

INOVATYVIŲ KOMUNIKACIJOS PRIEMONIŲ TAIKymo GALIMYBĖS PSICHIKOS SUTRIKIMŲ PREVENCIJAI VISUOMENĖJE

JANINA UTKUVIENĖ

Respublikinė Vilniaus psichiatrijos ligoninė, Vilniaus universiteto
Komunikacijos fakultetas

Raktažodžiai: *inovatyvi komunikacija, visuomenės psichikos sveikata, prevencija.*

Santrauka

Lietuvoje kuriamos ir įgyvendinamos įvairios prevencijos programos, kurioms skiriama daug lėšų, tačiau psichikos sutrikimų šalyje nemažėja, o ligotumo ir sergamumo rodiklis išlieka stabiliai didelis. Nuolatinis technologijų tobulėjimas visuomenėje tampa daugelio pasikeitimų priežastimi. Modernios informacijos ir komunikacijos technologijos įgalina įvairių ir didelių informacijos srautų cirkuliavimą, suteikdamos galimybę ją pritaikyti konkrečiose srityse. Sugebėjimas atrinkti tinkamą informaciją ir pritaikyti inovatyvius komunikacijos metodus tampa vis svarbesniu uždaviniu, atliekant prevencinį darbą ir įgyvendinant psichikos sveikatos strategiją šalies mastu. Darbo tikslas buvo apžvelgti inovatyvių komunikacijos priemonių taikymo galimybes psichikos sutrikimų prevencijai visuomenėje ir paanalizuoti šalyje įgyvendintus projektus. Atliktos analizės rezultatai gali būti naudingi identifikuojant ir papildant mokslinės informacijos spragas.

ĮVADAS

Visuomenės psichikos sveikata yra neatsiejamas integruotas visuomenės sveikatos, kaip žymiai platesnės mokslo ir praktikos srities, komponentas. Europos Sąjungoje (ES), planuojant visuomenės sveikatos plėtrą, itin daug dėmesio skiriama visuomenės psichikos sveikatai: rengiami ir ES lėšomis įgyvendinami psichikos sveikatos stiprinimo ir psichikos sutrikimų prevencijos projektai. Lietuvoje ir kitose Rytų Europos valstybėse šis visuomenės psichikos sveikatos integravimo į visuomenės sveikatos infrastruktūrą procesas vyksta sudėtingiau [17]. Pagal Lietuvos Respublikos psichikos sveikatos priežiūros įstatymą psichikos sveikata – tai natūrali

žmogaus asmenybės būseną, kuri turi būti saugoma arba grąžinama sutrikimų bei ligų atvejais [10]. Pagal Pasaulio sveikatos organizacijos apibrėžimą psichikos sveikata – tai geros savijautos pojūtis, emocinė ir dvasinė būseną, kuri leidžia žmogui džiaugtis gyvenimo pilnatve [15]. Tad psichikos sveikata yra apibrėžiama daug plačiau nei psichikos ligos ar sutrikimo nebuvimas. Tai žymiai platesnė sąvoka, apimanti individo gebėjimus užmegzti ir palaikyti asmeninius santykius, tvarkytis su sunkumais (atsparumas), gebėjimas išreikšti save tokiais būdais, kurie teikia malonumą pačiam individui ir aplinkiniams, gebėjimas pačiam daryti sprendimus ir už juos atsakyti.

Visame pasaulyje net iki 20% vaikų ir paauglių kenčia dėl psichikos sutrikimų, galinčių sukelti negalią [15]. 2004 m. Lietuvoje atliktas vaikų psichikos sveikatos tyrimas parodė, kad 42 % vaikų turi psichikos sveikatos problemų. Net 70% vaikų patyrė patyčias, kai Švedijoje ar Suomijoje – tik iki 2%. Daugėja asmenų, priklausomų nuo psichotropinių medžiagų. Tačiau mūsų šalyje tik 1% vaikų ir paauglių dėl psichikos ir elgesio sutrikimų apsilanko pas specialistus (Valstybinio psichikos sveikatos centro duomenys, 2007). Tai reiškia, kad Lietuvoje kol kas laiku nesikreipiama pagalbos, neatpažįstami rimti psichikos ir elgesio sutrikimai, kurie vėliau, sulaukus pilnametystės, gali sukelti rimtų ir negrįžtamų psichikos sveikatos sutrikimų ir elgesio problemų.

Analizuojant psichikos sveikatos komunikacijos tyrimus, pastebėta didelė netiesioginio žiniasklaidos bei viešųjų komunikacijos kampanijų poveikio reikšmė. Įsigilinus į įvairių pasaulio šalių psichikos sutrikimų prevencijos komunikacijos ypatybes, nustatyti reikšmingi jos organizavimo ir įgyvendinimo principai. Analizuojant ir apibendrinant surinktą literatūrą, pastebėta, kad psichikos sutrikimų prevencijos komunikacija įvairiose šalyse įgyvendinama skirtingai ir tai labiausiai siejasi su skirtingomis kultūrinėmis dimensijomis. Prieita išvados, kad Lietuvoje psichikos su-

trikimų komunikacija vykdoma siauresniu lygmeniu.

