



## Vilniaus universiteto pirmo kurso studentų streso ir gerovės tyrimas (BOOM-LT)

TYRIMO ATASKAITA

2020-02-17

BOOM tyrimas buvo inicijuotas Vokietijos mokslininkų ir yra vykdomas nuo 2011 metų. Tyrimai, paremti BOOM metodika, atliekami įvairiose pasaulio šalyse: Vokietijoje, Rusijoje, Kinijoje. Vilniaus universitetas, dalyvaudamas šiame tyrime, jungiasi prie kitų socialiai atsakingų Europos ir pasaulio universitetų, kuriems rūpi ne tik studentų žinios ir mokymosi rezultatai, bet ir sveikata bei gerovė. Tai pirmasis tokios didelės apimties studentų tyrimas Lietuvoje. Ši ataskaita parengta remiantis pirmojo tyrimo etapu, kuris vyko 2019 metų spalio-gruodžio mėnesiais, duomenimis. Kitas tyrimo etapas numatomas 2020 rudenį.

Studentų streso ir gerovės tyrimu BOOM-LT siekiama atskleisti:

- kokių sunkumų patiria Vilniaus universiteto studentai;
- kokie faktoriai yra svarbūs, kad studentai jaustųsi sveiki ir laimingi studijų metu.

Tyrimą atliko Vilniaus universiteto Filosofijos fakulteto Psichotraumatologijos centras (centro vadovas prof. dr. Evaldas Kazlauskas), bendradarbiaudamas su Ruhr-Bochum universitetu Vokietijoje ir Vilniaus universiteto Studentų atstovybe. Psichotraumatologijos centro veikla apima:

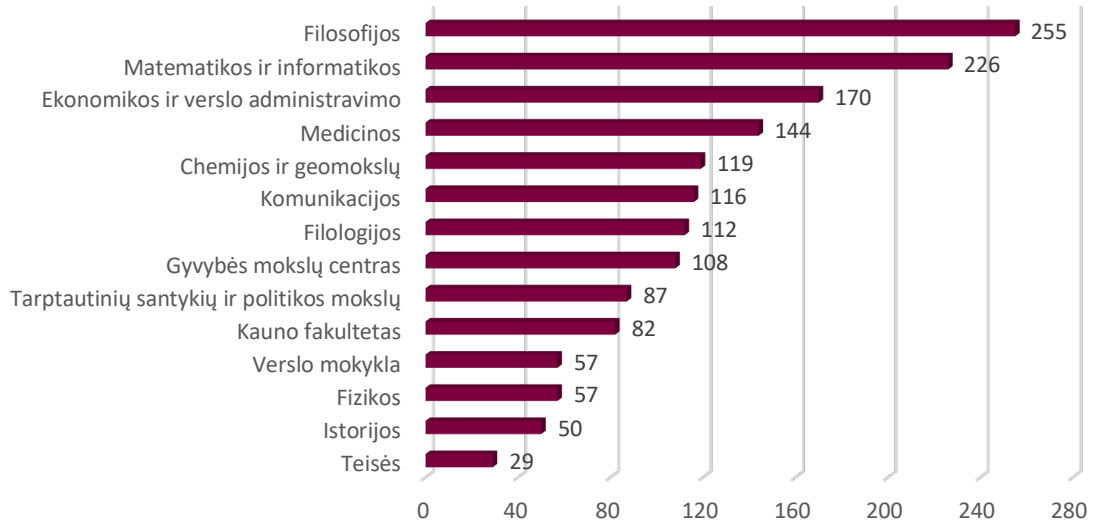
- įvairių stresinių ir trauminių patirčių psichologinius tyrimus;
- specializuotą psichologinę pagalbą sukrečiančius įvykius patyrusiems suaugusiems asmenims.

BOOM-LT tyrimą vykdė Psichotraumatologijos centro tyrėjų komanda vadovaujama dr. Ingos Truskauskaitės-Kunevičienės. Tyrėjų komandos nariai: dokt. Austėja Dumarkaitė, magistrantė Gabija Petrauskaitė, bakalaurantės Rūta Ostreikaitė-Jurevičė ir Greta Raklevičiūtė.

