

**LATVIJAS UNIVERSITĀTE**  
**PEDAGOĢIJAS UN PSIHOĢIJAS FAKULTĀTE**

Daina Škuškovnika

**TRAUKSME LATVIEŠIEM UN LATVIJĀ**  
**DZĪVOJOŠIEM KRIEVIEM**

*Promocijas darbs*

Disertācija psiholoģijas zinātņu nozarē

*Apakšnozare: sociālā psiholoģija*

**Darba zinātniskais vadītājs:**  
**Dr. psych., asoc. prof. V. Reņģe**

Rīga, 2004

<b>Ievads</b> .....	<b>3</b>
<b>Trauksmes jēdziens psiholoģijā</b> .....	<b>9</b>
Trauksmes izpratne dažādās teorētiskās pieejās .....	9
Psihodinamiskā pieeja .....	9
Eksistenciālā un humānistiskā pieeja .....	14
Biheivioristiskā pieeja .....	15
Bioloģiskā pieeja .....	16
Kognitīvi orientētā pieeja .....	18
Iezīmju teorijas pieeja .....	21
Trauksmes stāvokļa - iezīmes modelis .....	25
Trauksmei tuvu jēdzienu izpratne .....	29
<b>Trauksme atšķirīgās vecuma, dzimuma un etniskās grupās</b> .....	<b>37</b>
Trauksme atšķirīgās vecuma grupās .....	37
Trauksmes dzimumatšķirības .....	40
Trauksmes etniskās un starpkulturālās atšķirības .....	42
Trauksmes cēloņi noteiktas etnosa un kultūras ietvaros .....	42
Trauksmes pētījumi vienas kultūras ietvaros .....	46
Trauksmes starpkultūru pētījumi .....	50
<b>Metode</b> .....	<b>58</b>
Pētījuma dalībnieki .....	58
Instrumentārijs .....	59
Procedūra .....	63
<b>Rezultāti</b> .....	<b>64</b>
STAI-Y adaptācija Latvijā latviešu un krievu valodā .....	65
Latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu trauksme dzimuma un vecuma apakšgrupās .....	73
Trauksme un trauksmainība latviešiem dzimuma un vecuma apakšgrupās .....	73
Trauksmainību raksturojošo izteikumu analīze latviešu izlasē .....	77
Trauksme un trauksmainība Latvijā dzīvojošiem krieviem dzimuma un vecuma apakšgrupās .....	79
Trauksmainību raksturojošo izteikumu analīze Latvijā dzīvojošu krievu izlasē .....	83
Trauksmes un trauksmainības salīdzinājums latviešiem un Latvijā dzīvojošiem krieviem .....	85
Trauksmes un trauksmainības atšķirības dzimuma un vecuma apakšgrupās .....	85
Latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu trauksmes un trauksmainības atšķirības strādājošo un studentu apakšgrupās .....	87
Trauksmainību raksturojošo izteikumu analīze latviešu un Latvijā dzīvojošo krievu izlasē .....	92
<b>Diskusija</b> .....	<b>96</b>
<b>Nobeigums</b> .....	<b>105</b>
<b>Bibliogrāfija</b> .....	<b>112</b>
<b>Pielikumi</b> .....	<b>130</b>

## Ievads

Latvijas iedzīvotājus un viņu nākotnes vīzijas pēdējos gados skārušas milzīgas sociāli - ekonomiskas pārmaiņas. Igaņu zinātnieki konstatējuši, ka izmaiņas sociālā, politiskā un ekonomiskā sistēmā izraisa trauksmi iedzīvotājos, pie kam multietniskā sabiedrībā trauksmes līmenis ir atkarīgs no etniskās grupas un specifiskiem valsts apstākļiem (*Ott, Clark & Ennuste, 1996*).

Latvijas situācijā, līdzīgi kā Igaunijā un Lietuvā, varam runāt par vienā kultūrvidē dzīvojošām vairākām etniskām grupām, lielākās no kurām ir latviešu un krievu etniskās grupas (attiecīgi 57% un 29% no Latvijas iedzīvotājiem, (*Latvijas demogrāfijas gada grāmata, 2002*).

Gluži tāpat, kā citās Latvijā dzīvojošās etniskās grupās, ir daļa latviešu un krievu, kas pēdējo 15 gadu laikā piedzīvojuši nozīmīgas izmaiņas – vai nu zaudējuši relatīvi stabili un nokārtotu dzīvi vai arī ieguvuši daudz augstāku sociālo statusu, līdz ar to iegūstot arī lielākas vai mazākas iespējas mainīt savu dzīvi. Dažādu etnisko grupu ietvaros pārmaiņas, kas skārušas kopumā visu kultūrvidi, tomēr tiek uztvertas atšķirīgi. Tas lielā mērā saistīts arī ar katra etnosa atšķirīgajiem mērķiem. Pārmaiņas, kas vieniem cilvēkiem saistās ar vēlmi iegūt un saglabāt savu valstisko neatkarību, citiem var būt saistītas ar nedrošību, vēlmi saglabāt savu iepriekšējo statusu. Ja 1966. gadā Runcimans (*Runciman, 1966, pēc Robinson & Breslav, 1996*) uzsvēra, ka Latvijā, Lietuvā un Igaunijā etnisko krievu sociālais statuss ir augstāks kā citām etniskām grupām, tad, kā norāda G. Breslavs un V. Robinsons, kopš 1989. gada Latvijā notikusi krieviski runājošo cilvēku statusa nozīmīga maiņa, ar ko saistīta arī viņu nākotnes neskaidrība. Visiem Latvijas iedzīvotājiem pēc pirmās eiforijas par neatkarības atgūšanu nācies konstatēt, ka ne visas gaidas, kas ar to bija saistītas, ir realizējušās, gluži pretēji – banku krīze, medicīnas pakalpojumu sadārdzināšanās, bezdarbs u.c. rada iekšēju spriedzi daudzos indivīdos.

“Pētījumā par cilvēkdrošību 2002” Latvijā konstatēts, ka Latvijas pilsoņiem un nepilsoņiem būtiski neatšķiras bažu tematika ne par draudiem visas valsts un sabiedrības dzīvē, ne arī par draudiem indivīda paša dzīvē, taču atšķiras dažu draudu procentuālā izjūtāmība un vidējā apdraudētības izjūtas pakāpe (*Latvija. Pārskats par tautas attīstību 2002-2003., 54-55*).

Psihoanalītiķu pētījumi (*Devereux, 1980; Herron, 1995*) parāda, ka katrai kultūrai raksturīga sava aizsardzības mehānismu hierarhija – etniskās īpatnības, ar kuru palīdzību tiek pārdzīvotas ar trauksmi saistītās izjūtas. Savukārt, pēc humānistiskās psiholoģijas pārstāvja K. Rodžersa (*Rogers*) domām, nepārtraukta nepieciešamība izmantot aizsardzības mehānismus ierobežo apziņu un rīcības veidus (*Рожерс, 1994*) – tātad – neļauj objektīvi izvērtēt arī savas izjūtas, kas saistītas ar kultūrā notiekošajām pārmaiņām. Bieži šādos gadījumos tiek meklēts vainīgais – kāds ārējais cēlonis, kam tiek piedēvēta atbildība par notiekošo.

Situācijā, kad cieši kopā dzīvo vairākas etniskas grupas, kā tas ir Latvijā, tas var kļūt par cēloni “vainīgā” meklējumos citā etniskā grupā, kas rada savstarpējo attiecību spriedzi un konfliktus. Tādēļ būtu nepieciešams veikt pētījumus par to, kādas psiholoģiskās īpatnības veicina indivīdu sekmīgu darbošanos dažādās etniskās vidēs. J.G. Dragūns norāda, ka pagaidām par to ir maz informācijas (*Draguns, 1996*) un pievienojas M. Hammera (*Hammer*) viedoklim, ka šādam cilvēkam jāspēj pārvarēt psiholoģiskais stress, efektīvi sazināties un nodibināt personiskus kontaktus, jābūt tolerantam pret nenoteiktību – neizvairīties, nebēgt no saskarsmes ar jauno, neskaidro, nenoteikto. Liela nozīme ir arī kognitīvajai elastībai – spējai ņemt vērā ļoti daudzus rādītājus, uztverot cilvēkus, objektus un idejas (*Hammer, 1987, pēc Draguns, 1996*). Lai atbilstu minētajiem kritērijiem, indivīdam jāapzinās sava trauksme un tās cēloņi.

Trauksmes izpausmju veidi un intensitāte var būt saistīta ar cilvēka vecumu un dzimumu. Trauksmes līmenis dzīves laikā mainās. R. Kettels (*Cattell, 1965*) secina, ka dzīves vidusposmā, kad atrisinātas problēmas, kas saistītas ar karjeras izvēli, nostabilizējusies indivīda ģimenes dzīve un sociālais statuss, notiek trauksmes līmeņa pazemināšanās, bet ap 60 gadiem trauksmes līmenim ir tendence paaugstināties. P. Kosta un kolēģi (*Costa, McCrae, Zonderman, Barbano, Lebowitz & Larson, 1986*), savukārt norāda, ka, pieaugot respondentu vecumam, trauksmes rādītāji vienmērīgi samazinās. Pētījumos konstatētās trauksmes līmeņa dzimumatšķirības (*Laux, Glanzmann, Schaffer & Spielberger, 1981; Van der Ploeg, 1985; Virella, Arbona & Novy, 1994; Nakazato & Shimonaka, 1989*) visbiežāk tiek skaidrotas ar kultūrā pastāvošajiem stereotipiskajiem uzskatiem par vēlamo dzimuma uzvedību.

Trauksmes jēdziena izpratnē psiholoģijā vēl joprojām pastāv nozīmīgas atšķirības. Pētot trausmi, tiek meklētas atbildes uz atšķirīgiem jautājumiem.

Piemēram, psihoanalītiskajā teorijā trauksme tiek definēta kā cēlonis - kā apsteidzoša reakcija, kas sākas bezapziņas konflikta rezultātā, bet iemācīšanās teorijas ietvaros trauksme tiek izprasta kā sekas – kā pēctecīgs, apgūts emocionāls stāvoklis (vai emocija), kas apgūta noteiktu notikumu rezultātā.

Balstoties uz atšķirīgiem novērojumiem, empīriskiem pētījumiem un teorētiskajām pamatnostādņēm, izveidojušās dažādās teorijas, kas aplūko trauksmi. T. Vidigers (*Widiger*) tās iedala četrās teorētiskās pieejās: psihodinamiskā, biheivioriālā, bioloģiskā, kognitīvā pieeja. Promocijas darbā bez T. Vidigera izdalītajām četrām teorētiskajām pieejām apskatītas vēl trīs – iezīmju teorija, eksistenciālā un humānistiskā pieejas.

Tikai balstoties uz dažādu pieeju sintēzi, iespējams gūt pilnīgāku iespaidu par trauksmi, jo “trauksme ir viens no universālajiem stāvokļiem, kas ir neatņemama cilvēka dzīves sastāvdaļa” (*Noues, Hoehn–Saric, 1998, 110*).

Šī darba ietvaros lielāka vērība tiek pievērsta Č.D.Spīlbergera (*Spielberger*) trauksmes izpratnei, izdalot situatīvo trauksmi (*state anxiety*) un trauksmi kā personības iezīmi (*trait anxiety*).

Lai atvieglotu jēdzienu lietošanu, promocijas darba ietvaros jēdziena *situatīvā trauksme* jeb *trauksmes stāvoklis* aprakstīšanai tiks lietots jēdziens *trauksme* (saīsināti *T-stāvoklis*), bet jēdziena *trauksme kā personības iezīme* aprakstīšanai tiks lietots jēdziens *trauksmainība* (saīsināti *T-iezīme*).

Promocijas darba ietvaros tika veikta mūsdienu zinātniskajos pētījumos plaši izmantotās Č.D.Spīlbergera un kolēģu izstrādātās “Trauksmes stāvokļa-iezīmes pašnovērtējuma anketas” (*State Trait anxiety Inventory, Form Y; Self-Evaluation Questionnaire*”, *Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg & Jacobs, 1983*), adaptācija latviešu un krievu valodā. Adaptētā anketa tika izmantota pētījuma veikšanai.

Lai skaidrotu promocijas darba ietvaros iegūtos latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu trauksmes rādītājus, tiek izmantoti citās kultūrās vai etniskās grupās veiktie trauksmes pētījumi (piem., *Laux, Glanzmann, Schaffer & Spielberger, 1981; Virella, Arbona & Novy, 1994; Van der Ploeg, 1985; Suzuki, Tsukamoto & Abe, 2000 u. c.*).

Lai noskaidrotu, kāda ir divu lielāko Latvijā dzīvojošo etnisko grupu - latviešu un krievu trauksme, promocijas darba ietvaros izvirzīts sekojošs **darba mērķis**:

*izpētīt, kāda ir trauksme latviešiem un Latvijā dzīvojošiem krieviem dzimuma, vecuma un nodarbošanās apakšgrupās.*

**Pētījuma priekšmets** – trauksme (trauksme kā stāvoklis un trauksmainība kā personības iezīme)

Darbā tiek izvirzīti sekojoši **pētījuma pamatjautājumi**:

1. Kāda ir trauksme un trauksmainība latviešiem dzimuma un vecuma apakšgrupās?

2. Kāda ir trauksme un trauksmainība Latvijā dzīvojošiem krieviem dzimuma un vecuma apakšgrupās?

3. Kādas atšķirības pastāv starp Latvijā dzīvojošu latviešu un krievu trauksmi un trauksmainību?

Lai atbildētu uz pētījuma pamatjautājumiem, tika izvirzīts uzdevums adaptēt Spīlberģera un kolēģu izstrādāto “Trauksmes stāvokļa-iezīmes pašnovērtējuma anketu” (STAI; *State-Trait anxiety Inventory, Form Y; Self-Evaluation Questionnaire*”, Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg & Jacobs, 1983), izvirzot pētījuma **papildjautājumu**:

Vai *STAI-Y* latviešu un krievu versijas psihometriskie rādītāji atbilst oriģinālās<sup>1</sup> izlases psihometriskiem rādītājiem?

### **Pētījuma metode:**

#### **Instrumentārijs**

- Trauksmes stāvokļa-iezīmes pašnovērtējuma anketa. (*State - Trait anxiety Inventory (FormY) “Self-Evaluation Questionnaire”*, Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg & Jacobs, 1983).
- Teilores trauksmes izpausmju skala. (*Taylor (1953) Manifest anxiety scale; TMAS*).
- Subjektīvās kontroles lokusa noteikšanas anketas Vispārīgās internalitātes skala. (*Бажиш, Гольцкина & Эткин, 1993; Reņģe, 1999*).

---

<sup>1</sup> Oriģinālā izlase – ASV studentu un strādājošo izlase (*Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg & Jacobs, 1983*)

**Pētījuma izlase:** 19 – 69 gadīgi Latvijas iedzīvotāji (latvieši un Latvijā dzīvojoši krievi). Kopumā pētījuma izlasi veido 1610 respondenti, no tiem latviešu izlasi veido 514 vīrieši un 695 sievietes. Krievu izlasi veido 216 vīrieši un 185 sievietes. Respondentu etniskā piederība tika noteikta pēc viņu norādes.

### **Procedūra:**

Anketēšana tika veikta frontāli. Studenti tika anketēti auditorijās (parasti 30-40 cilvēku grupās). Strādājošie tika anketēti 10-12 cilvēku grupās.

Lai sasniegtu promocijas darba mērķi un atbildētu uz pētījuma jautājumiem, tiek izvirzīti šādi **uzdevumi**:

1. Zinātniskās literatūras un jaunāko pētījumu analīze par trauksmes jēdziena izpratni psiholoģijā, par trauksmes pētījumiem.
2. Datu ievākšana, apstrāde un analīze. *STAI Y* adaptācija Latvijā latviešu un krievu valodā.
3. Trauksmes un trauksmainības rādītāju salīdzinājums latviešiem un Latvijā dzīvojošiem krieviem (pēc dzimuma, vecuma un nodarbošanās).
4. Rezultātu psiholoģiskā interpretācija.
5. Iegūto rezultātu un secinājumu un praktiskā pielietojuma apkopojums promocijas darbā.

### **Pētījuma novitāte**

Šis pētījums ir novatorisks Latvijas psiholoģijas zinātnes situācijā, jo:

1) darba izstrādēs laikā ir adaptēta latviešu un krievu valodā pasaulē plaši lietota trauksmes un trauksmainības noteikšanas metodika (*STAI-Y*), kas dod iespēju to izmantot Latvijā turpmākajos zinātniskajos pētījumos, kā arī kā psiholoģiskās diagnostikas vajadzībām.

2) tā kā *STAI* adaptēta vairāk kā 50 pasaules valodās, tās adaptācija latviešu un krievu valodā ļaus veikt arī starpkulturālus pētījumus, salīdzinot Latvijā iegūtos rezultātus ar citās valstīs iegūtiem rezultātiem.

3) pētījumi par trauksmes rādītājiem dažādās etniskās grupās veikti plaši, (piem, Diaz -Guerrero, 1981; Endler & Magnusson, 1981; Bergeron, 1983; Magnusson, Stattin & Iwawaki, 1983; Emmite & Diaz Guerrero, 1983; Ahlawat, 1986; Napieralski & Brooks, 1995; Iwata & Higuci, 2000 u.c.), bet nav meklētas atšķirības

starp latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu respondentiem. Iegūtie pētījumu rezultāti ļauj izdarīt secinājumus par latviešu un Latvijā dzīvojošo krievu trauksmes un trauksmainības rādītājiem, kā arī salīdzināt tos gan savstarpēji, gan ar citās kultūrās dzīvojošo respondentu trauksmes rādītājiem. Aplūkotajai problēmai ir īpaša nozīme mūsdienu situācijā, kad Latvijā notiek sabiedrības integrācija.

### **Darba struktūra**

Darbs sastāv no 4 nodaļām.

Pirmā nodaļā apskatīta trauksmes jēdziena izpratne psiholoģijā, aplūkojot teorētiskās pieejas trauksmes izpratnē (psihodinamiskā, biheivioristiskā, bioloģiskā, kognitīvā, iezīmju, eksistenciālā un humānistiskā pieeja), kā arī aplūkojot tādas trauksmei tuvas jēdzienus kā bailes, draudi, stress, panika un depresija.

Otrā nodaļa veltīta trauksmes izpausmju atšķirībām vecuma, dzimuma un etniskajās grupās. Tiek aplūkoti pētījumi par trauksmi vienas kultūras ietvaros, kā arī pētījumi, kas veltīti trauksmes starpkulturālajām atšķirībām.

Trešā un ceturtā nodaļa prezentē promocija darba ietvaros veikto pētījumu par latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu trauksmi. Trešā nodaļa ietver pētījuma izlašu, instrumentārija un procedūras aprakstu. Ceturtajā nodaļā veikta pētījuma rezultātu analīze un psiholoģiskā interpretācija. Tiek aprakstīta *STAI-Y* latviešu un krievu versijas adaptācijas gaita. Tiek aplūkotas latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu respondentu trauksmes rādītāju atšķirības un kopīgās tendences.

Darba nobeigumā atspoguļoti darba gaitā iegūtie secinājumi un izstrādātie priekšlikumi, atzīmēta pētījuma nozīmība, kā arī norādīti pētījuma ierobežojumi.

Darba apjoms: 130 lappuses.

Darbā iekļautas 31 tabulas, 3 attēli.

Literatūras sarakstā iekļauti 226 literatūras avoti.

Darbam ir 15 pielikumi.



## **Trauksmes jēdziens psiholoģijā**

“Trauksme ir viens no universālajiem stāvokļiem, kas ir neatņemama cilvēka dzīves sastāvdaļa ... Trauksme ir sarežģīts stāvoklis, kam raksturīgi kognitīvi traucējumi, psihiskas un somatiskas izpausmes, paaugstināts uzbudinājums, trauksme bieži izpaužas arī rīcībā. Psihiskās izpausmes ietver sevī afektīvas reakcijas, kas mainās diapazonā no saspīlējuma līdz bailēm, galējā gadījumā – līdz panikai. Kognitīvā aspektā trauksme izpaužas kā grūtības izvēlēties rīcības veidu tajā vai citā situācijā, nepārliecinātībā par nākotni. Tas saistīts arī ar bailēm nespēt kontrolēt situāciju, neveiksmes nojautām, kas paaugstina trauksmi līdz tādai pakāpei, ka tā var kļūt par publiska apmulsuma cēloni” (*Noues, Hoehn-Saric, 1998, 1,2*).

Trauksmes izpētei pievērsušies dažādu teorētisko skolu pārstāvji, kas bieži rada visai pretrunīgus viedokļus par trauksmi, tās cēloņiem un izpausmēm. Tikai balstoties uz dažādu pieeju sintēzi, iespējams gūt pilnīgāku iespaidu par trauksmi un trauksmainību.

### ***Trauksmes izpratne dažādās teorētiskās pieejās***

Šī darba ietvaros tiks apskatītas vairākas teorētiskās pieejas trauksmes izpratnē psiholoģijā: psihodinamiskā, bihevioriālā, bioloģiskā, kognitīvā pieeja, kā arī eksistenciālās un humānistiskās psiholoģijas un iezīmju teorijas trauksmes izpratne, pievēršot uzmanību šajās teorētiskajās pieejās esošajiem pamatpieņemumiem par trauksmes un trauksmainības cēloņiem, veidiem un iespējamām sekām.

### **Psihodinamiskā pieeja**

No psihoanalītisko teoriju viedokļa “*trauksme ir sāpīgs emocionāls pārdzīvojums, kas indivīdam signalizē par bīstamību vai draudiem*” (*Первин & Джон, 2000, 120*). Psihoanalītiskā trauksmes izpratne balstīta uz to, ka kādā savas dzīves periodā cilvēks ir pārdzīvojis traumu vai zaudējumus. Trauksme ir agrāka traumatiskā pārdzīvojuma atkārtojums, tikai pavājinātā veidā.

Psihodinamiskās pieejas autori **trauksmi definē un tās cēloņus** izprot visai atšķirīgi. Z. Freids *trauksmi* definē kā *nepatīkamu emocionālu pārdzīvojumu, kas ir anticipētu (iepriekš paredzētu) draudu signāls*. Trauksmes saturu veido nenoteiktības un bezpalīdzības izjūtas pārdzīvojums. Trauksmi var raksturot ar trīs galvenajām

pazīmēm: 1) specifiska *nepatīkamā* izjūta; 2) attiecīgas somatiskas reakcijas, vispirms jau - paātrināta sirdsdarbība; 3) šī pārdzīvojuma apzināšanās (*Фрейд, 1927, 17*). Z. Freids norāda, ka pastāv ģenētiski noteiktas atšķirības starp indivīdiem "trauksmainības gatavībā". "Potenciālais organisma jūtīgums pret traucējumiem (kapacitāte) ir iedzimts un nav reducējams ne uz ko citu, bet traucējumu saturs, ar kādu indivīds var tikt iespaidots, ir iegūts vai iemācīts" (*Freud, 1961, pēc Towell, 1977*).

Sākotnēji Z. Freids uzskatīja, ka iespējama arī neapzinātas trauksmes eksistence, taču vēlāk konstatēja, ka trauksme ir stāvoklis, kas tiek pārdzīvots apzināti un saistīts ar cilvēka pieaugošo māku ar cīņas vai bēgšanas palīdzību tikt galā ar bīstamību. Sākotnējā teorijā trauksmi Z. Freids apskata kā nerealizētu seksuālu impulsu sekas, vēlākos darbos Freids norāda, ka *libido* transformējas trausmē, un tādā veidā parādās brīvi plūstoša trauksme vai trauksmes ekvivalents (simptoms) (*Фрейд, 1989, 258*).

Z. Freids pievērš vērību *Ego* funkcijām: "Patiesībā vieta, kur eksistē trauksme, ir *Ego*, un jānoliedz vecā koncepcija par to, ka apspiestā impulsa kataksētā enerģija pārvēršas trausmē" (*Freud, 1926, 162*). Attīstot savu teoriju, Freids pilnībā atsakās no sava sākotnējā pieņēmuma par to, ka izstumšana rada trauksmi, mainot to ar pārliecību, ka tieši trauksme rada izstumšanu. Tātad – savos pēdējos darbos Z. Freids trauksmi un tās simptomus saprot nevis kā kāda intrapsiholoģiska procesa sekas, bet gan uzskata, ka trauksme rodas, indivīdam cenšoties izvairīties no grūtas situācijas sociālo attiecību sfērā (*Фрейд, 1989, 252*).

K.G. Jungs (*Jung*) uzskata, ka trauksme ir indivīda apziņas reakcija uz iracionālām tieksmēm un kolektīvās bezapziņas tēliem. (*Юнг, 1996*). Savukārt, individuālās psiholoģijas ietvaros A. Ādlers (*Adler*) indivīda uzvedības traucējumu cēloni saskata ne tik daudz *libido* apspiešanā, fiksācijā vai regresijā, cik noteikta psihiska konflikta eksistēšanā, ko izraisa nepilnvērtības izjūta. Nepilnvērtības izjūtu, ko rada bērna attiecības ar pieaugušajiem, cilvēks izjūt visu mūžu. Runājot par nepilnvērtības izjūtu kā galveno neurožu cēloni, A. Ādlers izmanto šo terminu tāpat, kā gandrīz katrs psihologs lieto terminu "trauksme" (*Мэй, 2001*).

Balstoties uz klasiskās psihoanalīzes pamatiem, Ē. Eriksons (*Erikson*) *Ego* psiholoģijas ietvaros izvirza ideju par to, ka katrā indivīda attīstības etapā iespējami noteikta veida traucējumi, kas rada iekšējo trauksmi (*Эриксон, 1999*).

Neofreidisti K. Hornija (*Horney*), Ē. Fromms (*Fromm*), H.S. Sallivans (*Sullivan*) u.c. uzskata, ka trauksme nerodas kā obligāta instinktīvo vai *libido* noteikto vajadzību frustrāciju nojauta, jo “normāls” cilvēks var izturēt nozīmīgu instinktu frustrāciju. Instinktu radīta frustrācija beidzas ar trauksmi tikai tad, ja ietver sevī draudus kādai vērtībai vai starppersonu attiecību veidam, kurus indivīds uzskata par sevišķi nozīmīgiem savas drošības nodrošināšanai.

“Trauksme ir reakcija uz draudiem, kas tiek vērsti uz jebkuru indivīda rakstura īpatnību, kas indivīdam izveidojusies un no kuras, kā uzskata indivīds, ir atkarīga viņa drošība” (*Хорни, 1997, 300*). Trauksmi var izsaukt viss, kas, kā uzskata indivīds, “apdraud viņa konkrētos aizsardzības veidus, viņa konkrētos neirotiskās uzvedības veidus” (*Хорни, 1997, 304*). Šī atziņas pamatā ir ideja par to, ka neiroze rodas uz divu savstarpēji pretrunīgu personības iekšējo tendenču fona – tā saistīta ar ļoti stipru atkarības un bezspēcības izjūtu, bet tā tāpat saistīta ar naidīgumu attiecībā pret tiem cilvēkiem, no kuriem konkrētais cilvēks ir atkarīgs. Trauksme rada naidīgumu, bet naidīguma impulsi trauksmainiem cilvēkiem izsauc jaunu trauksmi. Kad naidīgums tiek apspiests, tas bieži saistīts ar naidīgo impulsu projicēšanu uz citiem cilvēkiem, parasti uz tiem, attiecībā pret kuriem naidīgās izjūtas tiek izjustas.

H. S. Sallivana (*Sullivan*) uzsver, ka trauksmes cēlonis ir starppersonu attiecības. Trauksme rodas, balstoties uz bērna priekšnojautām, ka nozīmīgi cilvēki viņa apkārtņē neatbalsta viņa rīcību. Bērns empātiski jūt trauksmi, redzot mātes nosodījumu, vēl pirms viņš to spēj uztvert apzināti. Mātes pozitīva attieksme ir saistīta ar pastiprinājumu, bet nosodījums – ar sodu un specifisku dikomforta izjūtu trauksmes veidā. Sistēma, kurā eksistē nosodījums un pozitīva attieksme no vienas puses un sods un apbalvojums no otras puses, kļūst par nozīmīgu līdzekli kultūras normu apgūšanā un apmācībā visas cilvēka dzīves laikā (*Sullivan, 1948*).

Psihoanalītiskās pieejas ietvaros tiek izdalīti dažādi **trauksmes veidi**. Z. Freids uzmanību veltījis trīs trauksmes veidiem: 1) objektīvā trauksme (reālās bailes); 2) neirotiskā trauksme; 3) morālā trauksme.

Objektīvā trauksme ir reakcija uz ārējiem draudiem, tā pilda dabīgu, racionālu un vajadzīgu funkciju. Objektīvo trauksmi Z. Freids mēdz saukt arī par “gatavību trauksmei”, kas ir vajadzīga, jo tā aizsargā indivīdu tikt pārsteigtam nesagatavotam negaidītu draudu gadījumā. Tāpēc “gatavība trauksmei” ir pozitīva funkcija, bet

trauksmes pastiprināšanās, pēc Freida domām, ir nekonstruktīvs papildinājums tam, ko sauc par trausmi vai bailēm (*Фрейд, 1989*).

Atšķirību starp neirotisko un objektīvo trausmi Z. Freids formulē sekojoši: “atšķirība ir tajā, ka bīstamība ir iekšēja, nevis ārēja, un tajā, ka tā apzināti netiek atzīta” (*Фрейд, 1989, 259*). Galvenais neirotiskās trausmes cēlonis – bailes no potenciāliem draudiem, ko var izraisīt tieksmju atbrīvošana. Pēc Freida, robeža starp objektīvo un neirotisko trausmi ir visai nosacīta, jo neirotiskai trausmei ir tendence tikt projicētai ārpusē (uz kādu objektu), tādējādi iegūstot reālu draudu veidolu, jo no ārējiem draudiem izvairīties ir vieglāk nekā no iekšējiem.

Morālā trausme pēc Z. Freida rodas *Super Ego* ietekmē kā sekas draudiem, kas vērsti pret *Ego*. Pēc būtības morālā trausme ir objektīvās un neirotiskās trausmes sintēze, kas izpaužas kauna un vainas izjūtas veidā, izaugot pat līdz nāves bailēm, tādējādi iegūstot eksistenciālu nozīmi.

O. Ranks lielu vērtību pievērš dzemdību traumas izpētei, uzsverot, ka jaundzimušā pirmatnējā trausme indivīda dzīves laikā iegūt divas formas: bailes no dzīves un bailes no nāves. Bailes no dzīves – tā ir trausme, kas rodas no jebkuras jaunas aktivitātes iespējas, kas maina autonomiju, arī jaunu attiecību formu izveide ar citiem cilvēkiem un nepārtraukta sevis veidošana. Bailes dzīvot – tā ir trausme, kas rodas sakarā ar “virzīšanos uz priekšu”, bet - bailes no nāves – tā ir trausme, kas saistīta ar “novirzīšanos no sava ceļa”, bailes pazaudēt individualitāti, bailes no atkarības. Dzīves laikā cilvēks visu laiku lavierē starp abām šīm bailēm, kas var rasties jebkurā laikā, un tieši tas traucē precīzi noskaidrot trausmes cēloni un izstrādāt precīzas terapijas metodes (*Rank, 1936*).

K. Hornija izdala divus trausmes veidus – *normālo* trausmi un *neirotisko* trausmi. Normālās trausmes eksistence ir acīmredzama, ņemot vērā nāves draudus, dabas stihijas u.c.. *Normālās trausmes* eksistēšana nerada iekšējos konfliktus un neveido neirotiskus aizsardzības mehānismus. Hornija norāda, ka *neirotisku* trausmi un bezpalīdzību rada nevis savu spēku reāls novērtējums, bet gan iekšējais konflikts. Neirotiskas trausmes gadījumā par draudu objektu indivīds pirmkārt uztver citu cilvēku postulēto naidīgumu (*Хорни, 1997a*).

K. Hornija izmanto jēdzienu “bāzes jeb bazālā trausme”, kas tiek lietots tādas trausmes apzīmēšanai, kura izsauc neirotisku aizsardzību veidošanu. Tāda trausme,

kas pati jau ir neurozes izpausme, tiek uzskatīta par “bazālo trauksmi” divos gadījumos: 1) tā kļūst par pamatu neurozes attīstībai; 2) tā attīstās agrākos dzīves attīstības etapos kā bērna un viņa nozīmīgo cilvēku (parasti vecāku) savstarpējo attiecību traucējumu sekas. Bezpalīdzība ir neatņemama bazālās trauksmes īpašība un izsaka tās pamatbūtību. “Bazālā trauksme ir trauksme, kas rodas potenciāli bīstamās pasaules priekšā” (Хорни, 1997c, 36). Dažādas patoloģiskas personības formas, kā, piemēram, neirotikas aizsardzības, tiek veidotas, cerībā uzvarēt šo potenciāli bīstamo pasauli, spītējot vājuma un bezpalīdzības izjūtai.

Analizējot **trauksmes iespējamo attīstību un tās radītās sekas**, psihoanalītiķu iesāktie pētījumi mūsdienās tiek turpināti un izteiktās idejas un skaidrojumi vispārināti. Piemēram, kastrācijas bailes<sup>2</sup> tiek vispārinātas, traktējot tās kā bailes pazaudēt sevi, savu personību (Фейнделмен & Фрейзер, 1994).

H. Nunbergs (Nunberg) norāda, ka Z. Freida teorijā saskatāms hierarhisks veidojums: bailes pazaudēt māti dzemdībās, pazaudēt peni falliskajā attīstības stadijā, pazaudēt *Super Ego* latentajā attīstības periodā, un, galu galā, bailes pazaudēt dzīvību. Visas šīs bailes saistītas ar atdalīšanu no mātes (Нюнберг, 1999).

Lai mazinātu trauksmi, kas saistīta ar nepatīkamām, sāpīgām izjūtām, indivīds izstrādā aizsardzības mehānismus. Tie, darbojoties neapzināti, palīdz apziņai nepārdzīvot attiecīgās izjūtas, kas izsauc trauksmi, visbiežāk tas notiek izkropļoti uztverot realitāti. Dž. Halperna (Halpern) veiktais pētījums parādīja, ka cilvēki, lai mazinātu trauksmi, projicē tikai tās īpašības un motīvus, no kuriem viņi meklē aizsardzību, ka projicēšana<sup>3</sup> notiek tikai uz noteiktiem cilvēkiem, kas saistīti ar izjūtamā trauksmi (Halpern, 1977; pēc Первин & Джон, 2000). Kā jau minēts, vairāki pētījumi (piemēram, Devereux, 1980; Herron, 1995) parāda, ka katrai kultūrai raksturīga sava aizsardzības mehānismu hierarhija – etniskās īpatnības, ar kuru palīdzību tiek pārdzīvotas izjūtas, kas rada trauksmi.

Mūsdienās uz psihodinamiskās pieejas atziņām pārsvarā balstīti zinātniskie pētījumi, kas veltīti neirotikas personu trauksmes, tās pārstrādes mehānismu izpētei.

<sup>2</sup> Psihoanalītiskajos darbos bieži jēdzieni trauksme un bailes tiek lietoti kā sinonīmi, kas saistīts ar Freida lietotā vācu valodas vārda *Angst* tulkojumiem (skat. 30. lpp.)

<sup>3</sup> Projekcija – psihoanalītiskajā nozīmē apzīmē operāciju, ar kuru cilvēks no sevis izslēdz vēlmes, izjūtas, īpašības un lokalizē tās citās lietās vai personās (Šuvajevs, 1994, 189)

C.D. Spīlbergers norāda, ka Z. Freida iedibinātā trauksmes izpratne, uzmanību pievēršot trauksmes dabai kā kompleksam psihobioloģiskam procesam, ir nenovērtējums ieguldījums psiholoģisko trauksmes teoriju attīstībā (*Spielberger, Ritterhand, Sydeman & Unger, 1995*).

Varam secināt, ka psihodinamiskā pieeja trauksmes izpratnē mūsdienās vairāk kalpo kā teorētisks koncepts, kas vēsturiski devis lielu ieguldījumu trauksmes teoriju attīstībā.

### **Eksistenciālā un humānistiskā pieeja**

R. Mejs (*Mey*), sintezējot psiholoģijas, eksistenciālās filosofijas un psihiatrijas uzskatus, secina, ka eksistenciāla trauksme, ko rada cīņa par patiesu eksistenci un eksistences paradoksu – cilvēka brīvību un viņa esības galīgumu, - uzskatāma par konstruktīvu cilvēka dzīves sākumu, kas jānošķir no trauksmes kā klīniska vai patoloģiska simptoma. Gan patreizējie, gan bijušie konflikti jāapskata nevis kā nesakritība starp dažādām personības daļām, kā to dara Freids topoloģiskās pieejas ietvaros, bet gan kā nesakritība starp nesavienojamiem mērķiem, šādi konflikti izraisa nepieciešamību indivīdam tādā vai citādā veidā pielāgoties grūtai situācijai (*Moy, 2001*).

K. Rodžerss (*Rogers*) uzskata, ka cilvēka dzīves galvenais mērķis ir pašīstenošanās, uzsverot, ka indivīda problēmas rodas galvenokārt no nepareiza pašvērtējuma, no nepareizas *Es* koncepcijas.

Gan klasiskajā psihoanalīzē, gan K. Rodžersa teorētiskajos pētījumos (*Ро.жерс, 1994*) konfliktam, trauksmei un aizsardzībai ir svarīga nozīme indivīda uzvedības dinamikā. Abos gadījumos tiek uzskatīts, ka aizsardzība tiek izmantota, lai mazinātu trauksmi. Taču trauksmes avoti un veidi, kā tā tiek samazināta, abās teorijās tiek skaidroti atšķirīgi. Z. Freids aizsardzības mehānismu darbību saista ar draudiem, ko rada instinkti, cilvēka mērķis ir atrast piemērotu veidu tieksmju apmierināšanai. Pēc K. Rodžersa, cilvēka mērķis – kongruences stāvoklis starp subjektīvo pieredzi un *Es*. K. Rodžerss nepiekrīt idejai par to, ka aizsardzība reaģē uz aizliegumiem vai impulsiem, kam uzlikts sociāls *tabu*, bet uzsver perceptuālo saskaņu – pieredze, kas nav kongruenta vai saskaņota ar *Es* koncepciju, tiek noraidīta, neatkarīgi no tās sociālā rakstura (*Первин & Джон, 2000*). Indivīds var ar noliegšanas vai izkropļošanas

palīdzību novērst to pārdzīvojumu apzināšanos, kas bezapziņas līmenī tiek uztverti kā draudi viņa patreizējai *Es* koncepcijai.

### **Biheivioristiskā pieeja**

*Iemācīšanās teorijas* pārstāvji uzskata, ka jebkurš psihisks traucējums ir vesela indivīda normāla reakcija uz nejaušu vai speciāli organizētu darbojošos stimulu un pastiprinājumu sistēmu. Neirotiķa uzvedība šīs pieejas ietvaros tiek aplūkota kā apgūts veids, kā mazināt trauksmi (*Acmanov, 2001*).

*Sociālās iemācīšanās teorijas* autori uzskata, ka sākotnēji neitrāli stimuli pastiprinājuma un iemācīšanās rezultātā var iegūt emocionālu nokrāsu un kļūt par trauksmes izraisītājiem (*Laux, Glanzmann, Schaffer & Spielberger, 1981*). A. Bandura (*Bandura*) uzsver, ka cilvēka uzvedības skaidrojumā nevar aprobežoties tikai ar nosacījuma refleksiem. Nepieciešams ņemt vērā atdarināšanu, it sevišķi runājot par sarežģītām sociālās uzvedības formām. Novērojot var tikt apgūti ne tikai dažādi uzvedības veidi, bet arī noteiktas emocionālas reakcijas – prieks, bailes. “Nav nekā neparasta tajā, ka cilvēks izstrādā stipras emocionālas reakcijas pret noteiktiem cilvēkiem, vietām vai lietām, kaut gan pats nekad nav bijis personīgā kontaktā ar tiem” (*Bandura, 1986, 185*).

Trauksmes izpētes kontekstā nozīmīgas ir sociālās iemācīšanās teorijas ietvaros gūtās atziņas par sociāli – situatīvās trauksmes ietekmi uz darbības sekmīgumu, rīcības efektivitāti konkrētos darbības aspektos: pārbaudījumu trauksme, matemātikas trauksme, auditorijas trauksme u. c. (*Veenman, Kerseboom & Imthorn, 2000; Hancock, 2001; Aysan, Thompson & Hamarat, 2001; Dutke & Steber, 2001; Taylor & Deane, 2002*).

Dziņu teorijas autori uzskata, ka visas esošās tieksmes un aktivizētie stāvokļi veido atbilstošu dziņu. Nosakot konkrētas dziņas specifiku, jāņem vērā arī trauksme, kas pēc Dolarda un Millera (*Dollard & Miller, 1950*) tiek uzskatīta kā iegūta (un ar grūtībām dzēšama) dziņa. Trauksmes cēlonis ir anticipēta emocionāla reakcija, ko izsauc stimuli, kas norāda uz kaut kādiem draudiem.

Lai noteiktu individuālās atšķirības un sadalītu respondentus pēc trauksmes izteiktības eksperimentālā situācijā, Dž. Teilore (*Taylor*) un K. Spenss (*Spence*) 1953. gadā izstrādāja *trauksmes noteikšanas skalu* (*MAS; Manifest anxiety scale*), kurā no

*MMPI* tika atlasīti izteikumi, kas saistīti ar hroniskām baiļu/ trauksmes reakcijām. *MAS* tika veidots, balstoties uz tieksmju teorijas postulātiem.

Trauksmes izpratnes biheivioristiskās pieejas ietvaros tiek aplūkotas arī emociju teorijas, kurās pārsvarā trauksme tiek definēta kā neskaidrs, nepatīkams *emocionāls stāvoklis*, kam raksturīgs nepamatotas priekšnojautas, bailes, saspringums un uztraukums.

Diferenciālo emociju teorijas autors K. Izards (*Izard*) norāda, ka starp izbailu, baiļu un intereses – uzbudinājuma emocijām pastāv nepatstāvīgs līdzsvars, kas ir ļoti nozīmīgi trauksmes izpētē. “Diferenciālo emociju teorijā tiek uzskatīts, ka trauksme, tādā veidā kā tā parasti tiek aprakstīta, sastāv no dominējošās baiļu emocijas un baiļu mijiedarbības ar vienu vai vairākām citām fundamentālām emocijām, sevišķi ar ciešanām, dūsmām, vainu, kaunu un interesi” (*Izard, 1980, 331*).

K. Izards uzsver, ka var runāt par vairākām trauksmes formām, katrai tādai formai precīzi izdalot tajā ietilpstošos afektus (piemēram, bailes – ciešanas – dusmas; bailes – kauns – vaina). Diferenciālo emociju teorijas kontekstā trauksme/trauksmainība tiek lietots kā termins, kas attiecināms uz jebkuru baiļu un citu afektu un noteiktu afektīvi - kognitīvo orientāciju mijiedarbību. Dažādiem indivīdiem afektīvo komponentu mijiedarbības raksturs var variēt, piemēram, ciešanu vadošā sastāvdaļa vieniem indivīdiem var pastiprināt līdzjutības komponentu, bet citiem – kauna komponentu. Kā norāda Izards (*Izard, 1980*), trauksmes analīzi sarežģī emociju dinamikas daudzveidība.

### **Bioloģiskā pieeja**

Emocijas saistītas ar atsevišķu smadzeņu daļu aktivizāciju, piemēram, emocionālā sasprindzinājuma intensitāti, neatkarīgi no tā zīmes, psihofiziologi (*piem., Hoehn-Saric, 1979; Lang, Bradley & Cuthbert, 1990; Fuster, 1998 u.c.*) saista ar labās puslodes atsevišķām nodaļām. Tieši no labās puslodes atkarīgas emocionālā sasprindzinājuma izraisītās veģetatīvās reakcijas, kas izpaužas kā ādas galvaniskās reakcijas, kā izmaiņas sirdsdarbības biežumā vai asinsspiedienā u.c. veidos.

Kā norāda (*Hoehn Saric, 1979*), neviena no smadzeņu daļām atsevišķi nevar atbildēt par trauksmes izpausmēm. Trauksmi jāaplūko kā koprezultātu, kas rodas darbojoties smadzeņu stumbra daļas kodolam, limbiskai sistēmai un smadzenītēm. Limbiskā sistēma un smadzenīšu mandele šīs sistēmas ietvaros ģenerē emocijas un

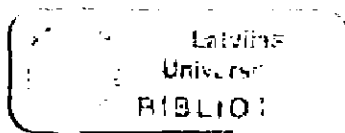


kontrolē emocionālās un autonomās reakcijas uz stresa stimulu. Bez tam hipokampam un smadzeņīšu mandelei ir liela nozīme kognitīvās iemācīšanās un atmiņas procesā, saistībā ar baiļu apgūšanu, saglabāšanu un dzēšanu. Pieres daivām ir vispārīga izpildītāja funkcija: tās iesaistītas novērtēšanas, plānošanas, stratēģiju koordinācijas un lēmuma pieņemšanas procesā (*Fuster, 1998*). Pētījumi parādījuši, ka daži fizioloģiskie parametri, piemēram, ādas galvaniskā reakcija, var tik izmantota, lai noteiktu vispārējo indivīda uzbudinājuma līmeni, bet citi parametri, piemēram, mirkšķināšanas reflekss, vairāk saistīts ar emocijām (*Lang, Bradley & Cuthbert, 1990*).

1982. atšķirīgu viedokli no iepriekšminētajiem bioloģisko pieeju autoriem puda Dž. Grejs (*Gray, 1982*), kura izstrādāto anatomiski – fizioloģisko emociju teoriju T. Vidigers (*Widiger, 2000*) nosauc par ietekmīgu trauksmes bioloģisko teoriju.

Anatomiski – fizioloģisko emociju teorijas ietvaros tiek runāts par trīs emociju pamatgrupām: trauksmi, prieka – laimes un šausmu – dusmu emocijām (*Gray, 1982, pēc Данилова, 2000*). Šīs trīs emociju pamatgrupas, savukārt, nosaka trīs smadzeņu sistēmas: 1) smadzeņu struktūru, kas ģeneralizē trauksmi, Dž. Grejs nosaucis par uzvedības kavēšanas sistēmu (*Behaviour Inhibition System*). Cilvēku individuālās īpatnības nosaka visu trīs šo sistēmu līdzsvars. Paaugstināta individuālā *BIS* aktivitāte nosaka cilvēka sliekšni uz paaugstinātu trauksmi. 2) Cīņas/bēgšanas sistēma saistīta ar šausmu un dusmu emocijām. Cīņas/bēgšanas sistēmas dominēšana norāda uz indivīda sliekšni uz agresivitāti vai aktīvu aizsardzības uzvedību, tās aktivitāti iespējams bloķēt ar analgētiķiem (morfīniem), bet antitruksmes preperāti tās darbību neietekmē. 3) Tuvināšanās uzvedības sistēmas (*Behaviour Approach System, BAS*) aktivizatori ir nosacīti apbalvojumi (barība, ūdens u.c.). Emocijas, kas rodas šīs sistēmas aktivācijas laikā, saistītas ar patīkamām priekšnojautām, cerībām, emocionālu pacēlumu, laimi. Ja dominē šī smadzeņu sistēma, tad indivīdam raksturīga sliekšme uz pozitīvu emociju izpausmēm, optimismu.

Bioloģisko teoriju ietvaros tiek veikti pētījumi, lai noteiktu iedzimtības lomu trauksmes un trauksmainības rašanās procesā. K. Lešs (*Lesch, 1996*) konstatēja, ka neirotizms ģenētiski regulē seratonīna kustību, tādējādi apstiprinot trauksmainības ģenētisko noteiktību. Trauksmainības iedzimtības pētījumi notiek arī iezīmju teorijas ietvaros.



## Kognitīvi orientētā pieeja

Kognitīvi orientēto teoriju ietvaros emocijas tiek aplūkotas kā subjektīvi stāvokļi. Emocijas ir sākotnējā stimula darbības rezultāts, kas saistīts vai nu ar attiecīgām fizioloģiskām vai kognitīvo struktūru izmaiņām, vai arī situācijas interpretāciju, novērtējot to kā noderīgu vai draudošu. Pamatjēdziens šīs teorijas ietvaros ir kognitīvais novērtējums, kas nozīmē, ka indivīda fizioloģiskā uzbudinājuma stāvokli rada vairākas, iespējams, tieši pretējas emocijas, atkarībā no tā, kā indivīds interpretē situāciju (*Widiger, 2000*).

Dž. Kellijs (*Kelly*) trauksmi definē sekojoši: "Trauksme - atzīšana, ka notikumi, ar kuriem nākas sadurties, atrodas aiz indivīda esošo konstruktu sistēmas<sup>1</sup> robežas" (*Kelly, 1964, pēc Первин & Джон, 2000, 395*).

Saskaroties ar notikumiem, kurus indivīds nespēj interpretēt, respektīvi, ar tādiem notikumiem, kas atrodas ārpus konstruktu pielietojamības zonas, indivīds var paplašināt savu konstruktu loku un atļaut sev to lietot plašākā notikumu lokā, taču viņš var arī sašaurināt savus konstruktus un fokusēties uz atsevišķām detaļām.

Dž. Kellijs uzsver, ka ne neveiksme pati par sevi, bet tieši visaptverošu konstruktu sistēmas izmaiņu apzināšanās izsauc draudus. "Indivīdi vienmēr grib saglabāt un paplašināt savu paredzēšanas sistēmu. Taču trauksmes un draudu gadījumā, tā vietā, lai uzdrošinātos riskēt un paplašinātu savu konstruktu sistēmu, indivīdi bieži rigidi turas pie šauras un ierobežotas sistēmas" (*Первин & Джон, 2000, 397*).

A. Beks, Dž. Emerijs un I. Grīnbergs (*Beck, Emery & Greenberg, 1985*) arī izsaka pieņēmumu, ka dezadaptīvā trauksme rodas novērtējošā procesa izkropļojuma vai deformācijas rezultātā. No hroniskas trauksmes cieš tie cilvēki, kas pārprot labdabīgas situācijas un uztver tās kā apdraudošas. Autori runā par *apburto loku*, kas pastāv starp izziņas procesu, afektu un indivīda uzvedību. Piemēram, "apburtais loks", kas var rasties, uzstājoties auditorijas priekšā. Tas ietver sevī nepatīkamu emocionālo saiti, nepatīkamu uzstāšanās atgriezenisko saiti, nepatīkamu publikas reakcijas atgriezenisko saiti.

Pēc A. Beka (*Beck, 1972*), cilvēkiem, kas uz stresoriem sliecas reaģēt ar trauksmes stāvokli, ilgstošas psihofizioloģiskas reakcijas neapšaubāmi var izraisīt

<sup>1</sup> Konstruktī (construct) – Kellijs teorijā notikumu uztveres, konstruēšanas vai interpretācijas veids (*Первин & Джон, 2000*)

psihosomātiskus traucējumus. Līdz ar to A. Beks izsaka hipotēzi par to, ka individuālās atšķirības stresoru izjūtā ir svarīgs faktors psihosomatisko simptomu attīstībā, kas netiešā veidā norāda uz trauksmes iedalīšanu situatīvajā trausmē un trausmainībā kā personības iezīmē.

Kognitīvo teoriju ietvaros tiek runāts par novērtēšanas procesu, kas ietver divus līmeņus: 1) primārais novērtējums, kura laikā indivīds novērtē apkārtējās vides draudus; 2) sekundārais novērtējums, kura laikā indivīds novērtē savu spēju tikt galā ar apkārtējās vides radītajiem apstākļiem (*Widiger, 2000*).

R. Lazaruss (*Lazarus*) apraksta kognitīvo procesu, kas rodas trausmes (baiļu) gadījumā. Situācijas vērtējums pēc Lazarusa sastāv no 6 svarīgiem novērtējuma komponentiem, no kuriem trīs ir primārie, trīs sekundārie.

