

LATVIJAS UNIVERSITĀTE
PEDAGOĢIJAS, PSIHOĢIJAS UN MĀKSLAS FAKULTĀTE
PSIHOĢIJAS NODAĻA

**TENDENCES IZJUST VAINU, PROSOCIĀLAS ORIENTĀCIJAS UN DUSMU
REAKCIJU SAISTĪBA**

BAKALaura DARBS

Autors: **Daiga Zadināne**

Studenta apliecības Nr.: dz12045

Darba vadītājs: docente Dr. psych. Anda Gaitniece-Putāne

RĪGA 2018

ANOTĀCIJA

Šī bakalaura darba mērķis bija noteikt, vai/kādas saistības 19–25 gadus vecu studentu izlasē pastāv starp tendenci izjust vainu, prosociālu orientāciju un dusmu reakcijām. Korelatīva dizaina pētījumā 114 studentu (19 vīriešu, 95 sievietes) izlasē ($M=21,78$ gadi, $SD=1,99$) tika izmantota Vainas izjūtas kā personības iezīmes skala no Vainas izjūtas aptaujas, Prosociālās orientācijas aptauja un Dusmu reakciju aptauja. Rezultātu analīze neuzrādīja saistību starp tendenci izjust vainu un prosociālu orientāciju, savukārt tendence izjust vainu statistiski nozīmīgi korelēja ar dusmu ruminēšanu. Apstiprinājās statistiski nozīmīga pozitīva saistība uz citiem orientētai empātijai ar konstruktīvi izpaustām dusmām, pretēji – negatīva ar agresīvi izpaustām dusmām.

Atslēgas vārdi: tendence izjust vainu, prosociāla orientācija, dusmu reakcijas

ABSTRACT

The aim of this study was to determine whether/what links there are among guilt proneness, prosocial orientation and anger responses in a sample of 18–25 years old students. Trait guilt scale from Guilt Inventory, The Prosocial Personality Battery and Behavioral Anger Response Questionnaire were used in a correlative study in a sample of 114 students (19 men, 95 women; $M=21,78$ years, $SD=1,99$). Analysis of results did not show a link between guilt proneness and prosocial orientation, whereas guilt proneness had a statistically significant correlation with rumination. A statistically significant positive link between other-oriented empathy and assertiveness was confirmed, just the opposite – there was a negative link between other-oriented empathy and direct anger-out.

Key words: guilt proneness, prosocial orientation, anger responses

SATURS

Ievads.....	5
Vainas izjūta un tendence izjust vainu	8
Prosociāla orientācija.....	11
Dusmas un dusmu reakcijas	14
Tendences izjust vainu, prosociālas orientācijas un dusmu reakciju saistība iepriekšējos pētījumos	16
Tendences izjust vainu un prosociālas orientācijas saistība.....	16
Tendences izjust vainu un dusmu reakciju saistība.....	17
Prosociālas orientācijas un dusmu reakciju saistība.....	18
Metode	20
Pētījuma dalībnieki.....	20
Instrumentārijs.....	20
Pētījuma procedūra.....	21
Rezultāti.....	22
Diskusija	28
Secinājumi	31
Izmantotās literatūras un avotu saraksts	32

IEVADS

Adaptīvai funkcionēšanai ir nepieciešama efektīva emociju regulācija (Caprara, Di Giunta, Pastorelli, & Eisenberg, 2013), kas iekļauj adaptīvu gan pozitīvo, gan negatīvo emociju ekspresiju un vadīšanu (Eisenberg & Spinrad, 2004) un ir saistīta ar optimālu sociālo funkcionēšanu (Bagozzi, Verbeke, & Gavino, 2003, kā minēts Caprara et al., 2013), kā arī cilvēku labklājību (Gross & John, 2003). Cilvēki būtiski atšķiras tajā, cik prasmīgi viņi tiek galā un kā vada savas emocionālās pieredzes ikdienas dzīvē. Tiek uzskatīts, ka emociju ietekmi uz cilvēku psihosociālo funkcionēšanu nosaka gan afektīvie cēloņi, gan gaidīto seku novērtējums (Caprara et al., 2013). Cilvēku funkcionēšana sociālajā vidē nes sev līdzi plašu spektru emociju un izjūtu, tai skaitā arī dusmas un vainas izjūtu.

Dusmas ir viena no bāzes emocijām, kuru atšķirīgā intensitātē un regularitātē piedzīvo katrs cilvēks. V. Lindens (W. Linden) ar kolēģiem nošķīris 6 dusmu reakcijas, kas attiecīgi ir konstruktīvi izpaustas dusmas, agresīvi izpaustas dusmas, sociālā atbalsta meklēšana, dusmu ruminēšana, izvairīšanās no dusmām un dusmu enerģijas pārnese darbībā (Linden et al., 2003). Tā kā mūsu kultūrā pret šo emociju nav viennozīmīgas attieksmes, tad, piedzīvojot un izreaģējot dusmas, cilvēki nereti jūtas vainīgi.

Vainas izjūta ir sarežģīts konstrukts, par kuru pētnieku vidū nav vienotības (Tilghman-Osborne, Cole, & Felton, 2010). Nav skaidrības ne par tā struktūru, ne ietekmi uz indivīdu funkcionēšanu. K. Kuglere (*K. Kugler*) ar kolēģi V. H. Džounsū (*W. H. Jones*) vainas izjūtu definē kā nepatīkamu, kompleksu emociju, kas saistāma ar atzīšanu, ka indivīds ir rīkojies neatbilstoši kādam personīgi nozīmīgam morāles principam (Kugler & Jones, 1992). Viņu izveidotā Vainas izjūtas aptauja, kas ietver vainas izjūtas kā personības iezīmes aspektu jeb tendenci izjust vainu, mēra galvenokārt dezadaptīvu vainu. Saistībā ar to ir būtiski nošķirt vainu no kauna, jo, neskatoties uz šķietamo līdzību, pētījumi uzrāda šo izjūtu atšķirīgas saistības ar citiem personības un sociālās uzvedības konstruktiem (Cohen, Wolf, Panter, & Insko, 2011; Tangney, Wagner, Fletcher, & Gramzow, 1992). Neskatoties uz konstrukta neskaidrību, ir zināms, ka vainas izjūta ir kompleksa kognitīvi afektīva emocija, kam ir ietekme uz sociālo funkcionēšanu, tai skaitā arī prosociālu rīcību. Adaptīva vainas izjūta veicina sociāli vēlamu uzvedību (Maltu & Krettenauer, 2013), savukārt dezadaptīva vainas izjūta, kas pozitīvi statistiski nozīmīgi saistīta ar personīgo distresu (Ishikawa & Uchiyama, 2000), liek domāt par egoistisku prosociālu motivāciju un fokusu uz sevi.

Lai gan agrāk par to nebija zinātniskas pārliecības, šobrīd ir pētījumi, kas pierāda prosociālas orientācijas konstrukta esamību (Penner & Finkelstein, 1998; Eisenberg et al., 2002). Prosociāla orientācija tika definēta kā “noturīga tendence domāt par citu cilvēku

labklājību un tiesībām, izjust rūpes un empātiju attiecībā uz šiem cilvēkiem un rīkoties viņu labā” (Penner & Finkelstein, 1998, 526). Tā ietver uz citiem orientētu empātiju, ko pamato afektīvi un kognitīvi aspekti, kā arī izpalīdzību, kas atspoguļojas uzvedības aspektā (Penner, Fritzsche, Craiger, & Freifeld, 1995). Papildus prosociāla orientācija saistīta ar labvēlīgumu kā personības iezīmi (Graziano & Eisenberg, 1997). Tas liek domāt, ka tā būs saistīta ar tādām reakcijām, kas neietver agresiju pret citiem, tātad arī dusmu reakcijām bez agresijas.

Līdz ar to ir pamats domāt, ka tendencei izjust vainu, prosociālai orientācijai un dusmu reakcijām vajadzētu būt saistītām citai ar citu, jo tās visas saistās ar cilvēku funkcionēšanu sociālajā vidē.

Ņemot vērā vainas konstrukta neskaidrību, tendences izjust vainu saistību ar prosociālu orientāciju un dusmu reakcijām ir grūti prognozēt, tomēr ir pamats domāt, ka dezadaptīvi izjusta vaina korelē ar zemāk attīstītu sociālo adaptivitāti (Malti & Krettenauer, 2013; Tangney et al., 1992). Papildus teorija norāda uz empātijas un agresijas saistību aspektiem, kas liek domāt par prosociālas orientācijas lomu dusmu reakciju izpausmēs, kā arī teorija atbalsta personīgā distresa saistību ar dusmu apspiešanu (Day, Mohr, Howells, Gerace, & Lim, 2012).

Šī pētījuma izlasei tika izvēlēti studējoši respondenti vecumā no 18 līdz 25 gadiem. Šo periodu var uzskatīt par jaunu pieaugušo posmu, kad nozīmīga loma ir gan karjeras izvēlei, mācībām un profesionālajai darbībai, gan partnerattiecību veidošanai, kas potenciāli spēcīgi ietekmē emocionālo sfēru, un visas šīs sfēras neizbēgami ietver sociālu mijiedarbību. Studentu izlasē sociālā mijiedarbība izpaužas regulāri un izteikti daudzveidīgi, piemēram, ir studenti, kas papildus studijām strādā vai kam jau ir bērni, tāpēc izjūtu un uzvedības adaptivitātes novērtējumam ir būtiska nozīme. Šajā vecumposmā personības iezīmes ir stabilizējušās un tām ir ietekme ne tikai uz sociālo funkcionēšanu, bet arī pielāgošanos un personīgo labklājību.

Pētījuma mērķis ir noteikt, vai/kādas saistības 19–25 gadus vecu studentu izlasē pastāv starp tendenci izjust vainu, prosociālu orientāciju un dusmu reakcijām, kas arī ir pētījuma *mainīgie lielumi*.

Pētījuma jautājumi: 1. Vai pastāv saistība (un, ja pastāv, tad kāda) starp tendenci izjust vainu un prosociālu orientāciju?; 2. Vai pastāv saistība (un, ja pastāv, tad kāda) starp tendenci izjust vainu un dusmu reakcijām?

Pētījuma hipotēzes: 1. Uz citiem orientētas empātijas faktoram un skalām, kas to veido, būs pozitīva saistība ar Konstruktīvi izpaustu dusmu skalu un negatīva saistība ar Agresīvi izpaustu dusmu skalu; 2. Personīgā distresa skala būs pozitīvi saistīta ar Dusmu ruminēšanas skalu un Izvairīšanās no dusmām skalu.

Pētījuma izlase: 114 Latvijas augstskolu studenti vecumā no 18 līdz 25 gadiem (19 vīrieši, 95 sievietes; $M=21,78$ gadi, $SD=1,99$).

Pētījuma dizains: korelatīvs pētījums.

