

LATVIJAS UNIVERSITĀTE
PEDAGOGIJAS, PSIHOLOĢIJAS UN MĀKSLAS FAKULTĀTE
PSIHOLOĢIJAS NODAĻA

**JAUNIEŠU PAŠEFEKTIVITĀTES UN
APMIERINĀTĪBAS AR DZĪVI SAISTĪBA AR
VARDARBĪBAS PIEREDZI BĒRNĪBĀ**

MAGISTRA DARBS

Autors: **Ivars Koškins**

Studenta apliecības Nr.: ik09238

Darba vadītāja: profesore Dr. psych. Sandra Beatrice Sebre

RĪGA 2016

ANOTĀCIJA

Pētījuma mērķis bija noskaidrot, kādas ir saistības starp pašefektivitāti, apmierinātību ar dzīvi un vardarbības pieredzi bērnībā.

Pētījumā piedalījās 169 jaunieši (131 sieviete, 38 vīrieši) vecumā no 19 līdz 25 gadiem, vidējais vecums – 21,53 ($SD = 1,85$) gadi, kuri pašlaik studē dažādas izglītības iestādēs (universitāte, institūts, koledža, tehnikums, arodskola) un dzīvo dažādās Latvijas pilsētās. Datu ievākšanai tika izmantotas šādas metodes: Bērnības traumas aptauja (Childhood Trauma Questionnaire, Bernstein & Fink, 1998), Apmierinātības ar dzīvi skala (Satisfaction With Life Scale, Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985), Vispārēja pašefektivitātes aptauja (General Self-Efficacy Scale, Schwarzer, & Jerusalem, 1995).

Pētījuma rezultāti rāda, ka pastāv statistiski nozīmīga pozitīva korelācija starp apmierinātību ar dzīvi un pašefektivitāti, kā arī apmierinātība ar dzīvi korelē ar atbalstošo vecāku audzināšanu. Var novērot pozitīvu korelāciju starp pašefektivitāti un atbalstošo vecāku audzināšanu. Savukārt negatīva saistība ir starp apmierinātību ar dzīvi un bērnības vardarbības pieredzes apakšskalām (fizisko, emocionālo, un seksuālo vardarbību). Regresijas analīzes rezultāti rāda, ka pašefektivitāti prognozē apmierinātība ar dzīvi, dzimums, atbalstošā vecāku audzināšana, emocionālā vardarbība un fiziskā vardarbība. Savukārt pašefektivitāti prognozē dzimums, kā arī atbalstošā vecāku audzināšana tendenču līmenī.

Atslēgas vārdi: jaunieši, pašefektivitāte, apmierinātība ar dzīvi, vardarbības pieredze bērnībā

ABSTRACT

This study examined the associations between youth self-efficacy, life satisfaction and experience of childhood abuse.

The participants in this study were 169 youths (131 female and 38 male), ages from 19 to 25 years old, mean age 21,53 years ($SD = 1,85$), studying in various educational institutions (university, institute, college, technical school, vocational school) and living in different Latvian cities.

Participants completed the Childhood Trauma Questionnaire (Bernstein & Fink, 1998), Satisfaction with Life Scale (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985), and General Self-Efficacy Scale (Schwarzer, & Jerusalem, 1995).

Generally the results indicate a positive correlation between life satisfaction and self-efficacy, and positive correlation between life satisfaction and supportive parenting. The results show a positive association between self-efficacy and supportive parenting. There were found negative correlations between life satisfaction and experience of childhood abuse (physical, emotional, and sexual abuse). Regression analyses results indicated that self-efficacy is predicted by life satisfaction, gender, supportive parenting, emotional abuse and physical abuse. Life satisfaction is predicted by gender and at the tendency level by supportive parenting.

Key words: youth, self-efficacy, life satisfaction, experience of childhood abuse

SATURS

| | |
|--|----|
| Teorētiskā daļa..... | 5 |
| Pašefektivitātes jēdziens | 7 |
| Pašefektivitātes avoti..... | 7 |
| Jauniešu pašefektivitāte..... | 8 |
| Apmierinātība ar dzīvi kā subjektīvas labklājības kognitīvais komponents..... | 10 |
| Poziīvas un negatīvas emocijas kā subjektīvas labklājības afektīvais komponents | 11 |
| Apmierinātība ar dzīvi un atsevišķām dzīves sfērām kā subjektīvas labklājības kognitīvais komponents | 12 |
| Jauniešu apmierinātība ar dzīvi..... | 13 |
| Vardarbības pieredze bērībā | 14 |
| Bērībā piedzīvotās vardarbības sekas..... | 15 |
| Bērībā vardarbības pieredzes saistība ar pašefektivitāti un apmierinātību ar dzīvi.... | 17 |
| Metodes | 21 |
| Pētījuma dalībnieki | 21 |
| Pētījuma instrumentārijs | 21 |
| Pētījuma procedūra | 22 |
| Rezultāti..... | 23 |
| Diskusija..... | 27 |
| Secinājums..... | 31 |
| Izmantotās literatūras un avotu saraksts | 32 |
| Pielikumi..... | 40 |
| 1. pielikums. Pētījuma shēma..... | 40 |

TEORĒTISKĀ DAĻA

Mūsdienās jauniešu vecums ir īpaši svarīgs dzīves posms, kad indivīdiem, pabeidzot vidusskolu, ir jāizvēlas savs dzīves ceļš, veiksmīgi jāintegrējas sabiedrībā. Sakarā ar to, mainās sociālās prasības pret jauniešiem, kā arī šajā periodā notiek viņu personības un pasaules uzskata veidošanās. Tas ir laiks studijām augstākās izglītības iestādēs, darbam, ģimenes veidošanai. Šajā posmā jauniešiem ir svarīgi pielietot zināšanas, prasmes, iemaņas, ko ir ieguvuši bērnībā, lai spētu dzīvot patstāvīgi labklājībā, pieņemt lēmumus, saskarties un pārvarēt grūtus uzdevumus un gūt noteiktus sasniegumus savā dzīvē. Tomēr nereti jaunieši bērnībā ir piedzīvojuši vardarbību vai ir dzīvojuši vardarbīgā vidē, kas negatīvi var ietekmēt turpmāko attīstību, dzīves vērtību un uzskatu veidošanu, kā arī priekšstatus par turpmāko dzīvi. Tādēļ rodas jautājums, vai vardarbības pieredze bērnībā ir saistīta arī ar jauniešu pašefektivitāti un apmierinātību ar dzīvi.

Jauniešiem spēcīga pašefektivitātes pārliecība ir īpaši svarīga akadēmiskajā un sociālajā jomā, piemēram, lai pretotos negatīvai vienaudžu ietekmei. Akadēmiskajā jomā jaunieši pievērš uzmanību saviem akadēmiskajiem sasniegumiem un to ietekmei uz nākotni. Sociālajā jomā jaunieši pievērš uzmanību savam statusam sociālajās attiecībās, kur noteicošā loma ir sociālajai identitātei, kas ir svarīgāka par fizisko, intelektuālo, morālo pašuztveri. Jāmin arī tas, ka ļoti liela nozīme ir vienaudžu ietekmei uz jauniešiem - jo īpaši tad, kad notiek iesaistīšana agresīvā uzvedībā vai arī atkarību izraisošo vielu lietošanā, vai citās darbībās, kas var novest pie nepatīkšanām (Mileviciute et al., 2014).

Pēc Eiropas statistikas datu bāzes Eurostat 2013. gada datiem Latvijas jauniešiem ir vieni no zemākajiem globālās apmierinātības ar dzīvi rādītājiem, salīdzinot ar pārējiem jauniešiem ES dalībvalstīs (Eurostat, 2013).

Apmierinātība ar dzīvi ir saistīta ar cilvēka fizisko un garīgo (*mental*) veselību un, šķiet, ir galvenais un noteicošais laimes faktors visas dzīves mūža garumā (Diener & Chan, 2011). Lai pētītu apmierinātību ar dzīvi, jauniešiem īpaši svarīgs ir posms vecumā no 18 līdz 25 gadiem, jo cilvēku labklājības globālie vērtējumi sāk pasliktināties vairāk tieši šajā vecumposmā, nekā jebkurā citā pieauguša cilvēka dzīves laikā. (Stone, Schwartz, Broderick, & Deaton, 2010, kā minēts Maher et al., 2013).

Vardarbība pret bērnu ir ļoti aktuāla problēma Latvijā. Centrālās statistikas pārvaldes (www.csb.gov.lv) dati liecina, ka no vardarbības (emocionālās, fiziskās, seksuālās) cietušo bērnu sociālā rehabilitācija 2014. gadā tika veikta 2142 bērniem, 2012. gadā – 2738 bērniem, savukārt 2013. gadā – 2035 bērniem. Turklāt, ne visi vardarbībā cietušie bērni ir oficiāli reģistrēti, tādēļ var secināt, ka šīs problēmas mērogi ir daudz lielāki. Starpkulturālā pētījumā,

kas tika veikts bijušo komunisma bloka valstu 4. un 7. klases skolēnu vidū, tika konstatēts, ka 33% no Latvijas bērniem ir norādījuši, ka ir cietuši no emocionālās un/vai fiziskās vardarbības (Sebre et al., 2004).

Savā maģistra darbā darba autors vēlas pievērst uzmanību jauniešiem, kuri ir cietuši no vardarbības bērnībā, un tās negatīvās pieredzes saistību ar apmierinātību ar dzīvi un pašefektivitāti.

PAŠEFEKTIVITĀTES JĒDZIENS

Bandura (Bandura, 1994) ir definējis, ka pašefektivitāte ir attiecināma uz cilvēku spriedumu par savām spējām sekmīgi veikt uzdevumu, lai gūtu noteiktus sasniegumus. Tas ir novērtējums, kas cilvēkiem palīdz apzināt savas kompetences, lai paveiktu, kādu noteiktu uzdevumu (Pajares & Miller, 1994). Tas indivīdiem rada izjūtu, ka viņi spēj kontrolēt to, kas notiek apkārtējā vidē (Bandura, 1997, kā minēts Yeo & Tan 2012).

Stipra pašefektivitātes izjūta uzlabo cilvēka darbību un personīgo labklājību daudzos veidos. Cilvēki ar lielu pārliecību par savām spējām uztver sarežģītus uzdevumus kā izaicinājumus, ko pārvarēt, nevis kā draudus, no kā izvairīties. Šāda pašefektivitātes pārliecība veicina interesi un iedziļināšanos savās aktivitātēs. Cilvēki ar pašefektivitāti sev izvirza izaicinošus mērķus un saglabā lielu apņemšanos tos izpildīt. Neveiksmes priekšā viņi palielina un stiprina savus centienus. Viņi ātri atgūst savu pašefektivitātes izjūtu, saskaroties ar neveiksmēm vai šķēršļiem. Viņi attiecina neveiksmes uz nepietiekamām pūlēm vai nepietiekamām zināšanām un prasmēm, kas ir nepieciešamas. Viņi uztver draudīgas situācijas ar pārliecību, ka viņi var tās kontrolēt. Šāda pašefektivitātes pārliecība veicina personas sasniegumus, samazina stresu un samazina depresijas iespējamību (Bandura, 1994).

Pilnīgi pretēji ir ar cilvēkiem, kuri šaubās par savām spējām, izvairās no sarežģītiem uzdevumiem, kurus viņi saskata kā personiskus draudus. Viņiem ir minimāla centība un vāja apņemšanās sasniegt savus izvirzītos mērķus. Saskaroties ar sarežģītiem uzdevumiem, viņi fokusējas uz saviem trūkumiem, šķēršļiem, ar kuriem viņi saskarsies, un dažādiem iespējamajiem nelabvēlīgiem iznākumiem tā vietā, lai koncentrētos uz to, kā to uzdevumu veiksmīgi paveikt. Saskaroties ar grūtībām, viņi samazina savas pūles un ātri padodas. Pēc neveiksmēm viņi lēnām atgūst savu efektivitātes sajūtu (Bandura, 1994).

Pašefektivitātes avoti

Sociāli kognitīvā teorija (Bandura, 1994) piedāvā četrus galvenos pašefektivitātes pārliecības attīstības avotus.

Pirmkārt, tiešā pieredze attiecas uz to, ka persona jau iepriekš veiksmīgi ir izpildījusi kādu uzdevumu, tādējādi veidojot autentisku pierādījumu par savām spējām veikt līdzīgus uzdevumus nākotnē. Tādējādi, tiešā pieredze ir tā, ko bieži uzskata par spēcīgāku pašefektivitātes pārliecības avotu (Bandura, 1997, kā minēts Yeo & Tan 2012).

Otrkārt, netiešā pieredze attiecas uz to, kā citi indivīdi novēro citus, kuri sekmīgi veic sarežģītu uzdevumu. Tiek pieņemts, ka šādi novērojumi palielina pašefektivitāti, jo tiek iedarbināti sociālās modelēšanas procesi (Bandura, 1997, kā minēts Yeo & Tan 2012).

Iepriekšējie pētījumi atklāja, ka pieaugušie uzskata, ka netiešās pieredzes (parauga vai piemēra) trūkums var būt kā šķērslis iesaistīties regulārā fiziskā aktivitātē (Allender, Cowburn, & Foster, 2006). Līdzīgi, eksperimentālajos pētījumos ir atklāts, ka fiziskās aktivitātes pašefektivitāti var uzlabot netiešā pieredze, novērojot citu pozitīvos piemērus (Ashford et al., 2010).

