

PAAUGLIŲ PATIRIAMAS STRESAS DEMOGRAFINIŲ KINTAMŲJŲ ANALIZĖS KONTEKSTE

Daiva Alifanovienė, Asta Vaitkevičienė,
Odetta Šapelytė, Danutė Šarauskienė
Šiaulių universitetas
P. Višinskio g. 25, LT-76351, Šiauliai

Anotacija

Straipsnyje analizuojamas paauglių patiriamas stresas socialinių ir demografinių kintamųjų kontekste. Tyrimo duomenys leido nustatyti stresines situacijas ir identifikuoti negatyvias emocijas, kurias išgyvena paaugliai, priklausomai nuo jų lyties, amžiaus. Respondentų duomenys buvo analizuojami aprašomosios ir matematinės statistikos metodais. Nustatyta, kad paaugliai patenka į stresines situacijas ir išgyvena negatyvias emocijas. Dažniausiai į tokias situacijas patenka vyresnio amžiaus paauglės. Gyvenamoji vieta mažai reikšminga stresiniams paauglių išgyvenimams, o mokyklos socialinė aplinka laikytina dideliu stresogeniniu veiksmu.

Esminiai žodžiai: *paaugliai, stresinės situacijos, stresas, negatyvios emocijos.*

Įvadas

Stresas yra biologinės, psichologinės kilmės reiškinys, apibūdinamas kaip spaudimas, įtampa; tai yra žmogaus būseną, atsirandanti dėl įvairių ekstremalių poveikių. Stresą (angl. *stress*, rus. *cmpecc* – spaudimas, įtampa) galima būtų įvardyti ir kaip psichologinę bei fiziologinę įtampą, sąlygotą fizinių, emocinių, socialinių, ekonominių ar profesinių aplinkybių ir įvykių (Colman, 2015). Tokią fiziologinę ir psichologinę įtampą kartais patiria devyni iš dešimties šalies gyventojų, todėl šio reiškinio biomedicininio ir psichologinio pobūdžio analizė yra motyvuota ir suprantama (Europos saugos ir sveikatos darbe agentūra, 2009). Klasikinės streso teorijos kūrėjas Seljė (*Encyclopædia Britannica*) teigė, kad stresas nėra vien tik negatyvus reiškinys, tai būtina gyvų organizmų funkcionavimo sąlyga, streso neįmanoma išvengti, jį sąlygoja daugelis socialinės aplinkos veiksnių (visuomenės raida, ekonomika). Stresas yra žalingas, kai viršija žmogaus turimus išteklius, jis sekina organizmą, ypač nervų sistemą, sukelia ligas. Streso metu visi stresoriai (dirgikliai) reikalauja organizmo persitvarkymo ir į

juos organizmas reaguoja visu pajėgumu. Stresas mobilizuoja adaptacinius organizmo gebėjimus kilusiai kliūčiai įveikti. Stresoriaus poveikis gali būti teigiamas, kai jis aktyvina ir motyvuoja įveikti sunkumus. Tačiau daug dažniau stresoriai kelia grėsmę žmogaus sveikatai ir saugumui, kokybiškai veiklai, mokymuisi. Autorius mano, kad stresas – tai procesas, kurio dinamika yra gyvenimo dinamika, todėl vargu ar streso galima išvengti.

Analizuojant socialinių, biomedicinos mokslų sričių specialistų straipsnius apie streso raišką, ypatumus, priežastis, stresą sukeliančius veiksnius, santykinai galima juos skirstyti į mikrolygmens (asmenybės) ir makrolygmens (socialinės aplinkos) veiksnius. Bendriausia prasme autoriai pastarojo lygmens veiksnius įvardija kaip padidėjusią atsakomybę, netinkamą pareigų paskirstymą, smulkmenišką kontrolę, padidėjusį darbo krūvį, baimę prarasti socialinį statusą, nesaugumo jausmą, blogus santykius su kolegomis ar bendramoksliais, neaiškius veiklos tikslus, vadovo paramos ir pagalbos nebuvimą (Burke, 2009).

Streso ir jo įveikos tyrėjų klasikų (Lazarus, Folkman, 1984; Folkman, Moskowitz, 2004) nuomone, *streso* sąvoka yra nevienaprasmė, apimanti ne vien stimulinę ir reaktyvinę koncepciją. Tai asmens ir aplinkos sąveika, kur svarbus yra aplinkos įvykis ir asmenybės išteklių įvertinimas bei įveikimo reakcija. Autoriai teigia, kad socialinių įvykių, situacijų negalima vertinti kaip stresinių, neatsižvelgiant į asmenybės savybes. Akivaizdu, kad stresą kaip reiškinį reikia analizuoti ir vidinių, ir išorinių kintamųjų sąveikos kontekste. Ši sąveika – tai procesas, kurio sėkmingai tėkmei neužtenka asmenybės turimų išteklių arsenalo. Šis stygius kelia grėsmę asmens gerovei.

Streso ypatumus ir jo įveikos galimybes yra analizavę nemažai užsienio ir Lietuvos autorių (Lazarus, Folkman, 1984; Parker, Endler, 1992; Folkman, Moskowitz, 2004; Kriukova, 2010; Grakauskas, Valickas, 2006; Bubelienė, Merkys, 2009, 2012; Kalpokienė, Gudaitė, 2007; Kepalaitė, 2013; Loikienė, Pileckaitė-Markovienė, 2013). Šie tyrimai atskleidžia įvairių profesijų ir veiklos sričių suaugusiųjų streso išgyvenimą. Tyrimų, skirtų streso raiškai įvairiais amžiaus tarpsniais, nėra pakankamai atlikta, nors stresas yra itin dažnas paauglystės raidos palydovas ir yra viena aktualiausių šiandieninės mokyklos problemų (Kutkienė, 2006).

Paauglystėje iškyla nemažai psichologinių ir socialinių sunkumų: fiziniai kūno pokyčiai ir asmenybės identifikacija, kintantys santykiai šeimoje ir tarp bendraamžių, atsakomybės augimas. Dėl šių veiksnių didėja paauglių nerimas ir stresas, daugėja somatinių sutrikimų. Autoriai teigia, jog paaugliai mūsų šalyje dažnai jaučiasi nelaimingi, vieniši, išgyvena stresines situacijas, depresines būsenas, stebimi mokinių savižudiški polinkiai (Zaborskis, Makari, Žemaitienė,

2002; Kutkienė, 2006). Todėl paauglių išgyvenamų stresinių situacijų ypatumų, galimų streso įveikimo būdų analizė tampa ypač aktuali. Paauglių gebėjimas spręsti streso sukeltas problemas padės pagerinti jų savijautą, palengvinti bendravimą tiek tarpusavyje, tiek su suaugusiais žmonėmis, saugiau jaustis juos supančioje aplinkoje, pasiekti geresnių mokymosi rezultatų.

Kita vertus, tyrimų, analizuojančių skirtingo amžiaus asmenų opiausias stresines situacijas (su kuriomis susiduria ir paaugliai bei jaunuoliai), nėra pakankamai atlikta. Kai kurie autoriai (Kepalaitė, 2013; Klizas, Šulnienė, 2012) tyrimuose naudojo skales, atskleidžiančias streso intensyvumo lygį, ir pristatė jų patikimumo bei validumo ypatybes, tačiau naudotos kokybinio tyrimo strategijos ir taikytos metodikų patikimumo procedūros yra nepakankamai atskleistos. Prieinamos literatūros šaltinių duomenimis, paauglių populiacijoje streso klausimyno (*The Adolescent Stress Questionnaire*) pirmuosius validavimo bandymus atliko Pileckaitė-Markovienė ir Šiukaitienė (2014). Jos atkreipė dėmesį į Zimmer-Gembeck ir Skinner (2008) tyrimą ir padarė išvadą, kad dažniausiai paauglių patiriamas stresas yra siejamas su mokykla ir su problemomis, patiriamomis bendraujant su mokytojais (Šiukaitienė, Pileckaitė-Markovienė, 2014, p. 10, cit. Zimmer-Gembeck, Skinner, 2008). Makari, Zaborskis (2000) teigia, kad tik 50 proc. mokinių savijauta mokykloje yra gera. Pikūnas ir Palujanskienė (2001) aiškina, kad mokinių blogos savijautos mokykloje priežastimi gali būti mokinių patiriamas mokyklinis nerimas, problemiški tarpasmeniniai santykiai su bendraamžiais. Klizas, Klizienė, Talačka (2013) pateikia prieštaringą informaciją apie berniukų ir mergaičių savijautą mokykloje: jie teigia, jog berniukai turi daugiau somatinių nusiskundimų nei mergaitės; šis tvirtinimas liudytų, kad berniukai labiau nei mergaitės patiria chronišką stresą mokykloje. Be to, mokslininkai pažymi, kad paauglių, ypač mergaičių, pažeidžiamumas yra itin didelis apie penkioliktuosius gyvenimo metus. Apžvelgus keletą mokslinių tyrimų akivaizdu, kaip svarbu tirti paauglių streso sukeltus išgyvenimus tiek sociokultūriniu, tiek išgyvenimo intensyvumo, tiek demografinių kintamųjų aspektu. Šiame straipsnyje apsiribosime pristatydami atsakymus į du probleminius klausimus, kurie apibrėžia straipsnio probleminę erdvę: *kokie yra paauglių išgyvenamo streso ypatumai ir kokie yra stresinių situacijų išgyvenimo skirtumai, priklausomai nuo lyties, amžiaus, gyvenamosios vietos ar socialinės aplinkos?*

Tyrimo tikslas – atskleisti paauglių išgyvenamo streso ypatumus, priklausomai nuo demografinių veiksnių.

