

კოვიდ-19-ის პანდემიაზე რეაგირების
მასსიათებლები და თავისებურებები
მწვავე და გახანგრძლივებული სტრესის
ფაზებზე

კვლევის ანგარიში

დიმიტრი უზნაძის ფსიქოლოგიის ინსტიტუტი
DIMITRI UZNADZE INSTITUTE OF PSYCHOLOGY

ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტი
ILIA STATE UNIVERSITY

თბილისი 2022 Tbilisi

განსაკუთრებული მადლობა ნინო ბუწაშვილს, მაკა ლორთქიფანიძესა და ირაკლი ქავთარაძეს კვლევის განხორციელებასა და ანგარიშის მომზადებაში შეტანილი წვლილისათვის! ასევე, დიდ მადლობას ვუხდით ფსიქოლოგიის ინსტიტუტის კოლეგებს კვლევის დაგეგმვისა და განხორციელების ეტაპზე გაწეული მხარდაჭერისათვის და ყველა იმ პირს, ვინც მონაწილეობა მიიღო კვლევაში.

ავტორი: ია შეყრილაძე

რედაქტორი: ნინო ჯავახიშვილი

კვლევა განხორციელდა დიმიტრი უზნაძის ფსიქოლოგიის ინსტიტუტის მიერ, პროექტის „პანდემიით გამოწვეული სიტუაციის ფსიქოლოგიური შედეგები“ ფარგლებში.

სარჩევი

შესავალი	4
წინამდებარე კვლევა.....	7
მეთოდი	8
შერჩევა და პროცედურა	8
საზომები	10
სტატისტიკური ანალიზი.....	13
შედეგები	13
აღწერითი სტატისტიკა.....	13
კორელაციური ანალიზი და ჯგუფთაშორისი სხვაობები	15
ფსიქოლოგიურ ცვლადებს შორის კავშირები.....	15
დემოგრაფიული და აღქმული გავლენის ცვლადების კავშირები ფსიქოლოგიურ ცვლადებთან.....	17
რეგრესიული ანალიზი	20
ორი ტალღის შედარება	25
ჰომოგენურობის მიღწევა ჯგუფთაშორისი შედარების განსახორციელებლად	25
ფსიქოლოგიური ცვლადების ჯგუფთაშორისი საშუალოების შედარება.....	27
შედეგების განხილვა	30
აღწერითი სტატისტიკა, კორელაციები, პრედიქციები	30
ტალღებს შორის ჯგუფთაშორისი განსხვავებები და მათთან დაკავშირებული მიგნებები.....	35
შეზღუდვები და ძლიერი მხარეები	39
დასკვნები.....	40
გამოყენებული ლიტერატურა	41

შესავალი

წინამდებარე კვლევის მიზანია საქართველოს კონტექსტში პანდემიასთან დაკავშირებული ადაპტაციის თავისებურებებისა და გამკლავების გზების შესწავლა და იმ ფსიქოსოციალური ფაქტორების დადგენა, რომლებიც განსაზღვრავენ ზრდასრული მოსახლეობის პანდემიურ სტრესზე რეაგირების მახასიათებლებს.

კვლევა ჩატარდა ორ ეტაპად: პირველი – 2020 წლის მაისში, პანდემიით გამოწვეული პირველი ჩაკეტვის დროს, როდესაც ეპიდემიოლოგიური ვითარება ჯერ კიდევ ოპტიმისტური იყო, ხოლო მეორე – 2020 წლის დეკემბრის დასაწყისში, მეორე ჩაკეტვის დროს, როდესაც დაავადების გავრცელებისა და სიკვდილიანობის დღიურმა მაჩვენებლებმა იმ დროისათვის პიკს მიაღწია.

ახალმა კორონავირუსმა (COVID-19) პანდემიის დონეს 2020 წლის 11 მარტს მიაღწია, ხოლო საქართველოში ვირუსის პირველი შემთხვევა 26 თებერვალს დაფიქსირდა (დაავადებათა კონტროლის ეროვნული ცენტრი, 2020). ქვეყანამ დაუყოვნებლივ შემოიღო ისეთი შეზღუდვები, როგორცაა სკოლებისა და უმაღლესი სასწავლებლების დახურვა, შინიდან მუშაობაზე გადასვლა და ადგილობრივი და საერთაშორისო მიმოსვლისა და საზოგადოებრივი ტრანსპორტის შეჩერება. ქვეყნის მასშტაბით, ოფიციალური ჩაკეტვა, ე. წ. ლოკდაუნი, და კომენდანტის საათი 31 მარტს გამოცხადდა („კარანტინი და კომენდანტის საათი“, 2020) და 23 მაისამდე გაგრძელდა, რა დროსაც ქვეყანაში 723 დადასტურებული შემთხვევა და მთელი ამ ხნის განმავლობაში გარდაცვალების 12 ფაქტი დაფიქსირდა (World Health Organization, 2020). შესაბამისად, ეს პერიოდი პანდემიური სტრესის მწვავე ფაზად შეგვიძლია განვიხილოთ.

მოგვიანებით, შემოდგომაზე, ვირუსის გავრცელებამ საგრძნობლად იმატა და დეკემბრის დასაწყისში პიკს მიაღწია (5 დეკემბერს დაფიქსირდა 5450 ახალი შემთხვევა, ხოლო 19 დეკემბერს – 53 გარდაცვალების ფაქტი დღელამეში). მძიმე ეპიდემიოლოგიის სტაბილიზაციის მიზნით მთავრობამ 28 ნოემბერს ისევ ლოკდაუნი გამოაცხადა, და მაისის მსგავსად, სასწავლებლები გადავიდა ონლაინ რეჟიმზე, დიდ ქალაქებში შეჩერდა საზოგადოებრივი ტრანსპორტის მოძრაობა, დაიხურა საზოგადოებრივი კვების პუნქტები, საცურაო აუზები, ფიტნეს-დარბაზები და სავაჭრო ცენტრები. გამოცხადდა კომენდანტის საათი. გადატვირთული საავადმყოფოების და ვირუსის მზარდი გავრცელების ფონზე საზოგადოებაში კიდევ უფრო იმატა კოვიდთან დაკავშირებულმა წუხილმა და ღელვამ. მეორე ჩაკეტვა შეგვიძლია მივიჩნიოთ პანდემიური სტრესის გახანგრძლივებულ ეტაპად.

წინამდებარე კვლევის მიზანს წარმოადგენდა პანდემიასთან ადაპტაციის თავისებურებების და მის მიერ გამოწვეულ სირთულეებთან გამკლავების გზების შესწავლა კოლექტიური სტრესის მწვავე (2020 წლის გაზაფხული) და გახანგრძლივებულ (2020 წლის შემოდგომა) ეტაპებზე და სათანადო დასკვნების და რეკომენდაციების შემუშავება.

მრავალმა კვლევამ აჩვენა, რომ ინფექციური დაავადებების ეპიდემიები და მათთან დაკავშირებული ჩაკეტვები მნიშვნელოვნად მოქმედებს ინდივიდთა ფსიქოლოგიურ კეთილდღეობაზე, ვინაიდან, ასეთ დროს ადამიანებს უწევთ მრავალ ცვლილებასთან შეგუება, რაც სტრესს ამძაფრებს (Leppin & Aro, 2009; Liu et al., 2020; Luo, Guo, Yu, & Wang, 2020).

ბოლო პერიოდში ჩატარებულმა არაერთმა კვლევამ ცხადყო, რომ კოვიდ-19 ვირუსის აფეთქების დროს, საზოგადოებაში შფოთვა, დეპრესია და დისტრესი გაიზარდა (Cao et al., 2020; Cerami et al., 2020; Liu, Liu et al., 2020). მსგავსი სიტუაცია სხვა დაავადებების გავრცელების დროსაც დაფიქსირდა, მაგალითად, მძიმე მწვავე რესპირატორული სინდრომისა (SARS) და ახლო აღმოსავლეთის რესპირატორული სინდრომის (MERS) ეპიდემიების დროს (Chen and Tang, 2004; Jeong et al., 2016; Leppin and Aro, 2009).

კოვიდ-19-ის პანდემიის შემსწავლელმა მრავალმა კვლევამ დაადგინა მოსახლეობაში შფოთვის გაზრდილი მაჩვენებლები (Bäuerle et al., 2020; Hyland et al., 2020; Huang & Zhao, 2020; Lebel et al., 2020; Lee et al., 2020; Li et al., 2020; Moghanibashi–Mansourieh, 2020; Özdin & Bayrak Özdin, 2020; Roy et al., 2020; Salari et al., 2020; Speth et al., 2020). ბოლო პერიოდში ფინეთში ჩატარებულმა კვლევამ აჩვენა, რომ კოვიდ-19-თან დაკავშირებული შფოთვა მაღალი იყო ქალებსა და ახალგაზრდებში და მნიშვნელოვნად იყო დაკავშირებული ფსიქოლოგიურ დისტრესთან, აღქმულ მარტოობასა და შემცირებულ სოციალურ მხარდაჭერასთან (Savolainen, 2021).

პანდემიურ სტრესზე ჩატარებულმა სხვა კვლევებმა გამოკვეთეს ცხოვრებით კმაყოფილების როლი სტრესთან გამკლავებაში. ცხოვრების კმაყოფილების დაბალი დონე უკავშირდებოდა კოვიდ-19-ის შიშის, მასთან დაკავშირებული სტრესის, დეპრესიისა და ფრუსტრაციის მაღალ დონეს ევროპასა და აზიაში (Li et al., 2020, Satıcı et al., 2020; Sugawara et al., 2020; Trzebinski et al., 2020), ხოლო ერთ-ერთი კვლევის მიხედვით, დაბალი ცხოვრებით კმაყოფილება კავშირში იყო აღქმულ სოციალურ იზოლაციასთან (Clair et al. 2021).

ცხოვრების საზრისი კიდევ ერთი საინტერესო ცვლადია, რო-

მელიც, კვლევების თანახმად, უკავშირდება სტრესთან ადაპტაციას. ერთ-ერთი კვლევის მიგნებების მიხედვით, საზრისის კრიზისი კოვიდ-19-ის პანდემიის დროს დადებითად წინასწარმეტყველებდა ზოგად ფსიქოლოგიურ დისტრესს გერმანელ და ავსტრალიელ მონაწილეებში (Schnell & Krampe, 2020). პოლონეთში ჩატარებულმა კვლევამ კი აჩვენა ცხოვრების საზრისის დამცავი როლი შფოთვისა და კოვიდ-19-ის სტრესისათვის (Trzebenski et al., 2020).

ინდივიდის კულტურული ორიენტაცია, როგორცაა ინდივიდუალობი და კოლექტივიზმი, ასევე, შესაძლოა, კავშირში იყოს პანდემიურ სტრესთან გამკლავების თავისებურებებთან. ბრიტანეთში ჩატარებულმა კვლევამ აჩვენა, რომ ადამიანების ინდივიდუალისტური ორიენტაცია კავშირში იყო სოციალური დისტანცირების მოთხოვნის ნაკლებ დაცვასთან, ხოლო კოლექტივისტური ორიენტაცია – წესების მეტ დაცვასთან და პანდემიურ პირობებში უკეთეს ადაპტიურ ქცევებთან (Biddlestone et al., 2020).

ცხოვრებისეულ სტრესორებთან გასამკლავებლად ადამიანები დაძლევის სხვადასხვა სტილს იყენებენ. ლაზარუსმა (1993) დაძლევის სტილთა ორი ჯგუფი გამოყო: პრობლემაზე ორიენტირებული (იგივე რაციონალური) დაძლევა, რომელიც გულისხმობს ინდივიდის ძალისხმევას, აქტიურად შეცვალოს სტრესული გარემო და ამით შეამციროს სტრესი; და ემოციაზე ორიენტირებული (იგივე აფექტური), რომელიც გულისხმობს სტრესის გამომწვევი გარემოს მიმართ საკუთარი რეაქციის ან დამოკიდებულების შეცვლას. აფექტური დაძლევის მაგალითებია ყურადღების სხვა რამეზე გადატანა, სიამოვნების მომგვრელ აქტივობებში ჩართვა, ემოციების გამოხატვა (მაგ.: ტირილი, წუწუნო, ა.შ) ან დამოკიდებულების/ხედვის შეცვლა (მაგ.: შეგუება, მინიმიზაცია, ა.შ). არაერთი კვლევა ადასტურებს პრობლემაზე ორიენტირებული დაძლევის დადებით კავშირს ფსიქიკური კეთილდღეობის მაჩვენებლებთან და შფოთვის დაბალ დონესთან (Leonardo & Castillo, 2010; Rahnama et al, 2017). ამასთანავე, მიგნებების თანახმად, ემოციაზე ორიენტირებული დაძლევა ადეკვატურია ისეთი სტრესორის მიმართ, რომელიც კონტროლს არ ექვემდებარება (მაგ. განუკურნებელი დაავადება) (Cooper et al., 2008). ამდენად, დაძლევის ორივე სტილი შესაძლოა მართებული იყოს გარემოებებიდან გამომდინარე (Lazarus, 1993).

დაძლევის თვალსაზრისით, კოვიდ-19-ის კვლევები განსხვავებულ შედეგებს გთავაზობენ. 2020-ის გაზაფხულზე გერმანიაში ჩატარებულმა კვლევამ აჩვენა, რომ ადამიანები უფრო მეტად პრობლემაზე ფოკუსირებულ დაძლევას მიმართავდნენ (Gerhold, 2020). ეს უკანასკ-

ნელი პანდემიის სხვა მკვლევრებმა ადაპტაციის უკეთეს შედეგებთან დააკავშირეს (Zhu et al., 2020). ერთ-ერთმა კვლევამ დაადგინა, რომ უარყოფის, როგორც დაძლევის სტილის, გამოყენება, კავშირში იყო კოვიდ-19-ის უფრო ძლიერ შიშთან (Hasratian et al., 2021). მეორე მხრივ, პოლონეთში ჩატარებული კვლევის თანახმად, როგორც პრობლემაზე ფოკუსირებული, ასევე, ემოციაზე ფოკუსირებული დაძლევის სტილები მნიშვნელოვან კავშირში აღმოჩნდა შფოთვის მაღალ დონესთან (Rogowska et al., 2020).

მიჩნეულია, რომ ზოგადად, ეპიდემიებით გამოწვეული უარყოფითი ფსიქოლოგიური გავლენა საშუალო სიმწვავეთა აისახება საზოგადოების დაახლოებით ერთ მესამედზე, ხოლო კიდევ ერთ მესამედზე მწვავედ ზემოქმედებს (Manderscheid, 2007 as noted in Perrin, et al., 2008). კონსტრუქციული გამკლავების უნარების მქონე ადამიანები სწრაფი ცვლილებების მიმართ მეტ მედეგობას ავლენენ (Gerhold, 2020; Zhu et al., 2020).

უკანასკნელი ერთი წლის განმავლობაში არაერთი საერთაშორისო კვლევა განხორციელდა, რომელმაც დროის სხვადასხვა მონაკვეთში გაზომა პანდემიის სტრესთან დაკავშირებული ემოციური და ქცევითი რეაქციები. ერთ-ერთმა იტალიურმა კვლევამ, რომელმაც დროის ოთხ მონაკვეთში შეისწავლა მოსახლეობის შფოთვის, წუხილისა და აღქმული სტრესის დონეები, ცხადყო, რომ შფოთვისა და წუხილის დონეები ოთხივე ეტაპზე იყო სახეზე, რითაც გამოკვეთა გახანგრძლივებულ სტრესთან დაკავშირებული რისკები (Gori & Topino, 2021). კიდევ ერთმა კვლევამ, რომელიც მიზნად ისახავდა რვა სხვადასხვა ქვეყანაში შფოთვისა და დეპრესიის ინდიკატორების დადგენას, აჩვენა, რომ ორივე მაჩვენებელი მომატებული იყო ყველა ამ ქვეყანაში. ამით კვლავ ხაზი გაესვა პანდემიის უარყოფით გავლენას მოსახლეობის ფსიქიკურ ჯანმრთელობაზე (Généreux et al., 2021).

წინამდებარე კვლევა

კვლევა მიზნად ისახავდა კოვიდ-19-ის პანდემიაზე ზრდასრული ადამიანების ფსიქოლოგიური რეაგირების მახასიათებლების შესწავლას და იმ ფაქტორების დადგენას, რომლებიც კავშირშია სხვადასხვა ემოციურ და ქცევით რეაქციებსა და გამკლავების გზებთან. კვლევის ეთიკური კომისიის ნებართვა (R/182-20) ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტის ეთიკის საბჭოს მიერ გაიცა მონაცემების შეგროვების დაწყებამდე.

კვლევა მიზნად ისახავდა ისეთი ფსიქოლოგიური ცვლადების შეს-

წავლასა და მათ შორის კავშირების დადგენას, როგორცაა შფოთვისა და კოვიდზე წუხილის დონეები, ცხოვრებით კმაყოფილების ხარისხი, ცხოვრების საზრისი, პიროვნების ინდივიდუალისტური და კოლექტივისტური ტენდენციები, პანდემიურ სტრესთან გამკლავების სტილები და ქცევები. ამასთან, კვლევის ამოცანას, ასევე, წარმოადგენდა ამ ცვლადთა კავშირების შესწავლა რიგ დემოგრაფიულ მახასიათებლებთან, პანდემიაზე რეაგირების თავისებურებების გამოვლენა მწვავე და გახანგრძლივებული სტრესის ეტაპებზე და ამ უკანასკნელი თავისებურებების შედარება.

