

Paauglių psichologinės sveikatos vertinimas vykdamant tiriamąją ir prevencinę veiklą mokykloje

Ala Petrulytė¹, Virginija Guogienė²

¹ Lietuvos edukologijos universitetas, Ugdymo mokslų fakultetas, Raidos ir ugdymo psichologijos katedra, Studentų g. 39, 08106 Vilnius, ala.petruyte@leu.lt

² Lietuvos edukologijos universitetas, Ugdymo mokslų fakultetas, Raidos ir ugdymo psichologijos katedra, Studentų g. 39, 08106 Vilnius, virginija.guogiene@gmail.com

Anotacija. Lietuvoje stebimas vis dar aukštas vaikų ir paauglių elgesio ir emocijų sunkumų lygis, pasireiškiantis beveik nemažėjančiu patyčių mastu mokyklose, savižudybių atvejais, žema mokinių mokymosi motyvacija ir mokyklos nelankymu. Psichologinės pagalbos paskirtis ugdymo įstaigoje – stiprinti bei ugdyti mokinių psichologinę sveikatą, skatinti saugios ir palankios ugdymuisi aplinkos mokykloje kūrimą. Prevencinių programų ir taikomojo pobūdžio tyrimų vykdymas yra viena iš svarbiausių mokyklos psichologo veiklos sričių edukacinėje bendruomenėje, stiprinant mokinių psichologinę sveikatą ir gerovę. Pristatomas paauglio emocinės ir socialinės sveikatos tyrimas Lietuvoje. *Tyrimo tikslas.* Ištirti 12–18 metų paauglių emocinę ir socialinę sveikatą, nustatyti skirtumus pagal amžių ir lytį. *Tyrimo metodai:* literatūros teorinė analizė, anketinė apklausa (Socialinės ir emocinės sveikatos klausimynas), statistiniai metodai (*Microsoft Excel* ir *SPSS programa*). *Tiriamieji.* Nuo 12 iki 18 metų amžiaus 1 628 paaugliai iš 13 Lietuvos miestų ir 16 mokyklų. *Tyrimo išvados.* Stebimi paauglių emocinės ir socialinės sveikatos dispozicijų išreikštumo skirtumai lyties ir amžiaus aspektu. Tyrimo rezultatai yra reikšmingi paauglio pozityviosios raidos kontekste, prisideda prie mokinių psichologinės rizikos mažinimo, žmogiškųjų stiprybių vystymosi bei socialinės ir emocinės sveikatos ugdymo mokykloje.

Esminiai žodžiai: paauglio emocinė ir socialinė sveikata, pozityvioji psichologija, mokyklos psichologas, psichologinės sveikatos ugdymas.

Tyrimo teorinis ir praktinis kontekstas

Lietuvoje stebimas vis dar aukštas paauglių elgesio ir emocijų sunkumų lygis, pasireiškiantis beveik nemažėjančiu patyčių mastu mokyklose, savižudybių atvejais, žema mokinių mokymosi motyvacija ir mokyklos nelankymu (Burkauskienė et al., 2008; Civinskas, Levickaitė ir Tamulienė, 2006; Ignatavičienė, 2008; Nauckūnaitė, Stonkuvienė, Česnavičienė ir Vensloviene, 2010; Penkauskienė, 2008; Petrulytė ir Lazdauskas, 2015; Petrulytė 2016; Petruškevičiūtė, 2007; Polukordienė, Skruibis, Bagdonienė, Rekuč ir Skruibienė, 2010; Targamadzė, 2010; Šimelionienė ir Girdzijauskienė, 2010; Šukytė, 2014; Žemaitienė, 2006; Žemaitienė, Bulotaitė, Jusienė ir Veryga, 2011). Europos psichologų asociacijų federacija (2013), Pasaulinė sveikatos organizacija (2014) ir Amerikos psichologų asociacija (2013) pabrėžia, kad tinkamas dėmesys psichologinei sveikatai gali užtikrinti sėkmingą paauglių psichologinį funkcionavimą ir tai yra geriausia investicija į ateitį.

Prevencinių programų rengimas, įgyvendinimas ir taikomojo pobūdžio tyrimų vykdymas yra viena iš svarbiausių mokyklos psichologo veiklos sričių, kuri itin glaudžiai siejasi su sveikatos ugdymo prioritetu edukacinėje bendruomenėje. Savo atliktu tyrimu tikimės prisidėti prie mokinių psichologinės sveikatos stiprinimo bei ugdymo edukacinėje bendruomenėje.

Remiantis Pasaulio sveikatos organizacijos nuostatomis (PSO, 2004), asmens psichologinė sveikata apibrėžiama kaip gerovės būseną, kurioje asmuo suvokia savo sugebėjimus, gali įveikti gyvenimo įprastą įtampą, produktyviai dirbti. Įvairiuose moksliniuose tyrimuose kreipiamas dėmesys į socialinės, kultūrinės ir edukacinės aplinkos svarbą asmens psichologinei sveikatai ir gerovei (Berns, 2009; Camilleri, Cefai ir Cooper, 2011; Kant-Schap (Ed.), 2011; Mental health Systems in the European Union Member States, Status of Mental Health in Populations and Benefits to be Expected from Investments into Mental Health, 2013; Suldo ir Huebner, 2006; Suldo, Shaffer ir Riley, 2008).

Itin aktuali tyrimų sritis – psichologinė sveikata paauglystėje, kai savijauta pablogėja dėl psichosocialinės raidos krizės. Prevencinių programų bei priemonių rengimas ir įgyvendinimas, psichologinių krizių prevencija, intervencija ir postvencija – tai labai plati mokyklos psichologo veiklos sritis. Yra kelios dešimtys programų, sukurtų tiek užsienyje, tiek Lietuvoje. Mūsų šalyje sėkmingai vykdomos programos ugdymo bendruomenėse: „Zipio draugai“, skirta ikimokykliniam ugdymui, ir jos tęstinė programa „Obuolio draugai“, skirta pradiniam ugdymui; „Patyčių prevencijos programa“, skirta vidurinei mokyklai; „Antras žingsnis“, skirta pradinei mokyklai; „Vyresniųjų brolių ir vyresniųjų seserų programa“ ir „Kūrybinių partnerysčių“, skirtos pradinei ir vidurinei mokykloms. Šiose programose akcentuojami mokinio socialiniai įgūdžiai, emocijų kompetencijų ugdymas įtraukioje aplinkoje. Tačiau vienos programos yra privalomos ir integruojamos į mokomuosius dalykus, kitas pasirenka pačios mokyklos pagal savo poreikius. Būtent psichologui tenka svarbus vaidmuo ir atsakomybė įvertinti mokyklos ir mokinių poreikius ir parinkti aktualiausią, tinkamiausią prevencinę programą, o

neretai ir ją įgyvendinti. Derėtų atsakingai pasirinkti prevencines programas, atidžiai įvertinti, kaip jos papildo viena kitą, kaip atitinka ilgalaikius ir artimuosius ugdymo tikslus. Šiandienos iššūkiai psychologui: sunku identifikuoti ir pasirinkti prioritetus, nes mokykloje paprastai įgyvendinamos ne viena, o kelios programos / projektai vienu metu. Svarbu, kad mokykloje būtų vykdoma prevencija ne tik mokiniams, bet ir tėvams, nes tik su jų glaudžiu bendradarbiavimu galima pasiekti norimų pokyčių.

