

LATVIJAS IEDZĪVOTĀJU SOCIĀLO UN PSIHOLOĢISKO RĀDĪTĀJU SAISTĪBA AR GRŪTĪBĀM PIELĀGOTIES ĀRKĀRTAS STĀVOKLIM COVID-19 PANDĒMIJAS LAIKĀ

Relationship Between Social and Psychological Indicators and the Difficulty to Adapt to the State of Emergency of the Latvian Inhabitants During the COVID-19 Pandemic

Gatis Upesleja

Rīgas Stradiņa Universitāte, Latvija

Viktorija Perepjolkina

Rīgas Stradiņa Universitāte, Latvija

Abstract. *The aim of this study is to investigate relationship between social and psychological indicators and the difficulties to adapt to the state of emergency during the COVID-19 pandemic. Secondary data from the survey (N = 2608, men 39.8%, aged from 18 – 74) carried out in July 2020, in the frame of the National research program (VPP-COVID-2020/1-0011) was used in this study. Data of only some demographic questions (age, gender, education, place of residence, family status, number of children, employment status, and changes in the workload), 6 items as proxy measures of 6 personality traits (persistence, openness, hostility, extraversion, pessimism, and rigidity), Resilience scale, Emotion Regulation Skills Questionnaire (ERSQ-27) and Social Problem-Solving Inventory-Revised version (SPRP-S) as well as answers on a criterion statement: “Overall it was very difficult for me to adapt to the state of emergency” were used. Results showed that it was more difficult to adapt to the state of emergency for such demographic groups as females, persons living in an urban area, and for those, who have experience changes (in any direction) in their workload. Results of the series of stepwise linear regression analysis showed that Negative problem orientation, Avoidance style of social problem solving, Psychological resilience (negatively), Rigidity and Extraversion are prognostic psychological factors of the difficulties to adapt to lockdown. Based on the results of this study a more targeted recommendations and interventions to enhance the psychological resilience and adaptability to the changes associated with the COVID-19 crisis for the particular groups of the Latvian population could be developed.*

Keywords: *Adaption difficulties, COVID-19 lockdown, psychological resilience, state of emergency.*

Ievads ***Introduction***

Korona vīrusa Covid-19 slimības uzliesmojuma dēļ, Pasaules Veselības organizācija (PVO), 2020.gada 30.janvārī izsludināja starptautisku ārkārtas situāciju sabiedrības veselības jomā, jo šī slimība, par kuru pirmo reizi ziņoja Ķīna 2019.gada decembrī, turpina izplatīties visos kontinentos nopietni ietekmējot pasaules valstis palielinoties slimības slogam (Dubey et al., 2020). Visā pasaulē Covid-19 pandēmija 2020.gadā ir satricinājusi vairāku miljonu cilvēku dzīves. Šī pandēmija ir ietekmējusi iedzīvotāju dzīves dažādos dzīves aspektos. Tiek uzskatīts (Williams, Armitage, Tampe, & Dienes, 2020), ka sakarā ar sociālās distancēšanās un sociālās izolācijas epidemioloģiskajiem ierobežojumiem, kuri tiek īstenoti reaģējot uz Covid-19, tiek sagaidīta sociālā un psiholoģiskā ietekme uz sabiedrību, un tai jāpievērš papildu uzmanība. Pētījumā (Arden & Chilcot, 2020) min, ka centieni kontrolēt un samazināt Covid-19 izplatību ir atkarīgi no cilvēku uzvedības izmaiņām. Vienā no pētījumiem (Sundarassen et al., 2020) tiek uzskatīts, ka ārkārtas stāvoklim jeb karantīnai ir nepieciešami aizsardzības pasākumi vai ierobežojumi (kā minēts CDC, 2020), bet ilgstoša karantīna var radīt kaitējumu psiholoģiskajam stāvoklim. Vairākos pētījumos tā tiek uzskatīta par nelabvēlīgu, kaitīgu pieredzi, kas var izraisīt nopietnu finansiālu stresu darba zaudēšanas dēļ (Reger et al., 2020); sociālas grūtības, piemēram, sociālu atstumtību, kiberhuligānismu, alkohola nepareizu lietošanu un atkarību (Brooks et al., 2020); un garīgās veselības problēmas, piemēram, pašnāvības mēģinājumu un depresiju (Brooks et al., 2020).

Lai arī līdz šim publicētajos pētījumos (Zvolensky et al., 2020; Marroquín, Vine, & Morgan, 2020) ir apskatīta cilvēku uzvedība Covid-19 pandēmijas laikā, nav zināmi pētījumi, kur tiktu apskatīti Latvijas sabiedrības sociālie un psiholoģiskie rādītāji par grūtībām pielāgoties ārkārtas stāvoklim Covid-19 pandēmijas laikā.