Komunikaciją tarp tyrėjų komandos ir Vilniaus universiteto pirmojo kurso studentų tyrime BOOM-LT koordinavo Vilniaus universiteto Studentų atstovybė. Šis bendradarbiavimas ne tik padėjo informuoti studentus, bet ir paskatino juos aktyviau dalyvauti apklausoje. Studentų atstovybė palaikė tyrimo idėją, aktyviai, energingai ir savalaikiai skleidė žinią apie vykdomą projektą. Prie tyrimo reikšmingai prisidėję Studentų atstovybės nariai: Vilniaus universiteto Studentų atstovybės prezidentas Klaudijus Melys, socialinio proceso reikalų koordinatorius Justas Kvedaravičius, Vanesa Ražinskytė ir atstovai fakultetuose: Marilė Kosaitė, Gabija Rutėnaitė, Agnė Leonaitė, Aistė Pačebutaitė, Raimondas Šiškevičius, Martynas Arbačiauskas, Marius Norkūnas, Darius Balandis, Dovilė Pažemeckaitė, Nikita Gladčenko, Emilija Petruškaitė, Vilius Mickūnas, Dominykas Žilinskas, Justinas Brazaitis, Dominykas Budrys ir visi kiti, kurie skyrė savo laiką ir energiją šiam svarbiam, pirmą kartą Lietuvoje įgyvendinamam tarptautiniam projektui. Šis bendradarbiavimas buvo svarbus veiksnys, kuris reikšmingai prisidėjo prie tikslo didinti studentų gerovę Vilniaus universitete siekimo.

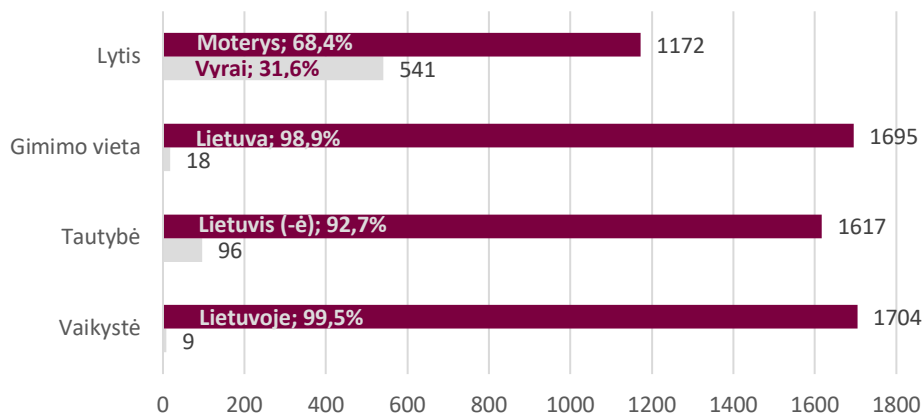
### 1. Tyrimo dalyviai

Tyrimas vyko visuose Vilniaus universiteto fakultetuose. Kiekvienas pirmo kurso studentas turėjo galimybę paskaitų metu dalyvauti tyrime. Studentų atstovybė informavo studentus, kokią dieną, valandą ir kokioje auditorijoje bus vykdoma elektroninė apklausa. Studentai, kurie negalėjo dalyvauti tyrime numatytu laiku, kvietimą dalyvauti tyrime gavo elektroninio pašto žinute, kurioje, paspaudę nuorodą į tyrimo anketą, galėjo užpildyti apklausą namuose. Klausimyno pildymas truko apie 30 min. Žemiau pateikiama informacija apie įsitraukimą į tyrimą pagal fakultetus (1 pav.).



