

LATVIJAS UNIVERSITĀTE  
PEDAGOĢIJAS, PSIHOLOĢIJAS UN MĀKSLAS FAKULTĀTE  
PSIHOLOĢIJAS NODAĻA

**SOCIĀLĀ ATBALSTA UN DZĪVESSPĒKA SAISTĪBA AR RISKANTU  
UZVEDĪBU 18-26 GADUS VECIEM NEHETEROSEKSUĀLIEM  
JAUNIEŠIEM**

BAKALAURA DARBS

Darba autore: **Linda Klāra Pickēna**

Studentu apliecības Nr.: lp20061

Darba vadītāja: dr.psych., asoc. prof. Ieva Stokenberga

RĪGA 2023

## ANOTĀCIJA

Pētījuma mērķis ir noskaidrot, vai neheteroseksuālu 18-26 gadus vecu jauniešu grupā pastāv saistības starp dzīvesspēku, uztverto sociālo atbalstu un riskantu uzvedību, un vai sociālajam atbalstam un dzīvesspēkam ir prognozējoša vērtība riskantai uzvedībai. Pētījumā piedalījās 53 dalībnieki. Tika izmantotas trīs aptaujas: Daudzdimensionālā uztvertā sociālā atbalsta skala, Dzīvesspēka aptauja pieaugušajiem, Jauniešu riska uzņemšanās aptauja. Tika sasniegts mērķis, noskaidrots, ka uztvertajam sociālajam atbalstam nav statistiski nozīmīgu korelāciju ar riskantu uzvedību neheteroseksuālu jauniešu grupā, divas dzīvesspēka apakšskalas (sevis uztvere un nākotnes uztvere) negatīvi saistās ar dumpīgo risku (alkohola, narkotiku lietošanu, smēķēšanu), taču kopumā sociālajam atbalstam un dzīvesspēkam nav prognozējošas vērtības riskantai uzvedībai.

*Atslēgas vārdi:* uztvertais sociālais atbalsts, dzīvesspēks, riskanta uzvedība, jaunieši, LGBTQ+

## ABSTRACT

The main goal of this research was to find if perceived social support and resilience are connected with risky behaviour among 18-26 year old nonheterosexual youth and if perceived social support and resilience has any prognostic value of risky behaviour. 53 individuals participated in this research. Three scales were used: Multidimensional Scale of Perceived Social Support, Resilience Scale of Adults and Adolescent Risk Taking Questionnaire. The research goal was achieved, no significant correlations were found between perceived social support and risky behaviour, two subscales of resilience (self perception and perception of future) were negatively correlated with rebellious risk (alcohol, drug use, smoking), no significant prognostic value was found for perceived social support nor resilience when considering risky behaviour.

*Key words:* perceived social support, resilience, risky behaviour, youth, LGBTQ+

## SATURS

Anotācija.....	1
Abstract.....	2
Saturs .....	3
Ievads.....	4
Uztvertais sociālais atbalsts .....	6
Sociālā atbalsta daudzpusīgums neheteroseksuālu personu grupā .....	8
Dzīvesspēka koncepts.....	10
Riskanta uzvedība un ar to saistītie faktori.....	14
Riskantas uzvedības saistības ar sociālo atbalstu un dzīvesspēku .....	15
Metode .....	18
Pētījuma dalībnieki .....	18
Mērījumi .....	18
Procedūra .....	19
Rezultāti.....	20
Diskusija .....	23
Secinājumi .....	27
Izmantotās literatūras saraksts .....	28

## IEVADS

Nenoliedzami var novērot, ka riskanta uzvedība sabiedrībā ir problēma (Underwood et al., 2020). Dažādi riskantas uzvedības veidi ir novērojami gan narkotisko un alkoholisko vielu lietošanā, gan nedrošā uzvedībā uz ceļa, seksuālā uzvedībā un daudz citās rīcībās. Būtiski ir tas, ka riskanta uzvedība var atšķirties dažādās grupās. Būtisku atšķirību riskantā uzvedībā var novērot starp heteroseksuāliem un neheteroseksuāliem cilvēkiem. Kā liecina Nacionālais Narkotiku Atkarības Institūts (National Institute on Drug Abuse, 2017), tad neheteroseksuālas personas mēdz lietot kaitīgās vielas daudz biežāk nekā heteroseksuālas personas, piemēram, dati liecina, ka vairāk nekā trešdaļa no neheteroseksuālām personām iepriekšējā gadā ir lietojuši marihuānu. Pastāv arī pierādījumi, ka neheteroseksuālas personas biežāk piedalās riskantā seksuālā uzvedībā (Lunn et al., 2017).

Domājot par riskantu uzvedību, ir nepieciešams saprast, kas ir aizsargājošie faktori. Zināms, ka cilvēki ir sociālas būtnes un savstarpējām attiecībām ir būtiska loma ne vien izdzīvošanā, bet arī tajā, kā cilvēki rīkojās, tāpat cilvēks iespaidojas no tā kā rīkojas citi. Pastāv uzskats, ka vienaudžu ietekme var veicināt pusaudžu prosociālu uzvedību (van Hoorn et al., 2014), tāpēc varētu domāt, vai citu cilvēku atbalstam arī var būt kāda ietekme uz to kā cilvēks rīkojas. Viens no mainīgajiem, kas varētu būt saistīts ar savstarpējām attiecībām un uzvedību, ir sociālais atbalsts, kas varētu norādīt, vai pastāv saistības starp ģimenes, draugu un citu svarīgo personu atbalstu un riskantu uzvedību.

Tā kā riskanta uzvedība daļēji balstās personībā, tad vērts apskatīt arī dzīvespēka saistības ar riskantu uzvedību, lai noskaidrotu, vai ir kādi dzīvespēka aspekti, kas var darboties preventīvi vai veicināt izvairīšanos no riskantām rīcībām. Šis ir interesants aspekts tieši neheteroseksuālajā populācijā, jo ir pierādījumi, kas liecina, ka neheteroseksuālas personas piedzīvo unikālas grūtības salīdzinājumā ar heteroseksuāliem (Asakura, 2016), kas varētu liecināt, ka iespējams ir arī unikālas saistības pretējā virzienā - neheteroseksuālām personām varētu būt svarīgi dzīvespēka aspekti, kas nepiemīt heteroseksuālam personām, kas pasargā tos no riskantām rīcībām.

Izrietot no šīs informācijas, šī *pētījuma mērķis* ir: noskaidrot vai pastāv sakarības starp sociālo atbalstu, dzīvespēku un riskantu uzvedību, un vai sociālais atbalsts, dzīvespēks prognozē zemāku riskantu uzvedību neheteroseksuāliem 18-26 gadus veciem jauniešiem.

*Pētījuma hipotēzes ir:*

1) Jo augstāki sociālā atbalsta rādītāji, jo zemāki riskantas uzvedības rādītāji neheteroseksuāliem jauniešiem.

2) Jo augstāki dzīvesspēka rādītāji, jo zemāki riskantas uzvedības rādītāji neheteroseksuāliem jauniešiem.

*Pētījuma jautājums ir:*

1) Cik lielā mērā sociālais atbalsts un dzīvesspēks prognozē riskantu uzvedību neheteroseksuāliem jauniešiem?

*Pētījuma mainīgie lielumi ir sociālais atbalsts, dzīvesspēks un riskanta uzvedība. Pētījuma dalībnieki ir 18-26 gadus veci neheteroseksuāli jaunieši (n=53). Pētījuma dizains ir šķērsriezuma korelatīvs pētījums, datu ievākšanas metode ir aptauja. Bakalaura darbs sastāv no trīs nodaļām, tas ir 35 lapaspušu garš (neskaitot pielikumus), izmantotā literatūra sastāv no 53 avotiem.*

## UZTVERTAIS SOCIĀLAIS ATBALSTS

Sociālais atbalsts tiek skaidrots kā emocionāla, praktiska vai materiāla palīdzība, ko sniedz atbalsta personas (ģimene, draugi u.c.) (informālais sociālais atbalsts) vai atbalsta grupas, iestādes (formālais sociālais atbalsts) (American Psychological Association, 2020). Uztvertais sociālais atbalsts sevī ietver divas svarīgas komponentes, viena ir atbalsta sagaidāmība, bet otra ir apmierinātība ar uztverto atbalstu (Siedlecki et al., 2013). Ja cilvēks zina, ka viņam ir pieejams atbalsts un ka šis atbalsts būs pietiekams, lai tiktu galā ar grūtiem dzīves mirkļiem, tad cilvēka dzīves labklājība bieži vien būs arī augstāka (Siedlecki et al., 2013).

Uztvertais sociālais atbalsts saistās ar dažādiem dzīves, veselības un uzvedības faktoriem. Piemēram, pastāv pierādījumi, ka uztvertais sociālais atbalsts ir saistīts ar depresiju. Ja cilvēkam ir pieejams labāks uztvertais sociālais atbalsts, tad tas piedzīvo mazākus depresijas simptomus (Ioannou et al., 2019). Pastāv arī literatūra, kas pierāda, ja dzīvē piedzīvots augstāks uztvertais sociālais atbalsts, tad vecumdienās apmierinātība ar dzīvi būs augstāka (Şahin et al., 2019), kas norāda, ka ir būtiski dzīves laikā veicināt šāda tipa atbalstu.

Mentālā veselība tāpat kā fiziskā veselība katram atšķiras, taču ir cilvēku grupas, kas bieži vien ir pakļautas lielākam riskam. Ir zināms, ka neheteroseksuāli jaunieši uzrāda biežākus depresijas simptomus, pašnāvnieciskumu un biežāku alkohola lietošanu (Fish & Pasley, 2015). Ģimenes, draugu un citu nozīmīgu personu atbalsts ir būtisks neheteroseksuālu jauniešu mentālajai veselībai, jo šāda veida sociālais atbalsts var būt nozīmīgs pret depresijas simptomiem (Watson et al., 2016), pret lielu distresa piedzīvošanu (McConnell et al., 2016) kā arī pret trauksmes piedzīvošanu (Flanders et al., 2019).

Sociālais atbalsta pieredze bieži vien neheteroseksuālām personām var atšķirties no tā, kā to piedzīvo heteroseksuālas personas. Nav retums, kad neheteroseksuālas personas mēdz izvēlēties būt kopā ar draugiem nevis ģimeni, reizēm pat saucot draugus par savu īsto ģimeni, jo patiesā ģimene nav sniegusi atbalstu vai ir vērsusies pret personu tās seksuālās orientācijas dēļ. Pētījumi liecina, ka, lai gan draugu atbalsts ir ļoti nozīmīgs sociālā atbalsta veids, tas tomēr var būt nepietiekams salīdzinājumā ar to, kādu atbalstu varētu sniegt ģimene (Almack et al., 2010; Dewaele et al., 2011), kas liecina par to, cik nozīmīgi neheteroseksuālām personām ir saņemt pilnīgu un daudzpusīgu atbalstu.