Analizuojant prevencinių programų įgyvendinimo veiksmingumą lemiančias sąlygas, pabrėžtini šie veiksniai (Valantinas, 2009): ugdymo tęstinumas ir profesionalumas – nuolatinis mokytojų kvalifikacijos kėlimas socialinio emocinio ugdymo srityje; įvertinimas – programos įgyvendinimo proceso vertinimas, padedantis siekti užsibrėžtų tikslų; paramos socialinio emocinio ugdymo programai įgyvendinti infrastruktūros sukūrimas – programos įgyvendinimui sukurta infrastruktūra (strategija, rėmėjai, laikas, personalas) laiduoja aiškius prioritetus mokyklos gyvenime; integravimas į visus mokyklos gyvenimo aspektus – peržvelgus visas mokyklos veiklas (pagrindines programas, paramos ir pagalbos mokiniams sistemas, papildomas programas), siekiama socialinį emocinį ugdymą kuo glaudžiau integruoti į mokyklos gyvenimą; šeimos ir bendruomenės ryšiai – kuriami šeimos, mokyklos ir bendruomenės ryšiai yra labai svarbūs mokinių socialiniam emociniam ir akademiniam tobulėjimui; bendravimas su visais suinteresuotaisiais asmenimis – nuolat informuojant visuomenę apie socialinio emocinio ugdymo programos įgyvendinimą mokykloje – tai padeda išlaikyti socialinio-emocinio ugdymo tęstinumą, rasti rėmėjų.

Apibendrinant šiandienos įvairius mokslinius tyrimus bei taikomojo pobūdžio programos galima teigti, kad jas jungia vaiko ir paauglio nerimo, streso ir depresijos simptomų mažinimas, patyčių, smurto ir savižudybių prevencija, psichologinio atsparumo didinimas bei vaiko socialinių ir emocinių kompetencijų ugdymas (Bulotaitė, 2008; Camilleri, 2011; Jané-Llopis ir Braddick, 2008; Weissberg, Durlak, Domitrovich ir Gullotta, 2015). Stebimas švietimo sistemoje dirbančių psichologo įvairių veiklų padaugėjimas. Tačiau manome, kad stokojama bendradarbiavimo, teikiant pagalbą mokiniams tarp įvairių žinybų ir specialistų (psichologo, mokytojų, specialiųjų pedagogų, socialinių darbuotojų ir kt.).

Vis labiau ryškėja pozityviosios psichologijos metodologijos principų taikymo tendencija (Huebner ir Gilman, 2003; Paternite, 2005; Proctor, Maltby ir Linley, 2009; Ryff, 2004; Ryff ir Singer, 2006; Renshaw ir Furlong, 2014; Seligman ir Csikszentmihalyi, 2000; Suldo ir Huebner, 2006; Vetter, 2016). Pozityviosios psichologijos metodologija pabrėžia asmens būsenas, procesus, stiprybes bei sąlygas, padedančias normaliai ir sėkmingai funkcionuoti individui ar grupei. Anot C. D. Ryffo ir kt. (Ryff et al., 2004; Ryff ir Singer, 2006), psichologinė sveikata ir gerovė yra daugiamatis konstruktas, kuris siejamas su optimaliu asmens augimu, teigiamu funkcionavimu ir normaliu vystymusi. Psichologinės sveikatos ir gerovės minimo konstrukto pagrindiniai komponentai yra savęs priėmimas (angl. *self-acceptance*), pozityvūs santykiai su kitais (angl. *positive relations with other*), autonomija (angl. *autonomy*), aplinkos valdymas (angl. *environmental mastery*),

gyvenimo tikslai (angl. *purpose in life*). Remiantis pozityviaja psichologija išskiriami trys svarbiausi paauglio sveikatos ugdymo aspektai: asmens pozityvi patirtis (išgyvenę pozityvią patirtį mokiniai turės poreikį tai patirti ir ateityje, kartu sudaromos teigiamos prielaidos sėkmingam psychosocialiniam vystymuisi) (Peterson, 2006); asmenybės stiprybės (stiprinant ir ugdant mokinių stipriąsias savybes ir kompetencijas, galima prisidėti prie jų kūrybinio potencialo ugdymo ir psichologinės gerovės) (Peterson, Seligman, 2004); pozityvi institucijos bendruomenė (akcentuojama pozityvios mokyklos, teigiamo klimato bendruomenėje sukūrimas, o tai sudaro prielaidas optimaliai vaiko ir paauglio psychosocialinei raidai) (Seligman ir Csikszentmihalyi, 2000; Seligman, Steen, Park ir Peterson, 2005).

