

LIETUVOJE GYVENANČIŲ UŽSIENIO STUDENTŲ NAMŲ ILGESIO IR GYVENIMO KOKYBĖS SĄSAJOS

Guoda Jablonskytė¹

Vytauto Didžiojo universitetas, Lietuva

Santrauka. *Tyrimo tikslas* – nustatyti Lietuvoje gyvenančių užsienio studentų namų ilgesio ir gyvenimo kokybės sąsajas. *Tiriamieji* – 129 užsienio studentai iš 34 pasaulio šalių, šiuo metu studijuojantys Lietuvoje, Vilniaus ir Kauno universitetuose. Iš jų 72 vyrai ir 57 moterys. Tiriamųjų amžius 18–30 metų, amžiaus vidurkis – 23 metai. *Metodai.* Namų ilgesiui išmatuoti naudota Utrechto namų ilgesio skalė (angl. *The Utrecht Homesickness Scale*), sukurta M. Stroebe, T. Vlieto, M. Hewtone'o ir H. Willis'o (2002). Gyvenimo kokybei matuoti naudota C. E. Ferrans'o ir M. Powers'o (1984) gyvenimo kokybės indekso bendroji III versija (angl. *The Quality of Life Index Generic Version III*). Kitoms tiriamųjų savybėms sužinoti užduoti demografiniai klausimai. *Rezultatai.* Nustatyta, kad namų ilgesį ir gyvenimo kokybę sieja statistiškai reikšmingas neigiamas ryšys ($p < 0,01$) – kuo stipriau užsienio studentai jaučia namų ilgesį, tuo blogesnė jų gyvenimo kokybė. Taip pat nustatytas statistiškai reikšmingas teigiamas ryšys tarp amžiaus ir namų ilgesio ($p < 0,05$) bei statistiškai reikšmingas neigiamas ryšys tarp amžiaus ir gyvenimo kokybės ($p < 0,05$) – kuo jaunesni užsienio studentai, tuo silpniau jie jaučia namų ilgesį ir tuo geresnė jų gyvenimo kokybė. Be to, rezultatai parodė: nėra statistiškai reikšmingo skirtumo tarp vyrų ir moterų jaučiamo namų ilgesio bei gyvenimo kokybės ($p > 0,05$) – jaučiamo namų ilgesio intensyvumas ir gyvenimo kokybė nesiskiria tarp užsienio studentų ir studentų.

Pagrindiniai žodžiai: namų ilgesys, gyvenimo kokybė, užsienio studentai.

NAMŲ ILGESYS

Europos šalių švietimo ministrai 1999 m. paskelbė Bolonijos deklaraciją, kurios vienas tikslų – skatinti studentų mobilumą. Šį tikslą ėmė įgyvendinti Europos, tarp jų ir Lietuvos, aukštosios mokyklos. Proceso realizavimą Lietuva pagreitino įstojusi į Europos Sąjungą, nes intensyvi

¹ Susirašinėjimui: el. paštas: jablonskyte.g@gmail.com; tel.: 8 671 23413.

mobilumo ir mainų plėtra nurodyta ne tik Bolonijos deklaracijoje, bet ir Europos Sąjungos švietimo tarybos pasiūlytoje programoje (Želvys, 2006).

Tai paskatino užsienio piliečius rinktis Lietuvos aukštąsias mokyklas. Statistikos departamento duomenimis, studijuoti į Lietuvą daugiausia atvyksta Europos šalių gyventojai, bet studijuoja ir Amerikos, Australijos, Azijos bei Afrikos valstybių piliečiai. Šiais mokslo metais, statistikos departamento duomenimis, Lietuvos universitetuose studijuoja 3 924, kolegijose – 197 užsienio piliečiai; manoma, kad šis skaičius tik didės, nes taip buvo iki šiol. Per pastaruosius penkerius metus Lietuvos universitetuose užsienio studentų padaugėjo daugiau nei tris, kolegijose – net septynis kartus. Didėjantis tarptautinių studentų skaičius verčia atkreipti dėmesį į jų problemas. Viena iš psichologinių užsienio studentų problemų – namų ilgesys.

Namų ilgesio sąvokai apibrėžti skirtingi autoriai siūlo skirtingus apibrėžimus. Daugelyje straipsnių pateikiamas C. A. Thurberio (2005) suformuluotas namų ilgesio apibrėžimas: namų ilgesys – tai kančia ar pablogėjimas, sukeltas tikro ar nujaučiamo atsiskyrimo nuo namų. Jis pasireiškia nuolatinėmis mintimis apie namus ir objektus, prie kurių jaučiamas prisirišimas.

Panašius apibrėžimus siūlo ir kiti autoriai. Vieni jų nemini prisirišimo – tik namų palikimo faktą. M. Van Tilburgo (2005) teigimu, namų ilgesys yra jausmas, jaučiamas išvykus iš namų, pasireiškiantis neigiamomis emocijomis, mąstymu apie namus ir somatiniais simptomais. Pastebėtina, kad šiame apibrėžime minima nauja gyvenimo sritis, kurios neišskyrė pirmasis, – fizinis aspektas. Dar viena sfera pateikta S. Fisherio ir B. Hoodo (1987) apibrėžime. Jie namų ilgesį apibrėžia kaip kompleksinę–motyvacinę–emocinę būseną, susijusią su sielvartu, ilgesiu ir nesuvaldomomis mintimis apie namus.

Anot M. Scopellitio ir L. Tiberio (2010), namų ilgesys yra daugiaaspektė kančios būseną, išgyvenama palikus namus. Šis apibrėžimas ypatingas tuo, kad pabrėžia tris aspektus, apimančius daugelio autorių svarbiausias mintis apie namų ilgesį:

1. Daugiaaspektiškumas, apimantis kitų autorių išskirtus būdus, kuriais pasireiškia namų ilgesys;
2. Kančia – pagrindinis jausmas, kuriuo apibūdinamas namų ilgesys;
3. Namų palikimas – priežastis namų ilgesiui pasireikšti.

Būtent dėl to pastaruoju namų ilgesio apibrėžimu remiamasi šiame darbe. Namų ilgesys – dažna problema, tyrimų duomenimis, apie 70 % užsienio studentų jį patiria (Watt, Badger, 2009). Svarbu tai, kad jis pasireiškia skirtingų tipų simptomais, pavyzdžiui, somatinėmis problemomis, neigiamomis emocijomis bei kognityvinių procesų susilpnėjimu (Van Tilburg, 2005).

Paprastai siekiama nustatyti, kokie veiksniai siejasi su namų ilgesio pasireiškimu studentų imtyje. Dažnai tiriama lyties įtaka namų ilgesio pasireiškimui, bet tyrimų duomenys skiriasi. Vieni tyrėjai nenustatė lyties skirtumų (Fisher et al., 1985; Fisher, Hood, 1987; Fisher, Hood, 1988; Brewin et al., 1989; Scopelliti, 2010), kiti nustatė, kad namų ilgesį studentės jaučia stipriau nei studentai (Archer et al., 1998; Stroebe et al., 2002; Yangyi, 2009; Poyrazli, Lopez, 2007). Kadangi naujesni tyrimai išskiria lyties skirtumus ilgintis namų, galima kelti prielaidą, kad užsienio studentės patiria stipresnio intensyvumo namų ilgesį nei užsienio studentai.

Kita dažnai tiriama namų ilgesio prielaida – studento amžius. Bet vieningų rezultatų apie šio faktoriaus ryšį su namų ilgesiu taip pat nėra. Pavyzdžiui, S. Fisheris ir B. Hoodas (1987) nustatė, kad skirtingose amžiaus grupėse namų ilgesio pasireiškimą dažnis yra vienodas. O dauguma tyrimų nustatė neigiamą ryšį tarp amžiaus ir namų ilgesio (Poyrazli, Lopez, 2007; Kazantis, Flett, 1998; Brewin et al., 1989). Remiantis pastaraisiais darbais galima kelti prielaidą: kuo jaunesni užsienio studentai, tuo stipriau jie jaučia namų ilgesį.

