

STUDIJŲ PRADŽIA COVID-19 PANDEMIJOS METU

PSICHOTRAUMATOLOGIJOS CENTRAS

Vilniaus universitetas
Psichologijos institutas
2020 Vilnius

Dr. Inga Truskauskaitė-Kunevičienė



Vilniaus
universitetas



Lietuvos
mokslo
taryba

Projektas finansuojamas LMTLT (sut.nr. S-COV-20-12)

© Psichotraumatologijos centras

Psichotraumatologijos centras

Filosofijos
fakultetas[Apie FsF](#) ▾ [Mokslas](#) ▾ [Stojantiesiems](#) ▾ [Studentams](#) ▾ [Darbuotojams](#) ▾ [Paslaugos](#) ▾

EN



Psichologijos institutas

[> Apie institutą](#)[> Instituto bendruomenė](#)[> Mokslas](#)[> Instituto įvykiai](#)

Psichotraumatologijos centras

VU Psichotraumatologijos centre (PTC), kuriam vadovauja prof. E. Kazlauskas, vykdomi įvairių stresinių ir trauminių patirčių ir stresinių sutrikimų psichologiniai tyrimai. Psichotraumatologijos centras vykdydamas tyrimus aktyviai bendradarbiauja su užsienio psichotraumų tyrimų mokslo centrais.

PTC centre yra adaptuojami ir kuriami specializuoti psichotraumatologijos įvertinimo ir psichologinių terapijų metodai. Vilniaus universiteto Psichotraumatologijos centre vyksta specializuotos psichotraumatologinės pagalbos mokymai, teikiama specializuota psichologinė pagalba sukrečiančius įvykius patyrusiems suaugusiems asmenims.

Kontaktai

Psichotraumatologijos centras
Vilniaus universitetas
M. K. Čiurlionio g. 29, 203 kab., LT-03100 Vilnius
El. paštas: psichotraumatologija@fsf.vu.lt
Telefonas: (8 5) 268 6952
www.ptc.fsf.vu.lt (English version)

Norėdami savo mokslinėje veikloje arba praktikoje taikyti mūsų turimus **įvertinimo instrumentus**, užpildykite [šią užklauso formą](#).

Norėdami registruotis **psichologinei konsultacijai**, užpildykite [šią formą](#).

PSIHIKOS SVEIKATA PANDEMIJOS METU

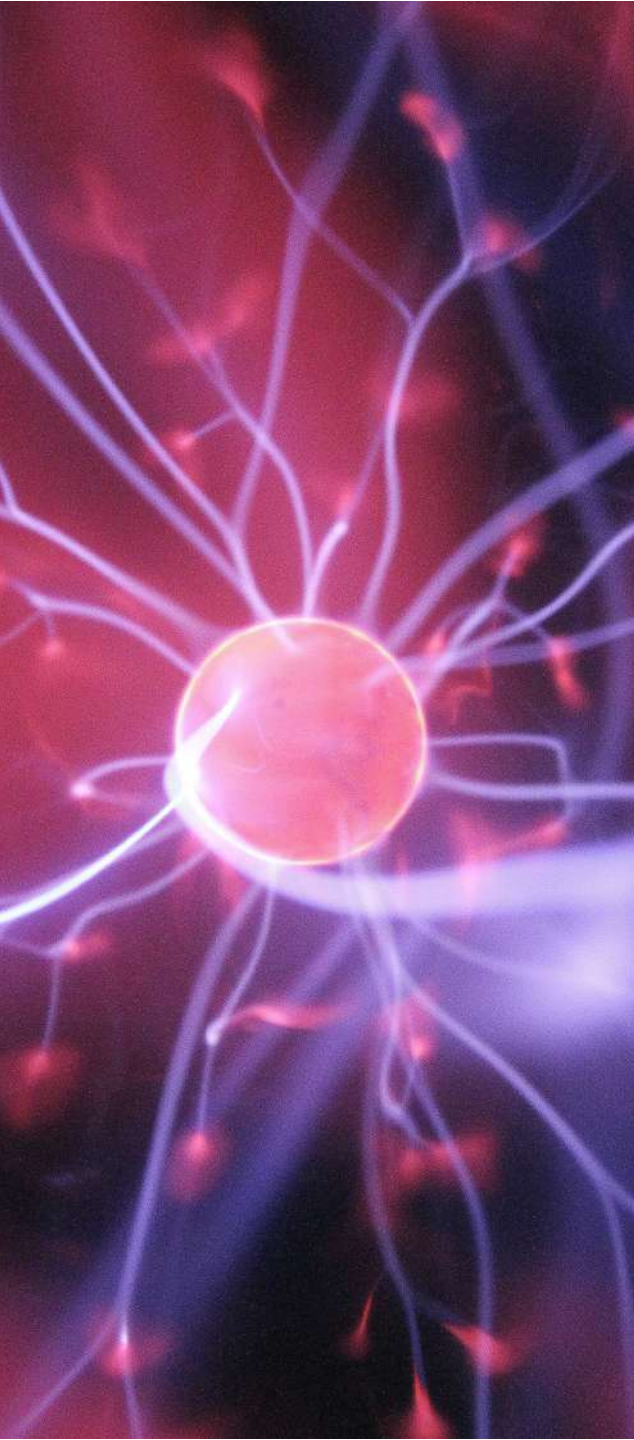
- Studijos nuotoliniu būdu – stresas (ypač pirmakursiams)
- PSO: aukštas streso lygis → prastėjanti psichikos sveikata
- Studentai ir šiaip patiria daug streso → rizikos grupė
- Socialiniai apribojimai labiausiai paveikia jaunimą
- Nauji draugai? Galimi partneriai? Patinkančios veiklos?



