



Vilniaus
universitetas



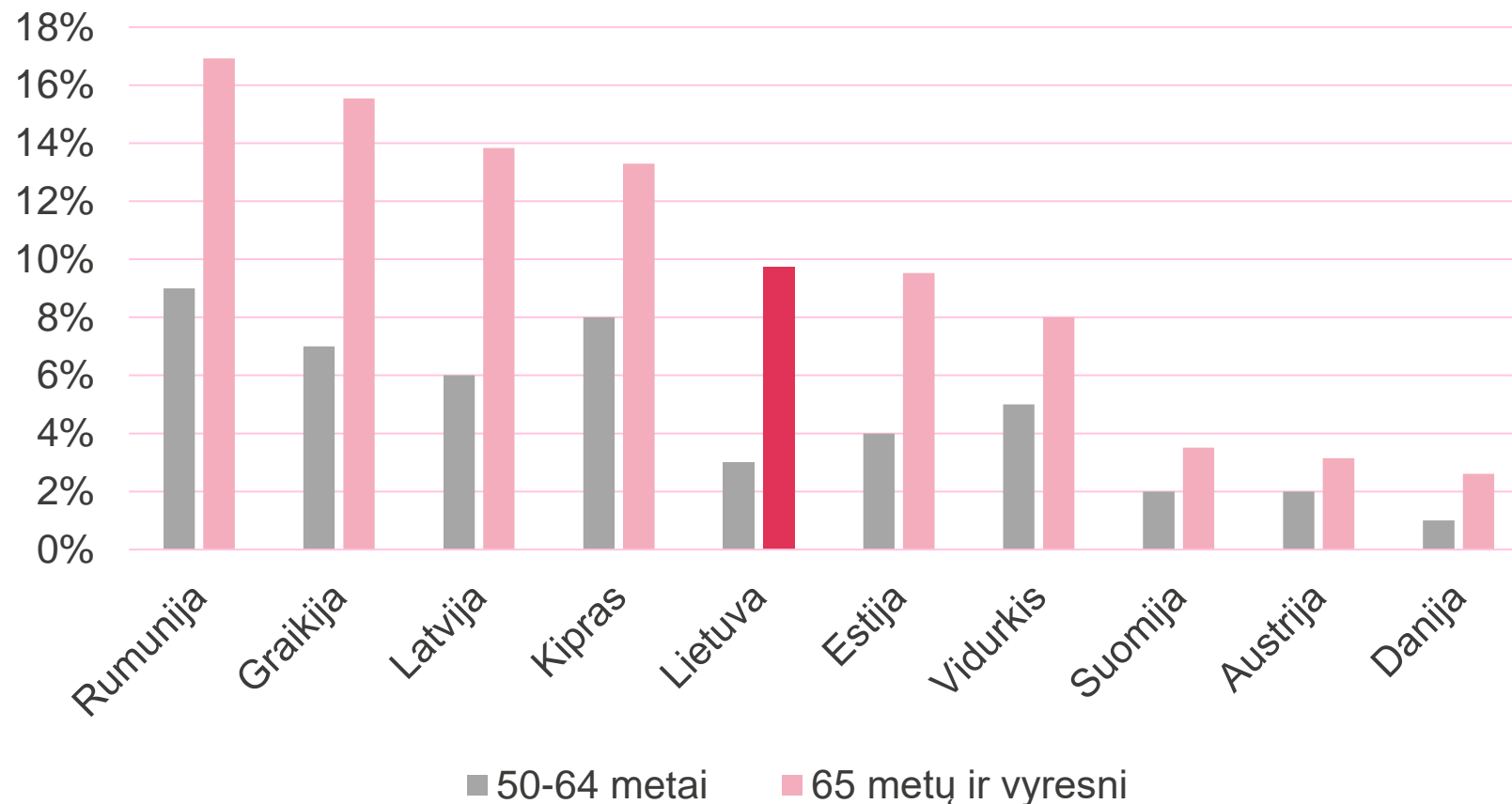
Irma Budginaitė-Mačkinė

VYRESNIO AMŽIAUS ASMENŲ SOCIALINIAI RYŠIAI IR VIENIŠUMO LYGIS: KO GALIME PASIMOKYTI IŠ COVID-19 PANDEMIJOS LAIKŲ?

Pranešimas parengtas vykdant projektą Nr. FSF-2022-1
„Aktyvaus senėjimo politika Lietuvoje: iššūkiai ir galimybės“

Vyresnio amžiaus žmonės, kurie jaučiasi vieniši (%), 2018 m.