Treškārt, citu verbālais pamudinājums vai iedrošinājums var palīdzēt pārliecināt cilvēku par viņa vai viņa spējām sekmīgi veikt uzdevumu. Saskaņā ar Banduru (Bandura, 1997, kā minēts Yeo & Tan 2012), šis process var būt pašefektivitātes avots, bet tiek pieņemts, ka tā ietekme ir maznozīmīgāka, nekā tiešā un netiešā pieredze ar veiksmi. Millers un kolēģi (Millers et al., 2007) uzskata, ka mēģinājumi citus iedrošināt par viņu spējām, var tikt uzskatīti par kontroli vai spiedienu. Ir pētījumi, kas rāda, ka verbālais pamudinājums nav saistīts vai arī tam ir negatīva ietekme uz fizisko aktivitāti (Stephens et al., 2013) un pašefektivitāti (Ashford et al., 2010). Citi pētījumi rāda, ka pamudinājums veicina pašefektivitāti, ja pamudinājums ir apvienots ar tiešo pieredzi (Wise & Trunnell, 2001). Šis pašefektivitātes avots var iekļaut gan citu pamudinājumu, gan pozitīvu pašmotivāciju vai sevis pamudināšanu, kas tiek atzīts par uzticamu pašefektivitātes avotu noteiktās sfērās (Hatzigeorgiadis, Zourbanos, Goltsios, & Theodorakis, 2008).

Fizioloģiskais un emocionālais stāvoklis tiek uzskatīti par ceturto pašefektivitātes ietekmes avotu (Bandura, 1997, kā minēts Yeo & Tan 2012). Piemēram, ja cilvēks izjūt satraukumu tieši pirms svarīga uzdevuma, to var interpretēt kā nesagatavotību vai vājību, tādējādi pašefektivitāte un veikspēja var tikt traucēta (Conger & Kanungo, 1988, kā minēts Yeo & Tan 2012). Balstoties uz Banduru (Bandura, 1997, kā minēts Yeo & Tan 2012), cilvēki ņem vērā savu vispārējo fizioloģisko stāvokli, piemēram, tādu kā nogurumu, saslimšanu vai ievainojumus, kad viņi apsver savu pārliecību veikt uzdevumu.

Pozitīvas emocijas var ietekmēt pašefektivitāti, ja tās tiek interpretētas kā sagatavotība un pārliecība par savām spējām. Tiek uzskatīts, ka pozitīvo emociju ietekme pirms uzdevuma veikšanas var aktivizēt atmiņas par iepriekšējiem panākumiem un tādējādi veicina pašefektivitāti (Bandura, 1997, kā minēts Yeo & Tan 2012).

Jauniešu pašefektivitāte

Jauniešu pašefektivitāte tiek uzskatīta kā sociāli psiholoģisks mediators starp sociālo atbalstu, ko izjūt jaunieši, un dažādiem emocionāliem, sociāliem un uzvedības rādītājiem, saskaņā ar sociālās organizētības teorijas darbības un izmaiņu principiem. Arī šī brīža pētījumi parāda, ka pašefektivitāte var būt mediators starp sociālo atbalstu un stresu simptomiem. Pētījumi rāda, ka vecāku atbalsts tieši ietekmē jauniešu pašefektivitātes un stresa

līmeni (Solberg & Viliarreal, 1997), kā arī, ka pašefektivitāte ir mediators starp sociālo atbalstu un fizisko aktivitāti (Dishman, Saunders, Motl, Dowda, & Pate, 2009).

Citi pētījumi norāda skaidru saistību starp sociālajām normām un jauniešu pašefektivitāti (Catalano, Berglund, Ryan, Lonczak, & Hawkins, 2004). Piemēram, ģimenes atbalsts var prognozēt pašefektivitāti vidusskolas un koledžas vecuma jauniešiem. Turklāt, ģimenes atbalsts ir saistīts ne tikai ar jaunieša pašefektivitāti, bet arī ar jaunieša nākotnes plāniem saistībā ar skolu un vēlmēm gūt panākumus nākotnē (Nota et al., 2007).

Pētījumi rāda, ka pozitīva ietekme un atbalsts no ģimenes var palielināt personiskos resursus, ieskaitot arī vispārējo pašefektivitāti, un tādējādi jaunieši sevi saskata kā spējīgākus ietekmēt notikumu. Pašefektivitāte ir saistīta ar vispārēju veselīgāku funkcionēšanu, ieskaitot labākas atzīmes. Kopumā jauniešu pētījumi liecina, ka vispārējai pašefektivitātei ir spēcīga ietekme uz jauniešu labklājību. Piemēram, pētījumi rāda, ka jaunieši, kuriem ir augstāka pašefektivitāte, uzrāda mazāku nemieru un sociālo stresu, kā arī mazāk depresīvu simptomu, nekā jaunieši ar zemāku pašefektivitāti (Rudy et al., 2014).

Pašefektivitāte ir saistīta ar virkni svarīgu indikatoru jaunieša adaptācijā. Tādējādi, augstāka pašefektivitāte ir negatīvi saistīta ar svāra/ēšanas problēmām pusaudžu meitenēm (Steele et al., 2011), un pozitīvi saistīta ar veselības pašaprūpes spējām (Nouwen et al., 2009), prosociālo uzvedību (Alessandri et al., 2009) un akadēmiskajiem sasniegumiem (Carroll et al., 2009). Jauniešu pašefektivitātei var piemist mediators efekts starp šķietamiem riska faktoriem un iznākumiem (Farrell et al., 2010), un mediators efekts starp dažādu veidu riska faktoriem un garīgās vai fiziskās veselības rezultātiem (Alvy et al., 2011).

APMIERINĀTĪBA AR DZĪVI KĀ SUBJEKTĪVAS LABKLĀJĪBAS KOGNITĪVAIS KOMPONENTS

Viens no svarīgākajiem jēdzieniem, kas tiek attiecināts uz psiholoģisko veselību, ir subjektīvā labklājība (Diener & Chan, 2011), kas iekļauj šādus komponentus: emocionālās reakcijas - pastiprināts pozitīvais afekts (prieks, optimisms) un minimizēts negatīvais afekts (skumjas, dusmas), kā arī apmierinātība dzīves dažādās sfērās (apmierinātība ar darbu, apmierinātība ar attiecībām), un globālie spriedumi par apmierinātību ar dzīvi (Diener et al., 1999).

Subjektīvās labklājības komponenti bieži tiek savstarpēji aizvietoti viens ar otru, un tie tiek uzskatīti par sinonīmiem jēdzienam 'laime' ("*happiness*") (Seligman, 2002). Par spīti tam, jēdziens 'laime' netiek konsekventi definēts un tiek asociēts ar daudzām dažādām nozīmēm, ieskaitot, hedonisko līmeni, prieku, pozitīvo afektu, apmierinātību ar dzīvi un patīkamību. "Laime" tiek uzskatīta par galveno subjektīvās labklājības līmeņa rādītāju, turpretī apmierinātība ar dzīvi ir vispārējas dzīves kvalitātes subjektīvs novērtējums (Diener, 1995). Apmierinātības ar dzīvi pētījumu rezultāti bieži tiek izmantoti, lai norādītu cilvēka laimes vai nelaiemes izjūtu. Kopumā apmierinātības ar dzīvi pozitīvie vērtējumi ir saistīti ar laimi un 'labas dzīves' sasniegšanu, turpretī apmierinātības ar dzīvi negatīvie izvērtējumi tiek asociēti ar depresiju un neapmierinātību. Turklāt veselīgs psiholoģiskais stāvoklis, tāds kā laime un apmierinātība ar dzīvi, bieži tiek uzskatīts par sociālo un ekonomisko resursu un panākumu blakusproduktiem, par spīti pētījumiem, kas norāda divvirzienu attiecības (Lyubomirsky et al., 2005).

Apmierinātība ar dzīvi ir subjektīvās labklājības kognitīvais aspekts, un tas ir definēts kā indivīda vispārējais viņa/viņas dzīves kvalitātes vērtējums, balstoties uz kritērijiem, ko nosaka pats indivīds (Diener, Inglehart, & Tay, 2013). Apmierinātība ar dzīvi ir saistīta ar apmierinātību, kas rodas no dažādiem indivīda dzīves aspektiem, ieskaitot izklaidi, relaksāciju (Diener, Suh, & Oishi, 1997), mīlestību, ģimeni, draudzību (Suldo & Huebner, 2006). Apmierinātību ar dzīvi ietekmē daudzi faktori, ieskaitot tādus kā ikdienas dzīves bauda, dzīves jēgas apzināšanās, dzīves mērķi, pozitīva individuāla identitāte un sociālās attiecības (Diener et al., 2003).

Atšķirībā no emocionālajiem subjektīvās labklājības komponentiem (patīkama un nepatīkama emocionālā pieredze), ko var ietekmēt mainīgs noskaņojums, apmierinātība ar dzīvi ir ilgstošāks cilvēka dzīves novērtējums, tādējādi tas bieži tiek izmantots kā indivīda subjektīvās labklājības indikators (Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999).

Pētnieki ir pierādījuši, ka apmierinātības ar dzīvi rādītāji pozitīvi korelē ar subjektīvo labklājību (Suldo & Huebner, 2004), pozitīvām savstarpējām attiecībām (Froh et al., 2007), garastāvokļa skaidrību (Extremera, Durán, & Rey, 2009), pozitīvām emocijām (Diener & Seligman, 2002), pašapziņu (Furnham & Cheng, 2000), piedošanu (Maltby, Day, & Barber, 2005), draudzības kvalitāti (Akin & Akin, 2015), līdzjūtību pret sevi (Akin & Akin, 2014), un demokrātisku vecāku attieksmi (Deniz et al., 2013).

Apmierinātības ar dzīvi rādītāji korelē ar plašu pozitīvo personisko, psiholoģisko, sociālo, starppersonu un intrapersonālo rādītāju spektru. Kā piemēru var minēt, ka tie cilvēki, kuriem ir augstāki globālās apmierinātības ar dzīvi rādītāji, dzīvē sasniedz labākus rezultātus, ieskaitot finansiālos panākumus, akadēmiskos panākumus, pozitīvāku pašapziņu, pašefektivitāti, garīgo veselību, atbalstošas attiecības, efektīvu adaptēšanos un pat labāku fizisko veselību un ilgāku dzīves garumu (Gwozdz & Sousa-Poza, 2010).

Apmierinātība ar dzīvi negatīvi korelē ar stresu, depresiju (Schiffirin & Nelson, 2010), riskantu uzvedību un bezpalīdzības izjūtu (Çakar, Tagay, & Karataş, 2015), kā arī zemi apmierinātības ar dzīvi rādītāji un skumjas var prognozēt saslimšanu ar depresiju vai citus psiholoģisko traucējumu pirmsākumus pat divus gadus pirms diagnozes (Lewinsohn et al., 1991).

Iepriekš minētie pētnieki ir norādījuši, ka subjektīvajai laimei ir pozitīva ietekme uz psiholoģisko veselību (Lyubomirsky, King, & Diener, 2005), tomēr nav vienprātības, kā indivīdi kļūst laimīgi (Veenhoven, 1994), jo laimes līmeni ietekmē vairāki objektīvi faktori, tādi kā dzīves notikumi (Lee & Im, 2007), ienākumu līmenis (Takashi & Kobayashi, 2011) un emocijas, domas un uzvedība (Layous, Nelson, & Lyubomirsky, 2012). Tā kā laime ir subjektīva, daži indivīdi jūtas laimīgi par sīkumiem, par spīti sliktiem dzīves apstākļiem un grūtībām, kaut arī citi daudz labākos apstākļos var justies nelaimīgi (Lyubomirsky, 2001).

Pozitīvas un negatīvas emocijas kā subjektīvas labklājības afektīvais komponents

Kā jau iepriekš minēts, subjektīvai labklājībai ir kognitīvais un emocionālais komponents. Kognitīvais komponents nosaka apmierinātības ar dzīvi uztveri. Citiem vārdiem sakot, apmierinātība ar dzīvi ir laimes kognitīvais aspekts. Savukārt emocionālais komponents ietver cilvēku pozitīvās un negatīvās emocijas (Diener & Seligman, 2002).

Pozitīvas emocijas veicina apmierinātību, baudu un dzīves jēgu. Pozitīvie afekti ietver uzticību, interesi, cerību, lepnumu, dzīvesprieku. Savukārt, negatīvie afekti ietver dusmas, naidu, vainas izjūtu, skumjas (Myers & Diener, 1995).

Afektīvo reakciju izpēte var sniegt informāciju par to, kā cilvēki emocionāli novērtē savas dzīves apstākļus un notikumus. Pēdējo gadu pētījumi sociālās izziņas jomā sniedz

eksperimentālus apstiprinājumus arī tam, ka, veidojot spriedumus par apmierinātību ar dzīvi, cilvēki balstās uz savu emocionālo pieredzi (Schwarz & Clore, 2007, kā minēts Upmane, 2010).

Zinātnieki ir pierādījuši, ka saistība starp apmierinātību ar dzīvi un pozitīvo afektu ir nozīmīgāka, nekā starp apmierinātību ar dzīvi un negatīvo afektu. Tomēr šie pētījumi balstās uz vienkāršām korelācijām un tādējādi tas neļauj veikt secinājumus par negatīvā un pozitīvā afekta unikālo ietekmi uz apmierinātību ar dzīvi (Suh et al., 1998, kā minēts Kupens et al., 2006).