Šī pētījuma mērķis ir izpētīt Latvijas iedzīvotāju sociālo un psiholoģisko rādītāju saistību ar grūtībām pielāgoties ārkārtas stāvoklim Covid-19 pandēmijas laikā. Pētījuma ietvaros tika izvirzīti trīs jautājumi: 1) Kādi ir indivīdu, kuriem bija grūtības pielāgoties ārkārtas stāvoklim, sociāli demogrāfiskie raksturojumi? 2) Kādi ir indivīdu, kuriem bija grūtības pielāgoties ārkārtas stāvoklim, psiholoģiskie raksturojumi? 3) Kāda ir saistība starp psiholoģiskiem rādītājiem un grūtībām pielāgoties ārkārtas stāvoklim? Pētījumā tika izmantoti sekundārie dati. Tika analizēti tādi sociālie raksturojumi kā dzimums, vecums, dzīvesvieta, ģimenes stāvoklis, bērnu (līdz 18 gadu vecumam) skaits ģimenē, nodarbinātības statuss un izmaiņas veicamā darba apjomā. Kā arī tika analizēti psiholoģiskie raksturojumi, tādi kā psiholoģiskā noturība, sociālo problēmu risināšanas

prasmes, emociju regulācijas prasmes, neatlaidība, atvērtība pieredzei, naidīgums, ekstraversija, pesimisms un rigiditāte.

Metode

Method

Dalībnieki. Pētījumā piedalījās 18 – 74 gadu veci ($M = 46.7$, $SD = 13.9$ gadi) Latvijas iedzīvotāji (vīrieši 39.8%, sievietes 60.2%), randomizēta un nacionāli reprezentatīva izlase ($N = 2608$), no kuriem 405 (15%) dalībnieki uzrādīja grūtības pielāgoties ārkārtas stāvoklim.

Instrumentārijs un procedūra. Datu analīzei tika izmantoti sekundārie dati no Valsts pētījumu programmas “Covid-19 epidēmijas ietekme uz veselības aprūpes sistēmu un sabiedrības veselību Latvijā; veselības nozares gatavības nākotnes epidēmijām stiprināšana” (projekta Nr. VPP-COVID-2020/1-0011) apakšprojekta “Covid-19 epidēmijas ietekme uz veselības aprūpes sistēmu un sabiedrības veselību Latvijā” ietvaros. No visas datu mērķa izlases tika izmantoti sekojoši jautājumi sociālo raksturojumu noteikšanai: dzimums, vecums, dzīvesvieta (Rīga/citur; lauku rajons/pilsētās), ģimenes stāvoklis, bērnu līdz 18 gadu vecumam skaits, nodarbinātības statuss (nav mainījies, mainījies daļēji – darbs uz brīdi apturēts, ir mainījies – zaudēju darbu), veicamā darba apjoms (5 punktu skalā no 1 = ievērojami samazinājās līdz 5 = ievērojami palielinājās).

Psiholoģisko raksturojumu noteikšanai tika izmantotas šādas aptaujas un jautājumi:

- 1) Psiholoģiskās noturības aptauja (Perepjolkina, Mārtinsone, b.g.), kura ietver 7 apgalvojumus, kuri jānovērtē Likerta skalā no 1 – nepiekrītu līdz 5 – piekrītu, Kronbaha alfas rādītājs 0,87.
- 2) Sociālo problēmu risināšanas prasmju aptauja (*Social Problem-Solving Inventory – Revised version*; SPRP-S, D’Zurilla & Nezu, 2007; adaptāciju latviešu valodā veica Koļesņikova, 2007), kuru veido 25 apgalvojumi; aptaujā ir piecas skalas (1. Pozitīva orientācija uz problēmu; 2. Negatīva orientācija uz problēmu; 3. Racionāla problēmu risināšana; 4. Impulsīvs/nevērīgs problēmu risināšanas stils; 5. Izvairīgs problēmu risināšanas stils). Šīs aptaujas apgalvojumi jānovērtē 5-punktu Likerta skalā, no 0 = “pavisam neraksturo mani” līdz 4 = “ļoti lielā mērā raksturo mani”. Kronbaha alfas rādītāji svārstās no .70 līdz .84.
- 3) Emociju regulācijas prasmju aptauja (*Emotion Regulation Skills Questionnaire*; ERSQ-27, Berking & Znoj, 2008; adaptāciju latviešu valodā veica Paiča, Mārtinsone, 2019).

- 4) Pieci apgalvojumi, kuri tika izmantoti, kā noteikto personības iezīmju indikatori: neatlaidība (RS23. “*Es esmu neatlaidīgs savu mērķu sasniegšanā*”), atvērtība pieredzei (RS24. “*Es esmu atvērts jaunai pieredzei*”), naidīgums (RS25. “*Parasti es esmu diezgan naidīgi noskaņots pret citiem cilvēkiem*”), ekstraversija (RS26. “*Es esmu izteikti sabiedriska cilvēks, kuram ir grūti izturēt bez saskarsmes ar citiem cilvēkiem*”), pesimisms (RS16. “*Es domāju, ka nākotnē mani negaida nekas labs*”), rigiditāte (RS11. “*Es ar grūtībām pielāgojos pārmaiņām*”). Visi šie apgalvojumi bija jānovērtē Likerta skalā no 1 – “nepiekrītu” līdz 5 – “piekrītu”.
- 5) Lai noteiktu grūtības pielāgoties ārkārtas stāvoklim tika izmantots apgalvojums: GR1. “*Man kopumā bija ļoti grūti pielāgoties šai situācijai*”, kurš bija jānovērtē Likerta skalā no 1 – “nepiekrītu” līdz 5 – “piekrītu”.

