

ŠIAULIŲ UNIVERSITETAS

EDUKOLOGIJOS FAKULTETAS

EDUKOLOGIJOS KATEDRA

DIANA BALUŽYTĖ

EDUKOLOGIJOS MAGISTRANTŪROS STUDENTĖ

**SPORTO MOKYKLŲ MOKINIŲ MOTYVACIJOS
IR VERTYBIŲ BEI SAVIVERTĖS RYŠYS SU
MOKYMOSI PASIEKIMAIS**

MAGISTRO DARBAS

Mokslinis vadovas:

prof. habil. dr.

D.Beresnevičienė

Šiauliai, 2006

Darbas originalus D.Balužytė

(studento parašas)

SUMMARY

The theme of my work is „Development of need of achievement among sport school students“. Physical education is a composing part of the universal personality education (Adaškevičienė, 1994; Кардялис, 1990), and sport is very important means of the youth educational impact (Stakionienė, Jasiūnas, 1982; Žukowska, Żukowski, 1998; Фипин, Бабаков, Степанов и др.). It is relevant to find out what reasons influence young people to attend sport schools, how they feel there, what is their self-assurance and the values. The teenagers who are unassuming, feel themselves unsafe, self-doubt, they lack the motivation for acting, are passive and oriented to the failures in advance. Only positive work evaluation and ultimate devotion for it can guarantee good results.

Our survey purpose was to define sport schools students' motivation, values and self-confidence connection with learning achievements.

Survey planning. This survey was done in March-December, 2005. 101 Rokiškis sport school, 80 Kupiškis sport school, 120 Kaunas Chomičius' sport school and 114 Sabonis' basketball school basketball players took part in it. 415 teenagers who do sport in the sport schools were questioned. Survey data were analysed according to teenagers' age, place of living and their families' constitution(either they live with both parents or just with one of them).

Results. Survey hypothesis was proved- junior and higher forms teenagers' motivation, self-confidence and values are different. For senior teenagers such motives as a wish to be physically strong, to become champion record-breaker or a sport coach, a wish to expand communication area are more important than for junior teenagers.

Senior teenagers more value health, good relationships with teachers, possibilities to learn and improve permanently and sport victories, whereas junior sport schools' teenagers prefer good living conditions, possibilities to do favourite work, chance to grow as personalities, love in their families and good relationships among contemporaries.

Junior teenagers have higher self-esteem than senior ones.

Teenageers who go in for sport and try to reach sport results pay less attention to their learning achievements. After doing correlation analysis we determined reverse connection between physical education and Lithuanian and mathematics assesment.

TURINYS

ĮVADAS	3
1. LITERATŪROS APŽVALGA.....	7
1. 1. Motyvai, motyvacijos samprata.....	7
1. 2. Sportinės veiklos motyvacijos teorijos	10
1. 3. Išorinė ir vidinė motyvacija	16
1. 4. Sėkmės motyvacija ir nesėkmės baimės motyvacija	18
1. 5. Savęs vertinimo apibūdinimas	22
1. 6. Savęs vertinimo lygiai	26
1. 7. Savęs vertinimo formavimąsi įtakojuojantys veiksniai	30
1. 8. Neadekvataus savęs vertinimo korekcija.....	34
2. TYRIMO ORGANIZAVIMAS IR METODAI	38
3. TYRIMO REZULTATAI.....	40
4. REZULTATŲ APTARIMAS.....	73
IŠVADOS	78
REKOMENDACIJOS	80
LITERATŪRA	81
PRIEDAI.....	86

IVADAS

Temos aktualumas ir tyrimo problema. Asmenybės prigimties ypatumai rodo, kad ji neatsiranda su žmogaus gimimu. Įgimtos jos savybės yra tik prielaidos būsimajai asmenybei vystytis. Kokia ji bus, priklausys nuo daugelio kitų veiksnių – nuo auklėjamosios vyresniųjų ir draugų įtakos, nuo tų santykių, kurie užsimezga su aplinka, nuo paties žmogaus pastangų tobulinti save sutinkamai su visuomenės keliamais reikalavimais (Jovaiša, 2001). Pripažįstama, kad sportinė veikla turi teigiamą įtaką sportuojančiojo asmenybei ir jos niekuo negalima pakeisti (Coacley, 1990).

Sportinėje veikloje yra ugdoma sportininko asmenybė, kurios vertė yra ne vien fizinės ypatybės ir sportiniai rezultatai, bet ir teisingas pareigos, garbės, papročių, tradicijų, dvasinės kultūros vertybių, elgesio normų suvokimas. Asmenybės gebėjimas nuolat save kontroliuoti yra vienas iš jos valios brandumo rodiklių (Karoblis, 1999). Nustatyta (Mielke, Bahle, 1995), kad ekstremaliomis varžybų situacijomis, sunkiomis treniruotėmis ugdomas patriotizmo jausmas, atsakomybės jautimas už savo ir komandos veiksmus, daugelis kitų sportininko dorovinės brandos bruožų. Todėl į tai, kaip sportas veikia žmogų, visada reikia žiūrėti dviem aspektais: jis suteikia dvejopą galimybę tobulėti – sportinio meistriškumo ir savęs tobulinimo prasme.

Daug psichologų nagrinėjo savęs vertinimą ir asmenybės santykį su savimi (Захарова, 1989, 1993; Зинченко, 1995; Столин, 1983; Beresnevičienė, Andziulytė, 2004; ir kt.). Autoriai (Valickas, 1991; Jovaiša, 1993; Martišauskienė, 1994; Dildienė, 1995; Armanavičiūtė, 1998; Gumuliauskienė, 2001; ir kt.) įvairiais aspektais analizuodami savęs vertinimą, pabrėžia jo svarbą asmenybės kryptingumui, dorovinių orientacijų formavimuisi, saviuoklai, mokymosi rezultatams, psichologinei savijautai ir kt.

Fizinis ugdymas yra visapusiško asmenybės ugdymo sudedamoji dalis (Adaškevičienė, 1994; Кардялис, 1990), o sportas yra be galo svarbi jaunimo ugdomojo poveikio priemonė (Stakionienė, Jasiūnas, 1982; Żukowska, Żukowski, 1998; Филин, Бабаков, Степанов и др., 1997). Reikšminga sporto pratybų ugdomojo poveikio sąlyga yra pačių sportininkų saviugda, paremta teigiamu trenerio, mokytojo pavyzdžiu, gerais sportininkų tarpusavio santykiais, argumentuota sportinės veiklos motyvacija (Stonkus, 1998 b). Intensyvus bendravimas sportinėje veikloje vyksta tarp sportininkų ir trenerio, taip pat ir tarp pačių sportininkų. Bendravimas yra svarbus savimonės ir savęs pažinimo šaltinis (Кретти, 1978; Tilindienė, 1998). Tik teisingai suprastos sporto vertybės padeda jaunam žmogui save pažinti, įvertinti bei nustatyti savo vaidmenį sporte (Miškinis, 1998 a; Stonkus, 1998 a; Żukowska, Żukowski, 1998).

Ištirta, kad sportininkams būdinga didesnė savigarba, jie labiau savimi pasitiki ir teigiamiau vertina save negu nesportuojantys (Стамбулова, 1999). Sportinės veiklos tyrėjai vieningai pažymi jos įtaką teigiamam savęs pažinimui, pozityvaus savivaizdžio, ypač jaunystėje ir paauglystėje, formavimuisi (LeUnes, Nation, 1991; Weinberg, Gould, 1995). Paauglio savimonės raidai reikšminga tai, kad sporte tiesiogiai atsiskleidžia jo galimybės, ir net mažiausia sėkmė gali padėti save įvertinti, o šitai glaudžiai susiję su savivertės formavimusi (Бодалев, 1988; Valickas, 1991). Pasitikėjimas savimi ir adekvati savivertė atveria kelią į kuo pilnesnį asmeninio potencialo realizavimą (Thelma, 1992).

Pagrindinis veikiantis asmuo sporte visuomet išlieka sportininkas kaip asmenybė, suformuota konkrečios visuomenės ir turinti savo poreikius, kuriai būdingi vienoki ar kitokie emociniai išgyvenimai, veikiama atitinkamų motyvų. Ši asmenybė pašaukta pademonstruoti varžybose viską geriausia: drąsą, ryžtingumą, kilnumą, taurumą, vikrumą, greitumą, jėgą ir daug kitų dalykų, kurie išryškėja sporte. Todėl ne tas pats, kas skatina sportininką siekti aukščiausio sportinio rezultato, kokia jo motyvacija. Dar daugiau, nežinant sportininko asmenybės motyvacinės sferos ypatumų, sunku sportininką tikslingai rengti aukščiausiems rezultatams.

Dėl šios priežasties, dauguma trenerių domisi kokiais stimulais reikėtų naudotis, kaip jie veikia ir kaip juos pritaikyti praktiniame darbe. Treneris turi sugebėti sudominti savo ugdytinius pasirinkta sporto šaka, savo idėjomis, apibrėžti jų perspektyvas ir galimybes, skatinti daugelį metų siekti užsibrėžto tikslo. Tačiau dažniausiai ieškoma paprastų būdų, kaip pasiekti aukštų sportinių rezultatų, o tai tik įrodo, kad motyvacijos dėsningumą pažinimas yra gan nelengvas ir nemažai pastangų reikalaujantis darbas.

Nežinodamas konkretaus sportininko motyvacijos ypatumų, treneris negali kokybiškai parengti jį siekti aukštų rezultatų, nes sportinėje veikloje svarbus ne tik fizinis, bet ir psichologinis parengimas. Sportinės veiklos motyvacijos problema yra tas rezervas, kurio dėka galima padaryti kokybinį šuolį sportininko rengime. Todėl manome motyvacijos tyrimai sporte yra aktuali problema.

Sportinės veiklos motyvaciją yra tyrę įvairių šalių mokslininkai (Whitehead, 1995; Bayer, 1995; Kavussanu, Roberts, 2001; Wang, Biddle, 2001 ir kt.). Lietuvoje sportinės veiklos motyvacijai taip pat skiriamas dėmesys (Malinauskas, 1998, 2003 b; Šukys, 2002; Dumčienė, 2003; Raslanas, Stakytė, 2005), tačiau dažniausiai analizuojama didelio meistriškumo sportininkų motyvacija, o mažai dėmesio skiriama paauglių motyvacijos problemoms. Paauglių žaidžiančių krepšinių sportinės veiklos motyvacijos tyrimų aptikti nepavyko, todėl manome, kad yra aktualu sužinoti kokie motyvai atveda jaunus žmones į sporto mokyklas, kaip ten jie jaučiasi, kokia yra jų savivertė ir vertybės. Save nuvertinantys paaugliai jaučiasi nesaugūs, nepasitikintys, jie neturi motyvacijos veikti, yra pasyvūs, iš anksto orientuoti į nesėkmę. Tik pozityvus savo

darbo vertinimas ir maksimalus atsidavimas jam laiduoja ir gerus rezultatus. Taip pat svarbu nustatyti kokie yra sportuojančių paauglių mokymosi pasiekimai, ar sportuodami sugeba sėkmingai mokytis.

Teorinis naujumas ir praktinis reikšmingumas. Gauti tyrimo rezultatai leido nustatyti svarbiausius motyvus, skatinančius paauglius sportuoti, bei leido įvertinti skirtingo amžiaus bei šeimos sudėties paauglių vertybines orientacijas. Pritaikyti šie duomenys leistų treneriams geriau pažinti savo auklėtinius ir atitinkamai koreguoti jų tolesnį ugdymą. Nustatyti sporto mokyklų mokinių motyvacijos, vertybių bei savivertės koreliaciniai ryšiai su mokymosi pasiekimais, rodo, kad sportuojantys paaugliai nepakankamai skiria dėmesio kitiems dalykams.

Tyrimo objektas – sporto mokyklų mokinių motyvacijos ir vertybių bei savivertės ryšys su mokymosi pasiekimais.

Pirma hipotezė – vyresniųjų ir jaunesniųjų sporto mokyklų paauglių mokymosi motyvacija, savivertė bei vertybinės orientacijos yra skirtingos.

Antra hipotezė – manome, kad sportuojantys paaugliai siekdami sportinių rezultatų mažiau skiria dėmesio mokymosi pasiekimams.

Tyrimo tikslas – nustatyti sporto mokyklų mokinių motyvacijos ir vertybių bei savivertės ryšį su mokymosi pasiekimais.

Tyrimo uždaviniai:

1. Palyginti jaunesniųjų ir vyresniųjų paauglių lankančių sporto mokyklą motyvacijos, vertybių ir savęs vertinimo ypatumus bei nustatyti koreliacinius ryšius.
2. Palyginti pilnose ir nepilnose šeimose augančių paauglių, lankančių sporto mokyklą motyvacijos, vertybių ir savęs vertinimo ypatumus bei nustatyti koreliacinius ryšius.
3. Nustatyti miesto ir rajono paauglių motyvacijos ir savęs vertinimo ryšį.
4. Nustatyti jaunesniųjų ir vyresniųjų paauglių lankančių sporto mokyklą motyvacijos, vertybių bei savivertės ryšį su mokymosi pasiekimais

Tyrimo metodai:

1. Teorinė analizė ir apibendrinimas.
2. Anketinė apklausa.
3. Matematinė statistika.

Tyrimo imtis

Tyrimė dalyvavo 101 Rokiškio sporto mokyklos, 80 Kupiškio sporto mokyklos, 120 Kauno Chomičiaus krepšinio mokyklos ir 114 Sabonio krepšinio mokyklos krepšininkai. Iš viso apklausta 415 sportuojančių sporto mokyklose paauglių. Pirmąją tiriamųjų grupę sudarė 217 13–14 metų amžiaus jaunesniųjų paauglių. Antrąją tiriamųjų grupę sudarė 198 18–19 metų amžiaus vyresnieji paaugliai. Tyrimo duomenys buvo analizuojami paauglių gyvenamosios vietos aspektu ir šeimos sudėties aspektu, t.y. ar gyvena su abiem, ar su vienu iš tėvų.

Tyrimo organizavimo etapai

Pirmame darbo rengimo etape buvo formuluojamas tyrimo tikslas, uždaviniai, pasirenkami tyrimo metodai, analizuojama literatūros šaltiniai pasirinkta tema. Naujausios medžiagos nagrinėjama tema paieška vyko ir vėlesnių etapų metu.

Antrame darbo rengimo etape atlikome anketinę apklausą, apimančią sporto mokyklų moksleivių motyvaciją, vertybes, savivertę ir psichologinę savijautą mokantis sporto mokykloje.

Trečiame darbo rengimo etape buvo analizuojami anketinės apklausos metu gauti sportuojančių paauglių motyvacijos, vertybių, savivertės ir psichologinės savijautos mokantis sporto mokykloje duomenys, daromi apibendrinimai ir rašomos išvados bei rekomendacijos.

Darbo struktūra

Darbą sudaro įvadas, literatūros apžvalga, tyrimo organizavimas ir metodai, tyrimo rezultatai, aptarimas, išvados, rekomendacijos, literatūros sąrašas ir priedai.

Darbo apimtis 85 puslapiai. Tyrimo duomenys pateikti 25 lentelėse ir 10 priedų, literatūros sąraše 103 šaltiniai.

1. LITERATŪROS APŽVALGA

1. 1. Motyvai, motyvacijos samprata

Motyvai – veiklos stimulus, susijęs su individo poreikių tenkinimu: individo aktyvumas, skatinantis ir jo veiklos kryptį, lemiamas aplinkos arba vidaus veiksmų; individo veiksmų ir poelgių pasirinkimo priežastys, kurias suvokia pats individas (Psichologijos žodynas, 1993).

Motyvacija – elgesio, veiksmų, veiklos skatinimo procesas, kuri sukelia įvairūs motyvai, motyvų visuma (Psichologijos žodynas, 1993)

Motyvacija – tai ypatinga sportininko asmenybės būseną, kuri formuojasi kaip savo poreikių ir galimybių su sportinės veiklos dalykais, santykio rezultatas. Šis santykis yra pagrindas tikslams, kurie nukreipti pasiekti geriausią įmanomą sportinį rezultatą, jį nustatyti ir įgyvendinti.

Motyvas – vidinė asmenybės paskata vienai ar kitai aktyvumo (veiklos, bendravimo, elgesio) rūšiai, susijusi su tam tikro poreikio patenkinimu (Реш, Коломинский, 1999).

Motyvas, kaip teigia P. Jucevičienė (1998), sudėtingas darinys. Išorinis objektas individo atžvilgiu valentingas (turi patraukiančią jėgą), kai jis atitinka šio individo poreikį. Atsiranda vidinė paskata – teigiamas objekto įvertinimas ir energija jo siekti, veikti. Veikimo programos parengimą sąlygoja psichofiziniai vertinimo mechanizmai – kognityviniai, emociniai ir kt.

Sportininko veiklos motyvas – subjektyvi sportininko reakcija į aplinkos poveikį (Stonkus, 2002).

Motyvacija – tai psichofiziologinis vyksmas, reguliuojantis asmenybės veiklą ir santykius su aplinka motyvų kaitos pagrindu (Gabler, 1994; Jovaiša, 1995).

Motyvacija – tai ne tik motyvų visuma, bet dar ir interesai bei vidiniai ir išoriniai motyvų formavimosi mechanizmai (Jucevičienė, 1998).

Kaip teigia I. Bučiūnienė (1996), bendriausiu atveju, šios krypties literatūroje, motyvas įvardijamas kaip tikslinė santykio individas – aplinka, būseną, kuri jau savaime yra labiau trokštama arba teikianti daugiau pasitenkinimo nei neutrali būseną (Sakalas, 1998).

Pasak L. Jovaišos (1981), motyvo struktūra yra tokia: signalo priėmimas – įvertinimas – programa – paskata – tikslas – veiksmas. Nė vienas šios grandinės elementas, paimtas atskirai, negali būti pavadintas motyvu. Motyvas visų šių elementų sąveika. Taigi motyvas – tai veiksmo ir jo krypties priežastis arba tai veiksmo priežastis, kylanti dėl asmenybės ir objekto, patenkinančio jos poreikius, interesus, vertybes, tikslus, sąveikas.

Su motyvo terminu susijusios daugelis sampratų. Motyvas suprantamas kaip įgimtas poreikis, kaip vidinės pusiausvyros su supančia aplinka suardymas (Žmogiškasis faktorius, 1991). Motyvas apibrėžiamas kaip įsisąmonintas veržimasis prie tam tikro tipo pasitenkinimo ir į motyvą žiūrima kaip emocinę motyvacinio proceso dedamąją.

Motyvai išryškinti asmenybės struktūroje. K. Pukelis (1992) asmenybės struktūrą palygina su medžiu, kurio šaknys – tai aktyvumas, nes jis maitina asmenybės veiklą, viršūnė – kryptingumas, kuris aktyvumą transformuoja kažkuria svarbia asmenybės veikla; ir dvi šakos – gebėjimus ir būdą, kurios palaiko viršūnės kryptį, padeda jai stiebtis norima linkme.

Nemažiau svarbu patikslinti ir skirtumą tarp sampratų „motyvas“ ir „tikslas“. Motyvai paprastai nesuvokiami, tuo tarpu kai tikslai yra sąmoningi. Motyvais psichologinėje literatūroje vadinami realią veiklą skatinantys vidiniai faktoriai. Tačiau žmogų skatinti veikti gali ir materialios vertybės, interesai, požiūriai, prasmės, idealai, nuostatos, normos, įsitikinimai. Tada motyvai jau yra vartojamos kilmės, turi vertinamąjį atspalvį (Žebrauskaitė-Sepyškienė, 1998).

Kai kurie autoriai (Steers, 1991; Porter, Foster, 1986), apibūdindami motyvaciją, akcentuoja 3 jos aspektus:

- 1) motyvacijai atstovauja energetinė jėga, kuri verčia žmones elgtis vienaip ar kitaip;
- 2) ši jėga yra nukreipta į kažką (tai yra, motyvacija yra orientuota į tikslą);
- 3) motyvaciją geriausiai galima suprasti ir analizuoti tik sistemos perspektyvoje: tai yra, kad suprasti žmogaus motyvus, reikia ištirti vidinę elgesio jėgą ir aplinką, teikiančią grįžtamąją informaciją bei skatinančią ar slopinančią jėgos pasireiškimo intensyvumą ir kryptį.

Motyvacija apima veiksmus, kurie sužadina elgesį, norint pasiekti tikslą. Motyvu akcentuojamas žmogaus veiklos priežastingumas, ši kokybė ir jos vidiniai bei išoriniai formavimosi mechanizmai atspindi sudėtingesniu dariniu, vadinamu motyvacija.

Graumanas teigia (cit. pagal Myers, 2000), kad veiklos ir elgesio paskatų tyrimams naują ir stiprų impulsą suteikė Froido potraukių teorija. Potraukis – vidinė paskata, ją sudaro šie elementai: motorinis aktyvumas; tikslas – malonus pasitenkinimas; šaltinis – biologiniai procesai, veikiantys psichiką; paskatos objektas, padedąs pasiekti tikslą.

Toks Froido požiūris į vidaus paskatas sudarė pagrindą naujesniems ieškojimams, nors ir negalima sutikti su Froido teiginiu, kad žmogaus elgesį skatina tiktai pasąmonės potraukiai (instinktai) pamažu susiformavo priešinga šiam požiūriui nuomonė – kad motyvai esą vien sąmoningos veiklos ir elgesio priežastys, kuriomis galima paaiškinti, kodėl kas nors daroma. Tai sąmoningi motyvai. Žemaitis teigia, kad motyvas – tai tokia vidinė daugiau ar mažiau įsisąmoninta paskata, kuri yra susijusi su siekiamu tikslu ir išreiškia to siekiamo tikslo vertingumą (cit. pagal Jovaiša, 1981).

R. M. Steers (1991) teigia, kad motyvai gali formuotis aktualios patirties pagrindu arba juos gali įtakoti įvykiai, su kuriais žmogus susidūrė prieš kelis mėnesius, kelerius metus. Vieni motyvai atspindi fiziologinius ar biocheminius procesus, o kiti pasižymi psichologine ar socialine prigimtimi. Motyvus galima klasifikuoti ir pagal jų kilmės šaltinį: pats individas, sprendžiamo uždavinio charakteristika, teigiami ar neigiami socialiniai paskatinimai ir t. t.

L. Jovaiša (1981) teigia, kad motyvuojant veiklą vyksta asmenybės motyvų kaita. Vieni motyvai sukelia ir nukreipia vienus veiksmus, kiti – kitus. Kaip matyti motyvas visada veiksmingas, veikiantis, išjudinantis vidinį ar išorinį veiksma, tačiau motyvu laikoma ir šiuo metu nesukelianti veiksmų vidinė paskata. Tai – pseudomotyvas, ketinimas. Vadinasi, individas turi pseudomotyvų, todėl dar neveikia. Toks individas yra tarsi parengties būklėje. Jis pradeda veikti tik tada, kai atsiranda tinkama situacija ir užsimezga su ja sąveika. Tinkama situacija, tinkamas sąveikos objektas yra tai, kas individą traukia, kas jam aktualu, kas tenkina subjekto vidinės būties reikalavimus. Motyvacija yra motyvų kaitos procesas, reguliuojantis asmenybės veiklos ir santykių kryptį, intensyvumą, bei patvarumą, esant sąveikai tarp motyvuoto individo ir aktualios situacijos.

Siekimas patenkinti poreikius yra pirmasis motyvacijos šaltinis. Gerų veiklos rezultatų motyvacija yra susijusi su vidiniais ir išoriniais veiksniais, lemiančiais žmonių veiklą (Miškinis, 2002).

D. G. Myersas (2000) teigia, kad motyvacijos klausimas – kodėl mes elgiamės taip, kaip mes elgiamės? Motyvacijos išraiška yra poreikis. Paprastai teigiama, kad poreikis yra trūkumo būseną, tačiau humanistai Maslow ir kiti teigia, kad šalia „trūkumo poreikių“ egzistuoja ir vadinami augimo poreikiai, t.y. žmogus turi tam tikrą vidinį potencialą ir poreikį jį realizuoti.

Poreikį galima sąlyginai pavadinti objektyviu veiksmu, o noras yra subjektyvi poreikio išraiška. Psichologijoje noras visada išreiškia poreikį. Tik tiek, kad tą patį poreikį gali išreikšti keli skirtingi norai, ir tas pats noras gali reikšti kelis skirtingus poreikius. Subjektyvus noras yra konstrukcinio proceso rezultatas, kuriame žmogus patiria, išgyvena poreikį ir pažintinių procesų pagalba įvertina patį poreikį, ir galimybes jam patenkinti. Šiame procese pasirenkamas objektas, kuris pirmiausia turi patenkinti poreikį, tačiau taip pat turi būti realiai pasiekiamas esamomis sąlygomis (Myers, 2000).

Sportininko veikla sudaryta iš atskirų detalių. Pavyzdžiui, imtynininkas gali panaudoti ir atakuojančius ir gynybinius veiksmus. Tai lemia motyvas. R. A. Pilojanas (Пилоян, 1984), akcentuodamas skirtumą tarp motyvo ir motyvacijos, teigia, kad motyvo sąvokos prasmė yra siauresnė. Motyvas – tai vidinė asmenybės būklė, kuri organizuoja ir nukreipia veiklą kiekvienu laiko momentu. Atskiri motyvai turi įtakos sportininko motyvacijos visumai. Treneriui labai svarbu yra nustatyti, kur yra motyvas, o kur yra tikslas. Motyvai, kaip taisyklė, neaiškiai

suprantami, o tikslas visuomet yra suprantamas.

1. 2. Sportinės veiklos motyvacijos teorijos

Motyvai žmogaus gyvenime atlieka kelias funkcijas. Pirmiausia, motyvai skatina žmogaus elgesį ir jį nukreipia. Be to, motyvai padeda pajusti savo veiklos prasmę, dalyvauja ją kontroliuojant ir keičiant. Priklausomai nuo to, kokių motyvų skatinamas žmogus ką nors veikia, tos veiklos procesas arba jos rezultatai gali kelti pasitenkinimą arba, priešingai – nusivylimą. Jei žmogus dirba kokį nors darbą ar mokosi, nejausdamas malonumo ir pasitenkinimo, sakome esant nepakankamą motyvaciją šiai veiklai.

Jei veikla nėra asmenybei reikšminga, t.y. neteikia pasitenkinimo, atsiranda noras ją keisti, kyla motyvacija ieškoti naujų veiklos krypčių. Tuomet kinta motyvai, kartu keisdami žmogaus veiklos pobūdį konkrečioje situacijoje (Paužienė, 2000).

Motyvai, skatinantys žmogaus veiklą, išreiškia jo santykį su aplinka, kuris atsispindi emociniuose išgyvenimuose. Tenkinant poreikį, emocijos kinta nuo nepasitenkinimo, įtampos, kančios link teigiamų emocijų, priklausomai nuo poreikio patenkinimo sėkmingumo. Jei veikla neduoda teigiamų rezultatų, poreikį patenkinti sunku arba neįmanoma, kyla nusivylimas, neigiamos emocijos neatslūgsta, įtampa lieka (Paužienė, 2000).

Motyvai – veiklos stimulai, susiję su individo poreikių tenkinimu, individo aktyvumą skatinantys ir jo veiklos kryptį lemiantys aplinkos arba vidaus veiksniai, materialūs arba idealūs individo tikslai, individo veiksmų ir poelgių pasirinkimo priežastis, kurią pats individas suvokia. Jie yra visuomenei būdingos objektyvios vertybės, interesai, idealai. Kai individas juos paverčia savais, jie įgyja skatinamąjį pobūdį ir virsta realiais motyvais (Karoblis, 1999).

Motyvu paprastai tampa įsisąmonintas poreikis. Žmogus, pajutęs kokį nors trūkumą ir įtampą, visų pirma stengiasi suprasti, kas ją sukelia ir ieško būdų tai pašalinti. Įsisąmoninus įtampą sukėlusias priežastis ir suradus objektą, kuris padės ją pašalinti (t.y. supratęs savo poreikį ir jo patenkinimo galimybes), šis poreikis tampa veiklos motyvu, skatina pradėti aktyviai veikti. Taigi, poreikis perauga į motyvą, kai žmogus aptinka veiklos objektą, padėsiantį šį poreikį patenkinti.

Motyvu gali būti mūsų interesai, įsitikinimai, vertybės, gyvenimo tikslai. Kai kada veiklą skatinančių motyvų funkcijas gali atlikti ir emocijos, pavyzdžiui, aistra. Ši intensyvi ilgalaikė emocija daro žmogų aktyvų ir skatina jį atkakliai siekti tikslo. Mūsų veiklai daro įtaką noras elgtis pagal papročius, galvoti pagal visuotinai priimtą normą. Kokio nors elgesio paskata gali būti susijusi ir su mada, noru pritapti prie kitų žmonių, prie savo grupės ir panašiai (Paužienė, 2000).

Biologinių poreikių tenkinimo teorija remiasi pusiausvyros principu. Žmogaus organizmas turi įgimtą savybę pastoviai siekti cheminių medžiagų balanso. Kai tik šis balansas suyra, organizme atsiranda nervinis impulsas, skatinantis grįžti į pradinę padėtį. Pusiausvyra atgaunama tik tada, kai patenkinama poreikis, ir tuo pačiu išnykstant aktyvacijai. Tačiau ši teorija negali paaiškinti, pavyzdžiui, kodėl žmogus geria toliau, nors jau seniai numalšintas troškulis.

Optimalios aktyvacijos teorija siekia paaiškinti, kodėl organizmui būtinas aktyvacijos slopinimas, pavyzdžiui iššauktas informacijos pertekliumi. Tuo tarpu kitu atveju vyksta motyvacijos sustiprinimas, norint išlaikyti pakankamą psichinį tonusą. Ši teorija remiasi teiginiu, kad organizmas siekia išlaikyti optimalų aktyvacijos lygį, kuris leistų jam efektyviausiu būdu funkcionuoti. Tačiau šioje teorijoje taip pat yra spragų. Ji paaiškina kas sukelia impulsą, tačiau nenurodo kaip tas impulsas plis toliau. Pavyzdžiui, vienas sportininkas tonuso pakėlimui klausysis muzikos, o kitas skaitys arba žiūrės sportines rungtynes (Мартенс, 1986).

Amerikiečių psichologo A. Maslow (Маслоу, 1999) nuomone, kiekvienas žmogus gimsta turėdamas penkių rūšių poreikius, kurie išsidėstę pagal tam tikrą hierarchiją, egzistuojančią kiekviename žmoguje.

Kai patenkinami žemesnieji poreikiai, tampa efektyvūs esantys aukščiau ir keičia motyvaciją. Skaudžiausiai juntame fiziologinius poreikius – alkį, troškulį, oro bei miego trūkumą. Mat, jie yra tiesiogiai susiję su organizmo išlikimu.

Kai fiziologiniai poreikiai bent iš dalies patenkinami, kyla poreikis jaustis saugiau, veikti nepavojingoje aplinkoje: noras turėti pastovų darbą, santaupų, būti ramiam dėl ateities.

Kai patenkinami saugumo poreikiai, žmogus trokšta būti mylimas ir mylėti, būti mėgstamas kitų, priklausyti kokia nors bendrijai – šeimai, giminei ir pan.

Bent iš dalies patenkinus meilės poreikius, atsiranda poreikis jaustis įvertintam, būti pripažintam visuomenėje, darbe, šeimoje, žmogus nori gerbti save už tam tikrus pasiekimus ir būti gerbiamas kitų.

Pagaliau žmogus pradeda siekti išreikšti save. Tai pastangos aktualizuoti, atskleisti ir efektyviai panaudoti savo potencines galimybes (Paužienė, 2000).

Pirmųjų keturių poreikių patenkinimas atpalaiduoja įtampą. Saviraiškos poreikio patenkinimas sukelia įtampą, nes saviraiškai nėra ribų. Todėl ir elgesio motyvavimas pasitelkiant poreikius yra begalinis. Tam, kad aukštesnės hierarchijos pakopos poreikis turėtų įtakos žmogaus elgesiui, nebūtina visiškai patenkinti žemesnio lygio poreikio.

Poreikių hierarchijos teorija gali būti kritikuojama, nes nebūtinai turi tikti kiekvienam konkrečiam žmogui. Ši teorija dar vadinama humanistine todėl, kad ji akcentuoja žmogaus saviraišką (saviaktualizaciją). A. Maslow teorija labai svarbi sampratai, kas lemia asmenybės

veržimasi veikti. Sporto pedagogas, norėdamas motyvuoti sportininką, privalo suprasti, kurie poreikiai yra jam pagrindiniai, ir suteikti galimybę patenkinti tuos pagrindinius poreikius. Be to, laikui bėgant poreikiai kinta, todėl nereikia manyti, kad motyvacija, kuri buvo veiksminga vieną kartą, bus veiksminga visą laiką (Malinauskas, 2003 a).

Pagal A. Maslow (Маслоу, 1999) daugiau nei 90% žmonių užstringa tarp trijų pirmųjų laiptelių taip ir nepasireikšdami kaip kūrybingos, atviros asmenybės. Pirmieji poreikių lygiai lyg sugeria žmogaus energiją ir jos nebelieka niekam kitam. Taigi iš čia išplaukia svarbi išvada, kad nuo mūsų motyvacijos ir esamų poreikių priklauso kiek ir kam mes skiriame savo dėmesio.

Kognityvinė arba pažinimo teorija praplėtė A Maslow motyvacijos teoriją. Šios teorijos šalininkai pabrėžė ne tik poreikių, bet ir aplinkos veiksnių svarbą. Jie išskyrė dvi dideles aplinkos veiksnių grupes:

1 grupė – tai higieniniai veiksniai (treniruočių sąlygos, materialinė nauda ir t.t.);

2 grupė – tai motyvaciniai veiksniai (santykiai su treneriu, tobulėjimo galimybė ir t.t.).

Kognityvinė teorija teigia, kad kiekvieną minutę mes kažkuo užsiėmę, vyksta mąstymo ir pasirinkimo procesas. Ir priklausomai nuo to kokie veiksniai veiks mūsų sąmonę pasirinkimo metu, toks ir bus pasirinkimas.

K. Davisas, J. Newstromas (1985), remdamiesi bihevizorizmo formule „stimulus → reakcija“, pateikia poreikio ir veiksmo santykio schemą. Motyvai yra apibrėžiami kaip vidiniai (asmenybės), o stimulai – kaip išoriniai (aplinkos) veiksniai. Poreikiai sukuria įtampą. Individas išnagrinėja jį veikiančius stimulus ir nusprendžia, kurie iš jų tinkamiausi. Nors šis modelis sporto psichologijoje neretai yra efektyvus, tačiau jis neįvertina asmenybės savybių, motyvų formavimosi vidinių ir išorinių mechanizmų (motyvacijos). Motyvacija yra sudėtingas darinys. Ji apima ne tik motyvus ir juose glūdinčius poreikius, bet ir interesus (ypatingą nuolatinį žmogaus dėmesį tam tikrai veiklai).

Pasak B. J. Cratty (1989), žmogaus motyvacija priklauso nuo trijų veiksnių: motyvų susiformavimo laiko, motyvų įsisąmoninimo lygio bei poreikių, susijusių su motyvais, rūšies. Vieni motyvai gali būti sąlygoti netolimos praeities, kiti ankstyvos vaikystės, o dar kiti – tiesioginio bendravimo su kitais (pvz., su kolegomis, treneriu). Įsisąmoninti motyvai yra tada, kai sportininkas supranta, kas skatina veikti, koks jo poreikių turinys. Šiuos motyvus išreiškia interesai, įsitikinimai (įsitikinimas – subjektyvus kurio nors teiginio laikymas teisingu). Neįsisąmoninti motyvai yra tada, kai sportininkas nesupranta, kas jį skatina veikti, kokia tikroji jo veiklos priežastis. Šiuos motyvus išreiškia nuostatos (nusiteikimas konkrečios veiklos ar daiktų atžvilgiu). B. J. Cratty (1989) teigimu, sportinę veiklą nulemti gali tiek fiziologiniai, tiek socialiniai (meilės, pripažinimo), tiek psichologiniai (saviraiškos) poreikiai.

Motyvaciją lemia tiek vidiniai (asmenybės), tiek išoriniai (situacijos veiksniai). Todėl pagrindinis trenerio uždavinys – išsiaiškinti, kaip sąveikauja vidiniai ir išoriniai veiksniai (Malinauskas, 2003 a).

Murray (1938, cit. pagal Cratty, 1989) išskyrė akivaizdžius pagrindinius poreikius, kuriuos apibrėžė kaip pasikartojančius interesus. Šiuos poreikius jis priešpriešino biologiniams poreikiams, t.y. nebiologiniai poreikiai lemia sportininko motyvaciją. Kiekvienas poreikis gali būti paaiškintas patiekus tam tikrą sportininko veiklos modelį (1 lentelė).

1 lentelė

Poreikių sąrašas pagal Murray (1938, cit. pagal Cratty, 1989)

Poreikiai	Sportinė veikla
Pripažinimo, garbės troškimo, laimėjimų	Dauguma sporto šakų leidžia patenkinti šį poreikį. Organizmo fiziologinių funkcijų silpnėjimas pasibaigus sportinei karjerai kai kuriems sportininkams gali tapti svarbiu sportavimo motyvu.
Poreikis išsaugoti savo statusą, išvengti nusivylimų, mokėti garbingai pralaimėti	Dažniausiai treneriai apeliuoja į šį poreikį prieš pačias svarbiausias varžybas arba prieš rungtynes su komandomis, kuriomis anksčiau buvo pralaimėta.
Poreikis dominuoti, daryti įtaką kitiems, kontroliuoti, vadovauti	Daugumas sportininkų pradeda sportuoti, kad patenkintų šį poreikį
Poreikis bendrauti, užmegzti naujus kontaktus, padėti draugams spręsti jų problemas	Nemažai sportininkų pradeda sportuoti, kad patenkintų šį poreikį. Treneriai dažnai sako: „Komandos labui“. Be abejo, šis motyvas kiekvienam sportininkui yra gerai žinomas
Poreikis įsigyti daiktų, palaikyti tvarką	Šis poreikis gali būti išreikštas kaip trenerio ir sportininkų siekis elgtis pagal taisykles. Sportininkams patinka kaupti varžybų trofėjus, laikraščius ar žurnalus, kuriuose rašoma apie jų sportinę veiklą
Pažinimo džiaugsmo poreikis	Šis poreikis gali būti patenkinamas tiek, kiek treneris stengiasi suteikti sportininkams naujų žinių ir kiek jie patys domisi pasirinktos sporto šakos technikos ir taktikos subtilybėmis.