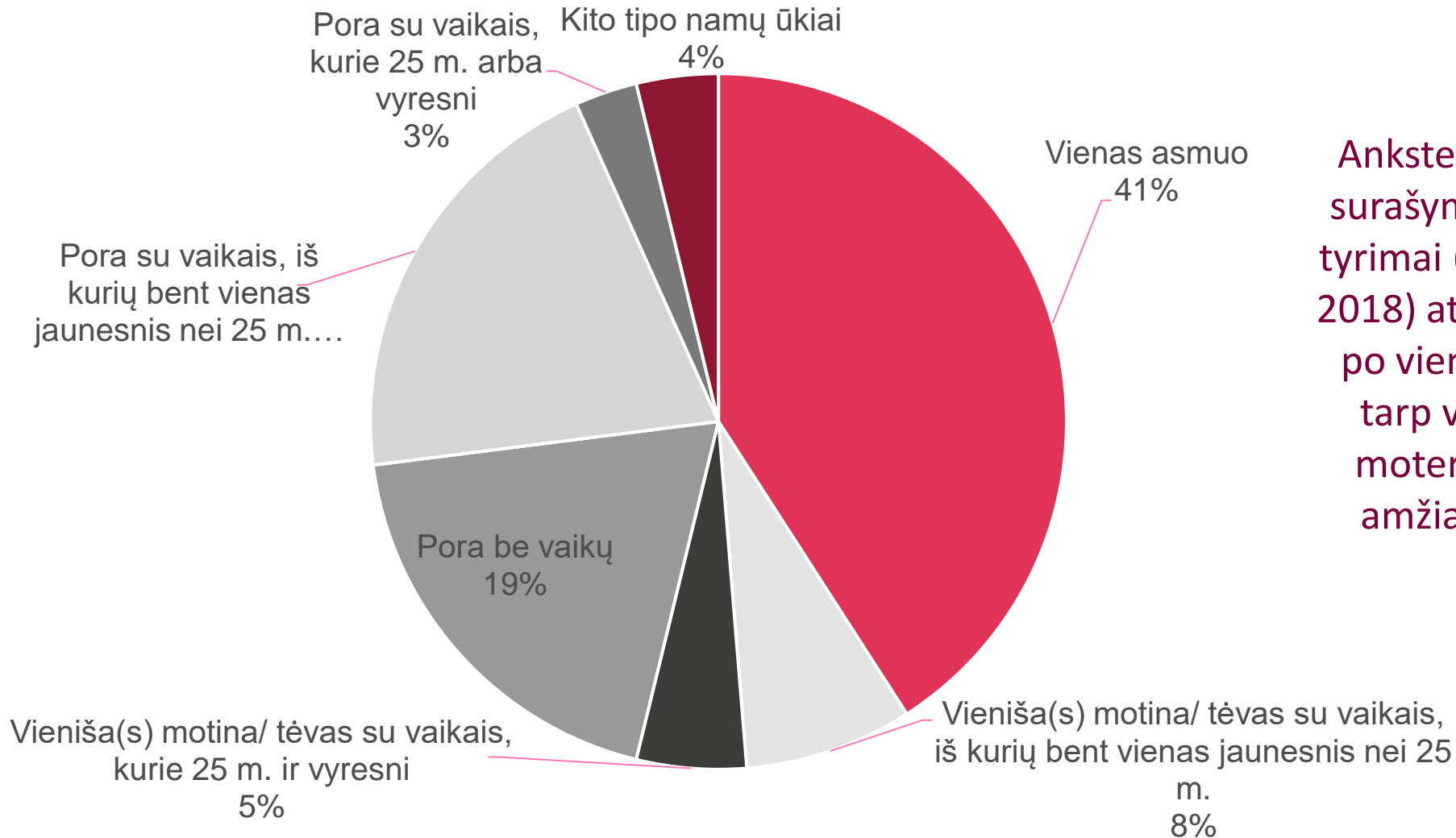
Vilniaus
universitetas



Lietuva kitų ES šalių kontekste pasižymi dideliu vienišumo lygio padidėjimu, lyginant 50-64 m. ir 65 m. bei vyresnių žmonių grupes. Skirtumas tarp vienišumo šiose amžiaus grupėse Lietuvoje buvo vienas didžiausių ES

Namų ūkiai pagal tipą, 2021 m.

Vilniaus
universitetas



Ankstesnių Lietuvos gyventojų surašymų duomenų lyginamieji tyrimai (pvz., Mikulionienė ir kt., 2018) atskleidžia, kad gyvenimas po vieną jau kuris laikas plinta tarp vyresnio amžiaus, ypač moterų, daugiausia 70 metų amžiaus ir vyresnių asmenų grupėje.