Lai arī daudzi pētījumi ir norādījuši, ka šie divi subjektīvās labklājības komponenti ir savstarpēji saistīti, pētījuma rezultāti nav identiski (Diener, 2000). Lukas un kolēģi (Lucas et al., 1996) nodemonstrēja, ka apmierinātība ar dzīvi nevar tikt atdalīta ne no pozitīvā, ne no negatīvā afekta. Dīners ar kolēģiem (Diener, Oishi, & Lucas, 2003) uzskata, ka daudzi pētnieki ir pētījuši tikai vienu subjektīvās labklājības aspektu (piemēram, apmierinātība ar dzīvi), un tādējādi savstarpējā saistība starp kognitīvo un emocionālo subjektīvās labklājības komponentu nav saprotama, īpaši socio-kulturālā līmenī (Pavot & Diener, 2004).

Pētījumi rāda, ka ir pozitīva saistība starp subjektīvo labklājību un cilvēku pozitīvajām emocijām. Turpretī, pastāv negatīva saistība starp subjektīvo labklājību un negatīvām emocijām. Tas nozīmē, ka paaugstinoties pozitīvām emocijām, paaugstinās arī subjektīvās labklājības līmenis. Savukārt paaugstinoties negatīvām emocijām, subjektīvās labklājības līmenis pazeminās (Yilmaz & Arsalan, 2013).

Apmierinātība ar dzīvi un atsevišķām dzīves sfērām kā subjektīvas labklājības kognitīvais komponents

Ja *globālā apmierinātība ar dzīvi* atspoguļo savas dzīves kvalitātes kognitīvo novērtējumu, tad *apmierinātība ar dažādām dzīves sfērām* (domain-specific life satisfaction) atspoguļo kognitīvo novērtējumu par konkrētām, svarīgām dzīves sfērām, tādām kā skola, ģimene un pašu sevi. Šādi novērtējumi ir balstīti uz indivīdu apstākļiem, salīdzinot ar standartiem, ko sev ir noteicis indivīds (Diener et al., 1985, kā minēts Weber & Huebner, 2015). Piemēram, ja globālu apmierinātību ar dzīvi indivīds novērtē kopumā, piemēram, “Man ir laba dzīve”, tad apmierinātību ar dažādām dzīves sfērām indivīds novērtē konkrētus dzīves aspektus, piemēram, “Man ir laba ģimenes dzīve” (Weber & Heubner, 2015).

Kummins (Cummins, 1996, kā minēts Upmane, 2010), pamatojoties uz pētījumu, šķir 7 dažādas dzīves sfēras – produktivitāte, intimitāte, drošība sabiedrībā, veselība, emocionālā labklājība un materiālā labklājība. Vēlāk Argails (Argyle, 2001, kā minēts Upmane, 2010) piemin darbu, sociālās attiecības, atpūtu, naudu, ģimeni un mājokli. Tomēr dažādu dzīves

sfēru skaits ir ļoti plašs un neierobežots, tāpēc pētnieki uzsver dažādas dzīves sfēras, vadoties pēc saviem pētījuma mērķiem, nevienojoties par kādu universālu kategorizēšanas shēmu.

Indivīdi var uzrādīt augstu apmierinātību vienā jomā un zemu citā. Indivīdu rādītāji dažādās jomās rāda atšķirīgus mainīgus korelācijas modeļus. Piemēram, zinātnieki novēroja, ka jauniešu apmierinātība ar ģimenes dzīvi (ne globālā apmierinātība ar dzīvi) ir nozīmīgi saistīta ar nedalītu (abi vecāki dzīvo kopā) ģimenes struktūru (Antaramin, Huebner, & Valois, 2008, kā minēts Weber & Huebner, 2015). Citi pētījumi rāda, ka apmierinātība ar skolas pieredzi ir cieši saistīta ar skolotāja – studenta labām attiecībām, savukārt globālā apmierinātība ar dzīvi ir cieši saistīta ar skolotāju – ģimenes labām attiecībām (Weber & Huebner, 2015).

Jauniešu apmierinātība ar dzīvi

Jaunieši piedzīvo vairākas vienlaicīgas izmaiņas visos dzīves aspektos. Šajā attīstības periodā jaunieši vairāk uzmanības pievērš savas personības izpētei. Viņi kļūst mobili un vairāk neatkarīgi no vecākiem, ka arī viņiem raksturīga pieaugušo lomu pieņemšana, kas attiecas uz nākotnes karjeras izvēli, svarīgu lēmumu pieņemšanu profesionālajā jomā un ģimenes veidošanā (Settersten, Fustenberg, & Rumbaut, 2005, kā minēts Çakar, 2012).

Saskaņā ar Eriksonu (Erikson, 1968, kā minēts Çakar, 2012), indivīda pamata attīstības uzdevums agrīnā pieaugušo periodā ir pārvarēt “intimitāte pret izolāciju” krīzi. Veselīgiem indivīdiem jābūt spējīgiem sasniegt tuvību un intimitāti ar mīlestības palīdzību, citādi viņi cieš no izolācijas izjūtām, un rezultātā viņiem būs tikai sekla, nepilnvērtīga attiecība ar cilvēkiem. Jauniešiem ir jāpielāgojas jauniem dzīves modeļiem, jaunām sociālām gaidām un jaunām lomām. Tiem ir jāizstrādā jaunas vērtības, intereses un attieksmes, kas ir vērsti uz šīm lomām.

Daži pētījumi rāda, ka veiksmīga jauniešu attīstības uzdevumu sasniegšana un pārvaldīšana ir saistīta ar laimi un veiksmīgas dzīves izjūtu (Martikainen, 2009).

Citi pētījumi rāda, ka jauniešu apmierinātības ar dzīvi līmeni paaugstina labs darbs, bērnu piedzimšana, pozitīvie dzīves notikumi, veselība, ienākumi (Easterlin, 2006, kā minēts Çakar, 2012). Savukārt, jauniešiem, kuri sekmīgi pabeiguši attīstības uzdevumus darbā, attiecībās un pilsonības jomā, ir augstāks apmierinātības ar dzīvi modelis, nekā tiem, kuri bija mazāk veiksmīgi, pabeidzot šos uzdevumus (Shulenberg et al., 2004, kā minēts Çakar, 2012).

VARDARBĪBAS PIEREDZE BĒRNĪBĀ

Vardarbībai un nolaidībai pret bērnu ir vairāki skaidrojumi, kuru pamatā ir vairāki politiski un socio-kulturāli faktori, kas raksturīgi tai sabiedrības daļai, kur rodas šī vardarbība un nolaidība. Tādējādi vardarbība un nolaidība pret bērnu nav fenomens, kuru var viegli definēt vai novērtēt (Corby, 2006). Tas nozīmē, ka vardarbība pret bērnu un nolaidība nav viennozīmīgi definējama, ja netiek ņemts vērā socio-kulturālais konteksts, kas to ietekmē. Tas, kas tiek uzskatīts par vardarbību vai nolaidību vienā sabiedrībā, tas var šķist pieņemams citai. Piemēram, Eiropā sieviešu apdraudēšana tiek saskatīta kā vardarbība un tā ir nelegāla Eiropas Savienības dalībvalstīs, bet tā ir pieņemama lielai sabiedrības daļai daudzās citās vietās pasaulē (Chanine, 2014).

Pasaules Veselības Organizācija (turpmāk tekstā - PVO) sadarbībā ar vairākām institūcijām, kuru darbība ir saistīta ar pret bērniem vērstas vardarbības mazināšanu, 1999. gadā definēja, ka vardarbība pret bērniem ir visa veida fiziska un/vai emocionāla ļaunprātīga izturēšanās, seksuāla vardarbība, bērnu nepieskatīšana vai nolaidīga izturēšanās, komerciāla vai cita veida ekspluatācija, kas atbildības, uzticības vai varas attiecību kontekstā nodara faktisku vai potenciālu ļaunumu bērna veselībai, izdzīvošanai un pašcieņas veidošanai. Vardarbību pret bērnu iedala četros veidos: *fiziska*, *seksuāla*, *emocionāla* un *nolaidība* jeb *atstāšana novārtā* (Krug et al., 2002).

Fiziskā vardarbība - apzināti izraisa nopietnus fiziskus bojājumus. Visbiežāk sastopamie fiziskās vardarbības pret bērnu veidi ir šādi: sišana ar rokām vai dažādiem priekšmetiem (pagali, vadu, dēli, striķi utt.), piekaušana, mešana, grūšana vai grūstīšana, purināšana, sviešana, žņaugšana, slīcināšana, knaibīšana, saldēšana, griešana, ieslēgšana vai ieslodzīšana, dedzināšana vai apdegumu radīšana, neļaušana gulēt, aizmigt u.c. (Pritchard, 2004, kā minēts Pirsko, 2010). Dažkārt parādās diskusijas, ka miesas sodi var tikt attaisnoti kā disciplīna, kas palīdz bērnu kontrolēt, bet nopietnus fiziskus bojājumus nevar uzskatīt par samērīgu sodu (Corby, 2006).

Emocionālā vardarbība - Emocionālā vardarbība pret bērnu izpaužas kā darbības, kas rada kaitējumu bērna emocionālajai veselībai un attīstībai. Pie šādām darbībām pieder bērna pārmērīga ierobežošana, nonīcināšana, izsmiešana, draudi un iebiedēšana, noraidīšana, nepamatotās vainas izjūtas izraisīšana, un cita naidīga, bet ne fiziskā izturēšanās pret bērnu (Krug et al., 2002).

Seksuālā vardarbība - tiek definēta kā bērna iesaistīšana seksuālās aktivitātēs, ko viņš/viņa nesaprot vai nav piekritis, vai nav sasniedzis pietiekamu garīgās attīstības līmeni, lai sniegtu informētu piekrišanu. Par seksuālu vardarbību uzskata arī bērna iesaistīšanu seksuālās

darbībās, pārkāpjot sabiedrības likumus vai aizliegumus. Bērnus seksuāli var izmantot gan pieaugušie, gan vienaudži, kas, pamatojoties uz viņu vecumu vai attīstības pakāpi, ir pārāki par upuri gan atbildības, gan uzticēšanās un varas ziņā. PVO ziņojumā, bērna aprūpētāja darbības, kurās bērns tiek izmantots seksuālo vēlmju apmierināšanai, tiek definētas kā seksuālā vardarbība (Krug et al., 2002). Latvijā Bērnu tiesību aizsardzības likuma 1.panta 10.punkts nosaka, ka seksuālā vardarbība ir bērna iesaistīšana seksuālās darbībās, ko bērns nesaprot vai kam nevar dot apzinātu piekrišanu (Bērnu tiesību aizsardzības likums, 1998).

Nolaidība - pastāvīga nespēja apmierināt bērna fiziskās un/vai fizioloģiskās vajadzības, kas var radīt nopietnus traucējumus bērna veselībai vai attīstībai. Tas var ietvert vecāka vai aprūpētāja nespēju sniegt pietiekamu ēdiena daudzumu, pajumti un apģērbu, nespēja pasargāt bērnu no kaitējuma vai apdraudējuma, vai arī nespēja nodrošināt nepieciešamo medicīnisko aprūpi vai ārstēšanu. Tas var ietvert arī nolaidību pret bērna pamata emocionālajām vajadzībām (Department of Health, 1999).

Ir pieņemts, ka vardarbību bērns uztver smagāk, ja to nodara kāds no paša vecākiem, ko var apzīmēt par 'vardarbību ģimenē' (Jouriles et al., 2008). Nopietnība, kas nāk no pieredzes ar vardarbību ģimenē, ir tas traģiskais fakts, ka bērnu traumē tie cilvēki, pie kuriem viņš vērsas, lai saņemtu mīlestību un aizsardzību (Chanine, 2014).

Bērnībā piedzīvotās vardarbības sekas

Vardarbībai pret bērnu ir ilgtermiņa sekas - gan fiziskās, gan emocionālās. Pētījumi rāda, ka bērniem, kuri ir cietuši no vardarbības vai nolaidības, vēlāk var parādīties nozīmīgas uzvedības problēmas, tostarp emocionālā nestabilitāte, depresija. Šie bērni var būt tendēti uz agresiju vai arī vardarbīgu izturēšanos pret citiem. Problemātiskā uzvedība var saglabāties ilgi pēc tam, kad vardarbīgā vai nolaidīgā vide ir mainījusies, vai arī bērns ir nodots audzināšanai audžuģimenē (Stirling & Jackson, 2008).

Kā jau iepriekš minēts, vardarbībā un/vai nolaidībā cietušiem bērniem ir uzvedības un emocionālās problēmas, un tās saistītas ar vardarbības ietekmi uz smadzeņu darbību, piemēram, mandeļveida ķermeni, smadzenes struktūru, kas piedalās emociju apstrādē un ir saistīta ar internalizētām problēmām, paaugstinātu trauksmi, emocionālo reaktivitāti un emocionālās pārstrādes deficītu (Petersen, Joseph, & Feit, 2014).

Vairāki pētījumi rāda, ka vardarbība un nolaidība ir saistīta ar funkcionālām izmaiņām prefrontālā garozā, kas ietekmē apvaldīšanas/ kavēšanas kontroli (*inhibitory control*). Bērniem, kuri cietuši no vardarbības vai nolaidības, parādās vadības funkciju deficīta risks, kas ietekmē uzvedības regulāciju (Petersen, Joseph, & Feit, 2014).

Vecāku vardarbība un/vai nolaidīga ietekme var būt par pamatu bērna dezorganizētai piesaistei ar aprūpētāju, kas savukārt var prognozēt ilgtermiņa socioemocionālas problēmas. Vardarbīgas un nolaidīgas aprūpētāja reakcijas rezultātā, bērni ir pakļauti riskam - nespējai izstrādāt efektīvas stratēģijas, lai regulētu emocijas mijiedarbībā ar citiem (Petersen et al., 2014).