Yra susiklosčiusi tradicija, kokia forma paskleisti informaciją, kaip perduoti žinias kuo tiksliau – tai pasakaitos, seminarai, mokymai ir kt., tačiau kaip ir kokiomis priemonėmis tą informaciją perteikti, kad ji būtų labiausiai priimtina, ypač dirbant prevencijos darbą su jaunais žmonėmis, reikia ieškoti modernių ir labiausiai tinkančių kanalų, juos kurti, modeliuoti, rekonstruoti. Inovacija – pritaikyta, įgyvendinta kūrybiška idėja [11]. Inovatyvumas – apibrėžiamas kaip veiksmas ar procesas, susijęs su naujovių kūrimu ir įdiegimu. Inovatyvių komunikacijos metodų kūrimas ir taikymas psichikos sveikatos prevencijoje turėtų remtis specialisto ir technologijų sąveikos principais. Tai būtina todėl, kad vykdamam tam tikrą veiklą technologijos praplečia ir papildo specialisto galimybes. Kai reikia panaudoti konkrečias žinias – žmogiškieji išteklių nepakeičiami, tačiau, kai reikia jas pritaikyti, technologijos atlieka labai didelį vaidmenį. Reikalingas glaudus tarpdisciplininis ryšys. Šiuo metu akivaizdus tarpdisciplininis uždavimas, sąlygojantis prevencinių programų ir metodų neefektyvumą. Užtuot vien kovojus su rizikos veiksniais, galima pasiekti efektyvių rezultatų investuojant į apsauginių veiksmų ir atsparumo skatinimą, pasitelkiant inovatyvias komunikacijos formas bei modernias technologijas.

Šiuolaikiniame mokslo kontekste psichikos sveikata tampa centriniu visuomenės sveikatos ir socialinės sferos elementu. Norint patraukti visuomenės dėmesį, reikia surasti efektyvius ir įtaigius prevencinio darbo metodus, pasinaudoti inovatyvia komunikacija, kurią išanalizavus ir pritaikius būtų griaunami nusistovėję (dažnai ir neefektyvūs) prevencinio darbo metodai, atbaidantys tiek jaunos, tiek vyresnio amžiaus žmones ieškoti pagalbos, kreiptis į specialistus.

Medijų analitikai jau nustatė naujųjų komunikacijos priemonių poveikį individualiai ir grupei savęs identifikacijai, savimonės raiškai. Specialistų požiūriu vis didėjantis informacijos prieinamumas pagausins bendrą žinių bagažą ir praplės socialinius ryšius, tuo pakeisdamas socialines struktūras. Dėl to individai, vis dažniau informacijos gaudami savarankiškai, taps nepriklausomi nuo specialistų ir tarpasmeninių ryšių, technologija taps kur kas reikšmingesnė, todėl būtina ją veiksmingai pritaikyti.

Kita prognozė numato, kad dominuojanti medijų kultūra ims griauti barjerą tarp šeimos ir visuomenės, kurį kaip apsaugą šeima sudaro savo vaikams, vis mažiau bus paisoma šeimos tradicijų ir reikės daug pastangų išlaikyti grupiniam identitetui bei atsispirti dvasinei niveliacijai. Vaikams teks anksčiau ir vis dažniau

susidurti su jų amžiaus neatitinkančia informacija, popkultūros įvaizdžiais, kuriuos bruka globali medija, ignoruojanti dvasinį ir socialinį kontekstą. Šie vykstantys pokyčiai jau nepriklauso nuo medijos turinio, nes juos skatina pati technologijos plėtra.

Informacinės technologijos labai padidino informacijos poveikį ir galimybes, todėl būtina ne tik jomis naudotis, bet ir mokyti kritiškai vertinti informacijos turinį bei platinimo formas, plačiau ir išradingiau naudotis jomis šviečiant specialistus ir visuomenę. Komunikacijos plėtra ir masinės informacijos įvairovė bei skvarba vis labiau keičia asmens ir visuomenės gyvenimą, ypač vaikų ir jaunimo. Opus klausimas yra informacijos poveikis vaikams, kurie nei fiziškai, nei intelektualiai negali jai pasipriešinti aplinkoje, kuri nuo jų nepriklauso. Nevykusių pasirinkimų poveikis dažnai trunka ilgiau negu mums atrodo: šlubuoja socialiniai įgūdžiai, sugėbėjimas mokytis, fizinė ir psichikos sveikata.

Mažai kas ginčija technologijų plėtros vaidmenį. Tačiau pagrindiniai tyrinėjimai nukreipti į praktinį pritaikomumą – išsiaiškinti galimus pavojus ir naudą, kurią teikia naujųjų medijų plėtra, kaip jas optimaliai panaudoti, įgyvendinant sutrikimų prevenciją, ypač norint vaikų ir paauglių asmenybės raidą paveikti teigiama kryptimi.

Darbo tikslas: apžvelgti inovatyvių komunikacijos priemonių taikymo galimybes psichikos sutrikimų prevencijai visuomenėje ir paanalizuoti šalyje įgyvendintus projektus.