Ģimenes un draugu sociālā atbalsta mijiedarbība aprakstīta saistībā arī ar citiem dzīves faktoriem. Kādā literatūras apskatā (Ingham et al., 2017) tika aprakstītas neheteroseksuālu

sieviešu sociālā atbalsta pieredzes, un tika izvirzītas četras nozīmīgas tēmas, kas visbiežāk parādījās un bija nozīmīgas šo sieviešu dzīvēs, tās ir: nošķiršanās no ģimenes, starp-seksualitāšu draudzības, internalizētā homofobija un autentiskums, draudzību intimitāte. Nošķiršanās no ģimenes un sociālais atbalsts sievietēm ir veicinājis citādāku atbalsta sajūtas gūšanas mehānismus, proti, neheteroseksuālas sievietes mēdz vai nu paļauties tikai uz sevi, liedzot sev meklēt atbalstu pie citiem, kas veicina sociālo atsvešināšanos un mazina iespēju veidot tuvas attiecības, vai arī uzņemas pilnīga atbalsta sniedzēja lomu, kas savukārt mazina rūpes par sevi.

Kā aprakstīts pētījumu apkopojumā (Ingham et al., 2017), neheteroseksuālu sieviešu sociālā atbalsta pieredzē būtisku lomu spēlē arī draudzības. Neheteroseksuālas sievietes var izvēlēties veidot starp-seksuālas draudzības, jo veidot draudzības neheteroseksuālu personu lokā, lai gan vērtīgi, bieži vien var būt sarežģīti seksuālās orientācijas diskriminācijas un aizspriedumu dēļ (cilvēki viens otram neatklājas, grūti atrast kopienas). Taču draudzības ar heteroseksuālām personām var aizņemt ilgu laiku, jo no sākuma nepieciešams izveidot uzticību, kas var būt sarežģīts process, it īpaši sabiedrībā, kas lielākoties ir noraidoša pret seksuālajām minoritātēm, kas liecina, ka abu tipu draudzības no sevis prasa seksuālās orientācijas atklāšanos, kam var sekot noraidījums vai aizspriedumu piedzīvošana. Tas liecina, ka draudzību veidošana neheteroseksuālām sievietēm var būt sarežģīts un prasīgs pat ja ne satraucošs process.

Kā aprakstīts rakstu apkopojumā (Ingham et al., 2017), draudzības starp neheteroseksuālām sievietēm bieži vien mēdz būt ļoti intīmas un ar neskaidrām draudzības-romantisko attiecību robežām, taču būtiskākais ir tas, cik ļoti lielu atbalstu ir iespējams gūt no šāda veida attiecībām. Piemēram, nereti pat pēc šķiršanās neheteroseksuālas sievietes var sniegt atbalstu viena otrai un turpināt dzīvot kopā, izrādīt rūpes un turpināt draudzības, kas var būt liels sociālā atbalsta resurss.

Neheteroseksuālu sieviešu seksuālās orientācijas un personīgā autentiskuma pieredze ir ļoti būtiska domājot par apmierinātību ar dzīvi (Ingham et al., 2017). Sievietes, kas var būt atklātas par savu orientāciju gan ar citiem neheteroseksuāliem cilvēkiem, gan ar heteroseksuālām personām ir daudz laimīgākas un spēj rast atbalstu citos cilvēkos, taču ļoti liela daļa sieviešu nespēj piedzīvot savu autentiskumu vai nu sabiedrības homofobijas vai internalizētās homofobijas dēļ. Tādējādi neheteroseksuālas sievietes mēdz slēpt savu identitāti, lai nepiedzīvotu noraidījumu, taču vienlaikus nepiedzīvo savu identitātes autentiskumu. Internalizētā homofobija un atklāšanās pakāpe saistībā ar sliktu sociālo atbalstu saistīta arī ar sliktu neheteroseksuālu

personu mentālo veselību, it īpaši vietās un sabiedrībās, kur valda homonegativitāte vai ir grūtības veidot un būt daļai no minoritāšu kopienas (Anil & Raveendran, 2022).

Literatūrā iespējams novērot, ka sociālajam atbalstam ir būtiska un svarīga loma ne vien neheteroseksuālu personu mentālās veselības jomā, bet arī savas identitātes, savstarpējo attiecību veidošanā un vispārējā labsajūtas veicināšanā. Var novērot, ka sociālajam atbalstam nav viennozīmīga, bet gan daudznozīmīga loma neheteroseksuālu personu dzīvēs, tas var būt gan kā resurss, gan kā vajadzība, kas nepieciešama, lai šīs personas būtu spējīgas iekļauties un justies laimīgi ar savu dzīvi.

### **Sociālā atbalsta daudzpusīgums neheteroseksuālu personu grupā**

Pieejamie dati par to, kā sociālais atbalsts izpaužas neheteroseksuālu personu grupā nav viennozīmīgi. Pastāv literatūra, kas liecina, ka sociālais atbalsts ir kā mediators saistībā ar neheteroseksuālu jauniešu viktimizāciju, taču netiek skaidrots, vai sociālais atbalsts un tā nozīme ir atšķirīga dažādu neheteroseksuālu personu pārstāvju vidū (piemēram, starp biseksuālām sievietēm un homoseksuāliem vīriešiem) (Button et al., 2012). Tomēr kādā pētījumā ar pusmūža un vecākiem LGBT cilvēkiem atklājās, ka lesbietes uzrāda visaugstākos sociālā atbalsta rādītājus salīdzinājumā ar geju vīriešiem un biseksuāliem vīriešiem, kam rādītāji bija viszemākie (Kittle et al., 2022), šajā rakstā atklājās arī sociālā atbalsta saistības LGBT grupā ar izglītības līmeni, kur biseksuālām sievietēm augstāka izglītība saistījās ar augstāku sociālo atbalstu, taču geju vīriešiem augstāka izglītība saistījās ar zemāku sociālo atbalstu.

Pieejama literatūra par atšķirībām sociālajā atbalstā starp dažādām seksuālajām orientācijām jauniešu vecuma posmā ir ļoti limitēta. Kāds raksts, kas apskatīja depresijas, atklāšanās un sociālā atbalsta saistības pieļauj ideju, ka iespējams tieši biseksuālas personas ir tās kas ir pakļautas vismazākajam sociālajam atbalstam, jo tieši šī seksualitātes grupa piedzīvo vislielāko viktimizāciju un noraidījumu gan no heteroseksuālām, gan homoseksuālām personām (Pollitt et al., 2017), tādā gadījumā biseksuālas personas nevar rast resursus nevienā no grupām, atstājot tos bez atbalsta iespējām. Pētījuma autori arī pieļauj domu, ka pastāv biseksuālu personu dzimumatšķirības saistībā ar sociālo atbalstu, dažādi sociāli faktori, piemēram, sieviešu seksualizācija, vīriešu stereotipi, var būt kā iemesls, kāpēc citi var pieņemt biseksuālas sievietes vairāk nekā biseksuālus vīriešus (Pollitt et al., 2017). No tā var domāt, ka neheteroseksuālu

cilvēku grupās var pastāvēt būtiskas atšķirības tajā, kādu un cik lielu atbalstu katrs no tiem saņem un uz ko būtu jāvērs vislielākā uzmanība.

Cita literatūra, kas apskata atšķirības psiholoģiskajos faktoros monoseksuālu (geji, lesbietes, heteroseksuāli) un pluriseksuālu (biseksuāli, panseksuāli u.c.) personās, arī norāda uz to, ka tieši pluriseksuālas personas ir tās, kas saņem vismazāko sociālo atbalstu (Thöni et al., 2022). Atbalsta atšķirības varētu saistīties ar to, ka cilvēkiem varētu būt monoseksuāli uzskati, proti, ka pat ja cilvēkam ir citādāka orientācija, tad tomēr variantam ir jābūt vienam (nevis vairākiem). Piemēram, biseksuālas personas ģimenē varētu pastāvēt uzskats, ka pat ja persona piedzīvo jūtas pret dažāda dzimuma un/vai seksualitātes pārstāvjiem, tomēr ir viens *pareizais* variants, ko tie vēlas, lai cilvēks veic, kas savukārt var veicināt personā negatīvas jūtas par sevi vai ģimeni, kas saistīts ar to, kādu atbalstu šī persona saņem.

To visu apskatot, var noprast, ka sociālais atbalsts ir ļoti sarežģīts un daudzpusīgs koncepts neheteroseksuālu personu dzīvēs. Tādi faktori kā sabiedrības uzskati, homonegativitāte, internalizētā homofobija, dzimums, ģimenes uzskati par minoritātēm, atklāšanās pakāpe un citi var būt saistīti ar to, kādu sociālo atbalstu saņem neheteroseksuālas personas. No tā izriet tas, kādas rīcības neheteroseksuālas personas veiks, lai tiktu galā ar iegūtu/niegūto atbalstu, vai veiks riskantu rīcību, piemēram, kaitīgo vielu lietošanu, lai sadzīvotu ar noliegumu no ģimenes. Tāpēc būtiski noskaidrot kādas ir saistības un kuras ir cilvēku grupas, kam draud vislielākais risks.

## DZĪVESSPĒKA KONCEPTS

Amerikas Psihologu Asociācija īsi raksturo dzīvesspēku kā “procesu, kura laikā, izmantojot mentālo, emocionālo un uzvedības elastību, cilvēks veiksmīgi adaptējas grūtiem dzīves notikumiem” (American Psychological Association, 2022). Taču ir vērts pieminēt, ka šis koncepts ir daudz komplicētāks un detalizētāks.

Kādā apkopjošā rakstā (Herrman et al., 2011) tika mēģināts aprakstīt un paskaidrot faktoros, kas ir daļa no dzīvesspēka, un, lai gan dzīvesspēka definīcijas ir dažādas, tām tomēr ir vienojošais – dzīvesspēks tiek uzskatīts kā dažādu faktoru mijiedarbība, kas ļauj cilvēkam pārvarēt grūtības un izvairīties no patoloģiju veidošanās. Centrāli tiek uzskatīti personības faktori, bioloģiskie faktori, vides-sistēmas faktori un ģenētisko, personības un vides faktoru mijiedarbība. Pie personības faktoriem, kas veicina dzīvesspēku, pieder tādas personības iezīmes kā ekstraversija, atvērtība pieredzei un labvēlīgums, vēl būtiski ir arī tādi personības aspekti kā internālais kontroles lokuss, optimisms, pašefektivitāte un citi. Pie bioloģiskajiem faktoriem tiek minēts, ka būtiska nozīme ir agrīnai pieredzei, kas var ietekmēt ne vien smadzeņu izmēru, bet arī neirālos savienojumus un transmieterus, kas pēcāk svarīgi dzīves notikumu uztverē un to nozīmīguma izvērtējumā. Vides un sistēmas faktorā nozīme ir mikrosistēmas (piemēram, attiecības ar vecākiem, laba audzināšana, atbalsts no vienaudžiem un citiem cilvēkiem) un makrosistēmas (piemēram, skolas, kultūra, reliģija, komūna, kurā dzīvo) aspektiem, kuri spēlē būtisku lomu veselīga cilvēka veidošanā. Būtiska ir visu šo dzīvesspēka faktoru mijiedarbība gan savā starpā, gan ar stresoriem, kas strādā kā riska faktori uz patoloģijām. Tas viss liecina, ka dzīvesspēks ir komplicēts koncepts, kur nozīme ir šo faktoru mijiedarbībai ar faktoriem, kas veicina stresu un patoloģiju veidošanos.