1 pav. Tyrime dalyvavusių studentų skaičius atskiruose fakultetuose

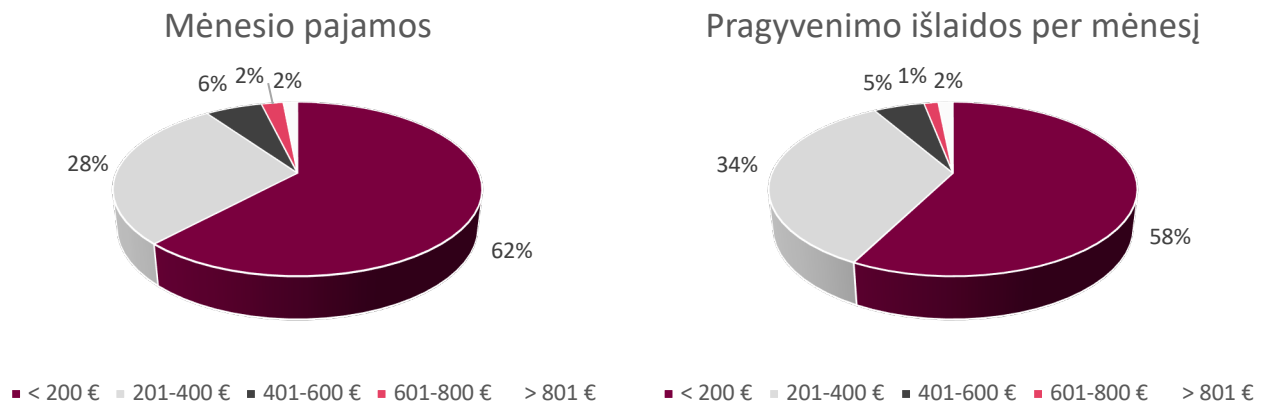
Tyrime dalyvavo 1713 studentų: 1172 (68,4%) moterys ir 541 (31,6%) vyras (2 pav.). Dalyvių amžius: nuo 18 iki 55 metų, amžiaus vidurkis – 19,23 (SD=2,18). Didžioji dalis tyrime dalyvavusių Vilniaus universiteto studentų gimę ir augę Lietuvoje, tačiau yra studentų gimusių (JAV, Lenkija, Rusija, Vokietija, Airija, Anglija, Danija ir kt.) ar augusių (JAV, Lenkija, Rusija, Airija, Švedija, Danija ir kt.) kitose šalyse (2 pav.). Dauguma tyrimo dalyvių lietuviai (92,7%), nedidelė dalis lenkų (3,4%), rusų (1,3%) ir kitų tautybių (amerikiečių, danų, vokiečių ir kt.).



2 pav. Studentų pasiskirstymas pagal demografinius rodiklius: lytį, gimimo vietą, tautybę bei gyvenamąją vietą vaikystės laikotarpiu.

## 2. Ekonominis statusas

Tyrimas atskleidė, kad daugelio Vilniaus universiteto pirmojo kurso studentų mėnesio pajamos (90,3%) ir išlaidos (91,6%) neviršija 400 Eurų (3, 4 pav.).

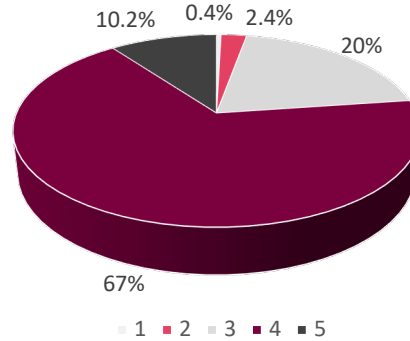


3 pav. Studentų pasiskirstymas pagal mėnesio pajamas

4 pav. Studentų pasiskirstymas pagal mėnesio išlaidas

Subjektyviai vertindami savo šeimos ekonominį statusą didesnioji dalis studentų (67%) teigė, kad gali įsigyti brangius daiktus, tačiau negali sau leisti pirkti didelių pirkinių tokių kaip butas ar vasarnamis (5 pav.).

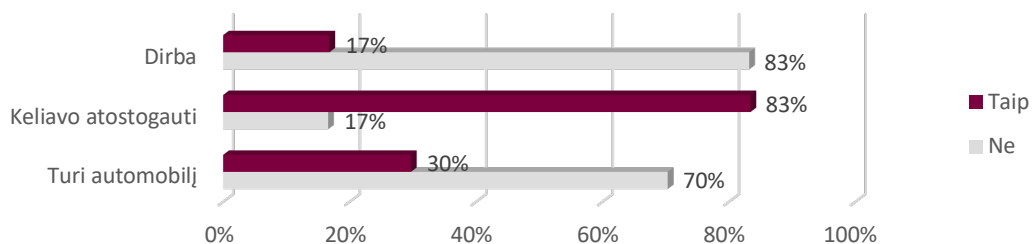
### Subjektyvus ekonominės situacijos vertinimas



#### 5 pav. Studentų pasiskirstymas pagal subjektyvų ekonominės situacijos suvokimą

*Pastabos.* 1 – Neužtenka pinigų net maistui; 2 – Užtenka pinigų maistui, bet sunku nusipirkti drabužių; 3 – Užtenka pinigų maistui, drabužiams, galime šiek tiek sutaupyti, bet neužtenka stambesniai pirkiniui (pvz., televizoriui); 4 – Galime įsigyti kai kuriuos brangius daiktus (pvz. televizorių), bet negali įsigyti brangių pirkinių (pvz. vasarnamį); 5 – Galime sau leisti pirkti viską ko norime.