Paminėtini pozityviosios psichologijos požiūriu paauglio socialinės ir emocinės kompetencijos tyrimai. Tyrimuose stebime daug patvirtinimų apie paauglio vadinamojo „emocinio intelekto“ sąsajas su jo elgesiu ir psichologine sveikata. D. Golemanas (2003) teigia, kad nemaža dalis paauglių yra emociškai pažeisti: jaučiasi vieniši ir kenčia nuo depresijos, jaučia stiprų pyktį, negali valdyti emocijų, linkę viską sureikšminti, nerimauti, yra impulsyvūs ir agresyvūs. Emocinis intelektas gali turėti įtakos paauglių elgesio ir emociniams sunkumams, mokymosi pasiekimams, tarpasmeniniams santykiams ir kitoms socialinėms kompetencijoms (Qualter, Gardner ir Whiteley, 2007). Pasak B. C. Murphy, S. A. Shepard, N. Eisenberg ir R. A. Fabeso (2004), emocinis intelektas turi didelės reikšmės paauglių adaptacijai mokykloje, o K. V. Petridesas, N. Frederickson, Y. Sangareau ir A. Furnhamas (2006) teigia, kad aukšto emocinio intelekto paaugliai mokykloje geriau socialiai prisitaiko, mažiau destruktiviai elgiasi ir geriau save vertina. Remiantis A. Furnhamo ir K. V. Petrideso (2003) bei B. Palmerio, C. Donaldson ir C. Stougho (2002) tyrimais, nustatyta, kad aukštesnio emocinio intelekto paaugliai linkę geriau save vertinti, yra linksmesni, laimingesni ir patenkinti gyvenimu; jie geriau mokosi, lengviau prisitaiko naujoje aplinkoje, geriau lanko mokyklą. Paaugliai, kurių emocinis intelektas yra žemesnio lygio, pasižymi agresyvumu, nepasitiki savimi, dažniau būna pikti, nereguliariai lanko mokyklą, patiria dėmesio ir bendravimo sunkumų (Petrides Frederickson, Sangareau ir Furnham, 2006; Reiff, Hatzes, Bramel ir Gibbon, 2001). J. V. Ciarrochi'o, P. F. Deane'o ir S. Andersono (2002) atlikti tyrimai parodė emocinio intelekto įtaką streso įveikimui: aukštesnio lygio emocinis intelektas mažina streso pasekmes, gerina psichologinę sveikatą ir mažina depresiją (Kušlevič-Veršėkienė ir Pukinskaitė, 2009). Pastaruoju metu vis dažniau kalbama apie socialinį emocinį ugdymą ir jo teigiamą poveikį mokinių psichikos sveikatai (Paurienė ir Dovidauskaitė, 2015; Valantinas, 2009). Jei į mokyklą ateina neramus, baimingas ar sunkiai pritampantis prie bendraamžių vaikas, o mokykloje patyčios yra kasdienis reiškinys, tuomet tokioje mokykloje nebus skatinami mokiniai ne tik mokytis, bet ir socialiai bręsti. Kiek sėkmingai paaugliui seksis spręsti psychosocialinės raidos užduotis ir įveikti psychosocialinę raidos krizę, didžiąja dalimi priklauso nuo jo emocijų ir socialinių kompetencijų ugdymosi. Todėl socialinis emocinis ugdymas turėtų būti organizuojamas taip, kad mokiniai (ir

suaugusieji, t. y. mokytojai, tėvai) įgytų žinių, nuostatų, įgūdžių ir kompetencijų, būtinų psichikos sveikatai stiprinti.

Metodologija

Daugelyje mokslo studijų asmens psichologinės sveikatos konceptualizavimas ir operacionalizavimas nedera. Paprastai teorinės prielaidos grindžiamos pozityviosios psichologijos principais, įvaduose į tyrimus daug dėmesio skiriama diskusijoms apie vaikų ir paauglių stiprybes, kompetencijas, aptariamoms jų formavimosi prielaidoms. Tačiau empiriškai daugeliu atvejų vertinama psichologinių sunkumų išraiška ir jų žemas lygis laikomas geros psichologinės sveikatos rodikliu (Petrulytė ir Lazdauskas, 2015). Mūsų tyrimas atliktas naudojant Furlongo, You, Renshaw, Smitho ir O'Malley modelį (2014). Šio modelio privalumai: konceptualizavimas dera su operacionalizavimu, asmens sveikata suvokiama kaip daugiamatis socialinės ir emocinės sveikatos konstruktas, tyrimo metodikos validumas, plačios pritaikymo galimybės raidos ir edukaciniame kontekste bei itin ryškėjantis šių tyrimų tarptautiškumas. Paauglių socialinė ir emocinė sveikata – daugiamatis konstruktas, vadinamas „Covitality“, kuriuo apibūdinama paauglio psichologinių stiprybių derinys ir iš jų kylantis gebėjimas veiksmingai įsitraukti į gyvenimą bei suvokti gyvenimo prasmę. Konstruktas „Covitality“ nėra paprasta komponentų suma, tai yra visuma, kurioje pasireiškia komponentų, elementų sąveika ir sinergija. Socialinės ir emocinės sveikatos modelis buvo sėkmingai išbandytas moksliniuose tyrimuose JAV, Australijoje, Japonijoje, Pietų Korėjoje, Turkijoje (Furlong et al., 2014), kurie parodė, kad konstruktas „Covitality“ yra susijęs su aukštu psichikos sveikatos lygiu ir psichologine gerove.

Tyrimo objektas – paauglio socialinė ir emocinė sveikata edukaciniu požiūriu.

Tyrimo tikslas – ištirti 12–18 metų paauglių emocinę ir socialinę sveikatą bei palyginti duomenis lyties ir amžiaus aspektu.

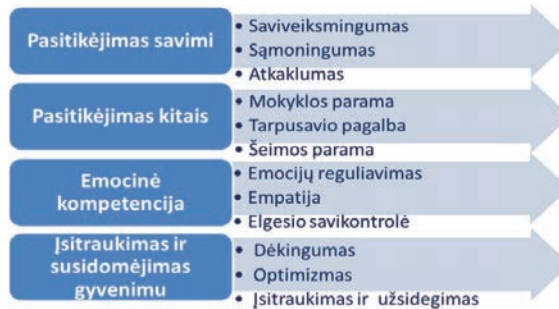
Tyrimo metodai: literatūros teorinė analizė, anketinė apklausa (klausimynas), statistiniai metodai (*Microsoft Excel* ir SPSS programa).

Tyrimė naudotas Socialinės ir emocinės sveikatos klausimynas (*Social Emotional Health Survey – Secondary* (SEHS-S) (Furlong et al., 2014). Pagal klausimyno autorių tyrimus respondentų 14–18 metų grupėje metodikos validumas yra aukštas: Kronbacho alfa (angl. *Cronbach alpha*) svyruoja nuo 0,8 iki 0,95.

Klausimyno dvigubą vertimą atliko A. Petrulytė ir J. Bagdonavičiūtė (anglų kalbos specialistė).

Klausimyną (SEHS-S) sudaro 4 subkategorijos: pasitikėjimas savimi, pasitikėjimas kitais, emocinė kompetencija, įsitraukimas ir susidomėjimas gyvenimu. Kiekviena subkategorija susideda iš trijų unikalių psichologinės sveikatos komponentų, kurių iš viso yra 12 (žr. 1 pav.). Visos keturios subkategorijos sudaro bendrą emocinės ir socialinės gerovės faktorių (angl. *Covitality*).

