

VšĮ Investuok Lietuvoje

Ankstyvųjų psichikos sveikatos sunkumų atpažinimo ir nukreipimo pagalbai įrankio mokyklose sukūrimas ir išbandymas

Teminio tyrimo

Vaikų ir paauglių psichikos sveikatos sunkumų atpažinimas mokyklose

ATASKAITA

Elena Gaudiešiūtė

Deimantė Kavaliauskaitė

Vilnius

2020



**Kuriame
Lietuvos ateitį**

2014–2020 metų
Europos Sąjungos
fondų investicijų
veiksmų programa

Teminis tyrimas yra parengtas Vyriausybės kanceliarijos įgyvendinamo projekto „Atviros Vyriausybės iniciatyvos“ metu. Projektas finansuojamas Europos socialinio fondo ir Lietuvos Respublikos valstybės

biudžeto lėšomis.

Įvadas / Kontekstas

Vaikystė ir paauglystė yra psichikos sveikatai kritiškai svarbūs gyvenimo tarpsniai, kurių metu ne tik formuojasi autonomija, savikontrolė, socialiniai įgūdžiai, tačiau šiuo periodu įgyti emociniai ir socialiniai gebėjimai turi tiesioginę įtaką psichikos sveikatai visam likusiam gyvenimui. Negatyvios patirtys, tokios kaip gyvenimas disfunkcinėje šeimoje, patyčios mokykloje, gali turėti neigiamų pasekmių pagrindinių kognityvinių ir emocinių įgūdžių vystymuisi. Tyrimai rodo, jog net pusė visų psichikos sveikatos sutrikimų suaugus prasideda dar paauglystėje (iki 14m) (1). Psichologiniai sunkumai paauglystėje yra siejami su mokymosi nesėkmėmis, pamokų nelankymu; rizikingu elgesiu (pvz. narkotinių medžiagų vartojimu, kriminalinėmis veiklomis); savižala, psichikos sutrikimų atsiradimu, fizinės sveikatos problemomis, mažesnėmis ateities profesinėmis/įsidarbinimo perspektyvomis, teigiamų socialių ryšių nebuvimu (2). Ankstyvas psichikos sveikatos ar elgesio problemų nustatymas yra labai svarbus, nes prieiga prie tinkamos, įrodytais pagrįstos psichosocialinės pagalbos ir paramos yra pagrindiniai žingsniai, leidžiantys užkirsti kelią tolesniems psichikos sveikatos sunkumams (3).

Siekiant kompleksiskai spręsti sveikatos problemas, 2017 m. buvo parengtas Vyriausybės programos įgyvendinimo priemonių planas (2017-2020 metams) (4), kuriame numatytas prioritetas - Darni, atsakinga ir sveika visuomenė, o ketvirtoji kryptis - visuomenės sveikatos stiprinimas. Taip pat Sveikatos apsaugos ministerijos 2019-2021 metų strateginio veiksmų plano 5 prioritete nurodomas naujų sveikatos gyvensenos ir prevencijos paskatų sukūrimas (5). Prioriteto tikslas yra skatinti sveiką gyvenseną ir stiprinti sveikatą, vykdyti prevenciją. Taip pat 2020 m. paskelbti Vaiko gerovės metais ir Lietuvos Respublikos Vyriausybės nutarimu dėl vaikų emocinės gerovės metų minėjimo 2020 metais ruošiamas planas visapusiškam vaiko gerovės stiprinimui(6).

Tyrime naudojami analizės metodai:

1. Esamai situacijai įvertinti atlikta antrinių informacijos šaltinių apžvalga, lyginimas tarpusavyje ir bendrinė jų analizė.
2. Atliktas žvalgomasis tyrimas, kurio metu, atrenkant nagrinėtinius atvejus, analizuojama geroji užsienio šalių praktika. Šalys: Jungtinė Karalystė, Jungtinės Amerikos Valstijos, Australija.

