


e-ISSN: 2345-0592 <b>Online issue</b> Indexed in <i>Index Copernicus</i>	<b>Medical Sciences</b>  Official website: <a href="http://www.medicisciences.com">www.medicisciences.com</a>	
--	--	---

## The need for psychological assistance and obstacles to obtain psychological assistance of Lithuanian medical students of I-VI course of the Lithuanian University of Health Sciences

Margarita Slabadienė<sup>1</sup>, Aidana Lygnugarytė-Grikšienė<sup>2</sup>

<sup>1</sup>*Faculty of Medicine, Lithuanian University of Health Sciences*

<sup>2</sup>*Palanga Clinic, Institute of Neurosciences, Lithuanian University of Health Sciences*

### Abstract

The frequency of mental health problems among medical students has been shown to be constantly increasing and happens to be higher than for other specialty students and the general population. Prospective medical workers in various parts of the world tend to rarely seek help to address their mental health problems.

**Aim:** To find out the need for psychological help for Lithuanian medical students of the Lithuanian University of Health Sciences (LSMU), the obstacles that hinder their access to psychological help, and what kind of help students would seek first if they had suicidal thoughts.

**Methods:** Between April and July 2019, an anonymous survey of 322 LSMU Lithuanian medical students of I-VI courses was conducted. The questionnaire consisted of questions created by the researchers.

**Results:** 8.1% of the respondents received psychological assistance. 58.1% of respondents said they do not receive such assistance and 6.6% they would like some psychological help. Mostly, students wanted to have a conversation with a psychologist/psychotherapist, more psychological knowledge. Female students were more likely than male students to receive some kind of psychological help. The majority of students responded that nothing prevents to receive psychological help, but 14% fears that someone will find out, and nearly 10% of them are afraid that consultations will prevent them from working in the future. However, if one starts to think about suicide, more than half of the students surveyed would know where to go for help first.

**Conclusions:** 14,7% of the respondents would be needed to receive psychological assistance. The main obstacles that hindered to access to psychological help were the fear that someone would find out, the fear of being unable to work in the future, the fear of getting to the wrong specialist, being open to strangers, being misunderstood to betray their secrets, to get ashamed, it is expensive, no time to do it, lack of information on where to go. In the event of suicidal thoughts, more than half of the students surveyed would know where to go for the first help: 53.1% would turn to friends and relatives, 24.5% would go to a psychiatrist / psychologist, 14% would not go anywhere, 5% would call the helplines. 3.4% of students indicated that they would address relatives, professionals and clergy.

**Keywords:** medical students, psychological assistance, suicide.

## Lietuvos sveikatos mokslų universiteto I-VI kurso lietuvių medicinos studentų psichologinės pagalbos poreikis bei kliūtys, trukdančios gauti psichologinę pagalbą

Margarita Slabadienė<sup>1</sup>, Aidana Lygnugarytė-Grikšienė<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Lietuvos sveikatos mokslų universiteto medicinos fakultetas

<sup>2</sup>Lietuvos sveikatos mokslų universiteto Neuromokslų instituto Palangos klinika

### Santrauka

Psichikos sveikatos sutrikimų dažnis tarp medicinos studentų nuolat didėja ir yra didesnis nei kitų specialybių studentų bei bendros populiacijos. Vyrauja tendencija, kad jie retai ieško pagalbos savo psichikos sveikatos sutrikimų sukeltų problemų sprendimui.

**Tikslas:** Išsiaiškinti Lietuvos sveikatos mokslų universiteto (LSMU) I-VI kurso lietuvių medicinos studentų psichologinės pagalbos poreikį, kliūtis, trukdančias gauti psichologinę pagalbą, bei kokios pagalbos pirmiausiai studentai ieškotų jei kiltų minčių apie savižudybę.

**Tyrimo objektas ir metodai:** 2019 metų balandžio - liepos mėnesiais buvo atlikta anoniminė 322 LSMU I-VI kurso lietuvių medicinos studentų anketinė apklausa. Anketa buvo sudaryta iš tyrėjų kurtų klausimų.