Vyresnio amžiaus (50+) asmenų socialiniai ryšiai ir vienišumo lygis

- SHARE 8 banga: socialiniai tinklai, mentalinė sveikata
- COVID-19 modulis 1
- COVID-19 modulis 2

SOCIALINIAI RYŠIAI KAIP VIENAS IŠ REIKŠMINGŲ VIENIŠUMO PREVENCIJOS VEIKSNIŲ

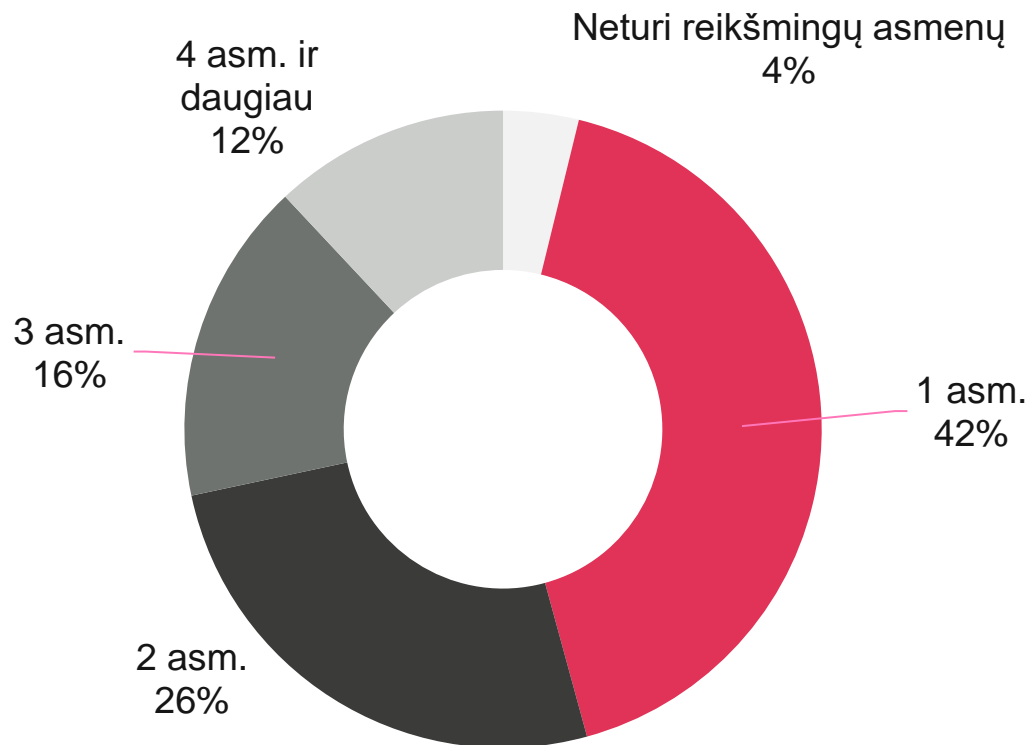
Ankstesnių tyrimų įžvalgos apie socialinių ryšių svarbą

- Santykiai, atsirandantys dėl asmeninio pasirinkimo (pvz., draugystės), tampa ypač svarbūs vėlyvame amžiuje dėl tokio pobūdžio ryšių teigimo poveikio pagyvenusių žmonių gerovei (Conkova ir kt., 2018; Djundeva ir kt., 2019).
- Lyginant vyresnio amžiaus suaugusiųjų, gyvenančių vienu, ir jų bendraamžių gyvenančių su kitais asmenimis subjektyvią gerovę, prasčiausia situacija dažniausiai matoma tarp asmenų, turinčių „ribotus“ socialinius tinklus (Djundeva ir kt., 2019).
- Vieni gyvenantys asmenys, kurių socialiniai tinklai pasižymi ryšių įvairove, paprastai jaučiasi mažiau izoliuoti nei jų bendraamžiai, gyvenantys viename namų ūkyje su kitais šeimos nariais, bet turintys mažai socialinių kontaktų už namų ūkio ribų (Djundeva ir kt., 2019).

