gyventojai pandemijos metu susiduria su miego sutrikimais. Požiūris, kad gyventojai dažniau susiduria su depresija, labiau vyrauja tarp 20-29 metų amžiaus gyventojų. Net 48% tokio amžiaus specialistų mano, kad pandemijos metu su depresija susiduriama dažniau. Tačiau matoma, kad

priešingas požiūris yra tarp vyresnių specialistų. Kuo vyresnis specialistas, tuo mažiau nurodoma, kad depresija pasireiškia pandemijos metu. Kad visuomenė susiduria su pandemija, nurodė 27% 50-59 metų amžiaus specialistų, 23% 60 metų ir vyresnių. Taip pat yra reikšmingų skirtumų priklausomai nuo profesijos, sveikatos priežiūros specialistai (44%) bei vaistininkai (48%) depresiją kaip patiriamą požymį nurodė reikšmingai dažniau. Depresija buvo ženkliai rečiau minima tarp socialinių darbuotojų (27%), valstybės ir savivaldos darbuotojų (22%) bei muitinės darbuotojų (20%).

Kiti požymiai kaip sustiprėjęs alkoholizmas (22%) bei nuobodulys (15%) buvo nurodomi ženkliai rečiau.

Taigi svarbu paminėti, kad bene visi specialistai sutinka, kad visuomenė susiduria su psichologinės būklės pablogėjimu. Didžioji dalis jų nurodo, kad pagrindiniai požymiai, su kuo susiduria visuomenė ir kaip tai pasireiškia, yra nerimas, stresas, pyktis, agresija bei kitos įvairios baimės. Atlikta analizė parodė, kad egzistuoja reikšmingi skirtumai priklausomai nuo specialisto amžiaus ir profesijos. Jaunesni specialistai reikšmingai dažniau nurodo, kad visuomenė patiria įvairius neigiamus pojūčius susijusius su pablogėjusia psichologine sveikata. Tuo tarpu tarp vyresnių specialistų tokia nuomonė vyrauja ženkliai rečiau. Yra pastebima, kad sveikatos priežiūros specialistai bei farmacininkai reikšmingai dažniau mini įvairius požymius, su kuriais susiduria visuomenė pandemijos metu: stresas, nerimais, baimė, depresija, miego sutrikimai, pyktis, agresija, sustiprėjęs alkoholizmas.

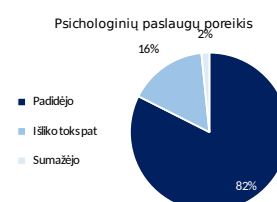


6. PSICHOLOGINIŲ PASLAUGŲ POREIKIS IR VERTINIMAS PANDEMIJOS METU

Norint išsiaiškinti, ar ekstremaliomis aplinkybėmis dirbantys specialistai artimiausioje aplinkoje bei visuomenėje mato reikiamybę psichologinėms paslaugoms, jų buvo teiraujama apie šių paslaugų poreikį, taip pat kur jie labiausiai norėtų gauti psichologines paslaugas bei kaip respondentai vertina psichologinių paslaugų prieinamumą Lietuvoje.

PSICHOLOGINIŲ PASLAUGŲ POREIKIS VISUOMENĖJE

Teiraujantis apie psichologinių paslaugų poreikį, 4 iš 5 specialistų nurodė, kad šių paslaugų poreikis visuomenėje pandemijos metu



PADIDĖJĘS PSICHOLOGINIŲ PASLAUGŲ POREIKIS PAGAL SOCIODEMOGRAFIJĄ

Vertinant psichologinių paslaugų poreikio padidėjimą per sociodemografinius požymius pastebėta, jog reikšmingai mažiau vyrų nurodė padidėjusį poreikį šioms paslaugoms. Amžiaus grupėje ryški jaunų respondentų (20–29 metų amžiaus), pasisakiusių už psichologinių paslaugų poreikį, tendencija. Tuo tarpu pasisakiusių už padidėjusį poreikį vyresnių (50–59 metų amžiaus) asmenų yra reikšmingai mažiau. Matoma, kad kuo vyresnis specialistas, tuo požiūris, kad psichologinės paslaugos reikalingos, mažėja.