მეთოდი

შერჩევა და პროცედურა

კვლევის ორივე ეტაპზე მონაცემები შეგროვდა ელექტრონული გამოკითხვის საფუძველზე, ხელმისაწვდომი შერჩევით. კვლევის ორივე ეტაპი ქვეყნის მასშტაბით ჩაკეტვისა და სხვა რიგი აკრძალვების დაწესებისას განხორციელდა. კვლევის პირველი ეტაპი მაისის ბოლოს ჩატარდა პირველი ჩაკეტვის დროს, ხოლო მეორე ეტაპი – დეკემბრის დასაწყისში, მეორე ჩაკეტვის დროს. ორივე შემთხვევაში დაიხურა საჯარო სივრცეები, მათ შორის საგანმანათლებლო დაწესებულებები და შეწყდა საზოგადოებრივი ტრანსპორტის ფუნქციონირება. ამ ორ პერიოდში, ონლაინ კითხვარი გავრცელდა ელექტრონულად და კვლევის ორივე ეტაპზე ერთად 1581-მა ადამიანმა სრულად შეავსო ის.

კვლევის ბმული გავრცელდა სოციალური მედიისა და სხვა ელექტრონული საშუალებებით. ბმული შეიცავდა კვლევის მიზნების მოკლე აღწერასა და შევსების ინსტრუქციას. პოტენციურმა რესპონდენტებმა იცოდნენ კვლევის ანონიმურობის, კითხვარის შევსების ხანგრძლივობისა (დაახლოებით 15-20 წუთი) და მონაწილეობის კრიტერიუმების შესახებ. კვლევაში მონაწილეობისათვის პირი უნდა ყოფილიყო სრულწლოვანი და ქართულენოვანი. პირველ ეტაპზე შეგროვდა 849, ხოლო მეორე ეტაპზე – 732 ინდივიდის მონაცემი.

ჯგუფთაშორისი ჰომოგენურობის მისაღწევად მეორე ფაზის მონაცემების შესაგროვებლად გამოყენებულ იქნა იგივე ელექტრონული საშუალებები, რაც პირველი ფაზის დროს. ამასთან, იმისათვის, რომ ორი ტალღის ჯგუფური საშუალოების შედარება ყოფილიყო სტატისტიკურად გამართლებული, კონკრეტულად ამ მიზნისათვის, არსებული შერჩევების დემოგრაფიული მონაცემები ერთმანეთს შედარდა მათი ერთმანეთისათვის კიდევ უფრო დაახლოების მიზნით.

კვლევის პირველ ეტაპზე გამოკითხულთა 80.21% (681) ქალი იყო, 19.78% (168) კი – კაცი. შერჩევის ასაკობრივი საშუალო 37 წელს შეადგენდა ($SD=13.37$). ყველაზე ახალგაზრდა მონაწილე 18 წლის იყო, ყველაზე ასაკოვანი კი – 81-ის. შერჩევის უმეტესობა (58.53%) სრულ განაკვეთზე იყო დასაქმებული, დარჩენილი ჯგუფებიდან კი ყველაზე დიდი ნაწილი (16.60%) სტუდენტებზე მოდიოდა. მონაწილეთა მცირე ნაწილი (6.5%) ცხოვრობდა მარტო, ხოლო დიდი ნაწილი (33%) – სამ ან მეტ ადამიანთან ერთად.

პირველი ეტაპის მსგავსად, მეორე ეტაპის შერჩევაშიც ქალები სჭარბობდნენ 76.09% (557), კაცების წილი კი 23.90%-ს (175) შეადგენდა. მეორე ეტაპზე ასაკის დიაპაზონი 18–88 წლებს მოიცავდა და საშუალო ასაკი იყო 34 ($SD=13.1$). მსგავსად პირველი ტალღისა, მონაწილეთა მცირე ნაწილი (8%) ცხოვრობდა მარტო, ხოლო დიდი ნაწილი (33%) სამ ან მეტ ადამიანთან იყოფდა საცხოვრებელს, 40%-ზე მეტს ერთი ბავშვი მაინც ჰყავდა ოჯახში, ხოლო 30%-ზე მეტს – ერთი ხანდაზმული.

დასაქმების სტატუსითა და ოჯახის შემადგენლობით შერჩევები დიდად არ განსხვავდებოდა ერთმანეთისაგან. თუმცა, პირველი ეტაპის მონაწილეთა მეტი ნაწილი იყო დაუქორწინებელი. ვინაიდან შერჩევებს შორის გარკვეული სხვაობა დაფიქსირდა, ჯგუფთაშორისი საშუალო მონაცემების შედარებისათვის მეტი ერთგვაროვნების მისაღწევად პირველი შერჩევიდან ამოღებულ იქნა 130 მონაწილის, მეორე შერჩევიდან კი 27 მონაწილის მონაცემები. შედეგად, პირველ შერჩევაში დარჩა 719 (ტალღა 1) და მეორე შერჩევაში – 705 (ტალღა 2) მონაწილე, და ჯგუფთაშორისი შედარებისათვის ეს მონაცემები დამუშავდა. შერჩევათა ჰომოგენურობის უფრო დეტალური აღწერა მოცემულია შედეგების ნაწილში. ორივე შერჩევის მონაწილეთა დემოგრაფიული მახასიათებლები მოცემულია ცხრილ 1-ში.

მონაწილეების შესახებ შეგროვებული დემოგრაფიული მონაცემები მოიცავდა ინდივიდისა და ოჯახის შესახებ ისეთ მახასიათებელს, როგორცაა, ასაკი, სქესი, ოჯახური მდგომარეობა, დასაქმების მდგომარეობა, ქრონიკული დაავადების ქონა და ოჯახის წევრების შესახებ ინფორმაცია (ბავშვების, მოხუცების, ქრონიკული დაავადებების მქონე პირებისა და ოჯახში შემავალი ყველა წევრის რაოდენობა).

ცხრილი 1. მონაწილეთა დემოგრაფიული მონაცემები კვლევის ორივე ეტაპზე

ასაკობრივი ჯგუფი	%	სქესი	%	ოჯახური მდგომარეობა	%	ძირითადი საქმიანობა	%
18-30	44.02	კაცი	21.69	დაუქორწინებელი	45.98	სრულ განაკვეთზე დასაქმებული	57.49
31-50	41.99	ქალი	78.30	დაქორწინებული	39.15	ნახევარ განაკვეთზე ან დროებით დასაქმებული	5.56
51-70	12.90			განქორწინებული	8.91	სტუდენტი	16.00
71-88	1.07			ქვრივი	3.35	დიასახლისი ან შიდა მეურვე	2.71
				სხვა	2.59	პენსიის/ დახმარების მიმღები	1.39
						თვითდასაქმებული	8.22
						უმუშევარი	4.87

საზომები

საკვლევი ცვლადების შესახებ მონაცემების შესაგროვებლად რიგი საზომები გამოვიყენეთ. ესენია: სიტუაციური შფოთვის კითხვარი (Spielberger et al., 1983), ცხოვრებით კმაყოფილების სკალა (Diener et al., 1985), ჰორიზონტალური და ვერტიკალური ინდივიდუალიზმისა და კოლექტივიზმის სკალა (Triandis and Gelfand, 1998) და ცხოვრების საზრისის კითხვარი (Steger et al., 2006). ყველა ეს ინსტრუმენტი საერთაშორისო დონეზე აღიარებული და ვალიდირებულია ქართული პოპულაციისთვის (ჯავახიშვილი et al., 2016). გარდა ამისა, სამი საზომი – კოვიდ-19-ის წუხილის სკალა, გამკლავების ქცევების სკალა და გამკლავების სტილების სკალა (Gerhold, 2020) – ნახესხები იქნა უახლესი გერმანული კვლევიდან (Gerhold, 2020) და გარკვეულწილად მოდიფიცირდა. ეს სამი საზომი კოვიდ-19-ის პანდემიაზეა მორგებული. გამკლავების გზების კითხვარი (Folkman and Lazarus, 1988) შეიცავს პრობლემაზე ფოკუსირებული გამკლავების და ემოციაზე ფოკუსირებული გამკლავების ქვესკალებს. ქვემოთ იხილეთ უფრო დაწვრილებითი ინფორმაცია:

სიტუაციური შფოთვის კითხვარი ცხრამეტი დებულებისგან შემდგარი თვითანგარიშის საზომია, რომელიც 4-ქულიანი ლიკერტის

სკალის გამოყენებით ადამიანის შფოთვის ამჟამინდელ დონეს ზომავს (მაგალითად: „მეშინია“, „მშვიდად ვარ“). სხვა საზომებთან თავსებადობის მიზნით, გამოყენებული იყო 5-ქულიანი ლიკერტის სკალა „სრულიად არ ვეთანხმებიდან“ „სრულიად ვეთანხმებიმდე“. კრონბახის ალფა უდრიდა .93-ს პირველ ფაზაზე, ხოლო .93-ს – მეორე ფაზაზე. კოვიდ-19-ის წუხილის სკალა კოვიდთან დაკავშირებულ წუხილს 5-ქულიანი ლიკერტის სკალით („სრულიად არ ვეთანხმები“; „სრულიად ვეთანხმები“) ზომავს. სკალა მოიცავს სამ დებულებას („ვლელავ კორონავირუსის თემაზე“, „მეშინია, რომ კორონავირუსი დამემართება“, „მეშინია, რომ ჩემი ოჯახის წევრს კორონავირუსი დამემართება“). კრონბახის ალფა პირველი შერჩევისთვის უდრიდა 0.77-ს, ხოლო მეორე შერჩევისთვის – 0.75-ს.

ცხოვრებით კმაყოფილების სკალა 5-დებულებიანი თვითანგარიშის კითხვარია, რომელიც ზომავს ადამიანის ცხოვრებით ზოგად კმაყოფილებას 7-ქულიანი ლიკერტის სკალით („სრულიად არ ვეთანხმები“ – „სრულიად ვეთანხმები“). მაგ: „ცხოვრება თავიდან რომ დამეწყოს, თითქმის არაფერს შევცვლიდი“. მოცემულ კვლევაში, სხვა საზომებთან თავსებადობის მიზნით, 7 ქულა 5 ქულით შიეცვალა. კრონბახის ალფა პირველი ტალლისთვის უდრიდა 0.83-ს, ხოლო მეორე ტალლისთვის – 0.82-ს.

ჰორიზონტალური და ვერტიკალური ინდივიდუალიზმისა და კოლექტივიზმის სკალა თექვსმეტი დებულებისგან შემდგარი 5-ქულიანი ლიკერტის სკალის („სრულიად არ ვეთანხმები“ – „სრულიად ვეთანხმები“) თვითანგარიშის საზომია, რომელიც ინდივიდის კულტურულ ორიენტაციას ზომავს. ფაქტორული ანალიზის შედეგად (CFA) ჰორიზონტალური ინდივიდუალიზმისა („მირჩევნია საკუთარ თავზე ვიყო დამოკიდებული, ვიდრე სხვებზე“) და ვერტიკალური კოლექტივიზმის („ოჯახის წევრები ერთსულოვანი უნდა იყვნენ მაშინაც კი, როდესაც სერიოზულ დათმობებზე უწევთ წასვლა“) ქვესკალები შენარჩუნდა. ინდივიდუალიზმის ქვესკალისთვის კრონბახის ალფა იყო 0.64 (პირველი ტალლა) და .69 (მეორე ტალლა), კოლექტივიზმის ქვესკალისთვის კი – 0.65 (პირველი ტალლა) და 0.71 (მეორე ტალლა).

ცხოვრების საზრისის კითხვარი ცხრა დებულებისგან შემდგარი 5-ქულიანი ლიკერტის სკალის მქონე („სრულიად არ ვეთანხმები“; – „სრულიად ვეთანხმები“) თვითანგარიშის ინსტრუმენტი. ის, ერთი მხრივ, ზომავს, თუ რამდენად აქვს ადამიანს ცხოვრების საზრისი ნაპოვნი („ჩემს ცხოვრებას აქვს მკაფიო მიზანი“) და, მეორე მხრივ, რამდენად ეძებს ადამიანი ცხოვრების საზრისს („ყოველთვის ვეძებ იმას, რაც მაგრძნობინებს რომ ჩემი ცხოვრება მნიშვნელოვანია“). ამ ორი

ქვესკალის კრონბახის ალფებია 0.86 (პირველი ტალღა) და 0.90 (მეორე ტალღა), და 0.87 (პირველი ტალღა) და 0.85 (მეორე ტალღა).

გამკლავების გზების სკალა (ქართული ვერსია) 5-ქულიანი ლიკერტის სკალის („სრულიად არ ვეთანხმები“ – „სრულიად ვეთანხმები“) მქონე 18-დებულებიანი თვითანგარიშის კითხვარია. ის, პანდემიის საპასუხოდ, ადამიანის პრობლემაზე ფოკუსირებულ და ემოციაზე ფოკუსირებულ გამკლავების გზებს ზომავს. ფაქტორული ანალიზის შედეგად, საწყისი 24 შეკითხვიდან 6 ამოვარდა და დარჩენილი 18-დან ოთხი ქვესკალა გამოიყო: (1) ქმედების/დაგეგმვის ქვესკალა (4 დებულება, მაგალითად: „გულდასმით ვგეგმავ, რა გავაკეთო და მივყვები ჩემს გეგმას“), (2) ინფორმაციის მოძიების/გადამუშავების ქვესკალა (6 დებულება, მაგალითად: „ვესაუბრები მას, ვინც ამის შესახებ იცის“), (3) ბედთან შერიგების ქვესკალა (4 დებულება, მაგალითად: „ლოდინის გარდა არაფერი დაგვრჩენია“) და (4) განრიდების ქვესკალა (4 დებულება, მაგალითად: „ჩემს ოცნებებში ერთგვარ თავშესაფარს ვიქმნი და წარმოვიდგენ იმ დროს, როდესაც ყველაფერი უკეთესად იყო“). აქედან პირველი ორი პრობლემაზე ორიენტირებული გამკლავების სტილია, ბოლო ორი კი – ემოციაზე ორიენტირებული გამკლავების სტილი. კრონბახის ალფა ამ ქვესკალებისთვის შემდეგია: ქმედება/დაგეგმვის ქვესკალა – 0.77 (პირველი ტალღა) და 0.85 (მეორე ტალღა), ინფორმაციის მოძიების/გადამუშავების ქვესკალა – 0.78 (პირველი ტალღა) და 0.85 (მეორე ტალღა), ბედთან შერიგების ქვესკალა – 0.68 (პირველი ტალღა) და 0.72 (მეორე ტალღა) და განრიდების ქვესკალა – 0.62 (პირველი ტალღა) და 0.65 (მეორე ტალღა).

გამკლავების ქცევების სკალა (ქართული ვერსია): პანდემიაზე მორგებული 5-ქულიანი ლიკერტის სკალის („სრულიად არ ვეთანხმები“ – „სრულიად ვეთანხმები“) მქონე 8 დებულების შემცველი თვითანგარიშის ინსტრუმენტი, რომელიც პანდემიასთან გამკლავების ქცევით კომპონენტს ზომავს (მაგ. „ვერიდები თავშეყრის ადგილებს“). პირველ ფაზაზე გამოყენებული დებულებებიდან გამოვლინდა ორი ქვესკალა: ჩვეული ქცევების ქვესკალა (მაგალითად, „ხელებს ვიბან ან ხელების დეზინფექციას ვიტარებ“) და ახალი, პანდემიასთან დაკავშირებული ქცევების ქვესკალა (მაგალითად, „სახლს გარეთ პირბადეს ვატარებ“). იმის გამო, რომ მეორე ეტაპზე ზოგადი სიტუაცია შეიცვალა, საჭირო გახდა ქცევების სკალის მოდიფიცირებაც. მაგალითისათვის, პირველი ჩაკეტვისას ღია სივრცეში პირბადის ტარებანებაყოფლობითი იყო მაშინ, როდესაც მეორე ჩაკეტვისას ეს უკვე სავალდებულო გახდა.

იმისათვის, რომ დაძლევის ქცევების შედეგების შედარება ყოფი-

ლიყო შესაძლებელი მწვავე და გახანგრძლივებული სტრესის პირობებში, მეორე ტალღაში გამოყენებული გამკლავების ქცევების სკალიდან შეირჩა ის დებულებები, რომლებიც ორივე სტადიაზე ძალაში იყო. ასეთია სულ ოთხი დებულება, აქედან ორი წარმოადგენდა ჩვეულ ქცევებს (როგორიცაა, ხელების დაბანა), ხოლო ორი – პანდემიასთან დაკავშირებულ ქცევებს (როგორიცაა, სოციალური დისტანციის დაცვა). ორდებულებიანი სკალებისათვის კრონბახის ალფას ნაცვლად გამოვიყენეთ სპირმენ-ბრაუნის r კოეფიციენტი, რომელიც ჩვეული ქცევებისათვის იყო 0.75 (პირველი ტალღა) და 0.83 (მეორე ტალღა), ხოლო პანდემიასთან დაკავშირებული ქცევების შემთხვევაში r უდრიდა 0.72-ს (პირველი ტალღა) და 0.66-ს (მეორე ტალღა).