Datu ievākšanas metodes: Vainas izjūtas kā personības iezīmes skala (*Trait guilt*) no Vainas izjūtas aptaujas (*Guilt Inventory*, Kugler & Jones, 1992), Prosociālās orientācijas aptauja (*The Prosocial Personality Battery (PSB)*, Penner, 2002) un Dusmu reakciju aptauja (*Behavioral Anger Response Questionnaire (BARQ)*, Linden et al., 2003).

Šo bakalaura darbu veido titullapa, anotācija latviešu un angļu valodā, saturs, ievads, 4 teorētiskās daļas nodaļas, metode, rezultāti, diskusija, secinājumi un izmantotās literatūras un avotu saraksts, kas ietver 52 atsauces uz citu autoru publikācijām.

VAINAS IZJŪTA UN TENDENCE IZJUST VAINU

Vainas izjūta ir nepatīkama, kompleksa emocija, kas saistāma ar atzīšanu, ka indivīds ir rīkojies neatbilstoši kādam personīgi nozīmīgam morāles principam (Kugler & Jones, 1992). Tātad tai ir gan afektīvais, gan kognitīvais aspekts. Morāles pārkāpumam nav viennozīmīgi jābūt reālam, tas var būt iedomāts, turklāt rīcībai, vai – pretēji – nespējai rīkoties noteiktā veidā, pēc indivīda domām, jābūt ar negatīvām sekām (Tilghman-Osborne et al., 2010). Neskatoties uz to, vainas izjūtai var būt gan adaptīvs, gan neadaptīvs rezultāts.

Adekvāti piedzīvotai vainas izjūtai var būt pozitīva loma normu ievērošanā, kā arī pārkāpuma gadījumā tā var veicināt atvairošanās un/vai atlīdzības motivāciju. Līdz ar to vainas izjūta tiek dēvēta par vienu no morāles emocijām, kas motivē ētisku uzvedību (Cohen et al., 2011; Caprara, Barbaranelli, Pastorelli, Cermak, & Rosza, 2001). Vidējs adaptīvas vainas izjūtas līmenis norāda uz biežu situācijai atbilstošu savas atbildības novērtējumu (Radke-Yarrow, Zahn-Waxler, & Chapman, 1983, kā minēts Roberts, Strayer, & Denham, 2014). Ņemot vērā vainas izjūtas adaptīvos aspektus, var teikt, ka tā ir nozīmīgs cilvēku ikdienas dzīvē novērojams konstrukts, kas saistāms ar morāles principiem, personības iezīmēm un pielāgošanos, tomēr vainas izjūtai ir arī dezadaptīvā puse.

Pārmērīga vainas izjūta, tāpat kā citas pārmērīgas emocijas var kļūt dezadaptīva, ja tā tiek izpausta intensīvi, bieži un nepiemēroti situācijas prasībām un personīgajām vajadzībām vai negatīvi ietekmē attiecības (Blum, 2008). Tā var būt saistīta ar disfunkcionālu, traucējošu pieredzi un uzvedību, kā arī klīniskiem traucējumiem tādiem kā depresija, trauksme, obsesīvi kompulsīvi traucējumi un ēšanas traucējumi (Kugler & Jones, 1992; Tilghman-Osborne et al., 2010). Piemēram, Pēc APA un DSM-IV, vainas izjūta ir diagnostisks kritērijs depresijas (*major depressive disorder*) diagnosticēšanā (Blum, 2008). Dezadaptīva vainas izjūta var novest pie situācijai neatbilstošas atbildības piedēvēšanas sev un sevis vainošanas (Caprara et al., 2001). Dažkārt vainas konstrukta pētnieku radītās definīcijas un mērinstrumenti fokusējas tieši uz vainas izjūtas dezadaptīvo pusi.

Aprakstot un mērot vainas konstruktu, pētnieku vidū nav vienotības. Piemēram, kādā rakstā (Tilghman-Osborne et al., 2010) tiek aplūkotas 23 dažādu autoru vainas definīcijas un viņu izveidotas 25 vainas izjūtu mērošanas metodes. Lai salīdzinātu to dažādību tiek izvirzītas dažādas pazīmes, kas norāda uz atšķirībām vai kas atsevišķām definīcijām un mērinstrumentiem piemīt vai nepiemīt: mērķauditorijas attīstības līmenis, saistība ar morāles pārkāpumiem, saistība ar sociālo normu pārkāpumiem, fokuss uz sevi, vainas izjūtas atdalīšana no sevis, reālas vai iedomātas publikas/cita cilvēka nozīme vai tādas nesvarīgums, uzvedības/aktivitātes loma, adaptivitāte vai dezadaptivitāte, nožēlas/atvairošanās motivācija,

atlīdzības un/vai situācijas uzlabošanas motivācija, personības iezīmes raksturs, specifikācija (apskata konkrētas situācijas vai laika periodus, kad izjūta vaina), sāpju klātesamība, atbildība kā būtisks vainas izjūtas aspekts, detalizētāks vainas izjūtas dalījums un citas pazīmes, kas varētu norādīt uz sajauktu mainīgo klātbūtni (būtiskākie no tiem – raizes/trauksme, kauns, skumjas/depresija). Tiek norādītas atšķirības ne vien starp dažādu autoru definīcijām un radītajām metodēm, bet arī nesaskaņotība starp definīcijām un mērinstrumentiem, kurus veidojuši vieni un tie paši pētnieki. Tātad definīcijas un instrumenta izvēle ir būtisks aspekts pētījumu rezultātu interpretācijā.

Ir būtiski nošķirt vainas un kauna izjūtu. Tās ir indivīda paša apzinātas kompleksas emocijas, kuru rašanās procesā loma ir pašrefleksijai un pašnovērtējumam, kā arī tās abas piedalās pašregulācijas procesos (Tracy & Robins, 2007), tomēr tās motivē dažāda veida uzvedību (Cohen et al., 2011; Tangney et al., 1992). Minētās emocijas var nošķirt divējādi. Var pieņemt, ka vainas izjūta rodas no indivīda paša apzināšanās, ka viņš ir pārkāpis kādu personīgi svarīgu principu, savukārt kauna izjūtu rada kāda ārēja norāde, ka veikts pārkāpums vai piedzīvota neizdošanās. Šāda veida nošķīrums saistīts ar privāto-publisko izjūtu aspektu (Cohen et al., 2011). Cits veids, kā atdalīt 2 iepriekš minētos konstruktus saistāms indivīda-uzvedības fokusa aspektu. Pieņemot šādu dalījumu, atšķiras negatīvā afekta fokuss. Vainas izjūtas gadījumā emocijas ir vērstas uz kādu konkrētu darbību vai neizdošanos to veikt. Indivīds izjūt sirdsapziņas pārmetumus vai nožēlu par šo darbību, kā arī spriedzi, kas bieži motivē vēlmi labot situāciju (Tangney et al., 1992). Kauna izjūtas gadījumā negatīvais afekts ir vērsts nevis uz konkrētu rīcību, bet pašu indivīdu. Tādējādi var apgalvot, ka vainas izjūta ir nepastāvīga, iekšēja, konkrēta emocija, kas vērsta uz indivīda rīcību, savukārt kauns ir pastāvīga, iekšēja emocija, kas vērsta vispārīgi uz indivīdu pašu (Tracy & Robins, 2004). Tendence izjust vainu, kas norāda uz personības dispozīciju, tiek uzskatīta par veselīgāku nekā tendence izjust kaunu, jo vainas izjūta adaptīvā līmenī motivē indivīdus labot viņu kļūdas, turpretī kauns veicina izvairīšanās motivāciju un sociāli nevēlamu uzvedību (Cohen et al., 2011; Tangney et al., 1992). Kauns motivē vēlmi apslēpt savas nepilnības, tāpēc var netikt apzināts vai norādīts. Vainas izjūta var būt aizsargmehānisms pret kaunu. Neskatoties uz minētajām vainas un kauna atšķirībām pastāv šaubas, vai realitātē var novērot atsevišķi kaunu vai vainas izjūtu, jo starp šiem konstruktiem ir vidēji cieša sakarība (Blum, 2008).

Kuglere ar kolēģi Džounsū ir radījuši Vainas izjūtas aptauju (*Guilt Inventory*, Kugler & Jones, 1992), kas norāda, ka vainas izjūtu var operacionalizēt 3 dažādos veidos. Pirmkārt, tā var tikt mērīta kā pārejošs afektīvs stāvoklis (*state guilt*). Otrkārt, vainas izjūtu var uzskatīt par noturīgu personības iezīmi, kuras pamatā ir pagātnē izdarīti pārkāpumi un psiholoģiski faktori (*trait guilt*). Šis operacionalizācijas veids atspoguļo tendenci izjust vainu, kas ir vainas

izjūtas kā personības iezīmes izteiktības pakāpe. Treškārt, var mērīt gatavību piedzīvot vainas izjūtu, pētot indivīda morāles vērtību stingrību. Jāņem vērā, ka, pēc šo pētnieku uzskatiem, vainas izjūta ietver morāles pārkāpšanu un var būt kā adaptīva, tā dezadaptīva, taču viņu radītā metode papildus ietver vainas izjūtas radītu fokusu uz sevi un uzvedības/aktivitātes aspektu, kā arī tā galvenokārt mēra vainas izjūtas dezadaptīvo šķautni un neizslēdz raizi/trauksmes kā sajaukta mainīgā iespējamību (Tilghman-Osborne et al., 2010). Minētā Vainas izjūtas aptauja ir tikai viens no daudziem dažādiem mērinstrumentiem, kas pieejami vainas konstrukta pētņiem.

Dažādās autoru norādītās pazīmes, kas veido atšķirīgas vainas definīcijas un ir pamatā vainas izjūtu mērošām metodēm norāda, ka vainas izjūta ir sarežģīts konstrukts, par kuru pētņiem vidū nav vienotības. Līdz ar to nav arī skaidrības par tā struktūru un ietekmi uz indivīdu funkcionēšanu. Ir būtiski nošķirt vainu no kauna, jo, neskatoties uz šķietamo līdzību, pētņumi uzrāda atšķirīgas saistības ar citiem personības un sociālās uzvedības konstruktiem. Jāizvērtē arī vainas izjūtas adaptivitāte. Viena no daudzām metodēm, ar ko mērīt vainas izjūtu, ir Kugleres un Džounsa radītā Vainas izjūtas aptauja, kas ietver vainas izjūtas kā personības iezīmes aspektu jeb tendenci izjust vainu, kas turklāt ir galvenokārt dezadaptīva un potenciāli saistāma ar trauksmi.

