



PLANUOJAMOS ŪKINĖS VEIKLOS PSICHOEMOCINIO POVEIKIO VERTINIMO REKOMENDACIJOS

Vilnius

2019

NAUDOJAMOS SANTRUMPOS

PAV – poveikio aplinkai vertinimas
PSO – Pasaulio sveikatos organizacija
PŪV – planuojama ūkinė veikla
PVSV – poveikio visuomenės sveikatai vertinimas
PPV – psichoemocinio poveikio vertinimas
SPAV – strateginis poveikio aplinkai vertinimas

PAGRINDINĖS SĄVOKOS

Visuomenės sveikata – gyventojų visapusė dvasinė, fizinė ir socialinė gerovė (Lietuvos Respublikos visuomenės sveikatos priežiūros įstatymas).

Visuomenė – vienas arba daugiau fizinių ir (ar) juridinių asmenų, jų asociacijos, organizacijos arba grupės (Lietuvos Respublikos planuojamos ūkinės veiklos poveikio aplinkai vertinimo įstatymas).

Suinteresuota visuomenė – visuomenė, kuriai daro arba gali daryti poveikį sprendimai, veiksmai ar neveikimas poveikio aplinkai vertinimo srityje arba kuri yra suinteresuota atrankos dėl poveikio aplinkai vertinimo ir (ar) poveikio aplinkai vertinimo procesu. Pagal šią apibrėžtį viešieji juridiniai asmenys (išskyrus valstybės ar savivaldybės, jų institucijų įsteigtus juridinius asmenis), kurie skatina aplinkos apsaugą, visais atvejais laikomi suinteresuotais asmenimis (Lietuvos Respublikos planuojamos ūkinės veiklos poveikio aplinkai vertinimo įstatymas).

Visuomenės sveikatai darantys įtaką veiksniai – žmogaus aplinkos biologinių, cheminių, ekonominių, ergonominių, fizikinių, socialinių ir psichologinių veiksnių, darančių įtaką ir žmogaus, ir visuomenės sveikatai, visuma (Lietuvos Respublikos visuomenės sveikatos priežiūros įstatymas).

Visuomenės sveikatos rizikos veiksniai – natūralūs gamtos bei dirbtiniai veiksniai, taip pat gyvenimo ir elgesio įpročiai, dėl kurių poveikio atsiranda rizika visų gyventojų ar atskirų jų grupių sveikatai (Lietuvos Respublikos visuomenės sveikatos priežiūros įstatymas).

Planuojama ūkinė veikla – numatoma ūkinė veikla, apimanti statybą, statinių rekonstravimą, gamybą, technologinės įrangos ir gamybos proceso diegimą, modernizavimą ar keitimą, gamybos būdo, produkcijos kiekio ar rūšies keitimą, žemės gelmių išteklių gavybą ir ertmių naudojimą, kitų gamtos išteklių naudojimą, žemėtvarkos, miškotvarkos, vandentvarkos projektuose numatomą veiklą ir kitą galinčią daryti poveikį aplinkai ūkinę veiklą (Lietuvos Respublikos planuojamos ūkinės veiklos poveikio aplinkai vertinimo įstatymas).

Planuojamos ūkinės veiklos poveikio aplinkai vertinimas – planuojamos ūkinės veiklos galimo poveikio aplinkai nustatymo, apibūdinimo ir išvadų teikimo procesas, kuris apima:

1) poveikio aplinkai vertinimo dokumentų rengėjo atliekamą planuojamos ūkinės veiklos poveikio aplinkai vertinimą, poveikio aplinkai vertinimo programos (toliau – programa) ir poveikio aplinkai vertinimo ataskaitos (toliau – ataskaita) parengimą pagal teisės aktų reikalavimus;

2) poveikio aplinkai vertinimo subjektų atliekamą poveikio aplinkai vertinimo dokumentų ir suinteresuotos visuomenės pasiūlymų įvertinimo, taip pat suinteresuotos visuomenės pasiūlymų nagrinėjimą ir išvadų dėl programos ir ataskaitos bei planuojamos ūkinės veiklos poveikio aplinkai parengimą;

3) visuomenės informavimą, suinteresuotos visuomenės dalyvavimą poveikio aplinkai vertinimo procese, kaip nustatyta teisės aktuose, kai atliekamas tarpvalstybinio poveikio aplinkai vertinimas – ir konsultacijas su kitomis valstybėmis;

4) atsakingosios institucijos atliekamą poveikio aplinkai vertinimo dokumentų nagrinėjimą ir įvertinimą, suinteresuotos visuomenės pasiūlymų įvertinimo, suinteresuotos visuomenės pasiūlymų nagrinėjimą, poveikio aplinkai vertinimo dokumentų rengėjo ir (ar) planuojamos ūkinės veiklos organizatoriaus (užsakovo) pateiktos papildomos informacijos, jeigu teisės aktu nustatyta tvarka tokia informacija pateikiama, nagrinėjimą ir įvertinimą, atsižvelgiant į poveikio aplinkai vertinimo subjektų išvadas dėl ataskaitos ir planuojamos ūkinės veiklos poveikio aplinkai, į tarpvalstybinio poveikio aplinkai vertinimo, jeigu toks atliktas, rezultatus;

5) atsakingosios institucijos sprendimo dėl planuojamos ūkinės veiklos poveikio aplinkai priėmimą ir jo viešinimą (Lietuvos Respublikos planuojamos ūkinės veiklos poveikio aplinkai vertinimo įstatymas).

Poveikio visuomenės sveikatai vertinimas – planuojamos ūkinės veiklos galimo poveikio visuomenės sveikatai nustatymo, apibūdinimo ir įvertinimo procesas (Lietuvos Respublikos visuomenės sveikatos priežiūros įstatymas).

Psichoemocinio poveikio vertinimas – planuojamos ūkinės veiklos galimo poveikio visuomenės psichikos sveikatai ir emocinei gerovei nustatymo, apibūdinimo ir įvertinimo procesas.

Psichikos sveikata – geros savijautos pojūtis, emocinė ir dvasinė būsena, kuri leidžia žmogui džiaugtis gyvenimo pilnatve, išgyventi skausmą ir liūdesį, gebėjimas užmegzti ir palaikyti asmeninius santykius, įveikti sunkumus, išreikšti save tokiais būdais, kurie teikia malonumą pačiam individui ir aplinkiniams, pačiam daryti sprendimus ir už juos atsakyti. Psichikos sveikata – tai ne vien psichikos ligos ar sutrikimo nebuvimas (PSO).

Emocinė gerovė – gebėjimas būti laimingam ir savarankiškam, pažinti ir valdyti emocijas, pasitikėti savimi, patirti empatiją, konstruktyviai spręsti problemas, būti atspariam gyvenimo sunkumams.