**Rezultatai:** Tyrimo metu 8,1 proc. studentų gavo psichologinę pagalbą. 58,1 proc. apklaustųjų teigė, kad tokios pagalbos negauna, o 6,6 proc. iš jų norėtų gauti kokią nors psichologinę pagalbą. Dažniausiai studentai norėjo pokalbių su psichologu/psichoterapeutu, daugiau psichologinių žinių. Merginos dažniau nei vaikinai norėjo gauti kokią nors psichologinę pagalbą. Didžioji dalis studentų atsakė, kad niekas netrukdo gauti psichologinę pagalbą, bet 14 proc. bijo, jog kas nors sužinos, o beveik 10 proc. apklaustųjų bijo, kad dėl to negalės dirbti ateityje. Jei pradėtų galvoti apie savižudybę, daugiau nei pusė apklaustų studentų žinotų kur pirmiausiai kreiptis pagalbos.

**Išvados:** Psichologinė pagalba yra reikalinga 14,7 proc. lietuvių medicinos studentų. Pagrindinės kliūtys, kurios trukdė gauti psichologinę pagalbą buvo baimė, kad kas nors sužinos, kad dėl to negalės dirbti ateityje, baimė patekti pas netinkamą specialistą, atvirauti su nepažįstamais žmonėmis, likti nesuprastu, kad išduos jų paslaptis, patirti gėdą, brangu, ilgos eilės, nėra laiko, trūksta informacijos kur kreiptis. Jei kiltų minčių apie savižudybę, daugiau nei pusė apklaustųjų žinotų kur pirmiausiai kreiptis pagalbos: 53,1 proc. kreiptųsi į draugus ir artimuosius, 24,5 proc. apklaustųjų kreiptųsi į psichiatrą/psichologą, 14 proc. niekur nesikreiptų, 5 proc. skambintų į pagalbos linijas, 3,4 proc. studentų nurodė, jog kreiptųsi ir į artimuosius, ir į specialistus bei į dvasininkus.

**Raktiniai žodžiai:** medicinos studentai, psichologinė pagalba, savižudybė.

## **Įvadas**

Psichikos sveikatos sutrikimai yra paplitę tarp medicinos studentų [1,2]. Įrodyta, kad psichikos sveikatos sutrikimų dažnis tarp jų nuolat didėja ir jis yra didesnis nei kitų specialybių studentų bei bendros populiacijos [3,4]. 2016 metais Lietuvos sveikatos mokslų universiteto (LSMU) magistrantė Erika Keršytė savo magistriniame darbe pateikė vieną iš išvadų, kad beveik ketvirtadalis LSMU medicinos studentų turi polinkį į savižudybę [5]. Tarp įvairių pasaulio šalių būsimųjų gydytojų egzistuoja tendencija, kad jie retai ieško pagalbos savo psichikos sveikatos sutrikimų sukeltų problemų sprendimui, dažniausiai tik tuomet, kai ištinka krizė [6]. Mokslinėje literatūroje buvo minimos šios visa tai lemiančios priežastys: neigiamas požiūris į profesionalios pagalbos ieškojimą [1], stigma [6-13], konfidencialumo problematika [8,11,13], nežinojimas kur ieškoti pagalbos [2,8], baimė nenorimų gydymo intervencijų bei pašalinio jų poveikio [8,13], kaina [8], neigiama asmeninė patirtis [9], su psichikos sveikata susijusios dokumentacijos vengimas bei baimė [11,13], laiko stoka [11,13], neigiama įtaka karjerai ateityje [12]. Nedidelė dalis medicinos studentų galvoja, kad psichologinės pagalbos ieškojimas yra silpnumo požymis [12]. Nesirūpinimas savo psichikos sveikata gali turėti neigiamos įtakos tolimesniai jų profesinei ateičiai.

## **Tyrimo objektas ir metodai**

2019 metų balandžio - liepos mėnesiais buvo atlikta anoniminė 322 LSMU I-VI kurso lietuvių medicinos studentų anketinė apklausa. Anketa buvo sudaryta iš tyrėjos kurtų klausimų, kuriais buvo siekiama išsiaiškinti demografinius duomenis (lytis, studijų