Murray nuomone (1938, cit. pagal Cratty, 1989), poreikiai nėra griežtai hierarchiniai, todėl teorijai būdingas lankstumas: sportininkas tuo pačiu metu gali būti motyvuojamas daugiau nei vieno poreikio, poreikiai gali kirstis vienas su kitu. Vis dėlto praktikoje ši teorija, matyt, yra sunkiai pritaikoma.

F. Herzbergas (1996) papildė A. Maslow poreikių hierarchijos teoriją. Jis akcentavo, kad asmenybės motyvaciją veikia dviejų veiksmų grupės: palaikymo ir motyvacinių. Palaikymo veiksniai: a) treniruotės sąlygos, b) materialinis atlygis, c) sportininko ir trenerio santykiai, d)

santykiai su komandos draugais. Motyvaciniai veiksniai: a) tobulėjimo galimybės, b) pripažinimo galimybės, c) laimėjimai.

Būtinai tiek palaikymo, tiek motyvaciniai veiksniai. Palaikymo veiksmų nebuvimas sukelia neigiamas emocijas. Jų buvimas dar neužtikrina pasitenkinimo veikla. Kad būtų pasitenkinimas, reikia naudoti ir motyvacinius veiksmus.

F. Herzbergo teorija labai panaši į A. Maslow poreikių hierarchiją. Palaikymo veiksniai atitinka fizinius poreikius (saugumo ir ateities užtikrinimo), motyvaciniai veiksniai susiję su aukštesnių lygių (saviraiškos) poreikiais (Malinauskas, 2003 a).

Palaikymo ir motyvaciniai veiksniai gali tapti motyvacijos šaltiniu ir priklausyti nuo įvairių poreikių. Kadangi atskirų žmonių poreikiai yra įvairūs, tai jie ir motyvuos skirtingai. Pvz., sportininkas gali mėgti lankyti krepšinio treniruotes, nes bendraudamas su komandos draugais jis patenkina savo socialinius poreikius. Vis dėlto, jei bendravimas laikomas svarbesniu dalyku nei sportinė veikla, tai šios veiklos rodikliai gali būti prasti. Taigi, nors F. Herzbergas ir praplėtė motyvacijos sampratą, tačiau jo teorija neįskaito daugumos situaciją apibūdinančių permainų, susijusių su ta situacija. Vadinasi, norint paaiškinti motyvacijos mechanizmą, reikėtų tirti daug daugiau elgesio ir aplinkos parametrų (Malinauskas, 2003 a).

Yra trys pradinio etapo motyvų grupės, kurios skatina vaikus sportuoti. Pirmąją grupę sudaro natūralus poreikis judėti, emocinis fizinių pratimų patrauklumas. Antroji grupė susijusi su pareiga lankyti kūno kultūros pamokas. Trečioji atsiranda dėl aplinkos sąlygų: vandeningose vietovėse išmokstama plaukti, snieguotose – slidinėti (Malinauskas, 2003 a).

Antrasis sportinės veiklos motyvacijos etapas susijęs su labiau įsisąmoninta sportine veikla. Sportuojama dėl to, kad sportas gali būti naudingas ir praversti ateityje.

Trečiasis etapas – tai tikrosios sportinės veiklos motyvacijos etapas. Šiuo etapu išryškėja interesas tam tikrai sporto šakai ir poreikis lavinti specialiuosius sportinius gebėjimus. Sportininkas vis labiau suvokia sportinės veiklos turiningumą, pasirinktos sporto šakos technikos ir taktikos subtilybes.

Ketvirtasis sportinės veiklos motyvacijos etapas atitinka didelio meistriškumo lygį. Šiuo etapu orientuojamasi ne tik į pačią sportinę veiklą, bet ir į jos rezultatą – pergalės ar rekordus (Malinauskas, 2003 a).

J. Palaima (cit. pagal Malinauską, 2003 a) paskelbė teoriją, kurioje atskleistos esminės sportinės veiklos motyvų grupės.

1. *Moraliniai motyvai*: pareigos, solidarumo, patriotizmo jausmai. Moraliai išugdytas sportininkas atiduoda visas jėgas kovodamas už savo komandos, mokyklos, šalies garbę. Šie motyvai yra stipriausi komandinių sporto šakų atstovams.

2. *Noras išreikšti save.* Sporto varžybos yra puiki priemonė ir galimybė išreikšti save, atskleisti savo privalumus, nusipelnyti visuomenės pripažinimą, meilę ir pagarbą. Šis motyvas gali pasireikšti sportininko noru pasiekti pradžioje bet kokį (kad ir nelabai gerą) sportinį rezultatą, pasirodyti ne blogiau už kitus sportininkus, tapti pirmuoju (čempionu, rekordininku) savo mokykloje, mieste, rajone, šalyje. Saviraiškos motyvas konkrečiai pasireiškia siekimu pakilti į aukštesnį sportinės klasifikacijos lygį – gauti trečiąjį, antrąjį, pirmąjį atskyrį, sporto meistro vardą.
3. *Motyvai, kylantys iš naujų santykių su kitais žmonėmis ir pačiu savimi* dėl sportinės veiklos: noras kuo geriau pasirodyti žiūrovams, neužsitraukti gėdos varžybas žiūrinčių artimųjų ar draugų akivaizdoje.
4. *Motyvai, kylantys iš santykių su treneriu*, kai siekiama neįskaudinti jo, nusipelnyti jo pagyrimą, pateisinti pasitikėjimą, parodyti, kad jo triūsas nenuėjo veltui.
5. *Motyvai, kylantys iš santykių su varžovu:* noras parodyti jam savo pranašumą, atsirevanšuoti už ankstesnį pralaimėjimą, priversti jį paprakaituoti, parodyti jam, kad turi savęs vertą varžovą: nepralaimėti varžovui, kuris visada būdavo nugalimas.
6. *Motyvai, susiję su teigiamu sportininko požiūriu į varžybų sunkumus:* noras dėti maksimalias pastangas esant įtampos sąlygoms, pasitenkinimo jausmas žinant, kad pavyko įveikti save, savo silpnybę.
7. *Varžybiniai motyvai siaurąja prasme:* natūralus noras pasigalynėti, išmatuoti jėgas; pergalės teikiamas džiaugsmas, ypač kai ji sunkiai iškovojojama; kovos įkarštyje atsirandanti pasiaukojimo būseną; noras įspėti varžovo sumanymą, padiktuoti jam savo valią.
8. *Meilė sportui, pasirinktai sporto šakai.*
9. *Motyvai, susiję su noru patirti sporto ir sporto varžybų daromą lavinamąjį ir auklėjamąjį efektą* – išsiugdyti tam tikras fizines ir psichines savybes (jėgą, išvermę, drąsą, savitvardą).
10. *Motyvai, kylantys iš požiūrio į atliktą treniravimosi darbą:* noras išaiškinti jo veiksmingumą, noras pateikti varžovui ilgai ir kruopščiai ruoštą veiksmą, sumanymą, parodyti naują sudėtingą elementą.
11. *Estetiniai motyvai:* noras parodyti tikrą, gražų sportą, noras pasigėrėti savo meistriškai atliekamais pratimais ir veiksmiais.
12. *Motyvai, kylantys iš susižavėjimo įžymių sportininkų įkvėpiančiais pavyzdžiais.*
13. *Motyvai, susiję su noru pasiekti tam tikrų galimybių:* materialinės naudos, privilegijų.

Pažymėtina, kad sportininką paprastai skatina dėti visas pastangas ne kuris nors vienas motyvas ir ne kuri nors viena iš čia išvardytų motyvų grupių, o visas jų kompleksas, sistema (Malinauskas, 2003 a).

Malinauskas (2003 a) teigia, kad daugelis sportininkų yra gerai skatinami, bet jiems reikia sistemingos programos, kuri dar labiau sužadintų jų motyvaciją. Kuo silpnesnė sportininkų motyvacija, tuo labiau jiems reikalingas *išorinis atlygis (apdovanojimas – trenerio pagyrimas, premija, prizas)*. Bet stipriausias skatinimas yra *vidinis (savęs paties) skatinimas – vidinė motyvacija*.

1. 3. Išorinė ir vidinė motyvacija

Kompetencija, atkaklumas, meistriškumas ir sėkmė – tikslai, kurių viduje motyvuoti žmonės, ir jų pasiekimai savaime yra atlygis. Sporte, viduje motyvuotu vadinsime tokį sportininką, kuris žaidžia todėl, kad jam patinka žaisti (Martens, 1999). Jis žaidžia skatinamas vidinio pasididžiavimo, kuris ir yra variklis, suteikiantis žaidėjui norą siekti geriausio net ir tuomet, kai niekas to nemato.

Išorinė motyvacija ateina iš kitų žmonių per teigiamą ir neigiamą pastiprinimą (pastiprinimas yra tai, kas padidina ar sumažina tam tikro elgesio pasikartojimo tikėtinumą). Pastiprinimu gali būti apčiuopiami daiktai, pvz.: prizai ar pinigai, arba neapčiuopiami – pagyrimas ir visuomenės pripažinimas. Tokie pastiprinimai laikomi atpildu.

Visiškai tikėtina (dažniausiai taip ir būna), kad sportininkai sportuoja ir dėl vidinių, ir dėl išorinių motyvų, tačiau atskiriems sportininkams kiekvienos iš šių atlygių rūšių svarbumas labai nevienodas. Treneriui labai svarbu suprasti šiuos individualius skirtumus.

Išorinis paskatinimas. Pagrindinis žmogaus elgesio ir motyvacijos principas yra efekto dėsnis, kuris teigia štai ką:

Paskatinimas už elgesį padidinti tikimybę, kad toks elgesys pasikartos, o bausmė už atitinkamą elgesį, tokią tikimybę sumažina.

Efekto dėsnio taikymas, naudojant išorinį paskatinimą (ir daug rečiau – bausmes), gali būti efektyvus, kuriant sportininkų motyvaciją (jei apdovanojami ir bausmės taikomos tinkamai).

Deja, dažnai jie taikomi netinkamai:

- a) nenaudojamos tinkamos pastiprinimo priemonės;
- b) jos nepritaikomos atitinkamam elgesiui;
- c) nepritaikomos tinkamam laikui.

Skinneris (cit. pagal Furst, 1999) išplėtojo sritį, žinomą kaip elgesio modifikaciją, arba pastiprinimo priemonių naudojimo principai. Treneriai labai entuziastingai sutiko šią teoriją,

laikydami ją panacėja motyvacijai įgyti arba griežtai ją atmetė, kaip nešvarią priemonę, leidžiančią manipuliuoti žmonėmis ir atimančią jiems laisvę. Tikiuosi, jog jūs priimsite elgesio modifikaciją šiek tiek neutraliau: tai nėra viskas, ko reikia treneriui turinčiam tikslą sudaryti sportininko motyvaciją.

Tai – naudingas rinkinys priemonių, naudotinas kai kurių tipų motyvacijos problemoms spręsti. Du galutiniai komentarai apie išorinį paskatinimą. Pirma, treneriai linkę manyti apie save, kaip apie vienintelį skatinimo šaltinį (gandas), tačiau mokydami ir sukurdami šiltą, palaikančią aplinką, jie gali pamokyti sportininkus tokį paskatinimą teikti vienas kitam. Kai paskatinimas gaunamas iš kartu sportuojančių draugų, treneris pasirodo tarsi mažiau kontroliuojantis sportininkus, arba mažiau manipuliatyvus, tad jo paskatinimas turi būti didesnis. Be to, plaukikų tyrimai parodė, kad pačio sportininko paskatinimas kitam sportininkui labiau veikia jo motyvaciją, negu trenerio paskatinimas. Antra, treneriai gali taikyti išorinį paskatinimą, stengdamiesi išmokyti sportininkus pačius save apdovanoti, kas iš esmės ugdo vidinę motyvaciją. Dabar apžvelkime šiuos vidinius paskatinimus.

Vidinis paskatinimas. Kodėl nepradėjus naudoti vien tik elgesio modifikacijos, jei ji tokia efektyvi? Todėl, kad išoriniai paskatinimai praranda savo pastiprinamąją galią daug greičiau, negu vidinis paskatinimas. A. Maslow (cit. pagal Furst, 1999) poreikių hierarchijoje trūkumu pagrįsti poreikiai patenkinami daug lengviau. Kai tik poreikis patenkinamas, jis daugiau nebėra tikslas ir praranda savo galią būti paskatinimu. Būtent todėl prizai, medaliai, pinigai greičiau praranda savo apdovanojančią galią, negu vidinis atlygis – kompetencijos ir pasitenkinimo jausmas, savime turintis žadinančią galią. Kitais žodžiais tariant, kai žmogus žaidžia futbolą grynai dėl malonumo ir jį patiria, motyvas žaisti pastiprinamas.

Viena iš problemų, susijusių su išoriniu paskatinimu, yra ta, kad kuo daugiau paskatinimo žmogus gauna, tuo mažiau jam reikės tokio pat paskatinimo ateityje – kai tik išorinis paskatinimas gaunamas, jis tampa mažiau vertingas. Profesionalių sportininkų milžiniški atlyginimai greit pranoksta bet kokius protingus poreikius. Pinigai nėra tas atlygis, kurio siekiame, – jie tampa rodikliu to, kad išorinė motyvacija transformuojasi į vidinę motyvaciją. Išorinis paskatinimas gali būti ypač naudingas, norint sužadinti pradinį susidomėjimą sportu.

Didelis menas yra išmokti naudotis išoriniu paskatinimu vidiniai motyvacijai ugdyti. Labai svarbu, kad paskatinimas nebūtų perdėtas ir pateikiamas taip, jog sportininkai pajustų, kad treneriai bando kontroliuoti jų elgesį. Į tai, jei suvoks esant gudriai manipuliacijai, sportininkai reaguos neigiamai. Atlygis taip pat turi atitikti rezultatą. Kiekvienas apdovanojimas už dalyvavimą padės formuoti vidines motyvacijas. Taip pat labai svarbu sportininkams suprasti, kad išoriniai apdovanojimai yra meilė, sėkmingos patirties momentai, tačiau pagrindinis sportavimo tikslas yra malonumas ir pasitenkinimas rezultatais.

Vidinės motyvacijos silpninimas. Kaip išorinis paskatinimas gali sumažinti vidinę motyvaciją, buvo populiariausia tyrimų tema, ir apie tai nemažai sužinota. Tyrimai ypač atlikti su vaikais, rodo, kad tam tikromis aplinkybėmis išorinis paskatinimas gali sumažinti vidinę motyvaciją kokia nors veikla, pavyzdžiui, sportas, jau savaime viduje motyvuoti. Pavyzdžiui, mergaitė pamėgsta futbolą žaisdama su broliais ir kaimynų vaikais. Vėliau ji žaidžia mokyklos komandoje, kur dėl savo gero žaidimo patenka į geriausią lygos komandą, gauna prizų ir medalių, jos vardas pasirodo laikraščiuose. Ar po kelerių tokio pripažinimo metų mergaitė vis dar tebeturės motyvų žaisti tik dėl išorinių apdovanojimų? Atsakymas būtų: „Tai priklauso nuo daugelio dalykų“. Sąlygos galinčios nuvesti prie vidinės motyvacijos mažėjimo, yra tokios:

- žmogus turi vidinę motyvaciją veikti jau nuo pat užsiėmimų kokia nors veikla pradžios;
- žmogaus išorinis paskatinimas taip pat yra svarbus, nes jis turi pastiprinamąjį poveikį;
- išorinis paskatinimas labiau suvokiamas ne kaip teikiantis informaciją apie sportininko pasirodymą, bet labiau kaip kontroliuojantis sportininko elgesį;
- išorinis paskatinimas sportininkui duodamas nepriklausomai nuo jo rezultatų, t. y. jis neatitinka laimėjimų. Kitais žodžiais tariant, toks paskatinimas tarytum sportininkui, jog jam atlyginama už patį sportavimą, o ne už gerus rezultatus.

Vis dėl to verta prisiminti, kad išoriniu paskatinimu galima gerinti vidinę motyvaciją tik tada, kai paskatinimai reiškiami kaip suteikiantys informacijos apie sportininko kompetenciją ir gaunami už pasiektus rezultatus. Išorinis paskatinimas taip pat padeda sudominti sportu, jei asmuo neturi tam pradinės motyvacijos. Sugebantys pažadinti motyvus treneriai laipsniškai mažins išorinio skatinimo kiekį ir jam netekus reikšmės, kartu akcentuos vidinį paskatinimą, kiekį ir jam netekus reikšmės, kartu akcentuos vidinį paskatinimą, gaunamą iš sporto. Be to, kadangi sportui būdinga, kad sportininkai gauna daug paskatinimų už laimėjimus (rezultatus), tai treneriai gali panaudoti išorinius paskatinimus, pažymėdami, kaip gerai sportininkai pasirodė (atlikimas/rezultatas) nepriklausomai nuo pergalės ar pralaimėjimo.

1. 4. Sėkmės motyvacija ir nesėkmės baimės motyvacija

Kiekvieno žmogaus savo vertės suvokimas yra, ko gera, labiausiai vertinama ir saugoma brangenybė. Mūsų savo vertės suvokimas priklauso nuo sėkmės ir nesėkmės patyrimų, trunkančių ilgesnį laiką. Maža to: tai, kaip aiškiname savo sėkmę ir nesėkmes, atspindi mūsų savo vertės jausmą. Pavyzdžiui, jei sportininkas aiškina pralaimėjimą gebėjimų stoka, numanomas paaiškinimas, kad jo gebėjimai nėra pakankamai geri. Tas paaiškinimas sportininko galvoje dažniausiai sutrumpėja iki reikšmės „aš netikęs“ arba „aš niekam tikęs žmogus“. Jei

sportininkas pralaimėjimą aiškina pastangų stoka, tai savo vertės jausmas nesumažės. Pastangos lengvai gali būti padidintos ir nepalieka poveikio gebėjimams (Bump, 2000). Siekiant tikslo, jos arba realizuojamos arba nerealizuojamos. Pirmuoju atveju kažkas pasiekama. Pasiektas rezultatas yra laimėjimas, pergyvenama sėkmė. Dalinai arba visiškai nepasiekus pageidaujamo rezultato, pergyvenama nesėkmė (Jovaiša, 1981).

Yra du svarbūs motyvacijos tipai – sėkmės motyvacija ir nesėkmės baimės motyvacija. Sėkmės motyvacija vienareikšmiškai pozityvi. Prie tokio motyvavimo žmogaus veiksmi nukreipti link teigiamų rezultatų. Nesėkmės baimės motyvacija priskiriama prie negatyvios sferos. Prie pateikto motyvacijos tipo, žmogus stengiasi prieš visa tai išvengti nesėkmės, papeikimo, nuobaudos. Šiuo atveju, laukimas neigiamų pasekmių tampa lemiamas. Dar nieko nepadaręs žmogus jau bijo galimo žlugimo ir galvoja apie jo nepageidautinumą, o ne apie būdus kaip pasiekti sėkmę (Реан, Коломинский, 1999).

Реан, Коломинский (Реан, Коломинский, 1999) teigia, kad daugkartinių eksperimentinių tyrimų analizė, įvykdyta šių problemų rėmuose, leidžia sukurti apibendrintą šių dviejų tipų vaizdą, atitinkamai orientuotis link sėkmės ir link nesėkmės.

Sėkmės motyvacija. Šio tipo asmenybės yra aktyvios, iniciatyvios. Jeigu atsiranda kliūtis – ieško būdų kaip jas įveikti. Veiklos produktyvumo ir jo aktyvumo lygis mažiausiame lygyje priklauso nuo išorinės kontrolės. Išsiskiria nusistatymu tikslui pasiekti. Planuoja ateitį ilgesniam laiko tarpui. Pirmenybę teikia vidutinio sunkumo užduotims arba palengva užaukštintiems, nors ir įvykdomiems išipareigojimams. Užsibrėžia sau realius pasiekiamus tikslus, jeigu rizikuoja, tai apgalvotai. Įprastai tokią kokybę apibūdina sėkmė, esminis išskyrimas kaip nuo nereikšmingų pasiekimų prie žemesnių išipareigojimų, arba nuo atsitiktinio pasiekimo – prie aukštesnių (Реан, Коломинский, 1999). Sėkmės siekimas ir noras laimėti pagerina rezultato kokybę. Motyvuoja ne tik laimėjimas, bet ir galutinai nepasiektas rezultatas (Stakionienė, Jasiūnas, 1982).

Teigiama, kad pergalės siekimas turi savo motyvus: natūralų norą išmatuoti jėgas, sugebėjimas, pergalės džiaugsmo jausmą, savitą susižavėjimo kovą, azarto jausmą, laukiamą džiaugsmą, atspėjus priešininko sumanymus, padiktavus jam savo valią ir pan. Varžybinis nusistatymas kartu su jam būdingu siekimu laimėti, pradeda formuotis labai anksti, dargi iki sportiniu būsimą sportininko gyvenimo laikotarpiu (vaikų žaidimai gatvėje, lenktynės, grumtynės, varžybų elementai kūno kultūros pamokose). Tačiau tas nusistatymas intensyviausiai auga, pradėjus kultivuoti sportą, t.y. veikloje, kuri neįmanoma be varžybinės kovos. Dabar jis vystosi treniruočių metu, sportininkams nuolat lenktyniaujant tarpusavyje, mokantis sporto šakos technikos bei taktikos; varžybinio elemento čia itin daug. Tačiau labiausiai varžybinis nusistatymas sutvirtėja vėliau, dalyvaujant įvairiose sportinėse varžybose, kur jis įgyja ryškiausią kryptį į pergalę ir tampa valia laimėti.

L. A. Bump (2000) teigia, kad daugeliui sportininkų svarbiausias yra pergalės motyvas. Sportininkų motyvaciją kuria daugybė skirtingų tikslų ir uždavinių. Trys pagrindiniai yra patirti džiaugsmą, būti grupės dalimi ir jaustis kompetentingam bei vertingam. Noras laimėti gali būti tik nedidelė dalis, įeinanti į siekimą jaustis kompetentingam. Daug svarbesnis yra noras lavinti įgūdžius ir jausti, kad sekasi.

Žymiai (labiau negu priešingo tipo) išreikštas Zeigarniko efektas. Linkę pervertinti savo veiksmus, lyginant su pasiekimais. Vykdam užduotis riboto laiko sąlygose veiklos rezultatyvumas, kaip taisyklė, gerėja. Linkę suvokti ir patirti laiką kaip "tikslo siekimą", o ne betikslį judėjimą. Potraukis užduočiai išauga proporcingai jo sudėtingumui. Ypač išryškėja savybės, pavyzdžiui kaip savanoriškumas, o ne išipareigojimų vykdymas. Nesėkmės atveju, vykdant užduotį išipareigojus, jos potraukis lieka tame pačiame pradiniam lygyje (Реан, Коломинский, 1999).

Nesėkmės baimės motyvacija. Reanas, Kolominskis (Реан, Коломинский, 1999) teigia, kad tai sportininkai mažai iniciatyvūs, vengiantys atsakingų užduočių, ieškantys atsisakymo priežasčių. Sau kelia nepateisinamas, nepriklausomas užduotis, blogai vertina savo galimybes. Kitais atvejais, nukreipia, pasirenka lengvas užduotis, nereikalaujančių ypatingų sunkumų. Zeigarniko efektas išreikštas žemiausiame lygyje, neorientuotas pasisekime. Linkę pervertinti savo sėkmę nesėkmių lygyje, kas akivaizdžiai paaiškinama laukimo kontrolės efektu. Atliekant sunkias užduotis, riboto laiko sąlygose, veiklos rezultatyvumas pablogėja. Kaip taisyklė, išsiskiria tuo, kad mažėja nusistatymas pasiekti tikslą. Laiką linkę suvokti ir patirti kaip betikslį. Planuoja savo ateitį artimiausiam laikui. Nesėkmės atveju, atliekant kokią nors užduotį, jos patrauklumas, kaip taisyklė mažėja. Ir visa tai nepriklauso nuo to, ar kas liepė vykdyti užduotį, ar pats pasirinko. Nors kiekybiniu atveju patrauklumas mažėja, antru atveju (pats pasirinko), gali būti mažiau išreikštos negu pirmu (kažkas liepė vykdyti).

Reikia apsaugoti sportininką nuo poveikių, pakertančių pasitikėjimą: neleisti į varžybas nepasiruošusio, negaluojančio, po ligos, traumos, nepasisekus kontrolinėse varžybose. Labai svarbu išaiškinti sportininkui nesėkmės priežastį, artimiausiu laiku suteikti jam galimybę vėl išbandyti, savo jėgas. Itin svarbu apsaugoti jauną lengvaatletę nuo nesėkmingų startų, kad jie nepalaužtų jo pasitikėjimo; ir ne tik dėl to – sportininkas gali priprasti prie pralaimėjimo, o tai reikštų jo sportinės veiklos pabaigą. Ugdant sportininko pasitikėjimą, svarbu išmokyti jį savarankiškumo; kaip be trenerio nurodymų pasielgti įvairiais atvejais, kokį priimti sprendimą. Kad sportininkas išvengtų nervinio persitempimo, reikia išmokyti jį ramiai žiūrėti į sėkmę ir nesėkmę, išmokyti jį nežiūrėti į varžybas, kaip į įvykį (Palaima, 1971).

L. Jovaiša (1981) teigia, kad neatliktas darbas turi dvigubai didesnės motyvuojančios jėgos, negu laimėjimas. Bet naujesni tyrimai parodė, kad šiuo atveju ne tiek reikšmės turi

neužbaigtas darbas, kiek įpusėto darbo sėkmė ar nesėkmė. Sėkmės motyvacijose esama individualių skirtumų. Kai kuriems geras pažymys sudaro situaciją, skatinančią dar geriau atlikti darbą, o kitiems jis tokios paskatos neturi. Tai priklauso nuo aspiracijų lygio (žodis „aspiratio“ (lot.) reiškia ko nors siekimą). Žmogus, imdamasis kokios nors užduoties, kelia sau papildomą užduotį tam tikru kokybiniu lygiu veikti. Šis subjektyvus siekimas vadinamas aspiracijų lygiu. Pagal jį žmogus ir vertina, ar sėkmingai, ar nesėkmingai užduotis atlikta. Šiaip ar taip vienas pagrindinių motyvų yra sėkmė. Nesėkmės atvejai tam tikrą laiką dar gali būti teigiamas motyvas, bet ilgainiui jie tampa neigiamu, ir formuojasi neigiama nuostata.

L. A. Bump (2000) pateikia į sėkmę ir į nesėkmę orientuotų sportininkų požymius (2 lentelė). Iš šios lentelės matyti, kaip abiejų tipų sportininkams naudingą dėmesį sutelkti ties pačia veikla, kurią sportininkas gali kontroliuoti. Reikia stengtis, kad sportininkai užsibrėžtų ir siektų realių pasirodymo kokybės tikslų. Taigi sėkmė ar nesėkmė savaime galės būti priskiriamos gebėjimams ir pastangoms, ir sportininkai daug dažniau galės patirti sėkmę, taip pagerindami savo vertės suvokimą, o ne jį griaudami.

2 lentelė

Į sėkmę ir į nesėkmę orientuotų sportininkų požymiai (pagal Bump, 2000)

Kintamieji	Į sėkmę orientuotų sportininkų požymiai	Į nesėkmę orientuotų sportininkų požymiai
Sėkmių ir nesėkmių istorija	Pastovi sėkmė	Nuolatinė sėkmė
Bendras požiūris	Pozityvus ir optimistiškas	Neigiamas ir pesimistiškas
Kam priskiria: Sėkmę, nesėkmės	Gebėjimai Pastangos	Sėkmė ir lengva užduotis Gebėjimai
Atsakomybė: už sėkmę, už nesėkmės	Tikisi sėkmės Prisiima kaltę už nesėkmę Lieka optimistiškas	Nesitiki sėkmės Prisiima kaltę už nesėkmę Pesimizmas stiprėja
Užduočių pasirinkimas	Vidutinio sudėtingumo	Labai lengvos arba labai sunkios
Jausmai: sėkmės atveju, nesėkmės atveju	Pasitenkinimas Nepasitenkinimas Padidėja motyvacija	Mažai pasitenkinimo Didelis nepasitenkinimas Sumažėjusi motyvacija
Sporto reikšmingumas	Didėjantis – sportavimas suteikia sportininkui galimybę gerai galvoti apie save.	Mažėjantis – sportavimas blogina sportininko savo vertės jausmą.

P. Karoblis ir J. Skernevičius (1978) pastebi, kad pasitaiko tokių atvejų, kai treneris ir sportininkas linkę sėkmės priežasties ieškoti savyje, o nesėkmės – kitur. Pralaimėjęs sportininkas

dažniausiai nekaltina savęs. Tuo tarpu nesėkmės atveju padėti gali tik gera, dalykinė varžybų analizė. Sėkmė priklauso nuo trenerio ir sportininko kūrybinio kontakto, nuo tarpusavio supratimo.

1. 5. Savęs vertinimo apibūdinimas

Suvokdami aplinkinį pasaulį, mes taip pat suvokiame ir patys save: girdime savo balsą, matome savo kūną, liečiame savo odą, judėdami jaučiame, kaip įsitempia mūsų raumenys ir pa. Mes ne tik suvokiame save, bet ir kuriam apie save naivias teorijas, norėdami paaiškinti savo veiksmus, poelgius ar savybes, džiaugiamės savo laimėjimais, išgyvename dėl nesėkmių ir t.t.

Norėdami perteikti įvairiausių minčių ir jausmų apie save niuansus, skirtingi autoriai vartoja įvairias sąvokas: „savęs vertinimas“, „požiūris į save“, „savimeilė“, „savigarba“, „pasitenkinimas savimi“, „savimonė“, „Aš vaizdas“, „Aš koncepcija“, „savivertė“, ir daugelį kitų. Vienais atvejais šios sąvokos vartojamos kaip sinonimai, kitais – joms teikiama skirtinga prasmė, nepaisant to, sąvoka „savęs vertinimas“ yra plačiai vartojama tiek mokslinėje, tiek kasdieninėje kalboje (Valickas, 1991).

Psichologijos žodyne (1993) savęs vertinimas apibūdinamas kaip individo savęs paties, savo galimybių, savybių ir vietos tarp kitų žmonių vertinimas. Nuo savęs vertinimo priklauso žmogaus santykiai su aplinkiniais žmonėmis, jo savikritiškumas, reiklumas sau, požiūris į savo laimėjimus ir nesėkmes. Savęs vertinimas turi įtakos žmogaus veiklos aktyvumui ir jo asmenybės raidai. Yra glaudžiai susijęs su žmogaus pretenzijų lygiu, t.y. tikslų, kuriuos jis sau keli, sudėtingumu.

Kadangi daugelis nesusipratimų kyla dėl skirtingo savęs vertinimo apibūdinimo, pradžioje panagrinėkime labiausiai paplitusius šios sąvokos interpretacijos būdus. L. E. Wells ir G. Marwell, išnagrinėję daugelį savęs vertinimo aprašymo variantų, suskirstė juos į keturis pagrindinius tipus (cituojama pagal Valicką, 1991):

1. savęs vertinimas kaip socialinė nuostata;
2. savęs vertinimas kaip skirtumas tarp nuostatų;
3. savęs vertinimas kaip psichologinė reakcija;
4. savęs vertinimas kaip asmenybės funkcija.

Pirmas savęs vertinimo aprašymo tipas yra pats paprasčiausias – savęs vertinimas suprantamas kaip ypatinga socialinės nuostatos rūšis arba kaip nuostata į ypatingą objektą, t.y. į save. Faktiškai šiuo atveju perkeliamas akcentas nuo vienos sąvokos – „savęs vertinimo“, į kitą – „nuostatą“, tačiau savęs vertinimo esmė neatskleidžiama.

Antruoju atveju pabrėžiama savęs vertinimo priklausomybė nuo skirtumo tarp to, koki žmogus mato save realybėje (realus Aš) ir koks jis norėtų būti (idealus Aš), tuo tarpu pirmuoju atveju savęs vertinimas nustatomas tik realaus Aš pagrindu.

Apibūdinant savęs vertinimą kaip psichologinę reakciją, pagrindinis vaidmuo teikiamas žmogaus jausmams, tam, ką jis jaučia ir išgyvena savo atžvilgiu. Pavyzdžiui, žmogus, aukštai vertinanti save, išgyvena pasididžiavimo savimi, savosios vertės jausmus, o žmogus, žemai vertinantis save, – priešingai, nepasitenkinimo savimi, menkavertiškumo jausmus. Čia, kaip ir antruoju atveju, pabrėžiama savęs vertinimo priklausomybė nuo to, kaip žmogus mato save dabartiniu metu ir koks jis norėtų būti. Tačiau pastaruoju atveju savęs vertinimas suprantamas ne kaip tiesioginis skirtumo tarp dviejų nuostatų rezultatas, bet kaip jausmai, kuriuos sukelia tas skirtumas.

Ketvirtuoju atveju savęs vertinimas suprantamas kaip Aš sistemos komponentas, kuris atlieka tarpininko funkcijas tarp Aš ir išorinio pasaulio. Kintant socialinei aplinkai, savęs vertinimas gali nulemti žmogaus reakcijų ypatumus į išorinius stimulus (Valickas, 1991).

Dauguma tarybinių psichologų (Боришевский, 1980; Рувинский, Соловьева, 1982 ir kt.) savęs vertinimą supranta kaip tam tikrą savimonės vystimosi pakopą ar komponentą, kuris jungia asmenybės žinias apie save ir požiūrį į save. Šiuo atveju kaip vienas iš pagrindinių momentų išskiriamas savęs įsisavinimo lygis: savęs vertinimas suprantamas kaip savo fizinių galimybių, protinių sugebėjimų, interesų, elgesio tikslų ir motyvų, požiūrio į save ir t.t. įsisąmoninimas.

Anisimova (Анисимова, 1984) pažymi, jog vertindamas save, žmogus visuomet lygina save su tam tikru etalonu, visuotinai priimtomis normomis, idealiu vienos ar kitos savybės pasireiškimu.

Dar kiti autoriai (Захарова, 1989; Шафажинская, 1986), apibūdinantys savęs vertinimą, išskiria du glaudžiai tarpusavyje susijusius momentus: patį savęs vertinimo procesą ir to proceso rezultata.

Šiuo požiūriu savęs vertinimas yra procesas, kurio metu žmogus analizuoja save, lygina savo ypatybes su tam tikrais etalonais ir tikrina sprendimų apie save tikslumą bei adekvatumą. Kita vertus, savęs vertinimas – tai susiformavusi nuomonė apie save. Ši nuomonė arba žinių apie save sistema neretai vadinama Aš vaizdu (Valickas, 1991).

Taigi, kaip matome egzistuoja daug įvairių savęs vertinimo aprašymo tipų. Tačiau iki šiol dar nėra suformuluota universalus, visiems priimtino savęs vertinimo apibrėžimo. Kai kurie egzistuojantys apibrėžimai papildo vienas kitą, nušviesdami skirtingus tiriamos realybės aspektus, kiti – ne tik neatskleidžia savęs vertinimo esmės, bet netgi sukelia painiavą. Yra tokių apibūdinimų, kur savęs vertinimas suprantamas kaip Aš vaizdo funkcija, savimonės

komponentas ir pan. Tokiais atvejais lieka neaišku, kokie dar yra kiti komponentai, kuo jie skiriasi vieni nuo kitų, t.y. lieka neatskleista savęs vertinimo specifika. Dėl to iškyla būtinybė kiek galima tiksliau apibrėžti sąvokų „savęs vertinimas“, „Aš vaizdas“ ir „savimonė“ tarpusavio santykį, nors tai padaryti šiuo metu dar gana sunku. Detaliai nenagrinėjant atskirų autorių pažiūrų, galima išskirti tokius minėtų sąvokų vartojimo atvejus:

1. Sąvokos „savęs vertinimas“ ir „savimonė“ faktiškai sutapatamos ir vartojamos kaip sinonimai arba „savęs vertinimas“ suprantamas kaip „savimonės“ komponentas, ypatinga „savimonės“ vystimosi pakopa, tačiau neatskleidžiama šių darinių specifika.
2. „Savęs vertinimas“ suprantamas kaip „Aš vaizdo“ funkcija.
3. „Aš vaizdas“ suprantamas kaip apibendrintas „savęs vertinimas“.
4. „Savęs vertinimas“ suprantamas kaip efektyvus „Aš vaizdo“ komponentas.
5. „Savęs vertinimas“ suprantamas kaip kognityvus „Aš vaizdo“ komponentas.
6. „Savimonė“ suprantama kaip kognityvus „Aš vaizdo“ komponentas.
7. „Savimonė“ suprantama kaip aukščiausia „Aš vaizdo“ vystimosi pakopa, aiškiausia jo dalis.

Taigi egzistuoja didelė pažiūrų įvairovė, ir šiuo metu nėra visuotinai priimtoms nuomonės dėl sąvokų „savęs vertinimas“, „Aš vaizdas“ ir „Savimonė“ santykio, kadangi įvairūs autoriai šiems sąvokoms suteikia skirtingą prasmę (Valickas, 1991).