Ilgtermiņā vardarbība var radīt attīstības traucējumus, mācīšanās traucējumus, problēmas veidot attiecības, starppersonu un sociālās grūtības, agresīvu uzvedību un zemus akadēmiskus sasniegumus (Lambie, 2005).

Pieaugušajiem, kuri bērnībā cietuši no vardarbības, biežāk ir neveiksme romantiskās attiecībās, nekā tiem, kuri nav cietuši no vardarbības bērnībā (Larsen et al., 2011).

Ir pierādījumi par saistību starp vardarbības pieredzi un garīgām slimībām, narkotiku lietošanu, likumpārkāpumiem un huligānismu (Corby, 2006, kā minēts Chanine, 2014).

Jauniešiem un pusaudžiem ar vardarbības un/vai nolaidības pieredzi ir augstāki alkohola lietošanas un alkoholisma rādītāji, kā arī tiem biežāk ir pēctraumatiskā stresa traucējumi, salīdzinot ar tiem, kuriem nav vardarbības vai nolaidības pieredzes. Turklāt cietušiem no vardarbības vai nolaidības bērnībā ir vairāk pašnāvības mēģinājumi pusaudžu un jauniešu vecumā. Bērni, kas cietuši no vardarbības vai nolaidības, biežāk iesaistās seksuālās aktivitātes agrākā vecumā nekā tie, kuri nav cietuši no vardarbības vai nolaidības bērnībā. Seksuālā vardarbība īpaši ir saistīta ar paaugstinātu risku nelabvēlīgām sekām, tai skaitā ar riskantu seksuālu uzvedību (Petersen et al., 2014).

Starp tūlītējām sekām, nolaidībā atstāti bērni parāda nedrošības izpausmes (Stirling & Jackson, 2008), viņi ir prasīgāki, nemierīgāki un grūtāk mierināmi. Starp tūlītējām sekām var būt bezpalīdzības izjūta, bezcerība un kauns. Vardarbības upuri var justies nepietiekoši cienīgi, lai viņiem būtu draugi vai arī bailes, ka viņu "ģimenes noslēpums" var tikt atklāts un tādējādi viņi sevi izolē (Lambie, 2005).

Pastāv pierādījumi, ka emocionālā vardarbība īpaši ietekmē bērna pašvērtējumu un paštēlu. Bērni, kuri cieš no emocionālās vardarbības, var izrādīt pašapziņas trūkumu, izteiktu kautrību un neadekvātas jūtas. Viņi arī izrāda nespēju iesaistīties un izbaudīt patīkamas aktivitātes (Romeo, 2000).

Attiecībā uz ietekmi uz fiziskās veselības rezultātiem, vardarbība un/vai nolaidība ir saistīta ar kavētu augšanu. Turklāt neizārstēto slimību un infekciju augsti rādītāji ir starp vardarbībā un/vai nolaidībā cietušajiem bērniem, kas tika konstatēts bērniem, kuri dzīvo ar bioloģiskajiem vecākiem, audžuģimenēs, kā arī pieaugušajiem ar vardarbības un nolaidības pieredzi. Dažādi pētījumi rāda, ka dažāda veida vardarbība un nolaidība ir saistīta ar

palielinātu ķermeņa masas indeksu un palielinātu aptaukošanas līmeni bērnībā, pusaudžu, jauniešu un pieaugušo vecumā (Petersen et al., 2014).

Bērnības vardarbības pieredzes saistība ar pašefektivitāti un apmierinātību ar dzīvi

Iepriekšējie pētījumi rāda, ka pašefektivitāte prognozē turpmāko jauniešu attīstību rezultātus, tostarp vienaudžu attiecības un akadēmisko darbību (Bandura, 1993, kā minēts Kim & Cicchetti, 2003).

Bērni, kuri cieta no vardarbības ir ievērojami mazāk populāri, citi vairāk viņus noraida, vairāk atstāti novārtā, mazāk sociāli efektīvi, kā arī tie demonstrē vājākās prosociālās prasmes, nekā bērni, kuri nav cietuši no vardarbības (Bolger et al., 1998, kā minēts Kim & Cicchetti, 2003).

Pēc skolotāju novērtējuma, no vardarbības cietušajiem bērniem ir zemāka sociālā pašefektivitāte un mazāks pozitīvs paštēls, nekā bērniem, kuri nav cietuši no vardarbības (Bolger et al., 1998, kā minēts Kim & Cicchetti, 2003).

Pētījumi rāda, ka seksuālās vardarbības traumatiskā pieredze, it īpaši bērnībā, ir saistīta ar zemu pašefektivitāti (Foster & Hagedorn, 2014). Samazināta pašefektivitāte seksuālās vardarbības dēļ palielina garīgās veselības problēmas un negatīvas uzvedības riskus, kā arī pēctraumatiskos stresa un disociācijas simptomus, neadekvātus adaptācijas mehānismus, paškaitējumu un domas par pašnāvību (Lamoureaux et al., 2011). No citas puses, pētnieki apgalvo, ka pašefektivitātes līmenis var ietekmēt cietušo atveseļošanās periodu. Precīzāk, pašefektivitāte ietekmē atveseļošanai nepieciešamās darbības, piemēram, vēršanās pēc palīdzības, resursu izmantošana un ziņošana par vardarbību (Foster & Hagedorn, 2014).

Cits pētījums rāda, ka jauniešiem, kuri norādīja, ka ir piedzīvojuši fizisko un seksuālo vardarbību bērnībā bijuši zemāki stresa pārvarēšanas pašefektivitātes (coping self-efficacy) un augstāki uzmanības deficīta un hiperaktivitātes sindroma (UDHS) rādītāji, jo īpaši neuzmanības skalā, salīdzinot ar tiem, kuri nav piedzīvojuši vardarbību bērnībā (Singer, Humphreys, & Lee, 2012).

Ir pētījums, kurā tika pētītas divas bērnu grupas (jaunāki par astoņiem gadiem un vecāki par astoņiem gadiem), kuri ir vai nav cietuši no vardarbības. Šī pētījuma rezultāti rāda, ka jaunākiem bērniem, kuri ir cietuši no vardarbības, ir augstāks uztvertās pašefektivitātes līmenis konfliktsituācijās ar vienaudžiem salīdzinot ar jaunākiem bērniem, kuri nav cietuši no vardarbības. Turklāt jaunākās grupas bērni, kuri cietuši no vardarbības, uzrādīja augstāku sociālo pašefektivitātes līmeni un nozīmīgi mazāku internalizētu uzvedību salīdzinot ar šīs pašas grupas bērniem ar zemāku sociālās pašefektivitātes līmeni. Savukārt vecāko bērnu

grupā, neatkarīgi no vardarbības pieredzes, augstāks uztvertās pašefektivitātes līmenis bija saistīts ar zemāku internalizētu simptomu līmeni (Kim & Cichetti, 2003).

Pētījums, kas tika veikts ar sociālajiem darbiniekiem, rāda, ka augstāki apmierinātības ar dzīvi rezultāti ir saistīti ar zemākiem emocionālās vardarbības rādītājiem, ilgāku darba stāžu sociālajā dienestā un būšana laulībā (Festinger & Baker, 2010).

Kaut gan nav daudz pētījumu, kas ir saistīti ar vardarbības pieredzi bērnībā un apmierinātību ar dzīvi, viens 30 gadu ilgs longitudināls pētījums rāda, ka cilvēkiem, kuri piedzīvojuši vardarbību bērnībā, ir zemāki apmierinātības ar dzīvi (darbs, attiecības ar partneri, brīvā laika pavadīšana, attiecības ar sava dzimuma cilvēkiem, attiecības ar pretējā dzimuma cilvēkiem, sociālā dzīve, nauda, neatkarība, ikdienas mijiedarbība ar citiem, ģimenes dzīve, nākotne un dzīve kopumā) rādītāji (Fergusson, MCleod, & Horwood, 2013).

Vienā liela mēroga pētījumā, kur tika pārbaudīta saistība starp nelabvēlīgo bērnības pieredzi, rezultāti rāda, ka pastāv statistiski nozīmīga saistība starp fizisko, emocionālo un seksuālo vardarbības pieredzi bērnībā un apmierinātības ar dzīvi rādītājiem. Jauniešiem, kuri piedzīvoja vardarbību bērnībā vienu vai vairākas reizes, ir zemāki apmierinātības ar dzīvi rādītāji, nekā jauniešiem, kuri nav cietuši no vardarbības bērnībā (Hughes, Lowey, Quigg, & Bellis, 2016).

Pētnieki, kuri vairāk uzmanības ir pievērsuši subjektīvai labklājībai saistībā ar vardarbības pieredzi, apgalvo, ka pieredzēta vardarbība bērnībā var negatīvi ietekmēt ne tikai bērna veselību un labklājību, bet arī pieaugušo veselību un labklājību (Pepin & Banyard, 2006).

Dažos pētījumos var novērot, ka pastāv arī statistiski nozīmīga pozitīva korelācija starp apmierinātības ar dzīvi un pašefektivitātes rādītājiem, un rezultāti rāda, ka pašefektivitātes rādītāji prognozē apmierinātības ar dzīvi rādītājus. Pētījumi rāda, ka apmierinātības ar dzīvi un pašefektivitātes augsti rādītāji nav saistīti ar jauniešu ienākumu līmeni, tomēr jauniešu apmierinātība ar dzīvi ir svarīgs subjektīvās labklājības un garīgās veselības faktors (Azizli, 2015; Çakar, 2012).

Pētījumā, kur piedalījās vīrieši, rāda, ka emocionālā vardarbības pieredze bērnībā ir saistīta ar lielāku naidīgumu un neuzticēšanos citiem. Turklāt naidīgums ir saistīts ar lielākām gaidām, ka noraidīs romantiskais partneris, kā arī ar draugu sniegtu sociālā atbalsta neapmierinātību. Savukārt šī specifiskā attiecību uztvere ir saistīta ar zemākiem apmierinātības ar dzīvi rādītājiem jauniešu gados. Pētījuma rezultāti rāda, ka naidīgumam ir tieša ietekme uz apmierinātību ar dzīvi, piemēram, tad, kad cilvēki ir aizdomīgi un neuzticas citiem, viņi arī ziņo par zemāko apmierinātību ar dzīvi. Savukārt netieša ietekme parādīja, ka

saistība starp emocionālo vardarbības pieredzi bērnībā un apmierinātība ar dzīvi tika ziņota caur šo naidīgo sociālo attiecību uztveri (Pierce & Abbey, 2015).

Cita pētījuma rezultāti rāda, ka jo smagāka jauniešiem ir bijusi fiziskā vardarbība bērnībā, jo zemāki ir pašvērtējuma, sociālā atbalsta un apmierinātības ar dzīvi rādītāji, savukārt jauniešiem ar bērnības fiziskās vardarbības pieredzi, kuriem ir augstāki sociālā atbalsta un apmierinātības ar dzīvi rādītāji ir zemāki fizisko simptomu (sāpes vēderā, nakts murgi, slikta ēstgriba, sāpes krūtī, elpas trūkums, galvas reibonis, jaunietēm – neregulārā menstruācija) rādītāji. Sociālais atbalsts un apmierinātība ar dzīvi prognozē zemākus negatīvus veselības rādītājus jauniešiem, kuri ir cietuši no fiziskās vardarbības bērnībā (Wong et al., 2009).

Aplūkojot pētījumu, kurš tika veikts iesaistot bērnus, rāda, ka vecāku pozitīvā audzināšana pozitīvi korelē ar bērnu sociālo pašefektivitāti, pašvērtējumu un sociālām problēmrisināšanas prasmēm. Dati arī liecina par to, ka pat nelabvēlīgos apstākļos (zemi ienākumi), vecākiem, kuri varēja atklāti un efektīvi sazināties ar saviem bērniem un uzturēt ciešus ģimenes sakarus, ir bērni, kuri uzrāda uzlabojumus sociālajā kompetencē, jo īpaši uzlabojas sociālās problēmrisināšanas prasmes un sociālā pašefektivitāte. Turklāt, pozitīva vecāku audzināšana prognozē sociālās pašefektivitātes rādītāju pieaugumu. Tas nozīmē to, ka, ja vecāki uzmanīgi nosaka ierobežojumus un izskaidro savu rīcību, tad bērni arī iemācās domāt rūpīgi, izvērtēt risinājumus, paredzēt sekas, kā arī pielietot prasmes, lai efektīvi risinātu sociālās problēmas. Bērni arī var iemācīties, kā būt labās attiecībās ar citiem (sociālā pašefektivitāte), praktizējot sociālās mijiedarbības prasmes atbalstošā un saliedētā ģimenes sistēmā (Leidy, Guerra, & Toro, 2010).

Cits pētījums rāda, ka pastāv statistiski nozīmīga, pozitīva saistība starp jauniešu ģimenes vērtībām (vecāku jauniešu attiecības, jauniešu līdzdalība ģimenē, vecāku apmierinātība ar laulību un vecāku pozitīva audzināšana) un jauniešu apmierinātības ar dzīvi rādītājiem. Rezultāti rāda, ka ģimenes vērtības, tostarp pozitīvā vecāku audzināšana, ir statistiski nozīmīgi jauniešu apmierinātības ar dzīvi prognozētāji (Thomas & Joseph, 2015).

Līdzšinējie pētījumi rāda, ka vardarbības pieredzei bērnībā ir saistība ar pašefektivitāti un apmierinātību ar dzīvi, tādēļ, veicot literatūras analīzi, tika izvirzīti sekojoši pētījuma jautājumi:

1. Kādas ir savstarpējās saistības starp jauniešu pašu norādīto vardarbības pieredzi bērnībā (emocionālo, fizisko, seksuālo), pašefektivitātes un viņu apmierinātības ar dzīvi rādītājiem?
2. Vai un cik lielā mērā jauniešu apmierinātību ar dzīvi prognozē viņu norādītie pašefektivitātes un bērnības vardarbības pieredzes rādītāji?