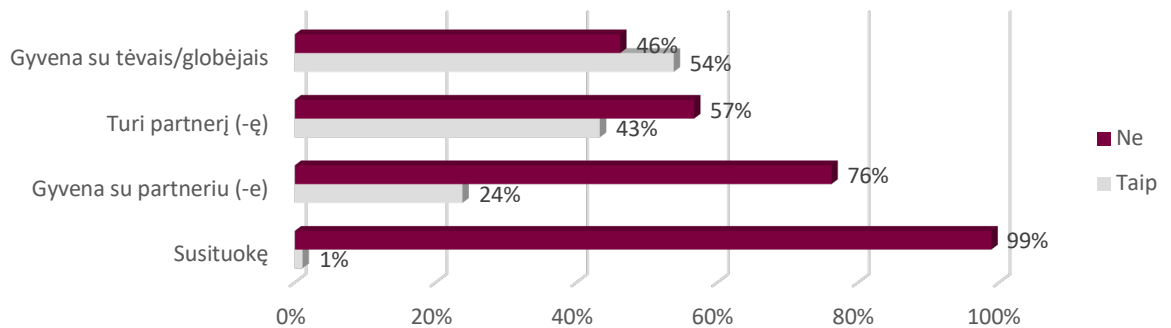
Tyrimu nustatyta, kad 83,2% pirmojo kurso studentų nedirba, 14,8% dirba nepilną darbo dieną, 2% dirba pilną darbo dieną (6 pav.). Didžioji dalis respondentų teigė, jog šiuo metu nedirba ir neieško darbo – 66,4%. Per pastaruosius dvylika mėnesių 37,0% studentų buvo išvykę atostogauti 1 kartą, 28,1% – 2 kartus, 18,3% – 3 ir daugiau kartų (6 pav.). Didžioji dalis apklaustųjų neturi automobilio, tačiau apie 1% nurodė, kad turi daugiau nei du automobilius (6 pav.).



#### 6 pav. Studentų pasiskirstymas pagal demografinius rodiklius: darbinę padėtį, atostogų kiekį bei automobilio turėjimą.

### 3. Socialinis statusas

Šiame poskyryje pateikiama informacija apie studentų socialinius ryšius (7 pav.). Didesnioji dalis studentų (54%) gyvena kartu su tėvais / globėjais, neturi partnerio (-ės) (56,7%). Studentų, kurie nėra vieniši, romantinių santykių su dabartiniu partneriu (-e) trukmė: mažiau nei 1 metai – 38,3%, 1-2 metai – 31,6%, 2-5 metai – 27,0%, daugiau nei 5 metai – 3,1% .