PROSOCIĀLA ORIENTĀCIJA

Ilgu laiku psihologu vidū nebija viennozīmīga viedokļa, vai vispār pastāv tāda altruistiska vai prosociāla personības orientācija, kas būtu noturīga laikā, atšķirtos dažādiem indivīdiem un izpaustos dažādās situācijās. Bija pētnieki (Piliavin, Dovidio, Gaertner, & Clark, 1981, kā minēts Eisenberg et al., 2002), kas uzskatīja, ka šādas iezīmes meklējumi ir lieki. Turpretī bija arī citi (piemēram, Penner & Finkelstein, 1998), kas domāja, ka cilvēki tomēr atšķiras pēc pakāpes, kādā viņi konsekventi pauž rūpes. Prosociāla orientācija tika definēta kā “noturīga tendence domāt par citu cilvēku labklājību un tiesībām, izjust rūpes un empātiju attiecībā uz šiem cilvēkiem un rīkoties viņu labā” (Penner & Finkelstein, 1998, 526). Šobrīd ir empīrisks pamats atzīt, ka prosociāla orientācija ir personību raksturojoša iezīme, ko pierāda arī longitudināli pētījumi (piemēram, Eisenberg et al., 2002).

Par prosociālas dispozīcijas sastāvdaļām var uzskatīt līdzjūtību, citu cilvēku perspektīvas ieņemšanu, palīdzēšanu viņiem un ierobežotā pakāpē arī empātiju, turklāt tiek sagaidīts, ka tās motivē altruistisku uzvedību (Penner et al., 1995). Empātiju var definēt kā emocionālu reakciju, ko izraisa cita cilvēka emocionālais stāvoklis un kas saskan ar to (Eisenberg & Fabes, 1998). Tiek uzskatīts, ka empātija ir ne tik daudz emocija kā emocionāli kognitīvs process. Vidējs līdz augsts empātijas līmenis norāda uz izjustu drošību un līdzību ar citiem (Sroufe, Egeland, & Carlson, 1999, kā minēts Roberts et al., 2014). Pētnieki (Eisenberg et al., 1994; Hoffman, 2000, kā minēts Eisenberg et al., 2002) norāda, ka empātiskas reakcijas bieži rezultējas līdzjūtībā, ko savukārt varētu skaidrot kā bažas un rūpes par kādu citu cilvēku, kam pamatā ir otra cilvēka emocionālā stāvokļa izpratne. Līdzjūtība ir pozitīvi saistīta ar prosociālu uzvedību, it īpaši tādu, ko pamato uz citiem orientētas emocijas un vērtības (Eisenberg & Fabes, 1998). Jāņem vērā, ka empātiskas reakcijas var izvērsties pārmērīgā empātiskā uzbudinājumā – personīgajā distressā, kas uzskatāms par uz sevi fokusētu emocionālu reakciju. Tiek uzskatīts, ka līdzjūtība ietver sevī uz citiem orientētu motivāciju, turpretī personīgais distress saistāms ar egoistisku motivāciju, kas vērsta uz sava emocionālā stāvokļa atvieglošanu (Batson, 1991, kā minēts Eisenberg et al., 2002). Tātad var teikt, ka līdzjūtība un tās pamatā esošā empātija, kā arī empātiska perspektīvas maiņa veicina palīdzošu uzvedību, un tās ir prosociālu personību raksturojošas iezīmes.

Vēl viena būtiska prosociālas funkcionēšanas sastāvdaļa ir prosociālā morālā spriešana, kas izpaužas indivīdu spriedumos un sociālajā uzvedībā (Eisenberg et al., 2002), kad tiek reflektētas morāles vērtības un to hierarhija palīdzēšanas kontekstos (Eisenberg, Hofer, Sulik, & Liew, 2014). Tā attīstās līdz ar vecumu un nostiprinās jauna pieaugušā vecumposmā (De Caroli, Falanga, & Sagone, 2014). Uz sevi orientētu jeb hedonistisku

morālo spriešanu, kas indivīdam sniedz personīgu labumu, attīstoties un nostiprinoties abstraktajai domāšanai, vairumā gadījumu nomaina uz citiem orientēta morālā spriešana, kas var būt vērsta uz citu cilvēku vajadzībām, sevis atzīšanas veicināšanu vai ietvert stereotipiskumu (rīkoties atbilstoši morālei). Augstākā morālās spriešanas pakāpe ir tās internalizētā forma, kas nosaka, ka indivīds ir motivēts palīdzēt citiem, pamatojoties uz atbildību, taisnīgumu un rūpēm par citu cilvēku labklājību. Ar prosociālu morālo spriešanu saistās jau minētā empātija un līdzjūtība, kas ir kā motivējoši faktori rīcībai, kas pamatota morāles principos, kā arī kas stimulē jau minēto internalizēto morālo spriešanu (Hoffmann, 1987; Eisenberg et al., 2002). Var teikt, ka prosociālas uzvedības pamatā var būt dažādi morālās spriešanas motīvi, kuru augstākā forma atspoguļojas internalizētajā morālajā spriešanā.

Norādot uz prosociālas dispozicijas esamību, ar prosociālu motivāciju statistiski nozīmīgi saistās labvēlīgums kā personības iezīme (Graziano & Eisenberg, 1997). Pastāv uzskats, ka labvēlīguma uzvedības izpausmes un strukturālās īpašības var skaidrot ar motivāciju uzturēt labas attiecības ar citiem cilvēkiem. Tātad ir pētnieki, pēc kuru domām, prosociāla motivācija ir dažādas ar labvēlīgumu saistītas sociālas uzvedības pamatā, kā, piemēram, tā var ietekmēt konfliktu risināšanas stratēģiju lietojumu, sadarbību un sociālo atsaucību. Kādā pētījumā tieši respondenti ar izteiktāku labvēlīgumu bija tie, kas biežāk piedāvāja palīdzību citiem (Graziano, Habashi, Sheese, & Tobin, 2007). Papildus šī pētījuma rezultāti norāda, ka korelāciju starp labvēlīgumu un turpmāko palīdzības uzvedību mediē empātiskas rūpes, turpretī personīgajam distresam šādā korelācijā lomas nav.

Prosociālo ieviržu pētnieks L. Penner (*L. Penner*) ir izveidojis Prosociālās orientācijas aptauju (*The Prosocial Personality Battery (PSB)*, Penner, 2002), kas norāda uz detalizētu prosociālas orientācijas konstrukta struktūru. Tā ietver sociālo atbildību, empātiju (precīzāk – empātiskas raizes, perspektīvas maiņu), morālo spriešanu (gan uz citiem orientētu, gan saistītu ar raizēm par sevi un citiem), kā arī altruismu. Aptauja dod iespēju noteikt arī personīgo distresu, un kopumā tiek aprēķināti 2 faktori, kas tad arī ir prosociālas orientācijas pamatā: Uz citiem orientēta empātija, kas fokusējas uz prosociālām domām un izjūtām (norāda uz predispoziciju gan afektīvi, gan kognitīvi piedzīvot empātiju, just atbildību un rūpes par citu cilvēku labklājību un veikt atbilstošus morāles spriedumus), un Izpalīdzība, kuras pamatā ir prosociāla uzvedība (ietver norādes uz palīdzēšanas pieredzi, kas nesaistās ar uz sevi orientētu diskomfortu, kad cits indivīds piedzīvo izteiktu distresu) (Penner et al., 1995).

Kopumā var teikt, ka ir pētījumi, kas pierāda prosociālas orientācijas konstrukta esamību. Šis konstrukts ietver uz citiem orientētu empātiju, ko pamato afektīvi un kognitīvi

aspekti, kā arī izpalīdzību, kas atspoguļojas uzvedības aspektā. Papildus prosociāla orientācija saistīta ar labvēlīgumu kā personības iezīmi.

DUSMAS UN DUSMU REAKCIJAS

Dusmas tiek definētas kā akūta, emocionāla atbildes reakcija, kas atkarīga no notikuma novērtējuma un tam piešķirtās nozīmes (Arnold, 1960, kā minēts Linden et al., 2003). Šī emocija ietver provokācijas elementu, kas ir kā signāls aktīvai atbildes reakcijai. Dusmas tiek uzskatītas par pārejošu pārdzīvojumu (Linden et al., 2003). Ir būtiski nošķirt dusmas no naidīguma, kas tiek saprasts kā stabila indivīdu raksturojoša iezīme, nevis emocija. Tas ietver riebumu, sašutumu, nicinājumu un aizvainojumu un liek domāt par cilvēku tendenci bieži piedzīvot dusmas (Plutchik, 1980, kā minēts Linden et al., 2003). Savukārt dusmas un agresijas konstruktus saista neadaptīva agresīvi pausta dusmu atbildes reakcija (Linden et al., 2003). Tātad dusmas var būt saistītas ar naidīgumu un/vai agresiju, bet ir nošķirams jēdziens.

Dusmas ir viena no bāzes emocijām, kam ir evolucionāri nozīmīga loma cilvēka funkcionēšanā, līdz ar to tās prasa minimālus kognitīvos resursus un rada ātru, dažreiz pat automātisku reakciju (Izard, 2011, kā minēts Caprara et al., 2013). Šādas nepārdomātas reakcijas galvenokārt tiek saistītas ar tuvošanās un uzbrukuma stratēģijām (Saarni, Campos, Camras, & Witherington, 2006, kā minēts Caprara et al., 2013). Dusmas atspoguļo reakciju uz negaidītu un/vai nevēlamu notikumu, kas bieži ietver draudus, vainošanu vai zaudējumu un kas traucē apmierināt indivīda vajadzības vai vēlmes. Tās prasa piemērotu regulāciju, lai netiktu apdraudēta indivīda paša pielāgošanās un labklājība (Caprara et al., 2013). Var teikt, ka dusmas ir viena no pamata emocijām, kas prasa adekvātu apstrādi.

Sociālo konfliktu modelis (Linden, 1993, kā minēts Linden et al., 2003) paredz, ka ir saistība starp dusmām un veselību un ka tai ir līklīnijas raksturs, kur adaptīvi dusmu izpausmes veidi atrodas pa vidu starp pasivitāti un agresiju (Linden, 1993, kā minēts Linden et al., 2003). Savukārt dusmu apspiešana, kā arī to atklāti agresīva izreaģēšana tiek saistīta ar salīdzinoši augstāku asinsspiedienu (Linden & Lamensdorf, 1990, kā minēts Linden et al., 2003), kas norāda uz zemāku veselības pakāpi. Agrāks dusmu pētnieku šī konstrukta dalījums – uz iekšu (*anger-in*) un uz āru (*anger-out*) vērstas dusmas (Spielberger, Johnson, Russel, & Crane, 1985, kā minēts Linden et al., 2003) – nespēj pilnīgi atspoguļot minēto līklīnijas rakstura saistību (Linden et al., 2003). Tātad ir dažādi dusmu izpausmes veidi, kas atšķiras pēc sava rakstura un kam ir atšķirīga saistība ar veselību.

