

ŠIAULIŲ UNIVERSITETAS

Lota Bobrova

**UNIVERSITETINIŲ STUDIJŲ KŪNO KULTŪROS
IR SPORTO PROGRAMŲ STUDENTŲ GYVENIMO
STILIAUS PROJEKTAVIMAS VERTYBINIŲ
ORIENTACIJŲ KONTEKSTE**

Daktaro disertacija

Socialiniai mokslai, edukologija (07 S)

Šiauliai, 2012

Disertacija rengta 2008–2011 metais Šiaulių universitete

Disertacinį tyrimą 2008–2011 metais rėmė Lietuvos valstybinis mokslo ir studijų fondas

Mokslinis vadovas – prof. dr. **Romualdas Malinauskas** (Lietuvos kūno kultūros akademija, socialiniai mokslai, edukologija – 07 S)

Konsultantė – prof. habil. dr. **Audronė Juodaitytė** (Šiaulių universitetas, socialiniai mokslai, edukologija – 07 S)

TURINYS

ĮVADAS	5
SĄVOKŲ PAAIŠKINIMAI	20
1. GYVENIMO STILIAUS PROJEKTAVIMO TEORINIS PAGRINDIMAS	24
1.1. Gyvenimo stiliaus sampratos teorinės priegijos ir koncepcijos	24
1.1.1. Gyvenimo stiliaus interpretavimas socialinės filosofijos ir kultūrologijos kontekste	24
1.1.2. Gyvenimo stiliaus, kaip socialinio-psichologinio reiškinių, samprata: kokybinių charakteristikų paieškos	28
1.1.3. Gyvenimo stiliaus, kaip edukacinio fenomeno, sampratos kontekstualizavimas	31
1.1.4. Gyvenimo stiliaus metodologinių požiūrių įvairovės raiška ir konsensuso paieškos	35
1.2. Gyvenimo stiliaus projektavimo probleminio lauko apibrėžtis šiuolaikiniuose socialinės realybės kontekstuose	38
1.2.1. Gyvenimo stiliaus projektavimo strategijos: individualaus pasirinkimo galimybės ir sprendimų priėmimas	39
1.2.2. Akademiniame jaunimo gyvenimo stiliaus projektavimo socialiniai-kultūriniai veiksniai ir tendencijos: savęs tobulinimas, asmenybinės ir profesinės raiškos realizavimas	44
1.2.3. Gyvenimo tikslų prasmingumas asmenybės socialinei elgsenai: tikslų ir gyvenimo plano konstravimas	47
1.2.4. Asmenybės psichosocialinės adaptacijos strategijų svarba projektuojant gyvenimo stilių: adaptyvus / dezaptyvus sociokultūrinės identifikacijos pobūdis	49
1.3. Kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų vertybinių orientacijų, kaip gyvenimo stiliaus konstrukto, teorinis pagrindimas	52
1.3.1. Sąvokų „vertybės“ ir „vertybinės orientacijos“ socialinė ir kultūrinė charakteristika visuomenės pokyčių kontekste	52
1.3.2. Vertybinių orientacijų raiška gyvenimo stiliaus projektavimo procesuose: internalizacija ir eksternalizacija	57
1.3.3. Kūno kultūros ir sporto vertybių funkcionalumas šiuolaikinio gyvenimo stiliaus vertybinėje orientacinėje sistemoje	61
1.3.4. Kūno kultūros ir sporto vertybių raiška humanistiškai orientuoto universitetinio rengimo kontekste	64
1.4. Teorinio gyvenimo stiliaus modelio konstruktas	66

2. TYRIMO METODOLOGIJA IR METODAI	70
2.1. Tyrimo metodologijos konceptualiųjų teorijų kontinuumas	70
2.2. Tyrimo etikos principai	73
2.3. Empirinių tyrimų dizaino modelis: etapai ir eiga	73
2.4. Kiekybinių tyrimų metodologija ir metodai	75
2.5. Kokybinio tyrimo metodologija ir metodai	84
3. KŪNO KULTŪROS IR SPORTO STUDIJŲ PROGRAMŲ STUDENTŲ VERTYBINIŲ ORIENTACIJŲ, KAIP GYVENIMO STILIAUS KONSTRUKTO, YPATUMAI: KIEKYBINIO TYRIMO REZULTATAI	88
3.1. Vertybinių orientacijų raiškos ypatumai amžiaus ir lyties specifiškumo aspektu	88
3.2. Vertybinių orientacijų struktūra ir gyvenimo sričių prioritetiškumas amžiaus ir lyties aspektu	92
3.3. Psichosocialinės adaptacijos ypatumai vertybinės-adaptacinės elgsenos kontekste ir svarba gyvenimo stiliaus projektavimui	95
4. KŪNO KULTŪROS IR SPORTO STUDIJŲ PROGRAMŲ STUDENTŲ GYVENIMO STILIAUS STRUKTŪROS IR TIPOLOGIJOS RAIŠKA: KOKYBINIO TYRIMO REZULTATAI	99
4.1. Gyvenimo stiliaus įvairovės raiška: tikslų ir jų realizavimo galimybių kontekstas	99
4.2. Gyvenimo stiliaus vidinės struktūros specifiškumas	138
5. KŪNO KULTŪROS IR SPORTO STUDIJŲ PROGRAMŲ STUDENTŲ GYVENIMO STILIAUS PROJEKTAVIMO GALIMYBĖS VERTYBINIŲ ORIENTACIJŲ KONTEKSTE: PROCESINIS-INSTRUMENTINIS MODELIS	143
DISKUSIJA	148
IŠVADOS	151
REKOMENDACIJOS	156
LITERATŪRA	158
PRIEDAI (kompaktinė plokštelė)	



Temos aktualumo pagrindimas. Charakteringas šiuolaikinio pasaulio bruožas – visuomenės transformacija, sąlygojama ne tik naujų socialinių santykių, bet ir vertybių perkainojimo, vaidmeninės elgsenos ir gyvenimo stiliaus kaitos, nes sisteminės XXI amžiaus reformos paveikė visas socialinio gyvenimo sritis (Karalius, 1994; Grigas, 1998, 2001; Bogenhold, 2001; Pikūnas, Palujanskienė, 2001; Bauman, 2002, 2011; Асмолов, 2007; Černevičiūtė, 2008). Esant dinamiškoms socialinėms ir politinėms sąlygoms individas dažnai atsiduria itin sudėtingose situacijose, turinčiose neapibrėžtumo, konfliktiškumo ir ekstremalumo požymių. Akivaizdūs šių reiškinių padariniai – nuolat aštrėjantys socialiniai, ekonominiai ir politiniai konfliktai, didėjanti įtampa tarp skirtingų kartų, nevienodų įsitikinimų žmonių (Junevičius, 1996; Nečiūnas, Nečiūnienė, Jackevičius, 2003).

Spartus modernėjimo procesas lėmė tai, kad žmogus gali daug laisviau pasirinkti savo kultūrinę orientaciją ar net identitetą (Fullan, 1989; Harris, 1998). G. Kelly (1995) samprotavo, kad kiekvieno žmogaus aktyvumas pasireiškia jo rengimusi ateičiai, nes individo ketinimai, planai ir lūkesčiai jam yra reikšmingiausi iš visų veiklos rūšių. V. Frankl (1969) įsitikinimu, gyvenimo perspektyvų ir tikslų numatymas tarsi įprasmina žmogaus egzistenciją, ir tai leidžia projektuoti savo mintis bei konkrečius žingsnius į ateitį.

Gyvenimo stiliaus tyrimų aktualumą formuoja ir specifinės Lietuvos visuomeninio gyvenimo kaitos sąlygos. Neabejotina, kad dinamiško persitvarkymo procesai, vykstantys šiuolaikiniame darbo pasaulyje, formuoja „naują žmogų“, tam tikras jo savybes ir bruožus, atitinkančius darbo pasaulio poreikius. Naujo žmogaus charakteristika – tai asmens, vertinančio savo gyvenimą kaip projektą, kurį reikia įgyvendinti, paveikslas (Newman B., Newman P., 1995; Tejar de Šarden, 1995; Kavaliauskienė, 2001, 2004). Būtinybe virsta uždavinys ugdyti savarankišką, konstruktyviai mąstantį, unikalų asmenį, gebantį bendrauti su Europos ir pasaulio aplinka.

Vykstant socializacijai žmogui keliami itin sudėtingi aktyvumo, subjektiškumo, personalinės vertybių sistemos formavimosi ir kognityvinių procesų reikalavimai, lemiantys individualius elgsenos modelius besikeičiančioje socialinėje aplinkoje (Jakavičius, 1968; Jakštas, 1995; James, 1995; Варламова, Степанов, 1998; Pikūnas, Palujanskienė, 2001; Juodaitytė, 2003; Daukilas, 2004; Grabauskienė, 2005; Malinauskas, 2006; Žiliukaitė, 2007; Bauman, 2011). Tai sukelia nemažai prieštaravimų žmonių gyvenime: viena vertus, didesnė apsisprendimų galimybė, laisvė pasirinkti saviraiškos kryptį, individualaus kūrybiškumo, iniciatyvos paklausa, antra vertus, išryškėja išgyvenimo problemos aktualumas, sukeltas gyvenimo lygio bei sąlygų ir socialinių garantijų išnykimo (Čiužas, 2001; Maniukaitė, 2001, 2003). Minėtos aplinkybės verčia rinktis gyvenimo stilių, padėsiantį įveikti nerimą, netikėtumus ir baimę. Socialinius pokyčius neatsiejamai lydi vertybinių orientacijų, socialinių stereotipų kaita, dėl to socializacijos procesas sudėtingėja, dinamiškėja. Dauguma permainų pirmiausia suvokiamos kaip vertybinių

orientacijų pokyčiai, ir tai leidžia teigti, kad *naujų vertybinių orientacijų generacija yra prioritinė*. Vertybės, pasirenkamos savarankiškai ir kryptingai, tampa kriterijumi, padedančiu nusakyti tiek esamą visuomenės raidos padėtį, tiek jos siekiamybes (Сурина, 1996; Luobikienė, Brazienė, Navasaitienė, 2002; Žiliukaitė, 2007, p. 129).

Tokiomis sąlygomis viena iš socializacijos proceso dalių tampa *gyvenimo stilius*, kaip individualaus gyvenimo konstravimo būdas, pasirenkant savitą trajektoriją ir orientaciją į bazines vertybes. Gyvenimo stiliaus problema itin aktuali globalių socialinių permainų sąlygomis, kai įvairių gyvenimo sferų transformacijos lemia ne tik makrosocialinius procesus, bet atsiliepia ir individualiam žmogaus gyvenimui, keičia jo vertybes, elgsenos normas, kultūrą (Astra, 1993, 1994; Adams, 1996; Giddens, 2000, 2005). Gyvenimo stilius reguliuoja socialinę elgseną esant konkrečioms sąlygoms, garantuoja sėkmingą adaptaciją, taip pat žmogaus savirealizacijos lygį, jo individualumo vystymąsi (Фромм, 1990; Абульханова-Славская, 1991; Резник Т. Е., Резник, Ю. М., 1995; Резник, Смирнов, 2002). Galima teigti, kad *gyvenimo stilius formuojasi individui keliamų socialinių reikalavimų ir kiekvieno žmogaus individualių savitumų sankirtoje*. Taigi žmogus turi gebėti ne tik adaptuotis, bet ir siekti visavertės socializacijos, kurios mechanizmai labiausiai pasireiškia *individualiu gyvenimo stiliumi*.

Dėl krizinės situacijos visuomenės vertybinėje sferoje daugelis jaunų žmonių daugiau ar mažiau neturi aiškaus pasaulio vaizdo, vertybių sistemos, normų, nuostatų (Семенов, 2007), asmeninės atsakomybės už priimamus sprendimus, ne visada geba išspręsti atsiradusius prieštaravimus, nes dažnai gyvena iliuzijų pasaulyje, reflektuodamas savo ateities perspektyvas (Тощенко, 2004, p. 40). Ryškėja vienas sudėtingiausių ir atsakingiausių uždavinių – patiemis sukurti, įtvirtinti idealų ir vertybių sistemą, socialines normas ir taisykles, formuoti socialinės visuomenės struktūrą, įtvirtinti individualius gyvenimo principus ir pan. (Adams, 1996; Allport, 1998a, 1998b). Todėl vienas svarbiausių uždavinių – *žmogaus individualaus gyvenimo stiliaus, kurio pagrindą sudaro vertybinės orientacijos, projektavimas, nes nuo racionalaus, situaciją atitinkančio ir vertybinėmis orientacijomis grindžiamo gyvenimo stiliaus pasirinkimo priklauso ne tik pozityvūs vidinių prieštaravimų sprendimai, bet ir asmenybės kryptingumo visuma*.

Socialinio gyvenimo realybė kelia naujų uždavinių švietimo sistemai ir akademinėms bendruomenėms. Pasaulio ir Lietuvos pokyčių kontekste pabrėžiamas prioritetinis švietimo uždavinys – *ugdyti nepriklausomą, socialiai atsakingą, gebančią prisitaikyti prie dinamiškų sąlygų, priimti optimalius sprendimus asmenybę, įgijusią aukšto lygio kompetenciją ir orientaciją į humanistinius idealus* (Švietimo gairės, 2002, p. 142; Pedagogų rengimo koncepcija, 2004, p. 62; Lietuvos Respublikos Vyriausybės nutarimas *Dėl valstybės pedagogų rengimo ir kvalifikacijos tobulinimo pertvarkos programos patvirtinimo* (2006 05 25, Nr. 468). Valstybinės švietimo strategijos 2003–2012 metų nuostatose pabrėžiama, kad svarbu „padėti asmeniui suvokti šiuolaikinį pasaulį, įgyti kultūrinę bei socialinę kompetenciją ir būti savarankišku, veikliu, atsakingu žmogumi, norinčiu ir gebančiu nuolat mokytis bei kurti savo ir bendruomenės gyvenimą“ (p. 3).

Aukštasis mokslas šiandien tampa tam tikru visuomeninio gyvenimo realijų atspindžiu, patikrinančiu pasaulėžiūros ir vertybines nuostatas. Aukštojo mokslo institucijos vertinamos

kaip ypatinga socialinės veiklos sritis, svarbi ne tik visuomenės kaitai, bet ir tos kaitos inicijavimui (Kraujutaitytė, 2002; Juodaitytė, 2004; Jucevičienė, Gudaitytė, Karenauskaitė, Lipinskienė, Stankūnienė, Tautkevičienė, 2010), nes žmogus, jo asmenybė ir savirealizacijos sąlygos – tai svarbiausi socialinio pasaulio konstravimo orientyrai. Tuo tikslu peržiūrima universitetų misija ir jos įgyvendinimo strategija. Prabilta apie naujos kokybės, žinių, informacinę, intelektinę, poindustrinę visuomenę (Fullan, 1989; Kavolis, 1994; Grigas, 1998, 2001; Juodaitytė, 2004; Černevičiūtė, 2008). Šių dienų Europos švietimas orientuojamas į harmoningos, integralios asmenybės sampratą ir siekiama visapusiškos asmenybės ugdymo idealo (Juodaitytė, 2004; Jovaiša, 2009; Bitinas, 2010).

Akademiniam jaunimui šiandien būdinga dvejopa padėtis: pirma – tai yra viena iš labiausiai socialiniu požiūriu pažeidžiamų grupių, antra – tai lyderiai, nes jaunas žmogus jau savo prigimtimi atviras kaitai, geba priimti netradicinius sprendimus (Ильинский, 1999, 2007). Tačiau negalima paneigti, kad didėja skaičius „formaliai išsilavinusių žmonių“, su siauros specializacijos žiniomis, ribojančiomis galimybes mąstyti globaliai, suvokiant save kaip neatskiriama supančio pasaulio dalį, atsakingą už savo sprendimus. Dėl šios priežasties jauno žmogaus sąmonėje dažnai susiformuoja absoliučiai prieštaringos, tarpusavyje nesuderinamos, viena kitą paneigiančios vertybinių orientacijų nuostatos, kurios, Ž. T. Toščenko (Тощенко, 2004, p. 4) žodžiais tariant, lemia unikalaus reiškimo – *paradoksalaus žmogaus* – gimimą.

Dinamiškas šiuolaikinis gyvenimas reikalauja iš studentų išmokti nepavaldėtų vaidmenų, t. y. gebėjimo konstruoti savo gyvenimišką poziciją, daryti savarankiškus sprendimus, įsitraukiant į socialinių santykių tinklą (Vosyliūtė, 2005). Rengiant pedagogus, vis labiau suvokiama, kaip svarbu derinti jų ugdymo strategijas su mokytojo edukacine veikla ir asmenybės plėtote. Įvardytų pokyčių sąlygomis universitetinio rengimo tikslas – parengti akademinį jaunimą gyvenimui šiuolaikinės kaitos sąlygomis, įgalinti studentus efektyviai veikti būsimose situacijose, spręsti problemas, su kuriomis susidurs ateityje (Jucevičienė, Gudaitytė ir kt., 2010, p. 61). Tobulinant mokslo ir studijų proceso valdymą, būtina atsižvelgti į naują socialinę realybę, naujus socialinius-ekonominius ir studijų proceso organizavimo faktorius, aktyviai veikiančius studentų interesus ir poreikius, jų pažintinę, visuomeninę, sociokultūrinę ir kitas gyvenimiškos veiklos sritis. Todėl būtina orientuotis į studento tapsmo pedagogu vidinius veiksmus, slypinčius kiekvieno mokinio prigimtyje ir vertybėse, juos atrandant, iškeliant, vystant ir puoselėjant (Barkauskaitė, 1998, 2000; Lukšienė, 2000; Aramavičiūtė, 2005a; Bitinas, 1996, 2004, 2006; Jovaiša, 2001, 2009; Martišauskienė, 2003, 2007).

Šiame kontekste ypač sustiprėja interesas formuoti pedagoginių specialybių studentų gyvenimo stilių, nes būsimas pedagogas yra kultūros ir asmenybės tarpininkas, atlieka išskirtinį vaidmenį visuomenėje, t. y. perduoda socialinę-kultūrinę patirtį augančiai kartai, todėl pedagogo kultūrinės erdvės studijos tampa labai svarbiu faktoriumi, o studentų gyvenimo stiliaus projektavimas vertinamas kaip vienas iš svarbiausių universitetinio rengimo uždavinių (Barkauskaitė, 1998, 2000; Bitinas, 2004, 2006; Aramavičiūtė, 1998, 2005a, 2005b; Jovaiša, 2001, 2009).

Universitетinis rengimas šiuolaikinėje visuomenėje pirmiausia orientuoja studentą įgyti

patirties, kuri padėtų įveikti postmoderniosios visuomenės gyvenimo reikalavimus dar nepažįstamame ateities pasaulyje. Tėvų patirtis ir gyvenimo stilius kur kas rečiau taps pavyzdžiu, kaip gyventi (Dencik, 2005). Spartūs modernėjimo procesai lemia tai, kad žmogus vis dažniau turi galimybių pasirinkti savo kultūrinę orientaciją ar net identitetą. Vadinasi, naujas, palyginti su mokykliniu gyvenimu, universiteto studento vaidmuo atneša tam tikrą laisvę, tačiau suformuoja kontroversišką situaciją – tarp laisvės ir izoliacijos. Tokia situacija gyvenimo stilių priartina prie asmeninių vertybių ir leidžia atsisakyti studento netenkinančio gyvenimo stiliaus. Apie mokytojo vaidmenį, jo asmenybės ypatumų įtaką mokinių mokymuisi ir asmenybės raidai polemizavo įvairių epochų filosofai (Aristotelis, 1990; Schopenhauer, 1995; Kant, 1996; Hegel, 1997; Kuzmickas, 2001), pedagogikos klasikai (Komenskis, 1986; Korčakas, 1993; Šalkauskis, 1992; Maceina, 1991, 1996; Paškus, 2009) ir dabarties užsienio edukologai (Dystervėgas, 1988; Hargreaves, Fullan 1989; Jensen, 2005).

Požiūris į gyvenimo stilių formuojasi ankstyvoje jaunystėje ir yra glaudžiai susietas su tokia esminga amžiaus charakteristika, kurią L. Božovič (Божович, 2002) įvardija kaip nuostatą į ateitį ir dabarties vertinimą remiantis šia pozicija. *Minėtos teorinės-metodologinės nuostatos kontekste aktuali tampa gyvenimo stiliaus tyrimų, analizuojančių asmens galimybes ateities įsivaizdavimu ir jos projektavimu sąmoningai ir kryptingai ugdyti savo asmeninį potencialą dabartyje, problema.* Specifinių akademinio jaunimo gyvenimo stiliaus ypatumų žinojimas atveria galimybes maksimaliai efektyviai spręsti profesinius ir asmenybinius studento socializacijos uždavinius – *asmenybės adaptaciją ir savirealizaciją* greitai besikeičiančiomis socialinėmis ir kultūrinėmis šiuolaikinio gyvenimo sąlygomis. Reikšminga tai, kad aukščiausi stilizacijos siekiai ir galybės įgyvendinami studentiškame amžiuje: svarbūs gyvenimo apsisprendimai – išsilavinimo ir profesijos – lemia ir gyvenimo stiliaus, susijusio su profesija, pasirinkimą (Zaclona, 2007).

Sociokultūriniai šiuolaikinių studentų ypatumai, lyginant su kitomis jaunimo grupėmis, sudaro palankias biografinio planavimo galimybių prielaidas. Studentai aukštesniu lygmeniu gali modeliuoti gyvenimo scenarijus, jungiančius profesinės veiklos, karjeros planus, orientuotus į asmenybines savirealizaciją pačiose įvairiausiose gyvenimiškos veiklos sferose (Pukelis, 1998, 2004; Kučinskienė, 2003; Barkauskaitė, Gribniakas, 2007). Atsiranda poreikis išreikšti identitetą – *esu tas, kokį veiksmą atlieku* (gyvenimo stilius formuoja identitetą).

Visuomenės raidos dinamika, naujos socialinės-edukacinės sąlygos reikalauja ir *kūno kultūros bei sporto pedagogų* vaidmens pokyčių. Sportas, sportinė veikla, kaip tam tikras sveikos gyvensenos bruožas, įgauna savotišką išraišką, apibendrinančią jaunų žmonių patirtį, mąstymo ir elgesio būdus, ateities siekius ir orientacijas. Svarbi universitetų funkcija – brandinti būsimo kūno kultūros ir sporto pedagogo asmenybę: *padėti suvokti save, kurti savo ateitį, gebėti priimti sprendimus, tarp jų – ir gyvenimo stiliaus pasirinkimo.*

Pasirinkimas studijuoti universitete rodo aukštojo mokslo, kaip vertybės, pripažinimą. Tačiau nemažai šalies universitetų humanitarinį ir socialinį lavinimą suvokia tik siauro profesinio rengimo kontekste. Moksliniuose tyrimuose (Mertinas, Tinteris, 1998; Kontoravičiūtė, 1998; Poteliūnienė, 1998) dažniausiai gvildenami kūno kultūros ir sporto studijų programų stu-

dentų funkcinės sistemos gerinimo, sveikatingumo ir fizinės saviugdos klausimai (Poteliūnienė, Žilinskienė, Simaškienė, 1999). Pasigendama koceptualaus požiūrio į universitetinį rengimą, akcentuojant sportuojančio studento asmenybės ugdymą visaverčiam gyvenimui, vidinės jo sąveikos su akademinė aplinka visumą. Dėl to humanistinių akademinio jaunimo vertybių formavimas dabartiniu metu – viena aktualiausių problemų (Tamošauskas, 2000; Malinauskas, 2002, 2003; Miškinis, 2002, 2007; Meidus, Ivoškienė, Pečiūra, 2011).

S. Stonkus (2000) pažymi, kad visapusiškas ugdymas, atsižvelgiant į prigimtines galias, neįmanomas be protinio lavinimo, dorovinio auklėjimo ir fizinių galių plėtotės harmonijos. I. Smalinskaitės (2002) teigimu, kūno kultūra ir sportas visais laikais buvo ir tebėra svarbi visuomenės kultūros dalis, kurios tikslas ne tik įtraukti asmenį į veiklą, bet ir formuoti jo motyvus, idealus, vertybes. Tai tokia sritis, kurioje visaapimančio ugdymo idėjos įgauna ypatingą išraišką: teisingai suprastos sporto vertybės padeda žmogui save pažinti, tinkamai įsivertinti bendruomeniniame kontekste, konstruoti savąjį gyvenimo stilių. Sportas gali būti socialinio identiteto žymeklis, individualumo išraiškos priemonė, ir tai reiškia, kad sportuojantis studentas turi puikių galimybių įrodinėti socialinį identitetą.

Deja, vientisos teorijos, integruojančios gyvenimo stiliaus specifiškumą, grindžiamą vertybinėmis orientacijomis ir susijusį su profesijos ypatumais, iki šiol nėra. Tokia situacija apsunkina pedagogų rengimo praktiką.

Mokslinės problemos pagrindimas. Literatūros šaltinių analizėje ryškėjanti gyvenimo stiliaus sampratos įvairovė ir jos daugiamačiškumas reikalauja tarpdisciplininio požiūrio: gyvenimo stiliaus problematikos svarstymas yra kompleksinis ir susijęs su *filosofiniais, sociologiniais, psichologiniais, antropologiniais* ir *edukaciniais* aspektais, todėl galima kalbėti apie tam tikrą šiuolaikinėje visuomenėje egzistuojantį gyvenimo stiliaus fenomeną. Visi šie mokslai praverčia, kuriant *visuminę žmogaus koncepciją*, bet nė vienas iš jų atskirai negali išspręsti šio uždavinio.

Teorinės įžvalgos leidžia teigti, kad šiuolaikinis pasaulis, viena vertus, teikia didžiules asmenybės saviraiškos galimybes, kita vertus, skatina kiekvieną žmogų aktyviai ir atsakingai rinktis gyvenimo stilių. Nuo to, kokį gyvenimo stilių projektuos akademinis jaunimas, kokia vieta jame bus skirta profesinei karjerai, labai priklausys mūsų šalies ekonomikos ir kultūros raida. Tai pirmiausia ir pagrindžia *akademinio jaunimo gyvenimo stiliaus projektavimo problemos tyrimų svarbumą*.

Studentija šiandien atsidūrė neįtikėtinai sudėtingoje situacijoje. Neturint Lietuvoje aiškios jaunimo politikos ir valstybės palaikymo, prarandama viltis, kad inovatyvus, kūrybiškas profesionalus akademinio jaunimo potencialas gali būti įvertintas reikiamu lygiu ir paklausus darbo rinkoje. Tai apsunkina studentų ateities orientacijų ir strategijų formulavimą bei realizavimą. Lietuvoje stebima situacija – universitetų absolventai stichiškai adaptuojasi prie dabartinių sąlygų, pasirinkdami tas normas ir vertybes, kurios jiems garantuoja finansinį nepriklausomumą, sėkmę, materialinį stabilumą (Čiužas, Ratkevičienė, 2000; Čiužas, 2001). Galima teigti, kad studentų gyvenimo stiliaus modeliai šiandien kuriami socialinės rizikos ir neapibrėžtumo sąlygomis.

Neturint aiškios gyvenimo strategijos, paklūstama tėkmei ir gyvenimo planas iš esmės nerealizuojamas. Tokiu atveju žemėja saviveiksmiškumo motyvacija, siaurėja dvasiniai ir intelektualiniai interesai (Černius, 1992; Astra, 1993, 1994; Chaney, 1996; Bitinas, 2000; Grigas, 2001; Петрова, 2001; Jovaiša, 2002, 2003; Giddens, 2005; Zaclona, 2007). Dėl šių priežasčių itin aktualūs pasidaro gyvenimo stiliaus projektavimo ir veiksmų, lemiančių šį procesą, tyrimai: šiandien daugelis suaugusių žmonių pakartotinai kelia savo gyvenimiškos pozicijos klausimą, ją tikslina. Kad išsaugotų savitvardą, saviveiksmiškumą, asmenybė iš naujo turi spręsti identiteto užduotį, atsakydama į klausimus: *Kas aš? Ką aš šiandien galiu (gebu) daryti? Ko aš noriu?* Šiuos tris modalumus S. L. Rubiņštein (Рубиņштейн, 1998) vartojo teoriškai pagrįsti asmenybė. Deja, pastaruoju metu ši pažinimo sritis daugiareikšmė, nes nėra aiškios gyvenimo stiliaus sampratos apibrėžties, stokojama jo projektavimo galimybių studentiškame amžiuje analizės.

Akademinio jaunimo gyvenimo stiliaus tyrimų *problemiškumą* lemia ir tai, kad studentams akademinį studijų periodas – tai ne tik profesinės kvalifikacijos įgijimo laikotarpis, bet kartu svarbus savo troškimų, galimybių ir orientacijų derinimo su sociumo reikalavimais aukštos kvalifikacijos specialistams etapas. Analizuojant būsimųjų kūno kultūros ir sporto pedagogų akademinį gyvenimą, išryškėja, kad daugelis aktyviai sportuojančių studentų savo kasdienį gyvenimą dalija į *akademinę veiklą* ir *aktyvų treniruočių bei sporto varžybų procesą* (Bobrova, 2008). Tai galima pavadinti *dvigubos socializacijos* situacija (Dencik, 2005). Veikti dviejuose kontekstuose – akademinį studijų ir sporto – sudėtinga užduotis, nes reiškia nuolatinį derinimąsi prie kiekvieno konteksto atskirai, kartu juos siejant, t. y. studento pakaitinė veikla dviejose srityse (dirbantiems studentams – netgi trijose) turi tapti vientisa akademinė veikla. Gebėti lygiagrečiai veikti dviejuose, trijuose socialiniuose kontekstuose – esminis reikalavimas sportuojančiam studentui. *Šis dvigubos socializacijos modelis verčia studentus itin racionaliai pasirinkti orientyrus ir vertybes savo gyvenimo kryptį ir turiniui nustatyti* (Bobrova, 2008). Ryškėja sudėtinga problema – *gebėti integruoti, derinti savo veiklą keliuose socialiniuose kontekstuose ir lygiagrečiai gebėti socialiai atskirti dvi sritis vieną nuo kitos*. Neabejotina, kad dvigubos socializacijos situacija labai įvairiapusisškai veikia studento gyvenimo stilių (literatūroje dažnai pamiršamas šis poveikis studentui). Akademiniam jaunimui ganėtinai sunku adaptuotis naujoje socialinėje-ekonominėje erdvėje, atrasti gyvenimo stilių ir jo konstravimo strategiją, garantuojančią planuojamų tikslų pasiekimą. Tai rodo, kad viena iš svarbiausių šiuolaikinių studentų, kaip dinamiškos grupės, pasirengusios greitai sąmonės stereotipų ir elgsenos kaitai, gyvenimo sąlygų, tampa sėkminga jų socialinė *adaptacija*, t. y. efektyvių socialinės elgsenos strategijų konstravimas. Akademiniam jaunimui tenka prisitaikyti ne tik prie objektyviai egzistuojančios išorinės aplinkos, bet ir prie socialinės erdvės, kurią sudaro jie patys.

Tokioje situacijoje studentams būtina arba rinktis iš esamų, arba savarankiškai konstruoti gyvenimo stilių, keičiantį socialinę realybę (Berger, 1995; Berger, Luckmann, 1999). Atsižvelgiant į šiuolaikinio sociumo specifiką, efektyviausiomis pripažįstamos *aktyvios adaptacinės strategijos* (Буракова, 2007), atveriančios galimybę su minimaliais ištekliais pristaiikyti prie inovacinių visuomenės pokyčių. Aktyvios adaptacijos strategijos leidžia akademiniam jaunimui rinktis optimalų gyvenimo stilių. Todėl svarbu ugdyti jaunų žmonių gebėjimą projektuoti savo ateitį, adaptyvų gyvenimo stilių, grindžiamą vertybinėmis orientacijomis.

Aktyvi akademinio jaunimo, kaip socialinės grupės, adaptacija šiuolaikinio socialinio gyvenimo sąlygomis, galimybių įvertinimas, gyvenimo stiliaus, grindžiamo prisitaikymo strategijomis, projektavimas, rodo šios problemos tyrimo savalaikiškumą, kaip vieną iš aktualumo veiksnių. Iš čia kyla būtinybė projektuoti adaptyvų studentų gyvenimo stilių, sudarantį galimybes veikti konkurencingoje šiuolaikinėje visuomenėje.

Savo ruožtu, o tai itin svarbu šio tyrimo kontekste, vertybinės orientacijos studentiškaime amžiuje pripažįstamos kaip pamatinės definicijos, sudarančios galimybę studentams konstruoti generalinę adaptacinę elgsenos šiuolaikinėje visuomenėje kryptį. Be to, vertybinių orientacijų formavimas yra svarbi socialinių institutų užduotis, garantuojanti ugdomąsias ir lavinamąsias funkcijas visuomenėje. Tai leidžia teigti, kad *vertybinės orientacijos sąlygoja jaunimo adaptacinės elgsenos charakterį, skatina (arba trukdo) socializacijos procesus nuolat besikeičiančioje socialinėje aplinkoje* (Lekavičienė, 2002, 2004; Lemme, 2003).

Suvokiant tai, kad makrosocialiniai pokyčiai daro įtaką mikrolygio (individo) kaitai, gyvenimo stiliaus projektavimo esmine *metodologine prielaida tampa dinamiška individų veiklos ir interakcijos su socialine aplinka jungtis. Individas, sąveikaudamas su aplinka, yra jos veikiamas, tačiau ir aplinka yra veikiamą ir formuojama individo.*

Literatūros šaltinių analizė ir jos apibendrinimas leidžia inicijuoti *mokslinę diskusiją* apie didėjančią žmogiškojo veiksnio vaidmenį šiuolaikinėje visuomenėje apskritai ir humanistinių akademinio jaunimo vertybių formavimą, kaip vieną iš aktualiausių problemų universitetiniame rengime, jos sprendimą nukreipiant į socialinę, emocinę būsimojo pedagogo brandą: asmenybės prigimtinių prielaidų ir specifinės sportuojančio studento socializacijos dermę su akademinėmis žiniomis ir gyvenimiška bei profesine patirtimi. Šiame tyrime laikomasi nuostatos, kad *vertybės, kurios susiformuoja sportuojant, tobulina ne tik sportinį meistriškumą, bet ir pačią asmenybę ir gali būti perkeliamos į kitas gyvenimo sritis.*

Būtent šie argumentai labiausiai ir lėmė disertacinio tyrimo strategijos pasirinkimą – *kompleksinio studentų vertybinių orientacijų ir psichosocialinės adaptacinės elgsenos tyrimus gyvenimo stiliaus projektavimo kontekste.* Šio tyrimo kryptingumui įtakos turėjo ir menkas vertybinių orientacijų poveikio gyvenimo stiliui problemos iširtumas, jos tyrimų savalaikiškumas.

Taigi, galima teigti, kad gyvenimo stilius yra reikšmingas *socialinės harmonijos* palaikymo veiksnys (Kučinskienė, 2003), svarbiausias asmenybės ir socialinės aplinkos sąveikos, grindžiamos vertybinėmis orientacijomis, optimizavimo komponentas. *Asmenybė yra svarbiausia savo gyvenimo stiliaus projektuotoja, nuo jos labai priklauso projekto sėkmingumas.* Todėl šio tyrimo imperatyvas reiškiamas nuostata, kad gyvenimo stiliaus projektavimo esmė yra *individo sąveika su aplinka, siekiant šių procesų simetrijos*, nes sėkmė išgyvenama, kai *individualumo ir socialumo* raiškos sritys tarpusavyje yra simetriškos.

Probleminė šio tyrimo konstrukto analizė leidžia teigti, kad nepakankamas analizuojamos problemos iširtumas, gyvenimo stiliaus raiškos ir tipologijos diagnostinių metodų stoka, mokslinių tyrimų, susijusių su kūno kultūros ir sporto pedagogo gyvenimo stiliaus ypatumais (literatūros šaltinių analizėje aptinkami tik fragmentiški duomenys apie pedagogų gyvenimo

stiliaus genezė), nebuvimas, sudaro rimtų kliūčių studentų gyvenimo stiliui projektuoti. *Todėl aktualu konstruoti gyvenimo stiliaus teorijos ir sąvokų sistemą, apmąstyti egzistuojančius šiuolaikinių studentų socialinės elgsenos modelius ir atitinkantį šiuos modelius jų gyvenimo stilių. Iš čia kyla moksliskai pagrįstų kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų gyvenimo stiliaus identifikavimo metodikų poreikis.*

Mokslinės literatūros analizė leido išskirti prieštaravimus, vykstančius tarp:

- Šiuolaikinio socialinio gyvenimo iššūkių mūsų visuomenei, kurios dalis yra akademinis jaunimas, ir jo gebėjimo atsakyti į šiuos iššūkius.
- Besiformuojančioje vartotojiškoje visuomenėje vis labiau ryškėjančios įtampos tarp rinkos vertybių pasiūlos (komfortas, malonumai) individui ir jų priėmimo (Pruskus, 2005). Tokia situacija didina individo ar bendruomenės sąmoningo požiūrio į rinkos siūlomas vertybes svarbą ir autentiškų pasirinkimų, kaip esminių gyvenimo stiliaus komponentų, atsaką rinkos poveikiui, reikšmę.
- Akademinio jaunimo vertybinių orientacijų hierarchijos transformacijų ir susilpnėjusio socialinių institutų, veikiančių šiuolaikinio jauno žmogaus elgseną, jo adaptaciją rinkos ekonomikos sąlygomis, poveikio.
- Mokslinių teorijų, analizuojančių gyvenimo stiliaus fenomeną, ir bendros sukaupias žinias integruojančios koncepcijos nebuvimo.
- Tradicinių profesinės pedagoginės kultūros ir kasdienės kultūros, daug greičiau ir aktyviau reaguojančios į visus socialinius-politinius, socialinius-ekonominius ir socialinius-kultūrinius visuomenės pokyčius, ypatumų.
- Institucionaliai propaguojamų vertybių ir profesinės, edukacinės kultūros normatyvų ir specifinių akademinio jaunimo kultūros, gyvenimo stiliaus ypatumų, kurie formuojasi veikiami nepakankamai kontroliuojamų socialinių faktorių.
- Aukštų valstybės bei visuomenės reikalavimų, keliamų šiuolaikiniam kūno kultūros ir sporto pedagogui, ir nepakankamai kryptingo studentų rengimo adaptacijai bei socializacijai šiuolaikinėje dinamiškoje socialinėje, edukacinėje aplinkoje.

Įvardyti prieštaravimai dar labiau išryškėja nūdienos visuomenės fone, stebint pedagogo profesijos prestižo menkėjimą.

Taigi, išsami literatūros šaltinių analizė, taip pat mokslinių tyrimų, susijusių su būsimųjų kūno kultūros ir sporto pedagogų gyvenimo stiliaus projektavimo problema, stoka, lėmė šio tyrimo temos pasirinkimą. Jos esmė formuluojama tokiu *probleminiu* klausimu: *kokios tendencijos, principai ir psichosocialiniai, edukaciniai faktoriai būdingi universitetinių studijų kūno kultūros ir sporto programų studentų gyvenimo stiliaus projektavimui vertybinių orientacijų kontekste?*

Tyrimo objektas – universitetinių studijų kūno kultūros ir sporto programų studentų gyvenimo stiliaus projektavimas vertybinių orientacijų kontekste.

Tyrimo hipotezės:

1. Vertybinės orientacijos teikia pagrindą ir kryptį socialiniams, psichologiniams studento asmenybės gyvenimo stiliaus projektavimo mechanizmams, suvokiamiems kaip indivi-

dualiai pasirinkta, visybiška ir dinamiška sistema, nukreipta į racionalią pragmatinių ir humanizmo vertybių, individo ir socialinės aplinkos simetriją, studentų psychosocialinės adaptacijos aktyvinimą.

2. Kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų asmenybės vertybinių orientacijų struktūrą ir turinį daugiausia lemia akademinė studijų ir sportinės veiklos specifika. Tai leidžia daryti prielaidą, kad akademinė studijų procesas universitetinėje aukštojoje mokykloje yra svarbiausias ne tik profesinės pedagoginės kultūros ugdymo, bet ir gyvenimo stiliaus projektavimo etapas.

Tyrimo tikslas – ištirti universitetinių studijų kūno kultūros ir sporto programų studentų gyvenimo stiliaus ypatumus vertybinių orientacijų kontekste, nustatyti faktorius, lemiančius analizuojamo reiškinių formavimąsi, ir tuo pagrindu sudaryti gyvenimo stiliaus projektavimo procesinį-instrumentinį modelį.

Tyrimo uždaviniai:

1. Atlikti tarpdisciplininę (filosofinę, sociologinę, kultūrologinę, psychosocialinę ir edukacinę) gyvenimo stiliaus sampratos analizę, konkretizuojant ir pagrindžiant svarbiausių sąvokų, adekvačių analizuojamam fenomenui, konstrukta, išanalizuoti gyvenimo stiliaus projektavimo socialinius-kultūrinius veiksnius ir vyraujančias tendencijas.
2. Apibūdinti akademinį jaunimą kaip socialinę demografinę grupę, ištirti kūno kultūros ir sporto studijų programų I ir IV kurso studentų gyvenimo stiliaus patirtis, orientuojantis į vertybes, nustatyti specifinius gyvenimo stiliaus bruožus (tipus) ir projektavimo strategijas vertybinių orientacijų kontekste.
3. Ištirti I ir IV kurso kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų psychosocialinės adaptacijos ypatumus, įvertinant gyvenimo stiliaus ir jo projektavimo strategijų raišką vertybinės-adaptacinės studentų elgsenos kontekste.
4. Išryškinti kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų gyvenimo stiliaus tipologiją ir jos vidinės struktūros charakteristikas.
5. Sudaryti kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų procesinį-instrumentinį gyvenimo stiliaus projektavimo modelį, grindžiamą vidinio pasaulio ir išorinio socialinio pasaulio (individualumo ir socialumo) simetriją, humanizmo ir pragmatizmo vertybių derme, asmenybės adaptyvumu.

Teorinės tyrimo nuostatos ir koncepcijos

Apibrėžiant metodologines orientacijas šio tyrimo conceptualiųjų teorijų kontinuume, prioritetas teiktas *fenomenologinei tradicijai*.

Gyvenimo stiliaus fenomeno tyrimų jungiančioji grandis – *filosofinė žmogaus koncepcija*, pabrėžianti žmogaus visybiškumą, plačiai analizuojama šiuolaikinėje Vakarų filosofijoje (Heidegger, 1989; Camus, 1996; Rorty, 1999; Jaspers, 1989, Sartre, 2004 ir kt.) ir Rusijos mokslininkų darbuose (Ананьев, 1968, 1997; Харченко, 2003 ir kt.). Filosofinė žmogaus koncepcija tvirtina, kad kiekvieno žmogaus būtis yra unikali ir baigtinė; žmogus yra laisvas ir todėl atsakingas – jis pats save kuria, renkasi, kaip gyventi, maksimaliai realizuoti savo galimybes, augti ir tobulėti, priimant iššūkius.

Gyvenimo stiliaus problema kompleksinė, todėl siekiant geriau suprasti tyrinėjamą aka-

deminio jaunimo gyvenimo stiliaus fenomeną, į ją pažvelgta iš *holistinės perspektyvos*. Tai leido jauną žmogų (studentą) suvokti kaip visumą, aprėpti jo gyvenimiškąsias patirtis, studijų procesą, asmeninį potencialą ir kita. Kad geriau būtų suvoktas žmogaus visybiškumas, remtasi žmogaus būties perspektyvos teorija, kai žmogaus būtis suvokiama kaip aukščiausias pasaulio būties laiptelis, ją diferencijuojant tokia seka: *biologinė būtis – socialinė būtis – žmogaus būtis kaip dvasinis fenomenas* (Ананьев, 1968, 1997; Jovaiša, 2009).

Gyvenimo stiliaus projektavimo ašis – gyvenimiškos veiklos humanistinis imperatyvas. Jo esmė – siekti harmonijos tarp šiuolaikinių sociokultūrinių realiųjų, vidinio AŠ ir tų vertybinių orientacijų, kurios neprieštarauja humanistinei pozicijai, vidinei žmogaus prigimčiai (Kohlberg, 1984; Lepeškieienė, 1999; Bitinas, 2000, 2004; Adler, 2003, 2008; Rogers, 2005; Maslow, 2006; Jovaiša, 2009). Šio tyrimo metodologiniam pagrindimui įtakos turėjo ir pagrindiniai individualiosios psichologijos principai: visybiškumas, individualaus gyvenimo stiliaus vienovė, socialinis interesas arba bendrystės jausmas, į tikslą orientuota elgsena (Adler, 2008). Reikšmingas aspektas, kuriuo tiriamas studentų gyvenimo stilius ir jo projektavimo galimybės, yra *aksiologinis-antropologinis*.

Gyvenimo stiliaus projektavimo modelis grindžiamas viena svarbiausių edukologijos mokslo metodologinių nuostatų – būsimo specialisto parengtumą lemia ne tik žinios ir gebėjimai, suponuojantys mąstymo būdus, įpročius ir sprendimų priėmimo standartus, bet ir vertybinis būsimo profesijos aspektas. Šios universitetinio rengimo metodologinės idėjos dera su *humanizmo ir pragmatizmo* pasaulėžiūroje dominuojančiomis vertybėmis, ieškant racionalios dermės tarp to, kaip asmuo savo individualumą vertina profesinės raiškos prasme, ir to, kiek asmens raiška svarbi ir naudinga sociumui. Gyvenimo stiliui projektuoti svarbūs L. Jovaišos (2009) veikimo įgymių plėtotės koncepcijoje pareikšti teiginiai, susiję su vienu svarbiausių komponentų – *gebėjimu pasirinkti*.

Pragmatiškos asmenybės tapimo teorijos (Dewey, 1997), jų racionalus derinimas su humanistinio ugdymo paradigmomis (Rogers, 2001, 2005; Maslow, 2006, 2011) – vienas iš esminių šio tyrimo metodologinių principų. Pragmatizmo metodologinės paradigmos skatina asmenybės socialumo raišką, o humanizmo idėjos plėtoja individualumą.

Sudarant procesinį-instrumentinį gyvenimo stiliaus projektavimo modelį, remtasi ir J. Dewey problemų sprendimo strategija, svarbiausiu jos struktūriniu elementu – įgyta socialine patirtimi, kurios pagrindu kuriama nauja tolesnių sprendimų patirtis.

Metaindividualaus pasaulio teorija – *individualumo ir socialinės tikrovės sąveikos teorija* (Дорфман, 2005, 2006), analizuojanti abipusį individualumo ir socialinės tikrovės poveikį, atveria perspektyvų ir galimybių naujai pažvelgti į gyvenimo stiliaus tyrimus ir tam tikru lygiu priartėti prie integratyvaus gyvenimo stiliaus projektavimo sampratos.

Vienas šio tyrimo atramos taškų yra *socialinė-kultūrinė antropologija*, nes visuomenė ir kultūra sudaro visumą (sistemą). Platus antropologinis požiūris leido atskirti gyvenimo būdo uždėtus antspaudus nuo to, kokie studentai yra iš tikrųjų, kokį gyvenimo stilių jie pripažįsta.

Galima teigti, kad tyrimo metodologija sąmoningai grindžiama fenomenologijos, į asmenybę orientuotos sociologijos ir humanistinės psichologijos bei pedagogikos koncepcijomis.

Metodologijos pagrindu atlikti tyrimai, rezultatų analizė ir prognozės atitinka humanistinės psichologijos, pedagogikos, antropologijos ir fenomenologinės filosofijos pozicijas.

Konceptualusis šio disertacinio tyrimo pagrindas reiškiamas nuostata apie *keičiantį bei kuriantį subjekto vaidmenį*, projektuojant gyvenimo stilių, ir *lemiamą subjekto, o ne aplinkos vaidmenį šiame procese*. Šioms nuostatoms išreikšti dažniausiai vartojamas terminas „pasirinkimas“, turintis tiesioginių sąsajų su išorinėmis sąlygomis, profesija, veiklos rūšimi ir aktyvumu. Tačiau, be pasirinkimo, asmenybė geba koreguoti ir esmingai *keisti* socialinę aplinką, formuoti savo (individualią) socialinę-psichologinę erdvę, sukurdama naują veiklą, užsiėmimus, profesijas, naujas socialines normas, etalonus, standartus ir elgesio taisykles. Šios rekonstrukcijos susijusios ne tik išorinėmis sąlygomis ar veiklos ir bendravimo rūšių visuma, bet ir su kūrybiniais apmąstymais, tiesiogiai susijusiais su paties žmogaus pokyčiais.

Metodologinės disertacinio tyrimo nuostatos

Mišrių metodų koncepcija (Greene, Caracelli, Graham, 1989; Cohen, Manion, 1996; Kvale, 1996; Maxwell, 1996; Schwandt, 1997; Creswell, 1998; Kardelis, 2002; Tidikis, 2003; Bitinas, 2006 ir kt.) grindžiama kiekybinių ir kokybinių tyrimų dermės strategija: *kiekybiniais* tyrimais siekta įvertinti tiriamų aspektų raidos tendencijas, *kokybiniu* – išvelgti gilumines šių tendencijų priežastis. Kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų gyvenimo stiliaus projektavimo kiekybinis ir kokybinis pažinimas traktuojamas kaip dvi metodologinės paradigmos (jas konkretinant savitomis technologijomis), kurių taikymas grindžiamas ne konfrontacija, o abipuse mokslo tolerancija (Bitinas, 2009, p. 199). Taigi šiame tyrime kokybinis ir kiekybiniai tyrimo metodai traktuojami *kaip lygiaverčiai*, neteikiant prioriteto kuriam nors vienam iš jų.

Fenomenologinės hermeneutikos metodologinė koncepcija. Tai metodologinis pagrindas, įgalinantis tyrinėti ir atskleisti reiškinių prasmes per žmogaus sąmonės turinį (Husserl, 1982; Merleau-Ponty, 2000).

Taikyti šie tyrimo metodai:

1. Teoriniai:

Filosofinės, psichologinės, pedagoginės, sociologinės, kultūrologinės, antropologinės literatūros analizė ir apibendrinimas, leidęs *išsiaiškinti* gyvenimo stiliaus sampratą, *išryškinti* tos sampratos problemišumą, *apibrėžti* gyvenimo stiliaus funkcijas ir jo racionalumo kriterijus, bendrąją gyvenimo stiliaus struktūrą, *pagrįsti* vertybinių orientacijų, kaip gyvenimo stiliaus konstrukto, metodologinę prieigą.