TYRIMO OBJEKTAS IR METODAS

Straipsnyje pateikiama mokslinės literatūros ir inovatyvių komunikacijos projektų apžvalga.

Informacijos apie inovatyvių komunikacijos priemonių taikymą ne tik mūsų šalies, bet ir užsienio psichiatrijoje yra labai mažai. Mokslinių straipsnių buvo ieškoma duomenų bazėse (DB): MEDLINE/PubMed, EBSCO Publishing, Annual Reviews, Cochrane library, OVID. Domėtasi Skandinavijos šalių (Suomijos, Švedijos ir Norvegijos) patirtimi. Su Suomijos taikomųjų mokslų Humanistikos universiteto (HUMAK) ir jai pavaldžia organizacija *PREVETIIMI* (prevencinis su svajiosiomis medžiagomis dirbančių ekspertų tinklas) užmegzti glaudūs ryšiai, domėtasi prevencinio darbo metodais, naujovėmis. Suomų specialistai pripažįsta, kad psichikos sveikatos stiprinimo bei prevencijos srityje veiklos apstu visiems – psichikos sveikatos ir kitų sričių specialistams, šeimoms, bendruomenėms, net ir pačiai plačiajai visuomenei. Gal dar kiek sunku suvokti, kaip šis gyvybiškai svarbus, daugialypis psichikos sveikatos

stiprinimo bei prevencijos mechanizmas turi veikti, tačiau jo svarba, gyvybiškas būtinumas abejonių nekelia.

REZULTAI IR JŲ APTARIMAS

Išanalizavus surinktą medžiagą, išryškėja, kad iki šiol nėra analizuoti ir empiriškai atskleisti inovatyvūs psichikos sutrikimų prevencijos komunikacijos metodai ir veiklos modeliai, trūksta jos veiklos teorinio pagrindimo.

Interneto, kaip inovatyvios komunikacijos priemonės, panaudojimas psichikos sutrikimų prevencijoje. Informacijos ir komunikacijos bumas verčia naudotis jomis ne tik ryšiams palaikyti, žinioms gauti ar pramogoms, bet ir sveikatos skatinimui bei prevencijai. Kaip teigia McLuhanas [14], numatydamas komunikacijos galimybes bei poveikį tiek asmeniui, tiek kultūrai, kadaise savo vaidmenį suvaidino gestų ir žodžių kalbos susiformavimas, tačiau pastarųjų dešimtmečių technologijų šuolis nepalyginamas. Iki šiol neišsiaiškinta, kaip tas poveikis pasireiškia ir kaip medicina turėtų jį tirti, reaguoti ir pasinaudoti. Interneto pasaulio statistikos duomenimis [9], 29 % pasaulio gyventojų galėjo naudotis internetu, o Europoje ir Šiaurės Amerikoje dar daugiau (58% ir 77 % atitinkamai). Interneto plėtra paskatino kurtis novatoriškas psichikos sveikatos paslaugas. Mokslininkai, dirbantys sveikatos skatinimo srityje, greitai pasinaudojo augančiu interneto naudojimu ir per pastarąjį dešimtmetį vyksta vis daugiau intervencijų internetu, siekiant skatinti sveiką gyvenseną [18]. Pavyzdžiui, „Happy Ending“ yra 54 savaičių intervencija internete, kurios tikslas skatinti rūkymo abstinenciją. Tai ne tik pagalbos linija, bet ir interaktyvi balso (IVR) ir trumpųjų pranešimų paslauga (SMS) bei atkryčio prevencijos sistema. Visos šios programos dalys yra visiškai automatizuotos [3]. Šių paslaugų privalumas tas, kad jos pasiekia pačias atokiausias vietas, kaimo regionus, kur nėra specialistų. Be to, ne kiekvienas, o ypač jaunas žmogus, išdrįsta kreiptis pagalbos į psichikos sveikatos specialistą, tačiau kiekvienas norintis gali gauti tinkamą ir būtiną psichoterapijos pagalbą internetu. Studentai paprastai nesinaudoja tradiciniais sveikatos priežiūros siūlomais metodais, ir apskritai, jie nėra imlūs pagalbos programoms. Todėl internetas galėtų būti studentams ir sveikatos skatinimo, informacijos, ir intervencijos medžiagos šaltiniu, ir informacijos cirkuliacijos įrankiu, atitinkančiu jų interesus, o medijų spektras (tekstas, balsas arba vaizdas) atitiktų individualų mokymosi stilių [2]. Interaktyvi komunikacija padeda registruoti intervencines veiklos charakteristikas, matuoti saugumą, kruopštumą, pagrįstumą, patogumą

naudoti ir poveikio laiką, taip pat vartotojų lūkesčių atitikimą ir vartojimo būdus. Šie duomenys įgalina vertinti naudojimosi programa trukmę ir paaiškinti programos poveikį [5].

Surinktos gausios literatūros apžvalga atskleidė, kad inovatyvi intervencija turėtų ypač padėti rūkantiesiems: nustatyti rūkymo priežastis, suvokti metimo rūkyti tiesioginę naudą, kelti realistiškus tikslus, turėti aplinkinių paramą, įsisavinti būdus, padėsiančius apsi-eiti be rūkymo.