Lindens ar kolēģiem, izmantojot faktorānāli, ir nošķīris 6 dusmu reakcijas: konstruktīvi izpaustas dusmas, agresīvi izpaustas dusmas, sociālā atbalsta meklēšana, dusmu ruminēšana, izvairīšanās no dusmām un dusmu enerģijas pārnese darbībā. Konstruktīvi izpaustas dusmas varētu tikt raksturotas kā adekvāti paustas dusmas – tā ir aktīva, tomēr

neagresīva stratēģija, kas ietver mijiedarbību ar dusmu izraisītāju un ir vērsta uz konstruktīvu dusmu izpaušanu vai dusmas izraisījušā notikuma risināšanu. Pretēji – agresīvi izpaustas dusmas ietver ārējas, neadekvātas dusmu izpausmes. Sociālā atbalsta meklēšana ir vērsta uz ārēja emocionāla atbalsta gūšanu. Izvairīšanās no dusmām atspoguļo dusmu izstumšanu vai apzinātu izvairīšanos no tām, to raksturo pasivitāte un apspiešana. Dusmu ruminēšana attiecas uz kognitīvu dusmu provokācijas elementa izspēlēšanu, kam trūkst ārēju dusmu izpausmju. Dusmu enerģijas pārnese darbībā ir tieša, tomēr neagresīva stratēģija, un tā ietver dusmu pārnese uz citām aktivitātēm (Linden et al., 2003). Visas minētās dusmu reakcijas, izņemot dusmu ruminēšanu, ir saderīgas ar sociālo konfliktu modeli, kur apspiešanas-agresijas spektrs izpaužas šādā secībā: izvairīšanās no dusmām, dusmu enerģijas pārnese darbībā, sociālā atbalsta meklēšana, konstruktīvi izpaustas dusmas, agresīvi izpaustas dusmas (Linden et al., 2003). Lai gan dusmu ruminēšana minētajā modelī netiek iekļauta, tā tiek uzskatīta par neadaptīvu dusmu reakciju. Tātad 5 no 6 Lindena un kolēģu norādītajām dusmu reakcijām ir saskanīgas ar sociālo konfliktu modeli, kas norāda uz to saistību ar veselību.

Sievietēm salīdzinājumā ar vīriešiem piemīt lielāka tendence apspiest dusmas vai pārnest tās somatiskos simptomos (Haynes, Levine, Scotch, Feinleib, & Kannel, 1987, kā minēts Linden et al., 2003). Vīrieši savukārt biežāk uzrāda fiziski vai verbāli agresīvas dusmu reakcijas (Harris, 1992a, kā minēts Linden et al., 2003). Dzimums saistāms arī ar atšķirīgiem efektivitātes priekšstatiem saistībā ar dažādām dusmu atbildes reakcijām. Sievietes bieži vien garastāvokļa uzlabošanas saista ar dusmu novirzīšanu citās darbībās, turpretī vīrieši – ar agresīvu uzvedību (Harris, 1992b, kā minēts Linden et al., 2003). Minētais norāda, ka dusmu izpausmes dažkārt var tikt saistītas ar dzimumu.

Kopumā, apskatot dusmu jēdzienu, var teikt, ka dusmas var raksturot kā bāzes emociju, ko rada neapmierinātas vajadzības vai vēlmes. Šis konstrukts ir nošķirams no naidīguma un agresijas. Lindens ar kolēģiem ir nošķīris 6 dusmu reakcijas, kas lielā mērā pieskaņojamas sociālo konfliktu modelim, tādējādi norādot uz saistību ar veselību. Papildus dusmu izpausmēs dažkārt būtiska loma ir dzimumam.

TENDENCES IZJUST VAINU, PROSOCIĀLAS ORIENTĀCIJAS UN DUSMU REAKCIJU SAISTĪBA IEPRIEKŠĒJOS PĒTĪJUMOS

Emocijas ietekmē uzvedību, jo virza rīcību un piedalās situāciju novērtējumā (Roberts et al., 2014). Ir atklātas dažādas sakarības, ņemot vērā, ka empātijai, vainas izjūtai un dusmām vajadzētu būt saistītām citai ar citu, jo tās ietekmē līdzīga socializācijas pieredze (Saarni et al., 2006, kā minēts Roberts et al., 2014). Tālāk tiks aprakstītas dažas no agrākos pētījumos atklātām sakarībām starp tendenci izjust vainu, prosociālu orientāciju un dusmu reakcijām, kas ir pamatā šī darba jautājumu un hipotēžu izvirzīšanai.

Tendences izjust vainu un prosociālas orientācijas saistība

Atbilstoši iepriekš teorijā aprakstītajam, rezultātus, kas uzrāda saistību starp vainu un prosociālām ievirzēm, būtiski ietekmē izvēlēta vainas izjūtas definīcija un mērinstruments. Īpaši svarīgi, vai vaina tiek uzskatīta par adaptīvu, vai dezadaptīvu.

Adaptīvai vainas izjūtai ir būtiska loma sociāli vēlamās uzvedības īstenošanā (Malti & Krettenauer, 2013). Pētījumos studentu izlasēs ir atklātas statistiski būtiskas, pozitīvas korelācijas starp augstāku tendenci izjust adaptīvu vainu un augstākiem rādītājiem saistībā ar ētisku, prosociālu uzvedību, kā arī negatīvas korelācijas starp augstāku tendenci izjust adaptīvu vainu un neētisku, antisociālu uzvedību. Ir noskaidrots (Stuewig, Tangney, Heigel, Harty, & McCloskey, 2010; Cohen et al., 2011), ka augstāka tendence izjust adaptīvu vainu ir pozitīvi saistīta ar empātiskām rūpēm, empātisku perspektīvas maiņu, vispārpieņemtu morāli un morāles identitāti, kas nosaka morāles principu iekļaušanu indivīda kognitīvajā “Es-shēmā” un kas ārēji izpaužas viņa rīcībā. Negatīvas korelācijas savukārt tiek uzrādītas starp augstāku tendenci izjust adaptīvu vainu un dusmām, naidīgumu, kā arī fizisku un verbālu agresiju (Stuewig et al., 2010; Cohen et al., 2011). Papildus augstāka adaptīva vainas izjūta pozitīvi korelē ar tādām personības iezīmēm kā labvēlīgums un apzinātība. Citā pētījumā (Cohen et al., 2011) pieaugušo izlasē ir atklāta statistiski nozīmīga, pozitīva korelācija starp adaptīvas vainas izjūtas aspektiem (negatīvs savas rīcības, par ko tiek izjusta vaina, novērtējums un uzvedība, kas vērsta uz šīs situācijas labošanu) un altruismu. Kopumā pētījumi norāda, ka cilvēki ar augstāku tendenci izjust adaptīvu vainu retāk uzrāda antisociālu uzvedību. Personības aspektā viņi ir empātiskāki, labvēlīgāki, altruistiskāki un ar augstākiem apzinātības rādītājiem. Papildus viņus raksturo augstāka motivācija labot situāciju. Var teikt, ka tendencei izjust adaptīvu vainu ir sava loma ētisku lēmumu pieņemšanas un morālei

atbilstošas uzvedības paredzēšanā, tomēr jāatceras, ka vainas konstrukta adaptivitāte nav viennozīmīga.

Kādā pētījumā (Ishikawa & Uchiyama, 2000), kurā tika izmantota Vainas izjūtas aptauja, kas, pamatojoties uz vainas izjūtas mērinstrumentu pārskata rakstu (Tilghman-Osborne et al., 2010), mēra galvenokārt tās dezadaptīvo pusi, tika atklāta pozitīva saistība starp Vainas izjūtas kā personības iezīmes skalu un Fantāzijas un Personīgā distresa skalām no Interpersonālās reaktivitātes indeksa (*Interpersonal Reactivity Index*, Davis, 1980). Fantāzijas skala mēra pakāpi, kādā cilvēks spēj ieņemt iztēles tēla (*fictional character*) perspektīvu, kas ir empātijas kognitīvais komponents. Personīgais distress savukārt ir empātijas afektīvais aspekts. Tātad varētu pieņemt, ka dezadaptīva vainas izjūta, iespējams, saistās ar augstāku personīgo distresu un egoistiskas motivācijas prosociālu rīcību, kas atkārtoti norāda uz vainas konstrukta atšķirīgajām adaptivitātes šķautnēm.

Tendences izjust vainu un dusmu reakciju saistība

Augstāka tendence izjust vainu, kas nerasniedz kauna izjūtu, veicina atbildības uzņemšanos konfliktsituācijās, turklāt nesaistās ar citu vainošānu (Tangney et al., 1992). Tomēr arī vainas un dusmu saistību pētīšanā jāņem vērā vainas izjūtas adaptivitātes aspekts.

Adaptīvai vainas izjūtai ir negatīva korelācija ar dusmu uzbudinājumu, naidīgumu un aizvainojumu, kā arī fizisku un verbālu agresiju (Stuewig et al., 2010; Cohen et al., 2011). Tā kā adaptīva vainas izjūta norāda uz pozitīvu saikni ar empātiju (Tangney, 1991; Cohen et al., 2011; Roberts et al., 2014), tiek sagaidīts, ka indivīdi ar augstāku tendenci izjust adaptīvu vainu būs mazāk naidīgi nekā tie, kam tendence izjust vainu ir zema, vai tie, kas izjūt kaunu (Tangney et al., 1992). Tātad adaptīvi izjusta vaina varētu būt pamatā adaptīvām dusmu reakcijām, kas nesakrīt ar dezadaptīvas vainas ietekmi uz šīs emocijas izpausmēm.

Kādā pētījumā, kur tika apskatīta ruminēšana kā mediators starp vainas izjūtu un depresiju, kā arī kauna izjūtu un depresiju, tika uzrādīta statistiski nozīmīga, pozitīva saistība starp vainu un ruminēšanu (Orth, Berking, & Burkhardt, 2006), kas liek domāt par vainas izjūtas dezadaptīvo pusi. Tika apstiprināts ruminēšanas mediējošais efekts gan vainas izjūtas, gan kauna izjūtas un depresijas saistībā. Neskatoties uz to, vairums pētījumu, ieskaitot šo, uzrāda, ka saistība starp vainas izjūtu un depresiju pazūd vai kļūst būtiski vājāka, kontrolējot kaunu. No vienas puses, tas norāda uz vēl joprojām aktuālo jautājumu par vainas izjūtas iespējamajiem sajauktajiem mainīgajiem – kauna izjūtu un depresiju. No otras puses, varētu izvirzīt pieņēmumu – jo dezadaptīvāka vainas izjūta, jo tuvāka tā ir kauna izjūtai – un izteiktākas dezadaptivitātes gadījumos var tikt uzrādīta saistība arī ar ruminēšanu.