Primārās komponentes saistītas ar indivīda motivācijas aspektiem uztraukuma situācijā: 1) mērķa relevance. Kāds – parasti nozīmīgs- mērķis (bieži eksistenciāls) atrodas dispozīcijā. Nepieciešams noteikt, kur, citu indivīda mērķu starpā, būs vieta šim jaunajam mērķim. Indivīda trausmes intensitāte var variēt atkarībā no mērķa nozīmīguma vai motivācijas stipruma. 2) mērķa kongruence. Situācija tiek novērtēta kā draudīga mērķa sasniegšanai, kas rada negatīvu emocionālu noskaņojumu. 3) *Es* veids. Var tikt skarti atsevišķi vai vairāki “*Es* – identitātes” aspekti: *Es ideāltēls*; *Es paštēls* vai *Es citu uztverē*; kā arī indivīda morālās vērtības; personiskie priekšstati un principi.

Sekundārās komponentes saistītas ar pārvarēšanas iespējām un gaidām, kas notiks: 1) cēloņapraksts. Kauzālās atribūcijas laikā var notikt iekšējo dusmu, kauna, vainas manifestācija uz kādu ārēju objektu dusmu veidā. 2) situācijas vadīšanas potenciāls. Vērtējums par situācijas vadīšanas potenciālu nav saistīts ar domām par noteiktu rīcību, bet gan saistīts ar situācijas vērtējumu. Trausmes gadījumā izpaužas skaidrojošo objektu iztrūkums, kas saistīts ar nedrošu uzvedību. 3) gaidas. Gaidu nedrošību nosaka pārmaiņas vides un indivīda attiecībās trausmes situācijā (*Lazarus, 1993, pēc Fischli, 1998*).

Ja persona uztver notikumu kā nekontrolējamu un neparedzamu, (piemēram, tas var atkārtoties) un saprot, ka viņam trūkst nepieciešamo resursu, lai tiktu galā ar šo notikumu, tad tiks izjusta trausme, kas var būt arī kā atsevišķa trausmes forma, piemēram - pārbaudījumu trausme (*Veenman, Kerseboom. & Imthorn, 2000*) kā

rezultātā, savukārt, var mazināties cilvēka motivācija pārvarēt grūtības (Hancock, 2001).

Č.D.Spīlbergers un kolēģi (Laux, Glanzmann, Schaffer & Spielberger, 1981), apkopojot kognitīvos trauksmes pētījumus, iedala tos trīs grupās.

Pirmajā grupā ietilpst **trauksmes kā aizsardzības** (*Angstabwehrtheorien*) pētījumi (piem., Davids 1955; Eriksen & Krohne, 1974; Krohne & Rogner, 1981; Saltz, 1970; u.c. pēc Laux, Glanzmann, Schaffer & Spielberger, 1981). Šie pētījumi vērsti uz to, lai noskaidrotu, kādus mehānismus indivīdi izmanto, lai pārvarētu trauksmi. Piemēram, D.Veinbergers, G. Švartzs un R.Davidsons (Weinberger, Schwartz & Davidson, 1979) pēc atšķirīgas trauksmainības un tendences demonstrēt sociāli vēlamu uzvedību, izdalīja četras indivīdu grupas – 1) cilvēki ar zemu trauksmainību (zemi rādītāji gan trauksmainībā, gan tendencē demonstrēt sociāli vēlamu uzvedību); 2) sensitīvie (*sensitisers*) cilvēki (augsta trauksmainība, zemi sociāli vēlamās uzvedības rādītāji); 3) trauksmainie “ar aizsardzību” (augsti rādītāji pēc abiem parametriem); 4) represori (*repressors*) (zema trauksmainība, augsti sociāli vēlamās uzvedības rādītāji). Autori konstatēja, ka indivīdi, kas pieder pie trešās grupas - trauksmainie “ar aizsardzību” - pārspīlē draudu stiprumu, bet represori nenovērtē esošo situāciju adekvāti, pietiekoši nenovērtējot apdraudējumu.

Otro kognitīvo trauksmes pētījumu grupu veido **pētījumi, kuri balstīti uz atribūcijas teoriju** un kuru ietvaros liela vērtība pievērsta sasniegumu motivācijas atšķirību pētīšanai cilvēkiem ar dažādu trauksmes izteiktību (piem., Weiner & Schneider 1971; Latta & Patten, 1978; u.c. pēc Laux, Glanzmann, Schaffer & Spielberger, 1981). Veicot pētījumu Indijā, K. Džindals un S. Panda (Jindal & Panda, 1982), konstatēja, ka 500 pusaudžu - zēnu izlasē starp trauksmes līmeņa un sasniegumu motivācijas rādītājiem pastāv cieša, negatīva korelācija.

Trešajā grupā tiek iedalītas **ar pārbaudījumiem saistītas trauksmes pētīšanas teorijas** (Sarason, 1972; Liebert, & Morris, 1967; pēc Laux, Glanzmann, Schaffer & Spielberger, 1981; Hodap, laux & Schaffner, 1984; Spielberger & Vagg, 1995; Papsdorf, Ghanman & Jamieson 1995; De Raud & Schouwenburg, 1996; Hancock, 2001; u.c.). Tiem indivīdiem, kas izjūt izteiktu trauksmi pārbaudījuma situācijās, raksturīga nevis uzmanības koncentrēšana uz pašu uzdevumu, bet gan iekšējais dialogs (“pašpierunāšana”) (De Raud & Schouwenburg, 1996). Autori norāda arī, ka trauksme

bieži izpaužas kā “bailes no neveiksmes” vai arī kā “trauksme, kas saistīta ar pārbaudījuma situāciju”, abi šie stāvokļi cieši saistīti ar zemu sasniegumu līmeni.

### Iezīmju teorijas pieeja

Pēc personības iezīmju<sup>5</sup> teoriju autoru uzskatiem, “*indivīdi viens no otra atšķiras ar iezīmju izteiktību, kas var mainīties kāda noteikta intervāla robežās. Atšķirības starp indivīdiem, pēc iezīmju teoriju autoru uzskatiem, ir drīzāk kvantitatīvas, nekā kvalitatīvas*” (*Фернхем & Хейсен, 2001, 43*). Iezīmju faktori (*trait factors*) ļauj precīzāk prognozēt uzvedību, kā stāvokli noteicošie faktori (*state factors*), taču ekstremālās situācijās stāvokļa faktori var būtiski ietekmēt cilvēka uzvedību.

Izmantojot klāsteranalīzi un faktoranalīzi, iezīmju teoriju autori izveidojuši vairākus personības iezīmju modeļus: H. Aizenks izdala 3 personības faktoros (*Eysenk, 1992*), R. Kettels – 16 (*Cattell, 1960*), C. Brands – 6 (*Brand, 1994*). Pēdējos gados vispopulārākais ir piecu faktoru personības iezīmju modelis (*FFM; big five model; Costa & McCrae, 1992*).

H. Aizenks (*Eysenck*) uztver personību kā hierarhisku veidojumu, kur visaugstākajā līmenī jāizdala tipi, bet nākošajā – iezīmes, zemāk atrodas vēl divi līmeņi – pierastās reakcijas un specifiskās reakcijas. Tipu līmenī Aizenks personību analizē sākotnēji divos virzienos – neirotisms, ekstraversija – intraversija, vēlāk papildinot vēl ar trešo - psihotismu (*Eysenck, 1976*). Sākotnēji Aizenks jēdzienu neirotisms lieto kā sinonīmu jēdzienam trauksmainība, bet Aizenka Personības Profila (*Eysenck Personality Profiler; EPP*); anketā neirotisma faktoram tiek izdalīti 5 primārie faktori: mazvērtīgums, nelaimīgums (*unhappiness*), trauksme, atkarība, apsēstība (*obsessiveness*) (*Eysenck, Barrett, Wilson, & Jackson, 1992; pēc Jackson, Fumham, Forde & Cotter, 2000*).

H. Aizenks un M. Aizenks norāda, ka “iegūtie pētījumu rezultāti ļauj apgalvot, ka individuālās atšķirības ir daudz vairāk saistītas ar iedzimtību, nekā parasti tiek uzskatīts” (*Айзенк & Айзенк, 2002, 188*), ka iezīmes nosaka psihofizioloģiskie mehānismi “Indivīda nervu sistēmā jābūt tādām fiziskām struktūrām, kas izsauc

---

<sup>5</sup> Rakstura iezīme – dispozicija (tieksme, virzība) reaģēt līdzīgā veidā visdažādākajās situācijās (*Первин & Джонс, 2000*).

noteiktu uzvedības tipu, kas ļauj mums klasificēt cilvēku kā ekstravertu vai intravertu, kā neirotiķi vai līdzsvarotu cilvēku” (*Айзенк & Айзенк, 2002, 250*).

R. Kettels savukārt norāda, ka ne visas iezīmes ir iedzimtas jeb noteiktas psihofizioloģiski un saistītas ar organisma iekšējiem procesiem. “Mēs varam runāt par iezīmēm, ko veido vide, jo to sākums meklējams sociālo institūtu un fiziskās vides ietekmē, kas veido kultūras patēru.” (*Cattell, 1950, 33-34*).

Pēc Kettela, iezīmes tiek iedalītas vairākos veidos: 1) vispārīgajās un unikālajās (tādās, kas raksturīgas daudziem cilvēkiem / tādās, kas raksturīgas konkrētam cilvēkam); 2) pamatiezīmēs un virspusējās iezīmēs (vairākas virspusējās iezīmes veido vienu pamatiezīmi); 3) temperamenta, motivācijas vai dinamiskās iezīmes un spējas. Lietojot neortogonālo faktoru sistēmu, Kettels veicis oriģinālās faktoru analīzes rezultātu faktoru analīzi un noskaidrojis, kādas no pirmās kārtas iezīmēm apvienojas grupās. Šādā veidā Kettels izdala 8 otrās pakāpes pamatiezīmes un primāros faktorus, kam ir vislielākais svars to veidošanā. Faktori QI (ekstraversija / intraversija) un QII (trauksmainība) ir visstiprākie un vieglāk identificējamās otrās kārtas pamatiezīmes.

Otrās kārtas pamatiezīme Q II - trauksmainība saistīta ar tādiem pirmās kārtas faktoriem kā C- vājš *Es*; H – trekcija (kautrīgums), L – protensija (aizdomīgums); O – hipotīmija, Q<sub>3</sub> – impulsivitāte, Q<sub>4</sub> – frustrētība un raksturojas ar tādām īpašībām kā viegla uzbudināmība, kautrīgums, aizdomīgums, bailīgums, vāja paškontrolē, saspringums (*Cattell, 1979*), kā arī ar gatavību atzīt visa neuzticamību, tendenci piekāpties, mērenību neaprobētās darbībās, augstu kritiskumu, daudz aizturētu trauksmes simptomu (*Hundleby, Pawlik & Cattell, 1965*).

R. Kettels un kolēģi (*Cattell, 1966; Cattell & Scheier, 1958, 1961, 1963*) pielietojot faktoranalīzi, izveidoja pašnovērtēšanas aptauju un vērtēšanas skalu, kas satur jautājumus par trauksmi. Lietojot faktoru analīzi rezultātu apstrādē, tika izdarīti secinājumi, kas ļāva izdalīt situatīvo trauksmi un trauksmi kā personības iezīmi (*State, Trait anxiety*) (*Cattell, 1966*). Trauksme kā personības iezīme tiek interpretēta kā stabila individuāla atšķirība neatkarīgā un relatīvi stabilā personībā. Situatīvā trauksme tiek definēta kā īslaicīgs emocionāls stāvoklis, kas mainās laika gaitā.

Izmantojot klāsteranalīzi un faktoranalīzi, izveidots **piecu faktoru personības iezīmju modelis** (*Big Five Personality Factors; FFM*) vai **Liela piecnieks** (*Big Five*), pēc kura par personības pamatfaktoriem tiek uzskatīti: a) neirotisms

(*neuroticism*) pret emocionālo stabilitāti 2) ekstraversija (*extraversion*) pret intraversiju; 3) apzinīgums (*conscientiousness*) pret uzspiestību, 4) draudzīgums (*agreeableness*) pret antagonismu; 5) atvērtība (*openness for experience*) pret noslēgtību pieredzei (*Digman, 1990; Goldberg, 1993; John, 1990; Wiggins & Pincus, 1992, pēc Widiger & Trull, 1997, 228*).

Trauksmainība kā personības iezīme cieši saistīta ar Lielā piecnieka neirotisma faktoru. Neirotisma faktors reprezentē indivīda emocionālo nestabilitāti, saistīts ar negatīviem emocionāliem stāvokļiem – bailēm, dusmām, bēdām, trauksmi, vainas izjūtu (*Costa & McCrae, 1985, pēc Moberg, 2001*). NEO-PI-R<sup>6</sup> konstruktū validitātes pārbaude apstiprinājusi neirotisma faktora sekojošu apakšfaktoru eksistenci: trauksmainums (*anxiousness*); depresija; impulsivitāte; vainīgums; ievainojamība; pašapziņa (*Costa & McCrae, 1992*).

R. Maggreijs, P. Kosta un R. Piedmonts (*McCrae, Costa & Piedmont, 1993*) konstatējuši, ka starp neirotisma faktora apakšfaktoru NI: trauksmainību un Kalifornijas psiholoģiskās aptaujas (*California Psychological Inventory CPI*) sekojošām skalām pastāv cieša sakarība: neatkarība (*independence*), labs iespaids (*good impression*), labklājība (*well-being*), sasniegumi / konformisms (*achievement via conformance*), vīrišķība / sievišķība.

D. Watsons un L. Klarks (*Watson & Clark, 1992*) konstatējuši, ka pastāv ciešas sakarības starp lielā piecnieka neirotisma faktoru un negatīviem efektiem un ekstraversijas faktoru un pozitīviem efektiem.

A. Realo un J. Alliks (*Realo & Allik, 1998*) konstatējuši, ka igauņu studentiem pastāv cieša sakarība starp ekstraversijas faktoru un sociālo trauksmi<sup>7</sup>, neirotisma faktors korelē ar publisko pašapzināšanos (*Public Self-Consciousness, PubSC*)<sup>8</sup>, iekšējā pašapzināšanās (*Private Self-Consciousness, Priv SC*)<sup>9</sup> korelē ar atvērtības faktoru. Abrams (*Abrams, 1988, pēc Realo & Allik, 1998*) konstatējis, ka publiskā pašapzināšanās korelē arī ar Aizenka izdalīto neirotisma faktoru.

---

<sup>6</sup> NEO-P-R – vadošā Personības piecu faktoru modeļa noteikšanas metode (*Costa & McCrae, 1992*). NEO-P-R sastāv no 240 izteikumiem, kas indivīdam jānovērtē 5 baļļu skalā.

<sup>7</sup> Sociālā trauksme atspoguļo indivīda diskomfortu kāda cita klātbūtnē (*Realo & Allik, 1998*).

<sup>8</sup> Publiskā pašapzināšanās – indivīda spēja apzināties sevi kā sociālu un publisku objektu (*Realo & Allik, 1998*).

<sup>9</sup> Iekšējā pašapzināšanās – tendence atspoguļot un būt uzmanīgam pret citu cilvēku iekšējām izjūtām, domām, jūtām, motīviem (*Realo & Allik, 1998*).

Konstatēts, ka sakarība ar studentu akadēmiskiem sasniegumiem pastāv tikai starp nedaudziem lielā piecinieka apakšfaktoriem: apzinīgumu, cenšanos pēc sasniegumiem – pozitīva korelācija, trauksmainība, aktivitāte – negatīva korelācija. Kopumā starp neirotisma faktoru un akadēmiskiem sasniegumiem pastāv negatīva korelācija (*Chamorro-Premuzic & Furnham, 2003*).

F. Mobergs (*Moberg, 2001*) norāda, ka konfliktsituācijās personas ar augstu neirotismu varētu izvēlēties izvairīties no konflikta, jo konflikta risināšana prasa zināmu kognitīvu piepūli, kas, visticamāk, situāciju novērtējot kā apdraudošu, radīs negatīvu afektu.

Neskatoties uz iespējamajiem daudzajiem kultūrā notiekošajiem situatīvajiem faktoriem, kas ietekmē cilvēka dzīvi, līdz ar to – arī cilvēkam raksturīgo uzvedību, iezīmju teorijas autori (*McCrae & Costa 1994; Costa, McCrae, 1996, 1999, pēc Widiger & Trull, 1997; u.c.*) tomēr ir pārliecināti, ka personības iezīmju attīstību nenoliedzami ietekmē arī ģenētiskie faktori. S. Epšteins (*Epstein, 1983*) norāda, ka, lai gan personība var mainīties, taču darbojas ļoti spēcīgi spēki, kas virzīti uz ilglaicīgu personības iezīmju stabilitātes uzturēšanu. Šī stabilitāte parādās noteiktā situāciju spektrā, kur daudz dažādu darbību patiesībā izsaka vienu cilvēka iezīmi.

J. Dunns un R. Plomins (*Dunn & Plomin, 1990, pēc Первин & Джон, 2000*) uzskata, ka ģenētiski tiek noteiktas ap 40% individuālo personības iezīmju atšķirību, 35% no individuālajām atšķirībām nosaka individuālā ģimenes vide<sup>10</sup>, 5% - kopīgā ģimenes vide (20% - mērījuma kļūda). Tātad, balstoties uz J. Dunna un R. Plomina secinājumiem, varam pieņemt, ka arī trauksmainība kā indivīda rakstura iezīme apmēram par 40% tiek noteikta ģenētiski, pārējie 40% tiek iegūti sociālās iemācīšanās procesā indivīdam attīstoties mikrovidē.

R. F. Tovels (*Towell, 1977*), veicot pētījumu par trauksmes un trauksmainības rādītāju saistību vecākiem un bērniem, statistiski nozīmīgas korelācijas starp tēvu un bērnu trauksmes un trauksmainības rādītājiem nekonstatēja. Tika konstatētas nozīmīgas sakarības starp mātes un pirmā bērna, ja tā ir meitene, attiecīgajiem rādītājiem un starp mātes un trešā bērna trauksmes un trauksmainības rādītājiem, taču

---

<sup>10</sup> individuālā ģimenes vide – ģimenes vide, kurā attīstās katrs konkrēts bērns, ir atšķirīga vienas ģimenes vairākiem bērniem, to nosaka bērna dzimums, bērnu piedzimšanas kārtība, bērna individuālās iezīmes u.c. (*Dunn & Plomin, 1990, pēc Первин & Джон, 2000*)



ši sakarība, pēc Tovela domām, varētu būt saistīta ar vecumposma īpatnībām, jo pētījumā visiem trešajiem bērniem bija 12 gadi.

Līdz 30 gadu vecumam iespējama personības iezīmju attīstība un maiņa, piemēram, R. Makkrejs un P. Kosta (*McCrae & Costa, 1994*) konstatējuši, ka pusaudžiem un jauniešiem (līdz 20–25 gadu vecumam), salīdzinot ar pieaugušajiem pēc 30 gadiem, vērojami augstāki neirotizma un ekstraversijas rādītāji un zemāki apzinīguma un draudzīguma rādītāji. *Lielā piecnieka* rādītāju izmaiņas šajā vecuma posmā tiek skaidrotas ar attīstību, kas notiek, personībai ap 30 gadiem nobriestot. Pieaugušo lomu pieņemšana profesionālā un vecāku darbībā dod lielāku pārliecību un emocionālo līdzsvarotību un paaugstina indivīda kompetences un socializētības līmeni (*Первин & Джон, 2000, 295*).

Veiktie pētījumi parāda, ka iezīmēm pēc 30 gadu vecuma konstatēta longitūdiāla stabilitāte, kas ir spēkā pat pēc ilga laika perioda (*Block, 1993; Conley, 1985; pēc McCrae & Costa, 1994*).

G. Metjūzs un I. Dirijs (*Matthews & Deary, 1998*), apkopojot iezīmju teoriju autoru uzskatus, secina, ka pastāv iezīmju kauzālā sakarība – cēloņsakarību virknē personības iezīmes ir cēlonis, uzvedība – sekas. Lai gan eksistē atgriezeniskās saites cilpa, tās ietekme ir krietni vājāka.

Apkopojot iztīrītos iezīmju teorijas autoru secinājumus par neirotizmu kā vienu no personības pamatfaktoriem, varam pieņemt, ka arī trauksmainība, kā viens no neirotizma apakšfaktoriem, par 40% ir ģenētiski noteikta indivīda personības iezīme, kas, pēc 30 gadu vecuma sasniegšanas, kļūst stabila. Tā kā 40% šīs iezīmes indivīds apgūst savā mikrovidē, tad varam secināt, ka arī etniskā piederība nozīmīgi saistīta ar trauksmainības iezīmju izpausmju veidu, kas apgūts ģimenē.

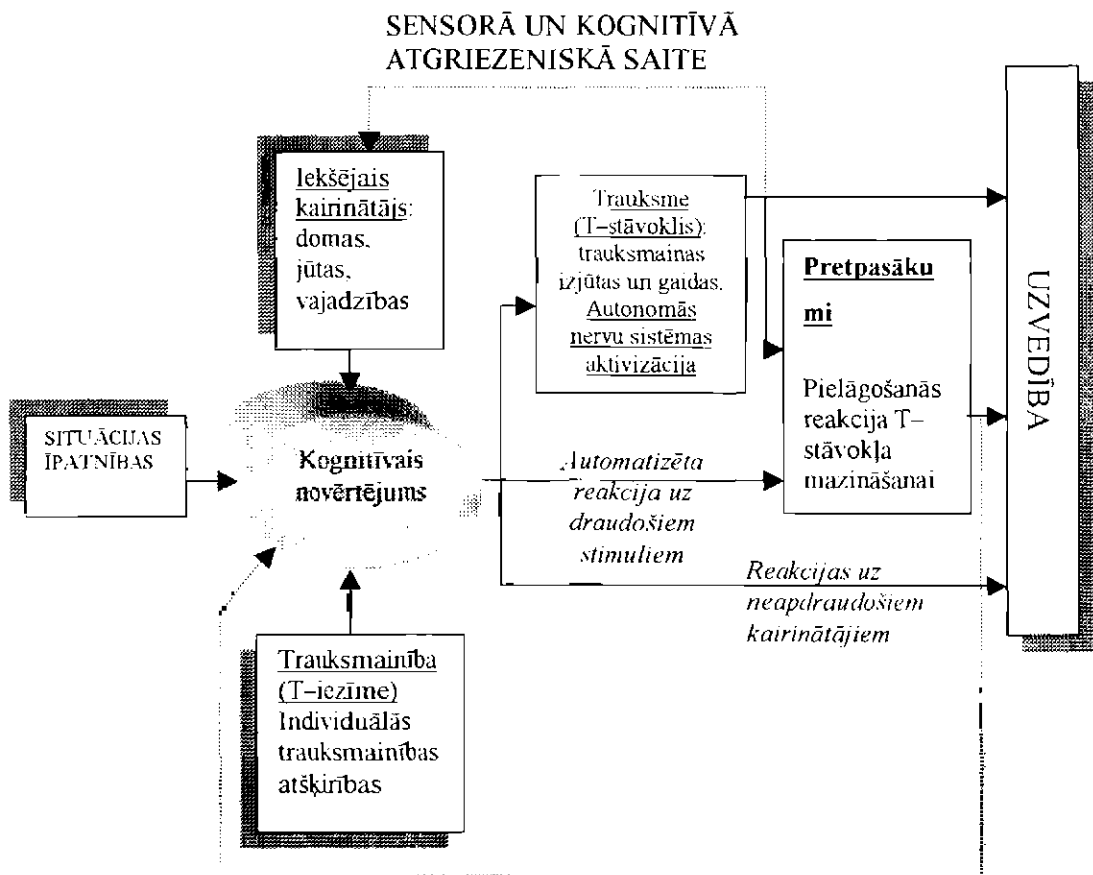
### **Trauksmes stāvokļa - iezīmes modelis**

Kopš 1961. gadā R. Kettels un I. Šeiers (*Cattell & Scheier*) norādīja uz trauksmainību kā konstantu personības iezīmi, šim problēmas aspektam tiek piešķirta arvien lielāka nozīme, tiek atzīts, ka konceptuālā atšķirība starp trauksmi kā pārejošu emocionālu stāvokli un kā noturīgu personības iezīmi ir konstruktīva.

Balstoties uz šīm atziņām, Č.D. Spīlbergers definē trauksmes divus aspektus šādi: "1) **Trauksmes stāvoklis** (T-stāvoklis; *state anxiety*) raksturojams ar subjektīviem, apzināti uztvertiem draudiem un spriedzi, kas saistīti ar autonomās

nervu sistēmas aktivizāciju vai kairināšanu. 2) **Trauksmainība kā personības iezīme** (T-iezīme; *trait anxiety*) nozīmē motīvu vai iegūtu uzvedības dispozīciju, kas rosina indivīdu uztvert plašu, objektīvi drošu objektu loku kā draudus saturošu, rosina reaģēt uz tiem ar T-stāvokli, kura intensitāte neatbilst objektīvām briesmām” ( *Spielberger, 1985a,6*).

Č. D. Spīlbergers uzsver, ka konceptuāli atdalot trauksmi kā stāvokli un trauksmainību kā personības iezīmi, nepieciešams izprast trauksmi kā procesu. Č. Spīlbergers, H. O'Neils, D. Hansens (*Spielberger, O'Neil & Hansen, 1972a*) izveidoja uzvedību noteicoša procesa (draudošās situācijās) modeli, kas konkretizē trauksmes un trauksmainības lomu šajā procesā. Kolīdz situācija tiek novērtēta kā draudoša, tā izsauc trauksmi (T-stāvokli), kura intensitāte ir proporcionāla kognitīvajam draudu novērtējumam (*skat. 1.1. attēlu*).



1.1. attēls. *Trauksmes stāvokļa un trauksmainības saistība ar indivīda uzvedību draudošās situācijās (Spielberger, O'Neil & Hansen, 1972).*

Č.D.Spīlbergers un kolēģi norāda, ka konkrēta cilvēka trauksmainības un trauksmes vērtībām ir savstarpēji jākorelē (*Spielberger, O'Neil & Hansen, 1972*): 1) indivīdam ar augstu trauksmainību pašvērtībai draudošās situācijās trauksme (T-stāvoklis) izpaužas redzamāk, nekā indivīdam ar zemāku trauksmainības rādītāju. 2) jo stiprāk izteikta trauksmainība, jo plašāks situāciju loks, kas tiek pārdzīvots kā draudošs, un izsauc trauksmi (T-stāvokli). Savukārt, situācijās, kas izsauc sāpes vai ietver sevī kādu fizisku draudu, trauksme (T-stāvoklis) nav atkarīgs no indivīda trauksmainības (T-iezīmes).

Pārbaudījumu izraisītās trauksmes pētījumos plaši tiek lietota C.D. Spīlberģera un kolēģu (*Spielberger et.al, 1978*) formulētā pārbaudījumu trauksmes izpratne kā situācijas noteikta trauksmainības iezīmes (T-iezīmes) forma, kuras galvenie komponenti ir uztraukums un emocionalitāte. Eksāmenu laikā augsti trauksmaini cilvēki reaģē uz novērtējuma draudiem, kuri piemīt vairumam pārbaudījumu situāciju, ar kāpumiem trauksmes stāvoklī (T-stāvoklis), kas ir būtiski vienlīdzīgs pārbaudījumu izraisītās trauksmes emocionālajam komponentam (*Veenman, Kerseboom & Imthorn, 2000; Hancock, 2001; Aysan, Thompson & Hamarat, 2001; Dutke & Steber, 2001; Taylor & Deane, 2002*).

Apkopojot sporta trauksmes pētījumu metaanalīzē iegūtos secinājumus, G. Džounss (*Jones, 1995*) norāda, ka vislietotākā pieeja trauksmes izpratnei konkurējošās situācijās sportā ir Spīlberģera un kolēģu trauksmes stāvokļa – iezīmes pieeja. Galvenais secinājums, kas balstīts uz šo teorētisko trauksmes izpratnes modeli, kas tiek dēvēts par apgrieztā U hipotēzi, ir – *gan zemi, gan augsti T – stāvokļa rādītāji traucē iegūt augstus sportiskus rezultātus sacensībās*.

C.D. Spīlberģera un kolēģu izstrādātā trauksmes stāvokļa un trauksmainības kā iezīmes noteikšanas anketa *STAI (State-Trait anxiety Inventory (FormY) "Self Evaluation Questionnaire"*, *Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg & Jacobs, 1983*) plaši tiek izmantota, lai noteiktu atsevišķu indivīdu trauksmes un trauksmainības rādītājus, lai veiktu salīdzinošus pētījumus gan vienas kultūras ietvaros, gan starp dažādām kultūrām. *STAI* tulkota apmēram 50 valodās, veicot attiecīgās versijas psihometrisko rādītāju salīdzināšanu ar oriģinālās izlases rādītājiem. Promocijas darba tapšanā tika izmantoti pētījumi, kuros tiek veikta *STAI* adaptācijas kādas kultūras ietvaros, kā, piemēram: *Suzuki, Tsukamoto & Abe, 2000; Virella, Arbona & Noy,*

1994; Nakazato & Shimonaka, 1989; Van der Ploeg, 1985; Laux, Glanzmann, Schaffer, Spielberg, 1981 u.c..

Ar STAI tiek veikti starpkultūru trauksmes atšķirību pētījumi, izmantojot attiecīgajās kultūrās adaptētos STAI versijas, piemēram, Suzuki, Tsukamoto & Abe, 2000; Spinks & Moerdyk, 1980. STAI bieži tiek izmantota, lai pārbaudītu kādu citu personības izpētes metodiku validitāti, piemēram, Gullone, King & Ollendick, 2000; Gorenstein & Papp, 1995; Hoehn – Saric & McLeod, 1993; Laberge, Gauthier, Cote, Plamondon & Cormier, 1992 u.c.

Bieži STAI tiek lietots, lai noteiktu trauksmes un kādu citu personības iezīmju sakarības kādai noteiktai cilvēku grupai. Tiek pētīta vispārīgās trauksmes un specifisku trauksmes veidu sakarības, piemēram, M. Venmans un kolēģi veikuši pētījumu par testu trauksmes un metakognitīvo prasmju sakarību studentiem (Veenman, Kerseboom & Imthorn, 2000). I. Veitheds un kolēģi pētījuši sociālo trauksmi, nosakot tās saistību ar trauksmes stāvokli un trauksmi kā personības iezīmi (Whitehead & Smith, 1995). Veikti pētījumi, kuros veikta arī matemātikas un kompjūteru izraisītās trauksmes un trauksmes stāvokļa-iezīmes sakarību analīze, piemēram: Hsiu – Zu Ho, 2000; Ashcraft & Kirk, 2001; Harris & Grandgenett, 1996.

Izstrādājot darba frustrācijas modeli, S. Foksa un P. Spektors izmantojuši STAI, lai noteiktu strādājošo cilvēku trauksmes un citu personības iezīmju saistību ar darba frustrāciju (Fox & Spector, 1999). Izmantojot STAI, Kalkutā pētīts strādājošu māšu trauksmes līmenim un iekšējo konfliktu saistībai (Mukhopadhyay, 1996). STAI tiek izmatots, lai veiktu pētījumus, nosakot pensionāru trauksmes īpatnības, tās saistību ar citām personības iezīmēm, piemēram, MacEwen & Barling, 1995; Wang & Nguyen Ha, 1995.

STAI tiek lietots klīniskajā psiholoģijā, veicot pētījumus par dažādiem trauksmes traucējumiem un to izpausmēm, piemēram: Noues & Hoehn – Saric, 1998. STAI bieži tiek lietots, nosakot depresijas un trauksmes sakarības dažādu grupu cilvēkiem, piemēram, Lane, Carroll, Ring, Beevers & Lip, 2002; Aktekin, Karaman, Senol, Erdem, Erengin & Akaydin, 2001; Devrimci – Ozguven, Kundakci, Kumbasar & Boyvat, 2000; Gorenstein & Papp 1995; Laberge, Gauthier, Cote, Plamondon & Cormier, 1992. STAI tiek izmantots arī, lai noteiktu dažādu personības attīstības grupu darba efektivitāti. Piemēram, M. Peterni un kolēģi 2002. gadā veikuši pētījumu

par trauksmes un depresijas vadīšanas treniņu rezultātu efektivitāti medicīnas studentiem (*Peterlini, Tibirio, Saadeh, Pereira & Martins, 2002; Napieralski & Brooks, 1995*).

Promocijas darba ietvaros tiek veikta *STAI-Y* latviešu un krievu versijas adaptācija, adaptētās *STAI-Y* versijas tiek lietotas pētījuma veikšanai.

**Kopumā varam secināt**, ka trauksmes jēdziena izpratnē psiholoģijā vēl joprojām pastāv nozīmīgas atšķirības. Pētot trauksmi, tiek meklētas atbildes uz atšķirīgiem jautājumiem. Piemēram, psihoanalītiskajā teorijā trauksme tiek definēta kā cēlonis - kā apsteidzoša reakcija, kas sākas bezapziņas konflikta rezultātā, bet iemācīšanās teorijas ietvaros trauksme tiek izprasta kā sekas – kā pēctecīgs, apgūts emocionāls stāvoklis (vai emocija), kas apgūta noteiktu notikumu rezultātā.

Promocijas darbs balstīts uz Č.D. Spīlberģera un kolēģu trauksmes izpratni, apskatot situatīvo trauksmi (*state anxiety*) un trauksmi kā personības iezīmi (*trait anxiety*). Č.D. Spīlberģera un kolēģu izstrādātā trauksmes stāvokļa-iezīmes noteikšanas anketa *STAI* plaši tiek izmantota, lai noteiktu atsevišķu indivīdu trauksmes un trauksmainības rādītājus, lai veiktu salīdzinošus pētījumus gan vienas kultūras ietvaros, gan starp dažādām kultūrām.

### ***Trauksmei tuvu jēdzienu izpratne***

Lai noteiktu indivīda vai indivīdu grupas trauksmi, jānodala dažādas psiholoģiskas parādības, kas pēc savas būtības vai izpausmēm ir tuvas trauksmei.

### **Trauksme un bailes**

Analizējot pētījumus par trauksmi un bailēm, E. Gullone, N. Kings, T.H. Ollendicks (*Gullone, King & Ollendick*) konstatē, ka jēdzieni trauksme un bailes bieži tiek lietoti kā sinonīmi, pat definīcijā tos neatdalot. Piemēram, trauksme tiek definēta kā grūti izskaidrojama, bieži sastopama izjūta, kas ir līdzīga bailēm (*Reed, Carter & Miller, 1992, pēc Gullone, King & Ollendick, 2001*). Kā piemēru var minēt arī R. Kovaļska (*Kowalski, 2000*) skaidrojumu, ka trauksme saistīta ar bailēm un to izpausmju galējo variantu - fobijām. Fobija tiek definēta kā *pārmērīga trauksme vai bailes*, kas rodas kā reakcija uz specifisku signālu, kad indivīda reakcija uz ierosinošo signālu izteikti pārsniedz objektīvos draudus. Arī sociālo fobiju mēdz dēvēt par sociālo trauksmi, praktiski lietojot šos jēdzienus kā sinonīmus (*piem., Whitehead & Smith, 1995*).

S. Epšteins (*Epstein, 1972*) uzskata, ka, ja emocionālie stāvokļi, kas atbilst bailēm un trauksmei, ir identiski, tad labāk būtu izmantot vienu vārdu, nepieciešamības gadījumā atzīmējot, vai objektīvā realitāte ir vai nav zināma, taču daudzi autori (piem., Z. Freids, K. Hornija, E. Gullone, N. Kings, T.H. Ollendicks u.c.) norāda, ka jēdzienus trauksme un bailes nepieciešams nodalīt.

Z. Freids darbā "*Hemmung, Simptom and Angst*" norāda, ka trauksme (*Angst*) ir reakcija uz bīstamību un tā ir saistīta ar gaidām. Ja ir skaidrs draudu objekts, tad jālieto vārds bailes (*Fürcht*) (*Freud, 1926, 140*).

K. Hornija uzsver, ka svarīgi ir nodalīt terminus "trauksme" un "bailes" jo, abi šie termini apraksta emocionālās reakcijas uz bīstamību, kas var parādīties kā drebuļi, satraukta elpošana, paātrināta sirds darbība u.c. "Trauksme ir nesamērīga reakcija uz reāliem vai iedomātiem draudiem. Gan bailes, gan trauksme ir emocionālas reakcijas uz draudošu situāciju, taču baiļu gadījumā draudi ir acīmredzami, bet trauksmes gadījumā tie ir slēpti vai subjektīvi, tas ir - saistās ar to jēgu, kuru tie piedēvē konkrētajai situācijai. Pašu trauksmes cēloni cilvēks būtībā var arī nezināt." (*Xopnu, 1997, 301*).

Arī Dž. Boulbijs (*Bowlby, 1975*) uzskata, ka bailes un trauksme ir divi dažādi termini, kas attiecas uz diviem cieši saistītiem stāvokļiem, kuriem ir kopīgi cēloņi un izpausmes.

Emociju teoriju ietvaros tiek akcentēts, ka trauksme no bailēm atšķiras ar to, ka trauksme parasti (dažās pieejās tiek lietots apgalvojums – vienmēr) ir bez konkrēta cēloņa, bet bailes rodas saistībā ar kādu konkrētu objektu, cilvēku vai notikumu, no kā indivīds baidās (*Reber, 1995*).

Neirofizioloģiskā līmenī bailes tiek izsauktas ar diezgan ātru neironu aktivitātes pieaugumu. Pēc S. Tomkinsa (*Tomkins, 1962, pēc Izard, 1972, 314*) eksistē trīs emocijas, kas saistītas ar intensitātes paaugstināšanos: pārsteigums – izbailes; bailes – šausmas; interese – uzbudinājums. Neapšaubāmi, ka izbaiļu, baiļu un intereses – uzbudinājuma emocijās ir elementi, kas daļēji pārklājas. Kā jau minēts, pēc K. Izarda (*Izard, 1972*), diferenciālo emociju teorijā tiek uzskatīts, ka **trauksme**, sastāv no dominējošās baiļu emocijas un baiļu mijiedarbības ar vienu vai vairākām citām fundamentālām emocijām, sevišķi ar ciešanām, dūsmām, vainu, kaunu un interesi.

Č.D. Spīlbergers norāda, ka emocionālo reakciju intensitāte *baiļu* gadījumā ir proporcionāla bīstamības lielumam, kas to izsauc. Taču *trauksmes* izraisītā emocionālo reakciju intensitāte ir neproporcionāla objektīvai bīstamībai. Baiļu un trauksmes jēdzieni atbilst atšķirīgām emocionālām reakcijām vai stāvokļiem, kurus izraisa atšķirīgi procesi (*Spielberger, 1972c*).

Neirofizioloģisko pētījumu rezultāti (*Marks, 1977*) ļauj secināt, ka cilvēkam fiziski un fizioloģiski nobriestot, notiek arī attīstība no mazāk diferencētiem reakciju veidiem uz diferencētākiem reakciju veidiem. Iespējams trīs veidu reakcijas uz bīstamību (*Marks, 1977*): 1) izbaiļu reakcija, pirmsemocionāls iedzimts reflekss; 2) trauksme kā nediferencēta emocionāla reakcija; 3) bailes, diferencēta emocionāla reakcija, kas iegūta individuālās un sociālās iemācīšanās rezultātā.

Indivīds izjūt dažādas bailes, balstoties uz jau izveidojušos drošības tēlu, bet trauksmes gadījumā eksistē draudī pašam drošības tēlam (*Moū, 2001*). *Trauksme ir pamatreakcija, bet bailes – ir tās pašas reakcijas izpausme konkrētā, objektivizētā formā.* Šāda saistība starp trauksmi un bailēm pastāv gan neirotikai, gan normālai šo emociju formai. Neirotisko baiļu pamatā ir konkrēta, diferencēta, objektivizēta trauksmes izpausme. Tādēļ, kā uzsver R. Mejs, nav pieļaujama automātiska trauksmes izpētes aizstāšana ar baiļu izpēti un otrādi. E. Gullone un kolēģi (*Gullone, King & Ollendick, 2001*) uzsver, ka nepieciešama detalizēta baiļu un trauksmes kognitīvās komponentes izpēte, lai varētu lietot jēdzienus trauksme un bailes kā atdalītus, nevis pārklātus konstruktus.

### **Trauksme, stress un draudi**

Termins “stress” bieži tiek izmantots, lai aprakstītu fizioloģiskas vai psiholoģiskas reakcijas, ko izsauc dažādi stresori. Tas bieži veicina jēdzienu stress, trauksme un depresija saplūšanu (*Серя, Ньюелл & Браун, 2003, 123*). Lai gan šie jēdzieni pārklājas, trauksme un depresija ir daudz šaurāki, precīzāk definēti jēdzieni.

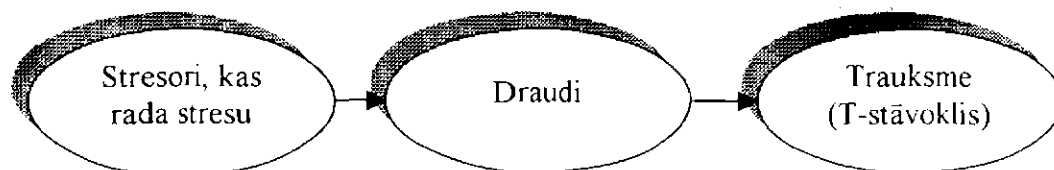
Termins *stress* tiek lietots, runājot par fiziskiem, psiholoģiskiem un sociāliem spēkiem. *Šajā nozīmē stress tiek izprasts kā noteikta rezultāta cēlonis.* Bieži stress tiek definēts kā psiholoģiskā sasprindzinājuma stāvoklis, ko izsauc ārējs spēks vai spiediens, par ko runāts vispārējā nozīmē. Šajā gadījumā *stress ir efekts, citās darbības rezultāts.* Gadījumos, kad stress tiek izprasts pēc otrās nozīmes, par stresa cēloni tiek uzskatīts stressors (*Reber, 1995*). Neatkarīgi no tā, vai stress tiek definēts kā

stimuls vai reakcija, stresa pētījumos, ieskaitot profesionālā stresa pētījumos, dominē pieeja “stimuls – reakcija” (S-R) (*Брайт & Джонс, 2003, 17*).

Fiziologs H. Selje (*Selye*), definē stresu kā nespecifisku organisma reakciju uz jebkuru kairinājumu (*Селье, 1992*). Tipisko reakciju kopumu uz stresoriem H. Selje nosaucis par vispārējo adaptācijas sindromu (*General adaptiaton syndrom*), ko apraksta kā procesu, kas iekļauj sevī kā tūlītēju reakciju uz briesmām, tā arī ilglaicīgas izmaiņas, ko izsauc ilgstošas stresora iedarbības. Tiek izdalītas 3 fāzes: 1) trauksmes reakcija; 2) rezistences fāze; 3) izsīkuma fāze (*Селье, 1992*).

Pēc H. Seljes, stressors ir jebkas, kas izsauc stresa reakciju. Šādu pieeju kritizē vairāki autori (piem., *Lazarus & Folkman, 1984, Hinkle, 1973; Mason, 1975, pēc Брайт & Джонс, 2003, 16*), jo pētījumi parādījuši, ka psiholoģiskās reakcijas uz stresu ir daudz sarežģītākas kā H. Seljes aprakstītās.

R. Lazaruss (*Lazaruss*), kurš izveidojis koncepciju par stresu kā transakcionālu procesu, tā ietvaros akcentē saistību starp objektīvo stresoru un radušos sasprindzinājumu. Šīs koncepcijas kontekstā izšķir: 1) stresu, kas saistīts ar draudīgām situācijām (stressors); 2) stresu kā draudīgās situācijas indivīda subjektīvo interpretāciju (draudi); 3) stresu kā emocionālu stāvokli, kuru izraisa draudīgās situācijas (*Lazarus & Avervill, 1972, 89*).



1.2. attēls. *Stresors kā situatīvās trauksmes izraisītājs (Lazarus's & Averill, 1972)*.

R. Lazarus un J. Avervills (*Avervill*) trauksmi definē kā “emociju, kas balstīta uz draudu novērtējumu. Šis novērtējums izsauc simboliskus elementus, anticipācijas un nenoteiktības elementus. Trauksme rodas tad, kad kognitīvie procesi indivīdam traucē veidot pilnvērtīgas attiecības ar apkārtējo pasauli” (*Lazarus & Avervill, 1972, 89*).

Č.D.Spilbergers norāda, ka pastāv fundamentāls atšķirības starp trauksmes stāvokli kā emocionālu stāvokli un stimuliem, kas to izraisa – stresoriem (*skat. 1.1. attēlu*). **Trauksme tiek izprasta kā pēctecīgas kognitīvas, afektīvas un biheivioriālas reakcijas, kas aktualizējas, dažādiem stresoriem iedarbojoties uz cilvēku**



(*Spielberger, 1972b*). Tātad, šajā gadījumā, stresori (kas rada stresu) tiek izprasti kā noteikta rezultāta - trauksmes – cēlonis.

Tā kā trauksmes stāvokļa līmeņa paaugstināšanos indivīds pārdzīvo kā nepatīkamu vai pat sāpīgu, tad kognitīvās un biheivioriālās komponentes, kas iekļautas šajā procesā, pilda diskomforta mazinātāju funkcijas. Aprakstot trauksmes stāvokļa-iezīmes modeli, svarīgi ne tikai nodalīt jēdzienus *trauksmes stāvoklis* un *stress*, bet arī akcentēt uzmanību uz jēdziena *draudi* kā psiholoģiskās realitātes izpratni.

Č.D. Spīlbergers piedāvā izmantot jēdzienus *stress* un *draudi* pēctecīgu notikumu atšķirīgu aspektu apzīmēšanai, kas parādās trauksmes stāvokļa laikā, jēdzienu *stress* attiecinot uz stimuliem, kas izraisa stresa reakciju.

Terminu *draudi* Č.D. Spīlbergers iesaka izmantot, lai aprakstītu subjektīvo (fenomenoloģisko) indivīda situācijas novērtējumu, kas ietver sevī fizisko vai psiholoģisko bīstamību konkrētā indivīda uztverē. Neapšaubāmi, situācijas novērtējums kā draudošas vai bīstamas atkarīgs no individuālām atšķirībām un īpatnībām, personības īpašībām, kā arī indivīda personīgās pieredzes, kas iegūta iepriekš pārdzīvojot līdzīgas situācijas.

Č.D. Spīlbergers un viņa kolēģi (*Spielberger, 1972a*) uzskata, ka termins *trauksmes stāvoklis* jāizmanto, lai attēlotu emocionālo stāvokli vai noteiktu reakciju kopumu, kas indivīdam rodas, uztverot situāciju kā personībai draudošu, neatkarīgi no tā, vai dotajā situācijā pastāv vai nepastāv objektīvi draudi. Var būt gadījumi, kad katrs no stresoriem pats par sevi ir tik vājš, ka nevar novest pie negatīvām sekām (trauksmes), tomēr, vienlaicīgi pastāvot un iedarbojoties, var radīt ievērojamas emocionālā stāvokļa izmaiņas.

Ja indivīds novērtē situāciju kā draudošu, tad, visticamāk, viņš pārdzīvos trauksmes stāvokļa intensitātes pieaugumu. Tas izpaužas kā negatīvas nokrāsas emocionāls stāvoklis, ietverot sevī saspringuma izjūtu, piesardzību, uztraukumu un izsaucot autonomās nervu sistēmas darbības aktivitātes paaugstināšanos. Stāvokļa intensitāti un ilgumu nosaka uztverto draudu lielums, kā arī indivīda pārliecība par to, ka situācija tiešām ir draudoša (*Spielberger, 1972b*).

### **Trauksme, panika un depresija**

Trauksme var būt gan depresijas cēlonis, gan sekas (*Fiebel & Puhl, 1996*). Neadekvātas bailes un trauksme, kā arī nespēja tās pārvarēt, var izraisīt depresiju, kas

rezultātā ieņem centrālo vietu un trauksmi un panikas lēkmes padara par fona traucējumiem (*Brasch, 1990*). Šis process iespējams arī no pretējās puses: depresija kā sākotnējais traucējums, pret kuru neveiksmīgi cīnoties, tiek izsaukta trauksme.

Depresijas, trauksmes un panikas ciešā saistība visbiežāk kalpo kā indivīda kopēja pamattraucējuma izpausmes. R. Bategejs (*Battegay, 1991*) depresiju, trauksmi un paniku attēlo kā savstarpēji pārklājošos stāvokļus, bet V. Frībels un V. Pūls (*Friebel & Puhl, 1996*) uzskata, ka ilgstoša trauksme vai panikas lēkmes ir cēlonis depresijai.

Trauksmes un depresijas izpēte ir aktuāla, tiek veikti daudzi pētījumi, kuru mērķis ir noskaidrot trauksmes un depresijas saistību (piemēram, *Lane, Carroll, Ring, Beevers & Lip, 2002; Peterlini, Tibirio, Saadeh, Pereira & Martins, 2002; Aktekin, Karaman, Senol, Erdem, Erengin & Akaydin, 2001; Devrimci – Ozguven, Kundakci, Kumbasar & Boyvat, 2000 u.c.*).

Attiecībā uz trauksmi un depresiju aizvien biežāk tiek izšķirti ne vien šie divi traucējumu veidi, bet arī tādi, kurā trauksme un depresija pastāv līdzās jeb koeksistē (*Bellodi, 1987; Laberge, Gauthier, Cote, Plamondon & Cormier 1992*). Koeksistējoša trauksme un depresija psiholoģijā ir salīdzinoši maz pētīts un neizskaidrots fenomens, jo īpaši runājot par traucējuma etioloģiju, kā arī trauksmes un depresijas cēloņsakarībām.

### **Trauksmes radīti traucējumi**

Trauksme ir normāla ikdienas dzīves sastāvdaļa, dzīve nav iedomājama bez dažādām trauksmes un nedrošības formām. Trauksme tiek uzskatīta par *normālu (adekvātu)* gadījumos, ja tā ir plaši izplatīta un skar gandrīz katru, *par klīniski nozīmīgu* tā tiek uzskatīta, ja tās forma būtiski pārsniedz konkrētajā kultūrā pieņemtās reakcijas un nopietni ierobežo cilvēka ierasto dzīvesveidu (*Marks, 1977*).

D. Beidels un S. Turners (*Beidel & Turner, 1984*) atzīmē, ka atšķirība starp “normālo” trauksmi un klīniskiem trauksmes traucējumiem ir atkarīga no simptomu stipruma un to ietekmes līmeņa.

Bieži, neatdalot atsevišķi trauksmi, bailes un fobijas, dažādos zinātniskās literatūras avotos tiek izdalīti vairāki ar trauksmes izpausmēm saistīti jēdzieni: posttraumatiskais stress (*PTS*), panika, uzmācību sindroms, ģeneralizētā jeb vispārīgā

trauksme un agarofobija (*Basset, 1997*); trauksme, kas saistīta ar vispārējo veselības stāvokli, ar dažādu vielu lietošanu, kā arī dažādu veidu fobijas (*DSM-IV, 1996*).

J. Kulbergs norāda, ka antiagresīvais raksturs lielos vilcienos ir identisks ar *ICD-10* "personības un uzvedības traucējumu" grupā lietoto apzīmējumu "trauksmainā (izvairīgā) personība" (*Kulbergs, 2000*).

Trauksmainība kā noturīga indivīda iezīme izpaužas ar atšķirīgu intensitāti. Paaugstinātas vai pazeminātas trauksmainības gadījumā bieži tiek runāts par neirotisku personību.

Dāņu psihiatrs E. Jakobsens (*Jacobsen*) apraksta rakstura iezīmes, kas raksturīgas trauksmes neirozes pacientam, dēvējot šo simptomu kompleksu par eridofobo (agresiju izvairīgo). E. Jakobsens norāda, ka apmēram 80 % cilvēku attīstīta trauksmes neiroze, kam raksturīgi (*Kulbergs, 2000*): 1) stipra iekšēju dusmu izlādēšana, kas sakrājušās, ilgu laiku neizpaužot uz āru, ciešot aizvainojumu vai neveiksmes; 2) pārmērīgs jūtīgums pret kritiku un stipra tendence aizvainoties. Cilvēks nespēj atbilstoši izrādīt aktualizētās jūtas, tās turpina traucēt iekšējo līdzsvaru; 3) fizisks nelabums un trauksme, kas rodas lasot, klausoties vai skatoties agresīvas, ar nāvi, katastrofām u.c. saistītas scēnas.

