

COVID-19 PANDEMIJOS POVEIKIS SLAUGOS STUDENTŲ PSICHIKOS SVEIKATAI

Liucija Ramunė Palinauskienė, Vitalija Rakauskienė

Panevėžio kolegija, Biomedicinos fakultetas

Laisvės a. 23, Panevėžys

Anotacija

Studentai – ypatinga socialinė grupė, kuriai būdingi aktyvaus gyvenimo įpročiai, gausūs kontaktai, intensyvi fizinė ir mokslinė veikla, kelionės ir susibūrimai. Dėl akademinio iššūkių, įvairių asmeninių ir psichosocialinių stresorių ši grupė psichikos sveikatos problemų turėjo ir prieš pandemiją (14). Pandemija kardinaliai pakeitė gyvenimą: aukštosios mokyklos buvo priverstos nutraukti dienas studijas, pereita prie internetinio mokymo, paskaitos, egzaminai, baigiamieji darbai ir jų aptarimas vyko per nuotolį. Bendrosios praktikos slaugos studentų praktika ligoninėje pagal galimybes buvo tęsiama.

Šio tyrimo tikslas – įvertinti koronaviruso (toliau tekste – COVID-19) protrūkio poveikį studentų psichoemocinei būsenai per pirmąją pandemijos bangą. Tyrimo rezultatai rodo, kad karantino metu psichikos sveikatos problemos tarp studentų buvo labai paplitusios, o tai pabrėžia būtinybę stiprinti prevenciją ir didinti galimybes gauti pagalbą.

Reikšminiai žodžiai: bendrosios praktikos slaugos studentai, depresiškas, nerimas, stresas, psichoemocijos.

Įvadas

Pasaulinis COVID-19 protrūkis neabejotinai paveikė visos žmonijos kasdienį gyvenimą, daugumoje pasaulio šalių paskelbus visuotinį karantiną. Iš esmės kito akademinio studijų pobūdis, o tai padarė reikšmingą įtaką besimokančio jaunimo socialiniam ir asmeniniam gyvenimui. Be abejonės, COVID-19 pandemijos laikotarpiu kilo daugybė iššūkių, susijusių su nuotolinėmis studijomis, mokymu ir mokymusi. Keitėsi studijų kokybė, socialinė aplinka, mokymosi ir gyvenimo sąlygos (bendrabučiuose), praktikos organizavimas, iš esmės kito studentų mobilumo sąlygos, techninės galimybės, akademinis sąžiningumas ir kita. Pastaruoju metu domėjimasis ir susirūpinimas studentų psichikos sveikata pasaulyje didėjo (7). Tai yra itin aktuali problema, paveikusi įvairių studijų krypties studentų socialinį ir akademinį gyvenimą. Įvairiose šalyse atlikti tyrimai atskleidė, kad medicinos studentams būdingas gana aukštas streso, nerimo ir depresiško lygis (5). L. R. Palinauskienės ir V. Rakauskienės (2018) prieš COVID-19 pandemiją atliktame tyrime X kolegijos slaugos studentams buvo nustatytas vidutinio lygio stresas, labai stiprų stresą jautė maždaug 20 proc. studentų. 40 proc. tiriamųjų buvo nustatytas nedidelis nerimas, didelis ir labai stiprus nerimas kamavo maždaug 20 proc. studentų. Nedidelio laipsnio ir vidutinis depresiškas pasireiškė daugiau kaip 50 proc. studentų. 10 proc. respondentų nustatytas didelio laipsnio depresiškas (14). Panašias tendencijas patvirtino M. Martin (2020) atliktas tyrimas: jame nustatyta, kad vidutinį arba stiprų stresą klinikinės praktikos metu patiria 54 proc. slaugos studentų.

Pirmaisiais COVID-19 pandemijos metais pasaulinis nerimo ir depresijos paplitimas padidėjo 25 proc., teigiama Pasaulio sveikatos organizacijos (toliau tekste – PSO) paskelbtoje mokslinėje santraukoje. Santraukoje taip pat pabrėžiama, kas nukentėjo labiausiai, ir apibendrinamas pandemijos poveikis psichikos sveikatai. Susirūpinimas dėl galimo psichikos sveikatos būklės padidėjimo jau paskatino 90 proc. apklausoje dalyvavusių šalių įtraukti psichikos sveikatą ir psichosocialinę pagalbą į reagavimo į COVID-19 planus, tačiau vis dar yra didelių spragų (13).

Psichikos sveikata apima emocinę, psichinę ir socialinę gerovę ir turi įtakos mąstymui, jausmams ir elgesiui (16). Slaugos studentams, siekiantiems tapti sveikatos priežiūros specialistais, su psichikos