G. Valicko (1991) nuomone, „Aš vaizdas“ yra pati plačiausia iš čia minimų sąvokų. Ši sąvoka pirmiausia pabrėžia patį atspindžio faktą, t.y. „Aš vaizde“ atspindima visa, kas susiję su savuoju Aš. Pačiuose pradiniuose asmenybės vystimosi etapuose „Aš vaizdas“ – tai neaiškus ir neapibrėžtas vaiko savęs paties išgyvenimas, kuris toliau formuojasi vis didesnės apimties, diferenciacijos ir įsisąmoninimo linkme. Savimonė – tai jau pats aukščiausias savęs atspindėjimo lygis, kai žmogus aiškiai ir tiksliai įsisąmonina savo sugebėjimus, atskiras savybes, poelgius ir pan. savimonė susiformuoja tikrai tam tikrame asmenybės vystimosi etape (paprastai pradinės savimonės formavimosi stadijos siejamos su asmeninių įvardžių atsiradimu vaiko kalboje).

Jeigu sąvoka „Aš vaizdas“ pirmiausia pabrėžia patį atspindžio faktą, t.y. atspindimo objekto vaizdo susiformavimą, tai sąvoka „savęs vertinimas“ akcentuoja to vaizdo palyginimą su tam tikrais etalonais arba standartais. Mes dažniausiai neapsiribojame paprasčiausiu savęs aprašymu, bet ir pozityviai arba negatyviai vertiname tuos aprašymus. Norint įvertinti savo paties arba kieno kito veiksmus, sugebėjimus ir pan., reikalingas tam tikras standartas. Priešingu atveju galima tikrai konstatuoti ir aprašyti, bet ne vertinti. Jau pats vertinimo standarto arba modelio pasirinkimas gali nulemti galutinį savęs vertinimo rezultatą. Juk priklausomai nuo standarto arba modelio, į kurį mes orientuojamės vieną ir tą patį veiksmą ar savybę galima įvertinti tiek pozityviai, tiek ir negatyviai. Taigi įvertinti save reiškia susidaryti tam tikrą požiūrį

į savo savybę ar poelgį, nustatyti tos savybės ar poelgio svarbą bei atitikimo laipsnį priimtoms elgesio normoms ar etalonams (Valickas, 1991).

Savosios vertės suvokimas yra nepaprastai svarbi asmenybės charakteristika. Savosios vertės lygis reguliuoja mūsų elgesį įvairiausiose gyvenimo srityse, stipriai veikia mūsų tarpasmeninius santykius, veiklos tikslų ir kryptių pasirinkimą bei jos efektyvumą, apsisprendimą krizinėse situacijose ir t.t. nuo bendro asmenybės požiūrio į save labai priklauso sėkminga jos raida.

Savosios vertės jausmą galima išskaidyti į dvi dalis: savigarbą ir simpatiją sau. Asmenybės savigarba – tai vertinamasis požiūris į save aspektas. Jis išreiškia tai, ar mes laikome save gabiu, energingu, valingu, lydimu sėkmės, sugebančiu kontroliuoti savo gyvenimą, patikimu žmogumi, turinčiu už ką save gerbti ir kitiems sukeliančiu pagarbą (Psichologija studentui, 2000).

Tuo tarpu simpatiją sau išreiškia daugiau emocijos ir jausmai savo paties atžvilgiu. Tai domėjimasis savuoju Aš, artumas, šiluma sau pačiam, draugiškas santykis ir sutarimas su savimi. Tai besąlygiškas savęs priėmimas su visais trūkumais ir privalumais, savęs pripažinimas. Galiausiai – tai meilė sau. Taip, tikrai – meilė sau, neturinti nieko bendro su egoizmu, savanaudiškumu ar išpuikimu. „Mylėk savo artimą kaip pats save“, – sakoma Šventame Rašte. Meilė sau – tai pirmiausia savo unikalumo suvokimas ir pripažinimas. Įsiklausykime: „Argi neaišku, kad kiekvienas žmogus yra nepalyginamai didesnis, platesnis, gilesnis už tai, kaip jis gali pasireikšti, ar tai būtų profesija, eilėraščiai ar išvaizda? Mumyse glūdinčią neatskleistą paslaptį verta mylėti“ (Psichologija studentui, 2000).

H. R. Markus, S. Kitayama (1991) nurodo, kad savęs vertinimo koncepcija skirtingai suvokiama skirtingose kultūrose. Vakarų kultūrose žmonės paprastai aiškina save kaip nepriklausomus, stabilius. Iš kitos pusės jie teigia, kad Azijoje ir Afrikoje savęs suvokimas yra suprantamas kaip priklausomas nuo kitų ir susijęs su socialiniu kontekstu. Vakariečiai save suvokia kaip autonominę būtybę, susidedančią iš unikalios bruožų konfigūracijos, tuo tarpu Azijos žmonių požiūris – kad „Aš“ egzistuoja santykyje su specifiniu socialiniu kontekstu ir yra vertinamas tiek, kiek jis sugeba prisitaikyti prie kitų ir išlaikyti harmoniją.

Apibendrinant galima pasakyti, jog asmenybės savęs vertinimas – tai sudėtingas psichinis darinys, susidedantis iš įvairių daugialypiams ryšiams susijusių komponentų. Vystantis asmenybei, kinta ir savęs vertinimo struktūra, atsiranda kokybiškai naujos savęs vertinimo formos. Tai nulemia įvairūs faktoriai: besiplečianti vaiko patirtis ir didėjančios jo galimybės, skirtinga pozicija, kurią vaikas užima tarpasmeninių santykių sistemoje, nauji aplinkinių reikalavimai bei lūkesčiai, tam tikros vaiko teisės ir pareigos ir t.t. (Valickas, 1991).

1. 6. Savęs vertinimo lygiai

A. Gumuliauskienė (2001) teigia, jog „Aš“ (savastis) yra pagrindinė asmens šerdis, sąmoningumas kaip pagrindas atskleisti save. Ugdymas turi padėti vaikui save identifikuoti, suprasti, mokyti būti savimi, išgirsti savo vidinį balsą, pažvelgti į save, pažinti savo Aš ir tuo pagrindu susidaryti vertybinį tikslą. Savojo Aš pozityvus vertinimas ir priėmimas – tai universalios žmogaus vertybės.

Tai, kaip save įsivaizduojame, sąlygoja kiekvieną mūsų gyvenimo sritį. Apsprendžia, kokį darbą dirbame, kas mūsų draugai, ką mylime ir kam savo ruožtu leidžiame mus mylėti. Kuo labiau vertiname save kaip individą, tuo labiau tikėtina, kad susirasime malonų, prasmingą darbą; ir tuo labiau tikėtina, kad gyvenime patirsime tikrąją meilę. Priešingai, kuo prasčiau save vertiname, tuo mažesnė tikimybė aptikti prasmę karjeroje ir tarpusavio ryšių pilnatvę (Porat, 1991).

Savęs vertinimo amplitudė labai plati. Ji svyruoja tai į vieną, tai į kitą pusę. Seniai pastebėta, kad asmenys, turintys vienodus sugebėjimus ir panašius nuopelnus, dažnai save vertina skirtingai. Vieni ypač pabrėžia nors ir menkus savo laimėjimus, puikuoja savimi ir geidžia, kad tie jų pasiekimai būtų kuo plačiau minimi. Kiti, priešingai, ne tik patys nesididžiuoja pasiektais nuopelnais, bet ir nemėgsta, kad apie tai būtų daug kalbama. Treti, nors būdami talentingi ir gabūs, pasirodo esą labai nepatenkinti savimi, nuolat save kaltina ir smerkia net už menkiausias klaidas ar nesėkmes, laiko save nevykėliais, graužiasi ir kankinasi. Taigi galime kalbėti apie tam tikrą savęs vertinimo skalę (Žemaitis, 1995).

Pagal ką sprendžiame apie žmogaus savęs vertinimo tikroviškumą (realumą, teisingumą, objektyvumą, adekvatumą)? Nuomonės apie save teisingumą paprastai parodo: 1) atitikimas tarp mūsų siekių ir realių laimėjimų; 2) mūsų požiūrio į save sutapimas su kitų žmonių požiūriu į mus.

Mūsų savivertės realumas su amžiumi didėja. Suaugusių žmonių požiūris į save yra realesnis ir objektyvesnis nei jaunuolių, o pastarųjų – tikroviškesnis nei paauglių. Galima manyti, kad tai priklauso nuo proto brandos, gyvenimo patirties, aspiracijų (siekių) lygio „nusistovėjimo“.

Skiriami tokie savęs vertinimo lygiai:

- padidinta savivertė (savęs pervertinimas);
- tikroviška (adekvati) savivertė;
- sumažinta savivertė (savęs nuvertinimas).

Kas būdinga pernelyg save vertinančiai, arba vadinamajai narcisistinei asmenybei? (narcizas – senovės graikų mitologijos personažas: tai jaunuolis, pamilęs savo atvaizdą šulinyje;

beje, nuo tos meilės sunykęs ir dievų paverstas gėle.) Narcisizmas – tai savo kūno bruožų, asmenybės savybių bei poelgių aukštinimas, gėrėjimasis jais, įsitikinimas savo išskirtinumu ir tobulumu; pasipūtimas ir nekritiškas požiūris į save. Toks žmogus labiausiai domisi savimi, o kitais – tiek, kiek jie jam naudingi. Mėgstamiausi jo žodžiai – „aš“ ir „mano“. Svarbiausia jam – savi norai, savos idėjos ir planai. Kai aplinkiniai tokią asmenybę demaskuoja arba paprasčiausiai ją ignoruoja, ji į tai reaguoja pykčio, keršto ar kitu dažnai pernelyg stipriu, neatitinkančiu realios situacijos jausmu (Psichologija studentui, 2000).

Žmogus, kuris save linkęs pervertinti, dažniausiai nesugeba nudirbti ne pagal galimybes priimtų darbų, pridaro daug klaidų. Toks žmogus neretai menkina kitus, žiūri į juos kaip į daiktus ar priemones savo tikslams pasiekti, dažnai konfliktuoja su aplinkiniais, kai šie pabando objektyviai jį vertinti ir atitinkamai su juo elgtis. Šitoks konfliktas būna ypač nemalonus tada, kai save pervertinantis susiduria su neįvertinimu ar nepakankamu vyresybės vertinimu, nenoru suprasti kartais ir iš tikrųjų problemiškos ir sudėtingos vertintojo asmenybės.

Per aukštas savęs vertinimas (kaip ir savęs menkinimas) yra kraštutinumai, kurie sukelia nemalonių padarinių. Iš kur atsiranda šis bruožas? Priežasčių, be abejo, reikia ieškoti ankstyvojoje vaikystėje ir paauglystėje, savimonės užuomazgos ir formavimosi laikotarpiu. Jeigu vaikas yra neobjektyviai visą laiką vertinamas, be paliovos giriamas, liaupsinamas, paikinamas, nebaudžiamas už prasižengimus, blogus poelgius, tai jam ir įteigiama, kad jis gambiausias ir protingiausias; toks vertinimas (dažniausiai girdimas iš tėvų) vaiko perimamas ir tampa savęs vertinimo pagrindu (Dildienė, 1995). Viso šito padarinys – vaiko per geras ir dažnai netinkamas savęs vertinimas. Tačiau pirmieji mokslo metai praeina, mokymasis darosi vis sudėtingesnis, o ankstesnių sėkmių išlepintas vaikas to sudėtingumo ir sunkumų tarytum ir nejaučia. O kai visa tai jau prasikiša blogesniais pažymiais klasės žurnale ir pažymių knygelėje, paauglys ima ieškoti priežasčių – atseit, mokytojas ieškąs kliaučių. Kartasi dėl pernelyg gero savęs vertinimo paauglio nepasiekia jokia pedagoginė įtaka. Maža to, pernelyg save aukštinančiam, per daug vertinančiam savo galimybes paaugliui apskritai nekyla tobulinimosi problema. O juk tai natūralus kiekvieno žmogaus poreikis, juo labiau augančio. Peržengti ydingą per didelio pasitikėjimo savimi ir nesėkmių slenkstį būna sunku, padaryti to be suaugusiųjų paramos paauglys ir neišgali. Čia svarbu suderinti kritinį požiūrį į jo šios dienos išgales su tikėjimu jo potencinėmis išgalėmis.

Per aukštas savęs vertinimas neugdo savikritiškumo ir reiklumo sau. Mokinys, save pervertinantis, pernelyg patenkintas savimi, neturi akstino tobulėti. Nesusiformavusi mokinio saviugda, neigiamai paveikia ir mokinio asmenybės plėtrą; bręstanti jo asmenybė sustingsta, nuskursta (Dildienė, 1995).

Tikroviškas savosios vertės jausmas įgalina žmogų kritiškai žiūrėti į save, nuolat derinti savo galimybes ir sugebėjimus su gyvenimo reikalavimais, kelti sau pakankamai realius tikslus,

atsisakyti nuo nepagrįstų siekių, tikslų, veiksmų. Toks žmogus pasitiki savimi ir savo jėgomis, gerbia ir priima save tokį, koks yra – su visais privalumais ir trūkumais. Jis nelaiko savęs blogesniu už kitus, tiki, kad gali įveikti savo silpnybes. Tyrimais, patvirtinta, kad žmonės, turintys teisingą požiūrį į save, prireikus sugeba keisti savo sumanymus ir nuomonę, yra geranoriški kitų atžvilgiu, paprastai jiems kyla mažiau bendravimo problemų, jie yra populiarūs ir lengvai tampa lyderiais (Psichologija studentui, 2000).

Adekvataus savęs vertinimo pagrindas – sugebėjimas pažvelgti į save tarsi iš šalies, kaip į žmogų su visais savo trūkumais ir gerosiomis savybėmis; tai sugebėjimas pripažinti savo asmenybės vertingumą ir siekimas tą vertingumą išsaugoti bei padidinti. Adekvačiai save vertinti – tai pasitikėti savimi, nebūti abejingam, jausti atsakomybę, kartu pripažįstant ir savo silpnybes, ugdant pasitikėjimą savo galimybėmis (Dildienė, 1995).

Doroviniu požiūriu teisingas savęs vertinimas įmanomas tik tuomet, kai žmogus neiškelia savęs virš kitų, nepervertina savo nuopelnų ar teigiamų savybių arba atvirkščiai – perdėtai nežemina savęs, nemenkina savo laimėjimų ir nuopelnų. Pasiiekti tokį “subalansuotą” savęs vertinimą nelengva. Jį lemia trys labai svarbios dorovinės prielaidos: savikritiškumas, kuklumas ir savigarba (Žemaitis, 1995).

Geras savęs vertinimas – savosios vertės jausmas – yra naudingas. Žmonės, kurie gerai save vertina, rečiau turi opų, mažiau skundžiasi nemiga, ne taip pasiduoda kitų spaudimui, mažiau linkę vartoti narkotikus, atkakliau atlieka sunkias užduotis ir yra laimingesni (Myers, 2000).

Adekvatus savęs vertinimas ne tik padeda asmenybei augti ir tobulėti. Be jo neįmanoma sukurti darnaus bendravimo su kitais žmonėmis ir pasiekti savo paties dvasios harmonijos. Tik adekvatus savęs vertinimas yra pagrindinė asmenybės saviugdos ir savikūros prielaida (Dildienė, 1995).

Kitas savęs vertinimo kraštutinumas yra savęs nuvertinimas. Jeigu pirmuoju atveju žmogus galvoja apie save daug geriau, negu iš tikrųjų yra, nemato savo silpnybių ir trūkumų, daro sau nuolaidas, tai antruoju atveju, priešingai, asmuo mano apie save daug prasčiau negu koks jis yra iš tikrųjų, yra pernelyg savikritiškas ir reiklus sau, niekuomet nepatenkintas savo darbais ir poelgiais (Žemaitis, 1995).

Kaip reiškiasi nepakankamas savęs vertinimas? Kas rodo žmogų turint menkavertiškumo jausmą? Pirmiausia tai lengvai pažeidžiamas, nepaprastai jautrus bet kokiam – tiek teigiamam, tiek neigiamam – savo asmenybės vertinimui žmogus. Jis sunkiai išgyvena visas savo veiklos nesėkmes, nuolat graužiasi dėl trūkumų, kremtasi, kad kažką pasakė ar padarė ne taip, todėl dažnai yra užsisklendęs, bėga nuo tikrovės į svajonių pasaulį.

Menkinantis save žmogus, bendraudamas su kitais, yra pernelyg drovus, sukaustytas, jaučiasi nejaukiai. Jis iš anksto yra įsitikinęs, kad aplinkiniai jį vertina neigiamai. Antra vertus, toks žmogus dažnai pats neigiamai vertina kitus, yra įtarus, nepasitikintis aplinkiniais, ne geranoriškas. Menkos savigarbos žmonės rečiau sulaukia aplinkinių simpatijų, dažniau yra grupės atstumti, izoliuojami. Jie pakliūna į uždara ratą: negerbia savęs, o kiti negerbia jų. Juk žmonės linkę žiūrėti į mus taip, kaip mes patys žiūrime į save (Psichologija studentui, 2000).

Menkas savęs vertinimas brangiai kainuoja. Žmonės, kurie jaučiasi nesą tokie, kokie norėtų būti, lengvai pasiduoda depresijai. Tie, kurių savivaizdis neatitinka to, kuo jie mano privalą būti, linkę nerimauti (Higgins, 1987).

Blogo savęs vertinimo įtaka išryškėja eksperimentuojant. Žmogus, kurio savivaizdis laikinai sumenkinamas (pavyzdžiui, pasakius, kad jo gebėjimų testo rezultatai prasti, arba paniekinus jo asmenybę), pradeda labiau niekinti kitus žmones arba reikšti stipresnį nepasitenkinimą kitų rasių atžvilgiu. Žmonės, kurie neigiamai žiūri į save, yra daugiau pažeidžiami ir linkę teisti kitus (Myers, 2000).

Save nuvertinantys mokiniai jaučiasi nesaugūs, nepasitikintys, jie neturi motyvacijos veikti, yra pasyvūs, iš anksto orientuoti į nesėkmę. Žemas savęs vertinimas sąlygoja ne tik nesėkmes mokantis. Motyvacijos stoka, nepasitikėjimas, nusivylimas ima pasireikšti ir kitose gyvenimo srityse, skatinti naujas nesėkmes. Nustatyta, kad žemas savęs vertinimas susijęs su įvairiais asocialaus elgesio apsiraiškimais: dalyvavimu asocialiose grupėse, agresyvumu, nusikalstamumu, alkoholizmu, narkomanija ir pan. (Gailienė, Bulotaitė, Sturlienė, 1996).

Savęs vertinimas tiesiogiai susijęs su asmenybės socialinės adaptacijos ir deadaptacijos procesais. Nežiūrint visų prieštaringų duomenų apie nepilnamečius nusikaltėlius, praktiškai visuotinai pripažintas savęs vertinimo ryšys su asocialiu ir delinkventišku paauglio elgesiu. Tačiau iš esmės nesutariama dėl savęs vertinimo lygio: koks yra nusikalstančių paauglių savęs vertinimo lygis, per didelis ar per mažas (Реш, Коломинский, 1999).

Labiausiai paplitusi nuomonė teigia, kad tiek nusikalstantiems paaugliams, tiek ir suaugusiems nusikaltėliams yra būdingas savęs pervertinimas. Neadekvatus, padidintas savęs vertinimas susijęs su asmenybės dezadaptacija, sudaro palyginti didelę terpę konfliktinėms situacijoms (Реш, Коломинский, 1999).

Egzistuoja ir kita nuomonė, pagrįsta eksperimentiniais tyrimais, kurios šalininkai teigia (Валицкас, Гиппенрейтер, 1991), jog nepilnamečių įstatymų pažeidėjų savęs vertinimo lygis yra žemesnis už paauglių, nepažeidinėjančių įstatymų.

Norint išlaikyti teigiamą požiūrį į save, reikėtų suderinti savo siekius su galimybėmis – sumažinti aspiracijas iki galimybių lygio. Šiuo atveju pirmiausia būtina gerai išsiaiškinti, pažinti savo jėgas.

Geras savo sugebėjimų pažinimas reikalingas ir tam, kad nenuvertintume savo galimybių, keltume jas atitinkančius tikslus. To nepadarę apribotume savęs realizavimą ir savo asmenybės augimą (Psichologija studentui, 2000).

1. 7. Savęs vertinimo formavimąsi įtakojoantys veiksniai

G. Chomentauskas (1992) interviu su B. Winch teigia, kad net 80% darželinukų emocinis santykis su savimi ir savo gyvenimu yra teigiamas, tuo tarpu dvyliktoje klasėje šis skaičius sumažėja iki 5%. Pagrindiniai faktoriai, nulemiantys savęs vertinimą, yra šeima ir mokykla.

Įvairiais amžiaus tarpsniais kitų žmonių įvertinimas nevienodai veikia žmogaus požiūrį į save. Su amžiumi ši įtaka dažniausiai mažėja. Be to, su amžiumi keičiasi ir tos žmonių grupės, kurių nuomonė labiausiai veikia žmogaus savigarbą (Psichologija studentui, 2000).

Savęs vertinimas formuojasi nuo ankstyvosios vaikystės, galimas daiktas, netgi nuo kūdikystės. Vaikystėje svarbiausią vaidmenį atlieka suaugusiųjų, pirmiausia tėvų ar juos atstojančių žmonių, vertinimai (Bieliauskaitė, 1993). Vaikai suaugusiųjų vertinimams teikia didžiulę reikšmę, negali jų nuomonės įvertinti kritiškai. Todėl vaikų savęs vertinimas yra tiesioginis suaugusiųjų (tėvų, mokytojų) vertinimų atspindys (Gailienė, Bulotaitė, Sturlienė, 1996). Todėl negalima vaiko vertinti negatyviai, sakyti, kad jis kvailas, bjaurus, piktas ir pan. Vaikas gerbia suaugusio žmogaus autoritetą ir, girdėdamas tokius žodžius, ne tik patiki, kad toks yra, bet ir nesąmoningai stengiasi taip elgtis, kad pateisintų gerbiamo žmogaus žodžius (Bieliauskaitė, 1993).

Nors vaiko ir tėvų santykiai labai sudėtingi, bent iš dalies galima atsakyti, kas padeda vaikui sėkmingiau tobulėti. Tėvai, priešiški vaikams ir atstumiantys juos, paprastai užaugina priešiškus kitiems ir asocialius vaikus. Vaikai, kurių tėvai vaikus labai kritikuoja, įžeidinėja ir nuolat jais nepatenkinti, įgyja nepasitenkinimo savimi jausmą. Vaikai, kurių tėvai nejautrūs vaikų požiūriui, mažiau sugebės suprasti ir atsižvelgti į kitų žmonių požiūrį. Laimingas ir draugiškus vaikus užaugina tėvai, kurie supranta ir priima savo vaikus tokius, kokie jie yra, myli juos.

Nors tėvų požiūris ir nuomonė yra svarbūs tiek vaikystėje, tiek paauglystėje, tačiau ypač tai svarbu ikimokykliniame amžiuje, nes tada vaikas pradeda vertinti save. Tėvų nuomonė yra labai svarbi dar ir todėl, kad jis suvokia ir vertina suaugusiuosius kaip labai galingus ir viską žinančius, ir tėvų nuomonė jam yra neginčytina ir galutinė. Vaiko vertybių sistema formuojasi perimant tėvų vertinimus. Jis gana anksti pradeda įsisąmoninti, ką tėvai mano apie jį, kaip jį vertina ir priima. Vaiko dvasinei būsenai labai svarbu, ar jis šeimoje mylimas, reikšmingas, ar

ne, ir kokius jausmus jis jaučia savo tėvams. Nuo to priklauso, kaip jis reaguoja į aplinkoje vykstančius įvykius, ir susidaro pagrindą esamiems ir būsimiems santykiams su žmonėmis, nors tas įsisaugojimas ir nėra labai tikslus (Žukauskienė, 1998).

J. Pikūnas (1994) pastebi, kad lietuvių savivertė, t.y. tinkamas savęs pateikimas ir vertinimas, nėra pakankamo lygio. Kai tėvai savęs tinkamai nevertina, jie negali tinkamai vertinti ir savo vaikų. Dažnai žemos savivertės savybės tėvai įdiegia savo vaikams, dėl to ir šie vėliau panašiai elgiasi. Štai kodėl reikia vaiką respektuoti ir priimti tokį, koks jis yra. Taip pat reikia priimti ir jo elgesį, nors kartais nemaža to elgesio dalis nėra gera.

Nors į mokyklą vaikai ateina jau turėdami nuomonę apie save bei savo sugebėjimus, mokytojai ir mokykla turi didžiulę įtaką moksleivio savajam „Aš“ formuotis. Labai svarbu, kad kiekvienas vaikas klasėje jaustųsi saugus, mylimas ir gerbiamas, kad mokytojas skatintų jo savarankiškumą ir individualumą (Gailienė, Bulotaitė, Sturlienė, 1996).

Vaikui pradėjus eiti į mokyklą, svarbus vaidmuo tenka mokytojo vertinimui. Pirmosiose klasėse mėgstami, populiarūs paprastai būna tie vaikai, kurie gerai mokosi, yra drausmingi, kitaip tariant, tie, kuriuos mokytojas daugiau giria. Tai veikia ir pačių vaikų savęs vertinimą, todėl ypatingai sunkus laikas laukia tų pradėjusių eiti į mokyklą vaikų, kurie sunkiau mokosi. Dalis jų taip ir susitaiko su nevykėlio vaidmeniu visam likusiam gyvenimui, nors objektyviai jų sugebėjimai gal ir ne prastesni už kitų, gal tie vaikai tik lėtesni arba, atvirkščiai, judrūs ir nesukaupia dėmesio (Bieliauskaitė, 1993).

Didelį poveikį mokinių savęs vertinimui, o kartu ir pažangumui turi mokytojų nuostatos ir laukimai. Tai aprašė A. Suslavičius (1995), atlikęs tyrimus. Jis teigė, kad mokiniai, iš kurių daugiau tikimasi ir skiriama daugiau dėmesio, pasiekia geresnių rezultatų ir jų savęs vertinimas daug aukštesnis. Kai mokiniams priskiriamos neigiamos savybės ir jos nuolat pastiprinamos mokytojų ir draugų, tai gali tapti asmenybės bruožais. Kitaip tariant, kitų vertinimai besąlygiškai perkeliama į savęs vertinimo sistemą, o tuo pačiu – ir į elgsenos būdą. Taigi mokykla ir mokymasis – svarbus vaiko asmenybės raidai, socializacijos ir savikūros etapas.

Koks mokytojų elgesys labiausiai nulemia neadekvatų, ir ypač žemą, mokinių savęs vertinimą ir kaip mokytojas galėtų padėti mokiniams formuoti adekvatų, o kartais net aukštesnį savęs vertinimą?

Keltas klaidų, kurias daro mokytojai, vertindami vaikų mokymąsi, elgesį bei patį vaiką: neigiami vertinimai; kritikuojamas ne poelgis, o asmenybė; rezultato, o ne pastangų vertinimas; pagyrimų ir padėsimų vengimas; mokytojo nusiteikimas; vaiko laimėjimų ir galimybių perversinimas.

Psichologai pripažįsta, kad ypač neigiamą įtaką vaiko savęs vertinimo formavimuisi turi negatyvūs kitų žmonių vertinimai, kurie ugdo vaiko nepasitikėjimą savimi. Nemažai mokytojų,

vertindami mokinių elgesį, mokymąsi, dažniausiai orientuojasi į jų klaidas, nesėkmes. Todėl kuo vaikui sunkiau sekasi mokykloje, tuo daugiau neigiamų vertinimų bei kritikos jis susilaukia. Neigiami mokytojo vertinimai formuoja žemą vaiko savęs vertinimą. Girdėdamas kiekvieną dieną tik neigiamus vertinimus, vaikas ima tikėti, kad jis negabus, jam nesiseka ir nesiseks toliau, kad nieko pakeisti nebegalima ir reikia su tuo susitaikyti.

Dažniausiai mokytojai vertina ne mokymąsi, ne konkrečios užduoties neatlikimą ar konkrečias klaidas. Kritikuojamas ne konkretus vaiko poelgis, konkreti nesėkmė, o daromi apibendrinimai – kritikuojama vaiko asmenybė, charakteris. Todėl šie neigiami vertinimai nulemia ne vien mokinių požiūrį į mokymąsi, konkrečius sugebėjimus. Jie įgauna platesnę prasmę. Vaikas ima nepasitikėti savimi ne tik mokykloje, bet ir kieme, gatvėje, namie.

Yra įprasta, kad silpnai besimokantys mokiniai lyginami su pirmaujančiais. Tačiau ne paslaptis, kad dauguma gabių, gerai besimokančių mokinių pamokoms ruošti skiria nedaug laiko. O silpnieji prie vadovėlių prasėdi valandų valandas. Tačiau jei mokytojai visai neatsižvelgia į įdėtas pastangas, moksleiviai nebetiki savo jėgomis, nusivilia, iš anksto nusiteikia nesėkmei.

Psichologai teigia, kad pagyrimai bei padėrinimai būtini kiekvienam žmogui, nes jie skatina veikti, tobulėti, siekti rezultatų. Norint, kad mokinys dirbtų, nenuleistų rankų, kartais galima net sąmoningai padidinti rezultatus. Mokinių išankstinis nusiteikimas sėkmei, pasitikėjimas savimi turi didelę reikšmę mokymosi rezultatams.

Paties mokytojo išankstinis nusiteikimas irgi lemia mokinių mokymosi rezultatus. Mokytojo tikėjimas mokinių sugebėjimais turi didelę reikšmę. Lygiai taip pat jei mokytojas iš mokinio tikisi tik prastų rezultatų, jo lūkesčiai pasitvirtina.

Pasitaiko tokių atvejų, kai mokytojai ar kiti suaugusieji nuolat pervertina vaiko laimėjimus ir galimybes, tenkina visus jo norus ir įgeidžius, vaikui ima formotis aukštesnis savęs vertinimas. Tai daro vaiką labai pažeidžiamą ir skatina gintis nuo bet kokių bandymų sumenkinti jo savęs vertinimą. Susidūręs su neįprastais reikalavimais, gavęs prastesnius nei įprasta įvertinimus, mokinys suvokia tai kaip nepalankumą, neteisybę ar net priešišumą, o tai labai apsunkina jo santykius su mokytojais (Gailienė, Bulotaitė, Sturlienė, 1996).

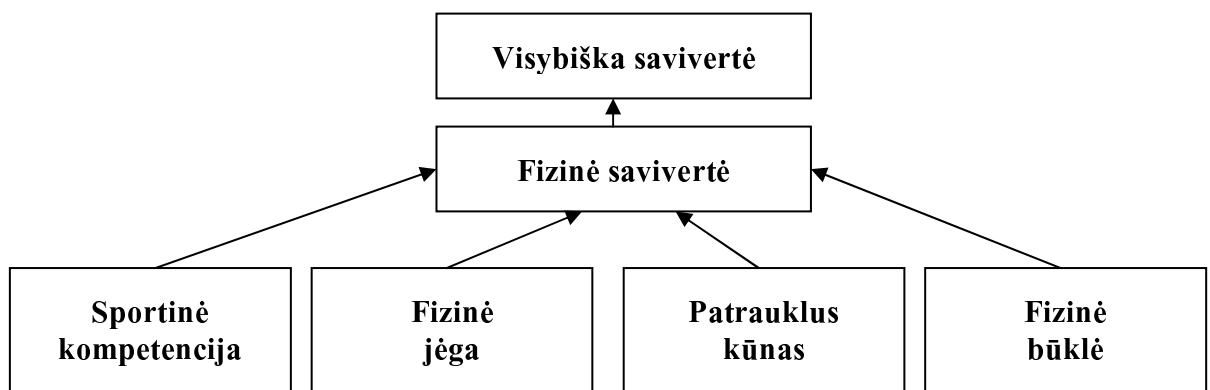
Mokinių savęs vertinimą formuoja ne vien mokymosi bei jo rezultatų vertinimas. Vaikams svarbu gauti teigiamų vertinimų ir kitose srityse – bendraujant, žaidžiant ir pan. (Gailienė, Bulotaitė, Sturlienė, 1996).

Teigiama, kad tiek darželyje, tiek mokykloje, visko pagrindas yra teigiamas savęs vertinimas, ir mokytojų uždavinys yra padėti jį susiformuoti. Kompetencija ir teigiamas savęs vertinimas kyla vaikuose tada, kai jie iš tėvų gauna optimalią dozę priėmimo, meilės, draudimų

ir vilčių. Šiuos teigiamus jausmus turi skatinti ir mokytojai, suteikdami vaikams priėmimą, draudimus ir viltį, susijusius su jų elgesiu ir pastangomis (Beresnevičienė, Kaniienė, 2000).

Nemažai mokslininkų yra nustatę, kad įvairi sportinė veikla, nepriklausomai nuo jos tikslų, daro teigiamą įtaką individo savivertės pokyčiams. Kita vertus, nurodoma, kad sportavimas savivertės raidai turi įtakos tik tada, kai sportine veikla užsiiminėjama sėkmingai. Sporto psichologas Johanas Kane (cituojuama pagal Tilindienę, 1999) nustatė, kad asmeninės charakteristikos ir savybės, tokios kaip savivertė, pasitikėjimas savimi, agresyvumas ir bendra ekstraversija, turi tendenciją didėti gerėjant sportiniams rezultatams. Šią išvadą patvirtino ir kiti mokslininkai, tyrę sportuojančius 13-16 metų paauglius (Singer, 1980, cituojuama pagal Tilindienę, 1999).

Savivertės formavimąsi sportinėje veikloje Foxas (1988) apibūdina tokia struktūra (cituojuama pagal Tilindienę, 1999):



1 pav. Savivertės formavimosi sportinėje veikloje struktūra (pagal Tilindienę, 1999)

Praktiškai šis modelis reiškia, kad asmuo sportuodamas įgauna patrauklų kūną, fizinę jėgą, gerą fizinę būklę ir sportinę kompetenciją; šie sudėtiniai savivertės veiksniai daro įtaką fizinės savivertės formavimuisi, kuris lemia pozityvią adekvačią visybišką savivertę (Tilindienė, 1999).

L. G. Katz (1993) pastebi, jog savivertė yra teigiamas atgalinis ryšys, susijęs su vaiko interesų ir pastangų turiniu. Sveikas savęs vertinimas dažniausiai išsivysto tada, kai vaikai įsitraukę į veiklą, gali daryti realius sprendimus, kurti kriterijus savo darbo įvertinimui.

R. Bieliauskaitė (1993) teigia, kad savęs vertinimas yra susijęs su žmogaus siekiais. Norint gyvenime ko nors pasiekti, reikia tikėti, kad gali tai padaryti. Jeigu žmogus nepasitiki savimi, tai netgi gabumai ir sugebėjimai gali nepadėti, nes jis tiesiog neišdrįs jų realizuoti.

1. 8. Neadekvataus savęs vertinimo korekcija

Neadekvatus, iškreiptas savęs vertinimas gali sukelti įvairius adaptacijos sunkumus ir deformuoti normalų asmenybės vystimąsi. Todėl labai svarbu laiku pastebėti asmenybės savęs vertinimo netikslumus ir pašalinti arba neutralizuoti neadekvataus savęs vertinimo priežastis. Tuo atveju, jeigu neadekvatus savęs vertinimas vis dėlto susiformuoja, būtina taikyti specialias poveikio priemones, kad būtų užkirstas kelias įvairiems elgesio sutrikimams. Kadangi asmenybės vystimąsi ypač apsunkina žemesnis savęs vertinimas, toliau pagrindinį dėmesį skirsime žemesnio savęs vertinimo korekcijai (Valickas, 1991)

Vienas iš pagrindinių principų, kaip galima pakelti mokinių savigarbą – nuolat akcentuoti tai, ką vaikas gali, ką pasiekia, jo sugebėjimus, o ne trūkumus, nesėkmes (Chomentauskas, 1992).

Formuojant adekvatų savęs vertinimą, galima panaudoti nesudėtingus metodus, kurie nereikalauja specialių sąlygų ar pasiruošimo. Pavyzdžiui, šiam tikslui galima panaudoti įprastų mokyklinių darbų (rašinių, kontrolinių darbų ir pan.) recenzavimą. Nuoseklus vertinimų ciklas, kurį sudaro bendraklasio rašinio recenzavimas, savo darbo įvertinimas bei atsakymas į gautą recenziją, verčia mokinį atlikti lyginamąją analizę, kurios pagrindu vyksta savęs vertinimo korekcija. Be abejo, šiuo atveju koreguojamas tikrai konkretus savęs vertinimas (savo galimybių vertinimas konkrečioje veiklos srityje) (Valickas, 1991).

Savęs vertinimą gali koreguoti ir paprastas, nediferencijuotas grįžtamasis ryšys. Pavyzdžiui, mokinio savęs vertinimas gali keistis jam sužinojus, kad kiti žmonės (ypač bendraamžiai) vertina jį kitaip, negu jis pats (Кваде, Трысов, 1980). Tačiau reikia pažymėti, kad tokie pakitimai vyksta ne visada, kadangi jie priklauso nuo daugelio faktorių, tarp jų – ir nuo vertinimų skirtumo įsisąmoninimo laipsnio. Pateikus naują informaciją, lengviausiai galima keisti pažemintą savęs vertinimą. Taip galima tik nežymiai pakeisti mokinių savęs vertinimą. Norint pagilinti, išplėsti šį procesą, reikalingos papildomos pastangos. Aukštesnį savęs vertinimą koreguoti nediferencijuotu grįžtamoju ryšiu labai sunku. Šiuo atveju mokiniams paprastai nepakanka nurodyti, kad bendraamžiai vertina juos blogiau, o reikia detaliai analizuoti vertinimų skirtumų priežastis (Valickas, 1991).