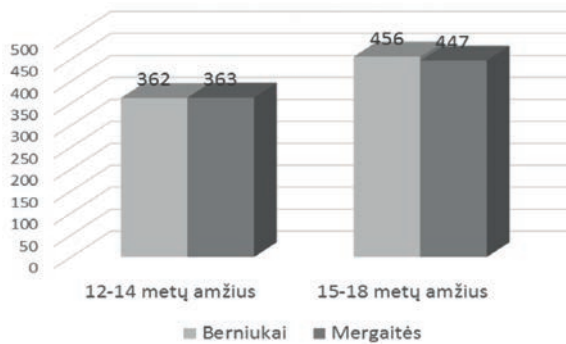
Klausimyno SEHS-S subkategorijų vidutinė Kronbacho alfa reikšmė pagal mūsų tiriamųjų duomenis yra ganėtinai aukšta – 0,90.



1 pav. Paauglio emocinės ir socialinės sveikatos modelis (Furlong et al., 2014)

Tiriamieji

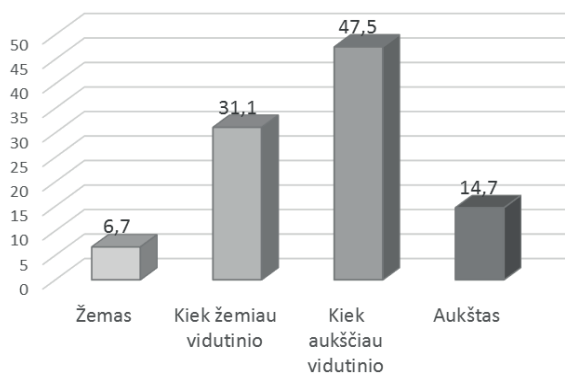
1 628 paaugliai nuo 12 iki 18 metų; 12–14 metų – 752, 15–18 metų – 903; 818 – berniukų ir 810 – mergaičių (žr. 2 pav.). Tyrimas atliktas 13 Lietuvos miestų (Kaune, Panevėžyje, Šiauliuose, Vilniuje, Klaipėdoje, Kupiškėje, Molėtuose, Nidoje, Utenoje, Šakiuose, Švenčionyse, Pabradėje, Anykščiuose) ir 16 mokyklų. Tyrimo duomenys apdoroti *Microsoft Excel* ir *SPSS* programa.



2 pav. Tiriamųjų pasiskirstymas pagal amžių ir lytį

Tyrimo rezultatai

Paauglių SEHS-S bendras rodiklis turi keturis lygius: žemas – ≤ 85 ; kiek žemiau vidutinio – 86–106; kiek aukščiau vidutinio – 107–127 ir aukštas – ≥ 128 . Mūsų visų tirtų paauglių (12–18 metų) duomenų vidurkis – 110,7; apie pusę tiriamųjų patenka į „kiek aukščiau vidutinio“, o paauglių įvėrcių vidurkis 14–18 metų amžiaus grupėje – 109,5 – atitinka M. Furlongo tirtų respondentų duomenis (2014). Mūsų atlikto tyrimo duomenimis, 6,7 proc. paauglių patenka į „žemą lygį“, tai parodo, kad jie yra „rizikos“ grupėje ir jiems reikėtų skirti daugiau dėmesio. Šie paaugliai gali turėti sveikatos sutrikimų, mokymosi sunkumų, depresijos simptomų ir kitų neigiamų socialinių ir psichologinių problemų. Apie 15 proc. paauglių sveikatos lygis yra aukštas, o didžiosios daugumos paauglių – „kiek aukščiau“ ir „kiek žemiau“ vidutinio lygio (žr. 3 pav.).

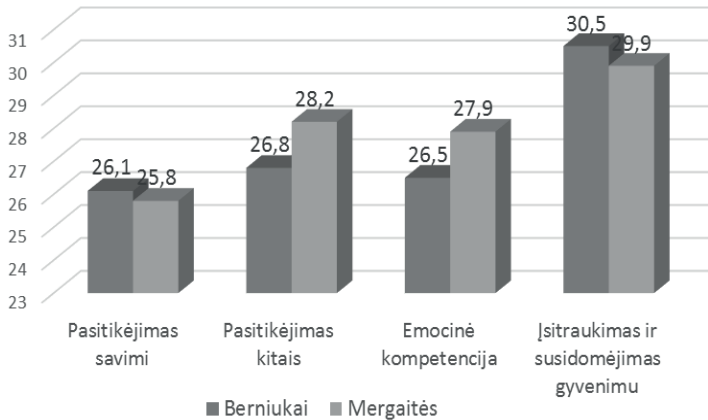


3 pav. Paauglių SEHS-S bendro rodiklio pasiskirstymas pagal normų lygius

Paauglių SEHS-S dispozicijų duomenų palyginimas lyties aspektu

Lyginant mergaičių ir berniukų rezultatus pagal SEHS-S keturias sveikatos subkategorijas, stebimi statistiškai reikšmingai aukštesni mergaičių „emocinės kompetencijos“ ir „pasitikėjimo kitais“ įvėrciai, palyginti su berniukais ($p \leq 0,01$). Berniukų grupėje gauti statistiškai reikšmingai aukštesni „entuziazmo ir užsidegimo“ subkategorijos rodikliai, palyginti su mergaičių įvėrciais ($p \leq 0,05$) (žr. 4 pav.).

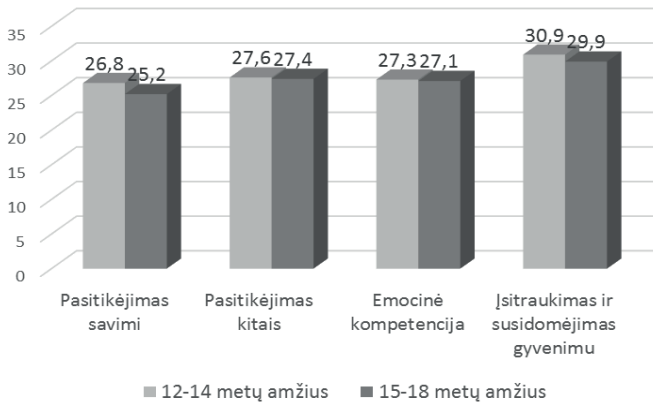
Statistiškai reikšmingi skirtumai stebimi ir pagal atskiras SEHS-S subskales: berniukai, palyginti su mergaitėmis, pasižymi aukštesniais „sąmoningumo“ ir „entuziazmo“ ($p \leq 0,01$) įvėrciais, o mergaičių aukštesni nei berniukų „draugų paramos“, „emocijų reguliavimo“, „empatijos“ ir „dėkingumo“ ($p \leq 0,01$) įvėrciai.