sveikata susijusios problemos yra dar sudėtingesnės, nes tiesiogiai paveikia ir studijas. Socialinių kontaktų ribojimo ir karantino priemonės užkirtė kelią studentų dalyvavimui paskaitose ir kitose mokymosi veiklose. Dėl COVID-19 pandemijos daugelio šalių universitetai ir kolegijos buvo priversti nutraukti mokymo veiklą ir naudoti internetinį ar virtualų paskaitų formatą (17). Palyginti su nemedicininėmis disciplinomis, slaugos studijoms būtinas nuolatinis mokymasis, sudėtingų tarpasmeninių santykių formavimas ir praktika klinikinėje aplinkoje (4). Dauguma slaugos studentų klinikinių mokymų metu apskritai patiria vidutinio ir didelio lygio stresą, o pandemijos metu prisidėjo didžiausias stresorius – galimybė klinikinėje aplinkoje užsikrėsti COVID-19 (2). Gao ir kt. (2021) nurodo, kad COVID-19 pandemijos metu dauguma būsimų slaugytojų bijo užsikrėtimo ir nerimauja dėl savo šeimos gerovės; jie nuolat naudoja apsaugos priemones, bet ir jomis nepasitiki. Pavojus susirgti tarp slaugos studentų gali išlikti ir praėjus keliems mėnesiams po COVID-19 pandemijos piko. Be to, dar nėra pakankamai žinių apie ilgalaikį viruso poveikį persirgusiems asmenims. Yra duomenų, kad COVID-19 simptomai išlieka ilgai. Kita ilgalaikė pandemijos pasekmė – jos poveikis besimokančio jaunimo psichikos sveikatai. Universitetų ir kolegijų uždarymas sukėlė studentams daug psichikos sveikatos problemų. Remiantis S. Vigouroux ir A. Goncalve (2021) atliktos apklausos duomenimis, 2020 metų kovo pabaigoje fiksuotas maždaug 20 proc. didesnis sergamumas psichikos ligomis. Darbų, kuriais siekta įvertinti COVID-19 poveikį studentų psichikai, nėra daug. Kaip parodė Lietuvos studentų sąjungos atliktas tyrimas, pandemijos metu studentams labiausiai padėjo (65 proc.) draugų pagalba, pomėgiai, internetiniai žaidimai, televizija, sportas ir darbas, bet labai trūko profesionalų teikiamos psichikos sveikatos pagalbos – galimybę ją gauti turėjo tik 34 proc. (11).

Tyrimo aktualumas. PSO generalinio direktoriaus dr. Tedros Adhanom Ghebreyesus teigimu, šiuo metu turima informacija apie COVID-19 poveikį pasaulio psichikos sveikatai yra tik ledkalnio viršūnė – tai yra pavojaus signalas, signalizuojantis visoms šalims daugiau dėmesio skirti psichikos sveikatai (13). Preziumuojama, kad slaugos studentams COVID-19 poveikis yra reikšmingas, tačiau pakankamai duomenų apie poveikį bendrai psichoemocinei sveikatai negauta. Šis X kolegijoje atliktas tyrimas – pirmas tokio pobūdžio tyrimas, kuriame buvo vertinamas viruso poveikis kolegijos slaugos studentų psichikos sveikatai. Tyrimo metu buvo siekiama sužinoti studentų psichoemocinę savijautą ir kokie veiksniai yra susiję su psichikos sveikatos problemų atsiradimu (14).

Tyrimo tikslas – ištirti COVID-19 pandemijos poveikį slaugos studentų psichikos sveikatai.

Tyrimo objektas – COVID-19 pandemijos poveikis slaugos studentų psichikos sveikatai.

Tyrimo metodai: teorinės įžvalgos, kiekybinis tyrimas (anketinė apklausa), tyrimo duomenų vertinimas pagal DASS skalę, statistinė tyrimo duomenų analizė ir vertinimas.

Tyrimo medžiaga

Tyrimas vyko 2021 m. balandžio ir gegužės mėnesiais X kolegijoje. Naudotas kiekybinis tyrimo metodas – anketinė apklausa. Tyrimo duomenys surinkti rašytinės apklausos būdu, naudojant tyrimo autorių sudarytą klausimyną ir DASS skalę (angl. *Depression, Anxiety, Stress Scale* – depresiško, nerimo ir streso skalė) (3). Klausimyną sudarė 12 klausimų, struktūriškai suskirstytų į tris dalis: įvadas, sociodemografiniai duomenys ir pagrindinė dalis. Klausimyno įvade nurodomi apklausą organizuojantys asmenys, klausimyno tikslas, pateikiama trumpa instrukcija ir anonimiškumo garantija, kad tiriamasis galėtų laisvai reikšti savo nuomonę. Sociodemografinių duomenų dalį sudarė 3 klausimai: apie amžių, darbą studijų metu, finansinius sunkumus. Pagrindinėje dalyje pateikti klausimai, kuriais siekiama išsiaiškinti kolegijos bendrosios praktikos slaugos studentų psichikos sveikatos būklę per pandemiją ir veiksniai, susijusius su psichikos sveikatos problemų atsiradimu.

Tyrime naudota depresiško, nerimo, streso skalė (DASS 42), sudaryta iš 42 teiginių, kuriuos respondentai turėjo įvertinti nuo 0 iki 3 balų (balų reikšmė: 0 – beveik niekada, 1 – kartais, 2 – dažnai, 3 – beveik visada), remdamiesi savo pastarosios savaitės emocija savijauta. Šie teiginiai vienodomis dalimis priklauso streso, nerimo ir depresiško požymiams (subskalėms), o jų balų suma vertinama naudojant interpretacijos raktą (žr. 1 lent.). Naudojantis DASS-42 skalės interpretacijos raktu, nustatomi streso, nerimo ir depresiško lygiai nuo normalaus iki labai didelio. DASS-42 yra savęs vertinimo skalė, skirta neigiamoms emocijoms nustatyti. Pagal pirmuosius keturiolika teiginių