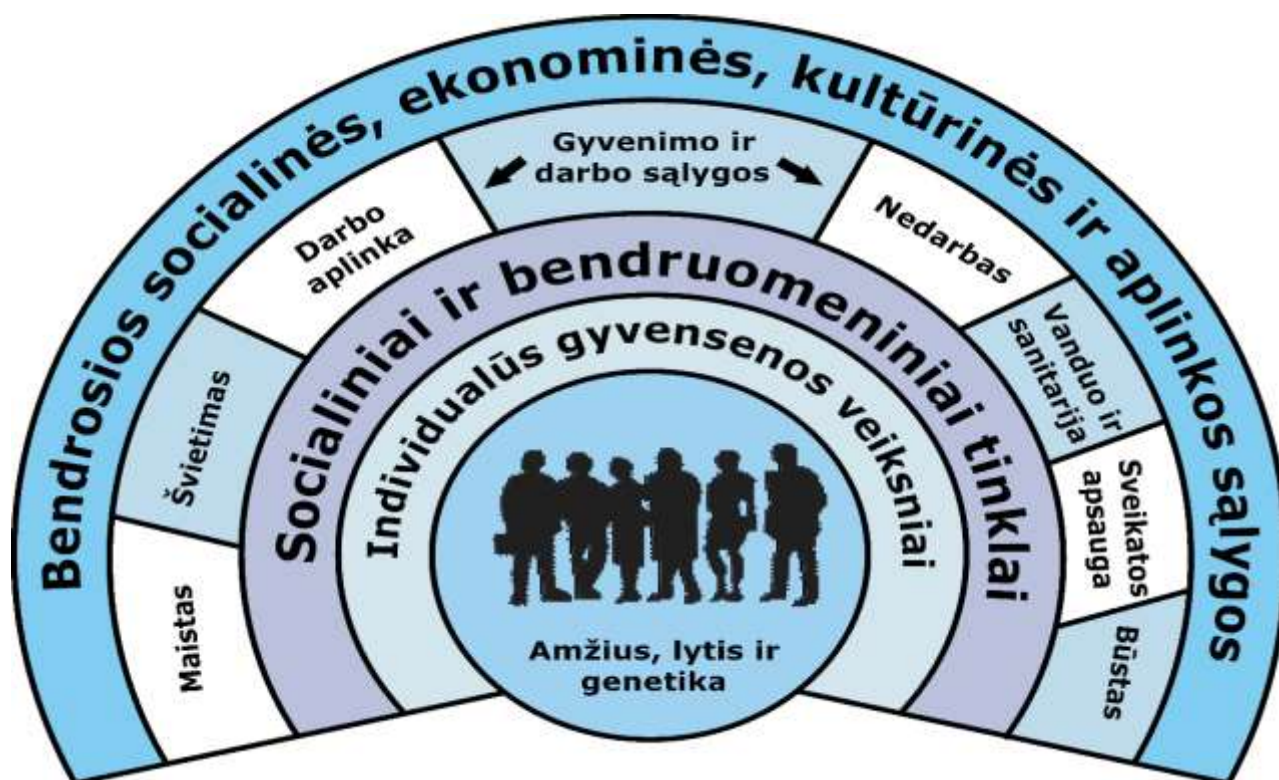
PAGRINDIMAS

Planuojamos ūkinės veiklos psichoemocinio poveikio vertinimo rekomendacijos parengtos siekiant didinti informuotumą ir supratimą apie psichikos sveikatą ir emocinę gerovę; suteikti suinteresuotoms šalims galimybę nustatyti, kokį poveikį planuojama ūkinė veikla gali turėti psichikos sveikatai ir emocinei gerovei; padėti atpažinti galimą teigiamą ir (ar) galimą neigiamą psichoemocinį poveikį darančius veiksnius; tinkamai įvertinti ir reaguoti į bendruomenių pateikiamus argumentus dėl planuojamos ūkinės veiklos emocinės, socialinės gerovės galimo trikdyto; skatinti suinteresuotąsias šalis ieškoti būdų maksimaliai padidinti galimą teigiamą ir sumažinti galimą neigiamą poveikį; stebėti ir vertinti pažangą skatinant emocinę gerovę; ieškoti konstruktyvių sprendimų, palengvinti konfliktų sprendimą, padėti priimti sprendimus dėl planuojamos ūkinės veiklos galimybių.

Svarbu atkreipti dėmesį, jog nei Lietuvos, nei užsienio teisės aktuose, metodinėse rekomendacijose ar kituose dokumentuose nėra nustatyta universalių psichoemocinio poveikio vertinimo kriterijų, kaip ir nėra praktikos taikyti universalius kriterijus atliekant šios srities vertinimą.

IVADAS

Gyventojų sveikata priklauso nuo daugybės veiksnių – sveikatos determinantų arba visuomenės sveikatos rizikos veiksnių, t. y. natūralių gamtinių ir dirbtinių veiksnių, taip pat nuo gyvenimo ir elgesio įpročių, dėl kurių poveikio kyla rizika visų gyventojų ar atskirų jų grupių sveikatai. Taigi, gyventojų sveikatos skirtumus lemia gyvenamosios ir darbo aplinkos būklė, socialinės ir ekonominės sąlygos (neturtas, nedarbas, netinkamas būstas, stresinės ar pavojingos darbo sąlygos, aplinkos užterštumas, socialinės paramos stygius), elgsenos ir gyvenenos ypatumai (rūkymas, mityba, fizinis aktyvumas) (1 pav.).



Pav. 1. Sveikatą lemiantys veiksniai pagal Dahlgren and Whitehead, 1991 metai

Dažniausiai naudojamas dar 1951 m. PSO priimtas C. E. Winslow pasiūlytas visuomenės sveikatos apibrėžimas – tai mokslas ir menas organizuotomis visuomenės pastangomis išvengti ligų, pailginti gyvenimo trukmę bei sustiprinti fizinę ir dvasinę sveikatą, rūpinantis aplinkos sauga, kontroliuojant užkrečiamąsias ligas, mokant individualios higienos, steigiant medicinos bei slaugos tarnybas, anksti diagnozuojant ir gydant ligas, plečiant, tobulinant socialinių tarnybų darbą, garantuoti, kad kiekvieno asmens gyvenimo standartai sudarytų galimybes stiprinti sveikatą, suteiktų teisę į sveikatą ir ilgą gyvenimą.

Teigiamas sveikatos supratimas akcentuoja gerovės būseną. Taip sveikatą 1946 m. apibrėžė PSO savo Konstitucijoje.

Sveikata yra plati sąvoka, kuri gali įkūnyti platų reikšmių diapazoną pradedant nuo siaurai techninių ir baigiant visa apimančiomis moralinėmis ar filosofinėmis reikšmėmis.

Sveikata apibrėžiama dvejopai – vartojant neiginį arba teiginį. Vartojant neiginį sveikata apibrėžiama kaip ligų ir negalavimų nebuvimas. Toks sveikatos supratimas yra paplitęs Vakarų kultūrose ir atspindi medicininį sveikatos modelį.

Moksliniais tyrimais nustatyta, kad 50 proc. žmogaus sveikata priklauso nuo gyvenamosios, 25 proc. – nuo jį supančios aplinkos, apie 15 proc. – nuo paveldėjimo ir tik apie 10 proc. – nuo sveikatos apsaugos. Visuomenė ir individas yra pajėgus kontroliuoti gyvenamą ir kiek mažiau – jį supančią aplinką.

Pasaulio sveikatos organizacija **psichikos sveikatą** apibūdina kaip geros žmogaus savijautos būseną, kai jis suvokia savo sugebėjimus, gali susidoroti su įprastu gyvenimo stresu, našiai dirbti ir savo indėliu prisidėti prie bendruomenės. Psichikos sveikata – tai ne vien psichikos ligos ar sutrikimo nebuvimas. Konceptualus psichikos sveikatos supratimas įvairiame kultūriniame ir socialiniame kontekste skiriasi, tačiau visuomenės sveikata labai dažnai vertinama psichikos sveikatos kontekste. Geros psichikos sveikatos žmonės sukuria geros psichikos sveikatos bendruomenę ir visuomenę, pasižyminčias dideliu socialiniu kapitalu ir žemu socialinės patologijos lygiu, mažesniais savižudybių, prievartos ir kitokio destruktinio elgesio savo ar kitų atžvilgiu rodikliais. Geros psichikos sveikatos bendruomenė ir visuomenė tolerantiškesnės pažeidžiamoms gyventojų grupėms, joms būdinga didesnė socialinė integracija. Visuomenei gera piliečių psichikos sveikata padeda siekti gerovės, solidarumo ir socialinio teisingumo. Geros psichikos sveikatos žmogui reikia kasdienėje veikloje (dirbant, mokantis, ilsintis), todėl tai turi rūpėti ir kiekvienam asmeniškai, ir darbdaviams, ir sveikatos, švietimo, socialinės apsaugos, verslo sektorių atstovams.

Visuomenės psichikos sveikata apima ne tiek psichikos ligų pasireiškimą, kiek visuomenėje vykstančius procesus, kurie veikia psichikos sveikatą (tiek padedančius ją išlaikyti ir stiprinti, tiek ją žalojančius). Visuomenės psichikos sveikatos srityje laikomasi požiūrio, kad psichikos sveikata yra žmogaus teisė, rūpinamasi psichikos sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumo užtikrinimu, dirbama siekiant geros visų gyventojų sveikatos, kad kiekvienas žmogus jaustų pasitenkinimą savo gyvenimu, būtų psichologiškai ir emociškai atsparus.