Šo dzīvesspēka ideju skaidro un īpaši nozīmīgs jauniešiem var būt Unagra (Ungar, 2011) Sociāli ekoloģiskais dzīvesspēka koncepts, kas skaidro, ka dzīvesspēks nav tikai individuāla spēja, bet gan arī dzīvesspēka resursu pieejamība sociālajā vidē un tas, cik šie resursi ir atkarīgi no konteksta un kultūras, kurā persona dzīvo. Šis modelis var būt īpaši nozīmīgs, ņemot vērā to, cik atšķirīgas un dažādas var būt neheteroseksuālu jauniešu pieredzes, kas tādējādi arī noved pie tā, ka dzīvesspēks var izpausties dažādi atkarībā no konteksta.

Šādi apskatot dzīvesspēku, var noprast, ka tam var būt saistība ar piedzīvoto stresu un stresa modeļiem. Ja tiek domāts kontekstā, kas saistīts ar neheteroseksuāliem jauniešiem, tad vērts pieminēt Minoritāšu Stresa Modeli. Ilans Mejers (Meyer) 1995. gadā sāka aprakstīt

Minoritāšu Stresa Modeli, kas skaidro, kādi sociālās vides faktori veicina distresu un atstāj ietekmi uz LGB (lesbiešu, geju, biseksuāļu) mentālo veselību (Meyer, 1995, 2003). Viņš izvirzīja trīs minoritāšu stresorus: 1) internalizēta homofobija, kas izpaužas kā sabiedrības homofobisko uzskatu un attieksmju attiecināšana uz sevi, 2) uztvertā stigma, kas saistīta ar modrības uzturēšanu un rīcību veikšanu, lai izvairītos no stigmatas, un 3) reāla diskriminācija, vardarbība (Meyer, 1995). Šis stresa modelis paskaidro saistību starp stresoru pieredzi un mentālās veselības pasliktināšanos LGB personām (Meyer, 1995, 2003).

Mejers (Meyer, 2015) atšķir divus dažādus dzīvespēka veidus, kas ir individuālais dzīvespēks (ar iekšējiem un personīgiem faktoriem saistīti aspekti) un kopienas dzīvespēks (sociāli-vides faktori, kas sniedz indivīdam spēku tikt galā ar piedzīvotajiem stresoriem). Viņš atzīmē, ka pētniecībā svarīgi ir abi, taču sociālā līmenī uzsvars būtu jāliek tieši uz kopienas dzīvespēku, it īpaši minoritāšu grupās, kur labklājība un smagu dzīves notikumu pārdzīvošana ir saistīta ar savu identitāti, tajā skaitā seksuālo identitāti. Tiek uzskatīts, ka pārāk liels uzsvars uz individuālo dzīvespēku var veicināt lielu atbildības nastu indivīdam par negatīviem sociāliem aspektiem, savukārt uzsvars uz kopienas dzīvespēku veicinātu sabiedrības atbildību par dažādiem stresoriem un to novēršanu. Piemēram, ja sabiedrībā tiek izplatīti kādi homofobiski uzskati, tad svarīgi, ka neheteroseksuālas personas var rast resursus tikt galā ar šādu stresoru kopienā, kas var tālāk veicināt arī sociālas izmaiņas, nevis uzlikt atbildību personai individuāli, kur bieži vien var trūkt nepieciešamo personīgo resursu, lai tiktu ar tādu pārdzīvojumu galā. Tas norāda, ka īpaši minoritāšu grupā ir būtiski veicināt kopienas faktoros, lai personas būtu spējīgas rast sev nepieciešamos resursus. Ņemot vērā šādus aspektus veidojot intervences, var izvairīties no situācijas, kad visa atbildība ir uz indivīda pielāgošanos, bet gan ir uzsvars arī uz negatīvas vides izmaiņām.

Asakura (Asakura, 2016) savā kvalitatīvajā pētījumā apraksta, cik nozīmīgi ir veidot sociālas izmaiņas sabiedrībā, lai veicinātu LGBTQ jauniešu labklājību. Pierādījies, ka LGBTQ jaunieši piedzīvo visus tos pašus riskus, ko heteroseksuāli jaunieši, taču papildus tam piedzīvo arī LGBTQ specifiskus riskus, kas saistīti ar seksualitāti un ar to saistītajiem faktoriem, turklāt ļoti daudzu jauniešu pieredzes ir atkarīgas no konteksta, kurā tās tiek piedzīvotas, kas ir svarīgi domājot par dzīvespēku. Dzīvespēka būtiska daļa ir atbalsts, vai tas būtu no ģimenes vai draugiem, tomēr pierādījies, cik būtisks ir arī institucionāls atbalsts, piemēram, skolas, kas aktīvi atbalsta LGBTQ kopienas, kas veicina jauniešos sajūtu, ka viņiem ir pieejami palīdzības resursi, gadījumā, ja tie piedzīvo grūtības.

Kādā pētījumā, kas apskatīja pieaugušo neheteroseksuālo personu pieredzes saistībā ar dzīvesspēka attīstību dzīves laikā (Asakura & Craig, 2014) atklājās, ka tā pamatā ir četri nozīmīgi faktori. Viens no tiem ir aiziešana no naidīgas vides, kas jaunībā var saistīties ar izvākšanos no mājām, pārvākšanos saistībā ar augstskolu, aiziešana no mācību vides, kurā prominēta homonegativitāte. Šāda tipa pārcelšanās sniedz neheteroseksuālām personām iespēju saprast, ka tiem ir kontrole pār pašu dzīvi un ļauj atbrīvoties no stresa, kas piedzīvots viktimizācijas, apcelšanas vai homofobijas dēļ.

Otrs nozīmīgais faktors, ko atklāja pētījumā (Asakura & Craig, 2014) ir atklāšanās, un ar to domāts ne vien atklāšanās, kādai citai personai, ģimenei vai draugu lokam par savu identitāti, bet gan atklāšanās pašam sev. Tie cilvēki, kas paši sev atzīst savu citādāko identitāti, izjuta daudz labāku pašsajūtu un bija daudz pieņemošāki pret sevi, tie cilvēki, kas atklājās, aprakstīja savu dzīvi kā daudz labāku.

Trešais faktors, ko piemin autori (Asakura & Craig, 2014) ir *pārstrukturēšana*, kam raksturīga domāšana par to, kādi cilvēki un cilvēku grupas ir blakus indivīdam, kas ir pieredzēts saistībā ar cilvēku grupām, cik liela atstumtība ir piedzīvota augot. Pēc šādas domāšanas indivīds ir spējīgs analizēt un izvēlēties, ar kādām cilvēku grupām tas vēlas turpināt uzturēt kontaktus. Piemēram, pēc ģimenes noraidījuma un negativitātes saistībā ar seksualitāti indivīds var izvēlēties nošķirties no ģimenes un tā vietā balstīties uz draugiem, kas pieņem viņa orientāciju.

Ceturtais faktors, kas minēts pētījumā (Asakura & Craig, 2014), ir grūtību pārvēršana par iespējām. Daudziem neheteroseksuāliem cilvēkiem jaunībā piedzīvotās grūtības, kas bieži vien bija arī dzīvību apdraudošas, ir sniegušas skatījumu un pieredzi, kas daudz vairāk ļauj tiem novērtēt savu dzīvi un saskatīt, cik spēcīgi patiesībā tie ir. Var noprast, ka lielas grūtības vēlāk dzīvē tiek uzskatītas, kā šķēršļi, kas ļāvuši indivīdiem augt.

Apskatot pieejamo informāciju, var noprast, ka dzīvesspēks ir ļoti komplicēts koncepts, kam būtiski dažādi faktori un to mijiedarbības. Dzīvesspēks var būt ne vien personības iezīme, bet arī, kas tāds, kas vairāk vai mazāk ir pieejams jaunietim augot un attīstoties, lai labāk tiktu galā ar dzīves grūtībām. Neheteroseksuāliem jauniešiem dzīvesspēkam ir ļoti būtiska nozīme, lai ne vien tiktu galā ar grūtībām jaunībā, bet arī lai veicinātu savu iekšējo spēku pieaugot. Tā kā dzīvesspēks bieži vien ir aizsargājošs pret dažādiem negatīviem dzīves notikumiem, tad tam iespējams pasargāt jauniešus no riskantu uzvedību veikšanas. Labāk izprotot un izanalizējot dzīvesspēka komplicēto saistību ar dažādu riskantu uzvedību veikšanu (vai neveikšanu), var gūt informāciju par to, kas ir tas, ko veicināt jauniešos, kādi personīgie resursi ir būtiskākie, ko

kopiena var sniegt jauniešiem, lai tie mazinātu riskanto uzvedību, un kas ir būtiskās videspersonas mijiedarbības, kas var veicināt pozitīvo dzīvesspēka iesaisti jauniešu dzīvēs un rīcībās.

## RISKANTA UZVEDĪBA UN AR TO SAISTĪTIE FAKTORI

Riskanta uzvedība (tāda uzvedība, kuru cilvēks veic, neskatoties uz potenciālo kaitējumu) var būt saistīta ar dažādiem personības un vides faktoriem (Zuckerman & Kuhlman, 2000). Tādi personības faktori kā impulsivitāte, asu izjūtu meklēšana (sensation seeking), agresivitāte, naidīgums un sabiedriskums var būt būtiski saistībā ar to, vai persona rīkosies riskantā veidā (Zuckerman & Kuhlman, 2000). Riskanta uzvedība var būt arī būtiska dzīves daļa cilvēkiem, kas slimo ar kādu traucējumu vai patoloģiju, piemēram, cilvēki ar UDHD, bipolārajiem traucējumiem un šizofrēniju daudz biežāk piedalās riskantās uzvedībās (Strawbridge et al., 2018).

Riskanta uzvedība var izpausties kā alkohola un narkotisko vielu pārmērīga lietošana, nedroši seksuālie kontakti, azartspēļu spēlēšana, nedroša braukšana ar auto, kriminālas rīcības, smēķēšana, riskanta sportošana, paļaušanās dažādiem aicinājumiem, nedroša uzvedība interneta vidē un citi. Saprotams, ka šādu rīcību veikšana var ietekmēt veselību vai pat novest līdz nāvei, tāpēc būtiski, ka tā tiek mazināta.