დამატებითი კითხვები 5-ქულიანი ლიკერტის სკალით („სრულიად არ ვეთანხმები“ – „სრულიად ვეთანხმები“) ზომავდა მონაწილეების წუხილს პანდემიის ეკონომიკურ შედეგებზე, პანდემიის მიმართ ზოგად დამოკიდებულებასა და პანდემიის ყოველდღიურობაზე გავლენასთან დაკავშირებულ ისეთ აღქმებს, როგორიცაა, სამუშაო დატვირთვა, საშინაო საქმეების დატვირთვა, თავისუფალი დრო, სოციალური კონტაქტი, ფსიქოლოგიური მდგომარეობა, ეკონომიკური მდგომარეობა და მისი ზოგადი გავლენა ინდივიდის ცხოვრებაზე.

სტატისტიკური ანალიზი

მონაცემების ანალიზისთვის გამოყენებული იყო სტატისტიკური პაკეტი IBM SPSS-ის 21-ე ვერსია. თითოეული შერჩევის ფარგლებში მრავალ ცვლადს შორის კავშირების გამოსავლენად ბივარიაციული კორელაციის ანალიზი შესრულდა პირსონის r კოეფიციენტით. შედეგის ცვლადების პრედიქტორების დასადგენად ჩატარდა იერარქიული რეგრესიული ანალიზი. ორი შერჩევის ძირითადი ცვლადების საშუალო ქულები შედარებისა და ჯგუფთაშორისი სხვაობების დასადგენად გამოყენებულ იქნა სტუდენტის დამოუკიდებელი t -კრიტერიუმი, ANOVA, MANOVA და MANCOVA. სტატისტიკური მნიშვნელობის ყველა კრიტერიუმში ალბათობის 0.05 დონე იყო გამოყენებული.

შედეგები

აღწერითი სტატისტიკა

ტალღა 1

პირველი ტალღის მონაწილეთა საკმაოდ მცირე ნაწილმა (11%) აღნიშნა, რომ ეშინოდათ (საკმარისად ან ძალიან) კორონავირუსით

დაავადების, მაშინ როდესაც დიდმა ნაწილმა (48%) გამოხატა საკმარისი ან ძლიერი შიში ოჯახის წევრის შესაძლო დაინფიცირების გამო. ძალიან მცირე ნაწილმა (2.6 %) აღნიშნა, რომ გადაიტანა კოვიდ-19 და კიდევ უფრო მცირე ნაწილმა (0.6 %) დაადასტურა კოვიდის ისტორია ოჯახში.

მონაწილეთა უმრავლესობამ (72%) გამოხატა წუხილი პანდემიის ეკონომიკური შედეგების შესახებ, ხოლო 66%-მა აღნიშნა ეკონომიკური მდგომარეობის რეალური ან პოტენციური გაუარესება. შერჩევის 69%-მა დაადასტურა სოციალური კონტაქტების შემცირება, ხოლო 43%-მა აღნიშნა ფსიქოლოგიური მდგომარეობის გაუარესება სოციალური დისტანცირების გამო. გარდა ამისა, შერჩევის დონეზე გამოიკვეთა მცირედ შემცირებული სამუშაო დატვირთვა ($M = 2.86$, $SD = 1.33$), მცირედ გაზრდილი თავისუფალი დრო ($M = 3.37$; $SD = 1.27$) და საშინაო დატვირთვა ($M = 3.54$, $SD = 0.97$).

რაც შეეხება ფსიქოლოგიური ცვლადების აღწერით მახასიათებლებს, ჯგუფის სიტუაციური შფოთვისა და კოვიდზე წუხილის ქულები საშუალო იყო. ინდივიდუალიზმი საგრძნობლად სჭარბობდა კოლექტივიზმს, ხოლო დაძლევის რაციონალური სტილები – ემოციურ სტილებს. ამასთან, როგორც ჩვეულება, ასევე, პანდემიასთან დაკავშირებულმა ქცევების მაჩვენებლებმა საშუალოზე საგრძნობლად მაღალ ნიშნულს მიაღწია.

ტალა 2

მეორე შერჩევის ფსიქოლოგიური ცვლადების აღწერით მახასიათებელთა შორის აღსანიშნავია, რომ სიტუაციური შფოთვისა და კოვიდზე წუხილის ქულები საშუალოზე მაღალი იყო. ინდივიდუალიზმი კვლავ სჭარბობდა კოლექტივიზმს, ხოლო დაძლევის რაციონალური სტილები კი – ემოციურს. დაძლევის ქცევები საშუალოზე საგრძნობლად დაბალ ნიშნულს შეესაბამებოდა.

კვლევის პირველ ეტაპთან შედარებით, მეორე ეტაპზე ზოგადად გაიზარდა გენდერული განსხვავებები ფსიქოლოგიური ცვლადების საშუალო ქულებს შორის. მაგალითად, მეორე ტალაში საზრისის ფლობა და ცხოვრებით კმაყოფილება საგრძნობლად შემცირდა კაცებში (იხ. ცხრილი 2).

ცხრილი 2. ფსიქოლოგიური ცვლადების საშუალო ქულები გენდერისა და კვლევის ეტაპების მიხედვით

ცვლადი	ფაზა 1		ფაზა 2	
	ქალი	კაცი	ქალი	კაცი
შფოთვა	2.83	2.61	3.07	2.90
კოვიდზე წუხილი	2.78	2.71	3.42	3.15
საზრისის ძიება	3.42	3.30	3.36	3.37
საზრისის ფლობა	3.58	3.63	3.58	3.39
ბედთან შერიგება	2.71	2.64	2.73	2.47
გაქცევა/აცილება	2.76	2.68	2.88	2.76
ქმედება/დაგეგმვა	3.50	3.57	3.39	3.35
ინფორმაციის მოძიება	3.12	3.10	3.25	3.19
ინდივიდუალიზმი	4.07	4.10	3.98	3.96
კოლექტივიზმი	3.13	3.34	3.21	3.17
ცხოვრებით კმაყოფილება	2.90	2.85	2.82	2.65
ჩვეული ქცევები	4.08	3.98	4.09	3.93
პანდემიასთან დაკავშირებული ქცევები	4.26	3.95	4.15	3.84

კორელაციური ანალიზი და ჯგუფთაშორისი სხვაობები

ფსიქოლოგიურ ცვლადებს შორის კავშირები

ტალა 1

შედეგების თანახმად, მნიშვნელოვანი დადებითი კორელაცია დადგინდა სიტუაციურ შფოთვასა და კოვიდზე წუხილს შორის. ასევე, შფოთვა დადებითად კორელირებდა გამკლავების სამ სტილთან: განრიდების სტილთან, ბედთან შერიგების სტილთან, ინფორმაციის ძიება/გადამუშავების სტილთან, ჩვეულ და პანდემიასთან დაკავშირებულ დაძლევის ქცევებთან, და უარყოფით კავშირში იყო ცხოვრებით კმაყოფილებასთან, ცხოვრების საზრისის ფლობასთან, ქმედების/დაგეგმვის სტილთან და ინდივიდუალიზმთან. ცხოვრებით კმაყოფილება კი ძლიერ დადებით კავშირში იყო საზრისის ფლობასთან; ასევე, დადებითად კორელირებდა ქმედება/დაგეგმვის და ინფორმაციის გადამუშავების სტილებთან, ინდივიდუალიზმთან და პანდემიასთან დაკავ-

შირებულ ქცევებთან და უარყოფით კავშირში იყო ბედთან შერიგების და განრიდების სტილებთან, ასევე, საზრისის ძიებასთან.

კოვიდზე წუხილი, გარდა შფოთვისა, დადებით კავშირში აღმოჩნდა გამკლავების ყველა სტილთან და ქცევებთან. თუმცაღა, ყველაზე ძლიერი დადებითი კავშირი დადგინდა ინფორმაციის ძიება/გადაამუშავების სტილთან და დაძლევის ქცევებთან, ხოლო შედარებით მცირე უარყოფითი კორელაცია დადგინდა ინდივიდუალიზმთან.

ინდივიდუალიზმი, თავის მხრივ, დადებითად კორელირებდა ცხოვრების საზრისის ფლობას, ძიებასა და ქმედება/დაგეგმვის სტილთან, ხოლო უარყოფითად – ბედთან შერიგების და განრიდების სტილებთან. კოლექტივიზმი კი დადებით კავშირში იყო დაძლევის ყველა სტილთან და პანდემიასთან დაკავშირებულ ქცევებთან, ასევე, საზრისის ფლობასთან და ძიებასთან.

რაც შეეხება ცხოვრების საზრისს, რაც მაღალი იყო ცხოვრების საზრისის ფლობა, მით დაბალი იყო შფოთვა და დაძლევის ემოციური სტილების გამოყენება, და მით მეტი იყო რაციონალური დაძლევის სტილების გამოყენება. დადებითი კავშირი დადგინდა ცხოვრების საზრისის ძიებასა და გამკლავების ყველა სტილს შორის. ასევე, სუსტი უარყოფითი კორელაცია გამოიკვეთა როგორც საზრისის ფლობასა და საზრისის ძიებას შორის, ასევე, ინდივიდუალიზმსა და კოლექტივიზმს შორის (იხ. ცხრილი 3).

ტალა 2

მეორე ტალაში შფოთვა დადებით კორელაციაში აღმოჩნდა კოვიდზე წუხილთან, ემოციაზე ფოკუსირებულ ორივე სტილთან და როგორც ჩვეულ, ასევე, პანდემიასთან დაკავშირებულ გამკლავების ქცევებთან, ხოლო უარყოფითად კორელირებდა ცხოვრებით კმაყოფილებასთან, ცხოვრების საზრისის ფლობასთან, ინდივიდუალიზმთან და ქმედება/დაგეგმვის სტილთან (იხ. ცხრილი 3).

კოვიდზე წუხილი დადებით კავშირში იყო დაძლევის ქცევებთან და აღარ კორელირებდა ქმედება/დაგეგმვის სტილთან და ცხოვრებით კმაყოფილებასთან. გარდა ამისა, ინდივიდუალიზმი უარყოფითად იყო მასთან დაკავშირებული, კოლექტივიზმი კი – დადებითად. დაძლევის ქცევები, თავის მხრივ, დადებითად კორელირებდა გამკლავების ყველა სტილთან.

ცხოვრებით კმაყოფილება დადებით კორელაციაში იყო საზრისის ფლობასთან, ქმედება/დაგეგმვის სტილთან და უარყოფით კორელაციაში – განრიდების სტილთან. საზრისის ფლობა დადებით კავშირში იყო ქმედება/დაგეგმვის და ინფორმაციის მიღება/გადაამუშავების სტილებთან და პანდემიასთან დაკავშირებულ ქცევებთან. საზრისის

ძიება კი, თავის მხრივ, დადებითად კორელირებდა დაძლევის ყველა სტილთან და სუსტი დადებითი კავშირი აღენიშნებოდა შფოთვასთან.

როგორც ინდივიდუალიზმი, ასევე, კოლექტივიზმი დადებით კავშირში იყო ცხოვრებით კმაყოფილებასთან. ანალოგიურად, ორივე დადებითად კორელირებდა როგორც საზრისის ფლობასთან, ასევე, საზრისის ძიებასთან. გარდა ამისა, ინდივიდუალიზმი დადებით კორელაციაში იყო ქმედება/დაგეგმვის სტილთან და უარყოფით კორელაციაში – ბედთან შერიგების სტილთან მაშინ, როდესაც კოლექტივიზმი კვლავ დადებით კავშირში აღმოჩნდა დაძლევის ყველა სტილთან და ქცევებთან (იხ. ცხრილი 3).

დემოგრაფიული და აღქმული გავლენის ცვლადების კავშირები ფსიქოლოგიურ ცვლადებთან

ტალღა 1

შედეგების თანახმად, ასაკი დადებითად კორელირებდა კოვიდზე წუხილთან, განსაკუთრებით, ინფიცირების შიშთან ($r = 0.10, p = 0.00$), პანდემიის აღქმულ უარყოფით გავლენასთან ($r = -0.08, p = 0.01$), კოლექტივიზმთან ($r = 0.17, p < 0.01$) და უარყოფით კავშირში იყო ინდივიდუალიზმთან ($r = -0.20, p < 0.01$). გარდა ამისა, ასაკი დადებით კავშირში იყო ცხოვრების საზრისის ფლობასთან ($r = 0.08, p < 0.05$) და უარყოფით კავშირში – საზრისის ძიებასთან ($r = -0.13, p < 0.01$). ამასთან, უარყოფითი კორელაცია დადგინდა ასაკსა და სოციალური კონტაქტების სიხშირეს შორის ($r = -0.14, p = 0.00$), რაც ასაკოვანი ადამიანების გაზრდილ სოციალურ იზოლაციას ასახავს.

გარდა ამისა, მნიშვნელოვანი კავშირები დადგინდა შფოთვასა და პანდემიის აღქმული გავლენის რიგ მახასიათებლებს შორის. კერძოდ, შფოთვა დადებითად კორელირებდა ეკონომიკური შედეგების შესახებ წუხილთან ($r = 0.26, p < 0.01$), პანდემიის უარყოფით აღქმულ გავლენასთან ადამიანის ცხოვრებაზე ($r = 0.43, p < 0.01$) და მის ფსიქოლოგიურ მდგომარეობაზე ($r = 0.42, p < 0.01$), ხოლო ცხოვრებით კმაყოფილება უარყოფით კავშირში იყო ეკონომიკურ შედეგებზე წუხილთან ($r = -0.09, p < 0.01$).

ამასთან, სოციალური კონტაქტების სიხშირე უარყოფით კავშირში იყო კოვიდზე წუხილთან ($r = -0.12, p = 0.00$), გამკლავების ქცევებთან (ჩვეული – $r = -0.20, p = 0.00$; ახალი – $r = -0.17, p = 0.00$) და დადებითად კორელირებდა ცხოვრებით კმაყოფილებასთან ($r = 0.10, p = 0.00$). შედარებით ხშირი კონტაქტების მქონე მონაწილეებს აღენიშნებოდათ უკეთესი ფსიქოლოგიური მდგომარეობა ($r = 0.20, p = 0.00$).

ამასთანავე, სტატისტიკურად მნიშვნელოვანი ჯგუფთაშორისი განსხვავებები გამოიკვეთა სქესის, ქორწინების მდგომარეობის, ძირითადი საქმიანობის და საცხოვრებელი პირობების მიხედვით. კერძოდ, ქალები და კაცები ერთმანეთისაგან განსხვავდებოდნენ სიტუაციური შფოთვის $t(847) = 3.41, p = 0.00$, პანდემიასთან დაკავშირებული ქცევების $t(847) = 4.34, p = 0.00$, და პანდემიის საშინაო დატვირთვაზე გავლენის $t(847) = 4.25, p = 0.00$ მიხედვით. ყველა ზემოხსენებული უფრო მაღალი იყო ქალებთან. თუმცა, სქესთაშორისი სხვაობა არ გამომჟღავნებულა კოვიდზე წუხილთან მიმართებით (იხ. ცხრილი 2).

გარდა ამისა, შფოთვისა და ცხოვრებით კმაყოფილების დონეები განსხვავდებოდა ძირითადი საქმიანობისა და საცხოვრებელი პირობების მიხედვით. სხვა ჯგუფებთან შედარებით, უმუშევარმა პირებმა და პენსიონერებმა საგრძნობლად მაღალი შფოთვა $F(7, 841) = 4.05, p = 0.00$ და დაბალი ცხოვრებით კმაყოფილება $F(7, 204\ 841) = 5.28, p = 0.00$ აჩვენეს. ანალოგიურად, არასახარბიელო საცხოვრებელი პირობების მქონე პირებს აღენიშნებოდათ მნიშვნელოვნად მაღალი შფოთვა $F(4, 844) = 3.14, p = 0.01$ და საგრძნობლად დაბალი ცხოვრებით კმაყოფილება $F(4, 844) = 10.64, p = 0.00$, ვიდრე მათ, ვისაც კარგი ან ძალიან კარგი საცხოვრებელი პირობები ჰქონდა. დაბოლოს, დაქორწინებულმა პირებმა მნიშვნელოვნად მაღალი ცხოვრებით კმაყოფილება აჩვენეს, ვიდრე დაუქორწინებელმა და განქორწინებულმა პირებმა $F(4, 844) = 8.18, p = 0.00$. თუმცა, კოვიდზე წუხილთან მიმართებით ამ ჯგუფებს შორის სხვაობა არ გამოვლენილა.