Didelę reikšmę, koreguojant neadekvatų savęs vertinimą, turi gerai apgalvota paskatinimų ir nuobaudų sistema. Kai kurie mokiniai mokykloje kiekvieną dieną gauna didelį neigiamą „krūvį“, dėl ko pamažu formuojasi žemesnis savęs vertinimas. Tokiais atvejais pirmiausiai būtina pašalinti teigiamų ir neigiamų vertinimų disbalansą. Tai galima padaryti pažymint netgi nedidelius šių mokinių laimėjimus, skiriant jiems tokias užduotis, kurios padėtų

atskleisti teigiamas savybes (čia reikia panaudoti įvairius mokinių sugebėjimus bei polinkius), atkreipiant bendraklasių dėmesį į teigiamus šių mokinių bruožus, poelgius ir pan. (Valickas, 1991).

Lisinos ir Silvestro (Лисина, Силверстру, 1983) atlikti tyrimai rodo, jog jaunesniojo amžiaus vaikų pasitikėjimas savo jėgomis ypač sustiprėja tuo atveju, kai sėkmė veikloje yra pastiprinama teigiamais aplinkinių žmonių vertinimais. Jeigu sėkmė veikloje lieka nepastebėta ir jos nepatvirtina aplinkiniai, dažniausiai ji nesukelia didesnių savęs vertinimo lygio pakitimų.

Kaip rodo kai kurių tyrimų rezultatai, vertinant atsiliekančius mokinius, reikia susilaikyti nuo jų palyginimo su kitais, geriau besimokančiais mokiniais (Бернс, 1986). Tai padeda išvengti neigiamų emocijų, kurios kyla lyginant gerai besimokančio ir atsiliekančio mokinio rezultatus (pastarasis tokiu atveju visuomet atsiduria blogesnėje padėtyje). Atsiliekančius mokinius patartina lyginti su tokio paties pažangumo mokiniais arba, dar geriau, lyginti to paties mokinio ankstesnius mokymosi rezultatus su dabartiniais. Esant tokiam palyginimui, tikriausiai bus galima atrasti ir pažymėti kokius nors teigiamus poslinkius. O tai savo ruožtu stimuliuoja teigiamą šių mokinių savęs vertinimą (Valickas, 1991).

Koreguojant savęs vertinimą, labai svarbu, kad aplinkinių žmonių vertinimai būtų tikslūs ir atspindėtų realius mokinių laimėjimus (tai ypač svarbu koreguojant aukštesnį savęs vertinimą). Kita vertus, mokiniui turi būti aiškūs ir suprantami tie kriterijai, pagal kuriuos yra vertinamos jo savybės ar atlikto darbo kokybė. Priešingu atveju, netgi objektyviai išoriškai vertinant, gali kilti nepasitenkinimas, nuoskauda ir pan.

Kai kurie mokiniai, neturėdami pakankamai patyrimo, dažnai kelia sau ypatingai aukštus arba sumenkintus tikslus. Mokiniui reikia padėti iškelti realius tikslus, reikalaujančius tam tikrų pastangų, bet neviršijančius realių žmogaus galimybių (čia būtina atsižvelgti į praeityje pasiektus rezultatus). Skirtumas tarp to, ką mokinys gali pasiekti, ir to, ko jis nori, neturėtų būti per didelis, kad nesukeltų įtampos, nerimo ir nelemtų nesėkmės. Realūs tikslai ir pasiekti teigiami rezultatai skatina pozityvų savęs vertinimą ir sudaro palankias aplinkybes tam, kad žmogus imtų suvokti save kaip pakankamai laimingą ir atsikratytų menkavertiškumo jausmo.

Neadekvataus savęs vertinimo korekcijai taip pat gali būti panaudojami įvairūs psichologinės treniruotės variantai. Jeigu mokiniai žemiau save vertina save, specialių treniruočių metu jiems gali būti sukuriamos sąlygos, skatinančios pozityvaus savęs vertinimo formavimąsi (Valickas, 1991).

A. Bernsas (Бернс, 1986) parengė nemažai konkrečių pratimų, padedančių pakelti savęs vertinimo lygį. Tai tokie psichologinės treniruotės variantai kaip „pozityvaus mąstymo pratimai“, „Aš vaizdo projekcija“, „sėkmės įsivaizdavimas“ ir kt. Šių pratimų metu mokiniai mokomi kuo tiksliau aprašyti savo privalumus ir trūkumus, pažvelgti į save su simpatija, išskirti

pozityvias mintis apie save ir t.t. Jie pamažu ima suprasti, kad net patys populiariausi mokiniai turi trūkumų, o savų privalumų turi nepopuliarūs ir blogai besimokantys mokiniai.

Apibendrintai pateikiame mokytojams praktinius patarimus:

- Subalansuokite teigiamus ir neigiamus vertinimus.
- Kritikuokite konkrečius veiksmus, užduočių atlikimo būdą, bet ne mokinio asmenybę apskritai. Nesakykite: „Tu nemokša“, „Tu tinginys“, o – „Tu šią užduotį atlikai neteisingai“, „Tu šiandien neišmokai eilėraščio“.
- Venkite kabinti mokiniams etiketes („Tinginys“, „Nemokša“, „Blogiausias mokinyš“ ir kt.). jos gali išlikti visam gyvenimui.
- Kartu su neigiamu vertinimu, kritika, stenkitės pasakyti ir kažką teigiamo. „Tu esi geras mokinyš, bet šiandien užduotį atlikai neteisingai“.
- Nekritikuokite viešai. Klaidas nurodykite taktiškai, nesmerkdami ir nediskredituodami mokinių bendraamžių akyse.
- Būkite kantrūs ir tolerantiški. Leiskite mokiniams suprasti, kad yra kartais visai normalu sutrikti atliekant užduotis. „Aš matau, kad tu sutrikęs. Peržvelkime tavo klaidas, kad kitą kartą tu galėtum jų išvengti“, „Ši užduotis tikrai sunki, ir reikia nemažai padirbėti, kad ją suprastumėte ir atliktumėte“.
- Atkreipkite dėmesį netgi į nedidelius mokinių, ypač silpnesnių, laimėjimus, atskleiskite bendraklasiams teigiamus šių mokinių bruožus, poelgius ir pan. Tam tikslui parinkite silpnesniems mokiniams tokias užduotis, kurios padėtų atskleisti jų teigiamas savybes.
- Ilgesnes, sudėtingesnes užduotis suskaidykite dalimis, kad mokiniai greičiau pajustų sėkmę ir nenusiviltų.
- Vertinkite ne vien rezultatą, bet ir pastangas.
- Paaiškindite mokiniams, kad sėkmė daug daugiau priklauso nuo pastangų negu nuo laimės, mokytojo ar pan. Venkite sakyti, kad sėkmė – sugebėjimų trūkumas.
- Dažniau paskatinkite, pritarkite, pagirkite.
- Kaip kritika, taip ir pagyrimai neturi būti apibendrinantys. Sakykite: „Tu puikiai atlikai šią užduotį“, „Man patinka tavo darbas“, o ne: „Tu – geriausias mokinyš klasėje“, „Tu labai protingas“ ir pan.
- Venkite išankstinių neigiamų nusistatymų.
- Parodykite mokiniams, kad tikite jų sėkme, teigiamais rezultatais. Pvz.: „Jums ši užduotis atrodo sunki, bet aš žinau/tikiu, kad Jūs ją atliksite“, „Iš pirmo žvilgsnio šis tekstas atrodo painus ir nesuprantamas, bet aš žinau/tikiu, kad įsigilinę Jūs visi jį puikiai suprasite“.
- Kartais net dirbtinai didinkite vertinimą, kad vaikas patikėtų savo jėgomis (Gailienė, Bulotaitė, Sturlienė, 1996).

Valickas (1991) teigia, kad galutinis savęs vertinimo korekcijos tikslas – padėti asmenybei išmokti pačiai spręsti savo problemas, atrasti naujas, socialiai priimtinas savęs įtvirtinimo formas, atskleisti savyje slypinčias galimybes.

Kaip žinome, vystimosi eigoje asmenybė ne tik prisitaiko prie išorinės aplinkos ir keičia ją, bet kartu kuria bei tobulina savo vidinį pasaulį. Tačiau aktyviai kurti savo asmenybę galima tik tuomet, kai žmogus supranta savo privalumus ir trūkumus, galimybes ir ribotumus, teigiamus ir neigiamus bruožus. Todėl nuo savęs supratimo bei pažinimo lygio, savęs vertinimo adekvatumo labai priklauso tai, kokią asmenybę kuria žmogus ir kokių rezultatų šioje kūryboje jis gali pasiekti.

2. TYRIMO ORGANIZAVIMAS IR METODAI

Tyrimo idėjos rėmėsi šiomis metodologinėmis nuostatomis:

1. Humanistinės filosofijos ir psichologijos (Maslow, 1979; Rogers, 1969), nuostatomis, kuriomis pagrįstas holistinis fizinis ugdymas, individo įgimtų gebėjimų ugdymas ir saviraiška.

2. Nėdirektyvia asmenybės ugdymo nuostata, kai didėjant asmenybės saviraiškos požymiams, kinta ugdytojo vaidmuo ir santykis su ugdytiniu: nuo vadovaujančio ugdytojo vaidmens palaipsniškas perėjimas prie kūrybiško bendradarbiavimo su ugdytiniu (Cotton, 1995; Cotton ir kt., 1990).

3. Roterio socialinio išmokimo teorija, kurioje akcentuojama, kad žmonės mokomi elgesio sąveikaudami su kitais žmonėmis ir aplinka. Socialinio išmokimo teorijoje tvirtinama, kad pagrindinių elgesio tipų galima išmokyti socialinėse situacijose (Rotter, 1982)

Tyrimo metodai:

1. Teorinė analizė ir apibendrinimas.
2. Anketinė apklausa.
3. Matematinė statistika.

Tyrimo organizavimas

Sporto mokyklų moksleivių motyvacijos, vertybių, savivertės ir psichologinės savijautos mokantis sporto mokykloje tyrimui buvo taikomas modifikuotas D.Beresnevičienės (1995) metodas. Savęs vertinimo ir psichologinės savijautos skalės sudarytos semantinio diferencialo principu. Anketos pavyzdys pateikiamas 1 priede. Prieš pradėdant tyrimą, tiriamieji buvo supažindinti su šių tyrimų tikslu ir atsakymo taisyklėmis.

Tyrimas atliktas 2005 metų kovo – gruodžio mėnesiais. Tyrime dalyvavo 101 Rokiškio sporto mokyklos, 80 Kupiškio sporto mokyklos, 120 Kauno Chomičiaus krepšinio mokyklos ir 114 Sabonio krepšinio mokyklos krepšininkai. Iš viso apklausta 415 sportuojančių sporto mokyklose paauglių. Pirmąją tiriamųjų grupę sudarė 217 13–14 metų amžiaus jaunesniųjų paauglių. Antrąją tiriamųjų grupę sudarė 198 18–19 metų amžiaus vyresnieji paaugliai.

Kadangi Rokiškio ir Kupiškio sporto mokyklas lanko paaugliai ne tik iš pačio miesto, bet ir iš aplinkinių miestelių ir kaimų, tai šios mokyklos auklėtinius priskyrėme prie grupės kaimas ir palyginome su Kauno sporto mokyklų auklėtiniais. Taigi jaunesniųjų paauglių iš kaimo buvo 94, o iš miesto 123 paaugliai. Vyresniųjų paauglių iš kaimo buvo 87, o iš miesto 111 paauglių.

Kadangi norėjome palyginti kaip skiriasi motyvacija, savivertė bei psichologinė savijauta paauglių priklausomai nuo skirtingos šeimos sudėties, paauglius išskyrėme į pilnų šeimų ir

nepilnų šeimų grupes. Tie paaugliai kurie auga su abiem tėvais buvo priskirti prie paauglių iš pilnų šeimų, o tie paaugliai, kurie auga su vienu iš tėvų buvo priskirti prie paauglių iš nepilnų šeimų. Taip pat buvo palyginta paauglių iš pilnų šeimų (n=335) ir paauglių iš nepilnų šeimų (n=80) tyrimo rezultatai.

Matematinė statistika

Naudodamiesi SPSS 13.0 for Windows statistiniu paketu, apskaičiavome rodiklių aritmetinius vidurkius, standartinius nuokrypius. Skirtumų patikimumui nustatyti taikėme Studento kriterijų (T test funkcija) nepriklausomoms imtims. Koreliacijos ryšiui tarp kintamųjų nustatyti taikėme Pirsono koreliacijos koeficientą.

3. TYRIMO REZULTATAI

Tyrimo rezultatai parodė (3 lentelė, 2 priedas), kad svarbiausi motyvai paskatinę lankyti sporto mokyklą jaunesniuosius paauglius buvo noras būti fiziškai stipriam, noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais, noras tapti čempionu, rekordininku, taip pat gana svarbūs buvo motyvai noras padidinti savigarbą ir noras tobulinti save kaip asmenybę. Vyresniesiems paaugliams svarbiausi motyvai turėję įtakos pasirinkimui mokytis sporto mokykloje buvo noras tapti čempionu, rekordininku, noras būti fiziškai stipriam, noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais, noras išplėsti bendravimo sritį, noras tobulinti save kaip asmenybę. Kaip parodė tyrimo rezultatai vyresniesiems paaugliams tokie motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam ($t(232,9) = -4,956$, $p=0,000$), noras tapti čempionu rekordininku ($t(235,901) = -13,431$, $p=0,000$), noras išplėsti bendravimo sritį ($t(400,585) = -4,329$, $p=0,000$) yra svarbesni negu jaunesniesiems paaugliams.

3 lentelė

Jaunesniųjų ir vyresniųjų sporto mokyklų mokinių motyvų palyginimas

	Motyvai	Jaunesnieji paaugliai		Vyresnieji paaugliai		T- testo rezultatai		
		\bar{x}	σ	\bar{x}	σ	T	df	p
1	Noriu būti fiziškai stiprus	8,52	2,60	9,41	0,49	-4,956	232,9	0,000
2	Noriu tapti čempionu, rekordininku	6,84	2,85	9,50	0,59	-13,431	235,901	0,000
3	Noriu mokytis su tais pačiais mokslo draugais	6,85	2,68	5,09	2,75	6,585	413	0,000
4	Noriu išplėsti bendravimo sritį	3,99	2,94	5,09	2,24	-4,329	400,585	0,000
5	Noriu tobulinti save kaip asmenybę	5,19	2,67	5,09	2,16	0,433	407,236	0,665
6	Noriu padidinti savigarbą	5,47	2,32	4,45	1,81	4,993	403,064	0,000
7	Noriu tapti šios sporto šakos treneriu	2,59	2,87	4,86	1,80	-9,752	366,751	0,000
8	Noriu tapti profesionaliu sportininku	3,96	2,97	4,18	2,00	-0,888	380,869	0,375
9	Galimybė būti nepriklausomu	4,93	2,50	2,45	2,07	11,039	409,144	0,000
10	Pilnai išnaudoti savo sugebėjimus	4,31	1,98	3,77	2,98	2,138	338,174	0,033
11	Atsitiktinės aplinkybės	2,35	2,25	1,09	2,20	5,766	410,998	0,000

Taip pat vyresniesiems paaugliams svarbesnis motyvas apsisprendžiant dėl mokymosi sporto mokykloje buvo noras tapti šios sporto šakos treneriu ($t(366,751) = -9,752$,

$p=0,000$), lyginant su jaunesniaisiais paaugliais. Jaunesniesiems paaugliams svarbesni motyvai, lyginant su vyresniaisiais paaugliais, buvo noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais ($t(413) = 6,585, p=0,000$), bei noras padidinti savigarbą ($t(403,064) = 4,993, p=0,000$).

Mokantis sporto mokykloje psichologinė savijauta geresnė yra vyresniųjų paauglių (4 lentelė, 3 priedas). Vyresniesiems sporto mokyklų auklėtiniams labiau patinka mokytis ($t(408,388) = -11,021, p=0,000$), yra įdomiau ($t(413) = -4,506, p=0,000$) bei labiau sekasi ($t(405,513) = -2,610, p=0,009$) negu jaunesniesiems tiriamiesiems. Tuo tarpu jaunesniesiems paaugliams yra lengviau mokytis ($t(382,719) = 2,800, p=0,005$), maloniau ($t(367,197) = 7,427, p=0,000$) bei naudingiau negu vyresniesiems paaugliams, besimokantiems sporto mokyklose.

4 lentelė

Jaunesniųjų ir vyresniųjų paauglių psichologinės savijautos mokantis sporto mokykloje palyginimas

	Psichologinės savijautos mokantis vertinimo kriterijai	Jaunesnieji paaugliai		Vyresnieji paaugliai		T- testo rezultatai		
		\bar{x}	σ	\bar{x}	σ	T	df	p
1	Patinka mokytis	1,46	1,15	2,59	0,94	-11,021	408,388	0,000
2	Lengva mokytis	1,47	0,95	1,18	1,16	2,800	382,719	0,005
3	Įdomu	1,82	1,02	2,23	0,80	-4,506	413	0,000
4	Malonu	2,00	0,75	1,36	0,98	7,427	367,197	0,000
5	Naudinga	2,28	0,73	2,14	1,10	1,539	413	0,125
6	Sekasi	1,25	1,68	1,64	1,34	-2,610	405,513	0,009
7	Bendras	1,71	0,73	1,86	0,75	-2,085	413	0,038

5 lentelėje ir 4 priede pateikiame jaunesniųjų ir vyresniųjų paauglių besimokančių sporto mokykloje vertybinių orientacijų palyginimą. Jaunesniesiems paaugliams svarbiausios vertybės gyvenime yra geros gyvenimo sąlygos, geri santykiai su bendraamžiais, sveikata, galimybė augti kaip asmenybei, o vyresniesiems paaugliams sporto mokyklos auklėtiniams svarbiausios vertybės gyvenime yra sporto pergalės, sveikata, geros gyvenimo sąlygos, geri santykiai su bendraamžiais, meilė šeimoje.

Jaunesniųjų ir vyresniųjų paauglių, sporto mokyklų auklėtinių, vertybinių orientacijų palyginimas

	Vertybinės orientacijos	Jaunesnieji paaugliai		Vyresnieji paaugliai		T- testo rezultatai		
		\bar{x}	σ	\bar{x}	σ	T	df	p
1	Geros gyvenimo sąlygos	8,01	2,49	6,45	3,02	5,690	383,124	0,000
2	Galimybė dirbti mėgstamą darbą	5,71	2,91	5,23	2,20	1,899	399,660	0,058
3	Galimybė augti kaip asmenybei	5,87	2,30	5,09	1,81	3,812	413	0,000
4	Sveikata	6,01	2,61	6,45	2,54	-1,756	413	0,080
5	Meilė šeimoje	5,62	2,96	5,45	2,15	0,645	393,702	0,519
6	Geri santykiai su bendraamžiais	6,46	2,26	5,77	2,26	3,096	413	0,002
7	Geri santykiai su mokytojais	1,27	1,61	2,55	2,32	-6,464	347,884	0,000
8	Galimybė kurti	3,98	2,55	3,64	2,63	1,338	406,988	0,182
9	Galimybė nuolat mokytis ir tobulėti	4,23	2,79	4,27	3,34	-0,154	385,344	0,877
10	Sporto pergalės	5,56	3,08	9,23	1,57	-15,492	327,339	0,000
11	Galimybė valdyti kitus	2,30	2,50	0,86	1,58	7,062	369,059	0,000

Analizuojant kokiomis vertybinėmis orientacijomis skiriasi jaunesnieji ir vyresnieji paaugliai besimokantys sporto mokykloje, pastebėjome, jog vyresniųjų paauglių didesnis šių vertybių – sveikatos, gerų santykių su mokytojais ($t(347,884) = -6,464, p=0,000$), galimybės nuolat mokytis ir tobulėti, sporto pergalių vertinimas ($t(327,339) = -15,492, p=0,000$), o jaunesniųjų sporto mokyklų paauglių didesnis gerų gyvenimo sąlygų ($t(383,124) = 5,690, p=0,000$), galimybės dirbti mėgstamą darbą, galimybės augti kaip asmenybei ($t(413) = 3,812, p=0,000$), meilės šeimoje, gerų santykių su bendraamžiais ($t(413) = 3,096, p=0,000$), galimybės kurti vertinimas (5 lentelė, 4 priedas).

Lyginant jaunesniųjų ir vyresniųjų sporto mokyklų paauglių bendrą savęs vertinimą nustatėme, kad jaunesniųjų paauglių savęs vertinimas yra didesnis už vyresniųjų paauglių savęs vertinimą ($t(374,505) = 8,042, p=0,000$) (6 lentelė, 5 priedas).

Jaunesniųjų ir vyresniųjų paauglių besimokančių sporto mokykloje savęs vertinimo palyginimas

Savęs vertinimo kriterijai	Jaunesnieji paaugliai		Vyresnieji paaugliai		T- testo rezultatai		
	\bar{x}	σ	\bar{x}	σ	T	df	p
S1 – stiprus	1,96	1,13	2,32	0,63	-4,004	346,104	0,000
S2 – gražus	1,62	0,91	0,82	1,07	8,216	413	0,000
S3 – darbštus	1,97	0,87	0,86	1,29	10,097	341,249	0,000
S4 – protingas	1,69	0,89	0,86	1,06	8,507	387,059	0,000
S5 – draugiškas	2,29	0,77	1,64	0,98	7,544	373,893	0,000
S6 – gabus	1,60	0,91	1,00	1,09	6,151	413	0,000
S7 – vikrus	2,69	0,61	2,45	0,72	3,586	386,917	0,000
S8 – aktyvus	2,34	0,84	2,05	1,02	3,175	413	0,002
S9 – sėkmės lydimas	1,21	1,95	1,18	1,23	0,161	369,017	0,872
S10–drąsus	2,45	0,80	1,77	0,95	7,754	387,153	0,000
S bendras	1,98	0,54	1,50	0,68	8,042	374,505	0,000

Jaunesniųjų sporto mokyklų paauglių savęs vertinimas buvo didesnis pagal grožio ($t(413) = 8,216, p=0,000$), darbštumo ($t(341,249) = 10,097, p=0,000$), protingumo ($t(387,059) = 8,507, p=0,000$), draugiškumo ($t(373,893) = 7,544, p=0,000$), gabumo ($t(413) = 6,151, p=0,000$), vikrumo ($t(386,917) = 3,586, p=0,000$), aktyvumo ($t(413) = 3,175, p=0,002$), sėkmės, drąsumo ($t(387,153) = 7,754, p=0,000$) kriterijus. Vyresniųjų sporto mokyklų paauglių savęs vertinimas didesnis pagal stiprumo ($t(346,104) = -4,004, p=0,000$) kriterijų.

Geriausiai jaunesnieji sporto mokyklų paaugliai save vertino pagal vikrumo ir drąsumo kriterijus, o vyresnieji paaugliai pagal vikrumo ir stiprumo kriterijus. Mažiausias savęs vertinimas jaunesniųjų sporto mokyklų paauglių tarpe buvo pagal sėkmės ir gabumo kriterijus, o vyresniųjų paauglių tarpe pagal gražumo, darbštumo ir protingumo kriterijus.

Analizuojant tyrimo rezultatus paaiškėjo, kad yra ryšys tarp sportuojančių jaunesniųjų paauglių motyvacijos ir psichologinės savijautos mokantis sporto mokykloje (7 lentelė). Paaiškėjo, kad kuo daugiau sportuojantiems jaunesniesiems paaugliams svarbus sportinės veiklos motyvas būti fiziškai stipriam, tuo jiems labiau patinka ($r = 0,346, p<0,001$), lengviau mokytis ($r = 0,560, p<0,001$), įdomiau mokytis ($r = 0,421, p<0,001$), naudingiau ($r = 0,328, p<0,001$) bei labiau sekasi mokytis sporto mokykloje ($r = 0,459, p<0,001$).

Nustatėme, kad kuo daugiau jaunesniesiems paaugliams svarbus sportinės veiklos motyvas yra noras tapti čempionu, tuo jiems labiau patinka mokytis ($r = 0,154$, $p < 0,05$) ir labiau sekasi ($r = 0,385$, $p < 0,001$) sporto mokykloje.

7 lentelė

Jaunesniųjų paauglių motyvacijos ir psichologinės savijautos mokantis sporto mokykloje koreliacija

		Patinka mokytis	Lengva mokytis	Įdomu	Malonu	Naudinga	Sekasi
		1	2	3	4	5	6
Noriu būti fiziškai stiprus	r	0,346(**)	0,560(**)	0,421(**)	-0,099	0,328(**)	0,459(**)
	p	0,000	0,000	0,000	0,148	0,000	0,000
	n	217	217	217	217	217	217
Noriu tapti čempionu, rekordininku	r	0,154(*)	-0,037	0,072	-0,073	0,159(*)	0,385(**)
	p	0,023	0,585	0,293	0,281	0,019	0,000
	n	217	217	217	217	217	217
Noriu mokytis su tais pačiais mokslo draugais	r	0,413(**)	0,338(**)	0,144(*)	-0,247(**)	-0,130	0,128
	p	0,000	0,000	0,034	0,000	0,057	0,061
	n	217	217	217	217	217	217
Noriu išplėsti bendravimo sritį	r	-0,163(*)	-0,585(**)	-0,315(**)	-0,034	-0,358(**)	-0,352(**)
	p	0,016	0,000	0,000	0,622	0,000	0,000
	n	217	217	217	217	217	217
Noriu tobulinti save kaip asmenybę	r	0,264(**)	0,368(**)	0,352(**)	-0,137(*)	0,094	0,485(**)
	p	0,000	0,000	0,000	0,043	0,170	0,000
	n	217	217	217	217	217	217
Noriu padidinti savigarbą	r	-0,155(*)	-0,155(*)	-0,123	0,055	0,175(**)	-0,060
	p	0,023	0,022	0,070	0,423	0,010	0,377
	n	217	217	217	217	217	217
Noriu tapti šios sporto šakos treneriu	r	0,203(**)	0,358(**)	-0,074	0,015	0,347(**)	-0,061
	p	0,003	0,000	0,280	0,829	0,000	0,372
	n	217	217	217	217	217	217
Noriu tapti profesionaliu sportininku	r	0,474(**)	0,320(**)	0,292(**)	0,328(**)	-0,085	0,628(**)
	p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,212	0,000
	n	217	217	217	217	217	217
Galimybė būti nepriklausomu	r	0,034	0,117	-0,081	-0,067	0,122	-0,031
	p	0,620	0,086	0,233	0,328	0,073	0,648
	n	217	217	217	217	217	217
Pilnai išnaudoti savo sugebėjimus	r	-0,087	-0,034	-0,004	0,227(**)	-0,005	-0,265(**)
	p	0,200	0,620	0,948	0,001	0,943	0,000
	n	217	217	217	217	217	217
Atsitiktinės aplinkybės	r	-0,117	0,214(**)	-0,043	0,065	0,045	-0,051
	p	0,086	0,002	0,527	0,340	0,509	0,452
	n	217	217	217	217	217	217

Pastaba: ** – $p < 0,01$, * – $p < 0,05$

Kuo daugiau jaunesniesiems paaugliams svarbus sportinės veiklos motyvas yra noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais, tuo jiems labiau patinka mokytis ($r = 0,413$,

$p < 0,001$), lengviau mokytis ($r = 0,338$, $p < 0,001$), įdomiau ($r = 0,144$, $p < 0,001$) ir labiau sekasi ($r = 0,128$, $p < 0,001$) sporto mokykloje.

Jaunesnieji paaugliai, kurie labiau nori tobulinti save kaip asmenybę, jiems labiau patinka mokytis ($r = 0,264$, $p < 0,001$), lengviau ($r = 0,368$, $p < 0,001$), įdomiau ($r = 0,352$, $p < 0,001$) bei labiau sekasi mokytis sporto mokykloje ($r = 0,485$, $p < 0,001$).

Jaunesnieji paaugliai, kurie labiau nori padidinti savigarbą, jiems yra naudingiau mokytis ($r = 0,175$, $p < 0,001$). Jaunesnieji paaugliai, kurie pasirinko sporto mokyklą ir nori tapti sporto šakos treneriu, jiems labiau patinka mokytis ($r = 0,203$, $p < 0,001$), lengviau ($r = 0,358$, $p < 0,001$) bei naudingiau ($r = 0,347$, $p < 0,001$) mokytis sporto mokykloje.

Tie jaunesnieji paaugliai, kurie labiau nori tapti profesionaliais sportininkais, jiems labiau patinka mokytis ($r = 0,474$, $p < 0,001$), lengviau mokytis ($r = 0,320$, $p < 0,001$), įdomiau ($r = 0,292$, $p < 0,001$), labiau sekasi ($r = 0,628$, $p < 0,001$), maloniau ($r = 0,328$, $p < 0,001$) mokytis sporto mokykloje.

Analizuojant tyrimo rezultatus paaiškėjo, kad yra ryšys tarp sportuojančių vyresniųjų paauglių motyvacijos ir psichologinės savijautos mokantis sporto mokykloje (8 lentelė). Nustatėme, kad kuo daugiau sportuojantiems vyresniesiems paaugliams svarbus sportinės veiklos motyvas būti fiziškai stipriam, tuo jiems maloniau ($r = 0,498$, $p < 0,001$), mokytis sporto mokykloje.

Nustatėme, kad kuo daugiau vyresniems paaugliams svarbus sportinės veiklos motyvas yra noras tapti čempionu, tuo jiems labiau patinka mokytis ($r = 0,291$, $p < 0,05$), lengviau mokytis ($r = 0,540$, $p < 0,001$), naudingiau ($r = 0,460$, $p < 0,001$) ir labiau sekasi ($r = 0,584$, $p < 0,001$) sporto mokykloje.

Vyresnieji paaugliai, kurie labiau nori išplėsti bendravimo ratą, jiems lengviau ($r = 0,205$, $p < 0,001$), maloniau ($r = 0,276$, $p < 0,001$) bei labiau sekasi mokytis sporto mokykloje ($r = 0,362$, $p < 0,001$).

Vyresnieji paaugliai, kurie labiau nori tobulinti save kaip asmenybę, jiems lengviau ($r = 0,360$, $p < 0,001$), maloniau ($r = 0,330$, $p < 0,001$) bei labiau sekasi mokytis sporto mokykloje ($r = 0,471$, $p < 0,001$). Vyresnieji paaugliai, kurie labiau nori tapti sporto šakos treneriu, jiems įdomiau ($r = 0,309$, $p < 0,001$) ir lengviau ($r = 0,157$, $p < 0,001$) mokytis sporto mokykloje.

Tie vyresnieji paaugliai, kurie labiau nori tapti profesionaliais sportininkais, jiems labiau patinka mokytis ($r = 0,454$, $p < 0,001$), naudingiau ($r = 0,466$, $p < 0,001$) bei maloniau ($r = 0,244$, $p < 0,001$) mokytis sporto mokykloje.

Vyresniųjų paauglių motyvacijos ir psichologinės savijautos mokantis sporto mokykloje koreliacija

		Patinka mokytis	Lengva mokytis	Įdomu	Malonu	Naudinga	Sekasi
		1	2	3	4	5	6
Noriu būti fiziškai stiprus	r	-0,031	-0,131	-0,005	0,498(**)	-0,019	-0,050
	p	0,661	0,066	0,941	0,000	0,789	0,480
	n	198	198	198	198	198	198
Noriu tapti čempionu, rekordininku	r	0,291(**)	0,540(**)	-0,147(*)	0,159(*)	0,460(**)	0,584(**)
	p	0,000	0,000	0,039	0,025	0,000	0,000
	n	198	198	198	198	198	198
Noriu mokytis su tais pačiais mokslo draugais	r	0,103	0,009	0,053	-0,097	0,056	0,183(**)
	p	0,150	0,898	0,458	0,175	0,432	0,010
	n	198	198	198	198	198	198
Noriu išplėsti bendravimo sritį	r	0,105	0,205(**)	-0,063	0,276(**)	0,236(**)	0,362(**)
	p	0,142	0,004	0,379	0,000	0,001	0,000
	n	198	198	198	198	198	198
Noriu tobulinti save kaip asmenybę	r	0,086	0,360(**)	-0,012	0,330(**)	0,264(**)	0,471(**)
	p	0,228	0,000	0,866	0,000	0,000	0,000
	n	198	198	198	198	198	198
Noriu padidinti savigarbą	r	-0,006	0,340(**)	0,341(**)	0,443(**)	-0,198(**)	0,287(**)
	p	0,931	0,000	0,000	0,000	0,005	0,000
	n	198	198	198	198	198	198
Noriu tapti šios sporto šakos treneriu	r	0,137	0,157(*)	0,309(**)	0,009	0,129	0,126
	p	0,054	0,027	0,000	0,896	0,069	0,078
	n	198	198	198	198	198	198
Noriu tapti profesionaliu sportininku	r	0,454(**)	0,005	-0,055	0,244(**)	0,466(**)	0,076
	p	0,000	0,940	0,442	0,001	0,000	0,286
	n	198	198	198	198	198	198
Galimybė būti nepriklausomu	r	0,332(**)	0,156(*)	0,076	-0,149(*)	0,354(**)	0,126
	p	0,000	0,028	0,289	0,036	0,000	0,076
	n	198	198	198	198	198	198
Pilnai išnaudoti savo sugebėjimus	r	0,262(**)	0,227(**)	-0,055	0,300(**)	0,422(**)	0,434(**)
	p	0,000	0,001	0,440	0,000	0,000	0,000
	n	198	198	198	198	198	198
Atsitiktinės aplinkybės	r	-0,467(**)	-0,384(**)	-0,430(**)	-0,015	-0,316(**)	-0,373(**)
	p	0,000	0,000	0,000	0,830	0,000	0,000
	n	198	198	198	198	198	198

Pastaba: ** – p<0,01, * – p<0,05

Sportuojantys vyresnieji paaugliai, labiau pasirinkę sporto mokyklą dėl galimybės būti nepriklausomu, sporto mokykloje jiems labiau patinka mokytis ($r = 0,332$, $p < 0,001$) ir naudingiau mokytis ($r = 0,354$, $p < 0,001$), o tie vyresnieji paaugliai, kurie pasirinko norėdami

labiau išnaudoti savo sugebėjimus, jiems labiau patinka ($r = 0,262, p < 0,001$), lengviau ($r = 0,227, p < 0,001$), maloniau ($r = 0,300, p < 0,001$), naudingiau ($r = 0,422, p < 0,001$) bei labiau sekasi mokytis sporto mokykloje ($r = 0,434, p < 0,001$). Blogesnė psichologinė savijauta sporto mokykloje tų vyresniųjų paauglių, kurie ją pasirinko labiau dėl atsitiktinių aplinkybių (8 lentelė).

Analizuojant ryšį tarp sportuojančių jaunesniųjų paauglių motyvų ir savęs vertinimo pastebėta tendencija, kad kuo aukščiau jaunesnieji paaugliai save vertina pagal stiprumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam ($r = 0,537, p < 0,001$), noras tapti čempionu rekordininku ($r = 0,207, p < 0,001$), noras išplėsti bendravimo sritį ($r = 0,553, p < 0,001$), noras tapti sporto šakos treneriu ($r = 0,307, p < 0,001$) bei noras pilnai išnaudoti sugebėjimus ($r = 0,250, p < 0,001$) (9 lentelė).

Tie jaunesnieji paaugliai, kurie daugiau save vertina pagal gražumo kriterijų, tuo jiems svarbesni motyvai padidinti savo savigarbą ($r = 0,407, p < 0,001$), noras tapti profesionaliu sportininku ($r = 0,612, p < 0,001$), noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais ($r = 0,527, p < 0,001$) bei noras tapti čempionu rekordininku ($r = 0,545, p < 0,001$). Nustatyta, kad sportuojantys jaunesnieji paaugliai, kurie daugiau save vertina pagal protingumo kriterijų, tuo labiau nori išplėsti bendravimo sritį ($r = 0,412, p < 0,001$), nori tapti čempionu rekordininku ($r = 0,370, p < 0,001$), nori būti stiprūs ($r = 0,390, p < 0,001$).

Kuo aukščiau jaunesnieji paaugliai save vertina pagal draugiškumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam ($r = 0,444, p < 0,001$), noras tapti čempionu rekordininku ($r = 0,387, p < 0,001$), noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais ($r = 0,548, p < 0,001$), noras tobulinti save kaip asmenybę ($r = 0,243, p < 0,001$), noras padidinti savigarbą ($r = 0,380, p < 0,001$), noras tapti profesionaliu sportininku ($r = 0,578, p < 0,001$) bei noras pilnai išnaudoti sugebėjimus ($r = 0,230, p < 0,001$) (9 lentelė).

Kuo aukščiau jaunesnieji paaugliai save vertina pagal gabumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai yra noras tapti čempionu rekordininku ($r = 0,354, p < 0,001$), noras išplėsti bendravimo sritį ($r = 0,203, p < 0,001$), noras tobulinti save kaip asmenybę ($r = 0,305, p < 0,001$), noras tapti profesionaliu sportininku ($r = 0,383, p < 0,001$).

Kuo aukščiau jaunesnieji paaugliai save vertina pagal sėkmingumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai yra noras būti fiziškai stipriam ($r = 0,425, p < 0,001$), noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais ($r = 0,235, p < 0,001$), noras tobulinti save kaip asmenybę ($r = 0,603, p < 0,001$), noras tapti profesionaliu sportininku ($r = 0,448, p < 0,001$) bei noras pilnai išnaudoti sugebėjimus ($r = 0,302, p < 0,001$).