Jauniešu vecumposms ir īpaši nozīmīgs saistībā ar riskantu uzvedību. Ir pierādījumi, kas liecina, ka tieši jauniešu vecumposms ir tas, kad riskantas uzvedības veikšana ir visizteiktākā (Duell et al., 2017). Par iemeslu tam var būt tas, ka jauniešu smadzenes vēl nav vienmērīgi nobriedušas (Casey et al., 2011). Jauniešiem pastiprināti darbojas tieši atalgojuma sistēma, jo smadzeņu centri, kas par to ir atbildīgi nobriest daudz ātrāk nekā tie centri, kas atbild par uzvedības kontroli un lēmumu pieņemšanu (Casey et al., 2011). Tas norāda uz to, ka tieši jauniešu vecumposms ir tas, kuram jāpievērš vislielākā uzmanība, cenšoties atrast risinājumus un veidus kā samazināt riskantu uzvedību.

Atšķirības riskantā uzvedībā ir novērojamas arī dažādās cilvēku grupās. Satraucoši ir dati, kas liecina, ka neheteroseksuālas personas daudz biežāk piedzīvo kaitīgo vielu lietošanu un smēķēšanu salīdzinājumā ar neheteroseksuālām personām (National Institute on Drug Abuse, 2017). Īpaši lielas atšķirības novērojamas kaitīgo vielu lietošanā neheteroseksuālām sievietēm salīdzinājumā ar heteroseksuālām sievietēm, kur sievietes, kas ir biseksuālas vai lesbietes piedalās kaitīgo vielu lietošanā daudz biežāk nekā heteroseksuālas sievietes, turklāt vairāk nekā 60% neheteroseksuālas sievietes atbilst traucējumu diagnostiskiem kritērijiem salīdzinājumā ar 24% heteroseksuālajām sievietēm (McCabe et al., 2013). Lai gan pētījumi par azartspēlēm neheteroseksuālu cilvēku grupā ir ļoti reti, pastāv dati, kas liecina, ka neheteroseksuāli vīrieši salīdzinājumā ar heteroseksuāliem vīriešiem ir pakļauti lielākai patoloģiskai azartspēļu lietošanai

(Grant & Potenza, 2006). Pastāv arī pierādījumi, ka neheteroseksuāli jaunieši daudz biežāk piedalās tādās riskantās seksuālās uzvedībās kā prezervatīvu neizmantošana seksuāla kontakta laikā, alkohola un/vai narkotisko vielu lietošana seksuālā kontakta laikā (Travers et al., 2020).

Kādā rakstu pārskatā (Berg et al., 2015) tika atklāts, ka tieši jauniešu vecumposmā neheteroseksuālām personām riskanta seksuāla uzvedība un kaitīgo vielu lietošana ir pozitīvi saistīta ar internalizēto homofobiju (sabiedrības homofobisko uzskatu un attieksmju attiecināšana uz sevi), kas ir īpaši satraucoši, ņemot vērā, ka liela daļa neheteroseksuālu personu mēdz piedzīvot šāda veida stresu, jo tas saistīts ar to minoritāšu statusu (Meyer, 1995, 2003).

Paaugstinātais nozīmīgums riskantai rīcībai jauniešu un neheteroseksuālu personu grupā norāda uz to, cik būtiski ir izvērtēt aspektus, kas saistīti ar riskanto rīcību iespēju paredzēšanu un prognozēšanu, lai saprastu, ko ir vērtīgi neheteroseksuālos jauniešos veicināt.

## **Riskantas uzvedības saistības ar sociālo atbalstu un dzīvesspēku**

Atskats uz jau esošo zinātnisko literatūru liecina, ka saistības starp uztverto sociālo atbalstu un riskantu uzvedību var pastāvēt.

Sociālais atbalsts var darboties kā aizsargājošs faktors jaunām meitenēm, piemēram, kādā pētījumā atklājās, ka tieši tuvu cilvēku atbalsts (ģimene, skolotāji) samazina iespēju, ka meitenes smēķēs, lietos alkoholu, iesaistīsies fiziskos kautiņos (Reininger et al., 2012). Arī citos pētījumos pierādījies, ka augstāks sociālais atbalsts saistās ar zemāku riskantu uzvedību, piemēram, zema sociālekonomiskā stāvokļa jauniešiem augstāks sociālais atbalsts saistīts ar zemāku narkotiku lietošanu, retāku riskantu seksuālo uzvedību un alkohola lietošanu (Hamme Peterson et al., 2010).

Jaunieši, kuriem ir augstāks ģimenes atbalsts, retāk ir pakļauti kaitīgo vielu lietošanai, kā arī ir mazāk pakļauti pašnāvības riskam (Banstola et al., 2020), turklāt ģimenes atbalsts var būt arī kā aizsargājošs faktors pret problemātisku pornogrāfijas patēriņu (Wizła et al., 2022). Kādā pētījumā par riskantu uzvedību saistībā ar AIDS atklājās, ka uztvertais sociālais atbalsts ir būtiska daļa no šāda tipa riskantas uzvedības prevencijas (Zakiei et al., 2022).

Riskantas uzvedības un sociālā atbalsta saistības tāpat kā daudzi citi psiholoģiski aspekti nav tik bieži pētīti neheteroseksuālajā populācijā kā heteroseksuālajā populācijā, taču ir literatūra, kas liecina, ka uztvertais sociālais atbalsts var būt ļoti būtisks faktors saistībā ar riskantu

uzvedību, kas saistīta ar neheteroseksuālu jauniešu veselību. E. Vraits ar kolēģi (Wright & Perry, 2006) savā pētījumā apraksta to, cik komplicēta var būt sociāla atbalsta saistības ar riskantu uzvedību, piemēram, neheteroseksuālu draugu atbalsts var atstāt divējādu (pozitīvu vai negatīvu) ietekmi uz riskantu uzvedību atkarībā no tā, cik liels seksuālās identitātes distress tiek piedzīvots, kādu socializāciju piedzīvo jaunieši un kurā savas seksuālās identitātes atklāšanas posmā tas atrodas. Piemēram, ja jaunieši gūst sociālo atbalstu no citiem neheteroseksuāliem jauniešiem, kuri ir vairāk tendēti uz riskantu rīcību, tad pastāv iespējamība, ka šis jaunieši arī piedalīsies tādās rīcībās, jo būs tieksme līdzināties un atbilst grupas normām. Tāpēc var domāt, ka būtiski ir arī tas, kādu sociālo atbalstu jaunieši piedzīvo, un kas būtu tas, kas būtu jāveicina sabiedrībā, lai izvairītos no negatīvas atbalsta ietekmes.

Riskanta uzvedība saistās arī ar dzīvesspēku. Kādā pētījumā tika atrastas saistības starp personīgo dzīvesspēku un jauniešu riskantu uzvedību, jo augstākus dzīvesspēka rādītājus uzrāda jaunieši, jo mazāk tie piedalās tādās riskantās uzvedībās kā paškaitējums, kaitīgo vielu lietošana, riskanta seksuāla uzvedība, sensāciju meklēšana (Prince-Embury, 2015).

Pastāv literatūra, kas norāda, ka dzīvesspēks var atstāt iespaidu uz pusaudžu smēķēšanu. Tādi dzīvesspēka aspekti kā nākotnes uztvere, ģimenes saskaņotība un struktūras stils darbojas kā aizsargājoši faktori pret smēķēšanu, taču interesanti, ka sociālajai kompetencei bija pretējs efekts (Veselska et al., 2009), kas norāda, ka ir svarīgi apskatīt dzīvesspēka dažādās komponentes atsevišķi, lai saprastu, kas ir tas, ko nepieciešams veicināt un kas ir tas, ko vajag mazināt. Interesants aspekts ir arī tas, ka dzīvesspēks strādā kā moderators starp riskantu uzvedību un citu mainīgo ar dažādiem efektiem uz dzimumiem, piemēram, kādā pētījumā par riskantu ar veselību saistītu uzvedību atklājās, ka dzīvesspēks var strādāt kā aizsargs pret maternālo un paternālo noliegumu vīriešiem, taču sievietēm tas nepiepildījās (Yang et al., 2019), kas var liecināt par būtiskām grupu atšķirībām, kur svarīgi citi aspekti. Tas ir būtiski arī neheteroseksuālu personu vidū, jo šī cilvēku grupa mēdz piedzīvot specifisku ar seksuālo identitāti saistītu pieredzi, ko nepiedzīvo heteroseksuālas personas.

Literatūra par neheteroseksuālām personām ir limitētā, taču kādā longitudinālā pētījumā (McConnell et al., 2016) atklājās, ka neheteroseksuālām personām piedzīvotais distress var krietni mainīties ar laiku. Neheteroseksuāli jaunieši, kas agrāk piedzīvo zemu ģimenes atbalstu, vēlāk norāda uzlabojumu psiholoģiskajā labsajūtā, jo “lai gan jaunieši, kas piedzīvo zemāku ģimenes atbalstu pusaudžu gados un piedzīvo lielāku distresu, laika gaitā uzrāda būtisku dzīvesspēku”, kas liecina, ka dzīvesspēks var darboties kā svarīgs aizsargmehānisms sliktai

psiholoģiskajai veselībai, kam iespējams varētu būt arī ietekme uz jauniešu riskantu uzvedību. Vēl pastāv literatūra, kas liecina, ka atsevišķa kopienas veidošana interneta vidē var veicināt dzīvespēku neheteroseksuālās personās, un tas strādā kā aizsargājošs faktors pret riskantu uzvedību, kas saistīta ar neheteroseksuālu personu vientulības izjūtu un diskrimināciju (Craig et al., 2015).

Var novērot, ka saistības starp sociālo atbalstu, dzīvespēku un riskantu uzvedību pastāv, taču zinātniskajā literatūrā trūkst precīzu datu par neheteroseksuālu jauniešu populāciju, par kuru potenciāli varētu būt ļoti nozīmīgi secinājumi, ņemot vērā šīs grupas būtisko un atšķirīgo identitāti, sociālo pieredzi un vecuma posmu, tāpēc svarīgi aizpildīt šo robežu un saprast, kas potenciāli var strādāt kā aizsargs pret riskantām rīcībām.

## METODE

### Pētījuma dalībnieki

Pētījumā piedalījās 53 jaunieši vecumā no 18 līdz 26 gadiem, kas identificējas kā neheteroseksuāli. Vidējais vecums ir 21,6 gadi, visvairāk respondentu ir 18 gadu vecumā 10 (18%), 22 gadu vecumā 9 (16%), taču vismazāk respondentu ir 19 gadu vecumā 3 (5%) un 25 gadu vecumā 3(5%). 33 (62,26%) no respondentiem ir sievietes, 15 (28,30%) ir vīrieši un 5 (9,43%) ir nebināri. No respondentiem 25 (47,17%) norāda savu izglītības līmeni kā pašlaik studē augstskolā, 10 (18,87%) pašlaik mācās vidusskolā vai profesionālajā mācību iestādē (tehnikumā), 7 (13,21%) ir pabeigta vidusskola vai profesionālā mācību iestāde (tehnikums), 6 (11,32%) ir pabeigta augstākā izglītība, 5 (9,43%) ir pabeigta pamatizglītība. No visiem respondentiem 20 (37,74%) identificējas kā biseksuāli/panseksuāli, 14 (26,42%) gandrīz pilnīgi homoseksuāli, 12 (22,64%) pilnīgi homoseksuāli, 4 (7,55%) vairāk homoseksuāli, 2 (3,77%) gandrīz pilnīgi heteroseksuāli, 1 (1,89%) vairāk heteroseksuāls.

