

# INFORMACIJOS SKLAIDA STUDENTAMS APIE PSICHOLOGINĖS PAGALBOS PASLAUGĄ KAUNO KOLEGIJOS ATVEJU

Rasa Gaižiūnaitė, Daiva Stankevičiūtė-Volkauskienė

*Kauno kolegija*

**Anotacija.** Kauno kolegijoje paramos sistema funkcionuoja nuo 2021 m. pabaigos ir jos informacijos sklaidos strategija tebesiformuoja, o 2023 m. studijavę asmenys teigė, jog psichologinės pagalbos paslauga yra reikalinga, informacijos sklaida apie ją turi būti suprantama, prieinama studentams patraukliomis priemonėmis. Kauno kolegijos atvejo analizėje detaliau aiškinamasi apie psichologinės pagalbos aktualumą studentams institucijos informacinio tipo sklaidos priemonėmis remiantis 2023 m. studentų nuomonės tyrimu, kuriame studentų ir tyrėjų rekomenduota aktyvinti minėtą paslaugą. Straipsnyje keliamas probleminis klausimas – kaip patobulinti informacijos sklaidą studentams apie psichologinės pagalbos paslaugą Kauno kolegijoje? Tyrimo tikslas – nustatyti Kauno kolegijos informacijos sklaidą studentams apie psichologinės pagalbos paslaugą. Tyrime taikyti mokslinės literatūros, atvejo analizės, turinio analizės, apklausos raštu metodai. Tyrimo uždaviniai koreliuoja su turinio analize ir apklausa: turinio analizės metodu identifikuojamos institucijos informacijos sklaidos priemonės ir jų turinys, skirtas studentams, apie paramos paslaugos komponentę – psichologinę pagalbą; apklausos metodu atskleidžiama studentų nuomonė apie Kauno kolegijos informacijos sklaidos priemonių ir jų turinio aktualumą fokusuojantis į paramos paslaugos komponentę – psichologinę pagalbą. Pagal abiejų metodų taikymo rezultatus, išryškinama, kokią informaciją studentai pastebėjo ir pageidautų gauti, pasinaudojo ir norėtų pakartotinai pasinaudoti paslaugomis bei pateikiamos rekomendacijos informacijos sklaidos organizavimui apie šią paslaugą tobulinti. Tyrimo rezultatais atskleista, kad atsižvelgiant į respondentų nuomonę bei pasitelkiant informacijos sklaidos strategiją, orientuotą į *Dienotvarkės nustatymo* ir *Žiniasklaidos rėmų* teorijų principus, reikalinga išlaikyti daugiaveiką sklaidos priemonėse intensyviausiai (periodiškai – kartą per mėnesį) studentams komunikuojant institucijos e. paštu ir socialiniais tinklais temomis apie streso įveiką, viešąjį kalbėjimą, laiko planavimą, bendrąją informaciją apie psichologinę sveikatą ir emocinę savijautą, individualių konfidencialių psichologo konsultacijų mechanizmo institucijoje veikimą.

**Reikšminiai žodžiai:** paramos paslauga, psichologinė pagalba, informacijos sklaida

## Įvadas

2023 m. vasario mėnesio 14–28 dienomis atlikta Kauno kolegijos (toliau – Kolegija) studentų apklausa apie informavimą **paramos** klausimais, kurioje dalyvavo 573 iš 4036 tuo laikotarpiu Kolegijoje studijavusių asmenų (iš visų studijų programų I–IV kursų nuolatinųjų ir iššestinių studijų), o iš jų 52 proc. teigė, kad **psichologinė pagalba** jiems yra *labai aktuali* arba *aktuali* (Gaižiūnaitė ir Stankevičiūtė-Volkauskienė, 2023).

Kolegijoje tyrimai būtent psichologinės pagalbos tema aktyviai vykdomi administraciniu lygmeniu, tačiau mokslinių tyrimų institucijos atveju vykdyta nėra, nes *akademinei ir neakademinei paramos* sistema, kurios viena iš 14 komponentių yra ir psichologinė pagalba, funkcionuoja neseniai – nuo 2021 m. (Kauno kolegijos direktorato pasitarimo protokolas, 2021).

*Paramos studentams* sąvokai identifikuoti Kolegija naudoja Tamulienės (2014) apibrėžimą, kuriame nusakoma, kad tai „aukštosios mokyklos teikiamų paslaugų sistema, kuri padeda išpildyti studento emocinius, akademinus bei socialinius poreikius ir sudaro prielaidas studento asmeninei gerovei bei studijų sėkmei užtikrinti“ (Kauno kolegijos direktorato pasitarimo protokolas, 2021; Gaižiūnaitė ir Volkauskienė, 2023).

Viena paramos paslaugų Kolegijoje – **psichologinė pagalba**. Tai tokia pagalba, kai specialistai įvertina asmenines būdo savybes, ugdomosi bei tobulėjimo problemas ir kartu su asmeniu randa geriausius sprendimo būdus (Myers ir DeWall, 2021). Šiuo požiūriu vadovaujasi ir Kolegija. Viena ryškesnių psichologinės pagalbos raiškų yra konsultavimas. *Psichologinis konsultavimas* – tai psichologo ir kliento sąveika, kurios tikslas padėti spręsti kliento emocinius ir elgesio sunkumus. Priklausomai nuo sunkumų sudėtingumo, konsultavimas gali būti vienkartinis arba trukti ilgesnį laiką (Bagdonas ir Bliumas, 2019).

Užsienio šalių tyrimuose psichologinė parama dažniausiai reiškiasi gerovės (angl. *well-being*) kontekstuose, Lietuvos tyrėjai kalba apie studentų psichikos sveikatą ir (arba) psichoemocinę savijautą. Pagrindiniai studentų paramos akcentai – streso įveikos, emocinė būseną, psichologinis atsparumas – tirti Jonušienės (2014), Palinauskienės ir Rakauskienės (2018), Poots ir Clasidy (2020), Iravan ir kt. (2020), Siu ir kt. (2021), Palačionytės ir kt. (2023), Simons ir Bird (2023), Zang (2024), Köning ir kt. (2024) bei kt. autorių. Australijos mokslininkai Crawford ir kt. (2024), atlikę ilgalaikį tyrimą, apibrėžusį 6 metų laikotarpį

kontinento aukštosiose mokyklose, pastebėjo tendenciją, kad studentų gerovė, įskaitant ir psichologinę pagalbą, koreliuoja su aukštųjų mokyklų studentų išlaikymu ir „nubyrėjimu“ bei priklausymo organizacijai jausmu, taipogi organizacijos reputacija, todėl svarbu studijuojantiems suteikti kokybiškas paslaugas bei efektyviai komunikuoti.

Kalbant apie informacijos sklaidą (informacinio tipo, kurį galima pastebėti organizacijų ryšiuose su visuomene, žiniasklaidoje) įvairiomis tematikomis, reikalinga, kad informacija būtų prieinama ir tikslinga tam tikrai konkrečiai auditorijai. *Žiniasklaidos rėmų* (angl. *Media Framing*) ir *Dienotvarkės nustatymo* (angl. *Agenda Setting*) teorijų šalininkai teigia, jog organizacijai svarbu, kad sklaidos priemonė ir jos turinys būtų atpažįstamas per auditorijos patirtis bei laikomasi periodiškumo; ypač tai akcentuotina šiandienos socialinių tinklų vartotojų erdvėje (Güran ir Özarslan, 2022; Roslyng ir Dindler, 2023). Kolegijos tikslinės auditorijos – studentų – charakteristika: amžius – 18–25 metai, tai karta, kuri veikia *medijų terpėje*, jai priimtini kuo trumpesni tekstai, videoinformacija, pasitiki ne tik ekspertų nuomonėmis, o geraisiais pavyzdžiais gali tapti bendraamžiai, viešojoje erdvėje pastebimi asmenys, atliekantys nuomonės formuotojo (angl. *influencer*) vaidmenį (Gaižiūnaitė ir Stankevičiūtė-Volkauskienė, 2023).

Informacijos sklaida Kolegijoje apie psichologinę pagalbą vyksta įvairiomis priemonėmis lietuvių ir anglų kalbomis. Informacija skelbiama institucijos interneto svetainės skiltyse „Parama studentams“, „Studijos ir negalia“, „Student Support“, „Psychological Help“, naujienų skilties „Informacija“ sraute. Pranešimai pateikiami Kolegijos socialinių tinklų „Facebook“ paskyroje, „YouTube“ kanale, informaciniuose LCD ekranuose, informacija siunčiama specialiu e. paštu *parama@go.kauko.lt* (į grupinį e. paštą *studentams@go.kauko.lt* – laišku vienu išsiuntimu automatiškai išskirstomi kiekvienam studentui individualiai), organizuojamos individualios kontaktinės ir nuotolinės konsultacijos bei grupiniai mokymai, atsparumo didinimo iniciatyvos.