Ruminēšanu var saistīt ar dažādām emocionāli piesātinātām domām, arī ietverot dusmas, līdz

ar to dezadaptīva vainas izjūta, iespējams, varētu tikt saistīta ar dusmu ruminēšanu. Papildus šāda rakstura vainas izjūta, kā iepriekš minēts, hipotētiski ir tuvāka kauna izjūtai un kauna izjūta veicina izvairīšanās motivāciju un sociāli nevēlamu uzvedību (Tangney et al., 1992). Tas varētu norādīt uz dezadaptīvas vainas izjūtas potenciālu saikni ar ne tik adaptīvām dusmu stratēģijām, kā dusmu ruminēšanu un/vai agresīvi izpaustām dusmām, kā arī mazāku iespēju, ka dusmas tiks paustas konstruktīvi. Minētais parāda, ka adaptīvai un dezadaptīvai vainas izjūtai ir atšķirīgas saistības ar dusmu reakcijām.

Prosociālas orientācijas un dusmu reakciju saistība

Emociju regulācijas pētnieki pievērsuši daudz empīriskas uzmanības dusmu saistībai ar to nelabvēlīgajām sekām uz veselības regulāciju un sociālo funkcionēšanu (Rivers, Brackett, Katulak, & Salovey, 2007). Negatīvas emocijas atšķirīgi ietekmē dažādas funkcionēšanas jomas, līdz ar to varētu pieņemt, ka šo emociju vadīšana un ekspresija atspoguļo dažādu regulācijas un motivācijas sistēmu funkcionēšanu (Blanchard-Fields & Heckman Coats, 2008).

Gan prosociāla uzvedība, gan līdzjūtība ir saistītas ar apzinātu reakciju regulāciju kā temperamenta dispozīciju, ietverot arī frustrācijas kontroli (piemēram, Eisenberg et al., 1996; Graziano et al., 2007). To papildina uzskats, ka emocijas kā tādas ietekmē pašregulāciju jeb ego kontroli, kas variē no nepietiekamas (impulsivitāte) līdz pārmērīgai (aizture). Nav ideāla ego kontroles līmeņa, jo tas ir atkarīgs no konkrētās situācijas apstākļiem un prasībām, tomēr hroniski impulsīva vai kavēta uzvedība ir uzvedības stili, kuri dažādās situācijās var kļūt problemātiski (Roberts et al., 2014).

Dusmas, līdzīgi kā vainas izjūta, var būt kā adaptīvas, tā neadaptīvas. Zemos līmeņos dusmas var stiprināt tuvas attiecības, ziņojot par nepieciešamām izmaiņām vai personīgo tiesību pārkāpumiem. Iespējamas arī empātiskas dusmas. Savukārt intensīvām, ilgstošām un biežām dusmām ir tendence izjaukt vai pārtraukt sociālas attiecības (Bowlby, 1982). Vidējs līdz augsts dusmu līmenis norāda uz biežu citu cilvēku kā naidīgu novērtējumu, kas rosina tam atbilstošu uzvedību (Lang, 1984, kā minēts Roberts et al., 2014). Tātad ir jāizvērtē dusmu reakciju sociālā adaptivitāte.

Neskatoties uz to, ka empātija, labvēlīgums un prosociāla orientācija ir statistiski nozīmīgi pozitīvi saistīti konstrukti (Eisenberg et al., 2002; Eisenberg & Fabes, 1998; Graziano & Eisenberg, 1997), agresijai ar empātiju nav ciešas negatīvas saistības (Day et al., 2012). Viens no veidiem, kā empātija varētu būt saistīta ar agresiju ir caur intensīvi izjustām dusmām. Neskatoties uz to, ka šī saistība ir šķietami negatīva, dusmas var būt arī empātijas afektīvais rezultāts. Piemēram, pētījumos studentu izlasēs empātiska perspektīvas maiņa bija

vienīgais agresiju prognozējošais mainīgais lielums (Day et al., 2012; Mohr, Howells, Gerace, Day, & Wharton, 2007). Savukārt tā pati empātijas pozitīvā korelācija ar labvēlīgumu un prosociālu orientāciju liek domāt, ka tai būtu jābūt saistītai arī ar konstruktīvi paustām dusmām. Minētais parāda, ka empātijas un adaptīvu dusmu reakciju pozitīvā saistība nav viennozīmīga.

Apskatot dusmas un personīgo distresu, ir noskaidrots, ka dusmu apspiešana ir pozitīvi statistiski nozīmīgi saistīta ar distresu (Day et al., 2012). Tas tā ir tāpēc, ka dusmu radītā enerģija tiek paturēta sevī. No Lindena un kolēģu nošķirtajām dusmu reakcijām par dusmas apspiedošām varētu uzskatīt dusmu ruminēšanu un izvairīšanos no dusmām. Šādu reakciju un distresa saistība, iespējams, varētu papildināt klīnisku traucējumu, kā, piemēram, depresijas, izpratni.

No minētajiem iepriekšējo pētījumu rezultātiem izriet 2 pētījuma jautājumi: 1. Vai pastāv saistība (un, ja pastāv, tad kāda) starp tendenci izjust vainu un prosociālu orientāciju?; 2. Vai pastāv saistība (un, ja pastāv, tad kāda) starp tendenci izjust vainu un dusmu reakcijām? Saistībā ar tendenci izjust vainu hipotēzes izteiktas netiek, jo vainas izjūtas konstrukts nav viennozīmīgs un saistībā ar Vainas izjūtas kā personības iezīmes skalas pirmreizēju adaptāciju vispirms būtu jāpārbauda, vai tā tiešām mēra vainas izjūtas dezadaptīvo aspektu. Hipotēzes savukārt tiek izvirzītas starp prosociālas orientācijas konstruktū un dusmu reakcijām: 1. Uz citiem orientētas empātijas faktoram un skalām, kas to veido, būs pozitīva saistība ar Konstruktīvi izpaustu dusmu skalu un negatīva saistība ar Agresīvi izpaustu dusmu skalu; 2. Personīgā distresa skala būs pozitīvi saistīta ar Dusmu ruminēšanas skalu un Izvairīšanās no dusmām skalu. Atbildes uz pētījuma jautājumiem un hipotēžu pārbaude sīkāk aprakstīta rezultātu daļā.

METODE

Pētījuma dalībnieki

Pētījuma dati tika ievākti no 114 respondentiem (19 vīriešiem un 95 sievietēm) vecuma amplitūdā no 18 līdz 25 gadiem ($M=21,78$, $SD=1,99$). Visi respondenti bija Latvijas augstskolu studenti, kas tika aicināti piedalīties pētījumā interneta vidē vai kas klātienē aizpildīja anketas papīra formātā. Pamatkritēriji, lai kļūtu par pētījuma dalībnieku interneta vidē, tika norādīti studējošā statuss un vecuma atbilstība plānotajai izlasei. Piedāvājot anketas pildīt frontāli, tās tika dotas visiem, kas piekrita piedalīties pētījumā. Vēlāk vecuma ierobežojuma vai nekorektas/nepilnīgas izpildes dēļ nederīgās anketas tika atlasītas un tālāk tika analizētās tikai derīgās.

Instrumentārijs

Vainas izjūtas kā personības iezīmes skala (Trait guilt) no *Vainas izjūtas aptaujas (Guilt Inventory)*, Kugler & Jones, 1992) pirmo reizi tika adaptēta latviešu valodā šī darba ietvaros. Adaptēšanas process iekļāva paralēlo tulkošanu un ticamības novērtēšanu. Skalu veido 20 apgalvojumi, kuri tiek vērtēti 5 punktu skalā, kur atbilstošās atbilžu iespējas ir 1 – “absolūti nepiekrītu”, 2 – “drīzāk nepiekrītu”, 3 – “neesmu pārliecināts/-a”, 4 – „drīzāk piekrītu” un 5 – “pilnībā piekrītu”. Aptaujai ir 2 papildu skalas, kas šajā darbā netika izmantotas, – Morāles standarti (15 apgalvojumi) un Vainas izjūta kā stāvoklis (10 apgalvojumi). Līdz ar to aptaujas kopējo pantu skaits ir 45.

Prosociālās orientācijas aptauja (The Prosocial Personality Battery (PSB)), Penner, 2002) pirmo reizi tika adaptēta latviešu valodā šī un 2 citu diplomdarbu ietvaros, līdz ar to par līdzautorēm uzskatāmas Evita Karpoviča un Kristiāna Grigorjeva. Jāņem vērā, ka tika izmantota aptaujas saīsinātā versija. Adaptēšanas process iekļāva paralēlo tulkošanu un ticamības novērtēšanu. Aptauja sastāv no 30 pantiem apgalvojumu formā. Pirmie 25 apgalvojumi jānovērtē 5 punktu skalā, kur atbilstošās atbilžu iespējas ir 1 – “absolūti nepiekrītu”, 2 – “drīzāk nepiekrītu”, 3 – “neesmu pārliecināts/-a”, 4 – „drīzāk piekrītu” un 5 – “pilnībā piekrītu”. 26.–30. pants jānovērtē, izmantojot šādus atbilžu variantus: 1 – “nekad”, 2 – “vienreiz”, 3 – “vairāk nekā vienu reizi”, 4 – „bieži” un 5 – “ļoti bieži”. Aptauja ietver apgalvojumus, kuru atbildes jāreversē, kas kopā ar pārējiem veido 7 skalas: Sociālā atbildība, Empātiskas raizes, Perspektīvas maiņa (*Perspective taking*), Personīgais distress, Uz citiem orientēta morālā spriešana, Morālā spriešana, kas saistīta ar raizēm par sevi un citiem (*Mutual concerns moral reasoning*), Pašnovērtēts altruisms. Tiek aprēķināti 2 faktori – Uz citiem orientēta empātija un Izpalīdzība.

Dusmu reakciju aptauja (Behavioral Anger Response Questionnaire (BARQ), Linden et al., 2003) pirmo reizi adaptēta latviešu valodā šī darba ietvaros. Adaptēšanas process iekļāva atgriezenisko tulkošanu un ticamības novērtēšanu. Oriģinālā aptauja sastāv no 37 apgalvojumiem, kuri tiek vērtēti 3 punktu skalā, kur atbilstošās atbilžu iespējas ir 1 – “nepatiesi”, 2 – “dažreiz patiesi” un 3 – “bieži patiesi”. Respondenti gūst novērtējumu 6 skalās: Konstruktīvi izpaustas dusmas (*Assertion*), Agresīvi izpaustas dusmas (*Direct anger-out*), Sociālā atbalsta meklēšana, Dusmu ruminēšana, Izvairīšanās no dusmām un Dusmu enerģijas pārnese darbībā (*Diffusion*).