Visiem trauksmes radītiem traucējumiem ir raksturīgi somatiskās (fiziskās), kognitīvās un uzvedības komponentes (*Marks, 1987*).

**Kopumā varam secināt**, ka trauksme var būt gan depresijas cēlonis, gan sekas. Depresijas, trauksmes un panikas ciešā saistība visbiežāk kalpo kā indivīda kopēja pamattraucējuma izpausmes.

Trauksmes stāvokļa-iezīmes modeļa ietvaros tiek uzskatīts, ka pastāv nozīmīgas atšķirības starp trauksmes stāvokli kā emocionālu stāvokli un stimuliem, kas to izraisa – stresoriem. *Trauksme tiek izprasta kā pēctecīgas kognitīvas, afektīvas un biheivioriālas reakcijas, kas aktualizējas, dažādiem stresoriem iedarbojoties uz cilvēku.*

Č.D. Spīlbergers un kolēģi terminu *trauksmes stāvoklis* izmanto, lai attēlotu emocionālo stāvokli vai noteiktu reakciju kopumu, kas indivīdam rodas, uztverot situāciju kā personībai draudošu, neatkarīgi no tā, vai dotajā situācijā pastāv vai nepastāv objektīvi draudi.

Trauksme tiek uzskatīta par *normālu (adekvātu)* gadījumos, ja tā ir plaši izplatīta un skar gandrīz katru kultūrā dzīvojošu indivīdu, *par klīniski nozīmīgu* tā tiek uzskatīta, ja tās forma būtiski pārsniedz konkrētajā kultūrā pieņemtās reakcijas un nopietni ierobežo cilvēka ierasto dzīvesveidu. Atšķirība starp “normālo” trauksmi un klīniskiem trauksmes traucējumiem ir atkarīga no simptomu stipruma un to ietekmes līmeņa.

## Trauksme atšķirīgās vecuma, dzimuma un etniskās grupās

### *Trauksme atšķirīgās vecuma grupās*

Trauksmes izpausmes indivīda dzīves laikā var mainīties - pastiprināties un mazināties. E. Gullone un kolēģi (*Gullone, King & Ollendick, 2001*) veicot longitudiālu pētījumu, lai pētītu trauksmes<sup>11</sup> pašnovērtējuma stabilitāti bērniem un pusaudžiem 3 gadu periodā, konstatēja, ka trīs gadu laikā bērnu un pusaudžu trauksmes rādītāji samazinājās. Tiem bērniem un pusaudžiem, kam sākotnēji bija augstāki trauksmes rādītāji, trīs gadu laikā novērots nozīmīgāks to kritums.

Pētījumi (*Henker, 1995; Silverman, 1995; Muris, 1998, pēc Weems, Silverman & La Greca, 2000*) parādījuši, ka bērnu, pusaudžu un jauniešu trauksmes cēloņi pamatā ir attiecības ar draugiem, sekmes skolā, raizes par veselību, domas par nākotni. E. Gullone un kolēģi uzsver, ka pieaugušo trauksmes izpratnes modelis nevar tikt attiecināts uz jaunatni. Arī K. Leonhards (*Leonhard*) norāda, ka trauksmainība bērniem var būt novērojama kā rakstura akcentuācija, bet pieaugušo vidū šāda tendence vērojama galvenokārt sievietēm. Trauksmi un bailīgumu var radīt gan afektīva eksaltācija, gan arī personības pamatiezīmes. Trauksmainības cēlonis var būt bērībā pārdzīvotas stipras bailes. Bērni baidās no tumsas, baidās palikt vieni, baidās no dzīvniekiem, sevišķi suņiem, arī no negaisa, no citiem bērniem un skolotājiem. Viņi bieži kļūst par *upuriem*, kurus apsmej un pazemo citi bērni. Šādiem bērniem raksturīgs izteikts aizsardzības spēju trūkums, viņi nespēj pat minimāli cīnīties un pretoties, viņu bezspēcība, kas ir tiešs bailu rezultāts, regulāri provocē citus uz agresīvu rīcību, radot bailīgā bērņā vēl lielāku nedrošību (*Leonhard, 1981*).

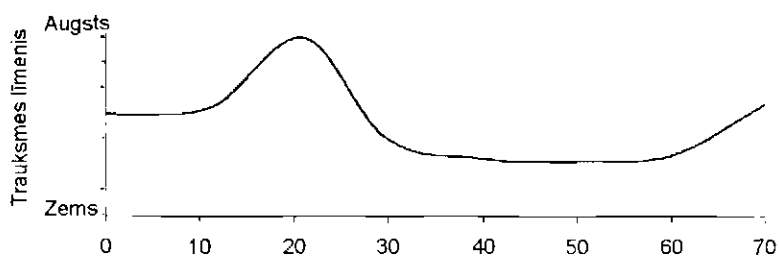
Leonhards arī norāda, ka bailīgums, ko pavada pedantiska tipa rakstura akcentuācija, pieaugušiem kļūst vēl vairāk redzams, bet trauksmainības kā rakstura iezīmes izpausmes, indivīdam kļūstot pieaugušākam, samazinās. Pieaugušie nav tik ļoti pārņemti ar bailēm kā bērni. Ārēji viņu trauksme ir mazāk izteikta, bet kā personības iezīme izpaužas nespējā aizstāvēt savu taisnību strīdā. Līdzās šai - ārēju faktoru ietekmētai nedrošībai, Leonhards norāda uz iekšējās nedrošības eksistenci, kas izpaužas kā neticība sev. Pirmajā gadījumā cilvēks nepārtraukti uztraucas par ārējiem draudiem, otrajā - nedrošības avots ir paša cilvēka uzvedība, jo tā visu laiku ir viņa uzmanības centrā. Sevis, savas rīcības nepārtraukta analīze traucē adekvāti novērtēt

<sup>11</sup> Šajā pētījumā netiek izdalīta situatīvā trauksme un trauksme kā personības iezīme.

apkārt notiekošo, izanalizēt objektīvo informāciju un izdarīt atbilstošus secinājumus. E. Gullone un kolēģi uzsver, ka trauksmes līmenis bērniem un pusaudžiem ir daudz nepastāvīgāks un mainīgāks kā pieaugušajiem (*Gullone, King & Ollendick, 2001*). Populāri ir bērnu skolas izraisītās trauksmes mērījumi (*Пасынкова, 1996; Прихожан, 2000u.c.*).

Pētot trauksmes saistību ar vecumu, iegūti visai pretrunīgi rezultāti. R. Kettels (*Cattell, 1965*) norāda, ka dzīves vidusposmā, kad ir atrisinātas problēmas, kas saistītas ar darbu, laulībām un sociālo statusu, notiek trauksmes līmeņa pazemināšanās. R. Kettels un kolēģi norāda, ka trauksmes līmenis paaugstinās vēlā pusaudžu (jauniešu) vecumā (*skat. 2.1. attēlu*), ap 30 gadu vecumu vērojams trauksmes līmeņa kritums. R. Kettels norāda, ka pēc 60 gadu vecuma vērojama tendence trauksmes līmenim paaugstināties, respektīvi, trauksmes līmeņa izmaiņas pieauguša cilvēka dzīves laikā var attēlot U veida līknes veidā (*Cattell, 1965*). Kā jau minēts, jaunākos iezīmju teorijas autoru pētījumos konstatēts (*piem., McCrae & Costa, 1994*), ka Lielā piecinieka faktoru rādītāju izmaiņas notiek apmēram līdz 30 gadu vecumam, kad vērojama faktoru rādītāju stabilizācija.

Trauksmes līmeņa izmaiņas dažādos vecumposmos pētījuši daudzi autori (*piem., Feinson, 1985; Costa, McCrae, Zonderman, Barbano, Lebowitz & Larson, 1986; Nakazato & Shimonaka, 1989 u.c.*), ne vienmēr pētījumu rezultāti saskan ar Kettela izstrādāto trauksmes līmeņa izmaiņu līkni.



2.1. attēls. Trauksmes līmeņa izmaiņas dažādos vecuma periodos (*Cattell, pēc Kpemmu, 1989*).

M. Feinsons (*Feinson, 1985*), apkopojot trauksmes izmaiņu pētījumu rezultātus, secinājis, ka nav iespējams viennozīmīgi atbildēt uz jautājumu par to, kā attīstās un

mainās trauksme indivīda dzīves laikā. P. Kosta un kolēģi (*Costa, McCrae, Zonderman, Barbano, Lebowitz & Larson, 1986*), pētot trauksmes stabilitāti, secināja, ka pieaugot respondentu vecumam, trauksmes rādītāji vienmērīgi samazinās. Arī Japānā veiktais pētījums (*Nakazato & Shimonaka, 1989*), kurā pētījumā izlase tika veidota, izmantojot gadījuma atlases principus un respondentu vecuma diapazons bija no 25 līdz 92 gadiem, uzrādīja līdzīgu trauksmes samazināšanās tendenci.

S. Alaševs un S. Bikovs (*Алашеев, Быков, 2002*) konstatējuši, ka pedagogiem augstākie trauksmes rādītāji vērojami 18-20 darba gadā. Veiktajā pētījumā autori konstatējuši, ka darba gaitu sākumā pedagogu trauksmes līmenis nav augsts, bet, strādājot skolā, skolotāju sociālā trauksme pieaug (gan sociālu, gan emocionālu apstākļu dēļ), uzkrājas nogurums, kas izpaužas komunikācijā ar kolēģiem un skolēniem. Pēc divdesmitā darba gada skolā konstatēts neliels trauksmes rādītāju kritums, kas varētu būt saistīts ar apātiju pret sociālajiem faktoriem (nogurumu) vai arī ar apkārt notiekošā uztveres maiņu – pedagogs spēj atrast izeju no sarežģītām situācijām, tikt galā ar problēmām (*Алашеев & Быков, 2002*).

Konstatēts, ka dažu specifisku trauksmes veidu, piemēram, statistikas izraisītās trauksmes<sup>12</sup> rādītāji ir nozīmīgi pieaug, pieaugot studentu vecumam (*Bell, 2003*). Pretrunīgi ir pētījumu rezultāti par datoru izraisītās trauksmes<sup>13</sup> un vecuma saistību - datoru izraisītās trauksmes rādītāji saistīti ar respondentu vecumu (*Rosen, Sears, & Weil, 1987; Jones & Wall, 1989-1990; Dyck & Smither, 1994; pēc Harris & Grandgenett, 1996*); nepastāv sakarības starp datoru izraisīto trauksmi, vecumu un dzimumu (*Rosen & Maguire, 1990, pēc Harris & Grandgenett, 1996*).

P. Kosta un kolēģi, kā arī K. Nakazato un J. Šimonaka norāda, ka trauksmes izmaiņu veidu, protams, ietekmē izlases īpatnības, taču uzsver, ka iegūtais rezultāts lielā mērā saskan ar Ē. Eriksona ideju par to, ka vecākos dzīves gados, kad notiek Ego integritātes process, cilvēki kļūst salīdzinoši brīvāki no neirotikas trauksmes (*Costa,*

---

<sup>12</sup> Statistikas izraisītā trauksme – trauksme, kas rodas, apgūstot statistikas kursu vai veicot statistiskus aprēķinus (*Cruise, 1985, pēc Bell, 2003*).

<sup>13</sup> Autori uzsver (*Jones & Wall, 1989-1990; pēc Harris & Grandgenett, 1996*), ka, lai gan nav vienošanās par šī trauksmes koncepta definīciju, pastāv vienošanās, ka šāds koncepts – datoru izraisītā trauksme – eksistē.

*McCrae, Zonderman, Barbano, Lebowitz & Larson, 1986; Nakazato & Shimonaka, 1989).*

Kā trauksmi rosinoši cēloņi vecākiem cilvēkiem tiek minēti aiziešana pensijā, laulātā drauga zaudējums, kā arī eksistenciālo problēmu saasināšanās – nāves un vientulības trauksme (*MacEwen & Barling, 1995; Wang & Nguyen, 1995*). Nāves trauksme lielā mērā saistīta ar dzīves mērķa zudumu, kas pēc Ē. Eriksona skaidrojams ar to, ka Ego integritātes problēmas lielā vecumā rada izmisumu un bezcerību. K. Nakazato un J. Šimonaka (*Nakazato & Shimonaka, 1989*) uzskata, ka veci cilvēki nāves tuvumu ir akceptējuši, tāpēc sirmā vecumā nav vērojama trauksmes paaugstināšanās. Savukārt, E. Gorenšteins un L. Papps (*Gorenstein, Papp, 1995*) norāda, ka veciem cilvēkiem raksturīgi tādi trauksmes traucējumi, kas agrākajā šo cilvēku dzīvē nav novēroti. Ja vecie cilvēki tiek apmācīti, kā rīkoties uztraukumu un citu ar trauksmi saistītu situāciju gadījumos, tad pēc 60 gadiem nav vērojams trauksmes līmeņa paaugstinājums.

### ***Trauksmes dzimumatšķirības***

Iegūti pretrunīgi rezultāti trauksmes un trauksmainības dzimumatšķirībām, piemēram, Č.D. Spilbergers un kolēģi (*Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg & Jacobs, 1982*) amerikāņu studentu un strādājošo izlasē trauksmes un trauksmainības dzimumatšķirības nav konstatējuši. D. Poltavskis un F. Ferraro (*Poltavski & Ferraro, 2002*) Krievijas koledžas studentiem dzimumatšķirības konstatējuši tikai trauksmes (T-stāvokļa) rādītājos, bet Amerikas koledžas studentiem novērotas gan trauksmes, gan trauksmainības rādītāju dzimumatšķirības.

Tomēr pārsvarā pētījumu rezultāti (*Laux, Glanzmann, Schaffer & Spielberger, 1981; Van der Ploeg, 1985; Virella, Arbona & Novy, 1994; Nakazato & Shimonaka, 1989; u.c.*) norāda uz to, ka sievietēm trauksmes rādītāji ir augstāki nekā vīriešiem. Piemēram, vācu strādājošo sieviešu trauksmes (T-stāvokļa) un trauksmainības (T-iezīmes) rādītāji ir statistiski nozīmīgi augstāki nekā strādājošo vīriešu rezultāti (*Laux, Glanzmann, Schaffer & Spielberger, 1981*). Statistiski nozīmīgas atšķirības starp vīriešu un sieviešu rezultātiem vērojamas holandiešu un spāņu studentu T-iezīmes rādītājiem, pie kam, abos gadījumos augstākus rezultātus uzrāda sievietes (*Van der Ploeg H., 1985; Virella, Arbona & Novy, 1994*). Līdzīgi rezultāti iegūti arī K.



Nakazato un J. Šimonaka veiktajā pētījumā, kur konstatēts, ka arī Japānā sievietes ir trauksmainākas nekā vīrieši (*Nakazato & Shimonaka, 1989*).

Tika konstatētas (*Rosenthal & Arteen, 2000*) trauksmes rādītāju dzimumatšķirības aziātu, afro-amerikāņu, latīņamerikāņu-spāņu un balto amerikāņu sabiedriskās koledžas studentiem. Arī Izraēlas koledžas studentiem konstatētas pārbaudījumu izraisītās trauksmes rezultātu dzimumatšķirības (*Zeidner, 1990*).

Noskaidrots, ka datoru un matemātikas izraisītā trauksme ir izteiktāka un arī savstarpēji ciešāk korelē sievietēm (*Gilroy & Desai, 1986; Jones & Wall, 1989-1990 pēc Harris & Grandgenett, 1996*).

Skaidrojot trauksmes dzimumatšķirību cēloņus, E. Makobi un C. Džaklins (*Maccoby & Jacklin*) secina, ka cēlonis šīm atšķirībām, iespējams, meklējams bērnības pieredzē, jo meitenes parasti ir bailīgākas, kautrīgākas un biežāk uztraucas (*Nakazato & Shimonaka, 1989*). Pētījumos (*La Greca & Lopez, 1998*) konstatēts, ka pusaudžu vecumā meitenes biežāk kā zēni uztraucas par attiecībām ar vienaudžiem, bez tam meitenēm pieļāvums, ka vienaudži viņas novērtēs negatīvi, izsauc lielāku trauksmi kā zēniem. Bez tam konstatēts, ka bērniem ar trauksmes traucējumiem dzimumatšķirības trauksmes rādītājos nepastāv (*Ginsburg, La Greca & Silverman, 1998*).

K. Nakazato un J. Šimonaka, skaidrojot trauksmes dzimumatšķirības Japānā, norāda, ka tās varētu būt saistītas ar kultūrā pastāvošajām tradicionālajām dzimumlomām, ar tendenci vīrietim dominēt pār sievieti (*Nakazato & Shimonaka, 1989*). S. Nolen-Hoeksema (*Nolen-Hoeksema*) uzskata, ka vīriešu un sieviešu reakcijas uz sarežģītu apstākļu izraisītu stresu visspilgtāk izpaužas to paņēmienu izvēlē, ko viņi lieto, lai tiktu galā ar negatīvajiem pārdzīvojumiem un to izraisīto trauksmi. Sievietes, izjutot trauksmi, cenšas domāt par sava emocionālā stāvokļa cēloņiem. Vīrieši, gluži pretēji, cenšas norobežoties no traucējošām emocijām, koncentrēties uz kaut ko citu, vai, iesaistoties kādās fiziskās aktivitātēs, mēģināt sevi izvest no negatīvā emocionālā stāvokļa (*Nolen-Hoeksema, 1990*). Autore arī uztver, ka sievietes bieži vien tik ļoti fokusējas uz sava trauksmes cēloņu analīzi, ka tas veicina viņu ieslīgšanu depresijā. Līdz ar to, analizējot trauksmes rādītāju dzimumatšķirības, nav viennozīmīgi skaidrs to cēlonis – patiesi augstāks trauksmes līmenis vai arī izteiktāks to kognitīvais novērtējums.

## ***Trauksmes etniskās un starpkulturālās atšķirības***

Lai noteiktu kādas psiholoģiskas parādības atšķirības dažādās kultūrās, svarīgi vienoties par paša jēdziena *kultūra* izpratni.

D. Macumoto (*Matsumoto*) norāda, ka bieži, veicot starpkulturālus pētījumus psiholoģijā, jēdzieni *kultūra* un *valsts* tiek lietoti kā sinonīmi, kultūru visbiežāk izprotiet kā kopīgu attiecību, uzvedības un pārliecību kopumu, kas tiek nodoti no paaudzes uz paaudzi ar valodas palīdzību (*Matsumoto, 2002, 107*). Izprotot kultūru kā sociāli psiholoģisku mainīgo, pētniekiem ir iespējams empīriskā ceļā pārlicināties, vai viņu veiktajā pētījumā grupas atšķiras pēc piedāvātā *kultūras mainīgā*, kā arī virzīties tālāk un noteikt, kā šie mainīgie ietekmē atšķirības starp pētāmajām grupām. Tādā gadījumā kultūra tiek noteikta pēc rases, etniskās piederības vai tautības.

*Etniskā piederība* ir jēdziens, kas tiek lietots kā savstarpēji aizvietojams ar jēdzieniem rase un kultūra, ja runā par grupām, kuras raksturo kopēja nacionalitāte, ģeogrāfiskā dzīves vieta, kultūra vai valoda (*Betancourt & Lopez, 1993, pēc Matsumoto, 2002, 37*). Jēdziens *etniskā grupa* psiholoģijā tiek izmantots, lai aprakstītu jebkuru grupu ar kopīgām tradīcijām un identitātes izjūtu (*Reber, 1995*). Zinot tikai indivīdu piederību kādai etniskai grupai, nav iespējams izskaidrot indivīdu kognitīvo spēju, emociju, motivācijas u.c. psiholoģiskos rādītājus. Dž. Finnijs (*Phinney, 1996, pēc Matsumoto, 2002, 37*) izdalījis trīs etniskās piederības aspektus, kas ietekmē psiholoģisko rādītāju atšķirību etniskās grupās: 1) kultūras normas un vērtības; 2) etniskās piederības spēks un nozīme; 3) attieksmes, kas saistītas ar mazākuma statusu konkrētajā kultūrā.

## **Trauksmes cēloņi noteiktas etnosa un kultūras ietvaros**

Lai gan trauksme tiek uzskatīta par universālu psiholoģisku fenomenu, tomēr tās pieredze un interpretācija, dažādu trauksmes veidu izplatība dažādās kultūrās atšķiras. Sabiedrībā, kurās tiek uzsvērtā konformitāte un interpersonālais novērtējums, sociālā trauksme ir augstāka nekā sabiedrībā, kur mazāk uzmanību pievērš citu dotam novērtējumam. Atšķirīgs ir ne tikai trauksmes un trauksmainības līmeņa novērtējums dažādās kultūrās – tas, kas vienā kultūrā tiek uzskatīts par normālu, citā kultūrā, saistībā ar konkrētā vidē pastāvošiem standartiem, var tikt uzskatīts par patoloģisku trauksmi. Atšķiras arī pētnieku pieeja psiholoģisko parādību pētīšanā. J. Dragūns un J. Tanaka-Matsumi (*Draguns & Tanaka-Matsumi*) norāda, ka kultūras izpausmes

psiholoģijā tiek aplūkotas no divu pieeju viedokļa. Universiālisti, balstoties uz iepriekš izdalītām dimensijām un kategorijām, fokusējas uz kultūras atšķirībām izpausmju līmenī un daudzumā. Relatīvistu ņem vērā kultūras variāciju daudzveidību un, balstoties uz kultūras un psihopatalogiju interpretācijām, akcentē kultūras izpausmju unikalitāti katrā atsevišķā kultūrā, norāda uz nepieciešamību tās pētīt, izmantojot tās pašas kultūras jēdzienus (*Draguns & Tanaka-Matsumi, 2003, 756*).

Pēc D. Macumoto, tradicionāli kolektīviskajās sabiedrībās indivīds sliecas sevi identificēt ar vienīgo un totāli nozīmīgo grupu – ar vienu un to pašu grupu visas savas dzīves garumā. Individuālistiskajās kultūrās vērojama pretēja tendence – cilvēki uzskata par vienkāršu un vajadzīgu laiku pa laikam pievienoties jaunām sociālām grupām, veidot jaunu paziņu loku (*Macumoto, 2002*). Individuālistiskajās kultūrās sociālās saites saistītas ar mazākām sociālām privilēģijām un saistībām, bet indivīda labklājība (gan psiholoģiskā, gan materiālā) mazākā mērā atkarīga no sabiedrības labvēlīgās attieksmes.

Veikti pētījumi, lai pārbaudītu, vai un kā G. Hofstede (*Hofstede, 1980*) izvirzītās kultūras dimensijas<sup>14</sup> saistītas ar trauksmes līmeni un tās izpausmēm dažādās kultūrās (*piem., Iwata & Higuci 2000; Gudykunst, 1988 u.c.*).

N. Ivata un H. Higuci (*Iwata & Higuci 2000*) konstatēja, ka ASV studējošie japāņu studenti, raksturojot savu trauksmi, pozitīvos pašraksturojumus izvēlas retāk nekā ASV studenti, bet biežāk kā Japānā studējošie. N. Ivata un kolēģi uzskata, ka atšķirības starp ASV un Japānā studējošo studentu rādītājiem lielā mērā skaidrojamas ar ASV individuālistiskās kultūras ietekmi, kurā dzīvojošiem indivīdiem raksturīga autonomija, pašapliecināšanās, izvēles brīvība, individuālās unikalitātes izjūta.

V. Gudikunsts (*Gudykunst, 1988*) veicis pētījumu, lai pārbaudītu hipotēzi, ka japāņi un korejieši demonstrē daudz augstāku sociālo trauksmi nekā amerikāņi. Hipotēze balstīta uz G. Hofstede datiem, pēc kuriem Japāna un Koreja ieņem augstākās pozīcijas (attiecīgi – 7. un 16./17.) izvairīšanās no nenoteiktības skalā, bet amerikāņi atrodas salīdzinoši zemāk. Augsta izvairīšanās no nenoteiktības saistīta ar augstu sociālās trauksmes līmeni. Izvirzītā hipotēze tika apstiprināta: japāņiem un korejiešiem tiešām tika konstatēts augstāks sociālās trauksmes līmenis nekā

---

<sup>14</sup> Kultūras dimensijas: individuālisms – kolektīvisms, varas distance, izvairīšanās no nenoteiktības, sievišķīgums- vīrišķīgums – tika izdalītas. 54 valstīs aptaujājot 117000 respondentu (*Hofstede, 1980*)

amerikāņiem, bet tika konstatēts arī, ka sociālā trauksme saistīta ar dziļāku partneru izpratni saskarsmē. Līdz ar to tika konstatēts, ka japāņi un korejieši demonstrē augstākus rezultātus partneru izpratnē saskarsmē nekā amerikāņi.

Zināmā mērā tas izskaidrojams izmantojot sociokulturālo neirožu teoriju. K. Hornija (*Хорни, 1997*) pievērta uzmanību sociokulturālajai videi kā trauksmes traucējumu rašanās pamatam. Trauksme rodas, indivīdam sastopoties ar globālajām pretrunām starp kristīgām vērtībām, kas sludina mīlestību un vienlīdzīgas partnerattiecības un reāli eksistējošo nežēlīgo konkurenci un spēka kultu. Vērtību konflikta rezultātā personiskā agresivitāte tiek pārnesta uz citiem cilvēkiem. Pēc K. Hornijas, personiskās agresivitātes apspiešana rada strauju trauksmes paaugstināšanos, kas rodas, uztverot apkārtējo pasauli kā bīstamu, un sevi kā nespējīgu pretoties šai bīstamībai, jo sabiedrībā pastāv aizliegums attiecībā pret agresīvu rīcību, kas, savukārt, izraisa aizliegumu pārdzīvot negatīvas emocijas, kā rezultātā notiek to uzkrāšanās.

Arī R. Mejs uzsver, ka galvenie indivīda mērķi un vērtības, kas nepieciešami, lai viņš varētu pastāvēt kā personība, pārsvarā ir kultūras noteikti. Ja kultūrā ir pietiekoši skaidra un stabila normu sistēma, indivīds spēj tajā orientēties (gan pieņemot, gan nepieņemot kultūras noteiktās normas) un trauksmes izpausmes nebūs tik biežas un izteiktas (*Мэу, 2001*).

Domājot par tādu indivīda rakstura iezīmi kā trauksmainība, nozīmīga šķiet A. Bassa, Dž. Tobia, L. Kosmides (*Buss, 1995; Tooby & Cosmides, 1990, pēc Первин & Джон, 2000*) izvirzītā hipotēze par to, ka katra personības iezīme parādās un attīstās, lai risinātu personības adaptācijas uzdevumus. Tātad arī trauksmainība kā personības iezīme veidojās, risinot personības sociālās adaptācijas uzdevumus. Socializējoties sabiedrībā, cilvēks mācās adaptēties apkārtējā vidē. Šis process, neapšaubāmi, sākas mikrovidē – ģimenē, izglītības iestādē, savā etniskajā grupā. Tāpēc šķiet nozīmīgi noskaidrot, vai atšķiras trauksmainība divu lielāko Latvijas etnisko grupu pārstāvjiem.

R. Mejs norādīja, ka pastāv apburtais loks: tieksme konkurēt – intersociālais naidīgums – starppersoniskā izolācija – trauksme – konkurences tieksmes paaugstināšanās. Jau Ē. Fromms apraksta 20. gadsimta cilvēka psiholoģisko izolāciju, ko veicina individuālisms, kas traucē un rada nespēju veidot jaunas saskarsmes formas (*Фромм, 1992, 1994*). 21. gadsimtā šī izolācija un to pavadošā trauksme tikai pastiprinās. Šobrīd Latvijā indivīda mērķim sasniegt panākumus konkurences ceļā tiek

piešķirta ļoti liela nozīme, šis sasniegums tiek identificēts ar pašcieņu un augstu sevis novērtējumu, kas uzskatāms kā trauksmi pastiprinošs un trauksmes izpausmes veicinošs faktors.

Gan eksistenciālās, gan humānistiskās pieejas autori norāda, ka tieksme gūt panākumus konkurences ceļā ir nevis indivīda “nemainīga īpašība”, bet gan kultūras radīta, tā veidojusies vēsturiski. Līdz ar to, varam paredzēt, ka trausmainība kā rakstura iezīme ir arī kultūras radīts produkts, kas indivīdam nepieciešams, lai adaptētos apkārtējā vidē.

Svarīgs faktors, kas saistīts ar trausmes pastiprināšanos kādā kultūrvidē, ir sociālā spriedze<sup>15</sup> (*Солдатова, 1998, 12*). Sociālo spriedzi veicina arī tādi faktori kā neapmierinātība ar norisēm sabiedrībai svarīgās sfērās, uzticības zudums varai, nedrošības par nākotni (pesimisma) pieaugums, baumu līmeņa paaugstināšanās sabiedrībā, cīņas par varu un brīvprātīgas vai piespiedu migrācijas pastiprināšanās, u.c. (*Рукавишников, pēc Солдатов, 1998, 12*).

Latvijā par sabiedrības neapmierinātību ar norisēm sabiedrībai būtiskās dzīves sfērās liecina kaut vai tas, ka pirms 8. Saeimas vēlēšanām 2002. gadā Saeimu par neuzticamu uzskatīja 50% Latvijas iedzīvotāju, Ministru kabinetu – 45% (*Latvija. Pārskats par tautas attīstību 2002/2003*). 2002. gadā veiktajā pētījumā Latvijā, noskaidrojot, kas iedzīvotājiem rada nedrošību, pētījuma autori konstatē, ka visu Latvijas iedzīvotāju uztraukuma iemesli ir līdzīgi: narkotiku izplatīšanās, ģimenes finanses, noziedzība, veselība u.c. Pētījums liecina, ka pilsoņiem un nepilsoņiem bažu tematika būtiski neatšķiras – ne attiecībā uz draudiem visas valsts un sabiedrības dzīvē, ne arī attiecībā uz draudiem indivīda paša dzīvē. ***Taču atšķiras dažu draudu izjūtamība (procentos) un vidējā apdraudētības izjūtas pakāpe.*** Piemēram, pilsoņi procentuāli lielākā skaitā nekā nepilsoņi baidās no organizētās noziedzības, bet nepilsoņi procentuāli lielākā skaitā bažījās par sociālo garantiju pietiekamību, par to, vai saslimšanas gadījumā saņems pietiekami kvalitatīvus medicīniskos pakalpojumus, par to, vai spēs samaksās komunālos pakalpojumus. Sevišķi atšķirīgi pilsoņi un nepilsoņi izjūt dažus iespējamus draudus visas valsts un sabiedrības dzīvē. Piemēram, 46% pilsoņu joprojām baidās un 18% pat ļoti baidās, ka Latviju atkal varētu okupēt

<sup>15</sup> Sociālā spriedze tiek izprasta kā īpašu sabiedriskās dzīves stāvokli raksturojošs jēdziens, tam raksturīgas sabiedrībā valdošās objektīvas un subjektīvas pretrunas (*Солдатова, 1998*)

kāda ārvalsts, turpretim no nepilsoņiem par to baidās tikai 24%, bet ļoti baidās – 10 % (Latvija. Pārskats par tautas attīstību 2002/2003, 54-55).

Igaunijā veiktā pētījumā konstatēts, ka izmaiņas sociālā, politiskā un ekonomiskā sistēmā izraisa trauksmi iedzīvotājos, pie kam multietniskā sabiedrībā trauksmes līmenis ir atkarīgs no etniskās grupas un specifiskiem valsts apstākļiem (Ott, Clark & Ennuste, 1996). Konstatēts, ka ekonomisko reformu izraisītā trauksme saistīta ar piederību etniskai grupai, respondentu vecumu un ienākumu līmeni: igauņiem konstatēta mazāka trauksme par darba zaudēšanu nekā Igaunijā dzīvojošiem krieviem; vecāki respondenti un Igaunijā dzīvojoši krievi mazāk atbalsta dažādas ekonomiskas un politiskas reformas un vairāk ir satraukti par to sekām. Taču gan igauņi, gan Igaunijā dzīvojošie krievi izjūt trauksmi saistībā ar savu sociālo statusu sociāli - ekonomisko pārmaiņu laikā.

### Trauksmes pētījumi vienas kultūras ietvaros

Lai veiktu kāda psiholoģiska fenomena starpkultūru pētījumus, nepieciešams veikt izstrādātās metodikas adaptācijas procesu attiecīgajās kultūrās. Kā jau minēts, Č.D. Spilbergera un kolēģu izstrādātā trauksmes stāvokļa – iezīmes pašnovērtējuma anketa (*State - Trait anxiety Inventory; STAI*) adaptēta vairāk kā 50 valodās.

2.1. tabula. *STAI rādītāji amerikāņu, krievu, vācu, nīderlandiešu un spāņu studentu izlasēm.*

	<u>ASV</u>		<u>Krievija*</u>		<u>Vācija*</u>		<u>Nīderlande</u>		<u>Spānija</u>	
	Vīr.	Siev.	Vīr.	Siev.	Vīr.	Siev.	Vīr.	Siev.	Vīr.	Siev.
	202 <sup>a</sup>	222 <sup>a</sup>	34 <sup>a</sup>	34 <sup>a</sup>	171 <sup>a</sup>	64 <sup>a</sup>	205 <sup>a</sup>	202 <sup>a</sup>	137 <sup>a</sup>	270 <sup>a</sup>
<u>T-stāvoklis</u>										
Vid.	39,45	40,54	40,03	38,36	34,64	34,70	34,30	35,20	36,79	37,09
SD	9,74	12,86	9,46	10,23	8,65	8,06	8,30	8,40	9,46	10,56
Alfa	0,93	0,86					0,90	0,91		
<u>T-iezīme</u>										
Vid.	40,17	40,97	42,67	41,64	36,92	36,25	36,10	37,70	36,32	38,76
SD	10,53	10,63	9,05	7,49	9,90	9,33	8,40	8,40	8,88	9,47
Alfa	0,90	0,90					0,91	0,90		

<sup>a</sup> izlases apjoms; \*- rezultāti iegūti ar *STAI X* formu

Šī darba ietvaros apskatīti trauksmes pētījumi, kuru mērķis ir adaptēt *STAI* kādas noteiktas kultūras ietvaros: ASV - *Spielherger, Gorsuch, Lushene, Vagg & Jacobs, 1982*; Krievijā - *Poltavski & Ferraro*; Vācijā - *Laux, Glanzmann, Schaffer &*

*Spielberger, 1981; Nīderlandē - Van der Ploeg H., 1985; Spānijā – Virella, Arbona & Novy, 1994 (skat. 2.1. tabulu).*

Vācu, nīderlandiešu un spāņu studentu T–stāvokļa rādītāji svārstās robežās no 34,3 līdz 37,09, bet T–iezīmes rādītāji svārstās robežās no 36,1 līdz 38,76. Statistiski nozīmīgas atšķirības starp vīriešu un sievietes rezultātiem vērojamas nīderlandiešu un spāņu studentu T–iezīmes rādītājiem, pie kam, abos gadījumos augstākus rezultātus uzrāda sievietes.

2.2. tabula. *STAI rādītāji amerikāņu, un krievu strādājošo cilvēku izlasēm.*

	ASV strādājošie		Krievu strād.*	Vācu strādājošie*	
	Vīr.	Siev.	izlase	Vīr.	Siev.
	1387 <sup>a</sup>	451 <sup>a</sup>	60 <sup>a</sup>	315 <sup>a</sup>	359 <sup>a</sup>
<u>T – stāvoklis</u>					
Vid.	35,72	35,20	47,67	34,45	36,72
SD	10,40	10,61	10,67	8,04	9,25
alfa	0,93	0,93	0,90		
<u>T-iezīme</u>					
Vid.	34,89	34,79	49,60	36,90	38,31
SD	9,19	9,22	10,04	9,69	10,20
alfa	0,91	0,91	0,89		

<sup>a</sup> - izlases apjoms; \* - rezultāti iegūti ar STAI X formu

Kā redzams 2.2. tabulā, ASV (*Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg & Jacobs, 1983*) strādājošo STAI rezultāti neuzrāda nozīmīgas dzimumatšķirības trauksmes rādītājos, bet vācu (*Laux, Glanzmann, Schaffer & Spielberger, 1981*) strādājošo sievietes T–stāvokļa un T–iezīmes rādītāji ir statistiski nozīmīgi augstāki nekā strādājošo vīriešu rezultāti.

Pēc ASV pētījumos iegūtajiem datiem, gan studentiem (skat. 2.1. tabulu), gan strādājošiem (skat. 2.2. tabulu) vīriešu un sievietes vidējiem T–iezīmes rādītājiem vērojama tendence būt nedaudz zemākiem kā T–stāvokļa rādītājiem (*Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg & Jacobs, 1983*), bet citu grupu respondentiem vērojama pretēja tendence – T–stāvokļa rādītāji ir vairāk vai mazāk zemāki nekā T–iezīmes rādītāji.

Kā redzams 2.2. tabulā, Krievijā veiktā pētījuma (*Hanin & Spielberger, 1983*) respondentu T–stāvokļa un T–iezīmes rādītāji ir nozīmīgi augstāki kā ASV un Vācijas izlašu vidējie rādītāji, krievu studentu vīriešu (skat. 2.1. tabulu) T–iezīmes rādītāji ir

statistiski nozīmīgi augstāki kā amerikāņu studentu attiecīgie rādītāji (*Poltavski & Ferraro, 2002*).

Par trauksmes rādītāju dzimumatšķirībām krievu strādājošo izlasē trūkst ziņu, bet vācu strādājošo izlasē tās konstatētas (*Laux, Glanzmann, Schaffer & Spielberger, 1981*).

### **Trauksmes un citu personības iezīmju saistības pētījumi**

Izmantojot *STAI*, plaši tiek veikti pētījumi, kuru ietvaros tiek noteikta trauksmes un citu personības iezīmju saistība vienas kultūras ietvaros (*piem., Ghorbani, Bing, Watson, Davison & Mack, 2002; Gugjonsson, Sigursson, Brynjolfsdottir & Hreinsdottir, 2002; Riddick, Sterling, Farmer & Morgan, 1999; Латкин, Яковлева, 1996; Пасынкова, 1996; Mathews & MacLeod, 1994; Fox & Spector, 1999; MacLeod, 1990; MacLeod & Cohen, 1990; Richards & Whittaker, 1990; Mogg, Mathews & Weinman, 1987; Emmite & Diaz – Guerrero, 1983; u.c. ).*

Kā jau minēts 1. nodaļā, trauksme kā konstrukts iekļaujas tādā personības iezīmē kā neirotizisms, tāpēc trauksme kā integrēta personības iezīme konstatēta daudzos pētījumos, kas pētījuši negatīvo afektivitāti. (*Watson & Clark, 1984, pēc Laurent, Hadler & Stark, 1994*).

Emocionālās inteligences rādītāji negatīvi korelē ar trauksmes un izjustā stresa rādītājiem studentiem (*Ghorbani, Bing, Watson, Davison & Mack, 2002*). Amerikas studentiem pakļāvība (*compliance*) pozitīvi korelē ar trauksmi un trauksmainību, zemu pašcieņu, paranoju un aizdomīgumu, bet negatīvi ar dusmu izrādīšanu (*Gugjonsson, Sigursson, Brynjolfsdottir & Hreinsdottir, 2002*).

Trauksmainība pozitīvi korelē ar eksternālu kontroli un pasīvu savstarpējo atkarību (*interdependence*) jauniešiem (*Emmite & Diaz-Guerrero, 1983*). Anketējot strādājošos, S. Foksa un P. Spektors (*Fox & Spector, 1999*), konstatēja, ka pastāv sakarība starp darbinieku trauksmi un dusmu līmeni un trauksmes un kontroles lokusa rādītājiem, cilvēkiem ar eksternālu kontroles lokusu raksturīga paaugstināta trauksmainība, kas tiek skaidrots ar to, ka viņi subjektīvi visu laiku atrodas izteiktas nenoteiktības apstākļos, tā kā paši nekontrolē savas dzīves notikumus.

### **Trauksmes saistība arī ar indivīdu kognitīviem procesiem**

Trauksme saistīta arī ar indivīdu kognitīviem procesiem, piemēram, intelektuālo darbību (*Пасынкова, 1996*); stimulu interpretāciju (*MacLeod, 1990; MacLeod &*



*Cohen, 1990*) un atmiņām par negatīviem notikumiem (*Mogg, Mathews & Weinman, 1987; Richards & Whittaker, 1990; Mathews & Mac-Leod, 1994*).

Pētot pusaudžu trauksmes un trauksmainības sakarības ar mācību sekmēm un intelektuālo darbību, N. Pasinkova konstatējusi, ka, jo skolēnu trauksmainība ir augstāka, jo zemāki to sekmju rādītāji un intelektuālā līmeņa rādītāji, jo augstāks trauksmainības liemenis, jo lēnāk notiek piedāvātās informācijas apstrāde (*Пасынкова, 1996*). C. Džindals un S. Panda (*Jindal & Panda, 1982*) konstatēja, ka starp trauksmes līmeņa un sasniegumu motivācijas rādītājiem pusaudžiem zēniem pastāv cieša, negatīva korelācija, bet autori neatklāja būtiskas sakarības starp minētajiem rādītājiem meiteņu izlasē, kā arī nekonstatēja būtiskas sakarības starp trauksmi, sasniegumu motivāciju un pašvērtējumu.

M. Lapkins un N. Jakovļeva (*Лапкин, Яковлева, 1996*) konstatējuši, ka studentiem ar augstu trauksmainību un zemiem sekmju un intelekta rādītājiem dominē izzīņas, izvairīšanās un darbības maiņas motīvi, sasniegumu motīvs nav izteikts.

N. Pasinkova (*Пасынкова, 1996*) norāda, ka paaugstināta trauksmainība izraisa intelektuālās darbības dezorganizāciju, kas izpaužas kā informācijas uztveres un apstrādes laika palielināšanās, mācību sekmju un intelektuālo rādītāju pazemināšanās.

K. Mak-Leods (*MacLeod, 1990*) veica eksperimentu, kura laikā trauksmainie un netrauksmaini dalībnieki klausījās frāzes, kuras varēja interpretēt dažādā veidā, atkarībā no viena vārda – homofona- interpretācijas. Šim vārdam bija vai nu neitrāla, vai apdraudoša nozīme, piemēram, mirt / krāsot (die / dye); lauzt / bremzēt (break / brake). Pēc tam, kad izskanēja frāze, eksperimenta dalībniekiem tika uzdoti jautājumi, lai noskaidrotu, katras frāzes interpretāciju. Iegūtie rezultāti parādīja, ka trauksmaini indivīdi, krietni biežāk kā netrauksmainie, frāzes interpretēja kā apdraudošas.

K. Mak-Leoda un A. Kohena (*MacLeod & Cohen, 1990*) veiktajā pētījumā, kura laikā pētījuma dalībniekiem bija jāinterpretē neviennozīmīgs teksts tūlīt pēc frāzes noklausīšanās, tika izmantoti testa fragmenti ar iespējamu vienu emocionāli negatīvu un vienu neitrālu interpretāciju, pēc kuriem sekoja frāze tikai ar vienu interpretāciju. K. Mak-Leods un A. Kohens konstatēja, ka tad, ja turpinājums atbilda neitrālai interpretācijai, augsti trauksmainiem, salīdzinot ar zemu trauksmainiem, dalībniekiem, bija nepieciešams vairāk laika, lai izprastu fragmentu saturu. K. Mak-Leods un A. Kohens secināja, ka augsti trauksmainie dalībnieki jau priekšlaicīgi piešķir

neviennozīmīgai frāzei negatīvu nokrāsu, kas rada nepieciešamību pēc papildus laika, lai izprastu frāzi, kas ir pretrunā ar paredzēto.

K. Moggs, A. Metjūss un J. Veinmans (*Moog, Mathews & Weinman, 1987*) konstatēja, ka pastāv tendence trauksmainu dalībnieku atmiņai par negatīviem stimuliem pasliktināties, taču A. Metjūss un K. Mak-Leods (*Mathews & Mac-Leod, 1994*) konstatēja, ka, visticamāk, šai atmiņas tendencei ir ciešāks sakars ar dalībnieku depresiju nekā ar trauksmi. Taču A. Ričards un T. Vittakers (*Richards & Whittaker, 1990*) konstatēja, ka augsti trauksmaini dalībnieki vieglāk atceras notikumus, kas saistīti ar vārdiem, kas attiecas uz trauksmi, nekā ar vārdiem, kas attiecas uz laimi.

### **Trauksmes starpkultūru pētījumi**

Veicot starpkultūru pētījumus, jāievēro vairāki svarīgi aspekti, kas var ietekmēt pētījuma rezultātus. Ka viens no nozīmīgākajiem – pielietotās metodikas tulkojums tajā valodā, kura tiek lietota attiecīgajā kultūrā. Jāveic dubultā tulkošana, lai minimalizētu iespējamās pētījuma kļūdas, kas var rasties, valodas atšķirības uzskatot par starpkulturālām atšķirībām. Tāpat jāpievērš uzmanība izlases veidošanai, kā arī cēlonības noteikšanai, analizējot iegūtās atšķirības. Balstoties uz starpkultūru pētījumu veikšanas metodoloģiskiem ieteikumiem, starpkultūru pētījumos iegūto datu analīzes ieteikumiem, kā arī ieteikumiem starpkultūru rezultātu interpretācijai (*piem., Van de Vijver & Leung, 1997; Leung & Van de Vijver, 1996; Matsumoto, 1994; Van de Vijver & Hamblen, 1996; Hamblen & Patsula, 1999; Kline, 2000; Matsumoto, 2002; u.c.*) iespējams samazināt starpkultūru pētījumu ierobežojumus.

Izmantojot *STAI*, veikti daudzi pētījumi, lai noskaidrotu dažādu etnisku grupu vai atšķirīgās kultūrās dzīvojošu cilvēku trauksmi (*Diaz – Guerrero, 1981; Endler & Magnusson, 1981; Bergeron, 1983; Magnusson, Stattin & Iwawaki, 1983; Emmite & Diaz–Guerrero, 1983; Ahlawat, 1986; Napieralski & Brooks, 1995; Iwata & Higuci, 2000; Rimoldi, Raimondo, Erdmann & Hojat, 2002; Poltavski & Ferraro, 2002; u.c.*).

D. Magnusons, H. Statins un S. Ivavaki (*Magnusson, Stattin & Iwawaki, 1983*) konstatējuši, ka Zviedrijas un Japānas studenti par apdraudošām uzskata vienas un tās pašas situācijas, bet, novērtējot šīs situācijas, atšķiras viņu trauksmes reakciju intensitāte. Interesanti, ka japāņu studentu trauksmes līmenis kopumā ir augstāks kā zviedru studentiem, taču zviedru studentes uzrāda intensīvāku trauksmes reakciju apdraudošās situācijās nekā zviedru studenti (vīrieši), vai japāņu studenti (sievietes un

vīrieši). Autori norāda, ka trauksmes līmeņa atšķirību cēlonis varētu būt saistīts ar katrā kultūrā pastāvošu atšķirīgiem uzskatiem par sociāli vēlamu uzvedību konkrētā situācijā.

Ne vienmēr pētījumu rezultāti apstiprina trauksmes rādītāju atšķirības, piemēram, kā jau minēts, noskaidrojot trauksmes līmeni ASV sabiedriskās koledžas studentiem ar dažādu etnisko piederību (*Rosenthal & Arteen, 2000*), netika konstatētas būtiskas atšķirības starp aziātu, afro-amerikāņu, latīņamerikāņu-spāņu un balto amerikāņu studentu trauksmes, depresijas un dusmu rādītājiem. Arī Izraēlas koledžas studentiem nav konstatētas pārbaudījumu trauksmes atšķirības dažādu etnisko minoritāšu grupu pārstāvjiem (*Zeidner, 1990*).

Savukārt, pētot Kanādas un Zviedrijas koledžas studentu trauksmi, N. Endlers un D. Magnusons (*Endler & Magnusson, 1981*) konstatēja, ka abās kultūrās sieviešu T-iezīmes rādītāji ir līdzīgi. Taču, novērtējot apdraudošas situācijas, augstāki trauksmes rādītāji konstatēti Zviedrijas izlasē.

R. Diazs–Guerero (*Diaz–Guerrero, 1981*), salīdzinot meksikāņu un amerikāņu skolēnu trauksmes līmeni un pārbaudījumu trauksmi, atsaucoties uz Holzmana (*Holzman*) izteiktajām atziņām, secina, ka kultūrās, kurām raksturīga padevība, autoritatīva vecāku attieksme, pārbaudījumu trauksme ir daudz augstāka. R. Diazs–Guerero to saista ar kultūras ietekmi uz veiksmes un sasniegumu novērtējumu. Ja kultūrvidē, kurā cilvēks dzīvo, izglītībai kā tādai ir zemāka vērtība, ja ģimene kā vienu no vērtībām neizvirza izglītības iegūšanu, tad arī pārbaudījumu trauksmes vidējais rādītājs šajā kultūrā būs zemāks. Salīdzinot ķīniešu, dienvīdu, ziemeļu un austrumu eiropiešu pārbaudījumu trauksmes rādītājus, augstāki rādītāji konstatēti ķīniešu respondentiem (*Dion & Toner, 1988*). Autori iegūtos rezultātus skaidro ar akadēmisko sasniegumu augstāku nozīmību Ķīnas kultūrā.

Salīdzinot kādas ASV pilsētas vienas skolas meksikāņu izcelsmes amerikāņu, anglo–amerikāņu un afro-amerikāņu trauksmes un trauksmainības sakarības ar sekmēm mācībās, P. Emite un R. Diazs–Guerero (*Emmite & Diaz–Guerrero, 1983*) konstatēja, ka trauksmainība (T-iezīme) negatīvi korelē ar sekmēm mācībās afro-amerikāņu un anglo–amerikāņu grupās, bet tai nav saistības ar sekmēm meksikāņu izcelsmes amerikāņu grupā, lai gan meksikāņu izcelsmes amerikāņu grupā konstatēti augstākie trauksmes rādītāji. Autori norāda, ka sakarību atšķirība skaidrojama ar

kultūras ietekmi, kultūru jēdzienu izprotot paplašināti – ietverot ģimenes noteiktās tradīcijas, subkultūru, kas veidojusies mācību iestādē un dominējošo kultūru konkrētajā ASV pilsētā. Tas, ka meksikāņu izcelsmes amerikāņu ģimenēs konkrētajā ASV pilsētā sekmēm mācībās netiek piešķirta tik augsta nozīme kā pārējās pētījumā iesaistītajās grupās, izskaidro korelācijas iztrūkumu starp trauksmes un sekmju rādītājiem meksikāņu izcelsmes amerikāņu grupā, taču nedod tiesības izdarīt secinājumu, ka šāda sakarība spēkā arī Meksikā dzīvojošiem cilvēkiem.

Tradicionālā Japāņu kultūra ir izteikti kolektīvistiska, vērojama izteikta atkarība no grupas labklājības – līdz ar to, viena no galvenajām vērtībām ir sociālās saskaņas nodrošināšana grupā. Kolektīvistiskai kultūrai raksturīga atsevišķu indivīdu gatavība piekāpties, iekšējā atkarība, apvaldīts hedonisms (*Watson, Sherbak, & Morris, 1988, pēc Iwata & Higuci 2000*). N. Ivata un kolēģi norāda, ka sociāli vēlamā uzvedība Japānas sabiedrībā atšķiras no sociāli vēlamās uzvedības citās kultūrās, piemēram, japāņiem no bērnības tiek mācīts samazināt sava personīgā ieguldījuma novērtējumu un necensties atrasties uzmanības centrā. Tas, savukārt, saistīts ar to, ka japāņi, sevi novērtējot, vairāk izvēlas negatīvus, nevis pozitīvus pašraksturojumus. Japāņu respondenti vairāk koncentrējas uz notikumiem, kuros viņi nav spējuši būt atbilstoši viņu sabiedrībā pieņemtajam standartam, nevis uztver savus individuālos sasniegumus (*Kitajama, Markus, Matsumoto, & Norasakkunkit, 1997, pēc Iwata & Higuci 2000*). K. Kitajama un kolēģi konstatējuši, ka japāņu respondenti ir jūtīgāki pret negatīvu pašnovērtējošu informāciju, bet amerikāņu respondenti vairāk tendēti sevi novērtēt augstu, pat pārvērtēt. Iepriekšējos pētījumos N. Ivata un kolēģi konstatēja, ka novērtējot trauksmi ar *STAI*, kas ietver sevī gan pozitīvus, gan negatīvus pašraksturojumus, Japānas respondenti izmanto tikai negatīvus pašraksturojumus.