Australijos Valstybinio universiteto (*The Australian National University*) mokslininkai sukūrė *MoodGym* programą (prieiga per internetą: <http://www.moodgym.anu.edu.au>), kurią įgyvendinę atliko jos efektyvumo tyrimą ir pastebėjo, kad *MoodGym* taikymas efektyviai sumažino depresijos simptomų. *MoodGYM* susideda iš penkių modulių, interaktyvių žaidimų, nerimo ir depresijos vertinimų, grįžtamojo ryšio vertinimo, t.y. kiekvienas asmuo po įvykdyto tam tikro modulio gauna patarimus kaip elgtis, pasiūlymus kaip ir ką keisti savyje. *MoodGYM* rodo minčių ir emocijų santykį. *MoodGYM* mažina depresiją, gerina savivagarbą ir skatina pozityvesnį požiūrį į aplinką, ypač paaugliams. Ši inovatyvi programa skirta naudoti žmonėms, kurie norėtų išvengti psichikos sveikatos problemų, arba tvarkyti problemas, kurios kelia nerimą [7]. Specialistai pabrėžia, kad ši programa nėra skirta naudoti žmonėms su klinikinio lygio depresija arba nerimu. *MoodGYM* laisvai prieinama, interaktyvi interneto programa, skirta depresijos simptomų sumažinimui ir prevencijai. Tikimasi, kad *MoodGYM* programos dėka žmogus pats sau padės spręsti iškilusias psichologines problemas, supras, kaip teisingai bendrauti su aplinkiniais.

Internetas suteikia plačias galimybes ir savižudybių prevencijai, ypač tarp jaunų žmonių. Pažeidžiamiems ir rizikos grupės asmenims yra kuriami tinklalapiai, kurie dažnai tampa pirmąja pagalba, nes juose daug naudingos informacijos krizės ištiktam žmogui. Internetas taip pat suteikia ir interaktyvių paslaugų: diskusijų grupės, skelbimų lentos, adresų sąrašai, laisvų idėjų mainų tarp vartotojų [20].

Alkoholio ir narkotikų vartojimas yra dvi neatidėliotinos psichikos sveikatos problemos visuomenėje, su jomis vis dažniau susiduria jaunimas. Nepilnamečių girtavimas yra didelė problema: sveikatos, socialinė, emocinė, fizinė ir teisinė [19]. JAV sukurta novatoriška alkoholio ir narkotikų prevencijos programa „*Xperience*“, skirta 14-20 metų amžiaus jaunimui. Šia programa siekiama sustiprinti apsauginius ir sumažinti alkoholio ir kitų psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo rizikos

veiksnius [4]. Kiekviena jos dalis sukurta, įgyvendinta ir modifikuota per trejų metų laikotarpį. Šia programa siekiama aplinkos poveikio bei didesnio teigiamo pokyčio bendruomenėse, kuriamas vadinamasis dalyvaujamosios intervencijos modelis. „*Xperience*“ programa unikali, nes įtraukia jaunimą į visus gamybos aspektus, panaudodama socialinę rinkodarą bei prekės ženklo strategiją. Ši moderni daugiapakopė intervencija, įtvirtinta jaunimo kultūroje, paremta bendradarbiavimu ir dalyvavimu, gali padėti jaunimui tapti pokyčių katalizatoriais savo bendruomenėse [4].

Vašingtono universiteto visuomenės sveikatos mokyklos prevencijos ir visuomenės katedros specialistai rekomenduoja šiuolaikinės medijos priemones naudoti siekiant keisti visuomenės elgesį, ypač žalingų įpročių srityje [1]. Literatūroje daug rašoma apie sveikatos komunikacijų naudą sveikatos stiprinimui, bet jų rentabilumas menkai tirtas, todėl neaišku, ar tos išlaidos duoda daugiau naudos nei alternatyvios intervencijos. Pažymima, kad nėra nustatyta unifikuoatų rentabilumo tyrimo standartų, dėl to nėra skaidrumo, galimybės lyginti ir apibendrinti. Pabrėžiama, kad apskritai komunikacijos programos atrodo pranašesnės, tačiau reikia išsamesnio tyrimo ir griežtesnės rentabilumo analizės [8]. Šiaurės Karolinos universiteto specialistai rekomenduoja gana paprastais metodais atlikti tarpinius tyrimus, tokius kaip programos pasiekimo ir aprėpimo tyrimus, o tai savo ruožtu gali būti siejama su programos kaštais, vertinant programos efektyvumą. Specialistai pažymi, kad vertinant tolesnius uždavinius, pvz., kaip pasiekti elgesio pasikeitimą, reikia daugiau duomenų ir sudėtingesnių metodų [6].