7 pav. Studentų pasiskirstymas pagal šeimines padėtis

### 4. Psichologinė gerovė

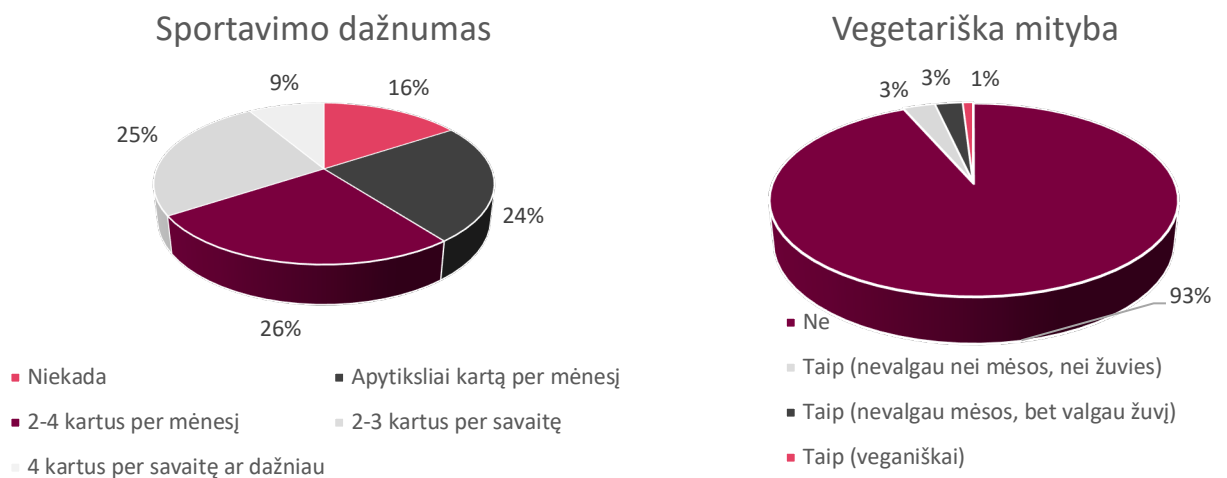
Tiriamieji vertino savo pasitenkinimą gyvenimu penkiais teiginiais skalėje nuo 1 iki 7, kurioje 1 reiškia „visiškai nesutinku“, o 7 – „visiškai sutinku“. Vidutiniai įverčiai pateikti grafike (8 pav.). Studentai su teiginiu „Daugeliu aspektų mano gyvenimas artimas idealiam“ buvo linkę labiau sutikti (47,9%), nei nesutikti (32,3%). Taip pat studentai labiau sutinka (76,7%), nei nesutinka (13,1%), kad šiuo laikotarpiu jų „Gyvenimo sąlygos yra puikios“. Dauguma respondentų (67,9%) teigia, kad yra „Patenkinti savo gyvenimu“, o 21,0% nurodo, kad šiuo gyvenimo tarpsniu taip nesijaučia. Studentai sutinka arba sutinka iš dalies, kad „Kol kas gyvenime jiems pavykdavo pasiekti jiems svarbių dalykų, kurių norėdavo“ (72,9%). Dauguma studentų (77,9%), jei „Gyventų savo gyvenimą iš naujo“, būtų linkę kažką pakeisti.



8 pav. Vidutiniai pasitenkinimo gyvenimo įverčiai

## 5. Fizinė sveikata

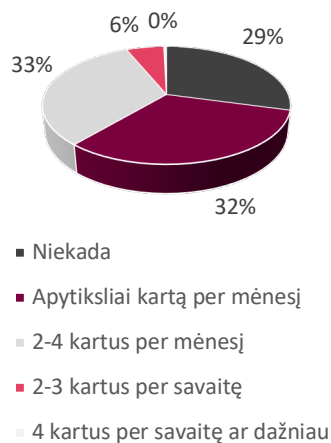
Studentai savo fizinę sveikatą vertino nuo 0 (blogiausia įsivaizduojama sveikatos būklė) iki 100 (geriausia įsivaizduojama sveikatos būklė). Vidutinis įvertis – 68,00 (SD=22,19). Tyrimas atskleidė, kad du ir daugiau kartų per savaitę sportuoja 34,2% studentų, veganais save laiko 1%, o vegetarais 5,6% apklaustųjų (9 pav.).



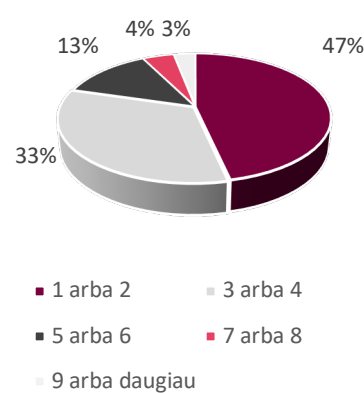
9 pav. Studentų pasiskirstymas pagal gyvenimo įpročius: sportavimas bei mityba

Alkoholį vartoja 70,7% apklaustųjų (10 pav.). Kai vartoja alkoholį, dauguma studentų išgeria 1-2 gėrimus (0,33 l alaus, 0,25 l vyno, 0,02 l stipriųjų gėrimų), septynis ir daugiau gėrimų išgeria 7,5% tiriamųjų (10 pav.). Kartais arba nuolat rūko 36,8% studentų, rūkantieji per dieną vidutiniškai surūko 4,34 cigaretetes (SD=6,46), elektroninę cigaretę naudoja 2,39 karto (SD=7,93) per dieną (10 pav.).