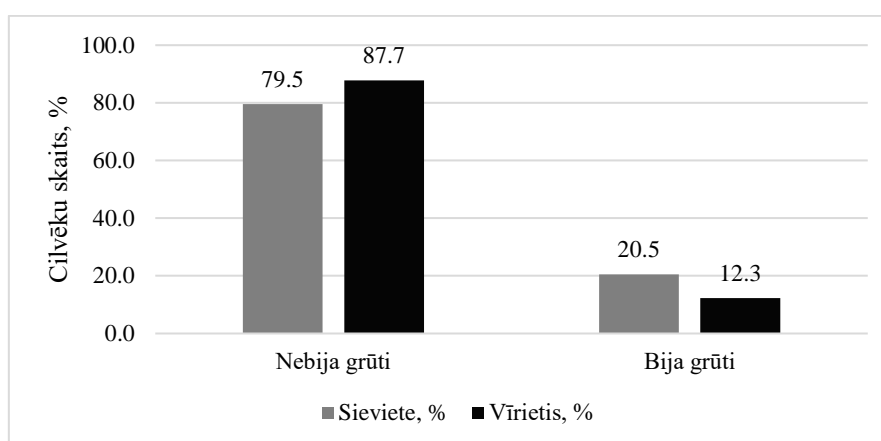
Datu ievākšanu realizēja starptautiska tirgus, sabiedriskās domas un mediju izpētes kompānija, 2020.gada jūlija mēnesī. Respondentiem uz e-pastu izsūtīja individuālu uzaicinājumu ar paroli un saiti uz aptaujas anketu internetā (latviešu vai krievu valodā, pēc respondenta izvēles). Respondents aizpildīja anketu sev vēlamā laikā, bet ievērojot noteikto aptaujas “slēgšanas” datumu. Aizpildītās anketas uzreiz tika saglabātas serverī. Pēc aptaujas “slēgšanas” notika datu apstrāde un rezultātu analīze.

Datu analīze. Datu apstrādes procesā tika izmantota SPSS 24. versija. Datu analīzē tika izmantota aprakstošā statistika, Hī kvadrāta metode, Stjūdenta t-tests, Pīrsona korelācijas koeficients, un lineāras regresijas analīze.

Rezultāti **Results**

Visi pētījuma dalībnieki ($N = 2608$) tika sadalīti, balstoties uz viņu atbildēm uz jautājumu par grūtībām pielāgoties ārkārtas stāvoklim, no kuriem 405 (15,53%) dalībnieki uzrādīja, ka piekrīt vai daļēji piekrīt apgalvojumam “*Man kopumā bija ļoti grūti pielāgoties šai situācijai*”.

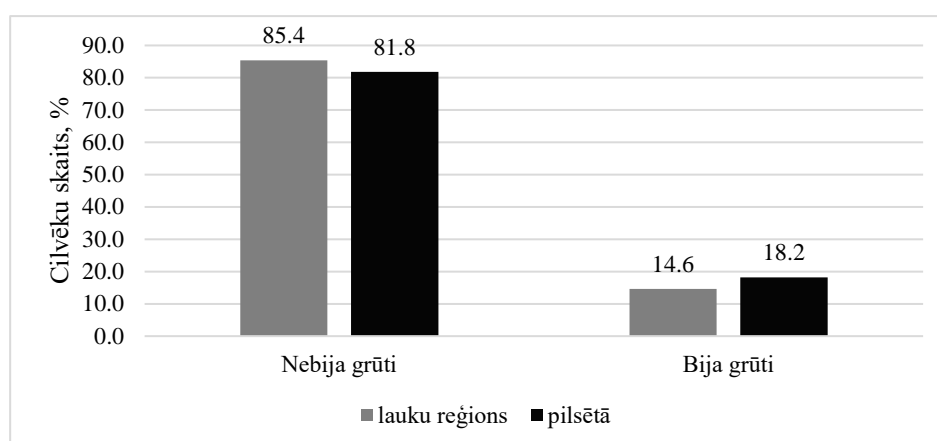
Pirmajā attēlā ir atspoguļoti rezultāti par pētījuma dalībnieku dzimuma atšķirībām attiecībā uz grūtībām pielāgoties ārkārtas stāvoklim. Rezultāti uzrādīja, ka pastāv statistiski nozīmīgas atšķirības starp dzimumiem, $H\bar{1}^2 = 26.73$, $p < .001$. Iegūtie dati norāda, ka sievietēm bija lielākas grūtības pielāgoties ārkārtas stāvoklim nekā vīriešiem (sk. 1. att.).