Tyrimo objektas – paauglių išgyvenamų stresinių situacijų ypatumai, atsižvelgiant į demografinius kintamuosius (amžių, lytį, gyvenamąją vietą, socialinę aplinką).

Tyrimo metodika ir imtis

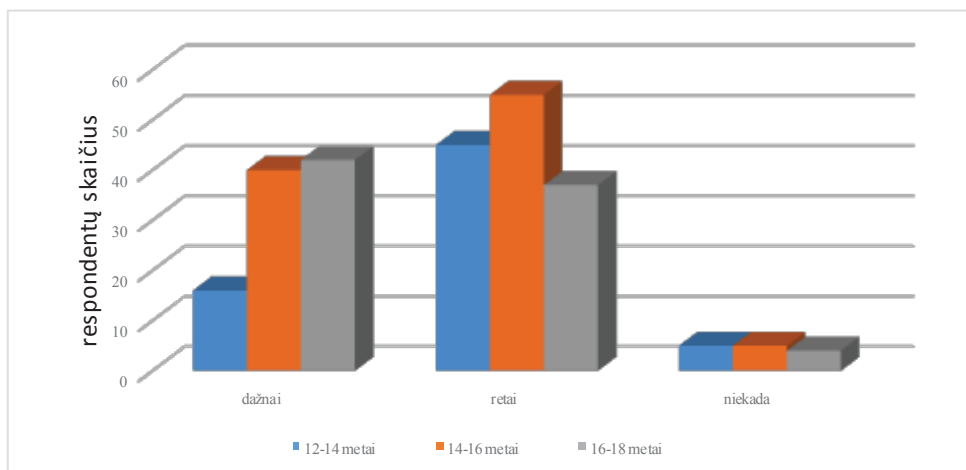
Tyrimo imtis sudaryta tikslinės (patogiosios) atrankos būdu. Laiškai su prašymu atsakyti į pateiktus klausimus apie stresines situacijas ir išgyvenamas emocijas buvo išsiųsti mokyklų vadovams. Tyrime dalyvavo įvairių Lietuvos miestų (N = 110), kaimų (N = 79) ir miestelių (N = 60) paaugliai (N = 249): jaunesnio amžiaus (12–14 m.) paauglių N = 66; vidurinio amžiaus (14–16 m.) paauglių N = 100 ir vyresnio (16–18 m.) amžiaus paauglių N = 83; mot. lyties N = 164, vyr. lyties N = 85.

Paauglių išgyvenamo streso ypatumų analizei atlikti buvo naudojama elektroninė anketa, sudaryta iš 3 dalių: 1) demografinių klausimų, 2) klausimų apie dažniausiai patiriamą nerimą ir įtampą įvairiose aplinkose, 3) Kriukovos (2010) adaptuoto Frydenberg, Lewis (1993) *Adolescent Coping Scale* (ACS) klausimyno, atskleidžiančio, kaip paaugliai susidoroja su stresu ir sunkumais. Klausimyne yra 80 teiginių, kuriems įvertinti buvo naudojama ranginė Likerto penkių balų skalė („niekada“, „retai“, „kartais“, „dažnai“, „labai dažnai“). Anketa buvo skelbiama internetiniame tinklalapyje www.apklausa.lt.

Šiame straipsnyje pristatomi tik demografinių duomenų ir atsakymų apie dažniausiai patiriamą nerimą ir įtampą įvairiose aplinkose analizės rezultatai. Duomenys buvo analizuojami pasitelkiant *SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 19.0 for Windows* programą. Analizei naudoti aprašomosios matematinės statistikos, Chi kvadrato, t testo ir ANOVA metodai. Chi kvadrato nebuvo galima taikyti visoms demografinių duomenų koreliacijoms su išgyvenamo streso dažnumu nustatyti, nes imties dydžiai pagal paauglių amžiaus grupes, gyvenamąją vietą, stresą sukeliančią aplinką buvo nepakankami. Todėl šių demografinių kintamųjų ryšiui su streso išgyvenimo dažnumu nustatyti buvo naudojamas t testas nepriklausomoms imtims ir ANOVA.

Tyrimo duomenų analizė

Tyrimo metu buvo stengiamasi išsiaiškinti, ar amžius turi įtakos patiriamam stresui. Patiriamo nerimo ir įtampos dažniai pateikiami stulpelinėje diagramoje (žr. 1 pav.), statistiniam reikšmingumui nustatyti taikytas t testas nepriklausomoms imtims.



1 pav. Skirtingo amžiaus paauglių patiriamas stresas (N = 249)

Iš paveikslo matyti, kad didesnę dalis 12–14 m. paauglių nurodo, jog retai patiria stresą, įtampą (N = 45), 16 šios amžiaus grupės paauglių dažnai patiria stresą ir įtampą, 5 šios amžiaus grupės respondentai prisipažįsta tokio išgyvenimo niekada nepatyrę.

Vidurinio amžiaus (14–16 m.) paaugliai (N = 40) teigia, kad patiria stresą ir įtampą dažnai, o 55 paaugliai – retai. Tik 5 šios amžiaus grupės respondentai prisipažįsta niekada tokio išgyvenimo nepatyrę.

Dažniau nei kitos dvi amžiaus grupės stresą ir įtampą jaučia vyresnio amžiaus (16–18 m.) paaugliai (N = 42), mažiau šios amžiaus grupės paauglių (N = 37) prisipažįsta stresą išgyvenantys retai.

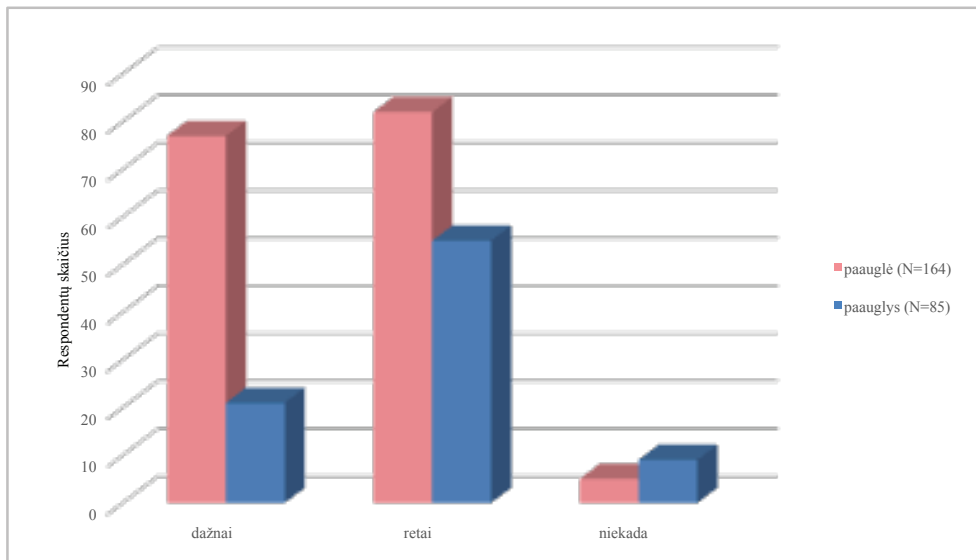
Niekada streso nepatiria tik maža dalis tyrime dalyvavusių skirtingo amžiaus paauglių.