Lietuvos apžvalga

Parengta Lietuvos esamos situacijos analizė atskleidė psichikos sveikatos rodiklių vaikų ir paauglių grupėje situaciją. 2018 metais buvo išleistas pirmasis didelės apimties tyrimas Baltijos šalyse, kuriame dalyvavo bendroji mokyklos populiacija, vertinantis psichikos sutrikimų paplitimą (7). Bendras ICD –10 apibrėžtų sutrikimų paplitimas 7- 16 metų jaunuolių grupėje šiame tyrime yra 13,1%.

Kita statistika, atskleidžianti problemos kompleksiskumą ir svarbą:

- 1 iš 4 paauglių berniukų ir 1 iš 3 paauglių mergaičių savo psichologinę gerovę vertina kaip žemesnę nei vidutinę (8)
- 1 iš 3 vaikų Lietuvoje patiria patyčias (8)
- 29 proc. 15 metų mergaičių ir 13 proc. 15 metų berniukų daugiau nei kartą per savaitę jaučia slogią nuotaiką (9)
- Savižudybė yra trečia paauglių (10–19 metų) mirties priežastis tiek Lietuvoje, tiek Europoje (9)

- Lietuvos statistikos departamento duomenimis 2018m. 17 430 vaikų gyveno socialinės rizikos šeimose (10)
- Lietuvos statistikos departamento duomenimis 2018m. 1 284 vaikų ir paauglių patyrė, o dar 4448 galimai patyrė smurtą (10)
- Skaičiuojama, jog dėl stigmos už psichikos sveikatos paslaugų sistemos ribų gali būti apie 20 000 vaikų (11)

Statistikos departamento duomenimis 2019 - 2020 metais Lietuvos mokyklose dirbo 532 psichologai, 933 socialinis darbuotojas (12). Bendrojo ugdymo mokyklų Lietuvoje šiuo metu yra 1 056 (12), tai reiškia, kad pusė mokyklų neturi psichologo, o beveik kas aštunta mokykla ir socialinio pedagogo, todėl galima teigti, kad švietimo pagalbos prieinamumas yra ribotas.

Žvelgiant į pagalbos prieinamumą bendruomenės lygmeniu - savivaldybėse veikia psichikos sveikatos centrai. Juose dirba tarpdisciplininė komanda, tačiau pagalbos prieinamumas taip pat yra ribotas, pavyzdžiui, Telšių apskrityje, psichikos sveikatos centruose yra įsteigti 4,1 psichologų etatai, kas reiškia, kad vienam psichologui tenka 32 215 prisirašiusių klientų, tarp kurių yra ir vaikai, ir suaugusieji. Siekiant mažinti psichikos sveikatos sunkumų ir sutrikimų rodiklius, reikalingas sunkumų savalaikis atpažinimas ir tinkamos, tikslingos, profesionalios pagalbos suteikimas.

Užsienio geroji praktika

- Remiantis gerąja praktika užsienio valstybėse, išskiriamos Jungtinės Karalystės, Jungtinių Amerikos Valstijų ir Australijos praktikos.
 - Jungtinėse Amerikos Valstijose itin plačiai naudojamas daugiapakopės paramos sistemos modelis (DPSM) (angl. Multi-Tiered Systems of Support). Šis modelis tapo itin populiarus per pastaruosius 20 metų. Daugiapakopė paramos sistema yra „visapusiška įrodymais pagrįsta sisteminė praktika siekianti greitai reaguoti į mokinių poreikius, reguliariai stebint jų pokyčius, kad būtų lengviau priimti duomenimis pagrįstus mokymo ir pagalbos sprendimus (13). Taip pat JAV didelis dėmesys skiriamas vaikų trauminėms patirtims, mokyklos jungiasi į Trauminei patirčiai jautrių mokyklų tinklą visame pasaulyje (14 -16). Šiuo požiūriu remiantis manoma, kad vaikas atėjęs į mokyklą „atsineša“ anksčiau ar vėliau patirtus sunkius išgyvenimus (artimųjų netektį, smurtines patirtis ir pan.), kurie turi įtakos jo emocinei būsenai, elgesiui, gebėjimui susikaupti.
 - Psichologinės sveikatos čempionų mokyklose (Mental Health Champions in Schools) programos tikslas - apmokyti tinklą žmonių, didinančių psichikos sveikatos sąmoningumą bei mažinančių susidariusią stigmą savo bendruomenėje (17). Psichologinės sveikatos čempionai savo aplinkoje inicijuoja teigiamus pokyčius psichikos sveikatos srityje tapdami šios temos vėliavnešiais. Jie siekia, kad emocinis gerbūvis taptų natūrali visų pokalbių dalis, kad nebebūtų bijoma apie tai kalbėtis, prisipažinti turint psichologinių sunkumų, ieškoti pagalbos. Jie yra apmokyti dirbti su sąmoningumo kėlimu, stigmos mažinimu, pirmosios psichologinės pagalbos teikimu.
 - Australijoje jau seniai yra vertinama psichikos sveikatos svarba mokykloje ir už jos ribų, todėl būtent ten buvo sukurti pirmieji Pirmosios psichologinės pagalbos kursai (18). Manoma, kad kiekvienas žmogus turi turėti pakankamai žinių ir įgūdžių pastebėti ir sureaguoti į kitų žmonių psichikos sunkumus. Pirmieji psichologinės pagalbos kursai yra skirti sugebėti suteikti pagalbą