1. attēls. Atbilžu sadalījums uz jautājumu par grūtībām pielāgoties ārkārtas stāvoklim vīriešu un saviesu grupā

Figure 1 Distribution of Answers to the Question about Difficulties in Adapting to an Emergency Situation in a Group of Men and Women

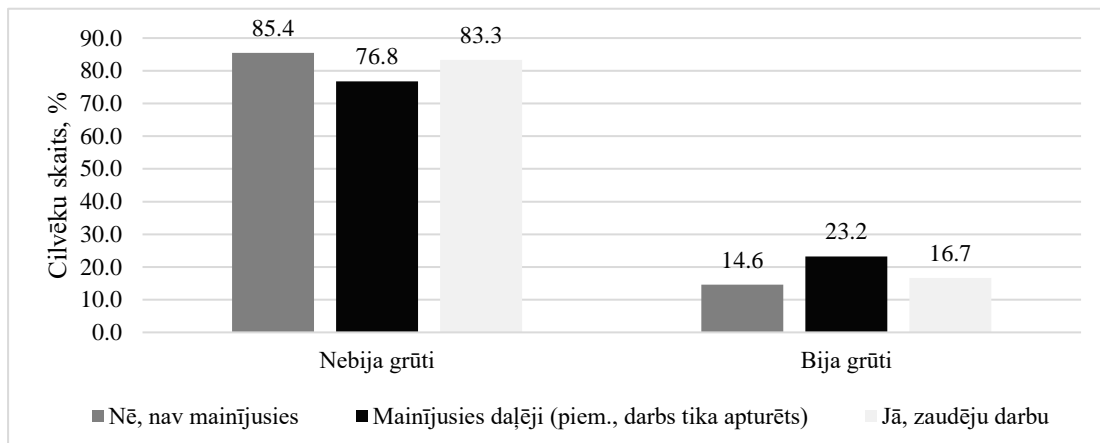
Rezultāti uzrādīja, ka atbilžu sadalījums uz jautājumu par grūtībām pielāgoties ārkārtas stāvoklim nav saistīts ar aptaujāto personu vecumu (piederību noteiktajai vecuma grupai, $H\bar{i}^2 = 9.81$, $p = .08$), ģimenes stāvokli ($H\bar{i}^2 = 2.24$, $p = .14$), bērnu (līdz 18 gadiem) skaitu ģimenē ($H\bar{i}^2 = 5.91$, $p = .21$), un ar to, vai cilvēks dzīvo Rīgā, vai kaut kur citur Latvijā, $H\bar{i}^2 = .02$, $p = .90$. Tomēr, iegūtie rezultāti uzrādīja, ka pastāv statistiski nozīmīgas atšķirības starp pilsētā un lauku reģionos dzīvojošo cilvēku atbildēm (sk. 2.attēlā). Iegūtie dati norāda, ka iedzīvotāji, kuri dzīvoja pilsētā, nedaudz biežāk norādīja, ka viņiem bija grūtības pielāgoties ārkārtas stāvoklim, salīdzinājumā ar iedzīvotājiem, kuru dzīvesvieta atradās lauku reģionos, $H\bar{i}^2 = 4.11$, $p < .05$.



2. attēls. Atbilžu sadalījums uz jautājumu par grūtībām pielāgoties ārkārtas stāvoklim atkarībā no dzīvesvietas (pilsēta/lauku reģions)

Figure 2 Distribution of Answers to the Question about Difficulties in Adapting to an Emergency Situation Depending on the Place of Residence (urban / rural area)

Trešajā attēlā ir atspoguļoti rezultāti par pētījuma dalībnieku atšķirībām atbildēs par grūtībām pielāgoties ārkārtas stāvoklim pandēmijas laikā atkarībā no viņu nodarbinātības statusa. Rezultāti uzrādīja, ka pastāv statistiski nozīmīgas atšķirības starp nodarbinātības statusiem, $H^2 = 15.44$, $p < .001$. Iegūtie dati norāda, ka dalībniekiem, kuriem nodarbinātības statuss mainījies daļēji uzrādīja lielākas grūtības pielāgoties ārkārtas stāvoklim nekā tie, kuriem nodarbinātības statuss nemainījās, vai kuri bija pilnībā zaudējuši darbu.