Taikant t testą nepriklausomoms imtims buvo nustatyta, kad amžiaus grupė yra reikšmingas kintamasis išgyvenant stresą. Atskleista, kad vidurinio amžiaus (14–16 m.) ir vyresni (16–18 m.) paaugliai patiria nerimą ir įtampą reikšmingai dažniau ($p = 0,04$ ir $p = 0,002$) nei jaunesni (12–14 m.) paaugliai. Tačiau vyresni paaugliai ir vidurinio amžiaus grupės paaugliai vienodai dažnai ($p = 0,214$) išgyvena stresą.

Kutkienė (2000) taip pat pažymi, kad streso dažnumas priklauso nuo amžiaus: vyresnio amžiaus paaugliai dažniau patiria nerimą, įtampą ir patenka į stresines situacijas nei jaunesnio amžiaus paaugliai. Tai galima sieti su paaug-

lystės laikotarpiu vis sudėtingėjančiais gyvenimo uždaviniais: fiziniu brendimu, pritaipimu arba nepritaipimu prie bendraamžių grupės, draugystės su priešinga lytimi užmezgimu (Pikūnas, Palujanskienė, 2001). Vyresnio amžiaus paaugliams stresą ir įtampą dažnai gali sukelti ir atsakomybė už mokymosi rezultatus, egzaminų baimė.

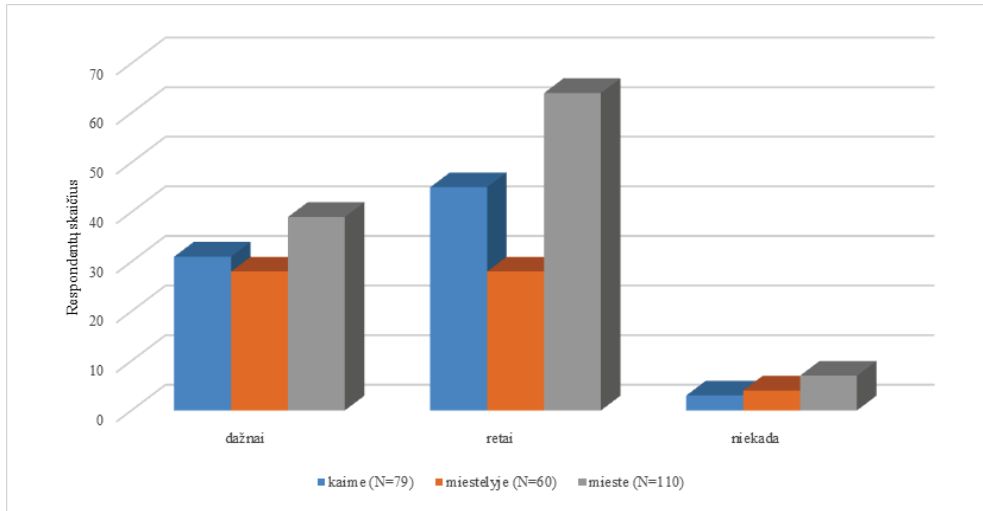
Tyrimo metu buvo siekiama išsiaiškinti, ar lytis yra reikšmingas kintamasis išgyvenant stresą (žr. 2 pav.).



2 pav. Skirtingos lyties paauglių patiriamas stresas (N = 249)

Buvo taikytas χ^2 kriterijus ir nustatyta, kad berniukų ir mergaičių patiriamo streso dažnis statistiškai reikšmingai skiriasi ($\chi^2 = 14,900$; $p = 0,001$; $df = 2$). Mergaitės žymiai dažniau patiria nerimą ir įtampą nei berniukai. Gauti rezultatai panašūs į kitų autorių atliktų tyrimų duomenis. Pavyzdžiui, Zaborskis, Makari, Žemaitienė (2002) teigia, kad įtampą beveik kiekvieną savaitę išgyvena kas trečias vaikinai ir kas antra mergina.

Tyrimo metu norėjome išsiaiškinti, ar paauglių patiriamas stresas priklauso nuo jų gyvenamosios vietos (žr. 3 pav.).

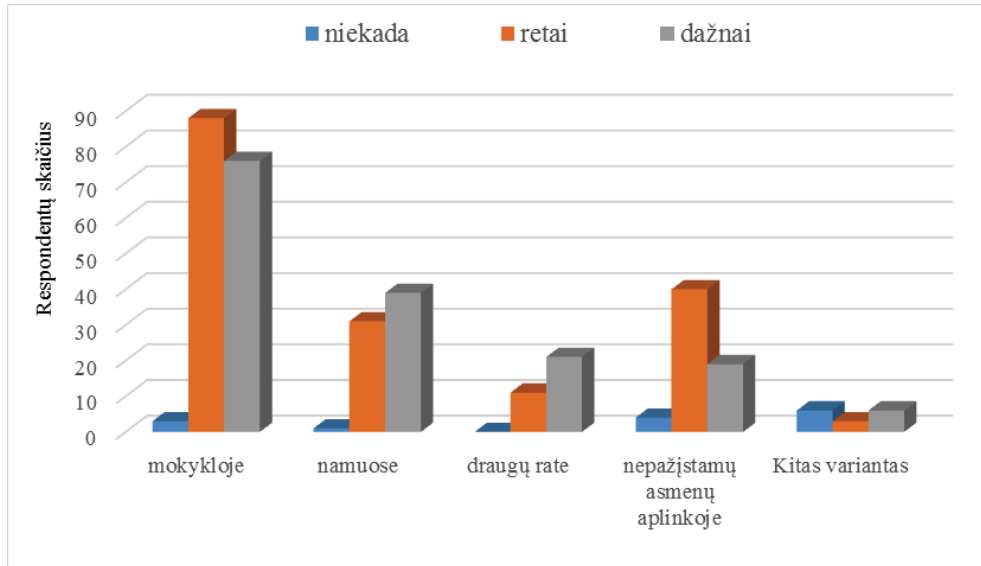


3 pav. Skirtingose vietose gyvenančių paauglių patiriamas stresas (N = 249)

Iš paveikslo matyti, kad didesnė dalis (N = 45) kaime gyvenančių paauglių nurodo, jog retai patiria nerimą ir įtampą, dažnai patiriantys nerimą ir įtampą nurodė 31 paauglys. Vienodas skaičius miestelyje gyvenančių paauglių nurodo, kad dažnai jaučia nerimą ir įtampą (N = 28) bei retai jaučia nerimą ir įtampą (N = 28). Tik nedidelė dalis paauglių (kaime N = 3, miestelyje N = 4, mieste N = 7) nurodo, kad niekada nejaučia nerimo ir įtampos, tačiau taip teigiančių mieste gyvenančių paauglių skaičius yra dvigubai didesnis nei kaime ar miestelyje.

Taikant t testą buvo nustatyta, kad gyvenamoji vieta neturi įtakos streso išgyvenimui: tiek kaime (M = 1,65; SD = 0,556), tiek miestelyje (M = 1,60; SD = 0,616), tiek mieste (M = 1,71; SD = 0,580) paaugliai vienodai išgyvena nerimą, įtampą.

Tyrimo metu buvo siekiama išsiaiškinti, kuriose socialinėse aplinkose paaugliai dažniausiai patiria stresą ir įtampą.



4 pav. Skirtingose socialinėse aplinkose paauglių patiriamas stresas

Gauti tyrimo duomenys atskleidžia, kad pakankamai didelis skaičius ($N = 78$) paauglių stresą ir įtampą dažniausiai patiria mokykloje – tai sudaro 46,3 proc. mokinių iš visų 77,6 proc., kurie apskritai stresą išgyvena dažnai. Vis dėlto didesnis skaičius paauglių ($N = 88$) teigia, kad stresą mokykloje išgyvena retai: jie sudaro 52,7 proc. iš 64,2 proc. paauglių, apskritai stresą išgyvenančių retai. Chi kvadratu tikrinant, ar streso išgyvenimo dažnumas priklauso nuo mokyklos, gauti duomenys atskleidžia ($\chi^2 = 18,577$; $p = 0,000$; $df = 1$), kad negalima teigti, jog paauglių populiacijoje streso išgyvenimo dažnumas būtų siejamas su mokykla, nors kiti autoriai, pavyzdžiui, Martišauskienė (2004), nustatė labai panašų (55,4 proc.) vyresnio amžiaus paauglių, jaučiančių padidėjusį arba didelį nerimą, skaičių.