3. Vai un cik lielā mērā jauniešu pašefektivitāti prognozē viņu norādītie apmierinātības ar dzīvi un bērnības vardarbības pieredzes rādītāji?

METODES

Pētījuma dalībnieki

Pētījumā piedalījās 169 jaunieši (131 sieviete, 38 vīrieši) vecumā no 19 līdz 25 gadiem, vidējais vecums – 21,53 ($SD = 1,85$) gadi, kuri pašlaik studē dažādās izglītības iestādēs (universitāte, institūts, koledža, tehnikums, arodskola) un dzīvo dažādās Latvijas pilsētās. Izlase tika veidota pēc ērtas pieejamības principa.

Pētījuma instrumentārijs

Pētījumā tika izmantotas 3 aptaujas:

1. Bērnības traumas aptauja (Childhood Trauma Questionnaire, Bernstein & Fink, 1998). Sandras Sebres, Lauras Ļebedevas un Ilzes Trapencieres adaptācijā latviešu valodā (Sebre, Ļebedeva & Trapenciēre, 2004);
2. Apmierinātības ar dzīvi skala (Satisfaction With Life Scale, Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985). Andas Upmanes adaptācijā latviešu valodā (Upmane, 2010);
3. Vispārēja pašefektivitātes aptauja (General Self-Efficacy Scale, Schwarzer, & Jerusalem, 1995). Renātes Buliņas adaptācijā latviešu valodā (Buliņa, 2009).

Bērnības traumas aptauja (Childhood Trauma Questionnaire, Bernstein & Fink, 1995). Latvijā adaptāciju veica Sandra Sebre, Lauras Ļebedeva un Ilze Trapenciēre (Sebre, Ļebedeva & Trapenciēre, 2004). Metode sastāv no 37 apgalvojumiem par vecāku un bērnu attiecībām par atbalstošām vecāku audzināšanas pieejām, piemēram, (“Cilvēki manā ģimenē izrāda man uzticēšanos un iedrošina mani uz panākumiem”), par fiziski vardarbīgām pieejām, piemēram, (“Kāds manā ģimenē mani izsmēja vai pazemoja”), emocionāli vardarbīgām pieejām, piemēram, (“Kāds manā ģimene mani sāpināja vai aizvainoja”) un par seksuālu vardarbību – ģimenē vai ārpus tās, piemēram, (“Kāds pieaugušais vai kāds, vismaz 5 gadus vecāks par mani, ir mēģinājis pieskarties seksuālā veidā vai arī mēģinājis likt pieskarties viņam”). Šī pētījuma ietvaros tika izmantotas četras skalas: vecāku atbalstošā audzināšana, fiziskā vardarbība, emocionālā vardarbība, seksuālā vardarbība. Respondenti novērtēja katru apgalvojumu pēc 5 baļļu sistēmas (1 = “nekad”; 2 = “vienu vai divas reizes”; 3 = “dažreiz”; 4 = “bieži”; 5 = “ļoti bieži”).

Apmierinātības ar dzīvi skala (Satisfaction With Life Scale, Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985). Latvijā metodi atkārtoti ir adaptējusi Anda Upmane (Upmane, 2010). Metode sastāv no 5 apgalvojumiem par apmierinātību ar dzīvi, piemēram, (“Lielākoties mana dzīve ir tuvu manam ideālam”). Respondenti novērtēja katru apgalvojumu pēc 7 baļļu

sistēmas (1 = “pilnīgi nepiekrītu”; 2 = “nepiekrītu”; 3 = “daļēji nepiekrītu”; 4 = “ne piekrītu, ne nepiekrītu”; 5 = “daļēji piekrītu”; 6 = “piekrītu”; 7 = “pilnīgi piekrītu”).

Vispārēja pašefektivitātes aptauja (General Self-Efficacy Scale, Schwarzer, & Jerusalem, 1995). Latvijā adaptāciju ir veikusi R. Buliņa (Buliņa, 2009). Metode sastāv no 10 apgalvojumiem par vispārējo pašefektivitāti, piemēram, (“Es vienmēr varu atrisināt sarežģītas problēmas, ja vien es pietiekami cenšos”). Respondenti novērtēja katru apgalvojumu pēc 4 balļu sistēmas (1 = “nemaz neatbilst”; 2 = “mazliet atbilst”; 3 = “diezgan lielā mērā atbilst”; 4 = “pilnībā atbilst”).

Pētījuma procedūra

Pētījuma dati tika iegūti izplatot aptauju elektroniskā veidā sociālajā tīklā *Facebook*, gan ar apmaksātās reklāmas palīdzību, gan domubiedru grupās. Apmaksāta reklāma tika sūtīta jauniešiem vecumā no 19 līdz 25 gadiem, kuri pašlaik studē dažādās izglītības iestādēs un dzīvo dažādās Latvijas pilsētās. Domubiedru grupās nebija kontrolēts vecums, tomēr tas bija norādīts instrukcijā, tāpēc netika apkopotas 12 anketas, jo netika ievērots pētījumam nepieciešamais vecumposms. Datu aprēķināšanai tika izmantotas 169 derīgas anketas. Aptaujas tika aizpildītas pēc brīvprātības un anonimitātes principa.

Pētījumā iegūtie sākotnējie dati tika apstrādāti ar SPSS 22. versijas datu apstrādes programmas palīdzību.

REZULTĀTI

Maģistra darba pētījuma izlases ietvaros tika aprēķināti Kronbaha alfas iekšējās saskaņotības rādītāji aptauju skalām un apakšskalām kā redzams 1. tabulā.

1. tabula.

Aprakstošās statistikas un iekšējās saskaņotības (Kronbaha alfa) rādītāji apmierinātības ar dzīvi, pašefektivitātes un bērņības vardarbības pieredzes skalām (n = 169)

| <i>Skalas</i> | M | Mdn | SD | Kronbaha α |
|-------------------------------|------|------|------|-------------------|
| Apmierinātība ar dzīvi | 4,66 | 4,80 | 1,18 | 0,83 |
| Pašefektivitāte | 2,96 | 3,00 | 0,50 | 0,89 |
| Atbalstošā vecāku audzināšana | 3,96 | 4,11 | 0,87 | 0,94 |
| Fiziskā vardarbība | 1,26 | 1,10 | 0,47 | 0,89 |
| Emocionālā vardarbība | 1,89 | 1,75 | 0,81 | 0,91 |
| Seksuālā vardarbība | 1,13 | 1,00 | 0,41 | 0,80 |

Aplūkojot iegūtos rezultātus, var novērot, ka atbalstošās vecāku audzināšanas un emocionālās vardarbības skalām ir teicama iekšējā ticamība ($\alpha > 0,9$). Savukārt, apmierinātības ar dzīvi, pašefektivitātes, fiziskās vardarbības un seksuālās vardarbības skalām ir laba iekšējā ticamība ($\alpha > 0,8$). Seksuālās vardarbības skalai pirmajā aprēķinājumā tika konstatēta nepietiekoša iekšējā saskaņotība ($\alpha > 0,6$), tāpēc tika izslēgts viens apgalvojums un skala tika pārrēķināta no jauna.

Lai atbildētu uz maģistra darbā izvirzītajiem pētījuma jautājumiem un izvērtētu, kādas metodes izmantot datu analīzē, tika pārbaudīta skalu rezultātu atbilstība normālam sadalījumam, izmantojot Kolmagorova-Smirnova testu. Balstoties uz Kolomagorova-Smirnova testa rādītājiem, var secināt, ka vairākas skalas neatbilst normālam sadalījumam. Tāpēc, lai atbildētu uz pētījumā izvirzītajiem jautājumiem, tika izmantoti neparametriskie statistikas testi.

Lai pārbaudītu saistības starp pašefektivitāti, apmierinātību ar dzīvi un bērņības vardarbības pieredzi, tika aprēķināts Spīrmena korelācijas koeficients.

Spīrmena korelācijas koeficienti starp apmierinātības ar dzīvi, pašefektivitātes un vardarbības līmeņa rādītājiem (n = 169)

| <i>Mainīgie lielumi</i> | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|----------------------------------|---------|--------|----------|---------|---------|
| 1. Apmierinātība ar dzīvi | -- | | | | |
| 2. Pašefektivitāte | 0,38*** | -- | | | |
| 3. Atbalstošā vecāku audzināšana | 0,37*** | 0,23** | -- | | |
| 4. Fiziskā vardarbība | -0,17* | -0,09 | -0,30*** | -- | |
| 5. Emocionālā vardarbība | -0,20** | 0,01 | -0,46*** | 0,50*** | -- |
| 6. Seksuālā vardarbība | -0,16* | -0,01 | -0,24** | 0,27*** | 0,33*** |

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$

No iegūtajiem rezultātiem var secināt, ka pastāv statistiski nozīmīga pozitīva korelācija starp apmierinātību ar dzīvi un pašefektivitāti ($r_s = 0,38$, $p < 0,001$), un atbalstošo vecāku audzināšanu ($r_s = 0,37$, $p < 0,001$), kā arī starp pašefektivitāti un atbalstošo vecāku audzināšanu ($r_s = 0,23$, $p < 0,01$). Savukārt negatīvo korelāciju var novērot starp apmierinātību ar dzīvi un fizisko vardarbību ($r_s = -0,17$, $p < 0,05$), emocionālo vardarbību ($r_s = -0,20$, $p < 0,01$), un seksuālo vardarbību ($r_s = -0,16$, $p < 0,01$). Turklāt, nav novērojama statistiski nozīmīga korelācija starp pašefektivitāti un fizisko vardarbību ($r_s = -0,09$, $p > 0,05$), emocionālo vardarbību ($r_s = 0,01$, $p > 0,05$) un seksuālo vardarbību ($r_s = -0,01$, $p > 0,05$) Rezultāti atspoguļoti 2. tabulā.

Lai atbildētu uz 2. pētījuma jautājumu - *Vai un cik lielā mērā jauniešu pašefektivitāti prognozē viņu norādītie apmierinātības ar dzīvi un bērnības vardarbības pieredzes rādītāji?* – tika veikta soļu lineārā regresijas analīze.

Soļu lineārās regresijas analīzes rezultāti parāda, ka visbūtiskāk pašefektivitāti prognozē apmierinātība ar dzīvi ($\beta = 0,39$, $p < 0,001$), dzimums ($\beta = -0,23$, $p < 0,01$), atbalstošā vecāku audzināšana ($\beta = 0,14$, $p < 0,01$), emocionālā vardarbība ($\beta = 0,34$, $p < 0,01$) un fiziskā vardarbība ($\beta = -0,23$, $p < 0,05$), kas kopā izskaidro 26% no pašefektivitātes rādītāju variācijas $F(6,162) = 9,464$, $p < 0,001$. Pirmajā solī tika ievadīts dzimums, lai novērtētu, vai šīs mainīgais prognozē pašefektivitāti. Rezultāti atspoguļoti 3. tabulā.

3. tabula.

Soļu lineārā regresiju analīze ar pašefektivitāti kā atkarīgo mainīgo un apmierinātību ar dzīvi un bērnības vardarbības pieredzes apakšskalu un dzimumu kā neatkarīgie mainīgie (n = 169)

| | B | SE B | β |
|-------------------------------|-------|------|---------|
| 1. Dzimums | -0,05 | 0,09 | -0,04 |
| 2. Dzimums | -0,23 | 0,30 | -0,19** |
| Apmierinātība ar dzīvi | 0,17 | 0,03 | 0,39*** |
| Atbalstošā vecāku audzināšana | 0,14 | 0,17 | 0,24** |
| Fiziskā vardarbība | -0,25 | 0,10 | -0,23* |
| Emocionālā vardarbība | 0,21 | 0,07 | 0,34** |
| Seksuālā vardarbība | -0,04 | 0,10 | -0,03 |

*p < 0,05, **p < 0,01, ***p < 0,001; Piezīme: $R^2 = 0,26$, $F(6,162) = 9,464$, $p < 0,001$

Lai atbildētu uz 3. pētījuma jautājumu - *Vai un cik lielā mērā jauniešu apmierinātību ar dzīvi prognozē viņu norādītie pašefektivitātes un bērnības vardarbības pieredzes rādītāji?* – tika veikta soļu lineārā regresijas analīze.

4. tabula.

Soļu lineārā regresiju analīze ar apmierinātību ar dzīvi kā atkarīgo mainīgo un pašefektivitāti un bērnības vardarbības pieredzes apakšskalu un dzimumu kā neatkarīgie mainīgie (n = 169)

| | B | SE B | β |
|-------------------------------|-------|------|---------|
| 1. Dzimums | 0,66 | 0,21 | 0,24** |
| 2. Dzimums | 0,66 | 0,19 | 0,24* |
| Pašefektivitāte | 0,87 | 0,17 | 0,37*** |
| Atbalstošā vecāku audzināšana | 0,23 | 0,12 | 0,17t |
| Fiziskā vardarbība | -0,19 | 0,23 | -0,08 |
| Emocionālā vardarbība | -0,08 | 0,16 | -0,05 |
| Seksuālā vardarbība | 0,05 | 0,22 | 0,02 |

*p < 0,05, **p < 0,01, ***p < 0,001; Piezīme: $R^2 = 0,30$, $F(6,162) = 11,329$, $p < 0,001$; t = saistība tendenču līmenī pie varbūtības $p = 0,053$

Soļu lineārās regresijas analīzes rezultāti parāda, ka visbūtiskāk apmierinātību ar dzīvi prognozē pašefektivitāte ($\beta = 0,37, p < 0,001$), dzimums ($\beta = 0,24, p < 0,05$), kā arī atbalstošā vecāku audzināšana tendenču līmenī ($\beta = 0,17, p = 0,053$), kas kopā izskaidro 30% no apmierinātības ar dzīves rādītāju variācijas $F(6,162) = 11,329, p < 0,001$. Pirmajā solī tika ievadīts dzimums, lai novērtētu, vai šis mainīgais prognozē apmierinātību ar dzīvi. Rezultāti atspoguļoti 4. tabulā.