4 pav. Paauglių mergaičių ir berniukų SEHS-S dispozicijų vidurkiai

Paauglių SEHS-S dispozicijų duomenų palyginimas amžiaus aspektu

Lyginant paauglių SEHS-S keturių subkategorijų rezultatus pagal amžių, stebime jaunesnių 12–14 metų paauglių reikšmingai aukštesnius „pasitikėjimo savimi“ bei „entuziazmo ir užsidegimo“ įverčius ($p \leq 0,01$), palyginti su vyresnių 15–18 metų amžiaus paauglių rodikliais (žr. 5 pav.). Nustatyti statistiškai reikšmingai aukštesni 15–18 metų paauglių „draugų paramos“ ir „saviveiksmingumo“ rodikliai, palyginti su 12–14 metų paauglių įverčiais.

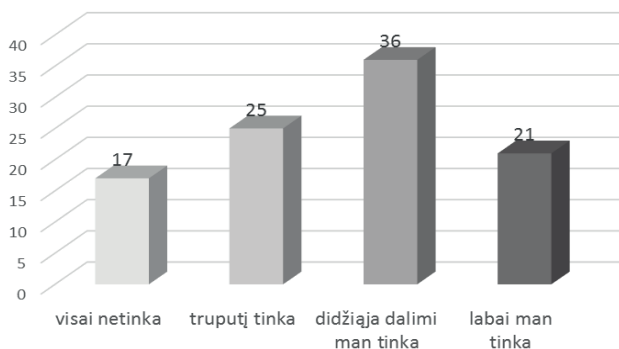


5 pav. 12–14 ir 15–18 metų paauglių SEHS-S subkategorijų vidurkiai

Paauglių suvokiama mokytojų parama

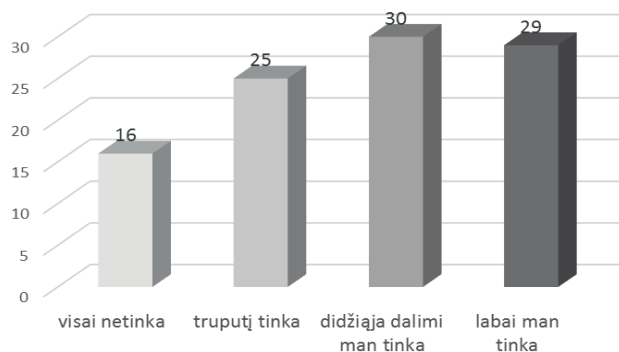
Kadangi mokykla yra ta aplinka, kurioje paaugliai praleidžia didžiąją savo dienos dalį, pagal SEHS-S atsakymus išsamiau nagrinėjome, kaip mokiniai suvokia mokyklinės aplinkos įtaką, tiksliau savo emocinei savijautai bei pasitikėjimui savimi.

Toliau pateikiamos (žr. 6–8 pav.) atskirų teiginių, sudarančių subkategoriją „Mokyklos parama“, mokinių atsakymų pasiskirstymo diagramos (procentine išraiška).



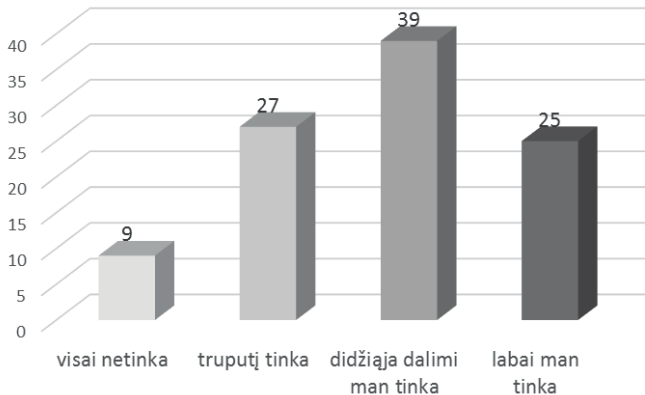
6 pav. Mokinių atsakymų pasiskirstymas pagal klausimą: ar yra mokytojas, norintis, kad mokins stengtųsi iš visų jėgų

Analizuojant mokinių SEHS-S klausimyno atskiro teiginio rezultatus (žr. 6 pav.), išryškėjo tai, kad mokytojo teikiama parama yra reikalinga ir ja yra patenkinti 59 proc. respondentų, o 41 proc. tiriamųjų pasigenda mokytojų teikiamos paramos.



7 pav. Mokinių atsakymų pasiskirstymas pagal klausimą: ar yra mokytojas, gebantis išklaudyti mokinį

Mokinių atskiro teiginio analizė (žr. 7 pav.) atskleidė: 57 proc. mokinių teigiamai įvertino mokytojo gebėjimą išklaudyti mokinį, tačiau 43 proc. mokinių netenkina šis mokytojo gebėjimas.



8 pav. Tiriamųjų atsakymų pasiskirstymas pagal klausimą: ar yra mokytojas, tikintis mokinio sėkme

Išanalizavus mokinių atsakymus apie mokytojo pasitikėjimą mokiniu (žr. 8 pav.), nustatyta, kad 64 proc. mokinių jaučia mokytojo palaikymą ir tikėjimą jo sėkme, o 36 proc. mokinių, dalyvavusių tyrime, pasigenda mokytojo teikiamos emocinės paramos. Apibendrinus pastarųjų trijų diagramų rezultatus, galima daryti išvadą, kad 60 proc. mokinių patenkinti mokytojų palaikymu, padrąsinimu, tačiau 40 proc. mokinių suvokia, kad negauna tinkamos emocinės mokytojų paramos.