Informacijos sklaida studentams vyksta institucijos paramos studentams koordinatoriui (Studentų reikalų ir karjeros skyrius) inicijuojant ir bendradarbiaujant su psichologinę pagalbą teikiančiais specialistais, Rinkodaros ir komunikacijos skyriumi bei kitais padaliniais.

Kauno kolegijos veiklos savianalizės suvestinėje (2022) pateikiama, kad institucijoje nuo 2019 m. spalio mėnesio pradėtos teikti nemokamos konfidencialios psichologinės konsultacijos Kolegijos studentams 3 kalbomis. Studijuojančiuosius nuotoliu arba kontaktu konsultuoja 3 specialistai, taip pat siūloma naudotis ir šalies lygmeniu teikiamomis psichologinės pagalbos paslaugomis. Studentai pagalbos gali kreiptis, kai patiria emocinius sunkumus, jeigu kamuoja nerimas, vienišumo jausmas, liūdesys, atsiranda nesutarimų su aplinkiniais, sunku priimti sprendimus. Dėl konsultacijų galima kreiptis ne tik asmeniniais, bet ir su studijomis susijusiais klausimais: dėl laiko planavimo, efektyvaus mokymosi, motyvacijos stokos, viešo kalbėjimo ir pan.

Gaižiūnaitės ir Stankevičiūtės-Volkauskienės (2023) atliktame tyrime identifikuota, kad psichologinė parama studentams yra aktuali, o Kolegijoje pati paramos sistema funkcionuoja nuo 2021 m. pabaigos ir jos informacijos sklaidos strategija tebesiformuoja informacijos viešinimo priemonių ir jų turinio aspektais, todėl tyrime keliamas **probleminis klausimas** – kaip patobulinti informacijos sklaidą studentams apie psichologinės pagalbos paslaugą Kolegijoje?

**Tyrimo tikslas** – nustatyti Kolegijos informacijos sklaidą studentams apie psichologinės pagalbos paslaugą.

#### **Uždaviniai:**

1. identifikuoti Kolegijos informacijos sklaidos priemones ir jų turinį, skirtą studentams, apie paramos paslaugos komponentę – psichologinę pagalbą;
2. atskleisti Kolegijos studentų nuomonę apie informacijos sklaidos priemonių ir jų turinio aktualumą fokusuojantis į paramos paslaugos komponentę – psichologinę pagalbą.

**Objektas** – informacijos sklaida Kolegijos studentams apie psichologinę pagalbą.

**Metodai:** mokslinės literatūros analizė, turinio (angl. *content*) analizė, anketinė apklausa, atvejo analizė.

#### **Tyrimo organizavimas ir metodika**

Tyrimui pasirinkta aukštojo mokslo institucijos – Kauno kolegijos – **atvejo analizė**. Tyrimas organizuotas atliekant Kolegijos:

1. informacijos sklaidos priemonių **turinio analizę** apie psichologinę pagalbą (pastaba: tiriamos **tik informacinio tipo** Kolegijos sklaidos priemonės);

2. studentų **anketinę apklausą**, kurioje atskleidžiama studentų nuomonė, kaip respondentai Kolegijos sklaidos priemonėse pastebi bei pasinaudoja jiems aktualia informacija apie psichologinę pagalbą, kokias priemones ir turinį šios sklaidos *rėmuose*, anot respondentų, reikalinga diegti, įveiklinti aktyviau.

**Turinio analizei** įgyvendinti pasirinktos visos priemonės, kuriose vykdyta informacinio tipo informacijos sklaida studentams. Kriterijai skirstomi pagal priemonių raišką:

- **Interneto svetainė:** kokybiniu aspektu – informacijos sklaidos formatai ir publikacijos, tematiškai *įrėmintos* kaip psichologinė pagalba Kolegijos interneto svetainės skiltyse bei poskiltyse lietuviškoje (LT) ir angliškoje (EN) interneto svetainės versijose; kiekybiniu aspektu – publikacijų apie psichologinės pagalbos teikimą kiekis (tik naujienu skiltyje, nes kitose skiltyse kiekybinio tyrimo neįmanoma atlikti);
- **socialinio tinklo „Facebook“ paskyros:** kokybiniu aspektu – informacijos sklaidos formatai ir įrašai, tematiškai *įrėminti* kaip psichologinė pagalba; kiekybiniu aspektu – paskyrų, įrašų jose apie psichologinės pagalbos teikimą kiekis, viešai matomas grįžtamasis ryšys, videoperžiūrų skaičius;
- **„YouTube“ kanalas:** kokybiniu aspektu – informacijos sklaidos formatai, tematiškai *įrėminti* kaip psichologinė pagalba; kiekybiniu aspektu – videoperžiūrų skaičius;
- **LCD ekranai:** kokybiniu aspektu – informacijos sklaidos formatai ir pranešimai, tematiškai *įrėminti* kaip psichologinė pagalba; kiekybiniu aspektu – informacinių lokacijų kiekis Kolegijos akademinėse ir neakademinėse patalpose;
- Studentų reikalų ir karjeros skyriaus inicijuoti **įvykiai** (angl. *event*): kokybiniu aspektu – sklaidos renginių formatai, tematiškai *įrėminti* kaip psichologinė pagalba; kiekybiniu aspektu – organizuotų sklaidos renginių ir individualių konsultacijų kiekis;
- **e. paštas *parama@go.kauko.lt*** siųstos informacijos (į e. pašta *studentams@go.kauko.lt*): kokybiniu aspektu – pranešimų formatai, tematiškai *įrėminti* kaip psichologinė pagalba; kiekybiniu aspektu – pranešimų kiekis.

Šis tyrimas pradėtas organizuoti 2023-12-01. Turinio analizėje orientuotasi į dviejų metų laikotarpį (2022–2023 m.), kurio kriterijus: fiksuoti pirmas ir paskutinis laikotarpio pranešimai *psichologinės pagalbos kaip paramos* tematika institucijos informacijos sklaidos priemonėse po pagal Kauno kolegijos direktorato pasitarimo protokolą (2021) įsigaliojusios *akademinės ir neakademinės paramos* sistemos, kurios komponentė esti ir *psichologinė pagalba*. Konkretizuojant tai yra **2022-01-12 – 2023-10-17**.

Atliktos dvi virtualios anoniminės **apklausos**. Tikslinės auditorijos – visi Kolegijos nuolatinį ir iššestinių studijų I–IV kursų lietuviakalbiai ir anglakalbiai studentai. Viena apklausa skirta studijų programų, realizuojamų lietuvių k., studentams, kita – studijų programų, realizuojamų anglų k., studentams (realizuojamas studijų programas anglų k. dažniausiai renkasi Lietuvos arba kitos šalies piliečiai, nekalbantys lietuviškai; jiems skirta informacija yra Kolegijos sklaidos priemonėse anglų k.). Vykdam apklausas rinkti kiekybinio ir kokybinio pobūdžio duomenys. Institucijos duomenimis, 2024 m. vasario 1 d. Kolegijoje lietuvių k. realizuojamose studijų programose studijavo 4010 asmenų, anglų k. ir rusų k. realizuojamose studijų programose – 104, visiems siųsti individualūs kvietimai dalyvauti apklausoje į Kolegijos suteiktą asmeninį elektroninį pašta. Apklausa sudaryta *LimeSurvey* įrankiu, platinta 2024-02-26 – 2024-03-19 (lietuvių k.), 2024-02-26 – 2024-03-25 (anglų k.). Klausimyną sudaro 13 klausimų lietuviakalbiams ir 12 klausimų anglakalbiams, koreliuojančių su turinio analize; klausimų kategorijos: studijuojančiųjų charakteristika (klausimynas anglakalbiams vienu klausimu trumpesnis – nepateiktas klausimas apie studijų formą (NL, I), nes visi anglakalbiai studijuoja NL forma), studentų pastebėta informacija apie psichologinę pagalbą Kolegijos informacijos sklaidos priemonėse (turinio analizės laikotarpiu) ir studentų poreikis gauti informaciją apie psichologinę pagalbą Kolegijos informacijos sklaidos priemonėmis. Tyrime lietuvių k. dalyvavo 387 studentai (reikalinga minimali imtis – 351), tyrime anglų k. dalyvavo 7 studentai (reikalinga minimali imtis – 83), reprezentatyvumas pasiektas tik apklausoje lietuvių k., studijų programų, realizuojamų anglų k., respondentai nebuvo aktyvūs. Apskaičiuota pasitelkiant platformoje *Raosoft* (2024) įdiegtą skaičiuoklę, kai tikimybė – 95 proc., paklaida – 5 proc., populiacija – 4010 ir 104. Duomenys apdoroti *SPSS 20 for Windows* programa.