GYVENIMO KOKYBĖ

Gyvenimo kokybės sąvoką, anot S. Wood-Dauphinee (1999) (cit. pagal Furmonavičius, 2001), pirmasis pavartojo C. Pigou (1920) knygoje apie ekonomiką ir gerovę. Tuomet visuomenė nesusidomėjo šiuo terminu ir jis buvo primirštas. Tik po Antrojo pasaulinio karo, kai Pasaulio sveikatos organizacija į sveikatos apibrėžimą įtraukė fizinės, dvasinės ir socialinės gerovės sąvokas, buvo atsiminta ir gyvenimo kokybės sąvoka; ji susilaukė didelio susidomėjimo politikoje bei medicinoje. Vis dėlto vieno gyvenimo kokybės apibrėžimo taip ir nėra. Pavyzdžiui, R. Kalėdienė, J. Petrauskienė ir A. Rimpela (1999) pateikia Pasaulio sveikatos organizacijos (1993) pasiūlytą gyvenimo kokybės apibrėžimą: „Gyvenimo kokybė – tai individualus

savo vietos gyvenime vertinimas kultūros ir vertybių sistemos, kuriame individas gyvena, kontekste, susijęs su jo tikslais, viltimis, standartais bei interesais. Tai plati koncepcija, kompleksiskai veikiama asmens fizinės sveikatos, psichologinės būklės, nepriklausomybės lygio, socialinių ryšių ir ryšių su aplinka“ (p. 26). Anot V. Gilgeouso (1998; cit. pagal Akranavičiūtė, Ruževičius, 2007), gyvenimo kokybė – tai pasitenkinimas savo gyvenimo dimensijomis, palyginus jas su idealiu gyvenimu. Gyvenimo kokybės įvertinimas priklauso nuo asmens vertybių sistemos bei gyvenamosios aplinkos. Kiti autoriai, pavyzdžiui, R. Fitzpatrickas (1996; cit. pagal Philips, 2006) praplečia gyvenimo kokybės sąvoką ir teigia, kad ji apima daugiau gyvenimo sričių: emocinę gerovę, dvasingumą, seksualumą, socialinį funkcionavimą, šeimos gyvenimą, profesinį funkcionavimą, bendravimą, mitybą, funkcinis gebėjimus, fizinį statusą, pasitenkinimą gydymu, pasitikėjimą savimi, randus, kūno suvokimą, ateities orientaciją, bendrą sveikatos įvertinimą ir pasitenkinimą gyvenimu.

Taigi gyvenimo kokybės apibrėžimų yra daug ir įvairių. Dėl to svarbu išskirti svarbiausius bruožus, būdingus šiai sąvokai. Vienas jų – įvairiapusiškumas. Gyvenimo kokybę veikia asmeniniai, aplinkos faktoriai bei jų tarpusavio sąveika (Cummins, 2005). C. E. Ferransas ir M. Powersas (1984b) išskiria keturias pagrindines gyvenimo sritis:

1. Sveikatos ir funkcionavimo sritis apima sveikatą, jos priežiūrą, skausmo ir energijos kiekį, galimybę pasirūpinti savimi ir šeima, rūpesčių kiekį, gebėjimą kontroliuoti savo gyvenimą;

2. Socialinė ir ekonominė sritis apima draugų kiekį, kaimynystę, namus, išsilavinimą, emocinę paramą, gautą ne iš šeimos narių, finansines galimybes;

3. Psichologinė / dvasinė sritis apima minties laisvę, religinius išgyvenimus, laimingumą, bendrą pasitenkinimą gyvenimu;

4. Šeimos sritis apima šeimos sveikatą ir laimę, vaikus, mylimąjį bei emocinę paramą, gaunamą iš šeimos.

Šiame darbe šios keturios sritys ir laikomos svarbiausiomis, apibrėžiant gyvenimo kokybę. Kitas svarbus gyvenimo kokybės bruožas – ji gali būti matuojama tiek subjektyviai, tiek objektyviai. Objektyvus gyvenimo kokybės matavimas yra mokslinis ir nuasmenintas. Jį nustatant daugiausia dėmesio kreipiama į tai, kiek patenkinti įvairūs žmogaus poreikiai: sveikatos, maisto, gyvenamosios vietos, išsilavinimo ir pan. Šių poreikių

patenkinimo mastą nustato ne pats tiriamasis, o tyrėjai, remdamiesi statistiniais modeliais, kilusiais iš hipotetinių klausimų apie imtis (Philips, 2006). Taigi objektyvi gyvenimo kokybė apskaičiuojama remiantis dažniais bei kiekiais, būdingais tam tikrai populiacijai (Cummins, 2005).

Visiškai priešingai nustatoma subjektyvi gyvenimo kokybė – ji remiasi kiekvieno žmogaus subjektyviai suvokiamu pasitenkinimu įvairiomis savo gyvenimo sritimis (Philips, 2006). Subjektyvi gyvenimo kokybė dažnai vadinama subjektyvia gerove (Diener, 2000). Subjektyvi gerovė, anot E. Dienerio, S. Lucaso, R. E. Oishio (2002; cit. pagal Neto, Barros, 2007), – emocinis ir kognityvinis savo gyvenimo įvertinimas, kurį neprofesionalai dažnai vadina „laimingumu“ arba „pasitenkinimu“. Daugelio autorių nuomone, subjektyvus matavimas labiau tinka gyvenimo kokybei nustatyti (pvz., Haas, 1997; Philips, 2006), dėl to empirinis tyrimas vykdomas remiantis subjektyviu gyvenimo kokybės vertinimu.

Šiuos du gyvenimo kokybės bruožus – daugialypiškumą ir subjektyvų įvertinimą – apibendrina C. E. Ferranso ir M. Powerso (1990; cit. pagal Ferrans, 2011) pateiktas apibrėžimas: gyvenimo kokybė – tai asmens savo gerovės suvokimas, kuris kyla iš pasitenkinimo arba nepasitenkinimo jam pačiam svarbiomis gyvenimo sritimis. Būtent šiuo gyvenimo kokybės apibrėžimu ir remiamasi šiame darbe.

Paprastai tiriama asmenų, turinčių sveikatos sutrikimų, gyvenimo kokybė. Kai kurie tyrimai nagrinėja ir sveikų žmonių gyvenimo kokybę, tarp jų ir studentų. Dažniausiai siekiama nustatyti, kokie faktoriai siejasi su studentų gyvenimo kokybe. Vienas jų – lytis. Kai kurie tyrimai rodo, kad moterų gyvenimo kokybė yra blogesnė negu vyrų (Paro et al., 2010). Panašūs ir T. Pekmezoviciaus, A. Popoviciaus, D. K. Tepavceviciaus, T. Gazibaros ir M. Paunciaus (2011) tyrimų rezultatai. Autoriai nustatė, kad moterų gyvenimo kokybė yra blogesnė septyniuose iš aštuonių tirtų gyvenimo sričių: fizinio funkcionavimo, skausmo, bendros sveikatos, energingumo, socialinio funkcionavimo, emocinės ir psichinės. D. Dučinskaitės, R. Kalėdienės ir J. Petrauskienės (2003) tyrimu nustatyta, jog studentų gyvenimo kokybė blogesnė nei studentų tik fizinėje srityje, o psichologinėje, socialinių santykių ir aplinkos faktorių srityse nėra reikšmingo skirtumo tarp lyčių. Kiti tyrimai rodo, kad reikšmingų gyvenimo kokybės skirtumų tarp vyrų ir moterų iš viso nėra (Henning, Hawken, Krageloh, Zhao, Doherty, 2011; Sam, 2001). Taigi nėra tiksliai nustatyta, ar studentų lytis siejasi su jų gyvenimo kokybe, ar ne. Vis dėlto, remiantis tuo, kad

dauguma tyrimų nustatyti lyčių skirtumai, keliami prielaida: studentų gyvenimo kokybė yra blogesnė negu studentų.