DISKUSIJA

Maģistra darba pētījuma mērķis bija noskaidrot, kādas saistības pastāv starp jauniešu pašefektivitāti, apmierinātību ar dzīvi un vardarbības pieredzi bērnībā.

Kopumā korelācijas rezultāti rāda, ka nepastāv statistiski nozīmīga saistība starp jauniešu pašnorādīto pašefektivitāti un bērnības vardarbības pieredzes rādītājiem. Šī saistība nesaskan ar iepriekš veikto pētījumu datiem, kur parādījās, ka seksuālās vardarbības traumatiskā pieredze, jo īpaši bērnība, ir saistīta ar zemu pašefektivitāti (Foster & Hagedorn, 2014). Šādus rezultātus var izskaidrot ar to, ka jauniešiem, kuri ir cietuši no vardarbības bērnībā, nereti ir “uzpūsts” vai pārspīlēts uztvertais pašefektivitātes līmenis, kā hiperkompensācija pret iekšējo nedrošību (Kim & Cicchetti, 2003).

Dotajā pētījumā tika konstatēta statistiski nozīmīga, negatīva saistība starp pašnorādīto seksuālās vardarbības pieredzi bērnībā un apmierinātību ar dzīvi. Tās nozīmē, ka, paaugstinoties bērnības seksuālās vardarbības pieredzes rādītājiem, pazeminās apmierinātības ar dzīvi rādītāji un otrādi. Tas arī tika atklāts citos pētījumos. Piemēram, Fērgusonā un kolēģu (Fergusson, MCleod, & Horwood, 2013) 30 gadu longitudināls pētījums parādīja, ka cilvēkiem, kuri piedzīvojuši seksuālo vardarbību bērnībā, ir zemāki apmierinātības ar dzīvi (darbs, attiecības ar partneri, brīva laika pavadīšana, attiecības ar sava dzimuma cilvēkiem, attiecības ar pretējā dzimuma cilvēkiem, sociālā dzīve, nauda, neatkarība, ikdienas mijiedarbība ar citiem, ģimenes dzīve, nākotne un dzīve kopumā) rādītāji.

Šajā pētījumā statistiski nozīmīga, negatīva saistība tika novērota starp pašnorādīto fizisko, emocionālo un seksuālo bērnības vardarbības pieredzi un apmierinātības ar dzīvi rādītājiem; tas nozīmē, ka, paaugstinoties bērnības vardarbības (fiziskās, emocionālās, seksuālās) rādītājiem, pazeminās apmierinātības ar dzīvi rādītāji un otrādi. Tas tika novērots arī citos pētījumos. Piemēram, vienā liela mēroga pētījumā, kur tika pārbaudīta saistība starp nelabvēlīgo bērnības pieredzi, rezultāti uzrādīja, ka pastāv statistiski nozīmīga saistība starp fizisko, emocionālo un seksuālo vardarbības pieredzi bērnībā un apmierinātības ar dzīvi rādītājiem. Jauniešiem, kuri piedzīvoja vardarbību bērnībā vienu vai vairākas reizes, ir zemāki apmierinātības ar dzīvi rādītāji (Hughes et al., 2016).

Dotajā pētījumā tika konstatēta statistiski nozīmīga negatīva saistība starp apmierinātību ar dzīvi un emocionālo vardarbību, tas saskan ar iepriekš veikto pētījumu.

Pētījums, kur piedalījās vīrieši, rāda, ka emocionālā vardarbības pieredze bērnībā ir saistīta ar lielāku naidīgumu un neuzticēšanos citiem. Turklāt naidīgums ir saistīts ar lielākām gaidām, ka noraidīs romantiskais partneris, kā arī ar draugu sniegtu sociālā atbalsta neapmierinātību. Savukārt šī specifiskā attiecību uztvere ir saistīta ar zemākiem

apmierinātības ar dzīvi rādītājiem jauniešu gados. Pētījuma rezultāti rāda, ka naidīgumam ir tieša ietekme uz apmierinātību ar dzīvi, piemēram, tad, kad cilvēki ir aizdomīgi un neuzticas citiem, viņi arī ziņo par zemāku apmierinātību ar dzīvi. Savukārt netieša ietekme parādīja, ka saistība starp emocionālo vardarbības pieredzi bērnībā un apmierinātība ar dzīvi tika ziņota caur šo naidīgo sociālo attiecību uztveri (Pierce & Abbey, 2015).

Pētījumos, kur apskatīja jauniešu fiziskās vardarbības pieredzi un apmierinātības ar dzīvi rādītājus, uzrādīja, ka jauniešiem, kuri cietuši no fiziskās vardarbības bērnībā, ir zemāki apmierinātības ar dzīvi rādītāji, savukārt jauniešiem ar bērnības fiziskās vardarbības pieredzi, kuriem ir augstāki sociālā atbalsta un apmierinātības ar dzīvi rādītāji, ir zemāki fizisko simptomu (sāpes vēderā, nakts murgi, slikta ēstgriba, sāpēs krūtī, elpas trūkums, galvas reibonis, jaunietēm – neregulārā menstruācija) rādītāji. Sociālais atbalsts un apmierinātība ar dzīvi prognozē arī zemākus negatīvus veselības rādītājus jauniešiem, kuri ir cietuši no fiziskās vardarbības bērnībā (Wong et al., 2009). Dotais pētījums arī rāda, ka pastāv statistiski nozīmīga, negatīva korelācija starp jauniešu apmierinātību ar dzīvi un fizisko vardarbību.

Iegūtie rezultāti rāda, ka pastāv statistiski nozīmīga, pozitīva saistība starp pašefektivitāti un apmierinātību ar dzīvi, tas nozīmē, ka, paaugstinoties pašefektivitātes rādītājiem, paaugstinās arī apmierinātības ar dzīvi rādītāji un otrādi. Tas saskan ar iepriekš veiktajiem pētījumu datiem, kur parādījās, ka jauniešu apmierinātības ar dzīvi rādītājiem ir statistiski nozīmīga pozitīva korelācija ar pašefektivitātes rādītājiem, kā arī tika novērots, ka pašefektivitāte prognozē apmierinātību ar dzīvi (Azizli et al., 2015; Çakar, F.S, 2012). Tātad, jaunietis, sekmīgi veicot kādu darbību, piedzīvojot sasniegumus un jūtot savu efektivitāti, jūtas apmierinātāks, un jo apmierinātāks viņš jūtas, jo pārliecinātāks viņš būs par savām spējām tikt galā ar grūtībām, ja tādas rodas un izvirzītajiem mērķiem.

Šajā pētījumā tika konstatēta statistiski nozīmīga, pozitīva korelācija starp jauniešu pašnorādīto atbalstošu vecāku attieksmi un pašefektivitāti, kā arī regresijas analīze uzrādīja, ka pašefektivitāti prognozē atbalstoša vecāku attieksme un atbalstošas audzināšanas pieejas. Piemēram, Lajdi un kolēģu (Leidy et al., 2010) pētījumā, tika konstatēts, ka pat nelabvēlīgos apstākļos (zemi ienākumi), vecākiem, kuri varēja atklāti un efektīvi sazināties ar saviem bērniem un varēja uzturēt ciešus ģimenes sakarus, ir bērni, kuri uzrāda uzlabojumus sociālajā kompetencē, jo īpaši uzlabojas sociālās problēmrisināšanas prasmes un sociālā pašefektivitāte. Tās nozīmē to, ka, ja vecāki uzmanīgi nosaka ierobežojumus un izskaidro savu rīcību, tad bērni arī iemācās rūpīgi domāt, izvērtēt risinājumus, paredzēt sekas, kā arī pielietot prasmes, lai efektīvi risinātu sociālās problēmas. Bērni arī var iemācīties, kā būt labās attiecībās ar citiem (piemēram, sociālā pašefektivitāte), praktizējot sociālās mijiedarbības prasmes atbalstošā un saliedētā ģimenēs sistēmā.

Līdzšinējs pētījums līdzīgi norāda uz to, ka pastāv statistiski nozīmīga, pozitīva saistība starp ģimenes vērtībām (vecāku jauniešu attiecības, jauniešu līdzdalība ģimenē, vecāku apmierinātība ar laulību un vecāku atbalstošā audzināšana) un jauniešu apmierinātības ar dzīvi rādītājiem, un vecāku audzināšana ir statistiski nozīmīgs jauniešu apmierinātības ar dzīvi prognozētājs (Thomas & Joseph, 2015). Tas arī saskan ar pašreizējā pētījuma datiem, kas rāda, ka ir pozitīva korelācija starp atbalstošo vecāku audzināšanu, kā arī atbalstošā audzināšana tendenču līmenī ($\beta = 0,17, p = 0,053$) prognozē apmierinātības ar dzīvi rādītājus. Tas nozīmē, ka jo atbalstošāka ir audzināšana bērnībā, jo apmierinātāki ar dzīvi ir jaunieši.

Dotajā pētījumā soļu lineārās regresijas analīzē tika konstatēts, ka regresijas modulī ievadītā jauniešu pašnorādītā emocionālā vardarbība pozitīvi prognozē pašefektivitāti. Padziļinātāk analizējot pētījuma datus, var novērot, ka jauniešiem ar pašnorādīto emocionālo vardarbību ir gan augsti, gan zemi pašefektivitātes rādītāji, kas izslēdz viens otru, kas arī skaidro kādēļ nepastāv statistiski nozīmīga saistība ($r_s = 0,01, p > 0,05$) starp pašefektivitāti un emocionālo vardarbību. Iespējams skaidrojums šiem negaidītajiem rezultātiem saistībā ar emocionālo vardarbību un pašefektivitāti varētu būt, ka emocionālā vardarbībā cietis jauniešis, izmanto hiperkomensāciju kā aizsargreakciju un apzināti vai neapzināti pārspīlē vai pārvērtē savu pašefektivitāti. Šāds pārspīlējums varētu būt saistīts arī ar izvairīgu piesaisti bērnībā, kas veidojas, ja vecāki ir noraidoši un distancēti. Vecāki nejūt un neizprot bērna emocionālo stāvokli, līdz ar to bērns jūtas aizvainots un dusmīgs noraidīšanas dēļ, bet šīs jūtas nevienam neizrāda. Pieaugot, šādi cilvēki cenšas noraidīt un neuzticēties citiem, tādēļ viņi cenšas paši ar visu tikt galā, un viņiem rodas iekšējā pārlicība, ka viņi paši var visu, un tas var radīt pārspīlēti augstu pašefektivitātes izjūtu.

Pētījuma stiprās puses ir samērā lielā jauniešu izlase no dažādām Latvijas pilsētām un dažādām izglītības iestādēm. Tā kā aptaujas tika sūtītas elektroniski un pētījuma dalībnieki bija brīdināti, ka tiek ievērots anonimitātes princips, viņi varēja godīgāk atbildēt uz apgalvojumiem, kas saistīti ar vardarbības pieredzi, ko jaunieši bieži slēpj no citiem un cenšas aizmirst par to.

Kā pētījumu ierobežojumu var minēt nelielo vīriešu dzimuma skaitu izlasē, salīdzinot ar sievietes dzimtes pētījuma dalībniecēm. Jā būtu vienādāks jauniešu un jaunietais skaits izlasē, tas ļautu turpmākos pētījumos skatīties dzimuma atšķirības. Pētījumā tika ņemta vērā jauniešu pašnorādītā vardarbības pieredze bērnībā, ko nevar apstiprināt. Tāpēc nākamajos pētījumos var pētīt tos indivīdus, kuru vardarbības pieredze ir apstiprināta tiesību sargājošo iestāžu ietvaros. Tā kā pētījuma rezultātos neparādās saistība starp pašefektivitāti un vardarbības pieredzi bērnībā, bet ir saistība starp atbalstošo vecāku audzināšanu, iespējams turpmākos pētījumos ir vērts paskatīties saistību starp audzināšanas stiliem un pašefektivitāti.

Pētījuma praktiskā pielietojamība ir tā, ka tas dod ieskatu praktizējošiem psihologiem un psihoterapeitiem iespējamās darbības virzienus ar jauniešiem, kuriem ir zems pašefektivitātes un apmierinātības ar dzīvi līmenis. Tas ļauj atklāt iespējamās grūtības ģimenē, jauniešu attiecībās ar vecākiem, kā arī iespējamo piedzīvoto vardarbību bērnībā, kas varētu negatīvi ietekmēt turpmāko jauniešu attīstību, dzīves vērtību un uzskatu veidošanu.

Šie pētījuma rezultāti ir nozīmīgi, jo tie ļauj labāk izprast bērnības vardarbības pieredzes saistību ar jauniešu vispārējo dzīves kvalitātes vērtējumu, kas, savukārt var ietekmēt to, kā jaunieši efektīvi prot adaptēties sabiedrībā un spēj veidot attiecības ar citiem, uzstādīt dzīves mērķus un sasniegt tos. Jauniešu dzīves kvalitātes vērtējumu var ietekmēt arī jauniešu fiziskā un garīgā veselība, kā arī akadēmiskie panākumi un profesionālā izaugsme. Ir svarīgi parādīt to, ka bērnībā piedzīvotā vardarbība var ietekmēt indivīda turpmākos priekšstatus par dzīvi, vērtību veidošanos, kā arī psihosociālo funkcionēšanu un attīstību kopumā. Svarīgi ir tas, ka piedzīvotā vardarbības pieredze var ietekmēt cilvēka turpmāko dzīvi, un tā var atstāt negatīvu un paliekošu ietekmi uz visu dzīvi. Tādēļ psihologiem un psihoterapeitiem ir svarīgi palīdzēt saviem klientiem izprast un pēc iespējas pārvarēt vardarbības sekas.