N. Ivata un kolēģi izvirzīja mērķi noskaidrot, vai pavadītie trīs gadi individuālistiskā kultūrā (ASV) ir atstājuši iespaidu uz japāņu studentu pašnovērtējumu, vai viņi, sevi novērtējot, izvēlēšies vairāk pozitīvu apgalvojumu kā studenti, kas Japānu nekad nav pametuši. Tika anketēti ASV un japāņu studenti, japāņu studentu grupu veidojot no 2 apakšgrupām – studenti, kas vismaz 3 gadus studē Japānā un studenti, kas vismaz 3 gadus studē ASV. Tika izvirzīta hipotēze, ka ASV studējošo japāņu studentu trauksmes rādītāji būs atšķirīgi no studentiem, kas dzīvo savā dzimtenē, jo ASV kultūra kā individuālistiska kultūra būs atstājusi ietekmi uz šo

studentu sevis novērtēšanu, kas atspoguļojas pozitīvo atbilžu izvēlē, novērtējot trauksmi.

Lai gan iegūtās atšķirības nebija tik nozīmīgas kā autori bija cerējuši, tomēr tika konstatēts, ka ASV studējošie japāņu studenti, raksturojot savu trauksmi, pozitīvos pašraksturojumus izvēlas retāk nekā ASV studenti, bet biežāk kā Japānā studējošie.

Savukārt, veicot vairākus personības mērījumus Argentīnas un ASV medicīnas studentiem, tika konstatētas dažas nelielas dzimumu atšķirības personību profilos katrā kultūrā. Salīdzinot profilus starp kultūrām, tika konstatēts, ka Argentīnas medicīnas studentiem, salīdzinot ar ASV medicīnas studentiem, ir augstāki: strespilnu dzīves notikumu uztveres, testu trauksmes, ģeneralizētās trauksmes, ārējā kontroles lokusa, ekstraversijas un neirotisma rādītāji. Argentīnas studenti uzrādīja zemākus rezultātus vientulības skalā (*Rimoldi, Raimondo, Erdmann & Hojat, 2002*).

Pētot stresu un saslimstību Amerikas un Krievijas koledžas studentiem (*Poltavski & Ferraro, 2002*), Krievijas koledžas studentiem vīriešiem tika konstatēti augstāki trauksmes (T-stāvokļa) un trauksmainības (T-iezīmes) rādītāji kā Amerikas koledžas studentiem, savukārt, sievietēm augstāki trauksmes rādītāji bija Amerikas studentēm, sievietes trauksmainības rādītāji būtiski neatšķīrās.

Varam secināt, ka trauksme un trauksmainība tiek plaši pētīta gan vienas kultūras ietvaros, gan starpkultūru pētījumos. Veicot starpkultūru pētījumus, psihologi var izvirzīt vairākus mērķus – 1) salīdzināt divas vai vairāk kultūras (rases, nacionalitātes, etniskās grupas) pēc kāda viena, tos interesējoša, mainīgā; 2) pārbaudīt hipotēzi par esošo starpkultūru atšķirību cēloņiem (*Mauymomo, 2002, 105*).

### **Kopsavilkums**

Apkopojot 1. un 2. nodaļā apskatītās teorētiskās atziņas, varam secināt, ka normāla trauksme ir organisma funkcija, kas raksturīga organismam kā tādām. Katrs cilvēks izjūt trauksmi situācijā, kad tiek apdraudētas viņam nozīmīgās vērtības. Tas, ko tieši indivīds uzskata par situāciju, kas apdraud viņa vērtības, ir apgūts iemācīšanās ceļā.

Promocijas darbs, kurā tiek aplūkota trauksmes izpratne psihodinamiskās, eksistenciālās, humānistiskās, bihevioriālās, bioloģiskās, kognitīvās un iezīmju pieejas autoru darbos, balstīts uz kognitīvo un iezīmju pieeju trauksmes izpratnē. Tas pamatojams ar to, ka trauksmes stāvokļa – iezīmes modelis plaši tiek izmantots

zinātniskos pētījumos pasaulē un visvairāk atbilst promocijas darba mērķim. Č.D.Spilbergera un kolēģu izstrādātā trauksmes stāvokļa-iezīmes noteikšanas anketa (*STAI*) tulkota vairāk kā 50 valodās, tā tiek izmantota starpkulturāliem pētījumiem. Arī promocijas darba pētījuma veikšanai izmantota šī metodika.

Č.D.Spilbergers un kolēģi trauksmi izprot kā pēctecīgas kognitīvas, afektīvas un biheivioriālas reakcijas, kas aktualizējas, dažādiem stresoriem iedarbojoties uz cilvēku. Tiek izdalīta situācijas radītā trauksme (T-stāvoklis) un trauksmainība kā personības iezīme (T-iezīme), norādot, ka konkrēta cilvēka T-iezīmes un T-stāvokļa vērtībām ir savstarpēji jākorelē: 1) indivīdam ar augstu T-iezīmes rādītāju pašvērtībai draudošās situācijās T-stāvoklis izpaužas redzamāk, nekā indivīdam ar zemāku rādītāju. 2) jo stiprāk izteikta T-iezīme, jo plašāks situāciju loks, kas tiek pārdzīvots kā draudošs, un izsauc T-stāvokli.

Trauksmes stāvokļa-iezīmes modeļa nozīmību pamato trauksmainības kā personības iezīmes ciešā saistība ar pēdējos gados zinātniskajos pētījumos plaši izmantoto Piecu faktoru personības iezīmju modeli (*Big Five Personality Factors; FFM*), kā arī citu nozīmīgu iezīmju teorijas pārstāvju – Aizenka un Kettela izstrādātiem personības modeļiem.

Pētījumos konstatēts, ka trauksmainība kā viena no izteiktākajām un vieglāk identificējamām otrās kārtas pamatiezīmēm (QII), kas saistīta ar tādiem pirmās kārtas faktoriem kā vājš *Es*, kautrīgums, aizdomīgums, hipotīmija, impulsivitāte, frustrētība un raksturojams ar tādām izpausmēm kā viegla uzbudināmība, kautrīgums, aizdomīgums, bailīgums, vāja paškontrolē, saspringums (*Cattell, 1979*), kā arī ar gatavību atzīt visa neuzticamību, tendenci piekāpties, mērenību neaprobētās darbībās, augstu kritiskumu (*Hundleby, Pawlik & Cattell, 1965*). Pētījumos konstatēts, ka Lielā piecinieka apakšfaktoram trauksmainums pastāv nozīmīgas sakarības ar indivīdu neatkarību, vēlmi radīt labu iespaidu, labklājību un virzību uz sasniegumiem/konformismu; vīrišķību/sievišķību (*McCrae, Costa & Piedmont, 1993*); studentu akadēmiskiem sasniegumiem (*Chamorro-Premuzic & Furnham, 2003*). Igaunų studentiem pastāv cieša sakarība starp ekstraversijas faktoru un sociālo trauksmi, neirotizma faktors kopumā korelē ar publisko pašapzināšanos (*Public Self-Consciousness*). Publiskā pašapzināšanās korelē arī ar Aizenka izdalīto neirotizma faktoru (*Abrams, 1988, pēc Realo & Allik, 1998*).

Trauksmes līmenis paaugstinās jauniešu vecumā; ap 30 gadu vecumu vērojams trauksmes līmeņa kritums; pēc 60 gadu vecuma vērojama tendence trauksmes līmenim paaugstināties. Iezīmju teorijas autoru pētījumos konstatēts (*McCrae & Costa, 1994*), ka Lielā piecnieka faktoru rādītāju izmaiņas notiek apmēram līdz 30 gadu vecumam, kad vērojama faktoru rādītāju stabilizācija. Pētot trauksmes stabilitāti (*Costa, McCrae, Zonderman, Barbano, Lebowitz & Larson, 1986; Nakazato & Shimonaka, 1989*) konstatēts, ka, pieaugot respondentu vecumam, trauksmes rādītāji vienmērīgi samazinās. Autori norāda, ka trauksmes izmaiņu veidu, protams, ietekmē izlases īpatnības, taču uzsver, ka iegūtais rezultāts lielā mērā saskan ar Ē. Eriksona ideju par to, ka vecākos dzīves gados, kad notiek Ego integritātes process, cilvēki kļūst salīdzinoši brīvāki no neirotikas trauksmes (*Costa, McCrae, Zonderman, Barbano, Lebowitz & Larson, 1986; Nakazato & Shimonaka, 1989*).

Šie un citi pētījumos iegūtie secinājumi rosināja izvirzīt promocijas darba pamatjautājumus – kāda ir trauksme un trauksmainība latviešiem un Latvijā dzīvojošiem krieviem dzimuma vecuma un nodarbošanās apakšgrupās.

Neskatoties uz iespējamajiem daudzajiem kultūrā notiekošajiem situatīvajiem faktoriem, kas ietekmē cilvēka dzīvi, līdz ar to – arī cilvēkam raksturīgo uzvedību, iezīmju teorijas autori (*McCrae & Costa 1994; Costa, McCrae, 1996, 1999, pēc Widiger & Trull, 1997; u.c.*) tomēr ir pārliecināti, ka personības iezīmju attīstību nenoliedzami ietekmē arī ģenētiskie faktori. Trauksmainības kā personības iezīmes ģenētisko determinētību apstiprina arī bioloģiskās pieejas autoru pētījumi (*Lesch, 1996*), konstatējot, ka neirotisms ģenētiski regulē seratonīna kustību organismā. Balstoties uz Dž. Dunna un R. Plomina (*Dunn & Plomin, 1990*) secinājumiem, varam pieņemt, ka trauksmainība kā indivīda rakstura iezīme apmēram par 40% tiek noteikta ģenētiski, vēl 40 % tiek iegūti sociālās iemācīšanās procesā indivīdam attīstoties konkrētā mikrovidē.

Gan eksistenciālās, gan humānistiskās pieejas autori norāda, ka tieksme gūt panākumus konkurences ceļā ir nevis indivīda “nemainīga īpašība”, bet gan kultūras produkts, kas radies vēsturiski. Tātad - trauksmainība kā rakstura iezīme ir arī kultūras radīts produkts, kas indivīdam nepieciešams, lai adaptētos apkārtējā vidē.

D. Magnusons, H. Stattins un S. Iwawaki (*Magnusson, Stattin & Iwawaki, 1983*) konstatējuši, ka dažādās kultūrās dzīvojoši cilvēki par apdraudošām uzskata vienas un

tās pašas situācijas, bet, novērtējot šīs apdraudošās situācijas, atšķiras viņu trauksmes reakciju intensitāte. Trauksmes līmeņa atšķirību cēlonis dažādās kultūrās vai etniskās grupās varētu būt saistīts ar katrā kultūrā pastāvošu atšķirīgu uzskatu par sociāli vēlamu uzvedību konkrētā situācijā. Etniskās atšķirības trauksmes izpausmēs var būt saistītas arī ar kultūrām raksturīgu atšķirīgu mērķu izvēli un to prioritāšu novērtējumu (*Diaz-Guerrero, 1981*).

Lai gan Latvijā veiktajā pētījumā konstatēts, ka pilsoņiem un nepilsoņiem bažu tematika ne attiecībā uz draudiem visas valsts un sabiedrības dzīvē, ne arī attiecībā uz draudiem indivīda paša dzīvē būtiski neatšķiras, taču konstatētas atšķirības dažu draudu izjūtāmībā un vidējā apdraudētības izjūtas pakāpe. Nepilsoņi procentuāli lielākā skaitā bažījās par sociālo garantiju pietiekamību. Sevišķi atšķirīgi pilsoņi un nepilsoņi izjūt dažus iespējamus draudus visas valsts un sabiedrības dzīvē - 64% pilsoņu joprojām baidās, ka Latviju atkal varētu okupēt kāda ārvalsts, turpretim no nepilsoņiem par to baidās tikai 34% cilvēku (*Latvija. Pārskats par tautas attīstību 2002/2003.*, 54-55).

Igaunijā veiktā pētījumā (*Ott, Clark & Ennuste, 1996*) konstatēts, ka ekonomisko reformu izraisītā trauksme saistīta ar piederību etniskai grupai, respondentu vecumu un ienākumu līmeni: igauņiem konstatēta mazāka trauksme par darba zaudēšanu nekā Igaunijā dzīvojošiem krieviem; vecāki respondenti un Igaunijā dzīvojoši krievi mazāk atbalsta dažādas ekonomiskas un politiskas reformas un vairāk ir satraukti par to sekām. Gan igauņi, gan Igaunijā dzīvojošie krievi uzrāda trauksmi par savu sociālo statusu sociālo, ekonomisko un politisko pārmaiņu laikā.

Mīnētās teorētiskās atziņas un pētījumu rezultāti rosināja izvirzīt trešo promocijas darba jautājumu – kādas atšķirības pastāv starp latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu trauksmes un trauksmainības rādītājiem.

Izprotot **kultūru** pēc D. Macumoto definīcijas: kultūra - dinamiska eksplicītu un implicītu prasību sistēmu, kas izveidota grupās ar mērķi nodrošināt šo grupu izdzīvošanu. Šī noteikumu sistēma iekļauj attieksmes, vērtības, priekšstatus, uzvedības normas un modeļus, kas ir kopīgi visai grupai, bet tiek realizēti atšķirīgi katra grupas specifiskā apakšgrupā. Noteikumu sistēma tiek nodota no paaudzes uz paaudzi, tā ir relatīvi stabila, bet laika gaitā var mainīties (*Maayumoto, 2002, 31*), **ši darba ietvaros**



**etniskās grupas – latvieši un Latvijā dzīvojoši krievi – tiks aplūkotas kā vienā kultūrā dzīvojošas divas etniskās grupās.**

Darba ietvaros tiks salīdzināti vienā kultūrā dzīvojošu divu etnisko grupu – latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu - trauksmes un trauksmainības rādītāji un izvirzīti hipotētiski pieņēmumi par iegūto atšķirību cēloņiem.

## Metode

### *Pētījuma dalībnieki*

Pētījuma izlase tika veidota, atlasot respondentus, kuru demogrāfiskie rādītāji atbilda sekojošiem kritērijiem: pēc vecuma – 19 – 69 gadi, pēc etniskās piederības – latvietis vai krievs un pēc nodarbošanās – students vai strādājošais. Etniskā piederība tika noteikta pēc respondentu norādes.

Kopumā pētījuma izlasi veido 1610 respondenti (*skat. 3.1.tabulu*).

3.1. tabula. *Pētījuma izlases apraksts.*

	Vīrieši		sievietes	
	latv.	Latv. dzīv. krievi	latv.	Latv. dzīv. krievi
<b>kopā (n= 1610)</b>	514	216	695	185
<i>no tiem:</i>				
<b>strādājošie (n=927)</b>	383	150	314	80
<i>izglītība:</i>				
pamatskolas	10%	12%	4%	5%
vid./vid.spec.	69%	65%	56%	70%
augstākā	21%	23%	40%	25%
<i>nodarbošanās:</i>				
telekom. uzņ. darb.	88%	88%	59%	72%
ugunsdzēsēji	12%	12%		
skolotāji			26%	18%
bērnudārza audz.			15%	10%
<b>studenti (n=683)</b>	131	66	381	105
<i>studiju virziens:</i>				
politoloģija	12%	5%	21%	20%
psiholoģija	16%	45%	19%	35%
pedagoģija	39%	26%	39%	25%
informācijas tehnoloģija	33%	24%	21%	20%

## ***Instrumentārijs***

### **Trauksmes stāvokļa - iezīmes pašnovērtējuma aptauja**

*STAI* tika izstrādāts, lai zinātniskos un klīniskos nolūkos iegūtu indivīdu trauksmes stāvokļa un trauksmes kā personības iezīmes pašnovērtējuma rādītājus.

Tā kā *STAI* trauksmes skalas tika izstrādātas, lai pētītu viendimensionālus konstruktus, atlasot jautājumus abām skalām, galvenais kritērijs bija iekšējais saturs. Iekšējais saturs tika pētīts, izmantojot korelācijas un faktoru svaru. Šāda testa izstrādāšanas stratēģija ļāva atklāt atšķirīgus trauksmes (T-stāvokļa) un trauksmainības (T-iezīmes) faktorus, kas aprakstīti pētījumos par *STAI Form X* faktorizēšanu (Barker, Barker, & Wadsworth, 1977; Gaudry & Poole, 1975; Gaudry, Vagg, & Spielberger, 1975; Ken-dall, Finch, Aucrbach, Hooke, & Mikulka, 1976; Spielberger, Vagg, Barker, Donham, & Westberry, 1980; Vagg, Spielberger, & O'Hearn, 1980, pēc Spielberger & Vagg, 1995).

Lai veiktu *STAI-X* pārstrādi, 1977. gadā ar *STAI-X* tika anketēti vairāk nekā 6000 augstskolu un koledžu studentus un apmēram 600 neiropsihiatrisku medicīnisku un ķirurģisku pacientu un 200 ieslodzīto. *STAI-X* pārstrādei tika izvirzīti sekojoši mērķi: 1) izstrādāt precīzāku trauksmes mērīšanas instrumentu, kas adekvātāk atšķirtu trauksmi un depresiju, un dotu daudz pārliecinošāku bāzi atšķirīgai klīniskai diagnozei pacientiem, kas cieš no trauksmes traucējumiem vai depresīvām reakcijām; 2) aizvietot dažus *STAI-X* apgalvojumus, kuriem tika atklātas vājas psihometriskās sakarības ar kopējo rezultātu mazāk izglītotiem cilvēkiem ar zemāku sociometrisko statusu; 3) uzlabot trauksmainības skalas faktoriālo struktūru.

Pārstrādātajā *STAI* tika nomainīti 30 procenti no *X* formas apgalvojumiem, kas uzlaboja psihometriskās sakarības gan trauksmes, gan trauksmainības skalām. Testa izstrādes procedūra, kas tika izmantota, izstrādājot *STAI-Y* aprakstīta *STAI-Y* rokasgrāmatā (Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg & Jacobs, 1982).

*STAI* psihometriskie rādītāji oriģinālajā izlasē

Lai iegūtu datus testa normu izstrādei, Č.D.Spielbergera vadībā tika veikta Dienvīdfloridas universitātes studentu, rekrūšu, lidotāju un Federālajā aviācijas uzņēmumā strādājošo testēšana. Tā kā šīs normas nav balstītas uz reprezentatīviem pētījumiem, tad tās var tikt izmantotas tikai salīdzināšanai ar citu populāciju datiem.

Lai noteiktu *STAI* iekšējo saskaņotību, tiek lietots alfas koeficients. Kā redzams 3.2. tabulā, alfas koeficients abās anketas daļās svārstās no 0,89 līdz 0,96 (*Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg & Jacobs 1983*).

Izstrādājot *STAI Y* formu, tika pārbaudīta tās rezultātu korelācija ar *STAI-X*, kas svārstījās robežās no 0,96 līdz 0,98.

3.2.tabula. *STAI-Y* oriģinālās izlases rādītāji *ASV 19 – 69* gadīgiem cilvēkiem (*Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg & Jacobs, 1983*).

	19 – 39		40 - 49		50 - 69	
	Vīr.	Siev.	Vīr.	Siev.	Vīr.	Siev.
	446 <sup>a</sup>	210 <sup>a</sup>	559 <sup>a</sup>	135 <sup>a</sup>	382 <sup>a</sup>	106 <sup>a</sup>
<u>T-stāvoklis</u>						
Vid.	36,54	36,17	35,88	36,03	34,51	32,2
SD	10,22	10,96	10,52	11,07	10,34	8,67
alfa	0,92	0,92	0,93	0,94	0,92	0,90
<u>T-iezīme</u>						
Vid.	35,55	36,15	35,06	35,03	33,03	31,79
SD	9,76	9,53	8,88	9,31	8,86	7,78
alfa	0,92	0,92	0,91	0,92	0,96	0,89

<sup>a</sup> – izlases apjoms

Tika pārbaudīta *STAI-Y* retesta ticamība. T-stāvokļa skalā koeficients koledžas studentiem un augstskolu studentiem svārstījās no 0,16 līdz 0,62, bet T-iezīmes skalā koledžas studentiem no 0,73 līdz 0,86; augstskolu studentiem no 0,65 līdz 0,75.

3.3. tabula. *T-stāvokļa un T-iezīmes savstarpējās sakarības oriģinālajā izlasē.*

	Strādājošie	Koledžas studenti	Augstskolu studenti	Militārie rekrūši
Vīrieši	0,75	0,65	0,72	0,59
Sievietes	0,70	0,59	0,64	

Tika noteikta abu *STAI* daļu korelācija. Kā redzams 3.3. tabulā, starp abām testa daļām pastāv nozīmīga korelācija, kas apstiprina Spīlberģera un kolēģu izstrādāto trauksmes kā procesa modeli (*Spielberger, O'Neil, Hansen, 1972*).

Lai veiktu *STAI-Y* konkurentu validitātes pārbaudi, tika noteikta *STAI* rezultātu korelācija ar citiem trauksmes noteikšanas testiem – *TMAS* (*Taylor Manifest Anxiety Scale, 1953*), *IPAT* (*Anxiety Scale, Catell & Scheier, 1963*), *AACL* (*Zuckerman Affect Adjective Checklist, 1960*).

Visas iegūtās sakarības ir statistiski nozīmīgas. *STAI-Y* T-iezīmes skalas korelācija ar *TMAS* un *IPAT* ir starp 0,70 līdz 0,85. Tā kā korelācijas lielums starp *TMAS*, *IPAT* un *STAI* trauksmainības skalu norāda uz to ticamību, tad šīs trīs aptaujas tiek uzskatītas kā līdzvērtīgi būtiskas trauksmainības kā iezīmes (T-iezīmes) mērītājas. Korelācija starp *STAI* trauksmainības skalu un *AACL* galveno formu ir būtiski zemāka, robežās no 0,52 līdz 0,58; kas ir līdzīgi *AACL* korelācijai ar *TMAS* un *IPAT*.

Tika noteikta arī *STAI* korelācija ar citiem personības testiem, kā arī ar akadēmisko piemērotību un mācību sasniegumiem.

Tika pārbaudīta arī *STAI* rezultātu svārstības ar stresu saistītās un nesaistītās situācijās, anketējot studentus normālā (draudus nesaturošā), ar stresu saistītā – eksāmena situācijā, pēc draudīgas kinofilmas noskatīšanās un relaksējošā situācijā. Tika konstatētas statistiski nozīmīgas izmaiņas T–stāvokļa rādītājos katrā no šīm situācijām, kas norāda, ka *STAI* 1. daļa ir jūtīga pret apkārt notiekošo un lietojama, lai noteiktu respondenta pašreizējo trauksmes līmeni (*Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg & Jacobs 1983*).

Promocijas darba ietvaros tika veikta *STAI-Y* latviešu un krievu versijas adaptācija, kas aprakstīta 4. nodaļā.

### **Teilores trauksmes izpausmju skalas apraksts**

Teilores trauksmes skala (*Taylor (1953), Manifest anxiety scale; TMAS*) ir viena no populārākajām un arī agrāk izveidotajām trauksmes noteikšanas skalām, kas tika izstrādāta, lai novērtētu atšķirības indivīdu motivācijā, izmantojot dziņu teoriju. *TMAS* tiek izmantota, lai atrastu cilvēkus ar augstu vai zemu trauksmes līmeni, balstoties uz pieņēmumu, ka trauksmaini cilvēki ir emocionālāki nekā cilvēki ar zemu trauksmainības līmeni, un tāpēc viņu dziņas līmenim, izpildot jaunus uzdevumus, jābūt izteiktākam.

Izstrādājot *TMAS*, Teilore piedāvāja 200 jautājumus no *MMPI (Minnesota Multiphasic Personality Inventory)* klīniskajiem psihologiem un lūdza atzīmēt tos punktus, kuri apraksta izteiktas trauksmes simptomus pēc Kameronā (*Cameron*). Tā tika atlasīti 66 jautājumi, kas vēlāk samazināti līdz 50 jautājumiem.

Pildot *TMAS*, respondentam jānovērtē 50 apgalvojumi, norādot, kurš no tiem viņa izpratnē ir patiess vai aplams. Katra atbilde var dot 1 punktu kopējā trauksmes rezultātā, kas var būt no 0 līdz 50. Skala parāda, cik bieži indivīdam ir izjūtas, kas

saistītas ar trauksmes esamību vai neesamību. Pēc speciālistu atzinuma, *TMAS* nosaka trauksmainību kā personības iezīmi. Šī darba ietvaros tika veikta Teilores trauksmes skalas tulkošana no oriģināla un latviešu un krievu versijas iekšējās saskaņas noteikšana. Pēc Kūdera- Ričardsona formulas tā ir 0,84 latviešu izlasē un 0,86 krievu izlasē, kas nozīmē, ka Latvijas populācijā šī metodika ir izmantojama zinātniskos pētījumos un psihodiagnostikā.

*TMAS* normas noteiktas izlasē, ko veido 1971 universitātes students un 103 psihiatriskie pacienti. Retesta ticamības rādītāji, pie retesta laika – 5 mēneši ir 0,82, pie retesta laika 9 – 17 mēneši – 0,81 (*Taylor, 1953*).

Lai gan *Teilores trauksmes izpausmju skalas* apgalvojumi tika atlasīti no *MMPI*, tās rezultāti diezgan bieži tiek izmantoti kā *MMPI* papildus skala, kas ne tikai papildina *MMPI* klīniskajās skalās iegūtos rezultātus, bet dažos gadījumos tiek izmantoti profilu interpretācijai kopumā (*Бурлачук & Морозов, 1999*).

Promocijas darba ietvaros anketa tika tulkota no angļu valodas. Tika veikta dubultā tulkošana, pilotāžas pētījums, kurā piedalījās 22 studenti. Pēc pilotāžas pētījuma rezultātiem tika izveidota *TMAS* latviešu versija. Krievu izlasē tika izmantots T. Ņemčina (*Немчин, pēc Елисеев, 2000*) Krievijā adaptētais variants. Iekšējās saskaņotības rādītājs (pēc Kūdera–Ričardsona formulas) ir 0,84 latviešu izlasē un 0,86 krievu izlasē.

### **Subjektīvās kontroles lokusa noteikšanas anketas apraksts**

Subjektīvās kontroles lokusa noteikšanas anketa (SKL, *Опросник уровня субъективного контроля, Бажин, Гольянкина & Эткин, 1993*). SKL anketas latviešu variants izmantots pēc *Renģe, 1999*.

Subjektīvās kontroles lokusa noteikšanas anketa (SKL) veidota, balstoties uz J. B. Roteru (*Rotter J.B.*) izstrādāto koncepciju par eksternālo un internālo kontroles lokusu. SKL sastāv no 44 izteikumiem, kuri respondentam jānovērtē pēc principa “piekrītu”, “nepiekrītu”.

Pētījumā tika izmantota SKL apakšskala  $I_0$  –kopējās internalitātes skala, kuras iekšējās saskaņotības rādītājs pēc autoru datiem ir 0,80;  $I_0$  korelācija ar Roteru testu 0,70. (*Бажин, Гольянкина, Эткин, 1993*).

Iekšējās saskaņotības rādītājs (pēc Kūdera–Ričardsona formulas) ir 0,78 latviešu izlasē un 0,80 krievu izlasē.

## ***Procedūra***

Pētījuma dati tika ievākti laikā no 2000. gada līdz 2003. gadam.

Anketēšana tika veikta frontāli. Studenti tika anketēti auditorijās (parasti 40-50 cilvēku grupās).

Strādājošie respondenti tika anketēti uzņēmumu mācību centros, kad respondenti bija ieradušies uz kvalifikācijas paaugstināšanas kursiem. Parasti anketēšana notika frontāli, 10-12 cilvēku grupās.

Ja respondenti vēlējās uzzināt savus rezultātus, tad tika sarunāts laiks un interesenti ar rezultātiem tika iepazīstināti individuāli.

## ***Kopumā promocijas darba ietvaros***

- *STAI* izpildīja 1610 respondenti. Latviešu valodā anketas aizpildīja 514 vīrieši, no kuriem 131 bija studenti un 383 – strādājošie un 695 sievietes, no kurām 381 bija studente, 314 – strādājošas sievietes. Krievu valodā anketas aizpildīja 216 vīrieši, no kuriem 66 bija studenti, 150 - strādājošie un 185 sievietes, no kurām 105 bija studentes, 80 – strādājošas sievietes.
- Teilores trauksmes izpausmju skalu (*Taylor (1953) Manifest anxiety scale; TMAS*) izpildīja 58 vīrieši (studenti -33 latvieši, 25 - krievi) un 116 sievietes (studentes- 47 latvietes, 69 - krievietes).
- Subjektīvās kontroles lokusa noteikšanas anketu (*SKL, Олросник уровня субъективного контроля, Бажин, Гольякина & Эткин, 1993*) izpildīja strādājoši vīrieši - 399 latvieši un 150 krievi.

## Rezultāti

Kā tika norādīts darba ievadā, darba mērķis ir noskaidrot, vai pastāv atšķirības trauksmes rādītājos cilvēkiem no divām Latvijā dzīvojošām etniskām grupām (latviešiem un krieviem). Līdz ar to, tika izvirzīti sekojoši pētījuma pamatjautājumi:

1. Kāda ir trauksme un trauksmainība latviešiem dzimuma un vecuma apakšgrupās?
2. Kāda ir trauksme un trauksmainība Latvijā dzīvojošiem krieviem dzimuma un vecuma apakšgrupās?
3. Kādas atšķirības pastāv starp Latvijā dzīvojošu latviešu un krievu trauksmi un trauksmainību?

Lai realizētu izvirzīto mērķi, tika izvirzīts uzdevums adaptēt Spilbergera un kolēģu izstrādāto trauksmes un trauksmainības pašnovērtējuma anketu *STAI-Y*, izvirzot pētījuma papildjautājumu:

- Vai *STAI-Y* latviešu un krievu versijas psihometriskie rādītāji atbilst oriģinālās izlases psihometriskiem rādītājiem?

Pētījuma datu analīze tika dalīta trijās daļās. **Pirmajā daļā** tika analizēti testa adaptācijas gaitā iegūtie rezultāti un pārbaudīta latviešu un krievu versijas psihometrisko rādītāju atbilstība oriģinālās izlases rādītājiem, iegūstot atbildi uz izvirzīto pētījuma papildjautājumu.

**Otrajā daļā** tika analizētas trauksme un trauksmainība latviešiem, kas ļāva atbildēt uz 1. pētījuma jautājumu. Tika atbildēts uz 2. jautājumu par Latvijā dzīvojošu krievu trauksmi un trauksmainību.

**Trešajā daļā** tika veikts latviešu un krievu trauksmes un trauksmainības rādītāju salīdzinājums dzimuma, vecuma un nodarbošanās apakšgrupās, iegūstot atbildi uz 3. pētījuma jautājumu.



## ***STAI-Y adaptācija Latvijā latviešu un krievu valodā***

*STAI-Y* latviešu un krievu versijas adaptācijas mērķis ir noskaidrot, vai *STAI-Y* formas latviešu un krievu versijas psihometriskie rādītāji atbilst oriģinālās izlases psihometriskiem rādītājiem.

### **STAI tulkošanas procedūra**

*STAI-Y* forma tika tulkota no angļu valodas uz latviešu valodu, iegūto tulkojumu neatkarīgs eksperts tulkoja atpakaļ uz angļu valodu (*Hambelton & Patsula, 1999; Van de Vijver & Hambleton, 1996*). Tulkošanu veica psiholoģijas maģistri, kas brīvi pārvalda angļu valodu. Tālāk ekspertu grupa, kuras sastāvā bija 3 psiholoģijas maģistri, pārrunāja iegūto rezultātu un vienojās par galīgo versiju.

Tika veikts pārbaudes pētījums adaptētajai testa versijai. Tika anketēti 40 psiholoģijas studenti, kuriem tika lūgts atzīmēt jautājumus, kuri, viņuprāt, nav skaidri noformulēti. Ņemot vērā studentu ieteikumus, tika izstrādāta tulkotā testa pamatversija. Sevišķa vērība tika pievērsta dubulto noliegumu izslēgšanai no *STAI-Y* latviskās versijas.

Tika veikts pilotpētījums, kurā piedalījās ap 15 cilvēkiem no katras vecuma grupas (19–39; 40–49; 50–69). Lai testu varētu izmantot starpkulturāliem pētījumiem, tika veikts retesta pētījums, kurā piedalījās angļu valodas skolotāju programmas 3. kursa studentes, kas testu izpildīja latviski un pēc 1,5 stundas – angliski.

Pilotpētījuma un retesta izpildes laikā iegūtie respondentu ierosinājumi tika apspriesti galējā varianta izstrādes laikā.

Pēc analoga plāna notika krieviskās versijas izstrāde, tulkošanu veica citi eksperti, kas labi pārzināja krievu un angļu valodu.

Lai pārbaudītu, vai *STAI-Y* latviešu un krievu versijas lietojamas starpkulturālos pētījumos, tika veikta angļu, latviešu un krievu *STAI* versiju salīdzināšana. 15 psiholoģijas studenti, kas labi pārvalda gan latviešu, gan krievu valodu, vispirms izpildīja *STAI* latviski, pēc 1,5 stundas – krieviski.

## **STAI-Y latviešu un krievu versijas normas**

Tika aprēķināti STAI aprakstošās statistikas rādītāji latviešu un krievu izlasē.

4.1. tabula. STAI aprakstošās statistikas rādītāji latviešu izlasē dažādās vecuma grupās.

	19 - 39		40 - 49		50 - 69	
	Vīr.	Siev.	Vīr.	Siev.	Vīr.	Siev.
	289 <sup>a</sup>	594 <sup>a</sup>	88 <sup>a</sup>	84 <sup>a</sup>	61 <sup>a</sup>	17 <sup>a</sup>
<b>T-stāvoklis</b>						
Vid.	33,66	38,43	35,26	36,74	35,49	35,18
St.nov.	7,75	10,45	9,21	7,69	8,71	7,78
alfa	0,89	0,92	0,92	0,89	0,90	0,90
<b>T-iezīme</b>						
Vid.	37,27	43,0	36,6	40,73	37,43	42,12
St.nov.	7,98	9,11	7,09	8,73	7,78	9,49
alfa	0,87	0,90	0,84	0,90	0,83	0,91

<sup>a</sup> – izlases apjoms

Kā redzams 4.1. un 4.2. tabulā, T – stāvokļa rādītāji latviešu vīriešu un sieviešu izlasē svārstās robežās no 33,66 līdz 38,43 punktiem, krievu vīriešu un sieviešu izlasē – robežās no 35,76 līdz 46,00. T-stāvokļa un T-iezīmes standartnovirzes dažādās vecuma grupās latviešu un krievu izlasēs svārstās no 6,37 līdz 10,45 kas ir visai līdzīgi oriģinālās izlases standartnoviržu svārstībām.

4.2. tabula. STAI aprakstošās statistikas rādītāji krievu izlasē dažādās vecuma grupās.

	19 - 39		40 - 49		50 - 69	
	Vīr.	Siev.	Vīr.	Siev.	Vīr.	Siev.
	74 <sup>a</sup>	95 <sup>a</sup>	56 <sup>a</sup>	31 <sup>a</sup>	31 <sup>a</sup>	24 <sup>a</sup>
<b>T-stāvoklis</b>						
Vid.	35,76	36,21	37,61	45,61	39,77	46,00
St.nov.	10,33	9,97	11,86	14,01	10,77	13,55
Alfa	0,92	0,91	0,92	0,93	0,92	0,94
<b>T-iezīme</b>						
Vid.	35,41	39,3	38,89	48,19	40,77	48,88
St.nov.	6,37	8,98	9,28	9,42	6,85	10,39
alfa	0,79	0,90	0,87	0,90	0,76	0,89

<sup>a</sup> – izlases apjoms

Latviešu izlasē T-iezīmes rādītāji svārstās no 36,6 līdz 43, krievu izlasē – no 35,41 līdz 48,88 punktiem. Lai noteiktu STAI-Y latviešu un krievu versija

standartizētos punktus, tika aprēķinātas *STAI* rezultātu percentiles. Veicot empīriskā sadalījuma izlīdzināšanu ar normālu sadalījumu, tika aprēķināti *STAI-Y* latviešu un krievu versijas percentiles un standartpunkti (skat. pielikuma P1. un P2. tabulas).

### **STAI-Y latviešu un krievu versijas stabilitāte**

#### **STAI iekšējā struktūra**

Pārbaudot rezultātu ticamību, noteikta testa iekšējā saskaņotība, izmantojot Kronbaha alfas koeficientu. Kā redzams 4.1. un 4.2. tabulā, gan latviešu, gan krievu izlasē iekšējās saskaņotības rādītāji ir augsti, līdzīgi oriģinālās izlases rādītājiem – latviešu izlasē tie svārstās no 0,83 līdz 0,92, krievu izlasē no 0,76 līdz 0,94.

Korelācija starp *STAI-Y* T–stāvokļa un T–iezīmes skalu rādītājiem oriģinālajā izlasē strādājošiem un augstskolu studentiem ir robežās no 0,59 līdz 0,75. Gan latviešu, gan krievu izlasē sakarība starp *STAI-Y* abām daļām ir statistiski nozīmīga pie  $p < 0,01$  un atrodas robežās starp 0,34 līdz 0,83.

#### **Testa – retesta rezultāti.**

*STAI-Y* ticamība tika noteikta arī pēc testa – retesta rādītājiem.

4.3. tabula. *Retesta rezultāti latviešu un krievu studentu grupā.*

studenti	Testa - retesta intervāli					
	<u>7 dienas</u>		<u>60 dienas</u>			
	<u>latvieši</u>	<u>krievi</u>	<u>latvieši</u>			
	N	r	N	r	N	r
<u>T–stāvoklis</u>						
vīrieši	22	0,87**	26	0,79**		
sievietes	72	0,87**	35	0,87**	34	0,85**
<u>T–iezīme</u>						
vīrieši	22	0,67**	26	0,60**		
sievietes	72	0,60**	35	0,56**	34	0,47**

\*\* - korelācija statistiski nozīmīga pie  $p < 0,01$

T–iezīmes retesta ticamības rādītāji (skat. 4.3. tabulu) ir robežās no 0,85 līdz 0,87 latviešu studentu grupā un no 0,79 līdz 0,87 krievu studentu grupā, kas ir līdzīgi oriģinālās izlases rezultātiem (attiecīgi no 0,65 līdz 0,75). Retestu veica arī studenti, kas studē angļu valodu. Vispirms viņi izpildīja *STAI-Y* latviski, pēc 1,5 stundas – angļiski. Sakarība starp iegūtajiem T–iezīmes rādītājiem ir 0,89 ( $p < 0,01$ ), kas norāda, ka praktiski testu var uzskatīt par identisku angļiskajam variantam un lietot starpkulturāliem pētījumiem.

*STAI-Y* latviešu un krievu versijas ar 1,5 stundu intervālu izpildīja 15 studenti, kas pietiekami labi pārzin abas valodas. Korelācija starp T-iezīmes rādītājiem ir 0,84 ( $p < 0,01$ ), kas norāda, ka *STAI* latviešu un krievu versijas var uzskatīt par identiskām un lietot starpkulturāliem pētījumiem.

Lai gan arī T-stāvokļa rādītāju sakarības pēc retesta ir statistiski nozīmīgas, (robežās no 0,47 līdz 0,67 latviešu izlasē un 0,56 un 0,60 krievu izlasē), tās nav tik ciešas un apstiprina *STAI-Y* 1. daļas jūtīgumu pret situācijas noteiktām izmaiņām.

Tika aprēķināti atsevišķu izteikumu rādītāju korelācijas koeficienti ar T-stāvokļa un T-iezīmes rādītājiem. Aplūkojot pielikuma P5.1, P5.2, P5.3., P5.4. tabulas, redzams, ka pastāv nepietiekosa korelācija starp T-iezīmes un 24. izteikuma (*Es gribu būt tik pat laimīgs/a, cik laimīgi izskatās citi*) rādītājiem latviešu versijai: vīriešu izlasē - 0,05, sievietēm - 0,25; krievu versijai: vīriešiem - 0,29, sievietēm - 0,32, kas norāda, ka šis izteikums gan latviešu, gan krievu versijā šis izteikums nedarbojas kā trauksmainības indikators.

Latviešu versijā vājas korelācijas pastāv arī starp T-iezīmes un 38. izteikuma rādītājiem vīriešiem (0,50), T-stāvokļa un 4.(0,40), 14. (0,50) 16.(0,50) izteikuma rādītājiem sievietēm. Krievu versijā vājas korelācijas pastāv starp T-stāvokļa un 15.(0,45), un 19.(0,47) izteikuma rādītājiem vīriešu izlasē, 2. (0,42) un 15.(0,45) izteikuma rādītājiem sieviešu izlasē. Starp T-iezīmes un 22. (0,50), 23. (0,44), 25. (0,50), 27. (0,47), 34. (0,24) rādītājiem vīriešu izlasē un 26. (0,48) un 34. (0,46) rādītājiem sieviešu izlasē.

### **STAI konkurējošās validitātes pārbaude**

*STAI-Y* validitātes pārbaude notika, nosakot konkurējošo validitāti, tika noteiktas sakarības starp *STAI-Y* un Teilores personīgās trauksmes skalas rādītājiem un subjektīvās kontroles lokusa vispārējās internalitātes skalas rādītājiem.

Oriģinālajā izlasē sakarība starp *STAI-X* un *TMAS* ir robežās no 0,79 līdz 0,83. Latviešu izlasē sakarība starp *STAI-Y* un *TMAS* ir 0,74 un 0,75, līdzīgi krievu izlasē - 0,73 un 0,76 ( $p < 0,01$ ), kas norāda, ka praktiski abas šīs metodikas var uzskatīt par līdzvērtīgiem trauksmes kā personības iezīmes mērinstrumentiem.

4.4. tabula. *T-iezīmes un subjektīvā kontroles lokusa vispārējās internalitātes skalas rādītāju sakarību salīdzinājums.*

	<b>T-iezīme</b>	
	<b>latvieši</b> (n=399)	<b>krievi</b> (n=150)
SKL I <sub>0</sub>	-0,25**	-0,21**

\*\* - $p < 0,01$

Gan latviešu, gan Latvijā dzīvojošo krievu respondentu strādājošo vīriešu apakšgrupās pastāv statistiski nozīmīgas sakarības starp T-iezīmes un subjektīvā kontroles lokusa vispārējās internalitātes skalas rādītājiem (skat. 4.4. tabulu).

#### **STAI konstruktū validitātes pārbaude**

Pārbaudot *STAI-Y* latviešu un krievu versijas konstruktū validitāti, tika veikta apstiprinošā faktoranalīze (skat. 4.5.1. un 4.5.2. tabulas), līdzīgi kā oriģinālajā izlasē izdalot 4 faktorus (skat. pielikumā P6. tabulu).

Latviešu un krievu versijas *STAI-Y* rezultātu faktoru struktūras modeļi gan sievietēm, gan vīriešiem izlasē 1. faktoru pārsvarā veido T-stāvokļa izteikumi, taču atšķirībā no oriģinālās izlases tie nesadalās pozitīvajos un negatīvajos izteikumos.

Latviešu sievietēm izlasē 2. faktoru veido visi T-iezīmes izteikumi, izņemot 24. jautājumu, bet 3. faktoru – pamatā veido gan daži T-stāvokļa un T-iezīmes pozitīvie izteikumi. Latviešu vīriešiem izlasē 2. faktoru, līdzīgi kā sievietēm izlasē, veido daži T-stāvokļa un T-iezīmes pozitīvie izteikumi, bet 3. faktoru – T-iezīmes negatīvie izteikumi (bez 24. izteikuma).

Krievu izlasē 3. faktoru veido T-stāvokļa un T-iezīmes pozitīvie izteikumi, 4. faktoru krievu vīriešiem izlasē – T-stāvokļa un T-iezīmes negatīvie izteikumi.

*STAI-Y* latviešu versijas faktoru struktūrā gan sievietēm, gan vīriešiem izlasēs un krievu sievietēm izlasē nav iespējama 4. faktora psiholoģiskā interpretācija.

Latviešu versijas 14. un 24. izteikums neietilpst nevienā no 4. faktoriem, bet 16. un 20. izteikumi ietilpst vīriešiem izlasē 2. faktorā un sievietēm izlasē 3. faktorā, ko pārsvarā veido T-iezīmes pozitīvie rādītāji.

Krievu versijas 15. izteikums vīriešiem izlasē neietilpst nevienā faktorā, 34. izteikums ar nelielu rādītāju (0,38) ietilpst 4. faktorā, bet 40. izteikums ietilpst 1. faktorā, ko veido T-stāvokļa rādītāji.

Krievu versijas sieviešu izlases faktoru struktūra maz līdzinās oriģinālās izlases faktoru struktūrai, kas varētu būt skaidrojams ar nelielu izlases apjomu. 7., 9., 13., 14., 17. un 18. izteikumi neietilpst 1. faktorā, ko visās izlasēs veido T-stāvokli nosakošie izteikumi, bet ietilpst 3. faktorā. Krievu versijas 14. izteikums sieviešu izlasē ar nelielu rādītāju (0,38) ietilpst 4. faktorā. 24. un 26. izteikumi neietilpst nevienā no 4. faktoriem, bet 21., 25., 27., 33., 34., 39. izteikumi veido 4. faktoru un neietilpst 2. faktorā, ko citās izlasēs veido T-iezīmes izteikumi.

Apkopojot izteikumu un T-stāvokļa un T-iezīmes rādītāju korelāciju analīzē un faktoru analīzē iegūto, varam secināt, ka 24. izteikums (*Es gribu būt tik pat laimīgs a, cik laimīgi izskatās citi*) gan latviešu, gan krievu versijā nedarbojas kā trauksmainības indikators. Turpinot *STAI-Y* psihometrisko rādītāju pārbaudi, jāpievērš uzmanība 4., 14., 16., 34. izteikumu formulējumiem gan latviešu, gan krievu versijās.

### **Secinājumi**

Nosakot *STAI-Y* formas latviešu un krievu versiju iekšējo saskaņotību, retesta ticamību, konkurējošo un konstruktū validitāti, tika iegūta atbilde uz **pētījuma papildjautājumu** - vai *STAI-Y* formas latviešu un krievu versijas psihometriskie rādītāji atbilst oriģinālās izlases psihometriskiem rādītājiem? - :

**Nosakot *STAI-Y* latviešu un krievu versijas psihometriskos rādītājus, konstatēts, ka:**

- *STAI-Y* latviešu un krievu versiju **validitātes rādītāji** saskan ar oriģinālā testa validitātes rādītājiem (iekšējā saskaņotība, retesta ticamība, konkurējošā validitāte),
- *STAI-Y* latviešu un krievu versiju **faktoru struktūra** daļēji saskan ar oriģinālā testa psihometriskajiem rādītājiem,

kas ļauj izdarīt secinājumu, ka *STAI-Y* latviešu un krievu versija var tikt lietota Latvijā trauksmes un trauksmainības pētījumos.

4.5.1. tabula. STAI-Y faktoranalīzes rezultāti latviešu izlasē.

	Vīrieši (n=438)				Sievietes (n=695)			
	1. Faktors	2. Faktors	3. Faktors	4. Faktors	1. Faktors	2. Faktors	3. Faktors	4. Faktors
T - stāvoklis								
J1*	0,67				0,67			
J2	(0,39)				0,51			
J3	0,56				0,66			
J4	0,42				0,44			
J5	0,60				0,64			
J6	0,44				0,49			
J7	0,62				0,61			
J8	0,56	0,40			0,61			
J9	0,50				0,63			
J10	0,43				0,46		0,41	
J11	0,48				0,40		0,50	
J12	0,65				0,73			
J13	0,53				0,55			
J14								
J15	0,55				0,63			
J16		0,48					0,43	
J17	0,62				0,74			
J18	0,49				0,57			
J19	0,60				0,61		0,42	
J20		0,54					0,57	
T-iezīme								
J21		0,66				(0,39)	0,55	
J22			0,52			0,59		
J23		0,65				0,41	0,59	
J24								
J25			0,43			0,40		
J26		0,43				0,41		
J27		0,45				0,52		
J28			0,49			0,48		
J29			0,44			0,64		
J30		0,57				(0,39)	0,45	
J31			0,49			0,59		
J32			0,42			0,51	0,43	
J33		0,55				0,38	0,43	
J34		0,47				0,40		
J35			0,47			0,44		
J36		0,58				(0,39)	0,48	
J37			0,54			0,61		
J38			0,53			0,59		
J39		0,50				0,58		
J40			0,50			0,62		

Extraction Method: Principal Axis Factoring. Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.

\* - pozitīvi formulētie izteikumi

4.5.2. tabula. *STAI-Y faktoranalīzes rezultāti Latvijā dzīvojošu krievu izlasē.*

	Latvijā dzīvojošu krievu vīrieši (n= 216)				Latvijā dzīvojošas krievu sievietes (n=185)			
	1. faktors	2. faktors	3. faktors	4. faktors	1. faktors	2. faktors	3. faktors	4. faktors
<u>T-stāvoklis</u>								
<u>J1*</u>	0,62				0,43		0,46	
<u>J2</u>	0,43				0,34			0,53
<u>J3</u>	0,68				0,49		(0,38)	
<u>J4</u>	0,44	0,43			0,36			
<u>J5</u>	0,47		0,47		0,62			
<u>J6</u>	0,65				0,42			
<u>J7</u>	0,48				0,21		0,59	
<u>J8</u>	0,29				0,71			
<u>J9</u>	0,71						0,58	
<u>J10</u>			0,46		0,69			
<u>J11</u>					0,48			
<u>J12</u>	0,75				0,40		0,68	
<u>J13</u>	0,67				0,20		0,68	
<u>J14</u>	0,55	0,48						(0,38)
<u>J15</u>					0,58			
<u>J16</u>	(0,39)		0,62		0,69			
<u>J17</u>	0,71				0,23		0,65	
<u>J18</u>	0,63						0,51	
<u>J19</u>			0,52		0,51		0,30	
<u>J20</u>			0,58		0,62			(0,39)
<u>T-iezīme</u>								
<u>J21</u>		0,46	0,41		0,41			0,53
<u>J22</u>		0,40				0,43		
<u>J23</u>		0,44			0,38	0,52		
<u>J24</u>				(0,38)				
<u>J25</u>				0,42		0,40		0,42
<u>J26</u>		0,62			0,47			
<u>J27</u>		(0,36)	0,39					0,45
<u>J28</u>				0,42		0,44		
<u>J29</u>		0,59				0,57		
<u>J30</u>		0,54	0,49		0,44	0,48		
<u>J31</u>		0,52				0,60		
<u>J32</u>		0,59				0,69		
<u>J33</u>								0,58
<u>J34</u>				(0,38)				0,49
<u>J35</u>		0,51				0,45		
<u>J36</u>		0,42	0,57		0,43	0,43		(0,39)
<u>J37</u>		0,61				0,60		
<u>J38</u>		0,52				0,57		
<u>J39</u>		0,46						0,47
<u>J40</u>	0,45	0,39				0,58		

*Extraction Method: Principal Axis Factoring. Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.*

\* - pozitīvi formulēne izteikumi



## ***Latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu trauksme dzimuma un vecuma apakšgrupās***

### **Trauksme un trauksmainība latviešiem dzimuma un vecuma apakšgrupās**

Pēc pētījumā iegūto datu apkopošanas, tika veikta *STAI* rezultātu aprakstošās statistikas rādītāju analīze (skat.4.6. tabulu).

4.6. tabula. *Trauksmes un trauksmainības aprakstošās statistikas rādītāji latviešiem.*

	T-stāvoklis		T-iezīme	
	vīr.	siev.	vīr.	siev.
	514 <sup>a</sup>	695 <sup>a</sup>	514 <sup>a</sup>	695 <sup>a</sup>
vid.	34,95	38,15	37,83	42,70
st. nov.	8,94	10,12	8,32	9,09
alfa	0,87	0,90	0,86	0,92

<sup>a</sup> – izlases apjoms

Pēc latviešu kopējās izlases trauksmes un trauksmainības aprakstošās statistikas rādītājiem redzams, ka sievietēm T-stāvokļa rādītāji variē no minimālās iespējamās robežas – 20 līdz 72 punktiem, vīriešiem – no 20 līdz 68 punktiem. T-iezīmes rādītāji sievietēm atrodas robežās no 21 līdz 74 punktiem, vīriešiem no 21 līdz 73 punktiem. Tātad - ne vīriešu, ne sieviešu izlasē neviens respondents nav ieguvis maksimālo iespējamo (80 punkti) trauksmes vai trauksmainības novērtējumu.