Jaunesniųjų paauglių besimokančių sporto mokykloje motyvacijos ir savęs vertinimo koreliacija (** – $p < 0,01$, * – $p < 0,05$)

		Stiprus	Gražus	Darbštus	Protingas	Draugiškas	Gabus	Vikrus	Aktyvus	Sėkmės lydimas	Drąsus
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Noriu būti fiziškai stiprus	r	0,537(**)	0,074	-0,092	0,390(**)	0,444(**)	0,103	0,264(**)	-0,150(*)	0,425(**)	0,175(**)
	p	0,000	0,276	0,175	0,000	0,000	0,132	0,000	0,028	0,000	0,010
	n	217	217	217	217	217	217	217	217	217	217
Noriu tapti čempionu, rekordininku	r	0,207(**)	0,545(**)	0,434(**)	0,370(**)	0,387(**)	0,354(**)	0,273(**)	-0,022	0,017	0,206(**)
	p	0,002	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,743	0,807	0,002
	n	217	217	217	217	217	217	217	217	217	217
Noriu mokytis su tais pačiais mokslo draugais	r	0,060	0,527(**)	0,536(**)	-0,132	0,548(**)	0,070	0,292(**)	-0,072	0,235(**)	0,430(**)
	p	0,383	0,000	0,000	0,052	0,000	0,303	0,000	0,293	0,000	0,000
	n	217	217	217	217	217	217	217	217	217	217
Noriu išplėsti bendravimo sritį	r	0,553(**)	0,242(**)	-0,042	0,412(**)	0,085	0,203(**)	-0,132	0,039	0,389(**)	-0,042
	p	0,000	0,000	0,542	0,000	0,210	0,003	0,053	0,564	0,000	0,534
	n	217	217	217	217	217	217	217	217	217	217
Noriu tobulinti save kaip asmenybę	r	0,070	0,079	-0,053	0,173(*)	0,243(**)	0,305(**)	-0,154(*)	0,004	0,603(**)	-0,099
	p	0,303	0,248	0,438	0,011	0,000	0,000	0,023	0,955	0,000	0,147
	n	217	217	217	217	217	217	217	217	217	217
Noriu padidinti savigarbą	r	0,065	0,407(**)	0,445(**)	0,052	0,380(**)	-0,025	-0,036	-0,060	-0,081	0,068
	p	0,337	0,000	0,000	0,442	0,000	0,711	0,602	0,383	0,237	0,321
	n	217	217	217	217	217	217	217	217	217	217
Noriu tapti šios sporto šakos treneriu	r	0,307(**)	-0,121	0,156(*)	-0,078	0,196(**)	-0,019	0,292(**)	0,365(**)	-0,179(**)	0,254(**)
	p	0,000	0,075	0,022	0,252	0,004	0,783	0,000	0,000	0,008	0,000
	n	217	217	217	217	217	217	217	217	217	217
Noriu tapti profesionaliu sportininku	r	0,127	0,612(**)	0,656(**)	0,123	0,578(**)	0,383(**)	0,270(**)	-0,064	0,448(**)	0,419(**)
	p	0,061	0,000	0,000	0,070	0,000	0,000	0,000	0,350	0,000	0,000
	n	217	217	217	217	217	217	217	217	217	217
Galimybė būti nepriklausomu	r	0,060	0,039	-0,171(*)	0,077	0,047	0,000	0,214(**)	0,192(**)	0,083	-0,017
	p	0,379	0,564	0,012	0,257	0,495	0,999	0,002	0,005	0,225	0,805
	n	217	217	217	217	217	217	217	217	217	217
Pilnai išnaudoti savo sugebėjimus	r	0,250(**)	0,154(*)	-0,037	0,235(**)	0,230(**)	0,107	0,505(**)	0,082	0,302(**)	0,163(*)
	p	0,000	0,023	0,588	0,000	0,001	0,116	0,000	0,229	0,000	0,016
	n	217	217	217	217	217	217	217	217	217	217
Atsitiktinės aplinkybės	r	-0,013	0,075	0,041	0,066	0,129	0,325(**)	0,059	0,156(*)	0,053	0,123
	p	0,847	0,270	0,547	0,330	0,057	0,000	0,387	0,022	0,437	0,070
	n	217	217	217	217	217	217	217	217	217	217

Kuo aukščiau jaunesnieji paaugliai save vertina pagal drąsumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai yra noras tapti čempionu rekordininku ($r = 0,206$, $p < 0,001$), noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais ($r = 0,430$, $p < 0,001$), noras tapti šios sporto šakos treneriu ($r = 0,254$, $p < 0,001$), noras tapti profesionaliu sportininku ($r = 0,419$, $p < 0,001$).

Analizuojant ryšį tarp sportuojančių vyresniųjų paauglių motyvų ir savęs vertinimo pastebėta tendencija (10 lentelė), kad kuo aukštesnė vyresniųjų paauglių savivertė pagal stiprumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai yra noras tapti čempionu, rekordininku ($r = 0,308$, $p < 0,001$), noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais ($r = 0,377$, $p < 0,001$), noras išplėsti bendravimo sritį ($r = 0,398$, $p < 0,001$), noras tobulinti save kaip asmenybę ($r = 0,213$, $p < 0,001$), noras padidinti savigarbą ($r = 0,320$, $p < 0,001$), noras tapti sporto šakos treneriu ($r = 0,287$, $p < 0,001$), noras tapti profesionaliu sportininku ($r = 0,299$, $p < 0,001$), galimybė būti nepriklausomu ($r = 0,216$, $p < 0,001$), bei noras pilnai išnaudoti savo sugebėjimus ($r = 0,446$, $p < 0,001$).

Kuo aukštesnė vyresniųjų paauglių savivertė pagal grožio kriterijų, tuo svarbesni motyvai yra noras būti fiziškai stipriam ($r = 0,290$, $p < 0,001$), noras padidinti savigarbą ($r = 0,437$, $p < 0,001$), noras tapti profesionaliu sportininku ($r = 0,325$, $p < 0,001$), galimybė būti nepriklausomu ($r = 0,230$, $p < 0,001$).

Kuo aukštesnė vyresniųjų paauglių savivertė pagal protingumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai yra noras išplėsti bendravimo sritį ($r = 0,178$, $p < 0,05$), noras padidinti savigarbą ($r = 0,350$, $p < 0,001$), noras tapti sporto šakos treneriu ($r = 0,247$, $p < 0,001$), noras tapti profesionaliu sportininku ($r = 0,269$, $p < 0,001$) bei noras pilnai išnaudoti savo sugebėjimus ($r = 0,169$, $p < 0,05$).

Kuo aukštesnė vyresniųjų paauglių savivertė pagal draugiškumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai yra noras būti fiziškai stipriam ($r = 0,290$, $p < 0,001$), noras tapti čempionu, rekordininku ($r = 0,308$, $p < 0,001$), noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais ($r = 0,377$, $p < 0,001$), noras išplėsti bendravimo sritį ($r = 0,398$, $p < 0,001$), noras tobulinti save kaip asmenybę ($r = 0,213$, $p < 0,001$), noras padidinti savigarbą ($r = 0,320$, $p < 0,001$), noras tapti sporto šakos treneriu ($r = 0,287$, $p < 0,001$), noras tapti profesionaliu sportininku ($r = 0,299$, $p < 0,001$), galimybė būti nepriklausomu ($r = 0,216$, $p < 0,001$), bei noras pilnai išnaudoti savo sugebėjimus ($r = 0,446$, $p < 0,001$).

Kuo aukštesnė vyresniųjų paauglių savivertė pagal gabumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai yra noras išplėsti bendravimo sritį ($r = 0,356$, $p < 0,001$), noras tobulinti save kaip asmenybę ($r = 0,408$, $p < 0,001$), noras padidinti savigarbą ($r = 0,443$, $p < 0,001$), noras tapti profesionaliu sportininku ($r = 0,273$, $p < 0,001$), galimybė būti nepriklausomu ($r = 0,284$, $p < 0,001$) bei noras pilnai išnaudoti savo sugebėjimus ($r = 0,380$, $p < 0,001$).

Vyresniųjų paauglių besimokančių sporto mokykloje motyvacijos ir savęs vertinimo koreliacija (** – $p < 0,01$, * – $p < 0,05$)

		Stiprus	Gražus	Darbštus	Protingas	Draugiškas	Gabus	Vikrus	Aktyvus	Sėkmės lydimas	Drąsus
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Noriu būti fiziškai stiprus	r	0,166(*)	0,290(**)	-0,127	-0,155(*)	0,026	0,000	-0,012	0,053	0,198(**)	-0,093
	p	0,019	0,000	0,074	0,029	0,719	10,000	0,871	0,454	0,005	0,193
	n	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198
Noriu tapti čempionu, rekordininku	r	0,308(**)	-0,073	0,151(*)	-0,037	0,239(**)	0,000	-0,108	-0,191(**)	-0,063	-0,123
	p	0,000	0,309	0,034	0,607	0,001	10,000	0,130	0,007	0,376	0,085
	n	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198
Noriu mokytis su tais pačiais mokslo draugais	r	0,377(**)	-0,164(*)	0,016	-0,090	0,114	0,030	0,209(**)	0,323(**)	-0,126	-0,044
	p	0,000	0,021	0,819	0,209	0,111	0,670	0,003	0,000	0,077	0,535
	n	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198
Noriu išplėsti bendravimo sritį	r	0,398(**)	0,178(*)	0,209(**)	0,178(*)	0,306(**)	0,356(**)	0,285(**)	0,138	0,044	0,524(**)
	p	0,000	0,012	0,003	0,012	0,000	0,000	0,000	0,053	0,542	0,000
	n	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198
Noriu tobulinti save kaip asmenybę	r	0,213(**)	0,145(*)	0,136	0,105	0,318(**)	0,408(**)	0,237(**)	-0,002	-0,041	0,499(**)
	p	0,003	0,041	0,057	0,140	0,000	0,000	0,001	0,979	0,570	0,000
	n	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198
Noriu padidinti savigarbą	r	0,320(**)	0,437(**)	0,267(**)	0,350(**)	0,335(**)	0,443(**)	0,118	0,301(**)	0,218(**)	0,462(**)
	p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,097	0,000	0,002	0,000
	n	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198
Noriu tapti šios sporto šakos treneriu	r	0,287(**)	0,137	0,085	0,247(**)	-0,164(*)	0,139	0,334(**)	-0,085	0,004	0,205(**)
	p	0,000	0,054	0,232	0,000	0,021	0,050	0,000	0,232	0,958	0,004
	n	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198
Noriu tapti profesionaliu sportininku	r	0,299(**)	0,325(**)	0,397(**)	0,269(**)	0,525(**)	0,273(**)	0,374(**)	0,674(**)	0,477(**)	0,507(**)
	p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
	n	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198
Galimybė būti nepriklausomu	r	0,216(**)	0,230(**)	0,302(**)	-0,034	0,278(**)	0,284(**)	0,169(*)	0,033	0,003	0,458(**)
	p	0,002	0,001	0,000	0,633	0,000	0,000	0,017	0,641	0,964	0,000
	n	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198
Pilnai išnaudoti savo sugebėjimus	r	0,446(**)	-0,156(*)	-0,056	0,169(*)	-0,122	0,380(**)	0,164(*)	-0,102	0,136	0,324(**)
	p	0,000	0,028	0,437	0,017	0,086	0,000	0,021	0,155	0,056	0,000
	n	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198
Atsitiktinės aplinkybės	r	0,012	0,220(**)	0,133	-0,112	0,058	-0,248(**)	0,146(*)	0,039	0,280(**)	0,206(**)
	p	0,867	0,002	0,062	0,115	0,419	0,000	0,040	0,588	0,000	0,004
	n	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198

Esant aukštesnei vyresniųjų paauglių savivertei pagal drąsumo kriterijų, svarbesni yra motyvai noras išplėsti bendravimo sritį ($r = 0,524, p < 0,001$), noras tobulinti save kaip asmenybę ($r = 0,499, p < 0,001$), noras padidinti savigarbą ($r = 0,462, p < 0,001$), noras tapti sporto šakos treneriu ($r = 0,205, p < 0,001$), noras tapti profesionaliu sportininku ($r = 0,507, p < 0,001$), galimybė būti nepriklausomu ($r = 0,458, p < 0,001$), bei noras pilnai išnaudoti savo sugebėjimus ($r = 0,324, p < 0,001$) (10 lentelė).

Analizuojant ryšį tarp sportuojančių jaunesniųjų paauglių savęs vertinimo ir psichologinės savijautos mokantis sporto mokykloje nustatyta tendencija (11 lentelė), kad tie paaugliai, kuriems labiau patinka mokytis sporto mokykloje save vertina ir geriau pagal stiprumo ($r = 0,264, p < 0,001$), gražumo ($r = 0,280, p < 0,001$), darbštumo ($r = 0,281, p < 0,001$), protingumo ($r = 0,354, p < 0,001$), draugiškumo ($r = 0,353, p < 0,001$), vikrumo ($r = 0,252, p < 0,001$), aktyvumo ($r = 0,253, p < 0,001$), sėkmės ($r = 0,456, p < 0,001$), drąsumo ($r = 0,335, p < 0,001$) kriterijus.

Jaunesnieji paaugliai, kuriems lengva mokytis sporto mokykloje, jaučiasi stipresni ($r = 0,556, p < 0,001$), gražesni ($r = 0,233, p < 0,001$), protingesni ($r = 0,425, p < 0,001$), aktyvesni ($r = 0,210, p < 0,001$), sėkmės lydimi ($r = 0,694, p < 0,001$).

Tie jaunesnieji paaugliai, kuriems įdomiau mokytis sporto mokykloje, save vertina geriau pagal stiprumo ($r = 0,422, p < 0,001$), protingumo ($r = 0,624, p < 0,001$), draugiškumo ($r = 0,203, p < 0,001$), aktyvumo ($r = 0,324, p < 0,001$), sėkmės ($r = 0,259, p < 0,001$) kriterijus.

Nustatyta tendencija, kad tie paaugliai, kuriems maloniau mokytis sporto mokykloje save vertina ir geriau pagal stiprumo ($r = 0,231, p < 0,001$), gražumo ($r = 0,419, p < 0,001$), darbštumo ($r = 0,482, p < 0,001$), protingumo ($r = 0,542, p < 0,001$), draugiškumo ($r = 0,486, p < 0,001$), vikrumo ($r = 0,429, p < 0,001$), sėkmės ($r = 0,204, p < 0,001$), drąsumo ($r = 0,327, p < 0,001$) kriterijus.

Jaunesnieji paaugliai, kuriems naudingiau mokytis sporto mokykloje save vertina geriau pagal stiprumo ($r = 0,457, p < 0,001$), darbštumo ($r = 0,398, p < 0,001$), draugiškumo ($r = 0,281, p < 0,001$), gabumo ($r = 0,354, p < 0,001$), sėkmės ($r = 0,206, p < 0,001$) kriterijus. O tie jaunesnieji paaugliai, kuriems labiau sekasi mokytis sporto mokykloje, save vertina geriau pagal gražumo ($r = 0,272, p < 0,001$), draugiškumo ($r = 0,292, p < 0,001$), gabumo ($r = 0,202, p < 0,001$), sėkmės ($r = 0,511, p < 0,001$) kriterijus (11 lentelė).

Jaunesniųjų paauglių savęs vertinimo ir psichologinės savijautos mokantis sporto mokykloje koreliacija

		Patinka mokytis	Lengva mokytis	Įdomu	Malonu	Naudinga	Sekasi
		1	2	3	4	5	6
Stiprus	r	0,264(**)	0,556(**)	0,422(**)	0,231(**)	0,457(**)	0,179(**)
	p	0,000	0,000	0,000	0,001	0,000	0,008
	n	217	217	217	217	217	217
Gražus	r	0,280(**)	0,233(**)	0,071	0,419(**)	0,181(**)	0,272(**)
	p	0,000	0,001	0,300	0,000	0,007	0,000
	n	217	217	217	217	217	217
Darbštus	r	0,281(**)	0,018	-0,064	0,482(**)	0,398(**)	-0,114
	p	0,000	0,787	0,350	0,000	0,000	0,093
	n	217	217	217	217	217	217
Protingas	r	0,354(**)	0,425(**)	0,624(**)	0,542(**)	0,197(**)	0,141(*)
	p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,004	0,037
	n	217	217	217	217	217	217
Draugiškas	r	0,353(**)	-0,134(*)	0,203(**)	0,486(**)	0,281(**)	0,292(**)
	p	0,000	0,048	0,003	0,000	0,000	0,000
	n	217	217	217	217	217	217
Gabus	r	0,175(**)	0,031	-0,077	0,105	0,354(**)	0,202(**)
	p	0,010	0,648	0,256	0,123	0,000	0,003
	n	217	217	217	217	217	217
Vikrus	r	0,252(**)	0,054	-0,090	0,429(**)	0,192(**)	-0,114
	p	0,000	0,427	0,188	0,000	0,004	0,093
	n	217	217	217	217	217	217
Aktyvus	r	0,253(**)	0,210(**)	0,324(**)	0,115	-0,160(*)	-0,089
	p	0,000	0,002	0,000	0,090	0,019	0,191
	n	217	217	217	217	217	217
Sėkmės lydimas	r	0,456(**)	0,694(**)	0,259(**)	0,204(**)	0,206(**)	0,511(**)
	p	0,000	0,000	0,000	0,003	0,002	0,000
	n	217	217	217	217	217	217
Drąsus	r	0,335(**)	-0,073	-0,071	0,327(**)	0,127	-0,096
	p	0,000	0,286	0,297	0,000	0,061	0,157
	n	217	217	217	217	217	217

Pastaba: ** – $p < 0,01$, * – $p < 0,05$

Tyrimas parodė, kad sportuojančių vyresniųjų paauglių savęs vertinimą ir psichologinę savijautą mokantis sporto mokykloje sieja ryšys (12 lentelė). Nustatyta, kad tie vyresnieji paaugliai, kuriems labiau patinka mokytis sporto mokykloje save vertina ir geriau pagal gražumo ($r = 0,300$, $p < 0,001$), darbštumo ($r = 0,272$, $p < 0,001$), draugiškumo ($r = 0,162$, $p < 0,001$), aktyvumo ($r = 0,218$, $p < 0,001$), sėkmės ($r = 0,448$, $p < 0,001$), drąsumo ($r = 0,360$, $p < 0,001$) kriterijus.

Vyresniųjų paauglių savęs vertinimo ir psichologinės savijautos mokantis sporto mokykloje koreliacija

		Patinka mokytis	Lengva mokytis	Įdomu	Malonu	Naudinga	Sekasi
		1	2	3	4	5	6
Stiprus	r	0,066	0,267(**)	0,037	0,327(**)	0,068	-0,079
	p	0,353	0,000	0,604	0,000	0,338	0,271
	n	198	198	198	198	198	198
Gražus	r	0,300(**)	0,064	0,316(**)	0,583(**)	-0,133	0,205(**)
	p	0,000	0,374	0,000	0,000	0,061	0,004
	n	198	198	198	198	198	198
Darbštus	r	0,272(**)	0,200(**)	0,385(**)	0,507(**)	-0,115	-0,082
	p	0,000	0,005	0,000	0,000	0,106	0,252
	n	198	198	198	198	198	198
Protingas	r	-0,056	0,468(**)	0,470(**)	0,663(**)	0,172(*)	0,223(**)
	p	0,431	0,000	0,000	0,000	0,015	0,002
	n	198	198	198	198	198	198
Draugiškas	r	0,162(*)	0,220(**)	0,223(**)	0,612(**)	-0,038	0,038
	p	0,022	0,002	0,002	0,000	0,591	0,595
	n	198	198	198	198	198	198
Gabus	r	0,134	0,507(**)	0,421(**)	0,598(**)	0,304(**)	0,408(**)
	p	0,060	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
	n	198	198	198	198	198	198
Vikrus	r	-0,128	-0,099	-0,180(*)	0,345(**)	-0,078	0,030
	p	0,072	0,164	0,011	0,000	0,274	0,674
	n	198	198	198	198	198	198
Aktyvus	r	0,218(**)	0,109	0,155(*)	0,074	0,289(**)	-0,021
	p	0,002	0,127	0,029	0,298	0,000	0,766
	n	198	198	198	198	198	198
Sėkmės lydimas	r	0,448(**)	0,137	-0,089	0,172(*)	0,455(**)	0,181(*)
	p	0,000	0,054	0,213	0,016	0,000	0,010
	n	198	198	198	198	198	198
Drąsus	r	0,360(**)	0,162(*)	-0,112	0,577(**)	-0,144(*)	0,007
	p	0,000	0,023	0,115	0,000	0,042	0,927
	n	198	198	198	198	198	198

Pastaba: ** – $p < 0,01$, * – $p < 0,05$

Vyresnieji paaugliai, kuriems lengviau mokytis sporto mokykloje, jaučiasi stipresni ($r = 0,267$, $p < 0,001$), darbštesni ($r = 0,200$, $p < 0,001$), protingesni ($r = 0,468$, $p < 0,001$), draugiškesni ($r = 0,220$, $p < 0,001$), gabesni ($r = 0,507$, $p < 0,001$).

Tie vyresnieji paaugliai, kuriems įdomiau mokytis sporto mokykloje jie save vertina geriau pagal gražumo ($r = 0,316$, $p < 0,001$), darbštumo ($r = 0,385$, $p < 0,001$), protingumo ($r = 0,470$, $p < 0,001$), draugiškumo ($r = 0,223$, $p < 0,001$), gabumo ($r = 0,421$, $p < 0,001$) kriterijus.

Tiems vyresniems paaugliams, kuriems maloniau mokytis sporto mokykloje, jie save laiko stipresniais ($r = 0,327$, $p < 0,001$), gražesniais ($r = 0,583$, $p < 0,001$), darbštesniais ($r =$

0,507, $p < 0,001$), protingesniais ($r = 0,663$, $p < 0,001$), draugiškesniais ($r = 0,612$, $p < 0,001$), gabesniais ($r = 0,598$, $p < 0,001$), vikresniais ($r = 0,345$, $p < 0,001$) ir drąsesniais ($r = 0,577$, $p < 0,001$).

Vyresnieji paaugliai, kuriems naudingiau mokytis sporto mokykloje save vertina geriau pagal gabumo ($r = 0,304$, $p < 0,001$), aktyvumo ($r = 0,289$, $p < 0,001$), sėkmės ($r = 0,455$, $p < 0,001$) kriterijus.

Vyresnieji paaugliai, kuriems labiau sekasi save vertina gražesniais ($r = 0,205$, $p < 0,001$), protingesniais ($r = 0,223$, $p < 0,001$) ir gabesniais ($r = 0,408$, $p < 0,001$) (12 lentelė).

Tyrimo rezultatai parodė (13 lentelė, 6 priedas), kad svarbiausi motyvai paskatinę lankyti sporto mokyklą paauglius iš pilnų šeimų buvo noras būti fiziškai stipriam, noras tapti čempionu, rekordininku, noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais, taip pat gana svarbūs buvo motyvai noras tobulinti save kaip asmenybę, noras tapti šios sporto šakos treneriu bei noras išplėsti bendravimo sritį. Paaugliams iš nepilnų šeimų svarbiausi motyvai turėję įtakos pasirinkimui mokytis sporto mokykloje buvo noras būti fiziškai stipriam, noras tapti čempionu, rekordininku, noras tobulinti save kaip asmenybę, noras tapti šios sporto šakos treneriu, noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais. Kaip parodė tyrimo rezultatai, paaugliams iš nepilnų šeimų tokie motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam, noras tobulinti save kaip asmenybę ($t(149,588) = 3,657$, $p = 0,000$), noras padidinti savigarbą ($t(413) = 3,107$, $p = 0,002$), noras tapti sporto šakos treneriu, noras tapti profesionaliu sportininku ($t(413) = 2,936$, $p = 0,004$) yra svarbesni negu pilnų šeimų paaugliams.

13 lentelė

Sporto mokyklų mokinių augančių pilnose ir nepilnose šeimose motyvų palyginimas

	Motyvai	Pilna šeima		Nepilna šeima		T- testo rezultatai		
		\bar{x}	σ	\bar{x}	σ	T	df	p
1	Noriu būti fiziškai stiprus	8,90	2,10	9,10	1,21	1,103	208,931	0,271
2	Noriu tapti čempionu, rekordininku	8,21	2,30	7,69	3,12	-1,413	100,311	0,161
3	Noriu mokytis su tais pačiais mokslo draugais	6,29	2,68	4,84	3,25	-3,703	105,901	0,000
4	Noriu išplėsti bendravimo sritį	4,60	2,73	4,15	2,48	-1,349	413	0,178
5	Noriu tobulinti save kaip asmenybę	4,96	2,51	5,90	1,93	3,657	149,588	0,000
6	Noriu padidinti savigarbą	3,48	2,53	4,50	3,09	3,107	413	0,002

7	Noriu tapti šios sporto šakos treneriu	4,90	2,24	5,35	1,71	1,690	413	0,092
8	Noriu tapti profesionaliu sportininku/specialistas	3,89	2,58	4,81	2,31	2,936	413	0,004
9	Galimybė būti nepriklausomu	3,84	2,51	3,39	2,98	-1,381	413	0,168
10	Pilnai išnaudoti savo sugebėjimus	4,13	2,47	3,74	2,71	-1,179	112,376	0,241
11	Atsitiktinės aplinkybės	1,80	2,43	1,54	1,72	-1,123	163,290	0,263

Paaugliams iš pilnų šeimų svarbesni motyvai, lyginant su paaugliais iš nepilnų šeimų, buvo noras tapti čempionu, rekordininku, noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais ($t(105,901) = -3,703, p=0,000$), noras išplėsti bendravimo sritį, noras būti nepriklausomu, ir pilnai išnaudoti savo sugebėjimus (13 lentelė, 6 priedas).

Mokantis sporto mokykloje psichologinė savijauta nežymiai geresnė yra paauglių augančių nepilnose šeimose, negu paauglių augančių pilnose šeimose (14 lentelė, 7 priedas). Augantiems pilnose šeimose sporto mokyklų auklėtiniams yra įdomiau ir maloniau mokytis ($t(164,647) = -5,070, p=0,000$) sporto mokykloje negu tiems kurie auga nepilnose šeimose. Tuo tarpu nepilnose šeimose augantiems paaugliams labiau patinka mokytis sporto mokykloje ($t(154,739) = 2,248, p=0,026$), labiau sekasi ($t(345,215) = 3,545, p=0,000$) bei naudingiau negu paaugliams iš pilnų šeimų. Tiek paaugliai iš pilnų šeimų, tiek paaugliai iš nepilnų šeimų atsakė beveik vienodai dėl mokymosi sporto mokykloje lengvumo (14 lentelė, 7 priedas).

14 lentelė

Sporto mokyklų mokinių augančių pilnose ir nepilnose šeimose psichologinės savijautos palyginimas

	Psichologinės savijautos mokantis vertinimo kriterijai	Pilna šeima		Nepilna šeima		T- testo rezultatai		
		\bar{x}	σ	\bar{x}	σ	T	df	p
1	Patinka mokytis	1,95	1,24	2,23	0,93	2,248	154,739	0,026
2	Lengva mokytis	1,34	1,14	1,33	0,67	-0,126	202,396	0,900
3	Įdomu	2,04	1,01	1,89	0,57	-1,862	210,928	0,064
4	Malonu	1,79	0,95	1,33	0,67	-5,070	164,647	0,000
5	Naudinga	2,18	1,01	2,33	0,47	1,877	269,005	0,062
6	Sekasi	1,36	1,67	1,76	0,62	3,545	345,215	0,000
7	Bendras	1,77	0,81	1,81	0,28	0,570	367,624	0,569

15 lentelėje ir 8 priede pateikiame paauglių iš pilnų ir nepilnų šeimų besimokančių sporto mokykloje vertybinių orientacijų palyginimą. Augantiems pilnose šeimose paaugliams, kurie lanko sporto mokyklą, svarbiausios vertybės gyvenime yra geros gyvenimo sąlygos, sporto pergalės, geri santykiai su bendraamžiais, sveikata, meilė šeimoje, galimybė dirbti mėgstamą darbą, galimybė augti kaip asmenybei, o paaugliams augantiems nepilnose šeimose svarbiausios vertybės gyvenime yra sporto pergalės, geros gyvenimo sąlygos, galimybė augti kaip asmenybei, sveikata, galimybė dirbti mėgstamą darbą, galimybė nuolat mokytis ir tobulėti, o meilė šeimoje paaugliams iš nepilnų šeimų kaip vertybė yra tik septintoje vietoje, taip pat paaugliai iš nepilnų šeimų nelabai vertina ir gerus santykius su bendraamžiais.

15 lentelė

Sporto mokyklų mokinių augančių pilnose ir nepilnose šeimose vertybinių orientacijų palyginimas

	Vertybinės orientacijos	Pilna šeima		Nepilna šeima		T- testo rezultatai		
		\bar{x}	σ	\bar{x}	σ	T	df	p
1	Geros gyvenimo sąlygos	7,15	2,90	7,76	2,64	1,727	413	0,085
2	Galimybė dirbti mėgstamą darbą	5,49	2,59	5,41	2,65	-0,247	413	0,805
3	Galimybė augti kaip asmenybei	5,45	2,11	5,71	2,15	1,005	413	0,315
4	Sveikata	6,39	2,72	5,54	1,79	-3,406	177,899	0,001
5	Meilė šeimoje	5,67	2,75	4,99	1,78	-2,740	180,792	0,007
6	Geri santykiai su bendraamžiais	6,45	2,25	4,80	1,94	-6,611	134,191	0,000
7	Geri santykiai su mokytojais	1,87	2,03	1,91	2,30	0,169	413	0,866
8	Galimybė kurti	3,99	2,62	3,09	2,35	-2,818	413	0,005
9	Galimybė nuolat mokytis ir tobulėti	4,04	2,91	5,13	3,52	2,559	106,226	0,012
10	Sporto pergalės	6,88	3,16	9,10	1,87	8,179	200,769	0,000
11	Galimybė valdyti kitus	1,63	2,24	1,56	2,19	-0,232	413	0,817

Analizuojant kokiomis vertybinėmis orientacijomis skiriasi pilnose ir nepilnose šeimose augantys paaugliai, besimokantys sporto mokykloje, pastebėjome, jog nepilnose šeimose augančių paauglių didesnis šių vertybių: gerų gyvenimo sąlygų, galimybės augti kaip asmenybei, gerų santykių su mokytojais, galimybės nuolat mokytis ir tobulėti ($t(106,226) = 2,559$, $p=0,012$), sporto pergalių vertinimas ($t(200,769) = 8,179$, $p=0,000$), o pilnose šeimose augančių paauglių

didesnis galimybės dirbti mėgstamą darbą, sveikatos ($t(177,899) = -3,406, p=0,001$), meilės šeimoje ($t(180,792) = -2,740, p=0,007$), gerų santykių su bendraamžiais ($t(134,191) = -6,611, p=0,000$) bei galimybės kurti vertinimas ($t(413) = -2,818, p=0,005$) (15 lentelė, 8 priede).

Lyginant pilnose ir nepilnose šeimose augančių paauglių, kurie lanko sporto mokyklą, bendrą savęs vertinimą nustatėme, kad pilnose šeimose augančių sportuojančių paauglių savęs vertinimas yra didesnis už nepilnose šeimose augančių sportuojančių paauglių savęs vertinimą ($t(112,292) = -3,435, p=0,001$) (16 lentelė, 9 priedas).

Geriausiai pilnose šeimose augantys sportuojantys paaugliai save vertino pagal vikrumo, aktyvumo, drąsumo, stiprumo, draugiškumo kriterijus, o nepilnose šeimose augantys paaugliai geriausiai save vertino pagal stiprumo, vikrumo, drąsumo, aktyvumo bei draugiškumo kriterijus. Mažiausias savęs vertinimas paauglių iš pilnų šeimų tarpe buvo pagal sėkmės ir gražumo kriterijus, o paauglių iš nepilnų šeimų tarpe mažiausias savęs vertinimas buvo pagal darbštumo, protingumo ir gražumo kriterijus.

16 lentelė

Sporto mokyklų mokinių augančių pilnose ir nepilnose šeimose savęs vertinimo palyginimas

Savęs vertinimo kriterijai	Pilna šeima		Nepilna šeima		T- testo rezultatai		
	\bar{x}	σ	\bar{x}	σ	T	df	p
S1 – stiprus	2,14	0,98	2,11	0,75	-0,250	151,626	0,803
S2 – gražus	1,27	1,10	1,11	0,89	-1,321	143,845	0,189
S3 – darbštus	1,52	1,19	1,10	1,30	-2,796	413	0,005
S4 – protingas	1,34	1,04	1,10	1,11	-1,829	413	0,068
S5 – draugiškas	2,09	0,90	1,54	0,95	-4,832	413	0,000
S6 – gabus	1,29	1,08	1,44	0,84	1,360	148,841	0,176
S7 – vikrus	2,69	0,56	2,10	0,88	-5,748	94,894	0,000
S8 – aktyvus	2,33	0,83	1,66	1,17	-4,791	98,969	0,000
S9 – sėkmės lydimas	1,19	1,72	1,20	1,32	0,034	150,393	0,973
S10–drąsus	2,21	0,95	1,78	0,80	-4,212	138,641	0,000
S bendras	1,81	0,63	1,51	0,70	-3,435	112,292	0,001

Pilnose šeimose augančių sportuojančių paauglių savęs vertinimas buvo didesnis pagal stiprumo, grožio, darbštumo ($t(413) = -2,796, p=0,005$), protingumo, draugiškumo ($t(413) = -4,832, p=0,000$), vikrumo ($t(94,894) = -5,748, p=0,000$), aktyvumo ($t(98,969) = -4,791, p=0,000$), drąsumo kriterijus ($t(138,641) = -4,212, p=0,000$), o nepilnose šeimose augančių sportuojančių paauglių savęs vertinimas buvo nežymiai didesnis pagal gabumo ir sėkmės kriterijų.

Analizuojant pilnose ir nepilnose šeimose augančių paauglių motyvų ir psichologinės savijautos mokantis sporto mokykloje koreliacinius ryšius nustatėme, kad tuo labiau pilnose šeimose augantiems paaugliams patinka mokytis sporto mokykloje tuo labiau jiems svarbūs tokie motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam ($r = 0,288$, $p < 0,001$), noras tapti čempionu, rekordininku ($r = 0,288$, $p < 0,001$), noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais ($r = 0,105$), noras tobulinti save kaip asmenybę ($r = 0,223$, $p < 0,001$), noras padidinti savigarbą ($r = 0,189$, $p < 0,001$), noras tapti šios sporto šakos treneriu ($r = 0,129$, $p < 0,05$), noras tapti profesionaliu sportininku ($r = 0,147$, $p < 0,001$), pilnai išnaudoti savo sugebėjimus ($r = 0,198$, $p < 0,001$) (17 lentelė).

Kuo lengviau mokytis sporto mokykloje pilnose šeimose augantiems paaugliams, tuo labiau jiems svarbūs tokie motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam ($r = 0,305$, $p < 0,001$), noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais ($r = 0,196$, $p < 0,001$), noras išplėsti bendravimo sritį ($r = 0,202$, $p < 0,001$), noras tobulinti save kaip asmenybę ($r = 0,445$, $p < 0,001$), noras padidinti savigarbą ($r = 0,227$, $p < 0,001$), noras tapti šios sporto šakos treneriu ($r = 0,122$, $p < 0,05$), noras tapti profesionaliu sportininku ($r = 0,128$, $p < 0,001$), pilnai išnaudoti savo sugebėjimus ($r = 0,223$, $p < 0,001$).

Kuo įdomiau mokytis sporto mokykloje pilnose šeimose augantiems paaugliams, tuo labiau jiems svarbūs tokie motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam ($r = 0,344$, $p < 0,001$), noras tapti čempionu, rekordininku ($r = 0,112$, $p < 0,05$), noras išplėsti bendravimo sritį ($r = 0,163$, $p < 0,001$), noras tobulinti save kaip asmenybę ($r = 0,311$, $p < 0,001$), noras padidinti savigarbą ($r = 0,194$, $p < 0,001$), noras tapti profesionaliu sportininku ($r = 0,185$, $p < 0,001$), pilnai išnaudoti savo sugebėjimus ($r = 0,139$, $p < 0,05$) (17 lentelė).

Kuo maloniau pilnose šeimose augantiems paaugliams mokytis sporto mokykloje, tuo labiau jiems svarbūs tokie motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam ($r = 0,207$, $p < 0,001$), noras tapti čempionu, rekordininku ($r = 0,335$, $p < 0,001$), noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais ($r = 0,153$, $p < 0,001$), noras tobulinti save kaip asmenybę ($r = 0,159$, $p < 0,001$), noras padidinti savigarbą ($r = 0,140$, $p < 0,05$), noras tapti šios sporto šakos treneriu ($r = 0,163$, $p < 0,001$).

Kuo naudingiau mokytis sporto mokykloje pilnose šeimose augantiems paaugliams, tuo labiau jiems svarbūs tokie motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam ($r = 0,198$, $p < 0,001$), noras tapti čempionu, rekordininku ($r = 0,193$, $p < 0,001$), noras tobulinti save kaip asmenybę ($r = 0,149$, $p < 0,001$), noras tapti profesionaliu sportininku ($r = 0,144$, $p < 0,001$), noras pilnai išnaudoti savo sugebėjimus ($r = 0,322$, $p < 0,001$).

Kuo labiau sekasi pilnose šeimose augantiems paaugliams mokytis sporto mokykloje, tuo labiau jiems svarbūs tokie motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam ($r = 0,366$,

p<0,001), noras tapti čempionu, rekordininku (r = 0,463, p<0,001), noras tobulinti save kaip asmenybę (r = 0,525, p<0,001), noras tapti profesionaliu sportininku (r = 0,389, p<0,001), noras pilnai išnaudoti savo sugebėjimus (r = 0,400, p<0,001) (17 lentelė).