Inovatyvių komunikacijos projektų diegimas įgyvendinant psichikos sutrikimų prevenciją šalyje. Specialistai kuria prevencines programas, suburiančias vaikus ir paauglius į grupes, kuriose jie jaučiasi saugiai, jaučiasi priimti į bendrą veiklą, padedančią atskleisti savąjį „Aš“, skatinančią juos kurti ir spręsti iškilančias problemas, mokosi taikyti pozityvius tų problemų sprendimo būdus realioje gyvenimo situacijose, mokosi komandinio darbo įgūdžių, aktyvios socialinės pozicijos visuomeniniame gyvenime, socialinės komunikacijos kompetencijos.

Valstybinio psichikos sveikatos centro (VPSC) specialistai, ieškodami naujų prevencinio darbo su jaunimu formų, pabandė sudominti ir į aktyvią veiklą įtraukti patį jaunimą. Analizuodami, diskutuodami, kurdami jie stiprina savo gebėjimą ir pasirengimą atsispirti psichoaktyviųjų medžiagų vartojimui ir tampa sektinu pavyzdžiu savo bendraamžiams. 2008 m. šalyje įgy-

vendintas žalingų įpročių tarp jaunimo prevencijai bei blaivybės idėjų sklaidai skirtas inovatyvus prevencinis projektas „Būk blaivus!“. Projekto uždaviniai:

- įtraukti jaunus žmones į aktyvią prevencinę veiklą – socialinės reklamos kūrimą;
- parengti profesionalią prevencinę medžiagą, kurią vėliau galima plačiai naudoti per TV, internetinėse svetainėse, kitose žiniasklaidos priemonėse, jaunimo renginiuose, paskaitų, seminarų metu vykdant psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevenciją;
- mažinti tikslinės grupės (7–19 m. amžiaus moksleivių) pasipriešinimą socialinių reklamų sklaidžiamoms idėjoms;
- suteikti kūrybinių dirbtuvių dalyviams (moksleiviams bei žiniasklaidos atstovams) teisingą informaciją apie psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo problematiką;
- atkreipti jaunimo dėmesį į psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo žalą;
- pasitelkiant kūrybą, įtraukti jaunus žmones į diskusijas apie žalingus įpročius;
- keisti jaunimo bendravimo formas;
- skatinti pažinti, analizuoti ir blaiviai spręsti iškilančias bendravimo problemas;
- ugdyti jaunų žmonių gyvenimo įgūdžius, pozityvias nuostatas blaivaus gyvenimo atžvilgiu.

Darbas vyko trimis etapais ir truko daugiau kaip pusę metų. I etapas – videoklipo „Būk blaivus“ konkursas švietimo ir ugdymo įstaigų moksleiviams. Klipo kūrimui buvo skirtas vienas mėnuo, informacija išplatinta ne tik tikslinei grupei, bet ir žiniasklaidos priemonių atstovams, vyko aktyvios konsultacijos. Gautus kūrinius vertino profesionali komisija – televizijos atstovai, kino kritikai bei žinovai, psichikos sveikatos specialistai. Atrinkti 6 nugalėtojų kolektyvai (po 3 kiekvienoje amžiaus grupėje). LR Seime vyko nugalėtojų apdovanojimas bei Blaivybės metams skirtas forumas. Dalyvavo ne tik konkurso dalyviai, jų vadovai, bet ir politikai, psichikos sveikatos, švietimo bei policijos atstovai. Šio forumo dalyvių išsakytos mintys paskatino pratęsti projektą. Organizuotas II etapas – kūrybinės dirbtuvės. Birželio mėnesį vyko kūrybinės dirbtuvės su konkurso „Būk blaivus“ nugalėtojais: realizuotų idėjų aptarimas, naujų idėjų paieška, diskusijos, bendros idėjos perkėlimas į socialinio klipo scenarijų. Liepos mėnesį vyko scenarijaus realizavimas, filmavimo bei montavimo darbai, klipo peržiūra. III etapas – komunikacija su plačiąja auditorija: spaudos pranešimai MTV televizijos, BNS, LR SAM, VPSC, Lietuvos vaikų ir jaunimo centro, Vilniaus m. Vyriausiojo policijos komisariato interneto

svetainėse; interneto *banner'iai* MTV interneto svetainėje. Kas antrą savaitę MTV laidoje „Supermercado“ rodyti 60 s reportažai, kaip vyksta procesas kūrybinėse dirbtuvėse; iš viso 4 skirtingi reportažai, jie parodyti 20 kartų (4 premjeros, 16 pakartojimų) MTV eteryje. Rugpjūčio mėnesį buvo platinami spaudos pranešimai bei pradėtas rodyti socialinis klipas per MTV. Šio projekto inovatyvumą patvirtina dar ir tai, kad teikiant Psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos projektų finansavimo 2008 m. konkurso paraišką LR Švietimo ir mokslo ministerijai, iškilo daug kliūčių. Paaiškėjo, kad visose 3 konkurso projektų grupėse išlaidos gali būti skirtos lektoriams ir specialistams už darbą apmokėti, mažavertėms priemonėms įsigyti, transporto, ryšių, apgyvendinimo išlaidoms ir pan. padengti. Teko įrodinėti, kad gautos lėšos bus naudojamos tiesioginiam darbui su moksleiviais, buvo padaryta išimtis ir projektas iš dalies finansuotas. Paraiškos finansavimo apraše nenumatyta, kad gali būti finansuojamos ir kitokios prevencinės veiklos, o tai dar kartą parodo, kad prevencinėje veikloje, jos organizavime trūksta novatoriškumo.