kursas), atvirų klausimų forma buvo siekta sužinoti aspektus susijusius su pageidaujama psichologine pagalba (Ar Jūs šiuo metu gaunate kokią nors psichologinę pagalbą? Jei taip, kokią? Ar norėtumėte gauti kokios nors psichologinės pagalbos? Jei taip, kokios?), išsiaiškinti kliūtis, trukdančias gauti psichologinę pagalbą (Ar Jums kas nors trukdo/trukdytų gauti psichologinę pagalbą?), sužinoti apklaustųjų žinias apie universitete teikiamas psichologo konsultacijas bei išsiaiškinti, kur studentai pirmiausia kreiptųsi pagalbos, jei kiltų mintys apie savižudybę (Jei pradėtumėte galvoti apie savižudybę, ar žinotumėte kur kreiptis pagalbos? Kur pirmiausiai kreiptumėtės?). Pateiktas anketas buvo prašoma užpildyti ir gražinti tyrėjai. Vardo, pavardės ir kitų asmeninių duomenų įrašyti į anketinę apklausą nebuvo prašoma. Į tyrimo duomenų analizę buvo įtrauktos tik pilnai užpildytos anketos. Tyrimui atlikti leidimą suteikė Lietuvos sveikatos mokslų universiteto (LSMU) Bioetikos centras. Leidimo numeris: BEC- MF-362.

## **Tyrimo tikslas**

Išsiaiškinti Lietuvos sveikatos mokslų universiteto (LSMU) I-VI kurso lietuvių medicinos studentų psichologinės pagalbos poreikį, kliūtis, trukdančias gauti psichologinę pagalbą, bei kokios pagalbos studentai ieškotų, jei kiltų minčių apie savižudybę.

### Tyrimo uždaviniai

1. Išsiaiškinti LSMU medicinos studentų psichologinės pagalbos poreikį bei kliūtis, trukdančias gauti psichologinę pagalbą.
2. Sužinoti kokios pagalbos studentai ieškotų, jei kiltų minčių apie savižudybę.

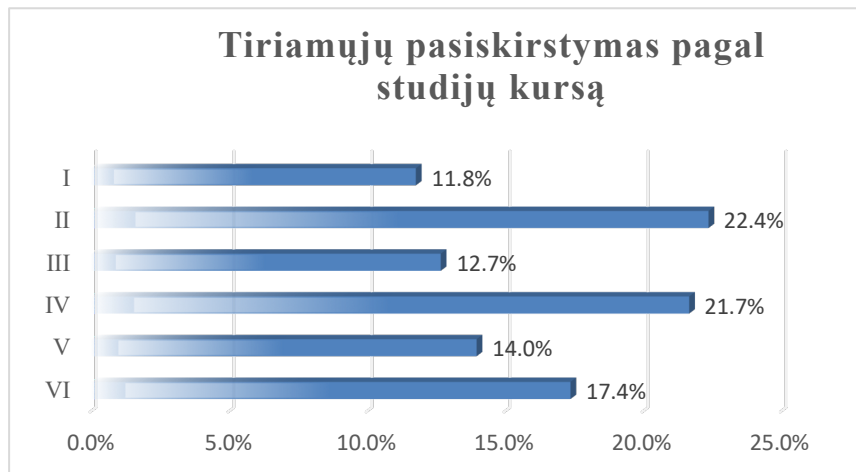
Tyrimo rezultatų analizei buvo naudojamas programinis statistinių duomenų paketas SPSS 23.0. Tyrime pasirinktas statistinio reikšmingumo lygmuo – 0,05. Siekiant patikrinti hipotezes pirmiausia buvo patikrintas skirstinių normalumas. Pagal

Kolmogorovo-Smirnovo kriterijų, visi skirstiniai statistiškai reikšmingai skyrėsi nuo normaliojo. Dėl to, lyginant vidurkius, buvo naudojami Mann Whitney neparametrinis kriterijus dviem nepriklausomoms imtims, Kruskal-Wallis kriterijus kelioms nepriklausomoms imtims palyginti, taip pat Chi kvadrato kriterijus nominaliniams kintamiesiems.

### Rezultatai

#### Tiriamieji

Tyrimo dalyvavo 322 LSMU medicinos I-VI kurso studentai. Iš jų 62 (19,3 proc.) – vaikinai ir 260 (80,7 proc.) – merginų. Tiriamųjų pasiskirstymas pagal studijų kursą pateiktas 1 paveiksle.



1 pav. Tiriamųjų pasiskirstymas pagal studijų kursą.

### Psichologinės pagalbos poreikis bei kliūtys, trukdančios gauti psichologinę pagalbą

Pirmasis darbo uždavinys buvo nustatyti psichologinės pagalbos poreikį bei kliūtis, trukdančios gauti psichologinę pagalbą, tarp LSMU lietuvių medicinos I-VI kurso studentų.