Tā kā pētījumā tiek apskatītas neheteroseksuālas personas, tad izlases atlasīšanas procesā tiek izslēgtas tās personas, kas norāda sevi kā pilnīgi heteroseksuālas, kā arī tiek izslēgti visi tie respondenti, kuru vecums neatbilst 18-26 gadu diapazonam. Pētījuma aptauja tika izplatīta sociālo mediju vietnēs, kuras tēmētas uz neheteroseksuālu personu auditoriju, piemēram, LGBT apvienības *Mozaīka* lapā sociālajā medijā *Instagram*.

### Mērījumi

Pētījumā pētīti šādi mainīgie lielumi: sociālais atbalsts, dzīvēsspēks un riskanta uzvedība.

Lai izmērītu sociālo atbalstu tiek izmantota Daudzdimensionālā uztvertā sociālā atbalsta skala (Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS), Zimet et al., 1988; kuru Latvijā adaptējusi S.Voitkāne, 2001., atkārtoti Voitkāne S, Mieziņa S. un Raševska M., 2004). Skala sastāv no 12 apgalvojumiem, kur apgalvojumi mērīti 7 punktu Likerta skalā. Punkti ir no -3 līdz 3, kur -3 ir "pilnīgi nepiekrītu" un 3 ir "pilnīgi piekrītu". Skalai ir trīs apakšskalas, un tās ir 1) sociālais atbalsts ģimenē, 2) atbalsts no draugiem, 3) atbalsts no citiem nozīmīgiem cilvēkiem. Oriģināli aptaujai iegūti šādi iekšējās saskaņotības rādītāji: Atbalsts ģimenē  $\alpha = .87$ , Atbalsts no draugiem  $\alpha = .85$ , Atbalsts no citiem nozīmīgiem cilvēkiem  $\alpha = .91$ . Visas aptaujas kopējā Kronbaha alfa  $\alpha = .88$  (Zimmet et al, 1988).

Lai mēritu dzīvesspēku tiek izmantota Dzīvesspēka aptauja pieaugušajiem /DzSAP/ (Resilience Scale of Adults /RSA/, Hjemdal, et al, 2001; Friborg et al., 2003; Friborgs et al., 2005), kuru Latvijā adaptējusi Līga Sovere (2010). Aptauju veido 33 apgalvojumi, katram no tiem ir kopīgs iesākums, bet nobeigums formulēts divos atšķirīgos veidos, kam ir pretējas nozīmes. Jo vairāk punktu, jo augstāki dzīvesspēka rādītāji. Skalu veido 6 faktori, un tie ir: 1) Sevis uztvere, 2) Nākotnes uztvere/ plānotā nākotne, 3) Sociālā kompetence, 4) Ģimenes saskaņa, 5) Sociālie resursi, 6) Strukturētais stils. Iekšējās saskaņotības rādītāji katram no faktoriem ir sekojoši, Sevis uztvere  $\alpha = .74$ , Nākotnes uztvere/ plānotā nākotne  $\alpha = .73$ , Sociālā kompetence  $\alpha = .83$ , Ģimenes saskaņa  $\alpha = .80$ , Sociālie resursi  $\alpha = .74$ , Strukturētais stils  $\alpha = .80$ , kopējā skalas iekšējā saskaņotība ir  $\alpha = .84$  (Hjemdal et al., 2006).

Lai mēritu riskantu uzvedību tiek izmantota Jauniešu riska uzņemšanās aptauja (Adolescent risk taking questionnaire; Gullone, E., Moore, S., Moss, S., & Boyd, C. 2000). Metode sastāv no 22 apgalvojumiem, kurā respondentam jāatzīmē, vai ir to “ļoti bieži darījis”, “bieži darījis”, “dažreiz darījis”, “gandrīz nekad nav darījis”, “nekad nav darījis”. Atbildes saņem punktus attiecīgi un secīgi “ļoti bieži darījis” 4 punktus, “nekad nav darījis” 0 punktus. Jo vairāk punktu, jo riskantāka uzvedība. Skalu veido 4 apakšskalas, tās ir: 1) Saviļņojuma meklēšana, 2) Dumpīgs risks, 3) Neapdomīgs risks, 4) Antisociāls risks. Skalas oriģinālā kopējā iekšējā saskaņotība ir  $\alpha = .89$ , iekšējās saskaņotības rādītāji katrām no apakšskalām ir sekojoši, Saviļņojuma meklēšana  $\alpha = >.80$ , Dumpīgs risks  $\alpha = >.80$ , Neapdomīgs risks  $\alpha = >.80$ , Antisociāls risks  $\alpha = .66$  (Gullone et al., 2000).

## Procedūra

Pētījumam nepieciešamie dati tika ievākti e-vidē izmantojot platformu *QuestionPro*. Aptaujas aizpildīšanai nebija laika ierobežojuma. Aptauja tika izplatīta *Facebook* un *Instagram* sociālo mediju platformās, kā arī LGBT apvienības *Mozaika Instagram* lapā.

## REZULTĀTI

Rezultātu veidošanā sākumā tika veikta mainīgo lielumu aprakstošā un secinošā statistika. Pēc iekšējās saskaņotības rādītājiem var spriest, ka visu mainīgo lielumu kopējās summas ir pieņemamas (skat. 1. tabulu). Apakšskalās pieņemamas uztvertā sociālā atbalsta un dzīvesspēka skalām, riskantas uzvedības skalai zemi Kronbaha alfas rādītāji Saviļņojuma meklēšanas, Neapdomīgā riska un Antisociālā riska apakšskalām, kas norāda, ka ticamība ir ļoti minimāla, tāpēc tālākajā analīzē šīs apakšskalās netiek iekļautas (skat. 1. tabulu).

### 1. tabula

*Sociālā atbalsta, dzīvesspēka un riskantas uzvedības skalu aprakstošās un secinošās statistikas rādītāji (N=53)*

Mainīgie lielumi	M	SD	S-W	$\alpha$
Sociālais atbalsts (kopā)	11,81	14,3	0,93*	0,90
Sociālais atbalsts ģimenē	-,26	6,4	0,97	0,89
Atbalsts no draugiem	6,7	5,7	0,80*	0,93
Atbalsts no citiem nozīmīgiem cilvēkiem	5,38	6,4	0,83*	0,95
Dzīvesspēks (kopā)	144	28,0	0,94*	0,90
Sevis uztvere	24,43	7,0	0,96	0,74
Sociālā kompetence	26,91	6,4	0,96	0,71
Sociālie resursi	36,26	8,2	0,90*	0,85
Ģimenes saskaņa	23,51	7,3	0,94*	0,79
Strukturētais stils	16,70	5,2	0,97	0,65
Nākotnes uztvere/plānotā nākotne	16,51	6,3	0,95*	0,87
Riskanta uzvedība (kopā)	54,19	9,2	0,96	0,74
Saviļņojuma meklēšana	17	3,6	0,97	0,49
Dumpīgs risks	16,15	4,7	0,97	0,84
Neapdomīgs risks	8,13	2,3	0,93*	0,14
Antisociāls risks	12,91	2,5	0,93*	0,25

\* $p < 0,05$

Apskatot vidējās vērtības, var domāt, ka neheteroseksuāli jaunieši visaugstāko uztverto sociālo atbalstu izjūt no draugiem, taču viszemāko no ģimenes. Šajā izlasē no dzīvespēka rādītājiem respondenti uzrāda augstākus sociālo resursu rādītājus un zemu sevis uztveres rezultātus. Visvairāk tiek veikti dumpīga riska rakstura rīcības un vismazāk neapdomīga riska, taču vērtējot šos datus jāņem vērā skalu zemie ticamības rādītāji. Tā kā pēc Šapīro-Vilka testa var novērot, ka ir skalas, kas neatbilst normālam sadalījumam, tad tālākai korelācijas analīzei var pielietot neparametriskās statistikas metodes.

## 2. tabula

*Risknatas uzvedības, dzīvespēka un sociālā atbalsta skalu Spīrmena korelācijas koeficienti (N = 53)*

Mainīgais lielums	1.	2.	3.	4.	5.	6.
1. Riskanta uzvedība (kopā)	-	-	-	-	-	-
2. Dumpīgs risks	-	-	-	-	-	-
3. Sociālais atbalsts (kopā)	-0,10	-0,13	-	-	-	-
4. Sociālais atbalsts ģimenē	-0,06	-0,20	-	-	-	-
5. Atbalsts no draugiem	-0,02	0,05	-	-	-	-
6. Atbalsts no citiem nozīmīgiem cilvēkiem	-0,16	-0,13	-	-	-	-
7. Dzīvespēks (kopā)	-0,01	-0,25	0,44**	0,45**	0,28*	0,24
8. Sevis uztvere	-0,09	-0,31*	0,14	0,09	0,20	0,03
9. Nākotnes uztvere/plānotā nākotne	-0,10	-0,36**	0,32*	0,33*	0,22	0,11
10. Sociālā kompetence	0,18	-0,12	0,18	0,36**	0,10	-0,01
11. Ģimenes saskaņa	0,15	-0,02	0,55**	0,67**	0,21	0,26
12. Sociālie resursi	-0,03	-0,09	0,63**	0,50**	0,50**	0,50**
13. Strukturētais stils	-0,20	-0,20	-0,03	-0,06	-0,06	0,07

\* $p < 0,05$ , \*\* $p < 0,01$

Lai pārbaudītu pirmo un otro hipotēzi, tika veikta Spīrmena korelācijas analīze (skat. 2. tabulu). Statistiski nozīmīgas saistības pastāv starp dumpīgo risku un sevis uztveri, dumpīgo

risku un nākotnes uztveri/plānoto nākotni. Starp dumpīgo risku un sevis uztveri pastāv mērenas negatīvas saistības, kā arī starp dumpīgo risku un nākotnes uztveri/plānoto risku pastāv mērenas negatīvas saistības (skat. 2. tabulu). Var secināt, ka pirmā hipotēze noraidās, jo saistības starp augstāku sociālo atbalstu un zemāku riskantu uzvedību nepastāv. Otrā hipotēze daļēji apstiprinās, pieaugot sevis uztverei un nākotnes uztverei/plānotajai nākotnei samazinās dumpīga riskanta uzvedība. Statistiski nozīmīgas saistības pastāv starp atsevišķām dzīvesspēka un sociālā atbalsta skalām, taču tās netiek analizētās, jo nav saistītas ar pētījuma mērķi.