Valstybinis psichikos sveikatos centras panašius projektus inicijavo ir ankstesniais metais: 2007 m. šalies moksleivių audiovizualinio kūrinio konkursą „Žodis žeidžia, žodis gydo“, skirtą priekabiavimo ir patyčių prevencijai. Konkursui buvo pateikti 26 kūriniai iš įvairių šalies mokytojų ir ugdytojų (Klaipėdos, Kauno, Šiaulių, Akmenės, Panevėžio, Vilniaus ir kt. miestų bei rajonų). Kūrinius vertino profesionalūs kino specialistai, socialinės, sveikatos apsaugos, tarptautinės organizacijos (UNDP), visuomeninių organizacijų atstovai. Kūrinius specialistai naudoja vykdamy į mokyklas, skaitydami paskaitas socialinės, sveikatos, teisėsaugos sričių atstovams, vykdamy smurto ir patyčių prevencijos darbą.

Dabartinėje vartotojiškoje visuomenėje prarandamos tikrosios vertybės, nutrūksta emocinis ryšys tarp artimųjų. Specialistai, bandydami atgaivinti amžinąsias vertybes, rengia įvairias akcijas, stengdamiesi pritraukti kuo daugiau bendruomenių, šeimų ir ypač jaunimo. 2006 m. pradėtas tęstinis projektas bendrumo akcija „Kalėdinis sveikinimas vienišam žmogui“. Pirmaisiais metais sukurtas vaizdo klipas, kuris buvo transliuojamas per TV3, Tango TV, didžiųjų miestų lauko vaizdo ekranuose. Buvo išleisti bei iškabinti akcijos plakatai transporto laukimo paviljonuose ir vitrinose. Supratę projekto aktualumą bei jo svarbą, prie akcijos prisijungė žiniasklaida, verslo atstovai. 2007 m. Sveikatos apsaugos ministerija paskatino bendradarbiauti ir toliau vykdyti 2006 m. pradėtą bendrumo akciją, ypa-

tingą dėmesį skiriant žmonėms, kurie šv. Kalėdas sutiks gydymo įstaigose. Projekte dalyvavo 150 kolektyvų, šeimų bei pavienių asmenų. Į akciją įsitraukė 55 ligoninės ir reabilitacijos įstaigos, pareiškusios norą, kad jų pacientus pasiektų sveikinimo atvirukai. Vykusi akcija susilaukė žiniasklaidos dėmesio, apie ją rašė šalies spauda. 2008 m. vykusioji akcija buvo pati intensyviausia ne tik dalyvių skaičiumi, bet ir nuveiktais darbais. Sulaukta didelio susidomėjimo ir pritarimo, akivaizdu, kad atviras kreipimasis į visuomenę, padedant Lietuvos televizijai ir UAB „Actual city Media“ (ACM) – lauko vaizdo ekranų tinklui, yra vienas geriausių komunikacijos būdų pristatyti problemišką vienišų, todėl labai pažeidžiamų žmonių padėtį visuomenėje ir sulaukti visuomenės pagalbos. 2009 m. į akciją aktyviai įsijungė per 200 mokyklų, ikimokyklinio ugdymo įstaigų, bendruomenių, šeimų ir pavienių asmenų. Žmonių atjauta ir dėmesingumas kitiems pranoko organizatorių lūkesčius: akcijos dalyviai vienišus ir ligotus žmones pasveikino ne tik pačių sukurtais atvirukais, bet ir dovanavo dovanėles, saldumynus, o ligoninėse, slaugos ir reabilitacijos įstaigose besigydomiems pacientams koncertavo, vaidino, numatė apsilankyti ir kitų švenčių progą.

2005 m. buvo organizuotas fotografijų konkursas „Dėl to ir verta gyventi“, o 2006 m. piešinių konkursas „Paduok man ranką“ skirti savižudybių prevencijai. Šiais projektais siekta atkreipti dėmesį į vaikų ir jaunimo vienišumo, socialinio izoliuotumo, patiriamo streso bei savižudybių problemą. Buvo išplatinta informacija ir kreipimasis pedagogams ir vadovams. Keltos užduotys:

- ugdyti dorines nuostatas, atsakomybę už save ir savo artimuosius;
- skatinti ir mokyti užjausti bei ginti ne tik žmogų, bet ir kiekvieną gyvą padarėlį – gyvūną, augalą;
- skatinti vaikų pasitikėjimą, tarpusavio supratimą bei bendravimą;
- mokyti suvokti ir atpažinti ne tik savo, bet ir kitų vidinius išgyvenimus;
- skatinti adekvačiai vertinti savo bei savo draugų elgesį;
- formuoti teigiamas gyvenimo nuostatas;
- skatinti būti aktyviais ir teisingai socialiai orientuotais piliečiais.

Moksleivių darbai buvo eksponuoti parodose, išleistas sieninis kalendorius, iliustruotas vaikų fotografijomis, darbai naudojami leidžiamų leidinių viršeliams.