ტალღა 2

მეორე ტალღაში ასაკი დადებითად კორელირებდა შფოთვასთან ($r = 0.10, p = 0.01$) და კოვიდზე წუხილთან ($r = 0.13, p = 0.01$), განსაკუთრებით ინფიცირების შიშთან ($r = 0.27, p = 0.00$); შედარებით სუსტი დადებითი კავშირი გამოვლინდა სოციალური დისტანცირების მოთხოვნის გამო წუხილთან ($r = 0.08, p = 0.04$) და ოჯახის ეკონომიკური შედეგების გამო ღელვასთან ($r = 0.09, p = 0.02$). ასაკი დადებითად კორელირებდა კოლექტივიზმთან ($r = 0.27, p < 0.00$) და უარყოფითად – ინდივიდუალიზმთან ($r = -0.20, p < 0.00$). დადებით კავშირში იყო საზრისის ფლობასთან ($r = 0.17, p < 0.00$), ცხოვრებით კმაყოფილებასთან ($r = 0.10, p < 0.01$) და დაძლევის სამ სტილთან – ქმედება/დაგეგმვის სტილი ($r = 0.19, p < 0.00$), ინფორმაციის მოძიება/გადამუშავების სტილი ($r = 0.19, p < 0.00$), ბედთან შერიგების სტილი ($r = 0.11, p < 0.00$). ოჯახში ბავშვების რაოდენობა კი ქმედება/დაგეგმვისა ($r = 0.08, p < 0.03$) და ინფორმაციის მოძიების ($r = 0.11, p < 0.00$) სტილებთან აღმოჩნდა დადებით კავშირში.

გარდა ამისა, მნიშვნელოვანი დადებითი კორელაცია დადგინდა შფოთვისა და ჯანდაცვის სისტემის მხრიდან დაგვიანებული რეაგირების შიშს ($r = 0.29, p < 0.00$), სოციალური კონტაქტების სიხშირის ($r = 0.26, p < 0.00$), ასევე, ეკონომიკური შედეგების შესახებ წუხილს შორის (როგორც ოჯახისთვის ($r = 0.22, p < 0.00$), ისე საზოგადოებისთვის ($r = 0.13, p < 0.00$)). ცხოვრებით კმაყოფილება კი სტატისტიკურად მნიშვნელოვან უარყოფით კავშირში აღმოჩნდა პანდემიის ოჯახურ-ეკონომიკურ შედეგებზე წუხილთან ($r = -0.15, p < 0.00$). ინდივიდუალიზმი დადებითად კორელირებდა პანდემიის საზოგადოებრივ-ეკონომიკურ შედეგებზე წუხილთან ($r = 0.18, p < 0.00$), ხოლო კოლექტივიზმი – სოციალურ დისტანცირებასთან ($r = 0.11, p < 0.00$) და ოჯახურ-ეკონომიკურ შედეგებზე წუხილთან ($r = 0.13, p < 0.01$).

ამასთანავე, სტატისტიკურად მნიშვნელოვანი ჯგუფთაშორისი განსხვავებები გამოიკვეთა სქესის, ქორწინების მდგომარეობის, ძირითადი საქმიანობის და საცხოვრებელი პირობების მიხედვით.

ქალები და კაცები ერთმანეთისაგან განსხვავდებოდნენ სიტუაციური შფოთვის $t(730) = 2.54, p = 0.01$, ცხოვრებით კმაყოფილების $t(730) = 2.41, p = 0.02$, საზრისის ფლობის $t(730) = 2.79, p = 0.01$ და გამკლავების ბედთან შერიგების სტილის $t(730) = 3.58, p = 0.00$ მიხედვით. ასევე, სქესთაშორისი განსხვავება გამოვლინდა კოვიდზე წუხილში $t(730) = 3.28, p = 0.00$, საზოგადოებისთვის პანდემიის ეკონომიკურ შედეგებზე წუხილში $t(730) = 2.17, p = 0.03$ და გამკლავების ქცევებში (ჩვეული ქცევები – $t(730) = 2.20, p = 0.03$; პანდემიასთან დაკავშირებულ ქცევებში – $t(730) = 3.87, p = 0.00$). ყველა ზემოხსენებული უფრო მაღალი იყო ქალებთან.

ამასთანავე, შფოთვისა და ცხოვრებით კმაყოფილების დონეები განსხვავდებოდა ძირითადი საქმიანობის და ოჯახური მდგომარეობის მიხედვით. სხვა ჯგუფებთან შედარებით, უმუშევარმა პირებმა და პენსიონერებმა საგრძნობლად მაღალი შფოთვა $F(7, 724) = 4.59, p = 0.00$, კოვიდზე წუხილი $F(7, 724) = 3.60, p = 0.00$ და დაბალი ცხოვრებით კმაყოფილება $F(7, 724) = 5.53, p = 0.00$ აჩვენეს. ასევე, დაქორწინებულ პირებში მნიშვნელოვნად მაღალი იყო ცხოვრებით კმაყოფილება $F(7, 724) = 5.41, p = 0.00$ და კოვიდზე წუხილი $F(7, 724) = 3.77, p = 0.01$, ვიდრე დაუქორწინებელ და განქორწინებულ პირებში.

ცხრილი 3. ფსიქოლოგიურ ცვლადებს შორის კორელაციები

პირველი ფაზა დიაგნოზალის ზევითაა, მეორე ფაზა კი დიაგნოზალის ქვევით

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
შფოთია	1	.43**	-.38**	-.24**	-.02	-.14**	.12**	.31**	.50**	-.26**	.14**	.15**	.10**
კოვიდზე წუხილი	.36**	1	-.09*	-.13**	.14**	.17**	.36**	.24**	.30**	-.01	.04	.36**	.35**
ცხოვრებით ემსახურება	-.39**	.04	1	.21**	.05	.23**	.09**	-.13**	-.24**	.46**	-.11**	.02	.12**
ინდივიდუალობა	-.20**	-.09*	.15**	1	-.12**	.21**	-.03	-.17**	-.11**	.21**	.11**	-.01	.01
კოლექტივიზმი	-.04	.17**	.14**	-.04	1	.18**	.25**	.26**	.16**	.13**	.09**	.13**	.03
ქმედება/დაგეგმვის სტილი	-.33**	.05	.32**	.22**	.22**	1	.50**	.04	-.05	.40**	.08*	.23**	.24**
ინფორმაციის გადაზიდვის სტილი	.04	.31**	.15**	.03	.28**	.46**	1	.30**	.31**	.17**	.17**	.29**	.21**
ბედთან შერიგების სტილი	.27**	.24**	.02	-.13**	.30**	-.06	.17**	1	.56**	-.16**	.28**	.11**	.08*
განრღობის სტილი	.48**	.29**	-.16**	-.03	.17**	-.10**	.26**	.47**	1	-.19**	.23**	.11**	.06
საზრისის ფლობა	-.31**	.03	.46**	.24**	.22**	.48**	.30**	-.05	-.08*	1	-.14**	.05	.08*
საზრისის ძიება	.08*	.04	.01	.15**	.09*	.13**	.24**	.10**	.22**	.26**	1	-.01	.01
ჩვეულებრივი ქცევები	.09*	.36**	.03	.03	.17**	.15**	.26**	.10**	.16**	.08*	.11**	1	.42**
პანდემიათან დაკავშირებული ქცევები	.14**	.40**	.05	.00	.09*	.09*	.17**	.10**	.12**	.03	.04	.54**	1

შენიშვნა: * ნიშნავს $p < .05$. ** ნიშნავს $p < .01$.

რეგრესიული ანალიზი

კორელაციური ანალიზის შემდეგ გაკეთდა ორივე შერჩევის რეგრესიული ანალიზი. რეგრესიულ მოდელში ფსიქოლოგიური მდგომარეობის

რეობის ცვლადები და დემოგრაფიული ცვლადები განხილულ იქნა, როგორც პოტენციური პრედიქტორი ცვლადები. ეს ცვლადებია: სიტუაციური შფოთვა, კოვიდზე წუხილი, ცხოვრებით კმაყოფილება, ცხოვრების საზრისის ფლობა, საზრისის ძიება, ინდივიდუალიზმი და კოლექტივიზმი; დემოგრაფიული ცვლადებიდან კი – ასაკი, სქესი, ოჯახური მდგომარეობა, საქმიანობა, ოჯახის წევრების რაოდენობა, ოჯახში ბავშვების/ხანდაზმულების რაოდენობა და კორონავირუსის გადატანის ისტორია. შედეგის ცვლადებად განხილულ იქნა დაძლევის სტილები და დაძლევის ქცევები. ამდენად, რეგრესიული მოდელის შემოწმების მიზანს წარმოადგენდა, თუ პრედიქტორი ცვლადებიდან რომელი და რა ზომით წინასწარმეტყველებდა დაძლევის ამა თუ იმ სტრატეგიას.

ტალა 1

კვლევის პირველი ტალის რეგრესიულმა ანალიზმა გამოკვეთა ის ცვლადები, რომლებიც წინასწარმეტყველებენ დაძლევის სტილებსა და ქცევებს მწვავე სტრესის ფაზაზე (იხ. ცხრილი 4).

ცხრილი 4. დაძლევის სტილთა და ქცევათა პრედიქტორები პირველ ტალაში

პრედიქტორები	β	t	p
<i>ქმედება/დაგეგმვის სტილის</i>			
საზრისის ფლობა	0.31	8.80	.000
კოვიდზე წუხილი	0.23	6.68	.000
ინდივიდუალიზმი	0.15	4.59	.000
შფოთვა	-0.13	-3.34	.001
კოლექტივიზმი	0.10	3.28	.001
საზრისის ძიება	0.10	3.23	.001
<i>ინფორმაციის მოძიება/ გადამუშავების სტილის</i>			
კოვიდზე წუხილი	0.33	9.48	.000
საზრისის ძიება	0.18	5.64	.000
კოლექტივიზმი	0.15	4.52	.000
საზრისის ფლობა	0.13	3.44	.001
ცხოვრებით კმაყოფილება	0.08	2.09	.037
<i>ბედთან შერიგების სტილის</i>			
კოლექტივიზმი	0.24	7.38	.000
საზრისის ძიება	0.21	6.41	.000
შფოთვა	0.20	5.25	.000
ინდივიდუალიზმი	-0.11	-3.15	.002
კოვიდზე წუხილი	0.10	2.97	.003

საზრისის ფლობა	-0.08	-2.31	.021
განრიდების სტილის			
შფოთვა	0.42	11.73	.000
კოლექტივიზმი	0.16	5.15	.000
საზრისის ძიება	0.16	5.09	.000
კოვიდზე წუხილი	0.09	2.71	.007
საზრისის ფლობა	-0.07	-2.15	.032
უმუშევარი	0.06	1.87	.062
ჩვეული ქცევების			
კოვიდზე წუხილი	0.30	8.05	.000
სტუდენტი	0.14	2.79	.005
სრულ განაკვეთზე დასაქმებული	0.10	2.45	.014
კოლექტივიზმი	0.08	2.25	.025
პანდემიური ქცევების			
კოვიდზე წუხილი	0.31	8.42	.000
სტუდენტი	0.14	2.90	.004
სქესი	0.14	4.12	.000
ხანდაზმულების რაოდენობა	0.12	3.35	.001
ცხოვრებით კმაყოფილება	0.11	2.76	.006
ასაკი	-0.11	-2.46	.014
სრულ განაკვეთზე დასაქმებული	0.10	2.49	.013

შედეგებმა აჩვენა, რომ შფოთვა დადებითად წინასწარმეტყველებდა დაძლევის ემოციურ სტილებს, ხოლო უარყოფითად წინასწარმეტყველებდა ქმედება/დაგეგმვის სტილს. კოვიდზე წუხილი, მეორე მხრივ, წინასწარმეტყველებდა დაძლევის ყველა სტილს და ქცევებს, თუმცა უფრო ძლიერი პრედიქტორული წონა ჰქონდა დაძლევის რაციონალურ სტილებთან მიმართებით.

ამასთან, როგორც საზრისის ფლობა, ასევე, საზრისის ძიება წინასწარმეტყველებდა დაძლევის ოთხივე სტილს. თუმცა, თუ საზრისის ძიება ოთხივე სტილს დადებითად წინასწარმეტყველებდა, საზრისის ფლობა დადებითი პრედიქტორი აღმოჩნდა რაციონალური დაძლევის ორივე სტილის და უარყოფითი პრედიქტორი – ემოციური დაძლევის ორივე სტილისთვის.

კიდევ ერთი ცვლადი, რომელმაც იწინასწარმეტყველა დაძლევის ყველა სტილი, და ასევე, დაძლევის ჩვეული ქცევები, იყო კოლექტივიზმი მაშინ, როცა ინდივიდუალიზმი აღმოჩნდა ქმედება/დაგეგმვის სტილის დადებითი, ხოლო ბედთან შერიგების სტილის უარყოფითი პრედიქტორი. ცხოვრებით კმაყოფილება კი დადებითად წინასწარმეტყველებდა ინფორმაციის მოძიება/გადაამუშავების სტილსა და პან-

დემიასთან დაკავშირებული ქცევებს.

რაც შეეხება დემოგრაფიულ ცვლადებს, სტუდენტობა და სრულ განაკვეთზე დასაქმებულობა წინასწარმეტყველებდა როგორც ჩვეულ, ასევე, პანდემიასთან დაკავშირებულ დამცავ ქცევებს. დამატებით, პანდემიასთან დაკავშირებული ქცევების დადებითი პრედიქტორი აღმოჩნდა მდებარეობითი სქესი და ოჯახში ხანდაზმულების რაოდენობა, ხოლო უარყოფითი პრედიქტორი – ასაკი. უმუშევრობა სტატისტიკურად მოსაზღვრედ (მარგინალურად) წინასწარმეტყველებდა დაძლევის განრიდების სტილს.

ტალა 2

კვლევის მეორე ტალის რეგრესიულმა ანალიზმა გამოკვეთა ის ცვლადები, რომლებიც წინასწარმეტყველებენ დაძლევის სტილებსა და ქცევებს გახანგრძლივებული სტრესის ფაზაზე (იხ. ცხრილი 5).

შედეგებმა აჩვენა, რომ შფოთვა კვლავ დადებითად წინასწარმეტყველებდა დაძლევის ემოციურ სტილებს, ხოლო უარყოფითად წინასწარმეტყველებდა ქმედება/დაგეგმვის სტილს. კოვიდზე წუხილი კვლავ წინასწარმეტყველებდა დაძლევის ყველა სტილს და ქცევებს, თუმცა მისი პრედიქტორული წონა ქმედება/დაგეგმვის სტილთან მიმართებით შესუსტდა, ხოლო შფოთვის უარყოფითი პრედიქტორული წონა – გაიზარდა.

რაც შეეხება საზრისის ფლობასა და ძიებას, საზრისის ძიება კვლავ დადებითად წინასწარმეტყველებდა დაძლევის სამ სტილს, საზრისის ფლობა კი რაციონალური დაძლევის ორივე სტილის დადებითი პრედიქტორი და ბედთან შერიგების სტილის უარყოფითი პრედიქტორი იყო.

კოლექტივიზმი ამ ეტაპზეც წინასწარმეტყველებდა დაძლევის ყველა სტილსა და დაძლევის ჩვეულ ქცევებს, ხოლო ინდივიდუალიზმი აღმოჩნდა ქმედება/დაგეგმვის სტილის პრედიქტორი. ცხოვრებით კმაყოფილება კი გახანგრძლივებული სტრესის ფაზაზე დადებითად წინასწარმეტყველებდა ბედთან შერიგებით სტილს.

რაც შეეხება დემოგრაფიულ ცვლადებს, გასაკვირი არაა, რომ გახანგრძლივებული სტრესის ფაზაზე განსაკუთრებულად მნიშვნელოვანი ცვლადი აღმოჩნდა პანდემიის ისტორია ოჯახში. კერძოდ, ის დადებითად წინასწარმეტყველებდა რაციონალური დაძლევის ორივე სტილსა და ემოციური დაძლევის განრიდების სტილს.

მდებარეობითი სქესი დადებითი პრედიქტორი იყო დაძლევის ბედთან შერიგების სტილისა და პანდემიასთან დაკავშირებული დამცავი ქცევების, ხოლო სრულ განაკვეთზე დასაქმებულობა უარყოფითად წინასწარმეტყველებდა ემოციური დაძლევის ორივე სტილს. ბედთან

შერიგების სტილის უარყოფითი პრედიქტორი იყო განქორწინებულის სტატუსიც.

სტუდენტობა და ოჯახის წევრების რაოდენობა წინასწარმეტყველებდა ჩვეულ დამცავ ქცევებს, ხოლო ოჯახში ხანდაზმულების რაოდენობა პანდემიური ქცევების უარყოფითი პრედიქტორი იყო. რაც შეეხება სტატისტიკურად მოსაზღვრე (მარგინალურ) მაჩვენებლებს, ასაკი დადებითად წინასწარმეტყველებდა ინფორმაციის მოძიება/გადამუშავების სტილს, ხოლო დაქორწინებულის სტატუსი უარყოფითად წინასწარმეტყველებდა განრიდების სტილს.