Lietuvos gyventojų (50+) reikšmingų asmenų tinkle charakteristikos, 2018

Vilniaus
universitetas

Reikšmingų asmenų tinklo dydis



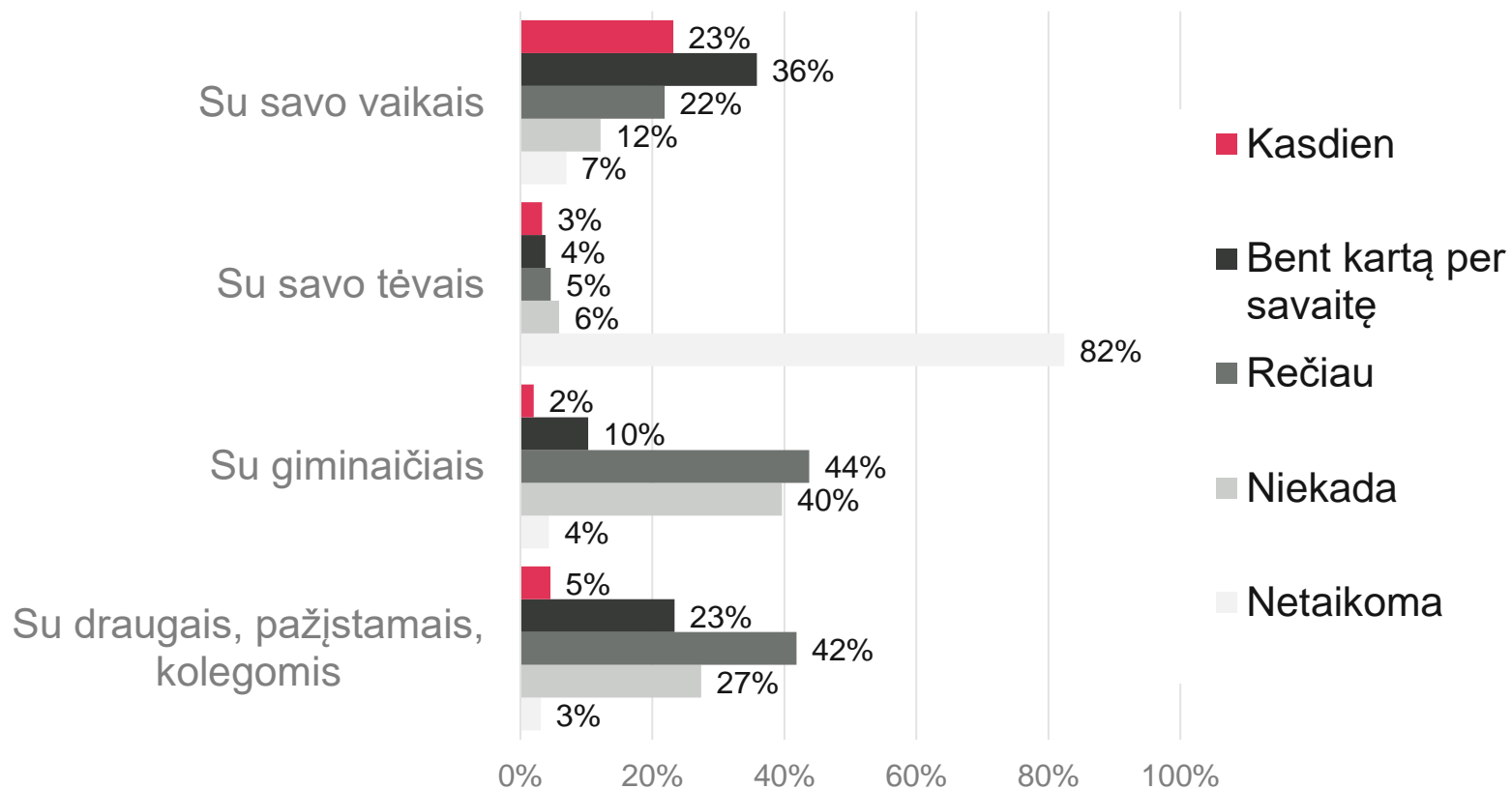
Šaltinis: parengta autorės, SHARE, 8 banga, SN.

- Reikšmingų asmenų tinklo dydis susijęs statistiškai reikšmingu ryšiu ne tik su vienišumu, bet ir su draugijos trūkumu, likimo nuošalėje bei izoliuotumo jausmais.
- Akivaizdus ne šeiminiams ryšiams pagrįstų socialinių ryšių trūkumas Lietuvos gyventojų reikšmingų asmenų tinkluose trūkumas:
 - 4 iš 5 apklaustųjų nurodė nė vieno sau reikšmingo asmens, kuris būtų susijęs daugystės ar kitais ne kraujo ryšiais (t.y., nurodė tik šeimos arba giminytės ryšiais susijusius);
 - likusieji dažniausiai nurodė turintys tik vieną reikšmingą asmenį, kuris su jais nėra susijęs kraujo ar giminytės ryšiais.