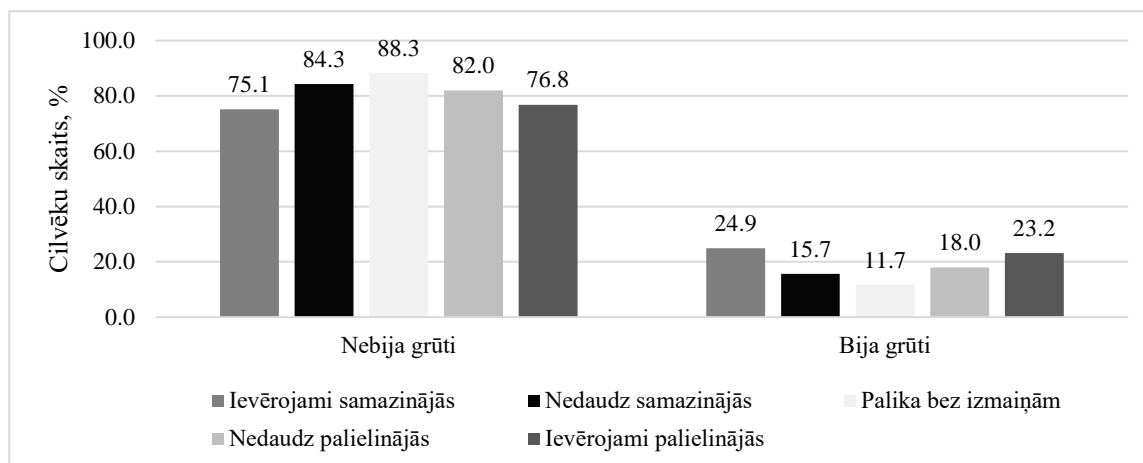
3. attēls. Atbilžu sadalījums uz jautājumu par grūtībām pielāgoties ārkārtas stāvoklim atkarībā no nodarbinātības statusa izmaiņām

Figure 3 Distribution of Answers to the Question about Difficulties in Adapting to an Emergency Situation Depending on the Changes in the Employment Status

Ceturtajā attēlā ir atspoguļoti rezultāti par strādājošo pētījuma dalībnieku atšķirībām atbildēs par grūtībām pielāgoties ārkārtas stāvoklim, atkarībā no izmaiņām viņu veicamā darba apjomā. Rezultāti uzrādīja, ka pastāv statistiski nozīmīgas atšķirības izdalītajās grupās, $H^2 = 28.60$, $p < .001$. Iegūtie dati norāda, ka grūtības pielāgoties ārkārtas stāvoklim, ir saistītās ar darba apjoma izmaiņām – jo lielākās izmaiņas, jo lielākas grūtības bija pielāgoties, pie tam, neatkarībā no tā, vai darba apjoms bija samazinājies, vai palielinājies (sk. 4. attēlu).

Pirmajā tabulā ir atspoguļoti rezultāti par psiholoģisko faktoru saistību ar atbildēm uz jautājumu par grūtībām pielāgoties ārkārtas stāvoklim Covid-19 pandēmijas laikā. Rezultāti uzrādīja, ka pastāv statistiski nozīmīga, bet vāja negatīva saistība starp grūtībām pielāgoties ārkārtas stāvoklim un psiholoģisko noturību ($r = -.25$, $p < .01$), emociju regulācijas prasmēm ($r = -.08$, $p < .01$), pozitīvo problēmu orientāciju ($r = -.07$, $p < .01$), racionālo problēmu risināšanas stilu ($r = -.01$, $p < .01$), neatlaidību ($r = -.08$, $p < .01$), un atvērtību pieredzei ($r = -.09$, $p < .01$). Kā arī rezultāti uzrādīja, ka pastāv statistiski nozīmīga, bet vāja pozitīva saistība starp grūtībām pielāgoties ārkārtas stāvoklim un negatīvu problēmu orientāciju ($r = .26$, $p < .01$), izvairīgu problēmu risināšanas

stilu ($r = .12, p < .01$), impulsīvu problēmu risināšanas stilu ($r = .06, p < .01$), rigiditāti ($r = .26, p < .01$), ekstraversiju ($r = .10, p < .01$), naidīgumu ($r = .09, p < .01$), un pesimismu ($r = .13, p < .01$). Rezultāti uzrādīja, ka nepastāv statistiski nozīmīgas saistības starp grūtībām pielāgoties ārkārtas stāvoklim un racionālo problēmu risināšanas stilu (sk. 1. tab.).



4. attēls. Atbilžu sadalījums uz jautājumu par grūtībām pielāgoties ārkārtas stāvoklim atkarībā no veicamā darba apjoma izmaiņām Covid-19 pandēmijas laikā
 Figure 4. Distribution of Answers to the Question about Difficulties in Adapting to an Emergency Situation Depending on the Changes in the Workload during COVID-19 Pandemic

1. tabula. Korelācijas starp atbildēm uz GRI jautājumu un psiholoģiskajām pazīmēm
 Table 1 Correlations Between Answers to GRI Question (about difficulties to adapt to COVID-19 pandemic situation) and Psychological Variables

Psiholoģiskie faktori	GR1
Psiholoģiskā noturība	-.25**
Emociju regulācijas prasmes	-.08**
Negatīva orientācija uz problēmu	.26**
Pozitīvā orientācija uz problēmu	-.07**
Racionāls problēmu risināšanas stils	-.01
Izvairīgs problēmu risināšanas stils	.12**
Impulsīvs/ Nevērīgs problēmu risināšanas stils	.06**
Neatlaidība	-.08**
Atvērtība pieredzei	-.09**
Rigidiāte	.26**
Ekstraversija	.10**
Naidīgums	.09**
Pesimisms	.13**

Piezīme. Tabulā ir atspoguļoti Pīrsona korelācijas koeficienti. ** $p < .01$.
 GR1: “Man kopumā bija ļoti grūti pielāgoties šai situācijai”.