Kita dažnai tiriama demografinė charakteristika, galinti turėti įtakos studentų gyvenimo kokybei, – amžius. Vieni tyrimai rodo, kad skirtingų amžiaus grupių studentų gyvenimo kokybė nesiskiria (Henning et al., 2011; Sam, 2001; Ghaedi, Tavoli, Bakhtiari, Melyani, Sahragard, 2010). Kitais duomenimis, jaunesnių asmenų gyvenimo kokybė blogesnė nei vyresnių (Hultman, Hemlin, 2008). Remiantis pastaraisiais darbais, keliami prielaida: kuo jaunesni studentai, tuo stipriau jie jaučia namų ilgesį.

NAMŲ ILGESIO IR GYVENIMO KOKYBĖS SĄSAJOS

Tyrimų, siekiančių nustatyti namų ilgesio ir gyvenimo kokybės sąsajas, stinga tiek Lietuvoje, tiek užsienyje. Toliau apžvelgti tyrimai, atspindintys namų ilgesio sąsajas su skirtingais gyvenimo kokybės faktoriais, kuriuos išskyrė C. E. Ferransas ir M. Powersas (1984b).

Pirmoji gyvenimo kokybės dimensija, anot C. E. Ferranso ir M. Powerso (1984b), – sveikata ir funkcionavimas. Svarbiausi šios dimensijos komponentai – sveikata ir skausmas. Tyrimai rodo, kad namų ilgesys neigiamai veikia asmens fizinę sveikatą. Pavyzdžiui, S. Fisheris (1987) nustatė, kad asmenys, patiriantys namų ilgesį, turi daugiau somatinių nusiskundimų nei asmenys, nepatiriantys namų ilgesio. K. S. Nijhofas ir R. C. M. E. Engelsas (2007) taip pat teigia, kad namų ilgesys dažnai pasireiškia somatiniais nusiskundimais. C. D. B. Burto (1993; cit. pagal Watt, Badger, 2009) bei J. Ye (2005) teigimu, namų ilgesį jaučiantys asmenys dažniausiai skundžiasi skrandžio ir galvos skausmais, miego sutrikimais ir apetito praradimu. M. Van Tilburgas (2005) papildė šį sąrašą žarnyno problemomis, persivalgymu, spaudimu krūtinėje, širdies veiklos pakitimais bei „keistu jausmu kojose“. Kitas sveikatos ir funkcionavimo dimensijos komponentas – gyvenimo kontrolė. L. G. Flettas su kolegomis (2009) nustatė neigiamą ryšį tarp suvokiamo kontrolės lygio bei namų ilgesio. Nuovargis, žemas energijos lygis – taip pat svarbus sveikatos / funkcionavimo dimensijos komponentas. J. Ye (2005; cit. pagal Kegel, 2009) ir M. Van Tilburgas (2005) pastebėjo, kad tarptautiniai studentai dažnai skundžiasi sumažėjusia energija ir nuovargiu. Rūpesčiai – taip pat sveikatos / funkcionavimo dimensijos komponentas. Tyrimų duomenimis, užsienio studentai turi daug problemų. S. Fisherio (1987) tyrimas parodė, kad tik 3 iš 66 užsienio studentų

teigė neturintys problemų. Dažniausiai jiems rūpesčių kelia akademiniai ir socialiniai reikalai, prisitaikymas prie naujos rutinos bei finansų valdymas. Naujesni tyrimai atskleidžia daugiau užsienio studentų sunkumų, susijusių su namų ilgesiu: rasinė bei tautinė diskriminacija (Poyrazli, Lopez, 2007), psichologinis ir sociokultūrinis prisitaikymas prie naujos šalies reikalavimų (Suaneti, Van De Vijver, 2009), kultūrinis šokas (Miller, El-Aidi, 2008). Taigi tyrimų duomenimis, namų ilgesys neigiamai veikia sveikatos ir funkcionavimo gyvenimo sritį.

Antra gyvenimo dimensija C. E. Ferransas ir M. Powersas (1984b) laiko socialinę ir ekonominę sferą. Vieni svarbiausių jos komponentų – draugai ir emocinė parama, gauta ne iš šeimos. Tyrimai rodo, kad intensyvesnį namų ilgesį išgyvenantys studentai turi mažesnę socialinę tinklą ir jaučiasi labiau nepritampantys bendruomenėje, negu nepatiriantys ar patiriantys mažesnę namų ilgesį (Hendrickson, Rosen, Aune, 2010; Watt, Badger, 2009). Taip pat ištirta, kad labiau kenčiantys nuo namų ilgesio studentai gauna mažesnę socialinę paramą, negu nejaučiantys ar jaučiantys mažiau namų ilgesio (Urani et al., 2003; Van Tilburg et al., 1997). Kiti du socialinės / ekonominės dimensijos komponentai – mokslas ir darbas. C. D. B Burto (1993; cit. pagal Stroebe et al., 2002), A. Furnhamo (2005) bei J. Archerio ir kolegų (1998) tyrimai rodo, kad namų ilgesys siejasi su darbo atidėliojimu, kognityvinių funkcijų suprastėjimu, apatiškumu, vangumu, iniciatyvos trūkumu, suprastėjusia koncentracija ir darbo kokybe. Remiantis tuo galima teigti: namų ilgesys siejasi su suprastėjusiais akademiniais bei darbo pasiekimais (Brewin et al., 1989; Archer et al., 1998). Akademiųjų pasiekimų suprastėjimo prielaidą patvirtina ir minėtas S. Fisherio (1987) tyrimas, kuriuo nustatyta: studentai vienomis iš dažniausių problemų priežasčių įvardijo akademinis bei finansinius sunkumus. Pastaroji priežastis – taip pat viena iš socialinės / ekonominės dimensijos. Taigi, apžvelgus tyrimus, galima teigti: namų ilgesį ir gyvenimo kokybės socialinę / ekonominę dimensiją sieja neigiamas ryšys.

Trečiąją gyvenimo sritimi C. E. Ferransas ir M. Powersas (1984b) pažymėjo psichologinę / dvasinę. Vienas jos aspektų – bendras laimingumas ir pasitenkinimas. Tačiau tyrimai rodo ryšį tarp blogos nuotaikos, emocinės gerovės ir namų ilgesio. S. Fisheris (1987) nustatė, kad namų ilgesį patiriantys studentai jaučiasi psichologiškai pažeisti, patiria depresiją, nerimą, įkyrias mintis apie namus bei negatyvias mintis apie dabartinę situaciją. Vėlesni tyrimai patvirtina šiuos neigiamus psichologinius aspektus bei

prideda kitų: ilgesį, vienišumo jausmą, nervingumą ir frustraciją (Stroebe et al., 2002; Flett, 2009; Brewin et al., 1989; Furnham, 2005). Apibendrinant psichologinio / dvasinio gyvenimo kokybės aspekto sąsajas su namų ilgesiu, pastebėtina: juos sieja neigiamas ryšys.