COVID-19 RIBOJIMŲ IŠŠŪKIAI IR GALIMYBĖS

Kontaktinio bendravimo dažnis pandemijos metu, 2020

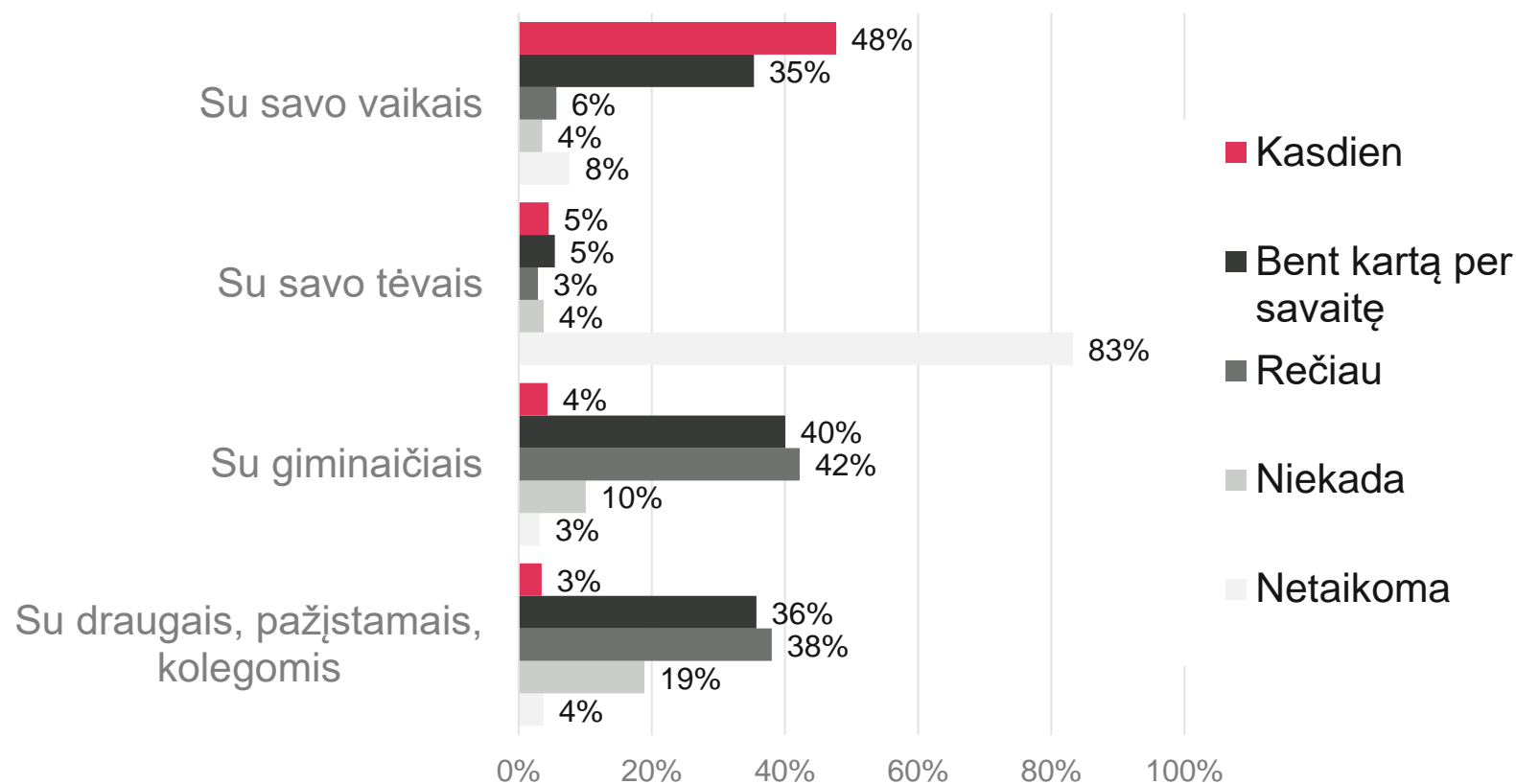
Vilniaus
universitetas



- Lietuvos gyventojai pandemijos laikotarpiu išlaikė pakankamai aktyvų kontaktinį bendravimą su vaikais, nepaisant apribojimų
- Tiesioginių kontaktų su giminaičiais ir kitais kraujo ryšiais nesusijusiais asmenimis dažnis buvo gerokai mažesnis