Neretai kalbant apie gyventojų gyvenimo kokybę, savijautą, fizinę ir ypač psichikos sveikatą vartojama emocinės, arba psichologinės, gerovės sąvoka, kurią galima apibrėžti kaip gebėjimą būti laimingam ir savarankiškam, pažinti ir valdyti emocijas, pasitikėti savimi, jausti empatiją, konstruktyviai spręsti problemas ir būti atspariam gyvenimo sunkumams. Tiek visame pasaulyje, tiek Lietuvoje emocinė, arba psichologinė, gerovė yra psichologų, sociologų, visuomenės sveikatos specialistų, ekonomistų ir kitų sričių atstovų domėjimosi objektas, tačiau iki šiol nėra bendro šios sąvokos apibrėžimo, nors ir pripažįstama, kad įvairios „emocinės gerovės“ teorijos ir modeliai iš esmės neprieštarauja vieni kitiems ir atspindi skirtingus reiškinių aspektus. Šiame dokumente psichikos sveikatos ir emocinės gerovės sąvokos vartojamos pakaitomis, o psichoemocinio poveikio vertinimo procesas suprantamas kaip planuojamos ūkinės veiklos galimo poveikio gyventojų psichikos sveikatai ir emociinei gerovei nustatymo, apibūdinimo ir įvertinimo procesas.

Žmogaus psichikos sveikatą taip pat lemia įvairūs veiksniai: biologiniai (genetika, lytis), asmeniniai (asmeninė patirtis), psichologiniai (žmogaus mąstymo, emocijų ir elgesio ypatumai), šeimos ir socialiniai (socialinė parama, visuomenėje vykstantys reiškiniai, kultūrinės vertybės, tolerancija, bendruomeniškumas, visuomenės nuostatos), ekonominiai ir aplinkos (socialinis statusas, gyvenimo sąlygos), valstybės socialinė, švietimo ir sveikatos politika. Neabejojama, kad

psichikos sveikata priklauso ne tik nuo įgimtų ir įgytų asmeninių savybių, bet ir nuo aplinkos veiksnių, pasireiškiančių tiek šeimoje, tiek visuomenėje, tiek mokykloje ar darbo vietoje. Asmens ir visuomenės psichikos sveikatą gali teigiamai ar neigiamai veikti visų lygių valdžios sprendimai ir visuomenės nuostatos.

POVEIKIO VISUOMENĖS SVEIKATAI VERTINIMAS

PSO poveikio visuomenės sveikatai vertinimą pateikia kaip sąvadą procedūrų, metodų ir priemonių, kurios leidžia įvertinti politikos, programos ar projekto potencialų poveikį visuomenės sveikatai ir jo veikiamas visuomenės grupes. Poveikio visuomenės sveikatai vertinimą PSO rekomenduoja įtvirtinti kaip priemonę, lemiančią sprendimus, priimamus kituose (ne sveikatos priežiūros) sektoriuose, kad būtų keičiama fizinė ir socialinė aplinka užtikrinant visuomenės ir individo sveikatos puoselėjimą.

Poveikio visuomenės sveikatai vertinimas suprantamas kaip viena iš priemonių, kurių rezultatai gali turėti teigiamos įtakos pagrindiniams sveikatą lemiantiems veiksniams, t. y. gyvenimui ir aplinkai. Kaip nurodo PSO, PVSV yra priemonė, kuri leidžia vertinti politikos, planų ir projektų poveikį visuomenės sveikatai skirtinguose ūkio sektoriuose taikant kokybinius, kiekybinius ir bendro sutarimo vertinimo metodus.

Poveikio sveikatai vertinimas kaip atskira procedūra kitose šalyse dažniausiai yra atliekama savanoriškai. Poveikis žmonių sveikatai dažnai siejamas su fizinės aplinkos veiksnių (oro, vandens, dirvožemio taršos, triukšmo, jonizuojančiosios ir nejonizuojančiosios spinduliuotės ir kt.) vertinimu ir rezultatų palyginimu su ribinėmis vertėmis. Kiti sveikatą lemiantys veiksniai, pavyzdžiui, psichologiniai, socialiniai ir ekonominiai (lytis, amžius, gyvenimo būdas, kultūra, sveikatos priežiūra ir kt.), vertinami rečiau, jiems vertinti naudojami kokybiniai, aprašomojo pobūdžio metodai.

Atliekant poveikio sveikatai vertinimą, išskiriami pagrindiniai vertinimo aspektai (uždaviniai):

- esamos situacijos analizė;
- poveikį patiriančių sričių ir bendruomenių įvardijimas ir apibūdinimas;
- veikla ir poveikio sveikatai vertinimu suinteresuotų šalių įvardijimas, pagrindinių informacijos šaltinių apie galimą poveikį sveikatai nustatymas;
- tikėtino poveikio svarbos, masto ir atsiradimo tikimybės įvertinimas;
- alternatyvių galimybių analizė ir rekomendacijos, kaip išvengti neigiamo ir sustiprinti teigiamą poveikį.

Įvairiose Europos ir pasaulio šalyse PVSV procesas ir jo etapai bei procedūros gali skirtis. Tarptautiniu mastu egzistuoja pripažinta klasikinio PVSV proceso struktūra, sudaryta iš vienas po kito einančių etapų (procedūrų):

- atrankos;
- apimties nustatymo;
- rizikos analizės,
- ataskaitos rengimo,
- sprendimų priėmimo,
- stebėsenos ir įvertinimo.

Lietuvoje PVSV modelis skiriasi nuo kitų šalių poveikio sveikatai vertinimo modelių. Lietuvoje poveikio visuomenės sveikatai vertinimas orientuotas į planuojamą ūkinę veiklą ir gali būti atskiras, PAV sudėtyje ir SPAV sudėtyje.

Atskiras PVSV atliekamas vadovaujantis Lietuvos Respublikos planuojamos ūkinės veiklos poveikio aplinkai vertinimo įstatyme nenumatytų poveikio visuomenės sveikatai vertinimo atlikimo atvejų tvarkos aprašu, patvirtintu Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2011 m. gegužės 13 d. įsakymu Nr. V-474 [„Dėl Lietuvos Respublikos planuojamos ūkinės veiklos poveikio aplinkai vertinimo įstatyme nenumatytų poveikio visuomenės sveikatai vertinimo atlikimo atvejų nustatymo ir tvarkos aprašo patvirtinimo ir įgaliojimų suteikimo“](#), ir Planuojamos ūkinės veiklos poveikio visuomenės sveikatai vertinimo metodiniais nurodymais, patvirtintais Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2016 m. sausio 19 d. įsakymu Nr. V-68 [„Dėl Planuojamos ūkinės veiklos poveikio visuomenės sveikatai vertinimo metodinių nurodymų patvirtinimo“](#).

PVSV kaip PAV proceso dalis atliekamas vadovaujantis Lietuvos Respublikos planuojamos ūkinės veiklos poveikio aplinkai vertinimo įstatymu, Poveikio aplinkai vertinimo programos ir ataskaitos rengimo nuostatais, patvirtintais [Lietuvos Respublikos aplinkos ministro 2005 m. gruodžio 23 d. įsakymu Nr. D1-636 „Dėl Poveikio aplinkai vertinimo programos ir ataskaitos rengimo nuostatų patvirtinimo.“](#)

SPAV sudėtyje PVSV atliekamas vadovaujantis Planų ir programų strateginio pasekmių aplinkai vertinimo tvarkos aprašu, patvirtintu [Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2004 m. rugpjūčio 18 d. nutarimu Nr. 967 „Dėl Planų ir programų strateginio pasekmių aplinkai vertinimo tvarkos aprašo patvirtinimo“](#).

PLANUOJAMOS ŪKINĖS VEIKLOS PSICHOEMOCINIŲ VEIKSNIŲ NUSTATYMAS, APIBŪDINIMAS IR ĮVERTINIMAS

Planuojamos ūkinės veiklos psichoemocinio poveikio vertinimo **tikslas** – nustatyti, apibūdinti ir įvertinti galimą ūkinės veiklos poveikį visuomenės (gyventojų) psichikos sveikatai ar emocinei gerovei bei pasiūlyti pašalinti arba sumažinti neigiamą psichoemocinį planuojamos ūkinės veiklos poveikį tinkamomis priemonėmis.