Paskutinė C. E. Ferranso ir M. Powerso (1984b) išskirta gyvenimo sritis – šeima. Ji atspindi pasitenkinimą šeimos laime ir sveikata. Tarptautiniai studentai užsienyje dažniausiai gyvena be šeimos, todėl negali tiesiogiai dalyvauti jos gyvenime. Dėl to, tikėtina, jie turi mažiau galimybių džiaugtis šeimos laime. Kitas šios srities aspektas – emocinė parama, gauta iš šeimos. Tyrimų duomenys rodo, kad užsienio studentai ne visada jos sulaukia. S. Mori (2000; cit. pagal Tavakoli, Lumley, Hijazi, Slavin-Spenny, Parris, 2009) nustatė, kad tarptautiniai studentai dažnai patiria stiprų spaudimą iš šeimos narių dėl akademinų pasiekimų. Taigi užsienio studentų šeimos nariai gali ne tik nesuteikti emocinės paramos, bet ir dar labiau padidinti emocinę įtampą.

Iš literatūros apžvalgos matyti, kad tirti tik namų ilgesio ir atskirų gyvenimo kokybės aspektų ryšiai, bet tyrimų, siekusių nustatyti namų ilgesio ir bendros gyvenimo kokybės ryšius, trūksta tiek Lietuvoje, tiek užsienyje. Dėl to šio darbo tikslas – nustatyti Lietuvoje gyvenančių užsienio studentų namų ilgesio ir gyvenimo kokybės sąsajas. Remiantis ankstesniais tyrimais pastebima: kuo stipriau jaučiamas namų ilgesys, tuo didesnis neigiamas poveikis visoms gyvenimo sritims – sveikatos ir funkcionavimo, socialinei ir ekonominei, psichologinei / dvasinei bei šeimos. Pagal tai keliami pagrindinė tyrimo hipotezė: kuo stipriau užsienio studentai jaučia namų ilgesį, tuo blogesnė jų gyvenimo kokybė. Taip pat keliamos papildomos hipotezės: kuo jaunesni užsienio studentai, tuo stipriau jie jaučia namų ilgesį ir tuo jų gyvenimo kokybė blogesnė; užsienio studentės patiria intensyvesnę namų ilgesį ir jų gyvenimo kokybė yra blogesnė negu užsienio studentų.

TYRIMO METODAS

Tiriamieji

Tyrimė dalyvavo 129 užsienio studentai, šiuo metu studijuojantys Lietuvoje, Vilniaus ir Kauno universitetuose. Apklausti Vilniaus, Mykolo Romerio, Vilniaus pedagoginio, Vytauto Didžiojo, Kauno technologijos,

Lietuvos sveikatos mokslų, Žemės ūkio universitetų ir Kūno kultūros akademijos tarptautiniai studentai. Tiriamųjų tautinė sudėtis labai įvairi: dalyvavo 34 pasaulio šalių piliečiai, iš kurių daugiausia buvo prancūzų (17,8 %) ir turkų (14 %). Tiriamųjų amžius – nuo 18 iki 30 metų, amžiaus vidurkis – 23 metai; 72 (55,8 %) – vyrai ir 57 (44,2 %) – moterys.

Matavimo instrumentai

Gyvenimo kokybei įvertinti naudota C. E. Ferranso ir M. Powerso (1984b) gyvenimo kokybės indekso bendroji III versija (angl. *Quality of Life Index Generic Version III*). Ją sudaro dvi dalys. Pirmoji matuoja pasitenkinimą įvairiomis gyvenimo sritimis, antroji – šių sričių svarbą. Pagal svarbumo rezultatą vertinami pasitenkinimo dalies atsakymai. Dėl to testo rezultatai atspindi individualų, subjektyvų pasitenkinimą įvairiomis gyvenimo sritimis. Abi klausimyno dalis sudaro 33 teiginiai apie įvairius gyvenimo aspektus. Šie teiginiai vertinami šešių balų skale (nuo 1 (pirmoje dalyje – labai nepatenkintas, antroje dalyje – labai nesvarbu) iki 6 (pirmoje dalyje – labai patenkintas, antroje dalyje – labai svarbu). Gyvenimo kokybės metodika matuoja bendrą gyvenimo kokybę ir keturių jos sričių gyvenimo kokybę: sveikatos ir funkcionavimo, psichologinės / dvasinės, socialinės ir ekonominės bei šeimos. Vidinis bendros skalės patikimumas didelis (Cronbacho α 0,938). Keturių jos subskalių patikimumas svyruoja nuo mažo iki didelio (sveikatos ir funkcionavimo subskalės Cronbacho α 0,909, socialinės ir ekonominės – 0,687, psichologinės / dvasinės – 0,857, šeimos – 0,691). Šis klausimynas naudotas originalo, t. y. anglų, kalba.

Namų ilgesiui įvertinti naudota M. Stroebe's ir kolegų (2002) sukurta Utrechto namų ilgesio skalė (angl. *The Utrecht Homesickness Scale*). Šią skalę sudaro penkios subskalės: šeimos pasiilgimo, vienišumo, draugų pasiilgimo, prisitaikymo sunkumų ir galvojimo apie namus. Iš viso Utrechto namų ilgesio skalę sudaro 20 teiginių. Atsižvelgiant į teiginyje minimo fenomeno pasireiškimo laipsnį per pastarąsias keturias savaites, kiekvienas teiginys vertinamas penkių balų skale (nuo 1 (nebuvo) iki 5 (labai stipriai)). Bendros namų ilgesio skalės patikimumas didelis (Cronbacho α 0,924). Subskalių patikimumas svyruoja nuo gana didelio iki didelio (šeimos pasiilgimo subskalės Cronbacho α 0,844, vienišumo – 0,826, draugų pasiilgimo – 0,748, prisitaikymo sunkumų – 0,915, galvojimo apie namus – 0,843). Klausimynas pateiktas anglų kalba.

Papildomai informacijai apie tiriamųjų ypatybės sužinoti buvo užduoti demografiniai klausimai, taip pat anglų kalba.

Tyrimo eiga

Tyrimas vykdytas apklausos būdu. Naudoti du apklausos būdai: 1) tiesioginė apklausa, vykdyta naudojantis popieriniu anketos variantu, ir 2) apklausa internetu, naudojantis internetiniame puslapyje sukurta anketa.

Atliekant apklausą internetu, pirmiausia buvo susisiekiama su universitetų tarptautinių ryšių tarnybų darbuotojais, koordinuojančiais Lietuvoje studijuojančius užsienio studentus, ir paprašyta informacijos, kaip su jais susisiekti. Dauguma koordinatorių atsiliepė į šį prašymą. Vieni patys pasiūlė persiųsti laišką su prisistatymu ir anketos nuoroda, kiti atsiuntė užsienio studentų elektroninių paštų adresus (su sąlyga, kad jie bus panaudoti tik šio tyrimo tikslams). Gautais adresais buvo išsiųsti laiškai su prisistatymu, prašymu užpildyti anketą ir jos nuoroda internete.

Tiesioginė apklausa naudota apklausiant tarptautinius studentus Vytauto Didžiojo universitete. Visų pirma, susisiekiama su Vytauto Didžiojo universiteto tarptautinių ryšių darbuotoja, koordinuojančia užsienio studentus. Ji davė universiteto bendrabučio kambarių, kuriuose gyvena užsienio studentai, sąrašą, o pagal jį vykdyta apklausa studentų bendrabutyje.

TYRIMO REZULTATAI

Pirmiausia buvo įsitikinta, kad duomenys, gauti abiem būdais, nesiskia: palyginti rezultatų, gautų tiesiogiai ir internetu, vidurkiai. Analizei naudotas Stjudento t kriterijus. Rezultatai (žr. 1 lentelę) rodo, kad nėra statistiškai reikšmingo skirtumo tarp namų ilgesio ir gyvenimo kokybės skalių rezultatų, gautų tiesiogine ir internetine apklausomis ($p > 0,05$). Dėl to toliau abiejų tipų duomenys analizuoti kartu. Pagal Shapiro-Wilko kriterijų gyvenimo kokybės skirstinys nuo normaliojo nesisikia statistiškai reikšmingai ($p = 0,389 > 0,05$), o namų ilgesio – skiriasi ($p = 0,048 < 0,05$). Bet šis skirstinys turi dvi išskirtis, kurias pašalinus, namų ilgesio rezultatų pasiskirstymas nuo normaliojo nesisikia statistiškai reikšmingai (Shapiro-Wilko kriterijaus $p = 0,143 > 0,05$). Taigi toliau namų ilgesio ir gyvenimo kokybės duomenims analizuoti naudojami parametriniai metodai.

