

Attieksme pret novecošanos **aptaujas izstrāde**

Zane Ulmane
Viktorija Perepjolkina

Aktualitāte

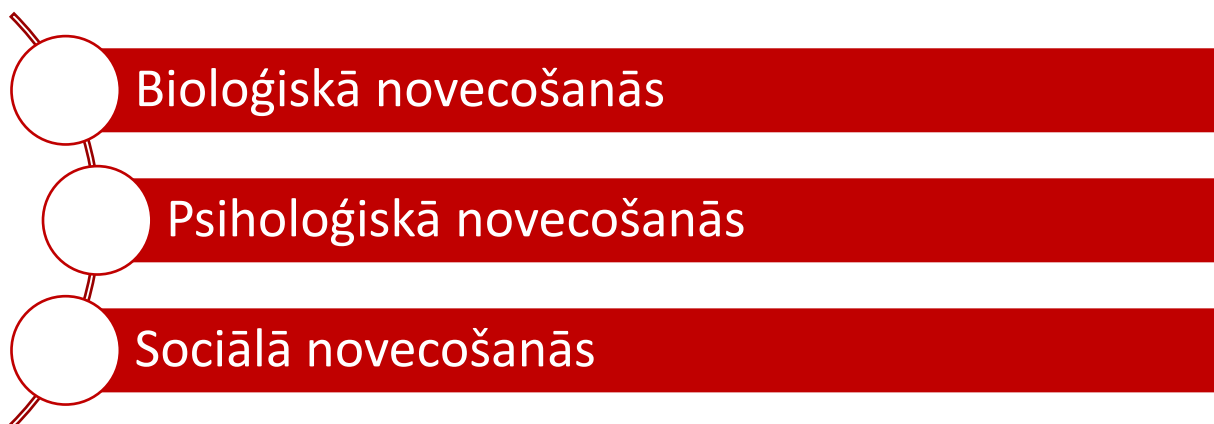
- Viena no PVO prioritātēm (*Global action plan on physical activity 2018-2030*) ir mazināt novecošanās radītās sekas, veicinot aktīvu un veselīgu novecošanos (*WHO*, 2018).
- Pensijas un pirmspensijas vecuma iedzīvotāji veido ļoti lielu un daudzveidīgu iedzīvotāju grupu Latvijā (Vecums nav šķērslis, 2017).
- Aptuveni 22,2% Latvijas iedzīvotāji ir 65 gadus un vecāki (Centālās statistikas birojs [*CSB*], 2018).