Pētījuma procedūra

Pētījuma veikšanai, izmantojot *Google Forms*, tika izveidota aptauju elektroniskā versija, kas ietvēra ievadu, pētījumā izmantotās metodes un demogrāfiskos jautājumus. Visiem respondentiem tika dota iespēja norādīt savu e-pastu pētījuma rezultātu saņemšanai. Papildus *Microsoft Word* programmā tika izveidota printēšanai paredzēta anketu versija, kas tika klātienē dota frontālai izpildei. Tika atlasītas derīgās anketas, kuru apstrādei tika izmantota *IMB SPSS 23* programma – tika veikti aprēķini aptauju un to skalu ticamības noteikšanai, kā arī aprakstošās un secinošās statistikas rādītāju aprēķini, lai izvērtētu pētījuma hipotēzes.

REZULTĀTI

Lai atbildētu uz šī pētījuma jautājumiem (1. Vai pastāv saistība (un, ja pastāv, tad kāda) starp tendenci izjust vainu un prosociālu orientāciju?; 2. Vai pastāv saistība (un, ja pastāv, tad kāda) starp tendenci izjust vainu un dusmu reakcijām?) un pārbaudītu izvirzītās hipotēzes (1. Uz citiem orientētas empātijas faktoram un skalām, kas to veido, būs pozitīva saistība ar Konstruktīvi izpaustu dusmu skalu un negatīva saistība ar Agresīvi izpaustu dusmu skalu; 2. Personīgā distresa skala būs pozitīvi saistīta ar Dusmu ruminēšanas skalu un Izvairīšanās no dusmām skalu.), pirmkārt, tika veikta pētījumā izmantoto aptauju adaptācija latviešu valodā. Oriģinālo aptauju, kā arī šajā darbā gūtie adaptēšanas procesa ticamības rādītāji (Kronbaha alfas koeficienti α) apkopoti 1. tabulā.

Vainas izjūtas aptaujas, Prosociālās orientācijas aptaujas un Dusmu reakciju aptaujas adaptācijas ticamības rezultāti, aprēķināti, izmantojot Kronbaha alfas koeficientu α (N=114), kā arī oriģinālo aptauju ticamības rādītāji (α)

Aptaujas, to skalas un ticamības rādītāji (α)	Oriģinālajās aptaujās uzrādītie ticamības rādītāji (pantu skaits)	Šī darba ietvaros gūtie ticamības rādītāji (izmantoto pantu skaits)
<i>Vainas izjūtas aptauja</i>	0,87 (45) (N=49)	-
Vainas izjūta kā personības iezīme	0,89 (20)	0,93 (20)
<i>Prosociāla orientācija</i>	0,70 (30) (N=1111)	0,70 (26)
Sociālā atbildība	0,65 (7)	0,46 (6)
Empātiskas raizes	0,67 (4)	0,62 (3)
Perspektīvas maiņa	0,66 (5)	0,53 (5)
Uz citiem orientēta morālā spriešana	0,77 (3)	0,79 (3)
Morālā spriešana, kas saistīta ar raizēm par sevi un citiem	0,64 (3)	0,58 (2)
Personīgais distress	0,77 (3)	0,55 (2)
Pašnovērtēts altruisms	0,73 (5)	0,67 (5)
<i>Dusmu reakciju aptauja</i>	0,75 (37) (N=110)	0,70 (33)
Konstruktīvi izpaustas dusmas	0,76 (6)	0,68 (6)
Agresīvi izpaustas dusmas	0,73 (7)	0,72 (7)
Sociālā atbalsta meklēšana	0,85 (6)	0,73 (5)
Dusmu ruminēšana	0,77 (6)	0,65 (6)
Izvairīšanās no dusmām	0,73 (6)	0,60 (5)
Dusmu enerģijas pārnese darbībā	0,65 (6)	0,65 (4)

No Vainas izjūtas aptaujas tika izmantota tikai 1 skala – Vainas izjūta kā personības iezīme –, ar ko tika mērīta tendence izjust vainu. Šīs skalas iekšējās saskaņotības līmenis uzskatāms par augstu ($\alpha=0,93$). Dusmu reakciju aptaujas kopējais ticamības rādītājs ir pietiekams ($\alpha=0,70$), un tās skalu iekšējās saskaņotības rādītāji ir vai nu pazeminātā ($0,6 \leq \alpha < 0,7$), vai pieņemamā ($0,7 \leq \alpha < 0,8$), līmenī. Jāņem vērā, ka ticamības veicināšanas nolūkos, no Dusmu reakciju aptaujas tika izņemti un tālākajos aprēķinos netika izmantoti 4 panti.

Līdzīgi 4 pantos sniegtās atbildes netika tālāk apstrādātas Prosociālas orientācijas aptaujā, kuras kopējais gūtais ticamības rādītājs uzskatāms par pietiekamu ($\alpha=0,70$). Šajā aptaujā Sociālās atbildības skalas iekšējā saskaņotība nedeva pietiekamu rezultātu, un to nebija iespējams veiksmīgi koriģēt, izņemot vēl kādu pantu, līdz ar to šī skala netika izmantota secinošās statistikas aprēķinos. Pārējo šī aptaujas skalu rādītāji ir zemā ($0,5 \leq \alpha < 0,6$), pazeminātā vai pietiekamā līmenī.

Salīdzinot ar oriģinālo aptauju ticamības rādītājiem, šī darba ietvaros gūtie Dusmu reakciju aptaujas un Prosociālas orientācijas aptaujas iekšējās saskaņotības rezultāti ir galvenokārt zemāki vai līdzīgi, savukārt Vainas izjūtas aptaujas vienīgā izmantotā skala – Vainas izjūta kā personības iezīme –, ar kuru tika mērīta tendence izjust vainu, deva augstāku ticamības rezultātu.

Nākamais etaps mērķa sasniegšanā bija datu ievākšana, pēc kuras tie tika apkopoti un tika veikta aprakstošās statistikas rezultātu aprēķināšana. Papildus, lai novērtētu atbilstību normālam sadalījumam, tika izmantots Kolmogorova-Smirnova kritērijs. Gūtie rezultāti atspoguļoti 2. tabulā.

Vainas izjūtas aptaujas, Prosocialās orientācijas aptaujas un Dusmu reakciju aptaujas skalu aprakstošās statistikas rādītāji (N=114) un atbilstība normālam sadalījumam, aprēķināta, izmantojot Kolmogorova-Smirnova kritēriju K-S

Skalas	M	SD	K-S
<i>Vainas izjūta kā personības iezīme</i>	62,68	16,95	0,08
<i>Prosocialā orientācija</i>	84,04	8,97	0,06
Uz citiem orientēta empātija	46,88	6,02	0,09*
Empātiskas raizes	11,72	1,92	0,15**
Perspektīvas maiņa	17,66	2,94	0,10**
Uz citiem orientēta morālā spriešana	9,89	2,31	0,13**
Morālā spriešana, kas saistīta ar raizēm par sevi un citiem	7,61	1,27	0,22**
Izpalīdzība	24,83	4,17	0,10*
Personīgais distress	5,24	1,66	0,15**
Pašnovērtēts altruisms	12,07	3,45	0,11**
<i>Dusmu reakcijas</i>	64,32	7,05	0,08
Konstruktīvi izpaustas dusmas	11,69	2,45	0,13**
Agresīvi izpaustas dusmas	13,03	2,96	0,10**
Sociālā atbalsta meklēšana	9,55	2,35	0,11**
Dusmu ruminēšana	13,26	2,52	0,11**
Izvairīšanās no dusmām	9,06	2,18	0,10**
Dusmu enerģijas pārnese darbībā	7,73	2,08	0,11**

* p<0,05, ** p<0,01

2. tabulā atspoguļotie Kolmogorova-Smirnova kritērija rezultāti norāda, ka vairumā skalu gūtie dati neapstiprina atbilstību normālam sadalījumam, līdz ar to secinās statistikas daļā izmantojamas neparametriskās korelāciju aprēķinu metodes, no kurām tika izvēlēts Spīrmena korelācijas koeficients.

Pēdējais solis sākotnēji izvirzītā pētījuma mērķa sasniegšanā bija korelāciju analīzes veikšana, lai atbildētu uz pētījuma jautājumiem un izvērtētu hipotēzes. Šie secinās statistikas rezultāti apkopoti 3. tabulā.

Vainas izjūtas aptaujas, Prosociālās orientācijas aptaujas un Dusmu reakciju aptaujas skalu korelācijas, aprēķinātas, izmantojot Spīrmena korelācijas koeficientu r_s (N=114)

Skalas	Dusmu reakcijas	Konstruktīvi izpaustas dusmas	Agresīvi izpaustas dusmas	Sociālā atbalsta meklēšana	Dusmu ruminēšana	Izvairšanās no dusmām	Dusmu enerģijas pārnese darbībā	Vainas izjūta kā personības iezīme
<i>Vainas izjūta kā personības iezīme</i>		-0,10	0,14	0,08	0,36**	0,13	-0,01	-
<i>Prosociāla orientācija</i>								
Uz citiem orientēta empātija		0,41**	-0,22*	0,03	0,05	0,00	0,17	0,07
Empātiskas raizes		0,22*	-0,09	-0,02	0,02	-0,21*	0,08	0,02
Perspektīvas maiņa		0,36**	-0,20*	0,04	0,03	0,10	0,17	0,02
Uz citiem orientēta morālā spriešana		0,22*	-0,11	-0,05	0,08	0,03	0,06	0,16
Morālā spriešana, kas saistīta ar raizēm par sevi un citiem		0,30**	-0,12	0,05	0,04	0,06	0,11	-0,03
Izpalīdzība		0,16	0,17	0,10	-0,09	-0,16	0,27**	0,03
Personīgais distress		-0,06	-0,24**	-0,02	0,20*	0,28**	-0,09	0,14
Pašnovērtēts altruisms		0,15	0,11	0,13	-0,01	-0,07	0,27**	0,09

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

Atbildot uz *pētījuma jautājumiem*, starp tendenci izjust vainu un prosociālu orientāciju saistība atklāta netiek, savukārt tendencei izjust vainu ir statistiski nozīmīga pozitīva saistība ar Dusmu ruminēšanas skalu ($r_s=0,36$, $p < 0,01$).

Apstiprinās *1. hipotēze* – Uz citiem orientēta empātijas faktors ir statistiski nozīmīgi pozitīvi saistīts ar Konstruktīvi izpaustu dusmu skalu ($r_s=0,41$, $p < 0,01$), kā arī visas šo faktoru veidojošās skalas uzrāda pozitīvas statistiski būtiskas saistības ar konstruktīvi izpaustām dusmām: Empātiskas raizes – $r_s=0,22$, $p < 0,05$, Perspektīvas maiņa – $r_s=0,36$, $p < 0,01$, Uz citiem orientēta morālā spriešana – $r_s=0,22$, $p < 0,05$, Morālā spriešana, kas saistīta ar raizēm par sevi un citiem – $r_s=0,30$, $p < 0,01$. Tiek apstiprināta arī Uz citiem orientētas empātijas faktora statistiski nozīmīga negatīva saistība ar Agresīvi izpaustu dusmu skalu ($r_s= -0,22$,

$p < 0,05$). Statistiski nozīmīgu negatīvu saistību ar agresiju uzrāda arī viena no Uz citiem orientētas empātijas faktora skalām: Perspektīvas maiņa ($r_s = -0,20$, $p < 0,05$). Apstiprinājumu gūst arī 2. hipotēze – Personīgā distresa skala ir statistiski būtiski pozitīvi saistīta ar Dusmu ruminēšanas skalu ($r_s = 0,20$, $p < 0,05$) un Izvairīšanās no dusmām skalu ($r_s = 0,28$, $p < 0,01$).