Pēc *STAI-Y* rezultātu procentiņu tabulas (skat. pielikumā P1.tabulu), ko var izmantot, salīdzinot atsevišķa indivīda rezultātus ar izlases vidējiem trauksmes un trauksmainības rādītājiem.

## Trauksme un trauksmainība sievietēm vecuma apakšgrupās

Dispersiju analīzes rezultāti latviešu sieviešu izlases vecuma apakšgrupās (skat. 4.7. tabulu) parāda, ka latviešu sieviešu izlasē piederība noteiktai vecuma apakšgrupai statistiski nozīmīgi ( $p < 0,01$ ) ietekmē T-stāvokļa un T-iezīmes rezultātus.

Kā redzams 4.7. tabulā, latviešu sieviešu izlases T-stāvokļa un T-iezīmes rādītājiem vecuma apakšgrupās vērojama tendence veidot U veida līkni.

4.7. tabula. *Latviešu sieviešu trauksmes un trauksmainības aprakstošās un secinošās statistikas rezultāti vecuma apakšgrupās.*

	latviešu sievietes			
	19-25	26-35	36-45	46-55
	424 <sup>a</sup>	121 <sup>a</sup>	112 <sup>a</sup>	37 <sup>a</sup>
<u>T-stāvoklis</u>				
vid.	39,71	34,71	36,5	36,73
st.nov.	10,76	8,54	8,52	7,90
Fišera kritērijs		7,6**		
<u>T-iezīme</u>				
vid.	43,95	40,55	40,53	42,27
st.nov.	9,12	8,90	7,97	10,31
Fišera kritērijs		5,71**		

<sup>a</sup> – izlases apjoms; \*\*  $p < 0,01$

Lai salīdzinātu T-stāvokļa un T-iezīmes vidējās vērtības vecuma apakšgrupās, tika izmantota *Least significant difference (LSD)* metode no *General Linear Model (GLM)*<sup>16</sup>. Latviešu sieviešu izlasē vecuma apakšgrupās konstatētas sekojošas statistiski nozīmīgas atšķirības:

T-stāvokļa rādītāji 19-25 gadu vecuma apakšgrupā (apzīmē ar I) ir statistiski nozīmīgi augstāki kā 26-35 un 36-45 gadu vecuma apakšgrupās ( $I-J_{26-35} = 1,02$ ,  $p < 0,01$ ;  $I-J_{36-45} = 1,06$ ,  $p < 0,05$ ).

T-iezīmes rādītāji latviešu sieviešu izlasē 19-25 gadu vecuma apakšgrupā (I) ir statistiski nozīmīgi augstāki kā 26-35 un 36-45 gadu vecuma apakšgrupās ( $I-J_{26-35} = 0,93$ ,  $p < 0,01$ ;  $I-J_{36-45} = 0,95$ ,  $p < 0,05$ ).

<sup>16</sup> *Post hoc* testa rezultāti, kur:

I – pirmās grupas vidējās aritmētiskās vērtības.

J – otrās grupas vidējās aritmētiskās vērtības.

I-J – abu vidējo starpība

## Trauksme un trauksmainība latviešu vīriešiem vecuma apakšgrupās

Veicot dispersiju analīzi latviešu vīriešu izlases vecuma apakšgrupās (skat. 4.8. tabulu), tika konstatēts, ka piederība noteiktai vecuma apakšgrupai statistiski nozīmīgi ( $p < 0,01$ ) ietekmē T-stāvokļa un T-iezīmes rezultātus.

Kā redzams 4.8. tabulā, latviešu vīriešu izlases T-stāvokļa un T-iezīmes rādītājiem vecuma apakšgrupās vērojama tendence veidot U veida līkni.

4.8. tabula. *Latviešu vīriešu trauksmes un trauksmainības aprakstošās un secinošās statistikas rezultāti vecuma apakšgrupās.*

	latviešu vīrieši				
	19-25	26-35	36-45	46-55	56-69
	155 <sup>a</sup>	167 <sup>a</sup>	100 <sup>a</sup>	70 <sup>a</sup>	22 <sup>a</sup>
<b>T-stāvoklis</b>					
vid.	37,75	32,84	33,82	34,69	37,05
st.nov.	10,28	7,22	8,66	8,25	9,08
Fišera kritērijs			7,18**		
<b>T-iezīme</b>					
vid.	41,20	35,96	36,10	37,14	38,27
st.nov.	9,67	7,31	7,08	7,00	7,76
Fišera kritērijs			10,37**		

<sup>a</sup> – izlases apjoms; \*\* $p < 0,01$

Lai salīdzinātu T-stāvokļa un T-iezīmes vidējās vērtības vecuma apakšgrupās, tika izmantota *Least significant difference (LSD)* metode no *General Linear Model (GLM)*.

Latviešu vīriešu izlasē vecuma apakšgrupās konstatētas sekojošas statistiski nozīmīgas atšķirības:

T-stāvokļa rādītāji 19-25 gadu vecuma apakšgrupā (I) ir statistiski nozīmīgi augstāki kā 26-35, 36-45 un 46-55 gadu vecuma apakšgrupās ( $I-J_{26-35} = 4,91$ ,  $p < 0,01$ ;  $I-J_{36-45} = 3,94$ ,  $p < 0,01$ ;  $I-J_{46-55} = 3,07$ ,  $p < 0,05$ ).

56-69 gadu vecuma apakšgrupas (I) trauksmes rādītājs statistiski nozīmīgi augstāks kā 26-35 gadu apakšgrupas attiecīgais rādītājs ( $I-J_{26-35} = 4,20$ ,  $p < 0,05$ ).

T-iezīmes rādītāji latviešu vīriešu izlasē 19-25 gadu vecuma apakšgrupā (I) ir statistiski nozīmīgi augstāki kā 26-35, 36-45 un 46-55 gadu vecuma apakšgrupās ( $I-J_{26-35} = 5,23$ ,  $p < 0,01$ ;  $I-J_{36-45} = 5,1$ ,  $p < 0,01$ ;  $I-J_{46-55} = 4,06$ ,  $p < 0,01$ ).

## Trauksmes un trauksmainības rādītāju dzimumatšķirības latviešiem

Latviešu izlasē kopumā vērojamas tendence pastāvēt gan T-stāvokļa, gan T-iezīmes rādītāju dzimumatšķirībām (skat. 4.6. tabulu), taču statistiski nozīmīga dzimuma ietekme uz trauksmes un trauksmainības rādītājiem ar dispersiju analīzi netika konstatēta ( $F_{T\text{-stāvoklis}}=0,062$ ,  $p>0,05$ ;  $F_{T\text{-iezīme}}=1,912$ ,  $p>0,05$ ).

4.9. tabula. *Latviešu vīriešu un sieviešu trauksmes un trauksmainības aprakstošās un secinošās statistikas rezultāti vecuma apakšgrupās.*

	19-25		26-35		36-45		46-55	
	vīr.	siev.	vīr.	siev.	vīr.	siev.	vīr.	siev.
	155 <sup>a</sup>	424 <sup>a</sup>	167 <sup>a</sup>	121 <sup>a</sup>	100 <sup>a</sup>	112 <sup>a</sup>	70 <sup>a</sup>	37 <sup>a</sup>
<u>T-stāvoklis</u>								
vid.	37,75	39,71	32,84	34,71	33,82	36,50	34,69	36,73
st.nov.	10,28	10,76	7,22	8,54	8,66	8,52	8,25	7,90
t kritērijs	-1,96 (p<0,05)		-2,01 (p<0,05)		-2,25 (p<0,05)		-1,24 (p>0,05)	
<u>T-iezīme</u>								
vid.	41,20	43,95	35,96	40,55	36,10	40,53	37,14	42,27
st.nov.	9,67	9,12	7,31	8,90	7,08	7,97	7,00	10,31
t kritērijs	-3,16 (p<0,01)		-4,76 (p<0,01)		-4,26 (p<0,01)		-3,05 (p<0,05)	

<sup>a</sup> – izlases apjoms

Veicinot salīdzinošo analīzi (skat.4.9. tabulu), latviešu izlasē statistiski nozīmīgas trauksmes dzimumatšķirības konstatētas 19-25; 26-35 un 36-45 gadu vecuma apakšgrupās. Visās minētajās apakšgrupās augstāki ir sieviešu trauksmes rādītāji.

Statistiski nozīmīgas trauksmainības rādītāju dzimumatšķirības konstatētas visās vecuma apakšgrupās, visos gadījumos augstāki ir sieviešu trauksmainības rādītāji.

Pārbaudot latviešu izlasē dzimuma un vecuma kopīgo ietekmi uz trauksmes un trauksmainības rādītājiem ar dispersiju analīzi, statistiski nozīmīga ietekme netika konstatēta ( $F_{T\text{-stāvoklis}}=0,529$ ,  $p>0,05$ ;  $F_{T\text{-iezīme}}=0,993$ ,  $p>0,05$ ).

## Trauksmainību raksturojošo izteikumu analīze latviešu izlasē

Tika veikta T-iezīmi veidojošo izteikumu vidējo rādītāju analīze latviešu izlasē.

4.10. tabula. *Izteikumi, kas latviešu sievietēm izlasē ieguvuši augstākos vidējos rādītājus.*

izt. nr.	izteikums	vid.	st.nov.
26	Jūtos atpūties*	2,60	0,79
40	Es saspringstu, kad domāju par savām raizēm	2,57	0,85
24	Es gribu būt tikpat laimīgs, cik laimīgi izskatās citi	2,52	0,91
34	Es viegli pieņemu lēmumus*	2,40	0,88
29	Daudz uztraucos par to, kas patiesībā ir nesvarīgs	2,31	0,85

\* Pēc STAI atslēgas, aprēķinot T-stāvokļa rādītājus, pozitīvie izteikumi tiek pārkodēti kā negatīvie

Latviešu sievietēm izlasē augstākos vidējos rādītājus ieguvuši 26., 40., 24., 34., 29. izteikumi (skat. 4.10. tabulu, pārējo jautājumu vidējos rādītājus skat. pielikumā P3.1. tabulā). 55,4% latviešu sievietēm norāda (skat. pielikuma P3.6 tabulu), ka reti vai gandrīz nekad nejūtas atpūtušās (26.). 52,5% latviešu sievietēm bieži vai gandrīz vienmēr saspringst, domājot par savām raizēm (40.). 56,6% latviešu sievietēm vienmēr vai gandrīz vienmēr vēlas būt tikpat laimīgas, kā izskatās citi (24.). 61,8% latviešu sievietēm bieži vai gandrīz vienmēr uztraucas par to, kas patiesībā ir nesvarīgs (29.).

4.11. tabula. *Izteikumi, kas latviešu vīriešiem izlasē ieguvuši augstākos vidējos rādītājus.*

izt. nr.	izteikums	vid.	st.nov.
24	Es gribu būt tikpat laimīgs, cik laimīgi izskatās citi	2,80	0,96
26	Jūtos atpūties*	2,36	0,85
40	Es saspringstu, kad domāju par savām raizēm	2,11	0,79

\* Pēc STAI atslēgas, aprēķinot T-stāvokļa rādītājus, pozitīvie izteikumi tiek pārkodēti kā negatīvie

Latviešu vīriešiem izlasē augstākos rādītājus ieguvuši 24., 26., 40., izteikumi (skat. 4.11. tabulu).

60,1% latviešu vīriešiem norāda (24.), ka bieži vai gandrīz vienmēr vēlas izskatīties tik pat laimīgi, kā izskatās citi. 79,7% latviešu vīriešiem atzīmē, ka bieži vai gandrīz vienmēr saspringst, kad domā par savām raizēm (skat. pielikuma P3.6 tabulu).

## Secinājumi:

Uz 1. pētījuma pamatjautājumu: “kāda ir trauksme un trauksmainība latviešiem dzimuma un vecuma apakšgrupās?” iegūta sekojoša atbilde:

Pētot trauksmi un trauksmainību latviešu izlasē dzimuma un vecuma apakšgrupās, konstatēts, ka:

- sieviešu un vīriešu T-stāvokļa un T-iezīmes vidējiem rādītājiem vecuma apakšgrupās ir tendence veidot U veida līkni.
- sieviešu un vīriešu piederība noteiktai vecuma apakšgrupai statistiski nozīmīgi ietekmē T-stāvokļa un T-iezīmes rezultātus:
  - Latviešu sieviešu izlasē T-stāvokļa un T-iezīmes rādītāji 19-25 gadu vecuma apakšgrupā ir statistiski nozīmīgi augstāki kā 26-35 un 36-45 gadu vecuma apakšgrupās.
  - Latviešu vīriešu izlasē T-stāvokļa un T-iezīmes rādītāji 19-25 gadu apakšgrupā ir statistiski nozīmīgi augstāki kā 26-35, 36-45 un 46-55 gadu vecuma apakšgrupās, bet 56-69 gadu vecuma apakšgrupas trauksmes (T-stāvokļa) rādītājs statistiski nozīmīgi augstāks kā 26-35 gadu apakšgrupas attiecīgais rādītājs.
- pastāv statistiski nozīmīgas trauksmes un trauksmainības dzimumatšķirības gan kopējā izlasē, gan atsevišķās vecuma apakšgrupās. Statistiski nozīmīgi augstāki T-stāvokļa rādītāji sievietēm konstatēti 26-35 un 36-45 gadu vecuma apakšgrupās, T-iezīmes - 19-25, 26-35, 36-45 un 46-55 gadu vecuma apakšgrupās.
- Latviešu vīriešu izlasē augstākos rādītājus ieguvuši 24., 26., 40., izteikumi, sieviešu izlasē - 26., 40., 24., 34., 29. izteikumi

## Trauksme un trauksmainība Latvijā dzīvojošiem krieviem dzimuma un vecuma apakšgrupās

Pēc pētījumā iegūto datu apkopošanas, tika veikta *STAI* rezultātu aprakstošās statistikas rādītāju analīze (skat.4.12. tabulu).

4.12. tabula. *Trauksmes un trauksmainības aprakstošās statistikas rādītāji Latvijā dzīvojošiem krieviem.*

	T-stāvoklis		T-iezīme	
	vīr.	siev.	vīr.	siev.
	216 <sup>a</sup>	185 <sup>a</sup>	216 <sup>a</sup>	185 <sup>a</sup>
vid.	37,36	39,39	39,19	41,99
st. nov.	10,81	11,62	9,03	9,81
alfa	0,89	0,90	0,86	0,87

<sup>a</sup> – izlases apjoms

Pēc Latvijā dzīvojošu krievu kopējās izlases trauksmes un trauksmainības aprakstošās statistikas rādītājiem redzam, ka sievietēm T-stāvokļa rādītāji variē no minimālās iespējamās robežas – 20 līdz 68 punktiem, vīriešiem – no 20 līdz 80 (maksimālā iespējamā robeža) punktiem. T-iezīmes rādītāji sievietēm atrodas robežās no 20 līdz 77 punktiem, vīriešiem no 20 līdz 66 punktiem.

Pielikumā P1. tabulā dota *STAI Y* krievu versijas rezultātu procentiņu tabula, P2 tabulā – *STAI-Y* krievu versijas standartpunkti.

## Trauksme un trauksmainība sievietēm vecuma apakšgrupās

Latvijā dzīvojošu krievu sieviešu T-stāvokļa rādītājiem ir tendence pieaugt, pieaugot respondentu vecumam (skat. 4.13. tabulu). T-iezīmes rādītājiem vecuma apakšgrupās ir tendence veidot U veida līkni.

Tika veikta dispersiju analīze vecuma apakšgrupās. Kā redzams 4.13. tabulā, piederība noteiktai vecuma apakšgrupai Latvijā dzīvojošu krievu izlasē statistiski nozīmīgi ( $p < 0,01$ ) ietekmē T-stāvokļa un T-iezīmes rezultātus.

Lai salīdzinātu T-stāvokļa un T-iezīmes vidējās vērtības vecuma apakšgrupās, tika izmantota *Least significant difference (LSD)* metode no *General Linear Model (GLM)*.

4.13. tabula. *Latvijā dzīvojošu krievu sieviešu trauksmes un trauksmainības aprakstošās un secinošās statistikas rezultāti vecuma apakšgrupās.*

	Krievu sievietes			
	19-25	26-35	36-45	46-55
	104 <sup>a</sup>	24 <sup>a</sup>	11 <sup>a</sup>	45 <sup>a</sup>
<u>T-stāvoklis</u>				
vid.	36,70	36,17	37,36	47,18
st.nov.	9,74	8,04	11,01	13,26
Fišera kritērijs		10,36**		
<u>T-iezīme</u>				
vid.	39,39	38,08	44,18	48,89
st.nov.	8,99	5,61	9,55	9,07
Fišera kritērijs		13,59**		

<sup>a</sup> – izlases apjoms; \*\* $p < 0,01$

Latvijā dzīvojošu krievu sieviešu izlasē vecuma apakšgrupās konstatētas sekojošas statistiski nozīmīgas atšķirības:

T-stāvokļa rādītāji 46-55 gadu vecuma apakšgrupā (apzīmē ar I) ir statistiski nozīmīgi augstāki kā pārējās vecuma apakšgrupās ( $I-J_{19-25} = 10,47$ ,  $p < 0,01$ ;  $I-J_{26-35} = 11,01$ ,  $p < 0,01$ ;  $I-J_{36-45} = 9,814$ ,  $p < 0,05$ ).

T-iezīmes rādītāji krievu sieviešu izlasē 46-55 gadu vecuma apakšgrupā ir statistiski nozīmīgi augstāki kā 19-25 un 26-35 gadu vecuma apakšgrupās ( $I-J_{19-25} = 9,5$ ,  $p < 0,01$ ;  $I-J_{26-35} = 10,81$ ,  $p < 0,01$ ).



## Trauksme un trauksmainība Latvijā dzīvojošiem krievu vīriešiem vecuma apakšgrupās

Aplūkojot Latvijā dzīvojošu krievu vīriešu izlases rādītājus vecuma apakšgrupās (skat. 4.14. tabulu), vērojama gan T-stāvokļa gan T-iezīmes rādītāju tendence veidot U veida līkni.

Veicot dispersiju analīzi Latvijā dzīvojošu krievu vīriešu vecuma apakšgrupās (skat. 4.14. tabulu), tika konstatēts, ka piederība noteiktai vecuma apakšgrupai statistiski nozīmīgi ( $p < 0,05$ ) ietekmē T-iezīmes rezultātus.

4.14. tabula. *Latviešu vīriešu trauksmes un trauksmainības aprakstošās un secinošās statistikas rezultāti vecuma apakšgrupās.*

	krievu vīrieši			
	19-25 74 <sup>a</sup>	26-35 44 <sup>a</sup>	36-45 43 <sup>a</sup>	46-55 54 <sup>a</sup>
<u>T-stāvoklis</u>				
vid.	37,35	34,84	37,63	39,19
st.nov.	11,04	7,92	10,8	12,43
Fišera kritērijs		0,99		
<u>T-iezīme</u>				
vid.	41,12	35,91	37,05	40,83
st.nov.	10,57	6,52	8,08	8,38
Fišera kritērijs		3,55*		

<sup>a</sup> – izlases apjoms; \* $p < 0,05$

Latvijā dzīvojošu krievu vīriešu izlasē vecuma apakšgrupās konstatētas sekojošas atšķirības:

Lai gan pēc dispersiju analīzes rezultātiem netika konstatēta statistiski nozīmīga vecuma apakšgrupu ietekme uz krievu vīriešu T-stāvokļa rādītājiem, tomēr rezultāti veido U veida līkni.

46-55 gadu vecuma apakšgrupā (apz. ar I) T-stāvokļa rādītāji ir statistiski nozīmīgi augstāki kā 26-35 gadu vecuma apakšgrupā ( $I-J_{46-55} = 4,34$ ,  $p < 0,05$ ).

T-iezīmes rādītāji krievu vīriešu izlasē 19-25 gadu vecuma apakšgrupā (I) ir statistiski nozīmīgi augstāki kā 26-35, 36-45 gadu vecuma apakšgrupās ( $I-J_{26-35} = 5,21$ ,  $p < 0,05$ ;  $I-J_{36-45} = 4,07$ ,  $p < 0,05$ ). Arī 46-55 gadu vecuma apakšgrupā (I) T-iezīmes rādītāji ir statistiski nozīmīgi augstāki kā 26-35, 36-45 gadu vecuma apakšgrupās ( $I-J_{26-35} = 4,92$ ,  $p < 0,05$ ;  $I-J_{36-45} = 3,78$ ,  $p < 0,05$ ).

## Trauksmes un trauksmainības rādītāju dzimumatšķirības Latvijā dzīvojošiem krieviem

Latvijā dzīvojošu krievu izlasē kopumā vērojamas tendence pastāvēt gan T-stāvokļa, gan T-iezīmes rādītāju dzimumatšķirībām, konstatēta statistiski nozīmīga dzimuma ietekme uz trauksmes un trauksmainības rādītājiem ( $F_{T\text{-stāvoklis}}=6,031$ ;  $p<0,05$ ;  $F_{T\text{-iezīme}}=11,057$ ;  $p<0,05$ ).

Latvijā dzīvojošu krievu vīriešu un sieviešu trauksmes un trauksmainības aprakstošās un salīdzinošās statistikas rezultāti pēc dzimuma vecuma apakšgrupās doti 4.13. tabulā.

4.15. tabula. *Latvijā dzīvojošu krievu vīriešu un sieviešu trauksmes un trauksmainības aprakstošās un secinošās statistikas rezultāti vecuma apakšgrupās.*

	19-25		26-35		36-45		46-55	
	vīr.	siev.	vīr.	siev.	vīr.	siev.	vīr.	siev.
	74 <sup>a</sup>	104 <sup>a</sup>	44 <sup>a</sup>	24 <sup>a</sup>	43 <sup>a</sup>	11 <sup>a</sup>	54 <sup>a</sup>	45 <sup>a</sup>
<u>T-stāvoklis</u>								
vid.	37,35	36,70	34,84	36,17	37,63	37,36	39,19	47,18
st.nov.	11,04	9,74	7,92	8,04	10,80	11,01	12,43	13,26
t kritērijs	0,41 ( $p>0,05$ )		-0,66 ( $p>0,05$ )		0,67 ( $p>0,05$ )		-3,09 ( $p<0,05$ )	
<u>T-iezīme</u>								
vid.	41,12	39,39	35,91	38,08	37,05	44,18	40,83	48,89
st.nov.	10,57	8,99	6,52	5,61	8,08	9,55	8,38	9,07
t kritērijs	1,17 ( $p>0,05$ )		-1,38 ( $p>0,05$ )		-2,52 ( $p<0,01$ )		-4,59 ( $p<0,01$ )	

<sup>a</sup> – izlases apjoms

Veicinot salīdzinošo analīzi (skat. 4.15. tabulu), statistiski nozīmīgas dzimumatšķirības trauksmes rādītājos konstatētas 46-55 gadīgo vecuma apakšgrupā, augstāki ir sieviešu trauksmes rādītāji.

Statistiski nozīmīgas dzimumatšķirības trauksmainības rādītājos konstatētas 36-45 un 46-55 gadu apakšgrupās, augstāki trauksmainības rādītāji vērojami sievietēm.

Latvijā dzīvojošu krievu izlasē tika konstatēta statistiski nozīmīga dzimuma un vecuma ietekme uz trauksmes un trauksmainības rādītājiem ( $F_{T\text{-stāvoklis}}=3,602$ ,  $p<0,05$ ,  $F_{T\text{-iezīme}}=6,657$ ,  $p<0,05$ ).

## **Trauksmainību raksturojošo izteikumu analīze Latvijā dzīvojošu krievu izlasē**

Tika veikta T-iezīmi veidojošo izteikumu vidējo rādītāju analīze Latvijā dzīvojošu krievu izlasē. Augstākos rādītājus Latvijā dzīvojošu krievu sievietes izlasē ieguvuši 26., 31., 24., 27., 23., 34. izteikumi.

4.16. tabula. *Izteikumi, kas Latvijā dzīvojošu krievu sievietes izlasē ieguvuši augstākos vidējos rādītājus.*

Izteikuma numurs	izteikums	vid.	st.nov.
26	Jūtos atpūtsies*	2,50	0,80
31	Man ir traucējošas domas	2,49	0,87
24	Es gribu būt tikpat laimīga, cik laimīgi izskatās citi	2,30	1,05
27	Esmu mierīga, nosvērta un savaldīga*	2,30	0,79
23	Jūtos apmierināta ar sevi	2,21	0,85
34	Es viegli pieņemu lēmumus*	2,20	0,88

4.17. tabula. *Izteikumi, kas latviešu Latvijā dzīvojošu krievu vīriešu izlasē ieguvuši statistiski nozīmīgi augstākos vidējos rādītājus.*

Izteikuma numurs	izteikums	vid.	st.nov.
34	Es viegli pieņemu lēmumus*	2,45	1,04
31	Man ir traucējošas domas	2,34	0,88
24	Es gribu būt tikpat laimīgs, cik laimīgi izskatās citi	2,28	1,03
21	Es jūtos patīkams*	2,13	0,67
28	Jūtu, ka grūtības sakrājas tā, ka nevaru tās pārvarēt.	2,07	0,82

\* Pēc STAI atslēgas, aprēķinot T-stāvokļa rādītājus, pozitīvie izteikumi tiek pārkodēti kā negatīvie

Latvijā dzīvojošu krievu vīriešu izlasē augstākos vidējos rādītājus ieguvuši 34., 31., 24., 21. un 28. izteikumi (skat. 4.17. tab.).

Latvijā dzīvojošu krievu sievietes izlasē 53,3 % sievietes atzīmē, ka atpūtsies jūtas reti vai gandrīz nekad (26.). 60,7% krievu sievietes gandrīz vienmēr vai bieži ir traucējošas domas (31.). 67,4% krievu sievietes bieži vai gandrīz vienmēr grib būt tikpat laimīgas, kā izskatās citi (24.). 61,3% krievu sievietes norāda, ka apmierinātas ar sevi jūtas reti vai gandrīz nekad (23.). tikai 33,3% krievu sievietes atzīst, ka bieži vai gandrīz vienmēr lēmumus pieņem viegli (34.).

64,6 % Latvijā dzīvojošu krievu vīriešu respondentu norāda, ka bieži vai gandrīz vienmēr viņiem ir traucējošas domas (31.). 61,5% krievu vīriešu bieži vai gandrīz vienmēr grib būt tikpat laimīgi, cik laimīgi izskatās citi (24.). 73,9% krievu vīriešu bieži vai gandrīz vienmēr jūt, ka grūtības sakrājas tā, ka nevar tās pārvarēt.

### **Secinājumi:**

Uz 2. pētījuma pamatjautājumu: “kāda ir trauksme un trauksmainība Latvijā dzīvojošiem krieviem dzimuma un vecuma apakšgrupās?” iegūta sekojoša atbilde: pētīt trauksmi un trauksmainību Latvijā dzīvojošu krievu izlasē dzimuma un vecuma apakšgrupās, konstatēts, ka:

- Latvijā dzīvojošu krievu sieviešu T-stāvokļa rādītāji pieaug, pieaugot respondentu vecumam. Krievu sieviešu T-iezīmes rādītājiem vecuma apakšgrupās ir tendence veidot U veida līkni. Arī Latvijā dzīvojošu krievu vīriešu izlasē arī vērojama T-stāvokļa un T-iezīmes rādītāju tendence veidot U veida līkni.

- Latvijā dzīvojošu krievu izlasē konstatēta statistiski nozīmīga dzimuma un vecuma ietekme uz trauksmes un trauksmainības rādītājiem

- Latvijā dzīvojošu krievu sieviešu un vīriešu ***piederība noteiktai vecuma apakšgrupai statistiski nozīmīgi ietekmē T-stāvokļa un T-iezīmes rādītājus:*** krievu sieviešu izlasē T-stāvokļa rādītāji 46-55 gadu vecuma apakšgrupā ir statistiski nozīmīgi augstāki kā pārējās vecuma apakšgrupās. T-iezīmes rādītāji krievu sieviešu izlasē 46-55 gadu vecuma apakšgrupā ir statistiski nozīmīgi augstāki kā 19-25 un 26-35 gadu vecuma apakšgrupās.

Krievu vīriešu izlasē 46-55 gadu vecuma apakšgrupā T-stāvokļa rādītāji ir statistiski nozīmīgi augstāki kā 26-35 gadu vecuma apakšgrupā. T-iezīmes rādītāji krievu vīriešu izlasē 19-25 un 45-55 gadu vecuma apakšgrupās ir statistiski nozīmīgi augstāki kā 26-35, 36-45 gadu vecuma apakšgrupās.

- Latvijā dzīvojošu krievu izlasē konstatēta ***statistiski nozīmīga dzimuma ietekme uz trauksmes un trauksmainības rādītājiem:*** T-stāvokļa rādītājos dzimumatšķirības konstatētas 46-55 gadu vecuma apakšgrupā, T-iezīmes rādītājos 36-45 un 46-55 gadu vecuma apakšgrupā.

## ***Trauksmes un trauksmainības salīdzinājums latviešiem un Latvijā dzīvojošiem krievi***

Kā redzams 4.18. tabulā, starp latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu sievietēm un vīriešu trauksmes un trauksmainības rādītājiem pastāv atšķirības tendenču līmenī.

4.18. tabula. *Trauksmes un trauksmainības rādītāji latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu vīriešu izlasē.*

	T-stāvoklis				T-iezīme			
	latvieši		Latv. dz. krievi		latvieši		Latv. dz. krievi	
	vīr.	siev.	vīr.	siev.	vīr.	siev.	vīr.	siev.
	514 <sup>a</sup>	695 <sup>a</sup>	216 <sup>a</sup>	185 <sup>a</sup>	216 <sup>a</sup>	185 <sup>a</sup>	514 <sup>a</sup>	695 <sup>a</sup>
vid.	34,95	38,15	37,36	39,39	37,83	42,70	39,19	41,99
st. nov.	8,94	10,12	10,81	11,62	8,32	9,09	9,03	9,81

<sup>a</sup>- izlases apjoms

## **Trauksmes un trauksmainības atšķirības dzimuma un vecuma apakšgrupās**

Salīdzinošā analīze (skat. 4.19. tabulu) latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu vīriešu vecuma apakšgrupās parāda, ka statistiski nozīmīgas atšķirības starp trauksmes rādītājiem pastāv 36-45 un 46-55 gadu vecuma apakšgrupās, abos gadījumos augstāki ir Latvijā dzīvojošo krievu T-stāvokļa rādītāji

4.19. tabula. *Trauksmes un trauksmainības aprakstošās un salīdzinošās statistikas rādītāji latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu vīriešu vecuma apakšgrupās.*

	vīrieši							
	19-25		26-35		36-45		46-55	
	latv.	L.dz.kr.	latv.	L.dz.kr.	latv.	L.dz.kr.	latv.	L.dz.kr.
	155 <sup>a</sup>	74 <sup>a</sup>	167 <sup>a</sup>	44 <sup>a</sup>	100 <sup>a</sup>	43 <sup>a</sup>	70 <sup>a</sup>	54 <sup>a</sup>
<b>T-stāvoklis</b>								
vid.	37,75	37,35	32,84	34,84	33,82	37,63	34,69	39,19
st. nov.	10,28	11,04	7,21	7,92	8,66	10,80	8,25	12,43
t kritērijs	0,25 (p>0,05)		-1,60 (p>0,05)		-2,23 (p<0,05)		-2,42 (p<0,05)	
<b>T-iezīme</b>								
vid.	41,20	41,12	35,96	35,91	36,10	37,04	37,14	40,83
st. nov.	9,67	10,57	7,30	6,52	7,08	8,08	7,00	8,38
t kritērijs	0,06 (p>0,05)		0,05 (p>0,05)		-0,70 (p>0,05)		-2,67 (p<0,01)	

<sup>a</sup>- izlases apjoms

Latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu vīriešu trauksmainības rādītāji statistiski nozīmīgi atšķiras tikai 46-55 gadu vecuma grupā, augstāki rādītāji konstatēti Latvijā dzīvojošiem krievu respondentiem.

4.20. tabula. *Trauksmes un trauksmainības aprakstošās un salīdzinošās statistikas rādītāji latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu sieviešu vecuma apakšgrupās.*

	<u>sievietes</u>							
	<u>19-25</u>		<u>26-35</u>		<u>36-45</u>		<u>46-55</u>	
	<u>latv.</u>	<u>L.dz.kr.</u>	<u>latv.</u>	<u>L.dz.kr.</u>	<u>latv.</u>	<u>L.dz.kr.</u>	<u>latv.</u>	<u>L.dz.kr.</u>
	424 <sup>a</sup>	104 <sup>a</sup>	121 <sup>a</sup>	24 <sub>a</sub>	112 <sup>a</sup>	11 <sup>a</sup>	37 <sup>a</sup>	45 <sup>a</sup>
<u>T-stāvoklis</u>								
vid.	39,71	36,70	34,71	36,17	36,50	37,36	36,73	47,18
st. nov.	10,76	9,74	8,54	8,04	8,52	11,01	7,80	13,26
t kritērijs	2,60 (p<0,01)		-0,77 (p>0,05)		-0,31 (p>0,05)		-4,23 (p<0,01)	
<u>T-iezīme</u>								
vid.	43,95	39,39	40,55	38,08	40,53	44,18	42,27	48,89
st. nov.	9,12	9,00	8,90	5,61	8,00	9,55	10,31	9,07
t kritērijs	4,58 (p<0,01)		1,30 (p>0,05)		-1,43 (p>0,05)		-3,09 (p<0,01)	

*a- izlases apjoms*

Salīdzinošā analīze (skat. 4.20.tabulu) latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu **sieviešu vecuma apakšgrupās** parāda, ka trauksmes rādītāji statistiski nozīmīgi atšķiras 19-25 un 46-55 gadu vecuma apakšgrupās. 19-25 gadu apakšgrupā augstāki trauksmes rādītāji vērojami latviešu respondentēm, 46-55 gadu vecuma apakšgrupā – Latvijā dzīvojošām krievu respondentēm.

Arī latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu sieviešu trauksmainības rādītāji statistiski nozīmīgi atšķiras 19-25 un 46-55 gadu vecuma apakšgrupās. 19-25 gadu apakšgrupā augstāki trauksmainības rādītāji vērojami latviešu respondentēm, 46-55 gadu vecuma apakšgrupā – Latvijā dzīvojošām krievu respondentēm.

## Latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu trauksmes un trauksmainības atšķirības strādājošo un studentu apakšgrupās

Veicot trauksmainības rādītāju klasteranalīzi kopējā latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu izlasē, tika izdalīti seši klasteri, divus no šiem klasteriem veido studenti (54,3% - latvieši un 45,7% - Latvijā dzīvojoši krievi), pārējos – strādājošie (skat. pielikumā P.4. tabulu).

Lai pārliecinātos, vai nepārklājas studentu un strādājošo T-stāvokļa un T-iezīmes rādītāji 19-25 gadīgo vecuma apakšgrupās, kurās visvairāk ir studentu, tika veikta trauksmes un trauksmainības rādītāju salīdzināšana latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu respondentu apakšgrupās.

4.21. tabula. *19-25 gadīgu latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu studentu un strādājošo T-stāvokļa un T-iezīmes rādītāju aprakstošā un salīdzinošā statistika.*

			apakšgr. apjoms	vid.	st. nov.	t apr.	noz. līmenis	
latvieši	vīrieši	T-stāvoklis	studenti	127	38,64	10,79	2,31	0,05
			strādājošie	28	33,75	6,27		
	sievietes	T-iezīme	studenti	127	42,11	10,08	2,54	0,05
			strādājošie	28	37,07	6,18		
Latv. dz. krievi	vīrieši	T-stāvoklis	studenti	371	40,27	10,63	2,82	0,05
			strādājošie	53	35,85	11,02		
	sievietes	T-iezīme	studenti	371	44,31	9,14	2,13	0,05
			strādājošie	53	41,47	8,61		
Latv. dz. krievi	vīrieši	T-stāvoklis	studenti	62	38,13	10,92		0,01
			strādājošie	12	33,33	11,24		
	sievietes	T-iezīme	studenti	62	42,94	10,53	3,63	0,01
			strādājošie	12	31,75	3,52		
		T-stāvoklis	studenti	87	36,57	9,72		
			strādājošie	17	37,35	10,09		
T-iezīme	studenti	87	39,55	8,73				
	strādājošie	17	38,59	10,51				

Latviešu 19-25 gadīgu studentu un strādājošo trauksmes un trauksmainības rādītāji ir statistiski nozīmīgi atšķirīgi visās attiecīgajās apakšgrupās. Krievu 19-25 gadīgu studentu un strādājošo vīriešu apakšgrupā statistiski nozīmīgi atšķirīgi ir T-iezīmes rādītāji, pārējās apakšgrupās rādītāji ir atšķirīgi tendenču līmenī, ko var ietekmēt arī apakšgrupu nelielais apjoms (skat. 4.21. tabulu).

Apskatīsim trauksmes un trauksmainības rādītājus studentu un strādājošo apakšgrupās.

### Strādājošo trauksmes un trauksmainības rādītāji

Strādājošo respondentu T-stāvokļa un T-iezīmes aprakstošās statistikas rādītāji doti 4.22. tabulā.

4.22. tabula. *Strādājošo latviešu un Latvijā dzīvojošo krievu T-stāvokļa un T-iezīmes aprakstošās un salīdzinošās statistikas rādītāji.*

	<u>latviešu</u>	<u>Latv. dz. kr.</u>	<u>latviešu</u>	<u>Latv. dz. kr.</u>
	<u>vīr.</u>	<u>vīr.</u>	<u>siev.</u>	<u>siev.</u>
	383 <sup>a</sup>	150 <sup>a</sup>	314 <sup>a</sup>	80 <sup>a</sup>
<b>T-stāvoklis</b>				
vid.	33,66	37,1	35,73	42,89
st. nov.	7,89	10,92	8,92	13,02
t kritērijs	-4,036 (p<0,01)		-5,784 (p<0,01)	
<b>T-iezīme</b>				
vid.	36,4	37,55	40,92	45,25
st. nov.	7,15	7,88	8,71	10,65
t kritērijs	-1,621 (p>0,05)		-3,783 (p<0,05)	

<sup>a</sup> – izlases apjoms

Lai salīdzinātu T-stāvokļa un T-iezīmes vidējās vērtības latviešu un krievu respondentiem tika aprēķināts Stjudenta t kritērijs. Konstatēts, ka strādājošo vīriešu un strādājošo sievietes izlasē statistiski nozīmīgi augstāki ir Latvijā dzīvojošu krievu respondentu trauksmes rādītāji (T-stāvoklis).

Strādājošo sievietes izlasē trauksmainības rādītāji (T-iezīme) statistiski nozīmīgi augstāki ir strādājošajām krievu sievietēm. Starp latviešu un krievu strādājošo vīriešu T-iezīmes rādītājiem atšķirības pastāv tendences līmenī (p>0,05).



## Trauksmes un trauksmainības rādītāju salīdzinājums Latvijas, Krievijas, Vācijas un ASV strādājošo izlasēm.

Tika veikta latviešu, Latvijā dzīvojošo krievu, Krievijas, ASV un Vācijas strādājošo STAI rādītāju salīdzināšana (skat. 4.23. tab.). Salīdzināšana veikta tendenču līmenī, jo minēto izlašu rādītāji iegūti dažādos laika periodos, atšķiras strādājošo nodarbošanās, kā arī atšķiras izlašu vecuma diapozons. Latvijas izlases vecuma diapozons ir līdzīgs ASV izlasei (19-59 gadi), Krievijas izlases vecums ir 19-25 gadi, Vācijas – no 15 līdz 60 un vairāk gadiem.

4.23. tabula. *Latviešu, Latvijā dzīvojošo krievu, Krievijas (Hanin & Spielberger, 1983), ASV (Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg & Jacobs, 1983) un Vācijas (Laux, Glanzmann, Schaffer & Spielberger, 1981) strādājošo STAI rādītāji.*

	Latvija				ASV		Krievija	Vācija	
	latv. vīr.	kr. vīr.	latv. sieviet.	kr. sieviet.	Vīr.	Siev.	Izlasē*	Vīr.	Siev.
	383 <sup>a</sup>	150 <sup>a</sup>	314 <sup>a</sup>	80 <sup>a</sup>	1387 <sup>a</sup>	451 <sup>a</sup>	60 <sup>a</sup>	315 <sup>a</sup>	359 <sup>a</sup>
<b>T – stāvoklis</b>									
Vid.	33,66	37,10	35,73	42,89	35,72	35,20	47,67	34,45	36,72
SD	7,89	10,92	8,92	13,02	10,40	10,61	10,67	8,04	9,25
alfa	0,90	0,92	0,91	0,93	0,93	0,93	0,90		
<b>T-iezīme</b>									
Vid.	36,40	37,55	40,92	45,25	34,89	34,79	49,60	36,90	38,31
SD	7,15	7,88	8,71	10,65	9,19	9,22	10,04	9,69	10,20
alfa	0,85	0,84	0,89	0,92	0,91	0,91	0,89		

<sup>a</sup> - izlases apjoms; \* - STAI-X rādītāji

No apskatīto izlašu vidējiem trauksmes un trauksmainības rādītājiem augstākie rādītāji ir Krievijas izlasei. Diemžēl trūkst ziņu par sievietu un vīriešu vidējiem rādītājiem krievu respondentu izlasē, tāpēc tālāk rezultātu salīdzināšanai Krievijas izlases vidējie rādītāji tiks izmantoti tendenču līmenī.

Latvijā dzīvojošu krievu sievietu trauksmes rādītāji ir augstāki kā pārējo izlašu (izņemot Krievijas) T-stāvokļa rādītāji, Latvijā dzīvojošu krievu sievietu trauksmes rādītājs ir statistiski nozīmīgi augstāks par Vācijas sievietu T-stāvokļa vidējo rādītāju ( $t_{apr.} = 4,01 < t_{krit.}$  pie  $p < 0,01$ ).

Pēc T-iezīmes rezultātiem augstākie rādītāji vērojami Krievijas izlasē, nākošie - latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu strādājošo izlasēs.

Latviešu strādājošo vīriešu rezultāti ir augstāki kā ASV strādājošo izlases T-iezīmes rādītāji ( $t_{apr.} = 3,31 < t_{kr}$  pie  $p < 0,01$ ).

ASV strādājošo izlasē nav vērojamas *STAI* rādītāju dzimumatšķirības, bet Vācijas strādājošo izlasē, līdzīgi kā latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu strādājošo izlasē, vērojamas trauksmes rādītāju dzimumatšķirības.

### Studentu trauksme un trauksmainība

Studentu trauksmes un trauksmainības rādītāji doti 4.24. tabulā.

4.24. tabula. *T-stāvokļa un T-iezīmes aprakstošās un salīdzinošās statistikas rādītāji latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu studentiem.*

	latviešu vīr.	Latv. dz. kr. vīr.	latviešu siev.	Latv. dz. kr. siev.
	131 <sup>a</sup>	66 <sup>a</sup>	381 <sup>a</sup>	105 <sup>a</sup>
<b>T-stāvoklis</b>				
vid.	38,69	37,94	40,14	36,50
st. nov.	10,65	10,64	10,60	9,68
t kritērijs	0,47 (p>0,05)		2,97 (p<0,05)	
<b>T-iezīme</b>				
vid.	42,02	42,91	44,17	39,50
st. nov.	9,97	10,35	9,16	8,30
t kritērijs	-0,58 (p>0,05)		4,71 (p<0,01)	

<sup>a</sup> – izlases apjoms

Studentu izlasē statistiski nozīmīgi augstāki ir latviešu studentu trauksmes (T-stāvoklis) un trauksmainības (T-iezīme) rādītāji.

Studentu vīriešu izlasē T-stāvokļa rādītāji nedaudz augstāki ir latviešu studentiem, bet, līdzīgi kā T-iezīmes rādītāji, statistiski nozīmīgi neatšķiras.

### Trauksmes un trauksmainības rādītāju salīdzinājums Latvijas, Lietuvas, Japānas un ASV studentu izlasēm

Lai iegūtu priekšstatu par atšķirībām, kādas pastāv starp Latvijā dzīvojošo un citās valstīs dzīvojošo studentu trauksmes un trauksmainības rādītājiem, tika salīdzināti latviešu, Latvijā dzīvojošu krievu, lietuviešu<sup>17</sup>, japāņu, amerikāņu studentu *STAI* rādītāji (skat. 4.25., 4.26. tab.).

Veicot salīdzinošās statistikas aprēķinus, tika konstatēts, ka tendenču līmenī augstākie T-stāvokļa rādītāji studentu vīriešu grupā ir japāņu studentiem, zemākie –

<sup>17</sup> Lietuviešu studentu *STAI-Y* rezultāti iegūti, pateicoties Kanādas Toronto Universitātes profesores M. Balaisis (*M. Balaisis*) atsaucībai. kura 2003. gada pavasarī veica studentu anketēšanu Viļņas universitātē (nepublicēts materiāls).

amerikāņu studentiem, latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu studentu T-stāvokļa rādītāji ir nedaudz augstāki kā lietuviešu studentu attiecīgie rādītāji. Augstākie T-iezīmes rādītāji studentu vīriešu grupā ir japāņu studentiem, zemākie – amerikāņu studentiem, latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu studentu T-iezīmes rādītāji ir nedaudz augstāki kā lietuviešu studentu attiecīgie rādītāji.

4.25. tabula. *Latviešu, Latvijā dzīvojošu krievu, lietuviešu (M. Balaisis), japāņu (Iwata & Higuci, 2000), amerikāņu un krievu (Poltavski & Ferraro, 2002) vīriešu - studentu STAI-Y rādītāji.*

	Latv.					
	latvieši	dz. kr.	lietuvieši	japāņi	amerikāņi	krievi
	131 <sup>a</sup>	66 <sup>a</sup>	180 <sup>a</sup>	54 <sup>a</sup>	43 <sup>a</sup>	34 <sup>a</sup>
<u>T-stāvoklis</u>						
vid.	38,69	37,94	36,50	45,50	34,70	40,03
st. nov.	10,65	10,64	11,56	9,10	1,20	9,46
<u>T-iezīme</u>						
vid.	42,02	42,91	41,89	47,00	35,80	42,67
st. nov.	9,97	10,35	9,50	10,20	8,10	9,05

<sup>a</sup> - izlases apjoms

4.26. tabula. *Latviešu, Latvijā dzīvojošu krievu, lietuviešu (M. Balaisis), japāņu (Iwata & Higuci, 2000), amerikāņu un krievu (Poltavski & Ferraro, 2002) studentu STAI-Y rādītāji.*

	Latv.					
	latv.	dz. kr.	liet.	jap.	am.	kriev.
	381 <sup>a</sup>	105 <sup>a</sup>	451 <sup>a</sup>	45 <sup>a</sup>	45 <sup>a</sup>	34 <sup>a</sup>
<u>T-stāvoklis</u>						
vid.	40,14	36,50	42,12	46,50	39,80	38,36
st. nov.	10,60	9,68	13,79	17,30	9,80	10,23
<u>T-iezīme</u>						
vid.	44,17	39,50	44,98	46,70	39,50	41,64
st. nov.	9,16	8,30	10,06	12,40	8,60	7,49

<sup>a</sup> - izlases apjoms

Augstākie T-stāvokļa rādītāji studentu sieviešu grupā tendenču līmenī ir japāņu studentēm, zemākie – Latvijā dzīvojošu krievu studentēm, augstākie T-iezīmes rādītāji studentu sieviešu grupā ir japāņu un latviešu studentēm.

## **Trauksmainību raksturojošo izteikumu analīze latviešu un Latvijā dzīvojošo krievu izlasē**

Tika veikta trauksmi un trauksmainību veidojošo izteikumu vidējo rādītāju analīze latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu izlasē.

Sieviešu izlasē T-stāvokli un T-iezīmi raksturojošo izteikumu vidējie rādītāji statistiski nozīmīgi atšķiras 9 izteikumiem (skat. pielikumā P3.3. tabulu).

Tā kā sieviešu T-iezīmes rādītāji statistiski būtiski neatšķiras, arī to veidojošo izteikumu atšķirības nav krasi izteiktas. Piecos izteikumos statistiski nozīmīgi augstāki ir latviešu sieviešu izteikumu vidējie rādītāji, četros – Latvijā dzīvojošo krievu sieviešu izteikumu vidējie rādītāji (skat. 4.27. tabulu).

4.27. tabula. *Latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu sieviešu izlasē statistiski nozīmīgi augstākās vērtības ieguvušie trauksmainību veidojošie izteikumi.*

---

Latviešu sieviešu izlasē statistiski nozīmīgi augstākās vērtības ieguvuši sekojoši izteikumi:

- 24. Es gribu būt tikpat laimīga, cik laimīgi izskatās citi
- 29. Daudz uztraucos par to, kas patiesībā ir nesvarīgs
- 34. Es viegli pieņemu lēmumus<sup>18\*</sup>
- 37. Nesvarīgas domas ienāk man prātā un mani urda
- 40. Es saspringstu, kad domāju par savām raizēm

Latvijā dzīvojošu krievu sieviešu izlasē statistiski nozīmīgi augstākās vērtības ieguvuši sekojoši izteikumi:

- 21. Es jūtos patīkama\*
- 31. Man ir traucējošas domas
- 33. Es jūtos drošībā\*

Kā redzams pielikuma P3.6, P3.7. tabulās, kurā doti trauksmainību veidojošo izteikumu biežumu procentuālie sadalījumi, novērtējot 24. izteikumu, 45,2% latviešu un 42,7% krievu sieviešu norāda, ka dažreiz vēlas būt tikpat laimīgas kā izskatās citi, bet, novērtējot 37. izteikumu, 45,3% latviešu un 44% sieviešu norāda, ka dažreiz uztraucas par to, kas patiesībā ir nesvarīgs.

Novērtējot 31. izteikumu, 18,7% Latvijā dzīvojošie krievu sieviešu norāda, ka traucējošas domas viņām ir gandrīz vienmēr (latviešu sievietes - 6,2%). Savukārt,

---

<sup>18</sup> \*- Pēc STAI atslēgas, aprēķinot T-stāvokļa rādītājus, pozitīvie izteikumi tiek pārkodēti kā negatīvie

novērtējot 40. izteikumu, 26% Latvijā dzīvojošo krievu sieviešu norāda, ka gandrīz vienmēr saspringst, domājot par savām raizēm (latviešu sievietes - 7,3%).

Varam secināt, ka no trauksmainību raksturojošiem izteikumiem latviešu sieviešu izlasē statistiski nozīmīgi augstākus rādītājus kā Latvijā dzīvojošu krievu sieviešu izlasē saņēmuši apgalvojumi, kas saistīti ar sevis pieņemšanu (24.) un kognitīvām problēmām (29.,34.,37.,40.), savukārt, krievu sieviešu izlasē augstākus rādītājus kā latviešu sieviešu izlasē ieguvuši izteikumi, kas saistīti ar sevis pieņemšanu (21.), kognitīvām problēmām (31.) un nepietiekoši apmierinātu drošības vajadzību (33.)

Vīriešu izlasē T-stāvokli un T-iezīmi raksturojošo izteikumu vidējie rādītāji atšķiras 12 izteikumiem (skat. pielikumā P3.3. tabulu): četru izteikumu vidējie rādītāji augstāki latviešu vīriešu izlasē, astoņu – Latvijā dzīvojošu krievu vīriešu izlasē.