Otrajā tabulā ir atspoguļoti lineārās regresijas analīzes rezultāti, kuros var novērot, ka tādi psiholoģiskie faktori kā negatīva problēma orientācija ($\beta = .15, p < .001$), rigiditāte ($\beta = .15, p < .001$), ekstraversija ($\beta = .15, p < .001$) un psiholoģiskā noturība ($\beta = -.16, p < .001$) prognozē grūtības pielāgoties ārkārtas stāvoklim, kopumā izskaidrojot 13,2% no atkarīgā mainīgā dispersijas.

2. tabula. *Lineārās regresijas analīzes rezultāti prognozējot atbildes uz GR1 jautājumu*
 Table 2 *Linear Regression Analysis Predicting Answers to GR1 Question (about difficulties to adapt to COVID-19 pandemic situation)*

Neatkarīgais mainīgais	B	SE	β	R^2	ΔR^2	F
1. solis				.068	.068	188.95***
Negatīva problēmu orientācija						
2. solis				.099	.031	142.61***
Negatīva problēmu orientācija	.30	.03	.19***			
Rigiditāte	.23	.02	.19***			
3. solis				.114	.016	112.16***
Negatīva problēmu orientācija	.33	.03	.20***			
Rigiditāte	.23	.02	.19***			
Ekstraversija	.14	.02	.13***			
4. solis				.132	.018	98.99***
Negatīva problēmu orientācija	.24	.03	.15***			
Rigiditāte	.18	.02	.15***			
Ekstraversija	.17	.02	.15***			
Psiholoģiskā noturība	-.04	.01	-.16***			

Piezīme. *** $p < .001$. $N = 2606$. GR1: "Man kopumā bija ļoti grūti pielāgoties šai situācijai".

Diskusija Discussion

Šī pētījuma rezultāti uzrādīja, ka sievietēm ir lielākas grūtības pielāgoties ārkārtas stāvoklim nekā vīriešiem. Šie rezultāti saskan ar Apvienoto Nāciju Organizācijas (UN, 2020) ziņojumu, kur tas tiek skaidrots ar to, ka pieaugu pierādījumu skaits mājās (ēst gatavošana, bērnu audzināšana, izglītošana, savu darbu pienākumu veikšana), stress, agresijas līmeņa paaugstināšanās starp ģimenes locekļiem un ierobežota piekļuve pakalpojumiem (izklaides, hobiju ceļošanas iespējas).

Pētījuma rezultāti liecina, ka tieši Latvijas lielajās pilsētās dzīvojošiem ir lielākas grūtības pielāgoties ārkārtas stāvoklim nekā lauku reģionos dzīvojošiem.

Šie rezultāti varētu būt interpretējami tā, ka lauku reģionos ir mazāk cilvēku, un šiem cilvēkiem ir lielākas iespējas savas domas novirzīt no Covid-19 un ar saistītiem ierobežojumiem, uz saimnieciskiem, lauksaimniecības darbiem, kas ļauj pārvarēt šīs grūtības pielāgoties ārkārtas stāvoklim. Kā arī šos rezultātus var iespējams skaidrot ar to, ka lauku reģionos ir mazāk iedzīvotāju, līdz ar to, ir vieglāk ievērot divu metru distanci, sociālo izolēšanos, pastāv mazāks risks, ka noteikto reģionu apmeklēs iebraucēji.

Sagaidāmi ir konstatēts, ka tiem Latvijas iedzīvotājiem, kuriem nodarbinātības statuss ir mainījies daļēji (darbs ticis apturēts), uzrādīja lielākas grūtības pielāgoties ārkārtas stāvoklim. Šos rezultātus varētu interpretēt tā, ka indivīds ir neziņā par savu nākotni, vai darbs paliks vai nē, jo, ja zaudē darbu pilnībā, indivīds var meklēt jaunus risinājumus. Tā pat ir konstatēts, ka tiem Latvijas iedzīvotājiem, kuri bija turpinājuši strādāt, lielākās grūtības pielāgoties ārkārtas situācijai bija saistīts ar izmaiņām veicamā darba apjomā, pie tam neatkarībā no tā, vai tas bija palielinājies, vai samazinājies. Šie iegūtie rezultāti varētu tikt skaidroti ar to, ka cilvēkam pastāv risks izdegt, nespēja tikt galā ar darba pienākumiem, piemērām, strādājot attālināti, vai aizvietojojam saslīmūšos kolēģus, vai tieši pretēji, ka pienākumu skaits samazinās un ir bezdarbība, tiek pastiprināti domāts par ārkārtas stāvokli un tās ierobežojumiem.