Diskusija

Mūsų atliktame tyrime 14–18 metų amžiaus paauglių imties vidurkis yra toks pat kaip M. Furlongo (2014) tyrime 14–18 metų baltųjų amerikiečių respondentų vidurkis – 109,5, t. y. patenka į „kiek aukščiau vidutinio“ lygį. Taigi stebime paauglių gerą socialinę ir emocinę sveikatą. Paauglių SEHS-S duomenys pagal lytį dera su metodikos autoriaus M. Furlongo (2014) ir S. Lee ir kt. (2015) duomenimis: „pasitikėjimo savimi“ mergaičių įverčiai aukštesni nei berniukų, iš dalies sutampa su T. Timofejevos, G. Svence ir A. Petrulytės (2016) tyrimo rezultatais. Gauti duomenys dera su paauglio raidos dėsningumais: stebima stipresnė emocinės kompetencijos ir socialinių santykių raidos trajektorija tarp mergaičių, o berniukų – aktyvumo bei socialinių įgūdžių kompetencijos (Way ir Greene, 2006; Pukinskaitė, 2006; Petrulytė, 2012). Tiriant paauglius, gauti reikšmingi skirtumai pagal amžių (12–14 ir 15–18 metų) dera su vyresniųjų paauglių raidos uždaviniais – poreikiu pritaipyti prie bendraamžių grupės ir didėjančia draugų paramos bei savarankiškumo poreikio trajektorija (Cheng ir Chan, 2004; Petrulytė, 2012 ir kt.). Tyrimu taip pat atskleista, kad apie 40 proc. paauglių mokykloje suvokia, jog negauna reikiamos emocinės mokytojo paramos. Šis rezultatas svarbus ugdymo praktikos kontekste: mokytojas, diferencijuodamas ugdymo turinį, akcentuodamas mokinio veiklumo

ir saviraiškos poreikį, skatinantį asmeninių savybių raišką, taikydamas įvairius veiklos būdus bei darbo formas skirtingų gebėjimų ir poreikių mokiniams, ugdydamas gebėjimą sisteminti žinias, išryškindamas tarpdalykinius mokėjimus bei įgūdžius, mokydamas perkelti turimas žinias į praktinę veiklą (Geležinienė, Vasiliauskienė ir Vyšniauskienė, 2011; Valantinas, 2009; Civinskas et al., 2006), kartu suteiktų ir emocinę paramą mokykloje besimokantiems paaugliams, pagerintų jų emocinę savijautą mokykloje bei prisidėtų prie psichologinės sveikatos stiprinimo bendruomenėje.

Tyrimo rezultatai leidžia išskirti diskusinio pobūdžio klausimus: pagal kokius kriterijus vertinti psichologinės sveikatos prevencinių programų ir taikomųjų tyrimų mokykloje veiksmingumą bei dermę; kaip dera paauglių socialinė emocinė sveikata ir patyčių bei savižudybių mastas mokykloje; koks būtų mokyklos psichologo ir kitų švietimo pagalbos specialistų vaidmuo, stiprinant bei ugdant mokinių psichologinę sveikatą ir gerovę.

Išvados

12–18 metų paauglių SEHS-S bendrasis vidurkis atitinka „kiek aukščiau vidutinio“ lygį ($M = 110,7$), tačiau 6,7 proc. paauglių patenka į „žemą lygį“ – „rizikos“ grupę. Pagal paauglių SEHS-S atskiras keturias subkategorijas išryškėjo žemiausias „pasitikėjimo savimi“ rodiklis ir tai, kad apie 40 proc. mokinių suvokia, jog negauna tinkamos emocinės mokytojų paramos.

Statistiškai reikšmingai aukštesni mergaičių, palyginti su berniukų rodikliais, „emocinės kompetencijos“ ir „pasitikėjimo kitais“ įverčiai ($p \leq 0,01$). Berniukų grupėje gauti statistiškai reikšmingai aukštesni „įsitraukimo ir susidomėjimo gyvenimu“ subkategorijos įverčiai, palyginti su mergaičių grupės rodikliais ($p \leq 0,05$).

Jaunesnių 12–14 metų paauglių statistiškai reikšmingai aukštesni „pasitikėjimo savimi“ bei „įsitraukimo ir susidomėjimo gyvenimu“ įverčiai ($p \leq 0,01$), palyginti su vyresnių 15–18 metų paauglių rodikliais. Vyresnių 15–18 metų paauglių reikšmingai aukštesni „draugų paramos“ ir „savaveiksmingumo“ rodikliai, palyginti su 12–14 metų paauglių įverčiais.

Tyrimo rezultatai yra reikšmingi paauglio pozityviosios raidos kontekste, prisideda prie mokinių psichologinės rizikos mažinimo, žmogiškųjų stiprybių vystymosi bei socialinės ir emocinės sveikatos ugdymo mokykloje. Derinant tyrimo klausimynus kartu su kokybiniais tyrimo metodais, galima įvertinti mokinio elgesį ir emocijas, asmenines stiprybes, sudaryti veiksmų planą ir prevencinės veiklos prioritetus.

Literatūra

- Berns, R. M. (2009). *Vaiko socializacija. Šeima, mokykla, visuomenė*. Vilnius: UAB Poligrafija ir informatika.
- Bulotaitė, L. (2008). *Vaikų psichologinis konsultavimas*. Vilnius: VU leidykla.
- Burkauskienė, D., Čižienė, I., Gaigalienė, M., Gudalienė, K., Ignatavičienė, K., Kišonienė, R., Rimkevičienė, V. ir Valantijienė, S. (2008). *Iškritisų iš švietimo sistemos mokinių grąžinimo ir iškritimo iš mokyklos prevencijos modelis ir jo įgyvendinimo rekomendacijos*. Vilnius: Kronta.
- Camilleri, L., Cefai, C. ir Cooper, P. (2011). Social, emotional and behavioural difficulties in Maltese schools: a multilevel model. *Journal of Research in Educational Sciences*, 11, 1(3), 3–15.
- Ciarrochi, J. V., Deane, F. P. ir Anderson, S. (2002). Emotional intelligence moderates the relationship between stress and mental health. *Personality and Individual Differences*, 32, 197–209. doi: 10.1016/S0191-8869(01)00012-5
- Civinskas, R., Levickaitė, V. ir Tamulienė, I. (2006). *Vengiančių lankyti mokyklą vaikų problemos ir poreikiai: Monografija*. Vilnius, VDU: Garnelis.
- Cheng, S. T. ir Chan, A. C. M. (2004). A brief version of the Geriatric Depression Scale for the Chinese. *Psychological Assessment*, 16, 182–186. doi: 10.1037/1040-3590.16.2.182
- Furlong, M. J., You, S., Renshaw, T. L., Smith, D. C. ir O'Malley, M. D. (2014). Preliminary development and validation of the Social and Emotional Health Survey for secondary students. *Social Indicators Research*, 117, 1011–1032. doi: 10.1007/s11205-013-0373-0
- Furnham, A. ir Petrides, K. V. (2003). Emotional intelligence and happiness. *Social Behaviour and Personality*, 31, 815–824. doi: 10.2224/sbp.2003.31.8.815
- Geležinienė, R., Vasiliauskienė, R. ir Vyšniauskienė, A. (2011). *Mokomės kartu. Metodinės rekomendacijos mokytojams ir švietimo pagalbos teikėjams*. Specialiosios pedagogikos ir psichologijos centras.
- Goleman, D. (2003). *Emocinis intelektas EQ*. Vilnius: Presvika.
- Huebner, E. S. ir Gilman, R. (2003). Toward a focus on positive psychology in school psychology. *School Psychology Quarterly*, 18, 99–102. doi: 10.1521/scpq.18.2.99.21862
- Ignatavičienė, K. (2008). *Iškritisų iš mokyklos mokinių grąžinimas*. Vilnius: Kronta.
- Jané-Llopis, E. ir Braddick, F. (Ed.). (2008). *Mental Health in Youth and Education. Consensus paper*. Luxembourg: European Communities. Printed by the services of the European Commission (OIL), Luxembourg. [Žiūrėta 2016 m. lapkričio 20 d.]. Prieiga per internetą: http://ec.europa.eu/health/ph_determinants/life_style/mental/docs/consensus_youth_en.pdf.
- Kušlevič-Veršekienė, D. ir Pukinskaitė, R. (2009). Paauglių emocinis intelektas: psichosocialinių sunkumų, stresinių gyvenimo įvykių bei demografinių charakteristikų analizė. *Socialinis darbas*, 8(1), 82–91.
- Lee, S., You, S. ir Furlong, M. J. (2016). Validation of the Social Emotional Health Survey for Korean school students. *Child Indicators Research*, 9, 73–92. doi: 10.1007/s12187-014-9294-y
- Mental health Systems in the European Union Member States, Status of Mental Health in Populations and Benefits to be Expected from Investments into Mental Health. (2013).