vertinamas streso lygis, pagal 15–28 teiginius – nerimas, pagal 29–42 teiginius – depresiškumas. Depresiškumo skalė apima nusivylimo gyvenimu, menkos asmens savivertės, disforijos, beviltiškumo vertinimą. Nerimo skalė leidžia įvertinti susirūpinimo, dirglumo, baimės, nuogąstavimo jausmus. Patologinis nerimas neturi aiškios priežasties, dažnai tampa nekontroliuojamas, pradeda trukdyti kasdieniam gyvenimui ir tampa sutrikimu. Stresas vertintas pagal tokius požymius: liūdina itin nereikšmingi dalykai, jautriai reaguojama į situacijas, sunku atsipalaiduoti, patiriamas liguistas jautrumas, sunkiau toleruoti trukdžius veikloje, pasireiškia nervingumas, netolerancija. Specialioje vertinimo lentelėje visi atsakymai perskaičiuojami skaitmenimis: „Beveik niekada“ – 0 balų; „kartais“ – 1 balas; „dažnai“ – 2 balai; „beveik visada“ – 3 balai.

Tyrimė naudotasi Naujojo Pietų Velso universiteto (Australija) interneto svetainėje <http://www2.psy.unsw.edu.au/dass> laisvai prieinamos DASS skalės versija, ją išvertė R. Kuodytė-Kazieliene (2015) (žr. 1 lent.) (3).

1 lentelė. Depresiškumo, nerimo ir streso skalės (DASS-42) interpretacijos raktas

Lygis	Depresiškumas	Nerimas	Stresas
Nėra	0–9	0–7	0–14
Nedidelis	10–13	8–9	15–18
Vidutinis	14–20	10–14	19–25
Didelis	21–27	15–19	26–33
Labai didelis	28 +	20 +	34 +

Anoniminėje apklausoje dalyvavo 80 X kolegijos bendrosios praktikos slaugos studentų.

Taikyti šie tyrimo dalyvių atrankos kriterijai:

1. Bendrosios praktikos slaugos studentai
2. Savanoriškas sutikimas dalyvauti tyrimė

Planuota apklausti 100 respondentų, tačiau 10 anketų negrąžinta, o dar 10 analizuojant atsakymus atmesta (dalis buvo sugadintos, kai kurios užpildytos neišsamiai). Apklausą buvo vykdoma laikantis anonimiškumo ir konfidencialumo principo, tyrimo duomenys pateikti apibendrintai. Tyrimo dalyviams buvo paaiškintas tyrimo tikslas ir uždaviniai. Gauti tyrimo duomenys įvertinti naudojant kompiuterinę programą „Microsoft Office Excel 2013“. Tyrimo rezultatų analizei ir vertinimui naudoti aprašomasis ir grafinis metodai.

Tyrimo rezultatai

Tyrimo dalyvių amžius svyruoja nuo 18 iki 40 metų, amžiaus vidurkis – 23,88 m., mediana – 21 m. Karantino metu 55 proc. studentų dirbo sveikatos priežiūros įstaigose, 21 proc. – ne sveikatos priežiūros įstaigose, 28 proc. nedirbo. Didžiąją dalį nedirbančiųjų sudarė pirmo kurso studentai, daugiausia dirbančiųjų – trečio kurso. Taip pat pažymėtina, kad pirmo kurso studentai dauguma atvejų dirbo ne sveikatos priežiūros įstaigose, o dirbantys trečio ir ketvirto kurso slaugos studentai vienodomis dalimis dirbo tiek sveikatos priežiūros įstaigose, tiek su specialybe nesusijusiose srityse. Dirbo beveik kas antras studentas, dažniausios darbo priežastys – siekis įgyti patirties ir finansiniai sunkumai. D. Jonušienė (2014) pažymi, kad suderinti darbą su mokymusi pavyksta anaipol ne visiems studentams. Jos atlikto tyrimo išvados rodo, kad dirbantys studentai turi daugiau nusiskundimų savo psichikos sveikata. Studentai, dirbantys apmokamą darbą, skiria vidutiniškai daugiau laiko darbui nei studijoms, todėl dėl darbo stinga laiko savarankiškam mokymuisi. Didžiąjai daliai studentų pavyksta suderinti studijų ir darbo laiką, tačiau daugiau kaip pusė pripažįsta, kad skiria nepakankamai dėmesio studijoms. Dalis studentų karantino laikotarpiu išsaugojo darbo vietą ir užmokestį. A. Šilaitė (2021) pažymi, jog dirbantiems slaugos studentams stresas, nerimas, depresiškumas pasireiškia dažniau nei nedirbantiems.

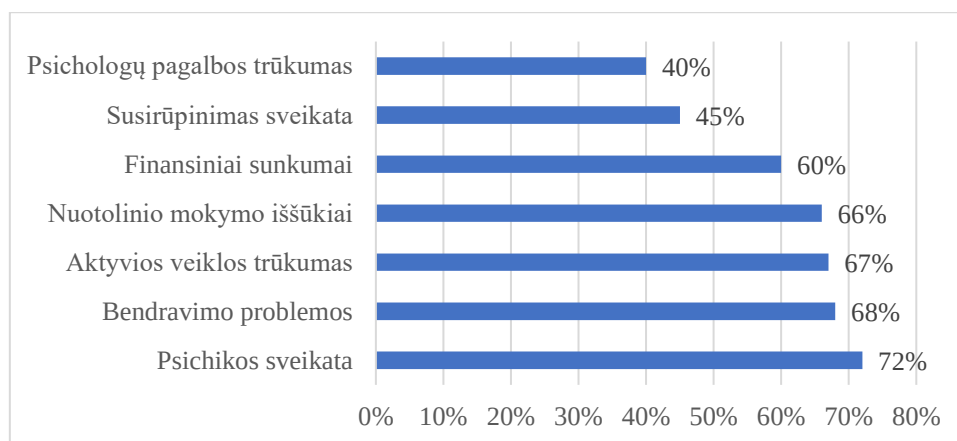
Studentai vis dažniau pripažįstami pažeidžiama grupe, kuriai, palyginti su visa populiacija, būdingesnis nerimas, depresija, piktnaudžiavimas narkotinėmis medžiagomis ir netinkama mityba (6). O radikaliai pasikeitus mokymosi pobūdžiui, pvz., COVID-19 pandemijos metu, šios pažeidžiamos grupės psichikos sveikatos našta padidėja (16). Subjektyvūs atsakymai į klausimą, kaip