2. Empiriniai:

2.1. *Kiekybinio tyrimo metodai* – dvi *anketinės apklausos*: siekta (1) nustatyti studentų vertybines nuostatas ir išskirti jiems reikšmingiausias gyvenimo sritis (taikytas I. Senin (Сенин, 1991, 1998) terminalinių vertybių klausimynas, leidžiantis rasti atsakymus į klausimus apie gyvenimo stiliaus fenomeną, identifikuoti studentų socialinę patirtį, vyraujančias vertybines nuostatas ir gyvenimo stiliaus schemas, nustatyti jų tarpusavio sąsajas ir išvelgti teorinio fenomeno apibūdinimo ir jo raiškos socialinėje realybėje ypatumus); (2) kartu taikyta anketinė apklausa, sudariusi galimybę suvokti sportuojančių studentų socialinės adaptacijos problemas, perėjus į akademinę erdvę (C. R. Rogers ir R. Dymond (1954) *so-*

cialinės-psichologinės adaptacijos klausimynas, adaptuotas A. K. Osnickij (Осницкий, 1996).

2.2. *Kokybinio tyrimo metodo* pagrindas – fenomenologinis (interpretacinis) požiūris, apibūdinantis atskiro žmogaus santykį su kitais žmonėmis ir išoriniu pasauliu. Tyrimas telkiamas į analizuojamo reiškinio pažinimą, įžvelgiant kiekvienos situacijos išskirtinumą ir vertinimą.

Duomenys kokybiniam tyrimui rinkti *laisvųjų teminių rašinių metodu* (tema „Mano gyvenimo tikslai ir galimybės jų siekti“). Tema suformuluota taip, kad rašinio turiniu būtų galima atskleisti studentų gyvenimiškas patirtis, aptikti suvokiamus gyvenimo stiliaus elementus, naudojamus kaip priemonės ir resursus, siekiant gyvenimo tikslų, o kartu ir vertybių realizavimo.

Tekstai apdoroti fenomenologinės hermeneutikos (Ricoeur, 2000, 2001; Gadamer, 2006) metodu, duomenų interpretaciją grindžiant *hermeneutinio rato* principu. Taikyta turinio (*content*) analizė, leidžianti gauti informaciją, padedanti suprasti prasmes, tiriamųjų gyvenimo ir pasaulėžiūros ypatumus (Schwandt, 1997; Strauss, Corbin, 1998; Silverman, 2001).

Analizuojant kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų gyvenimo stiliaus vidinės struktūros specifiškumą (sudarant studentų gyvenimo stiliaus tipologiją), *content* analizės metodas derintas su *induktyviai grindžiamos teorijos* (angl. *grounded theory*) strategija (Glaser, 2001), ją nukreipiant ne į hipotezių tikrinimą, o į teorijos paieškas, remiantis abstrakčia fenomeno analizės schema, susijusia su gyvenimo stiliaus tyrimo situacija.

3. *Statistiniai:*

Kiekybinė anketinės apklausos duomenų statistinė analizė atlikta skaičiuojant tyrimo dalyvių nuomonių vidurkius, standartinius nuokrypius, procentines išraiškas. Duomenys apdoroti SPSS 13.0 for Windows programa. Rezultatams analizuoti pasitelktas *Stjudento t* kriterijus ir *Cronbach alfa* (Cronbach alpha) koeficiento skaičiavimas.

Teorinis tyrimo reikšmingumas, naujumas. (1) Teorinį tyrimo reikšmingumą pirmiausia lemia gyvenimo stiliaus daugiadalykiškumo ir daugiaspramiškumo pagrindimas, plėtojamas integruotu sociologijos, filosofijos, antropologijos, socialinės psichologijos ir edukologijos mokslų sąveikos lygmeniu. Pateiktos bendros mokslinės tyrimo įžvalgos, grindžiamos konceptualiu šio darbo autorės požiūriu į analizuojamą problemą, išskirti tiriamo reiškinio probleminiai aspektai. (2) Tyrimo rezultatai papildė esamas mokslines žinias apie akademinio jaunimo vertybinių orientacijų esmę, turinį, klasifikaciją ir brėžia gaires tolimesniems šios krypties tyrimams. Adaptacinė akademinio jaunimo elgsena vertinama vertybinių orientacijų instrumentalumo kontekste. Tai leidžia teigti, kad sociokultūrinės transformacijos sąlygomis vertybinės orientacijos tampa studentų adaptacinės elgsenos priemonė. Šios nuostatos praplečia žinojimą apie tiriamųjų adaptacinius ypatumus vertybinių orientacijų kontekste. (3) Pateiktas gyvenimo stiliaus teorinis konstruktas naujomis mokslinėmis žiniomis papildė kūno kultūros ir sporto teoriją, kūno kultūros ir sporto psichologiją, kūno kultūros ir sporto aksiologiją, pedagoginę valeologiją, pedagoginę psichologiją. (4) Vertybinių orientacijų tyrimo analizės pagrindu sudaryta kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų gyvenimo stiliaus charakteristika. (5) Gyvenimo stiliaus tyrimai, charakteringi tokiai socialinei grupei, kaip kūno kultūros ir sporto

studijų programų studentai, leis sudaryti išsamesnį jaunimo socializacijos ypatumų šiuolaikinėje visuomenėje vaizdą, iš dalies suprasti ir visos Lietuvos visuomenės kaitos tendencijas. (6) Procesinis-instrumentinis gyvenimo stiliaus projektavimo modelis *įprasmina ginčą dėl universalizacijos ir specializacijos, kuris nūdienos universitetuose yra pagrindinis ir neišspręstas iki šiol.*

Atliktų tyrimų rezultatai patvirtina mokslines šio darbo hipotezes ir atveria tolimesnių kompleksinių gyvenimo stiliaus tyrimų perspektyvą.

Praktinis tyrimo reikšmingumas. (1) Empirinių tyrimų rezultatai leido sudaryti kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų gyvenimo stiliaus, grindžiamo vertybinių orientacijų kaita, *procesinį-instrumentinį gyvenimo stiliaus projektavimo modelį*, kuris gali būti taikomas universitetiniam studentų rengimui. Kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų gyvenimo stiliaus ypatumų ir projektavimo mechanizmų žinojimas leis maksimaliai efektyviai spręsti specialistų rengimo uždavinius: adaptacijos ir visaverčio vidine asmenybės darna grindžiamo savęs realizavimo besikeičiančiomis socialinėmis-kultūrinėmis šiuolaikinio gyvenimo sąlygomis. (2) Tyrimo rezultatai, tikėtina, galės būti panaudoti jaunimo ugdymo strategijai kurti ir realizuoti, universitetiniam rengimui prognozuoti ir tobulinti. (3) Studentų gyvenimo stiliaus fenomeno tyrimo metodologija gali būti pritaikyta kitų mokslininkų, analizuojančių akademinio jaunimo vertybines orientacijas, gyvensenos ypatumus, tyrimams. (4) Tikėtina, kad šis disertacinis darbas padės ne tik geriau suvokti kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų vertybines orientacijas, bet ir objektyviau įvertinti tyrime analizuojamas pagrindines žmogaus gyvenimo sritis: *profesinį gyvenimą, mokymąsi ir išsilavinimą, šeiminių gyvenimą, visuomeninį gyvenimą, mėgstamus užsiėmimus*, suvokiant abipusį jų glaudumą bei sąveiką. (5) Praktinį darbo reikšmingumą patvirtina ir metodinės rekomendacijos.

Ginamieji disertacinio tyrimo teiginiai:

- Kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų gyvenimo stilius – sudėtingas daugiafunkcinis socialinis-kultūrinis ir socialinis-edukacinis darinys, kurio esmę sudaro akademinės ir socialinės, kultūrinės, sportinės veiklos sąveika ir „susilieėjimas“. Todėl *gyvenimo stiliaus identifikavimo, projektavimo ir tobulinimo būtinybė* kelia naujų uždavinių ugdymo mokslui, įskaitant ir universitetinį rengimą.
- Gyvenimo stiliaus turinį sąlygoja vertybės, suformuotos akademinėje, sportinėje ir individualioje kasdienio gyvenimo veikloje, jų kultūroje, orientuojantis į bendrą socialinį kontekstą ir išsaugant asmenybės individualumą. Būsimojo pedagogo asmeninio gyvenimo stiliaus dermė su profesine pedagogine kultūra yra svarbiausias studento socializacijos, saviraiškos asmeninėje ir akademinėje erdvėje veiksnys.
- Konceptualus požiūris į gyvenimo stiliaus projektavimą pasireiškia *nuostata apie lemiamą subjekto, o ne aplinkos vaidmenį*. Vertinant individų gyvenimo stiliaus pasirinkimą ir jo trajektorijai įtaką darančius socialinius veiksnius, aplinkos įtaka pripažįstama kaip labai reikšminga, tačiau akcentuojama būtinybė ieškoti galimybių, kaip mažinti jos neigiamą poveikį asmenybės gyvenimo stiliui.
- *Studentų gyvenimo stiliaus projektavimas*, kaip unikali asmenybė, o per ją ir vertybes

kurianti veikla, pripažįstamas pagrindiniu jauno žmogaus įgalinimo *adaptyviam ir sėkmingam gyvenimui* veiksmu.

- Kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų universitetinio rengimo kaita turėtų būti adekvati šiandieninio socialinio gyvenimo ir darbo pasaulio reikalavimams. Todėl būsimųjų specialistų gyvenimo stiliaus projektavimą tikslinga grįsti *pragmatinių ir humanistinių* vertybių derme, ieškant *optimalios individo ir socialinės aplinkos simetrijos (siekti pratęsti savo, kaip asmenybės, buvimą kituose žmonėse ir kartu savo individualumo raiška daryti pokyčius sociume).*

Tyrimo rezultatų aprobavimas

Disertacijos tema paskelbtos publikacijos

Moksliniai straipsniai:

1. **Bobrova, L.** (2008). Pedagoginio profilio kūno kultūros specialybės studentų gyvenimo stiliaus ugdymas(is) universitetinėse studijose (postmodernios visuomenės iššūkių kontekste). *Mokytojų ugdymas*. ISSN 1822–119X. 10 (1), p. 146–163.
2. **Bobrova, L.** (2009). Būsimųjų kūno kultūros pedagogų psichosocialinės adaptacijos ypatumai gyvenimo stiliaus kaitos kontekste. *Jaunųjų mokslininkų darbai*. 1 (22). ISSN 1648–8776, p. 24–32.
3. Čepulėnas, A. **Bobrova, L.**, Grajauskas, L. (2009). Психосоциальные потребности академической молодежи: удовлетворение и методологические предпосылки к их формированию. *Problems of Education in the 21st Century (Contemporary Issues in Education)*. 10. ISSN 1822 –7864, p. 156–170.
4. **Bobrova, L.** (2009). Būsimųjų kūno kultūros ir sporto pedagogų vertybinės orientacijos: svarbiausių gyvenimo sričių ir jose realizuojamų terminalinių vertybių raiška. *Mokslas ir edukaciniai procesai: Science and Processes of Education*. ISSN 1822–4644. 2 (9), p. 44–62.
5. **Bobrova, L.** (2010). The Value-Orientation Characteristics of Lithuanian Academic Youth’s Lifestyle: The context of Professional Activities. *Edulearn 10. Proceeding*. ISBN: 978 84 613 9386–2. Barcelona (Spain), p. 42–51.
6. **Bobrova, L.** (2010). Kūno kultūros specialybės studentų gyvenimo tikslų, kaip esminės gyvenimo stiliaus projektavimo dimensijos, struktūra ir turinys. *Mokslas ir edukaciniai procesai: Science and Processes of Education*. ISSN 1822–4644. 4 (13), p. 6–21.
7. **Bobrova, L.** (2011). Gyvenimo stiliaus teorinis diskursas kūno kultūros ir sporto specialybių studentų vertybinių orientacijų kontekste. *Socialinis ugdymas: socialinės ir švietimo politikos dermės nepakankamumo veiksnių įtaka kaimo vaikų socialiniam mobilumui: recenzuojamas tęstinis mokslo straipsnių rinkinys*. VI. ISBN 978 60 943 0105 6. Šiauliai: VŠĮ Šiaulių universiteto leidykla, p. 190–201.

Tarptautinių ir respublikinių konferencijų medžiaga:

1. **Bobrova, L.** (2010). Kūno kultūros ir sporto specialybės studentų gyvenimo stiliaus projektavimo prielaidos: vertybinis-orientacinis kontekstas. *Kūno kultūra ir sportas universitete-2010*. Tarptautinės konferencijos pranešimų medžiaga. Kaunas: Technologija, p. 186–188.
2. **Боброва, Л.** (2011). Приоритетные компоненты терминальных ценностей и особенности их выраженности у студентов спортивных специальностей. VI международная научная заочная конференция *Актуальные вопросы современной*

Pranešimai, skaityti respublikinėse ir tarptautinėse konferencijose:

1. **Bobrova, L.** (2008). Kūno kultūros specialybės studentų socialinės-psichologinės adaptacijos ypatumai. VII tarptautinė konferencija *Mokytojų rengimas XXI amžiuje: pokyčiai ir perspektyvos*. Šiauliai: Šiaulių universitetas, lapkričio 21 d.
2. **Bobrova, L.** (2010). The Value-Oriented characteristics of Lithuanian Academic Youth's Lifestyle: the Context of Professional Activities. *International Conference on Education and New Learning Technologies*. Barcelona (Spain), 5th-7th of July.
3. **Bobrova, L.** (2010). Kūno kultūros ir sporto pedagogikos specialybės studentų vertybių raiškos ypatumai. Tarptautinė mokslinė konferencija *Aukštojo mokslo erdvės: iššūkiai ir galimybės*. Šiauliai: Šiaulių kolegija.
4. **Bobrova, L.** (2010). The Preconditions for Projection of Lifestyle of Physical Education and Sport Specialities Students: the Value-Oriented Aspect. International scientific conference *Physical Culture and Sport in Universities*. Palanga, 29 May.
5. **Bobrova, L.** (2010). Peculiarities of Psychosocial Adjustment of Sports Students and Their Determining Factors. *International Young Scientists Conference*. Šiauliai: Šiaulių universitetas, balandžio 29–30 d.
6. **Bobrova, L.** (2010). Kūno kultūros specialybės studentų gyvenimo tikslų, kaip esminės gyvenimo stiliaus projektavimo dimensijos, struktūra ir turinys. IX tarptautinė konferencija *Mokytojų rengimas XXI amžiuje: pokyčiai ir perspektyvos*. Šiauliai: Šiaulių universitetas, lapkričio 19 d.
7. **Bobrova, L.** (2011). Gyvenimo stiliaus teorinis diskursas kūno kultūros mokytojų vertybinių orientacijų kontekste. Tarptautinė mokslinė-praktinė konferencija *Socialinis ugdymas VI: Socialinės ir švietimo politikos dėmės nepakankamumo veiksmų įtaka kaimo vaikų socialiniam mobilumui*. Šiauliai: Šiaulių universitetas, spalio 21 d.

Praktinis disertacijos medžiagos pritaikymas: parengtas studijų modulis *Lifestyle Management – S272B612 (Gyvenimo stiliaus vadyba)*, kuris dėstomas užsienio šalių studentams, studijuojantiems pagal ERASMUS projektą Šiaulių universitete.

Disertacijos struktūra ir apimtis. Disertaciją sudaro įvadas, sąvokų paaiškinimai, penkios dalys, diskusija, išvados, rekomendacijos, literatūros sąrašas ir priedai.

Disertacinio tyrimo rezultatus iliustruoja 67 paveikslai (iš jų 19 disertacijoje ir 48 prieduose) ir 62 lentelės (iš jų 27 disertacijoje ir 35 prieduose). Bendra disertacijos apimtis – 176 puslapiai (be priedų). Remtasi 471 literatūros šaltiniu. Kompaktinėje plokštelėje – 12 priedų, kuriuose pateikiami tyrimo instrumentų pavyzdžiai, atliktos kokybinės analizės duomenys, kiekybinių tyrimų duomenų statistinių skaičiavimų rezultatai.

Sąvokų paaiškinimai

Adaptacija – organizmo prisitaikymas, t. y. jo sandaros ir funkcijų pasikeitimas, pakitus aplinkai. Sąvoka vartojama tose psichologinėse teorijose, kuriose santykiai tarp individo ir aplinkos traktuojami kaip pusiausvyros tarp jų palaikymo procesas (Psichologijos žodynas, 1993). Ji skirstoma į biologinę, psichologinę ir socialinę (Jovaiša, 1993).

Akademiniis jaunimas (studentai) – asmenys, studijuojantys aukštojoje mokykloje pagal nuolatinių studijų programą (Lietuvos Respublikos 2000 m. kovo 21 d. aukštojo mokslo įstatymas Nr. VIII-1586, I skyriaus 2 straipsnis).

Altruizmas – asmenybės savybė, reiškia nesavanaudiškos pagalbos teikimu kitiems asmenims (Bitinas, 2011, p. 43).

Eksternalumas – žmogaus polinkis savo gyvenimo įvykių priežastimi laikyti išorinius veiksnius, pvz., aplinką, likimą arba atsitiktinumą (Psichologijos žodynas, 1993).

Eskapizmas (angl. *escapizm* < *escape* – pabėgti, ištrūkti) – sąmoningas aktualių visuomenės problemų vengimas, atitrūkimas nuo tikrovės, gyvenimas įsivaizduojamame pasaulyje (Tarptautinių žodžių žodynas, 2008).

Fenomenologija – XX a. filosofijos sąjūdis, kurio tikslas – sąmonės patirtų fenomenų tyrinėjimas ir aprašymas, atsiribojant nuo priežastinių ryšių, išankstinių nuostatų bei prielaidų (Mickūnas, Stewart, 1994).

Gyvenamasis pasaulis – tai E. Husserl įvesto vokiško termino *Lebenswelt* vertimas. Sąvoka reiškia, jog supantį pasaulį galima pažinti tiesioginės patirties būdu (Čepienė, Teresevičienė, 2010).

Gyvenimo stilius – tai individualiai pasirinkta, hierarchiškai organizuota asmenybės sąveikos su savo socialine aplinka sistema, kurioje vertybinės orientacijos ir asmenybės interesų kryptingumas pasireiškia kaip integralios gyvenimo stiliaus charakteristikos, siekiant realizuoti savo gyvenimo prasmę (Royce, Powell, 1983; Maslow, 1987; Allport, 1998; Berger, Luckmann, 1999; Adler, 2003; Krukauskienė, 2005; Vosyliūtė, 2005; Mickūnas, 2007).

Gyvensena (gyvenimo būdas) – žmonių gyvenimiškosios veiklos (individualios ir grupinės) formos, būdingos istoriškai konkretiems socialiniams santykiams. Tai integrali sąvoka, apimanči žmonių darbą, visuomeninę ir politinę veiklą, materialių ir dvasinių poreikių tenkinimą, buitį, laisvalaikį, taip pat elgesio normas ir taisykles (Leonavičius, 1993).

Identifikacija (lot. *identifico* – sutapatinu) – tai tapatumo, atitikimo nustatymas; atpažinimas (Vaitkevičiūtė, 1999). J. Leonavičiaus (1993) teigimu, identifikacija – asmens psichologinio savęs sutapatinimo su kitu žmogumi, grupe kolektyvinis procesas, kuris padeda jam įvaldyti ir keisti įvairius socialinės veiklos būdus, normas ir vertybes, įgyti socialinį vaidmenį. Europos kalbose žodis „tapatybė“ ar „identitetas“ reiškia tą patį, ką ir lotynų kalbos žodis „idem“, t. y. buvimą, išlikimą „tokiam pat“ (Kurutienė, 2006).

Internalumas – kai kurių žmonių polinkis atsakomybę už savo gyvenimo įvykius dažniausiai prisiimti sau. Šių įvykių priežastimi žmogus laiko savo paties elgesį, charakterį, gabumus, sugebėjimus. Toks žmogus turi vidinę (internalią) kontrolę (Psichologijos žodynas, 1993).

Kompetencija – orientuojantis į Europos Sąjungos švietimo dokumentų nuostatas, kompetencija apibrėžiama kaip žinių, gebėjimų bei nuostatų visuma, įgalinanti kelti prasmingus tikslus ir jų siekti (Bendrosios programos ir išsilavinimo standartai. Priešmokyklinis, pradinis ir pagrindinis ugdymas, 2003, p. 8). Kompetencija – tai gebėjimai atlikti tam tikrą veiklą. Tie gebėjimai grindžiami individo žiniomis, mokėjimais, įgūdžiais, požiūriais, patirtimi, polinkiais, asmenybinėmis savybėmis ir vertybėmis (Jucevičienė, Gudaitytė, Karenauskaitė, Lipinskienė, Stankūnienė, Tautkevičienė, 2010).

Pagrindinė kompetencija – daugiafunkcinis žinių, gebėjimų ir nuostatų derinys, reikalingas asmeniui, siekiančiam individualaus pasitenkinimo, vystymosi, įsitraukimo į visuomenės gyvenimą ir darbingumo (Bitinas, 2011, p. 32).

Konformizmas (lot. *conformis* – panašus, atitinkantis) – nesąmoningas asmens pasidavimas grupės nuomonei, elgesio įtakai. Tai elgesys pagal grupės nuostatas, neturint savarankiškos pozicijos (Jovaiša, 2007). Konformizmas – tai prisitaikėliškumas, pasyvus prisiderinimas prie esamos tvarkos ar vyraujančios nuomonės (Tarptautinių žodžių žodynas, 2008). Konformizmas – neįsisąmoninta tendencija derinti savo požiūrius ir elgesį su dominuojančiomis nuomonėmis, požiūriais ir elgesiu (Bitinas, 2011, p. 45).

Nonkonformizmas – neprisitaikėliškumas, vyraujančių pažiūrų, papročių, viešosios nuomonės nepaisymas (Tarptautinių žodžių žodynas, 2008).

Nuostata – tai asmenybės parengtis įprastai reaguoti į aplinkos poveikius. Nuostata susiformuoja arba staiga, arba per ilgesnį laiką įgyjant patirties (tam tikrų žinių, išpūdžių, įgūdžių, įpročių, požiūrių), kuri lemia vienodo įprasto atsako į aplinkos poveikius (kito mintis, susidariusią situaciją) turinį ir būdą (Jovaiša, 2007, p. 185).

Personifikacija (lot. *persona* – asmuo; *facio* – darau) – įsmeninimas, sužmoginimas (Tarptautinių žodžių žodynas, 2008).

Socialinė aplinka – visuma socialinių veiksmų, lemiančių asmens socializacijos kryptį ir pobūdį (Bitinas, 2011, p. 34).

Psichosocialinė aplinka – žmogaus aplinkos psichologinių ir socialinių veiksmų, darančių įtaką jo sveikatai, visuma; visuomeninės (materialinės ir dvasinės) žmonių gyvenimo, jų vystymosi, elgsenos, kūrybinės veiklos sąlygos (Leonavičius, 1993).

Socialinė adaptacija – asmenybės prisitaikymas prie naujos socialinės aplinkos sąlygų, vienas iš asmenybės socializacijos psichologinių mechanizmų. Svarbią reikšmę pedagoginėje praktikoje turi vaiko adaptacijos procesas, atsižvelgiant į pasikeitusias gyvenimo sąlygas: įstojus į visuomeninę ugdymo įstaigą, įsiliejus į naują kolektyvą (Psichologijos žodynas, 1993).

Socialinė nuostata – neįsisąmoninto socialinės vertybės internalizavimo forma, asmens nesu-voktas jo paties elgesio determinantas (Bitinas, 2011, p. 47).

Socialinė tapatybė (identitetas) – socialinis identitetas dažniausiai apibrėžiamas kaip bendrinė sąvoka. Tai – žmonių, kaip socialinių būtybių, charakteristika ar savybė, t. y. kiekvieno asmens supratimas, kas yra jis ir kas yra kiti. „Identiteto“ terminas turi kategorizuojančią reikšmę. Oxfordo Sociologijos žodynas šią sąvoką kildina iš lotyniškos šaknies *idem* (tas pats), įvardijančios tapatumą ir tęstinumą (Dictionary of Sociology, 1998).

Stilius (lot. *stilus*) – aprangos, elgsenos, gyvenenos savitumas, dažniausiai būdingas tam tikrai asmenų grupei, pavyzdžiui, hipių, rokerių (Tarptautinių žodžių žodynas, 2008).

Studijų programa – tai nuosekliai semestrais išdėstyti privalomieji reikalavimai, nustatantys kvalifikacinio laipsnio ir profesinės kvalifikacijos įgijimo sąlygas, studijuojamuosius dalykus arba modulius ir jų pasirinkimo taisykles (Bendrojo priėmimo į Lietuvos aukštųjų mokyklų pirmosios pakopos ir vientisąsias studijas 2011 metų aprašas, patvirtintas Lietuvos aukštųjų mokyklų asociacijos bendrajam priėmimui organizuoti prezidento 2011 m. gegužės 12 d. įsakymu Nr. 11-02).

Universitetinių studijų *Kūno kultūros ir sporto* programos – Lietuvos aukštojo mokslo universitetinių studijų programos – *Kūno kultūra, Kūno kultūros ir sporto pedagogika, Treniravimo sistemos* (Švietimo ir mokslo ministerijos atvira informavimo, konsultavimo ir orientavimo sistema AIKOS).

Vertybė – išgyvenimais, įsitikinimais, patirtimi pagrįsti žmogaus prioritetai, kuriais vadovaujasi gyvenime. Žmogaus jaumus, jo elgesį lemia vertybės, jos daro įtaką ne kuriai nors siaurai jo racionalaus mąstymo sričiai, o visai asmenybei – emociniams išgyvenimams, pažiūroms, įsitikinimams, nuostatoms (Vasiliauskas, 2005, p. 11). Vertybės – aktualiosios patirties produktai, dirbtiniai konstruktai, sukurti žmonių veiklai reguliuoti tikintis taip pagerinti gyvenimą (Bitinas, 2000, p. 198).

Vertybių eksplikavimas (aiškinimas) – tai ugdymo strategija, propaguojanti mintį, kad netikslinga ir neįmanoma perteikti ugdytiniais konkrečias vertybes, reikia juos mokyti bendrųjų būdų, kaip vertybes pasirinkti ir jas realizuoti gyvenime. Vertybės ne įrodinėjamos, o priimanos arba paneigiamos, todėl jų indoktrinavimas yra individualybės saviraiškos pažeidimas (Bitinas, 2000, p. 180).

Vertybių indoktrinavimas (perdavimas) – tai galimybė pedagoginėmis priemonėmis siekti, kad ugdytinio psichikoje būtų indoktrinuojamos vertybės, kurios, ugdytojo manymu, yra vientelės teisingos ar bent priklauso leistinių vertybių kategorijai (Bitinas, 2000, p. 84).

Vertybių internalizacija – vertybės, kaip auklėjimo tikslo, transformavimas į psichologinį konstruklą, jos tapsmas vidiniu elgesio determinantu, asmenybės pozicijos struktūriniu komponentu (Bitinas, 2011, p. 45).

Vertybinė nuostata – tai pastovi asmenybės savybė, susijusi su siekiamu idealu (Psichologijos žodynas, 1993).

Vertybinės nuostatos – tai subjektyviai suvokiamos vertybės, ypatingas žmogaus psichikos fenomenas, dėl kurio integruojami jo jausmai ir mąstymo procesai, skatinantys reaguoti ir vertinti visus bent kiek reikšmingus socialinės-kultūrinės aplinkos pokyčius (Kuzmickas, Astra, 1996, p. 38).

Vertybinė orientacija – išugdytas sąmonės gebėjimas reguliuoti veiklą ir elgesį pagal įsitikinimus, dorovines normas ir gyvenimo perspektyvas, atskirti, kas vertinga asmenybės ir visuomenės gyvenime (Jovaiša, 2007, p. 326). Vertybinė orientacija – tai individo dorovinių, socialinių, politinių, estetinių nuostatų sistema; pastovi asmenybės savybė, susijusi su siekiamu idealu. Vertybinė orientacija tartum programuoja visą žmogaus veiklą, lemia svarbiausią elgesio kryptį, vieną ar kitą poelgį ar net veiksmą (Psichologijos žodynas, 1993).

Vertybiniis ugdymas – tai universalus procesas, apimantis vertybių funkcionavimą ir jų perdavimą (internalizavimą), ugdytinio įvedimą į vertybių pasaulį (Aramavičiūtė, 2005a, Vasiliauskas, 2005). Vertybinis ugdymas – tai vadovavimas vaikų ir paauglių asmenybės savybių, charakterio bruožų formavimuisi (Bitinas, 2011, p. 37).

1. GYVENIMO STILIAUS PROJEKTAVIMO TEORINIS PAGRINDIMAS

1.1. Gyvenimo stiliaus sampratos teorinės prieigos ir koncepcijos

Šiuolaikinio mokslo integraciniai procesai pasireiškia idėjų ir sampratų perkėlimu iš vienos mokslo srities į kitą, taikant vienu mokslo šakų sąvokas, konceptus, metodus ir pažinimo būdus kitoms įvairioms mokslo sritims, formuojant tarpdisciplinines problemas, tyrimų kryptis ir kt. (Broom, D. H., Bromm, L., Bonjen, 1992; Leliugienė, 1997; Павловская, 2003; Giddens, 2005; Arnotkevičiūtė, 2006; Webster, 2006). Procesas, kurį S. G. Barchudarov (Бархударов, 1971, p. 8) pavadino „mokslių jungimu“, skatina terminų ir atskirų kategorijų sampratų skverbimąsi iš vienos mokslo krypties į kitą. *Stilius* kaip tik ir yra daugelio mokslo sričių – filosofijos, psichologijos, sociologijos, kultūrologijos, literatūrologijos, menotyros, kalbotyros, antropologijos, edukologijos ir kitų, kurių tyrinėjimo centre yra žmogus, – tarpsteminis terminas. Kiekviename iš išvardytų mokslų sąvoka *stilius* užima vieną iš centrinių pozicijų, nes įeina į atitinkamos mokslo srities kategorijų sąvadą ir sudaro išsišakojusį terminų – tinklą.

1.1.1. Gyvenimo stiliaus interpretavimas socialinės filosofijos ir kultūrologijos kontekste

Pačia bendriausia reikšme *stilius* suprantamas kaip būdinga vienos ar kitos veiklos skiriamoji savybė arba jos rezultatas. Vartojant *gyvenimo stiliaus* sąvoką skirtingų mokslų srityse, pastebimas jos reikšmės variatyvumas (kintamumas), o tai skatina įvairiausių šios sąvokos reikšmės modifikacijų susidarymą ir egzistavimą. Kaip teigia J. Černevičiūtė (2008), gyvenimo stiliaus sąvoka yra silpnai profiliuota – ji painiojama su subkultūra, socialiniu judėjimu ar statuso grupėmis, tapatinama su *gyvenimo būdo* kategorija. Gyvenimo stiliaus sampratą mokslininkai vertina kaip integresnę ir perspektyvesnę, palyginti su jai artimomis *socializacijos, adaptacijos, identifikacijos* ir kt. sąvokomis.

Gyvenimo stiliaus sąvoka pasižymi dideliu euristiniu prasmingumu, nes leidžia reikšmingai pagilinti *gyvenimo būdo* sampratą, detaliam išsiaiškinti vidinių psichologinių faktorių įtaką asmenybės gyvenimo būdo raidai, fiksuoti jos kasdieniškos elgsenos daugiabriauniškumą visiems priimtino gyvenimo būdo ribose. Gyvenimo stilius nėra sudėtinė gyvenimo būdo dalis – persismelkęs į asmenybės lygmenį, jungia pasaulėžiūrinę, elgsenos ir veiklos dalis. Jis atitinka savo paskirtį tik tokiu atveju, jeigu yra sąlygos tenkinti saviraiškos poreikius – *tokiu atveju gyvenimo stilius tampa savarankiškų ieškojimų, individualios prasmės kūrimo, asmenybinio tobulėjimo rezultatu* (Веблен, 1984; Вебер, 1990; Wagner, 1994; Mueller, 1997; Bourdieu, Passeron, 1997; Ионин, 2000; Giddens, 2000; Ядов, 2000; Омельченко, 2002; Bourdieu, Wacquant, 2003; Černevičiūtė, 2003, 2008; Krukauskienė, 2005; Vosyliūtė, 2005; Mažeikis,

2005, 2006; Fromm, 2005; Simmel, 2007). Gyvenimo būdo ir gyvenimo stiliaus sampratų skirtumai sąlygojami jų individualumo raiška.

Gyvenimo stilius pripažįstamas svarbiausiu psichosocialiniu dariniu, reguliuojančiu asmenybės sąveiką su socialine aplinka. Mokslinis susidomėjimas šiuo fenomenu paskutiniaisiais metais dėsningai auga. Tiriama sisteminė gyvenimo stiliaus prigimtis, jo ypatumai, galima tipologija (Royce, Powell, 1983; Коган, 1984, 1985; Сохань, Злобина, Тихонович и др., 1987; Абульханова-Славская, 1991; Vlaхter, 1993; Newman, Newman, 1995; Резник., Резник, 1995; Либин, 1998a, 1998b; Варламова, Степанов, 1998; Шкуратова, 1998; Васильева, 1999; Леонтьев, 2000; Rubavičius, 2010). Ypatingą svarbą asmenybės sąveikos su socialine aplinka optimizavimo kontekste įgyja *gyvenimo stilius, sudarantis asmenybei galimybę maksimaliai realizuoti savo vertybes, gyvenimo planus ir lūkesčius pačiu efektyviausiu ir socialiai konstruktyviausiu būdu*.

Gyvenimo būdas – tai tam tikras etaloninis modelis, bendrų sąlygų, nuorodų, priemonių sistema. Jis yra kolektyvinės kūrybos rezultatas. Jo subjektu tampa vienokių ar kitokių gyvenimiškos veiklos formų, kurios įgyja tipinį socialinį charakterį, sudarytojas, o perteikėju – individuali asmenybė, kaip savojo gyvenimo stiliaus, variatyvaus modelio, subjektas (Holt, 1997; Nisbet, 2000; Каčераuskas, 2007). Kategorija *gyvenimo būdas* apima ne tik žmogaus elgesį, bet ir psichofizinius mechanizmus, motyvuojančius poreikius ir vertybes (suvokiamas ir išgyvenamas), kurios yra to elgesio pagrindas. Taigi, sąvokų *gyvenimo stilius* ir *gyvenimo būdas* skirtingumas atveria galimybes derinti „normą“ ir „varietyvumą“, „taisykles“ ir „individualumą“ (Giddens, 2000; Гаврилюк, Трикоз, 2002).

Gyvenimo stiliaus reiškinį analizuojant *fenomenologinės koncepcijos* kontekste, galima teigti, kad fenomenologijos pasaulis – tai kasdienio gyvenimo mikropasaulis, persmelktas prasmingumo (Wagner, 1994). Socialinėje-fenomenologinėje perspektyvoje socialinis pasaulis suvokiamas pirmiausia kaip *gyvenamasis pasaulis* (Schutz, 1980; Berger, 1995; Berger, Luckmann, 1999; Бергер, Бергер, Коллинз, 2004; Шюц, 2004; Husserl, 2005), konstruojamas tam tikra socialinių reikšmių sistema. *Gyvenamasis pasaulis (Lebenswelt)* – centrinė fenomenologinės prieigos sąvoka socialinės realybės studijose, nes gyvenamasis pasaulis įkūnija intersubjektyvumo patirtį. Pagal E. Husserl (2005), *gyvenamasis pasaulis* – tai žmogaus patirties pasaulis. Fenomenologinėje perspektyvoje tokie socialiniai objektai, kaip tikslai, motyvai, poreikiai, strategijos, galimybės (mūsų tyrimo kontekste – tai kartinės sąvokos) ir pan., yra tiek pat „realūs“ kaip ir kiti žmogaus rankų ir proto tvariniai.

Taigi, gyvenimo stiliaus sampratos įvairovė ir jos daugiamatiškumas reikalauja tarpdisciplininio požiūrio. Galima teigti, kad termino *gyvenimo stilius*, vartojamo įvairių mokslo erdvių srityse, invariantinės semos išskyrimas įrodo, kad šis fenomenas, išreikšdamas įvairius vienos sąvokos aspektus, formuojasi kaip bendramokslinės erdvės kategorija (Holt, 1997).

Gyvenimo stilių diversifikacija ir jų prezentacija paskutiniaisiais dešimtmečiais tapo galima, pirma, dėl naujų ekonominių, informacinių, kultūrinių, politinių galimybių ir jų įsisąmoninimo. Antra, dėl gyventojų tolerancijos augimo, pasirengimo gyventi sudėtingoje polistilistinėje aplinkoje. Trečia, dėl oficialaus gyvenimo stiliaus įvairovės ir jos sąveikos kasdienia-

me gyvenime pripažinimo (Giddens, 2000). Socialiniuose moksluose laikomasi nuostatos, kad vertybės, normos, taisyklės veikia žmonių elgseną tiek, kiek visuomenės nariai aktyviai tam pritaria arba pasyviai pripažįsta. Galima teigti, kad galingas gyvenimo stiliaus diferenciacijų stimulus yra greitėjantys globalizacijos procesai (Bandura, 1986; Green, 1991; Beck, 1992, 2002; Berger, 1995; Rorty, 1999; Mažeikis, 2005, 2006; Bauman, 2002, 2011; Kačerauskas, 2007; Baudrillard, 2010).

Pažymint tai, kad gyvenimo stiliaus koncentre nėra teorinio išbaigtumo, galima išskirti du gyvenimo stiliaus tyrimų etapus: *klasikinį* (Веблен, 1984; Вебер, 1990; Simmel, 2007) ir *šiuolaikinį* (Bourdieu, 1997, 2003; Mueller, 1997; Bauman, 2002, 2011).

Klasika šio tyrimo kontekste yra sąlyginis pavadinimas, tiksliau – nurodantis tam tikrą sociologinės minties raidos periodą. Tiek pat sąlygine galima pavadinti ir šiuolaikiškumo kategoriją, charakterizuojančią ne nukrypimą nuo bendrai priimtinių normų, ne modernumą ir ne postmodernumą, bet kitą, labiau praktinį, koncepcijos egzistavimą tyrimų strategijose.

Gyvenimo stiliaus pasirinkimui arba sukūrimui daro spaudimą grupės, paplitę elgesio modeliai, taip pat socialinės ekonominės sąlygos. E. Fromm (2005) tvirtinimu, rinkos ekonomika, grįsta konkurenciniais santykiais, nepalankiai veikia asmenybės psichikos sveikatą ir vystymąsi: žmogus priverstas rinktis – „turėti“ (kaip galima daugiau turėti, taip pat ir materialių vertybių), arba „būti“ (ugdyti savyje visus gamtos įdiegtus gebėjimus ir jėgas, „būti daug kuo“). Spaudžiant visuomenės normoms, žmonės dažnai linkę „turėti“ kenkdami asmenybės raidos perspektyvai. Tuomet savi interesai ir polinkiai ignoruojami, o tai atveda žmogų prie neteisingo pasirinkimo.

E. Krukauskienės (2005) teigimu, gyvenimo stilius yra asmeninio identiteto neutralizuota išraiška, kartu jų santykis gali būti aiškinamas grįžtamuoju asmeninio identiteto poveikiu (p. 210). Autorė atkreipia dėmesį į tai, kad žmonės su tuo pačiu asmeniniu identitetu gali būti pasirinkę skirtingą gyvenimo stilių. A. Vosyliūtė (2005) pažymi, kad stilių atsakymas, naujų įvaldymas yra svarbus socialinis vyksmas, kuriantis naujas, ypač jaunų žmonių, tapatybes.

Analizuojant gyvenimo stilių, aktualu į šį unikalų reiškinį pažvelgti ir per kultūros prizmę. Literatūros šaltinių analizė (Eliot, 1993; Kavolis, 1995; Schopenhauer, 1995; Mickūnas, 2007) leidžia suvokti, kad žmogaus kultūrinis elgesys determinuojamas labiau socialiai negu biologiškai, kad žmogus paveldi chaotiškas reakcijas, kurios, susiklosčius tam tikroms sąlygoms, virsta įpročiais (Eliot, 1993; Kavolis, 1994, 1995). Kaip teigia P. Tamošauskas (2000), žmogus paveldi mechanizmus, kuriais realizuojamas visas jo elgesys – įgytas ir įgimtas, individualus ir socialinis (p. 19). L. Donskis (2008) nurodo, kad sociokultūriniame lygmenyje kultūrą galima apibrėžti kaip visuomenės gyvenimo ir veiklos būdą.

Kaitos procesų kontekste L. G. Jonino (Юнин, 2000) gyvenimo stiliaus samprata leidžia įžvelgti šiuolaikinių visuomenės transformacijų judėjimo logiką nuo monostilistinės į polistilistinę kultūrą, nes čia slypi gyvenimo stiliaus kultūrologinis-metodologinis pagrindimas.

Išryškėjusio diskurso kontekste tikslinga išskirti esmines sociokultūrinės gyvenimo stiliaus fenomeno teorines koncepcijas (1 lentelė).

1 lentelė. Sociokultūrinės gyvenimo stiliaus fenomeno koncepcijos

Teorinė gyvenimo stiliaus koncepcija	Konceptualusis turinys	Autorius
<i>Visuomenės stratifikacijos teorija</i>	Teorija grindžiama trimis požymiais: nuosavybe, valdžia ir prestižu	M. Вебер (1990)
<i>Demonstracinio vartojimo teorija</i>	Teorija išreiškia kovos už socialines pozicijas mechanizmą, atveriantį priėjimą prie įvairios kilmės resursų ir privilegijų	T. Veblen (Веблен, 1984)
<i>Asmenybės savojo identiškumo paieškos, siekiant pusiausvyros tarp visuomeninių ir vidinių impulsų, teorija</i>	Gyvenimo stiliaus problematika aktualizuojama identifikacinių procesų progresuojančios stiliaus kultūros diferenciacijos kontekste	G. Simmel (2007)
<i>Asmenybės gyvenimiškos elgsenos („gyvenamojo pasaulio“) subjektyvumo ir intersubjektyvumo koncepcija</i>	Gyvenimo stilius vertinamas kaip individų aktyvios veiklos elementas, kurio svarbiausia savybė – aktyvumas	P. Berger, T. Luckmann (1999); A. Schutz (1980), A. Schutz (Шюц, 2004)
<i>Kasdieninio gyvenimo organizavimo teorija</i>	Gyvenimo stiliaus samprata konstruojama vartojant dvi sąvokas – socialinė erdvė ir „habitus“.	P. Bourdieu (1987)
<i>Visuomenės socialinės stratifikacijos studija</i>	Gyvenimo stilius tapatinamas su konstruojamais aktais ir savojo identiškumo prezentacija, manipuluojant vartojamų daiktų simbolinėmis reikšmėmis	G. P. Mueller (1997)
<i>Kultūrinių inscenizacijų teorija</i>	Teorija sutelkta į identifikavimo procesų analizę	L. G. Jonin (Ионин, 2000)

Gyvenimo stiliaus fenomeno analizė, derinant skirtingas prieigas, leidžia tiksliau apibrėžti analizuojamo reiškinių esmines charakteristikas, suvokti bendrą gyvenimo stiliaus komponentų ryšį, kuris analizuojamas ne izoliuotai, o atsižvelgiant į tarpusavio sąsajas, vystymąsi ir dinamiką. Tai leidžia atskleisti integratyvios gyvenimo stiliaus sistemos savybes ir kokybines charakteristikas (1 priedo 1 lentelė).

1.1.2. Gyvenimo stiliaus, kaip socialinio-psichologinio reiškinio, samprata: kokybinių charakteristikų paieškos

Nemaža filosofinių, ekonominių ir sociologinių darbų apie atitinkamus gyvenimo aspektus (gyvenimo lygį, asmenybės gyvenimą, grupės gyvenimą, gyvenimo būdą, kokybę) pabrėžia socialinio-psichologinio gyvenimo stiliaus fenomeno tyrinėjimų nepakankamumą. *Psychosocialinių ištakų konkretizavimas įvairiausiose srityse – tai šiuolaikinė mokslo tendencija, kurią atitinka ir šis akademinio jaunimo gyvenimo stiliaus tyrimas.*

Tyrinėjant asmenybės elgsenos ypatumus dinamiškai besikeičiančiomis sąlygomis, sudėtingas tampa socializacijos (proceso ir socialinių normų įvaldymo) suvokimas ir įsiliejimas į tam tikras socialines grupes; adaptacijos (savęs tapatinimo su tam tikra pozicija ar grupe socialinėje struktūroje) samprata (Журавлев, 1979; Erikson, 1980, Эриксон, 1996; Вишневский, Рубина, 1997; Simmel, 2007). Todėl šiuo tyrimu siekiama pagilinti gyvenimo stiliaus fenomeno įžvalgas, atsakyti į klausimus, išskylančius nagrinėjant gyvenimo stiliaus sampratą.

Gyvenimo stiliaus sąvoką į Vakarų psichologiją įvedė A. Adler (1870–1937) – individualios psichologijos kūrėjas. A. Adler (2003, 2008) ir jo sekėjai tikino, kad pažinti ir suprasti žmogų galima ne tyrinėjant jo protą ar pasąmonę, jausmus ar elgesį apskritai, o tik matant visumą. A. Adler (2003) nuomone, *asmensybės gyvenimo stilius – tai savitas, unikalus įgytų ir toliau įgyjamų psichinių savybių derinys, individualus ir tik jai būdingas būdas problemoms spręsti, sąveikauti su aplinka savo poreikiais, aspiracijomis, norais, siekiais.* Anot A. Adler (2003, 2008), gyvenimo stiliaus formavimasi lemia individų gyvenimo poreikiai ir tikslai. Iš jų svarbiausias – įgyti pranašumo, kuris traktuojamas kaip pagrindinis gyvenimiškos žmonių veiklos variklis, energijos šaltinis ir priežastis. Gyvenimo stilius, A. Adler tvirtinimu, yra nedalomos individualybės pasireiškimas, susijęs su apibrėžtu kryptingumu ir asmenybės vertybių sistema ir atliekantis kompensacinę funkciją, padėdamas individualybei kaip galima efektyviau prisitaikyti prie aplinkos.

A. Adler gyvenimo stiliaus koncepcijos įtaką galima išvelgti G. Sheehy (Шихи, 1999) darbuose, kuriuose gyvenimo stilius charakterizuojamas kaip būdas gyvenimiškoms problemoms išspręsti. Skirtingai negu A. Adler, G. Sheehy pripažįsta dviejų siekiamybių konfliktų neišvengiamumą – tai ir sąlygoja krizinius asmenybės periodus. Gyvenimo stilius tampa būdu konfliktui išspręsti, kriziniams periodams įveikti. A. Maslow (1995, 2006) teigimu, *savęs realizavimas – tai gyvenimo stilius, grindžiamas žmogaus siekais tapti tuo, kuo jis gali tapti.* Žmogui būdingas poreikis augti tam tikra kryptimi, kurią A. H. Maslow (2011) apibendrintai vadina *savirealizavimu.*

Originalų požiūrį į asmenybę ir su tuo susijusį gyvenimo stiliaus tyrimų aspektą galima išvelgti G. Allport (1998a, 1998b) moksliniuose darbuose. Pasak jo, asmenybė – tai vidinė dinaminė (nuolat auganti ir besikeičianti) individo psichofizinių sistemų (psichofizinės sistemos apibrėžia psichinių (protas) ir fizinių (kūnas) asmenybės aspektų svarbą) organizacija, lemianti jo unikalų elgesį ir mąstymą. Taip mokslininkas išreiškia svarbią mintį, *kad žmogus ne tik prisitaiko prie aplinkos, bet ir įprasmina ją ir sąveikauja su ja taip, kad aplinka skatinama prisitaikyti prie žmogaus.* G. Allport (1998a, 1998b) koncepcijos savitumas – sąvoka gyvenimo

mo stilius suprantama kaip elgesio maniera, atitinkanti tam tikrus asmenybės stiliaus bruožus: mandagumą, energingumą ir pan.

Dž. Royce ir E. Powell (1983) koncepcijos esmė – gyvenimo stilius yra „strategija individualioms vertybėms ir jausmams pasiekti pasaulyje, kuriame kiekvienas individas turi gyventi taip, kad optimizuotų savo asmenines prasmes“ (p. 25). Minėti mokslininkai savo klasifikacijoje, remdamiesi dominuojančio asmenybės kryptingumo kriterijumi, išskiria *individualistinį* gyvenimo stilių, nukreiptą į saviraišką, *altruistinį*, kurio esmė – tarnauti žmonėms, ir *ikaristinį*, orientuotą į kūrybą. Taigi čia akcentuojama reikšminga gyvenimo stiliaus funkcija – *individualių prasmių realizacija*.

Reikšmingą indėlį į gyvenimo stiliaus, kaip gyvenimo būdo subkategorijos, studijas įnešė L. I. Anufrijeva, E. I. Golovacha ir kt. (Ануфриева, Головаха, и др., 1982), V. Kovaliov (Ковалев, 1995). Dėl jų tyrimų pripažinimą įgijo gyvenimo stiliaus, kaip socialinės-psichologinės kategorijos, samprata, apibrėžianti individualiai pasirinktą ar pasisavintą žmonių elgesio tipą, kuris atspindi tam tikros žmonių kategorijos bruožus, buities specifiką, manieras, įpročius, polinkius ir kt., išreiškiančius tos visuomenės dalies savitumus.

Remiantis humanistinėmis, į asmenybę orientuotomis pozicijomis, žmogus yra visuomenės ir kultūros kūrėjas, jo vystymosi šaltiniu tampa jo paties aktyvumas, prigimtis, kultūrinis ir socialinis paveldas (Jakštas, 1995; Taylor, 1996; Васильева, 1999; Myers, 2000, 2008; Suslavičius, 2006). Svarbiausios, minėtų autorių požiūriu, gyvenimo stiliaus charakteristikos yra *žmogaus atsakomybės lygis, gyvenimo prasmingumo laipsnis, vertybių ir santykių sistema*.

Gyvenimo stiliaus individualumą *kognityvinio kryptingumo aspektu* intensyviausiai tyrinėjo užsienio psichologai: L. N. Kogan (Коган, 1984, 1985), A. Caspi (1987), G. N. Cantor (1990), A. Kruger, (1994), D. Chaney (1996), T. Kasser, M. Ryan (1996), R. M. Kern, Ch. C. Cummins (1996), G. W. Allport (1998a), O. Pavlovskaja (Павловская, 2003), A. Adler (2003, 2008) ir kiti. Jie savo požiūrį į gyvenimo planavimą išreiškė kognityvinėmis nuostatomis, susijusiomis su asmenybe. Kognityvinė schema padeda žmogui suvokti situaciją, skatina jį mąstyti apie save ir kitus.

Vėlesniųjų metų tyrimai leidžia naujai pažvelgti į tai, kad individualus gyvenimo stilius teikia galimybių ne tik prisitaikyti prie pasaulio, bet ir jį pertvarkyti, kurti (Абульханова-Славская, 1991, 1988; Брушлинский, 1996; Березина, 1997; Леонтьев, 1998; 2000; Асмолов, 2007). Išskirtinis šių teorijų bruožas – gyvenimo stiliaus tyrimų konstrukte dominuojanti tendencija vertinti ne tiek veiklą, kiek patį žmogų, jo elgseną.