ცხრილი 5. დაძლევის სტილთა და ქცევათა პრედიქტორები მეორე ტალღაში

პრედიქტორები	B	t	p
<i>ქმედება/დაგეგმვის სტილის</i>			
საზრისის ფლობა	0.29	7.47	.000
შფოთვა	-0.21	-5.31	.000
ინდივიდუალიზმი	0.12	3.65	.000
კოვიდზე წუხილი	0.10	2.91	.004
კოვიდის ისტორია ოჯახში	0.08	2.05	.041
კოლექტივიზმი	0.08	2.45	.015
<i>ინფორმაციის მოძიების სტილის</i>			
კოვიდზე წუხილი	0.27	7.35	.000
საზრისის ძიება	0.18	5.19	.000
საზრისის ფლობა	0.17	4.24	.000
კოლექტივიზმი	0.14	4.01	.000
კოვიდის ისტორია ოჯახში	0.12	3.00	.003
ასაკი	0.08	1.89	.059
<i>ბედთან შერიგების სტილის</i>			
კოლექტივიზმი	0.28	7.71	.000
შფოთვა	0.25	6.05	.000
ცხოვრებით კმაყოფილება	0.14	3.59	.000
საზრისის ფლობა	-0.14	-3.25	.001
სრულ განაკვეთზე დასაქმებული	-0.13	-3.14	.002
საზრისის ძიება	0.10	2.66	.008
სქესი	0.10	3.01	.003
განქორწინებული	-0.10	-2.00	.046
კოვიდზე წუხილი	0.08	2.13	.034
<i>განრიდების სტილის</i>			
შფოთვა	0.42	10.66	.000

კოლექტივიზმი	0.19	5.47	.000
საზრისის ძიება	0.17	5.15	.000
დაქორწინებული	-0.13	-1.85	.065
კოვიდზე წუხილი	0.12	3.31	.001
კოვიდის ისტორია ოჯახში	0.09	2.29	.022
სრულ განაკვეთზე დასაქმებული	-0.08	-2.06	.040
ჩვეული ქცევის			
კოვიდზე წუხილი	0.37	9.46	.000
კოლექტივიზმი	0.11	2.99	.003
სტუდენტი	0.11	2.47	.014
ოჯახის წევრების რაოდენობა	0.09	2.24	.025
პანდემიური ქცევების =			
კოვიდზე წუხილი	0.38	9.73	.000
სქესი	0.10	2.72	.007
ხანდაზმულების რაოდენობა	-0.09	-2.32	.020

ორი ტალღის შედარება

ჰომოგენურობის მიღწევა ჯგუფთაშორისი შედარების განსახორციელებლად

დემოგრაფიული ცვლადების მიხედვით, კვლევის პირველი და მეორე ფაზების შერჩევები მნიშვნელოვნად არ განსხვავდებოდა ერთმანეთისგან, თუმცა, გარკვეული ვარიაციები შეინიშნებოდა, რის გამოც ჯგუფთაშორისი საშუალოების გამოთვლის მიზნით, ორივე შერჩევიდან ამოღებულ იქნა გარკვეული რაოდენობის მონაცემები, რათა ეს ორი ჯგუფი სრულიად ერთგვაროვანი გამხდარიყო. შედეგად, ორი შერჩევა ყველა პარამეტრით დაუახლოვდა ერთმანეთს (იხ. ცხრილი 6). ასევე, მათი ჰომოგენურობის დასადგენად, ყველა პარამეტრისთვის ვარიაციულობის ჰომოგენურობის კრიტერიუმი შევამოწმეთ.

ცხრილი 6. შერჩევათა ჰომოგენურობა: დემოგრაფიული მანასიათებლები

		ტალდა I	ტალდა II
		%	%
სქესი	მდედრობითი	79.70	75.60
	მამრობითი	20.30	24.40
ოჯახური მდგომარეობა	დაუქორწინებელი	51.20	54.20
	დაქორწინებული	36.20	34.30
	განქორწინებული	10.00	8.40
	ქვრივი	2.60	3.10
	დასაქმება	დასაქმებული	69.70
	უმუშევარი	10.40	12.60
	სტუდენტი	19.50	15.90
	პენსიონერი	0.40	1.00
ქრონიკული დაავადება	კი	5.40	7.70
	არა	93.40	91.80
ოჯახის წევრების რაოდენობა	0	6.50	8.20
	1	15.20	17.00
	2	19.70	17.90
	3	25.60	23.00
	>3	33.00	33.90
	ოჯახში ბავშვების რაოდენობა	0	52.30
	1	24.10	21.80
	2	16.70	12.50
	3	4.50	4.50
	>3	2.50	2.10
ოჯახში ხანდაზმულების რაოდენობა	0	69.10	68.20
	1	24.50	23.40
	2	6.00	6.50
	3	0.40	0.90
	>3	0.00	1.00
	ოჯახის წევრები ქრონიკული დაავადებით	0	71.90
1		23.10	22.00
2		4.60	5.40
3		0.40	0.90
>3		0.00	0.90

გარდა ამისა, შერჩევათა ჰომოგენურობის შესამოწმებლად გამოყენებულ იქნა ლევენის ვარიაბილობის თანაბრობის კრიტერიუმი (Levene's Test for Equality of Variances), რომელმაც ერთგვაროვნება დაადასტურა $t(1422) = 0.036, p > 0.05$. ყველა სხვა ცვლადთაშორისი ჰომოგენურობა შემოწმდა მათი განაწილების შედარებით, ვინაიდან უმეტესობა მათგანი სახელდების ან რიგის სკალას მიეკუთვნებოდა. შედეგად, შერჩევათა ჰომოგენურობა დადასტურდა: სქესი – $\chi^2(1) = 3.435, p > 0.05$; საქმიანობა – $\chi^2(7) = 11.210, p > 0.05$; ოჯახური მდგომარეობა – $\chi^2(4) = 8.970, p > 0.05$; ოჯახში ხანდაზმულის ყოლა – $\chi^2(7) = 8.581, p > 0.05$; ოჯახში ბავშვის ყოლა – $\chi^2(12) = 17.745, p > 0.05$; ოჯახში ქრონიკული დაავადების მქონე პირის ყოლა – $\chi^2(7) = 7.876, p > 0.05$.

შერჩევათა ჰომოგენურობის დადასტურებამ მოგვცა ჯგუფთაშორისი მონაცემების შედარების შესაძლებლობა. ზემოთ აღწერილი გზით შემოწმდა ძირითად ცვლადებს შორის ვარიაბილობა და მათგან ოთხმა ცვლადმა – კოვიდზე წუხილმა, ჩვეულმა ქცევებმა, ინფორმაციის მიღების/გადამუშავების და ქმედების/დაგეგმვის სტილებმა – არათანაბარი ვარიაბილობა აჩვენა. შედეგად, ამ ცვლადებისთვის მნიშვნელოვნების უფრო მკაცრი ზღვარი ($p < 0.01$) დაწესდა (Tabachnick & Fidell, 2001).

ფსიქოლოგიური ცვლადების ჯგუფთაშორისი საშუალოების შედარება

ჯამში, ცამეტი ფსიქოლოგიური ცვლადის შედარება განხორციელდა MANOVA-ს საშუალებით. ეს ცვლადებია: შფოთვა, კოვიდზე წუხილი, ცხოვრებით კმაყოფილება, საზრისის ფლობა, საზრისის ძიება, ინდივიდუალიზმი, კოლექტივიზმი, დაძლევის ოთხი სტილი და ორი ტიპის დაძლევის ქცევები. ვინაიდან ლევენის ტესტმა ხუთი ცვლადის შემთხვევაში არათანაბარი ვარიაბილობა აჩვენა, ამ ცვლადებისთვის უფრო მკაცრი მნიშვნელოვნების ზღვარი ($p < 0.01$) დაწესდა. ეს ცვლადებია: კოვიდზე წუხილი, ჩვეული ქცევები, განრიდებითი სტილი, ინფორმაციის მოძიების/გადამუშავების სტილი და ქმედება/დაგეგმვის სტილი. ჯამში, შვიდი მნიშვნელოვნად განსხვავდებოდა ერთმანეთისაგან. საგულისხმო სხვაობა არ აღინიშნებოდა კოლექტივიზმთან, საზრისის ფლობასთან, საზრისის ძიებასთან, ბედთან შერიგების სტილსა და ჩვეულ ქცევებთან მიმართებით, ხოლო განრიდებითი სტილი გაიზარდა, თუმცა ვეღარ დააკმაყოფილა მკაცრი ზღვრის კრიტერიუმი (იხ. ცხრილი 7).

ცხრილი 7. ორ ტალღას შორის სხვაობა: ფსიქოლოგიური ცვლადები (MANOVA)

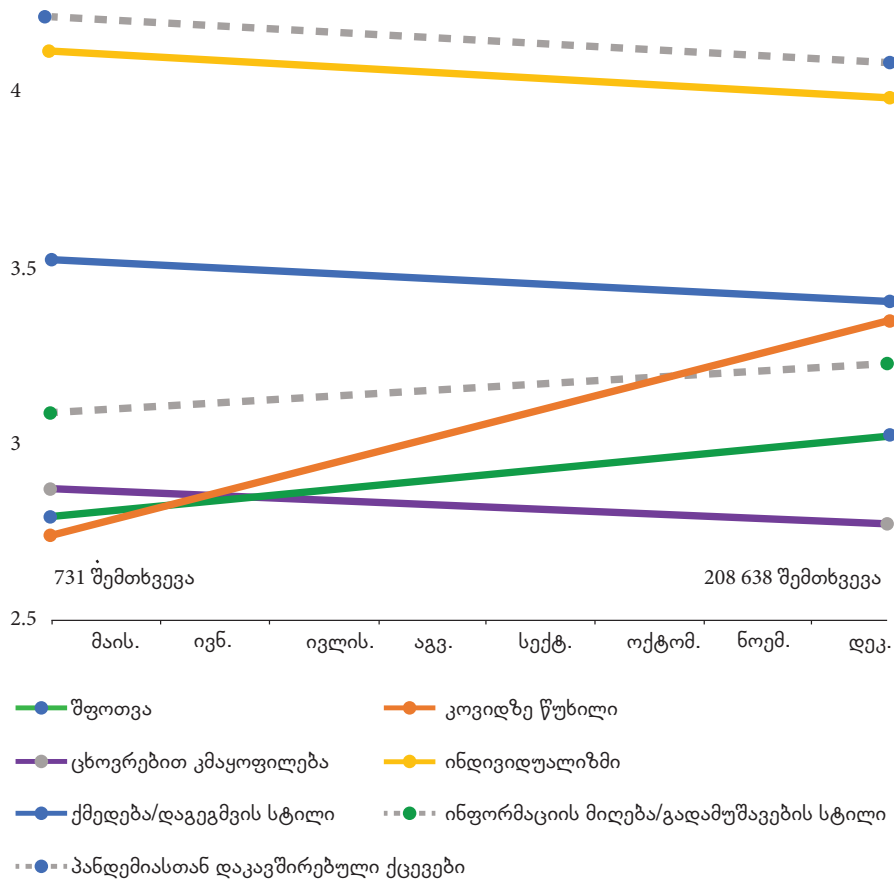
	F	P	M	SD		
შფოთვა	34.97	0.000	2.79	3.02	0.77	0.75
კოვიდზე წუხილი	141.69	0.000	2.74	3.34	0.97	0.94
ცხოვრებით კმაყოფილება	5.39	0.020	2.87	2.77	0.83	0.81
ინდივიდუალიზმი	14.29	0.000	4.10	3.97	0.61	0.69
კოლექტივიზმი	1.15	0.284	3.15	3.20	0.86	0.96
ქმედება/დაგეგმვის სტილი	7.84	0.005	3.51	3.39	0.76	0.85
ინფორმაციის მიღება/ გადაამუშავების სტილი	9.97	0.002	3.08	3.22	0.77	0.85
ბედთან შერიგების სტილი	0.76	0.383	2.71	2.67	0.82	0.86
განრიდების სტილი	4.09	0.043	2.74	2.84	0.89	0.96
საზრისის ფლობა	1.22	0.271	3.57	3.52	0.90	0.80
საზრისის ძიება	0.45	0.503	3.39	3.36	0.96	0.80
ჩვეული ქცევები	0.13	0.717	4.06	4.05	0.78	0.86
პანდემიასთან დაკავშირებული ქცევები	6.50	0.011	4.19	4.07	0.88	0.96

ვინაიდან, შემოდგომაზე ვირუსის გავრცელებამ დიდ მასშტაბს მიაღწია, შერჩევები საგრძნობლად განსხვავდებოდა ერთმანეთისგან მონაწილეთა კოვიდ-19-ის გადატანის ან ოჯახის წევრის მიერ გადატანის მაჩვენებლების მიხედვით. თუ პირველ ტალღაში მხოლოდ 2.6% და 0.6% იყო ასეთი, მეორე ტალღაში ვირუსგადატანილთა რაოდენობა 14%-ს აღემატებოდა, ხოლო ისტორია ოჯახში – 24%-ს. შესაბამისად, ამ მახასიათებლებთან მიმართებით, შეუძლებელი იყო ჯგუფთაშორისი ჰომოგენურობის მიღწევა. ამიტომ, ეს ორი ცვლადი – ვირუსის გადატანის გამოცდილება და ვირუსის ისტორია ოჯახში – სტატისტიკური ანალიზისას შეყვანილ იქნა კოვარიაციებად და მონაცემები ხელახლა დამუშავდა MANCOVA-ს საშუალებით. შედეგად, ხუთმა ცვლადმა შეინარჩუნა სტატისტიკურად მნიშვნელოვანი განსხვავება, ხოლო ორმა – ინფორმაციის მოძიება/გადაამუშავების სტილმა ($F = 6.04, p > 0.01$) და პანდემიასთან დაკავშირებულმა ქცევებმა ($F = 1.77, p > 0.05$) – დაკარგა იგი.

ამდენად, მოდელში კოვარიაციების გაკონტროლებამ აჩვენა, რომ ორ ტალღას შორის მნიშვნელოვანი სხვაობები გამოიკვეთა შემდეგ ცვლადებთან მიმართებით: საგრძნობლად გაიზარდა შფოთვა და კოვიდზე წუხილი; შემცირდა ცხოვრებით კმაყოფილება, ინდივიდუალიზმი და ქმედება/დაგეგმვის სტილი. განრიდების სტილმა საგულისხმოდ იმატა, თუმცა მკაცრი ზღვრული კრიტერიუმი ვეღარ დააკმაყოფილა.

სტატისტიკურად მნიშვნელოვანი სხვაობა კი პანდემიასთან დაკავშირებულ ქცევებთან და ინფორმაციის მოძიების/გადამუშავების სტილთან მიმართებით დაიკარგა კოვიდ-19-ის პირადი ან ოჯახური ისტორიის ცვლადთა გაკონტროლების შემდეგ (იხ. ნახაზი 1).

ნახაზი 1. ფსიქოლოგიური ცვლადების საშუალო ქულებს შორის მნიშვნელოვანი განსხვავებები ტალღათა მიხედვით



დაბოლოს, ფსიქოლოგიური ცვლადების საშუალოების შედარება ტალღების მიხედვით ასევე განხორციელდა სქესთან მიმართებით. შედეგებმა აჩვენა, რომ ქალებსა და მამაკაცებს პანდემიის გახანგრძლივებულ ეტაპზე მნიშვნელოვნად მოემატათ კოვიდზე წუხილი ($F = 136.99, p > 0.00; F = 15.21, p > 0.00$) და შფოთვა ($F = 23.76, p > 0.00; F = 10.34, p > 0.01$). თუმცა, სახეზე იყო განსხვავებებიც: მამაკაცებში შემცირდა დაძლევის ქმედება/დაგეგმვის სტილი ($F = 5.4, p > 0.02$) და ბედთან შერიგების სტილი ($F = 6.11, p > 0.01$), ხოლო ქალებში იმატა

ინფორმაციის მიღება/გადამუშავების სტილმა ($F = 9.26, p > 0.02$) და განრიდების სტილმა ($F = 4.23, p > 0.04$). გარდა ამისა, კაცებში მნიშვნელოვნად დაეცა ცხოვრების საზრისისა ($F = 5.44, p > 0.02$) და ცხოვრებით კმაყოფილების მაჩვენებლები ($F = 4.72, p > 0.03$), ხოლო ქალებში საერთოდ არ შეცვლილა არც ერთი. ინდივიდუალიზმის შემცირება კი უფრო საგულისხმო იყო ქალებში ($F = 8.05, p > 0.05$).

შედეგების განხილვა

აღწერითი სტატისტიკა, კორელაციები, პრედიქციები

არაერთმა კვლევამ აჩვენა, რომ კოვიდ-19-ის პანდემიის გამო შფოთვა მომატებული იყო მოსახლეობაში და ის უფრო მაღალი იყო ქალებში, ვიდრე მამაკაცებში (Ozamiz-Extebarria et al., 2020; Wang et al., 2020); ასევე, ასაკოვანი ადამიანები და მდედრობითი სქესის წარმომადგენლები უფრო მეტად წუხდნენ კოვიდზე, ვიდრე ახალგაზრდები და მამაკაცები (Gerhold, 2020). ჩვენი კვლევის შედეგები შეესაბამება ზემოაღნიშნულ მიგნებებს: ორივე ეტაპზე კოვიდზე წუხილი დადებითად კორელირებდა ასაკთან და შფოთვა უფრო მაღალი იყო ქალებში, ხოლო სტრესის გახანგრძლივებულ ეტაპზე კოვიდზე წუხილმაც სტატისტიკურად მნიშვნელოვანი სქესთაშორისი განსხვავება მოგვცა.