Su planuojama ūkine veikla susiję veiksniai, galintys daryti poveikį psichikos sveikatai ir emocinei gerovei

Psichikos sveikata priklauso ne tik nuo asmeninių žmogaus savybių, bet ir nuo aplinkos veiksnių. Šie veiksniai žmonių psichikos sveikatą ir emocinę gerovę gali paveikti tiek teigiamai, tiek neigiamai. Įvardyti visus su planuojama ūkine veikla susijusius veiksnius, galinčius paveikti gyventojų psichikos sveikatą ir gerovę, yra sudėtinga, o gal ir neįmanoma, bet dažniausiai literatūroje nurodomos kelios veiksnių grupės, kurias svarbu įvertinti, tai yra:

- fizinės aplinkos veiksniai (aplinkos kokybė ir užterštumas, žaliosios erdvės, viešosios erdvės, fizinio aktyvumo veiklos vietos, transportas, triukšmas),
- finansinis saugumas (skurdo lygis, pajamos, paskolos),
- užimtumas ir galimybė dalyvauti prasmingoje veikloje (išsilavinimas, darbas, dvasinių poreikių tenkinimas, užimtumas),
- socialiniai bendruomenės ryšiai ir kiti bendruomenėje pasireiškiantys veiksniai,
- veiksniai, susiję su paties projekto įgyvendinimu.

Fizinės aplinkos veiksniai (aplinkos kokybė ir užterštumas, žaliosios erdvės, viešosios erdvės, fizinio aktyvumo veiklos vietos, transportas, triukšmas).

Vertinant fizinės aplinkos veiksnius svarbu nustatyti, ar žemėtvarkos sprendiniai, pėsčiųjų takai, miesto architektūriniai ir kiti sprendiniai gali paveikti žmonių psichikos sveikatą. Žinoma, kad žaliosios erdvės netoli gyvenamųjų rajonų yra labai naudingos gyventojų psichikos sveikatai. Vaikstant miške ar parke greičiau atsigaunama po intensyvaus protinio darbo, slopinamas stresas, agresija, gerėja nuotaika, mažėja vaikų dirglumas, impulsyvumas. Vaikų, augančių šalia žaliųjų erdvių, geresni socialiniai įgūdžiai ir akademiniai pasiekimai. Taip pat gerai žinoma, kad fizinis aktyvumas teigiamai veikia psichikos sveikatą, gerina pažintines funkcijas, mažina depresijos ir nerimo tikimybę, stresą, todėl erdvės, skirtos fiziniam aktyvumui palaikyti, ir skatinimas jomis naudotis gali prisidėti prie gyventojų psichikos sveikatos ir gerovės stiprinimo.

Nemažai tyrėjų atkreipia dėmesį į tai, kad prasta aplinkos oro kokybė gali neigiamai veikti tiek fizinę, tiek psichikos sveikatą. Žmonės, gyvenantys ar dirbantys užteršto oro aplinkoje, dažniau skundžiasi prasta nuotaika, galvos skausmais, nerimu, sunkiau įveikia stresą. Žinoma, kad didesnis kiekis krosnyse arba šildymo prietaisuose, taip pat veikiant dyzeliniams varikliams susidarancio anglies monoksido, kraujuje sudarancio patvarų junginį su hemoglobinu, trukdo pernešti deguonį į galvos smegenis. Tai gali skatinti intelektą, logiką, sprendimų priėmimą ir atmintį lemiančių galvos smegenų neuronų žūtį. Didelis anglies dioksido kiekis gali sukelti panikos priepuolį. Vėliau šie priepuoliai gali įvykti bet kokiomis aplinkybėmis, nepriklausomai nuo anglies dioksido koncentracijos ore. Esant pašalinių kvapų ir dirgiklių, sutrinka poilsio režimas, atsiranda nerimas, įtampa, dirglumas ir irzlumas.

Įrodyta, kad triukšmas neigiamai veikia gyventojų sveikatą (ypač vykstant statyboms). Dėl triukšmo poveikio mažėja pažintiniai gebėjimai, blogėja miego kokybė, prastėja nuotaika, didėja irzlumas, agresyvumas, atsiranda galvos skausmai, daugėja konfliktų, neurozių. Jei nuo triukšmo kenčia ugdymo įstaigų auklėtiniai, prastėja jų akademiniai pasiekimai.

Taip pat manoma, kad su gyventojų emocine gerove gali būti susijęs transporto pasiekiamumas, prieinamumas ir saugumas. Nemažai poveikio visuomenės sveikatai vertinimo studijų atskleidė, kad laikas, praleistas vykstant iš namų į tam tikrą vietą (darbą, mokyklą), gali būti susijęs su gyventojų psichikos sveikata. Pavyzdžiui, ilgesnė kelionė į darbą ar mokyklą ir iš jų, kelionės piko metu gali didinti patiriamą stresą, o mažesnės kelionės laiko sąnaudos – skatinti žmones daugiau laiko skirti bendravimui, poilsiui ir didinti socialinį kapitalą, skatinti dalyvavimą bendruomenės gyvenime. Kartu tai mažina neigiamas emocijas, stresą ir stiprina psichikos sveikatą.

Finansinis saugumas (skurdo lygis, pajamos, paskolos).

Dar 2001 metais Pasaulio sveikatos organizacija savo pranešime „Psichikos sveikata: naujas supratimas, nauja viltis“ ypatingą dėmesį skyrė skurdui, kuris vienodai svarbus tiek kaip psichikos sveikatos rizikos veiksnys, tiek kaip vienas neigiamų psichikos sutrikimų padarinių. Nemažai tyrimų parodė, kad finansiniai sunkumai gali skatinti nerimą ir stresą, alkoholio vartojimą. Sunkumai vykdant finansinius įsipareigojimus gali sukelti savižudiškų minčių ir ketinimą žudyti. Vaikai, augantys skurde, dažniau patiria elgesio ir emocijų sutrikimų. Tai siejama ne tik su didesne įtampa, kylančia dėl neįvykdytų finansinių įsipareigojimų, bet ir su nesaugiomis, nehigieniškais gyvenimo sąlygomis, nepakankama ir nevisaverte mityba, nepakankamu sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumu, prastesniu išsilavinimu ir nedarbu. Taigi projektai, kurie gali pabloginti gyventojų finansinį saugumą ir stabilumą, turėtų būti vertinami ypač atidžiai.

Užimtumas ir galimybė dalyvauti prasmingoje veikloje (išsilavinimas, darbas, dvasinių poreikių tenkinimas, užimtumas).

Užimtumas ypač svarbus psichikos sveikatai, nes labai dažnai tai yra finansinio saugumo, socialinių kontaktų, savirealizacijos šaltinis. Nemažai tyrimų aiškiai įrodė neigiamą nedarbo poveikį psichikos sveikatai. Nustatyta, kad nedirbantys žmonės dažniau jaučia didesnę nerimą, serga depresija, tarp jų labiau paplitusios priklausomybės. Taigi jeigu projektas padidins tam tikrų visuomenės grupių įsidarbinimo galimybes, tai gali teigiamai paveikti gyventojų psichikos sveikatą ir emocinę gerovę, ypač tose vietovėse, kur iki projekto įgyvendinimo darbo vietų stygius buvo reikšmingai juntamas. Kita vertus, netinkamai organizuotas darbas, kai darbuotojams tenka labai didelis krūvis, vadovo reikalavimai yra priešaringi, darbuotojų pareigos nepakankamai aiškios, nesiklosto tarpasmeniniai santykiai, patiriamas pažeminimas, agresija ar smurtas, kyla sunkumų derinant profesinį ir asmeninį gyvenimą, taip pat kelia pavojų psichikos sveikatai ir emocinei gerovei. Reorganizuojant įmonę netinkamai valdomi organizaciniai pokyčiai taip pat gali paveikti darbuotojų sveikatą (tiek tų, kurie gali netekti darbo, tiek tų, kurie turės įgyvendinti pokyčius, taip pat ir tų, kurie liks dirbti reorganizavus įmonę). Aiškus atsakomybės paskirstymas, tinkamas darbuotojų informavimas apie pokyčius, socialiai atsakingas atleidimas iš darbo gali sušvelninti neigiamą reorganizacijos poveikį darbuotojų emocinei gerovei.