Disertacinio tyrimo kontekste svarbu pažymėti A.V. Libin (Либин, 1998a, 1998b) apibrėžtus gyvenimo stiliaus *adaptyvumo* rodiklius. Tam tikras adaptacijos lygis yra svarbus ir apskritai asmenybės saviraiškai, nes ji negali vykti už socialinės aplinkos, socialinio konteksto ribų. Vadinasi, *adaptyvumas yra svarbi gyvenimo stiliaus konstruktyvumo sudedamoji dalis, nors maksimalus adaptyvumas nebūtinai atitinka maksimalią asmenybės vertybinių orientacijų realizaciją*. Taigi, formalizuojant psichosocialinio gyvenimo stiliaus požymių sistemą, išplėstos ir pagilintos *metodologinės gyvenimo stiliaus funkcionavimo koncepcijos* (1 priedo 2 lentelė).

Akivaizdu, kad gyvenimo stiliui reikšmingiausia užduotis – *asmeninių prasmių reali-*

zavimas. Galima teigti, kad gyvenimo stilius atlieka ne tik objektyvaus rezultatyvumo, kaip socialiai reikšmingų pasiekimų visumos, bet ir subjektyvaus *asmeninių vertybių realizavimo didinimo funkciją*. Lemiamą reikšmę įgyja ne tik rezultatas, bet ir pats tikslo siekimo procesas. Šiame kontekste svarbų vaidmenį atlieka priemonių pasirinkimas (instrumentalumas), kuris realizuojamas instrumentinių vertybių pagrindu, nes dažnai didesnę pasitenkinimą teikia pats procesas negu siekiamas rezultatas. D. A. Leontjev (Леонтьев, 1998, 2000) šiuo požiūriu daro išvadą, kad „individualaus gyvenimo stiliaus realizavimo procesas sužadina didesnę emocijų pasitenkinimą negu pasiektas rezultatas. Dar daugiau, racionalaus, bet „svetimo“ stiliaus pasirinkimas sąlygoja staigų emocinio pasitenkinimo mažėjimą (p. 94). Mūsų nuomone, šis pastebėjimas taikytinas gyvenimo stiliui apskritai, nors tokia prielaida, be abejo, reikalauja eksperimentinio patikrinimo.

Išanalizuotų koncepcijų analizė ir apibendrinimas suteikė galimybę išskirti tam tikras gyvenimo stiliaus charakteristikas (2 lentelė). Literatūros duomenų sisteminimas, atkreipiant dėmesį į reikšmingiausias gyvenimo stiliaus kriterijus, atskleidė svarbiausias gyvenimo stiliaus funkcijas: *gyvenimiškos veiklos sistemą sudarančiąją funkciją, adaptacijos funkciją, optimizacijos funkciją, rezultatyvumo didinimo funkciją* (1 priedo 3 lentelė). Apibrėžus gyvenimo stiliaus charakteristikas ir funkcijas, išskirti jo reikšmingiausi kriterijai: *visybiškumas, adaptyvumas, subjektyvus pasitenkinimas* (1 priedo 4 lentelė).

2 lentelė. **Gyvenimo stiliaus charakteristikos ir esminiai jų požymiai**

Gyvenimo stiliaus charakteristikos	Esminiai požymiai
<i>Individualumas</i>	Individualaus gyvenimo stiliaus, kuris formuojasi nuo vaikystės, charakteristikų nepakartojamumas. Tarp dviejų stilių visuomet galima rasti skirtumų, tačiau esama ir bendrų ypatybių, leidžiančių juos tipologizuoti (Леонтьев, 1998, p. 103)
<i>Instrumentalumas</i>	Asmeninių prasmų realizavimo ir gyvenimiškos veiklos organizavimo priemonių sistemos užtikrinimas laike, socialinėje ir vidinėje asmenybės erdvėje (Леонтьев, 1998, p. 120)
<i>Integralumas</i>	Gyvenimo stiliaus elementų darna ir jų atitikimas hierarchinei gyvenimiškų vertybių ir tikslų sistemai asmenybės pasirinkimų bei prioretitiškumo aspektu. Tokiu būdu <i>vertybinės orientacijos ir asmenybės interesų kryptingumas yra integralios stiliaus charakteristikos</i> , bet ne vieninteliai sistemą sudarantys faktoriai (Либин, 1998, p. 113)
<i>Hierarchiškumas</i>	Gyvenimo stiliaus struktūros sudarymas, remiantis tarpusavyje susijusiomis skirtingo lygio „virtomis charakteristikomis, apimančiomis minimaliai būtiną konkretaus psichikos postruktūrio bazinių stiliaus parametrų rinkinį“ (Либин, 1998, p. 9). Gyvenimo stilius užima aukščiausiąją padėtį individualybės hierarchijoje. Žemesniųjų lygių stiliaus dariniai įeina į jį kaip posistemiai. Savo esme gyvenimo stilius pasireiškia kaip gyvenimo būdo posistemis
<i>Adaptyvumas</i>	Pasireiškia „stiliaus apraiškų pastovumu nepriklausomai nuo situacinio konteksto, kuriame jos realizuojamos“ (Либин, 1998, p. 9)

Atlikta literatūros šaltinių analizė leidžia teigti, kad gyvenimo stilius, kaip tyrimo objektas, yra sudėtingas psichosocialinis fenomenas, labiausiai apibendrintas sisteminis darinys asmenybės savireguliacijos struktūroje, pasireiškiantis kaip konstruktyvus ir subjektyviai priimtino asmenybės integravimosi į socialinę aplinką instrumentas (1 priedo 5 lentelė).

1.1.3. Gyvenimo stiliaus, kaip edukacinio fenomeno, sampratos kontekstualizavimas

Gyvenimo stiliaus problema edukologijoje nauja ir menkai tyrinėta, samprata nėra tiksliai apibrėžta ir neįtraukta į edukologijos mokslo kategorijų sudėtį. Priežastis išryškėja dviejuose pedagoginės problematikos apmąstymų segmentuose: *empiriniame* ir *teoriniame*. Pirmojo segmento priežastys, matyt, siejasi su tuo, kad profesinė pedagogo veikla sąveikauja su kitais gyvenimo stiliais (mokinių, socialiniais, profesiniais), kurie dažniausiai lemia mokytojo portretą, jo asmenybės suvokimą, kai jam priskiriami įvairūs stereotipai. Teoriniu požiūriu sunku įžvelgti sąvokų *profesinė pedagoginė kultūra* ir *pedagogo gyvenimo stilius* esminius skirtumus, dėl to pagrindinis mokslinių tyrimų dėmesys tenka profesiniam mokytojo rengimui (Jovaiša, 1998, 2001; Pukelis, 1998; 2004; Bitinas, 2000, 2004; Adamonienė, Daukilas, Krikščiūnas, Maknienė, Palujanskienė, 2002, 2003). Būtina pažymėti ir tai, kad psichologiniai pedagoginiai tyrimai (Gage, Berliner, 1994; Jovaiša, 1995; 1998; 2009; Miškinis, 2000, 2002, 2006; Kučinskienė, 2003; Beresnevičienė, 2003; Juodaitytė, 2004; Aramavičiūtė, 2005a, 2005b; Duoblienė, 2006, 2010 ir kiti) padėjo tvirtą pagrindą *gyvenimo stiliaus, kaip edukacinio fenomeno, sampratai, kiekybinei ir kokybinei charakteristikai bei projektavimo galimybėms*.

Analizuodamas radikalius socialinės būties organizavimo principų pokyčius, B. Bitinas (2004) daro išvadą, kad šiuolaikinei visuomenei reikalingas narys, gebantis konstruoti savią gyvenimo stilių (p. 16). Auklėjimo veiksmingumui efektyvinti, B. Bitino nuomone, teorija turi pasiūlyti naują conceptualų požiūrį, kuriam realizuoti įtraukiama *auklėjimo erdvės*, kaip pedagogiškai valdomos sistemos apibendrinimo, sąvoka. Auklėjimo erdvė vienija, integruoja tradicinį ir šiuolaikinį socialinį auklėjimą.

Socialinė aplinka yra nuo žmogaus nepriklausoma duotybė, į kurią reikia atsižvelgti projektuojant gyvenimo stilių ir tam racionaliai išnaudojant socialinę aplinką. B. Bitino (2004) teigimu, negalima tenkintis pasyviu socialinės aplinkos vaidmens analizavimu; ugdymo mokslams keliamas sudėtingesnis uždavinys – atskleisti, kaip derėtų transformuoti stichiškai susiklosčiusią aplinką, kad ji būtų pozityvus auklėjimo veiksnys (p. 16).

Gyvenimo stiliaus projektavimo kontekste ypač svarbūs B. Bitino (2004) išskirti auklėjimo erdvės bruožai: *daugiamatiškumas* (pedagogo asmenybė, ugdytinio šeimos pasaulis, mokyklos bendruomenės sutelktumas, individualūs ugdytinių poreikiai ir kiti parametrai); *vientisumas*, įrodantis, kad žmogaus charakteris formuojasi kaip vientisas psichologinis darinys, o ne pavieniai būdo bruožai; auklėjimo erdvę sudarančių idėjų *humanistinis* pobūdis: auklėjimo erdvės *atvirumas*, *lankstumas*. Atviros ir lanksčios auklėjimo erdvės kontekste B. Bitinas (2004) formuluoja itin svarbią gyvenimo stiliaus projektavimo nuostatą, rodančią esminį skirtumą nuo uždaros erdvės: „<...> atviroje auklėjimo erdvėje nesiekiami formuoti ugdytinio dvasinį pasaulį – joje ugdomas auklėtinio gebėjimas rinktis idėjas, vadovaujantis socialiai pagrįstu humaniškumo

kriterijumi, nusakoma jo teisė keisti dvasinio pasaulio turinį” (p. 19). Atvira erdvė grindžiama prielaida, kad asmens dvasinis pasaulis niekada nėra užbaigtas, kad jo plėtra ir raida vyksta visą gyvenimą. *Tai atveria galimybę suvokti gyvenimo stiliaus projektavimo dinamiškumą, netolygumą ir aktyvų individo dalyvavimą šiame procese, t. y. projektuojant gyvenimo stilių sau ir dėl savęs.* Prioritetine tampa prigimtinė asmenybinė koncepcija, grindžiama sisteminiu požiūriu, jungiančiu pagrindinius žmogaus aspektus – prigimtinius gebėjimus ir asmenybę bei jų sąveikos algoritmus (Духавнева, Столяренко, 2000; Čiužas, Ratkevičienė, Stankevičius ir kt., 2005; Maslow, 2011).

Galima teigti, kad šiandieninio išsilavinimo tikslas – ne tik tam tikros kvalifikacijos įgijimas ir intelektualinio lygio pasiekimas, bet ir ugdytas asmenybės – nepriklausomos, socialiai atsakingos, gebančios priimti optimalius sprendimus, įgijusios aukštą kompetenciją ir orientaciją į humanistinius idealus, projektuojant savo gyvenimo stilių (Kublickienė, Rapoportas, 1999; Adamonienė, Daukilas, Kriščiūnas ir kt., 2002; Dumčienė, Dumčius, 2002; Иванкина, 2003).

L. Jovaišos (2009) teigimu, žmogus veikia kaip vientisas fizinių, psichinių ir dvasinių įgymių individas, todėl jo prigimtis yra trejopa: *fizinė* (biologinė), *psichinė*, *dvasinė* (p. 12). Žmogaus fizinius įgymius mokslininkas traktuoja kaip gebėjimą išlikti aplinkoje, daugintis ir būti aktyviam. Žmogaus psichiniai įgymiai, L. Jovaišos (2009) teigimu, reiškiasi pasaulio pažinimu, jausmais ir valia. Mokslininkas daro svarbią edukologijos mokslui išvadą: būtina, kad žmogus įsisąmonintų tai, kas glūdi jo prigimties galiuose, būtina padėti jaunam žmogui tas galias išskleisti ir sustiprinti tautos bei žmonijos kultūringesnio gyvenimo tikslu (p. 13). Gyvenimo stiliaus fenomeno klausimų analizei reikšminga L. Jovaišos sudaryta pamatinių žmogaus įgimtų gebėjimų ir galių (fizinių, psichinių, dvasinių) veikimo schema (p. 14), iš kurios matyti, kad išlikimą gyvenime laiduoja aktyvumas, tinkamas bendravimas su žmonėmis, kai, anot autoriaus, lemtingas vaidmuo tenka tikrovės pažinimui, valios jėgai ir teigiamiems jausmams. *Šios nuostatos atveria galimybę aiškiau suvokti veikimo įgymių reikšmę gyvenimo stiliaus konstravimo procesuose.*

Svarbu ir tai, kad egzistencializmas tapo filosofiniu humanistinės psichologijos ir edukologijos pagrindu. Jo idėjomis taip pat grindžiamas ir šis disertacinis tyrimas. Itin reikšmingas teiginys, kad viena sunkiausių egzistencijos problemų – *rinkimasis*. Šis teiginys darbe traktuojamas kaip esminis gyvenimo stiliaus konstravimo elementas. Kaip teigia L. Jovaiša (1998), jau mokymosi metais tenka rinktis bendrojo lavinimo profilį, vėliau specialybę, gyvenimo draugą ar draugę. Jeigu rinkimasis būna sėkmingas, autoriaus teigimu, palengvėja grumtynės dėl egzistencijos.

Vakarų pasaulyje populiarus *pragmatinis* ugdymo vaizdinys – suformuoti visuomenės narį, kuris geba pasiekti asmeninę gerovę, nepažeisdamas visuomenės nustatytų elgesio normų. B. Bitinas (2004) daro išvadą, kad pragmatinis ugdymo aspektas – būtina dvasingumo ugdymo sąlyga, ir perspėja, kad šiuo atveju žemiškosios gėrybės žmogui nėra tikslas, o tik priemonė daryti gera kitiems. Vadinasi, asmenybė tobula, jei ji geba veikti žmonių labui, jei tokia veikla jai yra malonumo šaltinis. Be to, taip įveikiamas ir altruistinis asketizmas, kai, maksimaliai išsiugdęs savo galias, žmogus pasiekia ir asmeninę gerovę, o rūpindamasis kitų žmonių gerove jis

išsivaduoja iš žemiškųjų vertybių vergovės (p. 33). Šios B. Bitino išreikštos nuostatos patvirtina mūsų pasirinktą gyvenimo stiliaus projektavimo pagrindą, grindžiamą individo pragmatinių ir humanistinių vertybių derme.

S. Daukilas (2001, 2003) gyvenimo stiliaus problemą analizavo F. Parsons *bruožų ir faktorių teorijos* (Zunker, 1998) kontekste (paskutiniu metu bruožų ir faktorių grupės teorijas siūloma vadinti *asmenybės ir aplinkos atitikimo* teoriniu profesinio apsisprendimo modeliu). Ši teorija teigia, jog kiekvienas žmogus turėtų pažinti ir įvertinti savo individualybę, kad rastų tinkamiausią gyvenimo stilių ir veiklos rūšį, leidžiančią efektyviai realizuoti savo galimybes. S. Daukilo nuomone, gyvenimo stilius gali būti analizuojamas kaip individualaus gyvenimo stiliaus, kurio sudėtinė dalis yra profesinė veikla, formavimosi procesas. Skirtingai nuo profesinio vaidmens sampratos, asmenybės gyvenimo stiliaus sąvoka išreiškia individualų požiūrį į asmenybės raidą, atspindi jos unikalumą, individualų indėlį į veiklą. Jis apima visus individo poreikius, susijusius su darbu, šeima, namais ir laisvalaikiu. Profesinis asmenybės apsisprendimas turėtų padėti šiuos poreikius tenkinti ir prisitaikyti prie pokyčių, kuriuos sukelia vidinės ir išorinės priežastys. Šiame kontekste būsimo specialisto rengimas edukologijoje suprantamas kaip jo motyvuotas nusiteikimas pasirinkti tam tikrą gyvenimo stilių įvairiems gyvenimo scenarijams konstruoti. Tai atveria jaunimui galimybes įgyti tokių asmenybės savybių, kurios sudarys jiems galimybę maksimaliai perimti būtiną socialinę patirtį ir būti reikalingiems tiek pasirinktos profesijos sferoje, tiek ir už jos ribų (Daukilas, 2001, 2003).

Akademinio jaunimo gyvenimo stiliui projektuoti vertybinių orientacijų kontekste reikšminga R. Brown (2007) *gyvenimo vaidmenų pasirinkimo koncepcija, sprendžianti individo ir aplinkos vertybių sistemos dermės problemą*. Disertaciniam tyrimui svarbūs teiginiai, pabrėžiantys tai, kad individai teikia pirmumą labai nedideliam vertybių skaičiui; vaidmens pasirinkimą lemia individui svarbiausios vertybės ir jų atitikimas jo atliekamam vaidmeniui, kartu pripažįstant kultūros, lyties, ekonominio statuso reikšmingumą ir emocinį atliekamo vaidmens vertinimą.

Konceptualizuojant gyvenimo stilių kaip edukacinį fenomeną, svarbi tampa R. Kučinskienės (2003) nuostata, teigianti, kad svarbiausiu, esmiu ugdymo karjerai tikslu reikia pripažinti individo gebėjimą kurti ir įgyvendinti savo nuolatinio tobulėjimo ir profesinės saviraiškos planus, realizuojant šiuos svarbiausius uždavinius: socializacijos proceso papildymą individualizacija; asmenybės gyvenimo prasmės ir gyvenimo tikslo paieškų aktyvinimą; holistinio požiūrio į žmogų ir ugdymo (bendrojo, profesinio ir kt.) integralumo realizavimą (p. 178–179). Svarbią reikšmę karjeros vystymuisi turi ir individo gebėjimas pasirinkti tinkamą profesiją ir jį tenkinančią aplinką. Tai akcentuojama J. Holland (1985) asmenybės ir profesinės aplinkos atitikimo koncepcijoje (3 lentelė).

Cituotoji R. Kučinskienės (2003) nuostata artima B. Bitino (2004) požiūriui, kad asmenybė neegzistuoja be veiklos, ji formuojasi ir tobulėja tik dėl savo veiklos (p. 22). Vadinasi, asmenybė yra socialinės tikrovės produktas, t. y. ji aktyviai sąveikauja su socialine aplinka, tobulina aplinką ir šioje veikloje puoseleja pati save. B. Bitinas (2004) tarsi specialiai pateikia mūsų tyrimui svarbią apibendrinančią išvadą, kad „ne sąlygos, ne aplinkybės kuria asmenybę,

o asmenybė, sąveikaudama su savo egzistavimo sąlygomis, kuria pati save“ (p. 22). Remiantis B. Bitino (2004) vertybių internalizavimo teorija, galima interpretuoti, kad gyvenimo stiliaus projekto pagrindas – gausi žmonijos patirtis, nurodanti, kokie turi būti žmogaus santykiai su kitais žmonėmis, su pačiu savimi, su visa žmonėmis reikšminga aplinka, su transcendentine tikrove (p. 33).

Anksčiau išdėstytos mintys leidžia sudaryti edukacinio gyvenimo stiliaus koncepcijų sistemą (3 lentelė).

3 lentelė. **Edukacinio gyvenimo stiliaus fenomeno koncepcijos**

Teorinė gyvenimo stiliaus koncepcija	Konceptualusis turinys	Autorius / autoriai
<i>Gyvenimo stilius, kaip gyvenimo būdo sampratą konkretizuojanti kategorija</i>	Gyvenimo stilius – tai asmenybės elgsena, kurią lemia individualūs poreikiai ir nuostatos, atitinkantys objektyvias galimybes, kurias sudaro gyvenimo būdo tipas ir rūšis	E. I. Golovacha (Головаха, 1988), A. I. Kovaliov (Ковалев, 1995)
<i>Vertybių internalizavimo koncepcija</i>	Internalizacija – vertybių tapsmas vidiniu asmenybės turiniu, motyvuojančiu ir reguliuojančiu jos elgesį bei veiklą. Vertybių internalizacija vyksta individui sąmoningai ir nesąmoningai ugdantis vertybes. Ugdymo menas – taip vadovauti, kad augantys, bręstantys žmonės savarankiškai pasirinktą sistemą, kurią mūsų visuomenė laiko tinkama	B. Kuzmickas (2001), A. Lobato (2001), B. Bitinas (1996, 2004, 2010), V. Aramavičiūtė (2005a), L. Jovaiša (2009)
<i>Individualaus gyvenimo stiliaus projektavimo koncepcija profesinės veiklos kontekste</i>	Gyvenimo stilius analizuojamas kaip individualaus gyvenimo stiliaus, kurio sudėtinė dalis yra profesinė veikla, formavimosi procesas. Skirtingai nuo profesinio vaidmens sampratos asmenybės gyvenimo stiliaus sąvoka išreiškia individualų požiūrį į asmenybės raidą, atspindi jos unikalumą, individualų indėlį į veiklą. Jis apima visus individo poreikius, susijusius su darbu, šeima, namais ir laisvalaikiu. Profesinis asmenybės apsisprendimas turėtų padėti šiuos poreikius tenkinti ir prisitaikyti, adaptuotis prie pokyčių, kuriuos sukelia vidinės ir išorinės priežastys	S. Daukilas (2001, 2003)
<i>Veikimo įgymių plėtotės koncepcija</i>	Žmogus veikia kaip vientisas fizinis, psichinis ir dvasinis individas, todėl jo prigimtis yra trejopa: <i>fizinė</i> (biologinė), <i>psichinė</i> , <i>dvasinė</i> . Žmogaus fiziniai įgymiai traktuojami kaip gebėjimas išlikti aplinkoje, daugintis ir būti aktyviam. Žmogaus psichiniai įgymiai, L. Jovaišos (2009) teigimu, reiškiasi pasaulio pažinimu, jausmais ir valia. Dvasiniai įgymiai grupuojami taip: <i>proto, santykių, pažangos</i> . Tai, kas glūdi žmogaus prigimtyje, būtina padėti jaunam žmogui išskleisti ir sustiprinti dėl tautos bei žmonijos kultūringesnio gyvenimo tikslo.	L. Jovaiša (2009)

Gyvenimo vaidmenų pasirinkimo koncepcija	Koncepcijos esmė – individo ir aplinkos vertybių dermės problema	R. Brown (2007)
Bruožų ir faktorių (asmenybės ir aplinkos atitikimo) koncepcija	Esminės koncepcijos prielaidos: a) kiekvienas žmogus savo individualiomis ypatybėmis, profesiskai reikšmingais gebėjimais optimaliai tinka vienintelei profesijai; b) žmogaus profesinę sėkmę ir pasitenkinimą pasirinkta veiklos rūšimi lemia jo individualių ypatybių ir profesijos reikalavimų atitikimo lygis; profesijos pasirinkimas iš esmės yra sąmoningas ir racionalus procesas, kuriame pats žmogus arba jam padedantis profesijos konsultantas nustato individualias psichologinių bei fizinių savybių dispozicijas ir suderina jas su jau turimomis įvairių profesijų reikalavimų dispozicijomis	F. Parsons (pagal Zunker, 1998)
Asmenybės ir profesinės aplinkos atitikimo teorija	Asmenybės tipai traktuojami kaip sudėtingos asmenybės orientacijos, kurios susiformuoja individui visą gyvenimą sąveikaujant su aplinka, reaguojant į jos reikalavimus. Kiekvieną asmenybės orientaciją atitinka specifinė aplinka, kuriai priskiriami panašių interesų, pažiūrų, polinkių žmonės	J. Holland (1985)

Gyvenimo stiliaus edukacinio fenomeno koncepcijų analizė rodo, kad prioritetine tampa prigimtinė asmenybinė koncepcija, grindžiama sisteminiu požiūriu, jungiančiu pagrindinius žmogaus aspektus – prigimtinius gebėjimus bei asmenybę ir jų sąveikos algoritmus (Čiužas, Ratkevičienė, Stankevičius ir kt., 2005; Maslow, 2011). Šias nuostatas patvirtina ir susisteminta gyvenimo stiliaus samprata, išreikšta edukaciniu aspektu (1 priedo 6 lentelė).

1.1.4. Gyvenimo stiliaus metodologinių požiūrių įvairovės raiška ir konsensuso paieškos

Šiuo metu moksle dominuoja trys požiūriai į gyvenimo stiliaus tyrinėjimo problemą: 1) *konceptualusis* – tyrinėjimas remiasi bendrųjų filosofinių, sociologinių ir psichologinių kategorijų baze; 2) *integralusis*, kai ši sąvoka ir artimos jai pagal turinį (elgesys, aktyvumas, požiūris, savireguliacija) apibrėžiamos remiantis elementaresnių ir pakankamai ištyrinėtų komponentų sinteze; 3) *empirinis* – įvairių elgesio, požiūrio strategijų, variantų, modelių, kurie vertinami kaip atskiros žmogaus gyvenimo stiliaus apraiškos tam tikroje sferoje (pvz., komunikaciniai stiliai – patvarūs ir individualiai saviti informacijos perdavimo bei gavimo būdai ir bendravimo priemonės), tyrinėjimas ir aprašymas (Деркач, 2001).

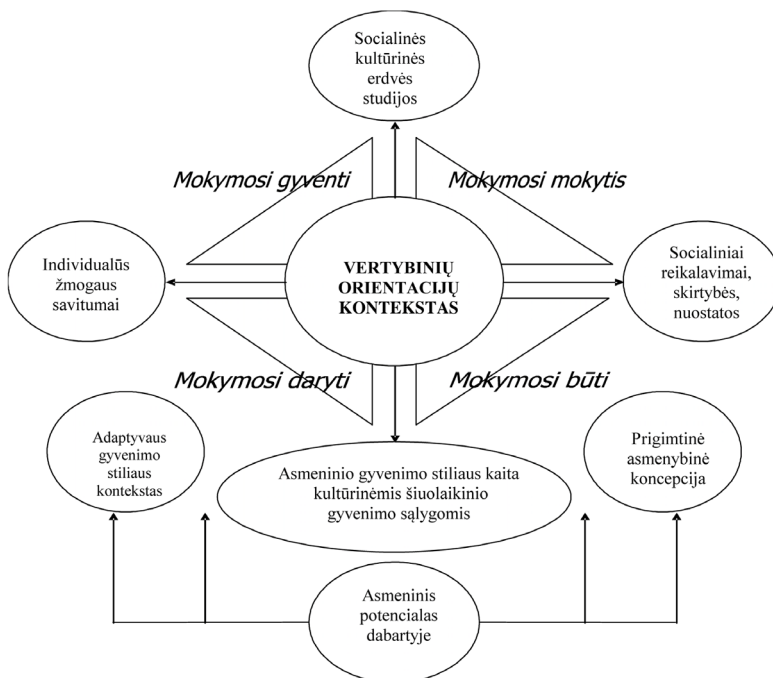
Atsižvelgiant į tai, kad socialinė fenomenologija (Berger, Luckmann, 1999; Бєрєєр, Бєрєєр, Коллинз, 2004; Husserl, 2005) – tai raktas į socialinio pasaulio pažinimą, ir į A. Schutz (Шюц, 2004) koncepcijos nuostatas, disertaciniame darbe remtasi *gyvenamojo pasaulio, gyvenimiškosios veiklos* ir kt. konceptais. Tai leido rasti šio tyrimo idėjas ir fenomenologijos tradicijas siejančią grandį. Tokiame kontekste gyvenimo stilių galima įvardyti kaip gyvenimiš-

kų praktikų dermę, fenomenologijoje vadinamą kasdienio gyvenimiško pasaulio branduoliu, o gyvenamojo pasaulio turinys siejasi su gyvenimo turinio problematika.

Apskritai teorinės įžvalgos rodo, kad gyvenimo stilių galima apibrėžti kaip sudėtingą sociokultūrinį ir socialinį-psichologinį fenomeną, jungiantį pagrindinius reguliuojamuosius asmenybės struktūros (*vertybinių orientacijų ir socialinių nuostatų*) darinius ir jų lemiamus individualius elgesio būdus. Gyvenimo stiliaus fenomeną interpretuojant socialinės filosofijos, kultūrologijos ir psichosocialinių ir edukacinių koncepcijų kontekste, išryškėjo šio reiškinio humanistinis kryptingumas, ieškant atsakymų į esminius gyvenimo klausimus.

Vadinasi, naujomis socialinėmis-edukacinėmis sąlygomis prioritetine tampa *prigimtinė asmenybinė koncepcija*, grindžiama sisteminiu požiūriu, jungiančiu pagrindinius žmogaus aspektus – prigimtinius gebėjimus ir asmenybę taip pat jų sąveikos algoritmus (Grigas, 1998, 2001; Juodaitytė, 2003; Puišienė, 2003; Tamošauskas, 2003; Pruskus, 2005; Malinauskas, 2006; Stonkus, 2007; Jovaiša, 2009; Maslow, 2011). Žmogui, norinčiam rasti savo vietą nuolat besikeičiančiame pasaulyje, neišvengiama mokytis šių dalykų: *mokymosi mokytis, mokymosi būti, mokymosi daryti* ir *mokymosi gyventi* (Informacinis leidinys, 2000, 19–20; 114–115), gruodis, p. 7). Tai rodo, kad šiuolaikinei visuomenei reikalingas narys, gebantis konstruoti savitą, individualų gyvenimo stilių (Bitinas, 2004).

Anksčiau išdėstytos aktualios įžvalgos leido išskirti esminius analitinius kontekstus, sudarančius gyvenimo stiliaus metodologinių požiūrių įvairovės ir konsensuso vertybinį pagrindą.



1 pav. Gyvenimo stiliaus fenomeno analitinių kontekstų raiška

Žmogaus gyvenimo stiliaus individualūs savitumai, skirtybės sąmoningai derinami su sociumo reikalavimais, suvokiant asmeninio gyvenimo stiliaus dinamiškumą, adaptyvumo būtinumą šiuolaikinio gyvenimo sąlygomis. Gyvenimo stilius, kaip sociokultūrinio proceso pagrindas, sąlygojamas poreikių, interesų bei vertybių dinamikos ir judrumo (Pikūnas, 1990; Simmel, 2007). *Vertybės – idealai*, pasireiškiantys gyvenimo stiliuje ir nurodantys prognostinius tikslus, praeina socializacijos procese koherentiškumo (susietumo) periodą su *vertybėmis – standartais* ir nulemia gyvenimo stilių (identifikaciją). Vertybinėmis orientacijomis grindžiamas gyvenimo stilius pasireiškia tarp dviejų sintezuojančių socialinės realybės laukų – *socialinio* ir *individualaus*. Šių laukų sąveika tarpsta funkcionuojančios sociokultūros ašyje, išreiškiančioje socialinį ir individualų procesų kryptingumą (Pikūnas, 1990; Simmel, 2007).

Kaip mokslinė kategorija *gyvenimo stilius* sudaro galimybę analizuoti ir paaiškinti asmenybės elgseną, jos vidinių paskatų, motyvų, siekių, tikslų kontekstą. Gyvenimo stiliaus samprata atspindi žmogaus gyvenimiškos veiklos objektyviąją, žadinančiąją pusę. Ji fiksuoja tą asmenybės gyvenimiškos veiklos pusę, kuri yra jos valios pasireiškimo rezultatas, būtent elgsenos aspekto, atveriančio asmenybės charakterio bruožus. Šias nuostatas patvirtina ir susisteminta gyvenimo stiliaus samprata filosofinės-socialinės, biologinės ir psichologinės-edukacinės krypties aspektais (4 lentelė).

4 lentelė. **Gyvenimo stiliaus koncepcijos ir jų parametrai**

Gyvenimo stiliaus koncepcijos	Gyvenimo stiliaus parametrai
<p>Filosofinė-socialinė kryptis, apibrėžianti gyvenimo stilių kaip sudėtinę asmenybės ir visuomenės gyvenimo būdo dalį, gyvenimo stilių traktuojant kaip gyvenimiškos veiklos būdą, pasirinktą individo ir atitinkantį jo biologinius, visuomeninius, profesinius, kultūrinius ir emocinius poreikius (Абульханова-Славская, 1991; Duoblienė, 2006; Столяров, Самусенкова, 1996)</p>	<p><i>Gyvenimo stilius</i> yra visiškai individualus, ir jį visų pirma lemia gyvenimo būdas, individo kaita ir jo esama būseną, asmeninis kultūros lygis, asmens filosofinė orientacija, šeimos tradicijos, individo dalyvavimas gamybos procese, socialinis vaidmuo, individualus gyvenimo lygis ir aplinka.</p> <p><i>Gyvenimo stilius</i> – tai kultūriškai nulemtas būties būdas: gyvenimo modelis, elgsena, motyvai, vertybių skalė, tikslai ir jų įgyvendinimo sąlygos, t. y. sąmoningumo elementai ir kasdienės būties prielaidos, objektyvių ir subjektyvių (abipusiai nulemtų) veiksmų susipynimas</p>
<p>Biologinė kryptis, gyvenimo stilių traktuojanti kaip integralią gyvenimiškos veiklos charakteristiką, determinuojamą tam tikrų sąlygų sankaupta: socialinių, buitinių, gamtinių-biologinių, psichologinių-pedagoginių (Ананьев, 1997; Jovaiša, 2001)</p>	<p><i>Gyvenimo stilius</i> – tai patvari jo veiklos būdų sistema, apibrėžiama asmenybės savybių ir objektyvių veiklos reikalavimų koreliacija. Skirtingai nuo gyvenimo būdo, gyvenimo stilius neapima objektyvių gyvenimo sąlygų, o tik subjektyvų jų atspindį. Gyvenimo stiliaus esmė išreiškiama asmenybiniu žmogaus potencialo pasiskirstymu įvairioms jo veiklos rūšims, užsiėmimams aiškiai išreikšto neapibrėžtumo ir pasirinkimo laisvės sąlygomis</p>
<p>Psichologinė-edukacinė kryptis, teigianti, kad lemiančiu veiksmu, formuojant gyvenimo stilių, tampa motyvacija ir vertybinė orientacija (Pikūnas, 1990; Бальсевич, 1994; Bitinas, 2000; Jovaiša, 2001, 2009; Maslow, 2011)</p>	<p><i>Gyvenimo stiliaus</i> struktūra yra ne tik daugiamatė, bet ir kelių lygių. Ji apima dvi esmines kintamųjų grupes. Pirmoji iš jų – <i>asmenybinės ypatybės</i>: pagrindinės gyvenimo nuostatos, vertybinė orientacija ir susijusios su jomis apibendrintos žinios (pasaulėžiūra) bei gebėjimai, t. y. žmogaus asmenybinės savybės pripažįstamos svarbiausiomis gyvenimo stiliaus determinantėmis, nepakankamai įvertinant objektyvius gyvenimiškos veiklos reikalavimus. Antroji kintamųjų grupė – <i>pagrindinės žmogaus veiklos kryptys, veiklos rūšys</i></p>

Apibendrinant tai, kas išdėstyta anksčiau, galima teigti, kad gyvenimo stiliaus fenomeno problemos globalumą ir daugiasluoksniškumą lemia platus dar neištirtų klausimų spektras. Neatskleistas sąvokos *gyvenimo stilius* turinys, nors ši sąvoka plačiai vartojama. Be to, sąvokų *gyvenimo stilius* ir *gyvenimo būdas* atskyrimo problema tampa principiniu klausimu, jeigu kalbama apie tam tikrą individualumo ir subjektiškumo lygį, leidžiantį asmenybei pasirinkti gyvenimiškos veiklos būdą iš kelių alternatyvių, jo vidinei esybei adekvačių variantų.

1.2. Gyvenimo stiliaus projektavimo probleminio lauko apibrėžtis šiuolaikiniuose socialinės realybės kontekstuose

Terminas *gyvenimo stiliaus projektavimas* palyginti naujas, todėl moksliniuose tyrimuose dažnai vartojamos sinoniminės sąvokos – *gyvenimo prasmės paieškos* (Т. Е. Резник, Ю. М. Резник, 1995; Резник, Смирнов, 2002), *gyvenimo perspektyva* (Чудновский, 1997), *gyvenimo variantas* (Либин, 1998a, 1998b), *gyvenimo programa* (Мерлин, 1996; Климов, 1996; Ядов, 1997, 2000; Дорфман, 2005, 2006). Dėl to labai svarbu apibrėžti gyvenimo projektavimo sąvokos savitumus, jos išskirtinius ypatumus ir determinantes, nes tai žadina didelį mokslinį interesą. Šio tyrimo objekto specifika išreiškiama jo komponentų derme: *gyvenimo stiliaus projektavimo strategijomis, gyvenimo stiliaus projektavimo sociokultūriniais veiksniais ir tendencijomis, gyvenimo tikslais bei asmenybės psichosocialinės adaptacijos strategijų raiška*.

Gyvenimo stiliaus projektavimas, jo prasmingumo atradimas apsprendžiamas trijų fundamentalių žmogaus išgyvenimų: *aš turiu laisvą valią pasirinkti iš kelių įvairių galimybių; kiekvienas mano pasirinkimas nėra atsitiktinis: jo esmę sudaro tai, kas man atrodo vertinga; gyvenimas dinamiškas, jo sąlygos ir situacijos nuolat keičiasi* (Лэнгле, 2004, p. 25).

Analizuojant vidinius gyvenimo stiliaus formavimosi mechanizmus, nustatyta, kad šią sąvoką pirmiausia reikia sieti su *individualaus pasirinkimo galimybe*. Būtent projektuojant gyvenimo stilių vienas iš lemiamų jo elementų yra *sąlyginės pasirinkimo laisvės buvimas ir sprendimų priėmimas*.

Racionalaus pasirinkimo teorijos (rational choice theory) atstovo P. Cohen (1997) įsitikinimu, visus socialinius reiškinius galima paaiškinti apgalvotu, tikslingu elgesiu. Jo nuomone, individas, siekdamas tikslo, savo veikloje turi naudoti aiškiai suvokiamas, visuotinai pripažintas priemones, nes, kaip teigia A. Maslow (2011), saugumo, priklausymo, meilės ir pagarbos poreikius gali patenkinti tik kiti žmonės, ir tik iš išorės. Siekdamas tikslo, individas privalo savo sprendimą grįsti tuo metu egzistuojančiomis socialinėmis normomis. Tik tuomet jo sprendimas bus visuomenės pripažintas. Pasirinkimas visada ribotas – visuomenės prižiūrimas ir paženklintas savo meto dvasios (Pruskus, 2005, p. 91). Priimdamas sprendimus, individas pademonstruoja, kas jam yra vertybė. Konkrečius to viešo rodymo būdus nulemia atliekamas socialinis vaidmuo. Vadinasi, *žmogus savo gyvenimą projektuoja pats, tačiau projekto sėkmė priklauso ne tik nuo jo pastangų, bet ir nuo pripažintų normų laikymosi sociume*.

Socialiniai fenomenologai (Heidegger, 1989; Mickūnas, Stewart, 1994; Pukelis, 1998 2004; Merleau-Ponty, 2000; Husserl, 2005, Mickūnas, 2007; Смирнова, 2009) refleksiją trak-

tuoja kaip gyvenimiškų problemų sprendimo priemonę. Socialinė fenomenologija savo bazines sampratas apibrėžia individualios žmogaus patirties terminais. Todėl gyvenimo stiliaus projektavimą galima palyginti su *refleksyviuoju projektu*, kai žmogus nuolat tiria ir konstruoja savąjį AŠ, susiedamas į visumą asmeninius ir socialinius pokyčius (Giddens, 2000, p. 49).

Projektavimas, kaip „specifinis anticipacijų tipas“, dėl racionaliai organizuotos fantazijos prognozuoja numanomą ateitį. Kaip metaforiškai teigia A. Schutz (Шюц, 2004), „pirmiausia savo galvoje reikia suprojektuoti tai, ką tu turi daryti“ (p. 14). Kai veiksmas užbaigtas, žmogus, remdamasis fantazija, save „įkurdina ateityje“ ir rekonstruoja atskirus žingsnius, vedančius į numatytą tikslą. Elgseną A. Schutz traktuoja kaip sąmonės patirtį (fenomenologinę patirtį), kuri, sąlygojama išankstinio *projekto*, apibrėžiama kaip socialinis veiksmas. *Projektavimas – tai veiksmas būsimajame laike*. Asmeninio gyvenimo stiliaus konstravimas leidžia pažinti save, kurti tarpasmeninius santykius ir sudaro savo vietos paieškų socialiniame pasaulyje prielaidas (Legkauskas, 2009).

Socialinės fenomenologijos atstovai (Heidegger, 1989; Mickūnas, Stewart, 1994; Pukelis, 1998; Merleau-Ponty, 2000; Husserl, 2005; Mickūnas, 2007; Смирнова, 2009) projektavimą grindžia anksčiau vykdytų veiksmų patirtimi. Kitaip tariant, projektavimas remiasi buvusia patirtimi, sukauptomis žiniomis (*knowledge at hand*). Būtent apeliacija į žinias šį procesą skiria nuo tokio pagrindo neturinčios fantazijos. Svarbus argumentas, kad projektavimu iš esmės visada motyvuotai siekiama realizuoti sumanymą. Praktiškai reali numatyto plano realizavimo tikimybė yra būtina projektavimo sąlyga, galimų gyvenimo tikslų formulavimo garantas. Tikslindami socialinio projektavimo sampratą, socialiniai fenomenologai remiasi E. Husserl (2005) *sąmonės horizonto* suvokimo būdu. Vadovaudamasis sukauptomis žiniomis, žmogus planuoja būsimų veiksmų seką, remdamasis praeities veiksmų analogija. A. Schutz (Шюц, 2004) tvirtina, kad, projektuodamas savo veiksmus, žmogus nekuria būsimos istorijos. Kaip ir bet kurie ateities numatymai (anticipacijos), *projektavimas – tai atviras reikšmių horizontas, užpildomas realizuojant projektą*. Lūkesčiai sudaro atvirą būsimos patirties horizontą, kuris yra dinamiškas – nuolat keičiasi ir kartu turtina patirtį. Vadinasi, realizuojamo projekto pagrindu planuojamų veiksmų reikšmės pagal situaciją gali skirtis nuo jau įgyvendinto sumanymo reikšmių, o įgyvendintas projektas pasižymi šiek tiek kitokiomis charakteristikomis negu tas, kuris pradžioje buvo numatytas.

1.2.1. Gyvenimo stiliaus projektavimo strategijos: individualaus pasirinkimo galimybės ir sprendimų priėmimas

Kiekvienas žmogus tam tikru gyvenimo momentu susimąsto apie tai, kas yra gyvenimas ir kokia jo prasmė. Daugumai, pasak E. Džežulskio-Duonio (2007), šis klausimas susijęs visų pirma su egzistavimo būdu: kaip nugyventi gyvenimą laimingai, deramai, gražiai, džiaugsmingai, gerai. Siekiama gero gyvenimo, ieškant ir randant naujų būdų šiam tikslui įgyvendinti. Tai verčia žmogų apmąstyti savo požiūrį į gyvenimą, į kitą žmogų, į aplinkinį pasaulį, pagaliau – savo gyvenimo stilių (Džežulskis-Duonys, 2007), nes, kaip teigia G. Allport (1998a, 1998b), *planavimas ir žiūrėjimas į ateitį yra vienas svarbiausių sveikos žmogaus prigimties požymių*.

Gyvenimo būdo, gyvenimo stiliaus vertybių ir kitų elementų pokyčiai, be to, gyvenimo

prasmė ir tikslas daro stiprų poveikį asmenybės struktūrai. Aktualu išsiaiškinti strategijos sampratą, reikalaujančią analizės ir naujo sociokultūrinio papildymo. Mokslininkai (Абульханова-Славская, 1991; Nurmi, 1994; Резник, Резник, 1995; Березина, 1997; Nisbet, 2000; Резник, Смирнов, 2002) dažnai operuoja *gyvenimo strategijos* sąvoka, nes tai teikia galimybių tirti socialinę asmenybės adaptaciją naujoje sociokultūrinėje situacijoje tiek asmenybiniu, tiek socialiniu lygmeniu.

Gyvenimo strategija (jos sociologiniu suvokimu) yra dinamiška, savireguliuojanti asmenybės sociokultūrinių vaizdinių apie savo gyvenimą sistema, kuriai reikšmingi ilgalaikės perspektyvos orientyrai ir prioritetai (Резник, Резник, 1995, p. 100).

Asmenybės orientacija yra vienas iš pagrindinių faktorių, nustatančių jos gyvenimo strategijas, būdas asmenybei sąmoningai konstruoti savo gyvenimą, derinant jį su turimu ateities planu ar vizija. Asmenybės orientacija – tai subjekto kokybinė charakteristika ir jo brandumo kriterijus, dialektiškai sujungiantis savyje idealias ir realias, objektyvias ir subjektyvias, psichines ir socialines individo, kaip subjekto, asmeninio gyvenimo puses (Абульханова-Славская, 1991; Nurmi, 1994).

Sąvokos *gyvenimo strategijos* įtraukimas į šiuolaikinio mokslo kategorijų sistemą siejamas su K. A. Abulchanova-Slavskaja (Абульханова-Славская, 1991) vardu. Užsienio literatūroje esama įvairių tos sąvokos apibrėžčių, savo esme panašių į terminą *gyvenimo strategijos*, būtent: *žmogaus egzistavimo būdai* (turėjimas ir buvimas) pagal E. Fromm (2005), *gyvenimo scenarijai* (Крайр, 2002; Myers, 2000, 2008; Харченко, 2003), *saviraiška* (Rogers, 2005; Frankl, 2007, 2008, Maslow, 2011).

Gyvenimo stiliaus ir jo strategijų problemą išsamiai nagrinėjo K. A. Abulchanova-Slavskaja, išskyrusi tris pagrindinius gyvenimo stiliaus strategijų požymius: 1) *gyvenimo būdo pasirinkimą*, 2) *prieštaravimo „noriu–turiu“ išspindimą* ir 3) *savirealizacijos sąlygų sukūrimą, kūrybines paieškas*. Jos nuomone, asmenybė brandi tuomet, kai geba nustatyti pasitenkinimo materialinėmis vertybėmis „slenksti“, jas įvardija kaip vieną gyvenimo sąlygų, nukreipdama savo gyvybines jėgas į kitus tikslus. „Šis asmenybės gebėjimas savo gyvenimo siekius iš materialinių vertybių perkelti į kitas ir yra pradėto gyventi asmeninio gyvenimo rodiklis“ (Абульханова-Славская, 1991, p. 15).

D. Chaney (1996) pažymi, kad siekiams, kurie kartais vadinami visuomeniniais šablonais, patenkinti augantis žmogus jau nuo vaikystės išsiugdo tris pagrindines asmenybines orientacijas kitų žmonių atžvilgiu: 1) judėjimą *link žmonių* (vienintelis tokios orientacijos žmonių tikslas yra meilė, o visi kiti tikslai padeda užtarnauti tą meilę), 2) judėjimą *prieš žmones* (tokios orientacijos individų vertybių sistema grįsta „džiunglių“ filosofija – gyvenimas yra kova už egzistavimą), 3) judėjimas *nuo žmonių* (nepriklausomybės ir neliečiamumo poreikis stumia tokius asmenis nuo bet kokių kovos apraiškų; tai dažnai pasireiškia prisitaikymo prie šiuolaikinių gyvenimo sąlygų stiliaus nebuvimu).

Gilindamiesi į gyvenimo stiliaus charakteristikas, psichologai išskyrė tris pagrindines gyvenimo stiliaus projektavimo strategijas – *gerovės*, *gyvenimo sėkmės* ir *saviraiškos* (Резник, Резник, 1995). Šie strategijų tipai dažniausiai grindžiami apibendrintu supratimu to, ko labiausiai siekia žmonės (5 lentelė).

5 lentelė. Gyvenimo strategijų tipologija (Т. Е. Резник, Ю. М. Резник, 1995)

Gyvenimo strategijų elementai	Pagrindiniai gyvenimo strategijų tipai		
	Gyvenimo gerovės strategija	Gyvenimo sėkmės strategija	Saviraiškos (savęs realizavimo) strategija
<i>Perceptyvinės orientacijos</i>	Aprūpintas būtinomis gėrybėmis, komfortiškas, ramus ir stabilus gyvenimas	Aktyvus, pripildytas įvykių, visuomeniškai reikšmingas ir sėkmingas gyvenimas	Harmoningas, kūrybiškas gyvenimas, savo turiniu artimas dailės menui
<i>Gyvenimo prasmingumo orientacijos</i>	Įvairiausių gyvenimiškų gėrybių įgijimas ir vartojimas, materialinio arba moralinio-psichologinio komforto siekimas	Siekimas trokštamo, visuomenėje pripažinto, garantuojančio tvirtą materialinę padėtį gyvenimo lygio	Laisva kūryba ir savų dvasinių bei fizinių jėgų ugdymas; savęs tobulinimas, keičiant gyvenimiškąją tikrovę
<i>Vertybinių orientacijos</i>	Siekimas įgyti ir įvaldyti asmenybei reikšmingų (pageidautinų ar prestižinių) gyvenimo vertybių rinkinį	Meistriškumo, aukšto profesionalumo ir kompetencijos pasirinktoje veiklos sferoje siekiai; vertybiniai sėkmės kriterijai: organizuotumas ir savidisciplina, dalykiškumas bei verslumas	Asmeninės autonomijos ir kūrybingumo siekimas; polinkis į nuolatinį alternatyvų ieškojimą ir gilią savianalizę; pasirinktinai požiūris į santykius su aplinkiniais; gyvenimo pozicijos pliuralizmas
<i>Normatyvinės orientacijos</i>	Principų ir taisyklių, nustatančių vienokių ar kitokių gyvenimiškų vertybių prioritetiškumą, priėmimas	Principų ir taisyklių, garantuojančių sėkmę arba lemiančių asmenybinį ir profesinį augimą, karjeros galimybes, priėmimas	Tikslų ir griežtai apibrėžtų taisyklių ignoravimas, prisilaikant visuotinai priimtinių normų ir apribojimų; pagarbus požiūris į laisvę ir kitų žmonių gyvenimo stilių
<i>Tikslinės orientacijos</i>	Siekimas maksimaliai įmanomo ar leistino savo poreikių patenkinimo tam tikrose gyvenimo sferose	Projektavimas ir siekimas globalių tikslų, turinčių rekonstrukcinį kryptingumą ir vedančių į sėkmę gyvenime	Nepakankamas tikslų apibrėžtumo (numatymo), kaip gyvenimo prasmės praktinio realizavimo ir konkretinimo instrumento, panaudojimas

Psichologų teigimu, šiuolaikinėje visuomenėje itin populiaru gyvenimo sėkmės strategija (Резник, Резник, 1995). Ji labiausiai atitinka dominuojančią individualizmo dvasią, asmenybės suverenitetą, laisvą konkurenciją, pliuralizmą. Saviraiškos strategijos populiarsnės

industrinėse ir postindustrinėse visuomenėse (Резник, Резник, 1995, p. 104–105). Gyvenimo strategijos, kurių pagrindas – *išsilavinimo įgijimas*, dažniau nei kitos apima naujus elgesio modelius, atsiradusius dėl rinkos pokyčių ekonomikoje ir liberalių demokratiškosios pokyčių visuomenėje. Dinamiškoje visuomenėje greitai keičiasi pavyzdžiai, socialinės sąveikos tipai ir formos, vertybės, poreikiai.