Išsiaiškinta, kad tyrimo metu tik 8,1 proc. studentų gavo psichologinę pagalbą, aišku, ne visiems ji buvo

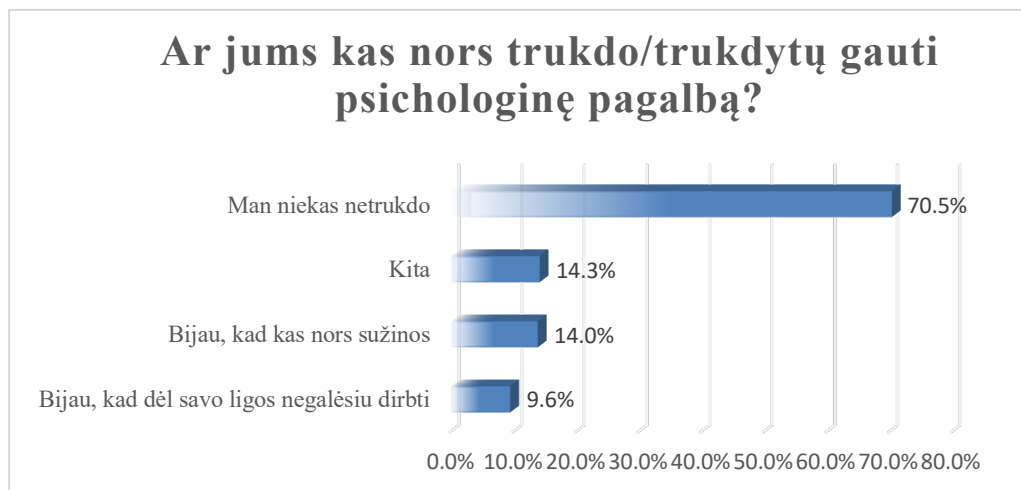
reikalinga (33,9 proc. teigė, kad jiems tokios pagalbos nereikia). Visgi, likę 58,1 proc. apklaustųjų teigė, kad tokios pagalbos negauna, o 6,6 proc. iš jų norėtų gauti kokią nors psichologinę pagalbą. Dažniausiai buvo minimas pokalbis (-ai) (dažnai anoniminis ir/arba nemokamas, konfidencialus) su psichologu ar psichoterapeutu, taip pat norėtusi daugiau psichologinių žinių.

Taip pat, rezultatai rodo, kad statistiškai reikšmingai ( $p < 0,05$ ) merginos dažniau nei vaikinai norėjo gauti kokią nors psichologinę pagalbą (1 lentelė).

**1 lentelė.** Psichologinės pagalbos poreikis vaikinų ir merginų tarpe

<i>Lytis</i>	<i>Ar norėtumėt gauti kokios nors psichologinės pagalbos?</i>		<i><math>\chi^2</math> reikšmė ir patikimumo lygmuo</i>
	<i>Taip</i>	<i>Ne</i>	
<i>Vaikinai</i> <i>n=62</i>	8 (12,9%)	54 (87,1%)	$\chi^2 = 18,644$ $p = 0,0001$
<i>Merginos</i> <i>n=260</i>	110 (42,3%)	150 (57,7%)	

Į klausimą, ar kas nors trukdo/trukdytų kreiptis psichologinės pagalbos, didžioji dalis studentų (70,5 proc.) atsakė, kad niekas netrukdo, bet 14 proc. bijo, jog kas nors sužinos, o beveik 10 proc. apklaustųjų bijo, kad dėl to negalės dirbti (2 pav.).



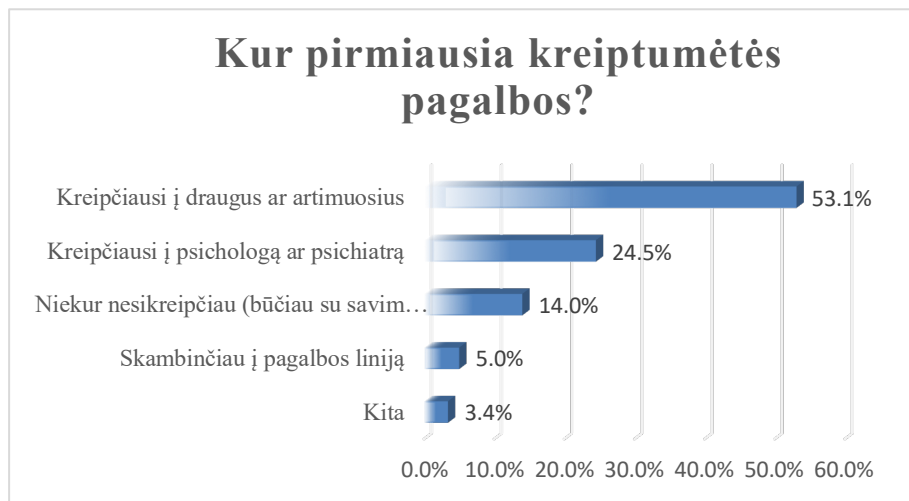
**2 pav.** Atsakymų į klausimą, kas trukdo kreiptis psichologinės pagalbos, pasiskirstymas