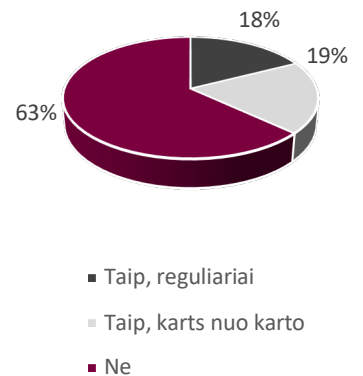
Alkoholio vartojimo dažnumas



Alkoholio suvartojimas



Rūkymas

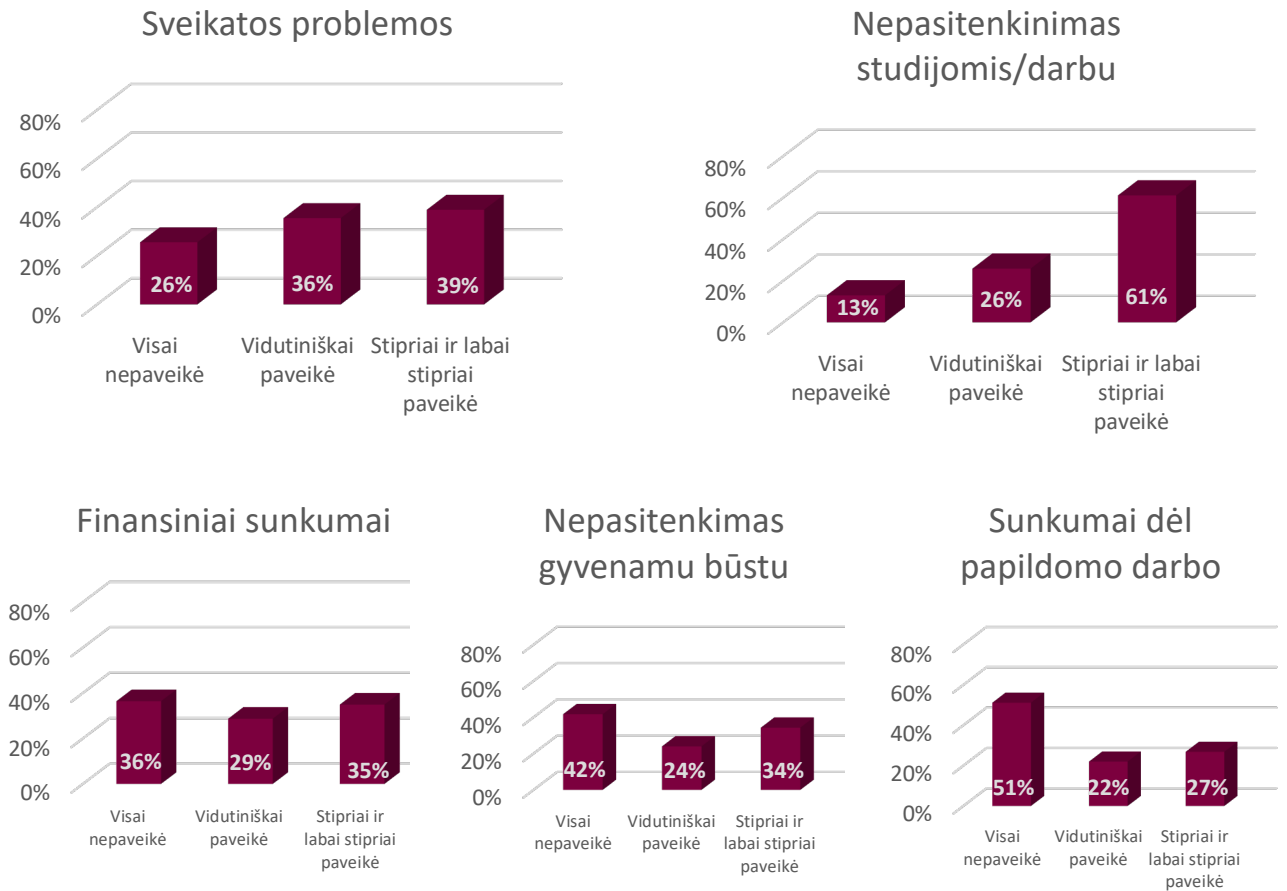


10 pav. Studentų pasiskirstymas pagal žalingus įpročius: alkoholio vartojimo dažnumą, alkoholio suvartojimo kiekį bei rūkymą

## 6. Gyvenimo iššūkiai

Tyrimo metu studentai vertino kasdieninius savo gyvenimo iššūkius ir kaip stipriai jie juos paveikė skalėje nuo 0 („visiškai nepaveikė“) iki 4 („labai stipriai paveikė“). Studentus labiausiai paveikė sunkumai susiję su studijomis / darbu. Šį gyvenimo iššūkį kaip stiprų ar labai stiprų įvardino 61,1% apklaustųjų (11 pav.). Tyrimu nustatyta, kad 74,4% studentų susiduria su sveikatos sunkumais (11 pav.). Studentų nepaveikė sunkumai dėl papildomo darbo (51,2%) ir nepasitenkinimas gyvenamu būstu (41,7%) (11 pav.).