Vertybinės orientacijos, anot T. J. Reznik ir J. M. Reznik (Резник, Резник, 1995), – tai neatskiriama gyvenimo strategijų kūrimo dalis, sudaranti asmenybės orientacinę sistemą. Minėti mokslininkai išskiria *perceptyvines, gyvenimo prasmės, vertybines, normatyvines, tikslines* orientacijas. Šiai sistemai būdingas laiko faktorius, kurį autoriai apibrėžia kaip posisteminę (tipinę) asmenybės orientavimąsi ir jam priskiria strateginę (veržimosi į ateitį), operatyvinę (esamojo laiko), retrospektyvinę (žvilgsnio į praeitį) orientaciją. Toks požiūris leidžia atskleisti asmenybės orientacijų, kurias lemia jos gyvenimo patirtis, įgyjamos žinios, besiformuojantys ir realizuoti planai, daugiapusiškumą, įvairumą ir nepastovumą.

Remdamasis žmogaus santykio su kitais žmonėmis, gamta ir pačiu savimi koncepcija, E. Fromm (2008) pripažino, kad charakterio bruožai sąlygoja žmogaus elgesį, kad apie žmones galima spręsti iš jų laikysenos, manierų, elgsenos. E. Fromm išskirtos ir apibūdintos gyvenimo stilių strategijos (orientacijos), kylančios iš charakterio bruožų, pateiktos 1 priedo 6 lentelėje.

Disertacinio tyrimo kontekste svarbu tai, kad fundamentalus charakterio pagrindas reigimas specifiniuose asmens santykiuose su pasauliu, ir tai E. Fromm (2008) yra išreiškęs taip: „Gyvenimo procese žmogus susisieja su pasauliu 1) įsigydamas bei asimiliuodamas daiktus ir 2) užmezgdamas santykius su žmonėmis ir pačiu savimi“ (p. 70).

Gyvenimo sėkmės strategijos prielaida visų pirma yra *motyvacinis* (pasiekimų) aktyvumas, nukreiptas į visuomeninį pripažinimą. Pasak mokslininkų, ryškus to pavyzdys yra verslas. *Savirealizavimo strategijai* būdingas kūrybinis aktyvumas. Gyvenime dažniau pasitaiko mišrūs tipai: visi žmonės, tik skirtingu laipsniu, siekia gerovės, sėkmės ir saviraiškos, įvairaus šių strategijų įgyvendinimo masto.

Amerikiečių psichologai išskiria dvi gyvenimo stilių grupes, pagrįstas *vidinių* ir *išorinių* siekių strategijomis (Kasser, Ryan, 1996). *Išoriniai siekiai*, kurių vertinimas priklauso nuo kitų žmonių, paremti materialinės gerovės, socialinio pripažinimo ir fizinio patrauklumo, o *vidiniai siekiai* – asmens augimo, meilės, sveikatos, prisirišimo, tarnavimo visuomenei vertybėmis.

Šiandieninėje informacinėje visuomenėje svarbios tampa gyvenimo stiliaus projektavimo *kognityvinės* strategijos, kurias asmuo taiko mėgindamas kontroliuoti ir įgyvendinti sau reikšmingus tikslus. Pasak S. Eronen (2000), *kognityvinės strategijos* – tai žinių apie save ir apie socialinę aplinką praktinis panaudojimas ir tikslų pavertimas elgsena.

Vienas pirmųjų kognityvinio požiūrio į asmenybę atstovų – G. Kelly (1995) atkreipė dėmesį į tai, kaip žmonės mąsto apie įvykius. Pasak G. Kelly, norėdami interpretuoti, suteikti prasmę ar numatyti įvykius, žmonės naudojami „asmeniniais konstruktais“ (*personal constructs*), t. y. teorija, kuria asmuo remiasi aiškindamas savo asmenines patirtis ir numatydamas ateities įvykius. G. Kelly pabrėžė, jog kiekvienas žmogus kuria asmeninius konstruktus, kad efektyviau gyventų ir sumažintų ateities neuztikrintumą.

Studentų ugdymo karjerai teorijos kontekste svarbios J. Holland (1985) išskirtos asmenybės tipų ir jas atitinkančių aplinkos rūšių orientacijos: *praktinė, tiriamoji, meninė, socialinė, dalykinė ir norminė*. J. E. Nurmi (1994) išskiria *funkcionalias* (adaptyvias) ir *disfunkcionalias* (neadaptyvias) strategijas. Optimistinė *strategija* yra *funkcionaliai*, ji pasireiškia kaip beatodairiškas pozityvumo ir laimės siekimas, grindžiamas aukštų rezultatų tikimybe, atsiradusia iš teigiamos patirties ir noro sustiprinti jau ir taip tvirtą individo įvaizdį. Strategijos, kurioms būdingas išmoktas bejėgiškumas, trukdymas sau (*self-handcapping*), vengimas ir kt., yra disfunkcionalios, nes lemia elgesio reakcijas, trukdančias siekti tikslo.

Žinia, žmonės savo tikslus siekia įgyvendinti skirtingomis strategijomis, kurios ne visuomet būna tinkamiausios ir efektyviausios konkrečioje situacijoje. Atsižvelgiant į šiuolaikinio socialinio specifiką, charakterizuojamą dinamiškais pokyčiais, efektyviausiomis galima laikyti *aktyvios adaptacijos strategijas*, atveriančias individams galimybes mobiliai prisitaikyti prie inovatyvių socialinių pokyčių minimaliomis resursų (tiek vidinių, tiek išorinių) sąnaudomis (Буцакова, 2007; Jovaiša, 2009).

Realizuodamas *aktyvios adaptacijos strategiją*, subjektas ne tik priima naujas socialinės aplinkos vertybes ir elgsenos normas, bet savo veiklą, santykius su žmonėmis modeliuoja pagal aplinkos vertybes ir nuostatas. Tuo pat metu formuojasi nauji tikslai, tarp kurių vienu svarbiausių tampa savęs realizavimas. Tokia pozicija neprieštarauja konformizmui – vienai iš aktyvių procesualios adaptacijos priėmimo formų (Ананьев, 1968, 1997).

Kūrybos raiška suponuoja gyvenimo stiliaus strategiją *čia ir dabar*. Žmogui, kuris jaučiasi esąs savo gyvenimo kūrėjas, kuris suvokia, kad niekas, išskyrus jį patį, negali padaryti jo laimingo, gyvenimo prasmė dažniausiai apibrėžiama laisvės samprata. Gyvenimo kūrybos ir laisvės neatsiejama ryšį yra nurodę D. Chaney (1996), V. Frankl (1969, 2007, 2008), E. Fromm (2005, 2008). Jie teigė, kad žmogui visada būdinga kūrybinė energija ir valios laisvė, duotos jo dvasiniam vystymuisi. Minėti mokslininkai išvystė idėją, kad žmogus – aktyvus veikėjas, gebantis pasipriešinti galingam nepalankių socialinių jėgų spaudimui.

Gyvenimo stiliaus strategijų (1 priedo 7 lentelė) išmanymas dažnai leidžia žmogui elgtis įprastai ir veikti santykinai ar akivaizdžiai siauroje tarpasmeninėje erdvėje. Žmogus jaučiasi saugus, kai gali veikti jam pažįstamais būdais pasirinktoje aplinkoje, o rizikuodamas jaučiasi nesaugus.

1.2.2. Akademinio jaunimo gyvenimo stiliaus projektavimo socialiniai-kultūriniai veiksniai ir tendencijos: savęs tobulinimas, asmenybinės ir profesinės raiškos realizavimas

Kultūros ir dvasinio gyvenimo transformacijos metu gyvenimo stiliaus pasirinkimas, pasireiškiantis *individualumo* ir *socialumo sąveika*, tampa problemiškas ir priklausomas nuo sociokultūrinių pokyčių dinamikos. Gyvenimo stiliaus projektavimo kontekste svarbus V. Pruskaus (2005) palyginimas, kad į vertybes galima žiūrėti kaip į kelio ženklus, kurie padeda visuomenei ir individui susiorientuoti socialinio gyvenimo kelyje. Autorius pažymi, kad, puoselėdama atitinkamas vertybes, visuomenė stengiasi individui užtikrinti vertybinės saugos erdvę, kurioje jis pripažįstamas. Prisiimdamas tą vertybinės saugos „skėtį“, individas kartu prisiima ir tam tikrus įsipareigojimus, kurie ne visada sutampa su jo vertybinėmis nuostatomis ir tikslais (Pruskus, 2005, p. 31).

Jaunimo (įskaitant ir studentiją), kaip sociokultūrinės ir demografinės grupės, teoriniai tyrimų šaltiniai – įvairių šalių mokslininkų darbai: *psichoanalitinės prieigos* – A. Bandura (1986), A. Caspi (1987), P. Bourdieu (1987), K. A. Abulchanova-Slavskaja (Абульханова-Славская, 1991), D. A. Leonov (Леонов, 1999), V. N. Družinin (Дружинин, 2000), G. Kraig (Крайг, 2002), Binkley (2004), E. Fromm (2005, 2008) ir kt.; *struktūrinės-funkcinės prieigos* – J. F. Lyotard (1993), B. Holt (1997), G. W. Allport (1998a), R. M. McFall (1992) ir kiti; *subkultūrinės prieigos* – R. Triandis (1994), T. Polhemus, (1994), E. Ramanauskaitė (2004) ir kiti; *kultūrologinės prieigos* – D. Chaney (1996), M. Douglas (1996), P. Berger, T. Luckmann (1999), D. B. Zablocki, M. R. Kanter (1976), A. Giddens (2000), L. G. Jonin (Ионин, 2000), G. Simmel (2007), J. Černevičiūtė (2003, 2008).

Gyvenimo stiliaus, kaip sudėtingo dinaminio darinio, kuriame atsispindi subjekto siekių ir jų realizavimo laipsnio santykis, projektavimas – reikšminga visuomenės ar atskiros jos grupės charakteristika. Šiuolaikinei visuomenei – netradiciškai ir liberaliai – asmeniniai pasirinkimai tampa žmogaus egzistavimo pagrindu (Дружинин, 2000). Šių dienų jaunimas jau nebegali kartoti savo tėvų gyvenimo scenarijų, nes pasaulis veržliai keičiasi (Leonavičius, 1997, 1998; Giddens, 2000, 2005). Studentija yra aktyvi socialinio gyvenimo kaitos dalyvė, ir tai ją verčia nerimauti dėl ateities. Todėl svarbus uždavinys – ne tiek tokios situacijos suvokimas, kiek ateities numatymas, gyvenimo kelio pasirinkimas, siekių technologijų kūrimas, koreguojant numatytus tikslus. Kaip tvirtina socialinių mokslų teorijos, neturint savojo gyvenimo projektavimo modelio, sudėtingi būna jaunų žmonių identiteto paieškų ir socializacijos procesai (Kroger, 1989; Hollis, 2000; Luobikienė, Brazienė, Navasaitienė, 2002; Hogg, Abrams, Otten & Hinkle, 2004; Smith, 2004; Fromm, 2005).

Akademinis jaunimas – tai ta sociumo dalis, kuri ateityje lems jo kryptį, todėl studentų gyvenimo stiliaus tyrimai teikia galimybių pažvelgti į perspektyvą. Studentiškas amžius – tai amorfinis laikotarpis, apimantis didžiąją gyvenimo stiliaus eksperimentų dalį (Leonavičius, 1998; Coleman, 2005). Jaunimas demonstruoja labai plačią alternatyvių gyvenimo stilių ir vertybių skalę (Griniuvienė, Naudžiūnienė, 2001; Petkevičienė, Kardelis, Misevičienė,

Petrauskas 2002; Gumuliauskienė, Macaitienė, 2002; Nečiūnas, Nečiūnienė, Jackevičius, 2003; Muliarčikas, 2003; Vosyliūtė, 2005; Astrauskienė, Jansonienė, Šapokienė, 2005; Černevičiūtė, 2008). Nuo to, kokį gyvenimo stilių projektuos akademinis jaunimas, kokia vieta jame teks profesinei karjerai, akivaizdžiai priklausys šalies ekonomikos ir kultūros raida, todėl aktuali problema – akademinio jaunimo gyvenimo stiliaus projektavimo socialiniai veiksniai ir tendencijos. Studentija – dinamiškiausia visuomenės dalis, jai būdingas mobilumas, atvirumas naujovėms, saviraiškos poreikis (Leskauskaitė, 1998; Pikūnas, Palujanskienė, 2001).

Dinamiškas šiuolaikinis gyvenimas reikalauja iš studentų išmokti nepaveldėtų išlikimo vaidmenų, t. y. gebėjimo konstruoti savo gyvenimišką poziciją, daryti savarankiškus sprendimus, įsitraukiant į socialinių santykių tinklą (Vosyliūtė, 2005). Tyrimais įrodytas ryšys tarp asmeninio ir profesinio gyvenimo perspektyvos (Сохань, 1987; Мартынюк, 1990; Митина, 1998; Варламова, Степанов, 1998; Чупров, Зубок, Уйльмс, 2001; Daukilas, 2004; Холлис, 2006; Лисаускене, 2006; Dumčienė, Vajoriūnas, 2006).

Pedagoginės literatūros (Bitinas, 2000, 2006; Jovaiša, 2002; Lekavičienė, 2002, 2005; Даукилас, Думчене, Куста, 2004; Арамavičiūtė, Martišauskienė, 2007; Думчене, Даукилас, 2007; Barkauskaitė, Gribniakas, 2007; Zaclona, 2007) analizė rodo, kad akademinis jaunimas, formuojant gyvenimo stilių, pripažįstamas perspektyviausia kategorija amžiaus požiūriu: perimama didžiulės apimties informacija, vyksta intensyvus asmenybės vystymasis, formuojasi fundamentalios vertybės, kognityvinis, elgesio, bendravimo stilius, t. y. atsiranda pagrindas pasireikšti sąmoningam asmenybės aktyvumui, projektuojant gyvenimo stilių. Studijų procese daugelis studentų naujai perkonstruoja savo vertybes, atsižvelgdami į projektuojamus ateities planus tiek asmeniniame, tiek profesiniame gyvenime. Tai, be abejo, sukelia netikrumo, abejojimų ir nepasitikėjimo ateities perspektyvomis jausmą.

Studentiškas amžius pasižymi savo individualybės išskirtinumo suvokimu, savimonės ir savojo AŠ formavimu (Legkauskas, 2000, 2008), savianalizės procesų aktyvumu, sudarančiu galimybę įvertinti individualias savybes, suvokti poreikius ir vertinti juos esamų galimybių kontekste (Bitinas, 2000, 2002; Miškinis, 2000; Jovaiša, 2002; Krukauskienė, Trinkūnienė, Žilinskienė, 2003; Verbylaitė, 2004). Studentijai prioritetiniu motyvu tampa savęs tobulinimo, asmenybinių ir profesinių uždavinių realizavimas.

Pastebimi ir šio amžiaus ypatumai, pasireiškiantys prieštaravimais, ypač būdingais kūno kultūros ir sporto studijų programų studentams: tarp didelių fizinių krūvių bei psichinių galimybių ir nedidelės gyvenimiškos patirties; tarp aktyvaus intelektinių ir fizinių galimybių pasireiškimo ir riboto studijų laiko tarpsnio, tarp ekonominių galimybių ir studentiško amžiaus poreikių; tarp santykinės laisvės, organizuojant savarankišką gyvenimą, ir griežtos dienotvarkės, derinant akademinę bei sportinę veiklą; tarp reikalavimų būsimo pedagogo asmenybei ir projektuojamo individualaus gyvenimo stiliaus (Tamošauskas, 2000; Malinauskas, 2001; Smalinskaitė, 2002; Šervytienė, Laskienė, 2008).

Literatūros šaltinių analizė (Poteliūnienė, 1998; Mertinas, Tinteris, 1998; Kontoravičiūtė, 1998; Tamošauskas, 2000; Maniukaitė, 2001, 2003; Čiužas, Ratkevičienė, 2000; Miškinis, 2002; Dumčienė, Dumčius, 2002; Vaščila, 2003; Čiužas, 2007; Šukys, Kardelienė, Kardelis,

2008; Puišienė, Kardelienė, Kardelis, 2008) leido išskirti *socialines* ir *antropologines* prielaidas, lemiančias būsimųjų kūno kultūros ir sporto pedagogų gyvenimo stiliaus projektavimo aktualumą:

- Žinių apimties ir jų sudėtingumo didėjimas akademinėje veikloje (nesikeičiant žmogaus psichofizinėms galimybėms).
- Fizinių ir emocinių krūvių apimties ir jų sudėtingumo didėjimas sportinėje veikloje.
- Studento ir sportininko vaidmenų atlikimo sąsajos su didžiuoju psichofiziniu krūviu (tam reikalinga gera fizinė ir psichinė sveikata).
- Kūno kultūros ir sporto pedagogo profesinės veiklos specifiškumas (ypatingą reikšmę įgyja žmogaus egzistencijos biologinis pamatas – sveikata, akcentuojamas gražaus kūno privalumas).
- Prastėjanti fizinė, psichinė, emocinė ir socialinė mokinių sveikata, pasireiškiantis sportinės veiklos ir fizinio aktyvumo stygius, depresyvumas, plintantys suicidiniai bandymai ir kt.

Gyvenimo stiliaus projektavimas studentiškame amžiuje glaudžiai siejasi su tokių asmenybinių darinių formavimusi, kaip *AŠ koncepcija* (Berns, 2009), *identiškas* (Эриксон, 1996; Schneider, 2001), *vetybinių orientacijų sistema* (Головаха, 1988; Lekavičienė, 2004; Aramavičiūtė, 2005a, 2005b), *ateities įsivaizdavimas laiko perspektyvoje* (Левин, 2000), *profesinis apsisprendimas* (Климов, 1996; Пряжникова, Пряжников, 2005).

Be to, šis fenomenas grindžiamas vertybinių orientacijų, sudarančių gyvenimo stiliaus pagrindą, prigimties analize: *vertybės kaip gyvenimo tikslų vaizdiniai* (Rokeach, 1979; 1992), *vertybės kaip asmenybės motyvacinės poreikių sferos dariniai* (Головаха, 1988; Maslow, 1989, 2006), *vertybės kaip prasmės dariniai* (Братусь, 1993; Astra, 1993, 1994; Barkauskaitė, Gribniakas, 2007). Taigi, gyvenimo stilius, pasižymintis apgalvota laiko perspektyva ir atitinkantis asmenybės vertybinių orientacijų sistemą bei profesinių ir asmeninių tikslų vienvė, leidžia pasiekti harmonijos pojūtį.

Savęs ieškojimas, J. Pikūno, A. Palujanskienės (2001), S. Kraniauskienės (2004), G. Mažeikio (2005) teigimu, visų pirma atsiskleidžia *formuojantis identitetui*. Pirmasis psichologinę identiteto sąvoką apibūdino E. Erikson (1980), o pirmuosius tyrimus pradėjo J. Marcia (2006). Pasak E. Erikson, identitetas – tai žmogaus ir sociumo santykio kitimo vidinis išgyvenimas, kai kiekviename vystymosi lygmenyje sėkmingai išspręsta krizė sukuria palankias tam tikrų atsakingo žmogaus asmenybės savybių formavimo sąlygas. J. Marcia (2006) teigia, jog identiteto struktūrą apsprendžia priešingų savybių integracija, kai be šeimos įtakos, besiformuojančią asmenybę dažnai veikia kaimynai, gatvės atmosfera, mokykla ir gyvenamasis rajonas, žiniasklaida, bažnyčia, tautinės nuostatos ir tradicijos, bendra politinė ir moralinė visos žmonijos situacija.

Gyvenimo stiliaus projektavimo tyrimų kontekste svarbi J. Pikūno ir A. Palujanskienės (2001) išreikšta prielaida, kad tapatumo formavimas nesibaigia iki pilnametystės, nes gyvenimas žmogui nuolat kelia naujus reikalavimus. Iš tiesų kiekvienas gyvenimo tarpsnis susijęs su specifiniais uždaviniais, kuriuos spręsdamas žmogus keičia savo gyvenseną (Valantiejus, 1999;

Vaičiulienė, 1999; Pikūnas, Palujanskienė, 2001; Beresnevičienė, 2003). Pasiekus tam tikrą amžių, ankstesnis gyvenimo stilius gali nebetikti (Craib, 1998).

Gyvenimo stiliaus projektavimui svarbu ir tai, kad šis procesas nepriklauso vien tik nuo paties žmogaus poreikių, planų, vertybinių orientacijų. Šiuolaikinį jauną žmogų veikia gausybė informacijos, kuri dažnai pažeidžia asmenybės visybiškumą. Tad jaunimas nebegali remtis tikrai ankstesnių kartų patirtimi, ir tai apsunkina sprendimus dėl galimo pasirinkimo (Vosyliūtė, 2005). Suvokdami socialinių aplinkybių diktuojamas sąlygas, jauni žmonės priversti keisti jau turimus ateities tikslus, siaurinti ir konkretinti savo gyvenimo projektus.

1.2.3. Gyvenimo tikslų prasingumas asmenybės socialinei elgsenai: tikslų ir gyvenimo plano konstravimas

Šiuolaikinės visuomenės transformacijos sąlygomis, susijusiomis su kardinaliais socialiniais pokyčiais, gyvenimo tikslų pasirinkimas ir jo pagrindu gyvenimo stiliaus projektavimas yra aktuali kiekvienos asmenybės problema (Frankl, 1969, 2007, 2008; Giddens, 2000; Maslow, 2006). Nors gyvenimo tikslų įtakos ilgalaikio socialinio elgesio (asmenybės gyvenimiškų strategijų) formavimuisi problemos teorinis nagrinėjimas yra svarbus ir reikšmingas kiekvieno žmogaus gyvenimiškai praktikai, ši sritis vis dar nesulaukia deramo tyrinėtojų dėmesio.

Gyvenimo tikslus nagrinėja daugelis mokslo sričių: filosofija, sociologija, psichologija, socialinė psichologija, edukologija ir kt. Filosofija *tikslą* apibrėžia kaip būsimo veiklos rezultato idealų įsivaizdavimą (Džežulskis-Duonys, 2007). Be to, jis įvardijamas kaip prielaida nusakyti veiklos pradžią. P. Osipov (Осипов, 1991) tapatina sąvokas „tikslas“ ir „vertybė“, nurodydamas, kad tikslai – tai „<...> individo, grupės, klasės, visuomenės socialiniai orientyrai – vertybės, kurių siekti nukreipta jų veikla“ (p. 408). *Gyvenimo tikslai* – tai grupė uždavinių, į kuriuos asmuo investuoja savo energiją arba tikisi tai daryti ateityje (Cantor, 1990). R. A. Emmons (1986) vartoja asmeninių siekių (*personal strivings*) sąvoką. Tokie asmeninių siekių pavyzdžiai galėtų būti „gyventi dvasingą gyvenimą“, „būti nepriklausomam“. Psichologijoje *tikslas* suprantamas kaip rezultato, kurį žmogus tikisi pasiekti veikdamas, išankstinis vaizdinys ar mintis (dažniau abu kartu) (Jacikevičius, 1994, p. 119; Žukauskienė, 2001). A. Adler (2003) skyrė gyvenimo tikslus pagal atitinkamas sferas: *profesiniai* (išsilavinimas, profesinė veikla, karjera); *socialiniai* (bendradarbiavimas ir kooperavimasis su kitais žmonėmis); *meilės ir santuokos*. G. Kelly (1995) gyvenimo tikslų konstravimą vertino kaip gyvenimą aktyvinančią veiklą, kuri visada nukreipta į ateitį.

Apibrėžti tikslai padeda suprasti, *kas yra svarbu gyvenime, dėl ko mes esame, kas mes esame ir ką veikiamo ar planuojame veikti* (Jovaiša, 2009). Anot V. Frankl (2008), gyventi gyvenimą prasmingai – tai gyventi atsakant į svarbius gyvenimo klausimus. Kaip teigia R. J. Leider (2008), tikslas – tai giliausia mūsų viduje glūdinti dimensija – žmogaus centrinė ašis, esmė – kur gilus pajautimas, kas mes esame, iš kur atėjome ir kur link einame. Tai svarbiausias sėkmės veiksnys, suteikiantis gyvenimui prasmę (p. 9). L. Jovaiša (2003, 2007) tikslus skirsto į *socialinius* ir *individualiuosius*, *strateginius* ir *taktinius*, *konkrečius* ir *idealius*, *realius* ir *nerrealius*.

Gyvenimo tikslas apima svarbiausio rezultato (rezultatų) arba įvykio (įvykių), kurie turi įvykti gyvenime ir kurie integruoja visus atskirus įvykius ir pateisina žmogaus egzistavimą, įsivaizdavimą (Мартынюк, 1990, p. 315–317). Esant tokiam požiūriui, ypatingas vaidmuo tenka pagrindiniams gyvenimo tikslams, atspindintiems esminius asmenybės interesus. Jie formuojasi strategiškai planuojant gyvenimo kelią, o jų realizavimas gali tęstis keletą dešimtmečių (Головаха, 1988).

Gyvenimo tikslų turinys tolydžiai siejamas su asmenybės kryptingumu ir traktuojamas kaip bendras jos požiūrio į visuomenėje dominuojančias vertybes, normas ir idealus aktyvumo rodiklis, taip pat yra dvasinės ir moralinės brandos kriterijus (Jovaiša, 2009; Bitinas, 2010). Daugelyje tyrinėjimų gyvenimo tikslai apibrėžiami kaip aukščiausias asmenybės motyvacinės-tikslinės sferos postruktūris, atliekantis ilgalaikio žmogaus veiklos savęs programavimo reguliacinį vaidmenį (Мартынюк, 1990). Ypatingą reikšmę gyvenimo tikslai įgyja jaunystėje, kai žmogus nustato savo profesinės raidos kryptį, kuria asmeninį gyvenimą. Šiame amžiaus tarpsnyje ateities įsivaizdavimas lemia tolesnę žmogaus raidą (Абульханова-Славская, 1991), ir šie ateities vaizdiniai pasirodo kaip atskiri gyvenimo plano elementai (Ядов, 2000, p. 89–105).

Gyvenimo tikslai, susiję su vertybinėmis orientacijomis ir doroviniiais idealais, vertinami kaip labiausiai apibendrinti ir nukreipiantys elgesio regulatoriai, išreiškiantys asmenybės gebėjimą planuoti savo gyvenimą (Ядов, 1997, 2000, p. 23). Tikslų ir vertybių vienybė kaip tik ir slėpi asmenybės gyvenimo (arba terminaliniuose) tiksluose, kurie išsaugo veiklos tikslų savybes ir funkcijas ir tuo pat metu yra aukščiausios žmogaus vertybės. Taigi asmenybės gyvenimo tikslai gali būti traktuojami kaip vertybinių orientacijų rūšis. Lygiagrečiai „vertybinės orientacijos suprantamos kaip subjekto (asmenybės, grupės, bendrijos) kryptingumas į tikslus, kuriuos jis suvokia kaip pozityvius ir reikšmingus <...> sutinkamai su visuomenėje priimtais pavyzdžiais ir turima gyvenimiška patirtimi bei individualiais pasirinkimais“ (Луков, Вал. А., Луков, Вл. А., 2008, p. 35).

Pagrindinės sferos, kuriose realizuojami asmenybės gyvenimo tikslai – *profesinė, asmeninė (šeimos), socialinė (visuomeninė) ir kultūrinė (laisvalaikio)*. Vadinasi, *asmenybės gyvenimo tikslai susiję su visomis gyvenimiškos veiklos sritimis, kartu ir su gyvenimo stiliumi*.

Anksčiau išdėstytos mintys leidžia formuluoti gyvenimo tikslų apibrėžimą: *gyvenimo tikslai – planuojamos ateities projekcija, nustatanti ilgalaikio socialinio elgesio kryptingumą ir pagrindinius principus „socialinių koordinačių“ sistemoje*. Iš čia išplaukia teiginys, kad gyvenimo tikslų struktūroje atsiranda ir visuomeninės vertybės, perimamos socializacijos procese (Jacikevičius, 1994, p. 120). Gyvenimo tikslų struktūros specifika lemia konkrečios gyvenimiškos strategijos pasirinkimą.

Apibendrinant teigtina, kad tikslo kėlimas – specifinis žmogaus veiklos komponentas, lemiantis kitas jo sudedamąsias dalis (veiksmus, jų būdus, kryptingumą ir priemones), reguliuojantis veiklą, motyvus ir siekimus. Tikslo siekimas – veikla, kuria artėjama prie tikslo. Norint tikslingai veikti, būtina gebėti sujungti į visumą savo poreikius, gebėjimus ir galimybes.

1.2.4. Asmenybės psichosocialinės adaptacijos strategijų svarba projektuojant gyvenimo stilių: adaptyvus / dezadaptyvus sociokultūrinės identifikacijos pobūdis

Nūdienos psichosocialinėje situacijoje, kuriai būdingas nestabilumas, idealų krizė, gyvenimo prasmės kaita, vyksta socialinio identiškumo paieškos, santykių „individas–socialinė aplinka“ pertvarkymas, o tai savo ruožtu aktualizuoja adaptacinius procesus (Головаха, 1988; Эриксон, 1996; Тamošauskas, 2002; Kurnitzky, 2002). Tokiomis aktyvios socialinės transformacijos sąlygomis *sociokultūrinė asmenybės identifikacija įgyja išskirtinai adaptyvų charakterį* (Kuzmickaitė, 1996; Giddens, 2000, 2005; Grigas, 2001; Krukauskienė, Trinkūnienė, Žilinskienė, 2003; Fromm, 2008). Žmogus, kuriam reikės gyventi naujame sociume, kitomis sąlygomis, dėl didelių civilizacijos vystymosi tempų sėkmę pasiekti galės tik tuo atveju, jei į greitai kintančią tikrovę žiūrės kūrybiškai, savarankiškai valdys savo vystymąsi, užims aktyvią gyvenimo poziciją.

Šiame kontekste išskirtinį interesą žadina akademinio jaunimo identifikacinių procesų teorinė analizė, grindžiama į *asmenybę orientuota sociologijos teorija* (Бергер, Бергер, Коллинз, 2004). Studentiškas amžius, anot P. L. Berger ir B. Berger, R. Collinz, (Бергер, Бергер, Коллинз, 2004) – tai vienas svarbiausių asmenybės formavimosi etapų, kuris susijęs su studijų procesu. Tai specifinė veikla, reikalaujanti nuolatinės įtampos, didelių valios ir emocijų pastangų. Studento asmenybei charakteringas nepastovumas, labilumas, nebaigtas formavimasis, perdėtas dėmesys sau ir nuolatiniam tobulėjimui (kuris, viena vertus, gali skatinti kūrybiškumą, socialinį uždaramą, kita vertus, fizinės ir socialinės sveikatos problemas), stipresnis, palyginti su vyresnėmis gyventojų amžiaus grupėmis, gebėjimas pozityviai reaguoti į sociokultūrinės aplinkos pokyčius (Leonavičius, 1998; Васильева, 1999; Kardelis, Janulaitienė, 1999; Miškinis, 2000, 2005, 2006; Kardelis, Misevičienė, Šaferis, 2001; Gailienė, Macaitienė, 2002; Gailienė, Morozaitė, 2003). Be to, galima teigti, kad studentija yra įgijusi tokių socialinių resursų, kurie sudaro aukšto adaptyvumo ir inovatyvumo galimybę transformacijų sąlygomis. Tai jaunas amžius, išsilavinimas, socialinis aktyvumas ir kt. Sėkminga adaptacija aukštojoje mokykloje gali lemti žmogaus požiūrį į save, savo galimybes, kitus žmones, pasirinktą profesiją ir gyvenimo tikslus (Vismantienė, 1999; Lekavičienė, 1999). Būtent studentija, turėdama tokį socialinį kapitalą, gali daryti įtaką socialinėms inovacijoms, būtinoms visuomenės raidos stabilumui (Балл, 1989; Васильева, 1999; Kučinskienė, Kučinskas, 2001; Mikatavage, 2003; Milašiūnas, Liutkevičienė, 2008). Tačiau, kaip teigia L. G. Dikaja (Дикая, 2007), šiuolaikiniams jauniems žmonėms (tarp jų ir akademiniam jaunimui) nepakanka rasti savo vietą socialinėse struktūrose ir vertybių sistemoje. Jaunimui teko sudėtingas ir atsakingas uždavinys – pačiam sudaryti ir įvertinti vertybių bei idealų, socialinių normų ir taisyklių sistemą, formuoti visuomenės socialines struktūras, projektuoti ir įtvirtinti asmeninius gyvenimo principus, gyvenimo stilių (p. 64). Akivaizdu, kad žmogus, kuriam reikės gyventi prisitaikant prie dinamiškų sąlygų, civilizacijos vystymosi tempų, sėkmę patirs tik tuo atveju, jei į šiandieninę socialinę tikrovę žiūrės kūrybiškai, savarankiškai valdys savo gyvenimą, užims aktyvią poziciją gyvenimiškoje veikloje, gebės ne tik adaptuotis naujoje postmodernioje tikrovėje, bet ir siekti visavertės socializacijos, kurios mechanizmai labiausiai pasireiškia per individualių gyvenimo stilių kaitą.

Svarbiausias psichologinis veiksnys, reguliuojantis asmenybės sąveiką su socialine aplinka (kartu ir socialinę adaptaciją) yra *gyvenimo stilius*, sudarantis galimybę asmenybei maksimaliai realizuoti savo gyvenimo projektus (Giddens, 2005; Дикая, 2007). Todėl *gyvenimo stiliaus konstruktyvumas mokslininkų dažniausiai vertinamas asmenybės psichosocialinės adaptacijos tyrimų kontekste* (Балл, 1989; Абульханова-Славская, 1991; Эриксон, 1996; Асмолов, 2007). Adaptacija – individo prisitaikymas prie veikiančių išorinių ir vidinių, iš pradžių neįprastų, vėliau tolydžio tampančių įprastais veiksmais pokyčių – organizmo struktūrinių ir funkcinių ypatybių – priklausomai nuo veiklos pobūdžio, įgimtų žmogaus savybių ir gyvenimo būdo (Stonkus, 1998). Prisitaikymo prie nuolat besikeičiančios aplinkos sėkmė, anot A. Juodraičio (1999, 2004), priklauso nuo daugelio asmenybės savybių ir socialinės aplinkos reikalavimų bei palaikymo (p. 7).

Asmenybės ir socialinės aplinkos santykiams apibrėžti taikoma *psichosocialinės adaptacijos* sąvoka. Psichosocialinė adaptacija suprantama kaip kompleksas socialinių ir psichologinių pedagoginių veiksmų, atliekamų tos ar kitos ugdymo struktūros, siekiant sudaryti sąlygas įtraukti asmenį į socialinių santykių sistemą, atsižvelgiant į jo asmenines savybes. Čia pabrėžiamas išorinis adaptacijos bruožas – tai išorės veiksmų sistema (Kasatkina, 2002; Дикая, 2007). Asmenybės psichosocialinę adaptaciją grupėje daugelis mokslininkų vertina kaip grupės ir asmenybės sąveikos bei tarpusavio prisitaikymo, savitos elgsenos konstravimo procesą (Мерлин, 1996; Вишневский, Рубина, 1997; Быков, 1998; Шабанова, 1998).

Lietuvos edukologai (Šiaučiukėnienė, 1997; Šeščilienė, 1998a, 1998b; Jovaiša, 1998, 2003; Kučinskienė, Kučinskas, 2001) skiria šiuos studentų adaptacijos tipus: *psichologinę ir didaktinę* (prisitaikymas prie naujų mokymo ir mokymosi metodų bei formų), *socialinę ir pedagoginę* (asmenybės socialinių poreikių patenkinimas), *profesinę* (profesinių įgūdžių pritaikymas darbui konkrečioje vietoje).

Adaptacija šiame tyrime pirmiausia traktuojama kaip procesas ir aktyvus individo prisitaikymo prie socialinės aplinkos sąlygų rezultatas. *Taigi, psichosocialinę adaptaciją gyvenimo stiliaus projektavimo kontekste galima vertinti kaip stabilų asmenybės pusiausvyrą išorinės aplinkos sąlygomis ir integraciją su ja*. Studentų adaptacija – tai egzistuojančių universiteto normų ir taisyklių įvaldymas, tarpusavio santykių akademinėje grupėje kūrimas, susipažinimas su dėstytojais ir kitais darbuotojais. Moksliniai tyrimai (Miškinis, 2000; Malinauskas, 2001; Gailienė, Macaitienė, 2002; Čikotienė, Kardelis, 2002) rodo, kad studentai susiduria su daugeliu psichosocialinių problemų, kurių dažniausios – geresnio savęs vertinimo, emocijų valdymo stoka, negebėjimas įveikti įtampos, konstruktyviai spręsti konfliktų.

Mokslinėje literatūroje dažnai akcentuojamas studentų *dezaptacinių* asmenybės ypatumų paplitimas (Балл, 1989; Vismantienė, 1999; Tamošauskas, 2004; 2007; Gailienė, Macaitienė, 2002; Lekavičienė, 2004; Gudžinskienė, 2007). Sugretinus įvairių mokslininkų tyrimų duomenis, galima išskirti tipišką studentų problemas, keliančias psichosocialinės adaptacijos sunkumus. Tai stresai, susiję su jaunų žmonių socialinio statuso pokyčiais, tapus studentais, gyvenamosios vietos pasikeitimu, ir adaptacija naujomis gyvenimo sąlygomis akademinėje bendruomenėje; tarpasmeniniai studentų, dėstytojų ir studentų konfliktai; motyvacijos studijuoti

stoka, asmeninio apsisprendimo dėl profesijos pasirinkimo tikslingumo problema; profesinio orientavimo kokybės problema, t. y. tam tikra studentų dalis nusivylusi profesijos pasirinkimu. Jie dažniausiai meta studijas arba skiria joms nepakankamai dėmesio, o tai neigiamai atsiliepia būsimųjų specialistų rengimo kokybei. Studentų adaptaciją, mokslininkų nuomone, lemia ir šie veiksniai: individualūs psichologiniai, asmenybiniai, dalykiniai ir elgsenos ypatumai, vertybinės orientacijos, sveikatos būklė, socialinė aplinka, šeimos statusas ir kt. (Бурханов, Носова, Байгутанов, 1992).

Psichosocialinės adaptacijos procesus ypač apsunkina kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų akademinės veiklos ir socialinės situacijos specifiškumas. Sportuojantys studentai didelę laiko dalį praleidžia sporto treniruotėse ir neturi galimybės persikelti į kitas universitetinio gyvenimo socialines arenas, taip tapdami tarsi savotiškos atskirties grupe. Ta aplinkybė, kad didelė dalis studentų atstovauja elitiniam sportui, kuris atima reikšmingą jų kasdienio gyvenimo laiko ir jėgų dalį, verčia taip gyvenančią studentą keistis, prisitaikyti prie tokios socialinės situacijos ir bandyti „neiškristi“ iš bendro universitetinio gyvenimo tinklo, susaistyto socialiniais ryšiais.

Sunkumų kelia ir pats akademinis studijų procesas, motyvacija: sportuojantys studentai dažnai neatsakingai vertina studijas, nenusiteikę siekti gerų dėstomų dalykų rezultatų, tenkinasi žemu bendrojo lavinimo mokykloje įgytų žinių lygiu, negeba racionaliai paskirstyti laiko. Dėl neracionalaus pastangų ir laiko paskirstymo aktyviai sportuojantys studentai turi akademinį išsiskolinimą net iš kelių disciplinų. Prasidėjusi egzaminų sesija dažnai tampa problemiška (Čikotienė, Kardelis, 2002).

Studentiško amžiaus tarpsnis daugelio tyrėjų apibūdinamas kaip paieškų, aktyvių bandymų, nukreiptų į savo interesų suvokimą, gabumų, visuomeninių vertybių, susijusių su profesijos ir vietos visuomeniniame gyvenime pasirinkimu, laikotarpis (Allport, 1998a; Bobrova, 2009). Studijų pradžia siejasi su atsiskyrimu nuo tėvų. Fenomenologas R. J. Alapack (1995) šį procesą pavadino *ontologine revoliucija*, kuri yra reikšmingas žingsnis žmogaus gyvenime, pereinant iš vaikiškos priklausomybės į nepriklausomybę, kurios esmė – savasis AŠ.

Svarbus psichosocialinės adaptacijos aspektas gyvenimo stiliaus projektavimo kontekste pasireiškia tuo, kad studentas identifikavęsis universitetinėje aplinkoje, bet nerandantis pušiausvyros tarp individualumo ir socialumo, negebantis įvertinti savo veiksmų, elgsenos, besiorientuojantis tik į akademinis stereotipus ir šablonus, gali patirti rimtų sunkumų kasdienės socializacijos procesuose. Kita vertus, studentas, neprisitaikęs prie akademinės aplinkos, gali tapti „socializacijos auka“ (Мудрик, 1990). Tokio konflikto aštrumas labai priklausys nuo individo susiformuoto gyvenimo stiliaus lygio: kuo stipresnė gyvenimo stiliaus priklausomybė nuo tradicinių vertybių, tuo aštriau šis konfliktas gali pasireikšti, tuo sudėtingesnis jo įveikimo procesas.

Taigi, adaptyvaus gyvenimo stiliaus projektavimo lygį galima įvardyti kaip *refleksyvųjį*, jis tapatinamas su vidine identifikacija (Schneider, 2001, p. 24). Išskirtinė tokio projektavimo charakteristika yra aukštas individo refleksyvaus gyvenimo stiliaus projektavimo lygis ir jo įvertinimas (kartu ir savęs, kaip jo puoselėtojo). Vertybiniu požiūriu šiame gyvenimo stiliaus

projektavimo lygyje studentui būdingas aukšto laipsnio jautrumas esamoms problemoms, kryptingai ieškant jų sprendimo būdų. Todėl iškyla aktuali universitetinio rengimo problema – atrasti priemonių ir būdų, kaip sumažinti studentų adaptacijos sunkumus, laikytis nuostatos, kad studento asmenybės tapimas aukštojoje mokykloje siejamas ne tik su žinių ir įgūdžių įgijimu, bet ir su socialinės patirties kaupimu, pasirengimu atlikti tam tikrus socialinius vaidmenis visuomenėje.

1.3. Kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų vertybinių orientacijų, kaip gyvenimo stiliaus konstrukto, teorinis pagrindimas

Poskyryje analizuojamos vertybių pasireiškimo formos ir būdai, susietos su fenomenologiniais vertybių teorijos klausimais (Žemaitis, 1983; Коган, 1984, 1985; Anzenbacher, 1995; Marcia, 1996; Allport, 1998a, 1998b; Adler, 2003; Daukilas, 2004; Maslow, 2006). Formuluojuama disertacinio tyrimo problema negali būti sprendžiama be teorinio vertybinių orientacijų esmės pagrindimo, nes mokslinėje literatūroje nėra bendros vertybių sampratos. Ne mažiau aktuali problema – apibrėžti šiuolaikinės studentijos vertybių visumą, sudaryti loginę gyvenimą įprasminančių vertybinių orientacijų struktūrą, jungiančią į visumą pagrindinius studentų gyvenimo tikslus ir interesus.

1.3.1. Sąvokų „vertybės“ ir „vertybinės orientacijos“ socialinė ir kultūrinė charakteristika visuomenės pokyčių kontekste

Transformaciniai visuomenės pokyčiai išryškino individo galimybių ir jų realizavimo sąlygų nesuderinamumą ir neatitikimą. Tai sukelia vertybinių orientacijų, asmeninių nuostatų, praktinių veiksmų ir išorinių sąlygų prieštaravimus (Cruz, Baixados, Valiente, Capdevila, 1995; Kuzmickas, 2001; Деркач, 2001; Giedraitienė, Čepaitienė, 2005; Aramavičiūtė, 2005a, 2005b; Frankl, 2007; Plėšnys, 2011). Žmonės prarado stabilumo jausmą, pasitikėjimą ir saugumą. I. Juozeliūnienės (1999), M. Jėčiuvienės (2003) tyrimų duomenimis, socialinių permainų laikotarpiu keičiasi požiūris į egzistuojančias vertybes, išryškėja vertybiniai konfliktai, jie aiškiau pastebimi. Prarandamos ne tik tradicinės vertybės, bet ir universaliųjų vertybių pajauta. Kiekvienas asmuo konstruoja savitą vertybinių orientacijų modelį, t. y. hierarchiškai organizuotą vertybių sistemą, kuri verčia nuolat persiorientuoti: individualių vertybių sistemoje atsiranda naujos vertybės, turima vertybių sistema patiria įvairių pokyčių.

Visuomenės transformacija, be abejo, išplečia pasirinkimo ir žmogaus atsakingumo laisvę, didina saviveiksmiškumo galimybes, dažnai pažeisdama vidinę žmogaus harmoniją, jo dermę su aplinka. Minėti pokyčiai, anot G. Maniukaitės (2003), reikalauja iš žmogaus nuodugnaus vertybių ir vertybinių orientacijų peržiūrėjimo.

Analizuojant vertybių problemas mokslinių tyrimų požiūriu, stebimi vertybių terminų apibrėžimo ir rezultatų įvertinimo sunkumai (Mitrikas, 2005); socialinės sąveikos modeliavimo, dorovinių vertybių ugdymo modelio kūrimo sudėtingumas (Romance, Weiss, Bockoven,

1986). Vertybės įvairiai grupuojamos, šiame darbe pagrindinis dėmesys skiriamas: 1) *suveikos su aplinka vertybėms*, R. Malinausko (2006) teigimu, atskleidžiančioms žmogiškąją prigimtį, patirtį ir kuriančioms dvasinius santykius su pasauliu, ir 2) *asmeniškai svarbioms vertybėms* – objektams ir reiškiniams, labiausiai atitinkantiems asmens poreikius. Šios vertybės analizuojamos dažniausiai, nes taip įmanoma objektyviai palyginti vienu tyrimų duomenis su kitų rezultatais.

Sąvokos „vertybė“ ir „vertybinės orientacijos“ atsirado kelių disciplinų – vertybių filosofijos (aksiologijos), socialinės ir kultūrinės antropologijos, sociologijos, socialinės psichologijos ir bendrosios psichologijos, taip pat daugybės šios srities teorijų ir srovių sandūroje (Parsons, 1965; Rokeach, 1976, 1992; Inglehart, 1990, 1997; Lyotard, 1993; Levinas, 1994; Taylor, 1996; Kuzmickas, Astra, 1996; Рубинштейн, 1998; Kublickienė, Rapoportas, 1999; Lewis, 2000; Kuzmickas, 2001; Dževečka, 2003; Inglehart, Norris, 2003; Чернев, 2004; Fromm, 2005; Daukilas, Berlinskas, 2007).

Analizuojant Vakarų šalių mokslininkų teorines ir metodologines vertybių sampratas, remtasi M. Rokeach, 1976; M. Weber (Вебер, 1990), E. Durkheim, 2001; R. Inglehart, Ch. Welzel (Инглхарт, Вельцель, 2011), J. S. Coleman, 2005 ir kt. idėjomis. Be to, išstudijuoti moksliniai darbai, kuriuose kruoptingai tiriamos jaunimo vertybinės orientacijos, būtent: J. V. Višnevskij, V. Rubina (Вишнеvский, Рубина, 1997), M. Lisauskienės (Лисаускене, 2006) ir kt.

Vertybių filosofiją, jų paskirtį, funkcionavimą, įvairius internalizacijos aspektus tyrė C. Rogers (1983, 2001, 2005), L. Astra (1993), A. Maslow (1995, 2011), Z. Brezzinski (1998), V. Aramavičiūtė (1998, 2005a), B. Bitinas (2000), B. Kuzmickas (2001); vertybes, kaip auklėjimo sritį, jų esminius požymius – L. Jovaiša (1998); paauglių vertybių kaitos aspektus Europos kultūrų kontekste – M. Barkauskaitė (2000); paauglių dvasines vertybes – A. Mudrik (Мудрик, 1990), E. Martišauskienė (2003, 2005, 2007); vertybių funkcionavimą pedagoginiame procese – R. Vasiliauskas (2005, 2008); socializacijos procesus – A. Juodaitytė (2003), G. Kvieskienė (2005); profesines mokytojų vertybes – V. J. Černius (1992); mokykloje vykstančių socialinių ir kultūrinių procesų sąsajas su mokyklų kaita ir socialinėmis bei antropocentrinėmis mokinių ir mokytojų vertybėmis – Aramavičiūtė (1998). Vertybių funkcionavimą ir jų perdavimą, internalizaciją, ugdant žmogų, jį įvedant į vertybių pasaulį, nagrinėja pedagoginė aksiologija (gr. *axia* – vertybė ir *logos* – mokymas, žodis – filosofinis mokymas apie vertybes). A. H. Maslow (2011) teigia, kad yra viena žmonijos vertybė, tikslas, kurio siekia visi, – žmogaus potencialo realizavimas, pilnatviškumas.

L. Astra (1993) teigia, jog „socialinė jaunimo fenomeno specifika apibūdinama tuo, kad šiame amžiaus tarpsnyje paaugliai ir jaunuoliai yra ypač veiklūs dvasinių ir materialinių vertybių vartotojai, o jų sąmonės struktūros tampa atviros visų kultūros formų įvairovei. Priklausomai nuo to, kokios vertybių sistemos įvaldomos, formuojasi socialiniai kultūriniai jaunimo gebėjimai ir įgūdžiai jas kurti toliau, jau perėjus į brandųjį žmogaus gyvenimo laikotarpį“ (Astra, 1993, p. 40). Būtinumą vertybes perduoti iš kartos į kartą savo laiku aiškino S. Šalkauskis (1991). Įvairių šalių mokslininkų atlikti dabartinio laikotarpio besimokančio Europos jaunimo

elgesio ypatybių tyrimai parodė, kad vertybių perėmimas iš vyresnių kartų yra sutrikęs, pvz., dalis švedų paauglių ir jaunuolių, gyvenančių turtingose ir labai turtingose šeimose, veltėdžiauja, nenori mokytis ir dirbti (Astra, 1993, p. 41).

R. Vasiliauskas (2005, p. 7) teigia, kad „vertybės yra svarbi pedagogikos mokslo tyrimų sritis, kuri nagrinėja ugdymą „kaip faktą“, ugdymą „kaip kultūros faktą ir reiškinį“ ir akcentuoja, jog tai daugiareikšmė, sudėtinga, apibendrinta sąvoka. R. Vasiliauskas (2005), apžvelgdamas užsienio šalių mokslininkų nuomones šia tema, cituoja J. Halstead ir M. Taylor (2002) požiūrį, kad „vertybės – tai principai ar fundamentalūs įsitikinimai, kurie yra svarbūs elgesio orientyrai, standartai“ (p. 9). A. Halder (2002) nuomone, „vertybės – orientavimosi modeliai, objektyviai galiojančios elgesio taisyklės, kurių žmonės privalo laikytis subjektyviai vertindami atitinkamus reiškinius, mąstydami ir kontroliuodami savo veiksmus“ (Vasiliauskas, 2005, p. 11). Lietuvių pedagoginės filosofijos pagrindėjai S. Šalkauskis (1991) ir A. Maceina (1996) išskiria vertybių ir gėrybių sąvokas, nagrinėdami jas ugdymo tikslų požiūriu.