1 lentelė. *Namų ilgesio ir gyvenimo kokybės rodiklių, gautų internetinėmis ir popierinėmis anketomis palyginimas*

Table 1. *Comparisons of homesickness and quality of life rates in internet and paper questionnaires*

Skalė	Internetinės anketos (n=92)	Popierinės anketos (n=33),	p reikšmė
Namų ilgesys	2,4027 ± 0,68977	2,5818 ± 0,63008	0,994
Gyvenimo kokybė	20,2680 ± 3,52809	20,2729 ± 2,93841	0,193

Siekiant patikrinti pagrindinę hipotezę, atlikta koreliacinė analizė tarp namų ilgesio ir gyvenimo kokybės bei jos subskalių. Analizėms naudotas Pearsono koreliacijos koeficientas r. Gauti rezultatai (žr. 2 lentelę) atskleidė, kad tarp patiriamo namų ilgesio intensyvumo ir gyvenimo kokybės lygio yra statistiškai reikšmingas vidutinio stiprumo neigiamas ryšys ($p < 0,05$) – kuo stipresnis užsienio studentų namų ilgesys, tuo blogesnė jų gyvenimo kokybė. Koreliacinė analizė (žr. 2 lentelę) tarp namų ilgesio ir gyvenimo kokybės subskalių parodė, kad yra statistiškai reikšmingas neigiamas ryšys tarp namų ilgesio ir sveikatos / funkcionavimo bei socialinės / ekonominės gyvenimo kokybės subskalių ($p < 0,05$) – kuo stipriau jaučiamas namų ilgesys, tuo blogesnė sveikatos ir funkcionavimo bei socialinės ir ekonominės gyvenimo srities kokybė.

2 lentelė. *Užsienio studentų (n=123) namų ilgesio ir gyvenimo kokybės bei jos subskalių ryšys*

Table 2. *Associations between homesickness and quality of life and its subscales among foreign students (n=123) in Lithuania*

Pirmasis kintamasis	Gyvenimo kokybės subskalės	r reikšmė
Namų ilgesys (bendras)	Sveikatos ir funkcionavimo	-0,280*
	Psichologinė / dvasinė	-0,152
	Socialinė ir ekonominė	-0,384*
	Šeimos	-0,141
	Gyvenimo kokybė (bendra)	-0,303*

* $p < 0,001$

Siekiant patikrinti hipotezę „Kuo jaunesni užsienio studentai, tuo stipriau jie jaučia namų ilgesį ir tuo jų gyvenimo kokybė blogesnė“, pirmiausia patikrinta pirmoji hipotezės dalis – kuo jaunesni užsienio studentai, tuo labiau jaučia namų ilgesį. Tam atlikta koreliacinė analizė tarp amžiaus ir

namų ilgesio bei jų subskalių. Analizei naudotas Pearsono koreliacijos koeficientas r . Rezultatai (žr. 3 lentelę) pirmos hipotezės dalies nepatvirtino, nes tarp amžiaus ir namų ilgesio yra silpnas statistiškai reikšmingas teigiamas ryšys ($p < 0,05$) – kuo užsienio studentai jaunesni, tuo silpniau jie jaučia namų ilgesį.

3 lentelė. Užsienio studentų ($n=123$) amžiaus ir namų ilgesio bei jos subskalių ryšys

Table 3. Associations between age and homesickness and its subscales among foreign students ($n=123$) in Lithuania

Pirmasis kintamasis	Namų ilgesio subskalės	r reikšmė
Amžius	Šeimos pasiilgimas	-0,006
	Vienišumas	0,222**
	Draugų pasiilgimas	0,151
	Prisitaikymo sunkumai	0,166
	Galvojimas apie namus	0,163
	Namų ilgesys (bendras)	0,180**

** $p < 0,05$

Siekiant patikrinti antrąją šios hipotezės dalį – kuo jaunesni užsienio studentai, tuo jų gyvenimo kokybė blogesnė, – atlikta koreliacinė analizė tarp amžiaus ir gyvenimo kokybės bei jų subskalių. Analizei naudotas Pearsono koreliacijos koeficientas r . Iš 4 lentelės matyti, kad ir antroji hipotezės dalis nepasitvirtina, nes yra statistiškai patikimas ($p < 0,05$) silpnas neigiamas ryšys tarp amžiaus ir gyvenimo kokybės – kuo jaunesni užsienio studentai, tuo jų gyvenimo kokybė geresnė.

4 lentelė. Amžiaus ir gyvenimo kokybės bei jos subskalių ryšys tarp užsienio studentų ($n=123$)

Table 4. Associations between age and quality of life and its subscales among foreign students ($n=123$) in Lithuania

Pirmasis kintamasis	Gyvenimo kokybės subskalės	r reikšmė
Amžius	Sveikata ir funkcionavimas	-0,135
	Psichologinė / dvasinė	-0,150
	Socialinė ir ekonominė	-0,314*
	Šeima	-0,045
	Gyvenimo kokybė (bendra)	-0,200**

* $p < 0,001$, ** $p < 0,05$

Siekiant patikrinti hipotezę „Užsienio studentės patiria intensyvesnį namų ilgesį ir jų gyvenimo kokybę blogesnė nei studentų“, pirmiausia patikrinta pirmoji šios hipotezės dalis – užsienio studentės patiria intensyvesnį namų ilgesį nei studentai. Buvo palyginti moterų ir vyrų namų ilgesio ir jo subskalių vidurkiai. Analizėms naudotas Stjudento t kriterijus nepriklausomoms imtims. Gauti rezultatai (žr. 5 lentelę) rodo, kad vyrų ir moterų jaučiamo namų ilgesio intensyvumas nesiskiria statistiškai reikšmingai ($p > 0,05$).

5 lentelė. Užsienio studentų vyrų ir moterų patiriamo namų ilgesio ir jo subskalių rodiklių palyginimas

Table 5. Comparisons of homesickness and its subscales rates in man and woman

Namų ilgesio subskalės	Vyrai ($n=69$)	Moterys ($n=54$)	p reikšmė
Šeimos pasiilgimas	3,0833 ± 0,97455	3,3148 ± 1,01077	0,201
Vienišumas	2,1522 ± 1,01117	1,9861 ± 0,77004	0,303
Prisitaikymo sunkumai	2,1377 ± 0,94571	1,7083 ± 0,74724	0,007
Draugų pasiilgimas	2,9529 ± 0,89142	2,8333 ± 0,82559	0,447
Galvojimas apie namus	2,2355 ± 1,03601	2,0602 ± 0,93407	0,333
Namų ilgesys (bendras)	2,5123 ± 0,76367	2,3806 ± 0,62792	0,307

Siekiant išsiaiškinti, ar vyrų ir moterų gyvenimo kokybė skiriasi, palyginti abiejų lyčių gyvenimo kokybės ir jos subskalių vidurkiai. Analizėms naudotas Stjudento t kriterijus nepriklausomoms imtims. Iš 6 lentelės matyti, kad gyvenimo kokybė tarp vyrų ir moterų nesiskiria statistiškai reikšmingai ($p > 0,05$).