savo psichikos sveikatą vertino prieš COVID-19 pandemiją, buvo tokie: labai gerai – 10 proc., gerai – 33 proc., nei blogai, nei gerai – 40 proc., blogai – 14 proc., labai blogai – 3 proc. 72 proc. respondentų nurodė, kad pandemijos metu patyrė psichikos sveikatos sutrikimų (žr. 1 pav.). Per apklausą studentų teirautasi, koku mastu jie COVID-19 pandemijos metu jautė neigiamas emocijas, tokias kaip baimė, dirglumas, liūdesys, nusivylimas, panika. Kartu buvo užduotas atviras klausimas, kaip pasikeitė jų jausmai nuo pandemijos pradžios. Atsakydami į atvirą klausimą respondentai dažniausiai nurodė, kad prarado motyvaciją, patyrė stresą, vienatvę ir izoliaciją. Motyvacijos stoka skundėsi daugiau kaip 31 proc. Daugiau nei 27 proc. teigė jaučiantys nerimą. Mirties baimę jautė 21 proc. (per pastaruosius metus išgyvenę draugo ar šeimos nario mirtį). 68 proc. studentų pažymėjo, kad dalyvavimas su studijomis susijusioje veikloje yra svarbi galimybė palaikyti ryšius su kurso draugais ir dėstytojais (žr. 1 pav.). Dėl COVID-19 slaugos studentams tekdavo praleisti praktinius mokymus ligoninėje. Tokios galimybės praradimas yra pagrindinė studentų mokymosi kliūtis, be to, prognozuojama, kad ji turės įtakos ir psichikos sveikatai.

Išanalizavus tyrimo dalyvių atsakymus nustatyta, kad vis dėlto ne visi nagrinėjamo meto pokyčiai, studentų nuomone, buvo blogi. 30 proc. studentų nurodė laiką leidę su šeima ir draugais, 98 proc. pažymėjo skyrę daugiau laiko sau ir savo priežiūrai. Beveik 70 proc. apklaustų studentų teigė, kad pandemijos metu juos palaikė arba labai palaikė dėstytojai. Klausiant apie internetinį mokymąsi, 34 proc. nurodė esantys patenkinti nuotoliniu mokymu. Jų teigimu, internetinis mokymasis turėtų būti naudojamas taikant atitinkamas strategijas, padedančias siekti mokymosi tikslų.

Analizuojant studentų atsakymus apie psichologinės pagalbos trūkumus, matyti, kad psichologo pagalbos pageidautų du penktadaliai studentų. Kad ieškotų informacijos internete, nurodė beveik du trečdaliai, stengtųsi sveikai gyventi ir kalbėtų su artimaisiais ir draugais – po du trečdalius, 15 proc. lauktų, kol pagerės, pusė kreiptųsi į šeimos gydytoją, 6 proc. skambintų į jaunimo liniją (žr. 1 pav.).

Nepakankamos pastangos atpažinti ir spręsti studentų psichikos sveikatos problemas, ypač pandemijos metu, gali turėti ilgalaikių pasekmių jų sveikatai ir išsilavinimui. Apibendrinant sociodemografinių duomenų dalį ir COVID-19 pandemijos rizikos veiksnius, susijusius su psichikos sveikatos simptomų atsiradimu, pažymėtina, jog 72 proc. respondentų nurodė, kad COVID-19 neigiamai paveikė jų psichikos sveikatą ir gerovę, du trečdaliai teigė, kad COVID-19 pandemija neigiamai paveikė jų finansinę padėtį, daugiau nei pusei trūko bendravimo, 40 proc. reikėjo papildomos pagalbos ir patarimų.



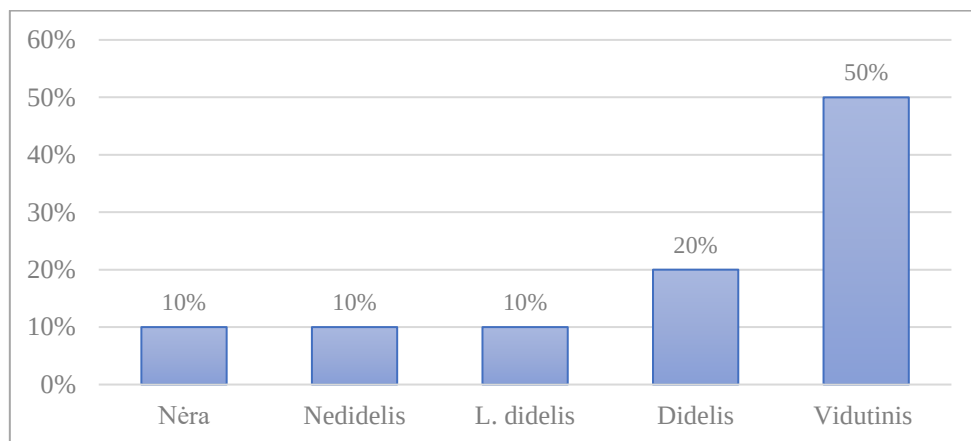
1 pav. Studentų gyvenimo aspektai, kuriuos neigiamai paveikė COVID-19