Nuotolinio bendravimo dažnis pandemijos metu, 2020

Vilniaus
universitetas

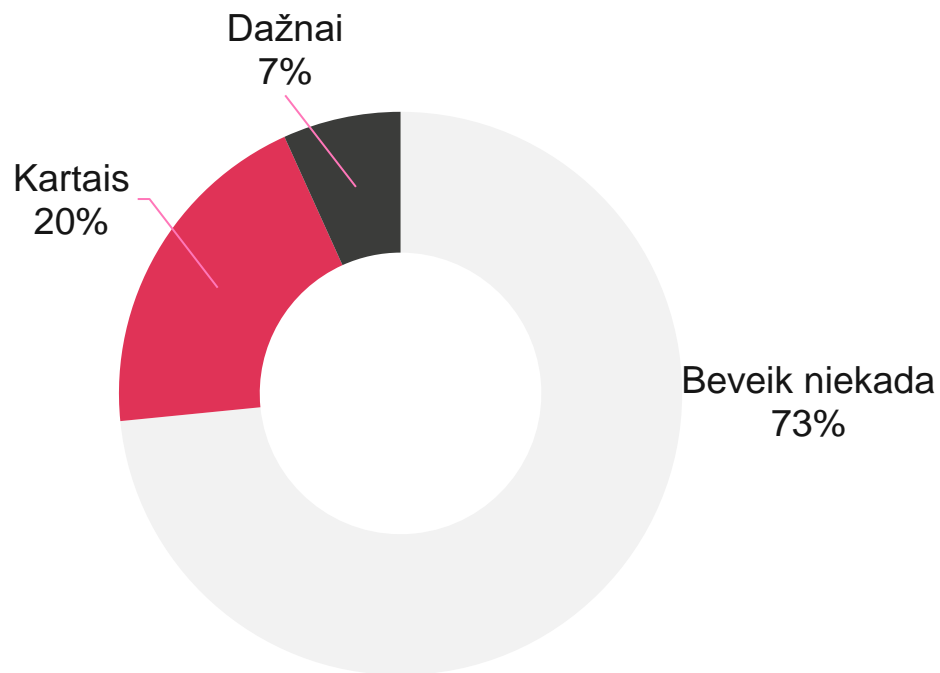


- Nuotolinis bendravimas taip pat intensyviausiai palaikytas su vaikais
- Bendravimas su giminaičiais ir kitais kraujo ryšiais nesusijusiais asmenimis dažniau vyko nuotoliniu būdu nei gyvai, tačiau kasdienis bendravimas buvo palyginti nedažnas

Vienišumas pirmaisiais pandemijos metais, 2020

Vilniaus
universitetas

Kaip dažnai jautėsi vieniša(s)?

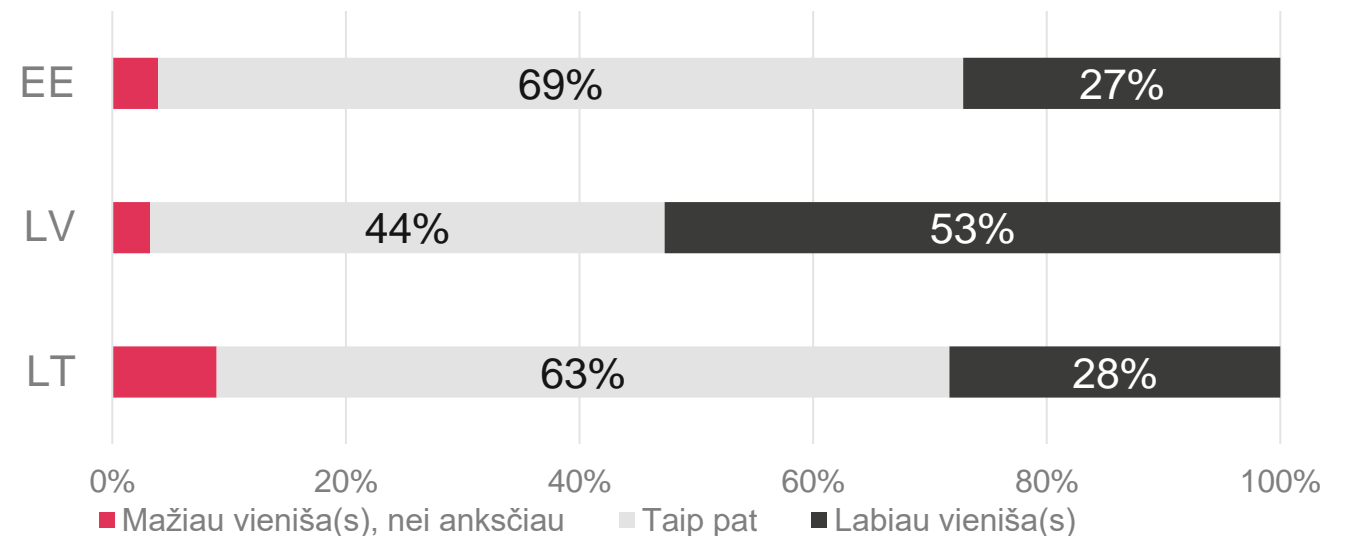


Šaltinis: parengta autorės, SHARE, Covid-19 1 modulis.

Bent kas ketvirtas asmuo nurodė, kad jautėsi vieniša(s) kartais arba dažnai.