- European profile of prevention and promotion of mental health* (EuroPoPP-MH). [Žiūrėta 2016 m. lapkričio 12 d.]. Prieiga per internetą: http://ec.europa.eu/health/mental_health/docs/europopp_full_en.pdf.
- Murphy, B. C., Shepard, S. A., Eisenberg, N. ir Fabes, R. A. (2004). Concurrent and across time prediction of young adolescents' social functioning: the role of emotionality and regulation. *Social Development*, 13(1), 56–86. doi: 10.1111/j.1467-9507.2004.00257.x
- Nauckūnaitė, Z., Stonkuvienė, I., Česnavičienė, J. ir Venslovienė, J. (2010). 12–14 m. mokinių mokymo(si) didaktinės problemos ir kai kurios mokymo(si) motyvacijos silpnėjimo priežastys. [Žiūrėta 2016 m. spalio 26 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.alternatyvusisugdymas.lt/index.php/naujienos/naujienos/78-kas-lemia-silpnejančia-mokiniu-mokymosi-motyvacija>.
- Palmer, B., Donaldson, C. ir Stough, C. (2002). Emotional intelligence and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 33, 1091–1100. doi: 10.1016/S0191-8869(01)00215-X
- Paternite, C. E. (2005). School-Based Mental Health Programs and Services: Overview and Introduction to the Special Issue. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 33(6), 657–663. doi: 10.1007/s10802-005-7645-3
- Paurienė, V. ir Dovidauskaitė, D. (2015). Mokinių sveikata: kaip ją išsaugoti? *Švietimo problemas analizė*, 11(135). [Žiūrėta 2017 m. kovo 5 d.]. Prieiga per internetą: https://www.smm.lt/uploads/documents/svietimas/Mokini%C5%B3-sveikata_2015%20Nr11.pdf.
- Penkauskienė, D. (2008). *Lankomumo problemų prevencija mokykloje*. Vilnius: Garnelis.
- Peterson, C. (2006). *A primer in positive psychology*. New York, NY: Oxford University Press.
- Peterson, C. ir Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Petrides, K. V., Frederickson, N., Sangareau, Y. ir Furnham, A. (2006). Trait emotional intelligence and children's peer relations at school. *Social Development*, 15(3), 537–547. doi: 10.1111/j.1467-9507.2006.00355.x
- Petrulytė, A. (2012). *Paauglio psichosocialinė raida*. Lietuvos edukologijos universitetas: Edukologija, Vilnius.
- Petrulytė, A. ir Lazdauskas, T. (2015). Vaikų ir paauglių psichologinė sveikata: sampratos problematika. In *Lietuvos psichologų kongresas: Ieškoti, atrasti, dalintis. 2015 m. gegužės 8–9 d.: recenzuota kongreso medžiaga* (p. 69). Vilnius: Lietuvos psichologų sąjunga.
- Petrulytė, A. (2016). Social and emotional health of adolescents in Lithuania from the perspective of positive psychology. In *Škola v kontexte psychologie zdravia a pozitivnej psychologie: zbornik vedeckých príspevkov* (p. 32–37). Paneurópska vysoká škola, Fakulta psychologie; [zostavovateľ Eva Gajdošová]. Praha: Wolters Kluwer.
- Petruškevičiūtė, A. (2007). *Vaikų, iškrentančių iš bendrojo lavinimo sistemos, skaičiaus mažinimas: prevencinių grupių veikla ugdymo institucijose*. Vilnius: UAB Baltijos kopija.
- Proctor, C., Maltby, J. ir Linley, P. A. (2009). Strengths use as a predictor of well-being and health – related quality of life. *Journal of Happiness Studies*, 10, 583–630. doi: 10.1007/s10902-008-9110-9