Jauni žmonės noriai dalyvauja šioje veikloje, jiems moderni komunikacija, kaip prevencinio darbo forma, paliekanti laisvės kūrybai, pasireiškimui ir diskusijoms

yra labai priimtina. Prevencinis darbas psichikos sveikatos srityje yra labai mažai finansuojamas, todėl reikalauja labai daug ne tik kūrybinių, bet ir organizacinių pastangų. Tenka ieškoti rėmėjų, pagrįsti projekto idėjas, koordinuoti projekto dalyvių veiksmus, įveikti nemažą pasipriešinimą, tačiau pasiekti rezultatai įkvepia ieškoti naujų idėjų.

Kaip ypač sėkmingą prevencinį projektą, kurio pagrindas – komunikacija, galima įvardinti Respublikinėje Vilniaus psichiatrijos ligoninėje įgyvendintą unikalų metaglosoterapijos (MGT) projektą. Metaglosoterapija – paciento gydymas mokant naujos, anksčiau nemokėtos kalbos, taip formuojant naują asmenybę. Užmegzti kontaktai ir gauta išskirtinė teisė šį metodą taikyti Lietuvoje. Jo kūrėjas lietuvių kilmės amerikiečių mokslininkas psicholingvistas Anatole C. Matulis mielai sutiko bendradarbiauti. Jis pastebėjo, kad kelias kalbas mokantis pacientas geba taisyklingai, sklandžiai ir be klaidų versti sakinius į užsienio kalbas, tuo tarpu kalbėdamas gimtąja kalba nesugeba išlaikyti sintaksės struktūros ir kalbos nuoseklumo [13].

Šizofrenija sergantiems ligoniams vaistai gana sėkmingai padeda kontroliuoti klaidėjimą ir haliucinacijas, tačiau neveikia valios, emocijų, atminties susilpnėjimo. Ilgai šia liga sergantys žmonės yra apatiški, užsisklendę, atsiriboję nuo realybės. Jie neturi motyvacijos ką nors veikti, jų interesai labai siauri, prasta atmintis ir dėmesio koncentracija. Atkurti emocinį santykį su realybe tokiems ligoniams yra sudėtinga, tačiau aktyvios ir metodiškos komunikacijos pagalba tai įmanoma [12].

IŠVADOS

1. Apibendrinant galima teigti, kad psichikos sveikatos sutrikimų prevencijos, remiantis inovatyviomis komunikacijos priemonėmis, proceso analizė ir tyrimas padės identifikuoti ir papildyti mokslinės informacijos spragas.

2. Mokslinės literatūros analizė leido nustatyti trūkumą mokslinių darbų, skirtų inovatyvių psichikos sveikatos sutrikimų komunikacijos veiksnių, numatytų prevencijai, visumai nustatyti ir apibrėžti.

3. Remiantis atliktu tyrimu galima konstatuoti, kad mokslinėje literatūroje aprašyti inovatyvūs komunikacijos metodai ir jų taikymo galimybės psichikos sutrikimų prevencijai visuomenėje yra tinkami ir atitinka prevencinio darbo koncepciją.

4. Inovatyvios komunikacijos priemonės prevenciniame darbe turi galimybių perimti įprastų prevencinių veiklų funkcijas arba į jas integruotis.

