

Stresa pārvarēšanas stratēģijas un to saistības ar sociāldemografiskiem datiem COVID-19 pandēmijas laikā Latvijā

Valentīna Krūmiņa
Jeļena Ļubenko

COVID-19 IMPACT (Pārvarēšanas mehānismi un uzvedība saistībā ar COVID-19) (04.2020.–08.2020.)

Projekta vadītāji:

PhD Angelos Kassianos (University of Cyprus),

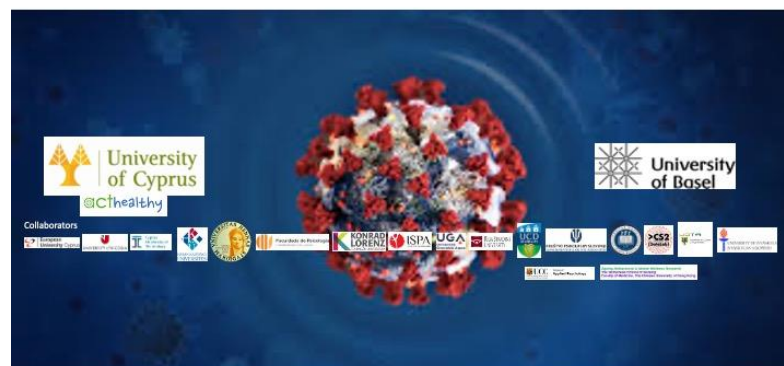
PhD Maria Karekla (University of Cyprus),

PhD Andrew Gloster (University of Basel)

Galvenie pētnieki:

Dr. psych. Jeļena Ļubenko,

Dr. psych. Ingrīda Trups-Kalne



Aktualitāte un problēma

- ✓ COVID-19 pandēmija un tās ietekmē ieviestie sociālie, ekonomiskie un citi ierobežojumi un izaicinājumi sekmē dažādu psihisko traucējumu attīstību (*Salari et al, 2020*)
- ✓ Pārvarēšanas stratēģijas mēdz stiprāk prognozēt trauksmes, depresijas un dzīves kvalitātes rezultātu kā slimības uztvere (*Dempster et.al, 2015*)
- ✓ Raksturīgo pārvarēšanas stratēģiju īpatnību analīze var sniegt papildus informāciju un palīdzēt plānot pilnvērtīgākus atbalsta pasākumus attiecīgajā populācijā

Teorētiskais pamatojums

Transaktīvais stresa modelis (Lazarus & Folkman, 1984)

- Uztvertais stress - indivīda subjektīvi uztvertais stress (*Lazarus & Folkman, 1984*);
- Pārvarēšanas stratēģijas - mijiedarbība starp personu un vidi, dinamisks process, kas var mainīties ar laiku, un kuras mērķis ir regulēt radušās emocijas vai ietekmēt pašu stresu radušo stimulu. (*Lazarus & Folkman, 1984*).

Pārvarēšanas stratēģiju profilu atziņa (Wijndaele, et al., 2006, Doron, et al., 2013, 2014, Nielsen & Knardahl, 2014)

Pētījuma mērķis

Izpētīt, vai pastāv statistiski nozīmīgas saistības un atšķirības stresa pārvarēšanas stratēģijām ar sociāldemogrāfiskajiem datiem COVID-19 pandēmijas laikā pieaugušajiem Latvijā.

Pētījuma jautājumi:

1. Kādas ir tipiskās pārvarēšanas stratēģijas COVID-19 pandēmijas laikā pieaugušajiem Latvijā?
2. Vai pastāv statistiski nozīmīgas atšķirības pārvarēšanas stratēģijām un sociāldemogrāfiskajiem datiem COVID-19 pandēmijas laikā pieaugušajiem Latvijā?

Metode



Respondenti:

1278 pieaugušie vecumā no 18 līdz 78 ($M=40,59$, $SD=12,926$);

No tiem 1132 (89%) sievietes;

93,2% norādīja tautību kā latviešu.



Instrumenti:

COVID-19 IMPACT sociāldemogrāfisko datu aptauja;

Problēmsituāciju pārvarēšanas stratēģiju īsā aptauja (The Brief Coping Orientation for Problem Experiences Inventory, Brief COPE, Carver, 1997) .

Metode

Procedūra:



Dati tika ievākti ar tiešsaistes aptauju Google forms platformā no 2020. gada marta līdz 2020. gada jūnijam;

Respondenti tika rakstiski iepazīstināti ar aptaujas mērķi, informāciju par aptaujas anonimitāti un datu drošību.

Rezultāti

Pārvarēšanas stratēģiju skalu vidējo rādītāju salīdzinājums izlasē

<i>Pārvarēšanas stratēģija</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Mdn</i>	<i>Uztvertais stress</i>
				<i>r_s</i>
Pieņemšana	6,71	1,05	7	-0,23**
Aktīvā pārvarēšana	5,69	1,32	6	-0,12**
Pozitīva pārvērtēšana	5,87	1,39	6	-0,28**
Plānošana	6,00	1,18	6	-0,12**
Paša uzmanības novēršana	5,06	1,50	5	0,33**
Emocionālā atbalsta saņemšana	4,83	1,43	5	0,21**
Emociju izreaģēšana	4,61	1,27	5	0,33**
Humors	4,62	1,51	5	-0,12**
Instrumentālā atbalsta saņemšana	4,45	1,30	4	0,15**
Sevis nosodišana	3,84	1,32	4	0,40**
Atteikšanās no rīcības	3,25	1,24	3	0,37**
Pievēršanās reliģijai	3,71	1,80	3	-0,03
Noliegšana	2,88	1,16	2	0,22**
Alkohola/narkotiku lietošana	2,88	1,29	2	0,26**