Kaip kitą variantą, studentai minėjo baimes patekti pas netinkamą specialistą, atvirauti su nepažįstamais žmonėmis, likti nesuprastu, kad išduos jų paslaptis, patirti gėdą. Taip pat, kad tai yra brangu ir jų finansinės galimybės šiuo metu neleidžia, ilgos eilės, nėra laiko, trūksta informacijos, kur kreiptis. Tik 46 proc. apklaustųjų žinojo, kad LSMU turi psichologę, 3,1 proc. yra tekę į ją kreiptis, 7,1 proc. nesikreipė, nes bijo, kad pasklis universitete kalbos, jog vaikšto pas psichologę.

### Tam tikros pagalbos poreikis esant savižudybės rizikai

Kitas darbo uždavinys buvo sužinoti, kokios pagalbos studentai ieškotų, jei kiltų minčių apie savižudybę.

Visgi, jei pradėtų galvoti apie savižudybę, daugiau nei pusė (68,6 proc.) apklaustųjų studentų žinotų kur kreiptis pagalbos. Pirmiausia daugiausiai studentų kreiptųsi į draugus ir artimuosius (53,1 proc.), o mažiausiai – skambintų į pagalbos liniją (5 proc.) (3 pav.).



**3 pav.** Atsakymų į klausimą, kur pirmiausia kreiptųsi pagalbos, pasiskirstymas

Kalbant apie *kitą variantą*, studentai nurodė, jog kreiptųsi ir į artimuosius ir į specialistus bei į dvasininkus.

Galbūt nedidelis skaičius nurodžiusių, kad skambintų į pagalbos liniją yra ir dėl to, kad 40,7 proc. studentų nepakanka informacijos apie psichologinę pagalbą telefonu teikiančius centrus linijas, tik 6,2 proc. yra ten kreipęsi pagalbos, kai apskritai pagalbos į psichikos pagalbos specialistą dėl savo psichologinės būsenos yra kreipęsi 23,9 proc. apklaustųjų.

Paklausti, kokios pagalbos universitete norėtų patys, jei kiltų minčių apie savižudybę, studentai teigė, kad

visai praverstų pačių studentų ir dėstytojų edukacija (apmokymai) šiais klausimais, taip pat norėtųsi aktyvesnio psichologo vaidmens, galimybės konsultuotis anonimiškai ir nemokamai, daugiau ir labiau prieinamų psichikos sveikatos specialistų universitete („nes dabar eilė pas universiteto psichologę 2-3 mėn.“) ir informacijos apie juos, skubios psichologinės pagalbos, daugiau konfidencialumo, paramos grupių, įvairių terapijų (pvz. „kaniterapijos, šuniukų kambario“), psichologijos kurso, taip pat draugų, bendraamžių

pagalbos, palaikymo iš dėstytojų, laisvų dienų, atostogų suteikimo, be didelių problemų.

### Diskusija

Mūsų žiniomis, tai yra pirmas tyrimas, kuriuo buvo siekta išsiaiškinti LSMU I-VI kurso lietuvių medicinos studentų psichologinės pagalbos poreikį studijų laikotarpiu, kliūtis, trukdančias gauti psichologinę pagalbą bei pirmuosius studentų veiksmus kilus mintims apie savižudybę.

Panašus tyrimas buvo pristatytas studentės Austės Misevičiūtės 2015 metais vykusioje jaunųjų mokslininkų ir tyrėjų konferencijoje. Ji tyrė Kauno kolegijos sveikatos priežiūros I ir III kurso studentų psichologinės pagalbos poreikį egzaminų laikotarpiu ir išsiaiškino, kad šios pagalbos poreikį jaučia daugiau nei pusė tyrime dalyvavusiųjų [14]. Atrodytų, kad sveikatos psichologijos studentai norėtų daugiau psichologinės pagalbos nei LSMU I-VI kurso medicinos studentai, bet vertėtų atsižvelgti į tai, kad Austės Misevičiūtės tyrime buvo nagrinėtas poreikis buvo egzaminų laikotarpiu, o mes tyrėme psichologinės pagalbos poreikį visų studijų laikotarpiu. Pastebėtas ir panašumas su mūsų tyrimu: merginos psichologinės pagalbos poreikį jaučia dažniau nei vaikinai. Greičiausiai taip yra dėl lyties nulemta didesnio merginų jautrumo bei emocionalumo. Daugiau Lietuvoje bei Europoje atliktų tyrimų, kuriuose būtų nagrinėta ši tema, rasti nepavyko, todėl būtų verta vykdyti išsamesnius tyrimus šia tematika.