Vis daugiau tyrimų leidžia užtikrintai teigti, kad žmonės, dalyvaujantys kultūros renginiuose ar veikloje, savo sveikatą kur kas dažniau yra linkę vertinti geriau nei tokioje veikloje nedalyvaujantys. Dalyvavimas kūrybinėje veikloje mažina vienišumo jausmą, nerimą, stresą, stiprina tarpusavio ryšius, skatina bendruomeniškumo jausmą, tarpkultūrinį pažinimą. Meninė veikla gali padėti įveikti asmenines psichologines traumas, atkurti savo gyvenimo kontrolės ir tapatybės pojūtį, įveikti gėdos jausmą. Meninė kūryba sukuria saugią erdvę, kurioje žmogus gali apmąstyti trauminius savo gyvenimo epizodus, imti pozityviau žvelgti į ateitį.

Socialiniai bendruomenės ryšiai ir kiti bendruomenėje pasireiškiantys veiksniai, galimybė dalyvauti

Prasta kriminogeninė padėtis gali skatinti bendruomenėje smurtą, didinti vienatvės ir nesaugumo jausmą, silpninti gyventojų kaimynystės ryšius, o saugi aplinka ir stiprūs bendruomeniniai ryšiai – mažinti psichikos sutrikimų riziką. Žmonėms, gyvenantiems socialiniu atžvilgiu darniose bendruomenėse, būdingas didesnis laimės pojūtis, nes socialinis kapitalas* ir socialinė sanglauda* neabejotinai turi reikšmės psichikos sveikatai. Teikiama ir suvokiama socialinė parama gali veikti kaip apsauga nuo streso, saugoti nuo vienatvės (atskirties jausmo, izoliacijos), gerinti savivertę. Kai kurie aplinkos sprendiniai gali skatinti socialinę atskirtį, pavyzdžiui, gyvenimas prie intensyvaus eismo gatvių, o anksčiau minėtos žaliosios erdvės – stiprinti bendruomeninius ryšius.

Su planuojamos ūkinės veiklos projekto įgyvendinimu susiję veiksniai

Tiriant planuojamos ūkinės veiklos poveikį visuomenės psichikos sveikatai nustatyta, kad gyventojų psichikos sveikatą ir emocinę gerovę projektas dažniausiai neigiamai veikia dėl kelių priežasčių: abejonių dėl projekto įgyvendinimo vietos tinkamumo, prieštaravimo dėl galimos projekto keliamos rizikos ir potencialios naudos, nepasitikėjimo projektą įgyvendinančia organizacija, ribotomis bendruomenės atstovų galimybėmis daryti įtaką projekto sprendiniams, baimės dėl besikeičiančių gyvenimo ar darbo sąlygų.

Pavyzdys: įgyvendinant būsto renovacijos programą (apšiltinant namą, keičiant langus, šildymo sistemą, atnaujinant fasadus ir remontuojant laiptines) fizinės sveikatos atžvilgiu vykstantis procesas neabejotinai turėtų būti vertinamas labai teigiamai, bet renovuojamo namo gyventojams ir nuomininkams tai gali kelti tam tikrą stresą ir nepatogumus. Gal ne visi gyventojai yra pasirengę išverti remonto darbų keliamą triukšmą, kai kam gali būti fiziškai apribotos judėjimo galimybės, įtampą gali kelti ekonominiai išpareigojimai. Renovacija ir su ja susiję nepatogumai gali neigiamai paveikti žmonių suvokimą, kad procesas yra valdomas, kad jie gali prisidėti prie sprendimų priėmimo, kitaip tariant, valdyti savo gyvenimą ir aplinką. Galiausiai renovacija gali sutrikdyti kaimynų santykius. Taigi vykstantis procesas gali neigiamai paveikti žmonių mintis ir jausmus ir neigiamai atsilipti jų gerovei. Žvelgiant iš kitos pusės, atlikus renovaciją, dėl techninių sprendinių fizinę negalią turintys namo gyventojai galės savarankiškai išeiti iš namų (arba išvažiuoti su vežimėliu), pasiekti parduotuvę ir kt. – tai didins jų savarankiškumą ir galbūt mažins socialinę atskirtį. Taip pat gal namo kieme bus įrengta rekreacinė zona ir namo gyventojai galės kartu leisti laisvalaikį ir stiprinti tarpusavio ryšius. Taigi gali būti, kad ateityje namo renovacija atneš daugiau naudos nei galimas neigiamas poveikis. Tai nereiškia, kad namo renovacija neturėtų vykti, tačiau labai svarbu identifikuoti potencialią riziką žmonių gerovei ir psichikos sveikatai ir atsižvelgti į tai.

*Socialinė sanglauda pasireiškia, kai žmonės nori ir pajėgia dirbti drauge, kad patenkintų bendrus poreikius, įveiktų kliūtis ir derintų skirtingus interesus pilietiškai ir be konfliktų. Sanglauda skatina lygias galimybes ir pašalina tiek formalius, tiek neformalius trukdžius dalyvauti.

*Socialinis kapitalas – žmonių vertybės ir požiūriai, kuriantys pasitikėjimą, skatinantys socialinių normų ir tinklų (asmeninių ir organizacinių) kūrimąsi.

Psichoemocinių veiksnių, kuriuos gali sukelti planuojama ūkinė veikla, vertinimas

Psichoemociniams veiksniams, kuriuos gali sukelti planuojama ūkinė veikla, vertinti dažniausiai naudojami kokybiniai (aprašomieji) metodai, pavyzdžiui, pateikiami mokslinių tyrimų, tam tikrų visuomenės grupių apklausos duomenys, analizės, ekspertų nuomonės, konkrečios teritorijos padėties analizė ir pan.

Atliekant esamos padėties analizę, rekomenduojama aprašyti populiaciją, kuri gali būti veikiama ūkinės veiklos. Į aprašą reikia įtraukti sociodemografinę gyventojų charakteristiką, duomenis apie jų fizinę ir psichikos sveikatą, taip pat įvertinti, kurios gyventojų grupės gali būti paveiktos (tiek teigiamai, tiek neigiamai) įgyvendinant projektą, tų grupių dydį. Taip pat galima aprašyti determinantus, kurie ateityje gali būti susiję su planuojamos ūkinės veiklos įgyvendinimu. Tai gali būti duomenys apie kriminogeninę vietovės padėtį, fizinę aplinką, būsto kokybę, transportą, triukšmą, taršos šaltinius, bendruomenės ryšius, žaliąsias erdves, žaidimų aikšteles, darbo vietas, laisvalaikio galimybes, finansinę vietovės padėtį ir kt. Žemiau yra išvardintos jautrios visuomenės grupės, į kurias reikėtų atsižvelgti, atliekant psichoemocinio poveikio vertinimą.

Amžiaus atžvilgiu jautrios visuomenės grupės: vaikai ir jaunimas. Vaikų ir jaunimo psichikos sveikata labai susijusi su tėvų tėvystės įgūdžiais, galimybe socializuotis, lankyti ugdymo (įskaitant ir ankstyvojo ugdymo) įstaigas, tinkamai lavinamais socialiniais įgūdžiais ir gebėjimu spręsti konfliktines situacijas, saugia (tiek fiziniu, tiek psichologiniu atžvilgiu) namų ir mokyklų aplinka, galimybe dalyvauti veikloje kartu su bendraamžiais, būti fiziškai aktyviems, turėti prasmingą laisvalaikį. Vyresnio amžiaus žmonių psichikos sveikatai labai svarbūs socialiniai kontaktai, fizinė sveikata, ekonominis stabilumas, saugi namų ir gyvenamoji aplinka.

Lyties atžvilgiu jautrios visuomenės grupės. Mokslininkai tiksliai nepasako, kurios lyties žmonės yra jautresni psichikos sveikatos atžvilgiu. Žinoma, kad depresija, nerimas, bandymai žudyti ir žalojimas yra būdingesni *moterims*, o savižudybės, priklausomybės, smurtas ir destruktivus elgesys – *vyrams*. Kalbant apie psichikos sveikatai svarbius veiksnius manoma, kad skurdas, nedarbas, smurtas artimoje aplinkoje, seksualinis priekabiavimas labiau veikia *moterų* psichikos sveikatą.

Etninės grupės. Manoma, kad dėl didesnio socialinio pažeidžiamumo migrantai ir tautinių mažumų atstovai psichikos sveikatos atžvilgiu taip pat yra jautri grupė.

Fizinė sveikata ir negalia. Prasta fizinė sveikata ir lėtinės neinfekcinės ligos neigiamai veikia psichikos sveikatą ir emocinę gerovę, ir priešingai – neįgalaus žmogaus psichikos sveikatą teigiamai veikia socialinis įsitraukimas, socialinė parama ir galimybė būti nepriklausomam.