Mažiausias skaičius paauglių ($N = 19$) stresą ir įtampą patiria nepažįstamų asmenų aplinkoje, draugų rate ($N = 21$) ir kitose vietose ($N = 6$). Kaip kitos vietos įvardijami būreliai, socialiniai renginiai, tarpasmeniniai santykiai. Galima būtų teigti, kad daugumai paauglių būtent šios aplinkos leidžia atsipalaiduoti ir mėgautis gyvenimu.

Santykinai nemenkas ($N = 39$) paauglių skaičius stresą išgyvena namuose. Tai sudaro 55,7 proc. paauglių, prisipažįstančių, kad išgyvena stresą. Tiriant ANOVA metodu, ar yra statistiškai reikšmingas skirtumas tarp paauglių, patiriančių stresą namuose, ir paauglių, patiriančių stresą mokykloje, gauti duome-

nys atskleidė, jog mokykloje $SS = 4,013$; $p = 0,000$; $df = 2$, dispersija¹ = 2,052; $F = 9,917$; namuose $SS^2 = 2,361$; $p = 0,003$; $df = 2$, dispersija = 1,181; $F = 6,002$. Taigi galima teigti, kad mokykloje mokiniai žymiai dažniau išgyvena stresą negu namuose. Šie rezultatai siejasi su Kutkienės (2006) teiginiu, kad stresas ir įtampa yra viena iš aktualiausių šiandieninės mokyklos problemų. Kitų autorių atlikti tyrimai taip pat patvirtina, kad mokiniai mokykloje patiria stiprią įtampą dėl didelio krūvio, patiriamų mokymosi sunkumų, bendravimo su mokytojais sunkumų, patyčių (Grant, 1998; Laskytė, Žemaitienė, Vaitkevičius, 2008; Šiukštienė, 2014).

Apibendrinimas

Tyrimo rezultatai atskleidė, kad labai nedidelė dalis iš tyrime dalyvavusių paauglių konstatavo, jog nėra išgyvenę streso; didžioji dalis stresą išgyvena retai, o daugiau nei trečdalis paauglių prisipažįsta, kad stresą išgyvena dažnai. Jaunesnio amžiaus paaugliai žymiai rečiau nei vidurinės amžiaus grupės paaugliai ir vyresnio amžiaus paaugliai išgyvena stresą. Vidurinės amžiaus grupės paaugliai ir vyresni paaugliai statistiškai reikšmingai dažniau išgyvena stresą nei jaunesnės amžiaus grupės paaugliai. Šie rezultatai gali būti siejami su padidėjusia atsakomybe už įsipareigojimus, ateities lūkesčius.

Remiantis empiriniais duomenimis galima konstatuoti, kad mergaitės žymiai dažniau patiria nerimą ir įtampą nei berniukai. Ši tendencija, stebima ir kitų autorių, gali būti aiškinama savybėmis, kurios būdingesnės mergaitėms nei berniukams, t. y. mergaitėms būdingas didesnis jautrumas, joms keliami didesni reikalavimai, jos yra rūpestingesnės, pasižymi didesniu empatiškumu.

Mieste gyvenantys paaugliai, labiau nei gyvenantys kaime ar miestelyje, yra linkę prisipažinti, kad stresą išgyvena dažnai. Didesnė dalis tiek mieste, tiek kaime gyvenančių paauglių teigia, kad stresą išgyvena retai; labai nedidelė dalis paauglių, gyvenančių tiek mieste, tiek kaime, tiek miestelyje, teigia, kad streso niekada nėra patyrę. Anketinės apklausos duomenų statistinė analizė statistiškai reikšmingo skirtumo tarp paauglių gyvenamosios vietos nefiksuoja, todėl galima teigti, jog gyvenamoji vieta paauglių streso išgyvenimo dažnumui įtakos neturi.

Socialinė aplinka – mokykla, namai, draugų ratas, nepažįstami asmenys – turi įtakos paauglių streso išgyvenimo dažnumui. Žymiai dažniau paaugliai stresą ir įtampą išgyvena mokykloje nei namuose, draugų rate ar nepažįstamų žmonių

¹ angl. *Mean of Square*.

² Kvadratų suma (angl. *Sum of Squares*).

aplinkoje. Vis dėlto tyrimo rezultatai liudija, kad žymiai didesnė dalis paauglių mokykloje stresą išgyvena retai; tarp paauglių, išgyvenančių stresą mokykloje dažnai, ir tarp paauglių, išgyvenančių stresą mokykloje retai, yra statistiškai reikšmingas skirtumas. Dėl šios priežasties mokyklos, kaip socialinės aplinkos, dažniausiai siejamos su paauglių streso išgyvenimu, negalima laikyti patiriamos įtampos ir nerimo pagrindine priežastimi, net jei stresas ir įtampa yra viena iš aktualiausių šiandieninės mokyklos problemų.

Literatūra

- Burke, R. H. (2009). *An Introduction to Criminological Theory*. Devon: Willan Publishing. Third Edition.
- Bubelienė, D., & Merkys, G. (2012). Pedagogų streso socialinis konstravimas ir jo atspindžiai profesinėje spaudoje. *Acta Paedagogica Vilnensia*, 29, 100–110.
- Colman, A. M. (2015). *A Dictionary of Psychology (4 ed.)*. Oxford University Press. Prieiga internete: <http://www.oxfordreference.com/view/10.1093/acref/9780199657681.001.0001/acref-9780199657681-e-8038?rsk=UXgrMF&result=8517>
- Encyclopædia Britannica. Prieiga internete: <http://www.britannica.com/biography/Hans-Selye>
- Europos saugos ir sveikatos darbe agentūra (2009). Europos Sąjungos nuomonių apklausa apie darbo saugumą ir sveikatos apsaugą. Prieiga internete: <https://osha.europa.eu/lt/surveys-and-statistics-osh/european-opinion-polls-safety-and-health-work/european-opinion-poll-occupational-safety-and-health-2009>
- Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2004). Coping: Pitfalls and Promise. *Annual Review of Psychology*, 55, 745–774.
- Frydenberg, E., & Lewis, R. (1993). *Adolescent Coping Scale: Manual*. Melbourne: ACER press.
- Grakauskas, Ž., & Valickas, G. (2006). Streso įveikos klausimynas: keturių faktorių modelio taikymas. *Psichologija*, 33, 64–75.
- Grant, W. (1998). *Nuo 13 iki 19. Tėvų vadovas į paauglystės metus*. Kaunas: Šviesa.
- Kalpokienė, V., & Gudaitė, G. (2007). Elgesio sutrikimų turinčių paauglių Ego funkcijos ir jų ryšys su įveikos strategijomis. *Psichologija*, 35, 42–54.

- Kepalaitė, A. (2013). Socialinės pedagogikos pirmo kurso studentų streso įveikos ypatumai. *Specialusis ugdymas*, 2 (29), 94–101.
- Klizas, Š., & Šulnienė, R. (2012). Stresas pedagogų darbe priklausomai nuo ugdymo įstaigos. *Sveikatos mokslai*, 22 (5), 5–8.
- Klizas, Š., Klizienė, I., & Talačka, D. (2013). Paauglių mokyklinio nerimo ypatumai priklausomai nuo lyties. *Visuomenės sveikata*, 2 (23), 54–57.
- Kriukova, T. L. (2010). *Методы изучения совладающего поведения: три копинг-шкалы* [Methods of coping research: three coping scales]. Kostroma.
- Kutkienė, L. (2000). Vaikų mokyklinio nerimo aktualijos ir mokytojų rengimas. *Švietimo reforma ir mokytojų rengimas: VII tarptautinė mokslinė konferencija* (p. 119–125). Vilnius: VPU.
- Kutkienė, L. (2006). *Pilnų ir nepilnų šeimų 13–18 metų paauglių streso įveikos strategijų ir emocinio intelekto sąsajos*. VPU: Psichologijos katedra.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Laskytė, A., Žemaitienė, N., & Vaitkevičius, R. (2008). Lietuvos paauglių sąmoningo savęs žalojimo ir stresą keliančios gyvenimo patirties sąsajos. *Visuomenės sveikata*, 4 (43), 56–63.
- Loikienė, O., & Pileckaitė-Markovienė, M. (2013). Aukštųjų mokyklų dėstytojų ir bendrojo ugdymo mokyklų mokytojų darbe patiriamo streso įveikos stiliai. *Pedagogika*, 109, 78–85.
- Makari, J., & Zaborskis, A. (2000). Moksleivių savijauta ir jos sąsaja su psichologine mokyklos aplinka. *Medicina*, 36 (4), 332–341.
- Martišauskienė, E. (2004). Mokyklinio nerimo ir dvasinės sklaidos paralelės paauglystėje. *Pedagogika*, 73, 118–123.
- Merkys, G., & Bubelienė, D. (2009). Profesinis stresas pedagogų akimis: grupinių interviu rezultatai. *Mokslas ir edukaciniai procesai*, 2 (9), 115–134.
- Parker, J. D. A., & Endler, N. S. (1992). Coping With Coping Assessment: A Critical Review. *European Journal of Psychology*, 6, 321–344.
- Pikūnas, J., & Palujanskienė, A. (2001). *Asmenybės vystymasis. Kelias į savęs atradimą*. Vilnius: Pasaulio lietuvių kultūros, mokslo ir švietimo centras.
- Šiuokštienė, A., & Pileckaitė-Markovienė, M. (2014). Paauglio streso klausimyno lietuviškos versijos kai kurios psichometrinės charakteristikos. *Tarptautinis psichologijos žurnalas: biopsichosocialinis požiūris*, 14, 9–28.