6 lentelė. Užsienio studentų vyrų ir moterų gyvenimo kokybės ir jos subskalių rodiklių palyginimas

Table 6. Comparisons of quality of life and its subscales rates in man and woman

Gyvenimo kokybės subskalės	Vyrai ($n=69$)	Moterys ($n=54$)	p reikšmė
Sveikata ir funkcionavimas	20,7224 ± 3,60158	21,4028 ± 3,72074	0,307
Psichologinė / dvasinė	21,2805 ± 4,62272	21,6138 ± 4,34001	0,684
Socialinė ir ekonominė	18,2518 ± 4,35997	19,1968 ± 3,41150	0,193
Šeima	19,6696 ± 4,39054	19,1870 ± 4,83166	0,564
Gyvenimo kokybė (bendra)	20,0823 ± 3,43846	20,5764 ± 3,27410	0,421

TYRIMO REZULTATŲ APTARIMAS

Tyrimo tikslas – nustatyti namų ilgesio ir gyvenimo kokybės sąsajas. Buvo nustatytas statistiškai reikšmingas neigiamas ryšys tarp namų ilgesio ir gyvenimo kokybės. Taigi pagrindinė hipotezė „Kuo stipriau užsienio studentai jaučia namų ilgesį, tuo jų gyvenimo kokybė blogesnė“ – patvirtinta. Taip pat nustatyta, kad namų ilgesį sieja statistiškai reikšmingas neigiamas ryšys su dviem gyvenimo kokybės sritimis: sveikatos ir funkcionavimo bei socialine ir ekonomine. Taigi kuo stipriau jaučiamas namų ilgesys, tuo blogesnė sveikata, funkcionavimas bei socialinio ir ekonominio gyvenimo kokybė. Iš esmės tai patvirtina tyrimus, nustatčiusius ryšį tarp namų ilgesio ir daugelio sveikatos bei funkcionavimo srities komponentų: suprastėjusios sveikatos, dažniau jaučiamo skausmo, somatinių nusiskundimų (Fisher, 1987; Nijhof, Engels, 2007; Ye, 2005; Van Tilburg, 2005), sumažėjusios gyvenimo kontrolės (Flett et al., 2009) bei padidėjusio rūpesčių kiekio (Fisher, 1987; Poyrazli, Lopez, 2007; Suaneti, Van De Vijver, 2009; Miller, El-Aidi, 2008). Šio darbo rezultatai sutampa ir su tyrimais, nustatčiusiais namų ilgesio sąsajas su įvairiais socialinio ir ekonominio gyvenimo komponentais: mažu socialiniu tinklu, nepritapimu bendruomenėje (Hendrickson, Rosen, Aune, 2010; Watt, Badger, 2009), mažesne socialine parama (Urani et al., 2003; Van Tilburg et al., 1997), akademinėmis ir finansinėmis problemomis (Archer et al., 1998; Fisher, 1987). Patikrinus pagrindinę hipotezę, taip pat nustatyta, kad nėra statistiškai patikimo ryšio tarp namų ilgesio ir psichologinės / dvasinės bei šeimos subskalių. Tai, kad nebuvo nustatytas ryšys tarp namų ilgesio ir šeimyninio gyvenimo kokybės, nestebina, nes tyrimų, bandančių nustatyti šį ryšį, stinga. Bet netikėta tai, kad nebuvo nustatytas ryšys tarp namų ilgesio ir psichologinės / dvasinės gyvenimo sferos, nes atlikta daug tyrimų, rodančių, kad namų ilgesys siejasi su bloga psichologine sveikata, t. y. su nerimu, depresija, įkyriomis mintimis, ilgesiu, vienišumu, nervingumu ir frustracija (Fisher, 1987; Stroebe et al., 2002; Flett et al., 2009; Brewin et al., 1989; Furnham, 2005). Galbūt skirtumas atsirado dėl to, kad autorių tyrimai atspindi tik du psichologinės / dvasinės gyvenimo kokybės aspektus: bendrą laimingumą ir bendrą pasitenkinimą gyvenimu. Psichologinė / dvasinė gyvenimo sritis, anot C. E. Ferranso ir M. Powerso (1984b), apima kur kas daugiau faktorių: minties laisvę, religinius išgyvenimus, asmeninių tikslų pasiekimus ir pasitenkinimą savimi. Deja, stinga tyrimų apie šių faktorių ir namų ilgesio

sąsajas. Be to, dauguma minėtų autorių (Stroebe et al., 2002) Flett et al., 2009; Brewin et al., 1989; Furnham, 2005) tyrė pirmakursius studentus, atvykusius į universitetą iš tos pačios šalies kito regiono. O šiame darbe tirti įvairių kursų studentai, atvykę iš kitų šalių. Dėl šių skirtumų tikriausiai ir nebuvo nustatytas statistiškai reikšmingas ryšys tarp namų ilgesio ir psichologinės / dvasinės gyvenimo kokybės.

Antroji hipotezė teigia: kuo jaunesni užsienio studentai, tuo stipriau jie jaučia namų ilgesį ir tuo jų gyvenimo kokybė blogesnė. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad yra statistiškai reikšmingas teigiamas ryšys tarp namų ilgesio ir amžiaus bei statistiškai reikšmingas neigiamas ryšys tarp gyvenimo kokybės ir amžiaus – kuo jaunesni užsienio studentai, tuo silpniau jie jaučia namų ilgesį ir tuo jų gyvenimo kokybė yra geresnė. Taigi gauti rezultatai prieštarauja keltai hipotezei. Pirmiausia aptarsime namų ilgesio ir amžiaus sąsajas. Gauti rezultatai, rodo: kuo jaunesni studentai, tuo mažiau namų ilgesio jie jaučia. Tai prieštarauja ne tik keltai hipotezei, bet ir ankstesniems tyrimams, kurie taip pat prieštaringi: vieni autoriai nenustatė amžiaus ir namų ilgesio sąsajų (Fisher, 1987), kiti nustatė, kad jaunesni studentai jaučia stipresnį namų ilgesį (Poyrazli, Lopez, 2007; Brewin et al., 1989). Tačiau tyrimų, nustačiusių teigiamą amžiaus ryšį su namų ilgesiu, trūksta. Viena iš priežasčių, kodėl šios analizės rezultatai nesutampa su ankstesnių darbų rezultatais, gali būti skirtingas tiriamųjų amžius. Šio darbo tiriamųjų amžiaus vidurkis – 23 metai. S. Fisherio ir B. Hoodo (1987) tiriamieji akivaizdžiai jaunesni, jų amžiaus vidurkis – apie 18 metų. C. R. Brewino ir kolegų (1989) studentai taip pat buvo jaunesni, jų amžiaus vidurkis – 20 metų, S. Poyrazlis ir M. D. Lopezas (2007) tyrė vyresnius jaunuolius, jų amžiaus vidurkis – 26 metai. Skiriasi ne tik tiriamųjų amžiaus vidurkis, bet ir amžiaus ribos. Mūsų tiriamieji – nuo 18 iki 30 metų, C. R. Brewino ir kolegų (1989) – 18–39 metų, S. Poyrazlio ir M. D. Lopezas (2007) – 18–46 metų. Gali būti, jog šiame tyrime dalyvavusių studentų amžiaus plotis per mažas, kad tarp namų ilgesio ir amžiaus būtų nustatytas neigiamas ryšys. Kita galima rezultatų nesutapimo priežastis – skirtingi namų ilgesio matavimo instrumentai. M. Stroebės ir kolegų (2002) manymu, sunku palyginti namų ilgesio rezultatus, gautus skirtingais matavimo instrumentais. Šiame darbe gautus rezultatus – kuo jaunesni užsienio studentai, tuo mažiau namų ilgesio jie jaučia, – galima paaiškinti remiantis R. B. Zajonco (1968, 1971; cit. pagal Vingerhoets, 2005) idėjomis apie prisirišimą prie objekto. Teorija teigia, kad galima

pajusti trauką bet kokiam objektui vien tik dažnai būnant su juo. Taigi tikėtina: kuo vyresni užsienio studentai, tuo daugiau laiko jie buvo praleidę namuose, dėl to labiau prie jų prisirišo. Pradėję studijuoti kitoje šalyje, studentai buvo atsiskirti nuo traukos objekto, t. y. namų, dėl to pasireiškė neigiamos pasekmės, atspindinčios namų ilgesio simptomus. Kadangi jaunesni studentai buvo praleidę mažiau namuose, mažiau prie jų ir prisirišo, dėl to išvykę pajuto silpnesnį namų ilgesį.