### 3. tabula

*Regresijas analīzes rezultāti ar riskantu uzvedību kā modeļa atkarīgo lielumu (N = 53)*

Prognozētājs	B	B standartklūda	$\beta$	t	p
Sociālais atbalsts (kopā)	-0,09	0,10	-0,15	-0,92	0,36
Dzīvesspēks (kopā)	-0,01	0,05	-0,04	-0,24	0,82

*Piezīme.  $F(2, 50) = 0,706, p < 0,05, R^2 = -0,011$*

Lai atbildētu uz pētījuma jautājumu tika veikta regresiju analīze (skat. 3. tabulu). Tā kā nozīmības līmenis  $p > 0,05$  pie abiem prognozētājiem, tad var saprast, ka rezultāti nav statistiski nozīmīgi. Tas norāda, ka atbilde uz pētījuma jautājumu ir šāda: sociālais atbalsts un dzīvesspēks statistiski nozīmīgi neprognozē riskantu uzvedību.

## DISKUSIJA

Bakalaura darba mērķis bija noskaidrot vai pastāv sakarības starp sociālo atbalstu, dzīvesspēku un riskantu uzvedību, un vai sociālais atbalsts, dzīvesspēks prognozē riskantu uzvedību neheteroseksuāliem 18-26 gadus veciem jauniešiem. Pētījumā tika izvirzītas divas hipotēzes un viens pētījuma jautājums.

Pirmā pētījuma hipotēze “jo augstāki sociālā atbalsta rādītāji, jo zemāki riskantas uzvedības rādītāji neheteroseksuāliem jauniešiem” tika noraidīta. Rezultātos nevar novērot statistiski nozīmīgas sakarības starp riskantu uzvedību un sociālo atbalstu un to apakšskalām.

Otrā pētījuma hipotēze “jo augstāki dzīvesspēka rādītāji, jo zemāki riskantas uzvedības rādītāji neheteroseksuāliem jauniešiem” daļēji apstiprinājās. Nozīmīga negatīva korelācija pastāv starp dumpīgo risku un divām dzīvesspēka apakšskalām: sevis uztveri un nākotnes uztveri/plānoto nākotni. Šie rezultāti liecina, ka, pieaugot sevis uztveres un nākotnes uztveres rādītājiem, samazinās dumpīgās riskantās uzvedības (piemēram, alkohola, narkotiku lietošana, smēķēšana) rādītāji un otrādi – mazinoties dumpīgā riska uzvedības rādītājiem, pieaug sevis uztveres un nākotnes uztveres rādītāji. Šos rezultātus atspoguļojot uz reālo dzīvi, var domāt par to, ko tas nozīmē un kā tas izpaužas jauniešu ikdienā. Iespējams, ka jauniešiem ir augsti attīstīta sevis uztvere, ir augstas ambīcijas, kas saistās ar nākotni, tāpēc tie neiesaistās tādās destruktīvās un sev kaitīgās uzvedībās kā alkohola un narkotiku lietošana. Varbūt jauniešiem nav interese veikt dumpīgās riskantās uzvedības, tāpēc tiem izveidojusies augsta sevis uztvere un nākotnes uztvere, jo nav nācies saskarties ar šo riskanto uzvedību sekām (atkarības, kaitējums veselībai u.c.), kas var būt krietns šķērslis ne vien attīstībai, bet arī sevis pilnveidošanā un ikdienas izdzīvošanā.

Pētījumā tika uzdots jautājums “cik lielā mērā sociālais atbalsts un dzīvesspēks prognozē riskantu uzvedību neheteroseksuāliem jauniešiem?”, uz kuru atbilde tika meklēta ar regresiju analīzi, kuras rezultāti liecina, ka dzīvesspēks un sociālais atbalsts statistiski nozīmīgi neprognozē riskantu uzvedību neheteroseksuāliem jauniešiem.

Apskatot iegūtos rezultātus, var spriest, ka sociālais atbalsts un dzīvesspēks neheteroseksuāliem jauniešiem ļoti minimāli saistās ar riskantu uzvedību, kas ir pretēji jau esošajai literatūrai. Piemēram, pastāv literatūra, kas norāda, ka gan dažādi sociāla atbalsta aspekti, gan dzīvesspēka aspekti samazina jauniešu iespējamību piedalīties un veikt riskantas uzvedības (Banstola et al., 2020; Prince-Embury, 2015). Šajā pētījumā vienīgās nozīmīgās

saistības pastāv starp dumpīgo risku (alkohola, narkotiku lietošana, smēķēšana) un sevis uztveri, un nākotnes uztveri/plānoto nākotni. Abas šīs dzīvēsspēka apakšskalas pieder pie intrapersonālajiem faktoriem, kur cilvēks gūst dzīvēsspēku no saviem resursiem. Tas liek domāt un saistīt secinājums ar to, ka iespējams ārējiem faktoriem, citu cilvēku ietekmei (kas sakrīt ar nenozīmīgajiem sociālā atbalsta rādītājiem) neheteroseksuāliem jauniešiem nav nozīmes saistībā ar riskantu uzvedību.

Ņemot vērā, ka nozīmīgi rezultāti neuzrādās saistībā ar šiem mainīgajiem, tas liek domāt par to, vai pētītā izlase iespējams uzrāda kādas jaunas, vēl neizprastas sakarības. Šī pētījuma kontekstā var sīkāk domāt, piemēram, par sociālo atbalstu. Tā kā aptauja mēra uztverto sociālo atbalstu, tad lielā mērā tiek pētīts tas, kā indivīds uztver gūto atbalstu. Iespējams, ka gūtais atbalsts ir būtisks, taču jauniešiem to var tā neizvērtēt, tā pat arī otrādi, var būt, ka atbalsts ir slikts, taču jauniešiem to uztver kā labu. Tā kā mēdz būt gadījumi, kad gūtais sociālais atbalsts var gan veicināt, gan mazināt riskantu uzvedību (Wright & Perry, 2006), tad ir vērtīgi izprast, vai gūtais atbalsts ir pozitīvs un jauniešiem to uztver kā pozitīvu, vai tas ir negatīvs, bet uztverts kā pozitīvs. Tā kā šajā pētījumā uzrādās, ka jaunieši ģimenes atbalstu uztver kā ļoti sliktu, taču tas nav atstājis būtisku ietekmi uz riskantu uzvedību (tipiski ir novērojamas būtiskas saistības), būtu vērtīgi sīkāk apskatīt šos mainīgos lielākā izlasē un iespējams veikt dziļāku izpēti tieši tajā, *kāds* ir sociālais atbalsts.

Vēl viena būtiska detaļa, kas svarīga pētot neheteroseksuālas personas, ir atklāšanās pakāpe (tas, vai cilvēks ir “iznācis no skapja”). Tā kā sociālais atbalsts var atšķirties atkarībā no tā, vai cilvēks ir atklājies vai nē (Jordan & Deluty, 1998), tad būtu vērtīgi to apskatīt tuvāk, lai saprastu, vai neheteroseksuāliem jauniešiem sociālais atbalsts var mainīties atkarībā no tā, vai ģimene, draugi un citi zina par viņu minoritāšu statusu. Latvijas kultūrvīdē tas būtu īpaši nozīmīgi, ņemot vērā to, cik izplatītas vēl joprojām ir homonegatīvas attieksmes un rīcības (Rainbow Europe Map and Index, 2023).

Tā kā iegūtie rezultāti lielā mērā ir pretrunā jau esošajām atziņām, tas liek domāt, kāpēc šajā izlasē neuzrādās hipotēzēm atbilstoši rezultāti. Šajā pētījumā ir vairāki ierobežojumi, kurus vērta pieminēt un apskatīt tuvāk.

Būtisks šī pētījuma ierobežojums ir mazā pētījuma izlase. Kopā tika ievāktas 53 respondentu atbildes, kas ir ļoti mazs skaits cilvēku. Izlase iespējams ir nereprezentatīva, jo dati tika ievākti pēc ērtuma un sniega pikas metodes, turklāt interneta vidē, kas var būtiski ietekmēt to, ka aptauju aizpildījuši tikai tie cilvēki, kas jutušies motivēti to darīt vai kuriem tas ir bijis

pieejams, atstājot būtisku daļu ģenerālās kopas pārstāvju ārpus šī pētījuma skata punkta. Tas var veidot situāciju, ka pētījumā trūkst reālās situācijas reprezentācijas, dati var būt ļoti līdzīgi vai veidot rezultātus, kas atbilst noteiktai grupas īpatnībai, bet ne patiesajai situācijai. Vēl viens aspekts, ko vērts minēt ir tas, ka iesaiste pētījumā iespējams arī ir ietekmēta ar kultūrvidi. Ne visi cilvēki var justies droši un komfortabli pētījumā, kas saistīts ar seksualitāti. Tā kā lielākā daļa pētījumu norit valstīs, kuru kultūrās pretstatam negatīvajai attieksmei pastāv arī liela pozitīvā attieksme, piemēram, ASV, Lielbritānija, Kanāda, tad ir vērts apdomāt iespēju, kā Latvijas relatīvi vairāk negatīvā attieksme atspoguļojas cilvēku iesaistē un vēlmē dalīties ar savu pieredzi.

Pētījuma rezultātus viennozīmīgi var ietekmēt tas, cik veiksmīgi ir izvēlēti pētījuma mērinstrumenti. Šajā pētījumā tika izmantotas trīs aptaujas. Divas no tām uzrāda labus ticamības rādītājus, taču vienai no tām ir ļoti slikti iekšējās saskaņotības rādītāji gandrīz visām apakšskalām. Tā kā dzīvesspēka un sociālā atbalsta skalas uzrāda labus rādītājus, tad lielāku uzmanību vērts pievērst riskantas uzvedības skalai. Tā kā šis instruments iepriekš nav adaptēts Latvijā, tad tas iespējams nav bijis vislabākais variants, ko izvēlēties riskantas uzvedības mērīšanai. Šī skala oriģināli ir veidota pusaudžiem, tāpēc iekļauj tādus apgalvojumus, kas iespējams šī pētījuma vecuma diapazona otrā gala pārstāvjiem var būt bijuši neaktuāli, piemēram, par to, vai mēdz aiziet (bastot) no skolas. Aptaujā pastāv arī tādi jautājumi, kas iespējams var vairāk saistīties ar personības īpatnībām nevis paša jaunieša tieksmi rīkoties riskanti, piemēram, jautājums, vai indivīds lec ar izpletņi, iespējams, ka tas vairāk raksturotu kāda tieksmi uz jauno nevis riskantu rīcību. Ņemot vērā pētīto jauniešu vecuma diapazonu, tādi jautājumi kā “cik bieži lido ar lidmašīnu” var būt neakurāti, jo kāds, kam ir 26 gadi to var darīt bieži, jo to paredz darbs vai citi dzīves apstākļi, kamēr 18 gadīgam jauniešim iespējams nav pat iespēju lidot ar lidmašīnu. Tas veido starpību starp pētīto grupu, kas iespējams ir ietekmējis rezultātus. Pastāv iespējamība, ka zemā iekšējā saskaņotība vairākām no riska aptaujas apakšskalām veidojusies tieši no lielām atšķirībām jautājumu būtiskumā esošajā izlasē. Laba iekšējā saskaņotība novērojama skalā, kas atbild par alkohola, narkotiku lietošanu, smēķēšanu – lietas, kas visiem ir riskantas nevis tikai daļai no izlases.