17 lentelė

Paauglių iš pilnų šeimų motyvacijos ir psichologinės savijautos mokantis sporto mokykloje koreliacija

		Patinka mokytis	Lengva mokytis	Įdomu	Malonu	Naudinga	Sekasi
		1	2	3	4	5	6
Noriu būti fiziškai stiprus	r	0,288(**)	0,305(**)	0,344(**)	0,207(**)	0,198(**)	0,366(**)
	p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
	n	335	335	335	335	335	335
Noriu tapti čempionu, rekordininku	r	0,288(**)	-0,006	0,112(*)	0,335(**)	0,193(**)	0,463(**)
	p	0,000	0,918	0,040	0,000	0,000	0,000
	n	335	335	335	335	335	335
Noriu mokytis su tais pačiais mokslo draugais	r	0,105	0,196(**)	0,023	0,153(**)	0,009	0,095
	p	0,054	0,000	0,675	0,005	0,866	0,084
	n	335	335	335	335	335	335
Noriu išplėsti bendravimo sritį	r	0,025	0,202(**)	0,163(**)	0,020	-0,068	-0,044
	p	0,643	0,000	0,003	0,712	0,212	0,427
	n	335	335	335	335	335	335
Noriu tobulinti save kaip asmenybę	r	0,223(**)	0,445(**)	0,311(**)	0,159(**)	0,149(**)	0,525(**)
	p	0,000	0,000	0,000	0,003	0,006	0,000
	n	335	335	335	335	335	335
Noriu padidinti savigarbą	r	0,189(**)	0,227(**)	0,194(**)	0,140(*)	-0,058	-0,035
	p	0,000	0,000	0,000	0,010	0,291	0,528
	n	335	335	335	335	335	335
Noriu tapti šios sporto šakos treneriu	r	0,129(*)	0,122(*)	0,011	0,163(**)	-0,077	-0,020
	p	0,018	0,026	0,836	0,003	0,160	0,716
	n	335	335	335	335	335	335
Noriu tapti profesionaliu sportininku	r	0,147(**)	0,128(*)	0,185(**)	0,105	0,144(**)	0,389(**)
	p	0,007	0,019	0,001	0,055	0,008	0,000
	n	335	335	335	335	335	335
Galimybė būti nepriklausomu	r	-0,061	0,102	-0,157(**)	0,043	0,289(**)	-0,106
	p	0,264	0,062	0,004	0,434	0,000	0,053
	n	335	335	335	335	335	335
Pilnai išnaudoti savo sugebėjimus	r	0,198(**)	0,223(**)	0,139(*)	0,044	0,322(**)	0,400(**)
	p	0,000	0,000	0,011	0,418	0,000	0,000
	n	335	335	335	335	335	335
Atsitiktinės aplinkybės	r	-0,555(**)	-0,101	-0,282(**)	0,071	-0,435(**)	-0,369(**)
	p	0,000	0,064	0,000	0,196	0,000	0,000
	n	335	335	335	335	335	335

Pastaba: ** – p<0,01, * – p<0,05

Analizuojant ryšį tarp paauglių iš nepilnų šeimų motyvacijos ir psichologinės savijautos mokantis sporto mokykloje (18 lentelė), pastebėta tendencija, kad kuo labiau patinka

paaugliams iš nepilnų šeimų mokytis sporto mokykloje tuo labiau svarbūs tokie motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam ($r = 0,793$, $p < 0,001$), noras tapti čempionu, rekordininku ($r = 0,611$, $p < 0,001$), noras tobulinti save kaip asmenybę ($r = 0,369$, $p < 0,001$), noras padidinti savigarbą ($r = 0,278$, $p < 0,001$), noras tapti sporto šakos treneriu ($r = 0,623$, $p < 0,001$) ar pilnai išnaudoti savo sugebėjimus ($r = 0,203$, $p < 0,001$).

18 lentelė

Paauglių iš nepilnų šeimų motyvacijos ir psichologinės savijautos mokantis sporto mokykloje koreliacija

		Patinka mokytis	Lengva mokytis	Įdomu	Malonu	Naudinga	Sekasi
		1	2	3	4	5	6
Noriu būti fiziškai stiprus	r	0,793(**)	0,225(*)	0,674(**)	-0,056	0,480(**)	0,471(**)
	p	0,000	0,045	0,000	0,620	0,000	0,000
	n	80	80	80	80	80	80
Noriu tapti čempionu, rekordininku	r	0,611(**)	-0,156	0,362(**)	0,224(*)	0,454(**)	0,092
	p	0,000	0,166	0,001	0,046	0,000	0,418
	n	80	80	80	80	80	80
Noriu mokytis su tais pačiais mokslo draugais	r	0,125	0,262(*)	-0,010	0,262(*)	0,076	0,519(**)
	p	0,267	0,019	0,930	0,019	0,502	0,000
	n	80	80	80	80	80	80
Noriu išplėsti bendravimo sritį	r	0,184	0,556(**)	0,309(**)	-0,007	-0,010	0,322(**)
	p	0,103	0,000	0,005	0,952	0,932	0,004
	n	80	80	80	80	80	80
Noriu tobulinti save kaip asmenybę	r	0,369(**)	0,404(**)	0,627(**)	-0,141	0,425(**)	0,294(**)
	p	0,001	0,000	0,000	0,214	0,000	0,008
	n	80	80	80	80	80	80
Noriu padidinti savigarbą	r	0,278(*)	0,494(**)	0,289(**)	0,329(**)	0,078	0,563(**)
	p	0,013	0,000	0,009	0,003	0,491	0,000
	n	80	80	80	80	80	80
Noriu tapti šios sporto šakos treneriu	r	0,623(**)	0,307(**)	0,041	0,287(**)	-0,127	0,230(*)
	p	0,000	0,006	0,721	0,010	0,262	0,040
	n	80	80	80	80	80	80
Noriu tapti profesionaliu sportininku	r	-0,087	0,598(**)	0,275(*)	-0,083	0,301(**)	0,600(**)
	p	0,445	0,000	0,014	0,465	0,007	0,000
	n	80	80	80	80	80	80
Galimybė būti nepriklausomu	r	0,321(**)	0,703(**)	0,026	0,190	0,026	0,693(**)
	p	0,004	0,000	0,820	0,092	0,816	0,000
	n	80	80	80	80	80	80
Pilnai išnaudoti savo sugebėjimus	r	0,203	0,403(**)	0,494(**)	0,287(**)	0,038	0,075
	p	0,071	0,000	0,000	0,010	0,738	0,507
	n	80	80	80	80	80	80
Atsitiktinės aplinkybės	r	-0,005	0,417(**)	0,062	0,417(**)	0,032	0,310(**)
	p	0,962	0,000	0,585	0,000	0,781	0,005
	n	80	80	80	80	80	80

Pastaba: ** – $p < 0,01$, * – $p < 0,05$

Kuo lengviau mokytis sporto mokykloje nepilnose šeimose augantiems paaugliams, tuo labiau jiems svarbūs tokie motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam ($r = 0,225$, $p < 0,001$), noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais ($r = 0,262$, $p < 0,001$), noras išplėsti bendravimo sritį ($r = 0,556$, $p < 0,001$), noras tobulinti save kaip asmenybę ($r = 0,404$, $p < 0,001$), noras padidinti savigarbą ($r = 0,494$, $p < 0,001$), noras tapti šios sporto šakos treneriu ($r = 0,307$, $p < 0,05$), noras tapti profesionaliu sportininku ($r = 0,598$, $p < 0,001$), pilnai išnaudoti savo sugebėjimus ($r = 0,403$, $p < 0,001$).

Kuo įdomiau mokytis sporto mokykloje nepilnose šeimose augantiems paaugliams, tuo labiau jiems svarbūs tokie motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam ($r = 0,674$, $p < 0,001$), noras tapti čempionu, rekordininku ($r = 0,362$, $p < 0,05$), noras išplėsti bendravimo sritį ($r = 0,309$, $p < 0,001$), noras tobulinti save kaip asmenybę ($r = 0,627$, $p < 0,001$), noras padidinti savigarbą ($r = 0,289$, $p < 0,001$), noras tapti profesionaliu sportininku ($r = 0,275$, $p < 0,001$), pilnai išnaudoti savo sugebėjimus ($r = 0,494$, $p < 0,05$) (18 lentelė).

Kuo maloniau nepilnose šeimose augantiems paaugliams mokytis sporto mokykloje, tuo labiau jiems svarbūs tokie motyvai kaip noras tapti čempionu, rekordininku ($r = 0,224$, $p < 0,001$), noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais ($r = 0,262$, $p < 0,001$), noras padidinti savigarbą ($r = 0,329$, $p < 0,05$), noras tapti šios sporto šakos treneriu ($r = 0,287$, $p < 0,001$) bei pilnai išnaudoti savo sugebėjimus ($r = 0,287$, $p < 0,001$).

Kuo naudingiau mokytis sporto mokykloje nepilnose šeimose augantiems paaugliams, tuo labiau jiems svarbūs tokie motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam ($r = 0,480$, $p < 0,001$), noras tapti čempionu, rekordininku ($r = 0,454$, $p < 0,001$), noras tobulinti save kaip asmenybę ($r = 0,425$, $p < 0,001$), noras tapti profesionaliu sportininku ($r = 0,301$, $p < 0,001$).

Kuo labiau sekasi nepilnose šeimose augantiems paaugliams mokytis sporto mokykloje, tuo labiau jiems svarbūs tokie motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam ($r = 0,471$, $p < 0,001$), noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais ($r = 0,519$, $p < 0,001$), noras išplėsti bendravimo sritį ($r = 0,322$, $p < 0,001$), noras tobulinti save kaip asmenybę ($r = 0,294$, $p < 0,001$), noras padidinti savigarbą ($r = 0,563$, $p < 0,001$), noras tapti profesionaliu sportininku ($r = 0,600$, $p < 0,001$) bei galimybė būti nepriklausomu ($r = 0,693$, $p < 0,001$) (18 lentelė).

Analizuojant ryšį tarp sportuojančių jaunesniųjų paauglių iš kaimo motyvacijos ir savęs vertinimo pastebėta tendencija (19 lentelė), kad jaunesnieji paaugliai iš kaimo, kurie sportinę veiklą pasirinko dėl motyvo būti fiziškai stipresniam, save laiko stipresniais, protingesniais, draugiškesniais, vikresniais, labiau lydimais sėkmės. Labiau norintys tapti čempionu rekordininku jaunesnieji paaugliai iš kaimo jaučiasi stipresni, gražesni, darbštesni, protingesni, draugiškesni, gabetesni, vikresni, o norintys mokytis su tais pačiais mokslo draugais jaučiasi gražesni, darbštesni, draugiškesni ir drąsesni.

Jaunesniųjų kaimo paauglių besimokančių sporto mokykloje motyvacijos ir savęs vertinimo koreliacija (** – $p < 0,01$, * – $p < 0,05$)

		Stiprus	Gražus	Darbštus	Protingas	Draugiškas	Gabus	Vikrus	Aktyvus	Sėkmės lydimas	Drašus
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Noriu būti fiziškai stiprus	r	0,545(**)	0,081	-0,083	0,397(**)	0,442(**)	0,107	0,261(*)	-0,147	0,423(**)	-0,174
	p	0,000	0,440	0,424	0,000	0,000	0,305	0,011	0,157	0,000	0,094
	n	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94
Noriu tapti čempionu, rekordininku	r	0,204(*)	0,550(**)	0,432(**)	0,368(**)	0,380(**)	0,352(**)	0,272(**)	-0,021	0,018	0,207(*)
	p	0,049	0,000	0,000	0,000	0,000	0,001	0,008	0,838	0,861	0,045
	n	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94
Noriu mokytis su tais pačiais mokslo draugais	r	0,050	0,514(**)	0,543(**)	-0,134	0,554(**)	0,068	0,296(**)	-0,069	0,221(*)	0,443(**)
	p	0,633	0,000	0,000	0,199	0,000	0,515	0,004	0,507	0,033	0,000
	n	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94
Noriu išplėsti bendravimo sritį	r	0,565(**)	0,254(*)	-0,045	0,419(**)	0,077	0,205(*)	-0,142	0,023	0,382(**)	-0,059
	p	0,000	0,014	0,668	0,000	0,462	0,047	0,171	0,829	0,000	0,571
	n	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94
Noriu tobulinti save kaip asmenybę	r	0,065	0,083	-0,063	0,174	0,239(*)	0,315(**)	-0,162	0,003	0,599(**)	-0,118
	p	0,533	0,427	0,547	0,094	0,021	0,002	0,120	0,979	0,000	0,257
	n	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94
Noriu padidinti savigarbą	r	0,069	0,387(**)	0,447(**)	0,048	0,368(**)	-0,027	-0,049	-0,082	-0,058	0,064
	p	0,512	0,000	0,000	0,648	0,000	0,799	0,636	0,433	0,577	0,540
	n	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94
Noriu tapti šios sporto šakos treneriu	r	0,312(**)	-0,136	0,152	-0,082	0,202	-0,021	0,294(**)	0,366(**)	-0,172	0,252(*)
	p	0,002	0,191	0,145	0,431	0,051	0,844	0,004	0,000	0,098	0,014
	n	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94
Noriu tapti profesionaliu sportininku	r	0,127	0,604(**)	0,657(**)	0,119	0,586(**)	0,386(**)	0,266(**)	-0,072	0,446(**)	0,417(**)
	p	0,223	0,000	0,000	0,251	0,000	0,000	0,009	0,488	0,000	0,000
	n	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94
Galimybė būti nepriklausomu	r	0,062	0,055	-0,170	0,078	0,046	-0,002	0,222(*)	-0,176	0,075	0,005
	p	0,553	0,597	0,101	0,455	0,660	0,988	0,031	0,089	0,470	0,963
	n	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94
Pilnai išnaudoti savo sugebėjimus	r	0,253(*)	0,174	-0,033	0,237(*)	0,228(*)	0,106	0,516(**)	0,102	0,309(**)	0,194
	p	0,014	0,094	0,751	0,021	0,027	0,308	0,000	0,329	0,002	0,061
	n	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94
Atsitiktinės aplinkybės	r	0,004	0,095	0,058	0,082	0,141	0,344(**)	0,088	0,180	0,042	0,148
	p	0,972	0,362	0,579	0,434	0,176	0,001	0,401	0,082	0,689	0,154
	n	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94

Vyresniųjų kaimo paauglių besimokančių sporto mokykloje motyvacijos ir savęs vertinimo koreliacija (** – p<0,01, * – p<0,05)

		Stiprus	Gražus	Darbštus	Protingas	Draugiškas	Gabus	Vikrus	Aktyvus	Sėkmės lydimas	Dražus
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Noriu būti fiziškai stiprus	r	0,154	0,310(**)	-0,154	-0,172	0,021	-0,013	-0,022	0,069	-0,198	-0,113
	p	0,155	0,003	0,155	0,110	0,848	0,906	0,837	0,528	0,066	0,299
	n	87	87	87	87	87	87	87	87	87	87
Noriu tapti čempionu, rekordininku	r	0,301(**)	-0,062	-0,137	-0,027	0,236(*)	0,009	-0,101	-0,203	-0,065	-0,112
	p	0,005	0,565	0,205	0,807	0,028	0,933	0,351	0,060	0,549	0,303
	n	87	87	87	87	87	87	87	87	87	87
Noriu mokytis su tais pačiais mokslo draugais	r	0,403(**)	-0,148	0,046	-0,073	0,122	0,047	0,225(*)	0,311(**)	-0,130	-0,023
	p	0,000	0,170	0,672	0,503	0,261	0,665	0,036	0,003	0,229	0,834
	n	87	87	87	87	87	87	87	87	87	87
Noriu išplėsti bendravimo sritį	r	0,389(**)	0,164	0,189	0,165	0,304(**)	0,347(**)	0,277(**)	0,155	0,046	0,514(**)
	p	0,000	0,129	0,079	0,127	0,004	0,001	0,009	0,151	0,670	0,000
	n	87	87	87	87	87	87	87	87	87	87
Noriu tobulinti save kaip asmenybę	r	0,204	0,135	0,121	0,095	0,316(**)	0,403(**)	0,231(*)	0,009	-0,039	0,493(**)
	p	0,058	0,211	0,264	0,379	0,003	0,000	0,031	0,937	0,718	0,000
	n	87	87	87	87	87	87	87	87	87	87
Noriu padidinti savigarbą	r	0,315(**)	0,433(**)	0,260(*)	0,345(**)	0,333(**)	0,440(**)	0,113	0,312(**)	0,219(*)	0,459(**)
	p	0,003	0,000	0,015	0,001	0,002	0,000	0,296	0,003	0,041	0,000
	n	87	87	87	87	87	87	87	87	87	87
Noriu tapti šios sporto šakos treneriu	r	0,280(**)	0,149	0,103	0,260(*)	-0,161	0,149	0,329(**)	-0,096	0,002	-0,196
	p	0,009	0,169	0,344	0,015	0,136	0,168	0,002	0,378	0,983	0,069
	n	87	87	87	87	87	87	87	87	87	87
Noriu tapti profesionaliu sportininku	r	0,306(**)	0,333(**)	0,412(**)	0,276(**)	0,528(**)	0,279(**)	0,379(**)	0,674(**)	0,477(**)	0,518(**)
	p	0,004	0,002	0,000	0,010	0,000	0,009	0,000	0,000	0,000	0,000
	n	87	87	87	87	87	87	87	87	87	87
Galimybė būti nepriklausomu	r	0,215(*)	0,229(*)	0,302(**)	-0,032	0,278(**)	0,283(**)	-0,168	0,031	0,003	0,459(**)
	p	0,046	0,033	0,004	0,771	0,009	0,008	0,119	0,776	0,979	0,000
	n	87	87	87	87	87	87	87	87	87	87
Pilnai išnaudoti savo sugebėjimus	r	0,450(**)	-0,158	-0,058	-0,171	-0,123	0,383(**)	-0,165	-0,101	0,136	0,329(**)
	p	0,000	0,144	0,594	0,113	0,258	0,000	0,126	0,351	0,209	0,002
	n	87	87	87	87	87	87	87	87	87	87
Atsitiktinės aplinkybės	r	0,018	0,228(*)	0,145	-0,107	0,060	0,244(*)	0,151	0,033	0,280(**)	0,216(*)
	p	0,867	0,034	0,180	0,324	0,581	0,023	0,162	0,761	0,009	0,045
	n	87	87	87	87	87	87	87	87	87	87

Jaunesnieji paaugliai iš kaimo norintys tapti profesionaliais sportininkais save laiko gražesniais, darbštesniais, draugiškesniais, gabesniais vikresniais, sėkmės lydimais ir drąsesniais.

Analizuojant ryšį tarp sportuojančių vyresniųjų paauglių iš kaimo motyvų ir savęs vertinimo pastebėta tendencija (20 lentelė), kad kuo aukštesnė vyresniųjų paauglių savivertė pagal stiprumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai yra noras tapti čempionu, rekordininku, noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais, noras išplėsti bendravimo sritį, noras padidinti savigarbą, noras tapti sporto šakos treneriu, noras tapti profesionaliu sportininku bei noras pilnai išnaudoti savo sugebėjimus.

Kuo aukštesnė vyresniųjų paauglių iš kaimo savivertė pagal grožio kriterijų, tuo svarbesni motyvai yra noras būti fiziškai stipriam, noras padidinti savigarbą, noras tapti profesionaliu sportininku. Kuo aukštesnė vyresniųjų paauglių iš kaimo savivertė pagal protingumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai yra noras padidinti savigarbą, noras tapti sporto šakos treneriu, noras tapti profesionaliu sportininku.

Kuo aukštesnė vyresniųjų paauglių iš kaimo savivertė pagal draugiškumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai yra noras išplėsti bendravimo sritį, noras tobulinti save kaip asmenybę, noras padidinti savigarbą, noras tapti profesionaliu sportininku ir galimybė būti nepriklausomu.

Kuo aukštesnė vyresniųjų paauglių iš kaimo savivertė pagal gabumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai yra noras išplėsti bendravimo sritį, noras tobulinti save kaip asmenybę, noras padidinti savigarbą, noras tapti profesionaliu sportininku, galimybė būti nepriklausomu bei noras pilnai išnaudoti savo sugebėjimus.

Esant aukštesnei vyresniųjų paauglių iš kaimo savivertei pagal drąsumo kriterijų, svarbesni yra motyvai noras išplėsti bendravimo sritį, noras tobulinti save kaip asmenybę, noras padidinti savigarbą, noras tapti profesionaliu sportininku ir pilnai išnaudoti savo sugebėjimus.

Analizuojant ryšį tarp sportuojančių jaunesniųjų paauglių iš miesto motyvų ir savęs vertinimo nustatyta tendencija, kad kuo aukščiau jaunesnieji paaugliai iš miesto save vertina pagal stiprumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai kaip noras būti fiziškai, noras išplėsti bendravimo sritį, noras tapti sporto šakos treneriu bei noras pilnai išnaudoti sugebėjimus (21 lentelė).

Jaunesnieji paaugliai iš miesto, kurie daugiau save vertina pagal gražumo kriterijų, tuo jiems svarbesni motyvai tapti čempionu rekordininku, mokytis su tais pačiais mokslo draugais, išplėsti bendravimo sritį, padidinti savo savigarbą bei noras tapti profesionaliu sportininku.

Nustatyta, kad sportuojantys jaunesnieji paaugliai iš miesto, kurie daugiau save vertina pagal protingumo kriterijų, tuo labiau nori būti stipresni, tapti čempionu, rekordininku, nori išplėsti bendravimo sritį bei pilnai išnaudoti savo sugebėjimus.

Kuo aukščiau jaunesnieji paaugliai iš miesto save vertina pagal draugiškumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam, noras tapti čempionu rekordininku, noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais, noras tobulinti save kaip asmenybę, noras padidinti savigarbą, noras tapti profesionaliu sportininku bei noras pilnai išnaudoti sugebėjimus (21 lentelė).

Kuo aukščiau jaunesnieji paaugliai iš miesto save vertina pagal gabumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai yra noras tapti čempionu rekordininku, noras tobulinti save kaip asmenybę bei noras tapti profesionaliu sportininku.

Aukščiau jaunesnieji paaugliai iš miesto save vertinantys pagal sėkmingumo kriterijų, svarbesniais motyvais laiko: norą būti fiziškai stipriam, norą mokytis su tais pačiais mokslo draugais, norą išplėsti bendravimo sritį, norą tobulinti save kaip asmenybę, norą tapti profesionaliu sportininku bei pilnai išnaudoti savo sugebėjimus.

Kuo aukščiau jaunesnieji paaugliai iš miesto save vertina pagal drąsumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai yra noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais, noras tapti šios sporto šakos treneriu bei noras tapti profesionaliu sportininku (21 lentelė).

Analizuojant ryšį tarp sportuojančių vyresniųjų paauglių iš miesto motyvų ir savęs vertinimo pastebėta tendencija (22 lentelė), kad kuo aukštesnė vyresniųjų paauglių iš miesto savivertė pagal stiprumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai yra noras tapti čempionu, rekordininku, noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais, noras išplėsti bendravimo sritį, noras padidinti savigarbą, noras tapti sporto šakos treneriu, noras tapti profesionaliu sportininku ir noras pilnai išnaudoti savo sugebėjimus.

Kuo aukštesnė vyresniųjų paauglių iš miesto savivertė pagal grožio kriterijų, tuo svarbesni motyvai yra noras būti fiziškai stipriam, noras padidinti savigarbą, noras tapti profesionaliu sportininku.

Kuo aukštesnė vyresniųjų paauglių iš miesto savivertė pagal darbštumo, protingumo ir aktyvumo kriterijus, tuo svarbesni motyvai yra noras padidinti savigarbą ir noras tapti profesionaliu sportininku.

Kuo aukštesnė vyresniųjų paauglių iš miesto savivertė pagal draugiškumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai yra noras išplėsti bendravimo sritį, noras tobulinti save kaip asmenybę, noras padidinti savigarbą, noras tapti profesionaliu sportininku ir galimybė būti nepriklausomu.

Kuo aukštesnė vyresniųjų paauglių iš miesto savivertė pagal gabumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai yra noras išplėsti bendravimo sritį, noras tobulinti save kaip asmenybę, noras padidinti savigarbą, noras tapti profesionaliu sportininku, galimybė būti nepriklausomu bei noras pilnai išnaudoti savo sugebėjimus. Esant aukštesnei vyresniųjų paauglių iš miesto savivertei pagal drąsumo kriterijų, svarbesni yra motyvai noras išplėsti bendravimo sritį, noras tobulinti

save kaip asmenybę, noras padidinti savigarbą, noras tapti profesionaliu sportininku, galimybė būti nepriklausomu bei noras pilnai išnaudoti savo sugebėjimus (22 lentelė).

Jaunesniųjų miesto paauglių besimokančių sporto mokykloje motyvacijos ir savęs vertinimo koreliacija (** – $p < 0,01$, * – $p < 0,05$)

		Stiprus	Gražus	Darbštus	Protingas	Draugiškas	Gabus	Vikrus	Aktyvus	Sėkmės lydimas	Drašus
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Noriu būti fiziškai stiprus	r	0,531(**)	0,069	-0,099	0,384(**)	0,445(**)	0,099	0,266(**)	-0,152	0,426(**)	-0,176
	p	0,000	0,446	0,275	0,000	0,000	0,275	0,003	0,094	0,000	0,052
	n	123	123	123	123	123	123	123	123	123	123
Noriu tapti čempionu, rekordininku	r	0,209(*)	0,542(**)	0,435(**)	0,372(**)	0,392(**)	0,355(**)	0,274(**)	-0,023	0,015	0,204(*)
	p	0,020	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,002	0,800	0,865	0,023
	n	123	123	123	123	123	123	123	123	123	123
Noriu mokytis su tais pačiais mokslo draugais	r	0,067	0,538(**)	0,531(**)	-0,131	0,543(**)	0,072	0,290(**)	-0,074	0,247(**)	0,421(**)
	p	0,459	0,000	0,000	0,150	0,000	0,427	0,001	0,419	0,006	0,000
	n	123	123	123	123	123	123	123	123	123	123
Noriu išplėsti bendravimo sritį	r	0,544(**)	0,233(**)	-0,040	0,408(**)	0,091	-0,202(*)	-0,123	0,052	0,394(**)	-0,029
	p	0,000	0,009	0,664	0,000	0,314	0,025	0,175	0,564	0,000	0,747
	n	123	123	123	123	123	123	123	123	123	123
Noriu tobulinti save kaip asmenybę	r	0,074	0,076	-0,045	0,173	0,247(**)	0,297(**)	-0,148	0,005	0,606(**)	-0,084
	p	0,413	0,404	0,621	0,056	0,006	0,001	0,103	0,957	0,000	0,356
	n	123	123	123	123	123	123	123	123	123	123
Noriu padidinti savigarbą	r	0,063	0,423(**)	0,443(**)	0,056	0,388(**)	-0,024	-0,025	-0,042	-0,097	0,071
	p	0,490	0,000	0,000	0,539	0,000	0,788	0,787	0,642	0,284	0,438
	n	123	123	123	123	123	123	123	123	123	123
Noriu tapti šios sporto šakos treneriu	r	0,303(**)	-0,109	0,159	-0,075	0,190(*)	-0,018	0,292(**)	0,363(**)	0,184(*)	0,255(**)
	p	0,001	0,228	0,079	0,410	0,035	0,847	0,001	0,000	0,041	0,004
	n	123	123	123	123	123	123	123	123	123	123
Noriu tapti profesionaliu sportininku	r	0,127	0,618(**)	0,654(**)	0,126	0,572(**)	0,381(**)	0,273(**)	-0,057	0,450(**)	0,420(**)
	p	0,161	0,000	0,000	0,166	0,000	0,000	0,002	0,529	0,000	0,000
	n	123	123	123	123	123	123	123	123	123	123
Galimybė būti nepriklausomu	r	0,059	0,027	-0,171	0,077	0,048	0,001	0,207(*)	-0,204(*)	0,088	-0,034
	p	0,520	0,765	0,059	0,398	0,602	0,987	0,022	0,024	0,331	0,710
	n	123	123	123	123	123	123	123	123	123	123
Pilnai išnaudoti savo sugebėjimus	r	0,248(**)	0,138	-0,040	0,234(**)	0,233(**)	0,108	0,495(**)	0,066	0,297(**)	0,138
	p	0,006	0,127	0,662	0,009	0,009	0,236	0,000	0,466	0,001	0,127
	n	123	123	123	123	123	123	123	123	123	123
Atsitiktinės aplinkybės	r	-0,026	0,061	0,029	0,055	0,122	0,310(**)	0,037	0,137	0,061	0,104
	p	0,776	0,506	0,750	0,546	0,180	0,000	0,686	0,131	0,502	0,252
	n	123	123	123	123	123	123	123	123	123	123

Vyresniųjų miesto paauglių besimokančių sporto mokykloje motyvacijos ir savęs vertinimo koreliacija (** – p<0,01, * – p<0,05)

		Stiprus	Gražus	Darbštus	Protingas	Draugiškas	Gabus	Vikrus	Aktyvus	Sėkmės lydimas	Drašus
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Noriu būti fiziškai stiprus	r	0,176	0,275(**)	-0,107	-0,142	0,030	0,010	-0,003	0,042	-0,198(*)	-0,078
	p	0,065	0,004	0,263	0,138	0,758	0,918	0,971	0,662	0,037	0,417
	n	111	111	111	111	111	111	111	111	111	111
Noriu tapti čempionu, rekordininku	r	0,314(**)	-0,080	-0,161	-0,045	0,240(*)	-0,007	-0,113	-0,181	-0,062	-0,131
	p	0,001	0,401	0,091	0,641	0,011	0,941	0,237	0,057	0,518	0,169
	n	111	111	111	111	111	111	111	111	111	111
Noriu mokytis su tais pačiais mokslo draugais	r	0,357(**)	-0,176	-0,006	-0,103	0,108	0,018	0,196(*)	0,332(**)	-0,123	-0,061
	p	0,000	0,064	0,952	0,284	0,261	0,852	0,039	0,000	0,199	0,527
	n	111	111	111	111	111	111	111	111	111	111
Noriu išplėsti bendravimo sritį	r	0,406(**)	0,188(*)	0,224(*)	0,189(*)	0,308(**)	0,362(**)	0,290(**)	0,124	0,042	0,531(**)
	p	0,000	0,048	0,018	0,047	0,001	0,000	0,002	0,194	0,665	0,000
	n	111	111	111	111	111	111	111	111	111	111
Noriu tobulinti save kaip asmenybę	r	0,220(*)	0,153	0,146	0,113	0,319(**)	0,412(**)	0,241(*)	-0,010	-0,042	0,504(**)
	p	0,021	0,110	0,125	0,238	0,001	0,000	0,011	0,917	0,664	0,000
	n	111	111	111	111	111	111	111	111	111	111
Noriu padidinti savigarbą	r	0,324(**)	0,440(**)	0,273(**)	0,354(**)	0,336(**)	0,446(**)	0,122	0,294(**)	0,216(*)	0,466(**)
	p	0,001	0,000	0,004	0,000	0,000	0,000	0,202	0,002	0,023	0,000
	n	111	111	111	111	111	111	111	111	111	111
Noriu tapti šios sporto šakos treneriu	r	0,292(**)	0,128	0,072	0,237(*)	-0,166	0,132	0,337(**)	-0,077	0,005	-0,212(*)
	p	0,002	0,181	0,451	0,012	0,082	0,168	0,000	0,420	0,960	0,025
	n	111	111	111	111	111	111	111	111	111	111
Noriu tapti profesionaliu sportininku	r	0,293(**)	0,319(**)	0,386(**)	0,263(**)	0,523(**)	0,268(**)	0,370(**)	0,674(**)	0,478(**)	0,498(**)
	p	0,002	0,001	0,000	0,005	0,000	0,004	0,000	0,000	0,000	0,000
	n	111	111	111	111	111	111	111	111	111	111
Galimybė būti nepriklausomu	r	0,217(*)	0,231(*)	0,301(**)	-0,036	0,279(**)	0,285(**)	-0,171	0,035	0,004	0,457(**)
	p	0,022	0,015	0,001	0,707	0,003	0,002	0,074	0,714	0,970	0,000
	n	111	111	111	111	111	111	111	111	111	111
Pilnai išnaudoti savo sugebėjimus	r	0,443(**)	0,154	-0,054	-0,168	-0,122	0,378(**)	-0,163	-0,102	0,136	0,321(**)
	p	0,000	0,106	0,575	0,079	0,202	0,000	0,087	0,288	0,156	0,001
	n	111	111	111	111	111	111	111	111	111	111
Atsitiktinės aplinkybės	r	0,007	0,213(*)	0,124	-0,116	0,056	0,251(**)	0,142	0,043	0,281(**)	0,199(*)
	p	0,941	0,025	0,195	0,224	0,560	0,008	0,136	0,654	0,003	0,037
	n	111	111	111	111	111	111	111	111	111	111

Norėdami nustatyti sporto mokyklų mokinių motyvacijos, vertybių bei savivertės ryšį su mokymosi pasiekimais pirmiausia įvertinome sportuojančių moksleivių mokymosi rezultatus. Buvo imama kūno kultūros, lietuvių kalbos ir matematikos metiniai vertinimai. Ir jaunesniųjų ir vyresniųjų sporto mokyklų mokinių geriausias metinis vertinimas buvo kūno kultūros dalyko (10 priedas). Lietuvių kalbos dalyko jaunesniųjų paauglių metinis vertinimas buvo $7,18 \pm 1,16$ balai, o vyresniųjų paauglių – $7,09 \pm 1,28$ balai. Sportuojančių paauglių matematikos dalyko metiniai vertinimai buvo mažiausi lyginant su kūno kultūra ir lietuvių klaba.

Atlikę koreliacinę analizę nustatėme atvirkštinį ryšį tarp kūno kultūros ir lietuvių bei matematikos dalykų vertinimų. Ir jaunesnieji, ir vyresnieji paaugliai, kurių geresni kūno kultūros dalyko vertinimai labiau nori būti fiziškai stiprūs, tapti čempionais rekordininkais, tobulinti save kaip asmenybę, tapti šios sporto šakos treneriais, profesionaliais sportininkais (23 lentelė).

23 lentelė

Jaunesniųjų ir vyresniųjų paauglių besimokančių sporto mokykloje motyvacijos ir mokymosi pasiekimų koreliacija

		Jaunesnieji paaugliai			Vyresnieji paaugliai		
		Kūno kultūra	Lietuvių Kalba	Matematika	Kūno kultūra	Lietuvių Kalba	Matematika
		1	2	3	1	2	3
Noriu būti fiziškai stiprus	r	0,301	-0,111	-0,120	0,352	0,231(**)	0,107
	p	0,136	0,102	0,077	0,463	0,001	0,132
	n	217	217	217	198	198	198
Noriu tapti čempionu, rekordininku	r	0,239(**)	0,044	-0,329(**)	0,162(*)	-0,061	0,037
	p	0,000	0,521	0,000	0,023	0,393	0,607
	n	217	217	217	198	198	198
Noriu mokytis su tais pačiais mokslo draugais	r	0,004	-0,356(**)	-0,496(**)	0,025	-0,275(**)	-0,325(**)
	p	0,958	0,000	0,000	0,726	0,000	0,000
	n	217	217	217	198	198	198
Noriu išplėsti bendravimo sritį	r	-0,097	-0,138(*)	0,044	0,115	-0,130	-0,033
	p	0,156	0,043	0,516	0,106	0,067	0,642
	n	217	217	217	198	198	198
Noriu tobulinti save kaip asmenybę	r	0,441(**)	0,015	-0,249(**)	0,312	0,096	0,005
	p	0,000	0,822	0,000	0,867	0,177	0,939
	n	217	217	217	198	198	198
Noriu padidinti savigarbą	r	0,105	0,576(**)	0,518(**)	-0,163(*)	-0,114	-0,106
	p	0,122	0,000	0,000	0,022	0,110	0,138
	n	217	217	217	198	198	198
Noriu tapti šios sporto šakos treneriu	r	0,304(**)	0,183(**)	0,064	-0,124	0,002	0,152(*)
	p	0,007	0,000	0,347	0,082	0,980	0,033
	n	217	217	217	198	198	198
Noriu tapti profesionaliu sportininku	r	0,333(*)	-0,127	-0,141(*)	0,326	0,154(*)	-0,031
	p	0,050	0,061	0,038	0,717	0,030	0,661
	n	217	217	217	198	198	198
Galimybė būti	r	0,270(**)	0,084	0,005	-0,108	-0,206(**)	0,028

nepriklausomu	p	0,000	0,216	0,945	0,129	0,004	0,691
	n	217	217	217	198	198	198
Pilnai išnaudoti savo sugebėjimus	r	0,191(**)	0,064	0,032	-0,026	0,257(**)	0,077
	p	0,005	0,350	0,642	0,716	0,000	0,281
	n	217	217	217	198	198	198
Atsitiktinės aplinkybės	r	-0,109	0,250(**)	0,116	0,290(**)	0,143(*)	0,260(**)
	p	0,110	0,000	0,088	0,000	0,044	0,000
	n	217	217	217	198	198	198

Pastaba: ** – $p < 0,01$, * – $p < 0,05$

Atlikę jaunesniųjų ir vyresniųjų paauglių vertybinių orientacijų ir mokymosi pasiekimų koreliacinę analizę, nustatėme, kad geresnius vertinimus iš lietuvių kalbos ir matematikos dalykų turintys jaunesnieji ir vyresnieji paaugliai labiau vertina galimybę dirbti mėgstamą darbą, labiau vertina sutarimą ir meilę šeimoje, gerus santykius su mokytojais, galimybę kurti, galimybę nuolat mokytis ir tobulėti, o tie sporto mokyklų mokiniai, kurie labiau vertina sporto pergales, galimybę valdyti kitus, sveikatą, jų kūno kultūros dalyko vertinimai yra geresni (24 lentelė).