tiems, kurie susiduria su psichikos sveikatos problemomis, esama psichikos sveikatos problema yra blogėjanti arba tiems, kurie kenčia nuo krizės. Nuo 2000 metų psichikos sveikatos pirmosios pagalbos mokymai (MHFA) tapo visuotiniu judėjimu visoje Australijoje ir daugiau nei 27 šalyse.

Apžvelgus užsienio gerąsias praktikas nesunku pastebėti, kad siekiamas tikslas labai panašus - paruošti šalia vaikų ir paauglių esančius žmones sugebėti atpažinti jų sunkumus ir suteikti emocinę paramą ir/ar nukreipti pagalbai. Įgyvendinimo prasme daugiausiai kalbama apie žmonių, dirbančių su vaikais ir paaugliais edukaciją. Itin svarbu, kad tie, kurie yra arčiausiai jų - mokytojai, jaunimo darbuotojai, tėvai - mokėtų pastebėti, kada vaikas išgyvena psichologinius sunkumus, suprastų, kaip tinkamai ir adekvačiai į juos reaguoti, turėtų žinių, iš kur sunkumai dažniausiai atsiranda, ir kada reikalingas nukreipimas į psichikos sveikatos profesionalus. Šio projekto metu bus kuriama e-mokymų platforma psichikos sveikatos raštingumo tema, skirta visiems dirbantiems su vaikais ir jaunimu.

Viešosios konsultacijos poreikis

Šis tyrimas atskleidė viešosios konsultacijos poreikį, kadangi problema yra kompleksinė, o norint edukuoti mokytojus ir visus, dirbančius su vaikais, reikalinga išgirsti su kokiais sunkumais jie susiduria, kokių žinių jiems labiausiai trūksta. Siekiant sužinoti mokykloje dirbančių žmonių patirtį, reikalinga organizuoti fokus grupes.

Viešosios konsultacijos ciklo tikslas – išgirsti mokykloje dirbančių žmonių patirtis ir grįžtamąjį ryšį apie siūlomus psichikos sveikatos sunkumų ankstyvojo atpažinimo mokymus bei sužinoti dirbančiųjų su vaikais patirtį, svarbiausius iššūkius. Bus surengtos 2 fokus grupės, kuriose dalyvaus mokytojai, mokyklos administracijos atstovai, švietimo pagalbos specialistai bei interviu ciklas su NVO ir akademikais.

Fokus grupių metu bus aptariamas e-mokymų platformos įgyvendinimas, turinys, reikalingiausios mokymų temos.

NVO ir kitos suinteresuotos šalys sąrašas:

1. Įvairių mokyklų mokytojai, švietimo pagalbos specialistai, administracija.
2. „Renkuosi mokyti“ programos atstovai
3. Vilniaus universiteto akademikai.