**Etika.** Akcentuotina, kad atliekant turinio analizę Kolegijos interneto svetainėje ir socialiniuose tinkluose kiekybiniu aspektu netiriamas informacijos produktų pasiekiamumas (angl. *reach*), kokybiniu ir kiekybiniu aspektais – studentų grįžtamojo ryšio turinys į e. pašta *parama@go.kauko.lt* ir kokybiniu aspektu – individualių psichologinių konsultacijų turinys dėl studijuojančiųjų konfidencialumo užtikrinimo. Vykdam anketinę apklausą konfidencialumas respondentams taipogi buvo užtikrintas.

## Informacijos sklaida Kolegijos studentams apie psichologinę pagalbą: turinio analizė

Kolegijos sklaidos priemonių turinio analizė apie psichologinę pagalbą atliekama *Dienotvarkės nustatymo* ir *Žiniasklaidos rėmų* teorijų kontekste. „*Dienotvarkės nustatymo* ir *Žiniasklaidos rėmų* teorijos yra labai susijusios, o jų pagrindinė skirtis yra psichologinis teorijų pagrindas. *Dienotvarkės nustatymo* teorija labiau tiria informacijos **pricinamumo** (pateikimo dažnio ir vietos) įtaką auditorijai, o *Žiniasklaidos rėmų* – informacijos pateikimo panaudojant **konkrečius vaizdinius ar žodžius**. *Dienotvarkės nustatymo* teorija daugiau žvelgia į kiekybinę informacijos pateikimą, o *Žiniasklaidos rėmų* – į kokybinius turinio aspektus“ (Tauraitė, 2020). Teorijos šiandien taikomos ne tik žiniasklaidos, bet ir organizacijų ryšių su visuomene veiklose.

**Interneto svetainėje** (adresas – [www.kaunokolegija.lt](http://www.kaunokolegija.lt)) informacijos sklaidai skiriama keletas skilčių ir poskilčių lietuvių ir anglų k. Interneto svetainės naujienų srauto skiltyje „Informacija“ pateikiamos 3 publikacijos lietuvių k. (žr. lentelę Nr. 1.).

1 lentelė. Informacijos sklaida Kolegijos interneto svetainės (po)skiltyse (sudaryta autorių)

Sklaida			
Formatas	Tematinis rėminimas	Data	
Poskiltis „Psychological Help“ interneto svetainės EN versijoje, skiltyje „Students“ ( <a href="https://www.kaunokolegija.lt/en/psychological-help/">https://www.kaunokolegija.lt/en/psychological-help/</a> )	Apie <b>galimų pokalbių orientacines temas</b> , konsultuojančio psichologo anglų k. kontaktai.	Nuo 2021-12	
Poskiltis „Parama studentams“ interneto svetainės LT versijoje, skiltyje „Studentams“ ( <a href="https://www.kaunokolegija.lt/studentams/parama-studentams">https://www.kaunokolegija.lt/studentams/parama-studentams</a> ).	Pateikiama informacija skirstoma į akademinę ir neakademinę paramą, integruota informacija ir apie <b>psichologinę pagalbą</b> : nusakyti nemokamai pagalbą teikiančių psichologų kontaktai, konsultacijų organizavimo galimybės, psichologinės pagalbos poreikio atpažinimas – kokiu atveju reikalinga ieškoti psichologinės pagalbos.	Nuo 2022-02	
Poskiltis „Student Support“ interneto svetainės EN versijoje, skiltyje „Students“, ( <a href="https://www.kaunokolegija.lt/en/student-support/#1639590258168-807e313e-6f97">https://www.kaunokolegija.lt/en/student-support/#1639590258168-807e313e-6f97</a> ).		Nuo 2022-03	
Naujienų srauto <b>skiltis „Informacija“</b> interneto svetainės LT versijoje.	Išplėstinė žinutė.	Informacija, jog startavo psichologinio atsparumo didinimo iniciatyva „paSTIPRINK“, kuri tęsiasi 3 mėnesius. Iniciatyvos tikslas – priminti bendruomenės nariams, kaip <b>svarbu yra rūpintis savo psichologine sveikata</b> ir emociškai savijauta ( <a href="https://www.kaunokolegija.lt/kauno-kolegijoje-startuoja-psichologinio-atsparumo-didinimo-iniciatyva-pastiprink/">https://www.kaunokolegija.lt/kauno-kolegijoje-startuoja-psichologinio-atsparumo-didinimo-iniciatyva-pastiprink/</a> ).	2023-03-16
	Straipsnis (publikuotas ir naujienų portale „Lrytas.lt“).	Apie <b>patyčių sampratą</b> , atpažinimą, pagalbos teikimą patiriantiems patyčias asmenims ( <a href="https://www.kaunokolegija.lt/psichologe-m-guptor-svarbu-nelaikyti-patyciu-normaliu-reiskiniu-is-kurio-vaikai-isaugs/">https://www.kaunokolegija.lt/psichologe-m-guptor-svarbu-nelaikyti-patyciu-normaliu-reiskiniu-is-kurio-vaikai-isaugs/</a> ).	2023-04-05
	Straipsnis (publikuotas ir LRT naujienų portale).	Apie <b>psichologinės savijautos gerinimą</b> ( <a href="https://www.kaunokolegija.lt/gamtos-terapija-nauda-ne-tik-emocinei-bet-ir-fizinei-sveikatai/">https://www.kaunokolegija.lt/gamtos-terapija-nauda-ne-tik-emocinei-bet-ir-fizinei-sveikatai/</a> ).	2023-05-18

**Socialinio tinklo „Facebook“ paskyros ir jų integracija su „YouTube“ kanalu.** Pranešimų formatai yra trumpieji tekstiniai įrašai, vizualizuojami infografiniais vaizdais arba videoįrašais, skleidžiamais 2 priemonėse: pagrindinėje Kolegijos socialinio tinklo „Facebook“ paskyroje (<https://www.facebook.com/Kauno.kolegija>) ir nuo 2023-08-31 funkcionuojančioje, į Kolegijos paramos sistemą studentams orientuotoje, paskyroje „Kauno kolegijos studentams“ (<https://www.facebook.com/kaunokolegijosstudentams>). Videosklaidos atvejais „Facebook“ įrašai integruojami su „YouTube“ kanalu. Informuojama lietuvių k.

Tiriamu laikotarpiu socialinio tinklo paskyroje „Kauno kolegijos studentams“ pateiktas 1 pranešimas: 2023-10-17 paskelbtas trumpasis įrašas **apie psichologo konsultacijas** Kolegijos studentams, nes tą dieną minima Pasaulinė psichikos sveikatos diena. Įrašo turinyje – informacija apie teikiamas nemokamas konfidencialias psichologų konsultacijas, kurios vyksta darbo dienomis kontaktiniu arba nuotoliniu būdu, iš anksto suderintu laiku, pristatomos psichologų nuotraukos, kontaktai. Įrašas sulaukė 5 „Like“ reakcijų (2023-12-23 duomenimis).


Kiti pranešimai skelbti Kolegijos socialinio tinklo „Facebook“ **pagrindinėje** paskyroje:

- **2022-11-24.** Trumpasis įrašas **apie psichologinę pagalbą**. Tai 2022-04-29 – 2022-11-24 įgyvendintos informacinės kampanijos studentams įrašas, šios kampanijos metu viešintos akademinės ir neakademinės

paramos paslaugos (paskelbta 14 vieningą vizualinį stilių išlaikančių pranešimų, periodiškai publikuotų kas antrą savaitę savaitės pabaigoje, **kurių vienas – apie psichologinę pagalbą**; į kampanijos kūrimo procesą buvo įtraukti studijų programos *Taikomoji komunikacija* studentai. Įrašas sulaukė 5 „Like“ reakcijų (2023-12-23 duomenimis), tačiau galima daryti prielaidą, kad susidomėjimas / paslaugos reikalingumas gali būti didesnis, nes po atlikto reakcinio veiksmo kiti socialinio tinklo vartotojai gali interpretuoti, kad sureagavusiam asmeniui reikalinga psichologo pagalba, o jis to nenori viešai akcentuoti;