აღწერითი სტატისტიკის მონაცემებმა ცხადყო, რომ მონაწილეთა ერთ მესამედზე მეტი ორივე შერჩევაში სამზე მეტ ადამიანთან იყოფდა საცხოვრებელს. კვლევამ, ასევე, აჩვენა, რომ მათი უმრავლესობა წუხდა ოჯახის წევრების კეთილდღეობაზე და ნაკლებად აწუხებდა საკუთარი ინფიცირების შიში. აღნიშნული შედეგი დიდწილად აიხსნება იმით, რომ ორივე შერჩევის მონაწილეთა უმეტესობას ახალგაზრდები შეადგენდნენ. თუმცა, ეს გარემოება, ასევე, ასახავს ქართული ოჯახების რეალობას და ქართული საზოგადოების გარკვეულ კოლექტივისტურ ტენდენციას სხვაზე/ოჯახის წევრებზე ორიენტირებულობის სახით.

ჰოფსტედეს თანახმად (Hofstede Insights Cultural Compass Report, 2020), საქართველო კოლექტივისტური კულტურისკენაა გადახრილი და ხასიათდება საზოგადოებით, რომელშიც ადამიანები დიდ პასუხისმგებლობას გრძნობენ საკუთარი ჯგუფების წევრებზე. მართლაც, შედეგების თანახმად, კოლექტივიზმი დადებითად კორელირებდა ოჯახისთვის ეკონომიკურ შედეგებზე წუხილთან, ხოლო ინდივიდუალიზმი კავშირში იყო საზოგადოებისთვის ეკონომიკურ შედეგებზე წუხილთან. ამასთან, პიროვნების დონის კოლექტივისტური ტენდენციები უფრო ძლიერი იყო ასაკოვანებში, ხოლო ინდივიდუალისტური

– ახალგაზრდებში, რაც, ერთი მხრივ, ამ მახასიათებლების დინამიკურობაზე მეტყველებს ადამიანის განვითარების კონტექსტში, ხოლო, მეორე მხრივ, გლობალიზაციის ფონზე საქართველოს ახალგაზრდა თაობებში ინდივიდუალიზმის გაზრდილ ტენდენციას მიუთითებს.

როგორც მოსალოდნელი იყო, კვლევის ორივე ეტაპზე ასაკოვანი ადამიანები მეტად წუხდნენ კოვიდზე. თუმცა, ისინი ამასთანავე საზრისის ფლობის უფრო მაღალი მაჩვენებლით ხასიათდებოდნენ. საგულისხმოა, რომ უმუშევარმა პირებმა და პენსიონერებმა ორივე შერჩევაში ყველაზე არასახარბიელო ფსიქოლოგიური კეთილდღეობის მონაცემები აჩვენეს (მაღალი შფოთვა და კოვიდზე წუხილი და დაბალი ცხოვრებით კმაყოფილება).

რაც შეეხება ფსიქიკური კეთილდღეობის ცვლადებს შორის კორელაციებს, ორივე შერჩევაში შფოთვა და კოვიდზე წუხილი ძლიერ დადებით კავშირში იყო ერთმანეთთან, თუმცა ცხოვრებით კმაყოფილებასთან მხოლოდ შფოთვამ აჩვენა მნიშვნელოვანი უარყოფითი კორელაცია. აღნიშნული შედეგები მიგვანიშნებს ზოგად შფოთვასა და რეალური საფრთხიდან გამომდინარე წუხილს შორის სხვაობაზე და ადასტურებს შფოთვის გაზრდილ უარყოფით წვლილს ადამიანის ცხოვრების ხარისხში.

გარდა ამისა, ორივე ტალღის რეგრესიული ანალიზის შედეგებმა მნიშვნელოვანი სურათი დაგვანახა (იხ. ნახატი 1). შედეგებმა აჩვენა, რომ შფოთვა დადებითად წინასწარმეტყველებდა დაძლევის ემოციურ სტილებს, ხოლო უარყოფითად წინასწარმეტყველებდა ქმედება/დაგეგმვის სტილს, კოვიდზე წუხილი კი წინასწარმეტყველებდა დაძლევის ყველა სტილს. აღნიშნული კავშირები კიდევ უფრო მეტად მიუთითებს იმას, რომ რაციონალურმა (რეალურ საფრთხეზე ორიენტირებულმა) წუხილმა შესაძლოა, ხელი შეუწყოს გამკლავებას, ხოლო შფოთვამ – ხელი შეუშალოს პრობლემაზე ორიენტირებულ დაძლევას.

ამასთან, შფოთვისა და კოვიდზე წუხილის პრედიქტორულმა მაჩვენებლებმა ცხადყო, რომ გახანგრძლივებული სტრესის პირობებში შფოთვის უარყოფითი მუხტი ქმედება/დაგეგმვის სტილზე გაიზარდა, ხოლო კოვიდზე წუხილის დადებითი მუხტი ამავე სტილზე – შემცირდა. სხვა სიტყვებით რომ ვთქვათ, გახანგრძლივებული სტრესის ფაზაზე რაციონალური წუხილი ისე ვეღარ წინასწარმეტყველებდა პრობლემაზე ორიენტირებულ დაძლევას, როგორც მწვავე სტრესის ფაზაზე, შფოთვის შემაწუხებელი ემოცია კი უფრო მძლავრად უშლიდა მას ხელს, ვიდრე საწყის ეტაპზე.

ამასთან, აღსანიშნავია, რომ თუ პანდემიური სტრესის მწვავე ფაზაზე ცხოვრებით კმაყოფილება წინასწარმეტყველებდა ინფორმაციის

მოძიება/გადამუშავების სტილსა და პანდემიასთან დაკავშირებულ ქცევებს, გახანგრძლივებული სტრესის ფაზაზე ის დადებით კავშირში აღმოჩნდა ბედთან შერიგების სტილთან. ეს უკანასკნელი შედეგი გვაფიქრებინებს, რომ ყოვლისმომცველი სტრესორის პირობებში, ადამიანებს, რომელთაც უფრო მაღალი ცხოვრებით კმაყოფილება აღენიშნებოდათ (სავარაუდოდ, ხასიათდებოდნენ უფრო სახარბიელო საცხოვრებელი პირობებით, ჯანმრთელობით, ოჯახური მდგომარეობით, დასაქმებით, ეკონომიკური მდგომარეობით და ა.შ.) ნაკლებად აშინებდათ გლობალური სტრესორი და, შესაბამისად, უფრო გაუადვილდათ სინამდვილისთვის თვალის გასწორება. ვინაიდან ამ ადამიანების სტრესის დონე ნაკლებად იყო გამწვავებული სხვა ცხოვრებისეული სტრესორებით, გლობალური სტრესის გარდაუვალობა მათთვის უფრო ადვილად მისაღები აღმოჩნდა.

შედეგებმა, ასევე, ცხადყო საზრისის ძიების პრედიქტორული კავშირი დაძლევის ყველა სტილთან, ხოლო საზრისის ფლობის ძლიერი დადებითი კავშირი რაციონალურ დაძლევასთან და უარყოფითი კავშირი – ემოციურ დაძლევასთან. საზრისის ძიების მსგავსად, კოლექტივიზმი ორივე ფაზაზე წინასწარმეტყველებდა დაძლევის ყველა სტილსა და დაძლევის ჩვეულ ქცევებს მაშინ, როცა საზრისის ფლობის მსგავსად ინდივიდუალიზმი, ორივე ეტაპზე წინასწარმეტყველებდა ქმედება/დაგეგმვის სტილს.

ზოგადად, ცხოვრების საზრისთან დაკავშირებული კვლევები ფსიქიკური კეთილდღეობისათვის საზრისის ფლობის უპირატესობაზე მეტყველებენ (Ostafin & Proulx, 2020; Park & Baumeister, 2016), თუმცა, მიგნებები საზრისის ძიებასთან დაკავშირებით განსხვავებულია: ზოგი დასავლური კვლევის თანახმად, საზრისის ძიება კავშირშია ფსიქოლოგიურ პრობლემებთან, მაშინ, როცა კოლექტივისტურ კულტურებში ჩატარებული კვლევები საზრისის ძიებასაც კარგად ყოფნასთან აკავშირებს (Grouden & Jose, 2015; Steger et al., 2009).

მსგავსი სურათია ინდივიდუალიზმსა და კოლექტივიზმთან დაკავშირებითაც: მრავალი კვლევა ინდივიდუალიზმს ნაკლებ შფოთვისა და რაციონალურ დაძლევას უკავშირებს, ხოლო კოლექტივიზმს – მომატებულ შფოთვისა და ემოციურ დაძლევას (Kuo, 2013; Kuo & Gingrich, 2004; Fischer & Boer, 2011). გასათვალისწინებელია, რომ კულტურული ორიენტაციების ქრილში სტრესიც და დაძლევაც ინდივიდუალიზმის შემთხვევაში ფოკუსირებულია დამოუკიდებლობაზე, ხოლო კოლექტივიზმის შემთხვევაში – ურთიერთდამოკიდებულებაზე (Chun et al., 2006). პანდემიის კონტექსტში ეს შეიძლება იმას ნიშნავდეს, რომ ინდივიდუალისტებისთვის განსაკუთრებით შემაწუხებელია პირადი

თავისუფლების შეზღუდვა, ხოლო კოლექტივისტებისთვის – სოციალური დისტანცირების დაცვა.

ამ მხრივ, როგორც საზრისთან, ასევე, კულტურულ ორიენტაციებთან მიმართებით, ჩვენი კვლევის შედეგები შესაბამისობაშია დასავლური კვლევების შედეგებთან საზრისის ფლობისა და ინდივიდუალიზმის კარგად ყოფნასთან ძლიერი კავშირის თვალსაზრისით. შედეგებმა ცხადყო საზრისის ფლობისა და ინდივიდუალიზმის უარყოფითი კავშირი შფოთვისთან; ასევე, მათი დამცავი წვლილი რაციონალურ დაძლევაში სტრესის როგორც მწვავე, ასევე, გახანგრძლივებულ ფაზაზე. თუმცადა, შედეგები, ასევე, ეხმიანება არადასავლურ საზოგადოებებში საზრისის ძიების გაუმჯობესებულ სურათს და კოლექტივიზმის დაძლევის როგორც რაციონალურ, ასევე, ემოციურ სტილებთან კავშირს. აღნიშნული გარემოებანი მიუთითებს ქართული საზოგადოების უშაღედურ პოზიციაზე უკიდურესად ინდივიდუალისტურ და უკიდურესად კოლექტივისტურ საზოგადოებებს შორის და ცხადყოფს ორივე ტიპის საზოგადოებათა მახასიათებლების თანაარსებობის შესაძლებლობას.

გარდა ამისა, კოლექტივიზმის კავშირი დაძლევის ყველა სტილთან გლობალური სტრესორის პირობებში ისევ კოლექტივისტური ორიენტაციით შეიძლება აიხსნას. თუკი ინდივიდუალისტური ორიენტაციისთვის დამახასიათებელია უფრო ვიწრო თვითწყობა (selfoconstrual) და ახლობელი ადამიანების შედარებით მცირე რაოდენობა (საკუთარი თავი და უშუალო ოჯახი), რომელზეც ინდივიდი ზრუნავს/წუხს, კოლექტივისტური ორიენტაციის შემთხვევაში თვითწყობა უფრო ფართოა და შედგება არა მხოლოდ საკუთარი თავისა და უშუალო ოჯახის წევრებისაგან, არამედ ნათესავებისა და მეგობრების ფართო წრისგანაც. კორელაციური ანალიზის შედეგებმაც აჩვენა, რომ კვლევის ორივე ეტაპზე ინდივიდუალიზმი უარყოფითად კორელირებდა კოვიდზე წუხილთან, ხოლო კოლექტივიზმი – დადებითად. შესაბამისად, გლობალური კრიზისის პირობებში კოლექტივისტური ორიენტაციის ადამიანი უფრო მეტი პირის კეთილდღეობაზე წუხს/ზრუნავს, ვიდრე – ინდივიდუალისტური ორიენტაციის მქონე ადამიანი. მრავალ ადამიანზე წუხილი კი, თავის მხრივ, სცდება ინდივიდის კონტროლის საზღვრებს, რაც წარმოშობს მრავალფეროვანი დაძლევის საჭიროებას. სხვა სიტყვებით რომ ვთქვათ, ასეთ დროს, ინდივიდმა შესაძლოა, მიმართოს პირველად კონტროლს, ანუ რაციონალურ დაძლევას საკუთარი და მისი უშუალო ოჯახის საფრთხის შესამცირებლად, მაგრამ ის ვერ შეძლებს ყველა იმ ნათესავისა და მეგობრის საფრთხის შემცირებაზე მუშაობას, ვისზედაც გული შესტკივა. შედეგად, წარმო-

იშობა მეორადი კონტროლის, ანუ ემოციური დაძლევის გაზრდილი საჭიროება. სწორედ, აღნიშნული გარემოებით შეიძლება აიხსნას კოლექტივიზმის პრედიქტორული წვლილი დაძლევის ოთხივე სტილთან მიმართებით (Shekriladze, Javakhishvili & Chkhaidze, 2021).

სქემა 1. რეგრესიული ანალიზის შედეგები: ფსიქოლოგიური ცვლადების მიერ დაძლევის სტილთა წინასწარმეტყველება

პფ – პრობლემაზე ფოკუსირებული; ეფ – ემოციაზე ფოკუსირებული; ქ/დ – ქმედება/დაგეგმვის სტილი; იმ/გ – ინფორმაციის მიღება/გადამუშავების სტილი; ბშ – ბედთან შერიგების სტილი; გ – განრიდების სტილი; ქ/ჩ – ქცევები, ჩვეული; ქ/პდ – ქცევები, პანდემიასთან დაკავშირებული

ტალა 1 - მწვავე სტრესის ფაზა

საზრისის ფლობა კოვიდზე წუხილი ინდივიდუალიზმი **შფოთვა (-)** კოლექტივიზმი საზრისის ძიება



საზრისის ფლობა **შფოთვა (-)** ინდივიდუალიზმი კოვიდზე წუხილი კოლექტივიზმი

კოვიდზე წუხილი საზრისის ძიება კოლექტივიზმი საზრისის ფლობა ცხოვრებით კმაყოფილება



კოვიდზე წუხილი საზრისის ძიება საზრისის ფლობა კოლექტივიზმი

კოვიდზე წუხილი კოლექტივიზმი



კოვიდზე წუხილი კოლექტივიზმი

კოვიდზე წუხილი ცხოვრებით კმაყოფილება



კოვიდზე წუხილი

კოლექტივიზმი საზრისის ძიება **შფოთვა** ინდივიდუალიზმი(-) კოვიდზე წუხილი **საზრისის ფლობა(-)**



კოლექტივიზმი **შფოთვა** ცხოვრებით კმაყოფილება **საზრისის ფლობა (-)** საზრისის ძიება კოვიდზე წუხილი

შფოთვა კოლექტივიზმი საზრისის ძიება კოვიდზე წუხილი **საზრისის ფლობა(-)**



შფოთვა კოლექტივიზმი საზრისის ძიება კოვიდზე წუხილი

რაც შეეხება დემოგრაფიულ ცვლადებს, ორივე ფაზაზე სრულ განაკვეთზე დასაქმებულობა და მდედრობითი სქესი წინასწარმეტყ-

ველებდა საფრთხის შემცირებაზე ორიენტირებულ დაძლევას. ეს შედეგები გვაფიქრებინებს, რომ სამუშაოში ჩართულობა ადამიანებს ეხმარებოდა დაძლევის რესურსის მობილიზებაში. ქალების შემთხვევაში კი გაზრდილი საშინაო საქმეები და ოჯახის წევრების ჯანმრთელობაზე ზრუნვის ტენდენცია, სავარაუდოდ, ასრულებდა კატალიზატორის როლს.

ტალებს შორის ჯგუფთაშორისი განსხვავებები და მათთან დაკავშირებული მიგნებები

ორი ტალღის ჯგუფური საშუალო მონაცემების შედარება უდავოდ საინტერესო სურათს ქმნის. ამ მხრივ განსაკუთრებულია ფსიქოლოგიური ცვლადების საშუალო მაჩვენებლებს შორის სხვაობა ეტაპების მიხედვით და, ასევე, ცვლილების დინამიკა სქესის მიხედვით.

შერჩევითა ფსიქოლოგიურ ცვლადთაშორისი სხვაობები ნათელყოფს, რომ ზოგადი ფსიქოლოგიური სურათი იცვლება იმისდა მიხედვით, სტრესის მწვავე ფაზაზე არიან ადამიანები, თუ – ქრონიკულზე. შედეგების მიხედვით, გახანგრძლივებული სტრესის ეტაპზე, სიტუაციური შფოთვა და კოვიდზე წუხილი საგრძნობლად გაიზარდა, ხოლო ცხოვრებით კმაყოფილება და დაძლევის ქმედება/დაგეგმვის სტილი შემცირდა. ასევე, სახეზე იყო განრიდების სტილის ზრდის ტენდენცია.