Rezultāti, kas sniedz atbildes uz pētījuma jautājumiem, kā arī kas apstiprina izvirzītās hipotēzes, detalizētāk skaidroti diskusijas daļā. Tajā apskatīti arī aptauju adaptēšanas aspekti, šī pētījuma ierobežojumi, kā arī norādīti turpmāko pētījumu virzieni.

DISKUSIJA

Pētījuma mērķis bija noteikt, vai/kādas saistības 19–25 gadus vecu studentu izlasē pastāv starp tendenci izjust vainu, prosociālu orientāciju un dusmu reakcijām. Šī nodaļa ietvers rezultātu detalizētāku skaidrojumu, apskatot arī aptauju adaptēšanas aspektus, pētījuma ierobežojumus un potenciālos turpmāko pētījumu virzienus.

Apkopojot aptauju adaptēšanas rezultātus, var teikt, ka ļoti veiksmīgi tika adaptēta Vainas izjūtas kā personības iezīmes skala no Vainas izjūtas aptaujas. Būtisks secinājums, kas izriet no šīs skalas adaptēšanas procesa, kā arī no gūtajiem šī pētījuma rezultātiem ir, ka tā mēra galvenokārt dezadaptīvo vainas izjūtu. Dusmu reakciju aptaujas dažu skalu ticamības rādītāju uzlabošanas nolūkos netika izmantoti 4 panti, kas norāda uz adaptēšanas nepilnībām. Papildus šīs aptaujas skalu ticamības rādītāji ir galvenokārt zemāki nekā oriģinālajā pētījumā studentu izlasē, kas savukārt norāda uz ticamības pazeminājumu. Neskatoties uz to, visas skalas bija izmantojamas un arī tika pielietotas šī pētījuma jautājumu atbildēšanā un hipotēžu pārbaudē. Visvājākie rezultāti tika uzrādīti Prosociālās orientācijas aptaujas adaptēšanā, kas liek domāt par apšaubāmu ticamību un norāda, ka gūtie dati būtu jāinterpretē ar zināmu piesardzību. Skalu ticamības rādītāji bija svārstīgi un dažkārt zemi, kā arī nepietiekamas ticamības dēļ aprēķinos netika izmantota Sociālās atbildības skala. Arī no šīs aptaujas ticamības uzlabošanas nolūkos netika izmantoti 4 panti. Kopumā izmantoto aptauju adaptēšanas rezultāti liek kritiski izvērtēt rezultātus un paver iespējas adaptāciju pilnveidošanai ar mērķi uzlabot ticamības rādītājus.

Atbildot uz *1. pētījuma jautājumu*, netika atklāta saistība starp tendenci izjust vainu un prosociālu orientāciju. Saistot to ar teoriju par dezadaptīvu vainu un izmantotā mērinstrumenta īpatnībām (Kugler & Jones, 1992; Tilghman-Osborne et al., 2010), varētu sagaidīt tendences izjust vainu saistību ar Personīgā distresa skalu, taču tāda atklāta netika. Rezultāti tomēr liek domāt, ka cilvēki, kas izjūt vainu dezadaptīvā pakāpē, ir vairāk fokusēti uz sevi un mazāk uz citiem, kas turklāt, iespējams, pietuvina ar Vainas izjūtas aptauju mērīto vainu kauna konstruktam (Tracy & Robins, 2004).

2. pētījuma jautājumam par tendences izjust vainu un dusmu reakciju saistībām rezultāti deva statistiski nozīmīgu pozitīvu korelāciju starp tendenci izjust vainu un dusmu ruminēšanu. Arī šis rezultāts ir saistāms ar vainas dezadaptīvo aspektu un iespējamo tuvību kauna konstruktam, jo ir atklātas gan vainas, gan kauna izjūtas statistiski nozīmīgas saistības ar ruminēšanu (Orth et al., 2006), kas kopā ar šī pētījuma rezultātiem liek domāt, ka dusmu ruminēšana nav izņēmums. Dezadaptīvās vainas izjūtas iespējamā līdzība ar kaunu varētu norādīt uz tās saikni ar ne tik adaptīvām dusmu stratēģijām, kā dusmu ruminēšana un/vai

agresīvi izpaustas dusmas, kā arī mazāku iespēju, ka dusmas tiks paustas konstruktīvi. Papildu minētās saistības šajā pētījumā statistiski nozīmīgā līmenī atklātas netika, tomēr turpmākajos pētījumos būtu vērtīgi salīdzinājumam noskaidrot, vai tādas nedod kauna izjūta.

Apstiprinājās *1. pētījuma hipotēze* – Uz citiem orientētas empātijas faktoram un skalām, kas to veido, bija pozitīva statistiski nozīmīga saistība ar Konstruktīvi izpaustu dusmu skalu un negatīva statistiski nozīmīga saistība ar Agresīvi izpaustu dusmu skalu. Abas šīs saistības pamato galvenokārt empātijas pozitīvā korelācija ar labvēlīgumu un prosociālu orientāciju (Eisenberg et al., 2002; Eisenberg & Fabes, 1998; Graziano & Eisenberg, 1997). Papildus Perspektīvas maiņas negatīvā statistiski nozīmīgā saistība ar agresīvi paustām dusmām saskan ar iepriekšējo pētījumu rezultātiem, kuri apgalvo, ka tas ir galvenais agresiju prognozējošais empātijas aspekts (Day et al., 2012; Mohr et al., 2007).

Apstiprinājumu guva arī *2. hipotēze*, kurā tika prognozēts, ka Personīgā distresa skala būs pozitīvi saistīta ar Dusmu ruminēšanas skalu un Izvairīšanās no dusmām skalu. Arī šie rezultāti ir saskaņā ar iepriekš aprakstīto teoriju, kas norāda, ka distress saistās ar apspiestu dusmu formām (Day et al., 2012).

Par būtisku šī pētījuma ierobežojumu var uzskatīt Prosociālās orientācijas aptaujas ticamības rādītājus, kuru ietekmē aprēķinos netika izmantota Sociālās atbildības skala. Arī pārējās šīs aptaujas skalas galvenokārt norāda uz pazeminātiem ticamības rādītājiem salīdzinājumā ar oriģinālo aptauju. Arī Dusmu reakciju aptauja būtu jāpilnveido, lai paaugstinātu tās ticamību. Papildus būtu jāpārbauda Vainas izjūtas kā personības iezīmes mērītā konstrukta diskriminantā validitāte, jo pastāv sajaukto mainīgo iespēja ar raizēm/trauksmi un kaunu (Tilghman-Osborne et al., 2010), par ko liek domāt arī šī pētījuma rezultāti. Pētījuma uzlabošanas nolūkos būtu vērtīga arī apjomīgāka izlase, kuru raksturotu līdzvērtīgāks respondentu dalījums pēc dzimuma, turklāt tas pavērtu iespēju salīdzināt arī dzimumatšķirības šajos konstruktos.

Šim pētījumam ir būtiska loma vainas izjūtas konstrukta izpratnē un skaidrojumā. Viedokļi par tās definīciju, struktūru un ietekmi uz personīgo un sociālo funkcionēšanu vēl joprojām atšķiras, un to ir būtiski ņemt vērā pētījumos, kas skar šo jomu. Jāpatur prātā, ka šis pētījums apskata tikai vienu vainas izjūtas aspektu, kas ir uzskatāms par galvenokārt dezadaptīvu, tāpēc būtu vērtīgi pārbaudīt arī tās otru – adaptīvo – pusi, kuras potenciālās saistības ar prosociālu uzvedību aprakstītas teorijas daļā (Malti & Krettenauer, 2013; Stuewig et al., 2010; Cohen et al., 2011). Salīdzinājumam būtu noderīgi izpētīt arī adaptīvas vainas izjūtas saistību arī ar dusmu reakcijām, kur paredzama tās negatīva korelācija ar agresiju (Stuewig et al., 2010; Cohen et al., 2011).

Papildus šis darbs palīdz labāk saprast jaunu studējošu pieaugušo sociālo uzvedību un dažādu viņu vērtību un izjūtu saistību. Vecumposmā, kad ir nostabilizējušās dažādas personības iezīmes un kad sociālā mijiedarbība norit dažādās dzīves sfērās, ir būtiski novērtēt izjūtu un uzvedības adaptivitāti, lai veicinātu pielāgošanos un personīgo, kā arī sociālo labklājību.

SECINĀJUMI

Pētījuma mērķis bija noteikt, vai/kādas saistības 19–25 gadus vecu studentu izlasē pastāv starp tendenci izjust vainu, prosociālu orientāciju un dusmu reakcijām. Šis pētījums ietvēra 3 mērinstrumentu – Vainas izjūtas aptaujas, Prosociālās orientācijas aptaujas un Dusmu reakciju aptaujas – pilnīgu vai daļēju adaptēšanu, kas dod pienesumu latviešu valodā pieejamām pētniecības metodēm, kā arī norāda uz to pilnveidošanas nepieciešamību. Vainas izjūtas aptaujas Vainas izjūtas kā personības iezīmes skalas dotie rezultāti ir būtiski vainas konstrukta izpratnē un norāda uz tās mērītās vainas dezadaptīvo raksturu.

Rezultātu analīze neuzrādīja saistību starp tendenci izjust vainu un prosociālu orientāciju, savukārt tendence izjust vainu statistiski nozīmīgi pozitīvi korelēja ar dusmu ruminēšanu. Apstiprinājās hipotētiski pieņemtā statistiski nozīmīga pozitīva saistība starp uz citiem orientētu empātiju un konstruktīvi izpaustām dusmām, kas savukārt bija negatīvi saistīta ar agresīvi izpaustām dusmām. Apstiprinājumu guva arī pieņēmums, ka personīgais distress būs pozitīvi saistīts ar dusmu ruminēšanu un izvairīšanos no dusmām. Gūtie rezultāti ir saskaņā ar iepriekšējiem pētījumiem un norāda uz jaunu pētījumu iespējām.

Vainas izjūtas konstrukta pilnīgākai izpratnei būtu nepieciešama tā diskriminantās validitātes pārbaude, īpašu uzmanību pievēršot kauna izjūtai un raizēm/trauksmei. Papildus jāņem vērā, ka šis pētījums apskatīja tikai dezadaptīvās tendences izjust vainu saistību ar prosociālu orientāciju un dusmu reakcijām, tāpēc to vajadzētu papildināt ar pētījumiem, kas norāda uz adaptīvas vainas izjūtas lomu. Varētu pētīt arī dzimumatšķirības, salīdzinot pētījumā izmantotos mainīgos lielumus.