- Polukordienė, K. O., Skruibis, P., Bagdonienė, M., Rekuč, V. ir Skruibienė, I. (2010). *Krizių valdymas mokyklose: Metodinė medžiaga mokyklų krizių valdymo komandoms*. Vilnius: UAB BSPB.
- Pukinskaitė, R. (2006). Empatijos ir psichosocialinio funkcionavimo ypatybės paauglystėje. *Socialinis darbas*, 5(2), 55–62.
- Qualter, P., Gardner, K. J. ir Whiteley, H. E. (2007). Emotional intelligence: review of research and educational implications. *Pastoral Care in Education*, 25(1), 11–20. doi: 10.1111/j.1468-0122.2007.00395.x
- Ryff, C. D., Singer, B. H. ir Dienberg, L. G. (2004). Positive health: connecting well-being with biology. *Philosophical Transactions of the Royal Society: Biological Sciences*, 359(1449), 1383–1394.
- Ryff, C. ir Singer, B. (2006). Best news yet on the six-factor model of wellbeing. *Social Science Research*, 35, 1103–1119. doi: 10.1016/j.ssresearch.2006.01.002
- Reiff, H. B., Hatzes, N. M., Bramel, M. H. ir Gibbon, T. (2001). The relation of LD and gender with emotional intelligence in college students. *Journal of Learning Disabilities*, 34(1), 66–78. doi: 10.1177/002221940103400106
- Renshaw, T. L. ir Furlong, M. J. (2014). Covitality: A synergistic conception of adolescent's mental health. In M. J. Furlong, R. Gilman & E. S. Huebner (Eds.), *Handbook of positive psychology in the school* (2nd ed.), (p. 12–32). New York, NY: Routledge / Taylor & Francis.
- Seligman, M. E. P. ir Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5–14. doi: 10.1037/0003-066X.55.1.5
- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N. ir Peterson, C. (2005) Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60, 410–421. doi: 10.1037/0003-066X.60.5.410
- Suldo, S. M. ir Huebner, E. S. (2006). Is extremely high life satisfaction during adolescence advantageous? *Social Indicators Research*, 78(2), 179–203. doi: 10.1007/s11205-005-8208-2
- Suldo, S. M., Shaffer, E. J. ir Riley, K. N. (2008). A social-cognitive-behavioral model of academic predictors of adolescents' life satisfaction. *School Psychology Quarterly*, 23(1), 56–69. doi: 10.1037/1045-3830.23.1.56
- Timofejeva, T., Svence, G. ir Petrulyte, A. (2016). Theoretical and practical study of the concept of social and emotional health by Michael J. Furlong and applied to the selection of teenagers and youth. *Problems of psychology in the 21st century*, 10(2), 98–107.
- Šimelionienė, A. ir Girdzijauskienė, S. (2010). *Psichologiniai ir socialiniai mokymo(si) veiksniai ir jų įtaka 12–14 m. jaunimo mokyklų mokinių mokymosi motyvacijai ir mokyklos lankomumui*. [žiūrėta 2016 m. lapkričio 20 d.]. Prieiga per internetą <http://www.alternatyvusisugdymas.lt/index.php/naujienos/naujienos/78-kas-lemia-silpnejanca-mokiniu-mokymosi-motyvacija>.
- Šukytė, D. (2014). Patyčių problema mokykloje ir prevencija. *Švietimo problemos analizė*, 7(112). [Žiūrėta 2017 m. vasario 5 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.nmva.smm.lt/wp-content/uploads/2012/12/Patyciu-problema-mokykloje-ir-ju-prevencija.pdf>.

- Targamadžė, V. (2010). *12–14 m. mokinių mokymo(si) didaktinės problemos ir jų sprendimo galimybės: Tyrimo ataskaita*. [Žiūrėta 2017 m. kovo 5 d.]. Prieiga per internetą http://www.alternatyviusisugdymas.lt/uploads/2009/12/10_09_03_AU_galimybiu_studija.pdf.
- Valantinas, A. (2009). Socialinis emocinis ugdymas. Kas tai? Kuo gali mums padėti? *Švietimo problemos analizė*, 10(38). [Žiūrėta 2017 m. vasario 15 d.]. Prieiga per internetą: http://www.smm.lt/uploads/documents/kiti/Sv_prob10_Socialinis%20emocinis%20ugdymas.pdf.
- Vetter, J. (January 27, 2016). *Social-Emotional Learning Alliance for Massachusetts: Progress and Opportunities (SEL4MA)*. [Žiūrėta 2016 m. gruodžio 12 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.sel4ma.org/wp-content/uploads/2010/08/SEL-in-MA-slides-Vetter-2016-01-25.pdf>.
- Žemaitienė, N. (2006). *Už tylos sienos*. Vilnius: UAB Sapnų sala.
- Žemaitienė, N., Bulotaitė, L., Jusienė, R. ir Veryga, A. (2011). *Sveikatos psichologija*. Vilnius: Tyto alba.
- Weissberg, R. P., Durlak, J. A., Domitrovich, C. E. ir Gullotta, T. P. (2015). Social and emotional learning: past, present, and future. In J. A. Durlak, C. E. Domitrovich, R. P. Weissberg ir T. P. Gullotta (Eds.), *Handbook of social and emotional learning: Research and practice* (p. 3–19). New York: Guilford.
- Way, N. ir Greene, M. L. (2006). Trajectories of perceived friendship quality during adolescence: The patterns and contextual predictors. *Journal of Research on Adolescence*, 16(2), 293–320. doi: 10.1111/j.1532-7795.2006.00133.x

Adolescent' Psychological Health Evaluation Using Investigative and Preventive Activities at School

Ala Petrulytė¹, Virginija Guogienė²

¹ Lithuanian University of Educational Sciences, Department of Development and Educational Psychology, Studentų St. 39, LT-08106 Vilnius, Lithuania, ala.petrulyte@leu.lt

² Lithuanian University of Educational Sciences, Department of Development and Educational Psychology, Studentų St. 39, LT-08106 Vilnius, Lithuania, virginija.guogiene@gmail.com

Summary

In Lithuania high rates of child and adolescent emotional and behavioral difficulty level are still observed, which manifests itself in increasing almost unabated wide bullying in schools, suicide cases, low student learning motivation and school absenteeism. Psychological help purpose in educational institution – to strengthen and develop students' psychological health, to promote safe and environment-friendly development of persons school development. Preventive programs and applied research execution are one of the most important activities of school psychologists in the educational community, strengthening students' psychological health and well-being.

Introducing the adolescent psychological health investigation Lithuania. *The aim.* To investigate the 12–18-year-olds emotional and social health, and to identify differences by age and gender. *The research methodology.* Social and Emotional Health Questionnaire (SEHS-S Furlong, 2014). *Research participants.* 1 628 teenagers, aged from 12 to 18 years. The study was carried out in 13 Lithuanian cities and 16 schools. The data was processed by Microsoft Excel and SPSS software. *The study findings.* Observed teens emotional and social health dispositions expression differences among different genders and age groups. The results are significantly positive in the context of adolescent development, and contribute to the students' psychological risk reduction, human development strengths and health education at school.

Keywords: *adolescent emotional and social health, positive psychology, school psychologist, health education at school.*

Gauta 2017 03 21 / Received 21 03 2016
Priimta 2017 05 19 / Accepted 19 05 2017