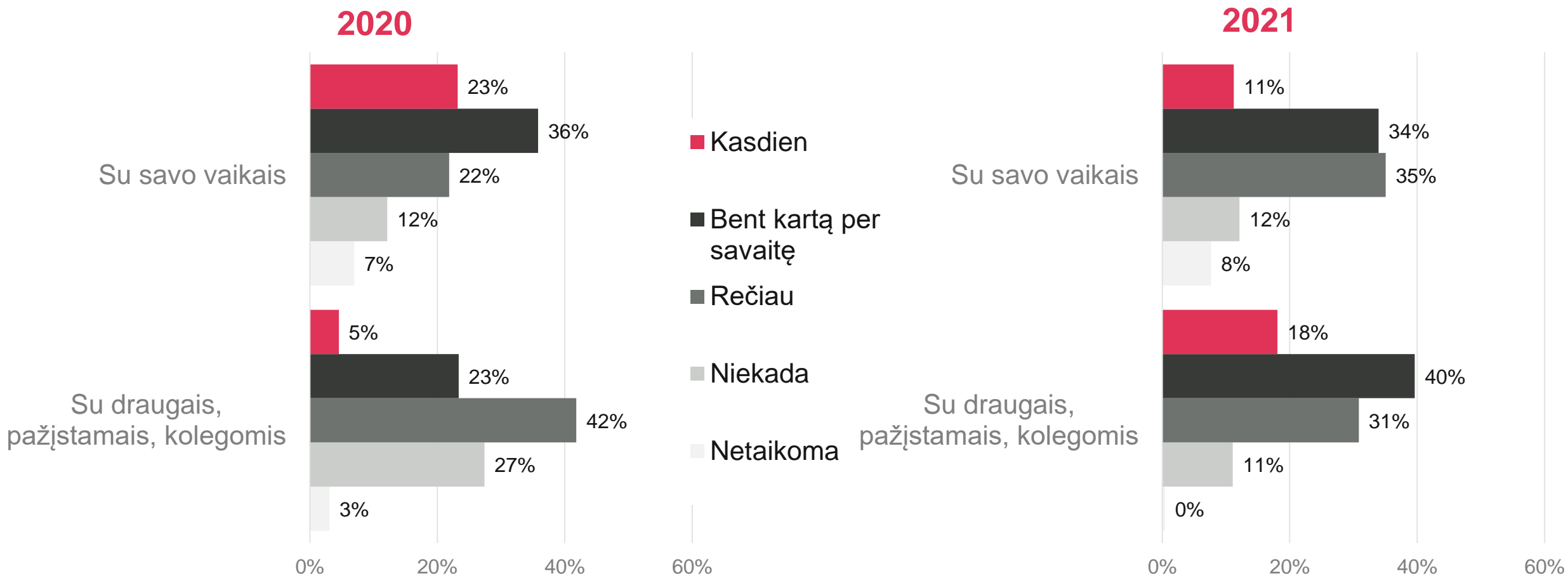
Lyginant su laikotarpiu prieš pandemiją, pirmosios pandemijos bangos metu Lietuvoje bent vienas iš keturių asmenų jautėsi labiau vienišas nei anksčiau.

Vienišumas, lyginant su ikipandeminiu laikotarpiu



Kontaktinio bendravimo dažnis pandemijos metu, 2020 vs 2021

Vilniaus universitetas

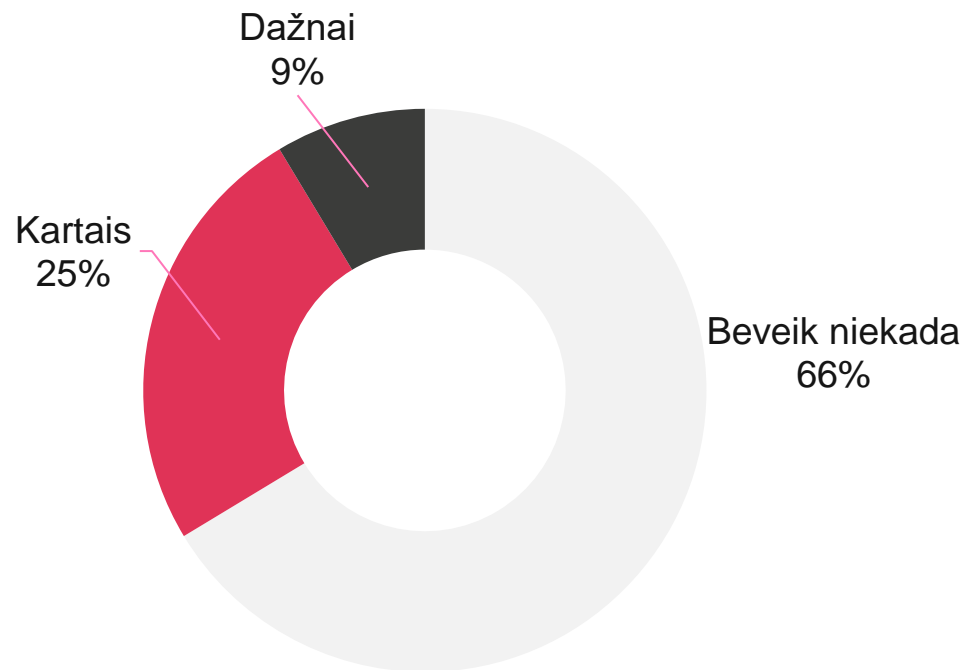


Šaltinis: parengta autorės, SHARE, Covid-19 1 modulis ir Covid-19 2 modulis.