Atsižvelgiant į psichologinių paslaugų poreikį visuomenėje pagal tyrime dalyvavusių respondentų specialybes, verta išskirti sveikatos priežiūros darbuotojus ir kitus respondentus, dirbančius sveikatos priežiūros įstaigoje. Šių profesijų atstovai reikšmingai dažniau nurodė, jog psichologų ar psichiatrų poreikis visuomenėje ar jiems artimoje bendruomenėje pandemijos metu padidėjo. Taip pat verta paminėti, jog ženkliai mažiau muitinės darbuotojų, asmenų, dirbančių vidaus reikalų sistemoje bei valstybės / savivaldos tarnautojų nurodė, kad tokio tipo paslaugų poreikis padidėjo. Įdomu pastebėti skirtumus ir tarp respondentų, gaunančių skirtingas pajamas – asmenys, uždirbantys daugiau (1101 EUR ir daugiau vienam šeimos nariui per mėnesį) dažniau nurodė, kad poreikis psichologinėms paslaugoms padidėjo. Iš ankstesnės analizės matyti, kad aukštesnes pajamas gaunantys asmenys ir patys dažniau yra linkę naudotis šiomis paslaugomis.

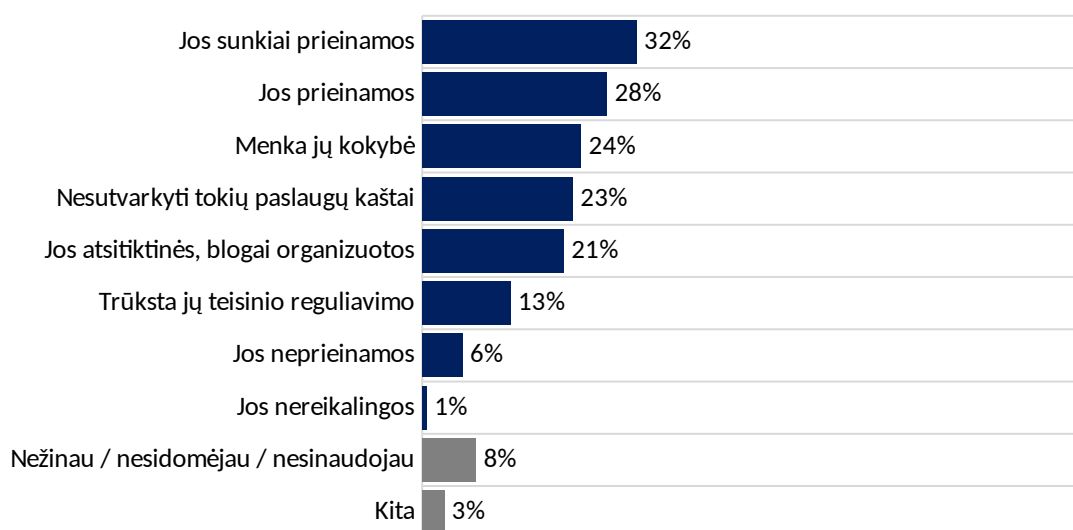


PSICHOLOGINIŲ PASLAUGŲ VERTINIMAS

Atliekame tyrime buvo siekiama suprasti specialistų nuomonę ir apie dabartinę situaciją Lietuvoje. Respondentams uždavus klausimą, kaip jie vertina psichologinių paslaugų prieinamumą Lietuvoje apskritai, specialistų nuomonė išsiskyrė. Pastebimas prieštaravimas tarp teigiančių, jog paslaugos yra sunkiai prieinamos (32%) bei pasisakančių, kad psichologinės paslaugos yra prieinamos (28%). Atsakymai pasiskirsto pakankamai tolygiai, tačiau išsiskiria, atsižvelgiant į sociodemografinius duomenis.