Šio tyrimo rezultatai rodo: kuo jaunesni užsienio studentai, tuo jų gyvenimo kokybė geresnė. Tai prieštarauja keltos hipotezės daliai – kuo jaunesni užsienio studentai, tuo jų gyvenimo kokybė blogesnė. Bet šie rezultatai nestebina, nes ir ankstesnių tyrimų duomenys prieštaringi: vieni teigia, kad gyvenimo kokybė nesiskiria priklausomai nuo amžiaus (Henning et al., 2011; Sam, 2001, Ghaedi et al., 2010), kiti – kad yra teigiamas ryšys tarp amžiaus ir gyvenimo kokybės (Hultman, Hemlin, 2008), dar kiti, kuriuos patvirtina ir šio tyrimo rezultatai, – kad yra neigiamas ryšys tarp amžiaus ir gyvenimo kokybės (Hopman et al., 2009; Matziou et al., 2011; Pichler, 2006).

Trečioji tikrinama hipotezė teigia: užsienio studentės patiria intensyvesnį namų ilgesį ir jų gyvenimo kokybė blogesnė nei užsienio studentų. Pagal tyrimo rezultatus ši hipotezė nepasitvirtino, nes nebuvo nustatytas statistiškai reikšmingas skirtumas tarp vyrų ir moterų jaučiamo namų ilgesio bei gyvenimo kokybės. Tai, kad nebuvo nustatyta vyrų ir moterų jaučiamo namų ilgesio skirtumų, nestebina, nes ankstesnių tyrimų rezultatai, aptarti literatūros apžvalgoje, taip pat prieštaringi. Vieni autoriai nustatė, kad moterys jaučia stipresnį namų ilgesį nei vyrai (Yangyi, 2009; Poyrazli, Lopez, 2007; Archer et al., 1998; Stroebe et al., 2002). Kitų tyrimų rezultatai sutampa su gautais šiame darbe ir rodo, kad jaučiamas namų ilgesys nesiskiria priklausomai nuo lyties (Fisher et al., 1985; Fisher, Hood, 1987, 1988; Brewin et al., 1989; Scopelliti, Tiberio, 2010). Kaip minėta, rezultatai taip pat nepatvirtino ir gyvenimo kokybės skirtumų priklausomai nuo lyties. Šie rezultatai taip pat nėra netikėti, nes literatūros apžvalgoje analizuoti tyrimai nepateikė vienos nuomonės apie vyrų ir moterų gyvenimo kokybės skirtumus. Vienais buvo nustatyta, kad moterų gyvenimo kokybė yra blogesnė nei vyrų (Paro et al., 2010; Pekmezovic et al., 2011). Bet yra tyrimų, kurių rezultatai sutapo su šio tyrimo rezultatais. Jais nebuvo nustatyta gyvenimo kokybės skirtumų tarp studentų ir studentėlių (Henning et al., 2011; Sam, 2001).

Tyrimo trūkumai ir rekomendacijos

Tyrimė dalyvavo užsienio piliečiai, nuolatiniai studentai Lietuvoje, bei užsienio piliečiai, į Lietuvos universitetus atvykę pagal mainų programas. Šios dvi grupės viena nuo kitos skiriasi praleistu ir planuojamu praleisti laikotarpiu Lietuvoje. Tai galėjo turėti įtakos tyrimo rezultatams. Dėl to tolesni tyrimai turėtų būti atliekami tik su nuolatiniais užsienio studentais arba tik su atvykusiais pagal mainų programas. Kitas dalykas – tyrimo anketos buvo pateiktos anglų kalba. Kadangi ji gimtoji ne visiems dalyviams, jie galėjo suprasti ne visas užduotis ir tai galėjo iškreipti duomenis. Tolesniems tyrimams vertėtų naudoti anketas keliomis kalbomis arba apklausa turėtų vykti tik tiesioginiu būdu, kad tiriamieji galėtų pasitikslinti tyrėjo, nesupratę kokio nors teiginio. Be to, kitais tyrimais galima dar kartą patikrinti lyties ir amžiaus sąsajas su namų ilgesiu bei gyvenimo kokybe, nes šiame darbe gauti rezultatai nesutampa su daugeliu ankstesnių tyrimų.

IŠVADOS

1. Kuo stipriau užsienio studentai jaučia namų ilgesį, tuo blogesnė jų gyvenimo kokybė.
2. Kuo jaunesni užsienio studentai, tuo silpniau jie jaučia namų ilgesį ir tuo jo gyvenimo kokybė geresnė.
3. Jaučiamo namų ilgesio intensyvumas ir gyvenimo kokybė nesiskiria tarp užsienio studentų ir studentų.

Literatūros sąrašas

- Akranavičiūtė, D., Ruževičius, J. (2007). Quality of Life and its Components' Measurement. *Engineering economics* 2 (52), 44–49.
- Archer, J., Ireland, J., Amos, S. L., Broad H., Currid L. (1998). Derivation of a homesickness scale. *British Journal of Psychology*, 89, 205–221.
- Brewin, C. R. (1989). Demographic and psychological determinants of homesickness and confiding among students. *British Journal of Psychology*, 80, 467–477.
- Cummins, R. A. (2005). Moving from the quality of life concept to a theory. *Journal of Intellectual Disability Research*, 49 (10), 699–706.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55 (1), 34–43.

- Ferrans, C. E. (2011). Description of the quality of life index (QLI). Aplankyta: 2011-04-25. <http://www.uic.edu/orgs/qli/overview/overviewhome.htm>.
- Ferrans, C. E., Powers, M. (1984a). Quality of life index generic version-III. Aplankyta: 2011-04-25. <http://www.uic.edu/orgs/qli/questionnaires/pdf/genericversionIII/generic.pdf>.
- Ferrans, C. E., Powers, M. (1984b). Items for Subscales for the Quality of Life Index (QLI) – Generic III Version. Aplankyta: 2011-04-25. <http://www.uic.edu/orgs/qli/questionnaires/pdf/genericversionIII/Generic3subscaleitems.pdf>.
- Fisher, S., Hood, B. (1987). The stress of the transition to university: A longitudinal study of psychological disturbance, absent-mindedness and vulnerability to homesickness. *British Journal of Psychology*, 78, 425–441.
- Fisher, S., Hood, B. (1988). Vulnerability factors in the transition to university: Self-reported mobility history and sex differences as factors in psychological disturbance. *British Journal of Psychology*, 79, 309–320.
- Fisher, S., Murray, K., Frazer, N. (1985). Homesickness, health and efficiency in first year student. *Journal of Environmental Psychology*, 5, 181–195.
- Flett, G. L., Endler, N. S., Besser, A. (2009). Separation Anxiety, Perceived Controllability, and Homesickness. *Journal of Applied Social Psychology*, 39 (2), 265–282.
- Furmonavičius, T. (2001). Gyvenimo kokybės tyrimai medicinoje (literatūros apžvalga). *Biomedicina*, 1 (2), 128–132.
- Furnham, A. (2005). Culture Shock, Homesickness, and Adaptation to a Foreign Culture. In Van Tilburg, M., Vingerhoets E. (Ed.), *Psychological Aspects of Geographical Moves: Homesickness and Acculturation Stress* (p. 17–35). Amsterdam: Amsterdam University Press.
- Ghaedi, G. H., Tavoli, A., Bakhtiari, M., Melyani, M., Sahragard, M. (2010). Quality of Life in College Students with and without Social Phobia. *Social Indicators Research*, 97, 247–256.
- Hendrickson, B., Rosen, D., Aune, R. K. (2010). An analysis of friendship networks, social connectedness, homesickness, and satisfaction levels of international students. *International Journal of Intercultural Relations*, 35 (3), 281–295.
- Henning, M. A., Hawken, S. J., Krageloh, C., Zhao, Y., Doherty, I. (2011). Asian medical students: quality of life and motivation to learn. Aplankyta: 2011-04-26. <http://www.springerlink.com/content/j4117371736624k1/fulltext.pdf>.
- Hopman, W. M., Berger, C., Joseph, L., Towheed, T., Prior, J. C., Anastassiades, T., et al. (2009). Health-related Quality of Life in Canadian Adolescents and Young Adults: Normative Data Using the SF-36. *Canadian Journal of Public Health*, 100 (6), 449–452.
- Hultman, B., Hemlin, S. (2008). Self-rated quality of life among the young unemployed and the young in work in northern Sweden. *Work*, 30, 461–472.
- Yangyi, K. (2009). Factors Affecting International Students' Transition to Higher Education Institutions in the United States-From the Perspective of Office of International Students. *College Student Journal*, 43 (4), 1020–1036.