SECINĀJUMI

Šī pētījuma mērķis bija pētīt, kādas ir saistības starp jauniešu pašefektivitāti, apmierinātību ar dzīvi un vardarbības pieredzi bērnībā. Maģistra darba ietvaros tika izvirzīti 3 pētījuma jautājumi: 1. Kādas ir savstarpējās saistības starp jauniešu pašu norādīto vardarbības pieredzi bērnībā (emocionālo, fizisko, seksuālo), pašefektivitātes un viņu apmierinātības ar dzīvi rādītājiem? 2. Vai un cik lielā mērā jauniešu apmierinātību ar dzīvi prognozē viņu norādītie pašefektivitātes un bērnības vardarbības pieredzes rādītāji? 3. Vai un cik lielā mērā jauniešu pašefektivitāti prognozē viņu norādītie apmierinātības ar dzīvi un bērnības vardarbības pieredzes rādītāji?

Lai atbildētu uz pirmo pētījuma jautājumu, tika aprēķināts Spīrmena korelācijas koeficients. Rezultāti sniedz atbildi uz izvirzīto pētījuma jautājumu un rāda, ka pastāv statistiski nozīmīga pozitīva korelācija starp apmierinātību ar dzīvi un pašefektivitāti. Pastāv arī pozitīva korelācija starp apmierinātību ar dzīvi un atbalstošo vecāku audzināšanu. Rezultāti rāda, ka pastāv statistiski nozīmīga pozitīva saistība starp pašefektivitāti un atbalstošo vecāku audzināšanu. Savukārt negatīvo korelāciju var novērot starp apmierinātību ar dzīvi un bērnības vardarbības pieredzi (fizisko vardarbību, emocionālo vardarbību, un seksuālo vardarbību). Pētījumā nav novērojama statistiski nozīmīga korelācija starp pašefektivitāti un bērnības vardarbības pieredzi (fizisko vardarbību, emocionālo vardarbību, un seksuālo vardarbību).

Lai atbildētu uz pētījuma otro jautājumu, tika pielietota soļu lineārā regresijas analīze. Balstoties uz rezultātiem, var secināt, ka pašefektivitāti prognozē apmierinātība ar dzīvi, dzimums, atbalstoša vecāku audzināšana, emocionālā vardarbība un fiziskā vardarbība, kas kopā izskaidro 26% no pašefektivitātes rādītāju variācijas.

Lai atbildētu uz pētījuma trešo jautājumu, tika pielietota soļu lineārā regresijas analīze. No iegūtajiem rezultātiem var secināt, ka apmierinātību ar dzīvi prognozē pašefektivitāte, dzimums, kā arī atbalstošā vecāku audzināšana tendenču līmenī, kas kopā izskaidro 30% no apmierinātības ar dzīves rādītāju variācijas.

IZMANTOTĀS LITERATŪRAS UN AVOTU SARAKSTS

- Akin, A., & Akin, U. (2014). An investigation of the predictive role of self-compassion on subjective happiness in Turkish university students. *Education Sciences & Psychology*, 32, 59–68.
- Akin, A., & Akin, U. (2015). Friendship quality and subjective happiness: The mediator role of subjective vitality. *Education and Science*, 40, 233–242.
- Alessandri, G., Caprara, G.V., Eisenberg, N., & Steca, P. (2009). Reciprocal relations among self-efficacy beliefs and prosociality across time. *Journal of Personality*, 77, 1229–1259.
- Allender, S., Cowburn, G., & Foster, C. (2006). Understanding participation in sport and physical activity among children and adults: A review of qualitative studies. *Health Education Research*, 21, 826–835.
- Alvy, L.M., McKirnan, D.J., Mansergh, G., Koblin, B., Colfax, G.N., & Flores, S. A. (2011). Depression is associated with sexual risk among men who have sex with men, but is mediated by cognitive escape and self-efficacy. *AIDS Behavior*, 15, 1171–1179.
- American School Counselor Association. (1999). Position statement: Child abuse: The professional school counselor and child abuse and neglect prevention. No <http://www.schoolcounselor.org/content.cfm?L1=1000&L2=8>
- Antaramian, S., Huebner, E.S., & Valois, R.F. (2008). Adolescent life satisfaction. *Applied Psychological: Health and Well-Being*, 57, 112–126.
- Argyle, M. (2001). *The Psychology of Happiness*, Routledge.
- Ashford, S., Edmunds, J., & French, D.P. (2010). What is the best way to change self-efficacy to promote lifestyle and recreational physical activity? A systematic review with meta-analysis. *British Journal of Health Psychology*, 15, 265–288.
- Azizli, N., Atkinson, E.B., Braughman, M.H., & Giammarco A.E. (2015). Relationships between general self-efficacy, planning for the future, and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 82, 58–60.
- Bandura, A. (1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educational Psychologist*, 28, 117–148.
- Bandura, A. (1994). *Self-efficacy*. In V.S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior* (Vol. 4, pp. 71–81). New York: Academic Press. (Reprinted in H. Friedman (Ed.), *Encyclopedia of mental health*. San Diego: Academic Press.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.

- Bērnu tiesību aizsardzības likums. (1998). Iegūts 2016. g. 20. februārī no <http://www.likumi.lv/doc.php?id=49096>.
- Bolger, K.E., Patterson, C.J., & Kupersmidt, J.B. (1998). Peer relationships and self-esteem among children who have been maltreated. *Child Development, 69*, 1171–1197.
- Çakar, F.S. (2012). The Relationship between the Self-efficacy and Life Satisfaction of Young Adults. *International Education Studies, 5*(6), 123–130.
- Çakar, F.S., Tagay, Ö., & Karataş, Z. (2015). Adolescents' life satisfaction: Risky behaviors and hopelessness. *International Journal on New Trends in Education and Their Implications, 6*, 55–62.
- Carroll, A., Houghton, S., Wood, R., Unsworth, K., Hattie, J., Gordon, L., & Bower, J. (2009). Self-efficacy and academic achievement in Australian high school students: The mediating effects of academic aspirations and delinquency. *Journal of Adolescence, 32*, 797–817.
- Catalano, R.F., Berglund, M.L., Ryan, J.A., Lonczak, H.S., & Hawkins, J.D. (2004). Positive youth development in the United States: Research findings on evaluations of positive development programs. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science, 591*, 98–124.
- Chanine, E.F. (2014). Child Abuse and Its Relation to Quality of Life of Male and Female Children. *Procedia – Social and Behavioral Sciences, 159*, 161–168.
- Conger, J.A., & Kanungo, R.N. (1988). The empowerment process: Integrating theory and practice. *The Academy of Management Review, 13*, 471–482.
- Corby, B. (2006). *Child abuse: Towards a knowledge base* (3rd ed.). Maidenhead, England: Open University Press.
- Cummins, R.A. (1996). The domains of life satisfaction: an attempt to order chaos. *Social Indicators Research, 38*, 303–332.
- Deniz, M.E., Karakuş, Ö., Traş, Z., Eldeleklioğlu, J., Özyeşil, Z., & Hamarta, E. (2013). Parental attitude perceived by university students as predictors of subjective well-being and life satisfaction. *Psychology, 4*, 169–173.
- Department of Health. (1999). Working Together to Safeguard Children: A Guide to Inter-agency Working to Safeguard and Promote the Welfare of Children. London: HMSO.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist, 55*, 34–43.
- Diener, E., & Chan, M.Y. (2011). Happy people live longer: Subjective well-being contributes to health and longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being, 3*, 1–43.

- Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology, 68*, 653–663.
- Diener, E., & Seligman, M.E.P. (2002). Very happy people. *Psychological Science, 13*, 81–84.
- Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment, 49*, 71–75.
- Diener, E., Inglehart, R., & Tay, L. (2013). Theory and validity of life satisfaction scales. *Social Indicators Research, 112*, 497–527.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R.E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology, 54*, 403–425.
- Diener, E., Suh, E., & Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology, 24*, 25–41.
- Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R.E., & Smith, H.L. (1999). Subjective well-being three decades of progress. *Psychological Bulletin, 125*, 276–302.
- Dishman, R.K., Saunders, R.P., Motl, R.W., Dowda, M., & Pate, R.R. (2009). Self-efficacy moderates the relation between declines in physical activity and perceived social support in high school girls. *Journal of Pediatric Psychology, 34*(4), 441–451.
- Easterlin, R.A. (2006). Life cycle happiness and its sources: Intersections of psychology, economics, and demography. *Journal of Economic Psychology, 27*(4), 463–482.
- Erikson, E.H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton.
- Eurostat. (2013). Average rating of satisfaction by domain, sex, age and educational attainment level. Iegūts 2016. g. 15. maijā no <http://appsso.eurostat.ec.europa.eu/nui/submitViewTableAction.do>.
- Extremera, N., Durán, A., & Rey, L. (2009). The moderating effect of trait meta-mood and perceived stress on life satisfaction. *Personality and Individual Differences, 47*(2), 116–121.
- Farrell, A.D., Henry, D.B., Schoeny, M.E., Bettencourt, A., & Tolan, P.H. (2010). Normative beliefs and self-efficacy for nonviolence as moderators of peer, school, and parental risk factors for aggression in early adolescence. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 39*, 800–813.
- Fergusson, D.M., McLeod, G.F.H., & Horwood, J.L. (2013). Childhood sexual abuse and adult developmental outcomes: Findings from a 30-year longitudinal study in New Zealand. *Child Abuse & Neglect, 37*, 664–674.

- Festinger, T., & Baker, A. (2010). Prevalence of recalled childhood emotional abuse among child welfare staff and related well-being factors. *Children and Youth Services Review* 32, 520–526.
- Foster, J.M., & Hagedorn, W.B. (2014). Through the eyes of the wounded: A narrative analysis of children's sexual abuse experiences and recovery process. *Journal of Child Sexual Abuse*, 23(5), 538–557.
- Fraad, H. (2008). Child abuse and crime. *The Journal of Psychohistory*, 36(1), 85–87.
- Froh, J.J., Fives, C.J., Fuller, J.R., Jacofsky, M.D., Terjesen, M.D., & Yurkewicz, C. (2007). Interpersonal relationships and irrationality as predictors of life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 2, 29–39.
- Furnham, A., & Cheng, H. (2000). Perceived parental behaviour, self-esteem and happiness. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 35, 463–470.
- Gwozdz, W., & Sousa-Poza, A. (2010). Ageing, health, and life satisfaction of the oldest old: An analysis for Germany. *Social Indicators Research*, 97, 397–417.
- Hatzigeorgiadis, A., Zourbanos, N., Goltsios, C., & Theodorakis, Y. (2008). Investigating the functions of self-talk: The effects of motivational self-talk on self-efficacy and performance in young tennis players. *The Sport Psychologist*, 22, 458–471.
- Hughes, K., Lowey, H., Quigg, Z., & Bellis A.M. (2016). Relationships between adverse childhood experiences and adult mental well-being: results from an English national household survey. *BMC Public Health*, 16(222), 1–11.
- Jouriles, E.N., McDonald, R., Slep, A.M., Heyman, R.E., & Garrido, E. (2008). Child abuse in the context of domestic violence: Prevalence, explanations, and practice implications. *Violence and Victims*, 23(2), 221–235.
- Kim, J., & Cichetti, D. (2003). Social self-efficacy and behavior problems in maltreated and nonmaltreated children. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 32(1), 106–117.
- Krug E.G., Dahlberg L.L., Mercy J.A., Zwi A.B., & Lozano R. (2002). *World report on violence and health*. Geneva, World Health Organization, 1–56.
- Kuppens, P., Ceulemans, E., Timmerman, M.E., Diener, E., & Kim-Prieto, C. (2006). Universal intracultural and intercultural dimensions of the recalled frequency of emotional experience. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 37, 491–515.
- Lambie, G.W. (2005). Child abuse and neglect: A practical guide for professional school counselors. *Professional School Counseling*. 8(3), 249–264.