- **2023-02-07.** 1 min 2 sekundžių trukmės raginamojo / padrąsinamojo turinio pobūdžio subtitruotas videoįrašas „**Nemokamos psichologo konsultacijos Kauno kolegijoje**“ (<https://www.facebook.com/Kauno.kolegija/videos/1239662093307126>). Pranešime matomos dvi asmenybės – *Taikomosios komunikacijos* studijų programos absolventas, kuris yra atpažįstamas Kolegijos studentų, juo pasitikima, nes aktyviai veikė studentų atstovybėje ir dirba Kolegijos Rinkodaros ir komunikacijos skyriuje, įrašė taip pat kalba psichologinę pagalbą teikiantis specialistas. Sulaukta 39 „Like“ reakcijų, pasiekimų skaičius siekė 1,2 tūkst. (2023-12-23 duomenimis). Šis videoįrašas integruojamas ir su Kolegijos „YouTube“ kanalu (<https://www.youtube.com/watch?v=rNEhJISBPw>), publikacijos peržiūrų skaičius šiame TV kanale – 194 (2023-12-23 duomenimis);
- **nuo 2023-03-16** įgyvendinta 3 mėnesių trukmės **psichologinio atsparumo didinimo iniciatyva „paSTIPRINK“**. Identifikacijai pasitelktas saitažodis #pastiprink (<https://www.facebook.com/search/top?q=%23pastiprink>). Paskelbta 11 informacinių įrašų: pirmame – videoturinys apie iniciatyvą, kituose – Kolegijoje dirbančių įvairaus tipo ekspertų ir beasmeniai bendrojo pobūdžio praktiniai patarimai Kolegijos bendruomenei pagal nacionalinio projekto „Pagalba sau“ (<https://pagalbasau.lt/apie-projekta/>) duomenis; sukurti vieningo stiliaus infografiniai paveikslai, periodiškai publikuoti ketvirtadieniais (žr. lentelėje Nr. 2.).

**2 lentelė.** Informacijos sklaida Kolegijos socialinio tinklo „Facebook“ pagrindinėje paskyroje: psichologinio atsparumo didinimo iniciatyva „paSTIPRINK“ (sudaryta autorių)

Sklaida			
Formatas	Tematinis rėminimas	Reakcijos	Data
Trumpasis vizualizuotas pranešimas	Saitažodis #pastiprink. Įrašų vizualinio stiliaus pvz.: 	„Like“ paspaudimai ir peržiūros (2024-01-17 duomenimis)	2023-03-16 – 2023-05-25
Trumpasis įrašas ir videoįrašas	1. 33 sekundžių trukmės startinis videoįrašas apie iniciatyvos tikslą, kuriame kalba Kolegijos darbuotojai ir studentai ( <a href="https://www.facebook.com/search/top?q=kauno%20kolegija%20pastiprink">https://www.facebook.com/search/top?q=kauno%20kolegija%20pastiprink</a> ).	Reakcijų „Like“ skaičius – 27, peržiūrų skaičius – 808.	2023-03-16
Trumpasis įrašas ir infografinis vaizdas	2. Informacija apie nacionalines <b>nemokamas pagalbos linijas</b> telefonu.	Reakcijų „Like“ skaičius – 19.	2023-03-23
	3. <b>Savipagalbos e. programėlių</b> (angl. <i>apps</i> ) rekomendacijos.	Reakcijų „Like“ skaičius – 12.	2023-03-30
	4. Informacija apie <b>patyčių sampratą, atpažinimą</b> , pagalbos teikimą patiriantiems patyčias asmenims, jame pateikta nuoroda į Kolegijos interneto svetainėje publikuojamą straipsnį, kuriame – Kolegijos studentus konsultuojančio psichologo patarimai.	Reakcijų „Like“ skaičius – 4.	2023-04-06
	5. Praktinis patarimas, <b>kaip išvengti nemigos</b> .	Reakcijų „Like“ skaičius – 11.	2023-04-13
	6. Praktinis patarimas, <b>kaip sumažinti stresą</b> .	Reakcijų „Like“ skaičius – 4.	2023-04-20
	7. Priminimas, kad Kolegijoje vyksta <b>psichologinės konsultacijos</b> .	Reakcijų „Like“ skaičius – 13.	2023-04-27
	8. Praktinis patarimas, kaip išvengti <b>perdegimo sindromo</b> .	reakcijų „Like“ skaičius – 15.	2023-05-04

Sklaida			
Formatas	Tematinis <i>rėminimas</i>	Reakcijos	Data
	<b>9. Praktinis patarimas, kaip pagerinti darbo, mokymosi produktyvumą.</b>	Reakcijų „Like“ skaičius – 15.	2023-05-11
	<b>10. Įrašas apie psichologinės savijautos gerinimą, pateikta nuoroda į Kolegijos interneto svetainėje publikuojamą straipsnį, kuriame – psichologo-psichoterapeuto, kuris yra ir institucijos lektorius, patarimai studentams.</b>	Reakcijų „Like“ skaičius – 10.	2023-05-18
	<b>11. Trumpasis įrašas kaip kvietimas į viešojo kalbėjimo eksperto, Kolegijos lektoriaus, atvirą paskaitą tema „Kaip valdyti jaudulį ir įtikinančiai kalbėti baigiamojo darbo pristatymo metu“.</b>	Reakcijų „Like“ skaičius – 11.	2023-05-25

**LCD ekranai.** Kolegijos administraciniuose ir akademinuose padaliniuose (patalpose) veikia 7 LCD ekranai, kuriuose institucijos bendruomenei transliuojami informaciniai pranešimai. Sklaida vyksta lietuvių k. Tiriamu laikotarpiu vykdyta sklaida pateikiama lentelėje Nr. 3.

**3 lentelė.** Informacijos sklaida LCD ekranuose (sudaryta autorių)

Sklaida		
Formatas	Tematinis <i>rėminimas</i>	Laikotarpis
Videoįrašas	Psichologinio atsparumo didinimo <b>iniciatyvos „paSTIPRINK“</b> pranešimas (integruotai pateiktas ir Kolegijos socialiniame tinkle „Facebook“).	2023-03-16 – 2023-05-25
	Subtitruotas pranešimas <b>„Nemokamos psichologo konsultacijos Kauno kolegijoje“</b> (integruotai pateiktas ir institucijos socialiniame tinkle „Facebook“ bei „YouTube“ kanale).	Nuo 2023-02-01 iki tiriamo laikotarpio pabaigos (sklaida vykdyta ir po tiriamo laikotarpio, tačiau pabaigos data neidentifikuota, nes tyrimui nebeaktualu).

**Studentų reikalų ir karjeros skyriaus inicijuoti įvykiai.** Vyko grupiniai mokymai ir individualios konfidencialumą užtikrinančios konsultacijos įvairiuose akademinuose padaliniuose – Akademiname miestelyje (Pramonės pr. 20, Kaunas), Menų ir ugdymo fakultete (A. Mackevičiaus g. 27, Kaunas), Medicinos fakultete (K. Petrausko g. 15, Kaunas) (žr. lentelėje Nr. 4.).

**4 lentelė.** Informacijos sklaida: įvykiai grupėms ir individualiai (sudaryta autorių)

Sklaida				
Formatas	Tematinis <i>rėminimas</i>		Kiekis	Data / laikotarpis
Grupiniai mokymai	Mokymai lietuvių k. siekiant padėti studentams <b>įveikti stresą</b> bei tinkamai <b>planuoti laiką</b> derinant darbą, studijas bei kitas veiklas. Mokymus vedė kviestiniai lektoriai, kurie viešoje e. erdvėje save pozicionuoja kaip ekspertai, teikiantys pagalbą būtent jaunimui.	3 kartotiniai mokymai po 2 val. „Streso atpažinimo ir įveikos būdai“.	30 dalyvių	2022-04-05 2022-04-14 2022-05-18
		2 val. trukmės mokymai I kurso studentams „Laiką planuoju – mažiau stresuoju“.	10 dalyvių	2022-10-19
		2 val. trukmės mokymai „Studijos be streso: misija (ne)įmanoma?“.	7 dalyviai	2023-04-27
Individuali konsultacija	Konfidencialiai lietuvių, anglų ir rusų kalbomis kontaktu ir nuotoliu studijų ar asmeninių aktualijų temomis.		206 kartai	2021 m.
			190 kartų	2022 m.
			307 kartai	2023 m.

Taigi, renginių metu pagrįdė orientuotasi į streso įveiką, o tai, anot Poots ir Clasidy (2020), Iravan ir kt. (2020), Siu ir kt. (2021), Simons ir Bird (2023), Zang (2024), Köning ir kt. (2024), ir yra viena dažniausių studijuojančiųjų diskutuojamų problemų.

Kalbant apie psichologų konsultacijas, anot Jonušienės (2014), svarbu, kad ne tik patys studentai rastų reikalingą informaciją, kaip veikia konsultacijų mechanizmas, bet ir visa bendruomenė (studentai, dėstytojai) būtų atidūs: pastebėję, jog studentui reikalinga psichologinė pagalba, pasiūlytų kreiptis į psichologus.