Slaugos studijų srityje padėtis COVID-19 pandemijos metu buvo ypač sunki. Pagrindinis slaugos ugdymo veiksnys – praktinis mokymas. Tiesioginių asmeninių kontaktų su pacientais negalima pakeisti internetinėmis paskaitomis. Mišrus mokymasis galėjo būti pritaikytas prie atitinkamos disciplinos poreikių. Turint omenyje didelį darbo krūvį ir klinikinius mokymo programos reikalavimus, slaugos studentai yra labai jautrūs depresijai, o ji daro neigiamą poveikį jų sveikatai ir

akademiniams rezultatams (9). D. N. U. H. Abbasi, A. Raza, M. Khurshid, M. I. Ansari (2018) tyrimuose nurodoma, kad bendras depresijos paplitimas tarp slaugos studentų – 70 proc.

Atliekant tyrimą buvo svarbu ištirti slaugos studentų stresą, nerimą ir depresiškumą, jų lygius ir paplitimą. 2 paveiksle pateikiami studentų depresiškumo rodikliai. Kaip minėta, vertinant depresiškumo lygį, naudoti DASS skalės klausimai (29–42 klausimai). Per apklausą nustatyta, kad depresiškumas pasireiškė beveik visiems studentams (90 proc.). Atsakymus analizuojant nuodugniau, nustatyta, kad nedidelio lygio depresiškumas pasireiškia 10 proc. studentų, vidutinio lygio – pusei, didelio lygio depresiškumas nustatytas penktadaliui, labai didelio – 10 proc.

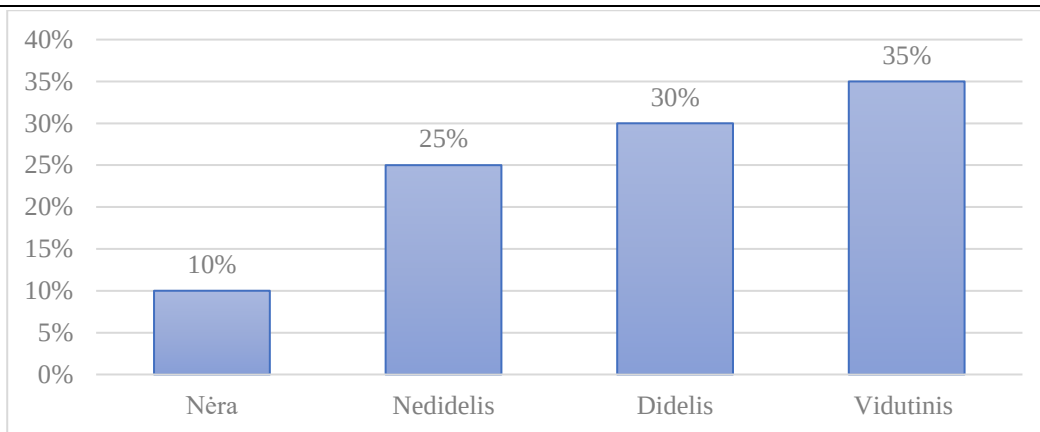
Reziumuojant galima teigti, kad bendrosios praktikos slaugos studentai COVID-19 pandemijos metu dažniausiai patyrė vidutinio lygio depresiškumą. Atitinkamai 10 proc. respondentų sutiko arba visiškai sutiko su teiginiu, kad COVID-19 jiems sukėlė sunkias depresines mintis (žr. 2 pav.). Tyrimas atskleidė, kad kolegijos studentų depresiškumas COVID-19 pandemijos metu smarkiai padidėjo (14).



2 pav. COVID-19 pandemijos metu studentų patirtas depresiškumas

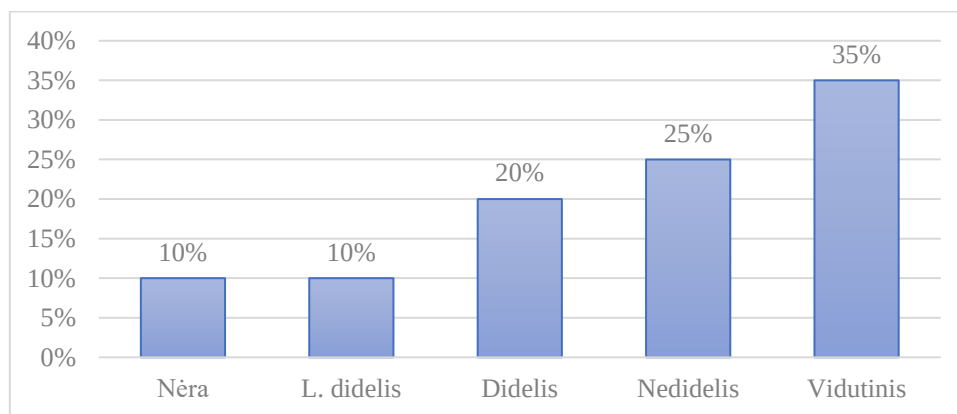
Prieš COVID-19 pandemiją atliktas tyrimas, skirtas kolegijos slaugos studentų nerimui įvertinti, parodė, kad svarbiausios nerimo priežastys buvo akademiniai rezultatai, noras siekti karjeros ir planai baigus studijas (14). Pandemijos metu atlikta apklausa parodė tokias studentų problemas dėl COVID-19 pandemijos: perėjimas nuo kontaktinių užsiėmimų prie internetinių, susirūpinimas sveikata, bendravimo ir aktyvios veiklos trūkumas, finansiniai sunkumai.