Šis pētījums dod pienesumu vainas izjūtas konstrukta izpratnē un skaidrojumā, kā arī papildina dusmu un prosociālu iezīmju pētījumus. Papildus tas palīdz labāk saprast jaunu studējošu pieaugušo sociālo uzvedību un dažādu viņu vērtību un izjūtu saistību.

IZMANTOTĀS LITERATŪRAS UN AVOTU SARAKSTS

- Arnold, M. B. (1960). *Emotion and personality*. New York: Columbia University Press.
- Bagozzi, R. P., Verbeke W., & Gavino, J. C. (2003). Culture moderates the self-regulation of shame and its effects on performance: The case of salespersons in the Netherlands and the Philippines. *Journal of Applied Psychology, 88*, 219–233.
- Batson, C. D. (1991). *The altruism question*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Blanchard-Fields, F., & Heckman Coats, A. (2008). The experience of anger and sadness in everyday problems impacts age differences in emotion regulation. *Developmental Psychology, 44*, 1547–1556.
- Blum, A. (2008). Shame and guilt, misconceptions and controversies: A critical review of the literature. *Traumatology, 14*(3), 91–102.
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss. Vol. 1: *Attachment* (2nd ed.). New York, NY: Basic Books.
- Caprara, G., Barbaranelli, C., Pastorelli, C., Cermak, I., & Rosza, S. (2001). Facing guilt: Role of negative affectivity, need for reparation, and fear of punishment in leading to prosocial behaviour and aggression. *European Journal of Personality, 15*, 219–237.
- Caprara, G. V., Di Giunta, L., Pastorelli, C., & Eisenberg, N. (2013). Mastery of negative affect: A hierarchical model of emotional self-efficacy beliefs. *Psychological Assessment, 25*(1), 105–116.
- Cohen, T. R., Wolf, S. T., Panter, A. T., Insko, C. A. (2011). Introducing the GASP scale: A new measure of guilt and shame proneness. *Journal of Personality and Social Psychology, 100*(5), 947–966.
- Davis, M. H. (1980). A multidimensional approach to individual differences in empathy. *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology, 10*, 85.
- Day, A., Mohr, P., Howells, K., Gerace, A., & Lim, L. (2012). The role of empathy in anger arousal in violent offenders and university students. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology, 56*(4), 599–613.
- De Caroli, M. E., Falanga, R., & Sagone, E. (2014). Prosocial behavior and moral reasoning in Italian adolescents and young adults. *Research in Psychology and Behavioral Sciences, 2*(2), 48–53.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Murphy, B., Karbon, M., Maszk, P., Smith, M., et al. (1994). The relations of emotionality and regulation to dispositional and situational empathy-related responding. *Journal of Personality and Social Psychology, 66*, 776–797.

- Eisenberg, N., Guthrie, I. K., Cumberland, A., Murphy, B. C., Shepard, S. A., Qing Zhou, & Carlo, G. (2002). Prosocial Development in Early Adulthood: A Longitudinal Study, *Journal of Personality & Social Psychology*, *82*(6), 993–1006.
- Eisenberg, N., Hofer, C., Sulik, M. J., & Liew, J. (2014). The development of prosocial moral reasoning and a prosocial orientation in young adulthood: Concurrent and longitudinal correlates. *Developmental Psychology*, *50*(1), 58–70.
- Eisenberg, N., & Fabes, R. A. (1998). Prosocial development. In W. Damon (Series Ed.) & N. Eisenberg (Vol. Ed.), *Handbook of child psychology: Vol. 3. Social, emotional, and personality development* (5th ed., pp. 701–778). New York: Wiley.
- Eisenberg, N., & Spinrad, T. L. (2004). Emotion-related regulation: Sharpening the definition. *Child Development*, *75*, 334–339.
- Graziano, W. G., Habashi, M. M., Sheese, B. E., & Tobin, R. M. (2007). Agreeableness, empathy, and helping: A person \times situation perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, *93*(4), 583–599.
- Graziano, W. G., & Eisenberg, N. (1997). Agreeableness: A dimension of personality. In R. Hogan, J. Johnson, & S. Briggs (Eds.), *Handbook of personality psychology* (pp. 795–824). San Diego: Academic Press.
- Gross, J. J. & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *85*, 348–362.
- Harris, M. (1992a). Sex and ethnic differences in past aggressive behavior. *Journal of Family Violence*, *7*, 85–102.
- Harris, M. (1992b). Beliefs about how to reduce anger. *Psychological Reports*, *70*, 203–210.
- Haynes, S. G., Levine, S., Scotch, N., Feinleib, M., & Kannel, W. B. (1978). The relationship of psychosocial factors to coronary heart disease in the Framingham study: I. Methods and risk factors. *American Journal of Epidemiology*, *107*, 362–383.
- Hoffman, M. L. (1987). The contribution of empathy to justice and moral judgment. In N. Eisenberg & J. Strayer (Eds.), *Empathy and its development* (pp. 47–80). Cambridge, England: University of Cambridge Press.
- Hoffman, M. L. (2000). *Empathy and moral development: Implications for caring and justice*. Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Ishikawa, T., & Uchiyama, I. (2000). Relations of empathy and social responsibility to guilt feelings among undergraduate students. *Perceptual and Motor Skills*, *91*, 1127–1133.
- Izard, C. E. (2011). Forms and functions of emotions: Matters of emotion–cognition interactions. *Emotion Review*, *3*, 371–378.

- Kugler, K., & Jones, W. H. (1992). On conceptualizing and assessing guilt. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(2), 318–327.
- Lang, P. (1984). Cognition in emotion: Concept and action. In C. Izard, J. Kagan, & R. Zajonc (Eds.), *Emotions, cognition, and behavior* (pp. 192–226). Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Linden, W. (1993). *Sex differences in the social conflict model of anger expression*. Paper presented at the 101st Annual Convention of the American Psychological Association, Toronto, Ontario, Canada.
- Linden, W., Hogan, B. E., Rutledge, T., Chawla, A., Lenz, J. W., & Leung, D. (2003) There is more to anger coping than ‘in’ or ‘out’. *Emotion*, 3(1), 12–29.
- Linden, W., & Lamensdorf, A. M. L. (1990). Hostile affect and casual blood pressure. *Psychology and Health*, 4, 343–349.
- Malti, T., & Krettenauer, T. (2013). The relation of moral emotion attributions to prosocial and antisocial behavior: A meta-analysis. *Child Development*, 84(2), 397–412.
- Mohr, P., Howells, K., Gerace, A., Day, A., & Wharton, M. (2007). *The role of perspective taking in anger arousal*. *Personality and Individual Differences*, 43, 507–517.
- Orth, U., Berking, M., & Burkhardt, S. (2006). Self-conscious emotions and depression: Rumination explains why shame but not guilt is maladaptive. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(12), 1608–1619.
- Penner, L. A. (2002). The Causes of Sustained Volunteerism: An Interactionist Perspective. *Journal of Social Issues*, 58, 447–468.
- Penner, L. A., & Finkelstein, M. A. (1998). Dispositional and structural determinants of volunteerism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 525–537.
- Penner, L. A., Fritzsche, B. A., Craiger, J. P., & Freifeld, T. R. (1995). Measuring the prosocial personality. In J. Butcher & C. D. Spielberger (Eds.) *Advances in personality assessment* (Vol. 10). Hillsdale, NJ: LEA.
- Piliavin, J. A., Dovidio, J. F., Gaertner, S. L., & Clark, R. D. III. (1981). *Emergency intervention*. New York: Academic Press.
- Plutchik, R. (1980). *Emotion: A psychoevolutionary synthesis*. New York: Harper & Row.
- Radke-Yarrow, M., Zahn-Waxler, C., & Chapman, M. (1983). Children’s prosocial dispositions and behavior. In P. H. Mussen (Ed.), *Handbook of child psychology. Vol. 4: Socialization, personality, and social development* (4th ed., pp. 469–546). New York, NY: Wiley.
- Rivers, S. E., Brackett, M. A., Katulak, N. A., & Salovey, P. (2007). Regulating anger and sadness: An exploration of discrete emotions in emotion regulation. *Journal of*

Happiness Studies, 8, 393–427.

- Roberts, W., Strayer, J., & Denham, S. (2014). Empathy, anger, guilt: Emotions and prosocial behaviour. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 46, 465–474.
- Saarni, C., Campos, J. J., Camras, L. A., & Witherington, D. (2006). Emotional development: Action, communication, and understanding. In W. Damon & R. M. Lerner (Series Eds.) & N. Eisenberg (Vol. Ed.), *Handbook of child psychology: Vol. 3. Social, emotional, and personality development* (6th ed., pp. 226–299). New York: Wiley.
- Spielberger, C. D., Johnson, E. H., Russell, S. F., & Crane, R. J. (1985). The expression and experience of anger: Construction and validation of an anger expression scale. In M. Chesney & R. Rosenhan (Eds.), *Anger and hostility in cardiovascular and behavioral disorder* (pp. 5–30). New York: McGraw-Hill.
- Sroufe, L., Egeland, B., Carlson, E., & Collins, W. (2005). *The development of the person: The Minnesota study of risk and adaptation from birth to adulthood*. New York, NY: Guilford Press.
- Stuewig, J., Tangney, J. P., Heigel, C., Harty, L., & McCloskey, L. (2010). Shaming, blaming, and maiming: Functional links among the moral emotions, externalization of blame, and aggression. *Journal of Research in Personality*, 44, 91–102.
- Tangney, J. P. (1991). Moral affect: The good, the bad, and the ugly. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(4), 598–607.
- Tangney, J. P., Wagner, P., Fletcher, C., & Gramzow, R. (1992). Shamed into anger? The relation of shame and guilt to anger and self-reported aggression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(4), 669–675.
- Tilghman-Osborne, C., Cole, D. A., Felton, J. W. (2010). Definition and measurement of guilt: Implications for clinical research and practice. *Clinical Psychology Review*, 30(5), 536–546.
- Tracy, J. L., & Robins, R. W. (2004). Putting the self into self-conscious emotions: A theoretical model. *Psychological Inquiry*, 15, 103–125.
- Tracy, J. L., & Robins, R. W. (2007). The self in self-conscious emotions: A cognitive appraisal approach. In J. L. Tracy, R. W. Robins, & J. P. Tangney (Eds.), *The self-conscious emotions: Theory and research* (pp. 3–20). New York, NY: Guilford Press.
- Vachon, D. D., Lynam, D. R., & Johnson, J. A. (2014). The (non)relation between empathy and aggression: Surprising results from a meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 140(3), 751–773.