**E. pašto adresą [parama@go.kauko.lt](mailto:parama@go.kauko.lt)** (į e. pašto adresą [studentams@go.kauko.lt](mailto:studentams@go.kauko.lt): kiekvienas studentas informaciją gauna individualiai savo. e. pašto dėžutės naujienų sraute). E. paštu siunčiami laiškai – pakvietimai į mokymus, informacija apie akademinės ir neakademinės paramos paslaugas, tarp kurių – psichologinė pagalba. E. paštas studentų yra aktyviai naudojama priemonė: 2023 m. duomenims, net 72 proc. pageidavo gauti informacinius laiškus paramos klausimais (Gaižiūnaitė, Stankevičiūtė-Volkauskienė, 2023).

Tiriamu laikotarpiu išsiųsti 5 laišškai lietuvių k. į 4 lentelėje minėtus grupinius mokymus ir 3 laišškai lietuvių (2) ir anglų (1) kalbomis **apie psichologo konsultacijų galimybę** (2022-01-12, 2022-06-22, 2023-02-27). Laiškuose akcentuojama, kad psichologinė pagalba Kolegijos studentams yra nemokama, prieinama, pristatomi psichologines paslaugas teikiančių asmenų kontaktai, registracijos ir bendravimo su pagalba teikiančiais specialistais procesas / scenarijus. Komunikacijos tonas laiškuose šiltas, kviečiamojo pobūdžio. Turinio ištraukos pvz. iš 2023-02-27 e. laiško: „Pagalba yra šalia! Jeigu patiri emocinius sunkumus, kamuoja nerimas, vienišumo jausmas, liūdesys, atsiranda nesutarimų su aplinkiniais, sunku priimti sprendimus, aplanko slegiančios mintys, kai atrodo, kad nėra išeities, rekomenduojame kreiptis pagalbos“. Laiškai taipogi vizualizuojami – pristatomos psichologų nuotraukos, kad studentai atpažintų juos.

Crawford ir kt. (2024) teigimu, efektyvi komunikacija padeda išlaikyti studentus organizacijoje suteikiant jiems emocinį stabilumą. Anot Güran ir Özarslan (2022) bei Roslyng ir Dindler (2023), kuomet konkrečią temą / *rėmus* „X“ sudaro pranešimų skaičius „n“ daugiaveikliškai (t. y. keliose sklaidos priemonėse panašiu metu), tikslinė auditorija įsisavina informaciją efektyviau nei pavienėse priemonėse ir tematikose. Apibendrinant tiriamą informacijos sklaidą galima teigti, kad ji yra daugiaveiklė: pvz. 1 – videoįrašas patalpinamas ir Kolegijos socialiniuose tinkluose, ir „YouTube“ kanale, ir LCD ekranuose, pvz. 2 – išsami publikacija skelbiama institucijos interneto naujienų skiltyje, o sutrumpinta versija – socialiniuose tinkluose, pvz. 3 – siunčiamas e. laiškas apie mokymus tam tikra tema, o po to vykdomi mokymai ta tema), informacinio ir administracinio kalbos stiliaus, įvairiažanrė / įvairiaformė, trikalbė. Dažniausiai akcentuojama tema – psichologų konsultacijos, o turinio tematinė įvairovė labiausiai atskleidžiama iniciatyvoje #paStiprink (pagrindinė priemonė iniciatyvai skleisti – socialinis tinklas „Facebook“). Periodiškumas pastebimas informacinių kampanijų, iniciatyvių sklaidoje socialiniuose tinkluose. Apibendrintą Kolegijos sklaidos apie psichologinę paramą atvejį žr. lentelėje Nr. 5.

**5 lentelė.** Informacijos sklaidos atvejo apibendrinimas (sudaryta autorių)

<b>Informacijos sklaida</b>			
<b>Priemonė, kiekis (vnt.)</b>	<b>Žanras / forma, kiekis (vnt.)</b>	<b>Tematinis įrėminimas, periodiškumas*, daugiaveika**</b>	<b>Kalba***</b>
* periodinės sklaidos elementas – P; ** daugiaveiklės sklaidos elementas – D (suintegruoti tematiniai elementai keliose sklaidos priemonėse žymimi D1, D2, D3... Dn); *** sklaida lietuvių k. – L, anglų k. – A, rusų k. – R.			
Interneto svetainė (1)	Skiltis (1)	Naujienų skiltis, kurioje bendrojo pobūdžio naujienų sraute publikuoti straipsniai ir išplėstinė žinutė.	L
	Poskiltis (3)	Informacija apie teikiamas paslaugas: psichologinės pagalbos samprata, procedūros paslaugai gauti, pagalbos poreikio atpažinimas.	L, A
	Straipsnis (2)	- Gamtos terapija (D1). - Patyčios (D2).	L
	Išplėstinė žinutė (1)	- Psichologinė sveikata ir emocinė savijauta (psichologinio atsparumo didinimo iniciatyva „paSTIPRINK“) (D3).	L
Socialinio tinklo „Facebook“ paskyros (2)	Trumpasis įrašas su infografiniu vaizdiniu (12)	- Psichologinė pagalba kaip neakademinės paramos komponentė (pirmoji informacinė kampanija apie paramos sistemą Kolegijoje) (P). - Individualios konfidencialios psichologo konsultacijos (P, D4). - Pagalba telefonu nacionaliniu lygmeniu (P). - Savipagalbos e. programėlės (P). - Patyčios (P, D2). - Nemiga (P). - Streso mažinimas (P). - Individualios konfidencialios psichologo konsultacijos (P, D4). - Perdegimo sindromas (P). - Darbo, mokymosi produktyvumas (P). - Gamtos terapija (P, D1). - Viešasis kalbėjimas (P).	L
	Trumpasis įrašas su videoinformacija (2)	- Psichologinė sveikata ir emocinė savijauta (psichologinio atsparumo didinimo iniciatyva „paSTIPRINK“) (P, D3). - Individualios konfidencialios psichologo konsultacijos (D4).	L
E. paštas (1 adresas: parama@go.kauko.lt)	Laiškas: kvietimas į grupinius seansus (5)	- Mokymai: streso atpažinimas ir įveika (D5). - Mokymai: laiko planavimas (D6).	L
	Laiškas: kvietimas į individualius seansus (3)	- Individualios konfidencialios psichologo konsultacijos (D4).	L, A

Informacijos sklaida			
Priemonė, kiekis (vnt.)	Žanras / forma, kiekis (vnt.)	Tematinis irėminimas, periodiškas*, daugiaveika**	Kalba***
LCD ekranai (7 lokacijos)	Videoinformacija (2)	- Psichologinė sveikata ir emocijų savijauta (psichologinio atsparumo didinimo iniciatyva „paSTIPRINK“) (D3). - Individualios konfidencialios psichologo konsultacijos (D4).	L
„YouTube“ kanalo paskyra (1)	Videoinformacija (2)	- Individualios konfidencialios psichologo konsultacijos (D4).	L
Įvykiai (708)	Mokymai, grupiniai (5 renginiai)	- Streso atpažinimas ir įveika (D5). - Laiko planavimas (D6).	L
	Konsultacijos (703 kartai)	Konsultacijų tematika neatskleidžiama.	L, A, R

Taipogi galima akcentuoti, kad Kolegijoje sklaida studentams organizuojama atsižvelgiant į *medijų* kartos poreikius: šiai kartai priimtina trumpatekstė, vizualizuota, įgarsinta ir įasmeninta informacija (pastarojoje – kai ypač pateikiamos asmenybės, kurios yra viešos, atpažįstamos mažesnėje bendruomenėje ar plačiojoje visuomenėje), itin priimtina priemonė – socialiniai tinklai (Gaižiūnaitė ir Stankevičiūtė-Volkauskienė, 2023; Castells, 2023; Cervi, 2021). Institucijos sklaidoje galima šias tendencijas pastebėti. Norint identifikuoti, kiek sklaida pakankama ir aktuali, pasitelkiama studentų anketinė apklausa.

### Kolegijos studentų nuomonė apie paramos prieinamumą psichologinės pagalbos tematika institucijos informacijos sklaidos priemonėmis: apklausa

Apklausoje duomenys apie respondentus rinkti pagal 3 tipų klausimus: 1. atskleidžiančius studentų charakteristiką (amžių, studijų programą, kursą ir pan.); 2. identifikuojančius, kokią informacijos sklaidą apie psichologinę pagalbą pastebėjo Kolegijos studentai institucijos priemonėse (tiriamu laikotarpiu); 3. identifikuojančius, koks studentų informacijos gavimo poreikis institucijos priemonėmis apie psichologinę pagalbą.