Apibrėžiant projekto įgyvendinimo vietą taip pat svarbu atsižvelgti į šalia esančias patalpas, mokyklas, darbovietes, globos, gydymo įstaigas, vietas bendruomenę.

Vertinant esamą visuomenės sveikatos būklę galima naudotis oficialiomis statistinių duomenų bazėmis, oficialiais statistikos leidiniais, paskelbtais vietoje atliktų tyrimų rezultatais (pavyzdžiui, Higienos instituto, Lietuvos statistikos departamento duomenų bazėmis, Policijos departamento, visuomenės sveikatos biurų skelbiama informacija ir kt.).

Vertinant planuojamos ūkinės veiklos psichoemocinį poveikį gali būti rengiama *literatūros apžvalga*, kuriai tinka naudoti:

- mokslines publikacijas, skelbiamas recenzuojamuose mokslo žurnaluose, ir sisteminės apžvalgas, esančias, pavyzdžiui, pubmed.gov, cochrane.org, campbellcollaboration.org, guidance.nice.org.uk ir kt.;
- nepublikuotą medžiagą, pavyzdžiui, projektų įgyvendinimo ataskaitas;
- kitų vertintojų atliktus psichoemocinio poveikio vertinimus.

Pateikiant literatūros apžvalgos rezultatus reikėtų nurodyti apžvalgos tikslą, apžvalgos procedūros aprašą, kas nustatyta, mokslinių įrodymų literatūros sąrašą, išvadas. Gali būti pateikiama kiekvieno vertinto mokslinio tyrimo santrauka, kritinis tyrimo vertinimas. Rengiant ataskaitą, rekomenduojama nurodyti vertintų šaltinių publikavimo laikotarpį, naudotas duomenų bazines, užklauskos terminus. Siekiant vertinimo patikimumo, rekomenduojama įvertinti ne tik mokslinių tyrimų rezultatus, bet ir jų metodologiją, prielaidas, galimą rezultatų šališkumą.

Atliekant psichoemocinio poveikio vertinimą taip pat reikėtų naudoti aprašomąjį metodą, t. y. pildyti psichikos sveikatai poveikį darančių veiksnių ir rizikos grupių analizių *matricas* taip pat, kaip vertinant poveikį visuomenės sveikatai.

Ekspertinis vertinimas – iš eksperto gautų žinių organizavimas, kodavimas, struktūrinis apdorojimas ir interpretavimas loginiais ir matematiniais metodais. Ekspertų žinios gali būti renkamos individualaus interviu metodu, organizuojant tikslines grupes, naudojant klausimynus (apklausiant tiesiogiai, elektroniniu būdu, telefonu) ir kt. Ekspertiniame vertinime gali dalyvauti:

- asmuo, planuojantis įgyvendinti projektą;
- asmuo, gerai išmanantis projekto įgyvendinimo vietos demografinę situaciją, bendruomenės atstovas;
- visuomenės psichikos sveikatos specialistas;
- darbuotojų atstovai, jeigu projekto įgyvendinimas yra susijęs su įmonių (įstaigų) reorganizacija;
- sprendimų priėmėjai, asmenys iš atsakingų institucijų (savivaldybių, visuomenės sveikatos centrų atstovai)
- kiti ekspertai, kurių žinios yra susijusios su projekto pobūdžiu.

Vertindami apibrėžkite potencialius psichikos sveikatos determinantus (teigiamus ir neigiamus), kada gali pasireikšti jų poveikis ir kiek laiko jis truks, kaip stipriai paveiks gyventojų sveikatą, ar galima jį koreguoti (žr. 1 priedą). Numatykite priemones, kurios galėtų sumažinti neigiamą planuojamos ūkinės veiklos poveikį gyventojų psichikos sveikatai ir sustiprinti teigiamą. Pradėkite nuo veiksnių, kurių poveikis yra stipriausias, truks ilgai ir paveiks didesnes gyventojų grupes. Socialinių determinantų, veiksnių, stiprinančių psichikos sveikatą ir emocinę gerovę ir psichikos sveikatos rodiklių pavyzdžius galima pamatyti rekomendacijų 2 - 4 prieduose.

Šiuo metu egzistuoja kelios pagrindinės metodikos, susijusios su psichikos sveikatos ir gerovės klausimų įtraukimu į poveikio sveikatai vertinimą.

Pirmoji metodika – tai „Poveikio psichikos sveikatai vertinimo vadovas“ (angl. *Mental Health Impact assessment, MHIA*), sukurtas bendradarbiaujant Adlerio profesionaliosios psichologijos mokyklos (angl. Adler School of Professional Psychology) ir Čikagos Englvudo bendruomenės partneriams. Šį įrankį sudaro tie patys metodiniai veiksmai, kaip ir poveikio sveikatai vertinimo procedūrą (t. y. atranka, apimtis, vertinimas, rekomendacijos, ataskaitos, stebėjimas (vertinimas), bet labiau akcentuojami su psichikos sveikata susiję dalykai.

Antroji metodika yra skirta poveikiui emocinei gerovei įvertinti (angl. *Mental Well-being Impact Assessment, MWIA*). Šioje specialistų komandos iš Didžiosios Britanijos sukurtoje metodikoje daugiau dėmesio skiriama psichikos sveikatos determinantams nei psichikos ligų etiologiniams veiksniams. Metodikoje aprašomi atrankos veiksmai, vertinimo apimties nustatymo metodai, indikatorių nustatymo procesai, rekomendacijų formulavimas ir monitoringas. Teikiant rekomendacijas akcentuojami veiksmai, labiausiai stiprinantys teigiamą poveikį emocinei gerovei ir mažinantys neigiamą poveikį.

Informacijos teikimas visuomenei

Visuomenė ir jos grupės turi teisę gauti informaciją apie planuojamą ūkinę veiklą, jos poveikį visuomenės sveikatai. Lietuvos Respublikos planuojamos ūkinės veiklos poveikio aplinkai vertinimo įstatyme nenumatytų poveikio visuomenės sveikatai vertinimo atvejų vertinimo atlikimo tvarkos aprašo II skyriuje yra pateikti reikalavimai dėl visuomenės informavimo ir dalyvavimo poveikio visuomenės sveikatai vertinimo procese.

Teisė pareikšti savo nuomonę ir susipažinti su rengiamu projektu bei vertinimo rezultatais turėtų būti suteikta tiek pavieniams suinteresuotiems asmenims, tiek ir organizacijoms ar bendruomenėms. Informacijos suteikimas suinteresuotiems asmenims ir jų įtraukimas į poveikio visuomenės sveikatai vertinimą gali būti naudingas, nes gyventojai ar darbuotojai gali suteikti naudingos informacijos apie vietos sąlygas, pasiūlyti projekto įgyvendinimo veiklų alternatyvų ar kompensacinių priemonių. Visuomenės dalyvavimas užtikrina vertinimo ir sprendimų priėmimo procesų viešumą, skaidrumą ir objektyvumą, suteikia suinteresuotiems asmenims kontrolės ir įsitraukimo jausmą, o tai gali padėti išvengti vélesnių konfliktų. Taigi visuomenės informavimo tikslai yra duomenų, nuomonės ir projekto organizatorių informacijos pateikimas, visuomenės pasitikėjimo stiprinimas, sprendimų priėmimo objektyvumas ir konfliktų mažinimas.

Siekiant sėkmingo visuomenės dalyvavimo labai svarbu:

- pateikti pakankamą ir visuomenei suprantamą informaciją;
- skirti pakankamai laiko susipažinti su pateikta informacija, diskusijoms;
- suteikti galimybę pareikšti nuomonę;
- reaguoti į pateiktas pastabas ar problemas;
- atsakingai pasirinkti tinkamus visuomenės dalyvavimo ir informavimo metodus;
- nurodyti kontaktinį asmenį, į kurį bendruomenės nariai viso planuojamos ūkinės veiklos projekto įgyvendinimo laikotarpiu galėtų kreiptis iškilus sunkumų, klausimams;
- esant galimybei, į vertinimo ir sprendimų priėmimo procesą įtraukti bendruomenės atstovą.