R. Vasiliauskas (2005), apibendrinamas vertybių sampratos koncepcijų įvairovę ir pateikdamas pavyzdžių, kaip vertybes skirsto įvairūs autoriai, nurodo šiuos aspektus: poreikius, interesus kaip vertybes; idealus, tikslus kaip vertybes; įsitikinimus kaip vertybes. Be to, akcentuoja, kad „jaunimo vertybių sistemoje derama vieta turi tekti *universaliosioms vertybėms*“. Joms, atsižvelgdamas į vertybių atsparumą laikui, jų tęstinumo svarbą, priskiria *lygybę, teisingumą, tiesą, brolybę, savitarpio pagalbą, o prigimties vertybėms – laisvę, veiklumą, savarankiškumą, sveikatą*. Vertybių sąrašas nėra baigtinis, universalumo požiūriu būtina kalbėti ir apie tokias vertybes, kaip *žmogus, gyvenimas, religija, meilė, išsilavinimas, dora, darbas, grožis* ir kt. (Vasiliauskas, 2005, p. 25).

Vertybių pokyčiai Lietuvos visuomenėje išsamiai aptarti R. Žiliukaitės (2007) publikacijose, kuriose daugiausia dėmesio skiriama atotrūkiui tarp kartų ypatumams įvardyti. Bendrieji visuomenės deviacijos ypatumai analizuojami K. A. Stoškaus (2007), D. M. Stančienės (2005) tyrimuose. Mokinių vertybių raidą nagrinėjo M. Barkauskaitė (1998). I. Smalinskaitės (2002) tyrimai nukreipti į olimpinio ugdymo praktikos ypatumus, aktyvios ir integruotos į kitus mokymo dalykus sportinės veiklos įtaką mokinių vertybių kaitai. Esminės sportuojančių mokinių vertybės apibendrintos J. Armonienės (1996), V. Liubinienės (1996, 2003), D. Šervytienės, S. Laskienės (2008) tyrimų rezultatais. Studentų suvokiami universitetinių studijų tikslai aptariami B. Leskauskaitės (1998), I. Leliūgienės (1997) moksliniuose darbuose. Vertybiniai prioritetai ir vertybinis elgesys analizuojami V. Liubinienės (2003), R. Lekavičienės (2007), O. Tijūnėlienės (1997, 1999, 2007), V. Lapeškieienės, O. Butkienės, L. Steevens, W. Werkhoven, (2001), O. Tijūnėlienės, M. Barkauskaitės (2009) mokslo darbuose. Aktyvaus, įvairiomis psichologinėmis, pedagoginėmis žiniomis, reikalingomis socialinei mokinių kompetencijai ir vertybinėms orientacijoms stiprinti, disponuojančio kūno kultūros mokytojo, sporto trenerio rengimo poreikis, aptariamas Lietuvos mokslininkų – I. Tilindienės (2000), L. Kardelienės, K. Kardelio, (2004), R. Malinausko, I. Žalienės (2006) darbuose.

Akademinio jaunimo vertybinių orientacijų tyrimai Lietuvos aukštosiose mokyklose pradėti neseniai. Vienas iš reikšmingiausių tyrimų – Kauno technologijos universitete atliktas skirtingų šalių studentų vertybinių orientacijų palyginimas (Liubinienė, 1996).

A. Čiužo (2005) vertinimu, gana išsamų įvairių specialybių studentų vertybinių orientacijų tyrimą pagal programą „Akademino jaunimo vertybinės orientacijos“ 2000–2003 m. atliko Vilniaus pedagoginio universiteto mokslo darbuotojai. Šios problemos tyrimus vykdė Latvijos Daugpilio universiteto ir kitų šalių mokslininkai. Tyrimai parodė, kad beveik visose tirtose šalyse (Lietuvoje, Estijoje, Suomijoje, Švedijoje) studentai kaip aukščiausią vertybę nurodo sveikatą, laimę, draugystę, tikslo turėjimą. Atkreiptinas dėmesys, kad Lietuvos studentams, palyginti su kitų šalių akademino jaunimo vertinimais, būdingas išskirtinis dėmesys finansinei padėčiai, savo ateitį siejant su geresniu materialiniu gyvenimu. Kaip teigia A. Čiužas (2001, 2007), materialinės gerovės siekimas neretai užgožia dvasines vertybes (p. 24). Dauguma apklaustųjų studentų planuoja išvykti į kitas ekonominiu požiūriu stipresnes šalis. Visi tirtieji studentai pabrėžė šeimos vaidmenį socializacijos procese, akcentavo, kad studentams darbas yra labai didelė vertybė, su juo sieja galimybę save realizuoti, iš jo pragyventi, į jį sutelkia visas savo mintis ir jėgas, planuoja turėti savo verslą, nemažus indėlius banke.

Sociologinėje tradicijoje sąvoka „vertybė“ nagrinėjama plačiąja žodžio reikšme kaip realios tikrovės daiktų ir reiškinių svarbumas jų atitikimo ar neatitikimo visuomenės, socialinių grupių ir asmenybės poreikiams atžvilgiu; siaurąja reikšme – kaip moraliniai ir estetiški reikalavimai, kuriuos iškėlė žmonių kultūra ir kurie yra visuomeninės sąmonės produktai. Sąvokos „vertybė“ sociologinio turinio specifika susiklostė dėl to, kad vertybės nagrinėjamos daugiausia kaip visuomeninio gyvenimo ir žmonių elgesio socialiniai normatyviniai reguliatoriai. Vakaruose šią problemą tyrinėja sociologai (Parsons, Shills, 1965; Rokeach, 1979, 1992; Бебep, 1990; Lyotard, 1993; Argyle, 1996; Douglas, 1996; Cohen, 1997; Giddens, 2000; Bogenhold, 2001; Durkheim, 2001), siekiantys pasaulio istorijos analizės pagrindu atskleisti kokybinį kiekvieno visuomenės vystymosi etapo savitumą. Jų požiūriu, visuomenė – tai įsitikinimų ir vertybių, išreiškiančių liaudies dvasią, emocijas ir padedančių išsaugoti ir sutelkti visuomenę, sistema.

Socialinės psichologijos literatūroje vertybėmis dažnai vadinami kai kurie sąmonės struktūros, konkrečiai – asmenybės dispozicijos elementai. Arčiausiai vertybių šiuo atveju yra vertybinių orientacijų sąvoka, o kitos dispozicijos, užfiksuotos nuostatos ir pozicijos nepasižymi būtinu bendrumo laipsniu, kuris leistų nagrinėti jas kartu su vertybėmis (Ядов, 1997, 2000).

Psichoanalitinė psichologija formuoja savitą vertybių problemos viziją (Adler, 1995, 2003; Fromm, 2005). A. Adler (2008), svarbiausiu dalyku laikydamas žmogaus elgesio determinantą, asmeninio pranašumo siekimą, vertybę parodo per galutinio tikslo, kurio žmogus siekia ir kuris apibrėžia jo elgesio kryptingumą, sąvoką. E. Fromm (2005) pagrindine vertybe pripažįsta aktyvią veiklą, kaip įvairių materialių tikslų priešingybę. Be aktyvumo idėjos, E. Fromm kalba apie žmogui būdingą psichologinį poreikį siekti vienybės su kitais. Jis, kaip ir kiti psichoanalitikai, pažymi esminį deklaruojamų vertybių ir realių ketinimų skirtumą.

Humanistinės psichologijos atstovui V. Frankl (1969) svarbiausia vertybė – gyvenimo prasmės paieškos, jos nebuvimas – egzistencinio vakuumo ir, kaip pasekmė, psichinio pažeidimo priežastis. A. Maslow (2006) vertybes kildina iš poreikių, o kartais net sutapatina jas su poreikiais.

Dauguma vertybių bendros visai žmonijai, tačiau realią prasmę jos įgyja tik įjungtos į hierarchiškai sutvarkytą sistemą. Kaip teigia B. Bitinas (2004, p. 42–43), vertybės egzistuoja tik susijungusios sisteminiiais hierarchiniais ryšiais. Asmenybės vertybių sistemą išreiškia aukščiausiaji vertybė, todėl asmeninei pozicijai svarbus aukščiausiosios vertybės kriterijus, pagal kurį vertybių sistemos skirstomos į transcendentines, sociocentines ir antropocentines.

Fenomenologinės vertybių sampratos kontekste svarbu ir tai, kad šiandieniniame gyvenime, ypač ugdymo srityje, persiorientuojama į humanistinio ugdymo vertybes ir modelius, t. y. dažniau orientuojamasi į antropocentines vertybių sistemas, kai aukščiausiosios vertybės ieškoma ne makrokosmose (dvasiniame, socialiniame ar materialiniame pasaulyje), o mikrokosmose – pačiame žmoguje, jo esmėje (Bitinas, 2000, p. 86). Svarbiausi šių sistemų aspektai – *gyvenimo prasmė* (asmeninis tobulėjimas, savo esminių galių plėtotė). Gyvenimo prasmė lemia asmenybės gyvenimo stilių, kaip determinuotą individualiais asmenybės ypatumais, pasirinktą gyvenimo kelią realizuojant konkrečiai asmenybei būdinga gyvenimiškos veiklos maniera.

Švietimo plėtotės strateginėse nuostatose 2003–2012 metams pažymima, kad „atnaujintas švietimo turinys turėtų išryškinti ir ugdyti šias asmens vertybines nuostatas: savigarbą ir pagarbą kitam žmogui, meilę artimiesiems; pagarbą gyvybei; pasitikėjimą savimi; sąžiningumą ir pareiškumą; pasitikėjimą demokratijos principais, pagarbą jiems, nusiteikimą juos ginti ir puoselėti; toleranciją; patriotizmą; solidarumą; pagarbą savo tautos ir krašto kultūros tradicijai ir nusiteikimą ją puoselėti; pagarbą Europos kultūros tradicijai ir pasaulio kultūrų įvairovei; pagarbą gamtinei aplinkai, nusiteikimą ją saugoti ir puoselėti (Švietimo gairės, 2002, p. 148). Akivaizdu, kad išvardytų vertybinių nuostatų turinį sudaro sociocentinių ir antropocentinių tikslų sintezė.

Šio disertacinio tyrimo kontekste būtina įvertinti vertybių lygmenis, kurie svarbūs asmenybės individualumo ir socialumo raiškai:

Socialumo raiškos vertybės. Vertybė yra tai, kas pripažįstama kaip ypač reikšminga ir svarbu visuomenei, žmonių gyvenimui, kas padeda jį tobulinti, daryti jį visiems prasmingesnį ir priimtinesnį. Teorijoje ir praktikoje dažniausiai jos išpažįstamos kaip *bendražmogiškosios vertybės*. Konkrečiose visuomenėse gali egzistuoti ir tam tikros specifinės vertybės, būdingos kitos kultūros visuomenėms ar atskiroms jos narių grupėms. Tačiau, net ir būdamos specifinės, konkrečiose visuomenėse egzistuojančios vertybės neturi prieštarauti bendražmogiškosioms, žmonijos priimtoms vertybėms (Azenbacher, 1995; Poškienė, 1998; Daukilas, 2002).

Individualumo raiškos vertybės. Sudėtingesnis ir įvairesnis vertybių lygmuo yra individualios (asmeninės) vertybės, pasireiškiančios plačiau nei visuomenės normatyvinės. Jų išraiška matoma individo pasirinkimo galimybių, kurių pagrindu kuriamas asmens gyvenimas, lygmeniu. Asmens lygmeniu labiau sureikšmintos individualumą atspindinčios vertybės, kurios užtikrina prielaidas savo gyvenimo poreikiams tenkinti. Vertybių lygmenyje atsispindi įvairūs vertinimai, kurie rodo atskiro individo santykį su visuotinai priimtomis vertybėmis (Poškienė, 1998).

Individualumo ir socialumo dermės vertybės. Individualumo ir socialumo dermės vertybių grupei dažniausiai priskiriamos redukuotos dorovės, išorinės dorovės atribucijos, funda-

mentaliosios, šeimos, gyvenimo prasmės vertybės. Joms taip pat galima priskirti vadovavimo, galios bei jėgos (ne fizinės) vertybes. Išvardytos vertybių grupės pasižymi permanentiškumo bei individualumo ir socialumo raiškos dermės požymiais (Palujanskienė, Daukilas, 2005). Autoriai pažymi, kad vertybinės orientacijos vienu metu yra ir socialios, ir individualios. Jos socialios todėl, kad jas sąlygoja asmens padėtis, taip pat visuomeninio auklėjimo, propagandos ir t. t. sistema. Tuo pat metu jos individualios, kadangi jose akumuliuojama nepakartojama konkretaus žmogaus gyvenimiška patirtis, jo interesų ir poreikių savitumas.

Būtina pažymėti, kad vertybės sampratos suvokimui reikšmingas *vertybinių orientacijų* vaizdinys (Здравомыслов, 1986; Ядов, 1997). Tyrinėjant vertybių prigimtį ir vaidmenį, teoriškai sudėtinga atskleisti sąvokas „vertybė“ ir „vertybinės orientacijos“, kurios daugelio tyrinėtojų tapatinamos. Siekiant parodyti principinį minėtų sąvokų diferenciacijos skirtumą, būtina atskleisti sąvokos *vertybinės orientacijos* esmę.

Sociologinėje ir socialinėje bei psichologinėje literatūroje vertybėmis dažnai vadinami kai kurie asmenybės sąmonės struktūros, tiksliau, dispozicijos elementai. Artimiausia vertybėms šiuo atveju yra vertybinių orientacijų sąvoka, dėl to abi sąvokos ir tapatinamos. Vertybinės orientacijos šiuo požiūriu suprantamos kaip būdas individui diferencijuoti objektus pagal jų reikšmingumą. Vertybinės orientacijos formuojasi perimant socialinę patirtį ir pasireiškia įgyvendinant tikslus, formuluojant idealą, išsakant įsitikinimus, pareiškiant interesus ir t. t. Žmogaus veiklos struktūroje vertybinės orientacijos glaudžiai susijusios su pažintinėmis ir vadinamos jos pusėmis. Vertybinių orientacijų sistema sukuria turiningą asmenybės kryptingumo pusę ir išreiškia vidinį jos požiūrio į tikrovę pagrindą.

1.3.2. Vertybinių orientacijų raiška gyvenimo stiliaus projektavimo procesuose: internalizacija ir eksternalizacija

Vykstant dinamiškiems socialiniams ir politiniams procesams, individas dažnai atsiduria itin sudėtingose situacijose, turinčiose neapibrėžtumo, konfliktiškumo ir ekstremalumo elementų. Subjekto socializacija daugiausia lemia asmenybės vystymąsi. Asmenybei reikšmingos vertybinės orientacijos apibrėžiamos savarankiškai ir priklauso nuo gebėjimo kryptingai ir laisvai pasirinkti gyvenimo tikslus, būti aktyviam sąveikaujant su aplinkiniu pasauliu (Bauman, 2002, 2011; Nečiūnas, Nečiūnienė, Jackevičius, 2003; Stančienė, 2005; Giddens, 2005; Černevivičūtė, 2008).

A. Adler (2003) pirmasis gyvenimo stiliaus sampratą susiejo su asmenybės vertybinių orientacijų sistema ir gyvenimo prasmingumu. Ši traktuotė įsitvirtino ir plėtojosi kitų autorių tyrimuose. J. Royce, A. Powell (1983) gyvenimo stilių apibrėžia kaip individualių vertybių ir pojūčių siekimo pasaulyje strategiją, optimizuojančią asmenybines prasmes. A. Tofler (Тодфлер, 2002) pastebėjo, kad dėl įvairių kultūrų tradicijų persismelkimo šiuolaikiniam žmogui gyvenimo stilių galima rinktis iš daugelio jo variantų.

S. L. Rubiņštein (Рубинштейн, 1989), K. A. Abulchanova-Slavskaja (Абульханова-Славская, 1988, 1991), A. V. Petrovskij (Петровский, 1996), L. I. Božovič (Божович, 2002)

savo moksliniuose darbuose, atskleidžiančiuose žmogaus gyvenimo kelio problemą, kaip esminį momentą pažymi žmogaus tarpusavio santykius su pasauliu. Šiame kontekste ypač svarbūs yra *egzistencinės fenomenologijos* požiūriai. A. Mickūnas ir D. Stewart (1994) pristato E. Husserl (1982) fenomenologinį metodą, kurio esmei nusakyti mokslininkas vartojo tris terminus: *fenomenologinė redukcija* (sudėtingos problemos redukavimas, supaprastinimas į jos pamatinius, esminius elementus), fenomenologinis *epoche* (susilaikymas nuo tam tikrų visuotiniai pripažintų įsitikinimų) ir *suskliautimas* (tam tikras laikinas problemos atidėjimas). Vertybių analizės poreikis tikslingai atitinka pamatinis fenomenologijos teiginys, jog pasaulis neturi kitos reikšmės be tos, kurią jis gauna iš sąmonės, o sąmonė neturi kitos reikšmės be tos, kurią ji gauna iš pasaulio. Atsiranda būtinybė remtis egzistencine fenomenologija, tvirtinančia, kad stebėtojas negali atskirti gyvenamojo pasaulio nuo savęs. „Žmogus ir pasaulis yra abipusiai susiję, žmogaus veiksų visuma, apimanti mintis, nuotaikas, pastangas, jausmus ir kita, apibrėžia kontekstą, kuriame žmogus yra, o pasaulio kontekstas savo ruožtu apibrėžia ir nustato žmogaus veikimo ribas“, – teigia A. Mickūnas ir D. Stewart (1994, p. 81), pabrėždami, kad vertybių raiškos kontekste fenomenologai pirmenybę teikia laisvei ir atsakomybei, išaukština protingos būtybės pagarbos kitoms protingoms būtybėms svarbą. Jų nuomone, pagrindinis kriterijus pasirenkant vertybę, yra pagarba kitam asmeniui ir atsakomybė jam, kaip vertinamosios veiklos centrui. Jie išskiria *gyvybiškai svarbias* (sveikatą, energiją, kilnumą, meilę, tikrą draugystę, šeimą, kilnius poelgius), žadinančias pagarbą ir meilę visam, kas gyva, ir *dvasines* (estetines, teisingas, pažintines) bei *religines vertybes*.

Gyvenimo stiliaus projektavimo problemai svarbi mokslininkų išvada, kad vertybės funkcionuoja socialiniame kontekste, kuriame priimami sprendimai. Tikrąsias vertybes reikia atrasti didelėje vertinimų įvairovėje, kad tai, kas pastovu ir nesaistoma laiko, taptų dvasingumo pagrindu (Vasiliauskas, 2005). Jų asmeninį ir visuomeninį reikšmingumą išreiškia socialinės normos, kurių esmę sudaro individualūs principai ir saviraiškos idealai, skatinantys aktyviai veikti: ne tik ginti savo vertybes nuo aplinkos spaudimo, bet ir jas teigti, realizuoti konkrečiais veiksmais (Kazlauskienė, 2001; Juodeikienė, 2004; Barkauskaitė, Gribniakas, 2007). Kaip teigia B. Kuzmickas (2001), vertybės ne tik padeda žmogui susivokti šiame sudėtingame pasaulyje, bet ir pasirinkti tai, kas kiekvienam individui jame atrodo tikrai prasminga. Nė viena vertybė nėra absoliuti ir besąlygiška, jų reikšmingumą lemia įsisąmoninimo ir įsameninimo (personifikacijos) laipsnis. Todėl būtina nuolatinė refleksija, lemianti vertybių įprasminimą, jų autentiškumo suvokimą. Kitaip tariant, tik vertybių virsmas vidiniu turiniu, vidine savastimi rodo asmens vertybinių pozicijų tvirtumą.

Vertybinės orientacijos yra vienas iš pagrindinių faktorių, nustatančių asmenybės gyvenimo strategijas, būdas asmenybei sąmoningai konstruoti savo gyvenimą sutinkamai su turimu ateities planu ar vizija (Божович, 2002). *Asmenybės vertybinė orientacija – tai subjekto kokybinė charakteristika ir jo brandumo kriterijus, dialektiškai sujungiantys idealias ir realias, objektyvias ir subjektyvias, psichines ir socialines asmenybės gyvenimo puses*. Gyvenimiškos veiklos, gyvenimo stiliaus projektavimą G. Allport (1998b) pripažino kaip galimybę realiai tvarkyti savo gyvenimą, įveikiant baimes, netikrumą ir nerimą. Tačiau tyrėjas tarsi perspėja,

kad gyvenimo laikas yra baigtinis, tai reikia suvokti planuojant gyvenimo tikslus. Gyvenimo tikslų neturėjimas sukelia egzistencinės tuštumos būseną (Frankl, 1969, 2007).

Vertybinės orientacijos, anot T. J. Reznik ir J. M. Reznik (Резник, Резник, 1995), E. A. Smirnov, J. M. Reznik (Смирнов, Резник, 2002), – tai neatskiriama sudėtingo gyvenimo strategijų kūrimo proceso dalis, sudaranti asmenybės orientacinę sistemą. Šiame kontekste autoriai išskiria *perceptyvines, gyvenimo prasmės, normatyvines ir tikslines strategijas*. Asmenybės orientacinė sistema turi laiko faktorių, autoriai jį apibrėžia kaip posisteminių (tipinių) asmenybės orientavimą, priskirdami jam *strateginę* (veržimasis į ateitį), *operatyvinę* (esamojo laiko), *retrospektyvinę* (žvilgsnis į praeitį) orientacijas. Toks požiūris leidžia atskleisti asmenybės orientacijų, kurias lemia jos gyvenimo patirtis, įgyjamos žinios, besiformuojantys ir realizuoti planai bei sumanymai, daugiapusiškumą, įvairumą ir nepastovumą. T. J. Reznik ir J. M. Reznik (Резник, Резник, 1995) pažymi, kad gyvenimo įvykiai pagal savo pasireiškimo formą ir poveikį asmenybei skirstomi į *asmeninius, socialinius ir kultūrinius*. Pirmieji priskiriami „vidiniams“, reikšmingiems asmenybės gyvenimiškos patirties aspektams, kurių aktualumą nustato asmenybės *AŠ koncepcija* turinys ir ribos. Socialiniai įvykiai asmenybės gyvenime susiję su kitų žmonių veiksmais, betarpiškai dominančiais asmenybę. Erdvės ir laiko ribos nustatomos trimis situacijų, charakterizuojančių vidinę ir išorinę žmogaus gyvenimo terpę, rūšimis: asmenine, socialine ir kultūrine. Socialinė situacija – tarsi scenos aikštelė, kurioje vyksta socialiniai įvykiai, kultūrinė apibrėžia terpę, kurioje pasireiškia ir toliau formuojasi nauji gyvenimo pavyzdžiai, vertybės ir standartai (Ritzer, 1996). *Galima daryti išvadą: gyvenimo strategijų kūrimas remiasi idealiai pavaizduota asmenybės orientavimo sistema, kurią nulemia trys gyvenimiškos veiklos lygiai – asmeninis, socialinis ir kultūrinis, ir pagal tai asmenybė susikuria gyvenimo strategijų realizavimo modelį.*

Kiekvienoje visuomenėje egzistuoja tam tikros bendrai suformuluotos vertybės ir siekiai, kiekvienam individui svarbūs gyvenimo orientyrai. Taigi, asmenybė, įsijungdama į visuomeninius santykius konkrečioje socialinėje ir kultūrinėje erdveje, *interiorizuoja* jos socialinę patirtį, sąlygojamą asmenybės vidinių struktūrų aktyvumo laipsnio, jos pozicijos išorinio pasaulio atžvilgiu (Rokeach, 1976, 1979). Visiems šiems procesams įgyvendinti reikalingas mechanizmas, sujungiantis juos į vieną visumą ir užtikrinantis perėjimą iš vienos asmenybės vystymosi stadijos į kitą. Vertybė, pertvarkyta į vertybinę orientaciją, ir yra šis mechanizmas.

Norint projektuoti gyvenimo stilių, sudaryti tipologiją, svarbu suvokti vertybių kaitos procesus, jų dinamiškumą. Daugiau nei prieš 30 metų R. Inglehart (1997) iškėlė hipotezę, kad ekonominiu požiūriu išsivysčiusiose šalyse žmonių vertybiniai prioritetai keičiasi: vietoje „materialistinių“ uždavinių, susijusių su ekonominiu ir fiziniu saugumu, juos vis labiau pradeda jaudinti „postmaterialistiniai“ tikslai, pasireiškiantys saviraiška ir gyvenimo kokybe (Inglehart, 1997). Tuo pagrindu R. Inglehart (1997) iškėlė dvi vertybių kaitos hipotezes: 1) *deficito hipotezė, kai* materialinės stokos sąlygomis prioritetingą reikšmę žmonės teikia materialistiniams tikslams, o pertekliaus atveju – postmaterialistiniams tikslams; 2) *socializacijos hipotezė, teigianti, kad* įtakos turi vyresniosios kartos perduodamos vertybės, pasižyminčios stabilumo sąlybėmis.

Galima teigti, kad fundamentalūs vertybių pokyčiai šioje sferoje vyksta palaipsniui – iš esmės dėl to, kad jaunoji karta, kaip pagrindinė šalies gyventojų masė, keičia vyresniąją kartą. Taigi, kaip teigia R. Inglehart (1990), mes tampame vertybių kaitos liudininkais kartu kaitos procesuose. Jaunystės periodas pasireiškia ryškiais asmenybės charakterologiniais bruožais, siekimu rasti savo vietą gyvenime. Šiame etape grynai išorinės gyvenimo stiliaus charakteristikos (savita išorė, apranga laikysenos maniera ir kt.) gali įgyti dominuojančią reikšmę, tapti asmenybės savitiksliu ir saviverte. Objektyviai tokia situacija sąlygoja pirminės socializacijos trukmės išstetumą, daugelio jaunų žmonių neturėjimą aiškių gyvenimo tikslų, planų. Asmenybinis potencialas dažnai realizuojamas antraeilėmis veiklos formomis (Бергер, Бергер, Коллинз, 2004). Todėl itin reikšmingas jaunimo naujų vertybių ir elgesio normų *internalizacijos* procesas, nes ši grupė yra gyvenimiškos savivokos procese, jiems kyla būsimos profesijos, karjeros, gyvenimo stiliaus, pagaliau savo ateities pasirinkimo būtinybė (Miškinis, 2000; Verbylaitė, 2004; Даукилас, Думчене, Куста, 2004; Grabauskienė, 2005). Gyvenimo stiliaus pasirinkimas, pasireiškiantis individualumu ir socialinės sąveikos tipologija, pasidaro problemiškas ir priklausomas nuo sociokultūrinių pokyčių dinamikos.

Disertacinio tyrimo kontekste svarbu suvokti, kad socializacija, kaip asmenybės įsijungimo į socialinį gyvenimą procesas, neapsiriboja tik *internalizacija*, t. y. sociokultūrinių normų ir vertybių įsisąmoninimu. Turi vykti priešingas procesas, būtent *eksternalizacija*. *Internalizacija* charakterizuoja vidinių žmogaus veiklos struktūrų formavimo procesą (jo psichikos, sąmonės struktūrų), o *eksternalizacija* reiškia naujų veiklos formų ir struktūrų, pasireiškiančių elgsenoje, perkonstruojant jos vidines struktūras, atsiradimą. Pastarieji procesai svarbūs gyvenimo stiliui projektuoti. Jie susiję su žinojimo ateityje programavimu, t. y. su tuo, kas ateityje gali tapti žinojimu. Galima sutikti su T. J. Reznik ir J. M. Reznik (Резник, Резник, 1995) nuomone dėl to, kad socialinio gyvenimo asmenybinių ir kultūrinių komponentų integracija vyksta socializacijos metu, pasireiškiant individualizacijos mechanizmams.

Kaip vieną reikšmingiausių gyvenimo stiliaus faktorių, galima išskirti ugdymą, mikroaplinką, todėl, pasak B. Bitino (2000), *ugdymo procese svarbu ne tik mokymo ar išmokymo rezultatai, bet ir asmenybės vertybinės orientacijos*. Vertybinių orientacijų ugdymas yra ne mažiau reikšmingas rezultatas negu žinios, praktinės ir protinės veiklos gebėjimai (Aramavičiūtė, 2005a, 2005b; Čiuladienė, 2006), todėl ugdymo teorijoje ir praktikoje, ypač šiandieninio vertybinio pliuralizmo sąlygomis, minėtų mokslininkų teigimu, kyla vertybių *internalizavimo (jų tapimo asmenybės savastimi)* kriterijaus problema. Vertybinių orientacijų, kaip auklėjimo / išsiauklėjimo, lygį, B. Bitino (2004) teigimu, atskleidžia ugdytinio elgesio motyvai ir jų santykis su realiu elgesiu laisvo pasirinkimo situacijoje. Taigi galima teigti, kad žmogaus išsiauklėjimas siejamas su vertybių internalizavimu ir jų realizavimu konkrečioje veikloje ir kasdieniu elgesiu.

L. Jovaiša (2002) išskiria *prigimtinės, egzistencinės, praktinės, ekonomines, socialines, psichines ir dvasines vertybes*, kurioms *internalizuoti* būtina penkių veiksmų programa: *fizinės ir dvasinės pastangos; geri įpročiai; kompetencija; asmens savarankiškumas, paremtas laisve rinktis*. Tai penkių veiksmų modelis, „programa minimum“, kurios neįgyvendinus neįmanomas visuminis žmogaus ugdymas, asmeniui orientuojantis pozityviai priimti ir vertinti pasaulį, kitą

žmogų ir patį save (Jovaiša, 2002, p. 43). *Šią programą vertiname kaip gyvenimo stiliaus projektavimo orientyrą.*

Galima teigti, kad vertybinės orientacijos yra asmenybės visuomeninių vertybių, kaip savo paties elgesio, įvaldymo rezultatas. Kaip teigia O. R. Lightsey, M. Burke, A. Ervin, D. Henderson, C. Yee (2006), jų atranka ir veiksmingumas priklauso nuo individualių interesų ir poreikių. Kiekviena asmenybė vadovaujasi savo specifine vertybinių orientacijų sistema, turinčia bendros kultūros kilmę. Būtent ši aplinkybė leidžia išdėstytos teorinės analizės pagrindu išskirti penkias pagrindines grupes, kurios lakoniškai, bet ir gana išsamiai apibūdina vertybinę sistemą, sudarančią gyvenimo stiliaus projektavimo pagrindą: *požiūris į save ir į kitus kaip į vertybę, tikslą, o ne svetimų tikslų pasiekimo priemonę; sąžiningumas* (atvirumas patirčiai, jausmų nuoširdumas); *laisvė* (spontaniškumas, nuolatinė kontrolė, atsakomybė); *pasitikėjimas* žmogaus prigimtimi; *kūrybinis* kryptingumas.

V. Frankl (2007) nuomone, be laisvo apsisprendimo ir pasirinkimo nepasiekama žmogaus egzistencijos prasmė. D. G. Meyers (1995) teigimu, be laisvės neįmanomas tikras vertinimas. A. Lobato (2001) ją vadina žmogaus veiklos centru ir asmens išraiška, A. Paškus (2009) išskyrė tris laisvės lygmenis: prigimtine laisvę, išsilaisvinimą „iš ko“ ir laisvę „kam“. Peržiūrėjus įvairias koncepcijas, atskleidžiančias laisvo pasirinkimo kategoriją ir fiksuojančias jos įtaką tokioms sąvokoms, kaip *vertybė, apsisprendimas, gyvenimo prasmė*, galima formuluoti apibendrinančią išvadą, kad laisvas pasirinkimas yra kiekvienos asmenybės gyvenimiškos veiklos pagrindas. Laisvo pasirinkimo negalima analizuoti be tokių sąvokų kaip „laisva valia“, „veikla“, „asmenybė“, „apsisprendimas“, nes būtent šios sąvokos yra svarbiausios apibrėžiant „laisvo pasirinkimo galimybės“ kategoriją.

1.3.3. Kūno kultūros ir sporto vertybių funkcionalumas šiuolaikinio gyvenimo stiliaus vertybinėje orientacinėje sistemoje

Kūno kultūros ir sporto vertybių pažinimas, indoktrinavimo galimybių mokslinis gvil-denimas ir praktinis pritaikymas yra viena iš svarbiausių humanistiškai orientuoto studentų fizinio ugdymo reformos sąlygų (Tamošauskas, 2000; Miškinis, 2002; Daukilas, Dumčienė, 2006; Barkauskaitė, Gribniakas, 2007). Gyvenimas technokratinėje visuomenėje, anot minėtų autorių, kelia globalaus ir lokalaus pobūdžio įtampą. Todėl ypač svarbi kūno kultūros ir sporto misija – padėti humanizuoti akademinio jaunimo gyvenimą, kaip fizinę ir psichinę darną (fiziškai ir psichiškai sveika, savo potencialą maksimaliai realizuojanti asmenybė atitinka modernios visuomenės idealą). Neatidėliotinu uždaviniu tampa ne tik studentų kūrybinio mąstymo plėtotė, bet ir gebėjimų rinktis, priimti sprendimus, projektuojant gyvenimo stilių, ugdymas.

Sportinė veikla skatina atsirasti siekimo jausmą: sistemingai besitreniruojantis žmogus privalo sutvarkyti savo gyvenimą pagal tam tikrus higienos reikalavimus, peržiūrėti savo gyvenimo principus, ir tai formuoja asmenybę. Sportas leidžia gauti naudingos informacijos apie rezervines žmogaus galimybes, ir tai gali būti panaudota kitose gyvenimo stityse (Николаев, 1998; Meyers, Bourgeois, 1999; Tamošauskas, 2004, 2007; Malinauskas, 2008,

2010). Būtent sportas teikia didžiulių savirealizacijos galimybių. Tai vienas iš nedaugelio kelių, kur žmogus gali išreikšti savo tobulumą, naudodamasis individualiomis fizinėmis ir psichinėmis galiomis, siekdamas konkrečių rezultatų. Tai veiklai būdinga aukščiausia motyvacija, aiškūs rezultatų vertinimo kriterijai ir kartu aukšti reikalavimai žmogaus aktyvumui. Sportinė veikla susijusi su individualia fizine ir psichine įtampa, būtinybe įveikti ne tik stiprų priešininką, bet ir savo silpnybes. Sportas visapusiškai ugdo adaptacinius žmogaus gebėjimus, tarp jų ir psichosocialinius (Stambulova, 1997).

Sporto reikšmė ypač išryškėja per jo taikomąją funkciją (žmogaus pasirengimą kitai veiklai), kuri kartu atlieka estetinę funkciją (sportas kaip reginys), formuoja plačius socialinius santykius, yra komunikavimo ir prasmingo laisvalaikio leidimo sritis. Svarbų vaidmenį sportas atlieka puoselėjant įvairias žmogaus psichikos savybes ir gebėjimus. Tai „valios mokykla“, „emocijų mokykla“, „charakterio mokykla“, nes sportinė veikla kelia aukštus reikalavimus valios savybių, savęs valdymo gebėjimams (Stambulova, 1997; Lekavičienė, 2004; Meidus, 2005, 2007; Malinauskas, 2003; 2010).

Sportuojantys studentai patiria laiko stygių, turi laikytis griežtų taisyklių, pasireiškiančių aukščiausiu automatizmu, didžiule sportinių traumų galimybe ir kitais faktoriais. Žinoma, didelės įtakos turi aplinkos ypatumai, gamtinės sąlygos, prigimtinės ir įgytos ypatybės, gebėjimai, patirtis, statusas ir prestižas, kontrolės formos. Sporto varžybos – tai žingsnis į nežinomą, nes iš anksto neįmanoma nuspėti būsimų įvykių sekos. Gebėjimas varžytis sporte – tai gebėjimas improvizuoti, ieškoti savojo sprendimo, veikti akimirksniu, dažnai pasikliaujant intuicija, kūrybiniu mąstymu, kiekvieną kartą kurti iš naujo, atsakyti už rezultatą. Kūrybinis požiūris į sportinę veiklą, savo individualumo, gebėjimų raiška teikia galimybių save maksimaliai išreikšti (Meyers, Bourgeois, 1999; Stambulova, 1997; Karoblis, 1999, 2005; Bump, 2000). Saviraiška betarpiškai susijusi su apsisprendimais. Potencialių galimybių, asmeninio ir profesinio augimo perspektyvos suvokimas skatina nuolatinius ieškojimus, eksperimentavimą (Митина, 1998). Pagrindine apsisprendimų funkcija pripažįstamas veiklos kryptingumo pasirinkimas, jo pagrindu formuojamas gyvenimo stilius (Arnold, 1994).

Kita vertus, problemas dažnai kelia negatyvi sportinė patirtis – dalyvavimas sportinėje veikloje gali sužadinti agresyvumą, savanaudiškos moralės formavimąsi, garbingos kovos reikalavimų nesilaikymą. Sporte susiduriama su naujais pavojais ir problemomis, pvz., komerciniu spaudimu, jaunų žaidėjų išnaudojimu, dopingu, rasizmu, smurtu, korupcija. Nėra bendros nuomonės, kaip sportas veikia jauno žmogaus asmenybę. Teigiama, jog sportas yra tarsi atskiras pasaulis egzistuojančio pasaulio viduje ir pasižymi savitomis vertybėmis, kurios ne visada sutampa su visuomenėje esančiomis (Столяров, Самусенкова, 1996; Malinauskas, 2010). Paradoksali sporto funkcija, pasireiškianti poveikiu sportininko asmenybei, irgi pabrėžia *studentų vertybinių orientacijų tyrimo aktualumą*. Europos Komisijos „Baltojoje knygoje dėl sporto“ (2007) rašoma, kad sportas ugdo įvairias vertybes, pvz., *komandinę dvasią, solidarumą, toleranciją* bei *sąžiningumą* ir prisideda prie asmeninio tobulėjimo bei saviraiškos (p. 6).

Šiuolaikiniame universitete fizinė ir sportinė veikla suteikia studentui galimybių atsi-
skleisti, bendrauti su kitais, palaikyti ar gerinti savo buvimo kokybę, įgyti naujų žinių, tarpusa-

vyje rungtyniauti, organizuoti ar teisėjauti ir ugdyti savo asmenybę (Bottenburg, 2005). Taigi sportinę veiklą M. Bottenburg (2005) vertina kaip individualių siekių galimybes, projektuojant gyvenimo stilių. Labiausiai pabrėžiama ugdomoji sporto funkcija kaip žmogiškųjų vertybių bei savybių perdavimo priemonė ir sportinės veiklos įtaka ugdytinio vertybių sistemos kaitai, įvairių socialinių ir kultūrinių individo poreikių formavimuisi ir patenkinimui (Šukys, 2001; Tilindienė, 2000; Meidus, Ivoškienė, Pečiūra, 2011).

Pasak S. Šukio (2001, 2002), kūno kultūros ir sporto veikla gali daryti įtaką ne tik fiziniam asmenybės tobulėjimui, bet ir asmenybės vertybinėms orientacijoms, taip pat diegti su šia veikla susijusias žinias ir mokėjimus. Teigiama, kad sportui būdinga nepriklausoma subkultūra, tokios vertybės, kurios skiriasi nuo bendrųjų visuomenės vertybių. Nekelia, manytume, abejonių R. Malinausko (2006, 2010) pamąstymai apie tai, kad, jeigu sporto pratybų ir varžybų metu visų pirma skatinamos ir palaikomos humanistinės vertybės: sveikata, fizinis tobulėjimas, moralinė, estetinė, ekologinė kultūra, kūryba, žmogiškasis bendravimas, – tai tikėtina, kad į jas ir orientuosis sportininkai, kuriuos ugdyt būsimeji sporto pedagogai. Tačiau ir ugdymo, ir sporto moksle kartais abejojama humanistinių vertybių potencialu. Todėl keliami prielaidai, kad moralinės vertybės ir sportas yra nesuderinami dalykai (Šukys, 2001). Dauguma minimų blogybių sporte atsiranda ne dėl to, kad atmetamos bendrosios normos ir vertybės, o todėl, kad per daug sureikšminamos tik kai kurios iš jų.

Sporte slypinti *humaniškoji asmenybės ugdymo esmė* neatsiriboja nuo asmenybės ugdymo problemų. Sportas pripažįstamas svarbiu individo socializacijos veiksmu, nes padeda tobulinti tarpasmeninius santykius su partneriais, priešininkais, treneriais, teisėjais, organizatoriais ir pan. Sportas puoselėja priklausymo grupei jausmą ir norą dalyvauti (Столяров, Самусенкова, 1996; Stonkus, 2000). *Kūrybiškoji sporto funkcija* siejasi su harmoningos asmenybės ugdymu (Tamošauskas, 2002). Sportuojant ugdoma vidinė drausmė (atkaklumas, ryžtingumas), kuri šiandieniniame gyvenime ypač būtina. Sportiškumas – išlavintas kūnas, sveikumas, disciplina, asketizmas – tampa esminiais gyvenimo stiliaus elementais, svarbiais ne tik sportui.

Daugelis sporto mokslo atstovų (Arnold, 1994; Morris, Summers, 1995; Столяров, Самусенкова, 1996; Николаев, 1998; Karoblis, 1999; Stonkus, 2000, 2002; Tilindienė, 2000; Šukys, 2001, 2002; Tamošauskas, 2002, 2004) sporto funkciją apibūdino kaip žmogiškųjų vertybių perdavimo priemonę. Kaip teigia R. Malinauskas (2010), diskusija tęsiama apie tai, ar sportas formuoja charakterį, ar, priešingai, kliudo formuotis charakteriui, nes sportas toleruoja apgaulę ir žiaurumą. Netinkamai organizuojama sportinė veikla sąlygoja neigiamų reiškinių: agresijos, konkurencijos, priešiško ir kitų – plėtotę (Malinauskas, 2006). Galima teigti, kad tiriant sportinės veiklos įtaką žmogaus vertybių raiškai, dar nepasiekta bendra nuomonė. Įtakos turi tai, kad susiduriama su pačių vertybių apibrėžimo ir rezultatų vertinimo sunkumais, pasitebima netikslumų ir prieštaravimų, apibrėžiant su sportu susijusius terminus, akivaizdi sportininkų vertybinio ugdymo efektyvių strategijų stoka. R. Malinauskas (2010) pateikia D. Kurz (1979) vertybių skirstymą į tokias grupes: 1) kūniškumą, fizinį parengtumą ir sveikatą; 2) emocijas ir įspūdžius; 3) estetiką; 4) išskrovą, dramatiškumą ir nuotykius; 5) aktyvumą, sąmoningumą; bendrumą, bendravimą ir bendradarbiavimą (p. 45).

Sociologas K. Heineman (1980) išskiria šešias vertybių grupes (pagal Miškinį, 2002): *emocijas, išgyvenimus, susijusius su kūnu ir fizine būseną; morfofunkcinį kūno tobulėjimą; psichinius išgyvenimus; socialinius motyvus; sportinių rezultatų ir pergalių varžybose siekimo motyvus; ekstrasfunkcinius motyvus (turiningai praleisti laisvalaikį, „pabėgti nuo kasdienybės“)*. M. C. Meyers, A. E. Bourgeois (1999), apibūdindami socialines ir kultūrinės sporto vertybes, nurodo *socioemocinę, socializacijos, integracinę, politinę, socialinio mobilumo*. L. Lubyševa (Лубышева, 1992) išskiria *intelektines, judėjimo, technologines, intencijos, mobilizacines* vertybes. Vertybių raiškai sporte didelės reikšmės turi Olimpinėje chartijoje akcentuojamos vertybės, nes olimpizmas yra suvokiamas kaip gyvenimo filosofija, grindžiama esminiais etikos principais: *dvasingumo, kilnumo, teisingumo, sąžiningumo, atsakomybės, orumo, jautrumo, nuoširdumo, darbštumo, kuklumo* (Stonkus, 2000).

Taigi, galima teigti, kad *kūno kultūra ir sportas apima visas pagrindines žmogaus egzistencijos sferas: fizinę, intelektinę, emocinę, estetinę, socialinę ir dvasinę*. Pozityvus sportinės veiklos poveikis nusakomas fizinių gebėjimų plėtote, tampančia ir asmeninio pasitenkinimo, ir socialinio pripažinimo šaltiniu, orientacija į harmoningumą, sveikos gyvensenos nuostatų ugdymą, pasitelkiant priklausomybę nuo kolektyvo ir optimalių santykių kūrimo tradicijas, kūrybiškumo, kritinio mąstymo skatinimą.

1.3.4. Kūno kultūros ir sporto vertybių raiška humanistiškai orientuoto universitetinio rengimo kontekste

Mokytojų rengimo problema nepraranda aktualumo. Tai patvirtina J. Vabalo-Gudaičio (1983), J. A. Komenskio (1986), S. Šalkauskio (1991), A. Maceinos (1991, 1996), B. Bitino (2000, 2008, 2010), J. Korčako (1993), J. Vaitkevičiaus (1995), M. Lukšienės (1997), V. Aramavičiūtės (1998), Barkauskaitės (1998, 2000), S. Kregždės (1998), A. Dystervėgo (1998), L. Jovaišos (1998, 2009), K. Pukelio (2001), A. Juodaitytės (2004), Ž. Jackūno (2005), A. Hargreaves, Fullan (1993), A. Hargreaves (2008) ir kt. mokslininkų darbai. V. Aramavičiūtė, E. Martišauskienė (2002, 2005) vertybių ugdymą pirmiausia įvardija kaip pedagoginių kompetencijų pamatą. D. Verbylaitė (2004) teigia, kad būsimiesiems pedagogams svarbiausias šiuolaikinio žmogaus orientyras – profesionalumas: pasiekimai, karjera, kūrybingumas. Dvasinis tobulėjimas – laisvės, meilės, atleidimo, tiesos ir grožio siekimas – nėra pirmaeilis dalykas. Vadinasi, aukščiausiosios dvasinės vertybės tarsi stumiamos iš vertybių hierarchijos viršūnės. E. Martišauskienė (2007) nurodo, kad, įvertinus visus visuomeninius pokyčius, labai svarbu tobulinti pedagogų rengimo programas, sutelkiant dėmesį į vertybes studijų turinyje ir mokymo (si) metuose, susiejant juos su turima patirtimi. Dėmesio centre atsiduria mokytojo asmenybės ypatumai, jo santykiai su vertybėmis, o ne vien dalyko žinojimas (Jacikevičius, 1994; Bitinas, 2000; Jovaiša, 2002; Malinauskas, 2006).

Šių dienų specialistui būtinas kritinis mąstymas, gilus vertybių pojūtis, gebėjimas planuoti ir formuoti savitą gyvenimo stilių. Ypač reikšmingi procesai, apimantys jaunų žmonių vertybių suvokimą ir naujų vertybinių orientacijų formavimą, jungiantys geriausias kultūrinės ir istorines tradicijas, dvasingumą ir humanizmą su nauju mąstymu, sukeltu globalizacijos pro-

cesų ir apimančių ekonominę, politinę-teisinę, informacinę-technologinę ir kultūrinę-buitinę socialinio gyvenimo sferas (Думчене, Даукилас, 2007). Būsimo specialisto universitetinis rengimas šiandien orientuojamas į asmens kultūros ugdymą, studento asmenybės brandinimą. Svarbu padėti studentui suvokti save, kurti ateitį, gebėti priimti sprendimus, tarp jų – ir gyvenimo stiliaus pasirinkimo. Gyvenimą įprasminančios orientacijos tampa tarsi „pamatine konstrukcija“, apimančiu pačias aktualiausias studentijos vertybes. Daugelio tyrėjų nuomone, būtent vertybinė prasminė individo sfera ir galimybė ją suderinti su asmeninio gyvenimo tikslais (prasmėmis) yra aukščiausia organizuojanti institucija, lemianti visišką asmenybės atsiskleidimą arba jį suardanti (Kardelienė, Kardelis, 2006; Poteliūnienė, Viraliūnaitė; 2006; Aramavičiūtė, Martišauskienė, 2005).

K. Miškinis (2000), analizuodamas būsimųjų kūno kultūros ir sporto specialistų rengimo tobulinimą, pabrėžia, kad šių dienų sporto pedagogui nepakanka būti tik geram savo dalyko žinovui – jis privalo gauti gerą, humanistinę edukaciją paremtą pedagoginį parengtumą. Tai grindžiama visapusiško rengimo principais, sporto pedagogo asmenybės socialiniu ir kultūriniu integralumu (p. 58). Žvelgdamas į pedagogo asmenybę kaip į sudėtingą asmenybinę struktūrą, gilindamasis į visapusiško ugdymo reikšmę rengiant universitetiniu lygiu būsimuosius kūno kultūros ir sporto pedagogus, protinio lavinimo, dorovinio auklėjimo ir fizinių galių harmonijos siekiamybę mokslininkas pripažįsta prioritetine. Minėtas autorius neįsivaizduoja šiuolaikinio kūno kultūros ir sporto pedagogo, kaip brandžios asmenybės ir mąstančio kūrėjo, be didelės erudicijos, aukštos asmenybės kultūros, nepriekaištingo dorovingumo.

Akivaizdu, kad naujų socio ir asmenybės dvasinio gyvenimo idėjų paieška, visuomeninio intelekto augimas, kultūros ir išsilavinimo vienovės poreikis virsta nekvestionuojama būtinybe kurti ateities žmogaus ir žmonijos išsilavinimo koncepciją. Tai ne tik žinantis ir mokantis, įgijęs įvairių gebėjimų žmogus. Tai – asmenybė su savita vertybių sistema, idealais, pasaulėžiūra, moralės principais, jaučianti, turinti vidinės laisvės pojūtį ir gebėjimą pasirinkti. Skirtingai nuo „išsilavinusio žmogaus“, „kultūros žmogus“ sąmonėje sujungia įvairias kultūras, yra orientuotas į kitą ir linkęs į konstruktyvų dialogą su juo (Петрова, 2001). Šios ateities žmogaus ir žmonijos išsilavinimo koncepcijos nuostatos pasaulio bei Lietuvos pokyčių kontekste itin reikšmingos kūno kultūros ir sporto studijų programų studentams ir išreiškia esminį švietimo uždavinį – *specialisto rengimą orientuoti į asmens kultūros ugdymą, akcentuojant asmeninių savybių reikšmę, jo vertybių skalės humanistinę turinį. Žmogus, jo asmenybė ir savi-raiškos sąlygos tampa svarbiausiais socialinio pasaulio konstravimo orientyrais* (Kūno kultūros ir sporto strategija 2006–2014 m).

Svarbiu žmogaus vystymosi veiksniu, dominuojant racionalumui (technologizmui), prakticismui (išstumiant jausminį ir dorinį potencialą), tampa humanistinis universitetinio rengimo potencialas, į pirmą vietą iškeliantis pedagogus, gebančius realizuoti humanistinės psichologijos principus savo profesinėje veikloje (Tamošauskas, 2000; Miškinis, 2002; Aramavičiūtė, 2005b; Jovaiša, 2009; Bitinas, 2010). Išsilavinimas šiandien – asmeniškai reikšminga vertybė, nes sąmoningai konstruojamas ir įgyjamas fundamentalus išsilavinimas tampa subjektyviu būsimojo specialisto poreikiu (Lisabonos konvencija, 1997; Bolonijos deklaracija, 1999;

Lisabonos strategija, 2000; Prahos komunikatas, 2001; Salamankos susitarimas, 2001; Berlyno komunikatas, 2003; Bergeno komunikatas, 2005).