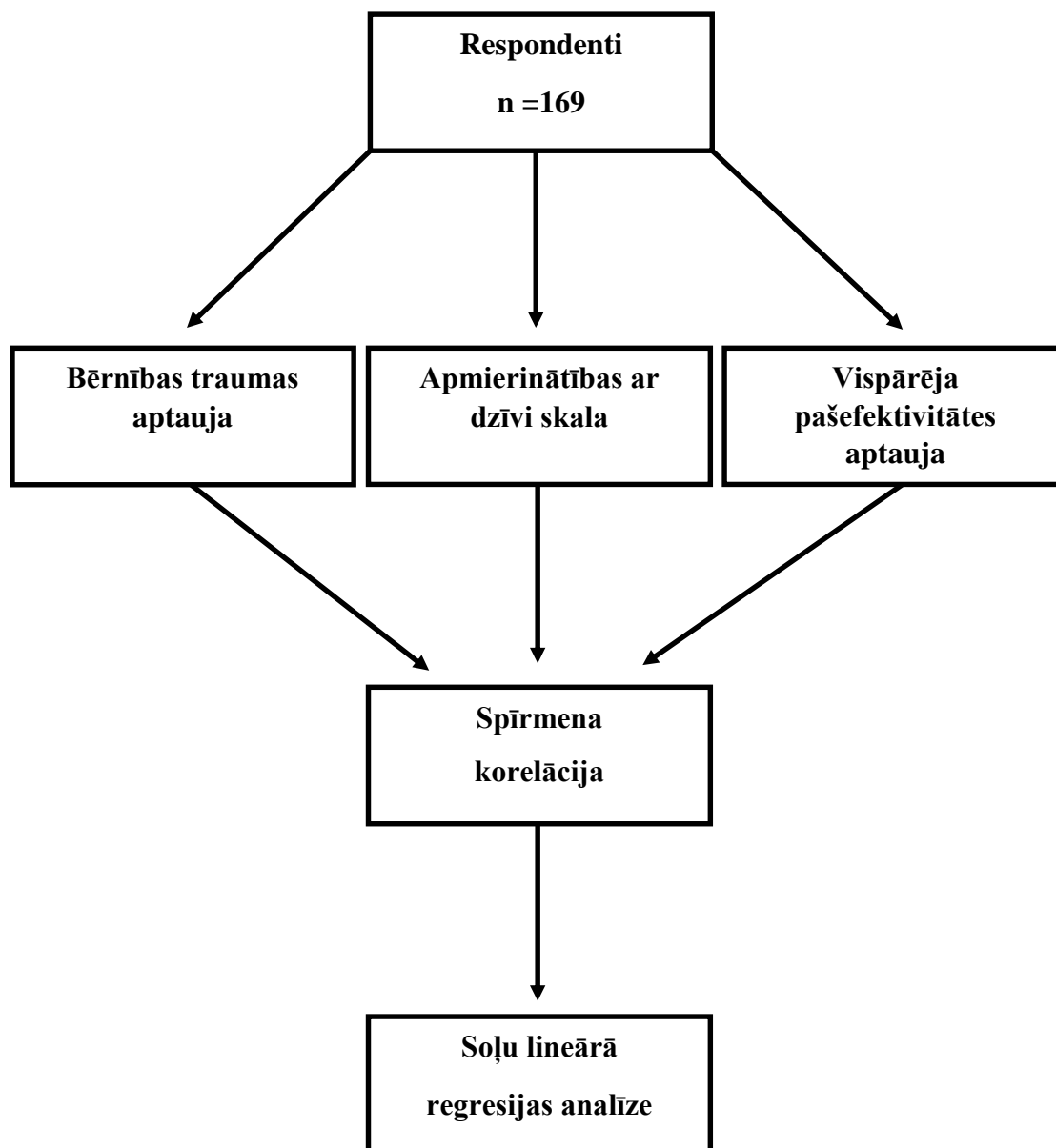
- Lamoureux, B.E., Palmieri, P.A., Jackson, A.P., & Hobfoll, S.E. (2011). Child sexual abuse and adulthood-interpersonal outcomes: Examining pathways for intervention. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 4(6), 605–613.
- Larsen, C.D., Sandberg, J.G., Harper, J.M., & Bean, R. (2011). The effects of childhood abuse on relationship quality: Gender differences and clinical implications. *Family Relations*, 60(4), 435–449.
- Layous K., Nelson, S.K., & Lyubomirsky, S. (2012). What is the optimal way to deliver a positive activity intervention? The case of writing about one's best possible selves. *Journal of Happiness Studies*, 14, 635–654.
- Lee, J.Y., & Im, G.S. (2007). Self-enhancing bias in personality, subjective happiness, and perception of life events: A replication in a Korean aged sample. *Aging and Mental Health*, 11, 57–60.
- Leidy, S.M., Guerra, G.N., & Toro, I.R. (2010). Positive parenting, family cohesion, and child social competence among immigrant latino families. *Journal of Family Psychology*, 24(3), 252–260.
- Lewinsohn, P.M., Redner, J.E., & Seeley, J.R. (1991). The relationship between life satisfaction and psychosocial variables: New perspectives. In F. Strack, M. Argyle, & N. Schwarz (Eds.), *Subjective well-being: An interdisciplinary perspective* (pp. 141–169). New York: Pergamon Press.
- Lucas, R.E., Diener, E., & Suh, E. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 616–628.
- Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than others? The role of cognitive and motivational processes in well-being. *American Psychologist*, 56, 239–249.
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131, 803–855.
- Maher, J.P., Doerksen, S.E., Elavsky, S., Hyde, A.L., Pincus, A.L., Ram, N., & Conroy, D.E. (2013). A daily analysis of physical activity and satisfaction with life in emerging adults. *Health Psychology*, 32(6), 647–656.
- Maltby, J., Day, L., & Barber, L. (2005). Forgiveness and happiness. The different contexts of forgiveness using the distinction between hedonic and eudaimonic happiness. *Journal of Happiness Studies*, 6, 1–13.
- Martikainen, L. (2009). The many faces of life satisfaction among finnish young adults. *Journal of Happiness Studies*, 10, 721–737.

- Mileviciute, I., Scott, W.D., & Mousseau, A.C. (2014). Alcohol use, externalizing problems, and depressive symptoms among American Indian youth: The role of self-efficacy. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 40(4), 342–348.
- Miller, C.H., Lane, L.T., Deatrick, L.M., Young, A.M., & Potts, K.A. (2007). Psychological reactance and promotional health messages: The effects of controlling language, lexical concreteness, and the restoration of freedom. *Human Communication Research*, 33, 219–240.
- Myers, D.G., & Diener, E. (1995). Who is happy. *Psychological Science*, 6(1), 10-18.
- Nota, L., Ferrari, L., Solberg, V.S.H., & Soresi, S. (2007). Career search self-efficacy, family support, and career indecision with Italian youth. *Journal of Career Assessment*, 15(2), 181–193.
- Nouwen, A., Urquhart, L.G., Hussain, S., McGovern, S., & Napier, H. (2009). Comparison of the role of self-efficacy and illness representations in relation to dietary self-care and diabetes distress in adolescents with type 1 diabetes. *Psychology of Health*, 24, 1071–1084.
- Pajares, F., & Miller, M.D. (1994). Role of self-efficacy and self-concept beliefs in mathematical problem solving: A path analysis. *Journal of Educational Psychology*, 86, 193–203.
- Pavot, W., & Diener, E. (2004). The subjective evaluation of well-being in adulthood: Findings and implications. *Ageing International*, 29, 113–135.
- Pepin, E., & Banyard, V. (2006). Social support: A mediator between child maltreatment and developmental outcomes. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 617–630.
- Petersen, A.C., Joseph, J., & Feit, M.N. (2014). *New Directions in Child Abuse and Neglect, Research*. Institute of Medicine and National Research Council. Washington, District of Columbia : National Academies Press.
- Pierce, J., Abbey, A., & Wegner, R. (2015). Mediators of the association between childhood emotional maltreatment and young adult men's life satisfaction. *Journal of Interpersonal Violence*, 1–22.
- Pirsko, L. (2010). Piesaistes stila saistība ar uzvedības traucējumiem un bērnu un vecāku vardarbības pieredzi. Npublicēts Promocijas darbs. Latvijas Universitāte.
- Pritchard, C. (2004) *The Child Abusers: Research and Controversy*. London: Open University Press.
- Romeo, F.F. (2000). The educator's role in reporting the emotional abuse of children. *Journal of Instructional Psychology*, 27(3), 183–186.

- Rudy, B.M., Davis, T.E. & Matthews, R.A. (2014). Cognitive indicators of social anxiety in youth: A structural equation analysis. *Behavior Therapy*, 45(1), 116–125.
- Schiffirin, H.H., & Nelson, K.S. (2010). Stressed and happy? Investigating the relationship between happiness and perceived stress. *Journal of Happiness Studies*, 11, 33–39.
- Schulenberg, J.E., Bryant, A.L., & O'Malley, P.M. (2004). Taking hold of some kind of life: how developmental tasks relate to trajectories of well-being during the transition to adulthood. *Development and Psychopathology*, 16(4), 1119-1140.
- Schwarz, N., & Clore, G.L. (2007). Feelings and phenomenological experiences. In E.T. Higgins, & A.W. Kruglanski (Eds.), *Social psychology: Handbook of basic principles* (2nd ed., 385–407). New York: Guilford Press.
- Sebre, S., Sprugevica, I., Novotni, A., Bonevski, D., Pakalniskiene, V., Propescu, D., Turchina, T., Friedrich, W., & Lewis, O. (2004). Cross-cultural comparisons of child-reported emotional and physical abuse: rates, risk factors and psychosocial symptoms. *Child Abuse & Neglect*, 28, 113–127.
- Seligman, M.E.P. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. In C.R. Snyder, & S.J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 3–9). New York: Oxford University Press.
- Settersten, R.A., Furstenberg, F.F., & Rumbaut, R.G. (2005). *On the Frontier of Adulthood: Theory, Research, and Public Policy*. Chicago: University of Chicago Press.
- Singer, J.M., Humphreys, L.K., & Lee, S.S. (2012). Coping self-efficacy mediates the association between child abuse and ADHD in adulthood. *Journal of Attention Disorders*, 20(10), 1–9.
- Solberg, V.S., & Viliarreal, P. (1997). Examination of self-efficacy, social support, and stress as predictors of psychological and physical distress among Hispanic college students. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 19 (2), 182–201.
- Steele, M.M., Daratha, K.B., Bindler, R.C., & Power, T.G. (2011). The relationship between self-efficacy for behaviors that promote healthy weight and clinical indicators of adiposity in a sample of early adolescents. *Health Education and Behavior*, 38, 596–602.
- Stephens, M.A.P., Franks, M.M., Rook, K.S., Iida, M., Hemphill, R.C., & Salem, J.K. (2013). Spouses attempts to regulate day-to-day dietary adherence among patients with type 2 diabetes. *Health Psychology*, 32, 1029–1037.
- Stirling, J., & Jackson, A.L. (2008). Understanding the behavioral and emotional consequences of child abuse. *Pediatrics*, 122(3), 667–673.

- Stone, A.A., Schwartz, J.E., Broderick, J.E., & Deaton, A. (2010). A snapshot of the age distribution of psychological well-being in the United States. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, *107*, 9985–9990.
- Suh, E., Diener, E., Oishi, S., & Triandis, H.C. (1998). The shifting basis of life satisfaction judgments across cultures: Emotions versus norms. *Journal of Personality and Social Psychology*, *74*, 482–493.
- Suldo, S.M., & Huebner, E.S. (2004). Does life satisfaction moderate the effects of stressful life events on psychopathological behavior in adolescence? *School Psychology Quarterly*, *19*, 93–105.
- Suldo, S.M., & Huebner, E.S. (2006). Is extremely high life satisfaction during adolescence advantageous? *Social Indicators Research*, *78*, 179–203.
- Takashi, O., & Kobayashi, M. (2011). Area-level income inequality and individual happiness: Evidence from Japan. *Journal of Happiness Studies*, *12*, 633–649.
- Thomas, R.N., & Joseph, V.M. (2015). Family strength predictors of adolescent life satisfaction: A strength based study done in Kerala. In A. Francis, A.L. Rosa, L. Sankaran, & S.P. Rajev (Eds.), *Social work practice in mental health: Cross-cultural perspectives* (pp. 41–53). New Delhi: Allied Publishers.
- Upmane, A. (2010). Apmierinātību ar dzīvi prognozējošie faktori: kvantitatīva un kvalitatīva analīze. Npublicēts Promocijas darbs. Latvijas Universitāte.
- Veenhoven, R. (1994). Is happiness a trait? *Social Indicators Research*, *32*, 101–160.
- Weber, M., & Huebner, E.S. (2015). Early adolescents' personality and life satisfaction: A closer look at global vs. Domain-specific satisfaction. *Personality and Individual Differences*, *83*, 31–36.
- Wise, J.B., & Trunnell, E.P. (2001). The influence of sources of self-efficacy upon efficacy strength. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, *23*, 268–280.
- Wong, C.W.W., Leung, W.S.P., Tang, S.K.C., Chen, W.Q., Lee, A., & Ling, C.D. (2009). To unfold a hidden epidemic: Prevalence of child maltreatment and its health implications among high school students in Guangzhou, China. *Child Abuse & Neglect*, *33*(7), 441–450.
- Yeo S.L., & Tan K. (2012). Attributional style and self-efficacy in Singaporean adolescents. *Australian Journal of Guidance and Counselling*, *22*(1), 81–101.
- Yilmaz, H., & Arsalan, C. (2013). Subjective well-being, positive and negative affect in Turkish University students. *The Online Journal of Counseling and Education*, *2*(2), 1–8.

1. PIELIKUMS: PĒTĪJUMA SHĒMA



Maģistra darbs „**Jauniešu pašefektivitātes un apmierinātības ar dzīvi saistība ar vardarbības pieredzi bērnībā**” 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: **Ivars Košķins** _____

(personiskais paraksts)

Rekomendēju/nerekomendēju darbu aizstāvēšanai

Vadītāja: **prof. Dr. psych. Sandra Sebre** _____

(personiskais paraksts, datums)

Recenzents: _____

(ieņemamais amats, vārds, uzvārds, personiskais paraksts, datums)

Darbs iesniegts Psiholoģijas nodaļā 01.06.2016.

Dekāna pilnvarotā persona: vecākā lietvede Ruta Trautmane _____

(personiskais paraksts)

Darbs aizstāvēts Psiholoģijas profesionālā maģistra gala pārbaudījuma komisijas sēdē
10.06.2016. prot. Nr. _____

Komisijas sekretāre: _____

(ieņemamais amats, vārds, uzvārds, personiskais paraksts)