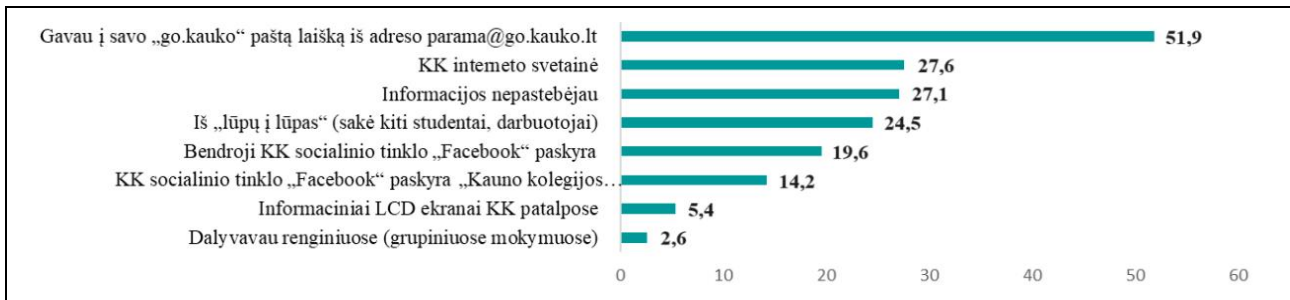
**Apklausa lietuvių k. Respondentų charakteristika.** Tyrime dalyvavo 49,6 proc. moterų ir 9,8 proc. vyrų, 40,6 proc. tyrimo dalyvių nenorėjo identifikuoti savo lyties. 71,1 proc. respondentų amžius yra 19–23 metai, kitų – nuo 24 iki 58 metų. Respondentų studijų forma: nuolatinės studijos (NL) – 77,3 proc., iššestinės studijos (I) – 19,6 proc., dalies studijos – 1 proc., identifikuoti nenorėjo – 2,1 proc. 65,9 apklaustųjų teigė, kad jų studijas valstybės finansuoja valstybė, 33,1 proc. studijuoja valstybės nefinansuojamoje vietoje, 1 proc. identifikuoti nenorėjo. I kurse studijuoja 44,4 proc. tyrimo dalyvių, II – 29,7 proc., III – 20,2 proc. IV – 3,9 proc., identifikuoti nenorėjo – 1,8 proc. Apklaustųjų pasiskirstymas pagal 43 realizuojamų Kolegijoje studijų programas: vienodai aktyviai ir panašiomis tendencijomis pasisakė daugumos studijų programų studentai. Respondentų aktyvumas veiklos pasaulyje: dirba – 45,5 proc., nedirba ir nesavanoriauja – 33,3 proc., savanoriauja – 3,4 proc., augina mažametį vaiką – 2,3 proc., rūpinasi specialiuju poreikiu turinčiu asmeniu – 0,3 proc. Nenorėjo identifikuoti – 12,1 proc., kita – 1,6 proc.

65,6 proc. apklaustųjų teigė žinantys, jog Kolegijoje studentams teikiama psichologinė pagalba (individualios psichologo konsultacijos, renginiai, patarimai institucijos sklaidos priemonėse ir kt. paslaugos). Kolegijoje psichologinės pagalbos įvairovės aktualumas (*labai aktualu* ir *aktualu* sudėjus kartu) pasiskirsto taip: individualios psichologo konsultacijos – 42 proc., renginiai (mokymai, seminarai ir pan.) psichologine tematika – 48 proc., patarimai / rekomendacijos sklaidos priemonėse (Kolegijos interneto svetainėje, „Facebook“ paskyroje) – 57 proc.

**Informacijos sklaidos pastebimumas.** Kolegijos informacijos sklaidos priemonės, kuriose respondantai pastebėjo informaciją (žr. pav. Nr. 1): interneto svetainė – 27,6 proc., socialinio tinklo „Facebook“ paskyros – 33,8 proc. (pastebėtina, kad būtent socialinio tinklo „Facebook“ paskyroje „Kauno kolegijos studentams“ informaciją seka ir pastebi 26,1 proc. studentų), informaciniai LCD ekranai Kolegijos patalpose – 5,4 proc., laiškai „go.kauko“ pašte iš adreso parama@go.kauko.lt – 51,9 proc., renginiai, kuriuose dalyvavo (dažniausiai grupiniai mokymai) – 2,6 proc., informacija „iš lūpų į lūpas“ (sakė kiti studentai, darbuotojai) – 24,5 proc. Informacijos nepastebėjo – 27,1 proc.

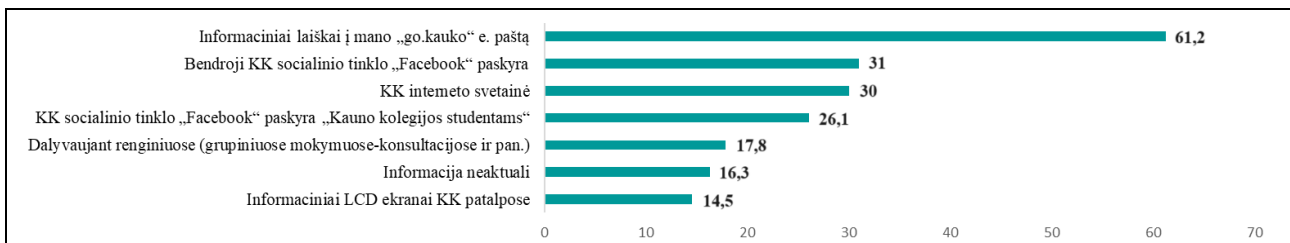
Informaciją Z karta pastebi ten, kur jie dažniausiai jos ieško arba įpratę gauti, o tai labiausiai susiję su *medijų* terpe (Cervi, 2021; Castells, 2023).





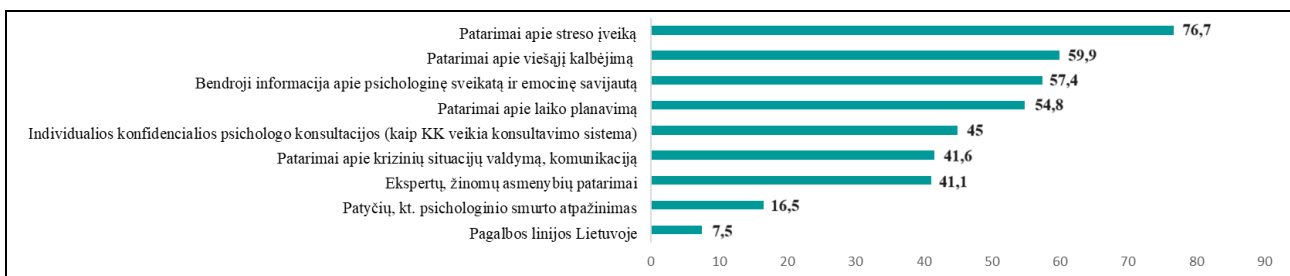
1 pav. Informacijos sklaidos pastebimumas (proc.) (sudaryta autorių)

**Informacijos gavimo poreikis.** Informacijos sklaidos priemonės, kuriose respondentai norėtų gauti informaciją (žr. pav. Nr. 2): interneto svetainė – 30 proc., „Facebook“ paskyros – 57,1 proc., informaciniai LCD ekranai Kolegijos patalpose – 14,5 proc., informaciniai laiškai į „go.kauko“ e. paštą – 61,2 proc.; galimybė dalyvauti renginiuose (grupiniuose mokymuose-konsultacijose ir pan.) – 17,8 proc. Informacijos gavimas neaktualus – 16,3 proc. Pastebėta, kad buvo pavienių pasiūlymų, kuriuose studentai akcentuoja dėstytojų konsultacijas žodžiu ir e. paštu, pageidauta informacijos sklaidos socialinio tinklo „Instagram“ paskyroje, rekomenduoja renginius apie psichologinę paramą įtraukti į „Moodle“ platformos studijų tvarkaraštį.