Pārējie sociālie faktori (vecums, ģimenes statuss, bērnu skaits), balstoties uz šī pētījuma rezultātiem, nav saistīti ar lielākām vai mazākām grūtībām pielāgoties ārkārtas situācijai.

Rezultāti uzrādīja statistiski nozīmīgu negatīvu, bet vāju saistību starp grūtībām pielāgoties ārkārtas stāvoklim un tādiem psiholoģiskajiem faktoriem kā psiholoģiskā noturība, emociju regulācijas prasmes, pozitīva problēmu orientācija, neatlaidība un atvērtība pieredzei. Šos iegūtos rezultātus varētu skaidrot ar to, ka tiem iedzīvotājiem, kuri nav mentāli un emocionāli gatavi pārvarēt dažādas krīzes, nespēj kontrolēt savas emocijas, nav optimisti noskaņoti attiecībā uz problēmas atrisināšanu, nav neatlaidīgi, bet ir pasīvi un nav atvērti jaunai pieredzei, ir grūtāk pielāgoties ārkārtas stāvoklim.

Rezultāti uzrādīja statistiski nozīmīgu pozitīvu, bet vāju saistību starp grūtībām pielāgoties ārkārtas stāvoklim un tādiem psiholoģiskajiem faktoriem kā negatīva problēmu orientācija, izvairīgs problēmu risināšanas stils, impulsīvs problēmu risināšanas stils, rigiditāte, pesimisms, ekstraversija un naidīgums. Tas nozīmē, ka tie iedzīvotāji, kuri ir pesimistiski noskaņoti attiecībā uz problēmu risināšanu, viegli satraucas saskaroties ar problēmu, netic savām spējām tik ar to galā, ir bezdarbīgi vai steidzīgi problēmu risināšanā, ir negatīvi noskaņoti par savu nākotni, un tie, kuriem ir nepieciešama apkārt sabiedrība, šiem cilvēkiem ir izteiktākās grūtības pielāgoties ārkārtas stāvoklim un ar to saistītajiem ierobežojumiem.

Lineārās regresijas rezultāti uzrādīja, ka Latvijas iedzīvotāji, kuriem ir zems psiholoģiskās noturības līmenis, kuri ir negatīvi orientēti uz problēmu risināšanu, ir rigīdi vai ekstraverti, tad šiem dalībniekiem tiek prognozētas izteiktākas grūtības pielāgoties ārkārtas stāvoklim.

Viens no šī pētījuma galvenajiem trūkumiem vai ierobežojumiem bija tas, ka dati tika ievākti 2020.gada vasarā, kad Covid-19 situācija pasaulē, tai skaitā Latvijā bija daudz mierīgāka salīdzinot ar pavasari, jo aptaujā tika lūgts retrospektīvi novērtēt, cik lielas bija grūtības pielāgoties situācijai, tieši tad, kad tika izsludināts ārkārtas stāvoklis. Par pētījuma ierobežojumu var minēt arī to, ka tika izmantoti sekundārie dati, un bija iespējams analizēt tikai tos mainīgos, kādi attiecīgajā datu kopā bija pieejami. Kā pētījuma stipro pusi var minēt dalībnieku skaitu, jo tika izmantota nacionāli reprezentatīva izlase.

Balstoties uz šī pētījuma rezultātiem, varētu tikt izstrādāti mērķtiecīgākie ieteikumi un rekomendācijas konkrētām Latvijas iedzīvotāju grupām, lai palīdzētu viņiem veiksmīgāk adaptēties izmaiņām, kas saistītas ar Covid-19 krīzi.

Summary

2020 surprised the world with a new virus COVID-19, that affected people`s daily lives. During this time, adaptation to new conditions is essential for physical and psychological health. It is important to identify these social and psychological indicators in order to develop recommendations for better adaptation to lockdown.

The aim of this study is to investigate relationship between social and psychological indicators and the difficulties to adapt to the state of emergency during the COVID-19 pandemic. Three questions were raised: 1) What are the socio-demographic characteristics of individuals who had difficulty adapting to an emergency state? 2) What are the psychological characteristics of individuals who had difficulty adapting to an emergency state? 3) What is the relationship between psychological indicators and difficulties in adapting to an emergency state?

Secondary data from the survey ($N = 2608$, men 39.8%, aged from 18 – 74) carried out in July 2020, in the frame of the National research program “Impact of COVID-19 on health care system and public health in Latvia: ways in preparing health sector for future epidemics” (Project Nr. VPP-COVID-2020/1-0011) was used in this study. Data of only some demographic questions (age, gender, education, place of residence, family status, number of children, employment status, and changes in the workload), 6 items as proxy measures of 6 personality traits (persistence, openness, hostility, extraversion, pessimism, and rigidity), Resilience scale, Emotion Regulation Skills Questionnaire (ERSQ-27) and Social Problem-Solving Inventory-Revised version (SPRP-S; with such scales as Negative problem orientation; Rational problem solving, Avoidance style, Impulsivity/carelessness style, Positive problem orientation) as well as answers on a criterion statement: “Overall it was very difficult for me to adapt to the state of emergency” were used.