Detaliau nagrinėjant specialistų nuomonę šiuo klausimu galima pažymėti, kad tarp specialistų, nurodžiusių, kad psichologinės paslaugos yra sunkiai prieinamos (32%), reikšmingai daugiau jaunesnių (20–29 metų amžiaus) respondentų (42%), taip pat tarp sveikatos priežiūros darbuotojų (40%), kurie vertina savo materialinę situaciją kaip itin skurdžią (50%). 28% tyrimo dalyvių nurodė, kad psichologinės paslaugos Lietuvoje yra prieinamos gyventojams. Tarp šių specialistų yra reikšmingai daugiau psichologų (43%), taip pat nevedusių / netekėjusių asmenų (35%) bei specialistų, gerai vertinančių savo materialinę situaciją (pajamų pakanka pragyvenimui ir gali kaupti ateičiai) (33%). Įdomu pastebėti, jog šioje grupėje vyrauja reikšmingai mažiau vyresnių asmenų (50 ir daugiau), o tai prieštarauja šio tyrimo tendencijai, jog vyresnės amžiaus grupės specialistų teiginiai dažnai tarsi prieštarauja jaunos amžiaus grupės specialistų asmenų teiginiams.

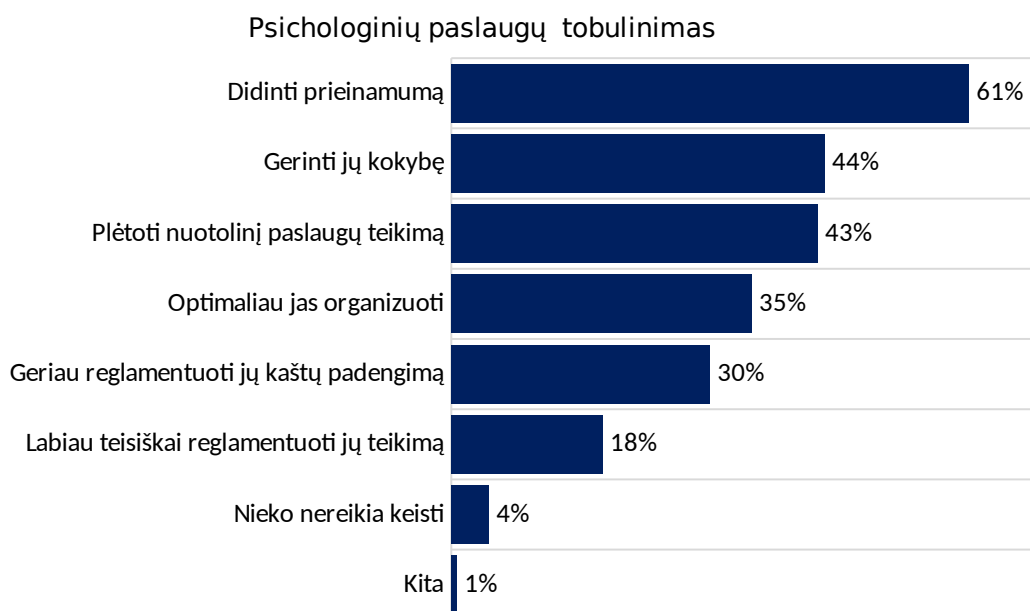
Psichologinių paslaugų prieinamumo vertinimas



Ekstremaliomis sąlygomis dirbantys specialistai, vertindami psichologinių paslaugų kokybę Lietuvoje taip pat išskyrė menką tokių paslaugų kokybę (24%), nesutvarkytus tokių paslaugų kaštus (23%) bei prastą organizuotumą (21%). Menką paslaugų kokybę ženkliai dažniau minėjo socialiniai darbuotojai (31%), tačiau su tuo mažiausiai sutiko psichologai (10%) bei sveikatos priežiūros darbuotojai (18%). Nesutvarkyti paslaugų kaštai reikšmingai dažniau buvo nurodomi jauniausių specialistų, 20-29 metų amžiaus (34%) bei sveikatos priežiūros darbuotojų (35%) bei aukščiausias pajamas gaunantys respondentai (31%). Rečiau tai nurodė, 30-39 (17%) bei 60 metų ir vyresni specialistai (13%). Prastą paslaugų organizavimą dažniau nurodo sveikatos priežiūros specialistai (30%), aukščiausias pajamas gaunantys (30%).