Nerimas – subjektyviai labai nemaloni emocinė būseną. Tai bloga nuojauta, įtampa, neramumas, kai laukiama vidinio ar išorinio pavojaus. Nerimas yra pavojaus laukimas, kai pavojaus ištakos nežinomos. Vertinant nerimo lygį, naudoti DASS vertinimo skalės klausimai nerimo lygiui nustatyti (15–28 klausimai). Iš gautų tyrimo duomenų matyti, kad trečdalis studentų COVID-19 pandemijos metu patyrė vidutinio laipsnio nerimą, didelį nerimą – taip pat trečdalis, nedidelį – ketvirtadalis. Apskritai nerimą patyrė beveik visi studentai (90 proc.) (žr. 3 pav.). Tyrimas atskleidė, kad COVID-19 pandemijos metu studentų nerimas padidėjo; 2018 m. atlikto tyrimo metu bendras nerimas nustatytas 70 proc. studentų (14).



3 pav. COVID-19 pandemijos metu studentų patirtas nerimas

Stresas tarp slaugos studentų apskritai yra dažnas reiškiny, o COVID-19 metu jis dar padidėjo dėl tiesioginio kontakto su pacientais. Padidėjęs stresas yra pirmasis signalas, kad ateityje gali prastėti psichikos sveikata. Vis dėlto yra ir gera žinia: studentai, kurių psichikos sveikata buvo pakankamai gera iki pandemijos, pirmosios pandemijos bangos pradžioje nepatyrė neigiamų psichikos sveikatos pokyčių. Tačiau tie, kuriems ir prieš pandemiją buvo būdingas gan didelis depresiškumo, nerimo ir streso lygis, per pandemijos pirmąją bangą beveik visada turėjo nusiskundimų dėl psichikos sveikatos. Tyrimo rezultatai taip pat rodo, kad stresą COVID-19 pandemijos metu patyrė didžioji dalis respondentų (90 proc.), trečdalis nurodė vidutinio stiprumo stresą, net 30 proc. – stiprų ir labai stiprų stresą.



3 pav. COVID-19 pandemijos metu studentų patirtas stresas

COVID-19 pandemija padarė didelį poveikį slaugos studentų psichikos sveikatai. Studentai psichikos gerovę apibūdina trijose srityse: asmeniniuose santykiuose, akademinėse studijose ir socialinėje aplinkoje (visuomenėje ir bendruomenėje). Kaip esminius šios patirties elementus jie nurodė paramos sistemas, nuolatinį poreikį prisitaikyti, nerimą, praradimo jausmą ir aplinkos keliamą stresą. Tyrimo metu studentų teirautasi, kokias prevencijos priemones jie siūlytų stresui, depresijai ir nerimui sumažinti ir įveikti. Dažniausiai buvo siūloma daugiau domėtis studentų somatine sveikata, daugiau bendrauti, nurodyta, kad reikalingos psichologo konsultacijos kolegijoje. Tam pritaria beveik visi bendrosios praktikos slaugos specialybės studentai.

Diskusija

Bendrosios praktikos slaugos studentų psichinės adaptacijos ir dezadaptacijos problemos nėra nuodugnai ištirtos. Taip pat nėra konkrečių pasiūlymų, kaip išvengti per didelio emocinio jaudinimosi padarinių. Nuolatinis stresas yra susijęs su nerimu, depresija, psichotropinių medžiagų

vartojimo, asmenybės sutrikimų rizika. E. Steponėnienės ir G. Narbutaitės (2021) tyrimo rezultatai parodė, kad didelį stresą dažnai patiria daugiau nei 90 proc. studentų.

Tyrimė atlikta apklausa, siekiant įvertinti kolegijos bendrosios praktikos slaugos studentų psichikos sveikatos būklę COVID-19 pandemijos metu. Depresijos, nerimo ir streso simptomams įvertinti naudota DASS skalė. Nustatyti slaugos studentų streso, nerimo ir depresiškumo lygiai. Išsiaiškinta, kad depresiškumą, nerimą ir stresą COVID-19 pandemijos metu patyrė dauguma slaugos studentų. Psichologinis COVID-19 pandemijos poveikis yra didžiulis, visame pasaulyje žmonėms atsirado tokių psichologinių simptomų kaip baimė, dirglumas, netikrumas, depresija, nerimas, stresas (16). Izoliacija, kaukių ir alkoholio pagrindu pagamintų dezinfekcinių priemonių trūkumas epidemijos pradžioje sustiprino socialinės izoliacijos, vienišumo jausmą ir minėtus neigiamus psichologinius simptomus (10). Ankstesni tyrimai parodė, kad sveikatos priežiūros darbuotojai patyrė didžiulį stresą, depresiją ir nerimą. Kai kurie naujausi tyrimai atskleidė, kad po COVID-19 protrūkio studentai taip pat patyrė psichikos sutrikimų simptomų, nors COVID-19 poveikio psichikos sveikatos tyrimai įvairiose šalyse gali skirtis dėl COVID-19 infekcijos ir priešepideminių kontrolės sąlygų skirtumų (20). Slaugos studentai COVID-19 pandemijos metu privalėjo laikytis ilgesnių ir griežtesnių elgesio apribojimų nei kiti kolegijų studentai. Nors COVID-19 pandemijos metu slaugos mokymas persikėlė į internetą, slaugos studentai per klinikinius mokymus turėjo kontaktų su ligoninių pacientais, taigi nuolat jautė stresą. Be to, jie baiminosi, kad dėl COVID-19 pandemijos bus atidėtas studijų baigimas ir klinikinė praktika. COVID-19 pandemijos psichologinis poveikis slaugos studentams yra nemažas, todėl, siekiant užtikrinti gerą psichikos sveikatą, jiems turėtų būti taikomos specialiosios psichologinės intervencijos.