2 pav. Informacijos gavimo poreikis pagal sklaidos priemones (proc.) (sudaryta autorių)

Poots ir Clasidy (2020), Irvan ir kt. (2020), Siu ir kt. (2021), Simons ir Bird (2023), Zang (2024), Köning ir kt. (2024) teigimu, itin dažnai studentams psichologinė pagalba reikalinga mokantis valdyti stresą, emocinę savijautą įvairiose situacijose. Klausiant respondentų apie pranešimų psichologinės pagalbos **tematiką** studentai informavo, kad labiausiai aktuali (penketukas): patarimai apie **streso įveikimą** – 76,7 proc., patarimai apie viešąjį kalbėjimą – 59,9 proc., bendroji informacija apie psichologinę sveikatą ir emocinę savijautą (57,4 proc.), patarimai apie laiko planavimą – 54,8 proc., individualios konfidencialios psichologo konsultacijos (apie tai, kaip Kolegijoje veikia ši konsultavimo sistema) (45 proc.). Buvo pavienių siūlymų gauti informaciją apie „gyvenimo sunkumus“ ir „dalyvavimą darbo rinkoje“, galima daryti prielaidą kad šiuos pasiūlymus teikia dirbantys studentai, nes iš apklaustųjų jie sudaro 45,5 proc. (žr. pav. Nr. 3). Palinauskienė ir Rakauskienė (2018) bei Palačionytė ir kt. (2023) pastebi, kad dirbantys studentai patiria didesnę stresą nei nedirbantys.



3 pav. Informacijos gavimo poreikis pagal sklaidos turinį (proc.) (sudaryta autorių)

Didžioji dauguma studentų informaciją pageidavo gauti kartą per mėnesį: „go.kauko“ e. paštu – 42,1 proc., interneto svetainėje – 32,3 proc., socialinių tinklų paskyrose – 64,1 proc. (net 32,3 proc. pageidavo socialinio tinklo „Facebook“ paskyroje „Kauno kolegijos studentams“), informaciniuose LCD ekranuose Kolegijos patalpose – 30,2 proc., renginiuose (grupiniuose mokymuose-konsultacijose ir pan.) – 25,2 proc. Visi kiti pageidavo minėtomis priemonėmis informaciją gauti rečiau (užtenka kartą per 2 ar 3 mėnesius).

Apibendrinant apklausos tyrimo rezultatus galima teigti, dalyviai yra *medijų* kartos atstovai, aktyviausiai dalyvavo NL studijų programų pirmakursiai, daugumos studijų programų studentai informacijos sklaidą pastebėjo ir pageidauja pamatyti, išgirsti panašiomis sklaidos priemonėmis ir tematikomis, tik dirbantieji norėtų, kad būtų labiau orientuojamasi ir į jų auditoriją. Buvo poreikis „akis į akį“ dėstytojų konsultacijoms. E. paštas ir socialiniai tinklai – populiariausios sklaidos priemonės tarp Kolegijos studentų, aktualiausia tema – streso *rėmuose*.

### **Informacijos sklaidos apie psichologinę pagalbą efektyvinimo rekomendacijos**

Rekomenduotina informacijos sklaidos apie psichologinę pagalbą efektyvinimą įgyvendinti pasitelkiant strategijas, orientuotas į *Dienotvarkės nustatymo* ir *Žiniasklaidos rėmų* teorijas (pagal apklausos lietuvių k. rezultatų koreliaciją su turinio analizės rezultatais).

**Apklausa lietuvių k.** *Dienotvarkės nustatymo* teorijos aspektu, kalbant apie **priemonės aktualumą ir publikavimo dažnį**, studentai informaciją norėtų gauti kartą per mėnesį, o jų labiausiai naudojamos priemonės yra institucijos e. paštas ir soc. tinklai. Rekomenduotina ir toliau didinti informacijos sklaidos aktyvumą e. paštu, nes 51,9 proc. šioje priemonėje pastebėjo pranešimus ir 61,2 proc. pageidautų gauti informaciją.

*Medijų karta* aktyvi socialiniuose tinkluose – tai būdinga ir Kolegijos studentams (apklaustųjų amžiaus koncentratas – pirmakursiai, o visų kursų amžiaus ribos 19–23 m.), todėl galima pasiteisino socialinio tinklo „Facebook“ paskyros „Kauno kolegijos studentams“ įdiegimas – nuo 2023-08-31 pranešimus apie psichologinę pagalbą jau pastebėjo 14,2 proc. apklaustųjų ir iš jų 26,1 proc. norėtų gauti informaciją, todėl reikalinga susiplanuoti įrašų tematiką ir periodiškumą.

Nors informacija „iš lūpų į lūpas“ nėra itin aktuali, tačiau apklaustieji pageidauja būti konsultuojami ne vien psichologų ar kitų paramos paslaugas teikiančių administracijos atstovų, tačiau norėtų komunikuoti ir su dėstytojais, todėl reikalinga aktyvinti ir apmokyti šį segmentą, jog sklaida „iš lūpų į lūpas“ nevirstų į klaidingą informaciją.

Kaip aktualios buvo minimos visos sklaidos priemonės, todėl rekomenduotina išlaikyti priemonių daugiaveikliškumą, nes koreliuojanti ir periodiška sklaida visomis priemonėmis didina pastebimumo užtikrinimą.

*Žiniasklaidos rėmų* teorijos kontekste, kalbant apie **tematinį pranešimų pobūdį**, respondentai dažniausiai pageidauja patarimų apie streso įveiką, viešąjį kalbėjimą, laiko planavimą, bendrąją informaciją apie psichologinę sveikatą ir emocinę savijautą, patarimų apie laiko planavimą bei individualių konfidencialių psichologo konsultacijų mechanizmo institucijoje veikimą, taipogi aktualūs patarimai apie krizinių situacijų valdymą, komunikaciją bei *influencinimo* aspektas – ekspertų / žinomų asmenybių patarimai. Rekomenduotina sklaidą šiomis temomis vykdyti ir studentų aktyviausiai naudojama priemone – e. paštu ir tęsti sklaidą kitomis priemonėmis.

Streso įveika yra labiausiai akcentuotina tematika, kurią 76,7 proc. respondentų pageidauja išgirsti, pamatyti sklaidos priemonėse, o renginiuose įvairiomis psichologinėmis tematikomis dalyvauti norėtų 48 proc. apklaustųjų. Kolegijoje buvo organizuoti mokymai apie streso įveiką, tačiau dalyvių vidurkis renginiuose siekia tik 9 asmenis, todėl rekomenduotina identifikuoti (ne)aktyvumo priežastis, bandyti keisti renginių formatą arba negi pačią priemonę.

Pastebėtina, kad tiriamu laikotarpiu įvykdytos 703 individualios psichologų konsultacijos, o 45 proc. respondentų pageidauja sklaidos individualių konfidencialių psichologo konsultacijų mechanizmo institucijoje veikimo tematika – atsižvelgti į šią situaciją informacijos sklaidą vykdant daugiaveikliškai sklaidos priemonėse.

Galima teigti, kad iniciatyva „paStiprink“ sutapo su apklaustų studentų pageidaujamų tematikų sklaida, todėl tokio pobūdžio kampaniją socialiniuose tinkluose ir LCD ekranuose būtų galima kartoti.

Kalbant apie *medijų kartos* pamėgtus videožanrus tiriamu informacijos sklaidos laikotarpiu, jie buvo panaudoti iniciatyvoje „paSTIPRINK“ ir informacijoje apie individualias konfidencialias psichologo konsultacijas (LCD ekranuose ir socialiniuose tinkluose). Galimai susidomėjimas kilo dėl videoformato. Rekomenduotina intensyviau pasitelkti šį formatą.

Taipogi atkreiptinas dėmesys, kad beveik pusė respondentų yra dirbantys ir pageidauja tematinės informacijos sklaidos, orientuotos į juos.

Į **apklausą anglų k.** nesureagavo reikiamas respondentų kiekis. Galima daryti prielaidą, jog norint gauti išsamią informaciją reikalinga rinktis kitą – labiau individualizuotą ir sukuriantį asmeninį ryšį tarp tyrėjo ir tiriamojo – tyrimo metodą, pavyzdžiui, struktūruotą interviu, kuris vykdomas kontaktiniu būdu, interviuotojo funkciją gali vykdyti ne pagrindinis tyrėjas, o studentams gerai pažįstami dėstytojai.

Gauti tyrimo rezultatai, Studentų reikalų ir karjeros skyriaus duomenimis, bus panaudoti atsižvelgiant į Kolegijos strateginius tikslus ir tobulinant informacijos sklaidą apie psichologinę pagalbą.