Apibendrinant aktualu pažymėti, kad kūno kultūros ir sporto pedagogui nepakanka profesinės kompetencijos ir geros fizinės sveikatos. Atsižvelgiant į šiuolaikinio gyvenimo reikalavimus, kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų gyvenimo stiliaus projektavimą tikslinga orientuoti į pragmatinį asmenybės tapsmą, išsaugant humanistines gyvenimo stiliaus vertybes.

1.4. Teorinio gyvenimo stiliaus modelio konstruktas

Filosofinės, sociologinės, psichologinės, antropologinės ir kt. literatūros analizė atvėrė galimybę sudaryti teorinio gyvenimo stiliaus modelio konstrukta (2 pav.), kurio pagrindas – *dvasinė žmogaus kultūra, savo gyvenimo prasingumo atradimas*. Atrasti gyvenimo prasmę – tai pasirinkti gyvenimo kelią, kurio esmę sudaro reikšmingos socialinės vertybės: šeima, profesija, visuomeniniai idealai, realizuojami individualiame gyvenime, pasaulėžiūra ir dvasiniai gyvenimo orientyrai. Iš to seka, kad žmogaus gyvenimo stilius – *tai sisteminis dvasinės kultūros pažinimas ir vadovavimasis ja, aktyvus savo fizinių ir dvasinių jėgų stiprinimas, suvokimas, kaip realizuoti savo vidinius ir išorinius resursus, siekiant visapusiškos saviraiškos*.

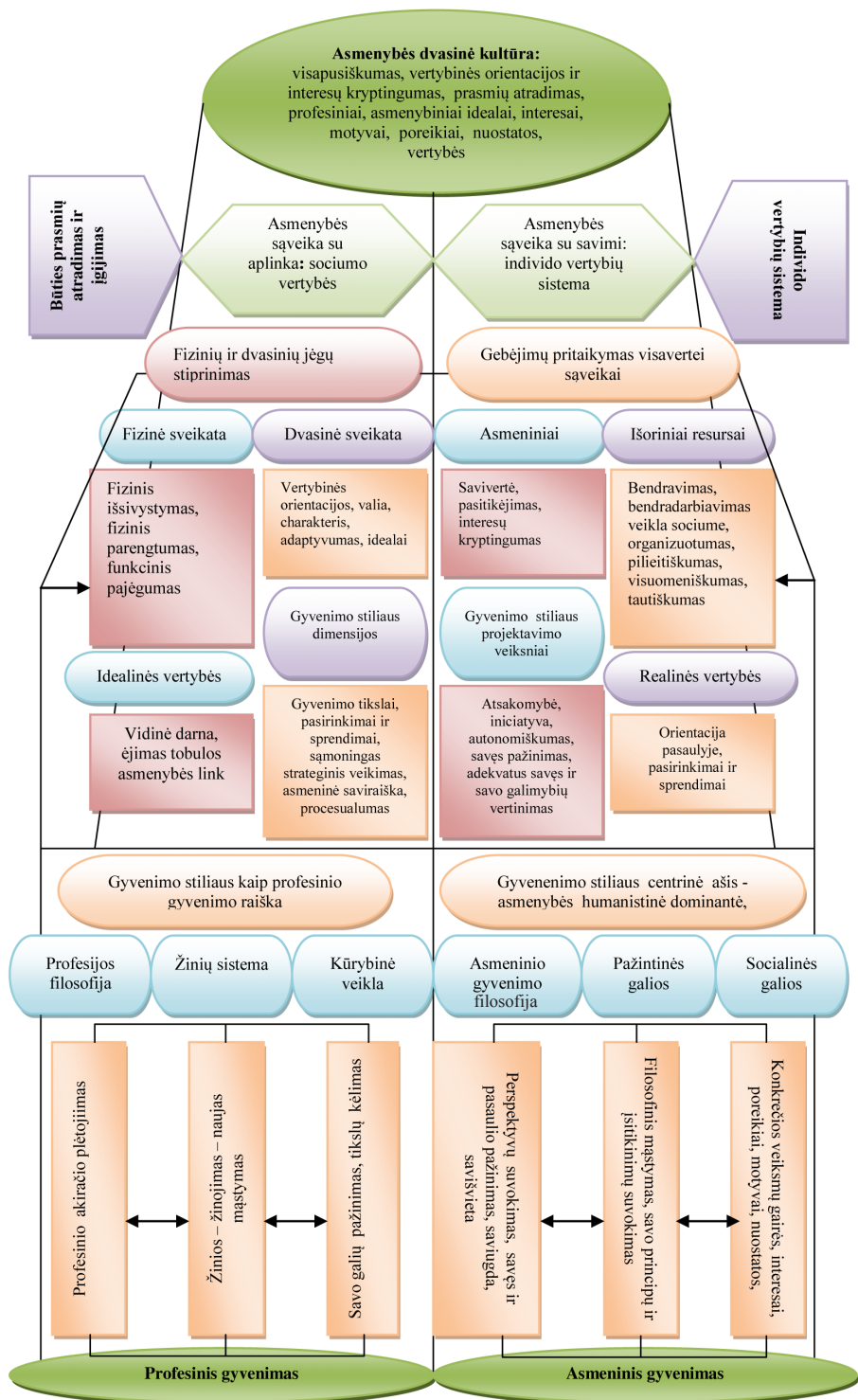
Centrinė teorinio gyvenimo stiliaus modelio konstrukto ašis – *visapusiškumas, vertybinės orientacijos ir interesų kryptingumas, prasmų atradimas, visybiškumas, humanistinė dominanė – įprasminama idealiomis ir realiomis vertybėmis, siekiant orientacijos socialinėje tikrovėje, vidinės darnos, nuolatinio savęs tobulinimo*. Pagrindinė gyvenimo stiliaus linija – *asmeninis ir profesinis gyvenimas, jo filosofija*. Išskiriant šiuos teorinio gyvenimo stiliaus modelio konstrukto aspektus, remtasi sporto filosofijos teorija, grindžiama mąstymu apie vertybių prigimties klausimus sporte, naują sporto pedagogo asmeninio ir profesinio gyvenimo matymą (Martens, 1999). S. Laskienės (2006) samprotavimu, sportas, kaip žmogaus gyvenimo sritis, gali būti filosofijos svarstymo objektas, o viena labiausiai apibendrinančių mokslo formų apie sportą galėtų būti sporto filosofija (p. 18). Anot R. Martens (1999), filosofinis gyvenimo reiškinų apmąstymas – tai nuolatinis žmogaus siekimas tobulėti, geriau dirbti, daugiau pasiekti, išvengti klaidų (Miškinis, 2002, p. 283). Filosofija, anot M. Martens (1999), – tai išminties siekimas, atsakant į klausimus *kas? kodėl? kaip?* Mūsų tyrimui svarbi R. Martens nuostata, kad profesijos (sporto) filosofija su gyvenimo filosofija sudaro dermę (gyvenimo filosofija – pirminė, ji grindžiama patyrimu), o jų sukūrimo raktas – savęs pažinimas.

Konstruojant teorinį modelį, itin aktualiomis tapo L. Jovaišos (2001) išsakytos mintys, kad asmenybės visybiškumą apibūdina ne tik jos išsilavinimo visapusiškumas, bet ir aukšta dvasios kultūra, bendravimas su gamta ir žmonių pasauliu, aristokratiškumas (p. 24). Dvasinę kultūrą L. Jovaiša (2001) traktuoja kaip asmenybės pastangas kurti savyje terpę, kuri įgalintų individą tapti dvasios aristokratu pilkoje grupėje, pateisinti savo egzistenciją aukštos žmonių kultūros pasaulyje (p. 48). Aukšta dvasinė asmenybės kultūra formuoja ne tik inovacijų generaciją, bet ir tampa *būtina socialinės tikrovės ir jos konstravimo sąlyga*.

L. Jovaiša (2001, p. 42–45) į dabarties Lietuvos žmogaus asmenybę žvelgdamas iš klasikinių pozicijų, atskleidė esminius individualybės darinius: fizinius (*sveikata, jėga, vikrumas*), psichinius (*intelektinis imlumumas, mąslumas, veiklumas, charakteris*), socialinius (*bendravimo gebėjimai, bendradarbiavimo jėga, visuomeniškumas, tautiškumas ir pilietiškumas*), kultūrinius (*moralės, mokslo, meno bei technikos vertybės*), dvasinius (*tikėjimas, viltis, meilė, išmintingumas, teisingumas, tvirtumas, susivaldymas*). Taigi, galima teigti, kad projektuojant gyvenimo stilių svarbu žinoti savo asmenybės kryptingumą, t. y. tuos motyvus, kurie lemia pasirinkimą, o juos, anot L. Jovaišos (2001), turėtų lemti *interesy, idealų, nuostatų ir vertybinių orientacijų derinys*.

Literatūros šaltinių analizės pagrindu gyvenimo stiliaus esmę traktuojame kaip *vertybines orientacijas ir interesų nukreiptumą* į vieną ar kitą socialiai reikšmingą veiklos sferą (Ануфриева, Головаха, Донченко ir kt., 1982, p. 32). Būtent vertybinės orientacijos ir interesų kryptingumas sukuria aukščiausią asmenybės savireguliacijos dispozicinį (išdėstymo) lygį, atliekantį jungiančios ir derinančios grandies vaidmenį tarp asmenybės poreikių ir jų patenkimo situacijos. Šis suvokimas leido konstruojamame teoriniame modelyje išskirti pagrindinius asmenybės gyvenimo stiliaus komponentus: asmenybės *vertybinės orientacijos* formuojasi per jos sociogeninių (asmenybės formavimasis priklausomai nuo santykių su kitais žmonėmis) poreikių sąveiką su socialinės aplinkos vertybėmis. Ši sąveika vyksta mažose asmenybės bendravimo ir veiklos grupėse proceso ontogenezeje. Tokiu būdu asmenybė, kaip socialinis subjektas, įsijungia į vientisą konkrečios visuomenės sistemą. *Interesų kryptingumas* rodo, kuri būtent gyvenimiškos veiklos sfera yra reikšmingiausia asmenybei. Šis dispozicinis darinys atlieka vertybinių orientacijų integracijos ir korekcijos, jų prisitaikymo prie konkrečių socialiai reikšmingos veiklos rūšių, funkciją.

Adaptyvaus gyvenimo stiliaus rodiklis – suderinta (neprieštaringa) aukščiausių dispozicijų sistema, orientuota į bendražmogiškas vertybes ir socialiai reikšmingas veiklos sferas. Gyvenimo stiliaus projektavimo proceso požiūriu *asmenybės vertybinės orientacijos ir interesų kryptingumas ir yra pradinis projektavimo taškas*.



2 pav. Teorinio gyvenimo stiliaus modelio konstruktas

Pozityvus individo asmenybės unikalumo vystymasis, kai jis atitinka sociumo vertybines nuostatas ir kartu vidinį individo pasaulį, atveria asmenybės fenomeno raiškos galimybes. Nuo to, kiek teisingai šiuolaikinėje visuomenėje bus pasirinktas pagrindinių asmenybės charakteristikų sampratos orientyras, priklausys vientisumo pojūtis socialiniame gyvenime, išreiškiamas vidinio žmogaus pasaulio su sociumo nustatytomis taisyklėmis, normomis ir nuostatomis, pusiausvyra.

Asmenybės gyvenimo stilius pasireiškia individualiomis charakteristikomis. Iš jų svarbiausią vietą užima *gyvenimo prasmė kaip idėja, kaip aukščiausio lygio vertybė*, kuri persismelkia į žmogaus požiūrį bet kuriuo individualaus gyvenimo fakto aspektu ir reguliuoja (verčia paklusti) visą gyvenimo projektą. *Gyvenimo stiliaus charakteristikos esminiai bruožai* – atsakingumo lygis, gyvenimo prasmės suvokimo laipsnis, vertybių sistema. Gyvenimo stilius atspindi elgesio būdus individo veikloje. Todėl gali būti stebimas ir lengvai diagnozuojamas (priešingai negu asmenybė).

Gyvenimo stiliaus atsiradimo mechanizmas – pasirinkimai. *Gyvenimo stiliaus formavimo pagrindas* – profesija (išorinė gyvenimo tikslų siekimo priemonė). Gyvenimiški resursai (vidinė priemonė), t. y. gyvenimo tikslams siekti individas pasitelkia sveikatą, moralines normas, valios savybes, savikontrolę, energiją, laiką, individualias asmenybines savybes, padėtį ir kt. savus gyvenimiškus resursus. Projektuojamo gyvenimo stiliaus centre – humanistinė dominantė, gyvenimo stiliaus visybiškumas. Žmogaus vertybių sistemos struktūra, jos hierarchija tampa žmogaus elgesio stiliaus skale, lemia žmogaus veiklą ir elgesio kryptį.

Vertybinės orientacijos ir interesų kryptingumas – gyvenimo stiliaus projektavimo išei ties taškas. *Gyvenimo stiliaus formavimo būdai – strategijos*. Jos atlieka ir gyvenimo refleksijos funkciją (tai gyvenimo būdas, stilius, prasmė, vertybės, normos ir tikslai). *Gyvenimo stiliaus formavimo erdvė* – gyvenimo tikslai ir planai. Refleksija – esminė individualaus gyvenimo, veiklos tobulinimo galimybė: būtina nuolat reflektuoti, t. y. kritiškai analizuoti savo veiklą ir ją tobulinti.

Apibendrinant teigtina, kad teorinio gyvenimo stiliaus modelio esmę sudaro visą žmogaus gyvenimą vykstantis asmeninio gyvenimo ir profesinės raiškos procesas. Gyvenimo stiliaus teorinio modelio schema orientuota į dabartinę situaciją ir aiškiai apibrėžtus kontroliuojamus artimiausius tikslus ir jų realizavimo etapus bei strategijas.



2. TYRIMO METODOLOGIJA IR METODAI

2.1. Tyrimo metodologijos konceptualiųjų teorijų kontinuumas

Kadangi gyvenimo stiliaus fenomeno tyrimų problema perauga socialinių ir humanitarinių mokslo sričių ribas ir integruojasi į įvairių sričių žinojimą, jos metodologinis diskursas plėtojamas filosofijos ir socialinių ir humanitarinių mokslų sinergijoje (mokslinių tyrimų tarpdisciplininėje kryptyje), nes, kaip teigia L. Donskis (2008), XXI amžiuje humanitarinių ir socialinių mokslų plėtra siejama su moksluose įsivyravusiu daugiaparadigmiškumu ir daugiaperspektyvumu.

Teorinės disertacinio tyrimo nuostatos ir koncepcijos:

Socialinės fenomenologijos teorija (Heidegger, 1989; Mickūnas, Stewart, 1994; Pukelis, 1998; Merleau-Ponty, 2000; Husserl, 2005; Смирнова, 2009) yra susijusi su asmeninės prasmės konstravimu, su įvairiais žmogaus ir jo gyvenimo pasirinkimo laisvės bei valios pažinimo būdais. Šio tyrimo kontekste fenomenologinė tyrimo perspektyva leido nustatyti tiriamųjų veiksmų priežastingumą, išvelgti esmes, suvokiant jų intencionalumą, ir jas aprašyti, t. y. pažinti studento asmenybę pagal jos veikimo raišką, patirtį.

Į asmenybę orientuotos sociologijos koncepcijos (P. L. Berger, B. Berger, Collins (Бергер, Бергер, Коллинз, 2004) grindžiamos fenomenologine prieiga sociologijoje. Gyvenimo stiliaus fenomeno tyrimams aktualus koncepcijos akcentas, teigiantis, kad kiekviena asmenybė – savo sociumo produktas ir pirmiausia – savo artimiausios mikroaplinkos, kurią betarpiškai veikia makroaplinka (p. 161–175). Viena iš pagrindinių šios koncepcijos idėjų – *ne tik asmenybė konstruoja visuomenę, bet ir visuomenė veikia kiekvieną asmenybę*. Vadinas, žmogaus patirtyse mikropasaulis ir makropasaulis išbando nuolatinę tarpusavio sąveiką. Mūsų tyrimui svarbi ir P. L. Berger, B. Berger, Collins (Бергер, Бергер, Коллинз, 2004) metodologinė nuostata, kad visuomenė – tai mūsų bendravimo su kitais žmonėmis patirtis, esanti su mumis nuo gimimo momento ir besitęsianti visą gyvenimą.

Pragmatizmo filosofija, kurios pradininkai amerikiečių filosofai C. S. Peirce (1934) ir W. James (1995), žmogaus esmę laikė veiksmą, o mąstymui priskyrė visų pirma tarnavimo veiklai ir gyvenimo praktikai funkciją. W. James (1995) patirtį aiškina kaip nenutrūkstamą sąmonės srautą, iš kurio mes valios pastangomis išskiriame atskirus momentus, kurie mums dėl jų pavadinimų įgyja daiktų statusą. Esminis skiriamasis pragmatizmo bruožas yra tas, kad atsisakoma pažintinį veiksmą aiškinti per santykį su išorine ir objektyvia tikrove, o dėmesys koncentruojamas į vidinius, t. y. psichologinius, procesus. J. Dewey (1997) filosofinė teorija patirtį pripažįsta kaip svarbiausią ir lemiamą veiksnį, suvokiant pasaulį ir planuojant ateitį. Taigi galima teigti, kad pragmatizmo filosofija – tai sėkmingo ir optimalaus prisitaikymo prie gyvenimo sąlygų filosofija.

Humanistinės pedagogikos ir psichologijos teorijos grindžia požiūrį į kultūriškai prasmingą visapusiškos asmenybės ugdymą (Rogers, 1983, 2001; Rokeach, 1992; Lepeškienė,

1996; Bitinas, 2000; Maslow, 2006; Jovaiša, 2009). Disertaciniam tyrimui svarbios A. Maslow (1969) ir K. Rogers (1968) *humanistinės asmenybės teorijos*, teigiančios, kad kiekvienas žmogus – vientisa, unikali, organizuota, esanti nuolatiniame tapsme visuma. Svarbiausias asmenybės bruožas – jos veržimasis į ateitį, siekis laisvai realizuoti savo galias. Šiam pašaukimui įvykdyti, žmogus turi būti nuolat aktyvus ne tik pasaulio, bet ir savo paties atžvilgiu. Gyvenimo stiliaus projektavimo modeliui kurti didelės reikšmės turėjo K. Rogers suformuluoti subrendimo kriterijai: savos prigimties aktualizavimas ir tapimas gerai funkcionuojančiu asmeniu, besąlygiškas savęs priėmimas ir atvirumas išgyvenimui, aukščiausiųjų vertybių ir idealų pripažinimas (Žukauskienė, 1996). M. Rokeach (1992) *humanistinėje koncepcijoje* vertybės suprantamos kaip sąmoningi žmonių įsitikinimai, tikslų ir jų siekimo būdų įsivaizdavimas, kaip esminiai gyvenimo principai, pirmiausia jas vertinant kaip kognityvinius asmenybės struktūros elementus, paskirstant juos į terminalinius ir instrumentinius. Vertybinės orientacijos disertaciniam tyrimui pasirinktos kaip gyvenimo stiliaus projektavimo pagrindas.

Socialinės tikrovės konstravimo teorija (Berger, Luckmann, 1999) deklaruoja tokį socialinio pasaulio suvokimo procesą, kai atskiri realybės faktai ar interpretacijos tampa visuotiniu žinojimu (*common sense*), o žinojimas – savaime suprantama tikrove (Berger, Luckmann, 1999). Socialinės tikrovės konstravimo idėjos pagrindu P. Berger ir T. Luckmann (1999) akcentuoja žmogiškumo ir socialumo neatskiriamumą: *homo sapiens* visada ir tokiu pat mastu yra *homo socius*. Ši mintis grindžiama biologinėmis, etnologinėmis, antropologinėmis koncepcijomis ir išvadomis.

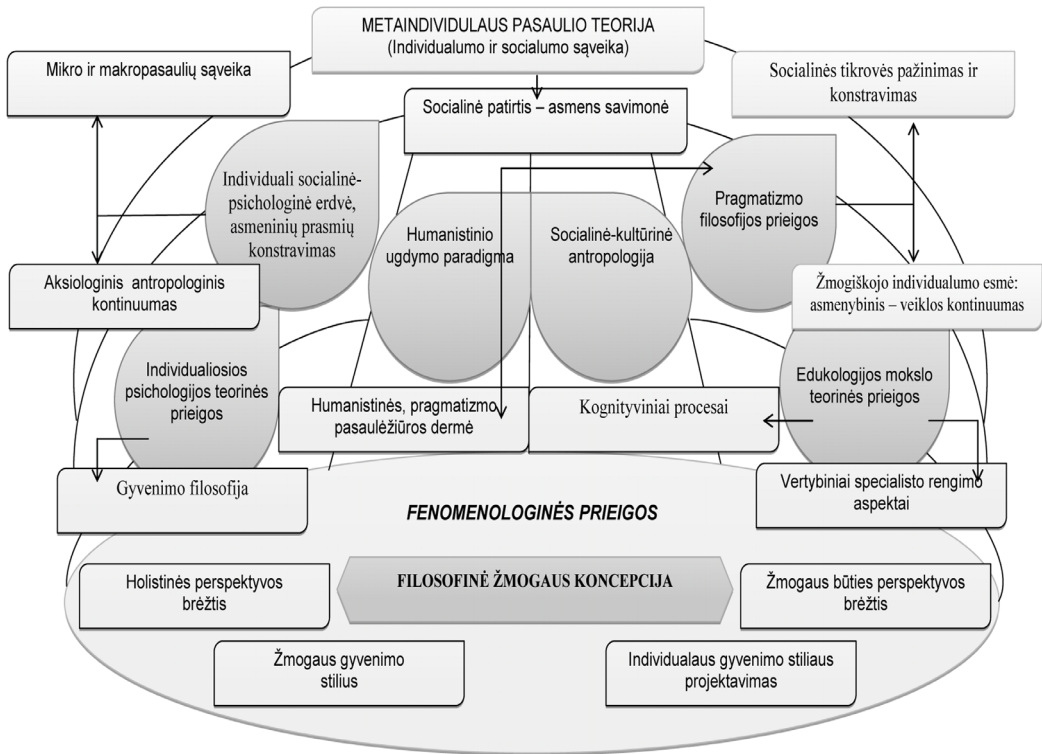
Individualumo ir socialinės tikrovės sąveikos teorija (Дорфман, 2005, 2006), atveria dideles perspektyvas ir galimybes naujai pažvelgti į gyvenimo stiliaus tyrimus ir tam tikru lygiu priartėti prie integratyvaus gyvenimo stiliaus projektavimo sampratos. Ši teorija gyvenimo stilių įvardija kaip fenomeną, turintį dvejopą prigimtį, atsirandančią individualumo ir socialinės tikrovės sankirtoje, charakterizuojančioje jų sąveiką. Būtent tuo ir grindžiama gyvenimo stiliaus projektavimo idėja.

Aksiologinės antropologinės vertybių krizės koncepcijos (Kohlberg, 1984) skelbia, kad šiuolaikinė visuomeninė sąmonė vis įtikinamiau diegia mintį apie žmonijos vertybių lūžį. Tai esą liudija žiaurumo, humanistinių vertybių deformacijos, ekonominio, intelektualinio chaoso ir kt. dabarties kataklizmai. Savo prigimtimi daugelis šių reiškinių yra dalis aksiologinio antropologinio charakterio krizės, atsispindinčios giluminėse žmogaus būsenose (Jaspers, 1989; Brezzinski, 1998; Grigas, 1998; Lobato, 2001; Frankl, 1969, 2008; Jameson, 2002; Baranova, 2004; Duoblienė, 2006, 2010; Ильяхнович, 2007; Fromm, 2008; Jovaiša, 2009). Šios krizės esmė glūdi galingose tam tikrų ribinių žmogaus patirčių pasireiškimo formose, kurios šiandien atsidūrė ne tik filosofų, kitų mokslininkų, bet ir visuomeninės sąmonės dėmesio centre.

Šios nuostatos nukreipė disertacinį tyrimą aksiologinės logikos linkme ir lėmė tai, kad tyrimo pagrindu sudarytame procesiniame-instrumentiniame gyvenimo stiliaus projektavimo modelyje studentų vertybių sistemos hierarchinė struktūra pripažįstama kaip jauno žmogaus elgesio orientyras, lemiantis jo veiklos kryptį ir elgseną.

Tyrimo metodologija tikslingai grindžiama fenomenologijos, pragmatizmo filosofijos,

į asmenybę orientuotos sociologijos ir humanistinės psichologijos ir pedagogikos koncepcijomis, atsispindinčiomis konceptualiųjų teorijų kontinuume (3 pav.).



3 pav. Konceptualiųjų teorijų kontinuumas

Konceptualiųjų teorijų kontinuumas (3 pav.) įgalina daryti prielaidą, kad gyvenimo stiliaus projektavimas bus sėkmingas, jeigu šiame procese orientuojamasi į visuminės asmenybės charakteristikas: psichines, fizines, biologines, sociokultūrinės:

- *Asmenybinis veiklos principas* leidžia projektuoti asmenybės socialinės veiklos ir kūrybinės esmės vaizdą ir orientuoja į asmenybę, kaip veiklos subjektą. Jis išreiškia veikiančią žmogiškojo individualumo esmę kaip pagrindą savajam gyvenimo stiliui formuoti.
- *Aksiologinis principas* žmogų vertina kaip aukščiausią visuomenės vertybę, asmenybę orientuojant į visuomenėje priimtinių humanišku vertybių sistemos pripažinimą.
- *Antropologinis principas* charakterizuoja sisteminių visų mokslų apie žmogų žinių taikymą, konstruojant savąjį gyvenimo stilių.
- *Kultūrologinis principas* orientuoja į paveldo reikšmingumo suvokimą, integruojant į gyvenimo stiliaus konstravimo bendražmogiškąją, nacionalinę ir individualią patirtis.

2.2. Tyrimo etikos principai

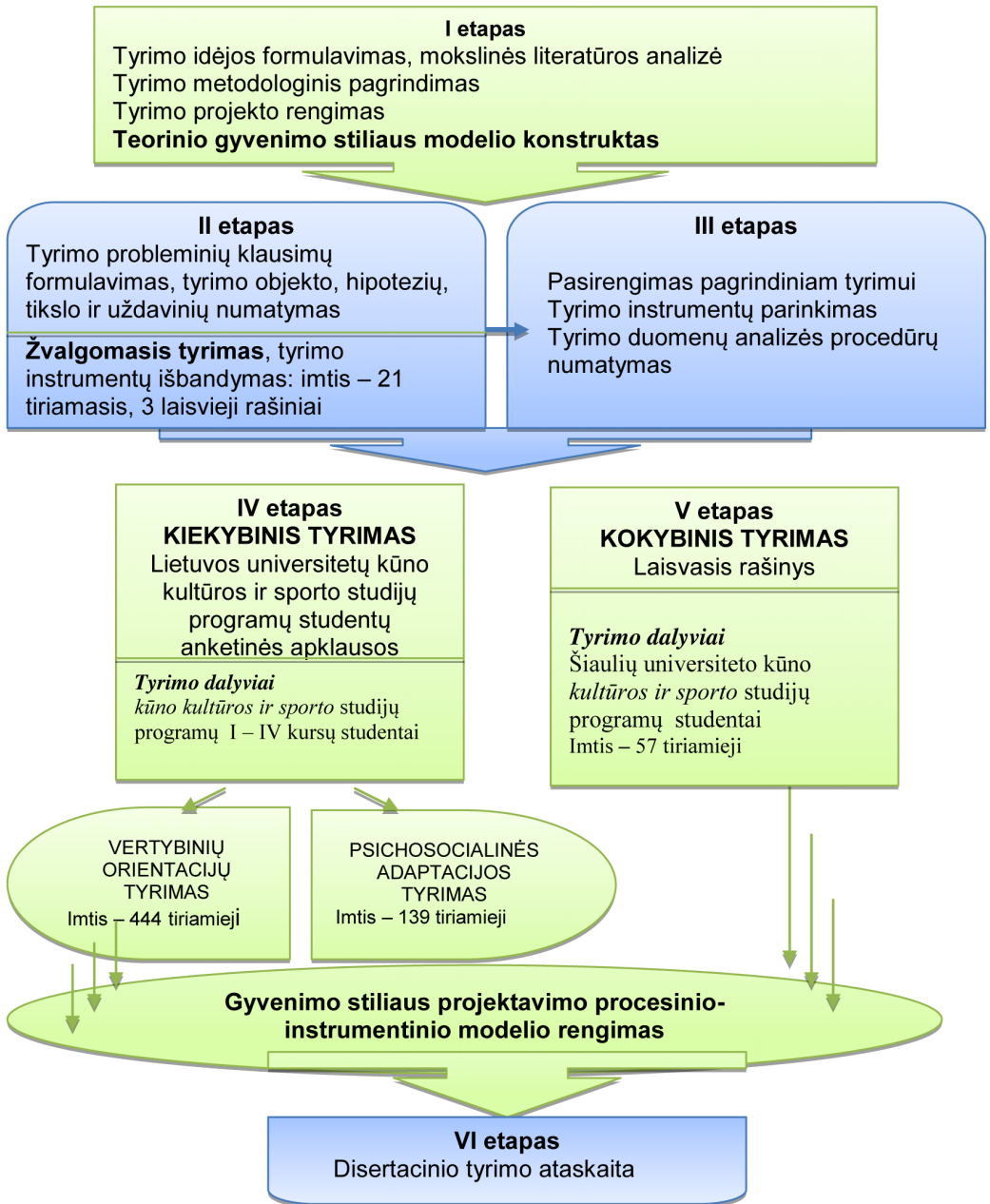
Vykdam tyrimą, laikytasi pagrindinių socialiniams tyrimams būdingų etikos principų: savanoriškumo ir geranoriškumo, privatumo ir pagarbos, teisingumo, anonimiškumo (Charles, 1999; Kardelis, 2002; Tidikis, 2003; Bitinas, Rupšienė, Žydzūnaitė, 2008). Pagrindiniai tų principų elementai:

- Galimybė asmeniui atsisakyti dalyvauti tyrime arba, jam prasidėjus, iš jo pasitraukti, glaudai tyrėjo ir tiriamųjų sąveika.
- Išsamios ir tikslios informacijos apie tyrimo tikslus, savanoriškumą pateikimas studentams.
- Išimtinio konfidencialumo laikymasis kokybiniame tyrime, kai tiriamieji rašiniuose atskleidė individualias savo privataus gyvenimo detales, aplinkybes.
- Dalykinis bendravimas su institucijų, kuriose vykdomas tyrimas, vadovais.
- Tyrimo duomenų kodavimas ir apsauga.
- Galimybė susipažinti su tyrimo duomenų rezultatais – tyrėjos pranešimai konferencijose, bendrose diskusijose, *Kūno kultūros ir sporto pedagogo etikos* paskaitose.

2.3. Empirinių tyrimų dizaino modelis: etapai ir eiga

Kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų gyvenimo stiliaus projektavimo vertybinių orientacijų kontekste tyrimas grindžiamas *kiekybinių ir kokybinio tyrimų dermės strategija* (Merkys, 1995; Maxwell, 1996; Kvale, 1996; Creswell, 1998; Charles, 1999; Silverman, 2001; Kardelis, 2002; Tidikis, 2003; Bitinas, 2006; Bitinas, Rupšienė ir kt., 2008). Šiuolaikinių socialinių mokslų metodologijoje šis tyrimo metodų derinimo būdas itin populiarus. Šiame tyrime kokybinis ir kiekybiniai tyrimo metodai traktuojami *kaip lygiaverčiai*, neteikiant prioriteto nė vienam iš jų. Kiekybiniais tyrimais siekta nustatyti tikrąsias tendencijas, statistinę tiesą, o kokybiniais – visapusiškai, detaliam apibūdinti nagrinėjamą objektą, subtiliai atskleisti situacijas ir dalyvių požiūrius, paliekant tyrėjui teisę spręsti, kurie duomenys validūs. Siekiant tyrimo metodų dermės, kiekybiniais tyrimais buvo įvertintos tiriamųjų aspektų raidos tendencijos, kokybinio – ieškota giluminių šių tendencijų priežasčių.

Suskirsčius tyrimą į dvi pagrindines grupes, buvo numatyti tyrimo etapai, struktūra ir instrumentai (4 pav.).



4 pav. Teorinio ir empirinių (kiekybinių ir kokybinio) tyrimų eiga

Dviejų kiekybinių tyrimų (vertybinių orientacijų ir psichosocialinės adaptacijos) taikymo esmė – vertybinės orientacijos psichosocialinės adaptacijos tyrimo kontekste vertinamos kaip asmenybės vidinės struktūros pagrindiniai elementai, kurie formuojasi psichosocialinės adaptacijos ir socializacijos procesuose, apibrėždami gyvenimo tikslų ir jų siekimo būdų (pri-

klausomai nuo individo vertybių pasirinkimą. Vertybinių orientacijų tyrimas, jas suvokiant kaip bazinius adaptyvių, pasirenkamų ar konstruojamų strategijų orientyrus, leido nustatyti psichosocialinės adaptacijos ypatumus. Būtent: gyvenimiškų nuostatų pagrindas – vertybinės orientacijos, formuojančios gyvenimo stiliaus strategijas, o adaptyvios strategijos gali atlikti gyvenimiškų strategijų vaidmenį arba sankaupą veiksmų, teikiančių galimybę išsaugoti arba pagerinti savo asmeninę poziciją naujų socialinių santykių.

2.4. Kiekybinių tyrimų metodologija ir metodai

A. Vertybių tyrimo instrumentas

Bendroji klausimyno struktūra. Pirmajam kiekybiniam tyrimui pasirinktas I. G. Senin (Сенин, 1991, 1998) sudarytas (grindžiamas M. Rokeach (1976) žmogiškųjų vertybių vertinimo metodika) terminalinių vertybių klausimynas, modifikuotas darbo autorės. Esminiai klausimyno struktūriniai komponentai pateikti 6-oje lentelėje, detalesnė vidinė šio klausimyno struktūra atskleista 2-ame ir 3-iame priede. Siekiant išsiaiškinti, ar tiriamiesiems suformuluoti klausimai priimtini ir suprantami, 2009 m. kovo mėn. atliktas „bandomasis“ tyrimas. Išdalijus 12 anketų, stebėta, kaip jos pildomos, ar formuluotės suprantamos. Išanalizavus atsakymus, nustatyta, kad kai kurie iš jų neinformatyvūs dėl tiriamųjų nesuprasto klausimo (-ų). Šie klausimai buvo tikslinami.

6 lentelė. Terminalinių vertybių tyrimo klausimyno struktūra

ĮVADINĖ DALIS	→ Kreipimasis į respondentus	→ Tyrimo tikslo pristatymas
		→ Tyrimo metodikos pristatymas
	→ Atsakymų žymėjimo instrukcija	→ Tyrimo duomenų pateikimo aiškinimas
		→ Teiginių vertinimo kriterijų nusakymas
→ Nuoširdumo skatinimas		
DEMOGRAFINIAI DUOMENYS	→ Respondentų lytis	
	→ Respondentų amžius	
	→ Kūno kultūros ir sporto studijų pakopa	
	→ Studijų tipas	
DIAGNOSTINĖ DALIS	→ Profesinio gyvenimo vertybės	
	→ Vertybės, susijusios su išsilavinimu	
	→ Šeiminio gyvenimo vertybės	
	→ Visuomeninio gyvenimo vertybės	
	→ Vertybių raiška per mėgstamus užsiėmimus	

Tyrimo duomenų interpretacija atlikta pagal terminalinių vertybių skalės gyvenimo sričių viduje. Remiantis I. G. Senin (Сенин, 1991, 1998) metodika, kiekvienoje iš penkių gyvenimo sričių yra po aštuonias terminalinių vertybių skalės: *asmeninis prestižas; aukšta materialinė padėtis; kūrybiškumas; aktyvūs socialiniai kontaktai; saviugda; pasiekimai; dvasinis pasitenkinimas; asmenybės individualumo išsaugojimas* (7 lentelė).

7 lentelė. **Pagrindinės gyvenimo sritys ir terminalinių vertybių raiška jose**

Gyvenimo sritys	Terminalinės vertybių skalės
Profesinis gyvenimas →	<i>Asmeninis prestižas; aukšta materialinė padėtis;</i>
Mokymasis ir išsilavinimas →	<i>kūrybiškumas; aktyvūs socialiniai kontaktai; saviugda;</i>
Šeimisinis gyvenimas →	<i>pasiekimai; dvasinis pasitenkinimas, asmenybės individualumo išsaugojimas</i>
Visuomeninis gyvenimas →	
Laisvalaikio ir pomėgių sfera →	

I. G. Senin (Сенин, 1991, 1998) teigimu, vienam ir tam pačiam žmogui tenka atlikti įvairias funkcijas, skirtingo turinio veiklą, realizuoti tam tikrus socialinius vaidmenis. Tačiau dėl savo panašumo šie ypatumai jungiasi į atskiras gyvenimo sritis. Kaip tipiškiausias autorius išskiria tokias: *profesinį gyvenimą; mokymąsi ir išsilavinimo siekį; šeiminių gyvenimą; visuomeninį gyvenimą; pomėgius*. Šias esmines gyvenimo sferas galima įvardyti *pirmuoju diagnostinio tyrimo konstruktu*.

Tikslinga pažymėti ir tai, kad kiekviena terminalinė vertybė, vienu ar kitu lygmeniu pasireiškianti visose įvardytose gyvenimo srityse, savo objektyvaus sąlygotumo stiprumo laipsniu lemia vienu ar kitu terminalinių vertybių realizavimą. Todėl gyvenimo sritys, darančios įtaką vertybių įgyvendinimui aukščiausiu laipsniu, reikšmingiausios. Vadinas, galima įvardyti *antrąjį šio tyrimo diagnostinį konstrukta* – tam tikros gyvenimo srities, kaip vienos ar kitos terminalinės vertybės realizavimo šaltinio, reikšmingumą.

Klausimynas apima penkias gyvenimo sritis ir aštuonias terminalines vertybes. Jis sudarytas taip, kad kiekvieną identifikuojamą vertybę atspindėtų du teiginiai (8 lentelė). Jų reikšmingumas vertintas balais nuo 1 iki 5 (neturi jokios reikšmės – 1; turi nedidelę reikšmę – 2, turi tam tikrą reikšmę – 3; svarbu – 4; labai svarbu – 5). Kiekvieną iš penkių svarbiausių žmogaus gyvenimo sričių (profesinio gyvenimo, mokymosi ir išsilavinimo, šeiminio gyvenimo, visuomeninės veiklos ir pomėgių) atspindi po šešiolika teiginių. Jie analizuojami tiek identifikuojamos vertybės, tiek tam tikros žmogaus gyvenimo sferos aktualumo požiūriu.

8 lentelė. Teiginiai terminalinių vertybių reikšmingumui nustatyti

Vertybių pasireiškimo sritis	Vertybės profesiniame gyvenime	Vertybės ir išsilavinimas	Vertybės šeimoje	Vertybės visuomeninėje veikloje	Vertybės laisvalaikio srityje
	Terminalinės vertybės	5–20 teiginys	21–36 teiginys	37–52 teiginys	53–68 teiginys
Prestižas	8, 15	22, 32	37, 46	58, 67	71, 81
Materialinė padėtis	9, 17	24, 36	38, 48	54, 62	74, 78
Kreatyvumas	19, 20	27, 21	47, 52	60, 63	73, 80
Aktyvūs socialiniai kontaktai	7, 13	26, 31	44, 50	57, 66	69, 77
Saviugda	11, 18	25, 28	43, 45	56, 65	75, 83
Pasiekimai	5, 14	29, 34	40, 41	59, 68	70, 84
Dvasinis pasitenkinimas	6, 12	30, 35	39, 51	53, 61	76, 79
Individualumo išsaugojimas	9, 16	23, 33	42, 49	55, 64	72, 82

Šių metodikoje pateiktų vertybių subskalių tinkamumui įvertinti pasitelktas Cronbach alfa (Cronbach alpha) koeficiento rodiklis, kurio reikšmės – nuo 0,61 iki 0,73 (9 lentelė).

9 lentelė. Terminalinių vertybių klausimyno skalės ir jų tinkamumo rodikliai

Skalės pavadinimas	Klausimų skaičius	Cronbach alfa
Prestižas	10	0,68
Materialinė padėtis	10	0,67
Kreatyvumas	10	0,72
Aktyvūs socialiniai kontaktai	10	0,73
Saviugda	10	0,61
Pasiekimai	10	0,62
Dvasinis pasitenkinimas	10	0,64
Individualumo išsaugojimas	10	0,63

Metodikoje pateiktų gyvenimo sričių subskalių tinkamumui išaiškinti, pasitelktas Cronbach alfa (Cronbach alpha) koeficiento rodiklis, kurio reikšmės – nuo 0,71 iki 0,79 (10 lentelė).

Klausimyno tikslingumo (validumo) metodologinė charakteristika leidžia teigti, kad kiekvienos skalės konsistencijos koeficientai patikimi, ir tai rodo šių skalių tinkamumą.

10 lentelė. Terminalinių vertybių klausimyno gyvenimo sričių skalės ir jų tinkamumo rodikliai

Skalės pavadinimas	Klausimų skaičius	Cronbach alfa
Vertybės profesiniame gyvenime	16	0,78
Vertybės ir išsilavinimas	16	0,79
Vertybės šeimoje	16	0,71
Vertybės visuomeninėje veikloje	16	0,76
Vertybės laisvalaikio srityje	16	0,74

Duomenų interpretacija pagal terminalinių vertybių skalę

Prestižas. Aukštas įvertinimas pagal tyrimo duomenis reiškia žmogaus siekį būti pri pažintam, gerbiamam, dažniausiai palaikomam svarbesnių asmenų, kurių nuomonės daugiau klauso ir į kurių nuomonę labiau orietuojasi savo sprendimais, poelgiais, pažiūromis. Tiriamieji, pagal pateiktus rodiklius gavę aukštus balus, dažnai yra labai suinteresuoti kitų nuomone apie save, reikalauja socialinio pritarimo savo poelgiams.

Aukšta materialinė padėtis. Aukšti duomenų balai atspindi žmogaus troškimą pasiekti dar geresnę materialinę padėtį. Be to, šie žmonės dažnai įsitikinę, kad materialinė gerovė yra pagrindinė gyvenimo pilnatvės sąlyga. Tokiems žmonėms itin puiki materialinė padėtis dažnai atrodo pagrindas savigarbai ugdyti ir būti aukštai įvertinintam.

Kūrybiškumas. Aukšti duomenų rezultatai pabrėžia žmogaus siekimą realizuoti savo kūrybinius gebėjimus, pokyčių paiešką visose savo gyvenimo srityse. Turintys aukštus įverčius visada stengiasi išvengti stereotipų ir pajvairinti savo gyvenimą. Tokie žmonės labai greitai pavargsta nuo rutinos, ieško naujovių.

Aktyvūs socialiniai kontaktai. Aukšti duomenų balai rodo žmogaus aspiraciją palaikyti draugiškus santykius su kitais žmonėmis. Tokiems žmonėms paprastai labai svarbūs bendravimo aspektai. Jie dažnai įsitikinę, kad vertingiausia gyvenime – tai bendrauti ir sąveikauti su kitais žmonėmis.

Savęs tobulinimas. Aukšti duomenų rezultatai atspindi žmogaus susidomėjimą objektyvia informacija apie savo charakterio ypatumus ir gebėjimus, asmenybės bruožus. Jie siekia maksimaliai tobulinti save, manydami, kad potencialios žmogaus galimybės neribotos.

Pasiekimai. Aukšti rezultatai informuoja, kad žmogus skirtingais gyvenimo periodais siekia konkrečių ir apčiuopiamų rezultatų. Dažniausiai tokie žmonės kruopščiai planuoja savo gyvenimą, kiekviename jo etape išsikeldami konkrečius tikslus, ir mano, kad svarbiausia – šiuos tikslus įgyvendinti. Tokiems žmonėms dauguma gyvenimo pasiekimų dažnai sudaro aukštos savivertės pagrindą.

Dvasinis pasitenkinimas. Aukšti balai žymi žmogaus moralinį pasitenkinimą visose gyvenimo srityse. Jiems svarbiausia – daryti tai, kas įdomu ir kas teikia dvasinį pasitenkinimą.

Asmenybės individualybės išsaugojimas. Aukšti balai liudija siekį būti nepriklausomam nuo kitų žmonių. Tokie žmonės mano, kad svarbiausia gyvenime – išsaugoti nepakartojamumą

ir savitumą, apginti savo nuomonę, įsitikinimus, savo gyvenimo stilių, kaip galima mažiau pasiduoti masinių tendencijų atakai.

Duomenų interpretacija pagal gyvenimo sričių skalę

Profesinio gyvenimo sritis. Aukšti balai liudija, kad žmogui itin reikšminga profesinė veikla. Tokie žmonės didelę laiko dalį skiria darbui, įsijungia į profesinių problemų sprendimą, manydami, jog tai yra pagrindinis atlygis žmogaus gyvenime.

Mokymo ir išsilavinimo sritis. Aukšti balai byloja apie žmogaus poreikį kelti savo išsilavinimo lygį, plėsti akiratį. Tokie žmonės įsitikinę, jog svarbiausia gyvenime – mokytis ir gauti naujų žinių.

Šeiminio gyvenimo sritis. Aukšti balai rodo, kad žmogui vertingiausia viskas, kas siejasi su šeima. Tokie žmonės daug laiko ir jėgų atiduoda šeimos reikalams, manydami, kad svarbiausia gyvenime – jų šeimos gerovė.

Visuomeninio gyvenimo sritis. Aukšti balai liudija, kad žmogui labai svarbios visuomeninio gyvenimo problemos. Tokie žmonės greitai įsilieja į visuomeninį gyvenimą, manydami, jog svarbiausia – jų visuomeniniai ir politiniai įsitikinimai.

Pomėgių sritis. Aukšti balai demonstruoja, kad pagrindinę vietą žmogaus gyvenime užima pomėgiai, hobis, todėl jiems skiriama daug laiko, teigiant, kad be pomėgių žmogaus gyvenimas daugeliu atvejų būtų nevisavertis.

Išsami duomenų interpretacija pagal terminalinių vertybių skalę gyvenimo sferų viduje pateikta 4-ame priede.

Socialiniams reiškiniams pažinti yra taikomi įvairūs tyrimo būdai, o duomenys interpretuojami iš įvairių požiūrių pozicijų. Šio tyrimo uždaviniams įgyvendinti pasirinkti *kiekybiniai tyrimo metodai*. Kiekybiniai duomenys – tai informacija, reiškiamą formalizuota kalba, sisteminata ir apibendrinta statistinės analizės būdais, interpretuojant pagal surinktą informaciją ir turimas prielaidas (Bitinas, 2006),

Tyrimo duomenys analizuoti šiais aprašomosios statistikos rodikliais: *vidurkiu (X)*, *standartiniu nuokrypiu (SD)* ir *procentiniais dažniais*. Požymių skirtumui įvertinti vartotas parametris *Stjudento kriterijus* nepriklausomoms imtims (Čekanavičius, Murauskas, 2001). Skirtumai laikytini reikšmingais, kai kriterijaus *p* reikšmė mažesnė už nustatytą reikšmingumo lygmenį (0,05). Tyrimo duomenų analizė atlikta *SPSS for Windows* programa (Pukėnas, 2005).

Vertybinių orientacijų tyrimo organizavimas ir tiriamųjų imtis. Tyrimas vykdytas 2009 m. Lietuvos kūno kultūros akademijoje (LKKA), Vilniaus pedagoginiame universitete (VPU, nuo 2010 metų – Lietuvos edukologijos universitetas), Klaipėdos universitete (KU) ir Šiaulių universitete (ŠU), suderinus tai su administracijų vadovais, dėstytojais. Atsitiktinės nepriklausomos imties tūrį sudarė 444 kūno kultūros ir sporto nuolatinė studijų programų studentai (11 lentelė), nes nuolatinės studijos teikia tvirtesnę socialinių ir psichologinių studento asmenybės, gyvenimo stiliaus projektavimo mechanizmų pagrindą ir kryptį.

11 lentelė. Tyrimo dalyvių charakteristika

Nuolatinių studijų studentai														
Amžiaus grupė – iki 25 metų														
Universitetas	Lytis				Kursas								Iš viso	
	Vyrai		Moterys		Pirmas kursas		Antras kursas		Trečias kursas		Ketvirtas kursas			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
ŠU	68	66,0	34	34,0	31	30,0	29	28,0	22	22,0	20	20,0	102	23,0
KU	71	68,0	33	32,0	30	29,0	20	19,0	26	25,0	28	27,0	104	23,0
LKKA	56	55,0	46	45,0	32	31,0	22	22,0	28	27,0	20	20,0	102	23,0
VPU	80	59,0	56	41,0	37	27,0	35	26,0	30	22,0	34	25,0	136	31,0
Iš viso	275	62,0	169	38,0	130	29,0	106	24,0	106	24,0	102	23,0	444	100

Kiekybinio vertybių tyrimo atsitiktinė nepriklausoma imtis iš 444 tiriamųjų sudaryta „puokštės“ arba serijiniu principu. Šiame tyrime taikyta dvipakopė tiriamųjų atranka. Pirmiausia pagal atsitiktines lenteles buvo išrenkamos tiriamųjų grupės iš tų universitetų, kuriuose rengiami būsimieji kūno kultūros ir sporto specialistai, o paskui buvo tiriami visi tų grupių I–IV kurso studentai.

Kai populiacijos dydis žinomas, imties dydžiui nustatyti taikytina ši formulė (Schwarze, 1993):

$$n = \frac{N \cdot 1,96^2 \cdot p \cdot q}{\varepsilon^2 \cdot (N - 1) + 1,96^2 \cdot p \cdot q}$$

Čia: N – populiacijos dydis; reikšmė 1,96 atitinka standartizuoto normaliojo skirstinio 95 proc. pasiklivimo lygmenį; p – numatoma įvykio baigmės tikimybė, kad nagrinėjamas požymis pasireišk tiriamoje populiacijoje (dažniausiai imama blogiausio varianto tikimybė – požymis būdingas pusei, t. y. 50 proc. populiacijos, ir pasirenkama $p = 0,5$); q yra tikimybė, kad nagrinėjamas požymis nepasireišk tiriamoje populiacijoje ($q = 1 - p = 0,5$); ε yra pageidautinas tikslumas, dažniausiai $\varepsilon = 0,05$. Jeigu populiacijos dydis yra, pavyzdžiui: $N = 1000$ asmenų, tai pagal šią formulę skaičiuojant imties dydį, gaunama $n = 278$. Todėl galima teigti, kad 444 tiriamųjų imtis yra reprezentatyvi.