- Valickas, G., Želvienė, P., & Grakauskas, Ž. (2010). Patobulinto keturių faktorių streso įveikos klausimyno psichometriniai rodikliai. *Psichologija*, 41, 96–110.
- Zaborskis, A., Makari, J., & Žemaitienė, N. (2002). Lietuvos moksleivių psichologinė būseną. *Biomedicina*, 2 (2), 107–112.

PAAUGLIŲ PATIRIAMAS STRESAS DEMOGRAFINIŲ KINTAMŲJŲ ANALIZĖS KONTEKSTE

Daiva Alifanovienė, Asta Vaitkevičienė,
Odeta Šapelytė, Danutė Šarauskienė

Santrauka

Straipsnyje analizuojami paauglių patiriamų stresinių situacijų ypatumai. Paauglystėje išskyla nemažai biologinių, psichologinių ir socialinių sunkumų: fiziniai pokyčiai, asmenybės identifikacija, kintantys santykiai šeimoje ir tarp bendraamžių, atsakomybės augimas. Tyrimų, analizuojančių skirtingo amžiaus asmenų opiausias stresines situacijas (su kuriomis susiduria ir paaugliai bei jaunuoliai), nėra pakankamai atlikta. Galima teigti, kad pasigendama ir paauglių bei jaunuolių stresinių situacijų raiškos, jų analizės tyrimo patikimų metodikų, adaptuotų Lietuvos sociokultūriniame kontekste.

Tyrimo tikslas – atskleisti paauglių išgyvenamo streso ypatumus, priklausomai nuo demografinių veiksnių.

Tyrimo objektas – paauglių išgyvenamų stresinių situacijų ypatumai, atsižvelgiant į demografinius kintamuosius (amžių, lytį, gyvenamąją vietą, socialinę aplinką).

Tyrimo metodika ir imtis

Tyrimo imtis sudaryta tikslinės (patogiosios) atrankos būdu. Tyrime dalyvavo įvairių Lietuvos miestų (N = 110), kaimų (N = 79) ir miestelių (N = 60) paaugliai (N = 249). Paauglių išgyvenamo streso ypatumų analizei atlikti buvo naudojama elektroninė anketa, sudaryta iš 3 dalių: 1) demografinių klausimų, 2) klausimų apie dažniausiai patiriamą nerimą ir įtampą įvairiose aplinkose, 3) Kriukovos (2010) adaptuoto Frydenberg, Lewis (1993) *Adolescent Coping Scale* (ACS) klausimyno, atskleidžiančio, kaip paaugliai susidoroja su stresu ir sunkumais.

Apibendrinimas

Tyrimo rezultatai atskleidė, kad labai nedidelė dalis tyrime dalyvavusių paauglių prisipažįsta, jog nėra išgyvenę streso; didžioji dalis stresą išgyvena retai, o daugiau kaip trečdalis paauglių prisipažįsta, kad stresą išgyvena dažnai.

Mergaitės žymiai dažniau išgyvena nerimą ir įtampą nei berniukai. Ši tendencija, stebima ir kitų autorių, gali būti aiškinama savybėmis, kurios būdingesnės mergaitėms nei berniukams, t. y. mergaitės yra jautresnės aplinkos reikalavimams, rūpestingesnės, joms būdinga didesnė empatija.

Anketinės apklausos duomenų statistinė analizė statistiškai reikšmingo skirtumo tarp paauglių gyvenamosios vietos nefiksuoja, todėl galima teigti, kad gyvenamoji vieta paauglių streso išgyvenimo dažnumui įtakos neturi.

Socialinė aplinka – mokykla, namai, draugų ratas, nepažįstami asmenys – turi įtakos paauglių streso išgyvenimo dažnumui. Žymiai dažniau paaugliai stresą ir įtampą išgyvena mokykloje nei namuose, draugų rate ar nepažįstamų žmonių aplinkoje. Vis dėlto tyrimo rezultatai liudija, kad gerokai didesnė dalis paauglių mokykloje stresą išgyvena retai; tarp paauglių, išgyvenančių stresą mokykloje dažnai, ir tarp paauglių, išgyvenančių stresą mokykloje retai, yra statistiškai reikšmingas skirtumas.

STRESS EXPERIENCED BY ADOLESCENTS IN THE CONTEXT OF THE ANALYSIS OF DEMOGRAPHIC VARIABLES

Daiva Alifanovienė, Asta Vaitkevičienė,
Odetta Šapelytė, Danutė Šarauskienė
Šiauliai University
P. Višinskio St. 25, LT-76351 Šiauliai, Lithuania

Abstract

The article deals with the peculiarities of stress experienced by adolescents in the context of the analysis of social, demographic variables. Research data enabled to identify stressful situations and negative emotions which are experienced by adolescents depending on their gender, age. Respondents' data was analysed using descriptive and mathematical statistics methods. It was revealed that adolescents found themselves in stressful situations and experienced negative emotions. Senior age female adolescents find themselves in such situations most often, the place of residence is little significant to adolescents' stressful experiences, while social environment of the school is to be considered a strong stressogenic factor.

Keywords: *adolescents, stressful situations, stress, negative emotions.*

Introduction

Stress is a phenomenon of biological, psychological origin which is described as a pressure, tension; it is a human condition resulting from various extreme effects. Usually, stress is considered as a psychological and physical strain or tension generated by physical, emotional, social, economic or occupational circumstances or events (Colman, 2015). Such physiological and psychological tension is from time to time experienced by nine out of ten country's residents; therefore, biomedical and psychological analysis of this phenomenon is reasoned and understandable (European Agency for Safety and Health at Work, 2009). The author of the classical theory of stress, Selje (Encyclopædia Britannica), stated that stress is not just a negative phenomenon, it is a condition necessary for functioning of living organisms, it is impossible to avoid it and it is determined by many factors of social environment (the development of the society, economics). Stress is harmful when it exceeds available human resources, it exhausts the organism, particularly the nervous system, causes diseases. During stress all stressors (irritants) require reorganisation of the organism and the organism reacts to them in its full capacity. Stress mobilises

adaptive capacities of the organism in order to cope with an obstacle. The impact of the stressor can be positive when it activates and motivates to overcome difficulties. However, much more often stressors pose threat to human health and safety, quality performance and learning. The author believes that stress is a process the dynamics of which is the dynamics of life and is hardly avoidable.

Analysing scientific articles of authors of biomedical, social sciences about stress manifestation, peculiarities, underlying factors, they can be conditionally divided into micro (personality) and macro (social environment) levels. In the most general sense, authors describing the latter level, name such factors as increased responsibility, inappropriate allocation of duties, trivial control, increased workload, fear of losing one's social status, insecurity, bad relations with colleagues or peers, unclear performance goals, absence of management support and assistance (Burke, 2009).

In the opinion of classics of stress and coping with it (Lazarus & Folkman, 1984; Folkman & Moskowitz, 2004), the concept of stress has more than one meaning, it encompasses not only stimulating-reactive conception. It is an interaction between a person and environment, where the event of the environment, the evaluation of personal resources and the coping response are important. The authors state that social events, situations cannot be viewed as stressful regardless of personality features. It is evident that stress as a phenomenon must be also analysed in the context of interaction of internal and external variables. This interaction is a process the successful flow of which requires more than the arsenal of available personal resources. This lack endangers personal wellbeing.