Tyrimas pasižymėjo keliais ribotumais. Visų pirma jame dalyvavo tik vienos kolegijos slaugos studentai, todėl, atsižvelgiant į kitų kolegijų tyrimų rezultatus, išvados gali skirtis. Atsižvelgiant į tai, ateityje turėtų būti atliekami tolesni slaugos studentų psichikos sveikatos tyrimai.

Išvados

1. Slaugos studentų psichikos sveikatą lėmė psichosocialiniai rizikos veiksniai: COVID-19 neigiamai paveikė finansinę padėtį, tarpasmeninį bendravimą, sukėlė socialinę izoliaciją, stresą dėl perėjimo prie nuotolinio mokymosi ar net nerimą dėl sveikatos ir būsimo įsidarbinimo.
2. Visgi tyrimas suteikė ir pozityvesnių įžvalgų: buvo nuomonių, kad per visą pandemiją internetinio švietimo kokybė ir praktikos vadovų teikiama parama padėjo mažinti slaugos studentų neigiamas psichologines emocijas (nerimą, depresiškumą ir stresą).
3. Dažniausiai buvo patiriamas vidutinio laipsnio depresiškumas, nerimas ir stresas. Nuo stipraus ir labai stipraus streso ir depresijos kentėjo maždaug trečdalis respondentų. Trečdaliui nustatytas didelis ir labai didelis nerimas. Šie rezultatai rodo, kaip svarbu ištirti slaugos studentų psichologinę būseną, kad ji neturėtų ilgalaikių pasekmių asmeninei gerovei.
4. Siekiant padėti sumažinti streso, depresijos ir nerimo lygį, studentams turėtų būti teikiama naujausia informacija apie pandemijos poveikį psichikos sveikatai.

Literatūros sąrašas

1. Abbasi N. U. H., Raza A., Khurshid M., Ansari M. I. (2018). The relationship between depression, anxiety, stress and self harm among college students: a cross-sectional survey. *Pakistan Armed Forces Medical Journal*, 68 (1), 137–42.
2. American College Health Association (2020). The impact of COVID-19 on college student well-being. Prieiga internetu: https://healthymindsnetwork.org/wp-content/uploads/2020/07/Healthy_Minds_NCHA_COVID_Survey_Report_FINAL.pdf.
3. Cheung T., Wong S. Y., Wong K. Y., Law L. Y., Ng, K., Tong M. T., Wong K. Y., Ng M. Y., Yip P. S. (2016). Depression, Anxiety and Symptoms of Stress among Baccalaureate Nursing Students in Hong Kong: A Cross-Sectional Study. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 13(8), 779. doi:10.3390/ijerph13080779.