- Kalėdienė, R., Petrauskienė, J., Rimpela, A. (1999). *Šiuolaikinės visuomenės sveikatos mokslo teorija ir praktika*. Kaunas: Šviesa.
- Kegel, K. (2009). Homesickness in international college students. Aplankyta: 2011-04-28. http://www.counselingoutfitters.com/vistas/vistas09/Article_7_Kegel.pdf.
- Matziou, V., Tsumakakis, K., Vlahioti, E., Chrysocopoulou, L., Galanis, P., Petsios, K., et al. (2011). Factors influencing the quality of life of young patients with diabetes. *Journal of Diabetes*, 3 (1), 82–90.
- Miller, S. H., El-Aidi, N. (2008) Culture Shock: Causes and Symptoms. *International Business Research*, 1 (1), 26–37
- Neto, F., Barros, J. (2007). Satisfaction With Life Among Adolescents From Portuguese Immigrant Families in Switzerland. *Swiss Journal of Psychology*, 66 (4), 215–223.
- Nijhof, K. S., Engels, R. C. M. E. (2007). Parenting styles, coping strategies, and the expression of homesickness. *Journal of Adolescence*, 30, 709–720.
- Paro, H. B. M. S., Morales, N. M. O., Silva, C. H. M., Rezende, C. H. A., Pinto, R. M. C., Morales, R. R., et al. (2010). Health-related quality of life of medical students. *Medical Education*, 44, 227–235.
- Pekmezovic, T., Popovic, A., Tepavcevic, D. K., Gazibara, T., Paunic, M. (2011). Factors associated with health-related quality of life among Belgrade University students. *Quality of Life Research*, 20, 391–397.
- Philips, D. (2006). *Quality of life, concept, policy and practice*. London and New York: Routledge.
- Pichler, F. (2006). Subjective quality of life of young Europeans feeling happy but who knows why? *Social Indicators Research*, 75, 419–444.
- Poyrazli, S., Lopez, M. D. (2007). An Exploratory Study of Perceived Discrimination and Homesickness: A Comparison of International Students and American Students. *The Journal of Psychology*, 141 (3), 263–280.
- Sam, D. L. (2001) Satisfaction with life among international students: an exploratory study. *Social Indicators Research* 53, 315–337.
- Scopelliti, M., Tiberio, L. (2010). Homesickness in University Students: The Role of Multiple Place Attachment. *Environment and Behavior*, 42 (3), 335–350.
- Statistikos departamentas. (2005–2006 -> 2010–2011). Užsienio piliečiai studijuojantys universitetuose. Požymiai: pilietybė. Aplankyta: 2011-05-01. <http://db1.stat.gov.lt/statbank/default.asp?w=1280>.
- Stroebe, M., van Vliet, T., Hewstone, M., Willis, H. (2002). Homesickness among students in two cultures: Antecedents and consequences. *British Journal of Psychology*, 93, 147–168.
- Suanet, I., Van De Vijver, F. J. R. (2009). Perceived Cultural Distance and Acculturation among Exchange Students in Russia. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 19, 182–197.

- Tavakoli, S., Lumley, M. A., Hijazi, A. M., Slavin-Spenny, O. M., Parris, G. (2009). Effects of Assertiveness Training and Expressive Writing on Acculturative Stress in International Students: A Randomized Trial. *Journal of Counseling Psychology*, 56 (4), 590–596.
- Thurber, C. A. (2005). Multimodal homesickness prevention in boys spending 2 weeks at a residential summer camp. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73, 555–560.
- Urani, M. A., Miller, S. A., Johnson, J. E., Petzel, T. P. (2003). Homesickness in socially anxious first year college students. *College Student Journal*, 37, 392–399.
- Van Tilburg, M. (2005). The Psychological Context of Homesickness. In Van Tilburg M., Vingerhoets, E. (Ed.), *Psychological Aspects of Geographical Moves: Homesickness and Acculturation Stress* (p. 17–35). Amsterdam: Amsterdam University Press.
- Van Tilburg, M. A. L., Vingerhoets, J. J. M., Van Heck, G. L. (1997). Coping with homesickness: the construction of the adult homesickness coping questionnaire. *Journal of Personality and Individual Differences*, 22, 901–907.
- Vingerhoets, A. (2005). The Homesickness Concept: Questions and Doubts. In Van Tilburg M., Vingerhoets, E. (Ed.), *Psychological Aspects of Geographical Moves: Homesickness and Acculturation Stress* (p. 17–35). Amsterdam: Amsterdam University Press.
- Watt, S. E., Badger, J. (2009). Effects of Social Belonging on Homesickness: An Application of the Belongingness Hypothesis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35 (4), 516–530.
- Želvys, R. (2006). Internacionalizacijos iššūkiai Lietuvos aukštajam mokslui. *Acta Paedagogica Vilensia*, 17, 140–146.

ASSOCIATION BETWEEN HOMESICKNESS AND QUALITY OF LIFE AMONG FOREIGN STUDENTS IN LITHUANIA

Guoda Jablonskytė

Vytautas Magnus University, Lithuania

Summary. *The aim* of the study was to evaluate link between homesickness and quality of life among foreign students in Lithuania. *The subjects* of the study were 129 foreign students from 34 countries all over the world. All these students are now studying in Lithuania, in Vilnius' and Kaunas' universities. There were 72 men and 57 women. Their age was 18–30 years, mean of age is 23 years. **Measures.** Homesickness was assessed by the Utrecht Homesickness Scale (Stroebe, Vliet, Hewtone, Willis, 2002). Quality of life was assessed by the Quality of Life Index Generic Version III (Ferrans, Powers, 1984). Also, demographic questions were asked to know other characteristics of the participants. **Results** show that there is statistically significant negative correlation between homesickness and quality of life ($p < 0,01$) – increase

homesickness is followed by decrease quality of life. Moreover, there is statistically significant positive correlation between age and homesickness ($p < 0,05$) and statistically significant negative correlation between age and quality of life ($p < 0,05$) – younger students feel weaker homesickness and their quality of life is better than older students. There is no statistically significant gender difference in level of homesickness and quality of life ($p > 0,05$).

Keywords: Homesickness, quality of life, foreign students.