Prieš tyrimą respondentams paaiškintas jo tikslas, klausimyno sudarymo metodika, duomenų analizės skelbimo sąlygos. Anketos buvo pildomos per paskaitas ir seminarus. Vykdam tiriamųjų apklausą, laikytasi etinių ir teisinių tyrimo principų.

B. Psichosocialinės adaptacijos tyrimo instrumentas

Kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų psichosocialinės adaptacijos problemos tirtos C. R Rogers, R Dymond (1954) *socialinės-psichologinės adaptacijos* klausimynu, adaptuotu K. Osnickij (Осницкий, 1996). Bendroji klausimyno struktūra grindžiama asmenybės, gebančios atsakyti už savo elgseną, koncepcija. Esminiai klausimyno struktūriniai komponentai pateikti 12-oje lentelėje, vidinė šio klausimyno struktūra – 5 ir 6 prieduose. Psichosocialinės adaptacijos kriterijai: pritaipimas / nepritaipimas; savęs vertinimas / savęs nevertinimas; teigiamas požiūris į kitus / neigiamas požiūris į kitus; emocinis komfortas –

emocinis diskomfortas; vidinė kontrolė / išorinė kontrolė; dominavimas / paklusimas; problemų vengimas. Šios metodikos pasirinkimą lėmė galimybė atskleisti kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų asmenybinius išgyvenamos adaptacinės situacijos ypatumus.

Tiriamieji, atsakydami į klausimus, rinkosi vieną iš septynių atsakymo variantų: tikrai ne apie mane – 0; tai į mane nepanašu – 1; abejoju, kad tai galima taikyti man – 2; nesiryžtu tai taikyti sau – 3; tai panašu į mane, tačiau nesu įsitikinęs – 4; tai panašu į mane – 5; tai tikrai apie mane – 6. Rezultatai vertinami taip: iki 68 balų – žemas adaptyvumo lygis; 68–170 balų – vidutinis adaptyvumo lygis; daugiau negu 170 balų – aukštas adaptyvumo lygis.

12 lentelė. **Psichosocialinės adaptacijos klausimyno vidinė struktūra**

ĮVADINĖ DALIS	→ Kreipimasis į respondentus	→ Tyrimo tikslo pristatymas
		→ Tyrimo metodikos pristatymas
	→ Atsakymų žymėjimo instrukcija	→ Tyrimo duomenų pateikimo aiškinimas
		→ Teiginių vertinimo kriterijų nusakymas
		→ Nuoširdumo skatinimas
DEMOGRAFINIAI DUOMENYS	→ Respondentų lytis	
	→ Respondentų amžius	
	→ Respondentų šeiminė padėtis, vaikų skaičius.	
	→ Studijų tipas, pobūdis, forma ir kt.	
DIAGNOSTINĖ DALIS	→ Tiriamuosius apibūdinantys duomenys: studentų savęs vertinimo aspektai	
	→ Požiūris į kitus: draugiškumo ar priešiško laipsnis savo paties „aš“ atžvilgiu	
	→ Emocinis komfortiškumas: vyraujančių emocijų pobūdis	
	→ Internalumas: savo padėties supančioje aplinkoje suvokimas	
	→ Problemų vengimas, siekimo dominuoti tarpasmeniuose santykiuose laipsnis	

Labiausiai asmenybės psichosocialinės adaptacijos esmę atspindinti pagrindinė subskalė – *adaptacija*. Į ją patenka dauguma I. R. Rogers, R. Dymond (1954) metodikoje pateiktų teiginių. Jų parengtame psichosocialinės adaptacijos tyrimo modelyje, be apibendrinto pagrindinio psichosocialinę adaptaciją apibūdinančio rodiklio, duotos ir kitos subskalės – *savęs vertinimas*,

kitų vertinimas, emocinis komfortas, internalumas, dominavimas, – kurios vertinamos kaip asmenybės psichosocialinę adaptaciją sudarantys komponentai.

Šių subskalių tinkamumas tikrintas *Cronbach alfa* (Cronbach alpha) koeficiento rodikliu, kurio reikšmės buvo nuo 0,50 iki 0,74 (13 lentelė).

13 lentelė. Klausimyno skalės ir jų tinkamumo rodikliai

Skalių pavadinimai	Klausimų skaičius	Cronbach alfa
Adaptacija	67	0,74
Savęs vertinimas	18	0,51
Požiūris į kitus	13	0,50
Emocinis komfortas	14	0,61
Internalumas	22	0,54
Dominavimas	9	0,56
Problemų vengimas	5	0,53

Anketos tikslingumo (validumo) metodologinė charakteristika leidžia teigti, kad kiekvienos skalės konsistencijos koeficientai patikimi, ir tai rodo šių skalių tinkamumą atitinkamoms psichosocialinės adaptacijos ypatumų charakteristikoms matuoti.

Surinkti tyrimo duomenys buvo interpretuojami laikantis instrukcijų, lyginant tarpusavyje, ieškant tarpusavio priklausomybės ir ryšių (14 lentelė).

14 lentelė. Rodiklių apskaičiavimo formulės ir žymėjimai

<p>1. Adaptacija</p> $A = \frac{a}{a + b} \times 100\%$	<p>3. Savęs vertinimas</p> $S = \frac{a}{a + b} \times 100\%$
<p>4. Požiūris į kitus</p> $L = \frac{1,2a}{1,2a + b} \times 100\%$	<p>5. Emocinis komfortas</p> $E = \frac{a}{a + b} \times 100\%$
<p>6. Internalumas</p> $I = \frac{a}{a + 1,4b} \times 100\%$	<p>7. Dominavimas</p> $D = \frac{2a}{2a + b} \times 100\%$

Pastaba: melagingumo skalė (2 skalė) neanalizuojama, nes ji skirta netinkamoms anketoms eliminuoti.

Rodiklių interpretacijos raktas pateikiamas 15 lentelėje.

15 lentelė. **Rodiklių interpretacijos raktas**

Nr.	Rodikliai	Teiginių numeriai	Normos	
1	a	<i>Adaptacija</i>	4, 5, 9, 12, 15, 19, 22, 23, 26, 27, 29, 33, 35, 37, 41, 44, 47, 51, 53, 55, 61, 63, 67, 72, 74, 75, 78, 80, 88, 91, 94, 96, 97, 98	68–136
	b	<i>Nepriřtapimas</i>	2, 6, 7, 13, 16, 18, 25, 28, 32, 36, 38, 40, 42, 43, 49, 50, 54, 56, 59, 60, 62, 64, 69, 71, 73, 76, 77, 83, 84, 86, 90, 95, 99, 100	68–136
3	a	<i>Savęs vertinimas</i>	33, 35, 55, 67, 72, 74, 75, 80, 88, 94, 96	22–42
	b	<i>Savęs nevertinimas</i>	7, 59, 62, 65, 90, 95, 99	14–28
4	a	<i>Teigiamas požiūris į kitus</i>	9, 14, 22, 26, 53, 97	12–24
	b	<i>Neigiamas požiūris į kitus</i>	2, 10, 21, 28, 40, 60, 76	14–28
5	a	<i>Emocinis komfortas</i>	23, 29, 30, 41, 44, 47, 78	14–28
	b	<i>Emocinis diskomfortas</i>	6, 42, 43, 49, 50, 83, 85	14–28
6	a	<i>Vidinė kontrolė</i>	4, 5, 11, 12, 13, 19, 27, 37, 51, 63, 68, 79, 91, 98	26–52
	b	<i>Išorinė kontrolė</i>	25, 36, 52, 57, 70, 71, 73, 77	18–36
7	a	<i>Dominavimas</i>	58, 61, 66	6–12
	b	<i>Paklusimas</i>	16, 32, 38, 69, 84, 87	12–24
8		<i>Problemų vengimas</i>	17, 18, 54, 64, 86	10–20

Psichosocialinės adaptacijos tyrimo organizavimas ir tiriamųjų imtis. Tyrime dalyvavo 139 kūno kultūros ir sporto studijų programų studentai (16 lentelė): ŠU – 50 tiriamųjų: 25 I kurso ir 25 IV kurso studentai (tarp jų – 34 vyrai ir 16 moterų); LKKA – 89 tiriamieji: 53 – I kurso ir 36 – IV kurso (tarp jų – 43 vyrai ir 46 moterys).

16 lentelė. Tyrimo dalyvių charakteristika

Nuolatinių studijų studentai										
Amžiaus grupė – iki 25 metų										
Universitetas	Lytis				Kursas					
	Vyras		Moteris		I kursas		IV kursas		Iš viso	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
ŠU	34	24,50	16	11,50	25	18,00	25	18,99	50	36,00
LKKA	43	30,90	46	33,10	53	38,10	36	25,90	89	64,00
Iš viso	77	55,40	62	44,60	78	56,10	61	43,90	139	100

Konstatuojamojo psichosocialinės adaptacijos tyrimo imtis, kaip ir vertybių tyrime, sudaryta atsitiktinės serijinės atrankos principu, tačiau taikyta trijų pakopų atranka. Pirmiausia buvo atrinktas kas antras universitetas iš keturių universitetų sąrašo. Vykstant tyrimui pagal atsitiktines lenteles išrinktos tik I ir IV kurso studentų grupės iš pasirinktų universitetų, o paskui buvo tiriami visi tų atrinktų grupių studentai.

Imties dydis nustatytas pagal formulę (Kardelis, 2002): $n = (z^2 * s^2) / \Delta^2$, kur n – reikalingas ištirti atvejų skaičius atrankinėje grupėje; z – koeficientas, surandamas iš vadinamųjų Stjudento pasiskirstymo lentelių ir pasirenkamas pagal tai, kokią patikimumą norima gauti. Pavyzdžiui, kai patikimumas 95 proc. ($p = 0,05$), $z = 1,96$; kai patikimumas 99 proc. ($p = 0,01$), $z = 2,6$ (atkreipiame dėmesį, jog dabartiniuose literatūros šaltiniuose, skaičiuojant imties tūrį, vietoje simbolio t vartojamas simbolis z); s – imties vidutinis kvadratinis nuokrypis (ankstesniuose tyrimuose $s = 10$). Todėl įterpus reikšmes į žinomą formulę, gaunamas tyrimui reikiamas atvejų skaičius: $n = (1,96^2 * 10^2) / 2^2 = 96$. Šio tyrimo imtis – 139 tiriamieji – yra visiškai pakankama ir reprezentatyvi.

2.5. Kokybinio tyrimo metodologija ir metodai

Kokybinio tyrimo metodologijos pasirinkimą lėmė tai, kad analizuojama problema yra nauja ir iki šiol nebuvo tyrinėta akademinio jaunimo grupėje. Atsižvelgta ir į tai, kad šio tipo tyrimai yra lankstesni. Jie reikalauja iš tyrėjo „judėti“ link naujų tyrimo sričių ir kartu geriau suprasti tiriamųjų nuostatas ir gyvenimiškus prioritetus. Kokybinis tyrimas įgalina suprasti, kaip studentai suvokia ir konstruoja socialinę realybę, kaip jų kuriamos prasmės lemia jų elgseną. Kokybiniame tyrime analizuojami duomenys, išreikšti žodine forma, teiginiais, kategorijomis ir vertinami subjektyviai (Bitinas, 2010).

Tyrimo metodologijoje laikytasi socialiai konstruojamų žinių pozicijos, derinant ją su interpretacine nuostata. Svarbus faktorius kokybinio tyrimo perspektyvai pasirinkti – L. P. Berger ir T. Luckmann (1999) *socialinės tikrovės konstravimo* teorija. Socialinio konstravimo požiūris leidžia geriau suprasti individualaus gyvenimo stiliaus ir socialinės aplinkos dermę, suvokti tai, kad gyvenimo stiliaus projektavimas priklauso tiek nuo asmeninių nuostatų, tiek nuo sociumo sukurtų taisyklių, požiūrių, nuostatų, įsitikinimų, pajauti kontekstą ir aplinką, kurioje yra tiriami studentai.

Tyrimo strategija. Tyrimo tipo pasirinkimą, viena vertus, lėmė analizuojamos problemos specifika – akademinio jaunimo gyvenimo stiliaus fenomenas, antra vertus, – noras išryškinti savąją poziciją tyrimo problematikoje ir asmeninis palankumas rašytiniam stiliui. Šio tyrimo pagrindas – fenomenologinis (interpretacinis) požiūris, apibūdinantis atskiro žmogaus santykio su kitais žmonėmis ir pasauliu suvokimą, analizuojamo reiškinio pažinimą (Schwandt, 1997). Siekta įžvelgti teorinio fenomeno apibūdinimo ir jo raiškos socialinėje realybėje ryšį (Kvale, 1996; Gadamer, 1999; Ricouer, 2000, 2001; Habermas, 2002; Ramanauskaitė, 2002). Laikytasi nuostatos, kad kokybiniam tyrimui svarbiausia ne žinia apie reiškinio išplitimą, o specifinių atvejų supratimas: jis skirtas dėl ypatingų aplinkybių atradusių reikšmių, motyvų, emocijų analizei (Ramanauskaitė, 2002, p. 10).

Tyrimo strategijos esmė – keturi J. A. Maxwell (1996, p. 5) išskirti komponentai, sudarantys galimybę sėkmingai konstruoti kokybinį tyrimą (Ramanauskaitė, 2002, p. 61):

1. *Tyrėjo ir tiriamųjų ryšys* kuriamas tarpusavio supratimu, iš anksto numatytas atsižvelgiant į tyrimo tikslą bei uždavinius ir suvokimą, kad tyrėjas yra neatskiriama tiriamo fenomeno dalis. Šio tyrimo atveju tyrėjai, darbo autorei, dėstant kai kurias disciplinas tiriamiesiems ir betarpiškai su jais bendraujant, pavyko gan stipriai integruotis į tiriamąją aplinką.

2. *Tiriamųjų atranka.* Taikyta *tikslinė tiriamųjų atranka*. Duomenų informatyvumui ir tipiškumui nustatyti iš anksto apsispręsta, kad tyrime dalyvaus Šiaulių universiteto I ir IV kursų nuolatinį studijų kūno kultūros ir sporto studijų programų studentai, reprezentuojantys visą šios specialybės grupę. Tyrimo dalyvavo 57 studentai: 31 pirmo kurso (tarp jų – 11 moterų ir 20 vyrų) ir 26 ketvirto kurso studentai – 11 moterų ir 15 vyrų. Tokia tiriamųjų imtis leido įžvelgti didžiulį spektrą gyvenimo stiliaus determinančių. 28 studentai gyvena su tėvais, 9 – bendrabutyje, 21 studentas nuomoja būstą. 40 tiriamųjų sportuoja aktyviai, atstovauja įvairių sporto šakų miesto ir nacionalinėms rinktinėms. Nuolatinį darbą dirba 8 ketvirto kurso studentai ir 1 pirmo kurso studentas.

Tokios tyrimo ribos apibrėžtos todėl, kad akademinis jaunimas jau pakankamai socialiai subrendęs, gali pats savarankiškai daryti pasirinkimus ir priimti sprendimus, įvertinti savo galimybes ir esamą situaciją. Tai lemiamas žmogaus socializacijos etapas, atspindintis visos visuomenės raidos perspektyvas jos transformacijos periodu (Крайг, 2000).

3. *Duomenų rinkimo metodika.* Kokybinio tyrimo tekstinės informacijos būdas – tekstai, todėl pasirinktas *Life* (angl. *life* – gyvenimas) metodas (Bitinas, 2006), kurio reikšmingumą, atliekant kokybinius tyrimus, akcentavo B. Bitinas ir kt. (2008). Tiriamiesiems buvo pasiūlyta rašyti laisvą rašinį tema „*Mano gyvenimo tikslai ir galimybės jų siekti*“ (7 priedas). Renkantis temą, siekta integracijos į teorinį socialinių mokslų kontekstą, suvokiant visuomenės kaitos procesus ir jų įtaką studentų gyvenimo stiliaus ypatumams. Tema suformuluota taip, kad būtų galima atskleisti studentų gyvenimiškas patirtis, aptikti suvokiamus gyvenimo stiliaus elementus, panaudojamus kaip priemones ir resursus, siekiant gyvenimo tikslų, žinoma, kartu ir vertybių realizavimo.

Būtent laisvojo rašinio metodas sudarė studentams galimybę atvirai reikšti mintis, neribojamas nei turiniu, nei forma, išsakyti savo patirtis, vertybines nuostatas, planuojamus gy-

venimo tikslus, o tyrėjai – vertinti studentų gyvenimo stilių ir jo įvairialypiškumą, pažvelgti į kitų mokslininkų tyrimus (Jovaiša, 2001; Bitinas, 2006). Tai lėmė, kad kokybinių tyrimų kelias mums pasirodė itin perspektyvus. Atkreiptas dėmesys į literatūroje akcentuojamus šio tipo tyrimų privalumus: gilumą ir atvirumą; galimybę generuoti idėjas, pažinti nepažintus reiškinius; pamatyti pasaulį tokį, kokį mato tiriamieji, o ne tyrėjas (*Ivadas*, p.15).

Tyrimo validumą rodo jo visapusiškumas (taikyta trianguliacija – kokybiniai ir kiekybiniai tyrimo metodai), kontekstualumas ir detalus tyrimo rezultatų aprašymas. Kokybinio tyrimo vidinis validumas užtikrintas pasitelkus duomenų (laisvų rašinių) interpretacijai kitą asmenį, išskyrusį svarbiausius analizuotų rašinių teiginius (kategorijas). Darbo autorės ir papildomo tyrėjo konstatuotos kategorijos sutapo 86 proc. Siekiant pagrįsti tyrimo rezultatų tikėtinumą, dalyviai buvo supažindinti su tyrimo ataskaita, išklaudyta jų nuomonė, gauti teigiami atsiliepimai apie autorės interpretacijas, jų teisingumą, prasingumą.

4. *Tyrimo duomenų analizės strategijos*. Kokybinė duomenų analizė atlikta surinkus empirinę informaciją tekstine forma. Iš 57 rašinių kokybinei interpretacijai buvo atrinkti visi tekstai, įgalinę kuo išsčiau ir tiksliau apibrėžti tiriamą reiškinį. Remiantis J. A. Maxwell (1996) kokybinių duomenų analizės principu, pirmiausia buvo skaitomi rašinių tekstai ir užsirašinėjamos analitinės pastabos (*memos*). Tai leido susidaryti bendrą analizuojamo reiškinio vaizdą. Analizuojant tyrimo duomenis, laikytasi duomenų rinkimo strategijos, dėmesys buvo koncentruojamas į gyvenimo stilių prezentaciją per gyvenimo tikslus bei galimybes jų siekti ir vertybines orientacijas, konstruojant ateitį. Kategorizuojant ir koduojant tiriamųjų rašinių tekstus, *memos* (pagal pažymėtus komentarus) padėjo patikslinti užkoduotas kategorijas, jų tarpusavio ryšių reikšmes, pagrįsti galutinę duomenų analizę ir interpretaciją (Schwandt, 1997). Kodavimas atliktas analizės pradžioje, iššifruojant rašinių tekstus ir išskirstant juos į atskirus siužetinius (probleminius) segmentus (Ramanauskaitė, 2002). Kiekvienam duomenų segmentui suteiktas pavadinimas. Koduojamos kategorijos buvo induktyviai tipologizuotos pačios tyrėjos ir, remiantis informaciniais šaltiniais, išgrynintos ir patikslintos jų sampratos. *Kontekstualizuojant* duomenis, siekta surasti skirtingų teksto elementų ryšius. Siejant kodus ar kategorijas vienus su kitais, stengtasi sudaryti visumos modelį, o paskui tekstą išskaidyti dalimis, *išskiriant prasmes*.

Tiriamam reiškiniui geriau suprasti, kokybinė duomenų analizė derinta su duomenų interpretacija – teoretizavimu, taikant šiuos analizės metodus: *fenomenologinį, turinio (content) analizės ir hermeneutinį aiškinimą* (Kvale, 1996; Heidegger, 1989; Gadamer, 1999; Ricoeur, 2000, 2001; Silverman, 2001; Bitinas, Rupšienė, Žydzūnaitė, 2008). Taikant *fenomenologinę analizę*, ieškota atsakymų į klausimus apie kompleksinę fenomeno prigimtį, tuo tikslu aprašant, apibūdinant ir suvokiant fenomeną, remiantis tam tikrais požiūriais (Mickūnas, Stewart, 1994; Gadamer, 1999; Husserl, 2005). Tyrimo rezultatai aiškinti ir interpretuoti pagal *hermeneutinio rato* modelį, rodantį teksto dalių ryšį su visuma. H. G. Gadamer (1999) šį procesą apibūdina kaip dviejų *supratimo horizontų* susidūrimą. Tyrime dėmesys telktas ne į pačius studentus kaip individus, bet į jų gyvenimo stilių, kaip reiškinį, ir tai, kaip tas reiškinys skirtingų tiriamųjų patiriamas ir išgyvenamas.

Analizuojant kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų gyvenimo stiliaus vidinės struktūros specifiškumą, „*content*“ analizės metodas derintas su *induktyviai grindžiamos teorijos* (angl. *grounded theory*) strategija (Glaser, 2001), ją nukreipiant ne į hipotezių tikrinimą, o į teorijos paiešką, remiantis abstrakčia fenomeno analizės schema, susijusia su gyvenimo stiliaus tyrimo situacija. Jos taikymas disertacijoje pasirinktas siekiant didesnio kokybinės analizės sistemiškumo, kuriant prasmingą savarankišką teoriją (Strauss, Corbin, 1998; Žydžiūnaitė, Virbalienė ir kt., 2006; Denzin, Lincoln, 2008; Bitinas, Rupšienė ir kt., 2008). „*Grounded theory*“ pagrindinė kategorija – konceptualizacija. Taikant šią strategiją, nebuvo formuluojami tyrimo objektą apibūdinantys išankstiniai teiginiai (nuostatos), o, remiantis pirminiais duomenimis (gyvenimo stiliaus raiškos „*content*“ analize), ieškota teorinio lygmens teiginių. Šis tyrimo ypatumas apibūdinamas terminu *atvirumas naujoms idėjoms* (angl. *open mind*). *Taigi, grindžiamoji teorija sudarė prielaidas sukonstruoti kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų gyvenimo stiliaus tipologiją.*

Apibendrinant galima teigti, kad kokybinio tyrimo rezultatai, aiškinami ir interpretuojami hermeneutinės analizės metodu, atvėrė galimybę pasiekti validų ir priimtina tekstą prasmės perteikimą, suvokiant tai, kad teksto interpretacijai reikalingas filosofinis, M. Heidegger (1989) žodžiais tariant, „būties tiesos“ išgyvenimas.

3. KŪNO KULTŪROS IR SPORTO STUDIJŲ PROGRAMŲ STUDENTŲ VERTYBINIŲ ORIENTACIJŲ, KAIP GYVENIMO STILIAUS KONSTRUKTO, YPATUMAI: KIEKYBINIO TYRIMO REZULTATAI

Šiame tyrime pirmiausia analizuojamas vertybinių orientacijų formavimosi mechanizmas: gyvenimo stiliaus, kaip sąmoningo savo ateities varianto, modeliavimas; tam tikrų vertybinių požiūrių subjektyviai svarbių gyvenimo etapų numatymas; taisyklių, principų, pagal kuriuos konstruojamas visuminis savęs suvokimas vertybių pasaulyje, ir gyvenimo stiliaus projektavimas.

Pabrėžtina ir tai, kad vertybinės orientacijos, kaip asmenybę konstruojanti sistema, nuolat kinta. Veikiant įvairiems vidiniams ir išoriniams faktoriams, žmogus atsisako ankstesnių savo vertybių arba vienas jų keičia kitomis, kuria naujas savo vertybių sistemas. Jaunimas šiandien skirtingai supranta savo atsakomybę, požiūrį į mokslą, darbą, bendravimą, dažnai demonstruoja iškreiptą vertybių skalę ir polinkį į hedonizmą, besąlygišką savo norų ir geismų tenkinimą (Malinauskas, 2006, 2008; Dumčienė, Bajoriūnas, 2006; Daukilas, Dumčienė, 2006). Aktualu ir tai, kad žmogaus vertybių sistemos struktūra, jos hierarchija tampa žmogaus elgesio stiliaus skale, nulemiančia jo veiklos ir elgsenos kryptį. Tačiau vis dar nepakankamai išsamiai apibūdinamos sportuojančių studentų vertybinės orientacijos, jų išskirtinumas, nors dažnai konstatuojama, kad sportinė veikla sąlygoja išskirtinę padėtį kitų socialinių grupių kontekste.

3.1. Vertybinių orientacijų raiškos ypatumai amžiaus ir lyties specifiškumo aspektu

Tyrimu siekta išaiškinti studentų vertybines orientacijas, nustatyti, kurie vertybiniai prioritetai vyrauja tarp studentų, koks jų požiūris į svarbiausias gyvenimo sritis ir jose dominuojančias terminalines vertybes, kurios vertybės studentams yra svarbiausios, kaip pasireiškia šių procesų tarpusavio sąveika.

Ieškant atsakymo, kas pastaruoju metu lemia kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų asmenybinį kryptingumą, svarbu ištirti, kurioms vertybėms jie teikia pirmenybę, kaip prisitaiko prie pakitusių gyvenimo sąlygų. Todėl pradedančių (I kurso) ir baigiančių studijas (IV kurso) būsimųjų kūno kultūros ir sporto pedagogų vertybinių prioritetų kaitos tyrimas tampa ypač reikšminga ir aktualia problema. Vertybės formuojasi ir bręsta labai ilgai (Malinauskas, 2006, 2010), be to, veikiamos įvairių vidinių ir išorinių veiksnių, nuolat kinta. Ypač sparti jų kaita pastebima būtent jaunystės laikotarpiu. Todėl kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų vertybių kaitos tyrimai ypač aktualūs jų dinamiško gyvenimo stiliaus projektavimo kontekste.

Disertacinis tyrimas teikia galimybių išsiaiškinti vertybinių orientacijų ir pagrindinių gy-

venimo sričių svarbumą studentų amžiaus (17 lentelė) ir lyties aspektu (18 lentelė). Tiriant kūno kultūros ir sporto studijų programų sudėtų požiūrį į vertybes, pirmiausia atkreiptas dėmesys į jų svarbumo pripažinimą. Manoma, kad tiriamieji, skirdami vertybei tam tikrą rangą, išreiškė ir jos svarbumo pripažinimo laipsnį, o kartu ir savo požiūrį į tą ar kitą vertybę.

Kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų vertybių svarbos tyrimo rezultatai parodė (17 lentelė), kad tiek I, tiek ir IV kurso studentams reikšmingiausia vertybė yra *pasiiekimai* (vidurkio reikšmės: I kurso studentų – 36,79, IV kurso studentų atitinkamai – 37,54 balo). Tam, be abejonės, įtakos turi nuolatinis rezultatų siekimas sporte, aukštas savęs vertinimas. Abiejų kursų tiriamieji apytiksliai vienodą (ir itin reikšmingą) svarbumą teikia *materialinei gerovei* ir *socialiniams kontaktams*. Tyrimas parodė, kad ketvirtakursiams dvasinis pasitenkinimas yra patikimai svarbesnis ($t = -2,26$; $p < 0,05$) nei pirmakursiams. Anot I. G. Senin (Сенин, 1991), orientavimasis į dvasinį pasitenkinimą rodo, jog žmogui svarbu išspręsti moralinio teisingumo klausimus, užtikrinti, kad veikla būtų įdomi, nuolat keistųsi, svarbu savo susidomėjimo objektui skirti itin daug dėmesio. Vidurkio reikšmė (34,9 balo) atskleidžia, kad visų amžiaus grupių studentai apytiksliai vienodai vertina prestižą. Statistiškai patikimų skirtumų tarp I ir IV kurso būsimųjų sporto pedagogų pagal materialinės gerovės vertinimą nenustatyta ($t = -1,169$; $p > 0,05$). Būtina pabrėžti, kad individualumo išsaugojimas yra vienodai reikšmingas tiek I, tiek ir IV kurso tiriamiesiems (vidurkio reikšmės atitinkamai – 34,0 ir 34,7 balo).

17 lentelė. I ir IV kurso tiriamųjų vertybinių orientacijų reikšmingumas: statistiniai rodikliai

Terminalinės vertybės	Kursas	N	Vidurkio reikšmė	Standartinis nuokrypis	Standartinė paklaida	t kriterijaus reikšmė	Patikimumo lygmuo p
Prestižas	I kursas	130	34,90	5,52	0,48	-1,169	0,243
	IV kursas	102	35,68	4,46	0,44		
Materialinė gerovė	I kursas	130	35,80	5,29	0,46	-1,388	0,166
	IV kursas	102	36,70	4,42	0,43		
Kreatyvumas (kūrybiškumas)	I kursas	130	36,58	5,10	0,44	-1,214	0,226
	IV kursas	102	37,36	4,49	0,44		
Aktyvūs socialiniai kontaktai	I kursas	130	35,99	5,86	0,51	-0,617	0,538
	IV kursas	102	36,42	4,35	0,43		
Tobulėjimo galimybės	I kursas	130	34,73	6,19	0,54	-1,061	0,290
	IV kursas	102	35,52	4,83	0,47		
Pasiiekimai	I kursas	130	36,79	5,21	0,45	-1,198	0,232
	IV kursas	102	37,54	4,14	0,41		
Dvasinis pasitenkinimas	I kursas	130	33,62	5,25	0,46	-2,261	0,025
	IV kursas	102	35,09	4,47	0,44		
Individualumo išsaugojimas	I kursas	130	34,06	5,10	0,44	-0,962	0,337
	IV kursas	102	34,71	5,04	0,49		

Analizuojant vertybių svarbą lyties specifiškumo aspektu (18 lentelė), nustatyta, kad tiek moterims, tiek vyrams vienodai svarbi tobulėjimo galimybė ($t = -1,83$; $p < 0,05$), individualumo išsaugojimas ($t = -0,99$; $p > 0,05$), dvasinis pasitenkinimas ($t = -1,12$; $p > 0,05$). Patikimu skirtumu moterims, lyginant su vyrais, yra svarbesnis prestižas ($t = -2,53$; $p < 0,05$), pasireiškiantis siekiu turėti darbą ar visuomenėje vertinamą profesiją; materialinė gerovė ($t = -2,35$; $p < 0,05$), garantuojanti aukštą darbo užmokestį ir kitus tos gerovės būdus; kreatyvumas ($t = -4,06$; $p < 0,001$), pasireiškiantis pastangomis naujais kūrybos elementais praturtinti savo gyvenimą, profesinės veiklos pokyčius; aktyvūs socialiniai kontaktai ($t = -2,107$; $p < 0,05$) ir pasiekimai ($t = -2,47$; $p < 0,05$).

18 lentelė. Skirtingų lyčių tiriamųjų vertybinių orientacijų reikšmingumas: statistiniai rodikliai

Terminalinės vertybės	Kursas	N	Vidurkio reikšmė	Standartinis nuokrypis	Standartinė paklaida	t kriterijaus reikšmė	Patikimumo lygmuo p
Prestižas	Vyrai	275	35,17	4,90	0,29	-2,538	0,012
	Moterys	169	36,38	4,88	0,37		p < 0,05
Materialinė gerovė	Vyrai	275	36,25	4,95	0,29	-2,359	0,019
	Moterys	169	37,38	4,81	0,37		p < 0,05
Kreatyvumas (kūrybiškumas)	Vyrai	275	36,69	5,00	0,30	-4,064	0,000
	Moterys	169	38,58	4,36	0,33		p < 0,001
Aktyvūs socialiniai kontaktai	Vyrai	275	36,10	5,00	0,30	-2,107	0,036
	Moterys	169	37,08	4,37	0,33		p < 0,05
Tobulėjimo galimybės	Vyrai	275	35,05	5,44	0,32	-1,833	0,067
	Moterys	169	36,00	5,07	0,39		$p > 0,05$
Pasiekimai	Vyrai	275	37,04	4,68	0,28	-2,471	0,014
	Moterys	169	38,14	4,43	0,34		p < 0,05
Dvasinis pasitenkinimas	Vyrai	275	34,52	4,83	0,29	-1,126	0,261
	Moterys	169	35,05	4,77	0,36		$p > 0,05$
Individualumo išsaugojimas	Vyrai	275	34,45	5,08	0,30	-0,990	0,323
	Moterys	169	34,95	5,15	0,39		$p > 0,05$

Svarbiausių gyvenimo sričių prioritetiškumo amžiaus aspektu (19 lentelė) analizė leidžia teigti, kad profesinis gyvenimas, kuriam skiriama reikšmingiausia (kaip ir pomėgiams) vieta tarp pagrindinių gyvenimo sričių, IV kurso tyrimo dalyviams yra patikimai ($t = -2,16$; $p < 0,05$) svarbesnis nei I kurso šių studijų programų studentams. Galima daryti prielaidą, kad aukštesnių kursų studentams išsilavinimas tampa instrumentine vertybe, padedančia siekti gyvenimo tikslų, saviraiškos.

Pomėgių sritis (laisvalaikis) IV kurso tiriamiesiems yra patikimai ($t = -2,19$; $p < 0,05$) svarbesnė nei pirmakursiams. Mokymasis ir išsilavinimas, šeima ir visuomeninis gyvenimas yra vienodai svarbūs abiejų tiriamųjų grupių studentams.

19 lentelė. I ir IV kurso tiriamųjų gyvenimo sričių svarbos statistiniai rodikliai

Gyvenimo sritis	Kursas	N	Vidurkio reikšmė	Standartinis nuokrypis	Standartinė paklaida	t kriterijaus reikšmė	Patikimumo lygmuo p
Profesinis gyvenimas	I kursas	130	56,13	8,68	0,76	-2,159	0,032
	IV kursas	102	58,36	6,53	0,64		p < 0,05
Mokymasis ir išsilavinimas	I kursas	130	54,72	7,29	0,63	-1,024	0,307
	IV kursas	102	55,65	6,34	0,62		p > 0,05
Šeima	I kursas	130	54,37	8,44	0,74	-0,991	0,323
	IV kursas	102	55,39	6,75	0,66		p > 0,05
Visuomeninis gyvenimas	I kursas	130	55,30	8,53	0,74	-0,758	0,449
	IV kursas	102	56,07	6,64	0,65		p > 0,05
Pomėgiai (laisvalaikis)	I kursas	130	58,10	7,58	0,66	-2,186	0,030
	IV kursas	102	60,20	6,80	0,67		p < 0,05

Ištyrus skirtingų lyčių kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų gyvenimo sričių svarbą (20 lentelė), akivaizdu, kad profesinė sritis moterims yra patikimai ($t = -3,71$; $p < 0,001$) svarbesnė nei vyrams. Galima teigti, kad moterys itin daug dėmesio skiria būsimai profesinei veiklai, suvokdamos, kad ji yra žmogaus gyvenimo esmė. Tyrimas parodė, kad ir mokymosi sritis tiriamosioms yra patikimai ($t = -2,66$; $p < 0,01$) svarbesnė, palyginti su jų bendrakursiais vyrais. Šis faktas atpindi dažnesnį studentų siekį kelti savo išsilavinimo lygį, plėsti akiratį.

20 lentelė. Skirtingų lyčių tiriamųjų gyvenimo sričių svarbos statistiniai rodikliai

Gyvenimo sritis	Lytis	N	Vidurkio reikšmė	Standartinis nuokrypis	Standartinė paklaida	t kriterijaus reikšmė	Patikimumo lygmuo p
Profesinis gyvenimas	Vyrai	275	56,97	7,60	0,45	-3,715	0,000
	Moterys	169	59,71	7,45	0,57		p < 0,001
Mokymasis ir išsilavinimas	Vyrai	275	55,05	6,88	0,41	-2,660	0,008
	Moterys	169	56,83	6,77	0,52		p < 0,01
Šeima	Vyrai	275	55,34	7,67	0,46	-0,46	0,964
	Moterys	169	55,37	7,05	0,54		p > 0,05
Visuomeninis gyvenimas	Vyrai	275	55,46	7,51	0,45	-2,473	0,014
	Moterys	169	57,20	6,60	0,50		p < 0,05
Pomėgiai (laisvalaikis)	Vyrai	275	58,97	7,04	0,42	-2,900	0,004
	Moterys	169	60,96	6,95	0,53		p < 0,01

Visuomeninio gyvenimo sritis moterims, palyginti su vyrais, patikimu skirtumu ($t = -2,47$; $p < 0,05$) taip pat yra svarbesnė. Vadinas, vyrai skiria mažiau dėmesio visuomeninio gyvenimo problemoms. Didesnę svarbą laisvalaikiui patikimu skirtumu ($t = -2,90$; $p < 0,01$) skiria moterys. Tik šeimos gyvenimo sritį pagal jos svarbumą tiek vyrai, tiek moterys vertina vienodai.

3.2. Vertybinių orientacijų struktūra ir gyvenimo sričių prioretitiškumas amžiaus ir lyties aspektu

Išskirtinį disertacinio tyrimo mokslinį interesą sužadino labai aukšti vertybių ir gyvenimo sričių įvertinimo rodikliai, parodantys, kuri vertybė ar sritis iš tikrųjų yra prioritetinė. Apskaičiuota, kiek procentų skirtingos lyties ir amžiaus tiriamųjų reikšmingai (t. y. 40–50 balų vertybėms ir 64–80 balų gyvenimo sritims) įvertino kiekvieną vertybę ar sritį. Vertybių dinamika atskleista ranguojant jas nuo pirmos (svarbiausios) iki aštuntos (mažiausiai svarbios).

Tyrimo duomenys parodė (21 lentelė), jog tiek I (32 %), tiek IV (35 %) kurso kūno kultūros ir sporto studijų programų studentai pirmenybę teikia pasiekimų ir kūrybingumo vertybėms, kurios rangavimo skalėje užima aukščiausias pakopas, būtent 1-ą ir ir 2-ą vietas. Galima teigti, kad tiriamieji siekia save realizuoti kūrybiniais gebėjimais, suinteresuoti visų savo gyvenimo sričių pozityviais pokyčiais. Dėmesio vertas faktas, kad pirmakursiams kur kas svarbesnės atrodo tobulėjimo galimybės (3-ia vieta), palyginti su ketvirtakursiais (6-a vieta). Tai rodo, kad pirmojo kurso studentai siekia pažinti save, savo charakterio ypatumus, gebėjimus. Tikėtina, kad studijų procese jie sieks tobulėti, maksimaliai išnaudoti visas potencialias galimybes. Nelauktai išryškėjo, kad studentai prioritetiniais nelaiko *dvasinio pasitenkinimo, individualumo išsaugojimo ir aktyvaus socialinio bendravimo*.

21 lentelė. I ir IV kurso tiriamųjų pasiskirstymas pagal pagrindinių vertybių svarbą (procentais) ir vertybių rangus

Vertybės	Pirmas kursas		Ketvirtas kursas		t kriterijaus reikšmė ir patikimumo lygmuo
Kreatyvumas (kūrybingumas)	32 %	1	35 %	1	-0,48; p > 0,05
Pasiekimai	30 %	2	32 %	2	-0,33; p > 0,05
Tobulėjimo galimybės	28 %	3	21 %	6	1,24; p > 0,05
Prestižas	25 %	4	28 %	3	-0,51; p > 0,05
Materialinė gerovė	22 %	5	26 %	4	-0,71; p > 0,05
Aktyvus socialinis bendravimas	19 %	6	25 %	5	-1,09; p > 0,05
Dvasinis pasitenkinimas	15 %	7	18 %	8	-0,61; p > 0,05
Individualybės išsaugojimas	12 %	8	19 %	7	-1,45; p > 0,05

Tiriamieji, matyt, menkai siekia moralinio pasitenkinimo pagrindinėse gyvenimo sferose, jiems nėra svarbu daryti tai, kas įdomu ir suteikia pasitenkinimą. Šią prielaidą patvirtina tai, kad turtinis / piniginis siekinys, palyginti su dvasinėmis ir kitomis analogiškoms vertybėms, užima gana aukštą ketvirtą vietą tarp IV kurso studentų ir penktą vietą tarp I kurso studentų. Tai atspindi geros materialinės padėties viziją. Galima teigti, kad tiriamieji neabejoja, jog materialinė gerovė yra pagrindinė gyvenimo pilnatvės sąlyga. Tokią materialinę padėtį jie suvokia kaip savigarbos ir savivertės pagrindą. Apskritai duomenys rodo, kad statistiškai patikimų skirtumų skalėje tarp I ir IV kurso studentų nenustatyta.

Analizuojant vertybinių orientacijų hierarchiją ir svarbiausių gyvenimo sričių prioritetiškumą lyties aspektu (22 lentelė), išaiškėjo, kad vyrams labai svarbu pasiekti aukštų savo vei-

klos rezultatų, gebėti lavinti turimus įgūdžius ir mokėjimus, kryptingai siekti asmeninio tobulėjimo (3-ia vieta rangavimo skalėje). O moterys palankiausiai vertina kreatyvumą, kiek prasčiau pasiekimus (2-a ir 3-ia rangų vietas). Netikėta, kad moterys indiferentiškai vertina tobulėjimo galimybes, rangų lentelėje tam skirdamos tik 6-ą vietą. Prestižo vertybė tiek vyrams, tiek moterims svarbi: vyrų vertinimų skalėje – 4-a vieta, o moterų – 5-a. Gana aukštą vietą vertybių rangavimo eilėje moterys skyrė materialiniams dalykams, kurie pagal savo svarbą atsiduria lygiagrečiai su pasiekimų vertybe (2-a – 3-ia vietas). Vyrams materialinės vertybės ne tiek svarbios (5-a vieta). Moterys daug balų skyrė vertindamos aktyvų socialinį bendravimą (4-a vieta), o vyrai tam teikė žymiai mažiau dėmesio (6-a vieta). Tiek moterys, tiek vyrai neteikia reikšmės individualumui išsaugoti – ši vertybė rangų lentelėje atsidūrė priešpaskutinėje vietoje. Išryškėjo menka studentų orientacija į dvasinį pasitenkinimą

22 lentelė. Tiriamųjų pasiskirstymas lyties aspektu pagal pagrindinių vertybių svarbą (procentais) ir jų rangus

Vertybės	Vyrai		Moterys		t kriterijaus reikšmė ir patikimumo lygmuo
Pasiekimai	33 %	1–2	35 %	2–3	-0,43; p > 0,05
Kreatyvumas (kūrybiškumas)	33 %	1–2	44 %	1	-2,31; p < 0,05
Tobulėjimo galimybės	22 %	3	21 %	6	0,25; p > 0,05
Prestižas	21 %	4	29 %	5	-1,87; p > 0,05
Materialinė gerovė	20 %	5	35 %	2–3	-3,42; p < 0,01
Aktyvus socialinis bendravimas	18 %	6	31 %	4	-3,06; p < 0,01
Individualumo išsaugojimas	16 %	7	18 %	7	-0,54; p > 0,05
Dvasinis pasitenkinimas	15 %	8	16 %	8	0,28; p > 0,05

Analizuojant kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų nuomonių pasiskirstymą pagal pagrindinių gyvenimo sričių svarbą ir jų rangus (23 lentelė), statistiškai patikimų skirtumų tarp I ir IV kurso studentų nenustatyta. Svarbiausia gyvenimo sritis (1-a vieta) abiejų amžiaus grupių studentams – pomėgiai ($t = -1,49$; $p > 0,05$). Antrą vietą pagal svarbumą užima profesija. Pirmakursiai pagrindinių sričių hierarchijoje šeimą vertina šiek tiek geriau (3-ia vieta), palyginti su ketvirtakursiais (4-a – 5-a vieta).

23 lentelė. I ir IV kurso tiriamųjų pasiskirstymas pagal pagrindinių gyvenimo sričių svarbą (procentais) ir jų rangus

Asmeniškai svarbiausios gyvenimo sritys	Pirmas kursas		Ketvirtas kursas		t kriterijaus reikšmė ir patikimumo lygmuo
Pomėgiai (laisvalaikis)	25 %	1	34 %	1	-1,49; p > 0,05
Profesija	24 %	2	24 %	2	0,00; p > 0,05
Šeima	15 %	3	11 %	4–5	0,91; p > 0,05
Visuomeninis gyvenimas	14 %	4	13 %	3	0,22; p > 0,05
Mokymasis ir išsilavinimas	12 %	5	11 %	4–5	0,24; p > 0,05

Visuomeniniam gyvenimui svarbesnę reikšmę (3-ia vieta) teikia baigiamojo kurso studentai, palyginti su pirmakursiais (4-a vieta). Mažiausiai balų, ranguodami gyvenimo sritis, pirmakursiai skyrė mokymuisi ir išsilavinimui (5-a vieta) Ketvirto kurso studentai šią gyvenimo sritį vertina analogiškai kaip ir šeimą, abiemis vertybėms hierachinėje struktūroje suteikdami ketvirtą–penktą vietą.

24 lentelė. Tiriamųjų pasiskirstymas lyties aspektu pagal pagrindinių gyvenimo sričių svarbą (procentais) ir jų rangus

Asmeniškai svarbiausios gyvenimo sritys	Vyrai		Moterys		t kriterijaus reikšmė ir patikimumo lygmuo
Pomėgiai (laisvalaikis)	25 %	1	39 %	1	-3,06; p < 0,01
Profesija	19 %	2	34 %	2	-3,45; p < 0,01
Šeima	14 %	3	12 %	5	0,61; p > 0,05
Visuomeninis gyvenimas	11 %	4	18 %	3	-2,47; p < 0,05
Mokymasis ir išsilavinimas	9 %	5	17 %	4	-2,38; p < 0,01

Analizuojant skirtingos lyties kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų nuomonių sklaidą pagal pagrindinių gyvenimo sričių svarbą ir tų sričių rangus (24 lentelė), išryškėjo, kad moterys, palyginti su vyrais, patikimu skirtumu svarbiomis laiko visas gyvenimo sritis, išskyrus šeimą. Lyginant gyvenimo sričių išsidėstymą bendroje hierachinėje struktūroje, stebima beveik identiška situacija, kuri buvo išaiškinta analizuojant šiuos rodiklius amžiaus aspektu: reikšmingiausia gyvenimo sritis – pomėgiai (laisvalaikis). Tai leidžia teigti, kad studentai daug laiko skiria savo pomėgiams, tarp jų ir sportui, kitaip neįsivaizduodami visaverčio gyvenimo. Didelę reikšmę tirtiems studentams turi ir profesinio gyvenimo sritis (2-a vieta). Netikėta, kad vyrai (3-ia vieta), palyginti su moterimis (5-a vieta), labiau vertina šeimos gyvenimo sritį. Mokymosi ir išsilavinimo sritis, vyrų vertinimu, atsiduria žemiausioje hierarchijos pakopoje (5-a vieta), moterų – atitinkamai 4-oje vietoje.

Taigi gyvenimo sričių ir terminalinių vertybių tyrimas atskleidė apklausos dalyvių vertybinių orientacijų struktūrą, kryptingumą, raiškos laipsnį. Tuo pagrindu atsirado galimybė išskirti studentų gyvenimo stiliaus tipus: kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų vertybinių orientacijų sistemai būdingas pragmatinių ir hedonistinių vertybių raiškos kryptingumas, ir tai analogiškai leidžia išskirti *pragmatinį* ir *hedonistinį gyvenimo stilius*. Daliai studentų artimos sociocentrinė vertybių sistemos, iš kurių jie renkasi sau priimtinausias. Studentų vertybių raiškoje, esant toms pačioms sąlygoms, nustatyta gana nevienoda vertybinė orientacija. Tačiau lyties aspektu esminių skirtumų pastebėta nedaug. Merginų, palyginti su vaikinais, gyvenimiški interesai, galima teigti, daugeliu atvejų (pomėgių, profesijos ir visuomeninės veiklos), išreikšti ryškiau.

3.3. Psichosocialinės adaptacijos ypatumai vertybinės-adaptacinės elgsenos kontekste ir svarba gyvenimo stiliaus projektavimui

Tyrimu (25 lentelė) nustatyta, kad statistiškai patikimų psichosocialinės adaptacijos skirtumų tarp I ir IV kurso studentų neišryškėjo ($t = -0,46$; $p > 0,05$).

Pagal *savęs vertinimą* statistiškai patikimų skirtumų tarp I ir IV kurso tiriamųjų taip pat nėra. Balų vidurkių reikšmės – atitinkamai $64,77 \pm 13,37$ (I kurso) ir $62,33 \pm 14,11$ (IV kurso) – leidžia teigti apie pozityvią savivertę, kuri suvokiama kaip tam tikra savimonės vystymosi pakopa ar komponentas, apimantis asmenybės žinias. Adekvatus savęs vertinimas leidžia kritiškai įvertinti savo galimybes. Aukštas savęs vertinimas koreliuoja su siekiu jausti pranašumą prieš kitus, net dominuoti. Kryptingai puoselėjami sportinės karjeros pasiekimai (šlovė, autoritetas) sudaro galimybes studentui sėkmingiau adaptuotis ir akademiname gyvenime, įgyti vidinio stabilumo. Tikėtina, kad kūno kultūros ir sporto studijų programų studentus teigiamai veikia trenerių praktikuojami problemų sprendimo modeliai.

Analizuojant *požiūrio į kitus* (25 lentelė) faktoriaus išreikštumą, patikimų skirtumų taip pat nepastebėta: tiek I, tiek ir IV kurso studentų apklausos rodikliai yra gana aukšto lygio, ir tai rodo, kad tiriamieji pripažįsta kitų vertingumą.

Tyrimo rezultatai leidžia teigti, kad IV kurso kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų *emocinis komfortas* yra patikimai ($t = -1,99$; $p < 0,05$) didesnis nei I kurso tyrimo dalyvių. Ketvirtakursiams statistiškai patikimai būdingas aukštesnis emocinio komforto lygis ($56,19 \pm 10,28$ balo), palyginti su I kurso studentais ($52,75 \pm 9,97$ balo). Galima teigti, kad IV kurso studentai, palyginti su I kurso tiriamaisiais, jaučiasi esą saugesni. Tai, matyt, galima sieti su adaptacija, kurią IV kurso studentai jau yra įveikę. Pasitvirtino A. H. Maslow (2006) ir C. R. Rogers (2001) nuostatos – kad būtų patenkinti esminiai žmogaus poreikiai, jis turi jaustis gerbiamas, vertinamas ir psichologiškai saugus.

Analizuojant *internalumo* rodiklius, statistiškai patikimų skirtumų tarp I ir IV kurso studentų taip pat nerasta (25 lentelė). Dažnai tiriamųjų išgyvenama stipri viltis sudaro jiems galimybę visiškai save atskleisti asmeniniame gyvenime ir profesinėje veikloje. Jie tiki, kad gali daryti pokyčius savo gyvenime, jaučia pajėgiantys kontroliuoti situacijas.