4.28. tabula. *Latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu vīriešu izlasē statistiski nozīmīgi augstākās vērtības ieguvušie trauksmainību veidojošie izteikumi.*

---

Latviešu vīriešu izlasē statistiski nozīmīgi augstākās vērtības ieguvuši sekojoši izteikumi:

23. Es jūtos apmierināts ar sevi\*

24. Es gribu būt tikpat laimīgs, cik laimīgi izskatās citi

26. Jūtos atpūties\*

Latvijā dzīvojošu krievu vīriešu izlasē statistiski nozīmīgi augstākās vērtības ieguvuši sekojoši izteikumi:

21. Es jūtos patīkams\*

25. Es jutos kā neveiksminieks

27. Esmu mierīgs, nosvērts un savaldīgs\*

28. Jūtu, ka grūtības krājas tā, ka nevaru tās pārvarēt.

31. Man ir traucējošas domas

33. Es jūtos drošībā\*

34. Es viegli pieņemu lēmumus\*

36. Esmu saderīgs ar apkārtni\*

40. Es saspringstu, kad domāju par savām raizēm

---

Vīriešu izlasē, novērtējot 23. izteikumu (skat. pielikumā P3.6, P3.7. tabulas), 60,2 % Latvijā dzīvojošie krievu (24,7% latviešu) vīriešu norāda, ka gandrīz nekad nejūtas apmierināti ar sevi.

Novērtējot 26. izteikumu, 39,8% Latvijā dzīvojošie krievu (19,2% latviešu) vīriešu norāda, ka gandrīz vienmēr jūtas neapmierināti.

Novērtējot 25. izteikumu, 58,7% latviešu vīriešu un 36,6% Latvijā dzīvojošie krievu vīriešu norāda, gandrīz nekad nejūtas kā neveiksminieki.

Novērtējot 34. izteikumu, tikai 2,5% latviešu vīriešu, bet 25,5% Latvijā dzīvojošie krievu vīriešu norāda, ka viegli pieņemt lēmumus neizdodas gandrīz nekad.

No trauksmainību raksturojošiem izteikumiem latviešu vīriešu izlasē statistiski nozīmīgi augstākus rādītājus kā Latvijā dzīvojošu krievu izlasē ieguvuši izteikumi, kas saistīti ar sevis pieņemšanu (23., 24.) un atpūtas trūkumu (26.). Krievu vīriešu izlasē augstākus rādītājus kā latviešu vīriešu izlasē ieguvuši apgalvojumi, kas saistīti ar sevis pieņemšanu (21., 25., 36.), emociju kontroli (27), kognitīvām problēmām (31., 34., 40.), nepietiekoši apmierinātu drošības vajadzību (33), nespēju pārvarēt sakrājušās problēmas (28).

### **Secinājumi:**

3. pētījuma jautājumu: “Kādas atšķirības pastāv starp Latvijā dzīvojošu latviešu un krievu cilvēku trauksmi un trauksmainību?” iegūta sekojoša atbilde:

- **Vecuma apakšgrupās** vērojamas sekojošas statistiski nozīmīgas trauksmes un trauksmainības rādītāju atšķirības:
  - Vīriešu izlasē T-stāvokļa rādītāji 36-45 un 46-55 gadu vecuma apakšgrupā statistiski nozīmīgi augstāki ir krievu vīriešiem. Sieviešu izlasē T-stāvokļa rādītāji 19-25 gadu vecuma apakšgrupā statistiski nozīmīgi augstāki ir latviešu sievietēm un 46-55 gadu apakšgrupā – krievu sievietēm.
  - Vīriešu T-iezīmes rādītāji 46-55 gadu vecuma apakšgrupā statistiski nozīmīgi augstāki ir krievu vīriešiem. Sieviešu izlasē T-iezīmes rādītāji 19-25 gadu vecuma apakšgrupā statistiski nozīmīgi augstāki ir latviešu sievietēm, bet 46-55 gadu apakšgrupā – krievu sievietēm.
- **Nodarbošanās apakšgrupās:**
  - **Strādājošo** vīriešu un strādājošo sieviešu izlasē statistiski nozīmīgi augstāki ir Latvijā dzīvojošu krievu respondentu T-stāvokļa rādītāji. Strādājošo sieviešu izlasē trauksmainības rādītāji (T-iezīme) statistiski nozīmīgi augstāki ir strādājošajām krievu sievietēm.
  - **studenšu izlasē** statistiski nozīmīgi augstāki ir latviešu studenšu trauksmes rādītāji (T-stāvoklis).
- No **trauksmainību raksturojošiem izteikumiem** latviešu sieviešu izlasē augstākus rādītājus kā Latvijā dzīvojošu krievu sieviešu izlasē saņēmuši

apgalvojumi, kas saistīti ar sevis pieņemšanu (24.) un kognitīvām problēmām (29.,34.,37.,40.), savukārt krievu sieviešu izlasē augstākus rādītājus kā latviešu sieviešu izlasē ieguvuši izteikumi, kas saistīti ar sevis pieņemšanu (21.), kognitīvām problēmām (31.) un nepietiekoši apmierinātu drošības vajadzību (33.)

No trauksmainību raksturojošiem izteikumiem latviešu vīriešu izlasē augstākus rādītājus kā Latvijā dzīvojošu krievu izlasē ieguvuši izteikumi, kas saistīti ar sevis pieņemšanu (23., 24.) un atpūtas trūkumu (26.). Krievu vīriešu izlasē augstākus rādītājus kā latviešu vīriešu izlasē ieguvuši apgalvojumi, kas saistīti ar sevis pieņemšanu (21., 25., 36.), emociju kontroli (27), kognitīvām problēmām (31., 34., 40.), nepietiekoši apmierinātu drošības vajadzību (33), nespēju pārvarēt sakrājušās problēmas (28).

- Papildus, veicot Latvijas strādājošo un studentu **STAI rādītāju salīdzināšanu ar citu valstu izlašu rādītājiem**, konstatēts, ka:
  - Latviešu strādājošo vīriešu rezultāti ir līdzīgi kā vācu strādājošo vīriešu rezultāti, bet augstāki ( $t_{apr.}=3,31; <t_{kr}$  pie  $p<0,01$ ) par ASV strādājošo izlases T-iezīmes rādītājiem. Latvijā dzīvojošu strādājošo krievu sieviešu vidējais T-iezīmes rādītājs ir augstāks kā vācu un amerikāņu strādājošo T-iezīmes rādītājs.
  - Latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu studentu T-iezīmes rādītāji ir nedaudz augstāki kā lietuviešu studentu attiecīgie rādītāji. Latviešu studenšu trauksmes un trauksmainības rādītāji ir līdzīgi lietuviešu un japāņu studenšu rādītājiem, bet augstāki kā ASV oriģinālās izlases attiecīgie rādītāji.

## Diskusija

Lai realizētu izvirzīto promocijas darba mērķi, tika izvirzīts uzdevums adaptēt Spilbergera un kolēģu izstrādāto trauksmes un trauksmainības pašnovērtējuma anketu *STAI-Y*, izvirzot pētījuma papildjautājumu: vai *STAI-Y* latviešu un krievu versijas psihometriskie rādītāji atbilst oriģinālās izlases psihometriskiem rādītājiem?

Konstatēts, ka *STAI-Y latviešu un krievu versijas psihometriskie rādītāji daļēji atbilst oriģinālā testa psihometriskajiem rādītājiem* un līdz ar to *STAI-Y* latvisko un krievisko variantu var izmantot gan zinātniskiem, gan psihodiagnostiskiem mērķiem Latvijā latviešu un krievu auditorijās.

Līdzīgi kā oriģinālajā izlasē, pēc retesta rezultātiem varam secināt, ka iegūtie latviešu un krievu populācijā rezultāti ir laika gaitā stabili.

Pārbaudot sakarību starp abām *STAI-Y* daļām, tika konstatēts, ka gan latviešu, gan krievu izlasē sakarības ir nozīmīgas, kas apstiprina Spielbergera, O'Neila, Hansena iegūtos rezultātus - jo stiprāk izteikta indivīda T-iezīme, jo plašāks situāciju loks, kas tiek pārdzīvots kā draudošs, un izsauc T-stāvokli (*Spielberger, O'Neil, Hansen, 1972*).

Konkurentu validitātes pārbaude ļauj secināt, ka gan latviešu, gan krievu izlasē *STAI-Y* un *TMAS* (*Taylor, 1953*) izmantojamas kā līdzvērtīgas metodikas trauksmainības (T-iezīmes) noteikšanai.

Veicot *STAI-Y* latviešu izlases rezultātu faktoranalīzi, līdzīgi kā norādīts testa rokasgrāmatā (*Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg & Jacobs, 1982*) un konstatēts arī T.Suzuki, K.Tsukamoto un K. Abe veiktajā pētījumā (*Suzuki, Tsukamoto & Abe, 2000*), 4 faktoru modelis ir psiholoģiski vispamatotākais, jo oriģinālajā izlasē 2 faktoru gadījumā modelis veidojas no T-stāvokli un T-iezīmi veidojošiem apgalvojumiem un 4 faktoru gadījumā no pozitīvajiem un negatīvajiem T-stāvokļa un T-iezīmes apgalvojumiem.

Latviešu un krievu versijas *STAI-Y* rezultātu faktoru struktūras modelī gan sievietēm, gan vīriešiem izlasē 1. faktoru pārsvarā veido T-stāvokļa izteikumi, taču atšķirībā no oriģinālās izlases tie nesadalās pozitīvajos un negatīvajos izteikumos.

Latviešu sievietēm izlasē 2. faktoru veido visi T-iezīmes izteikumi, izņemot 24. jautājumu, bet 3. faktoru – pamatā veido gan daži T-stāvokļa un T-iezīmes pozitīvie izteikumi. Latviešu vīriešiem izlasē 2. faktoru, līdzīgi kā sievietēm izlasē, veido daži T-



stāvokļa un T-iezīmes pozitīvie izteikumi, bet 3. faktoru – T-iezīmes negatīvie izteikumi (bez 24. izteikuma). Krievu izlasē 3. faktoru veido T-stāvokļa un T-iezīmes pozitīvie izteikumi, 4. faktoru krievu vīriešu izlasē – T-stāvokļa un T-iezīmes negatīvie izteikumi. *STAI-Y* latviešu versijas faktoru struktūrā gan sieviešu, gan vīriešu izlasēs un krievu sieviešu izlasē nav iespējama 4. faktora psiholoģiskā interpretācija.

Atšķirībā no oriģinālās izlases, ne latviešu sieviešu, ne vīriešu izlasē 1. faktoru veidojošie izteikumi nesadalās pozitīvajos un negatīvajos izteikumos. Iespējams, ka, līdzīgi kā konstatēts N. Ivatas un H. Higuci veiktajā pētījumā (*Iwata & Higuci, 2000*), arī starp latviešu un amerikāņu respondentiem pastāv kultūras noteiktas atšķirības tajā, kādas ir sociāli pieņemtās normas, novērtējot pozitīvos un negatīvos izteikumus.

Turpinot uzsākto darbu, nepieciešams vēlreiz pārstrādāt *STAI-Y* latviskās un krievu versijas, novēršot pamanītās nepilnības. Iegūtais materiāls (1133 anketas latviešu valodā, 311 anketas krievu valodā) ļauj uzsākt pilnveidotas *STAI-Y* versijas izstrādi. Turpinot *STAI-Y* psihometrisko rādītāju pārbaudi, jāpievērš uzmanība 4., 14., 16., 34. izteikumu formulējumiem gan latviešu, gan krievu versijās. Īpaša uzmanība jāpievērš 24. jautājuma lietošanai. Lai gan tas ir viens no *MMPI* lietotajiem trauksmi raksturojošiem izteikumiem, kas tiek lietots arī *TMAS* (*Taylor, 1953*), nepieciešams pārdomāt šī jautājuma lietošanu, jo līdzīgi kā oriģinālajā izlasē un citos pētījumos (*Suzuki, Tsukamoto, un Abe, 2000; Virella, Arbona & Novy, 1994*), 24. jautājums latviešu respondentu izlasē iekļaujas 4 faktoru modelī ar zemu vērtību.

Analizējot promocijas darba ietvaros veiktā pētījuma rezultātus, konstatētas vairākas **līdzīgas tendences trauksmes un trauksmainības rādītājos latviešiem un Latvijā dzīvojošiem krieviem.**

Trauksmes un trauksmainības dinamika latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu vecumā apakšgrupās saskan ar vairāku citu pētījumu (*piem., Cattell, 1965; McCrae & Costa, 1994; Gullone, King & Ollendick, 2001*) secinājumiem, ka trauksmes un trauksmainības rādītāji indivīda attīstības gaitā mainās, kā arī ar Kettela un kolēģu atzinumiem, ka trauksmes rādītāji veidi U veida līkni.

Apskatot ***latviešu respondentu vecuma apakšgrupu trauksmes un trauksmainības rādītāju dinamiku dažādās vecuma grupās***, redzam, ka trauksmes un trauksmainības rādītāji veido U veida līkni - augstāki trauksmes un trauksmainības

rādītāji vērojami 18–25 gadīgu respondentu sievietes un vīriešu grupās, vecuma apakšgrupās no 26–35; 36–45 vērojami salīdzinoši zemāki trauksmes rādītāji. Arī **krievu respondentu** trauksmes un trauksmainības rādītāji veido U veida līkni – salīdzinoši zemāki trauksmes un trauksmainības rādītāji vērojami 26-35 gadu apakšgrupā.

Trauksmainība ir viens no Lielā piecinieka pamatfaktora – neirotisma-apakšfaktoriem (*McCrae & Costa, 1994*). Kosta un kolēģi pētījumos konstatējuši, ka Lielā piecinieka personības iezīmju stabilizācija notiek apmēram 30 gadu vecumā. Arī latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu trauksmes un trauksmainības rādītājiem vērojama tendence, ka zemākie rādītāji konstatēti 26-35 gadu vecumposmā. Kosta un kolēģi rādītāju izmaiņas 30 gadu vecumposmā skaidro ar attīstību, kas notiek, personībai nobriestot (*Costa et.al., 1986*). Līdz ar to, arī uz latviešiem un Latvijā dzīvojošiem krieviem varam attiecināt L. Pervina un O. Džona (*Первин & Джон, 2000, 295*) izteikto atziņu, ka pieaugušo lomu pieņemšana, profesionālā un vecāku darbībā dod lielāku pārliecību un emocionālo līdzsvarotību.

Visās latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu respondentu izlases vecuma, dzimuma un nodarbošanās apakšgrupās vērojamas **trauksmes rādītāju dzimumatšķirības**, respektīvi, **sieviešu trauksmes rādītāji ir augstāki nekā vīriešu attiecīgie trauksmes rādītāji**.

ASV izlasē (*Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg & Jacobs 1983*) nav vērojama izteiktas trauksmes rādītāju dzimumatšķirības, bet vācu strādājošo (*Laux, Glanzmann, Schaffer & Spielberger, 1981*) un holandiešu, spāņu studentu (*Van der Ploeg, 1985; Virella, Arbona & Novy, 1994*) trauksmes rādītājiem dzimumatšķirību tendence pastāv. Krievijas koledžas studentiem dzimumatšķirības konstatētas tikai trauksmes (T-stāvokļa) rādītājos, bet Amerikas koledžas studentiem novērotas gan trauksmes, gan trauksmainības rādītāju dzimumatšķirības (*Poltavski & Ferraro, 2002*).

K. Leonhards (*Леонхард, 1981*) norāda, ka trauksmainība bērniem var būt novērojama kā rakstura akcentuācija, bet, indivīdam pieaugot un mainoties indivīda trauksmes līmenim, pieaugušo vidū šāda tendence vērojama galvenokārt sievietēm.

Varam pieņemt, ka dzimumatšķirības trauksmes rādītājos lielā mērā ietekmē arī Latvijas kultūrvīdē pastāvošās pretējās tendences, par ko runā arī Noelen–Hoeksema: sievietēm – novērtēt savas problēmas nedaudz paasināti, bet vīriešiem – tendence

neatzīt un neizrādīt savas problēmas. Iespējams, ka Latvijā dzīvojošās latviešu un krievu sievietes ir vairāk koncentrējušās uz problēmu analīzi, un, pildot trauksmes novērtēšanas anketu, izteiktāk fokusējas uz sava trauksmes līmeņa atzīšanu nekā vīrieši. Kā norāda S. Noelen–Hoeksema (*Nolen–Hoeksema, 1990*), vīrieši, gluži pretēji, cenšas norobežoties no traucējošām emocijām, koncentrēties uz kaut ko citu, vai, iesaistoties kādās fiziskās aktivitātēs, mēģināt sevi izvest no negatīvā emocionālā stāvokļa.

K. Nakazato un J. Šimonaka (*Nakazato & Shimonaka, 1989*), skaidrojot trauksmes dzimumatšķirības Japānā, norāda, ka tās varētu būt saistītas ar kultūrā pastāvošajām tradicionālajām dzimumlomām, ar tendenci vīrietim dominēt pār sievieti. Pieņemot, ka arī Latvijā pastāv stereotips par “stipro” vīrietī, arī tas kaut kādā mērā varētu ietekmēt vīriešu izvēlētas atbildes, novērtējot savas patreizējās un parastās izjūtas.

Pētījuma ietvaros konstatēta vēl viena latviešu un krievu strādājošo respondentu kopīga trauksmes un trauksmainības rādītāju tendence - ***starp strādājošo latviešu un Latvijā dzīvojošiem krievu vīriešu T-iezīmes un eksternālā subjektīvā kontroles lokusa rādītājiem pastāv cieša sakarība.***

Respektīvi, jo augstāka strādājošo vīriešu trauksmainība, jo izteiktāks ir arī viņu eksternālais kontroles lokuss. Eksternālu cilvēku paaugstinātā trauksmainība ir izskaidrojama ar to, ka viņi subjektīvi visu laiku atrodas izteiktas nenoteiktības apstākļos, jo paši nekontrolē savas dzīves notikumus, atbildību par notiekošo parasti meklē ārpus sevis.

Arī S. Foksa un P. Spektors (*Fox & Spector, 1999*) konstatējuši nozīmīgu sakarību strādājošiem respondentiem starp Darba lokusa kontroles skalas (*Work Locus of Control, Spector, 1988*) un STAI T-iezīmes rādītājiem. Foksa un Spektors norāda, ka cilvēka uzvedību darba vietā ietekmē dusmas, trauksme, kontroles lokuss u.c., kas sekmē frustrējošu notikumu asāku uztveri, sevišķi, ja vērojama darba un personīgo mērķu nesakritība. Frustrējošie notikumi rada negatīvas emocijas: dusmas, trauksmi, kas ietekmē darba ražīgumu un var arī radīt agresiju pret organizāciju, kas var izpausties kā darba neizpildīšana, palēnināta tā izpilde, zādzības u.c. Ja indivīds uztver notikumu kā nekontrolējamu un neparedzamu un saprot, ka viņam trūkst nepieciešamo

resursu, lai tiktu galā ar šo notikumu, tad tiks izjusta trauksme, kā rezultātā, savukārt, var mazināties cilvēka motivācija pārvarēt grūtības (*Hancock, 2001*).

Varam prognozēt, ka cilvēkiem ar paaugstinātu trauksmainību var būt paaugstināti rādītāji arī kādā no specifiskajiem trauksmes veidiem (pārbaudījumu trauksme, sacensību trauksme, matemātikas trauksme u.c.).

Aplūkojot trauksmes un trauksmainības rādītājus strādājošo un studentu apakšgrupās, ***konstatētas atšķirības latviešu un Latvijā dzīvojošo krievu respondentu trauksmes rādītājos.***

Kopīgajā vīriešu izlasē gan trauksmes, gan trauksmainības rādītāji ir Latvijā dzīvojošu krievu izlasē. Starp latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu sievietes trauksmes un trauksmainības rādītājiem atšķirības pastāv tendenču līmenī. T-stāvokļa rādītāji augstāki ir krievu sievietēm, bet T-iezīmes rādītāji nedaudz augstāki latviešu sievietēm. To, ka kopējā sievietes izlasē trauksmes rādītāji neuzrāda statistiski nozīmīgas atšķirības, var izskaidrot ar pretējām tendencēm, kas novērojamas studentu un strādājošo apakšgrupās – ***latviešu studentu T-iezīmes rādītāji ir statistiski nozīmīgi augstāki kā Latvijā dzīvojošu krievu studentu trauksmainības rādītāji, bet latviešu strādājošo sievietes T-iezīmes rādītāji statistiski nozīmīgi zemāki kā Latvijā dzīvojošo krievu sievietes attiecīgie rādītāji,*** studentu vīriešu trauksmes un trauksmainības rādītāji praktiski neatšķiras.

Iegūtās atšķirības varam skaidrot, balstoties uz D. Magnusona, H. Statina un S. Ivavaki (*Magnusson, Stattin & Iwawaki, 1983*) secinājumiem, ka trauksmes līmeņa atšķirību cēlonis varētu būt saistīts ar etniskajā grupā pastāvošu atšķirīgu uzskatu par sociāli vēlamu uzvedību konkrētā situācijā.

Iespējams, ka šo etnisko atšķirību trauksmes un trauksmainības rādītājos studentu apakšgrupā veicina atšķirīgais respondentu esošās situācijas novērtējums. R. Diazs–Guerero uzsver kultūras ietekmi uz indivīda veiksmes un sasniegumu novērtējumu. Varam izteikt pieņēmumu, ka krievu jaunietes, kas kļuvušas par studentēm, sasniegušas pietiekami augstu izvirzīto mērķi – iestājušās Latvijas Universitātē, vai kādā citā augstskolā un mācās latviešu valodā. Līdz ar to, zināmā mērā diezgan droši nodrošina konkurētspēju darba tirgū, salīdzinot ar citiem krievu jauniešiem, kas vai nu nemācās augstskolā vai arī mācās savā, nevis valsts valodā. Savukārt, latviešu studentēm, kuras arī ir iestājušās augstskolā, nav šīs priekšrocības

izjūtas. Pēdējos 10- 15 gados latviešu sociālā pozīcija kopumā ir strauji augusi, līdz ar to, studijas augstskolā latviešu studentēm varētu būt minimālais, nevis maksimālais mērķis, kas rada papildus sasprindzinājumu.

Aplūkojot *trauksmes dinamiku pa vecuma posmiem*, tika konstatēts, ka Latvijā dzīvojošu krievu vīriešiem trauksmes (T-stāvokļa) rādītāji ir statistiski nozīmīgi augstāki 36-45 un 46-55 gadīgo vecuma apakšgrupās, 46-55 gadīgiem krievu vīriešiem augstāki ir arī trauksmainības (T-iezīmes) rādītāji; arī 46-55 gadīgu krievu sieviešu attiecīgie rādītāji ir statistiski nozīmīgi augstāki nekā latvietēm.

*Gan vīriešu, gan sieviešu izlasē konstatēts, ka 46-55 gadīgu Latvijā dzīvojošu krievu respondentu trauksmainības (T-iezīmes) rādītāji ir augstāki kā latviešu respondentu attiecīgie rādītāji.*

Pie kam, *Latvijā dzīvojošu krievu respondentu trauksmes un trauksmainības rādītāju pieaugums, salīdzinot ar latviešu trauksmainības dinamikas līkni, vērojams agrāk*. Krievu respondentiem trauksmes un trauksmainības kāpums sākas jau 36-45 gadu vecuma apakšgrupā, latviešiem – 46-55 gadu vecuma apakšgrupā. Pēc R. Kettela (*Cattell, 1965*) trauksmes paaugstināšanās sākas tikai ap 60 gadiem, kad parasti cilvēks beidz savu darba karjeru un sākas pensijas gadi, bet P. Kosta un kolēģi (*Costa, McCrae, Zonderman, Barbano, Lebowitz & Larson, 1986*), pētot trauksmes stabilitāti, secinājuši, ka pieaugot respondentu vecumam, trauksmes rādītāji vienmērīgi samazinās. Arī Japānā veiktais pētījums (*Nakazato & Shimonaka, 1989*) uzrādīja līdzīgu trauksmes samazināšanās tendenci.

B. Livegods (*Lievegoed, 1994*) norāda, ka cilvēkiem pēc dzīves vidus krīzes var izveidoties tendence arvien vairāk iesaistīties savā darbā, vēloties tur nostiprināties. Tas var radīt situāciju, kad katras pārmaiņas, jauninājumi, kā arī jauni cilvēki, kas tur parādās, tiek uztverti kā personisks apdraudējums, kas, savukārt, darbojas kā stressors un, līdz ar to - arī trauksmi pastiprinošs faktors. Varam izteikt pieņēmumu, ka Latvijā dzīvojošie 40-50 gadīgie cilvēki, kas izglītību un profesionālo pamatapmācību ieguvuši vēl padomju laikos, jūtas apdraudētāki par savu stabilitāti nekā ASV, Japānas un citu valstu attiecīgās vecuma grupas respondenti, kuru trauksmainība pētīta minētajos pētījumos (*Costa, McCrae, Zonderman, Barbano, Lebowitz & Larson, 1986; Nakazato & Shimonaka, 1989u.c.*). Tas veicina trauksmes un trauksmainības rādītāju pieaugumu dzīves vidusposmā.

Arī ilgstošās sociāli ekonomiskās grūtības, ko izjūt liela daļa Latvijas iedzīvotāju, bieži ir ilgstoša trauksmes stāvokļa radītājas, kas, savukārt, pēc H.Selje aprakstītā *Vispārējā adaptācijas sindroma*, veicina personības ieešanu rezistences un izsīkuma fāzē, kas veicina neatgriezeniskas izmaiņas cilvēka psihiskajā veselībā, arī pastiprinot indivīda dispozīciju trauksmaini uztvert apkārt notiekošo.

Pētījums *par cilvēkdrošību Latvijā* liecina, ka Latvijas pilsoņiem un nepilsoņiem uztraukuma iemesli neattiecībā uz draudiem visas valsts un sabiedrības dzīvē, ne arī attiecībā uz draudiem indivīda paša dzīvē būtiski neatšķiras. ***Taču atšķiras dažu draudu izjūtamība (procentos) un vidējā apdraudētības izjūtas pakāpe.*** Piemēram, pilsoņi procentuāli lielākā skaitā nekā nepilsoņi baidās no organizētās noziedzības, bet nepilsoņi procentuāli lielākā skaitā bažījās par sociālo garantiju pietiekamību. Sevišķi atšķirīgi pilsoņi un nepilsoņi izjūt dažus iespējamus draudus visas valsts un sabiedrības dzīvē (*Latvija. Pārskats par tautas attīstību 2002/2003.*, 54-55).

Tomēr Igaunijā veiktais pētījums pierāda, ka sociālo, ekonomisko un politisko faktoru izraisītā trauksme cieši saistīta ar respondentu ***etnisko piederību, vecumu un ienākumu līmeni*** (*Ott, Clark & Ennuste, 1996*). Kā norāda G. Breslavs un V. Robinsons (*Robinson & Breslav, 1996*), kopš 1989. gada Latvijā notikusi krieviski runājošo cilvēku sociālā statusa nozīmīga maiņa, ar ko saistīta arī viņu nākotnes neskaidrība, vēlme saglabāt Latvijā savu iepriekšējo statusu.

Latvijā dzīvojošo krievu grupas respondenti ir cilvēki, kas strādā lielā Latvijas uzņēmumā, kurā nepārtraukti notiek dažāda veida reorganizācijas. Respondenti strādā uzņēmumā, kas stingri ievēro Valsts valodas likuma prasības un pieprasa, lai darbinieki spētu ar klientiem sazināties pietiekoši labā latviešu valodā. Tātad, papildus tiem sociāli ekonomisko faktoru noteiktajiem stresoriem, kas darbojas arī latviešu respondentiem, Latvijā dzīvojošo krievu trauksmes paaugstināšanos varētu sekmēt arī valsts valodas nepietiekošo zināšanu līmenis, kas, savukārt, rada ne tikai nedrošību par iespējām turpināt darbu konkrētā uzņēmumā, bet pat bailes kļūt par bezdarbnieku, kas veicina trauksmes un trauksmainības rādītāju paaugstināšanos vēl agrāk.

Salīdzinot iegūtos trauksmes rādītājus ar citu valstu strādājošo respondentu trauksmes rādītājiem, konstatēts, ka ***latviešu respondentu trauksmes un trauksmainības rādītāji ir līdzīgi Vācijas strādājošo trauksmes un trauksmainības rādītājiem un nedaudz zemāki kā ASV respondentu attiecīgie rādītāji.***

*Latvijā dzīvojošu strādājošo krievu sievietes un vīriešu trauksmes un trauksmainības, līdzīgi kā Krievijas oriģinālās izlases<sup>19</sup> rādītāji, ir augstāki kā ASV (Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg & Jacobs, 1983) un Vācijas (Laux, Glanzmann, Schaffer & Spielberger, 1981) strādājošo respondentu T-stāvokļa un T-iezīmes rādītāji.*

Tātad varam runāt par tendenci, ka gan Latvijā, gan Krievijā dzīvojošu krievu respondentu trauksmes un trauksmainības rādītāji ir augstāki par citu valstu respondentu attiecīgajiem rādītājiem. Arī Igaunijā (Ott, Clark & Ennuste, 1996) veiktā pētījuma rezultāti parādīja, ka Igaunijā dzīvojošu krievu trauksmes rādītāji ir augstāki kā igauņu trauksmes rādītāji. Līdz ar to minēto pieņēmumu, ka Latvijā dzīvojošo krievu strādājošo respondentu augstākos trauksmes un trauksmainības rādītājus varam skaidrot ar sociālo, ekonomisko un politisko stresoru iedarbību Latvijā, varam papildināt ar pieņēmumu, ka augstāki krievu respondentu trauksmes un trauksmainības rādītāji varētu būt saistīti arī ar piederību etniskai grupai. Tas varētu būt saistīts ar etniskajā grupā pastāvošu atšķirīgu uzskatu par sociāli vēlamu uzvedību konkrētā situācijā (Magnusson, Stattin & Iwawaki, 1983), kas savukārt, cieši saistīts ar sociālās iemācīšanās ceļā apgūtajiem rīcības veidiem draudus saturošās situācijās.

Tomēr jāmin arī būtiska atšķirība, kas konstatēta ASV un latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu respondentu trauksmi un trauksmainību veidojošo izteikumu analizē. Atšķirībā no oriģinālās izlases, ne latviešu, ne Latvijā dzīvojošu krievu izlasē 1. faktoru veidojošie izteikumi nesadalās pozitīvajos un negatīvajos izteikumos. Varam konstatēt, ka, līdzīgi kā konstatēts N. Ivatas un H. Higuci veiktajā pētījumā (Iwata & Higuci, 2000), salīdzinot japāņu un ASV respondentu attiecīgos rādītājus, arī starp latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu un amerikāņu respondentiem pastāv kultūras noteiktas atšķirības tajā, kādas ir sociāli pieņemtās normas, novērtējot pozitīvos un negatīvos izteikumus. Latvieši un Latvijā dzīvojoši krievi ne tik bieži kā amerikāņi izvēlas pozitīvos izteikumus, taču arī ne tik bieži kā japāņi - negatīvos.

Krievijas koledžas studentiem vīriešiem tika konstatēti augstāki trauksmes un trauksmainības rādītāji kā Amerikas koledžas studentiem (Poltavski & Ferraro, 2002). Promocijas darba pētījuma ietvaros salīdzinot latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu studentu trauksmes un trauksmainības rādītājus ar citu pētījumu rezultātiem, vērojama

<sup>19</sup> Krievijas oriģinālā izlases rādītāji – *STAI-X* adaptācijas rādītāji (Hanin & Spielberger, 1983)

tendence, ka *latviešu studentu (vīriešu) un Latvijā dzīvojošo krievu studentu trauksmainības rādītāji ir līdzīgi lietuviešu un amerikāņu studentu T-iezīmes rādītājiem*, bet *zemāki par japāņu rādītājiem*.

Latviešu studenšu trauksmainības rādītāji, līdzīgi kā lietuviešu studenšu attiecīgie rādītāji, ir augstāki kā Latvijā dzīvojošu krievu, amerikāņu un Krievijas studenšu T-iezīmes rādītāji.

Tas, ka latviešu un lietuviešu studentiem konstatēti līdzīgi trauksmes un trauksmainības rādītāji, balstoties uz teorētiskajā daļā izklāstītajām atziņām, ļauj izteikt pieņēmumu, ka kopīgā mūsu tautu vēsturiskā pieredze, sociālie, ekonomiskie un politiskie apstākļi ietekmējuši to, ka Latvijā un Lietuvā dzīvojošie studenti par apdraudošām uztver vienas un tās pašas situācijas, taču šī atziņa būtu jāpārbauda plašākā izlasē arī citās nodarbošanās un vecuma grupās.

Veikti daudzi studentu trauksmes un trauksmainības pētījumi pasaulē, piemēram, konstatēts, ka pastāv sakarība starp emocionālās inteliģences, trauksmes un izjustā stresa rādītājiem studentiem (*Ghorbani, Bing, Watson, Davison & Mack, 2002*); Amerikas studentiem pakļāvība (*compliance*) pozitīvi korelē ar trauksmi un trauksmainību, zemu pašcieņu, paranoju un aizdomīgumu, bet negatīvi ar dusmu izrādīšanu (*Gugjonsson, Sigursson, Brynjolfsdottir & Hreinsdottir, 2002*). Studentiem ar augstu trauksmainību un zemiem sekmju un intelekta rādītājiem dominē izzīņas, izvairīšanās un darbības maiņas motīvi, sasniegumu motīvs nav izteikts (*Ланкин, Яковлева, 1996*).

S. Voitkāne un S. Miezīte (*Voitkān & Miezīte, 2001*), apkopojot pētījuma rezultātus par pirmo kursu studentu adaptācijas problēmām, secina, ka līdzīgi kā Lietuvas un ASV studentiem, arī Latvijas studentu vidū plaši izplatīti emocionāli traucējumi – depresija, trauksmainība, garastāvokļa pārvaldīšanas problēmas.

Analizējot trauksmes un trauksmainības rādītāju atšķirības, nozīmīgi tas, ka indivīdi, kam ir augstāks trauksmes līmenis, trauksmi izjūt biežāk, lai gan ne noteikti stiprāk nekā tie, kam ir zemāks trauksmes līmenis. Līdz ar to, paaugstinātas trauksmainības gadījumā sevis, savas rīcības nepārtraukta analīze var traucēt adekvāti novērtēt apkārt notiekošo, izanalizēt objektīvo informāciju un izdarīt atbilstošus secinājumus. Tādēļ būtiski izprast savu un novērtēt citu cilvēku trauksmes un



trauksmainības izpausmes, lai spētu koriģēt savu trauksmi un izprast citu rīcības patiesos iemeslus.

## Nobeigums

Promocijas darba ietvaros, aplūkojot trauksmes izpratni psihodinamiskās, eksistenciālās un humānistiskās, biheivioriālās, bioloģiskās, kognitīvās un iezīmju pieejas autoru darbos, lielāka vērība tiek pievērsta kognitīvās un iezīmju pieejai, kuru ietvaros trauksmi izprot kā pēctecīgas kognitīvas, afektīvas un biheivioriālas reakcijas, kas aktualizējas, dažādiem stresoriem iedarbojoties uz cilvēku. Tiek izdalīta situācijas radītā trauksme (T-stāvoklis) un trauksmainība kā personības iezīme (T-iezīme).

Darba sākumā izvirzītais mērķis - izpētīt, kāda ir trauksme latviešiem un Latvijā dzīvojošiem krieviem dzimuma, vecuma un nodarbošanās apakšgrupās – ir sasniegts. Ir izanalizēta trauksmes izpratne dažādu teorētisko pieeju ietvaros, apskatīti pētījumi par trauksmi un trauksmainību dažādos vecuma posmos, dzimuma, nodarbošanās un etniskās grupās, kā arī atrastas atbildes uz izvirzītajiem pētījuma jautājumiem.

Veicot promocijas darba pētījumu un meklējot atbildi uz uzstādīto pētījuma papildjautājumu - *Vai STAI-Y latviešu un krievu versijas psihometriskie rādītāji atbilst oriģinālās izlases psihometriskiem rādītājiem?* -

izdarīts sekojošs secinājums:

1. Nosakot *STAI-Y* latviešu un krievu versijas psihometriskos rādītājus, konstatēts, ka: *STAI-Y* latviešu un krievu versiju **validitātes rādītāji** saskan ar oriģinālā testa validitātes rādītājiem (iekšējā saskaņotība, retesta ticamība, konkurējošā validitāte); *STAI-Y* latviešu un krievu versiju **faktoru struktūra** daļēji saskan ar oriģinālā testa psihometriskajiem rādītājiem, kas ļauj izdarīt secinājumu, ka *STAI-Y* latviešu un krievu versija var tikt lietota Latvijā trauksmes un trauksmainības pētījumos un psihodiagnostikā.

Atbildot uz 1. pētījuma pamatjautājumu: - *Kāda ir trauksme un trauksmainība latviešiem dzimuma un vecuma apakšgrupās?*” –

izdarīti šādi secinājumi:

2. Latviešu sievietes un vīriešu piederība noteiktai vecuma apakšgrupai statistiski nozīmīgi saistīta ar trauksmes (T-stāvokļa) un trauksmainības (T-iezīmes) rādītājiem.

Latviešu sieviešu izlasē T-stāvokļa un T-iezīmes rādītāji 19-25 gadu vecuma apakšgrupā ir statistiski nozīmīgi augstāki kā 26-35 un 36-45 gadu vecuma apakšgrupās.

Latviešu vīriešu izlasē T-stāvokļa un T-iezīmes rādītāji 19-25 gadu apakšgrupā ir statistiski nozīmīgi augstāki kā 26-35, 36-45 un 46-55 gadu vecuma apakšgrupās, bet 56-69 gadu vecuma apakšgrupas trauksmes (T-stāvokļa) rādītājs statistiski nozīmīgi augstāks kā 26-35 gadu apakšgrupas attiecīgais rādītājs.

Iegūtie rezultāti ir līdzīgi R. Makkreja un P. Kostas (*McCrae & Costa, 1994*) iegūtajiem rezultātiem par to, ka *Personības iezīmju piecu faktoru modeļa* neirotizma faktora (apakšfaktors - trauksmainums) rādītāji ir augstāki 20-25 gadu vecumā.

**3. Latviešu sieviešu un vīriešu T-stāvokļa un T-iezīmes rādītājiem vecuma apakšgrupās ir tendence veidot U veida līkni.** Tas saskan ar teorijā aprakstīto (*Cattell, 1965*) trauksmes ontogēnēzes veidu un nozīmē, ka augstāki trauksmes un trauksmainības rādītāji vērojami jaunībā, dzīves vidus posmā tiem ir tendence pazemināties, bet, sasniedzot noteiktu vecumu - paaugstināties.

**4. Pastāv statistiski nozīmīgas latviešu trauksmes un trauksmainības rādītāju dzimumatšķirības gan kopējā izlasē, gan atsevišķās vecuma apakšgrupās.** Statistiski nozīmīgi augstāki T-stāvokļa rādītāji sievietēm konstatēti 26-35 un 36-45 gadu vecuma apakšgrupās, T-iezīmes - 19-25, 26-35, 36-45 un 46-55 gadu vecuma apakšgrupās. Iespējams, ka cēlonis šīm atšķirībām meklējams bērnības pieredzē, kad veidojas priekšstats par dzimumlomām, par sociāli vēlamo uzvedību, kā arī stresa pārvarēšanas paņēmieni atšķirīgu izvēli vīriešiem un sievietēm. Arī citās kultūrās veiktie pētījumi uzrāda trauksmes un trauksmainības rādītāju dzimumatšķirības (*Laux, Glanzmann, Schaffer & Spielberger, 1981; Van der Ploeg, 1985; Virella, Arbona & Novy, 1994; Nakazato & Shimonaka, 1989; Poltavski & Ferraro, 2002; u.c.*).

Atbildot uz 2. pētījuma pamatjautājumu: - *Kāda ir trauksme un trauksmainība Latvijā dzīvojošiem krieviem dzimuma un vecuma apakšgrupās?*- izdarīti sekojoši secinājumi:

**5. Latvijā dzīvojošu krievu sieviešu un vīriešu piederība noteiktai vecuma apakšgrupai statistiski nozīmīgi saistīta ar T-stāvokļa un T-iezīmes rādītājiem.**

Krievu respondentu vecuma apakšgrupās vērojama tendence, ka gan sieviešu, gan vīriešu augstākie T–stāvokļa un T–iezīmes rādītāji vērojami sieviešu 46 – 55 gadīgu respondentu vecuma apakšgrupā, kas ir pretrunā literatūrā aprakstītajiem pētījumu rezultātiem, par to, ka augstākie trauksmes un trauksmainības rādītāji vērojami 20-25 gadu vecumā.

**6. Latvijā dzīvojošu krievu sieviešu trauksmainības, vīriešu trauksmes un trauksmainības rādītājiem vecuma apakšgrupās ir tendence veidot U veida līkni, kas saskan ar teorijā aprakstīto trauksmes ontogēnēzes veidu.**

**Latvijā dzīvojošu krievu sieviešu trauksmes (T–stāvokļa) rādītāji pieaug, pieaugot respondentu vecumam.**

Krievu respondentu trauksmes un trauksmainības rādītāju kāpums, salīdzinot ar citos pētījumos minēto, vērojams agrāk – jau 36-45 gadu vecumā.

**7. Pastāv statistiski nozīmīgas Latvijā dzīvojošu krievu trauksmes un trauksmainības rādītāju dzimumatšķirības gan kopējā izlasē, gan atsevišķās vecuma apakšgrupās.**

Latvijā dzīvojošu krievu T–stāvokļa rādītājos statistiski nozīmīgas dzimumatšķirības konstatētas 46-55 gadu vecuma apakšgrupā, T–iezīmes rādītājos 36-45 un 46-55 gadu vecuma apakšgrupā, kas saskan ar līdzīgu pētījumu rezultātiem citur pasaulē (*Laux, Glanzmann, Schaffer & Spielberger, 1981; Van der Ploeg, 1985; Virella, Arbona & Novy, 1994; Nakazato & Shimonaka, 1989; Poltavski & Ferraro, 2002 u.c.*)

Atbildot uz 3. pētījuma jautājumu: - *Kādas atšķirības pastāv starp Latvijā dzīvojošu latviešu un krievu cilvēku trauksmi un trauksmainību?*-

izdarīti sekojoši secinājumi:

**8. Individu trauksmes un trauksmainības rādītāji Latvijā saistīti ar individu situācijas uztveri, kas, savukārt, var atšķiras indivīdiem ar atšķirīgu etnisko piederību,** jo pēc pētījuma rezultātiem starp latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu trauksmes un trauksmainības rādītājiem vecuma apakšgrupās pastāv vairākas statistiski nozīmīgas atšķirības. Iegūtās atšķirības trauksmes un trauksmainības rādītājos apstiprina D. Magnussona, H. Stattina un S. Iwawaki (*Magnusson, Stattin & Iwawaki, 1983*) secināto, ka dažādās etniskās grupās dzīvojoši cilvēki par apdraudošām uzskata vienas un tās pašas situācijas, bet, novērtējot šīs apdraudošās

situācijas, atšķiras viņu trauksmes reakciju intensitāte. Arī Latvijā Latvijas pilsoņiem un nepilsoņiem konstatētas atšķirības dažu draudu procentuālā izjutamībā un vidējā apdraudētības izjūtas pakāpē (*Latvija. Pārskats par tautas attīstību 2002/2003*).

**9. Starp latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu trauksmes un trauksmainības rādītājiem vecuma apakšgrupās pastāv statistiski nozīmīgas atšķirības.**

Vīriešu izlasē T-stāvokļa rādītāji 36-45 un 46-55 gadu vecuma apakšgrupā statistiski nozīmīgi augstāki ir krievu vīriešiem. Sieviešu izlasē T-stāvokļa rādītāji 19-25 gadu vecuma apakšgrupā statistiski nozīmīgi augstāki ir latviešu sievietēm un 46-55 gadu apakšgrupā – krievu sievietēm.

Vīriešu T-iezīmes rādītāji 46-55 gadu vecuma apakšgrupā statistiski nozīmīgi augstāki ir krievu vīriešiem. Sieviešu izlasē T-iezīmes rādītāji 19-25 gadu vecuma apakšgrupā statistiski nozīmīgi augstāki ir latviešu sievietēm, bet 46-55 gadu apakšgrupā – krievu sievietēm.

**10. Starp latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu trauksmes un trauksmainības rādītājiem nodarbošanās apakšgrupās pastāv šādas statistiski nozīmīgas atšķirības:**

- Strādājošo vīriešu un strādājošo sieviešu izlasē statistiski nozīmīgi **augstāki ir Latvijā dzīvojošu krievu respondentu T-stāvokļa rādītāji**. Strādājošo sieviešu izlasē trauksmainības rādītāji (T-iezīme) statistiski nozīmīgi **augstāki ir strādājošajām krievu sievietēm**.
- Studentu izlasē statistiski nozīmīgas atšķirības pastāv starp studenšu trauksmes un trauksmainības rādītājiem: **augstāki ir latviešu studenšu trauksmes un trauksmainības rādītāji**.

Iegūtās atšķirības var skaidrot, baltoties uz pētījumu rezultātiem (*Diaz-Guerrero, 1981; Rimoldi, Raimondo, Erdmann & Hojat, 2002*), kuros secināts, ka trauksmes līmeņa atšķirību cēlonis dažādās kultūrās vai etniskās grupās varētu būt saistīts ar katrā kultūrā pastāvošu atšķirīgu uzskatu par sociāli vēlamu uzvedību konkrētā situācijā, kas apgūta socializācijas laikā. Etniskās atšķirības trauksmes izpausmēs var būt saistītas arī ar kultūrām raksturīgu atšķirīgu mērķu izvēli un to prioritāšu novērtējumu.

**11. Salīdzinot iegūtos trauksmes un trauksmainības rādītājus Latvijas izlasei ar citu valstu izlašu rādītājiem, tika konstatēts, ka:**

*latviešu strādājošo* respondentu trauksmes un trauksmainības rādītāji ir līdzīgi Vācijas strādājošo trauksmes un trauksmainības rādītājiem un nedaudz zemāki kā ASV respondentu attiecīgie rādītāji.

*Latviešu studentu (vīriešu) un Latvijā dzīvojošo krievu* studentu trauksmainības rādītāji ir līdzīgi lietuviešu un amerikāņu studentu T-iezīmes rādītājiem, bet zemāki par japāņu rādītājiem. *Latviešu studenšu* trauksmainības rādītāji, līdzīgi kā lietuviešu studenšu attiecīgie rādītāji, ir augstāki kā Latvijā dzīvojošu krievu, amerikāņu un Krievijas studenšu T-iezīmes rādītāji.

*Latvijā dzīvojošu strādājošo krievu sievietes un vīriešu trauksmes un trauksmainības rādītāji, līdzīgi kā Krievijas oriģinālās izlases<sup>20</sup> rādītāji, ir augstāki* kā ASV un Vācijas strādājošo respondentu T-stāvokļa un T-iezīmes rādītāji.

Līdzīgi kā konstatēts salīdzinot japāņu un ASV respondentu attiecīgos rādītājus (*Iwata & Higuci, 2000*), varam secināt, ka arī starp latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu un amerikāņu respondentiem pastāv līdzīgas, kultūras noteiktas atšķirības tajā, kādas ir sociāli pieņemtās normas, novērtējot pozitīvos un negatīvos izteikumus.

---

<sup>20</sup> Krievijas oriģinālā izlases rādītāji – *STAI-X* adaptācijas rādītāji (*Hanin & Spielberger, 1983*)

### Priekšlikumi:

1. **Nepieciešami pētījumi par trauksmes un trauksmainības cēloņiem, kuru veikšanā iesaistītos arī citu sociālo zinātņu nozaru speciālisti – socioloģijā, ekonomikā, politoloģijā, kultūras antropoloģijā, pedagoģijā**, kas palīdzētu kompleksi izprast trauksmes un trauksmainības cēloņus Latvijā, ņemot vērā Latvijas sociāli kulturālās vides apstākļus, kā arī Latvijas intergrāciju Eiropā.
2. **Vēlams veikt kopīgu pētījumu Baltijas valstīs**, kas varētu sekmēt trauksmes cēloņu izpratni un trauksmes vadīšanas veidu meklējumus Latvijas, Lietuvas un Igaunijas iedzīvotājiem.
3. **Nepieciešams turpināt un paplašināt trauksmes un trauksmainības izpēti Latvijas sociāli kulturālajā vidē, pētījumā iekļaujot arī indivīdus no citām etniskām grupām, kā arī, meklējot trauksmes un trauksmainības rādītāju sakarības ar citām personības iezīmēm**, lai varētu veikt trauksmes un trauksmainības salīdzinājumu, kā arī prognozētu iespējamo problēmu rašanos.
4. **Nepieciešams izstrādāt trauksmes un trauksmainības kontrolēšanas un vadīšanas apmācību programmu cilvēkiem ar pazeminātiem vai paaugstinātiem rādītājiem**. Šādas programmas ir izstrādātas un tiek sekmīgi realizētas citās kultūrās, taču ne vienmēr tiešā veidā ir attiecināmas uz Latvijas kultūrvidi.
5. Nepieciešams turpināt *STAI-Y* latviešu un krievu versijas adaptācijas procesu Latvijā, lai uzlabotu tā faktoru struktūru.
6. Viens no šī pētījuma ierobežojumiem bija izmantotās pašnovērtējuma metodes, kas neļauj pietiekami ņemt vērā iespējamās respondentu psiholoģiskās aizsardzības mehānismus. Tādēļ būtu ieteicams **izpētē iekļaut arī interviju metodi**, kas ļautu iegūt plašāku informāciju. Latvijā **nepieciešams veikt arī longitūdiālus pētījumus**, kas ļautu iegūt detalizētāku informāciju par trauksmes un trauksmainības īpatnībām dažāda vecuma, dzimuma un etnosa cilvēkiem.
7. Kā otrs pētījuma ierobežojums jāmin Latvijā dzīvojošu krievu respondentu izvēle – respondenti pārsvarā gadījumu strādāja vai mācījās iestādēs, kuru iekšējā kultūra uzskatāma par *latvisku* – respektīvi, iekšējā komunikācija šajās organizācijās notiek valsts valodā, apmēram 60 % no cilvēkiem, kas tur strādā vai mācās, ir latvieši. Būtu vēlams anketēt respondentus no iestādēm ar *krievisku* kultūrvidi –

organizācijām, kur pārsvars no darbiniekiem ir Latvijā dzīvojoši krievi, komunikācija notiek krieviski, liela ietekme ir Krievijas informācijas līdzekļiem.

8. Sarežģītā sociāli ekonomiskā situācija, cieši kopā dzīvojot vairākām etniskām grupām, kā tas ir Latvijā, var kļūt par cēloni “vainīgā” meklējumos citā etniskā grupā, kas rada savstarpējo attiecību spriedzi un konfliktus. Ņemot vērā, ka pētījuma rezultāti parādīja, ka pastāv latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu trauksmes un trauksmainības rādītāju atšķirības vecuma un nodarbošanās apakšgrupās, būtu nepieciešams **iepazīstināt sabiedrību ar šī pētījuma rezultātiem**, skaidrojot iespējamās situācijas uztveres atšķirības, kas sakņojas atšķirīgos trauksmainības rādītājos. Būtu vēlams arī sniegt vairāk informācijas par trauksmes kontroles un vadīšanas iespējām.

### **Pētījuma nozīmība**

Šis ir būtisks pētījums vairāku aspektu ziņā:

- 1) šī darba ietvaros veiktais teorētisko priekšstatu un praktisko pētījumu apkopojums par trauksmi un trauksmainību latviešiem un Latvijā dzīvojošiem krieviem ir uzskatāms par nozīmīgu informatīvo bāzi Latvijas psiholoģijas zinātnei.
- 2) Ir tulkota un validizēta pasaulē plaši lietota trauksmes stāvokļa – iezīmes noteikšanas metodikas (*STAI-Y*) latviešu un krievu versija, kas dod iespēju to izmantot Latvijā turpmākajos zinātniskajos pētījumos, kā arī kā psiholoģiskās diagnostikas vajadzībām.
- 3) Pētījums papildina Latvijā veiktos pētījumus par latviešu un krievu etniskajām īpatnībām, kas ļauj labāk izprast etniskās atšķirības.