levads

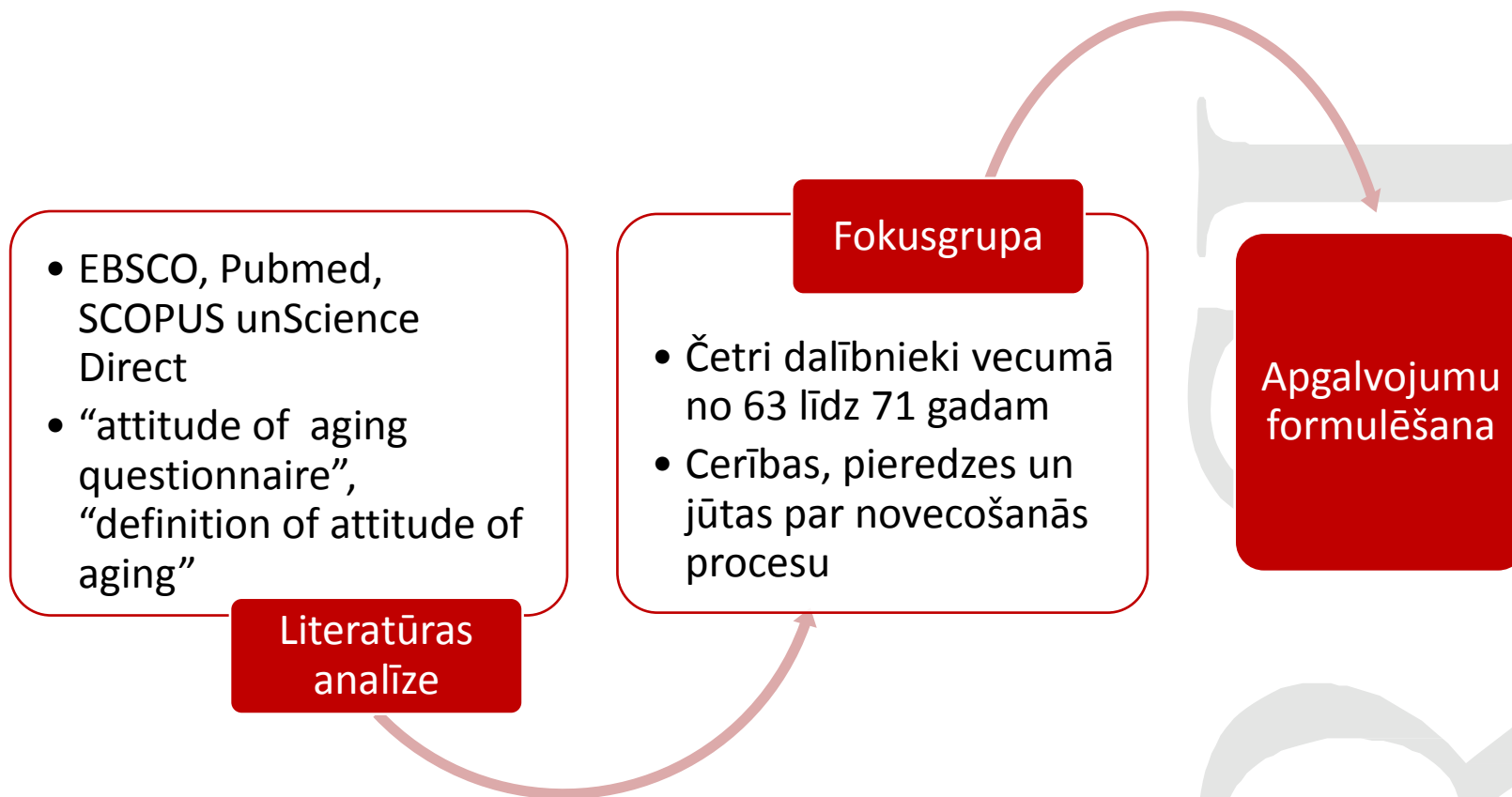
- Attieksme pret novečošanos var definēt kā indivīda cerības, pieredzi vai jūtas novecošanās procesā (*Hess, 2006*), vai kā indivīds iztēlojas vecumdienas (*Kornadt & Rothermund, 2015*).
- Ilgtermiņa attieksme pret novecošanos atstāj ietekmi uz cilvēku veselību un labklājību (*Wurm, Diehl, Kornadt, Westerhof, & Wahl, 2017*).
- Pastāv trīs atšķirīgi konstrukti caur kuriem var apskatīt attieksmi pret novecošanos (*Faudzi, Armitage, Bryant & Brown, 2019*).

Ievads

- Novecošanās process ir universāla cilvēka pieredze (*Dua, 2017*).
- Tiek izdalīti vairāki novecošanās veidi – hronoloģiskā bioloģiskā psiholoģiskā un sociālā novecošanās (*WHO, 2015*).



Metode



Rezultāti (1 no 5)

Aptaujas sākotnējā versiju veido 29
«panti» trīs skalas:

- **Biloģiskie aspekti**
- **Psiholoģiskie aspekti**
- **Sociālie aspekti**

Rezultāti (2 no 5)

Atbildēm ir izvēlēta **Osguda semantiskā diferenciāļa skala**.