Studentų streso ir gerovės tyrimas



- Elektroninė apklausa
- T1: 2019 rudenį (~1700 studentų)
- T2: 2020 pavasaris
(COVID-19 pirma banga; ~500 studentų)
- T3: 2020 rudenį
(dalyvavę ir nauji pirmo kurso studentai)
- T4: 2021 pavasaris...



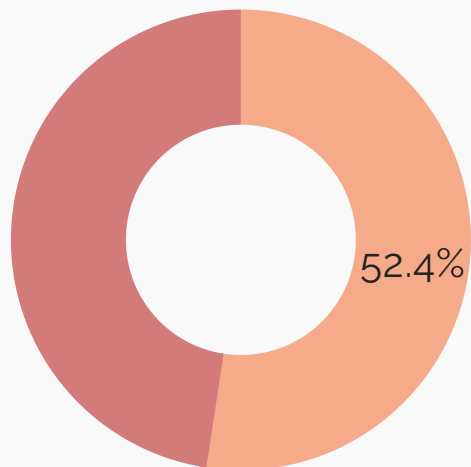
Studentų streso ir gerovės tyrimas

- Streso lygis
- Nerimas
- Depresiškumas
- Savižudybių rizika
- Pozityvi psichikos sveikata
- Su COVID-19 susiję iššūkiai

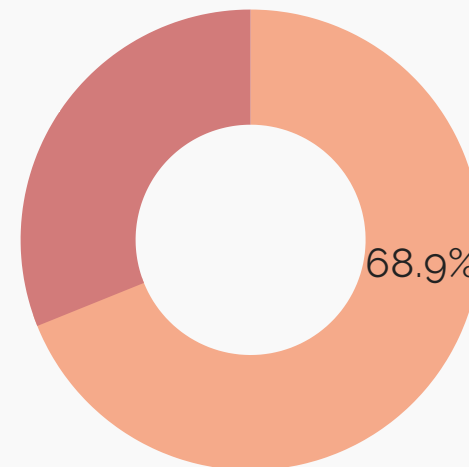
STUDIJŲ PRADŽIA COVID-19 PANDEMIJOS METU



Vilniaus
universitetas



52.4% pirmakursių studentų
patiria stresą dėl pakitusio
studijų proceso



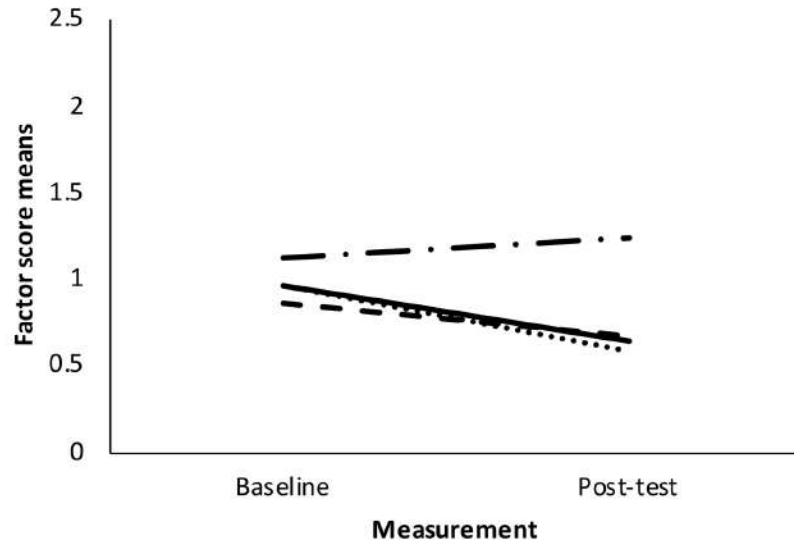
68.9% studentų kasdien
paveda artimiesiems įveikti
pandemijos sunkumus

