



## Auga susirūpinimas jaunimo psichikos sveikata

Pandemijos pasekmes psichikos sveikatai Lietuvoje atspindi apie dukart padidėjęs bendras visuomenės streso lygis, išaugę nerimo, pykčio, liūdesio jausmai<sup>1</sup>. Sveikatos apsaugos ministerijos 2021 m. vasario mėn. atlikta apklausa parodė, kad pablogėjo pusės gyventojų emocinė būklė antrosios COVID-19 bangos metu (nuo 2020 m. rugsėjo mėn.). *Jaunimas* - vaikai ir paaugliai (-ės), studentai (-ės) tapo ypač pažeidžiama grupe, nes įvestas karantinas ir nuotolinis ugdymas padidino socialinį atsiribojimą ir tai lėmė jų vienatvės jausmo atsiradimą dėl nepatenkintų socialinių, bendravimo poreikių. Europos Sąjungos šalys imasi įvairių veiksmų dėl šios situacijos, o kelios iš jų, tarp jų ir Lietuva, šiam tikslui pasitvirtino veiksmų planą, skirtą ilgalaikėms neigiamoms COVID-19 pandemijos pasekmėms mažinti. Jame numatyta gerinti psichikos sveikatos paslaugų gyventojų grupėms, tame tarpe ir jaunimui, prienamumą kontaktiniu ir nekontaktiniu būdu, parengti ir apmokyti daugiau specialistų, gerinti teisinį psichikos sveikatos paslaugų teikimo nuotoliniu būdu reglamentavimą.

Lietuvos jaunimo organizacijų tarybos (LiJOT) atliktame jaunimo psichikos sveikatos tyrime<sup>2</sup> Lietuva įvardijama kaip viena didžiausioje rizikoje esančių šalių pagal

---

<sup>1</sup> Mental health and the pandemic living, caring, acting! 2021-05-10 Conference report, European Commission. Prieiga per internetą:

[https://ec.europa.eu/health/non\\_communicable\\_diseases/events/ev\\_20210510\\_en](https://ec.europa.eu/health/non_communicable_diseases/events/ev_20210510_en) (žiūrėta 2022-03-23).

<sup>2</sup> <https://lijot.lt/wp-content/uploads/2020/12/LiJOT-tyrimas-jaunimo-psichikos-sveikatos-stiprinimas-2020.pdf>.

jaunimo mirtingumo dėl tyčinių susižalojimų (savižudybių) skaičių, kuris kasmet sudaro daugiau nei 20 proc. nuo visų 15–29 metų amžiaus asmenų mirčių. Jaunų žmonių psichikos sveikatos statistika atskleidžia, jog Lietuvoje kelis kartus per savaitę sveikatos sutrikimus jaučia 50 proc. merginų ir 27 proc. penkiolikmečių vaikinių, jie patiria daug skirtingų emocinių, psichologinių bei socialinių dirgiklių: patiria patyčias arba patys tyčiojosi iš kitų mokymosi institucijose ir internete, jaučia įtampą ir irzlumą, spaudimą dėl krūvio mokykloje ir t.t., o visi šie psichikos sveikatai poveikį darantys dirgikliai identifikuojami ir jaunesnėse amžiaus grupėse, tad analizuojant jaunimo psichikos sveikatos gerinimo priemones ir (ar) prevencines veiklas jos turi būti nukreiptos ir į jaunesnius asmenis.

Tyrimo ataskaitoje akcentuojama, kad siekiant stiprinti jaunimo psichikos sveikatą, svarbu yra plėtoti atitinkamą prevencinių priemonių infrastruktūrą, didinti jaunimo sąmoningumą ir gebėjimus rūpintis psichikos sveikata bei kurti mokyklos bendruomenę, apjungiančią psichikos sveikatos stiprinimo sistemą, pagrįstą neformalios pagalbos teikimo bendruomenėje principais. Taip pat pabrėžiama, kad būtina formuoti palankų visuomenės požiūrį į psichikos sveikatos negalavimus patiriančius asmenis, inicijuoti pokyčius psichikos sveikatos apsaugos sistemoje bei užtikrinti psichologinės pagalbos jaunimui kokybę, stiprinant teikiamų paslaugų tinklą ir gerinant prieinamumą.

Ši ir kita naujausia informacija apie jaunimo politiką Lietuvoje pateikiama Youth Wiki internetinėje platformoje [Youth Wiki](#). Youth Wiki pateikia informaciją apie jaunimo politiką Lietuvoje ir Europoje: oficialių nacionalinių programų ir priemonių, institucijų, vykdomos politikos ir iniciatyvų aprašymus, informaciją apie Lietuvos ir kitų Europos šalių teisės aktus, programas, vykdomas reformas ar pakeitimus, gerųjų praktikų pavyzdžius, jų vertinimus, stebėsenos sistemas ir tyrimus jaunimo politikos srityje. Informacija apie bendras tendencijas įvairiomis temomis yra reguliariai atnaujinama.

Youth Wiki yra internetinė platforma skirta politikos formuotojams ir vykdytojams, tyrėjams, mokslininkams, jaunimo organizacijoms ir jaunimui, bei visiems besidomintiems jaunimo politika Europoje. Youth Wiki tikslas – plėtoti įrodymais grįstą politiką ir bendradarbiavimą jaunimo srityje, pateikiant naujausią informaciją apie Europos šalių jaunimo politiką Europos bendradarbiavimo jaunimo reikalų srityje (2019–2027) įgyvendinant ES jaunimo strategiją. Youth Wiki informacija leidžia analizuoti politikos reformų tendencijas ir politikos krypčių tendencijas šalyse. Pagrindiniai informacijos šaltiniai yra oficialūs nacionalinių institucijų jaunimo reikalų dokumentai, taip pat tyrimai, apklausos, analizės ir nacionaliniai duomenys bei

statistika.

Jei turite klausimų ar pastebėjimų, maloniai prašome kreiptis (laiške nurodant dėl Youth Wiki) į Lietuvos socialinių mokslų centrą (Nacionalinį korespondentą), A. Goštauto g. 9, LT-01108 Vilnius, Tel.: (8 5) 211 3774, mob. tel.: (8 652) 10 882, faks.: (8 5) 275 4896, El.p.: [institutas@lstc.lt](mailto:institutas@lstc.lt)