Kartais pateikus visuomenei informaciją iškyla interesų ir poreikių konfliktas, sukeliantis stiprias emocijas ir stresą. Ir nors konfliktai yra natūrali santykių dalis, netinkamai valdomi, nesprendžiami jie gali turėti destruktivių padarinių projekto vykdytojams, planuojamai veiklai ir gyventojų emocinei gerovei. Sėkmingai sprendžiant konfliktines situacijas galima rasti optimalius sprendimus ir įgyvendinti pokyčius, naudingus visoms ginčo pusėms.

Patekę į padėtį, kurioje susiduria skirtingos interesų grupių vertybės, lūkesčiai, nuomonės, interpretacijos, poreikiai ir norai:

1. Leiskite kitai konflikto pusei pasidalyti savo požiūriu.

Dėmesingai išklauskite, kokių abejonių dėl planuojamos ūkinės veiklos turi oponentai. Kol jie kalba, nereikėtų užsiimti kuo nors, kas trukdytų klausytis, sukeltų kalbėtojui jausmą, kad jo nesiklausoma. Parodykite, kad klausotės. Tam galima vartoti trumpus žodelius, komentarus („taip“, „mm“, „mhmm“, „aha“ ir pan.), kūno kalbą ir gestus (kartais linktelėti, reaguoti situaciją atitinkančia veido išraiška). Stenkitės nenutraukti kalbėtojo, leiskite jam baigti.

2. Parodykite kalbėtojui, kad supratote, ką jis norėjo pasakyti.

Galite perfrazuoti kalbėtojo išreikštas mintis, t. y. persakykite jas savais žodžiais (pavyzdžiui: „Kaip supratau, problema yra...“ (nusakykite ją savais žodžiais). Tai rodo kalbėtojui, kad jo klausotės, ir padeda išgirsti jam, kaip kitas žmogus supranta, ką jis sako, taip pat suteikia progą išvengti nesusipratimų, pataisyti, jei ką nors ne taip supratome. Jeigu abejojate, ar teisingai supratote kalbantįjį, pasitikslinkite („Jeigu teisingai supratau, jūs esate labiausiai susirūpinę būtent dėl...“). Pasakykite, jei ko nors nesupratote ar neišgirdote („Atsiprašau, bet man sunku suprasti tai, ką sakėte“). Tas pats tinka ir tais atvejais, kai neišgirstate, ką sako kalbėtojas. Kartais galima „atspindėti“ jo jausmus („Jums labai neramu dėl...“). Prisiminkite, kad kiekvienas esame savitas, todėl klausantis itin svarbu leisti kalbėtojui visiškai išreikšti savo mintis. Išklaušę ir pasitikslinę, apibendrinkite ir konkretizuokite veiksmus ir aplinkybes, kurios kelia nepasitenkinimą. Atminkite, kad dėmesingas oponento išklausymas ir problemos įvardijimas nėra sutikimas su jo pozicija. Labai aiškus problemos įvardijimas gali padėti ieškoti konstruktyvių situacijos sprendimo būdų.

3. Ieškokite sprendimo kartu.

Parodykite, kad suprantate, pripažinkite, kad žmogus turi teisę suvokti situaciją savaip ir gali būti nepatenkintas. Paaiškinkite, kaip jūs vertinate situaciją. Išsklaidykite abejones, jeigu jos yra nepagrįstos, atsakykite į visus klausimus. Sutikite su kaltinimais ir pripažinkite pagrįstus priekaištus. Pasiūlykite sprendimą arba kartu ieškokite oponentų įvardytų pagrįstų problemų sprendimo. Aptarkite konkrečius veiksmus ir jų įgyvendinimo terminus. Pabrėžkite stipriąsias projekto puses ir jo naudą visuomenei. Parodykite ir įvertinkite oponento indėlį sprendžiant konfliktinę situaciją, padėkokite už geranoriškumą. Nurodykite asmenis, su kuriais visuomenės atstovai galėtų susisiekti, jei įgyvendinant projektą atsirastų nenumatytų aplinkybių, galinčių sukelti nepasitenkinimą.

Atminkite, kad konfliktus provokuoja:

- tiesioginis pranašumo demonstravimas,
- ironiškos pastabos,
- kategoriškumas, savo nuomonės primetimas,
- kalbėtojo pertraukinėjimas,
- informacijos slėpimas,
- etikos pažeidimai, apgaulė arba bandymai nuslėpti informaciją,
- atsakomybės perkėlimas.

Konfliktus taip pat sunkiau spręsti, kai situacija yra menkinama arba ignoruojama („Tai ne mūsų reikalas“, „Aš jums dar kartą kartoju“). Kartais kilusį tarpasmeninį konfliktą padeda išspręsti trečiasis asmuo, nesuinteresuotas kurios nors pusės pergale ar pralaimėjimu.

NAUDOTOS LITERATŪROS SĄRAŠAS

1. Health Impact Assessment as Part of Strategic Environmental Assessment. World Health Organization, Regional Office for Europe, 2001.
2. Health Impact Assessment: Main Concepts and Suggested Approach: Gothenburg Consensus Paper. WHO Regional Office for Europe, European Centre for Health Policy, 1999.
3. Coggins T, Cooke A, Friedli L, Nicholls J, Scott-Samuel A, Stansfield J. Mental Well-being Impact Assessment: A toolkit. Care Services Improvement Partnership. North West Development Centre, 2007.
4. Pūras D, Germanavičius A, Povilaitis R, Dervinytė-Bonganzoti A. Visuomenės psichikos sveikata. Mokomoji knyga. Vilniaus universitetas, 2005.
5. [Kelsey Lucyk and Habitat Health Impact Consulting . Report on Mental Health in Health Impact Assessment A Resource for Health Impact Assessment Practitioners. 2015](#)
6. [A Resource for Health Impact Assessment Practitioners. Habitat Health Impact Consulting, 2015.](#)
7. U. S. Equal Employment Opportunity Commission Policy Guidance: A Mental Health Impact Assessment, 2013.
8. [Institute on Social Exclusion \(ISE\) Adler School of Professional Psychology. U.S. Equal Employment Opportunity Commission Policy Guidance: A Mental Health Impact Assessment. 2013](#)
9. Cooke A and Coggins T (2005) Neighbourhood wellbeing in Lewisham and Lambeth: the development of a mental wellbeing impact assessment and indicator toolkit, Journal of Public Mental Health 4(2) p. 23–31

1 priedas. Psichikos sveikatos ir emocinės gerovės determinantai (pavyzdys)

Psichikos sveikatai ir emocinei gerovei poveikį darantys veiksniai	Veikiama gyventojų grupė ir jos dydis (bendruomenės narių skaičius, jautresnių bendruomenės narių skaičius)	Poveikis sveikatai: stipriai teigiamas +++ teigiamas ++ silpnai teigiamas+ stipriai neigiamas -- - neigiamas -- silpnai neigiamas -	Poveikis psichikos sveikatai ir emocinei gerovei (pvz., veiksnys didina nuotaikos ir nerimo sutrikimus, mažina vaikų akademinį pasiekimą ir t. t.)	Nagrinėjamo rodiklio prognozuojamas pokytis (didės, mažės)	Poveikio trukmė (dienos, mėnesiai, metai, nuolat)	Poveikio pasireiškimo tikimybė (maža, vidutinė, didelė)	Teigiamo poveikio didinimo priemonės	Neigiamo poveikio mažinimo priemonės	Komentarai
Elgsena ir gyvensena									
Alkoholio vartojimas									
Narkotinių bei psichotropinių medžiagų naudojimas									
Lošimas									
Rūkytas (aktyvus ir pasyvus)									
Fizinis aktyvumas									
Fizinės aplinkos veiksniai									
Oro kokybė, kvapai									
Vandens kokybė									
Maisto kokybė									
Sauga									
Susisiekimas									
Teritorijų planavimas									
Atliekų tvarkymas									

Triukšmas									
Nelaimingų atsitikimų rizika									
Socialiniai ir ekonominiai veiksniai									
Kultūra									
Pajamos									
Socialinė parama (socialiniai kontaktai)									
Diskriminacija									
Pajamos									
Išsilavinimo galimybė									
Užimtumas, darbo galimybės									
Nusikalstamumas									
Laisvalaikis, poilsis									
Judėjimo galimybės									
Dvasinių poreikių tenkinimas									
Migracija									
Profesinės rizikos veiksniai									
Estetinis vaizdas									
Paslaugų prieinamumas									
Sugebėjimas valdyti situaciją									
Prasmingumas									
Pagalba sau									
Socialinė įtrauktis									
Kita (nurodyti)									
Kita (nurodyti)									
Kita (nurodyti)									