## Išvados

1. Vykdamt psichologinės pagalbos, kuri yra viena iš 14 paramos studentams sistemos komponentų, sklaidą orientuojamasi į *medijų* kartos informacinius poreikius, t. y. pasitelkiamos ekspertų nuomonės, studentams atpažįstamos asmenybės, intensyviausia informacijos talpinimo priemonė – socialiniai tinklai, informacija tekstu yra trumpa, naudojama vaizdinė informacija. Sklaidai būdingas priemonių daugiaveikliškumas orientuojantis į studentų labiausiai naudojamas priemones, periodiškumas, įvairiažanriškumas, informacija yra trikalbė. Turinio tematinė įvairovė vyrauja psichologinės pagalbos *rėmuose*, tematiškai nemažai dėmesio skiriama informavimui apie individualias konfidencialias psichologo konsultacijas, streso įveiką.
2. Respondentų nuomone (apklausoje lietuvių k.), jie labiausiai pastebėjo ir norėtų toliau būti informuojami institucijos e. paštu *parama@go.kauko.lt* bei socialiniais tinklais temomis apie streso įveiką, viešąjį kalbėjimą, laiko planavimą, bendrąją informaciją apie psichologinę sveikatą ir emocinę savijautą, gauti patarimų apie laiko planavimą bei individualių konfidencialių psichologo konsultacijų mechanizmo institucijoje veikimą dažnumu kartą per mėnesį. Žvelgiant į respondentų daugiaveikliškumo priemonėse ir žanro poreikius, intensyviausiai komunikuoti rekomenduotina studentų vartojamiausiose priemonėse pasitelkiant *influencinimo* aspektą, videožanrą. Respondentų nuomonė apklausoje anglų k. netirta dėl nesusidariusio reprezentavymu, rekomenduotina apklausą įgyvendinti renkantis ne anketinės apklausos, o kitą tyrimo metodą.

## Literatūra

1. Crawford, J., Allen, K. A., Sanders, T., Bausmeister, R., Parker, Ph., Saunders, C., & Tice, D. (2024). Sense of belonging in higher education students: an Australian longitudinal study from 2013 to 2019. *Studies in Higher Education*, 49 (3), 395–409. <https://doi.org/10.1080/03075079.2023.2238006>
2. Bagdonas, A., & Bliumas, R. (2019). *Aiškinamasis psichologijos terminų žodynas*. Mokslo ir enciklopedijų leidybos centras.
3. Castells, M. (2023). The Network Society Revisited. *American Behavioral Scientist Volume*, 67 (7), 940–946. <https://doi.org/10.1177/00027642221092803>
4. Cervi, L., (2021). Tik Tok and generation Z. *Theatre, Dance and Performance Training*, 12 (2), 198–204. <https://doi.org/10.1080/19443927.2021.1915617>
5. Gaižiūnaitė, R., & Stankevičiūtė-Volkauskienė, D. (2023). Paramos prieinamumas Kauno kolegijos studentams pasitelkiant informacijos sklaidą. *Mokslo Taikomieji Tyrimai Lietuvos Kolegijose*, 1 (19), 104–115. <https://doi.org/10.59476/mtt.v1i19.575>
6. Irawan, A., W., Dwisona, D., & Lestari, M. (2020). Psychological Impacts of Students on Online Learning During the Pandemic Covid-19. *Konseli*, 7 (1), 1–4. <http://dx.doi.org/10.24042/kons.v7i1.6389>
7. Jonušienė, D. (2014). Psichikos sveikatos problema studijų procese. *Tiltai*. 69 (4), 115–126. <http://dx.doi.org/10.15181/tbb.v68i4.954>
8. Güran, M. S., & Özarslan, H. (2022). Framing theory in the age of social media. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 48, 446–457. <https://doi.org/10.52642/susbed.1142562>
9. Kauno kolegijos direktorato pasitarimo protokolai. 2021 m. lapkričio 29 d. Nr. (1-10)-4-8.
10. Kauno kolegijos veiklos savianalizės suvestinė (2022).
11. König, C., M., Karrenbauer, C., & Breiter, M. H. (2024). Development guidelines for individual digital study assistants in higher education. *International Journal of Educational Technology in Higher Education*, 21 (9), 1–22. <https://doi.org/10.1186/s41239-024-00439-4>
12. Myers, D. G., & DeWall, C. N. (2021). *Exploring Psychology*. Worth Publishers.
13. Palačionytė, I., Žilinskaitė, G., Lesinskienė, S., & Rutkauskas, V. (2023). Pereinamojo amžiaus jaunimo (studentų) psichikos sveikata. Literatūros apžvalga. *Visuomenės sveikata*, 2 (101), 9–15. <https://www.lituanistika.lt/content/105925>
14. Palinauskienė, L. R., & Rakauskienė, V. (2018). Kolegijos studentų psichoemocinė savijauta. *Taikomieji tyrimai studijose ir praktikoje*, 14, 110–117. <https://www.lvb.lt/permalink/f/1470m9t/LIT01LITLI000099017>
15. Poots, A., & Claidy, T. (2020). Academic expectation, self-compassion, psychological capital, social support and student wellbeing. *International Journal of Educational Research*, 99, page 101506. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2019.101506>
16. Raosoft. (2024). *Sample size calculator*. <http://www.raosoft.com/samplesize.html>
17. Roslyng, M. M., & Dindler, C. (2023). Media power and politics in framing and discourse theory. *Communication Theory*, 33 (1), 11–20. <https://doi.org/10.1093/ct/qtac012>
18. Simons, E. E., & Bird, M. D. (2023). Coach-athlete relationship, social support, and sport-related psychological well-being in National Collegiate Athletic Association Division I student-athletes. *Journal for The Study of Sports and Athletes in Education*, 17 (3), 191–210. <https://doi.org/10.1080/19357397.2022.2060703>

19. Siu, O. S., Lo, B. Ch. Y., Kin Ng, T., & Wang, H. (2021). Social support and student outcomes: The mediating roles of psychological capital, study engagement, and problem-focused coping. *Current Psychology*, 42, 2670–2679. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01621-x>
20. Tamulienė, R. (2014). *Paramos studentams identifikavimo modelis koleginiuose studijose: daktaro disertacija*. Vytauto Didžiojo universitetas. <https://www.lvb.lt/permalink/f/1470m9t/ELABAETD2145199>
21. Tauraitė, V. (2020). 2008–2009 m. ekonomikos krizės atspindys žiniasklaidoje ir jo ryšys su realia situacija. *Taikomoji kalbotyra*, 14, 50–71, <https://www.redalyc.org/journal/6946/694674428004/movil/>
22. Zang, H. (2024). Psychological wellbeing in Chinese university students: insights into the influences of academic self-concept, teacher support, and student engagement. *Front. Psychol.*, 14, 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1336682>

## DISSEMINATION OF INFORMATION ABOUT THE PSYCHOLOGICAL HELP SERVICE TO STUDENTS IN THE CASE OF KAUNO KOLEGIJA HIGHER EDUCATION INSTITUTION

### Summary

The Kauno kolegija Higher Education Institution support system has been functioning since the end of 2021, and its information dissemination strategy is still taking shape. Those who studied in 2023 said that the psychological support service is necessary. The dissemination of information about it must be understandable and accessible to students through attractive means. The case study of Kauno kolegija explains in more detail the relevance of psychological support for students based on the institution's information-type dissemination tools based on the survey of students' opinions in 2023. The article raises a problematic question on how to improve the dissemination of information about the psychological assistance service to students at Kauno kolegija. The study aims to define the dissemination of information about the psychological assistance service to students at Kauno kolegija. In the research, scientific methods such as case analysis, content analysis, and survey were applied. Research objectives correlate with content analysis and survey. The content analysis methods identify the means of disseminating information and their content intended for students about one of the components of support services, i.e., psychological help. The survey method reveals students' opinions about the means of information dissemination and the relevance of their content at Kauno kolegija, focusing on the same component of support services, i.e., psychological help. Considering the results of the application of both methods, it is highlighted and desirable that the student notices that he/she can receive, has used and does not need recommendations to use this service. The research results revealed that the respondents and the opinions on the information dissemination strategy focused on the principles of Agenda setting and Media frame theories, which are necessary for the dissemination of multitasking institutions that communicate most intensively (periodically - once a month) to students via email and social networks on the topics of overcoming stress, public speaking, time planning, general psychological information and emotional well-being, the functioning of the institute for the mechanism of individual confidential psychological consultations.

**Keywords:** support service, psychological help, dissemination of information

### Informacija apie autores

**Rasa Gaižiūnaitė.** Kauno kolegijos Menų ir ugdymo fakulteto Socialinio darbo katedros lektorė. Mokslinių tyrimų kryptis: sociologija.

El. pašto adresas: [rasa.gaiziunaite@go.kauko.lt](mailto:rasa.gaiziunaite@go.kauko.lt)

**Daiva Stankevičiūtė-Volkauskienė.** Kauno kolegijos Verslo fakulteto Komunikacijos katedros lektorė. Mokslinių tyrimų kryptis: komunikacija ir informacija.

El. pašto adresas: [daiva.stankeviciute-volkauskiene@go.kauko.lt](mailto:daiva.stankeviciute-volkauskiene@go.kauko.lt)