## **Bibliogrāfija**

- Ahlawat K. S. (1986). Cross-cultural comparison of anxiety for Jordanian and U.S. high school students. In Spielberger C.D. & Diaz-Guerrero R. (1983). Cross-cultural Anxiety. Vol. 2. New York: Hemisphere Publishing Corporation
- Aktekin M., Karaman T., Senol Y.Y., Erdem S., Erengin H. & Akaydin M. (2001). Anxiety, depression and stressful life events among medical students: a prospective study in Antalya, Turkey. Medical Education. Vol. 35 Issue 1, pp. 1–13.
- Anderson S.B. & Sauser W.I. (1995). Measurement of test anxiety: An overview. In Spielberger C. D. & Vagg P. (Eds.) Test Anxiety. Theory, Assessment, and Treatment. New York: Taylor & Francis, p. 15-29.
- Pētījums par cilvēkdrošību (2002). ANO Attīstības programma Latvijā. 54-55.
- Anton W.D. & Lilibridge M.E. (1995). Case studies of test-anxious students. In Spielberger C. D. & Vagg P. (Eds.) Test Anxiety. Theory, Assessment, and Treatment. New York: Taylor & Francis, p. 61-78.
- Antony M.M. & Barlow D.H. (1996). Emotion theory as a framework for explaining panic attacks and panic disorder. In Rapee R.M (Ed.) Current controversies in the anxiety disorders. New York: Guilford, pp. 55 – 76.
- Ashcraft M.H. & Kirk E.P. (2001). The relationships among working memory, math anxiety, and performance. Journal of Experimental Psychology. Vol. 130, No 2, pp. 224-237
- Averill J.R. (1976). Emotion and anxiety: sociocultural, biological, and psychological determinants. In Zuckerman M. & Spielberger C.D. (Eds.). Emotions and Anxiety. New Concepts, methods, and Applications. New York: John Wiley & Sons.
- Aysan F., Thompson D. & Hamarat E. (2001). Test anxiety, coping strategies, and perceived health in group of high school students: a Turkish sample. Journal of Genetic Psychology. Vol. 162 Issue 4, pp. 402–412.
- Bandura A. (1986). Social foundations of thought and action: A social cognitive theory. Englewood Cliffs, New York: Prentice Hall



- Barrat E. (1972). Anxiety and impulsiveness: Towards a neuropsychological model. In Spielberger C. D. (Ed.) Anxiety. Current Trends in Theory and Research. Vol. 1. New York: Academic Press, pp.195.- 222.
- Barrios B. A., & Hartmann D. P. (1988). Fears and anxieties. In Mash E.J. & Terdal L.G. (Eds.) Behavioral assessment of childhood disorders (2nd ed.), New York: Guilford, pp. 196 –262.
- Barlow D. H. (1988). Anxiety and disorders: The nature and treatment of anxiety and panic. New York: Quiliford.
- Battegay R. (1991). Depression: Psychophysische und soziecele Dimension. Therapie. Bern: Verlag Hans Huber.
- Basset L. (1997). Angstfrei Leben. Frankfurt am Main: Campus Verlag.
- Beck A. (1972). Cognition, anxiety, and psychological disorders. In Spielberger C. D. (Ed.) Anxiety. Current Trends in Theory and Research. Vol.2., New York: Academic Press.
- Beck A., Emery G.P. & Greenberg I. (1985) Anxiety disorders and phobias: a cognitive perspective. New York: Academic Press
- Beidel D.C. & Turner S.M. (1984) Anxiety disorders. In Hersen M. & Turner S.M. (Eds.) Adult psychopathology and diagnosis (2nd ed.) New York: Wiley. pp. 226 – 278.
- Becker P. (1980). Studien zur Psychologie der Angst. Weinheim: Beltz
- Bell J.A. (2003). Statistics anxiety: the nontraditional student. Education. Vol. 124(1), pp.157-163.
- Bellodi L., Gambini O.& Brancato V. (1987). Symptoms and syndromes of anxious depressive patients. In Racagni G.& Smeraldo E. (Eds.). Anxious depression: assessment and treatment. New York: Raven Press, pp. 33-41.
- Bergeron J. (1983). State–trait anxiety in french–english bilinguals: Cross–cultural considerations. In Spielberger C.D. & Diaz–Guerrero R. (1983). Cross–cultural anxiety. Vol. 2. New York: Hemisphere Publishing Corporation.
- Born C., Lazarus–Mainka G. & Stölting E. (1980). Die paradoxen Reaktionen nicht–ängstlicher Perssonen. Zeitschrift für Experimentelle und Angewandte Psychologie, 27., s. 369 – 383.

- Bowlby J. (1973). Attachment and loss. Separation, anxiety and anger Vol.2., London: Hogarth Press.
- Brand C. (1994). Open to experience-closed to intelligence; why the “Big Five” are really the “Comprehensive Six”. European Journal of Personality. Vol. 8., pp. 299-310.
- Brasch C. & Richberg I.M. (1990). Die Angst aus Heiterem Himmel. München: Mosaik Verlag.
- Cattell R.B. (1950). Personality: a systematic, theoretical, and factual study. New York: McGraw-Hill.
- Cattell R.B. (1965). The scientific analysis of personality. New York: Penguin Books.
- Cattell R. B. (1972). The nature and genesis of mood states: a theoretical model with experimental measurements concerning anxiety, depression, arousal, and other mood states. In Spielberger C. D. (Ed). Anxiety. Current Trends in Theory and Research. Vol. 1., New York: Academic Press.
- Cattell R.B. (1979). Personality and learning theory. Vol. 1, New York: Springer Publishing Company, Inc.
- Chamorro-Premuzic T. & Furnham A. (2003). Personality traits and academic examination performance. European Journal of Personality. Vol. 17., pp. 237-250
- Clark D. & Beck A. (1989). Cognitive theory and therapy of anxiety and depression. In Kendall P. & Watson D. (Eds.) Anxiety and depression: Distinctive and overlapping features. San Diego, pp. 379-411.
- Colvin C.R. & Block J. (1994). Do positive illusions foster mental health? An examination of the Taylor and Brown formulation. Psychological Bulletin, 116, pp. 3-20.
- Costa P., McCrae R., Zonderman A., Barbano H., Lebowitz B. & Larson D. (1986). Cross-sectional studies of personality in a national sample: 2. Stability in neuroticism, extraversion, and openness. Psychology and Aging. Vol. 1., pp. 144-149.
- Costa P. & McCrae R. (1992). Revised NEO personality inventory (NEO-PI-R) and NEO five factor inventory (NEO-FFI): Professional manual. Odessa, FL: psychological Assessment Resources.

- Davis P.J.& Schwartz G. E. (1987). Repression and the inaccessibility of affective memories. Journal of Personality and Social Psychology, 52, pp.155- 162
- De Raad B. & Schouwenburg H.C. (1996). Personality in learning and education: A review. European Journal of Personality. Vol. 10 (5), pp. 303-336
- Devereux C. (1980). Basic problems of ethnopsychiatry. Chicago: University of Chicago Press
- Devrimci–Ozguven H., Kundakci N., Kumbasar H. & Boyvat A. (2000). The depression, anxiety, life satisfaction and affective expression levels in psoriasis patients. Journal of the European Academy of Dermatology & Venereology. Vol. 14 Issue 4, pp. 267-273
- Dieterich M. (1989). Handbuch Psychologie und Seelsorge. Zürich: R. Brockhaus Verlag.
- Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition (DSM-IV). (1996). Washington: American Psychiatric Association.
- Diaz–Guerrero R. (1981). Test Anxiety and General Anxiety in Mexican and American School Children. In Spielberger C.D.& Diaz–Guerrero R. (1981). Cross – Cultural Anxiety. Vol. 1. New York: Hemisphere Publishing Corporation, p. 135-142.
- Dion K.L. & Toner B.B. (1988). Ethnic differences in test anxiety. Journal of Social Psychology. Vol. 128 (2). pp.165-172
- Dollard J.& Miller N. (1950). Personality and psychotherapy. New York: McGraw-Hill
- Draguns J. G. & Tanaka-Matsumi J. (2003). Assessment of Psychopathology across and within cultures: issues and findings. Behavior research and therapy. Vol. 41., pp. 755- 776
- Draguns J.G. (1996). Solving the problems within a multicultural society: What can cross – cultural psychology contribute? In A. Priedītis (Ed.), Multiculturalism in Latvia/ Multikulturālisms Latvijā. Pp. 83-96. Daugavpils, A.K.A.
- Dunn J. & Plomin R. (1990). Separate lives: Why siblings are so different. New York: Basic Books

- Dutke S. & Steber J. (2001). Test anxiety, working memory, and cognitive performance: Supportive effects of sequential demands. Cognition & Emotion. Vol. 15 Issue 3.
- Emmite P.L. & Diaz-Guerrero R. (1983). Cross-cultural differences and similarities in coping style, anxiety, and success-failure on examinations. In Spielberger C.D. & Diaz-Guerrero R. (1983). Cross-cultural Anxiety. Vol. 2. New York: Hemisphere Publishing Corporation, p. 191-203.
- Endler N.S. & Magnusson D. (1981). Multidimensional aspects of state and trait anxiety: A cross-cultural study of Canadian and Swedish college students. In Spielberger C.D. & Diaz-Guerrero R. (1981). Cross-cultural anxiety. Vol. 1. New York: Hemisphere Publishing Corporation, p.143-170.
- Encyclopedia of Psychology (2000). Kazdin A.E (Ed.) Vol 1., Oxford University Press
- Epstein S. (1972). The nature of anxiety with emphasis upon its relationship to expectancy. In Spielberger C. D. (Ed.). Anxiety. Current Trends in Theory and Research. Vol. 2., New York: Academic Press
- Eysenck H. (1953). The Structure of Human Personality. London: Penguin
- Eysenck H. (1975). A genetic model of anxiety. In Sarason Z. & Spielberger C.D. (Eds.) Stress and Anxiety. Vol. 2. Washington, Hemisphere Publishing Corporation. pp. 81-116
- Eysenck H. J. (1976 ). Anxiety and the natural history of neurosis. In. Zuckerman M. & Spielberger C.D. (Eds.). Emotions and anxiety. New concepts, methods, and applications. New York: John Wiley & Sons
- Eysenck M. (1991). Cognitive factors in clinical anxiety: Potential relevance to therapy. In. Briley M. & File S. (Eds.). New concepts in anxiety. New York: CRH Press, pp. 418- 433
- Feinson M. C. (1985). Aging and mental health. Research on aging. Vol. 7., pp. 155-174
- Fischli C. (1994). Bewältigung als Persönlichkeitsprozess in einer Vorexamens-situation. Unveröffentlichte Lizentiatsarbeit. Psychologisches Institut der Universität Zürich, Abteilung Angewandte Psychologie.
- Fischli C. (1998). Persönlichkeit und Bewältigung in einer Vorexamenssituation. Zürich

- Flossdorf B. (1988). Angst. In Ansager R. & Wenninger G. (Hrsg.) Handwörterbuch der Psychologie. s. 34-37
- Foote D. & Seibert S. (1999). The Age of Anxiety. Childhood Education. Vol.133 (9), pp. 68-73.
- Fox S.& Spector P.E. (1999) A model of work frustration–aggression. Journal of Organizational Behaviour. Vol. 20, pp. 915 - 931
- Freud S. (1926). Hemmung, Symptom, Angst. Gesammelte Schriften. Bd. 9. Leipzig: Internationaler Psychoanalytischer Verlag
- Frijda N.H. (1985). Toward a model of emotion. In Spielberger C.D., Sarason I.G.& Defares P.B. Stress and anxiety. Vol. 9., New York: Hemisphere Publishing Corporation
- Fröhlich W.D. (1981). Perspektiven der Angstforschung. In H. Thomae (Hrsg.). Handbuch der Psychologie. Allgemeine Psychologie. Motivation. Göttingen: Hogrefe
- Fuster J.(1998). The prefrontal cortex. New York: Raven Press
- Ginsburg, G.S., La Greca A.M. & Silverman W.K. (1998). Social anxiety in children with anxiety disorders: relation with social and emotional functioning. Journal of Abnormal Child Psychology. Vol. 6., [http:// findarticles.com](http://findarticles.com)
- Ghorbani N., Bing M.N., Watson P.J., Davison H.K. & Mack D.A. (2002). Self-reported emotional intelligence: Construct similarity and functional dissimilarity of higher-order processing in Iran and the United States. International Journal of Psychology. Vol.37(5), pp.297-308
- Gorenstein E.E. & Papp L.A. (1995). Cognitive–behavioral treatment of late–life anxiety disorders. Paper presented at the Annual Meeting of the American Psychological Association (103rd, New York, August 11-15, 1995). <http://search.epnet.com>
- Gray J. (1978). The neuropsychology of anxiety. British Journal of Psychology. Vol. 69, pp. 417-423
- Gray J. (1988). Anxiety and personality. In M. Roth, R. Noyes & G. Burrows (Eds.). Handbook of anxiety. Vol. 1. New York: Norton, pp.231-257

- Gugjonsson G.H., Sigursson J.F., Brynjolfsdottir B. & Hreinsdottir H. (2002). The relationship of compliance with anxiety, self-esteem, paranoid thinking and anger. Psychology, Crime & Law. Vol. 8(2), pp 145-153
- Gudykunst W. (1988). Culture and interpersonal communication. Beverly Hills: Appleton
- Gullone E., King N.& Ollendick T.H. (2000). The developmental and psychometric evaluation of the Fear Experiences Questionnaire: An attempt to disentangle the fear and anxiety constructs. Clinical Psychology & Psychotherapy, 7., pp. 61 –75.
- Gullone E., King N.& Ollendick T.H. (2001). Anxiety–research: Anxiety in children; anxiety in adolescence. Journal of Genetic Psychology. Vol. 162., Issue 1, pp. 5-15.
- Halpern J. (1977). Projection: A test of the psychoanalytic hypothesis. Journal of Abnormal Psychology, 86, pp. 536 – 542
- Hambelton, R.K. & Patsula, L.(1999). Increasing the validity of adapted tests: myths to be avoided and guidelines for improving test adaption practices. August 1999, JATT, 1, p1-30.
- Hamilton V. (1985). A cognitive model of anxiety: implications for theories of personality and motivation. In Spielberger C.D., Sarason I.G.& Defares P.B. Stress and Anxiety. Vol. 9. New York: Hemisphere Publishing Corporation
- Hammer M.H. (1987). Behavioural dimensions of intercultural effectiveness: A replication and extension. International Journal of Intercultural relations, 11, pp. 65-68.
- Hanin J.L. & Spielberger C.D. (1983). The development and validation of the Russian form of the state–trait anxiety inventory. In Spielberger C.D.& Diaz–Guerrero R. (1983). Cross–cultural anxiety. Vol. 2. New York: Hemisphere Publishing Corporation, pp. 15-25.
- Hancock D.R. (2001). Effects of test anxiety and evaluative treat on students' achievement and motivation. Journal of Educational Research. Vol. 94 (5), pp.284 – 291

- Harris J.B. & Grandgenett N. (1996). Correlates among teachers' anxieties, demographics, and telecommuting activity. Journal of Research on Computing in Education. Vol. 28 (3), pp.300-318.
- Herron W. (1995). Development of the ethnic unconscious. Psychoanalytic Psychology Vol. 12 (4), pp.513 – 520.
- Hsiu-Zu Ho, (2000). The affective and cognitive dimensions of math anxiety; a cross-national study. Journal for Research in Mathematics Education. Vol. 31 Issue 3, pp. 362- 380.
- Hodapp V., Laux L.& Schaffner P.(1984). Fragebogen zur Erfassung kognitiver und emotionaler Komponenten der Prüfungsangst. Weinheim: Beltz.
- Hoehn-Saric R. & McLeod D. (1993). Somatic manifestations of normal and pathological anxiety. Hoehn-Saric R. & McLeod D. (Eds) Biology of anxiety Disorders. Washington, pp.177-222.
- Holmes D. S. (1990). The evidence for repression: an examination of sixty years of research. In Singer J. L. (Ed). Regression and Dissociation. Chicago: University of Chicago Press, pp. 85- 102.
- Hofstede G. (1980). Culture's consequences: International differences in work-related values. Beverly Hills: Appleton
- Hundleby J.D., Pawlik K. & Cattell R.B. (1965). Personality factors in objective test devices. San Diego: Knapp.
- Izard C.E. (1972). Anxiety: a variable combination of interacting fundamental emotions. In Spielberger C. D. (Ed.). Anxiety. Current Trends in Theory and Research. Vol. 1., New York: Academic Press.
- Iwata N.& Higuci H.R. (2000). Responses of Japanese and American university students to the *STAI* items that assess the presence or absence of anxiety. Journal of Personality Assessment. Vol. 74 (1), pp.48-62.
- Jackson, C. J., Fumham A., Forde L. & Cotter T. (2000). The structure of the Eysenck personality profiler. British Journal of Psychology. Vol. 91., Issue 2, pp 223-240.
- Jindal C. & Panda S. (1982). Anxiety and achievement: A Rorschach study of high and low achievers. Indian Educational Review. Vol. (17), pp. 118-124.

- Jones G. (1995). More than just a game. Research developments and issues in competitive anxiety in sport. British Journal of Psychology. Vol. 86., Issue 4, pp. 449-479.
- Karpova Ā. (1990). Ievads etnopsiholoģijā. Rīga.
- Karpova Ā. (1994). Personība un individuālais stils. Rīga.
- Karpova Ā. (1998). Personība. Teorijas un to radītāji. Rīga, Zvaigzne ABC.
- Kelly G.A. (1964). The language of hypothesis: Man's psychological instrument. Journal of Individual Psychology. Vol. 20. pp.137-152.
- Kerr G.A. & Goss J.D. (1997). Personal control in elite gymnasts: The relationships between locus of control, self-esteem, and trait anxiety. Journal of Sport Behavior. Vol. 20 (1), pp. 69-82.
- Kline P. (2000). Handbook of psychological testing. (2<sup>nd</sup> ed.). London: Routledge Taylor & Francis Group.
- Kowalski R. M. (2000). Anxiety disorders. In Kazdin A.E (Ed.). Encyclopedia of Psychology. Vol. 1., Oxford: Oxford University Press.
- Kraepelin E. (1915). Psychiatrie. Leipzig: J. A. Barth.
- Krohne H. W. (1980). Angsttheorie: Vom mechanistischen zum kognitiven Ansatz. Psychologische Rundschau, 31., s.12- 29.
- Kulbergs J. (2001). Dinamiskā psihiatrija. Rīga, Jumava.
- Laberge B., Gauthier J., Cote G., Plamondon J.& Cormier H.J. (1992). The treatment of coexisting panic and depression: a review of the literature. Journal of Anxiety Disorders, Vol.6. ( 2), pp. 169-180.
- La Greca A.M. & Lopez N. (1998). Social anxiety among adolescents: linkages with peer relation and friendships. Journal of Abnormal Child Psychology. Vol. 4., [http:// findarticles.com](http://findarticles.com)
- Lane D., Carroll D., Ring C., Beevers D. G. & Lip G.Y.H. (2002). The prevalence and persistence of depression and anxiety following myocardial infarction. British Journal of Health Psychology. Vol. 7 Issue 1, pp. 11 – 22
- Lang P., Bradley M. & Cuthbert B. (1990). Emotions, attention and the start reflex. Journal of Psychological Review. Vol. 97, pp. 377-395
- Latvijas demogrāfijas gadagrāmata 2002. Rīga, LR CSP



- Laux L., Glanzmann P., Schaffer P. & Spielberger C.D. (1981). Das State-Trait Angstinventar. Theoretische Grundlagen und Handanweisung. Weinheim: Beltz Testgesellschaft
- Lazarus R.S. & Averill J.R. (1972). Emotion and cognition: with special reference to anxiety. In Spielberger C. D. (Ed.) Anxiety. Current Trends in Theory and Research. Vol. 2., New York: Academic Press.
- Lazarus-Mainka G., Krause V., Feige R. (1979). Eine experimentelle Untersuchung zur Interaktion von Ängstlichkeit und Situationsangst. Zeitschrift für Klinische Psychologie, 8, s. 134-147.
- Lesch K. (1996). Association of anxiety-related traits with a polymorphism in the serotonin transporter gene region. Journal Science Vol. 274., pp.1527-1537.
- Leung K. & Van De Vijver F. (1996). Cross-cultural research methodology. In Leong P.T.L., Austin J.T. et. al. (Eds.), The psychology research handbook: A guide for graduate students and research assistants. Thousand Oaks, CA: Sage, pp. 351-358.
- Lievegoed B. (1994). Lebenskrisen – lebenschancen. Rotterdam: Geistige Erkenntnis.
- MacEwen K.L. & Barling J. (1995). Predicting retirement anxiety: the roles of parental socialization and personal planning. Journal of Social Psychology. Vol.135 (2), pp.203 – 214.
- MacLeod C. (1990). Mood disorders and cognition. In Eysenk M.W. (Ed.) Cognitive psychology: An international review. Oxford, England: John Wiley & Sons. pp. 9-56.
- Magnusson D., Stattin H. & Iwawaki S. (1983). Cross-cultural comparisons of situational anxiety reactions. In Spielberger C.D. & Diaz-Guerrero R. (1983). Cross-cultural anxiety. Vol. 2. New York: Hemisphere Publishing Corporation, pp. 177-189.
- Magnusson D. (1985). Situations factors in research in stress and anxiety: sex and age differences. In Spielberger C.D., Sarason I.G. & Defares P.B. (Eds.) Stress and Anxiety. Vol. 9. New York: Hemisphere Publishing Corporation.
- Marks I.M. (1977). Bewältigung der Angst. Berlin, Heidelberg: Springer Verlag.
- Marks I.M. (1987). Fears, phobias and rituals: panic, anxiety, and their disorders. New York: Oxford University Press.

- Matsumoto D. (1994). Cultural influences on research methods and statistics. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Matthews G. & Deary I.J. (1998). Personality traits. New York: Cambridge university Press XX, <http://search.epnet.com>.
- Mathews A. & MacLeod C. (1994). Cognitive approaches to emotion and emotional disorders. Annual review of Psychology. Vol. 45, pp.25-50.
- Mathews A., May R. & Mogg K.(1990). Attentional bias in anxiety: selective search or defective filtering. Journal of Abnormal Psychology., Vol. 99.,pp.166-173.
- Melamed S., Meir E.I. & Samson A. (1995). The benefits of personality leisure congruence: Evidence and implications. Journal of Leisure research. Vol. 27 (1), pp 25-40.
- McCraen R., Costa P. & Piedmont R. (1993). Folk concepts, natural language, and psychological constructs: the California psychological inventory and the Five-factor model. Journal of personality. Vol. 61 (1), pp. 1-26.
- McCrae R. & Costa P. (1994). The stability of personality: Observations and evaluations. Current Directions in Psychological Science, 3, pp. 173-175.
- McReynolds P. (1976). Assimilation and anxiety. In Zuckerman M.& Spielberger C.D.(Eds.) Emotions and Anxiety. New Concepts, methods, and Applications. New York: John Wiley & Sons.
- Miller L.H., Ross R. & Cohen S.I. (1985). Stress. London: Bay Books.
- Miller L.H.& Smith A.D. (1997). Anxiety. In Zalaquett C.P., Wood R.J.(Eds.) Evaluating Stress. A Book of Resources. London: The Scarecrow Press, Inc.
- Moberg P.J. (2001). Linking conflict strategy to the Five-factor model: theoretical and empirical foundations. International Journal of Conflict Management. Vol. 12 (1), pp 47-69.
- Moog K., Mathews A. & Weinman J. (1987). Memory bias in clinical anxiety. Journal of Abnormal Psychology. Vol. 96(2), pp. 94-98.
- Moog K., Mathews A. & Weinman J. (1989). Selective processing of threat cues in anxiety states: A replication. Behavior Research and Therapy. Vol. 27(4), pp. 317-323.

- Mukhopadhyay S. (1996). Anxiety level and its temporal change among working mothers in Calcutta. Journal of Social Psychology. Vol. 136, Issue 1, pp.123 – 126.
- Napieralski, L. P. & Brooks C.I (1995). The effect of duration of eye contact on American college students' attributions of state, trait and test anxiety. Journal of Social Psychology. Vol. 135, Issue 3, pp. 273 –281.
- Nakazato K. & Shimonaka Y. (1989). The Japanese state–trait anxiety inventory: age and sex differences. Perceptual and Motor Skills. Vol. 69 , pp.611-617.
- Noelen–Hoeksema S. (1990). Sex differences in depression. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Noues R. & Hoehn – Saric R. (1998). The anxiety disorders. Cambridge: Cambridge University Press.
- Ott A., F., Clark U. & Ennuste U.(1996). Anxiety as a consequence of liberalization: An analysis of opinion surveys in Estonia. Social Science Journal. Vol. 33 (2), pp. 149-164.
- Ozoliņa Nucho A. & Vidnere M. (1998). Stresa menedžments. Pārvarēšana un profilakse. Rīga, AGB
- Papsdorf, J.D., Ghanman J. & Jamieson J. (1995). Test anxiety, hemispheric lateralization, and information processing. In Spielberger C. D.& Vagg P. (Eds) Test Anxiety. Theory, Assessment, and Treatment. London: Taylor & Francis, pp. 61-92.
- Peterlini M., Tibirio I.F.L.C., Saadeh A., Pereira J.C.R. & Martins M.A. (2002). Anxiety and depression in the first year of medical residency training. Medical Education. Vol. 36(1), pp. 66-72.
- Poltavski D. & Ferraro F.R. (2002). Stress and illness in American and Russian college students. Personality and Individual Differences. Vol. 34, pp. 971-982.
- Psiholoģijas vārdnīca (1999). G. Breslavs (red.), Rīga. Mācību apgāds.
- Rank O. (1936). Will therapy. New York: Alfred A. Knopf, Inc.
- Realo A. & Allik J. (1998). The Estonia self – consciousness scale and its relation to the Five- factor model of personality. Journal of Personality Assessment. Vol. 70 (1), pp. 109-124.

- Reber A.S.(Ed.) (1995). The Penguin Dictionary of Psychology. New-York: Penguin.
- Reed L. J., Carter B.D., & Miller L.C. (1992). Fear and anxiety in children. In Walker C.E. & Roberts M.C. (Eds.) Handbook of clinical child psychology (2nd ed., pp. 237 – 260) New York: Wiley.
- Reņģe V. (1999). Psiholoģija. Personības psiholoģiskās teorijas. Rīga, Zvaigzne ABC.
- Reņģe V. (1999). Organizāciju psiholoģija. Rīga, Kamene
- Ričards A. & Whittaker T.M, (1990). Effects of anxiety and mood manipulation in autobiographical memory. British Journal of Clinical Psychology. Vol. 29., pp. 145-153.
- Riddick B., Sterling C., Farmer M. & Morgan S. (1999). Self-esteem and anxiety in the educational histories of adult dyslexic students. Dyslexia: An International Journal of Research & Practice. Vol. 5 (4), pp. 227-248.
- Rimoldi H.J.A., Raimondo R., Erdmann J.B. & Hojat M. (2002). Intra- and intercultural comparisons of the personality profiles of medical students in Argentina and the United States. Adolescence. Vol. 37(147), pp.477-494.
- Robins R. W. & John O.P. (1996). The quest for self-insight: Theory and research on the accuracy of self-perception. In R. Hogan, J. Johnson, & S. Briggs (Eds.) Handbook of personality psychology. New York: Academic Press.
- Rosenthal B.S. & Arteen C. (2000). Prevalence of psychological symptoms among undergraduate students in ethnically diverse urban public college. Journal of American College health. Vol. 49 (1), pp. 12-19.
- Schmidt F. & Lazarus-Mainka G. (1979). Variation des Angstzustands in Abhängigkeit von der Ängstlichkeit in unterschiedlich stark bedhlichen Situationen. Zeitschrift für Klinische Psychologie, 8, s. 195-203.
- Schwenkmezger P. (1980). Untersuchungen zur kognitiven Angsttheorie im sportmotorischen Bereich "State – Trait Anxiety". Zeitschrift für Experimentelle und Angewandte Psychologie. Nr 27, s. 23-30.
- Spielberger C.D., O'Neil H. F., Hansen D., N., (1972a). Anxiety, drive theory, and computer-assisted learning. In B. A. Maher (Ed.) Progress in experimental personality research. Band 6, New York: Academic Press.

- Spielberger C.D. (1972b) Anxiety as an emotional state. In Spielberger (Ed.). Anxiety. Current Trends in Theory and Research. Vol.1. New York: Academic Press.
- Spielberger C.D.(1972c). Conceptual and methodological issues in anxiety research. In Spielberger (Ed.) Anxiety. Current Trends in Theory and Research. Vol 2., New York: Academic Press.
- Spielberger C.D. & Sharma S. (1976). Cross-cultural measurement of anxiety. In Spielberger C.D.& Diaz – Guerrero R. (1976). Cross-cultural Anxiety. Vol. 1. New York: Hemisphere Publishing Corporation, pp. 13-25.
- Spielberger C.D., Gonzalez H.P., Taylor C.J., Algaze B. & Anton W.D. (1978). Examination stress and test anxiety. In Stress and Anxiety. Vol. 5, Washington, DC: Hemisphere /Wiley.
- Spielberger C.D. (1980). Stress und Angst. Weinheim: Beltz.
- Spielberger C.D., Gorsuch R.L., Lushene R., Vagg P.R.& Jacobs G.A.(1982). Manual for the state-trait anxiety inventory (form Y). (“Self-evaluation Questionnaire”). Palo Alto: Consulting Psychologists Press, Inc.
- Spielberger C.D. (1985 a). Assessment of state and trait anxiety: Conceptual and methodological issues. The Southern Psychologist, Vol. 2., pp. 6-16.
- Spielberger C.D., Sarason I.G. & Defares P.B. (1985 b). Stress and Anxiety. Vol. 9., New York: Hemisphere Publishing Corporation.
- Spielberger C. D., Ritterband L.M., Sydeman S.J. & Unger K. K. (1995). Assessment of emotional states and personality traits: measuring psychological vital signs. In J. I. Butcher (Ed). Clinical Personality Assessment: Practical Approaches. New York: Oxford University Press.
- Spielberger C. D. & Vagg P. (1995). Test Anxiety: a transactional process model. In Spielberger C. D.& Vagg P. (Eds.) Test Anxiety. Theory, Assessment, and Treatment. New York: Taylor & Francis.
- Spinks P.M. & Moerdyk A.P. (1980). A comparison of responses between Indian and European South Africans to the TMAS. International Journal of Psychology. Vol.15. , pp. 43-52.

- Suomi S.J. & Harlow H.F. (1976). The facts and functions of fear. In Zuckerman M. & Spielberger C.D. (Eds.), Emotions and Anxiety. New Concepts, methods, and Applications. New York: John Wiley & Sons.
- Sullivan H. (1948). The meaning of anxiety in psychiatry and life. Psychiatry, vol. 11.
- Suzuki T., Tsukamoto K. & Abe K. (2000). Characteristic factor structures of the Japanese version of the state-trait anxiety inventory: coexistence of positive-negative and state-trait factor structures. Journal of Personality Assessment. Vol. 74 Issue 3, pp. 447-457.
- Škuškovnika D. (1998). Trauksmainības rādītāju un uzvedības veidu konfliktu situācijās savstarpējā sakarība 19 – 20 gadīgiem cilvēkiem. Maģistra darbs. LU. Npublicēts materiāls.
- Škuškovnika D. (2002 a). Studentu stresa un trauksmainības rādītāju sakarības. LU Zinātniskās konferences rakstu krājums, 541. –549. lpp.
- Škuškovnika D. (2002 b). Students' Anxiety. Tradicionālais un novatoriskais sabiedrības ilgspejīgā attīstībā. Starptautiskās zinātniskās konferences materiāli 2002. 28.02.-02.03., Rēzeknes Augstskola. 129. – 135. lpp.
- Šuvajevs I. (1994). Zigmunda Freida dzīve un idejas. Komentāri. Pielikumi. Lielvārde.
- Taylor J. A. (1953). A personality scale of manifest anxiety. The Journal of Abnormal and Social Psychology. Vol. 48., No 2., pp. 285.-290.
- Taylor J. & Deane F.P. (2002). Development of a schort form of the test anxiety inventory. Journal of General Psychology, Vol. 129 Issue 2, pp.127 –137.
- Taylor S.R., Brown J. D. (1994). Positive illusions and well-being revisited: Separating fact from fiction. Psychological Bulletin, 116, pp. 21–27.
- Towell R.F. (1977). Anxiety state-trait levels between parents and children in a family-practice unit. In C.D. Spielberger (Ed.) Stress and anxiety. New York, Hemisphere Publishing Corporation, pp. 133-149.
- Van der Ploeg H. M. (1985) The Development and Validation of the Dutch State - Trait Anxiety Inventory. In Spielberger C.D., Sarason I.G.& Defares P.B. Stress and Anxiety. Vol. 9. New York: Hemisphere Publishing Corporation.

- Suomi S.J. & Harlow H.F. (1976). The facts and functions of fear. In Zuckerman M. & Spielberger C.D. (Eds.). Emotions and Anxiety. New Concepts, methods, and Applications. New York: John Wiley & Sons.
- Sullivan H. (1948). The meaning of anxiety in psychiatry and life. Psychiatry, vol. 11.
- Suzuki T., Tsukamoto K. & Abe K. (2000). Characteristic factor structures of the Japanese version of the state-trait anxiety inventory: coexistence of positive-negative and state-trait factor structures. Journal of Personality Assessment. Vol. 74 Issue 3, pp. 447-457.
- Škuškovnika D. (1998). Trauksmainības rādītāju un uzvedības veidu konfliktu situācijās savstarpējā sakarība 19 – 20 gadīgiem cilvēkiem. Maģistra darbs. LU. Npublicēts materiāls.
- Škuškovnika D. (2002 a). Studentu stresa un trauksmainības rādītāju sakarības. LU Zinātniskās konferences rakstu krājums, 541. –549. lpp.
- Škuškovnika D. (2002 b). Students' Anxiety. Tradicionālais un novatoriskais sabiedrības ilgpējīgā attīstībā. Starptautiskās zinātniskās konferences materiāli 2002. 28.02.-02.03., Rēzeknes Augstskola. 129. – 135. lpp.
- Šuvajevs I. (1994). Zigmunda Freida dzīve un idejas. Komentāri. Pielikumi. Lielvārde.
- Taylor J. A. (1953). A personality scale of manifest anxiety. The Journal of Abnormal and Social Psychology. Vol. 48., No 2., pp. 285.-290.
- Taylor J. & Deane F.P. (2002). Development of a short form of the test anxiety inventory. Journal of General Psychology, Vol. 129 Issue 2, pp.127 –137.
- Taylor S.R., Brown J. D. (1994). Positive illusions and well-being revisited: Separating fact from fiction. Psychological Bulletin, 116, pp. 21–27.
- Towell R.F. (1977). Anxiety state-trait levels between parents and children in a family-practice unit. In C.D. Spielberger (Ed.) Stress and anxiety. New York, Hemisphere Publishing Corporation, pp. 133-149.
- Van der Ploeg H. M. (1985) The Development and Validation of the Dutch State - Trait Anxiety Inventory. In Spielberger C.D., Sarason I.G.& Defares P.B. Stress and Anxiety. Vol. 9. New York: Hemisphere Publishing Corporation.

- Van de Vijver F.J. & Leung K. (1997). Methods and data analysis for cross-cultural research. Newbury Park, CA: Sage.
- Van de Vijver, F.J.R. & Hambleton, R.K. (1996). Translating tests: Some practical guidelines. European Psychologist, Vol.1., pp. 89 – 99.
- Veenman M.V.J., Kerseboom L. & Imthorn C. (2000). Test anxiety and metacognitive skillfulness: Availability versus production. Anxiety, Stress, and Coping. Vol. 13, Issue 4, pp. 391-423.
- Virella B., Arbona C. & Novy D.M. (1994). Psychometric properties and factor structure of the Spanish version of the state–trait anxiety inventory. Journal of Personality Assessment. Vol. 63 Issue 3, pp. 401-412.
- Voitkāne S. & Miezīte S. (2001). Pirmā kursa studentu adaptācijas problēmas. Baltijas psiholoģijas žurnāls. Sēj. 2, Nr.1., 43-59. lpp.
- Wang A.Y. & Nguyen Ha T. (1995). Pansionate love and anxiety: a cross-generational study. Journal of Social Psychology. Vol. 135 Issue 4, pp. 459-471.
- Warson D. & Clark I. A. (1992). On traits and temperament: general and specific factors of emotional experience and their relation to the five– factor model. Journal of Personality. Vol. 60 (2), pp. 441-476.
- Weems C.F., Silverman W.K.& La Greca A.M. (2000). What do youth referred for anxiety problems worry about? Worry and its relation to anxiety and anxiety disorders in children and adolescents. Journal of Abnormal Child Psychology . Vol.2., [http:// findarticies. com](http://findarticies.com).
- Weinberger D., Schwartz G. & Davidson R. (1979). Low-anxious, high-anxious, and repressive coping styles: Psychometric patterns and behavioural and physiological responses to stress. Journal of Abnormal Psychology. Vol. 84 (4), pp. 369-380.
- Wernicke K. (1906). Grundriss der psychiatrie. Leipzig.
- Whitehead I.G.I. & Smith S. H. (1995). Public and private attributions to luck as a function of social anxiety. Journal of Social Psychology. Vol. 135 Issue 4, pp. 537-540.
- Widiger T.A. ( 2000). Anxiety. In Kazdin A.E (Ed.) Encyclopedia of Psychology. Vol 1., New York: Oxford University Press.



- Widiger T. A. & Trull T. J. (1997). Assessment of the five-factor model of personality. Journal of Personality Assessment. Vol. 68 (2), pp. 228- 250.
- Zeidner M. (1990). Does test anxiety bias scholastic aptitude test performance by gender and sociocultural group? Journal of Personality Assessment. Vol. 55(1-2), pp. 145-160.
- Zimbardo P. (1995). Psychologie. Berlin, Heidelberg: Springer Verlag.
- Адлер А. (1993). Практика и теория индивидуальной психологии. Москва.
- Айзенк Г. & Айзенк М. (2002). Исследования человеческой психики: почему мы ведем себя именно так. Москва: Эксмо-Пресс.
- Алашеев С. Ю., Быков С. В. (2002). Состояния тревожности у педагогов.  
<http://www.nir.ru/socio/scipubl/sj/sj3-4-99alash.html>
- Астапов В. М., (1999). Функциональный подход к изучению состояния тревоги. Прикладная психология. № 1, Москва.
- Астапов В. М., (2001). Тревожность у детей. Москва: Per-se.
- Бажин Е.Ф., Голынкина Е.А. & Эткин А.М. (1993). Опросник уровня субъективного контроля. Москва: Смысл.
- Березин Ф.Б. (1988). Психическая и психофизиологическая адаптация человека. Ленинград: Наука.
- Брайт Д., Джонс Ф. (2003). Стресс. Теории, исследования, мифы. Москва: Олма-Пресс
- Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. (1999). Словарь-справочник по психодиагностике. Санкт-Петербург: Питер.
- Данилова Н.Н. (2000). Психофизиология. Москва: Аспект Пресс.
- Кьеркегор С.(1993). Страх и трепет. Москва: Республика.
- Мэй Р. (2001). Проблема тревоги. Москва: Эксмо-пресс.
- Мацумото Д.(2002). Психология и культура. Современные исследования. Москва: Прайм-Еврознак.
- Ильин Е.П. ( 2001.). Эмоции и чувства. Санкт-Петербург: Питер.
- Изард Л.(1980). Эмоции человека. Москва: Изд. Московского ун – та.
- Кретти Б. Дж. (1989). Социальная психология в современном спорте. Москва.

- Лапкин М.М., Яковлева Н.В. (1996). Мотивация учебной деятельности и успешность обучения студентов вузов. Психологический журнал. № 4, стр.134-140.
- Левин К. (2000). Теория поля в социальных науках. Санкт-Петербург: Речь.
- Леонгард К. (1981). Акцентуированные личности. Киев.
- Нюнберг Г.(1999). Принципы психоанализа. Москва, Институт общегуманитарных исследований
- Пасынкова Н.Б. (1996). Связь уровня тревожности подростков с эффективностью их интеллектуальной деятельности. Психологический журнал. № 1, стр.169-174.
- Прихожан А.М. (2000). Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. Москва: НПО "Модек".
- Первин Л., Джон О. (2000). Психология личности. Теория и исследования. Москва: Аспект-пресс.
- Роджерс К.Р. (1994). Взгляд на психотерапию. Становление человека. Москва.
- Росс Л., Нисбетт Р.(1999). Человек и ситуация. Москва: Аспект-пресс.
- Селье Г. (1992). Стресс без дистресса. Рига
- Серл Б., Ньюелл Б. & Брайт Д. (2003). Когнитивные характеристики стресс и тревога. Брайт Д., Джонс Ф. (ред.) (2003). Стресс. Теория, исследования, мифы. Москва: Олма – Пресс
- Хекхаузен Х. (1986). Мотивация и деятельность том 1,2. Москва
- Холмогорова А.Б., Гаранян Н.Г.(1999). Культура, эмоции и психическое здоровье. Вопросы психологии № 2., стр.61-74.
- Хорни К. (1997а). Невротическая личность нашего времени. К. Хорни. Собрание сочинений в трех томах. Том 1. Москва: Смысл.
- Хорни К. (1997b). Новые направления в психоанализе. К Хорни. Собрание сочинений в трех томах. Том 2., Москва: Смысл.
- Хорни К. (1997с). Новые направления в психоанализе. К Хорни. Собрание сочинений в трех томах. Том 3., Москва: Смысл.
- Эриксон Э (1999). Детство и общество. Санкт-Петербург: фонд Университетская книга.

Pielikumi

P1. tabula. STAI Y formas latviešu un krievu versijas procentiņu tabula.

J stāvoklis

I forma

STAI punkts	Latvieši		Krievi (Latvija)		STAI punkts	Latvieši		Krievi (Latvija)		STAI punkts
	Vīr.	Siev.	Vīr.	Siev.		Vīr.	Siev.	Vīr.	Siev.	
80	100	100	100	100	100	100	100	100	80	
79	100	100	100	100	100	100	100	100	79	
78	100	100	100	100	100	100	100	100	78	
77	100	100	100	100	100	100	100	100	77	
76	100	100	99	100	100	100	100	100	76	
75	100	100	99	100	100	100	100	100	75	
	100	100	99	100	100	100	100	100	74	
	100	100	99	100	100	100	100	100	73	
	100	100	99	99	100	100	100	100	72	
	100	100	99	99	100	100	100	100	71	
	100	100	99	99	100	100	100	99	70	
	100	99	99	99	100	100	100	99	69	
	100	99	99	98	100	100	100	98	68	
	100	99	99	98	100	99	100	98	67	
	100	99	98	97	100	99	100	98	66	
	100	99	98	97	100	99	100	98	65	
	100	98	98	97	100	98	100	98	64	
	100	98	98	96	100	98	100	98	63	
	100	97	97	95	100	97	100	98	62	
	100	97	96	95	100	97	100	97	61	
	99	96	96	94	99	96	100	97	60	
	99	95	95	93	99	95	100	95	59	
	99	94	95	91	99	94	100	91	58	
	99	94	95	89	98	93	100	90	57	
	99	93	94	89	98	92	99	89	56	
	98	92	93	87	97	91	99	88	55	
	98	91	93	87	96	89	98	87	54	
	97	91	93	85	95	88	96	85	53	
	97	89	92	84	94	86	94	81	52	
	96	89	92	82	94	82	93	79	51	
	95	87	91	81	93	81	91	76	50	
	94	86	90	79	92	78	90	74	49	
	94	85	87	76	92	76	88	73	48	
	93	83	84	75	91	73	87	69	47	
	92	81	83	71	90	68	86	66	46	
	90	80	81	67	89	65	84	64	45	
	89	78	78	67	86	61	82	61	44	
	87	76	77	63	84	57	80	58	43	
	84	72	73	61	79	53	76	52	42	
	82	69	70	60	76	48	73	49	41	
	80	66	67	57	70	43	71	46	40	
	78	63	64	56	66	40	67	45	39	
	75	60	61	51	61	35	62	41	38	
	72	57	57	51	56	31	57	38	37	
	67	54	53	49	51	27	51	32	36	
	63	48	47	45	46	23	45	29	35	
	58	43	43	41	40	19	38	21	34	
	53	37	40	37	33	15	30	18	33	
	49	32	35	32	29	12	25	17	32	
	44	27	32	29	24	9	20	14	31	
	35	22	29	26	19	6	19	11	30	
	30	19	25	23	16	5	13	9	29	
	25	16	23	21	12	4	8	7	28	
	19	12	20	17	8	3	7	6	27	
	14	8	17	13	5	2	3	4	26	
	11	6	16	12	4	1	2	2	25	
	9	4	11	7	2	1	2	1	24	
	6	2	8	7	1	1	2	1	23	
	4	1	5	5	0	1	2	0	22	
	3	1	3	3	0	0	1	0	21	
20	1	0	2	1	0	0	1	0	20	

2 tabula. STAI Y formas latviešu un krievu versijas standartpunkti.

STAI punkti	T stāvoklis				T īpašība				STAI punkti
	Latvieši		Krievi (Latvija)		Latvieši		Krievi (Latvija)		
	Vīr.	Siev.	Vīr.	Siev.	Vīr.	Siev.	Vīr.	Siev.	
80	100	100	100	100	106	91	104	86	80
79	100	100	100	100	105	90	103	85	79
78	100	100	100	100	103	89	101	84	78
77	100	100	100	100	102	88	100	83	77
76	100	100	100	100	101	87	99	82	76
75	100	100	100	100	99	86	98	82	75
74	100	100	100	100	98	84	96	81	74
73	100	100	100	100	97	83	95	80	73
72	100	100	100	100	95	82	94	79	72
71	100	100	100	100	94	81	92	78	71
70	100	100	100	99	93	80	91	77	70
69	100	100	100	99	92	79	90	76	69
68	100	100	100	98	90	78	89	75	68
67	100	99	100	98	89	77	87	74	67
66	100	99	100	98	88	76	86	73	66
65	100	99	100	98	86	75	85	72	65
64	100	98	100	98	85	73	84	71	64
63	100	98	100	98	84	72	82	70	63
62	100	97	100	98	82	71	81	69	62
61	100	97	100	97	81	70	80	68	61
60	99	96	100	97	80	69	78	67	60
59	99	95	100	95	78	68	77	66	59
58	99	94	100	91	77	67	76	65	58
57	98	93	100	90	76	66	75	64	57
56	98	92	99	89	75	65	73	63	56
55	97	91	99	88	73	64	72	62	55
54	96	89	98	87	72	62	71	61	54
53	95	88	96	85	71	61	70	60	53
52	94	86	94	81	69	60	68	59	52
51	94	82	93	79	68	59	67	58	51
50	93	81	91	76	67	58	66	57	50
49	92	78	90	74	65	57	64	56	49
48	92	76	88	73	64	56	63	55	48
47	91	73	87	69	63	55	62	54	47
46	90	68	86	66	62	54	61	53	46
45	89	65	84	64	60	53	59	52	45
44	86	61	82	61	59	51	58	51	44
43	84	57	80	58	58	50	57	50	43
42	79	53	76	52	56	49	56	49	42
41	76	48	73	49	55	48	54	48	41
40	70	43	71	46	54	47	53	48	40
39	66	40	67	45	52	46	52	47	39
38	61	35	62	41	51	45	50	46	38
37	56	31	57	38	50	44	49	45	37
36	51	27	51	32	48	43	48	44	36
35	46	23	45	29	47	42	47	43	35
34	40	19	38	21	46	40	45	42	34
33	33	15	30	18	45	39	44	41	33
32	29	12	25	17	43	38	43	40	32
31	24	9	20	14	42	37	42	39	31
30	19	6	19	11	41	36	40	38	30
29	16	5	13	9	39	35	39	37	29
28	12	4	8	7	38	34	38	36	28
27	8	3	7	6	37	33	36	35	27
26	5	2	3	4	35	32	35	34	26
25	4	1	2	2	34	31	34	33	25
24	2	1	2	1	33	29	33	32	24
23	1	1	2	1	32	28	31	31	23
22	0	1	2	0	30	27	30	30	22
21	0	0	1	0	29	26	29	29	21
20	0	0	1	0	28	25	28	28	20

P3.1. tabula. STAI veidojošo izteikumu vidējie rādītāji latviešu izlasē.

Vīrieši (n=514)			Sievietes (n=695)		
izt. Nr.	vid.	st. nov.	izt. Nr.	vid.	st. nov.
<u>T-stāvoklis</u>			<u>T-stāvoklis</u>		
1	1.86	0.76	1	2.08	0.82
2	1.43	0.65	2	1.66	0.72
3	1.86	0.70	3	1.89	0.79
4	1.44	0.68	4	1.75	0.84
5	2.05	0.86	5	2.33	0.89
6	1.25	0.58	6	1.44	0.72
7	2.03	0.81	7	2.08	0.91
8	1.96	0.84	8	2.26	0.84
9	1.32	0.58	9	1.47	0.72
10	1.80	0.86	10	1.96	0.81
11	1.93	0.73	11	2.09	0.76
12	1.77	0.66	12	1.82	0.81
13	1.52	0.71	13	1.52	0.76
14	1.54	0.68	14	1.71	0.82
15	2.16	0.83	15	2.38	0.89
16	1.88	0.75	16	2.04	0.79
17	1.69	0.74	17	1.97	0.89
18	1.34	0.57	18	1.42	0.68
19	1.96	0.81	19	2.23	0.83
20	2.15	0.70	20	2.05	0.72
<u>T-iezīme</u>			<u>T-iezīme</u>		
21	2.02	0.72	21	1.98	0.67
22	1.80	0.64	22	2.09	0.57
23	2.05	0.79	23	2.22	0.72
24	2.80	0.97	24	2.52	0.93
25	1.45	0.61	25	1.57	0.61
26	2.36	0.85	26	2.60	0.79
27	1.72	0.76	27	2.17	0.84
28	1.62	0.64	28	1.88	0.65
29	1.86	0.78	29	2.31	0.85
30	1.99	0.80	30	2.05	0.76
31	1.97	0.75	31	2.24	0.75
32	1.84	0.73	32	2.19	0.80
33	1.63	0.79	33	1.91	0.80
34	2.05	0.80	34	2.40	0.88
35	1.52	0.62	35	1.75	0.71
36	1.76	0.77	36	1.95	0.77
37	1.79	0.71	37	2.12	0.74
38	1.78	0.78	38	2.14	0.89
39	1.71	0.77	39	2.07	0.85
40	2.11	0.79	40	2.57	0.85

P3.2. tabula. STAI veidojošo izteikumu vidējie rādītāji Latvijā dzīvojošu krievu izlasē.

<u>vīrieši (n=216)</u>			<u>sievietes (n=185)</u>		
<u>lzt. nr.</u>	<u>vid.</u>	<u>st. nov.</u>	<u>lzt. nr.</u>	<u>vid.</u>	<u>st. nov.</u>
<u>T-stāvoklis</u>			<u>T-stāvoklis</u>		
1	1.93	0.88	1	2.11	0.92
2	2.00	1.05	2	1.95	0.87
3	1.93	0.86	3	1.74	0.83
4	1.49	0.80	4	2.02	0.99
5	2.03	0.93	5	2.42	0.99
6	1.38	0.72	6	1.65	0.90
7	2.35	1.08	7	2.12	1.01
8	2.40	1.05	8	2.48	0.98
9	1.56	0.82	9	1.42	0.74
10	2.08	0.87	10	2.10	0.86
11	1.77	0.75	11	2.16	0.88
12	1.80	0.91	12	1.77	0.89
13	1.33	0.72	13	1.67	0.90
14	1.39	0.75	14	1.58	0.84
15	2.36	1.02	15	2.58	0.98
16	2.01	0.91	16	2.15	0.87
17	1.80	0.90	17	1.79	0.85
18	1.37	0.74	18	1.35	0.76
19	2.25	0.97	19	2.22	0.89
20	2.11	0.87	20	2.10	0.89
<u>T-iezīme</u>			<u>T-iezīme</u>		
21	2.13	0.67	21	2.14	0.64
22	1.83	0.66		2.10	0.71
23	1.89	1.11		2.21	0.85
24	2.28	1.03		2.30	1.05
25	1.76	0.78		1.51	0.68
26	2.00	0.86		2.50	0.81
27	1.92	0.80		2.30	0.80
28	2.07	0.82		1.98	0.81
29	1.92	0.84		2.16	0.86
30	2.02	0.83		2.05	0.85
31	2.34	0.88		2.49	0.87
32	1.88	0.83		2.06	0.86
33	1.80	0.84		2.05	0.95
34	2.45	1.04		2.20	0.88
35	1.57	0.74		1.66	0.75
36	1.96	0.77		2.11	0.75
37	1.82	0.79		1.96	0.71
38	1.84	0.83		2.06	0.94
39	1.70	0.79		2.03	0.87
40	1.98	0.88		2.11	0.85

P3.3. tabula. STAI veidojošo izteikumu vidējo rādītāju salīdzinājums latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu vīriešu izlasē.