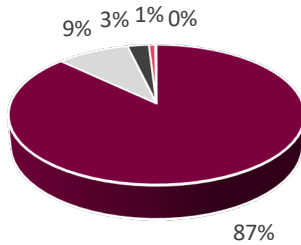




11 pav. Studentų pasiskirstymas pagal susidūrimą su skirtingais gyvenimo iššūkiais: sveikatos problemomis, nesitenkinimu studijomis / darbu, finansiniais sunkumais, nepasitenkinimu gyvenamuoju būstu bei sunkumais dėl papildomo darbo.

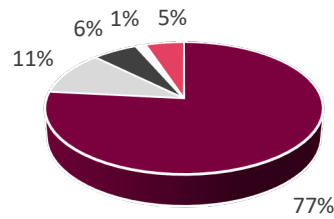
Patyčias bent vieną kartą universitete / darbe patyrė 12,9% respondentų (12 pav.). Patyčių trukmės pasiskirstymas: kelios dienos (76,6%), kelios savaitės (10,8%), ilgiau nei vienas mėnuo (12,6%) (12 pav.). Bent vieną kartą patys tyčiojosi iš kito asmens universitete / darbe – 7,5% studentų (12 pav.).

Kaip dažnai patiriate  
patyčias  
universitete/darbe



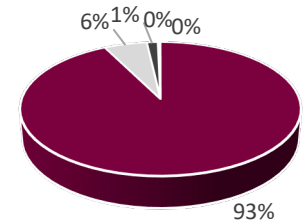
- Niekada
- Vieną ar du kartus
- Retkarčiais
- Kartą per savaitę
- Keletą kartų per savaitę

Kaip ilgai patiriate  
patyčias  
universitete/darbe



- Keletą dienų
- Keletą savaičių
- Keletą mėnesių
- Keletą metų
- Vis dar tyčiojasi

Kaip dažnai patys  
tyčiojatės  
universitete/darbe



- Niekada
- Vieną ar du kartus
- Retkarčiais
- Kartą per savaitę
- Keletą kartų per savaitę

12 pav. Studentų pasiskirstymas pagal patyčių patyrimo dažnumą, trukmę bei tyčiojimosi dažnumą

### APIBENDRINIMAS

2019 metų spalio-gruodžio mėnesiais Vilniaus universitete, bendradarbiaujant Vilniaus universiteto Psichotraumatologijos centrui, Ruhr-Bochum universitetui ir Vilniaus universiteto Studentų atstovybei, buvo sėkmingai įgyvendintas pirmasis tarptautinio studentų streso ir gerovės tyrimo BOOM etapas Lietuvoje. Tyrimu įvertinta Vilniaus universiteto pirmo kurso studentų socialinė bei ekonominė padėtis, gyvensenos pobūdis, psichologinės gerovės lygis, iššūkiai, su kuriais studentai susiduria kasdieniame gyvenime ir kt. Šio tyrimo metu gautos įžvalgos yra reikšmingos siekiant suprasti, su kokiais streso šaltiniais Vilniaus universiteto studentai susiduria studijų laikotarpiu, kokie yra studentų psichologinės gerovės veiksniai. Studentai dažniausiai nurodo, kad susiduria su sveikatos ir su mokslu / darbu susijusiais iššūkiais. Daugiau nei du trečdaliai studentų sutinka, jog jų gyvenimo sąlygos puikios, tačiau būtų linkę kažką savo gyvenime keisti. Tyrimo rezultatai atskleidžia, kad daugiau nei pusė studentų nerūko, ir kiek mažiau nei trečdalis nevarato alkoholio. Kiek daugiau nei dešimtadalis apklaustųjų teigia, jog yra patyrę patyčias universitete / darbe.

Išsamesnius šio tyrimo rezultatus planuojama skelbti tarptautinėse mokslo publikacijose. Numatoma, kad BOOM-LT tyrimas bus tęstinis, taigi, juo bus siekiama nustatyti kaip keičiasi Vilniaus universiteto studentų streso ir gerovės lygis bei kokie veiksniai yra svarbūs, siekiant pagerinti studentų psichikos sveikatą ir gerovę.