Results showed that it was more difficult to adapt to the state of emergency for such demographic groups as females, persons lining in an urban area, and for those, who have experience changes (in any direction) in their workload, Results of the series of stepwise linear regression analysis showed that Negative problem orientation, Avoidance style of social

problem solving, Psychological resilience (negatively), Rigidity and Extraversion are prognostic psychological factors of the difficulties to adapt to lockdown.

Based on the results of this study a more targeted recommendations and interventions to enhance the psychological resilience and adaptability to the changes associated with the COVID-19 crisis for the particular groups of the Latvian population could be developed.

Pateicības Acknowledgment

Pētījums veikts Valsts pētījumu programmas “Covid-19 epidēmijas ietekme uz veselības aprūpes sistēmu un sabiedrības veselību Latvijā; veselības nozares gatavības nākotnes epidēmijām stiprināšana” (projekta Nr. VPP-COVID-2020/1-0011) apakšprojekta “Covid-19 epidēmijas ietekme uz veselības aprūpes sistēmu un sabiedrības veselību Latvijā” ietvaros.

Literatūras saraksts References

- Arden, M. A., & Chilcot, J. (2020). Health psychology and the coronavirus (COVID-19) global pandemic: A call for research. *British Journal of Health Psychology*, 25(2), 231-232. <http://doi.org/10.1111/bjhp.12414>
- Berking, M., Znoj, H., (2008). Development and validation of a self-report measure for the assessment of emotion regulation skills (SEK-27). *Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie*, 56, 141-153. <https://doi.org/10.1024/1661-4747.56.2.141>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395, (10227), 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (n.d.). Retrieved from <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/colleges-universities/considerations.html>
- D’Zurilla, T. J., & Nezu, A. M. (2007). *Problem-solving therapy: A positive approach to clinical intervention* (3rd ed.). New York: Springer Publishing Co.
- Dubey, S., Biswas, P., Ghosh, R., Chatterjee, S., Dubey, M. J., Chatterjee, S., ... & Lavie, C. J. (2020). Psychosocial impact of COVID-19. *Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Reviews*, 14(5), 779–788. <https://doi.org/10.1016/j.dsx.2020.05.035>
- Marroquín, B., Vine, V., & Morgan, R. (2020). Mental health during the COVID-19 pandemic: Effects of stay-at-home policies, social distancing behavior, and social resources. *Psychiatry research*, 293 (113419). <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113419>
- Paiča, I., Mārtinsone, K., (2019). Emociju regulācijas prasmju aptaujas adaptācija Latvijā. *Mutisks ziņojums 5. Starptautiskajā zinātniski praktiskajā konferencē „Veselība un personības attīstība: starpdisciplinārā pieeja”*. Rīga, Latvija.
- Perepjolkina, V., & Mārtinsone, K. (n.d.). Development and preliminary validation of the Psychological Resilience Scale. [Unpublished material].
- Reger, M. A., Stanley, I. H., & Joiner, T. E. (2020). Suicide mortality and coronavirus disease 2019-a perfect storm? *JAMA psychiatry*, 77(11), 1093-1094. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2020.1060>

Upesleja & Perepjolkina, 2021. *Latvijas iedzīvotāju sociālo un psiholoģisko rādītāju saistība ar grūtībām pielāgoties ārkārtas stāvoklim Covid-19 pandēmijas laikā*

- Sundarasan, S., Chinna, K., Kamaludin, K., Nurunnabi, M., Baloch, G. M., Khoshaim, H. B., Hossain, S., & Sukayt, A. (2020). Psychological Impact of COVID-19 and Lockdown among University Students in Malaysia: Implications and Policy Recommendations. *International journal of environmental research and public health*, 17(17), 6206. <https://doi.org/10.3390/ijerph17176206>
- United Nations. (2020). *Policy Brief: The Impact of COVID-19 on Women*. Retrieved from <https://www.un.org/sexualviolenceinconflict/wp-content/uploads/2020/06/report/policy-brief-the-impact-of-covid-19-on-women/policy-brief-the-impact-of-covid-19-on-women-en-1.pdf>
- Williams, S. N., Armitage, C. J., Tampe, T., & Dienes, K. (2020). Public perceptions and experiences of social distancing and social isolation during the COVID-19 pandemic: A UK-based focus group study. *BMJ Open* 2020; 10:e039334. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-039334>
- Zvolensky, M. J., Garey, L., Rogers, A. H., Schmidt, N. B., Vujanovic, A. A., Storch, E. A., & O'Leirigh, C. (2020). Psychological, addictive, and health behavior implications of the COVID-19 pandemic. *Behaviour research and therapy*, 134, 103715. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2020.103715>