PSICHOLOGINIŲ PASLAUGŲ TOBULINIMAS ATEITYJE

Matyti, kad dėl dabartinių psichologinių paslaugų prieinamumo Lietuvoje specialistų nuomonė išsiskyrė. Klausiant, ar COVID-19 pandemijos eigoje įgyta patirtis įgalina teigti, kad psichologinių paslaugų teikimas turėtų keistis bei pasiteiravus apie galimas intervencijas psichologinių paslaugų teikimui, specialistai daugiausiai įvardino, jog reikėtų didinti šių paslaugų prieinamumą visuomenei (61%), gerinti jų kokybę (44%), teikti šias paslaugas ir nuotoliniu būdu (43%).



Daugiausia specialistai minėjo, kad psichologinių paslaugų prieinamumas turėtų būti didinamas. Tai daugiausia minima tarp jauniausių respondentų - 20-29 metų amžiaus - (73%), sveikatos specialistų (72%), vaistininkų (73%). 2 iš 5 respondentų nurodė, kad turėtų būti gerinama paslaugų kokybė bei reiktų plėtoti nuotolinį paslaugų teikimą. Abi tobulintinas sritis ženkliai dažniau nurodė jauniausi tyrimo dalyviai. Sveikatos priežiūros specialistai reikšmingai dažniau nurodė ir kad siekiant didinti jų prieinamumą, paslaugas būtų galima teikti nuotoliniu būdu.

Apibendrinus rezultatus galima teigti, kad jaunesni gyventojai ir dirbantys sveikatos priežiūros srityje kritiškiau vertina gyventojų psichologinę sveikatą bei psichologinių paslaugų prieinamumą Lietuvoje. Jų teigimu, šios paslaugos yra sunkiai prieinamos, todėl paslaugų prieinamumas turėtų būti didinamas. Psichologai ir aukštesnes pajamas gaunantys respondentai nurodo, kad paslaugos yra prieinamos. Tyrimo duomenys rodo, kad jie jau šiuo metu naudojami šiomis paslaugomis ir nemano, kad prieinamumas turėtų būti didinamas. Kalbant apie psichologinių paslaugų kokybę, net ketvirtadalis mano, kad kokybė yra menka, su tuo nesutinka tik šioje srityje dirbantys specialistai - sveikatos priežiūros specialistai bei psichologai. Specialistai sutinka, kad psichologinių paslaugų prieinamumas gyventojams turėtų būti didinamas, gerinama jų kokybė bei svarstoma galimybė jas teikti nuotoliniu būdu. Svarbu pažymėti, kad psichologinių paslaugų poreikis ir bendras jų vertinimas išsiskiria tarp jauniausių specialistų bei sveikatos priežiūros specialistų. Šie specialistai išsiskiria tuo, kad kritiškiau vertina

gyventojų psichologinę sveikatą šiuo pandemijos laikotarpiu, ir nurodo, kad gyventojų sveikata pablogėjo - didelė visuomenės dalis patiria nerimą, stresą, depresiją, susiduria su įvairiomis baimėmis. Todėl ypač palankiai jauniausi specialistai vertina galimybę, kad gyventojams pandemijos metu būtų teikiamos psichologinės paslaugos, didinamas jų prieinamumas, gerinama kokybė, optimizuojamas jų organizavimas, jog jos būtų labiau teisiškai reglamentuojamos bei reglamentuojamos jų išlaidos.