*Piezīme. N=1278. Spīrmena korelācijas koeficienti. **p<0,01.*



Atšķirības pārvarēšanas stratēģiju rādītājos dzimumu grupās, un grupās ar/bez bērniem

	Siev.	Vīr.	Ir bērni	Nav bērni
Paša uzmanības novēršana	✓			
Aktīvā pārvarēšana			✓	
Noliegšana			✓	
Alkohola/narkotiku lietošana		✓*		✓
Emocionālā atbalsta saņemšana	✓			✓
Instrumentālā atbalsta saņemšana	✓			✓
Atteikšanās no rīcības	✓			
Emociju izreagēšana	✓			
Pozitīva pārvērtēšana	✓		✓	
Plānošana			✓	
Humors		✓		✓
Pieņemšana				
Pievēršanās reliģijai	✓		✓	
Sevis nosodišana				✓

Piezīme. N= 1278. Manna-Vitneja tests, $p < 0,05$,

**vecuma grupā no 18 līdz 24 gadi*

Vecuma grupā 64+ netika konstatētas pārvarēšanas stratēģiju statistiski nozīmīgas atšķirības starp dzimumiem

Ierobežojumi

- Nereprezentatīva izlase. Izteikts sieviešu dzimuma respondentu īpatsvars (89%);
- Pašnovērtējuma panti;
- Garāka kopējā aptauja, kas var paredzēt noguruma efektu;
- Elektroniska neklātienē pildīta aptauja.

Secinājumi

- Iespējams, intervencēs būtu vērtīgi ņemt vērā, ka uzmanības novēršana iezīmējas kā raksturīgākā no dezadaptīvajām stratēģijām izlasē, un kas literatūrā tiek saistīta ar lielāku PTSS risku
- Turpretī, kā adaptīvākas stratēģijas iezīmējas pieņemšana un pozitīvā pārvērtēšana, kas varētu norādīt, ka šo stratēģiju attīstīšana esošajā nekontrolējamā situācijā būtu vairāk palīdzīga
- Parādījās saistības, kas varētu norādīt uz iespējamo ievainojamo grupu - vīrieši vecumā no 18-24 gadiem
- Saskaņā ar izlases datiem, cilvēkiem bez bērniem, iespējams, būtu vērtīgi sekmēt apgūt patstāvīgas adaptīvas pārvarēšanas stratēģijas. Un nākotnē pārvarēšanas stratēģiju pētījumos pievienot šo sociāldemogrāfisko aspektu

Izmantotie informācijas avoti

- Cohen, S. (2005). Keynote Presentation at the Eight International Congress of Behavioral Medicine: the Pittsburgh common cold studies: psychosocial predictors of susceptibility to respiratory infectious illness. *International Journal of Behavioral Medicine*, pp. 123-131. doi:10.1207/s15327558ijbm1203_1
- Dempster, M., Howell, D., & McCorry, N. K. (2015). Illness perceptions and coping in physical health conditions: A meta-analysis. *Journal of Psychosomatic Research*, 79(6), pp. 506–513. doi:10.1016/j.jpsychores.2015.10.006
- Doron, J., Thomas-Ollivier, V., Vachon, H., & Fortes-Bourbousson, M. (2013). Relationships between cognitive coping, self-esteem, anxiety and depression: A cluster-analysis approach. *Personality and Individual Differences*, 55(5), pp. 515-520. doi:https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.04.017
- Doron, J., Trouillet, R., Maneveau, A., Neveu, D., & Ninot, G. (2014). Coping profiles, perceived stress and health-related behaviors: a cluster analysis approach. *Health Promotion International*, 30(1). doi:10.1093/heapro/dau090
- Duan, H., Yan, L., Ding, X., Gan, Y., & Kohn, N. W. (2020). Impact of the COVID-19 pandemic on mental health in the general Chinese population: Changes, predictors and psychosocial correlates. *Psychiatry Research*, 293. doi:https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113396

Izmantotie informācijas avoti

- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. Springer Publishing Company.
- Nielsen, M. B., & Knardahl, S. (2014). Coping strategies: A prospective study of patterns, stability, and relationships with psychological distress. *Scandinavian Journal of Psychology*, 55, pp. 42–150. doi:10.1111/sjop.12103
- Salari, N., Hosseini-Far, A., Jalali, R., Vaisi-Raygani, A., Rasoulpoor, S., Mohammadi, M., Khaledi-Paveh, B. (2020). Prevalence of stress, anxiety, depression among the general population during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *Globalization and Health*, 57. doi:<https://doi.org/10.1186/s12992-020-00589-w>
- Wijndaele, K., Matton, L., Duvigneaud, N., Lefevre, J., De Bourdeaudhuij, I., Duquet, W., . . . Philippaerts, R. (2006). Association between leisure time physical activity and stress, social support and coping: A cluster-analytical approach. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, pp. 425–440. doi:10.1016/j.psychsport.2006.08.001

Paldies par uzmanību!

