

Gyvensenos ypatumai ir biopsichosocialiniai veiksniai socialinės izoliacijos sąlygomis ir popandeminiu laikotarpiu: Lietuvos gyventojų palyginamoji studija

Mitybos įpročių pasikeitimas, fizinis aktyvumo sumažėjimas, psichologinės būklės blogėjimas nulemia kūno masės pokyčius ir kartu didina nepasitenkinimą savo kūno formomis ir svoriu. COVID-19 pandemija ir su ja susiję įprasto gyvenimo ribojimai sukėlė žmonėms stresą ir gyvensenos pokyčius. Tyrimas naujas ir unikalus, ne vis dar mažai žinoma, ar tie pokyčiai išliko po pandemijos ir kokią įtaką jie gali turėti tolimesnei žmonių veiklai, savivertei bei socializacijai, todėl pastarasis tyrimas yra svarbus antropologiniu bei psichologiniu požiūriu, atlikti išsamią sistemine analizę, siekiant palyginti tyrimo duomenis su kitų šalių analogiškų tyrimo rezultatais. Šiuo tyrimu bus siekiama įvertinti Lietuvos gyventojų gyvensenos ypatumus ir biopsichosocialinius veiksnius bei jų pokyčius socialinės izoliacijos ir popandeminiu laikotarpiu. Šiuo tyrimu bus siekiama nustatyti daugialypes sąsajas tarp gyvensenos, realaus kūno, kūno įvaizdžio ir savivertės socialinės izoliacijos sąlygomis ir popandeminiu laikotarpiu. Tikimasi, kad šio darbo radiniai bus aktualūs formuojant prevencijos strategiją ir numatant sėkmingos adaptacijos profilaktines priemones.

Lifestyle characteristics and biopsychosocial factors in social isolation and the post-pandemic

Changes in eating habits, physical inactivity and psychological deterioration lead to changes in body weight, which in turn increase dissatisfaction with one's body shape and weight. The COVID-19 pandemic and the associated restrictions on normal life have caused people to experience stress and lifestyle changes. The study is new and unique, not much is known about whether these changes have persisted after the pandemic and what impact they may have on people's future functioning, self-esteem and socialisation, and the recent study is therefore important from an anthropological and psychological point of view, to carry out a detailed systematic analysis to compare the findings with those of similar studies in other countries. This study will aim to assess the lifestyle characteristics and biopsychosocial factors of the Lithuanian population and their changes in the social isolation and post-pandemic period. It will aim to identify the multidimensional associations between lifestyle, real body, body image and self-esteem in social isolation and in the post-pandemic period. It is expected that the findings of this study will be relevant for the development of prevention strategies and the design of preventive measures for successful adaptation.