### Išvados

1. Psichologinė pagalba yra reikalinga 14,7 proc. lietuvių medicinos studentų.

2. Pagrindinės kliūtys, kurios trukdė gauti psichologinę pagalbą buvo baimė, kad kas nors sužinos, baimė, kad dėl to negalės dirbti ateityje, baimė patekti pas netinkamą specialistą, atvirauti su nepažįstamais žmonėmis, likti nesuprastu, kad išduos jų paslaptis, patirti gėdą. Taip pat, kad tai yra brangu ir jų finansinės galimybės šiuo metu neleidžia to, ilgos eilės, nėra laiko, trūksta informacijos, kur kreiptis.
3. Jei kiltų minčių apie savižudybę, daugiau nei pusė (68,6 proc.) apklaustų studentų žinotų kur pirmiausiai kreiptis pagalbos. Daugiausiai studentų kreiptųsi į draugus ir artimuosius (53,1 proc.), 24,5 proc. apklaustųjų kreiptųsi į psichiatrą/psichologą, 14 proc. niekur nesikreiptų, 5 proc. skambintų į pagalbos linijas, 3,4 proc. studentų nurodė, jog kreiptųsi ir į artimuosius, ir į specialistus bei į dvasininkus.

4.

### Literatūra

1. Liaqat H, Saleem A, Yousaf I, Shahid A. Psychiatric morbidity and attitude towards seeking professional help in medical students. PAFMJ 2018;68:321-25.
2. Awad F, Awad M, Mattick K, Dieppe P. Mental health in medical students: time to act. Clin Teach 2019;16:312-316.
3. Zeng W, Chen R, Wang X, Zhang Q, Deng W. Prevalence of mental health problems among medical students in China: A meta-analysis. Medicine (Baltimore) 2019;98(18):e15337.
4. Bitonte RA, DeSanto DJ 2nd. Mandatory physical exercise for the prevention of mental

- illness in medical students. *Ment Illn* 2014;6(2):5549.
5. Keršytė, E. Polinkio į savižudybę paplitimas tarp LSMU medicinos studentų ir sąsajos su alkoholio vartojimu. 2016.
  6. Tong G. World Mental Health Day 2018, but how aware are medical students?. *Adv Med Educ Pract* 2019;10:217–219.
  7. Suwalska J, Suwalska A, Szczygieł M, Łojko D. Medical students and stigma of depression. Part 2. Self-stigma. *Psychiatr Pol* 2017;51(3):503–513.
  8. Menon V, Sarkar S, Kumar S. Barriers to healthcare seeking among medical students: a cross sectional study from South India. *Postgraduate Medical Journal* 2015;91:477-482.
  9. Dyrbye LN, Eacker A, Durning SJ, et al. The impact of stigma and personal experiences on the help-seeking behaviors of medical students with burnout. *Acad Med* 2015;90:961–969.
  10. Simpson V, Halpin L, Chalmers K, Joynes V. Exploring well-being: medical students and staff. *Clin Teach* 2019;16(4):356–361.
  11. Nissen N, Feller E. Suicide and Physicians - Why don't doctors in distress seek help? *Rhode Island medical journal* 2019;102:5, 8-10.
  12. Winter P, Rix A, Grant A. Medical student beliefs about disclosure of mental health issues: a qualitative study. *J Vet Med Educ* 2017;44(1):147–156.
  13. Knipe D, Maughan C, Gilbert J, Dymock D, Moran P, Gunnell D. Mental health in medical, dentistry and veterinary students: Cross-sectional online survey. *BJPsych Open* 2018;4(6):441-446.
  14. Misevičiūtė A. Studentų psichologinės pagalbos poreikio įvertinimas egzaminų laikotarpiu. Jaunųjų mokslininkų ir tyrėjų konferencija. Kaunas, 2015.