Izt. Nr.	Latviešu vīrieši (n=514)		Latv dz. kr. vīr. (n=216)		t krit.	nozīm. lim.
	vid.	st. nov.	vid.	st. nov.		
<u>T-stāvoklis</u>						
1	1.86	0.76	1.93	0.88		
2	1.43	0.65	2.00	1.05	-8.94	0.01
3	1.86	0.70	1.93	0.86		
4	1.44	0.68	1.49	0.80		
5	2.05	0.86	2.03	0.93		
6	1.25	0.58	1.38	0.72	-2.54	0.05
7	2.03	0.81	2.35	1.08	-4.44	0.01
8	1.96	0.84	2.40	1.05	-5.99	0.01
9	1.32	0.58	1.56	0.82	-4.56	0.01
10	1.80	0.86	2.08	0.87	-3.95	0.01
	1.93	0.73	1.77	0.75	2.59	0.05
	1.77	0.66	1.80	0.91		
	1.52	0.71	1.33	0.72	3.27	0.01
	1.54	0.68	1.39	0.75	2.54	0.05
	2.16	0.83	2.36	1.02	-2.78	0.05
	1.88	0.75	2.01	0.91	-2.04	0.05
	1.69	0.74	1.80	0.90		
	1.34	0.57	1.37	0.74		
	1.96	0.81	2.25	0.97	-4.12	0.01
	2.15	0.70	2.11	0.87		
<u>T-iezīme</u>						
21	2.02	0.72	2.13	0.67	-2.01	0.05
22	1.80	0.64	1.83	0.66		
	2.05	0.79	1.89	1.11	2.13	0.05
	2.80	0.97	2.28	1.03	6.51	0.01
	1.45	0.61	1.76	0.78	-5.68	0.01
	2.36	0.85	2.00	0.86	5.12	0.01
	1.72	0.76	1.92	0.80	-3.14	0.05
	1.62	0.64	2.07	0.82	-7.96	0.01
	1.86	0.78	1.92	0.84		
	1.99	0.80	2.02	0.83		
	1.97	0.75	2.34	0.88	-5.74	0.01
	1.84	0.73	1.88	0.83		
	1.63	0.79	1.80	0.84	-2.61	0.05
	2.05	0.80	2.45	1.04	-5.61	0.01
	1.52	0.62	1.57	0.74		
	1.76	0.77	1.96	0.77	-3.19	0.01
	1.79	0.71	1.82	0.79		
	1.78	0.78	1.84	0.83		
	1.71	0.77	1.70	0.79		
4U	2.11	0.79	1.98	0.88	1.97	0.05



P3.3. tabula. STAI veidojošo izteikumu vidējo rādītāju salīdzinājums latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu sievietēm izlasē.

Izt. Nr.	Latv. siev. (n=695)		Latv. dz. kr. siev. (n=185)		t krit.	nozīm. līm.
	vid.	st. nov.	vid.	st. nov.		
<u>T-stāvoklis</u>						
1	2.08	0.82	2.11	0.92		
2	1.66	0.72	1.95	0.87	-4.53	0.01
3	1.89	0.79	1.74	0.83	2.38	0.05
4	1.75	0.84	2.02	0.99	3.77	0.01
5	2.33	0.89	2.42	0.99		
6	1.44	0.72	1.65	0.90	-3.40	0.01
7	2.08	0.91	2.12	1.01		
8	2.26	0.84	2.48	0.98	-3.11	0.05
9	1.47	0.72	1.42	0.74		
10	1.96	0.81	2.10	0.86	-2.12	0.05
11	2.09	0.76	2.16	0.88		
12	1.82	0.81	1.77	0.89		
13	1.52	0.76	1.67	0.90	-2.26	0.05
14	1.71	0.82	1.58	0.84		
15	2.38	0.89	2.58	0.98	-2.77	0.05
	2.04	0.79	2.15	0.87		
	1.97	0.89	1.79	0.85	2.36	0.05
	1.42	0.68	1.35	0.76		
	2.23	0.83	2.22	0.89		
	2.05	0.72	2.10	0.89		
<u>T-jezīme</u>						
	1.98	0.67	2.14	0.64	-2.91	0.05
	2.09	0.57	2.10	0.71		
	2.22	0.72	2.21	0.85		
	2.52	0.93	2.30	1.05	2.68	0.05
	1.57	0.61	1.51	0.68		
	2.60	0.79	2.50	0.81		
	2.17	0.84	2.30	0.80		
	1.88	0.65	1.98	0.81		
	2.31	0.85	2.16	0.86	2.12	0.05
	2.05	0.76	2.05	0.85		
	2.24	0.75	2.49	0.87	-3.85	0.01
	2.19	0.80	2.06	0.86		
	1.91	0.80	2.05	0.95	-1.97	0.05
	2.40	0.88	2.20	0.88	2.81	0.05
	1.75	0.71	1.66	0.75		
	1.95	0.77	2.11	0.75	-2.47	0.05
	2.12	0.74	1.96	0.71	2.64	0.05
	2.14	0.89	2.06	0.94		
33	2.07	0.85	2.03	0.87		
40	2.57	0.85	2.11	0.85	6.43	0.01

P3.3. tabula. STAI veidojošo pozitīvo un negatīvo Latvijā dzīvojošu izteikumu vidējo rādītāju salīdzinājums latviešu un krievu izlasē.

Izt. nr.	latv. siev.		L.dz.kr. siev.		noz. līm.	Izt. nr.	latv. vīr.		L.dz.kr.vīr.		
	n=695	n=150	t krit.				n=438	n=161	t krit.	noz. līm.	
<u>pozitīvie izteikumi</u>						<u>pozitīvie izteikumi</u>					
I21	1.98	2.14	-2.91	0.05	I21	2.02	2.13	-2.01	0.05		
I23	2.22	2.21			I23	2.05	1.89	2.13	0.05		
I26	2.60	2.50			I26	2.36	2.00	5.12	0.01		
I27	2.17	2.30			I27	1.72	1.92	-3.14	0.05		
I30	2.05	2.05			I30	1.99	2.02				
I33	1.91	2.05	-1.97	0.05	I33	1.63	1.80	-2.61	0.05		
I34	2.40	2.20	2.81	0.05		2.05	2.45	-5.61	0.01		
I36	1.95	2.11	-2.47	0.05		1.76	1.96	-3.19	0.01		
I39	2.07	2.03				1.71	1.70				
<u>negatīvie izteikumi</u>						<u>negatīvie izteikumi</u>					
I22	2.09	2.10			I22	1.80	1.83				
I24	2.52	2.30	2.68	0.05		2.80	2.28	6.51	0.01		
I25	1.57	1.51				1.45	1.76	-5.68	0.01		
I28	1.88	1.98				1.62	2.07	-7.96	0.01		
I29	2.31	2.16	2.12	0.05		1.86	1.92				
I31	2.24	2.49	-3.85	0.01		1.97	2.34	-5.74	0.01		
I32	2.19	2.06				1.84	1.88				
I35	1.75	1.66				1.52	1.57				
I37	2.12	1.96	2.64	0.05		1.79	1.82				
I38	2.14	2.06				1.78	1.84				
I40	2.57	2.11	6.43	0.01	I40	2.11	1.98	1.97	0.05		

P.3.6.Latviešu vīriešu un sieviešu trauksmainību veidojošo izteikumu biežumu procentuālā tabula

izteikuma numurs	latviešu vīrieši n=514			latviešu sievietes n=695				
	<i>gandrīz nekad</i>	<i>dažreiz</i>	<i>bieži</i>	<i>gandrīz vienmēr</i>	<i>gandrīz nekad</i>	<i>dažreiz</i>	<i>bieži</i>	<i>gandrīz vienmēr</i>
J21	24.9	51.4	22.6	1.1	23.5	55.7	20.7	0.1
J22	30.1	61.2	8.2	0.5	11.2	69.5	18.3	1.0
J23	24.7	50.0	21.7	3.7	15.0	50.1	32.8	2.2
J24	7.1	32.9	30.6	29.5	11.4	45.2	24.0	19.4
J25	58.7	37.7	3.0	0.7	49.1	45.3	5.2	0.4
J26	19.2	39.7	36.5	4.6	7.5	37.1	43.7	11.7
J27	49.5	37.2	12.8	0.5	22.2	44.5	27.3	6.0
J28	46.1	48.6	4.3	0.9	26.9	59.7	12.1	1.3
J29	35.4	48.4	13.7	2.5	16.5	45.3	29.1	9.1
J30	28.3	47.5	21.2	3.0	25.2	46.2	27.2	1.4
J31	26.9	59.1	11.4	2.5	12.5	56.7	24.6	6.2
J32	32.9	55.9	9.1	2.1	16.7	55.5	20.1	7.6
J33	55.9	32.0	9.8	2.3	34.0	43.2	20.4	2.4
J34	27.4	44.7	25.3	2.5	15.7	39.0	34.5	10.8
J35	53.0	43.6	2.3	1.1	38.8	49.9	9.1	2.2
J36	44.3	42.9	11.0	1.8	30.4	46.2	21.4	2.0
J37	38.6	53.4	6.6	1.4	17.7	57.1	21.0	4.2
J38	39.3	50.0	8.0	2.7	24.9	45.6	20.6	8.9
J39	49.1	38.1	11.2	1.6	28.1	42.2	24.9	4.9
J40	19.4	60.3	13.2	7.1	7.3	45.2	31.1	16.4

P.3.7.Latvijā dzīvojošu krievu vīriešu un sieviešu trauksmainību veidojošo izteikumu biežumu procentuālā tabula

izteikuma numurs	Latvijā dzīv. krievu vīrieši n=514			Latvijā dzīv. krievu sievietes n=695				
	<i>gandrīz nekad</i>	<i>dažreiz</i>	<i>bieži</i>	<i>gandrīz vienmēr</i>	<i>gandrīz nekad</i>	<i>dažreiz</i>	<i>bieži</i>	<i>gandrīz vienmēr</i>
J21	18.6	56.5	24.8		12.0	61.3	25.3	1.3
J22	35.4	56.5	6.8	1.2	8.0	64.0	23.3	4.7
J23	60.2	16.8	5.6	17.4	20.7	42.7	28.0	8.7
J24	19.9	41.6	20.5	18.0	24.7	42.7	17.3	15.3
J25	36.6	47.8	13.0	2.5	52.7	38.0	7.3	2.0
J26	39.8	49.1	9.9	1.2	11.3	42.0	40.7	6.0
J27	36.0	49.1	13.0	1.9	15.3	46.0	30.0	8.7
J28	23.0	50.9	20.5	5.6	26.7	46.7	21.3	5.3
J29	38.5	45.3	14.9	1.2	20.0	44.0	28.7	7.3
J30	32.9	47.2	18.6	1.2	27.3	40.0	26.7	6.0
J31	18.6	46.0	27.3	8.1	8.7	52.0	20.7	18.7
J32	41.6	46.0	10.6	1.9	20.7	56.0	14.0	9.3
J33	41.6	46.0	8.1	4.3	34.0	36.7	21.3	8.0
J34	21.1	31.7	21.7	25.5	24.0	42.7	27.3	6.0
J35	57.1	37.3	3.7	1.9	44.7	42.0	12.0	1.3
J36	33.5	46.6	18.0	1.9	20.7	50.0	24.7	4.7
J37	42.9	47.2	8.7	1.2	22.0	58.0	18.7	1.3
J38	42.9	46.0	8.7	2.5	25.3	40.7	24.0	10.0
J39	50.3	38.5	11.2		32.7	36.0	25.3	6.0
J40	32.3	47.8	12.4	7.5	26.0	46.7	19.3	8.0

P4. Klasteranalīzes rezultāti latviešu un Latvijā dzīvojošu krievu izlasē pēc T-iezīmes.

<u>klusters</u>	<u>apjoms</u> (n=1610)	<u>T-iezīme</u>		<u>latv.</u>	<u>Latv.dz.kr.</u>	<u>vīr.</u>	<u>siev.</u>	<u>stud.</u>	<u>strād.</u>
		<u>vid.</u>	<u>st. nov.</u>	<u>%</u>	<u>%</u>	<u>%</u>	<u>%</u>	<u>%</u>	<u>%</u>
1	371	44.31	9.14	31	0	0	42	54	0
2	200	41.09	8.64	17	0	0	23	0	22
3	312	41.27	9.55	12	43	27	13	46	0
4	230	40.23	9.65	0	57	21	9	0	25
5	277	37.84	8.32	23	0	22	13	0	30
6	220	36.77	7.00	18	0	30	0	0	24

P5 1 tabula. STAA-Y izteikumu korelācija laviešu vīriešu iziesē

	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7	J8	J9	J10	J11	J12	J13	J14	J15	J16	J17	J18	J19	J20
J1																				
J2	0.37																			
J3	0.51	0.37																		
J4	0.25	0.27	0.19																	
J5	0.49	0.40	0.39	0.47																
J6	0.32	0.41	0.25	0.45	0.41															
J7	0.30	0.25	0.38	0.27	0.38	0.40														
J8	0.50	0.42	0.35	0.30	0.48	0.44	0.39													
J9	0.38	0.34	0.33	0.24	0.30	0.31	0.35	0.32												
J10	0.39	0.35	0.34	0.30	0.45	0.37	0.25	0.40	0.24											
J11	0.41	0.35	0.31	0.18	0.38	0.31	0.35	0.45	0.35	0.30										
J12	0.52	0.32	0.50	0.23	0.37	0.33	0.46	0.38	0.44	0.26	0.32									
J13	0.40	0.59	0.39	0.33	0.35	0.35	0.34	0.32	0.37	0.30	0.17	0.40								
J14	0.17	0.16	0.17	0.26	0.19	0.23	0.26	0.22	0.24	0.21	0.32	0.20	0.15							
J15	0.53	0.31	0.38	0.23	0.48	0.32	0.42	0.44	0.30	0.43	0.35	0.39	0.31	0.19						
J16	0.27	0.33	0.23	0.19	0.31	0.31	0.21	0.39	0.25	0.41	0.30	0.23	0.18	0.27	0.38					
J17	0.43	0.34	0.34	0.38	0.42	0.46	0.52	0.42	0.39	0.31	0.34	0.50	0.41	0.23	0.37	0.31				
J18	0.36	0.28	0.30	0.31	0.29	0.38	0.33	0.20	0.44	0.22	0.30	0.39	0.38	0.31	0.20	0.27	0.38			
J19	0.50	0.42	0.30	0.30	0.48	0.42	0.46	0.52	0.40	0.38	0.50	0.42	0.35	0.33	0.48	0.30	0.48	0.40		
J20	0.34	0.28	0.27	0.18	0.35	0.21	0.27	0.40	0.24	0.37	0.36	0.39	0.19	0.21	0.40	0.41	0.25	0.30	0.41	
J21	0.20	0.20	0.14	0.13	0.25	0.21	0.13	0.26	0.14	0.27	0.23	0.14	0.08	0.12	0.26	0.37	0.13	0.17	0.29	0.60
J22	0.29	0.28	0.23	0.15	0.23	0.24	0.21	0.28	0.27	0.21	0.25	0.24	0.20	0.26	0.22	0.31	0.25	0.19	0.29	0.25
J23	0.24	0.32	0.17	0.14	0.27	0.23	0.20	0.41	0.17	0.25	0.39	0.18	0.13	0.26	0.20	0.35	0.25	0.21	0.40	0.42
J24	-0.11	-0.11	-0.03	-0.04	-0.09	-0.04	0.04	-0.10	-0.01	-0.12	-0.08	-0.04	-0.03	-0.06	-0.06	-0.12	-0.04	0.00	-0.03	-0.12
J25	0.21	0.21	0.17	0.15	0.18	0.26	0.23	0.24	0.20	0.13	0.32	0.24	0.13	0.24	0.25	0.21	0.19	0.22	0.28	0.34
J26	0.27	0.27	0.13	0.30	0.34	0.25	0.19	0.35	0.15	0.29	0.17	0.18	0.16	0.20	0.20	0.31	0.19	0.19	0.32	0.28
J27	0.29	0.29	0.08	0.19	0.26	0.18	0.14	0.30	0.23	0.26	0.25	0.16	0.17	0.20	0.23	0.37	0.19	0.18	0.30	0.30
J28	0.16	0.20	0.13	0.18	0.23	0.19	0.22	0.20	0.20	0.18	0.22	0.18	0.14	0.23	0.22	0.23	0.17	0.24	0.27	0.19
J29	0.20	0.21	0.17	0.11	0.18	0.15	0.17	0.22	0.24	0.16	0.17	0.19	0.19	0.22	0.15	0.28	0.24	0.17	0.23	0.19
J30	0.25	0.27	0.16	0.12	0.25	0.24	0.13	0.30	0.20	0.28	0.28	0.15	0.12	0.10	0.20	0.38	0.18	0.21	0.39	0.30
J31	0.19	0.21	0.15	0.17	0.21	0.25	0.16	0.27	0.11	0.25	0.23	0.14	0.20	0.25	0.19	0.22	0.20	0.18	0.28	0.21
J32	0.19	0.19	0.18	0.12	0.21	0.19	0.20	0.27	0.15	0.11	0.36	0.20	0.08	0.30	0.18	0.20	0.17	0.16	0.33	0.28
J33	0.27	0.45	0.19	0.17	0.31	0.30	0.20	0.38	0.25	0.26	0.33	0.20	0.24	0.18	0.32	0.39	0.23	0.26	0.41	0.35
J34	0.19	0.26	0.14	0.12	0.20	0.16	0.16	0.25	0.20	0.19	0.28	0.19	0.06	0.28	0.22	0.28	0.17	0.15	0.30	0.30
J35	0.21	0.20	0.20	0.12	0.15	0.22	0.14	0.21	0.21	0.23	0.29	0.25	0.12	0.23	0.17	0.31	0.19	0.20	0.27	0.28
J36	0.27	0.29	0.16	0.21	0.31	0.30	0.20	0.33	0.28	0.32	0.33	0.21	0.14	0.25	0.29	0.54	0.20	0.25	0.34	0.40
J37	0.20	0.20	0.13	0.21	0.24	0.24	0.23	0.28	0.23	0.20	0.21	0.15	0.22	0.20	0.28	0.28	0.25	0.22	0.30	0.25
J38	0.13	0.11	0.14	0.13	0.15	0.14	0.19	0.18	0.20	0.17	0.17	0.22	0.17	0.17	0.16	0.25	0.19	0.14	0.25	0.13
J39	0.25	0.30	0.18	0.16	0.28	0.21	0.20	0.31	0.24	0.25	0.24	0.15	0.20	0.28	0.24	0.38	0.21	0.20	0.32	0.34
J40	0.27	0.19	0.24	0.19	0.27	0.19	0.30	0.19	0.19	0.19	0.25	0.28	0.18	0.19	0.28	0.19	0.30	0.18	0.31	0.24
T-stāvoklis	0.70	0.59	0.59	0.51	0.70	0.61	0.63	0.71	0.67	0.62	0.61	0.65	0.55	0.43	0.57	0.55	0.57	0.57	0.75	0.58
T-rezīme	0.37	0.41	0.27	0.27	0.40	0.37	0.33	0.47	0.34	0.36	0.43	0.32	0.25	0.37	0.30	0.51	0.34	0.33	0.62	0.50

	J21	J22	J23	J24	J25	J26	J27	J28	J29	J30	J31	J32	J33	J34	J35	J36	J37	J38	J39	J40	f-stāvokli	T-rezīme
J22	0.27																					
J23	0.49	0.34	1.00																			
J24	-0.14	-0.03	0.39																			
J25	0.33	0.38	0.38																			
J26	0.32	0.31	0.35	0.11	0.21																	
J27	0.34	0.44	0.38	-0.09	0.25	0.36																
J28	0.19	0.34	0.28	0.38	0.36	0.37	0.26															
J29	0.13	0.31	0.22	0.02	0.21	0.24	0.29	0.30														
J30	0.44	0.32	0.49	-0.06	0.39	0.39	0.32	0.29	0.17													
J31	0.23	0.29	0.32	-0.03	0.30	0.31	0.28	0.33	0.27	0.30												
J32	0.29	0.32	0.38	-0.02	0.38	0.21	0.27	0.27	0.24	0.30	0.41											
J33	0.34	0.35	0.44	-0.10	0.32	0.35	0.38	0.29	0.22	0.51	0.31	0.32										
J34	0.33	0.25	0.41	-0.15	0.27	0.33	0.29	0.19	0.20	0.36	0.20	0.40	0.33									
J35	0.26	0.39	0.35	-0.08	0.40	0.21	0.21	0.33	0.21	0.31	0.34	0.38	0.34	0.25								
J36	0.44	0.34	0.44	-0.19	0.31	0.34	0.49	0.29	0.27	0.41	0.39	0.35	0.50	0.36	0.37							
J37	0.27	0.38	0.28	0.06	0.30	0.29	0.29	0.32	0.41	0.27	0.51	0.34	0.21	0.25	0.33	0.34						
J38	0.08	0.35	0.16	0.09	0.28	0.20	0.25	0.23	0.36	0.23	0.26	0.25	0.20	0.17	0.30	0.19	0.33					
J39	0.42	0.38	0.39	-0.08	0.50	0.34	0.57	0.27	0.32	0.34	0.28	0.32	0.40	0.35	0.30	0.48	0.33	0.22				
J40	0.24	0.40	0.23	0.08	0.29	0.27	0.27	0.28	0.28	0.24	0.28	0.29	0.22	0.21	0.28	0.27	0.39	0.41	0.27			
T-stāvoklis	0.38	0.40	0.44	-0.10	0.36	0.40	0.48	0.39	0.31	0.39	0.33	0.34	0.46	0.33	0.34	0.48	0.36	0.28	0.40	0.38		
T-rezīme	0.55	0.62	0.65	0.08	0.59	0.56	0.61	0.54	0.51	0.63	0.59	0.59	0.62	0.55	0.58	0.66	0.61	0.50	0.64	0.56	0.62	

P 5 2 tabula STAAY izltekumu korālācija latvešu sievietes izziase

	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7	J8	J9	J10	J11	J12	J13	J14	J15	J16	J17	J18	J19	J20
J1																				
J2	0.30																			
J3	0.55	0.33																		
J4	0.24	0.22	0.32																	
J5	0.47	0.28	0.44	0.46																
J6	0.30	0.28	0.34	0.25	0.38															
J7	0.50	0.32	0.38	0.31	0.45	0.39														
J8	0.47	0.41	0.38	0.29	0.54	0.40	0.48													
J9	0.39	0.31	0.46	0.21	0.37	0.32	0.51	0.40												
J10	0.35	0.33	0.30	0.19	0.46	0.32	0.29	0.45	0.28											
J11	0.28	0.34	0.26	0.19	0.37	0.27	0.36	0.44	0.38	0.30										
J12	0.57	0.34	0.57	0.30	0.40	0.33	0.48	0.42	0.54	0.29	0.28									
J13	0.43	0.29	0.40	0.28	0.29	0.28	0.31	0.26	0.37	0.24	0.18	0.50								
J14	0.19	0.17	0.28	0.24	0.32	0.31	0.33	0.30	0.24	0.26	0.38	0.23	0.23							
J15	0.51	0.34	0.45	0.33	0.53	0.32	0.43	0.53	0.40	0.46	0.41	0.46	0.33	0.29						
J16	0.28	0.23	0.23	0.12	0.30	0.33	0.21	0.33	0.18	0.40	0.35	0.18	0.17	0.26	0.36					
J17	0.48	0.38	0.48	0.39	0.51	0.46	0.55	0.52	0.43	0.35	0.38	0.58	0.41	0.39	0.40	0.26				
J18	0.35	0.34	0.41	0.27	0.34	0.41	0.34	0.32	0.42	0.30	0.32	0.43	0.39	0.31	0.34	0.28	0.46			
J19	0.46	0.46	0.40	0.33	0.53	0.36	0.44	0.54	0.40	0.46	0.53	0.45	0.26	0.34	0.55	0.41	0.53			
J20	0.30	0.31	0.31	0.18	0.38	0.34	0.29	0.47	0.28	0.42	0.46	0.31	0.21	0.29	0.43	0.42	0.34	0.28	0.49	
J21	0.15	0.12	0.12	0.12	0.21	0.17	0.19	0.26	0.15	0.23	0.36	0.12	0.09	0.23	0.23	0.22	0.21	0.15	0.29	0.47
J22	0.10	0.03	0.15	0.18	0.17	0.15	0.13	0.15	0.09	0.16	0.23	0.11	0.10	0.26	0.20	0.13	0.20	0.10	0.20	0.24
J23	0.13	0.08	0.09	0.09	0.21	0.13	0.18	0.28	0.12	0.24	0.38	0.12	0.03	0.26	0.21	0.18	0.18	0.10	0.33	0.42
J24	0.01	0.03	0.00	0.02	0.07	0.09	0.13	0.03	0.13	0.03	0.07	0.08	0.04	0.10	0.03	0.01	0.08	0.15	0.03	0.04
J25	0.15	0.14	0.16	0.08	0.16	0.21	0.25	0.23	0.16	0.17	0.31	0.12	0.10	0.27	0.18	0.20	0.19	0.17	0.27	0.33
J26	0.19	0.09	0.17	0.30	0.31	0.14	0.20	0.24	0.15	0.18	0.19	0.16	0.12	0.14	0.25	0.16	0.27	0.13	0.26	0.23
J27	0.22	0.17	0.16	0.20	0.25	0.25	0.22	0.23	0.14	0.27	0.25	0.20	0.10	0.21	0.27	0.24	0.23	0.13	0.26	0.29
J28	0.10	0.16	0.11	0.23	0.23	0.19	0.27	0.21	0.18	0.18	0.20	0.17	0.11	0.24	0.20	0.17	0.28	0.16	0.26	0.19
J29	0.20	0.10	0.22	0.20	0.20	0.17	0.28	0.24	0.20	0.17	0.24	0.20	0.13	0.31	0.23	0.20	0.25	0.18	0.26	0.26
J30	0.15	0.14	0.13	0.12	0.20	0.16	0.20	0.20	0.14	0.17	0.26	0.14	0.09	0.22	0.21	0.25	0.17	0.15	0.29	0.36
J31	0.18	0.11	0.17	0.17	0.20	0.23	0.29	0.20	0.22	0.18	0.22	0.20	0.15	0.25	0.21	0.22	0.29	0.16	0.28	0.25
J32	0.16	0.12	0.17	0.13	0.15	0.16	0.23	0.23	0.15	0.22	0.39	0.12	0.10	0.39	0.21	0.19	0.19	0.14	0.26	0.34
J33	0.17	0.08	0.18	0.15	0.26	0.20	0.29	0.19	0.28	0.31	0.17	0.13	0.25	0.26	0.34	0.26	0.21	0.43	0.33	
J34	0.13	0.14	0.16	0.11	0.20	0.12	0.20	0.22	0.14	0.21	0.29	0.14	0.06	0.34	0.24	0.19	0.19	0.11	0.24	0.27
J35	0.08	0.08	0.09	0.05	0.12	0.17	0.16	0.15	0.15	0.15	0.26	0.08	0.05	0.28	0.13	0.24	0.13	0.15	0.20	0.33
J36	0.11	0.12	0.14	0.10	0.18	0.20	0.21	0.20	0.15	0.28	0.29	0.08	0.07	0.20	0.24	0.38	0.18	0.15	0.30	0.33
J37	0.17	0.11	0.17	0.17	0.21	0.20	0.26	0.20	0.21	0.17	0.21	0.19	0.19	0.28	0.20	0.18	0.27	0.16	0.26	0.24
J38	0.09	0.07	0.17	0.16	0.15	0.19	0.22	0.14	0.11	0.11	0.22	0.09	0.08	0.25	0.16	0.11	0.15	0.14	0.20	0.22
J39	0.20	0.13	0.19	0.17	0.19	0.16	0.22	0.20	0.19	0.28	0.26	0.15	0.13	0.24	0.22	0.27	0.23	0.12	0.30	0.30
J40	0.18	0.12	0.24	0.22	0.24	0.27	0.27	0.25	0.22	0.17	0.21	0.23	0.13	0.26	0.34	0.14	0.31	0.17	0.30	0.29
I-stāvoklis	0.67	0.57	0.66	0.46	0.72	0.58	0.67	0.72	0.63	0.60	0.60	0.69	0.64	0.50	0.72	0.56	0.76	0.60	0.75	0.59
Iezime	0.24	0.20	0.25	0.25	0.33	0.30	0.37	0.38	0.27	0.32	0.43	0.24	0.18	0.41	0.35	0.34	0.36	0.25	0.44	0.47

	J21	J22	J23	J24	J25	J26	J27	J28	J29	J30	J31	J32	J33	J34	J35	J36	J37	J38	J39	J40	I-stāvoklis	Iezime
J21																						
J22	0.38																					
J23	0.61	0.49																				
J24	0.06	0.07	0.09																			
J25	0.43	0.33	0.42	0.21																		
J26	0.31	0.32	0.33	0.05	0.24																	
J27	0.34	0.40	0.41	-0.01	0.21	0.32																
J28	0.70	0.32	0.41	0.14	0.34	0.30	0.26															
J29	0.30	0.41	0.50	0.13	0.35	0.24	0.30	0.32														
J30	0.42	0.31	0.63	0.17	0.40	0.33	0.27	0.29	0.27													
J31	0.25	0.35	0.33	0.09	0.28	0.28	0.33	0.36	0.49	0.38												
J32	0.45	0.42	0.52	0.09	0.45	0.29	0.27	0.37	0.42	0.41	0.39											
J33	0.39	0.29	0.41	0.10	0.32	0.31	0.36	0.31	0.27	0.42	0.33	0.36										
J34	0.33	0.24	0.17	0.03	0.25	0.23	0.26	0.25	0.36	0.30	0.27	0.43	0.26									
J35	0.38	0.33	0.36	0.11	0.48	0.24	0.24	0.34	0.37	0.36	0.37	0.46	0.30	0.30								
J36	0.46	0.30	0.42	0.05	0.33	0.28	0.31	0.29	0.32	0.38	0.31	0.42	0.37	0.38	0.45							
J37	0.30	0.38	0.28	0.08	0.32	0.22	0.31	0.31	0.52	0.31	0.65	0.34	0.31	0.31	0.29	0.29						
J38	0.30	0.32	0.26	0.13	0.34	0.24	0.29	0.33	0.48	0.29	0.38	0.36	0.31	0.27	0.30	0.23	0.39					
J39	0.30	0.40	0.38	0.07	0.33	0.26	0.57	0.32	0.36	0.32	0.38	0.39	0.39	0.34	0.30	0.41	0.37	0.36				
J40	0.28	0.40	0.27	0.08	0.31	0.30	0.35	0.36	0.47	0.30	0.38	0.34	0.34	0.29	0.32	0.29	0.40	0.47	0.39			
I-stāvoklis	0.32	0.25	0.30	0.09	0.31	0.31	0.35	0.31	0.34	0.51	0.53	0.32	0.30	0.29	0.24	0.31	0.32	0.24	0.33	0.36		
Iezime	0.63	0.61	0.66	0.25	0.51	0.51	0.57	0.57	0.65	0.82	0.62	0.66	0.60	0.66	0.61	0.61	0.61	0.60	0.65	0.63	0.51	

P5.3 tabula 5.7A-y izteikumu korelāciju Latvijas dzīvloģu krievu vīnēšu izlasē

	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7	J8	J9	J10	J11	J12	J13	J14	J15	J16	J17	J18	J19	J20
J1																				
J2	0.43																			
J3	0.55	0.40																		
J4	0.37	0.18	0.32																	
J5	0.57	0.29	0.47	0.47																
J6	0.47	0.25	0.46	0.55	0.45															
J7	0.29	0.37	0.36	0.18	0.31	0.35														
J8	0.34	0.31	0.35	0.21	0.37	0.24	0.29													
J9	0.64	0.39	0.53	0.24	0.36	0.52	0.49	0.28												
J10	0.40	0.20	0.31	0.32	0.41	0.31	0.22	0.33	0.28											
J11	0.45	0.34	0.28	0.31	0.45	0.32	0.30	0.32	0.32	0.40										
J12	0.64	0.37	0.59	0.40	0.44	0.46	0.40	0.31	0.60	0.24	0.34									
J13	0.53	0.31	0.51	0.42	0.45	0.63	0.25	0.17	0.44	0.37	0.36	0.60								
J14	0.37	0.24	0.40	0.50	0.46	0.50	0.29	0.23	0.37	0.19	0.43	0.61	0.59							
J15	0.28	0.26	0.30	0.15	0.33	0.10	0.14	0.31	0.21	0.14	0.20	0.24	0.35	0.31						
J16	0.40	0.26	0.40	0.46	0.60	0.44	0.26	0.36	0.33	0.53	0.36	0.37	0.42	0.35	0.20					
J17	0.43	0.35	0.53	0.30	0.39	0.44	0.46	0.35	0.55	0.29	0.25	0.64	0.53	0.44	0.27	0.34				
J18	0.42	0.32	0.42	0.30	0.39	0.48	0.50	0.16	0.64	0.22	0.33	0.53	0.53	0.47	0.14	0.35	0.48			
J19	0.34	0.21	0.33	0.05	0.32	0.10	0.28	0.23	0.32	0.27	0.24	0.30	0.15	0.08	0.18	0.37	0.23	0.25		
J20	0.32	0.21	0.32	0.26	0.40	0.25	0.25	0.31	0.29	0.31	0.34	0.26	0.23	0.26	0.28	0.57	0.21	0.27	0.45	
J21	0.23	0.14	0.25	0.22	0.34	0.28	0.13	0.49	0.17	0.25	0.29	0.25	0.25	0.27	0.19	0.38	0.21	0.15	0.21	0.39
J22	0.19	0.16	0.16	0.16	0.29	0.16	0.14	0.14	0.11	0.15	0.19	0.23	0.27	0.22	0.19	0.25	0.19	0.15	0.15	0.22
J23	0.22	0.08	0.15	0.38	0.23	0.31	0.03	0.21	0.11	0.10	0.13	0.18	0.24	0.27	0.11	0.20	0.18	0.13	-0.03	0.18
J24	0.01	0.09	0.03	0.09	0.03	0.13	0.17	0.17	0.12	0.03	0.05	0.11	0.08	0.03	0.02	0.05	0.10	0.12	0.11	-0.02
J25	0.21	0.19	0.29	0.02	0.28	0.20	0.30	0.26	0.34	0.21	0.22	0.35	0.15	0.24	0.23	0.23	0.30	0.31	0.24	0.25
J26	0.25	0.16	0.12	0.40	0.44	0.25	0.12	0.17	0.04	0.19	0.32	0.17	0.25	0.41	0.20	0.42	0.04	0.14	0.03	0.30
J27	0.28	0.07	0.13	0.18	0.34	0.08	0.03	0.30	0.07	0.15	0.24	0.14	0.18	0.23	0.19	0.28	0.05	0.05	0.15	0.23
J28	0.21	0.17	0.29	0.19	0.17	0.30	0.28	0.25	0.27	0.17	0.20	0.34	0.19	0.22	0.13	0.22	0.31	0.30	0.19	0.16
J29	0.25	0.08	0.28	0.27	0.39	0.23	0.20	0.27	0.18	0.09	0.25	0.34	0.38	0.39	0.24	0.26	0.31	0.26	0.13	0.24
J30	0.24	0.17	0.16	0.24	0.32	0.23	0.15	0.25	0.13	0.26	0.30	0.19	0.28	0.28	0.19	0.40	0.12	0.15	0.12	0.36
J31	0.38	0.24	0.21	0.28	0.34	0.27	0.26	0.29	0.26	0.16	0.30	0.41	0.26	0.33	0.26	0.28	0.35	0.19	0.17	0.28
J32	0.15	0.11	0.17	0.27	0.29	0.23	0.14	0.21	0.07	0.08	0.33	0.23	0.18	0.30	0.08	0.19	0.12	0.15	0.08	0.23
J33	0.31	0.20	0.17	0.21	0.27	0.19	0.16	0.22	0.20	0.22	0.19	0.23	0.25	0.20	0.07	0.31	0.18	0.09	0.11	0.19
J34	-0.05	-0.04	0.00	-0.08	-0.06	-0.02	0.13	0.02	0.07	0.04	-0.05	0.05	-0.03	0.08	-0.11	-0.08	0.03	0.08	0.17	0.00
J35	0.19	0.21	0.10	0.19	0.26	0.15	0.21	0.25	0.15	0.12	0.29	0.20	0.22	0.40	0.21	0.26	0.21	0.21	0.12	0.29
J36	0.29	0.29	0.20	0.29	0.44	0.23	0.17	0.25	0.23	0.36	0.32	0.27	0.32	0.28	0.15	0.52	0.22	0.25	0.31	0.43
J37	0.26	0.10	0.25	0.33	0.32	0.27	0.11	0.17	0.09	0.18	0.26	0.33	0.30	0.38	0.18	0.29	0.28	0.22	0.07	0.14
J38	0.31	0.20	0.20	0.27	0.30	0.30	0.17	0.24	0.19	0.17	0.27	0.28	0.34	0.29	0.28	0.34	0.25	0.22	0.15	0.26
J39	0.27	0.13	0.19	0.35	0.37	0.18	0.12	0.26	0.14	0.20	0.31	0.20	0.15	0.30	0.12	0.31	0.14	0.13	0.25	0.29
J40	0.42	0.31	0.41	0.26	0.39	0.34	0.33	0.32	0.38	0.24	0.29	0.47	0.39	0.40	0.29	0.30	0.43	0.31	0.27	0.23
T-stāvoklis	0.73	0.57	0.71	0.65	0.72	0.65	0.57	0.64	0.69	0.54	0.59	0.74	0.87	0.82	0.68	0.69	0.69	0.82	0.47	0.55
T-rezime	0.41	0.27	0.33	0.40	0.51	0.40	0.31	0.41	0.31	0.30	0.42	0.45	0.42	0.50	0.29	0.49	0.37	0.33	0.26	0.41

	J21	J22	J23	J24	J25	J26	J27	J28	J29	J30	J31	J32	J33	J34	J35	J36	J37	J38	J39	J40	T-stāvoklis	T-rezime
J21																						
J22	0.28																					
J23	0.26	0.26																				
J24	0.06	0.05	-0.09																			
J25	0.25	0.24	0.14	0.27																		
J26	0.43	0.33	0.30	-0.02	0.16																	
J27	0.27	0.19	0.14	0.02	0.18	0.48																
J28	0.30	0.16	0.04	0.17	0.29	0.07	0.07															
J29	0.32	0.28	0.25	0.08	0.30	0.37	0.24	0.33														
J30	0.59	0.32	0.29	0.17	0.21	0.47	0.33	0.31	0.31													
J31	0.28	0.27	0.26	0.11	0.34	0.26	0.24	0.42	0.62	0.29												
J32	0.30	0.26	0.10	0.12	0.30	0.35	0.29	0.29	0.38	0.37	0.40											
J33	0.24	0.16	0.23	0.12	0.16	0.24	0.29	0.24	0.18	0.41	0.38	0.24										
J34	0.04	0.07	0.15	0.20	0.11	-0.07	0.05	0.23	0.13	0.10	0.11	0.14	0.05									
J35	0.33	0.37	0.35	0.14	0.36	0.38	0.22	0.22	0.37	0.35	0.32	0.41	0.22	0.08								
J36	0.54	0.29	0.33	0.04	0.23	0.43	0.28	0.21	0.32	0.69	0.25	0.28	0.40	0.01	0.35							
J37	0.30	0.27	0.28	0.07	0.22	0.36	0.12	0.29	0.48	0.32	0.46	0.42	0.25	0.07	0.31	0.31						
J38	0.36	0.25	0.25	0.18	0.12	0.29	0.18	0.20	0.35	0.27	0.44	0.36	0.28	0.03	0.32	0.27	0.41					
J39	0.34	0.22	0.22	0.06	0.32	0.41	0.50	0.20	0.35	0.27	0.46	0.28	0.36	0.20	0.10	0.23	0.32	0.33	0.30			
J40	0.37	0.25	0.15	0.13	0.32	0.24	0.15	0.41	0.44	0.29	0.40	0.28	0.31	0.14	0.28	0.22	0.42	0.46	0.32			
T-stāvoklis	0.38	0.30	0.27	0.11	0.39	0.56	0.27	0.37	0.40	0.37	0.44	0.27	0.32	0.01	0.34	0.47	0.35	0.41	0.36	0.55		
T-rezime	0.51	0.59	0.41	0.29	0.59	0.59	0.47	0.51	0.65	0.69	0.66	0.62	0.53	0.24	0.60	0.62	0.61	0.62	0.60	0.61	0.81	



P 5.4 tabula. STAF-Y izteikumu korelācija Latvijā dzīvotību krīvu sīviešu izlasē

	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7	J8	J9	J10	J11	J12	J13	J14	J15	J16	J17	J18	J19	J20		
J1																						
J2	0.34																					
J3	0.53	0.23																				
J4	0.20	0.16	0.43																			
J5	0.47	0.26	0.37	0.41																		
J6	0.46	0.14	0.46	0.37	0.38																	
J7	0.42	0.32	0.48	0.37	0.37	0.62																
J8	0.45	0.40	0.37	0.37	0.37	0.46	0.46															
J9	0.42	0.20	0.43	0.42	0.25	0.45	0.51	0.32														
J10	0.44	0.34	0.53	0.35	0.60	0.46	0.42	0.60	0.43													
J11	0.45	0.30	0.36	0.30	0.38	0.37	0.43	0.53	0.44	0.57												
J12	0.55	0.25	0.54	0.42	0.41	0.62	0.50	0.46	0.54	0.51	0.47											
J13	0.54	0.16	0.46	0.35	0.31	0.51	0.40	0.28	0.54	0.47	0.38	0.62										
J14	0.35	0.19	0.31	0.29	0.34	0.38	0.39	0.32	0.39	0.32	0.47	0.46	0.66									
J15	0.31	0.07	0.25	0.24	0.42	0.19	0.19	0.37	0.09	0.37	0.33	0.28	0.19	0.18								
J16	0.44	0.21	0.32	0.27	0.41	0.43	0.32	0.55	0.23	0.60	0.54	0.45	0.39	0.24	0.47							
J17	0.53	0.31	0.56	0.38	0.33	0.40	0.68	0.40	0.57	0.60	0.39	0.66	0.51	0.43	0.25	0.32						
J18	0.40	0.15	0.41	0.28	0.28	0.50	0.40	0.25	0.61	0.38	0.38	0.49	0.58	0.55	0.07	0.22						
J19	0.49	0.23	0.40	0.39	0.43	0.41	0.40	0.52	0.38	0.57	0.50	0.49	0.39	0.35	0.39	0.52	0.45	0.31				
J20	0.19	0.25	0.43	0.29	0.44	0.35	0.19	0.45	0.22	0.57	0.63	0.31	0.26	0.29	0.37	0.64	0.34	0.27	0.64			
J21	0.40	0.33	0.56	0.34	0.31	0.38	0.29	0.46	0.37	0.52	0.50	0.32	0.30	0.39	0.30	0.36	0.32	0.31	0.51	0.54		
J22	0.53	0.23	0.31	0.15	0.20	0.29	0.14	0.34	0.24	0.30	0.31	0.21	0.14	0.18	0.16	0.23	0.20	0.10	0.25	0.25		
J23	0.23	0.33	0.32	0.19	0.16	0.33	0.24	0.39	0.21	0.36	0.33	0.22	0.13	0.24	0.09	0.28	0.25	0.23	0.35	0.38		
J24	0.14	0.02	0.07	0.13	0.02	0.22	0.28	0.20	0.14	0.13	0.21	0.21	0.12	0.14	0.07	0.13	0.17	0.06	0.08	-0.01		
J25	0.34	0.20	0.25	0.15	0.11	0.43	0.33	0.40	0.48	0.37	0.37	0.40	0.35	0.37	0.04	0.23	0.35	0.40	0.34	0.29		
J26	0.56	0.09	0.18	0.40	0.44	0.28	0.29	0.40	0.16	0.37	0.39	0.31	0.22	0.28	0.38	0.40	0.28	0.22	0.44	0.36		
J27	0.41	0.19	0.22	0.21	0.27	0.29	0.34	0.40	0.33	0.37	0.40	0.35	0.33	0.42	0.16	0.37	0.33	0.36	0.47	0.38		
J28	0.39	0.27	0.42	0.35	0.30	0.36	0.40	0.40	0.46	0.45	0.46	0.37	0.26	0.26	0.14	0.30	0.44	0.40	0.34	0.27		
J29	0.21	0.14	0.21	0.08	0.13	0.22	0.27	0.34	0.20	0.28	0.33	0.16	0.08	0.21	0.19	0.22	0.13	0.18	0.30	0.28		
J30	0.40	0.25	0.37	0.33	0.29	0.46	0.33	0.50	0.43	0.52	0.47	0.43	0.35	0.31	0.28	0.46	0.32	0.27	0.47	0.63		
J31	0.38	0.31	0.27	0.24	0.17	0.36	0.46	0.40	0.32	0.28	0.39	0.36	0.18	0.22	0.18	0.28	0.36	0.22	0.37	0.22		
J32	0.23	0.13	0.14	0.24	0.15	0.27	0.23	0.34	0.23	0.23	0.30	0.26	0.20	0.36	0.21	0.28	0.22	0.24	0.24	0.30		
J33	0.46	0.53	0.35	0.31	0.37	0.30	0.38	0.43	0.34	0.43	0.34	0.39	0.40	0.39	0.16	0.29	0.40	0.39	0.41	0.34		
J34	0.24	0.25	0.12	0.18	0.28	0.13	0.20	0.25	0.18	0.23	0.30	0.14	0.18	0.30	0.14	0.15	0.20	0.20	0.29	0.24		
J35	0.22	0.24	0.21	0.19	0.05	0.30	0.24	0.30	0.38	0.24	0.32	0.34	0.21	0.35	0.01	0.20	0.33	0.32	0.31	0.30		
J36	0.42	0.39	0.33	0.24	0.27	0.45	0.37	0.55	0.38	0.56	0.55	0.43	0.40	0.38	0.27	0.57	0.38	0.33	0.47	0.62		
J37	0.17	0.06	0.10	0.16	0.00	0.27	0.19	0.21	0.17	0.11	0.20	0.25	0.18	0.27	0.10	0.17	0.23	0.17	0.24	0.14		
J38	0.36	0.21	0.27	0.21	0.09	0.34	0.22	0.29	0.30	0.31	0.35	0.27	0.24	0.26	0.18	0.19	0.25	0.27	0.35	0.34		
J39	0.41	0.23	0.21	0.21	0.23	0.32	0.25	0.26	0.34	0.26	0.31	0.31	0.40	0.41	0.18	0.31	0.33	0.39	0.37	0.39		
J40	0.27	0.23	0.36	0.27	0.15	0.41	0.47	0.35	0.35	0.29	0.31	0.39	0.31	0.32	0.13	0.27	0.44	0.35	0.31	0.22		
T-stāvoklis	0.71	0.42	0.68	0.57	0.64	0.69	0.68	0.70	0.63	0.77	0.70	0.78	0.68	0.59	0.48	0.55	0.73	0.61	0.71	0.62		
T-izlasme	0.52	0.39	0.42	0.38	0.33	0.53	0.51	0.60	0.50	0.56	0.61	0.51	0.42	0.50	0.28	0.47	0.50	0.45	0.57	0.52		
	J21	J22	J23	J24	J25	J26	J27	J28	J29	J30	J31	J32	J33	J34	J35	J36	J37	J38	J39	J40	T-stāvoklis	T-izlasme
J21																						
J22	0.39																					
J23	0.44	0.20																				
J24	0.09	0.16	0.08																			
J25	0.47	0.38	0.44	0.23																		
J26	0.34	0.12	0.17	0.11	0.16																	
J27	0.44	0.22	0.28	0.06	0.45	0.41																
J28	0.43	0.40	0.35	0.24	0.40	0.24	0.28															
J29	0.40	0.44	0.28	0.15	0.27	0.20	0.24	0.47														
J30	0.65	0.25	0.43	0.22	0.59	0.34	0.42	0.48	0.44													
J31	0.41	0.34	0.29	0.28	0.32	0.28	0.37	0.51	0.47	0.44												
J32	0.39	0.30	0.24	0.17	0.35	0.38	0.33	0.40	0.46	0.49	0.44											
J33	0.45	0.16	0.36	0.02	0.46	0.38	0.33	0.38	0.26	0.44	0.33	0.30										
J34	0.28	0.13	0.21	0.01	0.25	0.29	0.38	0.16	0.20	0.31	0.23	0.28	0.38									
J35	0.34	0.28	0.33	0.09	0.44	0.15	0.35	0.36	0.29	0.41	0.27	0.47	0.32	0.11								
J36	0.59	0.26	0.44	0.20	0.51	0.37	0.40	0.39	0.39	0.66	0.42	0.47	0.45	0.31	0.44							
J37	0.30	0.26	0.18	0.14	0.25	0.10	0.28	0.25	0.37	0.34	0.38	0.44	0.10	0.18	0.27	0.25						
J38	0.41	0.11	0.29	0.19	0.43	0.18	0.31	0.47	0.47	0.46	0.41	0.42	0.24	0.23	0.39	0.35	0.42					
J39	0.43	0.23	0.19	0.01	0.39	0.30	0.61	0.21	0.19	0.41	0.23	0.30	0.36	0.31	0.37	0.40	0.30	0.37				
J40	0.32	0.36	0.37	0.23	0.37	0.21	0.29	0.47	0.41	0.41	0.45	0.43	0.20	0.20	0.43	0.44	0.38	0.38	0.29			
T-stāvoklis	0.59	0.25	0.46	0.20	0.47	0.49	0.51	0.55	0.32	0.60	0.46	0.38	0.57	0.32	0.39	0.63	0.40	0.46	0.46	0.47	0.64	0.73
T-izlasme	0.71	0.54	0.65	0.32	0.67	0.46	0.60	0.59	0.62	0.77	0.65	0.68	0.59	0.46	0.59	0.73	0.51	0.66	0.57	0.64	0.64	0.73

P6. tabula.

STAI-Y faktoru struktūra oriģinālajā izlasē (*Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg & Jacobs 1983*).

	ASV koledžas studentes (n=222)				ASV koledžas studenti (vīrieši, n=202)			
	1. faktors	2. faktors	3. faktors	4. faktors	1. faktors	2. faktors	3. faktors	4. faktors
	<u>T-stāvoklis</u>							
J1		0.61				0.62		
J2		0.62				0.50		
J3	0.52				0.37			
J4	0.61				0.49			
J5		0.68				0.55		
J6	0.71							
J7	0.49				0.42			
J8		0.50				0.50		
J9	0.60				0.57			
J10		0.66				0.66		
J11		0.53				0.53		
J12	0.69				0.50			
J13	0.60				0.57			
J14	0.52							
J15		0.68				0.68		
J16		0.57				0.57		
J17	0.66				0.47			
J18	0.65				0.64			
J19		0.59				0.59		
J20	0.43	0.54				0.54		
	<u>T-iezīme</u>							
J21			0.50				0.41	
J22	0.42			0.46			0.41	0.44
J23			0.59				0.50	
J24				0.46			0.41	0.42
J25				0.38				0.46
J26			0.61				0.52	
J27			0.52				0.53	
J28				0.57				0.51
J29				0.58				0.60
J30			0.58				0.39	
J31				0.60				0.64
J32				0.38			0.58	
J33			0.66				0.49	
J34			0.40				0.52	
J35				0.37				0.43
J36								
J37			0.57	0.65				0.63
J38				0.69				0.47
J39			0.62					
J40				0.55				0.51