Vienišumo lygio kaita pandemijos laikotarpiu, 2020 vs 2021

Vilniaus
universitetas

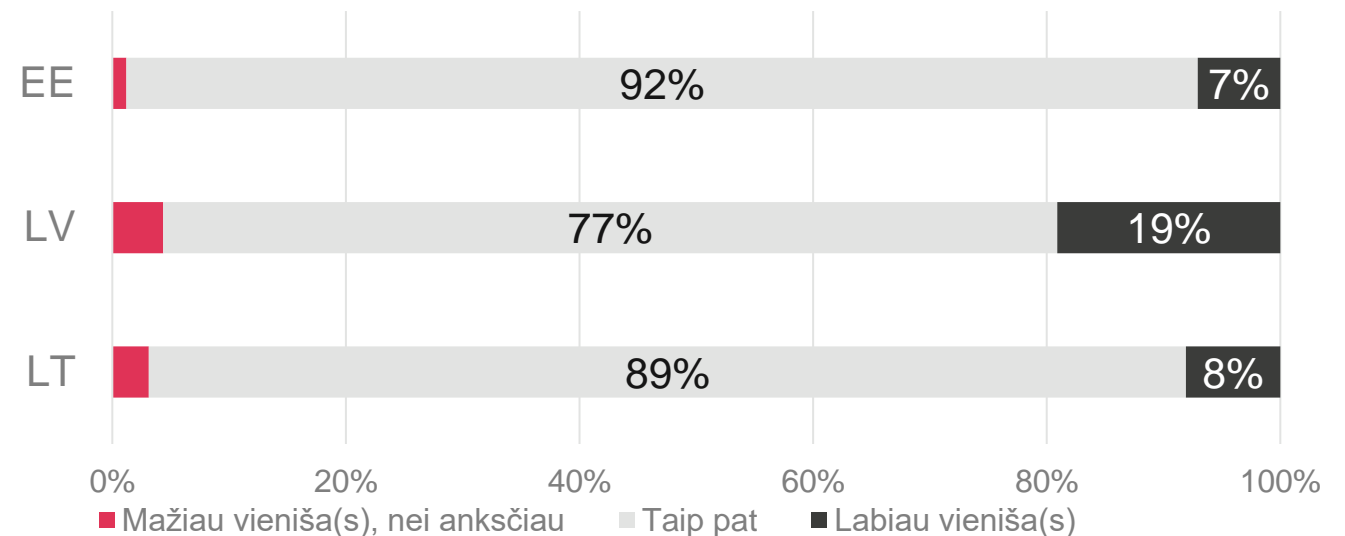
Kaip dažnai jautėsi vieniša(s)?



Beveik kas trečias asmuo nurodė, kad jautėsi vieniša(s) dažnai arba kartais.

Lyginant su pirmąja pandemijos banga, bendrai didžioji dalis apklaustųjų jautėsi panašiai, tačiau bent kas dešimtas jautėsi negi labiau vieniša(s) negu prieš tai, nepaisant mažesnių ribojimų.

Vienišumas, lyginant su ikipandeminiu laikotarpiu



Šaltinis: parengta autorės, SHARE, Covid-19 2 modulis.

KO GALIME PASIMOKYTI IŠ PANDEMIJOS LAIKŲ?

Svarbu ieškoti galimybių sudaryti galimybes asmeninių tinklų plėtrai ir įvairovei didinti, sustiprinant socializacijos kanalus, kurie iki šiol mažai išnaudojami. Remiantis kitose šalyse atliktais tyrimais, ypač svarbu sudaryti daugiau socializacijos tarp kartų galimybių ir mažinti neigiamas nuostatas vyresnio amžiaus asmenų atžvilgiu visuomenėje.

Pandemijos metu ne tik išlikusiam ir net dar labiau išaugusiam vyresnio amžiaus žmonių vienišumo lygiui svarbios profesionalios psichologinės intervencijos, nes net mažėjant apribojimams suintensyvėję socialiniai kontaktai nesumažino vienišumo iki ikipandeminio lygio.

Norint paskatinti tiek vienišumo jausmą jau kuris laikas patiriančius pagyvenusius asmenis, tiek tuos, kuriuos neigiamai paveikė pandeminis laikotarpis, kreiptis pagalbos, svarbios ir bendresnės mentalinės sveikatos problemų stigmatizavimą Lietuvos visuomenėje sumažinanti galinčios priemonės.

Planuojant vienišumo mažinimo programas svarbu siekti įtraukti ne tik vyresnio amžiaus asmenis, kurie gyvena vieni, bet ir „ribotus“ socialinius ryšius už namų ūkio ribų turinčius asmenis, net jeigu jie gyvena su šeimos nariais.



**Vilniaus
universitetas**

KONTAKTAI

Irma Budginaitė-Mačkinė

Docentė

irma.budginaite@fsf.vu.lt