სიტუაციური შფოთვისა და კოვიდზე წუხილის ზრდა, ასევე, ცხოვრებით კმაყოფილების კლება, შესაბამისობაშია პანდემიის ტალღათა სირთულესთან და, შედეგთა თანახმად, შესაძლოა აიხსნებოდეს, სწორედ, პანდემიითა და პანდემიური ჩაკეტვით გამოწვეული გახანგრძლივებული კოლექტიური სტრესით. იგივე ეხება ქმედება/დაგეგმვის სტილის შემცირებულ გამოყენებას სტრესის გახანგრძლივებულ ეტაპზე. ცნობილია, რომ ქრონიკული სტრესის პირობებში უარესდება ადამიანების ფიზიკური და ფსიქიკური ჯანმრთელობის მდგომარეობა და იზრდება ემოციაზე ფოკუსირებული დაძლევის საჭიროება (Schneiderman et al., 2008).

ამდენად, კვლევის შედეგები შესაბამისობაშია სელიეს (1976) ზოგადი ადაპტაციის სინდრომთან, რომლის მიხედვითაც სტრესზე რეაგირება სამი ფაზისაგან შედგება: განგაშის, შებრძოლებისა და გამოფიტვის. სტრესის მწვავე ფაზაზე ორგანიზმი განგაშის რეაქციას ახორციელებს და მობილიზდება საფრთხესთან შესაბრძოლებლად, ხოლო ქრონიკული სტრესის დროს, როდესაც სტრესორი დაუძლეველია და ორგანიზმი ამოწურავს მასთან ბრძოლის რესურსს, იგი გამოფიტვის მდგომარეობაში გადადის.

კვლევის შედეგები შესაბამისობაშია ლაზარუსის და ფოლკმანის

სტრესისა და დაძლევის ტრანზაქციულ მოდელთანაც (1984), რომლის თანახმადაც, როდესაც საფრთხე წამლეკავია და მას ადამიანი ვერ აკონტროლებს, დგება ემოციური დაძლევის გაზრდილი საჭიროება, რადგან მხოლოდ რაციონალური დაძლევით ფონს ვერ გავდივართ. წინამდებარე კვლევის შედეგებში ამის მაგალითია ქმედება/დაგეგმვის სტილის შემცირება და განრიდების სტილის ზრდის ტენდენცია. იმისათვის, რომ გავუმკლავდეთ არაკონტროლირებად სტრესორს, გვჭირდება ემოციურად „სხვაგან გაქცევა“ და სტრესორზე ნაკლები ფიქრი.

გარდა ამისა, კვლევის მნიშვნელოვანი მიგნებაა ინდივიდის კონტექსტის გავლენა პანდემიურ სტრესზე რეაგირებაზე. ქვეყანაში არსებული ზოგადი ფონის გავლენის მიღმა, რაც ზევით განვიხილეთ, ის, თუ როგორია ინდივიდის ოჯახის შემადგენლობა, მნიშვნელოვნად აისახება მათ გამკლავებაზე კოლექტიური სტრესის პირობებში. ორი ტალღის საშუალოების შედარებამ აჩვენა, რომ პანდემიასთან დაკავშირებული ქცევების საგრძნობი შემცირება და ინფორმაციის მოპოვება/გადამუშავების სტილის გამოყენების საგრძნობი ზრდა მეორე ტალღისას დაიკარგა ვირუსის გადატანის ცვლადთა კონტროლების შედეგად. სხვა სიტყვებით რომ ვთქვათ, მნიშვნელოვანი სხვაობები ამ ორ ცვლადთან მიმართებით გამოვლინდა იმ ადამიანების ხარჯზე, რომელთაც ვირუსი შეხვდათ, რაც იმას ნიშნავს, რომ გახანგრძლივებული სტრესის ფაზაზე, მათ, ვისაც არ გადაუტანია ვირუსი, საგრძნობლად არ შეუმცირებია დამცავი ქცევები და არ გაუზრდია ინფორმაციის მოპოვება/გადამუშავების სტილი.

ვირუსგადატანილ პირებში ინფორმაციის მოპოვების სტილის გაზრდა საგულსხმოა, რადგანაც მიუთითებს დაავადების და გამოჯანმრთელების ყველა ეტაპზე ინფორმაციის მიწოდების საჭიროებაზე იმ ადამიანებისთვის, რომელსაც შეხვდათ ვირუსი და, ასევე აჩვენებს, რომ დაუავადებელი ადამიანები ცდილობენ უფრო მეტად აირიდონ კოვიდ-19-თან დაკავშირებული ინფორმაცია, სავარაუდოდ, მედია სივრცეში დამთრგუნველი მონაცემების (სიკვდილიანობის მაჩვენებელი, საავადმყოფოს კადრები, ა.შ.) ხშირი გაშუქების გამო. ინფექცია გადატანილებში დამცავი ქცევების შემცირება კი აჩვენებს, რომ კოვიდით ინფიცირების შემდეგ ადამიანები ნაკლებად ახორციელებენ პანდემიისაგან დამცავ ქცევებს, რაც ლოგიკურია – დაინფიცირებულ ადამიანს გარკვეული ხნის მანძილზე მაინც ნაკლებად ეშინია ხელახლა დაინფიცირების. თუმცაღა, გასათვალისწინებელია, რომ რეინფიცირების არცთუ დაბალი მაჩვენებლიდან გამომდინარე, მოსახლეობის ამგვარი მოდუნება, შესაძლოა, მნიშვნელოვან რისკ-ფაქტორს

წარმოადგენდეს საზოგადოებრივი ჯანდაცვის თვალსაზრისით.

სტრესისა და დაძლევის ტრანზაქციული მოდელის თანახმად, პირველადი კონტროლი, ანუ რაციონალური დაძლევა უპირატესია სიტუაციებში, რომელშიც სტრესორი მართვადია, ხოლო მეორადი კონტროლი, ანუ ემოციური დაძლევა რელევანტურია ისეთ გარემოებებში, რომლებშიც სტრესორს ადამიანი ვერ აკონტროლებს (Lazarus & Folkman, 1984). კვლევის შედეგებმა ამ თეორიასთან შესაბამისად აჩვენა, რომ 2020 წლის გაზაფხულზე, როდესაც საქართველოში სტრესორი კონტროლირებადი იყო და ნაკლებ საფრთხეს წარმოადგენდა, რაციონალური დაძლევა უფრო მეტად იყო გამოყენებული, ვიდრე ემოციური, ხოლო კოვიდზე წუხილი, როგორც რაციონალური წუხილი, მძლავრად წინასწარმეტყველებდა დაძლევის რაციონალურ სტილებს. სტრესის გახანგრძლივებულ ეტაპზე კი, როდესაც სტრესორი მართვას უკვე აღარ ექვემდებარებოდა და ადამიანებიც უფრო უსუსურად გრძნობდნენ თავს, ქმედება/დაგეგმვის სტილის გამოყენება შემცირდა და საფრთხეზე ორიენტირებული წუხილის პრედიქტორული მუხტი შესუსტდა. პანდემიასთან დაკავშირებული ქცევების შემცირება და განრიდების სტილის მატებაც შესაბამისობაში მოდის ამ თეორიასთან, რადგან ერთი რაციონალური დაძლევის კლებას ასახავს, ხოლო მეორე – ემოციური დაძლევის ზრდას წამლევაკვი სტრესორის პირობებში.

ინფორმაციის მოძიების/გადამუშავების სტილის საგრძნობი ზრდა ვირუსგადატანილ პირებში, თავის მხრივ, მიუთითებს იმაზე, რომ საქართველოს მოსახლეობის ის ნაწილი, რომელიც უშუალო შეხებაში მოვიდა საფრთხესთან, ქრონიკული სტრესის პირობებშიც ორიენტირებულია საჭირო ინფორმაციის მოპოვებაზე. აღნიშნული მიგნება გასათვალისწინებელია იმ უწყებების მიერ, რომლებიც პასუხს აგებენ კრიზისის მართვაზე ან ჩართულები არიან დაავადებული პირების მკურნალობის პროცესში. მნიშვნელოვანია, რომ კრიზისის ყველა ეტაპზე სახელმწიფო ზრუნავდეს მოსახლეობის სათანადო და სპეციფიკური ინფორმაციით უზრუნველყოფაზე.

გარდა ამისა, საგულისხმოა ინდივიდუალიზმის საგრძნობი შემცირება პანდემიური სტრესის გახანგრძლივებულ ეტაპზე. როგორც აღვნიშნეთ, კვლევის ორივე ფაზა ქვეყანაში განხორციელებული ორი ჩაკეტვის დროს ჩატარდა. თუკი გაზაფხულზე რუტინისაგან გადაღლილი ბევრი ადამიანისთვის „ლოკდაუნი“ ერთგვარი დასვენების და ძალების აღდგენის საშუალებაც იყო, შემოდგომაზე მოსახლეობა უკვე საკმაოდ იყო დაღლილი სოციალური დისტანცირების გახანგრძლივებული მოთხოვნით. შესაბამისად, შეგვიძლია ვივარაუდოთ, რომ ადა-

მიანური ურთიერთობების დანაკლისი და მონატრება აისახა ინდივიდუალისტური ტენდენციის სტატისტიკურად მნიშვნელოვან კლებაში. ამასთან, კოლექტივიზმი უმნიშვნელოდ, თუმცა მაინც გაიზარდა.

ცვლადების ქულათა შორის სხვაობა სქესის მიხედვით, ასევე, საინტერესო სურათს გვაძლევს: თუ პირველ ტალღაში ქალები და კაცები ერთმანეთისაგან სტატისტიკურად მნიშვნელოვნად მხოლოდ შფოთვისა და პანდემიასთან დაკავშირებულ ქცევებში განსხვავდებოდნენ, მეორე ტალღაში ამ ორ ცვლადს დაემატა კოვიდზე წუხილი, ცხოვრებით კმაყოფილება, საზრისის ფლობა, ბედთან შერიგების სტილი და გამკლავების ჩვეული ქცევები. ორივე ეტაპზე ყველა ზემოხსენებული ცვლადი უფრო მაღალი იყო ქალებთან, ვიდრე კაცებთან.

სქესთან მიმართებით ჯგუფური საშუალოების შედარებამ კი დაგვანახა, რომ გახანგრძლივებული სტრესის დროს ქალებს და კაცებს თანაბრად გაეზარდათ შფოთვა და კოვიდზე წუხილი და გამოეკვეთათ კლება დაგეგმვა/ქმედების სტილის გამოყენებაში, თუმცა ქალები უფრო მიეძალნენ ინფორმაციას, მამაკაცები კი ნაკლებად მიმართავდნენ ბედთან შერიგებას. რაც ყველაზე საინტერესოა, კაცებში საგრძნობლად დაეცა საზრისის ფლობისა და ცხოვრებით კმაყოფილების მაჩვენებლები, ქალებში კი უცვლელი დარჩა ორივე. ინდივიდუალიზმმა მეტად იკლო ქალებში.

კვლევის შედეგებზე დაყრდნობით გამოდის, რომ სტრესის მწვავე ფაზაზე ქალებისა და მამაკაცების რეაქციები მეტ-ნაკლებად მსგავსი იყო და, როგორც მოსალოდნელი იყო, შფოთვა უფრო მაღალი იყო ქალებში (ქალების შფოთვის მიმართ გაზრდილი მიდრეკილება დადასტურებული ფაქტია); ამასთან, პანდემიასთან დაკავშირებულ ქცევებს (მაგ. დისტანციის დაცვა) ისინი მეტად ახორციელებდნენ, რაც თავისთავად გაზრდილი შფოთვით იყო ნაწინასწარმეტყველები. სტრესის გახანგრძლივებულ ფაზაზე შფოთვა და წუხილი ორივე სქესში თანაბრად გაიზარდა, თუმცა გამოიკვეთა სქესთან დაკავშირებული ვარიაციები დაძლევაში და კარგად ყოფნის ცვლადებში (ცხოვრებით კმაყოფილება, ცხოვრების საზრისის ფლობა).

თვისებრივად თუ ჩავუღრმავდებით შედეგებს, ნათელი ხდება, რომ პანდემიის უარყოფითი გავლენა კეთილდღეობის ინდიკატორებზე ზოგადად სახეზეა ორივე სქესის შემთხვევაში, ვინაიდან როგორც ქალებთან, ასევე, მამაკაცებთან შფოთვისა და კოვიდზე წუხილის საშუალო ქულები მნიშვნელოვნადაა მომატებული. თუმცადა, თუ ქალების შემთხვევაში კლება ცხოვრებით კმაყოფილებაში უმნიშვნელოა, მამაკაცებთან – ის თვალშისაცემია. კიდევ უფრო საგულისხმოა განსხვავებანი ცხოვრების საზრისის ფლობასთან დაკავშირებით, რომელიც

ქალების შემთხვევაში ოდნავ გაზრდილიცაა, ხოლო კაცებთან საგრძნობლადაა შემცირებული.

რას შეიძლება გვეუბნებოდეს ყოველივე ეს? შესაძლოა ვივარაუდოთ, რომ ქალები, როგორც სხვაზე/ოჯახზე ზრუნვის გაზრდილი უნარის და პასუხისმგებლობის მქონე არსებანი პანდემიის პირობებში, ერთი მხრივ, უფრო მაღალი სტრესის ქვეშ აღმოჩნდნენ, უწევდათ რა ოჯახის წევრების კეთილდღეობაზე გამუდმებული წუხილი და მათი დაცვა არსებული საფრთხისაგან (აქ აისახება სხვაობა ქცევით და ემოციურ რეაგირებაში ქალებსა და კაცებს შორის), ასევე, საშინაო და საგარეო საქმეებზე ერთდროულად ზრუნვა; მეორე მხრივ, კი, სავარაუდოდ, იმავე მიზეზების გამო, ისინი უფრო აქტიურად იყვნენ ჩართული სტრესთან გამკლავებაში გახანგრძლივებული სტრესის ფაზაზეც, რამაც, თავის მხრივ, მათ ცხოვრებას მეტი საზრისი და კმაყოფილება შესძინა. ზრუნვის პასუხისმგებლობით ასევე შეიძლება აიხსნას მეორე ტალღაში ინდივიდუალიზმის მნიშვნელოვანი კლება ქალებში. მამაკაცები კი თითქოს შედარებით ნაკლებად შფოთავდნენ და წუხდნენ, თუმცა, როგორც ჩანს, ნაკლებ მონაწილეობასაც იღებდნენ მდგომარეობის მართვაში, რამაც, შესაძლოა, ხელი შეუწყო ცხოვრებით კმაყოფილების საგრძნობ შემცირებას (აღსანიშნავია, რომ პირველ ტალღაში კაცების ცხოვრებით კმაყოფილება აღემატებოდა ქალებისას) და გარკვეულწილად საზრისის კრიზისიც გამოიწვია. ამ საკითხების შესასწავლად შესაბამისი კვლევების ჩატარებაა მიზანშეწონილი.

შეზღუდვები და ძლიერი მხარეები

კვლევის ძლიერ მხარეებად შეიძლება ჩაითვალოს მრავალრიცხოვანი შერჩევები, ფართო გეოგრაფიული დაფარვა და გამოკითხვის ორი ჩაკეტვის დროს განხორციელება. თუმცა, კვლევას აქვს შეზღუდვებიც, რომელთა შორისაც აღსანიშნავია ხელმისაწვდომი შერჩევითვის დამახასიათებელი მიკერძობა, მონაწილეებს შორის ახალგაზრდების, ქალებისა და საინფორმაციო ტექნოლოგიების გამოყენების უნარების მქონე პირთა სიჭარბე და კვლევის ერთჯერადი სქემისთვის დამახასიათებელი გავრცელებული სუსტი მხარეები. სახეზეა ელექტრონული გამოკითხვის როგორც უპირატესობები, ასევე, შეზღუდვები. შესაბამისად, მიღებული შედეგების გავრცელება შესაძლებელია წინამდებარე კვლევის შერჩევით მსგავსი მახასიათებლების მქონე პოპულაციაზე.