24 lentelė

Jaunesniųjų ir vyresniųjų paauglių besimokančių sporto mokykloje vertybinių orientacijų ir mokymosi pasiekimų koreliacija

		Jaunesnieji paaugliai			Vyresnieji paaugliai		
		Kūno kultūra	Lietuvių Kalba	Mate- matika	Kūno kultūra	Lietuvių Kalba	Mate- matika
		1	2	3	1	2	3
Geros gyvenimo sąlygos	r	0,026	0,070	-0,275(**)	0,114	0,261(**)	-0,038
	p	0,703	0,306	0,000	0,109	0,000	0,599
	n	217	217	217	198	198	198
Galimybė dirbti mėgstamą darbą	r	-0,201(**)	0,379(**)	0,186(**)	-0,008	0,317(**)	0,065
	p	0,003	0,000	0,006	0,913	0,000	0,363
	n	217	217	217	198	198	198
Galimybė augti kaip asmenybei	r	0,343(**)	-0,411(**)	-0,310(**)	0,038	0,430(**)	0,197(**)
	p	0,000	0,000	0,000	0,595	0,000	0,005
	n	217	217	217	198	198	198
Sveikata	r	0,430(**)	0,241(**)	0,248(**)	0,324	-0,125	0,023
	p	0,001	0,000	0,000	0,740	0,079	0,746
	n	217	217	217	198	198	198
Meilė šeimoje	r	-0,057	0,105	0,347(**)	0,160(*)	0,217(**)	0,328(**)
	p	0,403	0,121	0,000	0,024	0,002	0,000
	n	217	217	217	198	198	198
Geri santykiai su bendraamžiais	r	-0,093	-0,010	0,163(*)	-0,034	-0,435(**)	-0,127
	p	0,171	0,888	0,016	0,632	0,000	0,074
	n	217	217	217	198	198	198
Geri santykiai su mokytojais	r	-0,264(**)	0,360(**)	0,275(**)	-0,026	0,526(**)	0,249(**)
	p	0,000	0,000	0,000	0,716	0,000	0,000
	n	217	217	217	198	198	198
Galimybė kurti	r	-0,187(**)	0,191(**)	0,291(**)	-0,141(*)	0,316(**)	-0,001

	p	0,006	0,005	0,000	0,048	0,000	0,983
	n	217	217	217	198	198	198
Galimybė nuolat mokytis ir tobulėti	r	0,215(**)	0,257(**)	0,296(**)	-0,052	0,069	0,036
	p	0,001	0,000	0,000	0,471	0,334	0,611
	n	217	217	217	198	198	198
Sporto pergalės	r	0,208	-0,137(*)	-0,263(**)	0,253(**)	0,012	0,019
	p	0,111	0,045	0,000	0,000	0,862	0,793
	n	217	217	217	198	198	198
Galimybė valdyti kitus	r	0,268	-0,216(**)	-0,147(*)	0,275(*)	-0,232(**)	-0,093
	p	0,316	0,001	0,031	0,014	0,001	0,192
	n	217	217	217	198	198	198

Pastaba: ** – $p < 0,01$, * – $p < 0,05$

Jaunesnieji paaugliai, kurie save laiko stipresniais gražesniais, draugiškesniais, vikresniais, drąsesniais ir lydimais sėkmės, jų kūno kultūros dalyko vertinimai yra geresni (25 lentelė). O tie kuriems geriau sekasi lietuvių kalbos ir matematikos dalykai laiko save protingesniais ir gabesniais.

25 lentelė

Jaunesniųjų ir vyresniųjų paauglių besimokančių sporto mokykloje savivertės ir mokymosi pasiekimų koreliacija

		Jaunesnieji paaugliai			Vyresnieji paaugliai		
		Kūno kultūra	Lietuvių Kalba	Matematika	Kūno kultūra	Lietuvių Kalba	Matematika
		1	2	3	1	2	3
Stiprus	r	0,392(**)	-0,247(**)	-0,300(**)	0,282	-0,318(**)	0,065
	p	0,004	0,000	0,000	0,253	0,000	0,363
	n	217	217	217	198	198	198
Gražus	r	0,205	-0,241(**)	-0,503(**)	0,224(**)	0,012	0,259(**)
	p	0,944	0,000	0,000	0,001	0,866	0,000
	n	217	217	217	198	198	198
Darbštus	r	-0,244(**)	-0,159(*)	-0,256(**)	0,360(**)	-0,020	0,186(**)
	p	0,000	0,019	0,000	0,000	0,779	0,009
	n	217	217	217	198	198	198
Protingas	r	-0,078	0,315	0,461(**)	0,081	0,394(**)	0,265
	p	0,253	0,821	0,000	0,255	0,000	0,365
	n	217	217	217	198	198	198
Draugiškas	r	0,272(**)	-0,190(**)	-0,322(**)	0,202(**)	-0,155(*)	0,128
	p	0,000	0,005	0,000	0,004	0,029	0,073
	n	217	217	217	198	198	198
Gabus	r	0,251(*)	0,239	0,404	0,087	-0,262(**)	0,258(*)
	p	0,026	0,568	0,956	0,223	0,000	0,026
	n	217	217	217	198	198	198
Vikrus	r	0,320(**)	0,028	-0,055	0,083	-0,242(**)	-0,141(*)
	p	0,000	0,677	0,422	0,243	0,001	0,048
	n	217	217	217	198	198	198
Aktyvus	r	-0,210(**)	-0,107	0,005	-0,059	-0,247(**)	-0,078
	p	0,002	0,117	0,941	0,410	0,000	0,272

	n	217	217	217	198	198	198
--	---	-----	-----	-----	-----	-----	-----

25 lentelė

Jaunesniųjų ir vyresniųjų paauglių besimokančių sporto mokykloje savivertės ir mokymosi pasiekimų koreliacija (tęsinys)

Sėkmės lydimas	r	0,271(**)	-0,089	-0,124	0,265(**)	-0,011	-0,229(**)
	p	0,000	0,194	0,068	0,000	0,883	0,001
	n	217	217	217	198	198	198
Drąsus	r	0,402(**)	0,070	-0,056	0,416(**)	0,017	0,241(**)
	p	0,000	0,304	0,413	0,000	0,812	0,001
	n	217	217	217	198	198	198

Pastaba: ** – $p < 0,01$, * – $p < 0,05$

4. REZULTATŲ APTARIMAS

L. A. Bump (2000) teigia, kad daugeliui sportininkų svarbiausias yra pergalės motyvas. Sportininkų motyvaciją kuria daugybė skirtingų tikslų ir uždavinių. Trys pagrindiniai yra patirti džiaugsmą, būti grupės dalimi ir jaustis kompetentingam bei vertingam. Noras laimėti gali būti tik nedidelė dalis, įeinanti į siekimą jaustis kompetentingam. Daug svarbesnis yra noras lavinti įgūdžius ir jausti, kad sekasi

A. Raslanas, S. Stakytė (2005) atlikę jaunųjų ir didelio meistriškumo plaukikų sportinės veiklos analizę nustatė, kad kaip labai svarbus motyvas buvo išskirta noras būti fiziškai stipriam. Mūsų gauti tyrimai rodo, kad jaunesniems sportuojantiems paaugliams šis motyvas taip pat buvo vienas iš svarbiausių. R. J. Kirkby et al., (1999) atlikę Australijos ir Kinijos gimnastų nuo 8 iki 15 metų amžiaus motyvacijos sportuoti tyrimus nustatė, kad Australijos ir Kinijos gimnastai kaip svarbiausius sportinės veiklos motyvus nurodė norą būti sveiku, stipriam, norą pagerinti įgūdžius. Kinijos jaunieji sportininkai labiau sportuoja dėl to, kad nori būti sporto klubo dalimi, nori turėti gražų kūną, nori pajusti pergalės skonį ir būti populiarūs.

Mūsų tyrimo rezultatai parodė, kad svarbiausi motyvai paskatinę lankyti sporto mokyklą jaunesniuosius paauglius buvo noras būti fiziškai stipriam, mokytis su tais pačiais mokslo draugais, tapti čempionu, rekordininku, noras padidinti savigarbą ir tobulinti save kaip asmenybę. Vyresniesiems paaugliams svarbiausi motyvai turėję įtakos pasirinkimui mokytis sporto mokykloje buvo noras tapti čempionu, rekordininku, būti fiziškai stipriam, mokytis su tais pačiais mokslo draugais, išplėsti bendravimo sritį, noras tobulinti save kaip asmenybę.

Vyresniems paaugliams tokie motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam, tapti čempionu rekordininku, išplėsti bendravimo sritį, tapti šios sporto šakos treneriu yra svarbesni negu jaunesniesiems paaugliams, o jaunesniesiems paaugliams svarbesni motyvai, lyginant su vyresniaisiais paaugliais, buvo noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais bei noras padidinti savigarbą.

Kaip parodė tyrimo rezultatai paaugliams iš nepilnų šeimų tokie motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam, noras tobulinti save kaip asmenybę, noras padidinti savigarbą, noras tapti sporto šakos treneriu, noras tapti profesionaliu sportininku yra svarbesni negu pilnų šeimų paaugliams, o paaugliams iš pilnų šeimų svarbesni motyvai buvo noras tapti čempionu, rekordininku, noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais, noras išplėsti bendravimo sritį, noras būti nepriklausomu ir pilnai išnaudoti savo sugebėjimus.

Gauti tyrimo rezultatai parodė, kad vyresniems sportuojantiems paaugliams labiau patinka mokytis, yra įdomiau bei labiau sekasi negu jaunesniems sportuojantiems paaugliams. Tuo tarpu jaunesniesiems paaugliams yra lengviau ir maloniau mokytis sporto mokykloje negu

vyresniems paaugliams. Augantiems pilnose šeimose sporto mokyklų auklėtiniais yra įdomiau ir maloniau mokytis sporto mokykloje negu tiems kurie auga nepilnose šeimose. Tuo tarpu nepilnose šeimose augantiems paaugliams labiau patinka mokytis sporto mokykloje, labiau sekasi bei naudingiau negu paaugliams iš pilnų šeimų.

Analizuojant kokiomis vertybinėmis orientacijomis skiriasi jaunesnieji ir vyresnieji paaugliai besimokantys sporto mokykloje, pastebėjome, jog vyresniųjų paauglių didesnis sveikatos, gerų santykių su mokytojais, galimybės nuolat mokytis ir tobulėti, sporto pergalių vertinimas, o jaunesniųjų sporto mokyklų paauglių didesnis gerų gyvenimo sąlygų, galimybės dirbti mėgstamą darbą, galimybės augti kaip asmenybei, meilės šeimoje, gerų santykių su bendraamžiais, galimybės kurti vertinimas. Nepilnose šeimose augančių paauglių didesnis gerų gyvenimo sąlygų, galimybės augti kaip asmenybei, gerų santykių su mokytojais, galimybės nuolat mokytis ir tobulėti, sporto pergalių vertinimas, o pilnose šeimose augančių paauglių didesnis galimybės dirbti mėgstamą darbą, sveikatos, meilės šeimoje, gerų santykių su bendraamžiais bei galimybės kurti vertinimas.

Savosios vertės suvokimas yra nepaprastai svarbi asmenybės charakteristika. Savosios vertės lygis reguliuoja mūsų elgesį įvairiausiose gyvenimo srityse, stipriai veikia mūsų tarpasmeninius santykius, veiklos tikslų ir krypčių pasirinkimą bei jos efektyvumą, apsisprendimą krizinėse situacijose ir t.t. nuo bendro asmenybės požiūrio į save labai priklauso sėkminga jos raida.

Atlikę tyrimą nustatėme, kad jaunesniųjų paauglių savęs vertinimas yra didesnis už vyresniųjų paauglių savęs vertinimą, taip pat savęs vertinimas yra didesnis pilnose šeimose augančių sportuojančių paauglių, lyginant su nepilnose šeimose augančiais sportuojančiais paaugliais. Pilnose šeimose augančių sportuojančių paauglių savęs vertinimas buvo didesnis pagal stiprumo, grožio, darbštumo, protingumo, draugiškumo, vikrumo, aktyvumo, drąsumo kriterijus, o nepilnose šeimose augančių sportuojančių paauglių savęs vertinimas buvo nežymiai didesnis pagal gabumo ir sėkmės kriterijų.

Nustatėme, kad kuo aukštesnė jaunesniųjų paauglių psichologinė savijauta mokantis sporto mokykloje, tuo svarbesni jiems tokie motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam, noras tapti čempionu rekordininku, noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais, noras tobulinti save kaip asmenybę, tačiau mažiau svarbūs tokie motyvai kaip noras išplėsti bendravimo sritį, noras tapti sporto šakos treneriu, noras tapti profesionaliu sportininku. Kuo aukštesnė vyresniųjų paauglių psichologinė savijauta mokantis sporto mokykloje, tuo svarbesni jiems tokie motyvai kaip noras tapti čempionu rekordininku, išplėsti bendravimo sritį, tobulinti save kaip asmenybę, tapti sporto šakos treneriu, galimybė būti nepriklausomu, tuo tarpu nustatyta atvirkštinis ryšys

tarp bendros psichologinės savijautos mokantis sporto mokykloje ir pilno savo sugebėjimų išnaudojimo bei atsitiktinių aplinkybių.

Analizuojant pilnose ir nepilnose šeimose augančių paauglių motyvų ir psichologinės savijautos mokantis sporto mokykloje koreliacinius ryšius nustatėme, kad kuo geresnė paauglių augančių su abiem tėvais psichologinė savijauta sporto mokykloje tuo labiau svarbūs tokie motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam, tapti čempionu, rekordininku, tobulinti save kaip asmenybę. Nustatėme, kad kuo geresnė paauglių iš nepilnų šeimų psichologinė savijauta sporto mokykloje tuo labiau svarbūs tokie motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam, tapti čempionu, rekordininku, mokytis su tais pačiais mokslo draugais, galimybė būti nepriklausomu, noras išplėsti bendravimo sritį, noras tobulinti save kaip asmenybę, noras padidinti savigarbą, noras tapti sporto šakos treneriu ar noras tapti profesionaliu sportininku.

Nustatėme, kad pilnose šeimose augančių sportuojančių paauglių savęs vertinimas yra geresnis negu nepilnose šeimose augančių sportuojančių paauglių. Mūsų gauti tyrimo rezultatai sutampa su D. Breresnevičienės ir I. Andziulytės atliktų tyrimų duomenimis (2004), kurios taip pat teigia, kad pilnose šeimose augančių paauglių savivertė yra aukštesnė lyginant su nepilnose šeimose augančių paauglių saviverte.

Analizuojant sportuojančių jaunesniųjų paauglių motyvus ir savęs vertinimą pastebėta tendencija, kad kuo aukštesnė jaunesniųjų paauglių savivertė, tuo svarbesni motyvai yra noras būti fiziškai stipriam, noras padidinti savigarbą bei noras tapti profesionalius sportininku. Analizuojant sportuojančių vyresniųjų paauglių motyvus ir savęs vertinimą nustatyta, kad kuo aukštesnė vyresniųjų paauglių savivertė, tuo svarbesni motyvai yra noras išplėsti bendravimo sritį, noras tobulinti save kaip asmenybę, noras padidinti savigarbą, noras tapti profesionaliu sportininku, galimybė būti nepriklausomu bei noras pilnai išnaudoti savo sugebėjimus.

Analizuojant ryšį tarp sportuojančių jaunesniųjų paauglių iš kaimo ir miesto motyvacijos ir savęs vertinimo, pastebėta tendencija, kad jaunesnieji paaugliai iš kaimo, kurie sportinę veiklą pasirinko dėl motyvo būti fiziškai stipresniam, save laiko stipresniais, protingesniais, draugiškesniais, vikresniais, labiau lydimais sėkmės. Labiau norintys tapti čempionu rekordininku jaunesnieji paaugliai iš kaimo jaučiasi stipresni, gražesni, darbštesni, protingesni, draugiškesni, gablesni, vikresni, o norintys mokytis su tais pačiais mokslo draugais jaučiasi gražesni, darbštesni, draugiškesni ir drąsesni. Jaunesnieji paaugliai iš kaimo norintys tapti profesionaliais sportininkais save laiko gražesniais, darbštesniais, draugiškesniais, gablesniais vikresniais, sėkmės lydimais ir drąsesniais.

Analizuojant ryšį tarp sportuojančių jaunesniųjų paauglių iš miesto motyvų ir savęs vertinimo nustatyta tendencija, kad kuo aukščiau jaunesnieji paaugliai iš miesto save vertina

pagal stiprumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai kaip noras būti fiziškai, noras išplėsti bendravimo sritį, noras tapti sporto šakos treneriu bei noras pilnai išnaudoti sugebėjimus. Nustatyta, kad sportuojantys jaunesnieji paaugliai iš miesto, kurie daugiau save vertina pagal protingumo kriterijų, tuo labiau nori būti stipresni, tapti čempionu, rekordininku, nori išplėsti bendravimo sritį bei pilnai išnaudoti savo sugebėjimus.

Kuo aukščiau jaunesnieji paaugliai iš miesto save vertina pagal draugiškumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam, noras tapti čempionu rekordininku, noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais, noras tobulinti save kaip asmenybę, noras padidinti savigarbą, noras tapti profesionaliu sportininku bei noras pilnai išnaudoti sugebėjimus.

Analizuojant ryšį tarp sportuojančių vyresniųjų paauglių iš kaimo ir miesto motyvų ir savęs vertinimo, pastebėta tendencija, kad kuo aukštesnė vyresniųjų paauglių savivertė pagal stiprumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai yra noras tapti čempionu, rekordininku, noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais, noras išplėsti bendravimo sritį, noras padidinti savigarbą, noras tapti sporto šakos treneriu, noras tapti profesionaliu sportininku bei noras pilnai išnaudoti savo sugebėjimus. Kuo aukštesnė vyresniųjų paauglių iš kaimo savivertė pagal grožio kriterijų, tuo svarbesni motyvai yra noras būti fiziškai stipriam, noras padidinti savigarbą, noras tapti profesionaliu sportininku. Kuo aukštesnė vyresniųjų paauglių iš kaimo savivertė pagal protingumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai yra noras padidinti savigarbą, noras tapti sporto šakos treneriu, noras tapti profesionaliu sportininku.

Nustatėme, kad kuo aukštesnė vyresniųjų paauglių iš miesto savivertė pagal darbštumo, protingumo ir aktyvumo kriterijus, tuo svarbesni motyvai yra noras padidinti savigarbą ir noras tapti profesionaliu sportininku.

Atlikę koreliacinę analizę nustatėme atvirkštinių ryšių tarp kūno kultūros ir lietuvių bei matematikos dalykų vertinimų. Ir jaunesnieji, ir vyresnieji paaugliai, kurių geresni kūno kultūros dalyko vertinimai labiau nori būti fiziškai stiprūs, tapti čempionais rekordininkais, tobulinti save kaip asmenybę, tapti šios sporto šakos treneriais, profesionaliais sportininkais. Geresnius vertinimus iš lietuvių kalbos ir matematikos dalykų turintys jaunesnieji ir vyresnieji paaugliai labiau vertina galimybę dirbti mėgstamą darbą, meilę šeimoje, gerus santykius su mokytojais, galimybę kurti, galimybę nuolat mokytis ir tobulėti, o tie sporto mokyklų mokiniai, kurie labiau vertina sporto pergales, galimybę valdyti kitus, sveikatą, jų kūno kultūros vertinimai yra aukštesni. Jaunesnieji paaugliai, kurie save laiko stipresniais gražesniais, draugiškesniais, vikresniais, drąsesniais ir lydimais sėkmės, jų kūno kultūros dalyko vertinimai yra geresni. O tie kuriems geriau sekasi lietuvių kalbos ir matematikos dalykai laiko save protingesniais ir gabesniais.

S. Thelma (1992), S. Weinberg ir R. Gould 1995) nustatė, kad sėkmingos varžybos daro įtaką pozityviems sportininko asmenybės pokyčiams. Kiti tyrėjai nerado sportinės veiklos teigiamos įtakos Aš koncepcijai, tačiau tai gali būti metodologinio ribotumo padarinys (LeUnes, Nation, 1991).

Nemažai mokslininkų yra nustatę, kad įvairi sportinė veikla, nepriklausomai nuo jos tikslų, daro įtaką individo savivertės pokyčiams. Kita vertus, nurodo, kad sportavimas savivertės raidai turi įtakos tik tada, kai sportine veikla užsiiminėjama sėkmingai (Martens, 1999). Buvo nustatyta, kad asmeninės charakteristikos ir savybės, tokios kaip savivertė, pasitikėjimas savimi, agresyvumas į bendrą ekstarversiją, turi tendenciją didėti gerėjant sportiniams rezultatams; šią išvadą patvirtino ir kiti mokslininkai, tyrę sportuojančius 13-16 metų paauglius (Сингер, 1980). I. Tilindienė (1999) nustatė, kad paauglio požiūris į savo sportinį statusą yra esminis jo savivertę formuojantis veiksnys, kurio valdymas yra ne tik objektyvus, bet ir subjektyvus pedagoginio proceso komponentas.

IŠVADOS

1. Iškelta pirma tyrimo hipotezė, kad vyresniųjų ir jaunesniųjų sporto mokyklų paauglių mokymosi motyvacija, savivertė bei vertybinės orientacijos yra skirtingos pasitvirtino. Vyresniesiems paaugliams tokie motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam, noras tapti čempionu, rekordininku, noras tapti sporto šakos treneriu, noras išplėsti bendravimo sritį yra svarbesni negu jaunesniesiems paaugliams, o jaunesniesiems paaugliams svarbesni motyvai buvo noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais, bei noras padidinti savigarbą.

Vyresniųjų paauglių didesnis sveikatos, gerų santykių su mokytojais, galimybės nuolat mokytis ir tobulėti, sporto pergalių vertinimas, o jaunesniųjų sporto mokyklų paauglių didesnis gerų gyvenimo sąlygų, galimybės dirbti mėgstamą darbą, galimybės augti kaip asmenybei, meilės šeimoje, gerų santykių su bendraamžiais, galimybės kurti vertinimas.

Jaunesniųjų paauglių savęs vertinimas yra didesnis už vyresniųjų paauglių savęs vertinimą.

2. Tyrimo rezultatai parodė, kad paaugliams iš nepilnų šeimų tokie motyvai kaip noras būti fiziškai stipriam, noras tobulinti save kaip asmenybę, noras padidinti savigarbą, noras tapti sporto šakos treneriu, noras tapti profesionaliu sportininku yra svarbesni negu pilnų šeimų paaugliams. Paaugliams iš pilnų šeimų svarbesni motyvai, lyginant su paaugliais iš nepilnų šeimų, buvo noras tapti čempionu, rekordininku, noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais, noras išplėsti bendravimo sritį, noras būti nepriklausomu, ir pilnai išnaudoti savo sugebėjimus.

Nustatėme, jog nepilnose šeimose augančių paauglių didesnis šių vertybių: gerų gyvenimo sąlygų, galimybės augti kaip asmenybei, gerų santykių su mokytojais, galimybės nuolat mokytis ir tobulėti, sporto pergalių vertinimas, o pilnose šeimose augančių paauglių didesnis galimybės dirbti mėgstamą darbą, sveikatos, meilės šeimoje, gerų santykių su bendraamžiais bei galimybės kurti vertinimas.

Pilnose šeimose augančių sportuojančių paauglių savęs vertinimas yra didesnis už nepilnose šeimose augančių sportuojančių paauglių savęs vertinimą.

3. Tyrimas parodė, kad yra ryšys tarp paauglių iš miesto ir kaimo motyvacijos ir savęs vertinimo. Jaunesnieji paaugliai iš kaimo, kurie sportinę veiklą pasirinko dėl motyvo būti fiziškai stipresniam, save laiko stipresniais, protingesniais, draugiškesniais, vikresniais, labiau lydimais sėkmės. Kuo aukščiau jaunesnieji paaugliai iš miesto save vertina pagal stiprumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai kaip noras būti fiziškai, noras išplėsti bendravimo sritį, noras tapti sporto šakos treneriu bei noras pilnai išnaudoti sugebėjimus. Kuo aukštesnė vyresniųjų paauglių

savivertė pagal stiprumo kriterijų, tuo svarbesni motyvai yra noras tapti čempionu, rekordininku, noras mokytis su tais pačiais mokslo draugais, noras išplėsti bendravimo sritį, noras padidinti savigarbą, noras tapti sporto šakos treneriu, noras tapti profesionaliu sportininku bei noras pilnai išnaudoti savo sugebėjimus. Nustatėme, kad kuo aukštesnė vyresniųjų paauglių iš miesto savivertė pagal darbštumo, protingumo ir aktyvumo kriterijus, tuo svarbesni motyvai yra noras padidinti savigarbą ir noras tapti profesionaliu sportininku.

4. Iškelta antra tyrimo hipotezė, kad sportuojantys paaugliai siekdami sportinių rezultatų mažiau skiria dėmesio mokymosi pasiekimams pasitvirtino. Atlikę koreliacinę analizę nustatėme atvirkštinį ryšį tarp kūno kultūros ir lietuvių bei matematikos dalykų vertinimų. Geresnius vertinimus iš lietuvių kalbos ir matematikos dalykų turintys jaunesnieji ir vyresnieji paaugliai labiau vertina galimybę dirbti mėgstamą darbą, sutarimą ir meilę šeimoje, gerus santykius su mokytojais, galimybę kurti, galimybę nuolat mokytis ir tobulėti, o tie sporto mokyklų mokiniai, kurių geresni kūno kultūros dalyko vertinimai, labiau vertina sporto pergales, galimybę valdyti kitus, sveikatą. Jaunesnieji ir vyresnieji paaugliai, kurie save laiko stipresniais gražesniais, draugiškesniais, vikresniais, drąsesniais ir lydymais sėkmės, jų kūno kultūros dalyko vertinimai yra geresni. O tie kuriems geriau sekasi lietuvių kalbos ir matematikos dalykai laiko save protingesniais ir gabesniais.

REKOMENDACIJOS

1. Motyvacijos ugdymui rekomenduojama naudoti tiesioginį arba netiesioginį motyvavimą. Naudojant tiesioginį motyvavimo metodą rekomenduojama apeliuoti į sportininko savigarbą, tikintis, kad jis treniruosis rimčiau.
2. Motyvuojant sportininkus veiklai galima remtis išoriniais apdovanojimais ir bausmėmis. Reikėtų stengtis treneriui palaikyti gerus santykius su sportininkais, tokiu būdu motyvavimui galima taikyti identifikacijos metodą. Treneris, naudojantis identifikacijos metodą, turėtų sakyti: „Jei jums rūpi komandos reikalai, padarykite tai dėl manęs“. Identifikacija yra užmaskuota susitarimo forma. Kad sportininkai jaustųsi gerai, jie privalo įvykdyti prašymą. Tačiau treneriai, labiau vertinantys bausmes, identifikacija dar labiau gali atitolinti nuo savęs sportininkus, kuriems visiškai nerūpi, ko reikia treneriui.
3. Motyvuoti rekomenduojama apeliuojant į sportininko vertybes ir įsitikinimus (internalizacija), o ne skiriant bausmes ar paskatinimus. Tokiu atveju treneris turėtų sakyti: „Gerai padirbėjai per pratybas. Noriu, kad žinotum, jog didžiuojuosi tavimi, kad ir kaip baigtųsi žaidimas“.
4. Jei pagrindinis tikslas yra laimėti, motyvuojant daugiausia galima remtis susitarimu ir identifikacija. Jei svarbiausias tikslas yra padėti sportininkams tobulėti, kad jie išsiugdytų teigiamą savęs vertinimą, tuomet geriausiai tinka susitarimą ir identifikaciją naudoti tik tam, kad sportininkai išmoktų reaguoti į internalizacijos metodus. Internalizacija žadina sportininkų vidinę motyvaciją ir didesnę atsakingumą už save.
5. Atlikę tyrimą nustatėme, kad vyresniesiems paaugliams svarbiausi motyvai yra būti fiziškai stipriems, tapti čempionais ar sporto šakos treneriais, tačiau būtina skatinti tokius vyresniųjų paauglių motyvus kaip norą tobulinti save kaip asmenybę, visapusišką savęs ugdymą ir savo sugebėjimų išnaudojimą.
6. Jaunesnieji paaugliai sureikšmina noro mokytis su tais pačiais mokslo draugais, bei noro padidinti savigarbą motyvus, tačiau taip pat būtina skatinti jaunesniųjų paauglių visapusiško savęs tobulinimo, savo asmenybės ugdymo motyvus.
7. Dirbant su jaunaisiais sportininkais būtina ugdyti juos visapusiškai, tobulinti jų asmenybę, saviraišką, skatinti ne už pasiekimą, o už veiklą ir dalyvavimą, suformuoti teigiamą požiūrį į sveikatą ir savarankiško mankštinimosi įgūdžius.

LITERATŪRA

1. Adaškevičienė, E. (1994). Vaikų fizinio ugdymo pedagogika. Vilnius.
2. Armanavičiūtė, V. (1998). Ugdymo samprata: monografija. Vilnius.
3. Bayer, G. (1995). Hinweise zur Motivation im Fußball // Fußballtraining. Nr. 2. P. 4-22.
4. Beresnevičienė, D. (2006). Suaugusiųjų mokymosi psichologija: monografija. Vilnius.
5. Beresnevičienė, D., Andziulytė, I. (2004). Paauglių savęs vertinimo ypatumai // Ugdymo psichologija. Nr. 11-12. P. 125-133.
6. Beresnevičienė, D., Kanienė, L. (2000). Tėvų ir vaikų šeimos įtaka vaikų savivertei.// Ugdymo psichologija. T. 3. Nr. 1. P. 11-20.
7. Bieliauskaitė, R. (1993). Asmenybės psichologija. Kaunas.
8. Bučiūnienė, I. (1996). Personalo motyvavimas. Kaunas.
9. Bump, L.A. (2000). Sporto psichologija treneriui. Vilnius.
10. Butt, S.D. (1991). Integrated model of motivation of sport activity. Mind - body maturity: psychological approaches to sports, exercise, fitness. USA.
11. Chomentauskas, G. (1992). Savęs vertinimas – nauja socialinė vakcina. Interviu su Bradley Winch // Psichologija tau. Nr. 3. P. 14-15.
12. Cotton, J. L. (1995). Participation's effect on performance and satisfaction: A consideration of Wagner. Academy of Management Review, Vol. 20, 276–278.
13. Cotton, J. L., Vollrath, D. A., Lengnick-Hall, M. L., Froggatt, K. L. (1990). Fact: The form of participation does matter – A rebuttal to Leana, Locke, and Schweiger. Academy of Management Review, 5, 147–153.
14. Coucley, J. (1990). Sport in society: Issues and controversies (4th ed.) St. Louis.
15. Cratty, B.J. (1989). Psychology in contemporary sport (3rd ed.). Englewood Cliffs: Prentice Hall.
16. Davi, K., Newstrom, J. (1985). Human Behavior at Work: Organizational Behavior. New York: McGraw-hill Book Company.
17. Dildienė, A. (1995). Savęs vertinimas ir savikūra. Vilnius.
18. Dobson, J. (1999). Užsispyręs vaikas. Kaunas.
19. Dumčinė, A. (2003). Moksleivių motyvacija pasirinkti dvikovės sportą // Respublikinė mokslinė konferencija. Sporto mokslas – realijos ir perspektyvos. Programa ir pranešimų tezės. Kaunas. P. 9.
20. Ebbeck, V., et al. (1995). Reason for adult participation in physical activity: An interactional approach // International journal of sport psychology. Nr. 26. P. 262-275.

21. Gabler, H. (1994). Motivation to fairness in sports psychological considerations as a basis for pedagogical conclusions // World Congress Physical Education and Sport '94.
22. Gailienė, D., Bulotaitė, L., Sturlienė, N. (1996). Aš myliu kiekvieną vaiką. Vilnius.
23. Gučas, A. (1990). Vaiko ir paauglio psichologija. Kaunas.
24. Gumuliauskienė, A. (2001). Jaunesniųjų moksleivių savęs vertinimo ypatumai kaip socialinės brandos apraiškos // Pedagogika. Nr. 54. P. 79-85.
25. Herzberg, F. (1996). Work and the Nature of Man. Cleveland:Word.
26. Higgins, E.T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect // Psychological Review. Nr. 94. P. 319-340.
27. Jovaiša, L. (1981). Asmenybė ir profesija. Kaunas.
28. Jovaiša, L. (1993). Pedagoginiai terminai. Kaunas.
29. Jovaiša, L. (1995). Hodegetika. Vilnius.
30. Jovaiša, L. (1997). Edukologijos įvadas. Vilnius.
31. Jovaiša, L. (2001). Ugdymo mokslas ir praktika: analitinių straipsnių monografija. Vilnius.
32. Jucevičienė, P. (1998). Organizacijos elgsena. Kaunas.
33. Karoblis, P. (1999). Sporto treniruotės teorija ir didaktika. Vilnius.
34. Karoblis, P., Skernevičius, J. (1978). Sportinės treniruotės pagrindai. Vilnius.
35. Katz, L.G. (1993). Self-esteem and narcissism: Implications for practise. University of Illinois: Eric Digest.
36. Kavussanu, M., Roberts, G. (2001). Moral functioning in sport: An achievement goal perspective // Journal of sport & exercise psychology. Nr. 23. P. 37-54.
37. Kirjonen, J. (1991). Personai values and motivation for exercise // Proceeding of the World Congress on Sport for all, 3—7 June.
38. Kirkby, R.J., Kolt, G.S., Liu, J. (1999). Participation motives of young Australian and Chinese Gymnasts // Perceptual and motor skills. Nr. 88. P. 363-373.
39. LeUnes, A.D., Nation, J.R. (1991). Sport Psychology: an Introduction (P. 142-147). Chicago.
40. Makari, J., Zborskis, A. (2001). Lietuvos moksleivių laimingumas ir savivertė: pokyčiai 1994 – 1998 metais ir tarptautinis palyginimas // Sociologija: praeitis, dabartis, perspektyvos. Mokslinės konferencijos pranešimų medžiaga. Kaunas. P. 374-377.
41. Malinauskas, R. (1998). Vaikinių, kurie renkasi bokso, motyvacijos ypatumai // Sporto mokslas. Nr. 3 (12). P. 20 - 23.
42. Malinauskas, R. (2003 a). Sporto psichologijos pagrindai. Kaunas.

43. Malinauskas, R. (2003 b). Didelio meistriškumo dvikovos sporto šakų sportininkų ir jų rezervo motyvacijos ypatumai // *Sporto mokslas*. Nr. 1 (31). P. 19-23.
44. Markus, H.R. & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotions and motivation. *Psychological Review*.
45. Martens, R. (1999). *Sporto psichologijos vadovas treneriui*. Vilnius.
46. Martišauskinė, E. (1994). Tėvų doriniai vertinimai – svarbi savęs vertinimo prielaida // *Dora. Šeima. Mokykla. Konferencijos medžiaga. Šiauliai*.
47. Maslow, A. H. (1979). *The Father Reaches of Human Nature*. New York: Penguin Books.
48. Mielke, R., Bahle, S.(1995). Structure and preferences of fundamentals values in young Spanish soccer players // *International Review of the Sociology of Sport*. Nr. 30 (3/4). P. 353-375.
49. Miškinis, K. (1993). *Šeimos pedagogika*. Vilnius.
50. Miškinis, K. (1998). Sporto ir kultūros sąsajos įtaka žmogaus tobulėjimui // *Sporto mokslas*. Nr. 4(13). P. 20-23.
51. Miškinis, K. (2002). *Sporto pedagogikos pagrindai: monografija*. Kaunas.
52. Myers, D. G. (2000). *Psichologija*. Kaunas.
53. Paužienė, E. (2000). Mūsų norai ir jausmai. *Psichologija studentui*. Red. Matulienė, G. Kaunas: Technologija.
54. Pikūnas, J. (1994). *Asmenybės vystymasis. Kelias į savęs atradimą*. Kaunas.
55. Porat, F. (1991). *Savigarba. Kelias į sėkmę ir meilę*. Kaunas.
56. Porter, K., Foster, J. (1986). *The mental athlete*. Ballantine books.
57. *Psichologijos žodynas*. (1993). Vilnius.
58. Pukelis, K. (1992). *Ne būti, bet prasmingai būti: monografija*. Kaunas.
59. Raslanas, A., Stakytė, S. (2005). The motivation of the swimmers to do sports // 8th International Sports Science Conference, Scientific management of high performance athletes training, Vilnius, 25-26 February, Lithuania. P. 14.
60. Rogers, C. (1969). *Freedom to Learn*. Columbus, Ohio: Charles E. Merrill Publishing Company.
61. Rotter, J. B. (1982). *The development and application of social learning: selected papers*. New York.
62. Stakionienė, V., Jasiūnas, V. (1982). *Sportas ir šiuolaikinė sporto treniruotė*. Vilnius.
63. Steers, R.M. (1991). *Introduction to organizational behavior*. Harper collins publishers.
64. Stonkus, S. (1998 a). Kilni ir garbinga pergalė // *Mokslas ir gyvenimas*. Nr. 10. P. 8.