Stress peculiarities and its coping possibilities are analysed by a number of foreign and Lithuanian authors (Lazarus & Folkman, 1984; Parker & Endler, 1992; Folkman & Moskowitz, 2004; Kriukova, 2010; Grakauskas & Valickas, 2006; Bubelienė & Merkys, 2009, 2012; Kalpokienė & Gudaitė, 2007; Kepalaitė, 2013; Loikienė & Pileckaitė-Markovienė, 2013). These studies mainly disclose the experience of stress by adults engaged in various professions and activity areas. The number of studies about stress in different periods of persons' development is insufficient, although the increased stress in adolescence is one of the most urgent problems in today's schools (Kutkienė, 2006).

In adolescence, a lot of psychological and social difficulties arise: physical changes of the body, personality identification, changing relationships in the family and among peers, growing responsibility. These factors increase adolescents' anxiety and stress, the number of somatic disorders increases. The authors state that adolescents in our country often feel unhappy, lonely,

experience stressful and depressive states, suicidal tendencies among adolescents are observed (Zaborskis, Makari, & Žemaitienė, 2002; Kutkienė, 2006). Therefore, the analysis of characteristics of adolescents' experienced stressful situations, possible ways of coping with them becomes particularly relevant. Adolescents' ability to solve problems caused by stress will help to improve their condition, facilitate communication with each other and adults, feel safer in the surrounding environment and achieve better learning outcomes.

On the other hand, the number of studies analysing the most burning stressful situations of different age persons encountered by adolescents and young people is insufficient. Some authors (Kepalaitė, 2013; Klizas & Šulnienė, 2012) used the scales, disclosing the stress intensity level and presented characteristics of their reliability and validity; qualitative research strategies and reliability procedures of used methodologies employed by the authors are insufficiently disclosed. According to the data of available literature sources, first validation tests of the adolescent stress questionnaire were conducted by Pileckaitė-Markovienė and Šiukaitienė (2014). They drew attention to Zimmer-Gembeck's, Skinner's (2008) study and stated that most often adolescents' experienced stress was related to the school (Šiukaitienė, Pileckaitė, & Markovienė, 2014, p. 10 quote Zimmer-Gembeck & Skinner, 2008) and problems with teachers. Makari & Zaborskis (2000) state that the condition of only 50 per cent of pupils at school is reported as "good". Pikūnas and Palujanskienė (2001) explain that pupils' bad condition at school can be caused by pupils' experienced school anxiety, problematic interpersonal relationships with peers. Klizas, Klizienė, & Talačka (2013) provide contradictory information about the condition of boys and girls at school: they state that boys have more somatic complaints than girls, and this statement would witness that boys more than girls experience long-lasting chronic stress at school, but here the authors also note that adolescents, especially girls, are extremely vulnerable when they are about fifteen years old. Having reviewed several scientific studies, it is evident that it is important to investigate adolescents' stress experiences in the socio-cultural aspect, in the aspect of intensiveness of experiencing stress and in the aspect of demographic variables. In this article, we will limit our research to presenting answers to two problem questions that define the **problem space** of the article: *What are the characteristics of stress experienced by adolescents? Are there any differences of experiencing stressful situations with regard to gender, age, place of residence or social environment?*

Research aim: to disclose the characteristics of stress experienced by adolescents influenced by demographic factors.

Research object: the characteristics of stressful situations experienced by adolescents, considering demographic variables (gender, sex, place of residence, social environment).

Research Methodology and Sample

The sample was formed using purposive convenience sampling. Letters with the request to respond to given questions about stressful situations and experienced emotions were sent out to the heads of schools. The study was attended by adolescents (N=249) from various Lithuanian cities (N=110), villages (N=79) and towns (N=60): junior age adolescents (12-14 years old) N=66; middle age adolescents (14-16 years old) N=100 and senior age adolescents (16-18 years old) N=83; female adolescents N=164, male adolescents N=85.

The questionnaire survey used for the analysis of the characteristics of stress experienced by adolescents consisted of 3 parts: 1) demographic questions, 2) questions about the most often experienced anxiety and tension in different environments, 3) Frydenberg's and Lewis' (1993) adolescent coping scale questionnaire adapted by Kriukova (2010) which reveals how adolescents cope with stress and difficulties. The questionnaire contains 80 statements which were evaluated using Likert type five-point scale (never, rarely, sometimes, often and very often). The questionnaire was placed on the website www.apklausa.lt.

This article presents only the results of the analysis of demographic data and answers about the most often experienced anxiety and tension in different environments. The data was analysed using the SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 19.0 for Windows. The analysis employed descriptive mathematical analysis, chi-square, T-test and ANOVA methods. Chi-square could not be applied for identification of all correlations of demographic data with frequency of experienced stress because sample sizes of adolescents' age groups, the place of residence, stressful environment were insufficient. Therefore, the relation of these demographic variables with the frequency of experienced stress was identified using the T-test for independent samples and ANOVA.

The Analysis of Research Data

The research aimed to find out whether the age affects experienced stress in different age groups. Frequencies of experienced anxiety and tension are presented in the bar graph (Fig. 1), the statistical significance was identified applying T-test for independent samples.

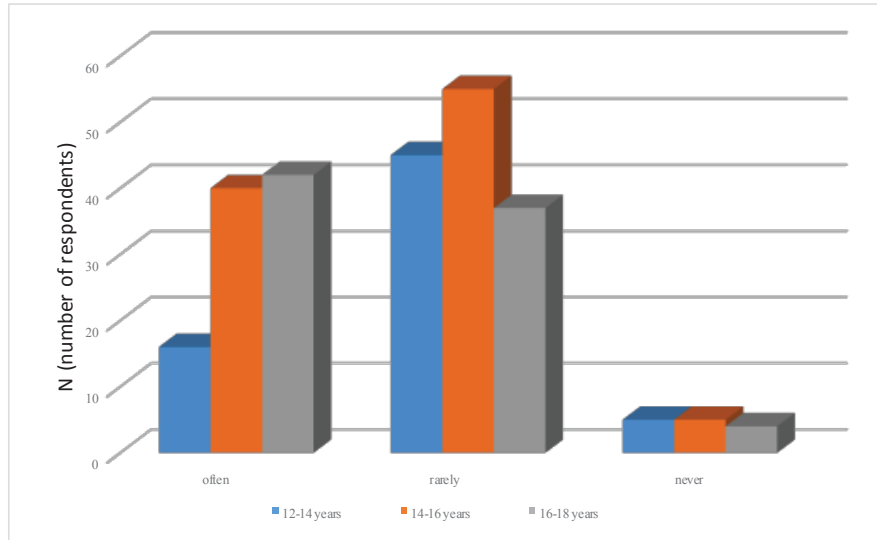


Fig. 1. Stress experienced by adolescents of different ages (N=249)

The figure shows that a larger share of adolescents aged 12-14 indicates that they rarely experience stress, tension (N=45), 16 adolescents of this age group often experience stress and tension, 5 respondents of this age group acknowledge that they have never experienced this feeling.

Middle aged adolescents, who are 14-16 years old, (N=40) state that they experience stress and tension often, while 55 adolescents do it rarely. Only 5 respondents in this age group acknowledge that they have never experienced this feeling.

Compared to other two age groups, stress and tension are experienced more often by senior age adolescents aged 16-18 (N=42), a less number of adolescents of this age group (N=37) acknowledge that they rarely experience stress.

Only a small share of different age adolescents who participated in the research never experience stress.

Applying the T-test for independent samples, it was identified that the age group was a significant variable in experiencing stress. It was disclosed that middle-aged adolescents (14-16 years old) and senior adolescents (16-18 years old) experienced anxiety and tension significantly more often ($p=0.04$ and $p=0.002$) than junior age adolescents (12-14 years old). However, senior adolescents and middle-aged adolescents experience stress equally often ($p=0.214$).

Kutkienė (2000) also notes that frequency of stress depends on age: senior age adolescents more often experience anxiety, tension and find themselves in stressful situations than junior age adolescents. This can be related to increasingly growing life challenges in the adolescence period: physical maturation, belonging to or alienation from the peer group, starting friendship with the opposite sex (Pikūnas & Palujanskienė, 2001). Stress and tension among senior age adolescents can often be also caused by responsibility for learning results and fear of examinations.

The study was designed to find out whether gender was a significant variable for experiencing stress (Fig. 2).