4. Crawford J. R., Henry J. D. (2003). The Depression Anxiety Stress Scales (DASS): Normative data and latent structure in a large non-clinical sample. *British Journal of Clinical Psychology*, 42, 111–131. Prieiga internetu: <http://www2.psy.unsw.edu.au/dass/pub.htm>.
5. Deksnytė A., Danilevičiūtė V., Aranauskas R., Budrikaitė J., Palinauskaitė K. (2014). Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto studentų fizinio aktyvumo įtaka nerimastingumui ir depresiškumui. *Neurologijos seminarai*, 18 (1), 42–48.
6. Faizuddin A. (2017). The Experiences of Working While Studying: A Case Study of Postgraduate Students at International Islamic University Malaysia. Prieiga internetu: https://www.academia.edu/32343261/The_Experiences_of_Working_While_Studying_A_Case_Study_of_Postgraduate_Students_at_International.
7. Farumi S. S. (2020). Literature Review: Risk Factors Affecting College Student's Mental Disorder During Covid19 Pandemic. *Journal of Environmental Health*, Vol. 12, No. 1si, special issue. <https://doi.org/10.20473/jkl.v12i1si.2020.60-69>.
8. Gao J., Wang F., Guo S., Hu G. (2021). Mental Health of Nursing Students amid Coronavirus Disease 2019 Pandemic. *Front Psychol.*, Aug 12; 12:699558. doi: 10.3389/fpsyg.2021.
9. Jonušienė D. (2014). Psichikos sveikatos problema studijų procese. *Tiltai*, 69 (4), 115–125. doi: 10.15181/tbb.v68i4.954
10. Kako J. Y., Yoshiyasu I., Kajiwaru Y., Kakeda T., Hamanishi S., Sasaki S., Yamanaka M., Kiyohara, Yuki akiguchi H., Endo H., Harada K., Koga Y., Ishida M., Nishida Y., Kobayashi M., Tsubaki M. (2021). Impact of the COVID-19 pandemic on mental health of nursing students in Japan: protocol for a cross-sectional study. *BMJ Open*, Dec 1; 11(12):e055916. DOI: 10.1136/bmjopen-2021-055916
11. Lietuvos studentų sąjunga (2021). Tyrimas „Psichologinė studentų būseną ir pagalba“. Prieiga internetu: <http://www.lss.lt/wp-content/uploads/2021/03/Tyrimas-%E2%80%9EPsichologine-studentu-busena-ir-pagalba-.pdf>.
12. Lovibond S. H., Lovibond P. F. (1995). *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales* (2nd. Ed.). Sydney: Psychology Foundation. Prieiga internetu: <http://www2.psy.unsw.edu.au/dass>.
13. Martin M. (2020). World Health Organization Responds To Coronavirus. Global health, January 26, 2020 5:13 PM ET. Prieiga internetu: <https://www.npr.org/2020/01/26/799741420/world-health-organization-responds-to-coronavirus?t=1651857098818>
14. Palinauskienė L. R., Rakauskienė V. (2018). Kolegijos studentų psichoemocinė savijauta. *Taikomieji tyrimai studijose ir praktikoje*, 14, p. 110–117, Panevėžys.
15. Steponėnienė E., Narbuntaitė G. (2021). COVID-19 poveikio studentų akademiniam ir socialiniam gyvenimui projekto veiklų ir tyrimo rezultatų apibendrinimas. Elektroninis konferencijos pranešimų rinkinys, p. 3–7. Vilnius, Mykolo Romerio universitetas.
16. Rafati F., Shamsi A., Pilevarzadeh M., Rafati Sh. (2012). Mental Health And Risk Factors Those In Nursing Students In -Jiroft Medical Students. *Modern Care Journal*, Vol. 9 , No 2 (34), p. 137. Prieiga internetu: <https://www.sid.ir/en/Journal/ViewPaper.aspx?ID=286875>
17. Savitsky B., Findling Y., Ereli A., Hendel T. (2020). Anxiety and coping strategies among nursing students during the COVID-19 pandemic. *Nurse Educ Pract.*; 46:102809. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2020.102809>
18. Šilaitė, A. (2021). LSMU medicinos šeštojo kurso studentų patiriamas stresas COVID19 pandemijos metu: streso lygis, sveikatos sutrikimo simptomai ir jų sąsajos su stresoriais – COVID-19 pandemija pasaulyje ir asmeniniame gyvenime. *Medicinos mokslai*, T. 9, Nr. 7, Nov 30, 151–161. <https://www.lsmuni.lt/cris/handle/20.500.12512/112444>
19. Vigouroux S., Goncalve A. (2021). Psychological Vulnerability of French University Students during the COVID-19 Pandemic: A Four-Wave Longitudinal Survey Elodie Charbonnier. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 18 (18), 9699. <https://doi.org/10.3390/ijerph18189699>.
20. Villani L., Pastorino R., Molinari E., Anelli F., Walter R., Graffigna G., Boccia C. (2021). Impact of the COVID-19 pandemic on psychological well-being of students in an Italian university: a web-based cross-sectional survey. *Globalization and Health*, vol. 17. Prieiga internetu: <https://globalizationandhealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12992-021-00680-w>.

IMPACT OF THE COVID-19 PANDEMIC ON THE MENTAL HEALTH OF NURSING STUDENTS

Liucija Ramunė Palinauskienė, Vitalija Rakauskienė

Panevezys University of Applied Sciences. The faculty of Biomedical Sciences.

Laisvės a. 23, Panevezys

Abstract

Problem. Students are a social group, which is characterized by habits of active life, abundant contacts, intensive physical and scientific activities, trips and gatherings. Due to academic challenges, various personal and psychosocial stressors, this group had mental health problems even before the pandemic. The pandemic has radically changed life: higher education institutions were stop full-time studies, switched to online teaching, lectures, exams, final theses and their discussion took place remotely. Practice of general practice nursing students in the hospital was continued as far as possible. The research problem to find out how the psycho-emotional well-being of other students and what factors are related to the occurrence of mental health problems.

Aim. To investigate the impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of nursing students.

Methods. Theoretical insights, quantitative research (questionnaire survey), assessment of research data according to the DASS scale, statistical analysis and evaluation of research data. Research participants 80 general practice nursing students of the X College.

Results and Conclusions. According the research participants, the mental health of nursing students was determined by psychosocial risk factors: COVID-19 negatively affected financial situation, interpersonal communication, caused social isolation, stress due to distance learning or even anxiety about health and future employment. However, the study also provided more positive insights: there were opinions that throughout the pandemic, the quality of online education and the support provided by practice managers helped to reduce the negative psychological emotions (anxiety, depression and stress) of nursing students. Moderate depression, anxiety and stress were mostly experienced. Approximately one third of respondents suffered from severe and very severe stress and depression. A third had severe and very severe anxiety. These results indicate the importance of examining the psychological state of nursing students that it does not have long-term consequences for personal well-being. Students should be kept up-to-date the mental health impact of the pandemic to help reduce stress, depression and anxiety levels

Key words: general practice nursing students, depression, anxiety, stress, psychoemotions.