65. Stonkus, S. (1998 b). Žaidimų teorija. Stonkus, S., Zuoza, A.K., Jankus, V., Pacenka, R. Žaidimai: Teorija ir didaktika. Kaunas.
66. Stonkus, S. (2002). Sporto terminų žodynas. Kaunas.
67. Suslavičius, A. (1995). Socialinė psichologija. Vilnius.
68. Šukys, S. (2002). Skirtingą sportinę patirtį turinčių moksleivių sportavimo motyvų ypatumai // Ugdymas, kūno kultūra, sportas. Nr. 1 (42). P. 72-77.
69. Thelma, S. H. (1992). Advances in Sport Psychology. New York.
70. Tilindienė, I. (1998). Sportuojančių ir nesportuojančių 13–14 metų paauglių savęs vertinimas bei pasitikėjimas savimi // Asmenybės ugdymo edukologinės ir psichologinės tendencijos: respublikinės mokslinės konferencijos medžiaga. Kaunas.
71. Tilindienė, I. (1999). Sportinės veiklos rezultatyvumas kaip paauglio savivertės raidos sąlyga // Sporto mokslas. Nr. 2(16). P. 28-31.
72. Valickas, G. (1991). Asmenybės savęs vertinimas. Vilnius.
73. Wang, J., Biddle, S. (2001). Young people's motivational profiles in physical activity: A cluster analysis // Journal of sport & exercise psychology. Nr. 23. P. 1-22.
74. Weinberg, R.S., Gould, D. (1995). Foundations of sport and exercise psychology. Human kinetics.
75. Whitehead, J. (1995). Multiple achievement orientation and participation in youth sport // International journal sport psychology. Nr. 26. P. 431-453.
76. Žemaitis, V. (1995). Dorovinis savęs vertinimas. Vilnius.
77. Žukowska, Z., Żukowski, R. (1998). Universaliosios olimpinio ugdymo vertybės alternatyvaus ugdymo programose // Sporto mokslas. Nr. 4 (13). P. 13-16.
78. Анисимова, О.М. (1984). Самооценка в структуре личности студента. Автореф. д. к. п. н. Ленинград.
79. Асеев, В. Т. (1976). Мотивация поведения и формирования личности. Москва.
80. Бернс, А. (1986). Развитие Я-концепции и воспитание. Москва.
81. Боришевский, М.И. (1980). Теоретические вопросы самосознания личности // Психологические особенности самосознания подростка. Киев. С. 5-38.
82. Бодалев, А.А. (1988). Психология личности. Москва.
83. Валицкас, Г.К., Гиппенрейтер, Ю.Б. (1989). Самооценка у несовершеннолетних правонарушителей // Вопросы психологии. С. 45-55.
84. Захарова, В.П. (1993). Психология формирования самооценки. Минск.
85. Захарова, В.П. (1989). Структурно–динамическая модель самооценки // Вопросы психологии. Но 1. С. 5-14.
86. Зинченко, В.П. (1995). Аффект и интеллект в образовании. Москва.

87. Кардялис, К.К. (1990). Педагогические основы информационного воздействия на отношения школьников к физкультурно-спортивной деятельности: автореф. дис. докт. пед. наук. Москва.
88. Кваде, В.К., Трусов, В.П. (1980). Исследование возможности коррекции неадекватной самооценки подростка // Вопросы психологии. Но 3. С.130-133.
89. Крети, Б.Д. (1978). Психология в современном спорте. Москва.
90. Лисина, М.И., Силверстру, А.И. (1983). Психология самопознания у дошкольников. Кишинев.
91. Маслоу, А.Г. (1999). Мотивация и личность. Москва.
92. Мартенс, Р. (1986). Социальная психология и спорт. Москва.
93. Пантилеев, С.Р., Столин, В.В. (1989). Методика исследования самоотношения (МИС). Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14. // Психология. Но. 1, С. 77-81.
94. Пилоян, Р.А. (1984). Мотивация спортивной деятельности. Москва.
95. Пуни, А.Ц. (1959). Очерки психологии спорта. Москва.
96. Райгородский, Д.Я. (2000). Практическая психодиагностика. Самара.
97. Райс, Ф. (2000). Психология подростково и юношеского возраста. Санкт–Петербург.
98. Реан, А.А., Коломинский, Я.Л. (1999). Социальная педагогическая психология. Санкт–Петербург.
99. Рувинский, Л.И., Соловьева, А.Е. (1982). Психология самовоспитания. Москва.
100. Столин, В.В. (1983). Самосознание личности. Москва.
101. Сингер, Р.Н. (1980). Мифы и реальность в психологии спорта. Москва.
102. Филин, В.Н., Бабаков, А.И., Степанов, Г.И., Кочетков, В.В., Первухин, Н.В., Магамедов, Н.М. (1997). Теория и практика самовоспитания школьников–спортсменов // Теория и практика физической культуры. Но. 3. С. 23-26.
103. Шафажинская, Н.Е. (1986). Личностная и профессиональная самооценка студента педвуза. Москва.

PRIEDAI

ANKETA

Inicialai (vardo ir pavardės pirmosios raidės).....

Jūsų amžius:

Lytis: vyras moteris

Jūsų sporto šaka

.....

Ar Jūs vienintelis vaikas šeimoje? Išvardykite kartu su Jumis gyvenančius šeimos narius

.....

Jūsų tėvų išsilavinimas, profesija ir dabartinės pareigos

.....

1. Kas paskatino Jus lankyti sporto mokyklą?

- Treneris Draugai
 Šeimos materialinė padėtis Kūno kultūros mokytojas
 Kita

(nurodyti).....

**2. Nurodykite kokios sąlygos turėjo įtakos Jūsų pasirinkimui mokytis sporto mokykloje?
 Nurodytas sąlygas įvertinkite 10 balų sistema pagal svarbą (svarbiausia – 10, po to 9 ir t.t.)**

		Vertinimas
1	Noriu būti fiziškai stiprus	
2	Noriu tapti čempionu, rekordininku	
3	Noriu mokytis su tais pačiais mokslo draugais	
4	Noriu išplėsti bendravimo sritį	
5	Noriu tobulinti save kaip asmenybę	
6	Noriu padidinti savigarbą	
7	Noriu tapti šios sporto šakos treneriu	
8	Noriu tapti profesionaliu sportininku	
9	Galimybė būti nepriklausomu	
10	Pilnai išnaudoti savo sugebėjimus	
11	Atsitiktinės aplinkybės	

3. Kaip patinka mokytis sporto mokykloje? Pažymėkite pliusu (+) teiginį, jei labai pritariate, dešinėje skalės pusėje nurodytam teiginiui 3, jei pritariate – 2, jei šiek tiek pritariate – 1, o jei nei pritariate, nei nepritariate – 0.

	VERTINIMAS							
	-3	-2	-1	0	1	2	3	
Nepatinka mokytis								Patinka mokytis
Sunku mokytis								Lengva mokytis
Nuobodu								Įdomu
Nemalonu								Malonu
Žalinga								Naudinga
Nesiseka								Sekasi

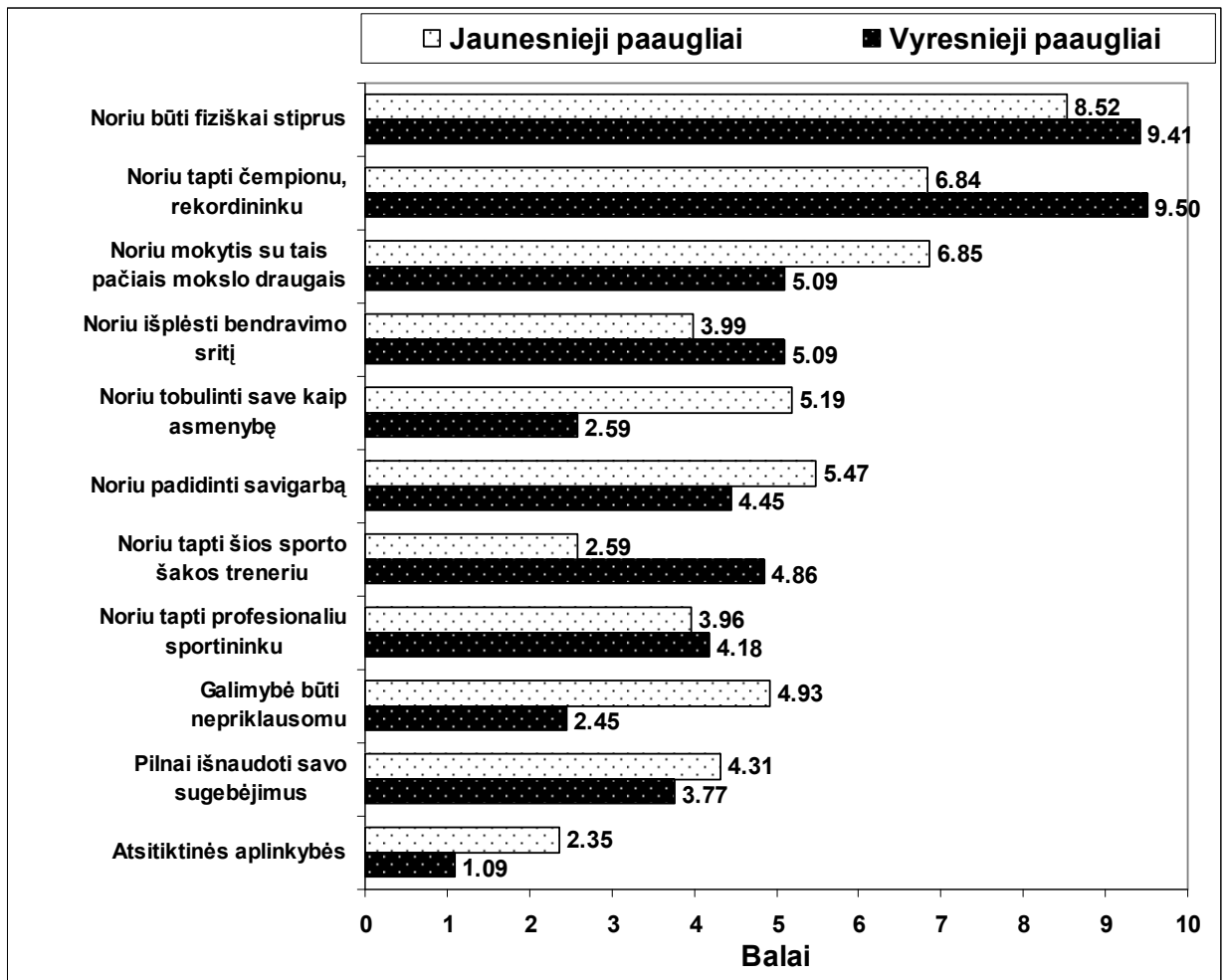
4. Kokie veiksniai, Jūsų nuomone, gyvenime yra patys svarbiausi? Patį svarbiausią teiginį vertinkite 10 balų, mažiaus svarbų 9 ir t.t., o nesvarbiausią – 1, 0 balų:

		Vertinimas
1	Geros gyvenimo sąlygos	
2	Galimybė dirbti mėgstamą darbą	
3	Galimybė augti kaip asmenybei	
4	Sveikata	
5	Meilė šeimoje	
6	Gerai santykiai su bendraamžiais	
7	Gerai santykiai su mokytojais	
8	Galimybė kurti	
9	Galimybė nuolat mokytis ir tobulėti	
10	Sporto pergalės	
11	Galimybė valdyti kitus	

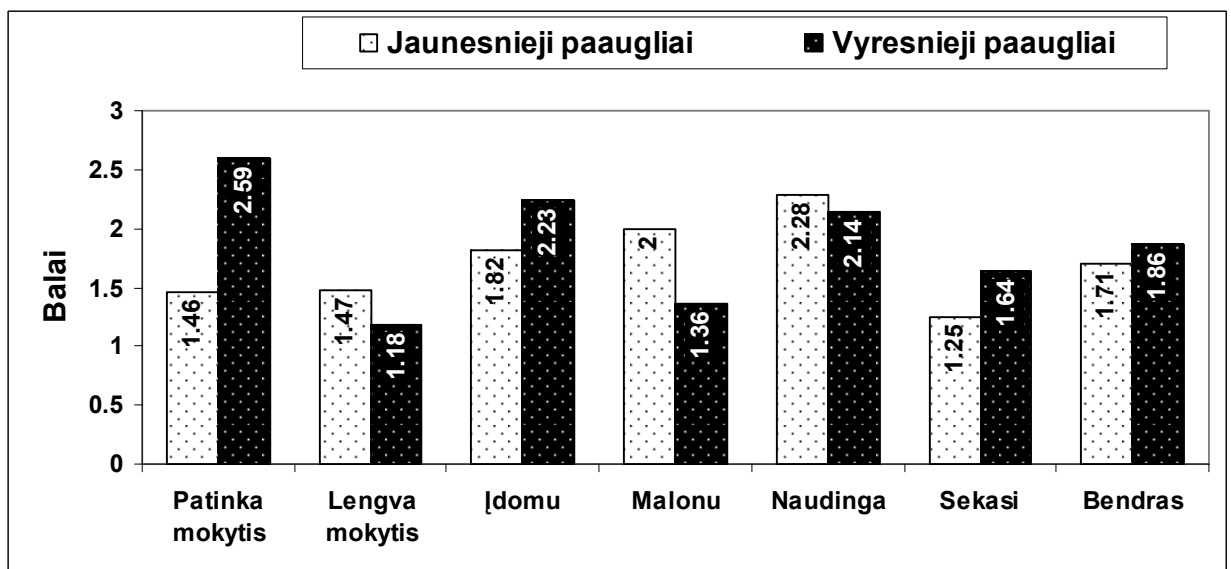
5. Pamėginkite 5 balų sistema įvertinti nurodytas savybes. Jei Jūsų tokia savybė labai stipri, pažymėkite pliusą (+) prie skaičiaus 3, jei stipri – prie 2, jei vidutiniška – prie 1, ir t.t.

	VERTINIMAS							
	-3	-2	-1	0	1	2	3	
Silpnas								Stiprus
Bjaurus								Gražus
Tingus								Darbštus
Kvailas								Protingas
Priešiškas								Draugiškas
Negabus								Gabus
Lėtas								Vikrus
Pasyvus								Aktyvus
Nevykėlis								Sėkmės lydimas
Baikštus								Drąsus

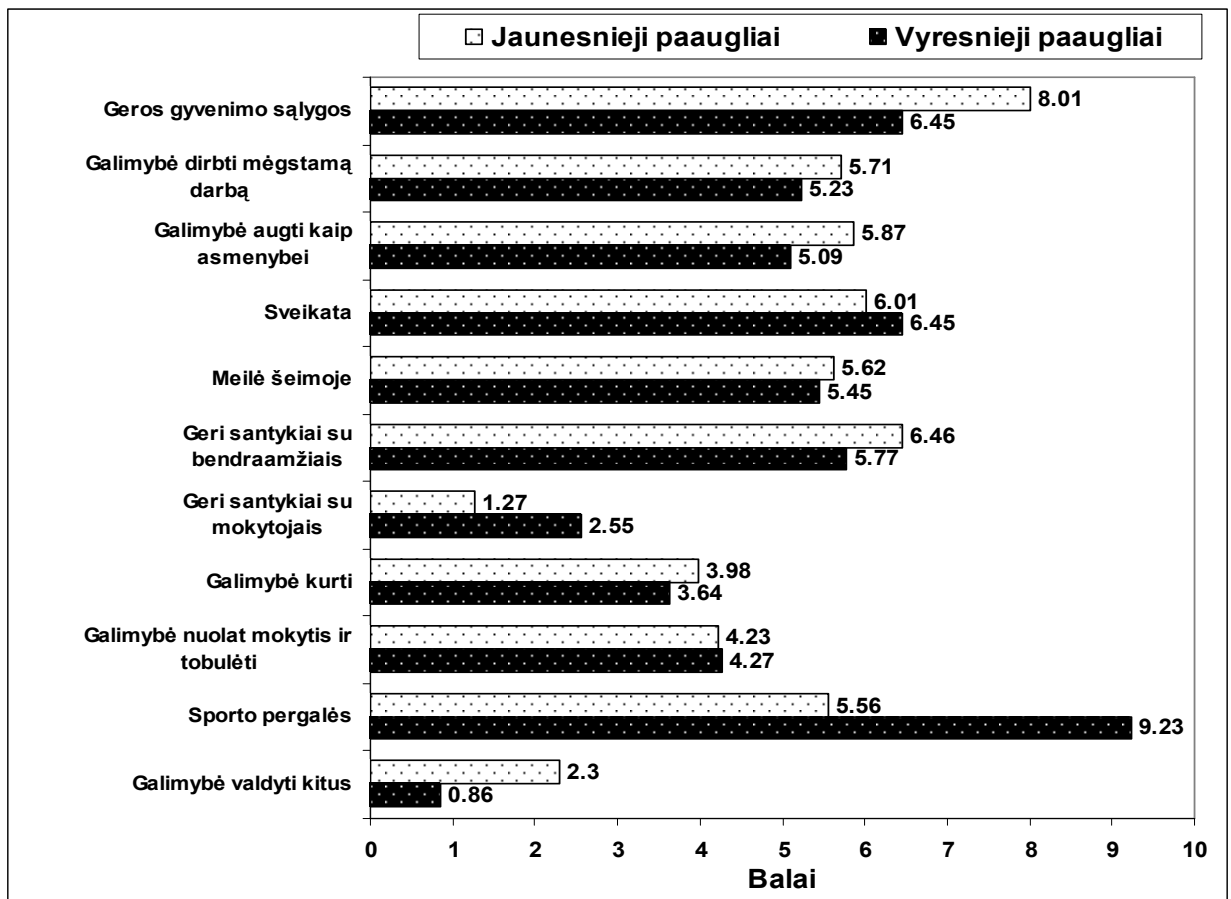
DĖKOJAME UŽ ATSAKYMUS



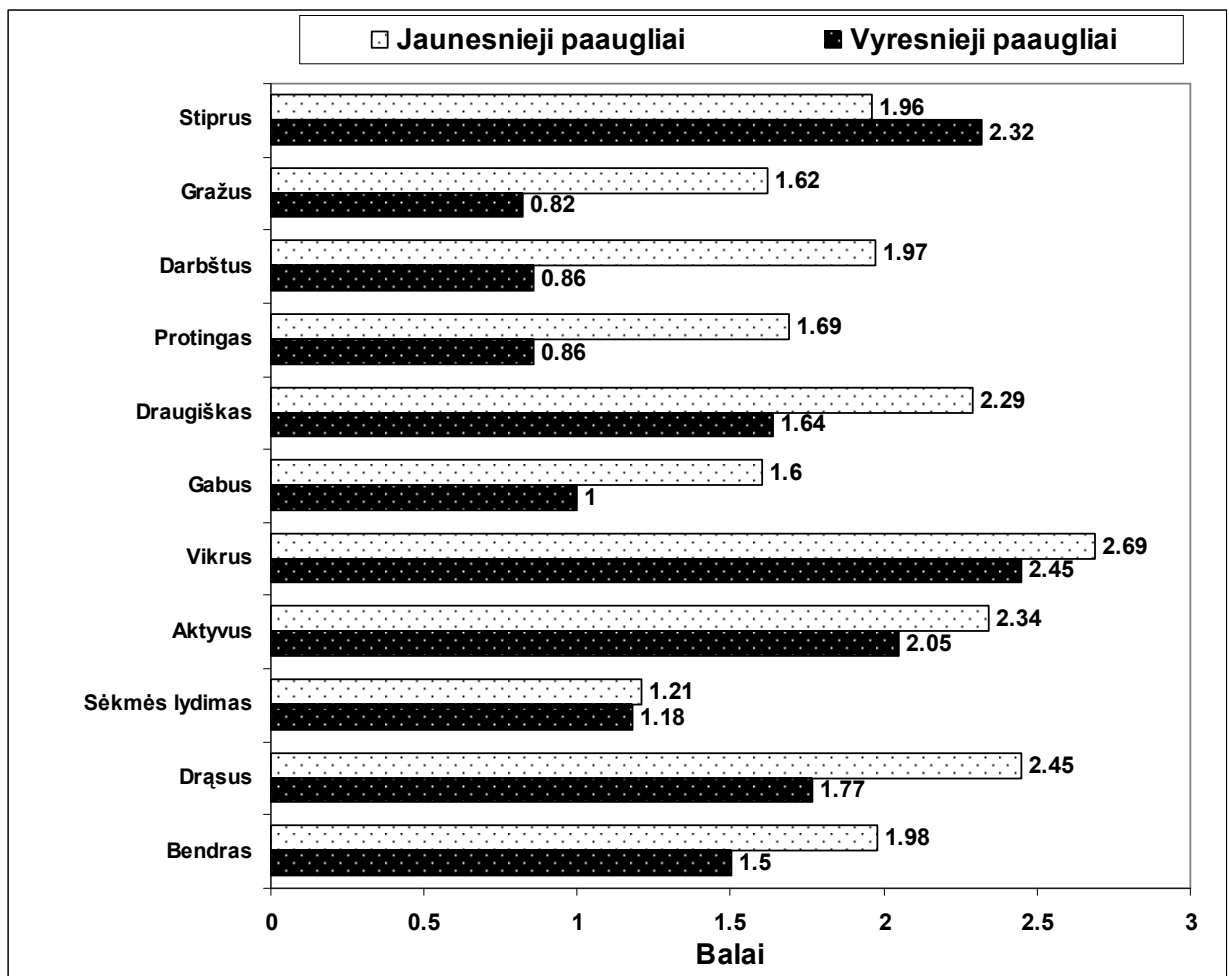
2 priedas. Jaunesniųjų ir vyresniųjų paauglių sportinės veiklos motyvai



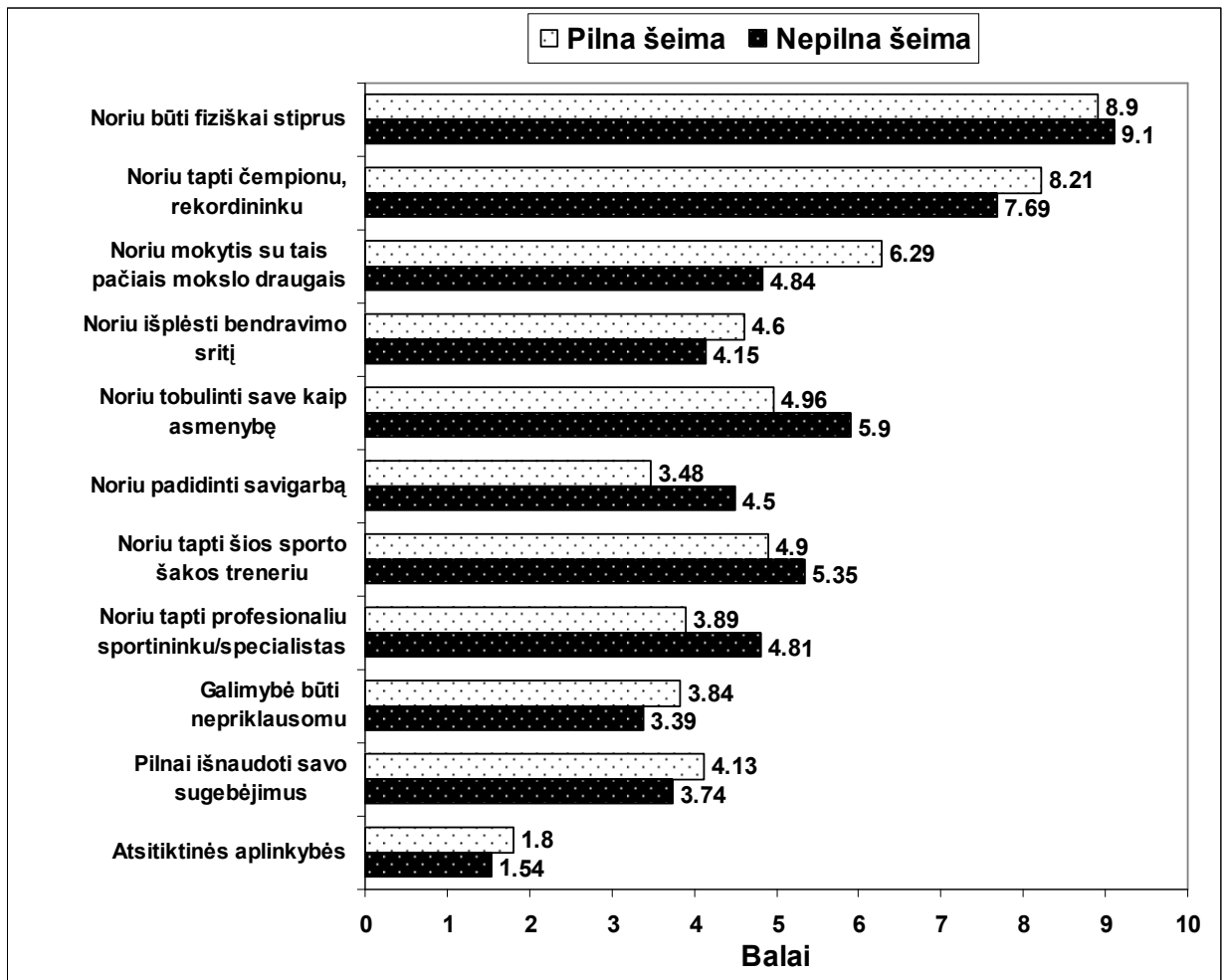
3 priedas. Jaunesniųjų ir vyresniųjų paauglių psichologinė savijauta mokantis sporto mokykloje



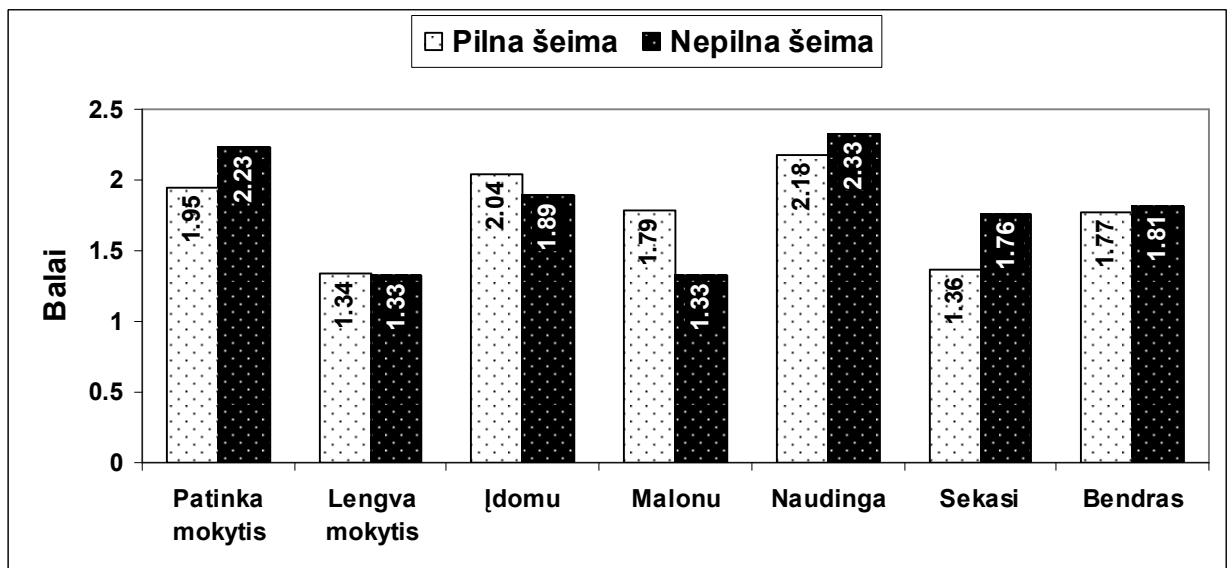
4 priedas. Jaunesniųjų ir vyresniųjų paauglių besimokančių sporto mokykloje vertybinės orientacijos



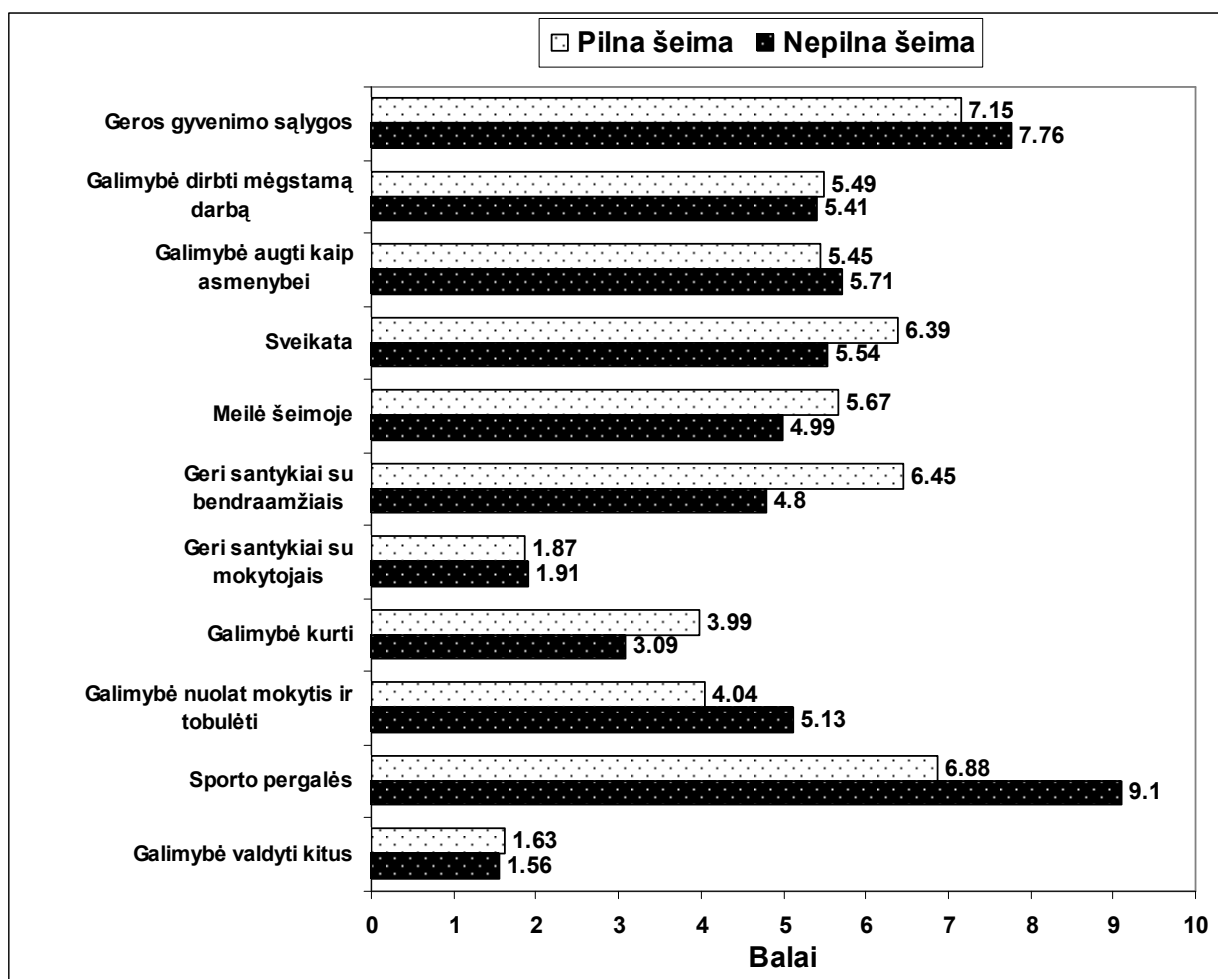
5 priedas. Jaunesniųjų ir vyresniųjų paauglių besimokančių sporto mokykloje savęs vertinimas



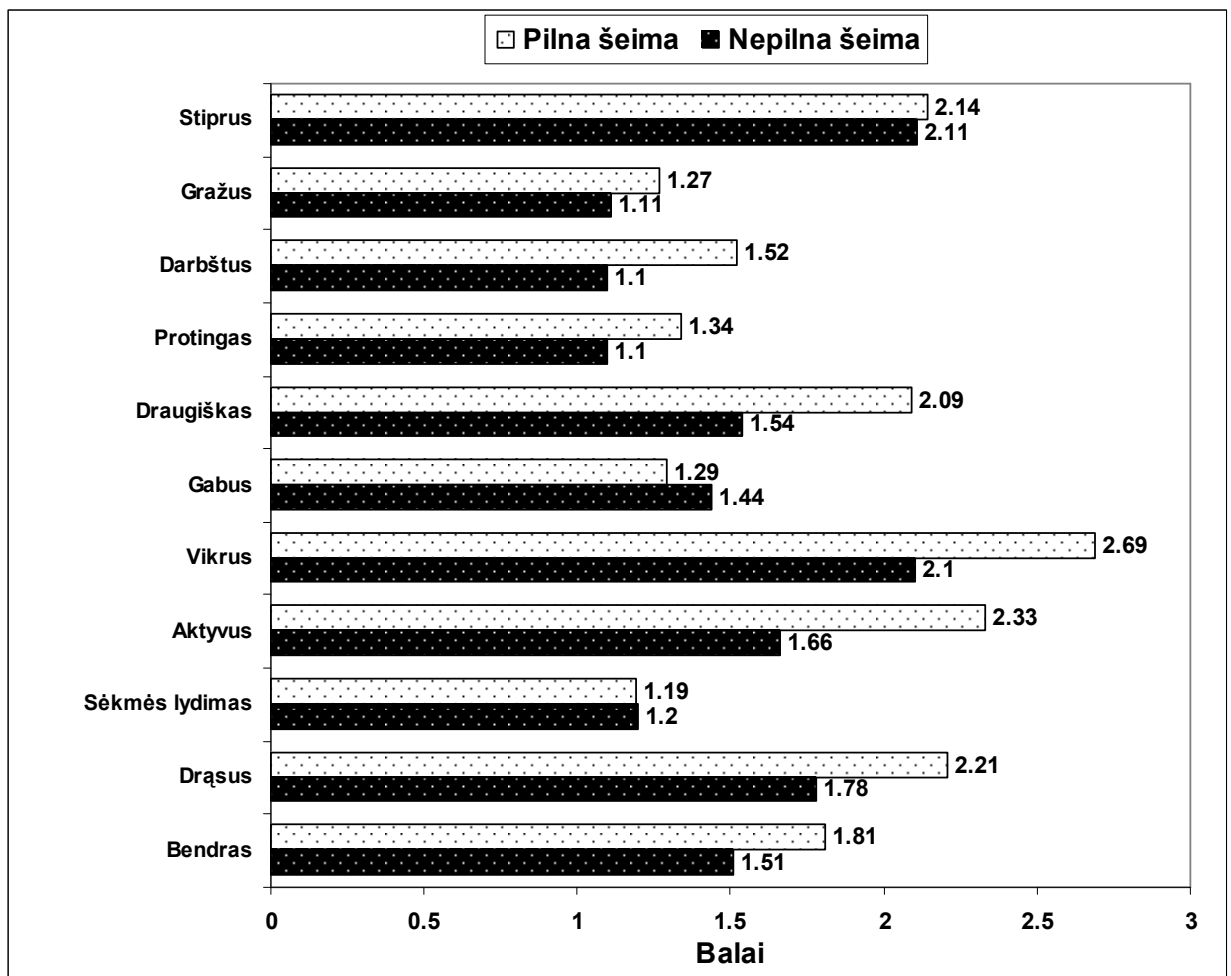
6 priedas. Sporto mokyklų mokinių augančių pilnose ir nepilnose šeimose sportinės veiklos motyvai



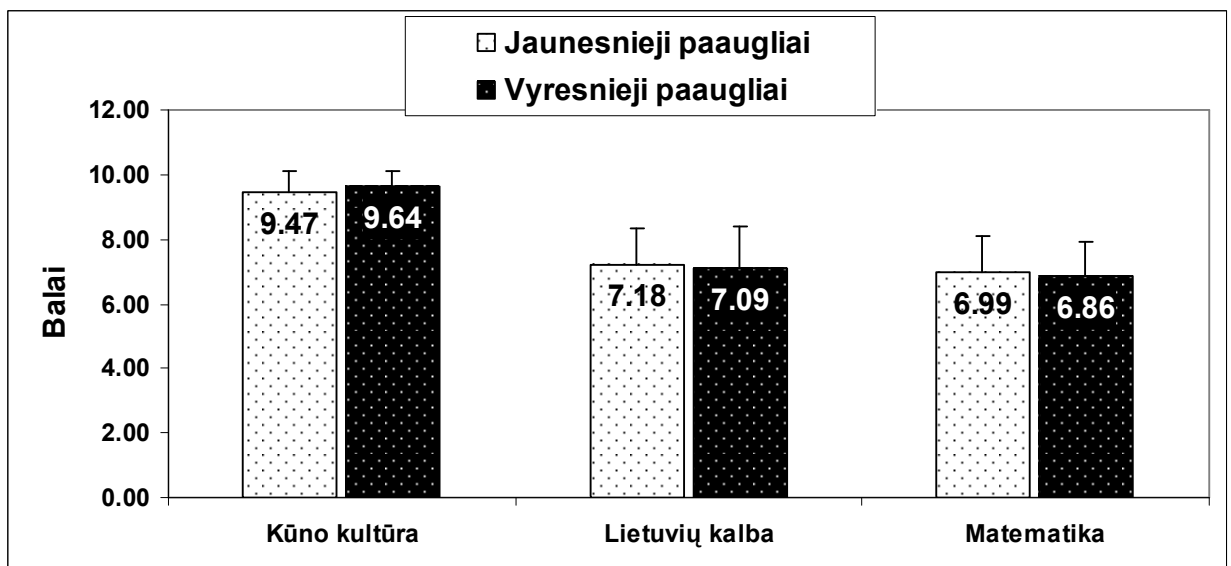
7 priedas. Sporto mokyklų mokinių augančių pilnose ir nepilnose šeimose psichologinė savijauta



8 priedas. Sporto mokyklų mokinių augančių pilnose ir nepilnose šeimose vertybinės orientacijos



9 priedas. Sporto mokyklų mokinių augančių pilnose ir nepilnose šeimose savęs vertinimas



10 priedas. Jaunesniųjų ir vyresniųjų paauglių besimokančių sporto mokykloje mokymosi pasiekimai