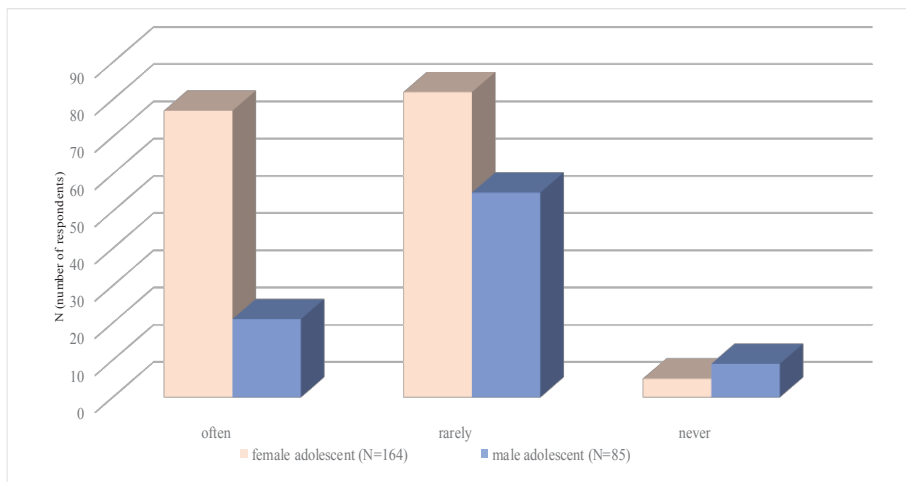


Fig. 2. Stress experienced by adolescents of different genders (N=249)

The study employed χ^2 criteria, and the statistically significant difference between the frequency of stress experienced by boys and girls ($\chi^2=14.900$; $p=0.001$; $df=2$) was identified. Girls much more often experience anxiety and stress than boys. The obtained results are similar to the data of studies conducted by other authors. For example, Zaborskis, Makari, & Žemaitienė (2002) state that almost every week tension is experienced by every third boy and every second girl.

The study was aimed to find out whether stress experienced by adolescents depended on their place of residence (Fig. 3).

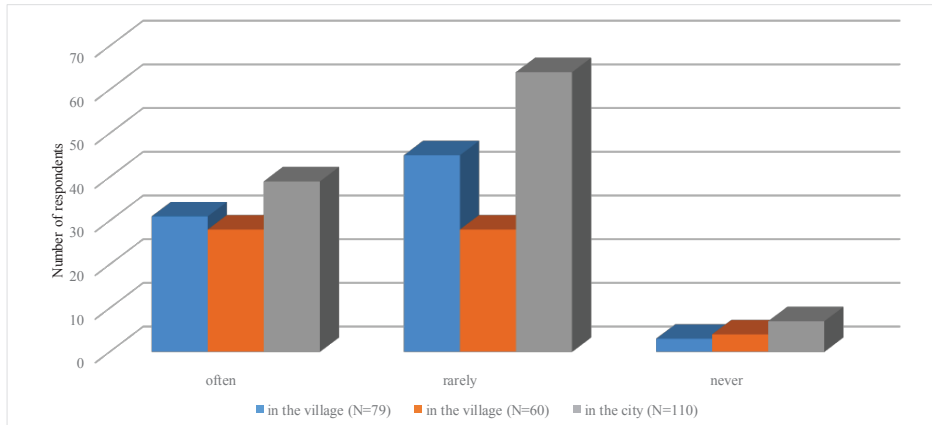


Fig. 3. Stress experienced by adolescents who live in different places (N=249)

The figure shows that a larger share of adolescents who live in a village (N=45) indicates that they rarely experience anxiety and tension, a smaller share of adolescents (N=31) experience anxiety and tension often. Equal number of adolescents who live in a town indicate that they often (N=28) and rarely (N=28) feel anxiety and tension. Only a small share of adolescents (N=3 in a village, N=4 in a town, N=7 in a city) indicate that they never feel anxiety and tension, but there are twice more adolescents who live in a city and state so than those who live in a village or a town.

Applying the T-test, it was found that the place of residence did not affect the experiencing of stress: in a village (M=1.65; SD=0.556), in a town (M=1.60; SD=0.616) and in a city (M=1.71; SD=0.580) adolescents equally experience anxiety, tension.

The study aimed to find out in which social environments adolescents most often experienced stress and tension.

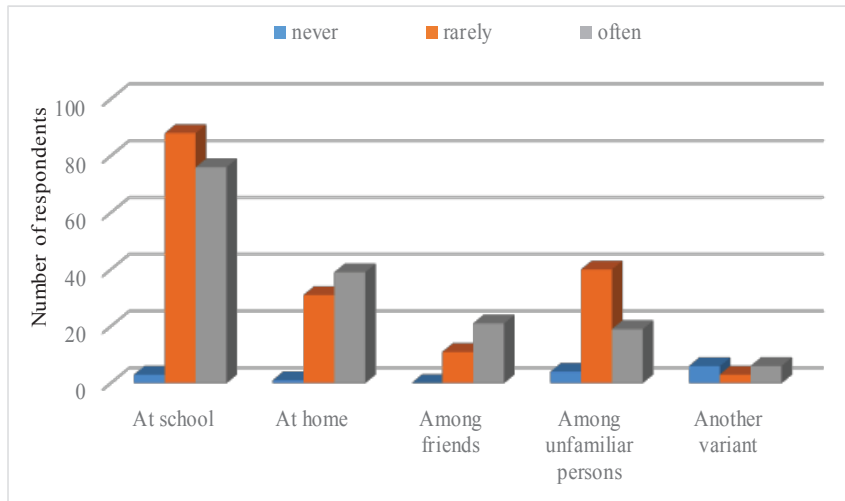


Fig. 4. Stress experienced by adolescents in different social settings

The obtained data discloses that quite a high number of adolescents (N=78) usually experience stress and tension at school, which accounts for 46.3 percent of pupils from all 77.6 percent who in general frequently experience stress. Anyway, the number of adolescents stating that they experience stress at school rarely is higher (N=88); they make up 52.7 percent from 64.2 percent who in general rarely experience stress. Chi-square test for testing whether the frequency of experiencing stress depends on the school discloses ($\chi^2=18.577$; $p=0.000$; $df=1$) that we cannot state that frequency of experiencing stress among adolescents is related to school, although other authors, such as Martišauskienė (2004), found a very similar number of senior adolescents who feel increased or high anxiety (55.4 percent).

The least number of adolescents experience stress and tension being among unfamiliar people (N=19), among friends (N=21) and in other places (N=6). Clubs, social events, interpersonal relations are treated as other places. It could be stated that namely these settings allow the majority of adolescents to relax and enjoy life.

Relatively a quite high number of adolescents (N=39) experience stress at home. This represents 55.7 percent of adolescents who acknowledge that they experience stress. Applying ANOVA for identification of whether there is a statistically significant difference between those adolescents who experience stress at home and at school, the obtained data disclosed the presence of difference (at school: sum of squares=4.013, $p=0.000$, $df=2$, mean square=2.052; $f=9.917$; at home: sum of squares =2.361, $p=0.003$, $df=2$, mean square=1.181;

f=6.002), showing that pupils at school significantly more often experienced stress than at home. These results relate to Kutkienė's (2006) statement that stress and tension are among the most burning problems in today's schools. Studies conducted by other authors also confirm that pupils at school experience considerable tension due to large workload, encountered learning difficulties, difficulties of communication with teachers, bullying (Grant, 1998; Laskytė et al., 2008; Šiukštienė 2014).

Discussion

Research results disclosed that a very small share of adolescents who participated in the research acknowledged that they had never experienced stress, the majority of them experienced stress rarely and more than a third of adolescents acknowledged that they experienced stress often. Junior age adolescents much rarer than middle-aged adolescents and senior age adolescents experience stress often. Middle-aged adolescents and senior adolescents statistically significantly more often experience stress than junior age adolescents. These results can be related to an increased responsibility for commitments, expectations with respect to the future.

Girls indicate that they significantly more often experience anxiety and tension than boys. This trend, which is also observed by other authors, can be explained by features that are more characteristic to girls than boys; i.e. girls' greater sensitivity to environmental requirements, a stronger sense of care, greater empathy to expectations of surrounding people.