Tā kā pētījumā sociālā atbalsta un dzīvesspēka skalas uzrāda labu iekšējo saskaņotību, tad ir vērts minēt, ka tālākajai pētniecībai šīs aptaujas ir labi instrumenti. Lai uzlabotu pētījumu, ir vērts izvēlēties labāku un detalizētāku riska uzvedības aptauju, kas sevī iekļautu tās uzvedības, kas globāli tiek uzskatītas kā riskantas nevis tādas uzvedības, kas atšķiras jauniešu vecumposma sākuma un beigu galos. Noteikti noderīgi būtu ievākt datus no daudz vairāk cilvēkiem un no pēc

iespējas dažādākiem neheteroseksuāliem jauniešiem (ne tikai interneta vidē), tādā veidā tiktu veidota precīzāks grupas atspoguļojums un izvairītos no ļoti līdzīgu atbilžu iegūšanas.

Iespējams tālākajai pētniecībai būtu vērtīgi izstrādāt riska uzvedības mērinstrumentu, kas veidots balstoties uz Latvijas jauniešiem un to, kādas uzvedības aktuālas un būtiskas ir šeit. Ir svarīgi ne vien balstīt pētniecību uz jau esošām aptaujām, kas veidotas citās valstīs, bet arī veidot savas, lai vairotu precīzus un Latvijā aktuālus datus par to, kādās uzvedībās iesaistās jaunieši. Tas potenciāli varētu norādīt uz to, kādas riska uzvedības ir visbiežāk izplatītas Latvijas jauniešu vidū, un tas ļautu tālāk veidot pētījumus, kas apskatītu dažādus ar riska uzvedību saistītos mainīgos, kādas saistības pastāv, kas arī tālāk ļautu saprast, ko ir iespējams darīt, lai jaunieši mazāk iesaistītos riskantās uzvedībās.

Apkopojot aprakstīto, var domāt par galvenajiem aspektiem, kas iegūti no šī pētījuma un kas ir tas, ko var uzlabot nākotnē, lai gūtu vēl svarīgu informāciju. Ir novērotas saistības starp dzīvesspēku un riskantu uzvedību, taču, lai pētījumu padarītu veiksmīgāku, tad nākotnē ir ieteiks palielināt izlasi, iegūstot pēc iespējas daudzveidīgākus neheteroseksuālus jauniešus, vēlams izpētīt un dziļāk apskatīt atklāšanās pakāpes nozīmīgumu, iespējams vai nu attīstīt vai izveidot riska uzvedības aptauju, kas spēj novērtēt būtiskākās uzvedības Latvijas jauniešu vidū, padziļināti apskatīt sociālā atbalsta kvalitāti un tā nozīmīgumu saistībā ar riskantu uzvedību.

## SECINĀJUMI

Teorētiskās atziņas liecina, ka labi dzīvespēka un sociālā atbalsta rādītāji var būt būtiski faktori, kas palīdz jauniešiem izvairīties vai nepiedalīties riskantās uzvedībās. Neheteroseksuāli jaunieši ir īpaši nozīmīga indivīdu grupa, jo dažādu faktoru dēļ var būt īpaši pakļauti lielākam riskam: zemam atbalstam no vecākiem, augsts stress, diskriminācija u.c. Tas viss var veicināt jauniešu iesaisti riskantās uzvedībās, piemēram, alkohola vai narkotiku lietošanā.

Tā kā dažādi sociālā atbalsta un dzīvespēka aspekti var būt aizsargājoši pret riskantu uzvedību, tad īpaši nozīmīgi saprast, vai neheteroseksuāliem jauniešiem tas arī darbojas kā aizsargs pret riskantu uzvedību. Šī pētījuma mērķis bija noskaidrot, vai neheteroseksuālu 18-26 gadus vecu jauniešu grupā pastāv saistības starp dzīvespēku, uztverto sociālo atbalstu un riskantu uzvedību, un vai sociālajam atbalstam un dzīvespēkam ir prognozējoša vērtība riskantai uzvedībai.

Pirmā pētījuma hipotēze, kas skaidro, ka ja ir augstāki sociālā atbalsta rādītāji, tad zemāka riskantā uzvedība, neapstiprinājās. Netika atrastas statistiski nozīmīgas saistības starp sociālo atbalstu un riskantu uzvedību. Otrā pētījuma hipotēze, kas skaidro, ka esot augstākam dzīvespēkam būs zemāka riskanta uzvedība, daļēji apstiprinās. Divas dzīvespēka apakšskalās uzrādīja nozīmīgas saistības ar riskantas uzvedības apakšskalu. Negatīvas saistības pastāv starp sevis uztveri, nākotnes uztveri/plānoto nākotni un dumpīgo risku. Tas nozīmē, ka esot augstākiem sevis uztveres un nākotnes uztveres rādītājiem, alkohola, narkotiku lietošanas un smēķēšanas rādītāji samazinās un otrādāk.

Pētījumā tika izvirzīts jautājums, kas centās noskaidrot, cik lielā mērā sociālais atbalsts un dzīvespēks spēj prognozēt riskantu uzvedību. Iegūtie pētījuma rezultāti liecina, ka neheteroseksuāliem jauniešiem šajā izlasē sociālais atbalsts un dzīvespēks neprognozē riskantu uzvedību.

Kopumā var secināt, ka neheteroseksuālu jauniešu vidū sociālais atbalsts nespēlē būtisku lomu saistībā ar riskantu uzvedību. Dzīvespēka sevis uztveres un nākotnes uztveres apakšskalām ir saistība ar dumpīgo risku, taču kopumā sociālais atbalsts un dzīvespēks būtiski nesaistās un neprognozē riskantu neheteroseksuālu jauniešu uzvedību.

## IZMANTOTĀS LITERATŪRAS SARAKSTS

- Almack, K., Seymour, J., & Bellamy, G. (2010). Exploring the Impact of Sexual Orientation on Experiences and Concerns about End of Life Care and on Bereavement for Lesbian, Gay and Bisexual Older People. *Sociology*, 44(5), 908–924. <https://doi.org/10.1177/0038038510375739>
- American Psychological Association. (2020). *APA Dictionary of Psychology*. Dictionary.apa.org. <https://dictionary.apa.org/social-support>
- American Psychological Association. (2022). *APA Dictionary of Psychology*. Dictionary.apa.org. <https://dictionary.apa.org/resilience>
- Anil, A., & Raveendran, R. (2022). Perceived Social Support and Internalized Homophobia among Lesbian, Gay and Bisexual Individuals. *Indian Journal of Mental Health*, 9(2). <https://indianmentalhealth.com/pdf/2022/vol9-issue2/12-OR8.pdf>
- Asakura, K. (2016). Extraordinary Acts to “Show Up”: Conceptualizing Resilience of LGBTQ Youth. *Youth & Society*, 51(2), 268–285. <https://doi.org/10.1177/0044118x16671430>
- Asakura, K., & Craig, S. L. (2014). “It Gets Better” ... but How? Exploring Resilience Development in the Accounts of LGBTQ Adults. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 24(3), 253–266. <https://doi.org/10.1080/10911359.2013.808971>
- Banstola, R. S., Ogino, T., & Inoue, S. (2020). Self-esteem, perceived social support, social capital, and risk-behavior among urban high school adolescents in Nepal. *SSM - Population Health*, 11, 100570. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2020.100570>
- Berg, R. C., Munthe-Kaas, H. M., & Ross, M. W. (2015). Internalized Homonegativity: A Systematic Mapping Review of Empirical Research. *Journal of Homosexuality*, 63(4), 541–558. <https://doi.org/10.1080/00918369.2015.1083788>

- Button, D. M., O'Connell, D. J., & Gealt, R. (2012). Sexual Minority Youth Victimization and Social Support: The Intersection of Sexuality, Gender, Race, and Victimization. *Journal of Homosexuality*, 59(1), 18–43. <https://doi.org/10.1080/00918369.2011.614903>
- Casey, B. J., Jones, R. M., & Somerville, L. H. (2011). Braking and Accelerating of the Adolescent Brain. *Journal of Research on Adolescence*, 21(1), 21–33. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2010.00712.x>
- Colpitts, E., & Gahagan, J. (2016). The utility of resilience as a conceptual framework for understanding and measuring LGBTQ health. *International Journal for Equity in Health*, 15(1). <https://doi.org/10.1186/s12939-016-0349-1>
- Craig, S. L., McInroy, L., McCready, L. T., & Alaggia, R. (2015). Media: A Catalyst for Resilience in Lesbian, Gay, Bisexual, Transgender, and Queer Youth. *Journal of LGBT Youth*, 12(3), 254–275. <https://doi.org/10.1080/19361653.2015.1040193>
- Dewaele, A., Cox, N., Van den Berghe, W., & Vincke, J. (2011). Families of Choice? Exploring the Supportive Networks of Lesbians, Gay Men, and Bisexuals<sup>1</sup>. *Journal of Applied Social Psychology*, 41(2), 312–331. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2010.00715.x>
- Duell, N., Steinberg, L., Icenogle, G., Chein, J., Chaudhary, N., Di Giunta, L., Dodge, K. A., Fanti, K. A., Lansford, J. E., Oburu, P., Pastorelli, C., Skinner, A. T., Sorbring, E., Tapanya, S., Uribe Tirado, L. M., Alampay, L. P., Al-Hassan, S. M., Takash, H. M. S., Bacchini, D., & Chang, L. (2017). Age Patterns in Risk Taking Across the World. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(5), 1052–1072. <https://doi.org/10.1007/s10964-017-0752-y>
- Fish, J. N., & Pasley, K. (2015). Sexual (Minority) Trajectories, Mental Health, and Alcohol Use: A Longitudinal Study of Youth as They Transition to Adulthood. *Journal of Youth and Adolescence*, 44(8), 1508–1527. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0280-6>