2 priedas. Socialiniai determinantai ir veiksniai, stiprinantys psichikos sveikatą ir emocinę gerovę

Individualus lygmuo	Bendruomenės lygmuo	Socioekonominiai ir aplinkos veiksniai•
<ul style="list-style-type: none"> •konfliktų sprendimo, bendravimo įgūdžiai •žinios ir įgūdžiai, reikalingi sveikiems pasirinkimams •gera savivertė •pasitikėjimas optimizmas •pasitenkinimas gyvenimu •dvasingumas •išsilavinimas •hobiai, turiningas laisvalaikis •pasitikėjimas kitais •saugumo jausmas •pagalbos sau galimybės: <ul style="list-style-type: none"> -informacija, -konsultacijos, -grupės, -internetinės programos •savarankiškumas ir nepriklausomybė (sunkią negalią turinčio asmens gebėjimas gyventi savarankiškai) •gyvensenos veiksniai: <ul style="list-style-type: none"> -mityba, -fizinis aktyvumas, -alkoholio, tabako, -narkotikų vartojimas 	<ul style="list-style-type: none"> •galimybė daryti įtaką sprendimams namie, darbovietėje, bendruomenėje, projekto įgyvendinimo vietoje •galimybė pasakyti savo nuomonę ir būti išgirstam galimybė pasinaudoti paslaugomis ir pasitikėti paslaugų teikėjais (valstybės institucijomis, teisėsaugos sistema), socialinė parama •problemų sprendimo mechanizmai •veiklos, skirtos visuomenei suburti 	<ul style="list-style-type: none"> •finansinis saugumas •užimtumas •tinkama, maloni ir saugi fizinė aplinka (namų, darbo, gatvių) •suvaldytas triukšmas ir aplinkos tarša •patogesni transporto sprendiniai, pasirinkimas, pasiekiamumas •galimybė naudotis patogiomis bendruomeninėmis erdvėmis, žaliosiomis erdvėmis (parkais), gamtos ištekliais, kavinėmis, bibliotekomis •lengvas paslaugų pasiekiamumas: mokymosi, namų, sveikatos ir socialinės pasaugos •psichikos sveikatos sutrikimų stigmatas mažinimas •atotrūkio tarp gyventojų grupių mažinimas •kova su diskriminacija

3 priedas. Svarstant, ar planuojama ūkinė veikla gali daryti poveikį (neigiamą ar teigiamą) visuomenės psichikos sveikatai ir emocinei gerovei, rekomenduojama atsakyti į toliau pateikiamus klausimus:

- Ar planuojama ūkinė veikla paveiks gyventojų gebėjimą daryti teisingus pasirinkimus sveikatos klausimais? Ar gyventojai turės pakankamai žinių, įgūdžių ir informacijos sprendimams priimti?
- Ar planuojama ūkinė veikla paveiks gyventojų galimybes kurti tarpusavio ryšius, burtis į bendruomenes?
- Ar planuojama ūkinė veikla paveiks gyventojų (pavyzdžiui, neigalių, vyresnių žmonių) savarankiškumą?
- Ar yra grėsmė, kad planuojama ūkinė veikla didins kai kurių visuomenės grupių socialinę atskirtį?
- Ar bus paveiktas gyventojų finansinis saugumas, galimybė dirbti, namų ir darbo aplinka (fiziniai, cheminiai, biologiniai, fizikiniai, ergonominiai, psichosocialiniai veiksniai)?
- Ar visuomenės atstovai gaus informaciją apie potencialiai pavojingus veiksnius, jų tyrimų ir matavimų rezultatus, mokės apsisaugoti nuo jų, žinos, kur gali ieškoti pagalbos? Ar informacija bus lengvai pasiekama ir suprantama?
- Ar planuojama ūkinė veikla paveiks bendruomenės narių saugumo jausmą?
- Ar planuojama ūkinė veikla neapribos visuomenės galimybių naudotis sveikatos priežiūros paslaugomis?
- Ar planuojama ūkinė veikla darys poveikį susisiekimui su rekreacinėmis ir poilsio vietomis, darbovietėmis, ugdymo įstaigomis?
- Ar planuojama ūkinė veikla paveiks bendruomenės narių galimybes dirbti, mokytis, savanoriauti, ilsėtis?
- Ar bendruomenės nariai turės galimybę dalyvauti priimant sprendimus, daryti įtaką procesams, susijusiems su jų gyvenamąja vieta, darbu, bendruomene?
- Ar bus užtikrinta galimybė išsakyti savo požiūrį, būti išgirstam, gauti atsakymus į klausimus apie planuojamą ūkinę veiklą?
- Ar planuojama ūkinė veikla paveiks bendruomenės galimybes realizuoti savo dvasinius poreikius?
- Ar planuojama ūkinė veikla gali skatinti bendruomenėje interesų konfliktus?
- Ar planuojamos ūkinės veiklos įgyvendinimo vietoje yra jautresnių visuomenės grupių (vaikų, vyresnio amžiaus žmonių, bedarbių, neigaliųjų)?

4 priedas. Psichikos sveikatos rodikliai, panaudoti įvairiose studijose atliekant psichoemocinio poveikio vertinimą.

Akademiniai pasiekimai	Jaunimo alkoholio vartojimo įpročiai
Alkoholinis vaisiaus sindromas	Jaunimo suicidiniai bandymai
Alkoholio suvartojimas vienam gyventojui per metus	Jaunimo traumos
Alkoholio vartojimas	Kasdienis stresas
Apsinuodijimai	Medikamentų naudojimas psichikos sveikatai pagerinti
Bendruomenės įsitraukimas	Mirtys
Bendruomeniškumas	Mirčių priežastys
Beviltiškumo jausmas	Mirtys, siejamos su alkoholiu
Bipolinis sutrikimas	Dėl patyčių mokyklos nelankančių vaikų skaičius
Darbas daugiau nei vienam darbdaviui	Naudojimasis psichikos sveikatos centrais
Darbo įsipareigojimai	Ne darbo dienų skaičius dėl psichikos ligos
Demografija	Nerimas
Depresija	Nesaugumo jausmas mokykloje
Dėmesio sutrikimai ir hiperaktyvumo sindromas	Nesveikos streso įveikimo strategijos
Eismo įvykiai, susiję su alkoholio vartojimu	Panikos sutrikimai
Emocinė gerovė	Papildomi darbai
	Pasikartojantis drausminis įvykis
Geros psichikos sveikatos dienos	Pasitikėjimas
Gerovės jausmas	Pasitikėjimas kaimynais
Globali ligų našta	Dėl patyčių suprastėjusi sveikata
Hospitalizacija, susijusi su depresija	Patologinis lošimas
Hospitalizavimas į psichiatrines ligonines	Personalo pagalba studentams
Išrašymai iš ligoninės	Politinis įsitraukimas
Išrašyti iš ligoninės pacientai, gaunantys gydymą	Prasta psichikos sveikata
Įsitraukimas į priklausomybių gydymo programas	Prasta psichikos sveikata dėl patyčių
Įtampa	Priklausomybė
Rizikingi lytiniai santykiai	Rizikingas elgesys
Savivertė	Stresas per metus
Savižudybės	Stresas per pastarąjį mėnesį
Skubios pagalbos atvejų skaičius	Stresas per 30 dienų
Skurdas	Stresas tarp paauglių
Smurtas	Studentų, besijaučiančių liūdnais, prislėgtais, įtemptais, dalis
Smurtas artimoje aplinkoje	Su stresu susijusios ligos
Smurtinis elgesys	Suicidinės mintys
Socialinis dalyvavimas	Suvokiamas kaimynystės saugumas
Sveikatos draudimas	Suvokiamas nesaugumas
Socialinė izoliacija	Suvokiamas pasitikėjimas bendruomene
Socialinė sanglauda	Suvokiamas saugumas
Socialinis kapitalas	Tyčiniai sužalojimai
Socialinės namų problemos	Vairavimas esant neblaiviam
Socialinė parama	Valgymo sutrikimai
Stresas	Žalingas psichoaktyvių medžiagų vartojimas
Stresas darbe	