VU Psichotraumatologijos centro tyrimo duomenys

STUDIJŲ PRADŽIA COVID-19 PANDEMIJOS METU

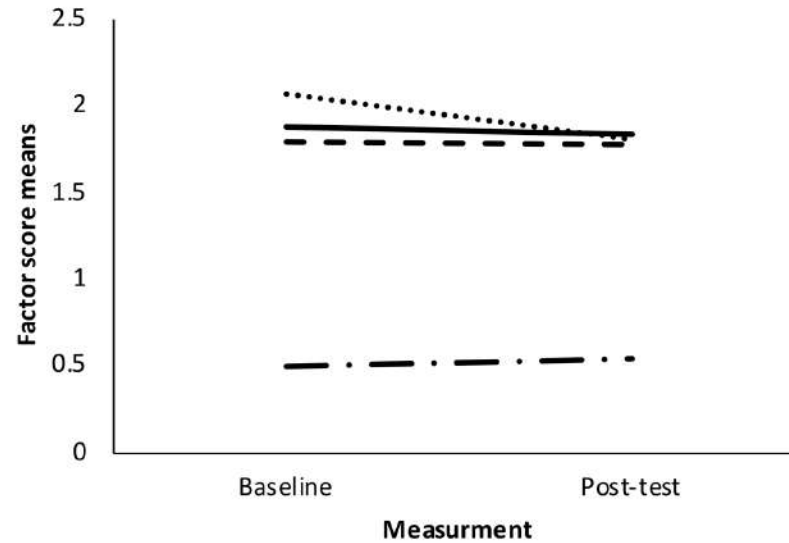


A. Resilient ($n = 638$)



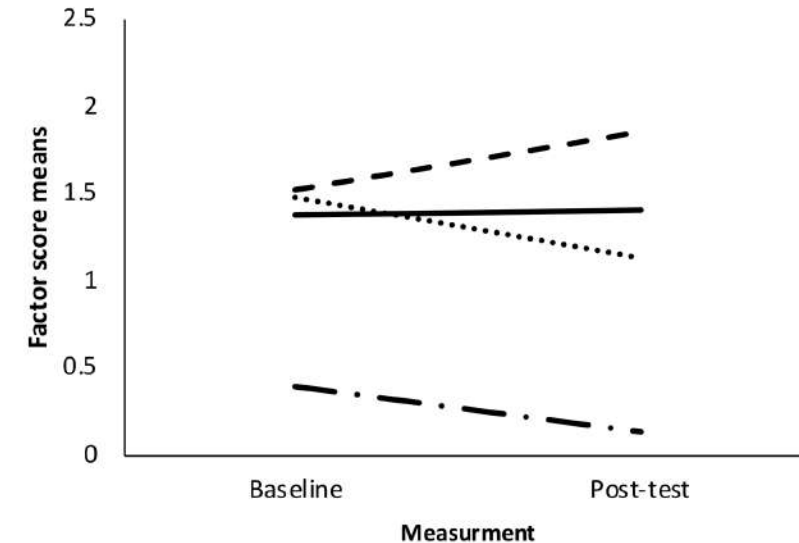
- Stress ($d = -.54 [-.64; -.44]$)
- Anxiety ($d = -.73 [-.44; -.63]$)
- - Depression ($d = -.33 [-.43; -.23]$)
- • Positive Mental Health ($d = .20 [.10; .30]$)

B. High-symptom ($n = 60$)



- Stress ($d = -.07 [-.17; .43]$)
- Anxiety ($d = -.50 [-.60; -.40]$)
- - Depression ($d = -.02 [-.12; .08]$)
- • Positive Mental Health ($d = .09 [-.01; .19]$)

C. Vulnerable ($n = 77$)



- Stress ($d = .05 [-.05; .15]$)
- Anxiety ($d = -.66 [-.76; -.56]$)
- - Depression ($d = .59 [.49; .69]$)
- • Positive Mental Health ($d = -.45 [-.56; -.35]$)

Savižudybės rizika: ~10% → ~20% studentų

REKOMENDACIJOS UNIVERSITETAMS, KAIP PADĖTI STUDENTAMS COVID-19 KRIZĖS METU

- **Pripažinti krizę** ir galimus jaunų žmonių jausmus
- **Nešti žinią**, kad normalu kreiptis pagalbos
- **Informuoti jaunimą**, kaip įveikti įtampą ir stresą
- **Skelbti strategiją**, kaip elgtis kritinėse situacijose
- **Užtikrinti psichologinę pagalbą**, investuojant į resursus
- **Identifikuoti pažeidžiamas grupes** ir aktyviai siūlyti pagalbą
- **Stebėti psichikos sveikatos pokyčius**, darant tyrimus