Literatūra

1. Abroms L. C., Maibach E. W. The effectiveness of mass communication to change public behavior. *Annu Rev Public Health*. 2008; 29:219–234.
2. Brendryen H., Kraft P. Happy ending: a randomized controlled trial of a digital multi-media smoking cessation intervention. *Addiction* 2008 Mar;103(3):478-484.
3. Brendryen H., Drozd F., Kraft P. A digital smoking cessation program delivered through internet and cell phone without nicotine replacement (happy ending): randomized controlled trial. *J Med Internet Res* 2008 [interaktyvus], [žiūrėta 2010m. liepos 28 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.jmir.org/2008/5/e51/>.
4. Diamond S., Schensul J. J., Snyder B. L., Bermudez A., Alessandro D' N., Morgan D. S. Building Xperience: A Multilevel Alcohol and Drug Prevention Intervention. *Am J Community Psychol* 2009 [interaktyvus], [žiūrėta 2009 m. lapkričio 11 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.springerlink.com/content/p7641k4g17n723k9/fulltext.pdf>.
5. Escoffery C., McCormick L., Bateman K. Development and process evaluation of a web-based smoking cessation program for college smokers: innovative tool for education. *Patient Education and Counseling* Volume 53, Issue 2, May 2004; 217-225.
6. Guilkey D. K., Hutchinson P., Lance P. Cost-effectiveness analysis for health communication programs. *J. Health Commun.* 2006; 11(2):47–67.
7. Haldane D. MoodGYM [http://moodgym.anu.edu.au/](http://moodgym.anu.edu.au/Occup Med (Lond) (2006) [interaktyvus], [žiūrėta 2010m. Liepos 30 d.]. Prieiga per internetą: http://ocmed.oxfordjournals.org/content/56/8/586.full) Occup Med (Lond) (2006) [interaktyvus], [žiūrėta 2010m. Liepos 30 d.]. Prieiga per internetą: <http://ocmed.oxfordjournals.org/content/56/8/586.full>.
8. Hutchinson P., Wheeler J. The cost-effectiveness of health communication programs: what do we know? *J. Health Commun.* 2006; 11(2):7–45.
9. Internet World Stats. World Internet Users and Population Stats [interaktyvus], 2010 [žiūrėta 2010 m. liepos 28 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.internetworldstats.com/stats.htm>.
10. Lietuvos Respublikos psichikos sveikatos įstatymas. 1995 m. birželio 6 d. Nr. I-924. Valstybės žinios, 1995; 53:1290.
11. Lumsden, Ch. J. (1999). *Evolving Creative Minds: Stories and Mechanisms* // R.J. Stenberg (ed.). *Handbook of Creativity*. Cambridge: Cambridge University Press, 1999; 153–168.
12. Mačiulis V., Marčėnienė S., Dapšys K., Banaitis V., Utkuvienė J., Jarmalavičiūtė A. Metaglosoterapijos taikymas gydant šizofrenija sergančius pacientus//Sveikatos mokslai (Health Sciences). – 2010; 2:3087-3091. ISSN 1392-6373.
13. Matulis A. C. Language... a hope: an introduction to metaglossotherapy. National Research Institute for Psychoanalysis and Psychology (Detroit), 1977; 113.
14. McLuhan, Marshall. *Kaip suprasti medijas: žmogaus tęsiniai*. Vilnius, Baltos lankos, 2003; 347: ISBN 9955-584-07-6.
15. Pasaulio sveikatos organizacijos pranešimas 2001. Psichikos sveikata: naujas supratimas, nauja viltis. Valstybinis psichikos sveikatos centras, 2002. Versta iš WHO World Health report 2001.
16. Psichikos sveikatos strategija, patvirtinta LR Seimo 2007 m. balandžio 3 d. nutarimu Nr. X-1070. Valstybės žinios, 2007.04.14(42):1572.
17. Pūras D., Germanavičius A., Povilaitis R., Dervinytė-Bongarzonė A. Visuomenės psichikos sveikata. Mokomoji knyga. Vilnius universitetas, 2005.
18. Ritterband L. M., Tate D. F. The science of internet interventions. Introduction. *Ann Behav Med* 2009 Aug; 38(1):1-3.
19. Spoth, R., Greenberg, M., & Turrissi, R. (2008). Preventive interventions addressing underage drinking: State of evidence and

steps toward public health impact. *Pediatrics*, 121(Suppl. 4), S.311–S336.

20. Stoney, G. (1999). Suicide prevention on the internet. In R. J. Kosky, H. S. Eshkevari, R. D. Goldney, & R. Hassan (Eds.) *Suicide Prevention: The Global Context* (pp. 237-244). New York, NY: Plenum Press.

POTENTIALITIES OF EMPLOYMENT OF INNOVATION MEDIA IN PREVENTION OF MENTAL MORBIDITY IN SOCIETY

Janina Utkuvienė

Summary

Key words: innovative communication, public mental health, prevention.

In spite of various preventive programmes created in Lithuania and substantial means allotted for their implementation, there is no decrease of mental morbidity, with its indicators (incidence and prevalence) remaining stable. However, the continuous technological accomplishment allows to anticipate a great deal of changes in so-

ciety. Modern information and communication technologies enable circulation of various and enormous torrents of information and its spreading in specific spheres of life. Finding of relevant information and selection of innovative communication methods are indispensable skills in preventive work and implementation of national mental health strategy.

This work aims to look over the possible uses of innovation communicative means in prevention of society's mental morbidity and to check projects realized in the country.

The results of the conducted analysis may be useful for identifying and filling up some gaps in scientific information.

Correspondence to: j.utkuviene@rvpl.lt

Gauta 2011-11-29



KVIEČIAME PRENUMERUOTI “SVEIKATOS MOKSLŲ” ŽURNALĄ 2012 METAIS!

Žurnalas “Sveikatos mokslai” (Index Copernicus, EBSCO host (Academic Search Complete), Gale (Academic OneFile), ProQuest (Ulrich's, Summon), Australia (ERA) 2012 Journal List (ERA ID 124967) skirtas visų specialybių gydytojams, slaugytojams ir kitiems specialistams, spausdina mokslinius straipsnius lietuvių, anglų ir rusų kalbomis. Straipsniams keliami reikalavimai atitinka mokslo leidiniams keliamus reikalavimus.

Žurnalas kioskuose neparduodamas.

Žurnalą, kuris leidžiamas kartą per du mėnesius, galima užsiprenumeruoti visuose Lietuvos pašto skyriuose, taip pat internetu: www.post.lt

Prenumeratos kaina nesikeičia: dvylikai mėnesių - 120 Lt, šešiams mėnesiams – 60 Lt, keturiems mėnesiams - 40 Lt, dviem mėnesiams - 20 Lt.

Prenumeratos kodas: 5348.

Žurnalo autoriams straipsnių spausdinimas mokamas.

Redakcija