Adolescents who live in a city more likely than the ones who live in a village or town acknowledge that they experience stress often. A larger share of adolescents who live both in a city and in a village state that they experience stress rarely and a very small share of adolescents who live in a city, town and village state that they have never experienced stress. The statistical analysis of the questionnaire data does not record a statistically significant difference between adolescents' place of residence; therefore, it can be stated that the residential place does not influence the frequency of adolescents' experienced stress.

Social environment, encompassing the school, home, the circle of friends, unfamiliar people, influences the frequency of stress experienced by adolescents. Adolescents experience stress and tension at school significantly more often than at home, among friends or unfamiliar people. Still, research results witness that a considerably higher proportion of adolescents experience stress at school

rarely and that there is a statistically significant difference between adolescents who experience stress at school often and the ones who experience it rarely. For this reason, the school as a social setting that is most often associated with adolescents' experienced stress cannot be treated as the main reason of experiencing stress and tension even if stress and tension are one of the most relevant problems of today's school.

References

- Burke, R. H. (2009). *An Introduction to Criminological Theory*. Devon: Willan Publishing. Third Edition.
- Bubelienė, D., & Merkys, G. (2012). Pedagogų streso socialinis konstravimas ir jo atspindžiai profesinėje spaudoje. *Acta Paedagogica Vilnensia*, 29, 100–110.
- Colman, A. M. (2015). *A Dictionary of Psychology (4 ed.)*. Oxford University Press. Retrived from <http://www.oxfordreference.com/view/10.1093/acref/9780199657681.001.0001/acref-9780199657681-e-8038?rskey=UXgrMF&result=8517>
- Encyclopædia Britannica. Retrived from <http://www.britannica.com/biography/Hans-Selye>.
- Europos saugos ir sveikatos darbe agentūra (2009). Europos Sąjungos nuomonių apklausa apie darbo saugumą ir sveikatos apsaugą. Retrived from <https://osha.europa.eu/lt/surveys-and-statistics-osh/european-opinion-polls-safety-and-health-work/european-opinion-poll-occupational-safety-and-health-2009>.
- Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2004). Coping: Pitfalls and Promise. *Annual Review of Psychology*, 55, 745–774.
- Frydenberg, E., & Lewis, R. (1993). *Adolescent Coping Scale: Manual*. Melbourne: ACER press.
- Grakauskas, Ž., & Valickas, G. (2006). Streso įveikos klausimynas: keturių faktorių modelio taikymas. *Psichologija*, 33, 64-75.
- Grant, W. (1998). *Nuo 13 iki 19. Tėvų vadovas į paauglystės metus*. Kaunas: Šviesa.
- Kalpokienė, V., & Gudaitė, G. (2007). Elgesio sutrikimų turinčių paauglių Ego funkcijos ir jų ryšys su įveikos strategijomis. *Psichologija*, 35, 42–54.
- Kepalaitė, A. (2013). Socialinės pedagogikos pirmo kurso studentų streso įveikos ypatumai. *Specialusis ugdymas*, 2 (29), 94–101.

- Klizas, Š., & Šulnienė, R. (2012). Stresas pedagogų darbe priklausomai nuo ugdymo įstaigos. *Sveikatos mokslai*, 22 (5), 5–8.
- Klizas, Š., Klizienė, I., & Talačka, D. (2013). Paauglių mokyklinio nerimo ypatumai priklausomai nuo lyties. *Visuomenės sveikata*, 2 (23), 54–57.
- Kutkienė, L. (2000). Vaikų mokyklinio nerimo aktualijos ir mokytojų rengimas. *Švietimo reforma ir mokytojų rengimas: VII tarptautinė mokslinė konferencija*. Vilnius: VPU, 119–125.
- Kutkienė, L. (2006). *Pilnų ir nepilnų šeimų 13–18 metų paauglių streso įveikos strategijų ir emocinio intelekto sąsajos*. VPU: Psichologijos katedra.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.
- Laskytė, A., Žemaitienė, N., & Vaitkevičius, R. (2008). Lietuvos paauglių sąmoningo savęs žalojimo ir stresą keliančios gyvenimo patirties sąsajos. *Visuomenės sveikata*, 4 (43), 56–63.
- Loikienė, O., & Pileckaitė-Markovienė, M. (2013). Aukštųjų mokyklų dėstytojų ir bendrojo ugdymo mokyklų mokytojų darbe patiriamo streso įveikos stiliai. *Pedagogika*, 109, 78–85.
- Makari J., & Zaborskis A. (2000). Moksleivių savijauta ir jos sąsaja su psichologine mokyklos aplinka. *Medicina*, 36 (4), 332–341.
- Martišauskienė, E. (2004). Mokyklinio nerimo ir dvasinės sklaidos paralelės paauglystėje. *Pedagogika*, 73, 118–123.
- Merkys, G., & Bubelienė, D. (2009). Profesinis stresas pedagogų akimis: grupinių interviu rezultatai. *Mokslas ir edukaciniai procesai*, 2 (9), 115–134.
- Parker, J. D. A., & Endler, N. S. (1992). Coping With Coping Assessment: A Critical Review. *European Journal of Psychology*, 6, 321–344.
- Pikūnas, J., & Palujanskienė, A. (2001). *Asmenybės vystymasis. Kelias į savęs atradimą*. Vilnius: Pasaulio lietuvių kultūros, mokslo ir švietimo centras.
- Šiukštienė, A., & Pileckaitė-Markovienė, M. (2014). Paauglio streso klausimyno lietuviškos versijos kai kurios psichometrinės charakteristikos. *Tarptautinis psichologijos žurnalas: biopsichosocialinis požiūris*, 14, 9–28.
- Valickas, G., Želvienė, P., & Grakauskas, Ž. (2010). Patobulinto keturių faktorių streso įveikos klausimyno psichometriniai rodikliai. *Psichologija*, 41, 96–110.
- Zaborskis, A., Makari, J., & Žemaitienė, N. (2002). Lietuvos moksleivių psichologinė būseną. *Biomedicina*, 2 (2), 107–112.

Kriukova, T. L. (2010). *Методы изучения совладающего поведения: три копинг-шкалы* [Methods of coping research: three coping scales]. Kostroma.

STRESS EXPERIENCED BY ADOLESCENTS IN THE CONTEXT OF THE ANALYSIS OF DEMOGRAPHIC VARIABLES

Daiva Alifanovienė, Asta Vaitkevičienė,
Odetta Šapelytė, Danutė Šarauskienė

Summary

The article deals with the characteristics of stressful situations experienced by adolescents. In adolescence, a lot of biological, psychological and social problems arise: physical changes, personality identification, changing relationships in the family and among peers, growing responsibility. The number of studies analysing the most burning stressful situations of different age persons encountered by adolescents and young people is insufficient. It can be stated that there is a lack of reliable methodologies for investigating manifestation and analysis of stressful situations of adolescents and young people adapted to Lithuanian socio-cultural context.

Research aim: to disclose the characteristics of stress experienced by adolescents, depending on demographic factors.

Research object: the characteristics of stressful situations experienced by adolescents, considering demographic variables (age, gender, place of residence, social environment).

Research Methodology and Sample

The sample was formed using purposive convenience sampling. The study was attended by adolescents (N=249) from various Lithuanian cities (N=110), villages (N=79) and towns (N=60). The questionnaire survey used for the analysis of peculiarities of stress experienced by adolescents consisted of 3 parts: 1) demographic questions, 2) questions about the most often experienced anxiety and tension in different environments, 3) Frydenberg's and Lewis' (1993) adolescent coping scale questionnaire adapted by Kriukova (2010), which reveals how adolescents cope with stress and difficulties.

Generalisations

Research results disclosed that a very small share of adolescents who participated in the research acknowledged that they had never experienced stress, the major share experienced stress rarely and over a third of adolescents stated that they experienced stress often.

Empirical results show that girls significantly more often experience anxiety and tension than boys. This trend, which is also observed by other authors, can be explained by features that are more characteristic to girls than boys; i.e. girls' greater sensitivity to environmental requirements, a stronger sense of care, greater empathy to expectations of surrounding people.

The statistical analysis of the questionnaire data does not record a statistically significant difference between adolescents' place of residence; therefore, it can be stated that the residential place does not influence the frequency of stress experienced by adolescents.

Social environment, encompassing the school, home, the circle of friends, unfamiliar people, influences the frequency of stress experienced by adolescents. Adolescents experience stress and tension at school significantly more often than at home, among friends or unfamiliar people. Still, research results witness that a considerably higher proportion of adolescents experience stress at school rarely and that there is a statistically significant difference between adolescents who experience stress at school often and the ones who experience it rarely.