Šaltiniai

1. Kessler, R. C., Amminger, G. P., Aguilar-Gaxiola, S., Alonso, J., Lee, S., & Ustun, T. B. (2007). Age of onset of mental disorders: a review of recent literature. *Current opinion in psychiatry*, 20(4), 359.
2. Belfer, M. L. (2008). Child and adolescent mental disorders: the magnitude of the problem across the globe. *Journal of child psychology and psychiatry*, 49(3), 226-236
3. World Health Organization. (2017). Global accelerated action for the health of adolescents (AA-HA!): guidance to support country implementation.
4. Dėl Lietuvos Respublikos Vyriausybės programos įgyvendinimo plano patvirtinimo 2017 m. Paimta iš: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalact/lt/TAD/efe9ff4107be11e78352864fdc41e502?Jfwid=q8i88lp51>
5. Įsakymas dėl Lietuvos Respublikos Sveikatos apsaugos ministerijos 2019- 2021 metų strateginio veiklos plano patvirtinimo, paimta iš: https://sam.lrv.lt/uploads/sam/documents/files/SAM%20SVP%202019-01-14%20isakym_%20Nr_%20V-53.pdf

6. Nutarimas dėl vaikų emocinės gerovės metų minėjimo 2020 metais plano patvirtinimo, paimta iš: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/9b979f415fa111eaa02cacf2a861120c?positionInSearchResults=1&searchModelUUID=ddcf2b18-5f5e-4ada-a58d-5e8e9267bca5>
7. Epidemiological study of child and adolescent psychiatric disorders in Lithuania. Lesinskienė S, Girdzijauskienė S, Gintilienė G, Butkienė D, Pūras D, Goodman R, Heiervang E. BMC Public Health, 2018; 18:548. doi.org/10.1186/s12889-0185436-3
8. Lukoševičiūtė, J., & Šmigelskas, K. (2019). Lietuvos moksleivių pasitenkinimas gyvenimu: HBSC tyrimo rezultatai. Sveikatos mokslai, 29(4), 48-52.
9. Adolescent mental health in the European Region: WHO Regional Office for Europe: Factsheet for World Mental Health Day 2018.
10. Lietuvos statistikos departamentas, 2018.
11. Izokaitis, M., Liuima, V., Stonienė, L., & Vitkūnienė, O. (2015). Psichikos sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumo vaikams, turintiems psichikos, elgesio ir emocijų sutrikimų, Lietuvoje apžvalga. Visuomenės sveikata, 3(70), 18-28
12. Statistikos departamentas. 2020. Paimta iš: <https://osp.stat.gov.lt/statistiniu-rodikliu-analize?indicator=S3R053#/>
13. ESSA (2015). Every student succeeds act of 2015, Pub. L. No. 114-95 114 Stat. 1177 (2015-2016).
14. Unlocking the Door to Learning: Trauma-Informed Classrooms & Transformational Schools Maura McInerney, Esq. Senior Staff Attorney Amy McKlindon, M.S.W. Paimta iš: <https://www.elc-pa.org/wp-content/uploads/2015/06/Trauma-Informed-in-Schools-Classrooms-FINALDecember2014-2.pdf>
15. Trauma Informed UK Schools. 2020. 04.27. Paimta iš: <https://www.traumainformedschools.co.uk/>
16. TRauma Sensitive Schools. 2020.04.27. Helping traumatized children learn. Paimta iš: <https://traumasensitiveschools.org>
17. Paimta iš :<https://www.place2be.org.uk/our-services/services-for-schools/mental-health-champions-class-teachers/>
18. Mental Health Australia. 2020.04.20.Youth Mental Health First Aid. Paimta iš: <https://mhfa.com.au/courses/public/types/youthedition4>

Priedai

Vaikų ir paauglių psichikos sunkumų bei pagalbos galimybių mokyklose esamos situacijos analizė. <http://kurkl.lt/wp-content/uploads/2020/03/Esamos-situacijos-analiz%C4%97.pdf>

Vaikų ir paauglių psichikos sveikatos stiprinimo gerųjų užsienio praktikų analizė. <http://kurkl.lt/wp-content/uploads/2020/03/Ger%C5%B3j%C5%B3-praktik%C5%B3-analiz%C4%97-2020-1.pdf>