დასკვნები

რომ შევაჯამოთ, პანდემიაზე ზრდასრული მოსახლეობის ემოციური და ქცევითი რეაგირების შესწავლამ ღირებული კავშირები დაადგინა კეთილდღეობის ცვლადებსა (შფოთვა, წუხილი, ცხოვრებით კმაყოფილება) და დაძლევის სტილებს შორის. კვლევამ, ასევე, დაგვანახა ისეთი შუალედური ცვლადების მნიშვნელობა დაძლევისასთან მიმართებით, როგორცაა, ცხოვრების საზრისი, ცხოვრებით კმაყოფილება და კულტურული ორიენტაციები, და გამოკვეთა საგულისხმო განსხვავებები სქესისა და ასაკის მიხედვით. ამასთან, პანდემიური სტრესის მწვავე და გახანგრძლივებულ ფაზაზე შესწავლილი ტალღების შედარებამ ცხადჰყო, რომ სტრესის გახანგრძლივებულ ფაზაზე მოსახლეობის ფსიქიკური ჯანმრთელობის მდგომარეობა გაუარესდა და დაძლევის რეპერტუარი შეიცვალა. კვლევამ დაგვანახა ზოგადი, ქვეყანაში არსებული, კონტექსტისა და კონკრეტული, ოჯახური კონტექსტის გავლენა ადამიანების ემოციურ და ქცევით რეაგირებაზე. თუკი ზოგადი კონტექსტით შესაძლებელი გახდა ფსიქიკური ჯანმრთელობის მაჩვენებლების (შფოთვა, წუხილი, ცხოვრებით კმაყოფილება) გაუარესების, ქმედებაზე ორიენტირებული დაძლევის შემცირებისა და განრიდების დაძლევის ზრდის ტენდენციის ახსნა, ოჯახური კონტექსტით, კერძოდ, ოჯახში კოვიდ-19-ის ისტორიით, აიხსნა დაცვითი ქცევების შემცირება და ინფორმაციის მოძიება/გადამუშავების დაძლევის ზრდა გახანგრძლივებული სტრესის ფაზაზე.

კვლევის ღირებული მიგნებაა, რომ ქრონიკული სტრესის შემთხვევაში მნიშვნელოვანია ადამიანებმა გააგრძელონ არასასურველ გარემოებებთან გამკლავება, ეცადონ იმ ფაქტორებზე ზემოქმედებას, რაც მათ ხელეწიფებათ და იპოვონ რესურსი, რომელიც მათ დაძლევაში დაეხმარება. როგორც მიგნებები ცხადყოფს, პანდემიასთან გამკლავებაში გაზრდილი მონაწილეობა ასოცირდება ფსიქოლოგიური კეთილდღეობის გაუმჯობესებულ მაჩვენებლებთან. ამდენად, როგორც მწვავე, ასევე, გახანგრძლივებული სტრესის ეტაპზე საფრთხის შემცირებაზე ორიენტაციის შენარჩუნება არა მხოლოდ ფიზიკური ჯანმრთელობის რისკების შემცირების, არამედ, ასევე, უკეთესი ფსიქოლოგიური მდგომარეობის საწინდარია. ეს მნიშვნელოვანი მიგნება და გზავნილია მოსახლეობისთვის, ფსიქიკური და ქცევითი ჯანდაცვის პრაქტიკოსებისა და საზოგადოებრივი ჯანდაცვის სპეციალისტებისთვის.

დასასრულ, კვლევის შედეგები ღირებულ მიგნებებს გვთავაზობს პანდემიის პირობებში ადამიანების ემოციურ რეაქციებსა და დაძლევის სტრატეგიათა ვარიაციებზე სტრესის მწვავე და გახანგრძლივე-

ბულ ფაზებზე და ნათელს ჰვენს დროის ფაქტორისა და კულტურული, ოჯახური და დემოგრაფიული მახასიათებლების თუ კონტექსტის მნიშვნელობას გლობალური კრიზისის დაძლევის ქრილში. შედეგები, ასევე, მეტყველებს პანდემიის პოტენციურ ტვირთზე მოსახლეობის ფსიქიკურ ჯანმრთელობაზე და ღირებულ ცოდნას ქმნის როგორც პრაქტიკოსთათვის, ასევე პოლიტიკის შემმუშავებელთათვის.

გამოყენებული ლიტერატურა:

- კარანტინი და კომენდანტის საათი – დღეიდან, 31 მარტიდან საქართველოში ახალი შეზღუდვები ამოქმედდა. (2020, მარტი, 31). ტაბულა. გადმოწერილია საიტიდან <http://www.tabula.ge/ge/story/168074-karantini-da-komendantis-saati-dgheidan-31-martidan-saqartveloshi-axali-shezghudvebi>
- ჯავახიშვილი, ნ., სხირტლაძე, ნ., ბუწაშვილი, ნ., ლორთქიფანიძე, მ., მაყაშვილი, ა., ვარდანაშვილი, ი., შეყრილაძე, ი. (2016). კვლევის ინსტრუმენტების ვალიდაცია. დიმიტრი უზნაძის დაბადებიდან 130 წლისთავისადმი მიძღვნილი კონფერენციის შრომები. თბილისი: ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტი, გვ. 63-84.
- Bäuerle, A., Teufel, M., Musche, V., Weismüller, B., Kohler, H., Hetkamp, M., Dörrie, N., Schweda, A., & Skoda, E. M. (2020). Increased generalized anxiety, depression and distress during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study in Germany. *Journal of public health (Oxford, England)*, 42(4), 672-678. <https://doi.org/10.1093/pubmed/fdaa106>
- Biddlestone, M., Green, R., & Douglas, K. M. (2020). Cultural orientation, power, belief in conspiracy theories, and intentions to reduce the spread of COVID-19. *British Journal of Social Psychology*, 59(3), 663-673. <https://doi.org/10.1111/bjso.12397>
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287(112934). <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>
- Cerami, C., Santi, G. C., Galandra, C., Dodich, A., Cappa, S. F., Vecchi, T., & Crespi, C. (2020). Covid-19 outbreak in Italy: are we ready for the psychosocial and the economic crisis? Baseline findings from the PsyCovid study. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 556. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00556>
- Cheng, C., & Tang, C. S. K. (2004). The psychology behind the masks: Psychological responses to the severe acute respiratory syndrome outbreak in different regions. *Asian Journal of Social Psychology*, 7(1), 3-7. <https://doi.org/10.1002/asj.1001>

- org/10.1111/j.1467-839X.2004.00130.x
- Chun, C. A., Moos, R. H., & Cronkite, R. C. (2006). Culture: A fundamental context for the stress and coping paradigm. In *Handbook of multicultural perspectives on stress and coping* (pp. 29–53). Springer, Boston, MA.
- Clair, R., Gordon, M., Kroon, M., & Reilly, C. (2021). The effects of social isolation on well-being and life satisfaction during pandemic. *Humanities and Social Sciences Communications*, 8(1), 1–6. <https://doi.org/10.1057/s41599-021-00710-3>
- Cooper, C., Katona, C., Orrell, M., & Livingston, G. (2008). Coping strategies, anxiety and depression in caregivers of people with Alzheimer's disease. *International Journal of Geriatric Psychiatry: A journal of the psychiatry of late life and allied sciences*, 23(9), 929–936. <https://doi.org/10.1002/gps.2007>
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). *Ways of Coping Questionnaire: Research edition*. Consulting Psychologists Press.
- Généreux, M., Schluter, P. J., Landaverde, E., Hung, K. K., Wong, C. S., Mok, C. P. Y., ... & Roy, M. (2021). The evolution in anxiety and depression with the progression of the pandemic in adult populations from eight countries and four continents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(9), 4845. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094845>
- Gerhold, L. (2020). COVID-19: Risk Perception and Coping Strategies. Results from a Survey in Germany. Freie Universität Berlin. Preliminary Results., 1–11. Retrieved from <https://psyarxiv.com/xmpk4/>
- Gori, A., & Topino, E. (2021). Across the COVID-19 waves; assessing temporal fluctuations in perceived stress, post-traumatic symptoms, worry, anxiety and civic moral disengagement over one year of pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(11), 5651. <https://doi.org/10.3390/ijerph18115651>
- Grouden, M. E., & Jose, P. E. (2015). Do sources of meaning differentially predict search for meaning, presence of meaning, and wellbeing. *International journal of wellbeing*, 5(1). <https://internationaljournalofwellbeing.org/index.php/ijow/article/view/313/442>
- Hasratian, A. M., Nordberg, H. O., Meuret, A. E., & Ritz, T. (2021). Fear and coping in students during the early stages of the COVID-19 pandemic: A combined cross-sectional and longitudinal study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(12), 6551. <https://doi.org/10.3390/ijerph18126551>
- Hofstede Insights Cultural Compass Report. (2020). *Georgia*. Retrieved from <https://www.hofstede-insights.com/country/georgia/>

- Huang, Y., & Zhao, N. (2020). Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: a web-based cross-sectional survey. *Psychiatry research*, 288, 112954. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112954>
- Hyland, P., Shevlin, M., McBride, O., Murphy, J., Karatzias, T., Bentall, R.P., Martinez, A., & Vallières, F. (2020). Anxiety and depression in the Republic of Ireland during the COVID-19 pandemic. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 142(3), 249–256. <https://doi.org/10.1111/acps.13219>
- Jeong, H., Woo, H., Song, Y. J., Ki, M., Min, J., Cho, J., & Chae, J. H. (2016). Mental health status of people isolated due to Middle East Respiratory Syndrome. *Epidemiology and Health*, 38, 1–7. <https://doi.org/10.4178/epih.e2016048>
- Kuo, B. C. (2013). Collectivism and coping: Current theories, evidence, and measurements of collective coping. *International Journal of psychology*, 48(3), 374–388. <https://doi.org/10.1080/00207594.2011.640681>
- Kuo, B. C. H., & Gingrich, L. (2005). Correlates of self-construals among Asian and Caucasian undergraduates in Canada: cultural patterns and implications for counselling. *Guidance and Counselling*, 20(2), 78–88.
- Lazarus, R. S. (1993). Coping theory and research: Past, present, and future. *Psychosomatic Medicine*, 55, 234
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- Leandro, P. G., & Castillo, M. D. (2010). Coping with stress and its relationship with personality dimensions, anxiety, and depression. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 1562–1573. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.326>
- Lebel, C., MacKinnon, A., Bagshawe, M., Tomfohr-Madsen, L., & Giesbrecht, G. (2020). Elevated depression and anxiety symptoms among pregnant individuals during the COVID-19 pandemic. *Journal of affective disorders*, 277, 5–13. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.07.126>
- Lee, S. A., Mathis, A. A., Jobe, M. C., & Pappalardo, E. A. (2020). Clinically significant fear and anxiety of COVID-19: A psychometric examination of the Coronavirus Anxiety Scale. *Psychiatry research*, 290, 113112. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113112>
- Leppin, A., & Aro, A. R. (2009). Risk perceptions related to SARS and avian influenza: Theoretical foundations of current empirical research. *International journal of behavioral medicine*, 16(1), 7–29. <https://doi.org/10.1007/s12529-008-9002-8>
- Li, S., Wang, Y., Xue, J., Zhao, N., & Zhu, T. (2020). The impact of COVID-19

- epidemic declaration on psychological consequences: a study on active Weibo users. *International journal of environmental research and public health*, 17(6), 2032. <https://doi.org/10.3390/ijerph17062032>
- Liu, J., Zhu, Q., Fan, W., Makamure, J., Zheng, C., & Wang, J. (2020). Online mental health survey in a medical college in China during the COVID-19 outbreak. *Frontiers in Psychiatry*, 11(459). <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00459>
- Luo, M., Guo, L., Yu, M., & Wang, H. (2020). The psychological and mental impact of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) on medical staff and general public—a systematic review and meta-analysis. *Psychiatry Research*, 291(113190). <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113190>
- Moghanibashi-Mansourieh, A. (2020). Assessing the anxiety level of Iranian general population during COVID-19 outbreak. *Asian journal of psychiatry*, 51, 102076. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102076>
- Ostafin, B. D., & Proulx, T. (2020). Meaning in life and resilience to stressors. *Anxiety, Stress, & Coping*, 33(6), 603–622. <https://doi.org/10.1080/10615806.2020.1800655>
- Ozamiz-Etxebarria, N., Mondragon, I. N., Santamaría, D. M., & Gorrotxategi, P. M. (2020). Psychological symptoms during the two stages of lockdown in response to the COVID-19 outbreak: An investigation in a sample of citizens in Northern Spain. *Frontiers in Psychology*, 11(1491). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01491>
- Özdin, S., & Bayrak Özdin, Ş. (2020). Levels and predictors of anxiety, depression and health anxiety during COVID-19 pandemic in Turkish society: The importance of gender. *International Journal of Social Psychiatry*, 66(5), 504–511. <https://doi.org/10.1177/0020764020927051>
- Park, J., & Baumeister, R. F. (2017). Meaning in life and adjustment to daily stressors. *The Journal of Positive Psychology*, 12(4), 333–341. <https://doi.org/10.1080/17439760.2016.1209542>
- Perrin, P. C., McCabe, O. L., Everly, G. S., & Links, J. M. (2009). Preparing for an influenza pandemic: mental health considerations. *Prehospital Disaster Medicine*, 24(3), 223–230. <https://doi.org/10.1017/S1049023X00006853>
- Rahnama, M., Shahdadi, H., Bagheri, S., Moghadam, M. P., & Absalan, A. (2017). The relationship between anxiety and coping strategies in family caregivers of patients with trauma. *Journal of clinical and diagnostic research: JCDR*, 11(4), IC06–IC09. <https://doi.org/10.7860/JCDR/2017/25951.9673>
- Rogowska, A. M., Kuśnierz, C., & Bokszczanin, A. (2020). Examining anxiety, life satisfaction, general health, stress and coping styles during COVID-19 pandemic in Polish sample of university students. *Psychology research*

- and behavior management, 13, 797–811. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S266511>
- Roy, D., Tripathy, S., Kar, S. K., Sharma, N., Verma, S. K., & Kaushal, V. (2020). Study of knowledge, attitude, anxiety & perceived mental healthcare need in Indian population during COVID–19 pandemic. *Asian journal of psychiatry*, 51, 102083. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102083>
- Salari, N., Hosseinian–Far, A., Jalali, R., Vaisi–Raygani, A., Rasoulpoor, S., Mohammadi, M., Rasoulpoor, S., & Khaledi–Paveh, B. (2020). Prevalence of stress, anxiety, depression among the general population during the COVID–19 pandemic: a systematic review and meta–analysis. *Globalization and health*, 16(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12992–020–00589–w>
- Satici, B., Gocet–Tekin, E., Deniz, M. E., & Satici, S. A. (2020). Adaptation of the Fear of COVID–19 Scale: Its association with psychological distress and life satisfaction in Turkey. *International journal of mental health and addiction*, 1–9. <https://doi.org/10.1007/s11469–020–00294–0>
- Savolainen, I., Oksa, R., Savela, N., Celuch, M., & Oksanen, A. (2021). Covid–19 anxiety—a longitudinal survey study of psychological and situational risks among Finnish workers. *International journal of environmental research and public health*, 18(2), 794. <https://doi.org/10.3390/ijerph18020794>
- Schneiderman, N., Ironson, G., & Siegel, S. D. (2005). Stress and health: psychological, behavioral, and biological determinants. *Annual review of clinical psychology*, 1, 607–628. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.1.102803.144141>
- Schnell, T., & Krampe, H. (2020). Meaning in life and self–control buffer stress in times of COVID–19: Moderating and mediating effects with regard to mental distress. *Frontiers in Psychiatry*, 983. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.582352>
- Selye, H. (1976). Stress without distress. In G. Serban (ed.), *Psychopathology of human adaptation* (pp. 137–146). Springer.
- Shekriladze, I., Javakhishvili, N., & Chkhaidze, N. (2021). Culture related factors may shape coping during pandemics. *Frontiers in Psychology*, 12, 634078. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.634078>
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., Lushene, R., Vagg, P. R., & Jacobs, G. A. (1983). *Manual for the State–Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto, California: Consulting Psychologists Press.
- Steger, M. F., Oishi, S., & Kashdan, T. B. (2009). Meaning in life across the life span: Levels and correlates of meaning in life from emerging adulthood to older adulthood. *The Journal of Positive Psychology*, 4(1), 43–52. <https://doi.org/10.1080/17439760802601303>

doi.org/10.1080/17439760802303127

- Sugawara, D., Masuyama, A., & Kubo, T. (2020). Socioeconomic impacts of the COVID-19 lockdown on the mental health and life satisfaction of the Japanese population. *PsyArXiv* [Preprint]. <https://doi.org/10.31234/osf.io/sndpm> (Accessed August 18, 2021).
- Tabachnick, B.G., & Fidell, L. S. (2001). *Using Multivariate Statistics* (4th ed.). HarperCollins.
- Triandis, H. C., & Gelfand, M. J. (1998). Converging measurement of horizontal and vertical individualism and collectivism. *Journal of personality and social psychology*, 74(1), 118–128.
- Trzebiński, J., Cabański, M., & Czarnecka, J. Z. (2020). Reaction to the COVID-19 pandemic: the influence of meaning in life, life satisfaction, and assumptions on world orderliness and positivity. *Journal of Loss and Trauma*, 25(6–7), 544–557. <https://doi.org/10.1080/15325024.2020.1765098>
- World Health Organization. (2020). *Coronavirus disease-2019 (COVID-19) situation report-71*. Retrieved from https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200331-sitrep-71-covid-19.pdf?sfvrsn=4360e92b_8
- Zhu, J., Sun, L., Zhang, L., Wang, H., Fan, A., Yang, B., Li, W., & Xiao, S. (2020). Prevalence and Influencing Factors of Anxiety and Depression Symptoms in the First-Line Medical Staff Fighting Against COVID-19 in Gansu. *Frontiers in psychiatry*, 11, 386. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.0038>