Šīs skalas izmantošana ļauj izmērīt respondentu attieksmi vai sajūtas, kas, iespējams, ne tik veiksmīgi tiek atklātas, izmantojot tradicionālos aptaujas jautājumu (atbilžu skalu) veidus (*Beasley, 2015*).

I. Man ir grūti samierināties ar vecuma izmaiņām savā ķermenī	I 2 3 4 5 6 7	Pieņemu izmaiņas, kas notiek manā ķermenī līdz ar vecumu
---	---------------	--

Rezultāti (3 no 5)

Bioloģiskie faktori

Man ir slikts fiziskais stāvoklis – Man ir labs fiziskais stāvoklis

Man ir grūti samierināties ar vecuma izmaiņām savā ķermenī – Pieņemu izmaiņas, kas notiek manā ķermenī līdz ar vecumu

Es jūtos fiziski nepilnvērtīgs – Es jūtos fiziski pilnvērtīgs

Neapmierināts ar savu izskatu – Apmierināts ar savu izskatu

Es esmu fiziski ierobežots – Es esmu fiziski neierobežots

Esmu fiziski bezspēcīgs - Esmu spēka pilns

Jūtos vecāks par saviem gadiem - Jūtos jaunāks par saviem gadiem

Es esmu fiziski neatkarīgs no citiem - Es esmu fiziski atkarīgs no citiem

Jūtos atkarīgs no citiem -Jūtos neatkarīgs no citiem



Rezultāti (4 no 5)

Psiholoģiskie faktori

Savā vecumā saskatu vairāk negatīva - Savā vecumā saskatu vairāk pozitīva

Ar gadiem saredzu vairāk zaudējumus, nekā ieguvumus -Ar gadiem saredzu vairāk ieguvumus, nekā zaudējumus

Šobrīd nevaru izbaudīt dzīvi - Šobrīd varu izbaudīt dzīvi

Nejūtos saskaņā ar sevi - Jūtos saskaņā ar sevi

Iekšēji es jūtos vecs - Iekšēji es jūtos jauns

Kopumā emocionāli es jūtos slikti - Kopumā emocionāli es jūtos labi

Uzskatu, ka gadi nav mana bagātība - Uzskatu, ka gadi ir mana bagātība

Uzskatu, ka šis dzīves posms ir drīzāk slikts - Uzskatu, ka šis dzīves posms ir drīzāk labs

Jūtu, ka ar gadiem neesmu kļuvis gudrāks - Jūtu, ka ar gadiem kļūstu viedāks

Kopumā mana attieksme pret savu šī brīža dzīvi ir negatīva - Kopumā mana attieksme pret savu šī brīža dzīvi ir pozitīva



Rezultāti (5 no 4)

Sociālie faktori

Sabiedriskajā dzīvē neiesaistīts - Sabiedriskajā dzīvē iesaistīts

Jūtos neērti kopā ar citiem - Jūtos ērti kopā ar citiem

Nevēlos satikties ar citiem cilvēkiem - Vēlos satikties ar citiem cilvēkiem

Neesmu piederīgs sociālajai videi - Esmu piederīgs sociālajai videi

Grūti iegūt jaunus draugus - Viegli iegūt jaunus draugus

Sabiedrībā es jūtos vientuļš - Es jūtos piederīgs sabiedrībai

Es nejūtos iesaistīts sabiedriskajai dzīvē - Es jūtos iesaistīts sabiedriskajai dzīvei

Es neesmu nevienam vajadzīgs - Es esmu citiem vajadzīgs

Nevēlos dalīties ar savu pieredzi - Gatavs dalīties ar savu pieredzi

Secinājumi

- Ir izstrādāta sākotnējā versija *Attieksme pret novecošanos* aptauja, kura balstās uz biopsihosociālo modeli.
- Nākotnē jāveic rūpīga psihometriskā analīze un aptaujas validācija.

Paldies par uzmanību!

zane.ulmane@rsu.edu.lv

RSU