- Flanders, C. E., Shuler, S. A., Desnoyers, S. A., & VanKim, N. A. (2019). Relationships Between Social Support, Identity, Anxiety, and Depression Among Young Bisexual People of Color. *Journal of Bisexuality*, *19*(2), 253–275. <https://doi.org/10.1080/15299716.2019.1617543>
- Grant, J. E., & Potenza, M. N. (2006). Sexual orientation of men with pathological gambling: prevalence and psychiatric comorbidity in a treatment-seeking sample. *Comprehensive Psychiatry*, *47*(6), 515–518. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2006.02.005>
- Gullone, E., Moore, S., Moss, S., & Boyd, C. (2000). The Adolescent Risk-Taking Questionnaire. *Journal of Adolescent Research*, *15*(2), 231–250. <https://doi.org/10.1177/0743558400152003>
- Hamme Peterson, C., Buser, T. J., & Westburg, N. G. (2010). Effects of Familial Attachment, Social Support, Involvement, and Self-Esteem on Youth Substance Use and Sexual Risk Taking. *The Family Journal*, *18*(4), 369–376. <https://doi.org/10.1177/1066480710380546>
- Herrman, H., Stewart, D. E., Diaz-Granados, N., Berger, E. L., Jackson, B., & Yuen, T. (2011). What is resilience? *Canadian Journal of Psychiatry. Revue Canadienne de Psychiatrie*, *56*(5), 258–265. <https://doi.org/10.1177/070674371105600504>
- Hjemdal, O., Friborg, O., Stiles, T. C., Rosenvinge, J. H., & Martinussen, M. (2006). Resilience predicting psychiatric symptoms: a prospective study of protective factors and their role in adjustment to stressful life events. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, *13*(3), 194–201. <https://doi.org/10.1002/cpp.488>
- Ingham, C. F. A., Eccles, F. J. R., & Armitage, J. R. (2017). Non-heterosexual women’s experiences of informal social support: A qualitative metasynthesis. *Journal of Gay & Lesbian Social Services*, *29*(2), 109–143. <https://doi.org/10.1080/10538720.2017.1295413>
- Ioannou, M., Kassianos, A. P., & Symeou, M. (2019). Coping With Depressive Symptoms in Young Adults: Perceived Social Support Protects Against Depressive Symptoms Only Under Moderate Levels of Stress. *Frontiers in Psychology*, *9*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02780>

- Jordan, K. M., & Deluty, R. H. (1998). Coming Out for Lesbian Women. *Journal of Homosexuality*, 35(2), 41–63. [https://doi.org/10.1300/j082v35n02\\_03](https://doi.org/10.1300/j082v35n02_03)
- Kittle, K. R., Boerner, K., Kim, K., & Fredriksen-Goldsen, K. I. (2022). Social Resource Variations Among LGBT Middle-Aged and Older Adults: The Intersections of Sociodemographic Characteristics. *The Gerontologist*. <https://doi.org/10.1093/geront/gnac021>
- Lunn, M. R., Cui, W., Zack, M. M., Thompson, W. W., Blank, M. B., & Yehia, B. R. (2017). Sociodemographic Characteristics and Health Outcomes Among Lesbian, Gay, and Bisexual U.S. Adults Using Healthy People 2020 Leading Health Indicators. *LGBT Health*, 4(4), 283–294. <https://doi.org/10.1089/lgbt.2016.0087>
- McCabe, S. E., West, B. T., Hughes, T. L., & Boyd, C. J. (2013). Sexual orientation and substance abuse treatment utilization in the United States: Results from a national survey. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 44(1), 4–12. <https://doi.org/10.1016/j.jsat.2012.01.007>
- McConnell, E. A., Birkett, M., & Mustanski, B. (2016). Families Matter: Social Support and Mental Health Trajectories Among Lesbian, Gay, Bisexual, and Transgender Youth. *Journal of Adolescent Health*, 59(6), 674–680. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2016.07.026>
- Meyer, I. H. (1995). Minority Stress and Mental Health in Gay Men. *Journal of Health and Social Behavior*, 36(1), 38. <https://doi.org/10.2307/2137286>
- Meyer, I. H. (2003). Prejudice, Social stress, and Mental Health in lesbian, gay, and Bisexual populations: Conceptual Issues and Research evidence. *Psychological Bulletin*, 129(5), 674–697. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.5.674>
- Meyer, I. H. (2015). Resilience in the study of minority stress and health of sexual and gender minorities. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 2(3), 209–213. <https://doi.org/10.1037/sgd0000132>

- National Institute on Drug Abuse. (2017, September 5). *Substance Use and SUDs in LGBTQ\* Populations*. National Institute on Drug Abuse. <https://nida.nih.gov/research-topics/substance-use-suds-in-lgbtq-populations>
- Pollitt, A. M., Muraco, J. A., Grossman, A. H., & Russell, S. T. (2017). Disclosure Stress, Social Support, and Depressive Symptoms Among Cisgender Bisexual Youth. *Journal of Marriage and Family*, 79(5), 1278–1294. <https://doi.org/10.1111/jomf.12418>
- Prince-Embury, S. (2015). Risk Behavior and Personal Resiliency in Adolescents. *Canadian Journal of School Psychology*, 30(3), 209–217. <https://doi.org/10.1177/0829573515577601>
- Rainbow Europe Map and Index*. (2023, May 11). <https://www.ilga-europe.org/report/rainbow-europe-2023>
- Reininger, B. M., Pérez, A., Aguirre Flores, M. I., Chen, Z., & Rahbar, M. H. (2012). Perceptions of Social Support, Empowerment and Youth Risk Behaviors. *The Journal of Primary Prevention*, 33(1), 33–46. <https://doi.org/10.1007/s10935-012-0260-5>
- Şahin, D. S., Özer, Ö., & Yanardağ, M. Z. (2019). Perceived social support, quality of life and satisfaction with life in elderly people. *Educational Gerontology*, 45(1), 69–77. <https://doi.org/10.1080/03601277.2019.1585065>
- Siedlecki, K. L., Salthouse, T. A., Oishi, S., & Jeswani, S. (2013). The Relationship Between Social Support and Subjective Well-Being Across Age. *Social Indicators Research*, 117(2), 561–576. <https://doi.org/10.1007/s11205-013-0361-4>
- Strawbridge, R. J., Ward, J., Lyall, L. M., Tunbridge, E. M., Cullen, B., Graham, N., Ferguson, A., Johnston, K. J. A., Lyall, D. M., Mackay, D., Cavanagh, J., Howard, D. M., Adams, M. J., Deary, I., Escott-Price, V., O'Donovan, M., McIntosh, A. M., Bailey, M. E. S., Pell, J. P., & Harrison, P. J. (2018). Genetics of self-reported risk-taking behaviour, trans-ethnic consistency and relevance

to brain gene expression. *Translational Psychiatry*, 8(1). <https://doi.org/10.1038/s41398-018-0236-1>

Thöni, C., Eisner, L., & Hässler, T. (2022). Not straight enough, nor queer enough: Identity denial, stigmatization, and negative affect among bisexual and pansexual people. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*. <https://doi.org/10.1037/sgd0000606>

Travers, M., Murray, L., & Kull, M. (2020). Sexual health and Risk-Taking behaviors among New York city high school students: variation by sexual orientation and gender identity status. *Journal of LGBT Youth*, 19(3), 1–19. <https://doi.org/10.1080/19361653.2020.1795776>

Underwood, J. M., Brener, N., Thornton, J., Harris, W. A., Bryan, L. N., Shanklin, S. L., Deputy, N., Roberts, A. M., Queen, B., Chyen, D., Whittle, L., Lim, C., Yamakawa, Y., Leon-Nguyen, M., Kilmer, G., Smith-Grant, J., Demissie, Z., Jones, S. E., Clayton, H., & Dittus, P. (2020). Overview and Methods for the Youth Risk Behavior Surveillance System — United States, 2019. *MMWR Supplements*, 69(1), 1–10. <https://doi.org/10.15585/mmwr.su6901a1>

Ungar, M. (2011). The social ecology of resilience: addressing contextual and cultural ambiguity of a nascent construct. *The American Journal of Orthopsychiatry*, 81(1), 1–17. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.2010.01067.x>

van Hoorn, J., van Dijk, E., Meuwese, R., Rieffe, C., & Crone, E. A. (2014). Peer Influence on Prosocial Behavior in Adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 26(1), 90–100. <https://doi.org/10.1111/jora.12173>

Verster, J., de Haan, L., Kuipers, E., Kuerten, Y., van Laar, M., & Olivier, B. (2011). The RT-18: a new screening tool to assess young adult risk-taking behavior. *International Journal of General Medicine*, 4, 575. <https://doi.org/10.2147/ijgm.s23603>

- Veselska, Z., Geckova, A. M., Orosova, O., Gajdosova, B., van Dijk, J. P., & Reijneveld, S. A. (2009). Self-esteem and resilience: The connection with risky behavior among adolescents. *Addictive Behaviors, 34*(3), 287–291. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2008.11.005>
- Watson, R. J., Grossman, A. H., & Russell, S. T. (2016). Sources of Social Support and Mental Health Among LGB Youth. *Youth & Society, 51*(1), 30–48. <https://doi.org/10.1177/0044118x16660110>
- Wizła, M., Glica, A., Gola, M., & Lewczuk, K. (2022). The relation of perceived social support to compulsive sexual behavior. *Journal of Psychiatric Research, 156*, 141–150. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2022.10.021>
- Wright, E. R., & Perry, B. L. (2006). Sexual Identity Distress, Social Support, and the Health of Gay, Lesbian, and Bisexual Youth. *Journal of Homosexuality, 51*(1), 81–110. [https://doi.org/10.1300/j082v51n01\\_05](https://doi.org/10.1300/j082v51n01_05)
- Yang, Y., Li, M., & Lin, H.-C. (2019). Parental Rejection, Resilience, and Health-risk Behavior in Emerging Adults. *American Journal of Health Behavior, 43*(5), 898–911. <https://doi.org/10.5993/ajhb.43.5.3>
- Zakiei, A., Norouzi, E., Ghasemi, S. R., Komasi, S., Rostampour, M., & Khazaie, H. (2022). Controlling risky behavior associated with AIDS: the role of social support, family functioning, self-efficacy and AIDS risk perception. *BMC Psychology, 10*(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00839-z>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment, 52*(1), 30–41. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2)
- Zuckerman, M., & Kuhlman, D. M. (2000). Personality and Risk-Taking: Common Bisocial Factors. *Journal of Personality, 68*(6), 999–1029. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.00124>

Bakalaura darbs „Sociālā atbalsta un dzīvesspēka saistība ar riskantu uzvedību 18-26 gadus veciem neheteroseksuāliem jauniešiem” izstrādāts LU Pedagoģijas, psiholoģijas un mākslas fakultātē.

Ar savu parakstu apliecinu, ka pētījums veikts patstāvīgi, izmantoti tikai tajā norādītie informācijas avoti un iesniegtā darba elektroniskā kopija atbilst izdrukai.

Autors: Linda Klāra Pickēna

Rekomendēju/nerekomendēju darbu aizstāvēšanai

Vadītāja: profesore Dr. psych., asoc. prof. Ieva Stokenberga 17.05.2023.

Recenzents: Dr. psych., asoc. prof. Ieva Bite

Darbs iesniegts Psiholoģijas nodaļā 18.05.2023.

Dekāna pilnvarotā persona: metodiķe Zane Krezevska

Darbs aizstāvēts bakalaura gala pārbaudījuma komisijas sēdē

29.05.2023. prot. Nr.

Komisijas sekretāre: docente Evija Strika