Studentai, užimantys *dominuojančią* poziciją, kiekvienoje situacijoje siekia išlaikyti esamą padėtį. Tyrimo duomenimis (25 lentelė), apytiksliai vienodai abiejų amžiaus grupių studentai linkę dominuoti, siekti pranašumo, priimti drąsius sprendimus, būti socialiai agresyvūs. Šios savybės būdingos sportininkams. *Darytina prielaida, kad pirmakursių (kaip ir ketvirtakursių) siekimas dominuoti, matyt, išreiškiamas vidiniu potraukiu parodyti save, savo reikalingumą, lyderio pozicijų išsikojimą tarpasmeniniuose santykiuose ir pan.*

25 lentelė. I ir IV kurso tiriamųjų psichosocialinės adaptacijos komponentų statistiniai rodikliai

Skalių pavadinimai	Kursas	N	Vidurkio reikšmė	Standartinis nuokrypis	Standartinė paklaida	t kriterijaus reikšmė	Patikimumo lygmuo p
Adaptacija	I	78	51,50	10,85	1,22	0,465	0,643 p > 0,05
	IV	61	50,62	11,23	1,43		
Savęs vertinimas	I	78	64,77	13,37	1,51	1,040	0,300 p > 0,05
	V	61	62,33	14,11	1,80		
Požiūris į kitus	I	78	54,62	12,79	1,44	0,585	0,560 p > 0,05
	IV	61	53,49	8,92	1,143		
Emocinis komfortas	I	78	52,75	9,97	1,12	-1,992	0,048 p < 0,05
	IV	61	56,19	10,28	1,31		
Internalumas	I	78	56,45	13,06	1,47	0,125	0,901 p > 0,05
	IV	61	56,15	15,142	1,93		
Dominavimas	I	78	44,16	13,72	1,55	0,612	0,541 p > 0,05
	IV	61	42,89	9,72	1,24		
Problemų vengimas	I	78	16,55	5,19	0,58	2,136	0,034 p < 0,05
	IV	61	14,78	4,31	0,55		

Problemų vengimas (eskapizmas) IV kurso studentams yra patikimai ($t = -2,14$; $p < 0,05$) rečiau būdingas nei pirmakursiams (25 lentelė). Ne itin reikšmingai išreikštas tiek vyresniųjų, tiek ir pirmakursių studentų *problemų sprendimo* faktorius (eskapizmas) leidžia daryti prielaidą, kad studentai vengia aktualių problemų, kad jie atitrūkę nuo tikrovės ar linkę nuo jos bėgti. Dėl šių priežasčių sėkminga asmenybės psichosocialinė adaptacija pasidaro mažiau reali. Šis faktas dar kartą patvirtina analizuojamos problemos aktualumą.

Analizuojant kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų psichosocialinės adaptacijos lygį (26 lentelė) statistiškai patikimų skirtumų lyties specifiškumo aspektu nenustatyta ($t = -1,53$; $p > 0,05$).

Pagal *savęs vertinimo* rodiklius neišryškėjo patikimų skirtumų tarp vyrų ir moterų ($t = -0,78$; $p > 0,05$). Galima daryti prielaidą: jeigu vyrauja teigiamas asmenybės savęs vertinimas, tai ji pasižymi emociniu komfortu, išreikštu dominavimu, o kartu ir lengvesne psichosocialine adaptacija. Aukšta savivertė dažniausiai koreliuoja su siekiu būti pranašesniam už kitus, dominuoti. Tokia nuostata galėtų būti siejama su savitu socialinio vaidmens suvokimu, įpročiu analizuoti savo siekius ir jų realumą, kaupti ne tik sportinę, bet ir gyvenimišką patirtį. Kryptingai puoselėjami sportinės karjeros pasiekimai (pergalės, pripažinimas) leidžia studentui sėkmingiau adaptuotis ir akademiniam gyvenime, jausti stabilumą.

26 lentelė. Skirtingos lyties tiriamųjų psichosocialinės adaptacijos komponentų statistiniai rodikliai

Skalių pavadinimai	Lytis	N	Vidurkio reikšmė	Standartinis nuokrypis	Standartinė paklaida	t kriterijaus reikšmė	Patikimumo lygmuo p
Adaptacija	Moterys	62	49,53	9,26	1,17	-1,537	0,127 p > 0,05
	Vyrai	77	52,40	12,12	1,38		
Savęs vertinimas	Moterys	62	62,69	12,91	1,64	-0,782	0,435 p > 0,05
	Vyrai	77	64,52	14,34	1,63		
Požiūris į kitus	Moterys	62	52,36	9,06	1,15	-1,675	0,096 p > 0,05
	Vyrai	77	55,55	12,60	1,43		
Emocinis komfortas	Moterys	62	54,55	8,84	1,12	0,297	0,767 p > 0,05
	Vyrai	77	54,03	11,25	1,28		
Internalumas	Moterys	62	53,51	11,76	1,49	-2,158	0,033 p < 0,05
	Vyrai	77	58,58	15,20	1,73		
Dominavimas	Moterys	62	40,97	13,12	1,66	-2,338	0,021 p < 0,05
	Vyrai	77	45,73	10,85	1,23		
Problemų vengimas	Moterys	62	16,48	5,49	0,69	1,535	0,127 p > 0,05
	Vyrai	77	15,20	4,30	0,49		

Kaip matyti iš 26 lentelės, *požiūris į kitus (vertinimas)*, išreiškiantis teigiamą nuostatą į žmones ar pritarimą jų gyvenimui, ir *požiūris į save* statistiškai reikšmingai nesiskiria lyties aspektu. *Emocinio komforto* faktoriaus reikšmingumo analizėje statistiškai patikimų skirtumų tarp vyrų ir moterų taip pat nenustatyta ($t = -0,29$; $p > 0,05$).

Lyginant būsimųjų sporto pedagogų psichosocialinės adaptacijos išraiškos vidurkius lyties aspektu, nustatyta, kad *internalumas* kūno kultūros ir sporto studijų programų studentėms yra patikimai ($t = -2,16$; $p < 0,05$) būdingesnis nei šių programų studentams. Galima daryti prielaidą, kad studentės labiau geba valdyti save, efektyviau realizuoja užsibrėžtus tikslus, kad jos atsparesnės gyvenime iškilusioms kliūtims. Joms būdinga prisiimti atsakomybę už savo gyvenimo įvykius, t. y., palyginti su vaikiniais, jų didesnė vidinė (internali) kontrolė. Kaip rodo tyrimo rezultatai, *dominavimas* kūno kultūros ir sporto studijų programų studentėms taip pat yra patikimai ($t = -2,34$; $p < 0,05$) būdingesnis nei minėtų studijų programų studentams. Studentai, užimantys dominuojančią poziciją, kiekvienoje situacijoje siekia keisti aplinkybes, išlaikyti faktinę padėtį.

Apibendrinant galima teigti, kad IV kurso studentų *emocinis komfortas*, palyginti su pirmakursiais, reikšmingai labiau išreikštas. *Problemų vengimas* IV kurso studentams patikimai mažiau būdingas nei I kurso tiriamiesiems. Studentų amžiaus aspektu nenustatyta *adaptacijos lygio, savęs vertinimo, kitų priėmimo, internalumo* ir *dominavimo* komponentų patikimų skirtumų.

Galima teigti, kad studentų psichosocialinės adaptacijos ypatumų analizė amžiaus aspek-

tu išryškino daugiau panašumų nei skirtumų. Tai, matyt, galima paaiškinti emocionalių pirmakursių įsijungimu į adaptacijos procesą, nes pirmieji studijų įspūdžiai visada lydimi euforijos ir susižavėjimo nauja aplinka. Vien tik dėl to, kad žmogus atsiduria naujoje pageidaujamoje vietoje, jis pasijunta įgijęs naujų jėgų, suvokia esąs gyvybingas, reikšmingas ir svarbus (Mikatavage, 2003). Kartu galima daryti prielaidą, kad pirmo kurso studentai yra susiformavę idealų savo pasirinktos profesijos įvaizdį. Kaip hipotetiškai teigia I. Šeščilienė (1998b), pirmakursiai linkę akcentuoti, kad jų profesijos pasirinkimą lėmė pašaukimas. Po vienu studijų metų šis požiūris dažnai kinta ne pašaukimo naudai (p. 40).

Tyrimo rezultatų pagrindu galima konstatuoti ir tai, kad ne visiems studentams aplinkos pakeitimas kelia adaptacinių problemų. Tam įtakos, matyt, turi ir tai, kad sportuojantys studentai priversti nuolat atlikti daug vaidmenų, jų kontaktai itin gausūs, jie nuolat jaučia didelę konkurenciją sportinėje veikloje. Dažnos tarpusavio sąveikos, su kuriomis susiduria kūno kultūros ir sporto studijų programų studentai, ir sėkminga orientacija taip pat vertintina kaip viena svarbiausių sėkmingumo prielaidų.

Tikslinga, manytume, pritarti R. Milašiūno bei I. Liutkevičienės (2008) nuomonei, kad adaptyviems studentams padeda sprendimų modeliai, kurių vaikystėje matė imantis tėvus (p. 59). Tėvų gyvenimo stilius tarsi saugumo garantas glūdi studento asmenybės viduje. Pirmą minėtų autorių teigimu, jaunas žmogus, neišmokęs vaikystėje susidoroti su įvairiomis problemomis, adekvačiai reaguoti į sudėtingas gyvenimo situacijas, užaugęs į iškylančius sunkumus reaguoja itin nerimastingai. Neatsitiktinai M. Argyle (1996) socialinius įgūdžius apibrėžia kaip tam tikrus elgesio standartus, kurie individą padaro socialiai kompetentingą.

Tarp skirtingos lyties studentų *savęs vertinimo, kitų priėmimo, emocinio komfortiškumo ir problemų vengimo komponentų patikimų skirtumų* nenustatyta.

4. KŪNO KULTŪROS IR SPORTO STUDIJŲ PROGRAMŲ STUDENTŲ GYVENIMO STILIAUS STRUKTŪROS IR TIPOLOGIJOS RAIŠKA: KOKYBINIO TYRIMO REZULTATAI

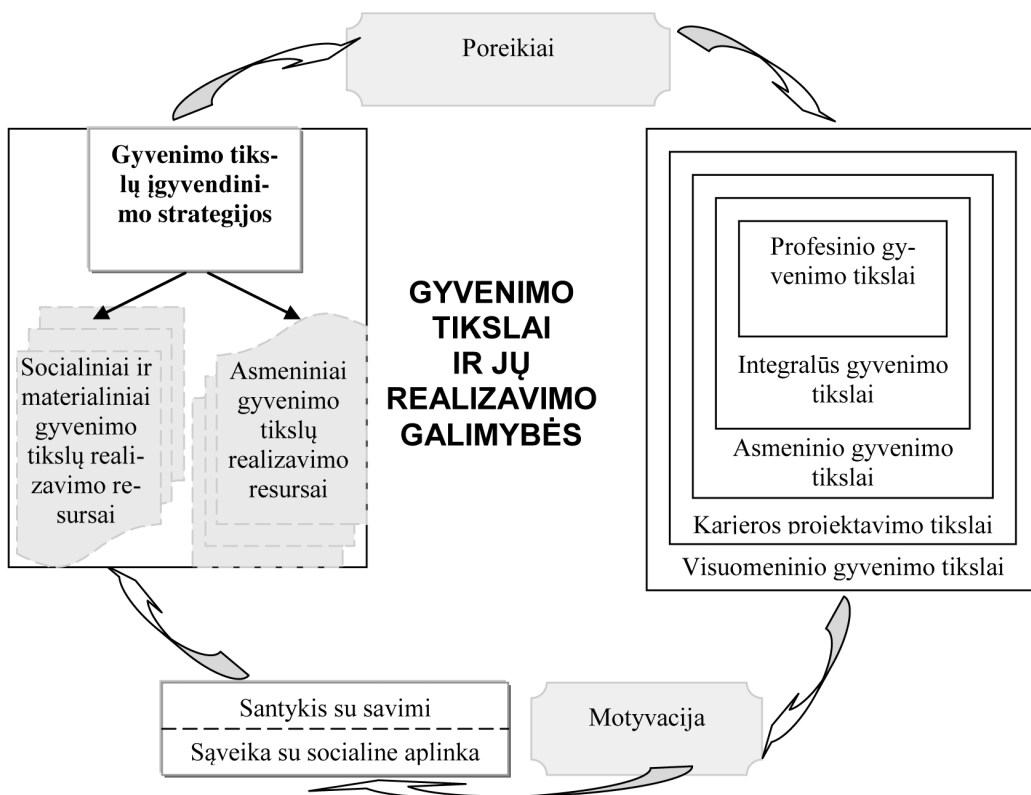
4.1. Gyvenimo stiliaus įvairovės raiška: tikslų ir jų realizavimo galimybių kontekstas

A. Mickūnas ir D. Stewart (1994, p. 137), analizuodami E. Husserl (1982) fenomenologinį požiūrį, teigia, kad, remiantis šia filosofijos kryptimi, galima interpretuoti žmogaus gyvenimą tikslų, ketinimų ir prasminių orientacijų pagrindu. Fenomenologijos požiūriu visuomenė suprantama susidedanti iš laisvų asmenų, kurie gyvenimiškus sprendimus priima atsižvelgdami į visuomenės vertybių sistemos kontekstą.

Todėl itin aktuali problema – studentų gyvenimo tikslų ir jų realizavimo galimybių tyrimas, nes tikslas – tai giliausia žmogaus viduje glūdinti dimensija – centrinė ašis gyvenimo stiliui projektuoti. Analizuojant studentų gyvenimo tikslus, poreikius, motyvaciją, gyvenimo tikslų siekimo strategijas ir kt., per šias prasmes išvelgiami gyvenimo stiliaus ypatumai, jo formavimosi mechanizmai, gyvenimiškos situacijos jų socialinėje aplinkoje.

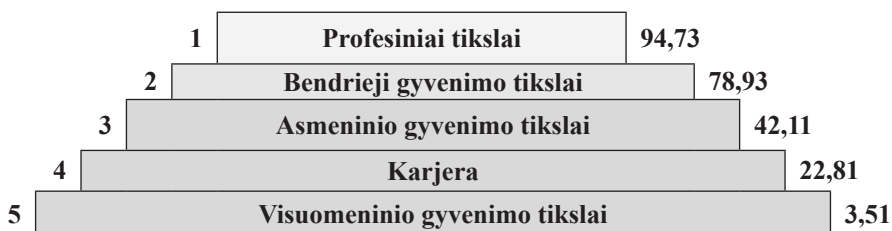
Gyvenimo tikslai ir jų realizavimo galimybės. Atsižvelgiant į tai, kad gyvenimo stilius, kaip rašyta teorinėje disertacijos dalyje, visada susijęs su pasirinkimais, siekta suvokti studentų savęs raišką per jų gyvenimo tikslus. Analizuojant rašinių „Gyvenimo tikslai ir jų realizavimo galimybės“ turinį, ypatingas dėmesys skirtas studijuojančio jaunimo planuojamų ir valingais veiksmais siekiamų gyvenimo rezultatų, jų įgyvendinimo galimybių analizei, kreipiant dėmesį į tai, kaip studentai orientuojasi sudėtingoje šių dienų socialinėje realybėje. Tyrimo metu neišryškėjo esminių skirtumų tiriamųjų amžiaus aspektu, todėl duomenys šiuo požiūriu nelyginami.

Pasitelkus refleksiją, nuolat plėstas supratimas *hermeneutinio rato* principu (5 pav.), kuris reiškia teksto dalių ryšį su visuma. Tai mums leido išvelgti teorinio gyvenimo stiliaus fenomeno apibūdinimo ir jo raiškos realybėje ryšį.



5 pav. Gyvenimo tikslų ir jų realizavimo galimybių kokybinio tyrimo konstruktas

Tyrimo rezultatų analizė leido išskirti penkias kokybines kategorijas, betarpiškai susijusias su gyvenimo tikslais: *integralius* (visaapimančius) *gyvenimo tikslus*; *profesinius*; *asmeninio gyvenimo tikslus*; *karjeros*; *visuomeninio gyvenimo tikslus* (6 pav.). Studentų elgsena, kaip gyvenimo stiliaus formavimo pagrindas, išryškėjo studentų gyvenimo tikslų, orientacijų ir vertybių prezentacijoje.



6 pav. Gyvenimo tikslų hierachinė (daugiapakopė) struktūra (%)

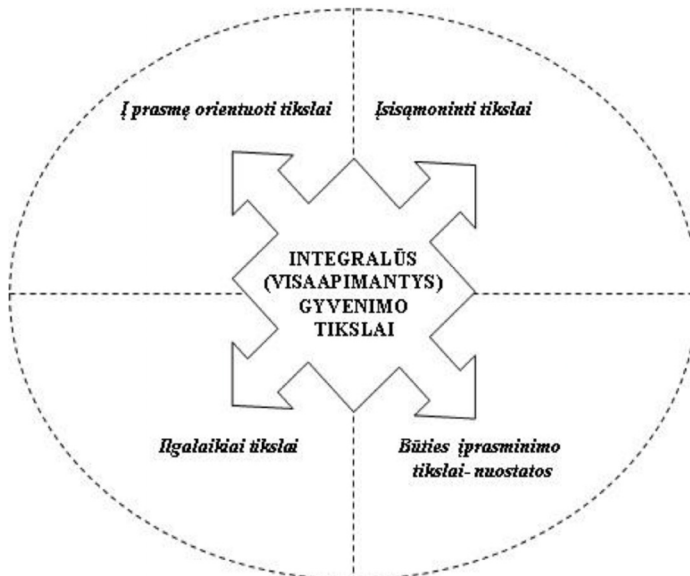
Intrpretuojant gyvenimo tikslų struktūrą (6 pav.) pirmasia būtina pabrėžti, kad svarbiausia / aukčiausią poziciją ateities strategijų hierarchijoje užima profesiniai tikslai (94,73 %), ir tai ne visai atitinka visuotinai deklaruojamą sampratą, kad šeima turėtų užimti aukščiausią poziciją gyvenimo tikslų struktūroje. Tai nesutampa su disertacijos teorinėje dalyje (poskyris 1.3.1) apžvelgtais tyrimais. Prioritetiškai (78,93 %) studentai akcentavo universitetinį išsilavinimą, kaip profesinių žinių ir įgūdžių vartojimą, siekiant gyvenimo tikslų. Galbūt tiriamieji, teikdami pirmenybę profesiniams tikslams, rėmėsi pragmatine nuostata – tik įgyta profesija, darbas pagal ją sudaro pagrindą šeimos saugumui, jos gyvenimo kokybiškumui. Rašiniuose ryškėjo ir asmeninio gyvenimo tikslai (42,11 %), išreikšti požiūriu į šeimą ir su tuo susijusiomis ateities perspektyvomis.

Gilindamiesi į savo gyvenimo tikslus, studentai pirmisia akcentavo jų turėjimo svarbą, nes tai žadina poreikį veikti – tikslas, kaip numatomo rezultato vaizdas, virsta skatinamąja jėga, padedančia kreipti veiksmą ir lemti jo atlikimo būdų / priemonių pasirinkimą. Tai patvirtina teorinę nuostatą, analizuotą disertacinio darbo teorinės dalies 1.2.3 poskyryje: tikslo kėlimas – tai sąmonės šerdis – prieš ką nors veikdamas realiai, žmogus tai sukuria savo vaizduotėje.

Beveik trečdalis tiriamųjų akcentavo karjeros siekius (23,81 %). Tiriamiesiems absoliučiai nereikšmingi visuomeninio gyvenimo tikslai, savanorystė (3,51 %). Tam, matyt, įtakos turėjo tai, kad šiandieniniai studentai savo gyvenimo projektą kuria rizikos, netikrumo ir nesaugumo sąlygomis.

Integralūs (visaapimantys) gyvenimo tikslai

Kategoriją **Integralūs (visaapimantys) gyvenimo tikslai** atspindi 7 pav. pateiktos subkategorijos: *į prasmę orientuoti tikslai*; *įsisąmoninti tikslai*; *ilgalaikiai tikslai*; *būties įprasminimo tikslai – nuostatos*. (Gilesnis subkategorijų turinys, grindžiamas rašinių analizės pagrindu išskirtais teiginiais, pristatomas 8 priedo pirmoje lentelėje)



7 pav. Integralių gyvenimo tikslų struktūra (kategorija ir subkategorijos)

Analizuojant integralių gyvenimo tikslų kategorijos turinį išryškėjo studentų įsitikinimas, kad žmogaus gyvenimas be tikslų būtų nieko vertas ir kad kiekvienas žmogus privalo nusibrėžti savo gyvenimo tikslus (*Žmogaus be siekių gyvenimas būtų niekas, be prasmės*). Galima teigti, kad tokiose frazėse atsispindi studentų gyvenimo filosofija, suvokta būties prasmė, kai studentai išsikelia artimosios ir tolimosios ateities tikslus. Studentai suvokia, kad žmogui neužtenka prisitaikyti prie visuomenės ir sėkmingai funkcionuoti – tiriamieji ieško savo egzistencijos gilesnės prasmės, dvasinės pilnatvės (*Mano tikslas ne tik egzistuoti, bet ir gyventi taip, kad jausčiau gyvenimą*). Šie išsakyimai tarsi nukelia studentus į egzistencinių klausimų, nesusijusių su žmogaus gyvybiniais poreikiais arba netiesiogiai susijusių, sritį. Studentai reiškia tikėjimą, kad, turėdami realius, konkrečius tikslus ir jų siekdami, jie gali išvelgti gyvenimo prasmę ir jausti pilnatvę. Toks požiūris atliepia A. Šliogerio (2011) suformuluotą nuostatą, kad egzistenciniai klausimai yra antropocentriniai: žmogus juos kelia dėl savęs ir savo labui. Lygiagrečiai išryškėjo ir kitas aspektas, bylojantis studentų susirūpinimą savo būtimi šiandieninėje realybėje (*Aš siekiu palikti kažką reikšmingo pasauliui, nors tai kažin ar įmanoma*). Kita vertus, tokio tipo teiginiai yra tarsi nuoroda į tai, kad studentai savo siekius planuoja ne vien remdamiesi kasdieniais norais, bet ir dar neaiškėmis, nesusikoncentravusiomis savikūros, gyvenimo prasmės kategorijomis.

Studentų pamąstymus apie gyvenimo prasmę, norą neapsiriboti savo individualių gyvenimo tikslų planavimu, galvoti tik apie asmeninę gerovę rodo jų samprotavimai, išreikšti tokio tipo teiginiais – *Aš siekiu palikti kažką reikšmingo pasauliui*. Vadinasi, tiriamieji ieško savo gyvenimo prasmės, neapsiribodami vien sėkmingu fiziniu egzistavimu. Akivaizdu, kad jie kelia sau aukštesnius tikslus ir idealus, nors dar nepakankamai akivaizdžiai suvokiamus. Šiomis viziomis siekia praturtinti savo gyvenimą, padaryti jį vertingą. Taigi, studentai, nors ir intuityviai, suvokia, kad vertingas gyvenimas yra kartu ir prasmingas, kad prasmingas gyvenimas teikia individui patvarią laisvę. Pozityviai nuteikia ir teiginys <...> *svarbiausias žmogaus tikslas – būti sąžiningam, doram Lietuvos piliečiui*, atskleidžiantis pilietiškumo jausmus, meilę Lietuvai – ne taip dažnai išvelgiamus bruožus šiuolaikinio jaunimo vertybių hierarchijoje. Antra vertus, žmogaus sąžiningumas, dora išryškėja dirbant, užsiimant veikla, kuri ne tik visuomeniškai vertinga, bet ir subjektyviai prasminga.

Manytume, svarbu tai, kad studentai gana dažnai (19 teiginių) įvardija ilgalaikius, įsisąmonintus tikslus. Tai leido išskirti *gyvenimo stiliaus strategiją, orientuotą į ateitį*. Dažniausiai ilgalaikiai, nuolatiniai studentų tikslai siejasi su išsimokslinimu ir aukštų sportinių rezultatų troškimu (*Vienintelis tikslas turbūt nuo pradinių klasių išliko užbaigti mokslus ir siekti aukštųjų tolimesniam gyvenime*). Todėl išsilavinimas tampa pagrindine investicija į žmogiškąjį kapitalą. Tiriamieji pabrėžė nuo mažens žinoję, ko sieks ateityje: *Jau būdamas vaikas žinojau savo gyvenimo tikslą; Mano gyvenimo tikslai jau prasidėjo nuo penkerių metų; <...> nuo pat mažų dienų svajojau tapti geru, įžymiu sportininku; Jau jaunas būdamas svajojau būti garsus krepšininkas*. Tokie studentų pasisakymai gyvenimo tikslų tema rodo jų orientaciją į sėkmę, kaip esminę gyvenimo strategiją (*Nuo pat mažens mano gyvenimo tikslas yra sportuoti ir iškilti kuo aukščiau savo galimybių*). Svarbu, kad tyrime dalyvavę studentai aktyviai sportuoja ir, kaip

planavo dar vaikystėje, sėkmingai siekia aukštų sporto rezultatų. Tai leidžia daryti prielaidą, kad ankstyvas tikslo suvokimas daugiausia lemia jo sėkmingą realizavimą. Kartu galima teigti, kad nuo vaikystės puoselėjami tikslai, siekių stabilumas, užsispyrimas – tai sportininką charakterizuojančios asmeninės savybės.

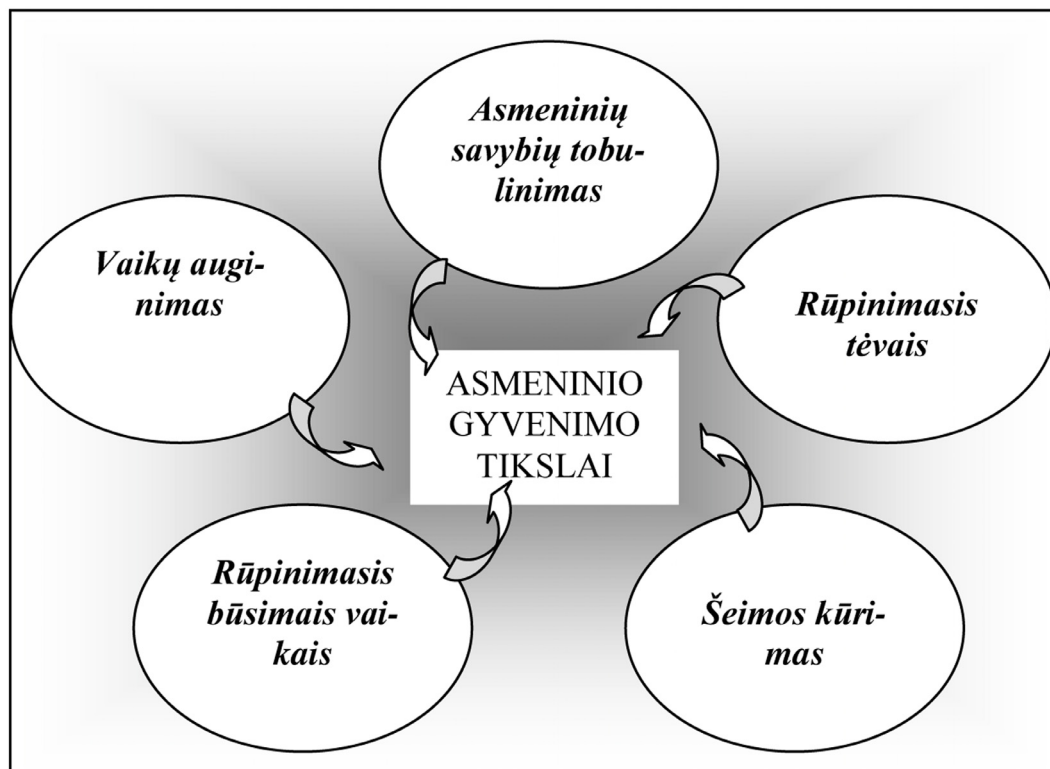
Analizuojant rašinius atkreiptas dėmesys į visuomeniniame gyvenime dažnai deklaruojamus teiginius apie „gyvenimo“ bei „egzistavimo“ skirtumus, apie turiningo gyvenimo siekius: *Išliko tas stereotipiškas pasakymas, kad privalu pasodinti medį, pastatyti namą ir užauginti vaiką; Nesielk su kitais taip, kaip nenorėtum, kad su tavimi elgtųsi.* Tikėtina, kad studentų įvardytos nuostatos „kalba“ apie būties įprasminimo svarbumą, suvokimą tų gyvenimo dėsnių, kurie praturtina jaunų žmonių vertybių skalę, padeda priimti teisingus sprendimus. Tai ypač aktualu Lietuvoje ir pasaulyje vykstančios dvasinių vertybių krizės akivaizdoje (tai akcentuojama metodologinėje disertacijos dalyje pateiktose *aksiologinės-antropologinės vertybių krizės* prieigose), kai daugelis žmonių nemato, o gal nebeieško gyvenimo prasmės, pagrindinių motyvacijos galių, kaip daugiau ar mažiau žmogaus subjektyviai įsisąmonintų vidinių elgesio paskatų.

Dalis tiriamųjų, apibūdindami savo siekius, rėmėsi įvairiais gyvenimo moto (*Gyvenk, veik ir siek! Apie ką galvosi – tuo ir tapsi*). Kai kurie tiriamieji teigė, kad reikia gyventi remiantis nuostata „čia ir dabar“ (*Manau, reikia gyventi šia diena*). Pastarojo tipo teiginiai, manytume, reikalauja gilesnės analizės, bandymo suvokti, ar tai momentinės nuotaikos išraiška, kai studentas dar nejaučia atsakingumo už savo ateitį, ar tai jau yra jo gyvenimo filosofijos išraiška, primenanti žmogui, jog turime būti sąmoningi ir džiaugtis kiekviena nauja diena.

Asmeninio gyvenimo tikslai

Asmeninio gyvenimo tikslų kategorijai būdingos šios subkategorijos (8 pav.): *šeimoms kūrimas; vaikų auginimas; rūpinimasis būsimais vaikais; rūpinimasis tėvais; asmeninių savybių tobulinimas.* (Gilesnis subkategorijų turinys, grindžiamas rašinių analizės pagrindu išskirtais teiginiais, pateiktas 8 priedo antroje lentelėje.)

Šeima, kaip reikšminga vertybė, minima daugelio studentų (subkategorijos turinį išreiškia penkiolika teiginių) nepriklausomai nuo jų amžiaus ir lyties (*Viena svarbiausių mano svajonių ir pagrindinis tikslas yra tvirtos, mylimos ir mylinčios šeimos turėjimas; Mano gyvenime labai svarbi yra šeima, todėl vienas iš gyvenimo tikslų – turėti šeimą, kuri galėtų būti kaip pavyzdys kitoms šeimoms*). Taigi statusinės pozicijos ir socialinės padėties saviidentifikavimas apibrėžiamas šeimos turėjimu ir tampa savotišku gyvenimo stiliaus simboliu. Suvokdami šeimą kaip svarbią asmeninio gyvenimo vertybę, studentai kartu demonstruoja orientaciją į tradicinės santykių šeimoje formas, priima vyresniosios kartos vertybines nuostatas (*Svajonu sukurti šeimą; Labai svarbu pamąstyti apie šeimą, ji yra pati svarbiausia mano gyvenime*). Galima teigti, kad tirtų studentų nuostatos atitinka tradicinės šeimos sampratą, aptartą, remiantis kitų mokslininkų tyrimais, šio disertacinio darbo 1.3.1 poskyryje arba yra jai artimos. Tiriamųjų požiūris į šeimos misiją patvirtina ir R. Inglehart, Ch. Welzel (Инглхарт, Вельцель, 2011) apibūdintą nuomonę, kad žemo ekonominio lygio šalyse skirtumai tarp kartų mažiau išryškėja: jaunimas ir vyresniojo amžiaus žmonės demonstruoja apytiksliai vienodus tradicinių ir šiuolaikinių vertybių pripažinimo rodiklius.



8 pav. Asmeninio gyvenimo tikslų struktūra (kategorija ir subkategorijos)

Išaiškėjo ir tai, kad šeimos tikslo realizavimas studentams yra sudėtingas ir problemiškas dėl to, kad reikia rasti šeimos ir profesinių siekių kompromisą. Galima daryti prielaidą, kad „kitaip“ kurti šeimas žmonės verčia pasikeitusios gyvenimo sąlygos – jos tapo labai sudėtingos ir sunkios, ypač aktuali būsto problema. Tokia situacija, manytume, verčia rinktis: kurti šeimą ir auginti vaikus, neturint garantijų, kad juos materialiai išlaikysi, ar jos nekurti, nes nežinia, kokia bus profesinė karjera. Dėl tokių sąlygų ir nekuriamos šeimos – tai atidedama vėlesniam laikui arba gyvenama kartu nesusituokus, neįsipareigojant savo partneriui. Tai būtent patvirtina ir teorinės disertacinio darbo dalies išvagos.

Pažymėtina, kad, planuodami ateitį, šiuolaikiniai studentai konstruoja vartojimo strategijas, kurios, jų manymu, pasieks optimalų lygį po 5–10 metų (dalis tiriamųjų įsivaizduoja turėsia geras pajamas ir kokybišką gyvenimą). Jau dabar planuojamos investicijos į būsimų vaikų išsilavinimą (*Stengiuosi, kad mano vaikai gautų pačias geriausias sąlygas tobulėjimui ir garsinant mūsų šeimą*). Galima teigti, kad vartojimas tapo svarbia socialine-kultūrine charakteristika, betarpiškai susieta su gyvenimo stiliumi, jo projektavimu. Šios kategorijos turinio analizė patvirtina studentų orientaciją į anksčiau išskirtą *racionalų pragmatinį* gyvenimo stilių, tai yra, *racionalistai pragmatikai* planuoja investuoti ne tik į savo, bet ir savo būsimų vaikų išsilavinimą.

Trijuose rašiniuose užsimenama apie vaikus (išskirta subkategorija – *vaikų auginimas*), todėl galima daryti prielaidą, kad tai – projekcija į ateitį, asmeninio gyvenimo planų raiška, siekiai užauginti vaikus, jais rūpintis (*Svajoju turėti keletą gražių vaikų; Vaikai, mano manymu, yra gyvenimo tikslas; Žinoma, norėčiau turėti vaikų*).

Reikšmingi vertybiniu požiūriu teiginiai, kuriuose aiškiai išsakytas noras rūpintis vaikais (*Mano tikslas yra toks, kad mano vaikai niekada nepatirtų to, ką teko patirti man <...>*). Iš rašinių konteksto, kuriame randama tokių teiginių, galima daryti išvadą, jog atskirų studentų gyvenimas nebuvo lengvas, vienaip ar kitaip jie gyvenime jautė materialinių ir (ar) dvasinių vertybių stygių. Šios subkategorijos atspindi būsimų tėvų nuostatas rūpintis savo vaikais, išgyventi dėl jų ateities. Vadinas, studentų teiginiuose išryškinta pagrindinė šeimos funkcija – auginti ir auklėti vaikus, atsispindi ir dorovės griūtis – šeimos santykių irimas.

Studentų altruistines vertybines nuostatas rodo ir tai, kad kai kurie iš jų jaučiasi skolingi ir dėkingi tėvams už tai, kad šie teikia materialinę paramą studijuojant. Tokių studentų svajonė ir tikslas siejasi su galimybe ateityje atsidėkoti už teikiamą pagalbą (*Kai baigsiu universitetą, stengsiuosi kuo labiau paremti tėvelius dėl visko, ką jie padarė dėl manęs*). Tai leidžia teigti apie tokią susiformavusią brandžią studentų savybę, kaip atsakingumas už savo artimuosius, noras jiems padėti ir nusiteikimas stabiliems tarpusavio ryšiams, rūpinimosi tėvais, kaip paskirties gyvenime, suvokimas. Išryškėjo šios altruistinio turinio apraiškos: jautrumas, gerumas, rūpestingumas, noras dalintis tokiomis vidinėmis vertybėmis, kaip parama, tolerancija, tai yra vidiniu turtu, kuris sunkiai pamatuojamas ir yra visiškas kontrastas materialiam turtui. Akivaizdu, kad šiems studentams būdingas *altruistinis gyvenimo stilius, kai asmenybė sąmoningai orientuojasi į kitų žmonių gerovę*.

Rašinių analizė išryškino ir asmeninių savybių tobulinimo nuostatas (*Mano gyvenimo tikslai susiję su asmeninių savybių tobulinimu bei dvasinėmis vertybėmis; Tam ir mokausi, kad pats išmokčiau ir kitus galėčiau mokyti <...>*). Tai, ko gero, reikšminga būsimos specialisto nuostata, bet ją išsakė tik du tiriamieji. Šį faktą galima paaiškinti studentų siekiais pirmiausia sėkmingai baigti mokslus, įsitvirtinti visuomenėje, tapti finansiškai nepriklausomais, todėl asmeninių savybių tobulinimo tikslai vertinami kaip mažiau reikšmingi sudėtingoje šiandienos situacijoje.

Profesinio gyvenimo tikslai

Profesinio gyvenimo tikslų kategoriją atspindi subkategorijos (9 pav.) *išsilavinimo siekiai; abejonės dėl išsilavinimo būtinumo; kūno kultūros specialybės pasirinkimas; studijų tęstinumo siekiai; mėgstamo darbo siekiai; kūno kultūros mokytojo darbas; sporto trenerio darbas; profesionalus sportas*. (Gilesnis subkategorijų turinys, grindžiamas rašinių analizės pagrindu išskirtais teiginiais, pateiktas 8 priedo trečioje lentelėje)

Tyrimo rezultatai parodė, kad studentams labai aktualus išsilavinimas (subkategorijos *Išsilavinimo siekiai* reikšmingumas išreikštas 18 teiginių). Jauni žmonės pripažįsta išsilavinimo svarbą: projektuojant ateitį – išsilavinimas yra svarbiausia pakopa, siekiant sėkmės gyvenime. Galima teigti, kad šiuolaikinių studentų gyvenimo stilius orientuotas į išsilavinimo, profesinius siekius. Šio tyrimo rezultatai sutampa su Kauno jaunimo situacijos tyrimų rezultatais

(Kaminskaitė, 1996): besimokantis jaunimas „labai svarbiomis“ vertybėmis pripažįsta išsilavinimą, kiek mažiau vertinamas darbas ir šeima.



9 pav. Profesinio gyvenimo tikslų struktūra (kategorija ir subkategorijos)

Gilesnė tyrimo rezultatų analizė leido išvelgti tiriamiesiems būdingą gyvenimo stiliaus strategiją, susietą su išsilavinimo lūkesčiais, tai – orientacija į artimiausius tikslus: *Svarbiausias dabar mano tikslas pabaigti savo studijas, įgyti išsilavinimą; <...> siekiai yra pabaigti sėkmingai mokslo studijas; <...> svarbiausias mano gyvenimo tikslas tai baigti universitetą.* Kai kurie studentai, matyt, itin jaučia šiandieninės situacijos nestabilumą ir netikrumą, todėl išsilavinimo siekais jie orientuojasi į artimiausius tikslus.

Nustatyta ir tai, kad universitetinio išsilavinimo įgijimo strategijos pasirinkimas turi nevienareikšmę prasmę: viena vertus, – tai galimybė įgyti reikiamų žinių (studentai, kalbantys apie orientaciją į ateitį, pirmiausia ją sieja su žinių, įgytų universitete, pritaikymu), kita vertus, – formalus diplomo įgijimas, rodantis universitetinį išsilavinimą, atveria realesnes galimybes įsidarbinti. Universitetinių studijų motyvai liudija ir apie išsilavinimą, kaip instrumentinę vertybę. Ja pasinaudoja tie, kuriuos galima vadinti *siekiančiais sėkmingos karjeros ir materialinės gerovės*. Praktiškai išnyksta terminalinė išsilavinimo funkcija. Jaunimas vis labiau pragmatiškesnė savo siekais – profesinį išsilavinimą panaudoja kaip gyvenimo tikslų įgyvendinimo būdą, nes gyvena vartotojiškoje visuomenėje. Taigi, galima teigti, kad pagrindinis aukštojo universitetinio išsilavinimo motyvas – siekis įgyti profesiją, sudarančią galimybę rasti gerai apmokamą darbą. Tai liudija utilitarinį šiuolaikinių studentų požiūrį į universitetinį išsilavinimą, kaip išgyvenimo būdą.

Apmąstydami profesinius tikslus kai kurie studentai išreiškė abejones dėl universitetinio išsilavinimo reikalingumo, mokslo vertingumo, prasingumo. Tai patvirtina subkategorijos *abejonės dėl universitetinio išsilavinimo reikalingumo* turinys: *<...> pradedi galvoti, ko vertas tas mokslas; Abejoju dėl mokslo reikalingumo, galvoju, kad ir be jo galima lengvai išsiversti.* Išryškėjo ir finansinės problemos: *Kokia prasmė mokėti milžiniškas sumas už mokslą, kai nėra*

iš kur mokėti <...>; Mokyti dabar yra labai didelė prabanga, nes daug kainuoja. Galima teigti, kad šiuolaikinius studentus lydi nerimas, baimė dėl ateities, galimų sunkumų vaizdiniai. Taigi pasitvirtino šiųdienis asmenybinio vystymosi proceso sudėtingumas, reikalaujantis drąsos pakilti virš savęs, pripažinti savo bejėgiškumą kai kuriose situacijose, iš naujo įvertinti tai, kas anksčiau buvo pasiekta ir pripažinta, pažeminti ar visai nubraukti tai, kas taip neseniai buvo itin vertinama.

Tyrimu nustatytas faktas, kad studentai studijas universitete suvokia ne kaip baigtinį procesą, bet orientuojasi į nuolatinio mokymosi strategijas, t. y. vadovaujasi švietimo reformos ir gyvenimo įdiegtu tęstinumo principu, deklaruojančiu kiekvieno asmens mokymosi visą gyvenimą idėją. Šiuo požiūriu tikslinga pacituoti subkategorijos *Studijų tęstinumo siekiai* turinį, kuriame išaiškėjo studentų suvokimas, kad išsilavinimas nesibaigia bakalauro laipsnio diplomu: *Mano specialybės žmonėms viskas nesibaigia universiteto baigimu, mokytojams dar būtinas kvalifikacijos kėlimas; Vien universiteto žinių <...> neužtenka, reikia griebtis papildomo mokymosi <...>.* Studentai suvokia, kad šiandieninėje konkurencinėje kovoje išlikti gali tik aktyvus, iniciatyvus ir prisiimantis atsakomybę už savo veiksmus žmogus, t. y. kaip asmeninę sampratą tvirtina tikslus ir vertybinius orientyrus, pirmą kartą taip suformuluotus 1994 m. Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklos *Bendrujų programų* projekte.

Reikšminga tai, kad dalis tiriamųjų studijuoja „savo svajonių“ specialybę: *Kūno kultūra – tai mano svajonių studija, tikrai norėjau čia įstoti.* Šis teiginys iliustruoja savęs realizavimo aspektą, kai profesinė veikla tampa integrali studento tapatybės, gyvenimo stiliaus dalis. Kita vertus, tai galima sieti ir su kūno kultūros specialybės idealizavimu, kuris, be abejo, kyla iš patirtų malonių pojūčių sporte.

Vienas didžiausių studentų troškimų – „gero darbo“ radimas (*Na, kitas mano gyvenimo tikslas yra turėti gerą darbą*). Kalbėdami apie tokį darbą, studentai suvokia jį kaip gerai apmokamą – rašinių turinyje dažnos dimensijos – išsilavinimas ir pajamos. Deja, tik nedidelė dalis studentų svajoja apie jiems patinkantį darbą. Darytina prielaida, kad, vartodami žodį „gerą“, studentai įsivaizduoja ne tik gerai apmokamą, bet ir mėgstamą darbą, nes profesinio gyvenimo tikslų subkategorijose išryškėjo tiriamųjų siekiai dirbti kūno kultūros mokytojais, sporto treneriais (subkategorijų dažnis – 10 atvejų).

Profesinio gyvenimo tikslus studentai sieja ir su profesionaliu sportu (subkategorijos raiška – 10 teiginių). Tai prezentuoja tokie teiginiai: *Nuo pat mažens svajojau būti profesionalus krepšininkas <...>; Mano gyvenimo tikslas tapti profesionalu, žaisti už rinktinę.* Galima prielaida, kad profesionalaus sporto svajonės siejamos su studijų periodu.

Apibendrinant šios kategorijos analizę, galima teigti, kad studentų gyvenimo tikslų raiška leidžia išskirti *racionalųjį pragmatinį* studentų gyvenimo stilių: jį propaguoja studentai, vertinantys žinias, kultūrinį kapitalą, įgytą universitete, kaip investicijas į ateitį, kaip ypatingą vartojimo formą. *Racionalistais pragmatikais* galima pavadinti studentus, kurie žinias suvokia kaip kultūrinius išteklius, galimybę įsitvirtinti gyvenime. Tai savotiškas atsakas į globalizacijos iššūkius, būtent stiprinti asmens integralumą, plėtoti šiuolaikinei tarptautinei konkurencijai būtinas asmens ir visuomenės galias, padėti asmeniui „tapti savarankišku, atsakingu žmogumi,

norinčiu bei gebančiu nuolat mokytis ir kurti savo bei bendruomenės gyvenimą“ (Švietimo gairės, 2002, p. 84).

Visuomenio gyvenimo tikslai

Visuomeninio gyvenimo tikslų kategoriją išreiškia subkategorija (27 lentelė) visuomeninė veikla, savanorystė.

27 lentelė. **Visuomeninio gyvenimo tikslų struktūra ir turinys**
(kategorija ir subkategorija)

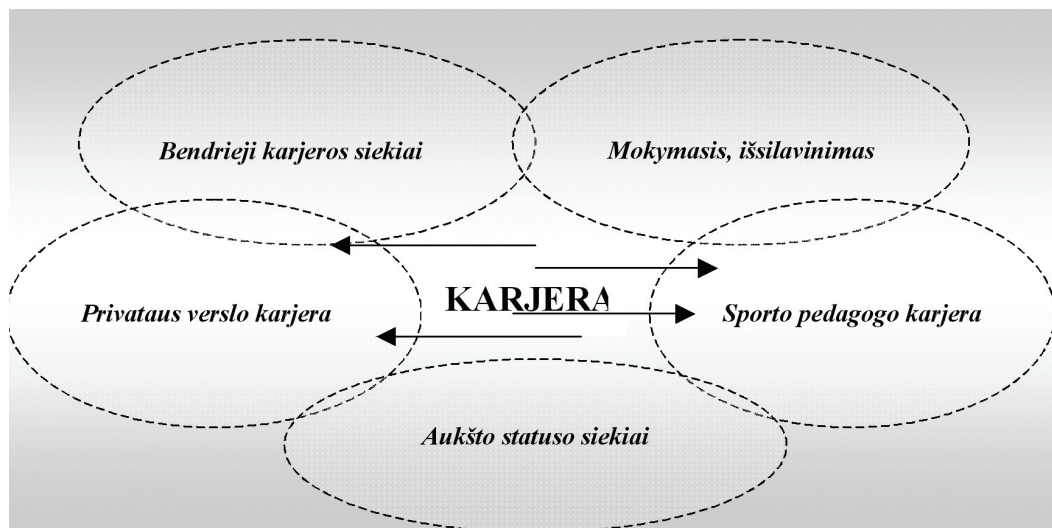
Kategorija	Subkategorijos	Prasminiai kontekstai – teiginiai	Teiginių skaičius
Visuomeninio gyvenimo tikslai	<i>Visuomeninė veikla, savanorystė</i>	Antrasis mano gyvenimo tikslas – dalyvauti visuomeninėje veikloje (51–21) Dar ir dabar svajoju apie savanorystę (51–42)	2

Itin menką dėmesį studentai skyrė subkategorijai (27 lentelė) *Visuomeninė veikla, savanorystė*, išreikšdami ją tik dviem teiginiais: vienas teiginys atskleidžia norą ateityje dalyvauti visuomeninėje veikloje, kita studentė, savo gyvenime jau susidūrusi su savanoryste, pageidauja ir toliau tęsti šią veiklą (*Dar ir dabar svajoju apie savanorystę*). Šis faktas patvirtina Europos Komisijos nuomonę, kad savanorystė, visuomeninė veikla Lietuvoje dar nėra populiarūs, palyginti su Vakarų Europos šalimis ar Amerika. Tokiai situacijai įtakos, matyt, turi ir tai, kad šiais nelengvais laikais dauguma jaunų žmonių tiesiog įpareigoti kovoti už būvį ir galvoti pirmiausia apie savo išgyvenimą, kuris siejasi su darbu, pinigais.

Karjera

Tikslus, susijusius su karjera, apibūdina šios subkategorijos (10 pav.): *bendrieji karjeros siekiai; mokymasis ir išsilavinimas; sporto pedagogo karjera; aukšto statuso siekiai; privataus verslo karjera*. (Gilesnis subkategorijų turinys, grindžiamas rašinių analizės pagrindu išskirtais teiginiais, atsispindi 8 priedo ketvirtoje lentelėje)

Suvoktas karjeros (lot. *carrus* – vežimas) sampratos multidiscipliniškumas, disertaciniame darbe siejamas su studentų gyvenimo stiliaus projektavimu ir jo realizavimu, nes vienas iš esminių sprendimų asmenybės gyvenime – profesinės karjeros pasirinkimas. Šio tyrimo kontekste karjera vertinta kaip studentų tikslų siekimas ir savo asmeninių ambicijų patenkinimas, atliekant įvairius vaidmenis. Disertaciniam tyrimui svarbus ir tas aspektas, kad, planuojant profesinę karjerą, lygiagrečiai konstruojama profesinės veiklos vertybių sistema. Tyrimo rezultatai parodė, kad 22,81 % (6 pav.) tiriamųjų išskirtinę reikšmę teikia profesinės karjeros siekiamais. Vadinasi, profesijos pasirinkimas ir karjeros planavimas daugiausia lemia žmogaus gyvenimą, jo ateities lūkesčius.



10 pav. Karjera ir jos struktūra (kategorija ir subkategorijos)

Subkategorijų analizė parodė jaunų žmonių suvokimą, kad tam tikras statusas visuomenėje daro didžiulę įtaką visoms žmogaus gyvenimo sritims. Kūno kultūros ir sporto studijų programų studentai planuoja užimti aukštesnę pakopą socialinėje hierarchijoje (*Siekiu kilti karjeros laiptais ir kurti gyvenimą*), patekti į jiems priimtinas socialines pozicijas. Studentus, planuojančius karjerą, galima priskirti individams, kurie orientuojasi ne tik į išgyvenimą arba pasyvų prisitaikymą prie aplinkybių, bet ir į aukštesnį statusą. Svarbu, kad studentai suvokia, jog šiandieninėje realybėje vyksta nuolatinė kaita. Tai ir bendrojo lavinimo mokyklos realizuota funkcija – atskleisti „sudėtingo ir sparčiai kintančio darbo ir profesijų pasaulio bei šiuolaikinių visuomenės gyvenimo sąlygų asmeniui keliamus išsilavinimo ir profesinio pasirengimo reikalavimus“ (Bendrosios programos, 1994, p. 24), tai ir stebima tikrovė.

Tyrimu nustatyta, kad rašinių autoriams svarbu būti saugiems dėl ateities, turėti garantijų, jog gebės pasirūpinti savimi (*Dabar pats didžiausias tikslas pasiekti norimą karjerą, būti užtikrintai gyvenime, jog ir be sėdėjimo namuose turiu ką veikti <...>*). Teiginių turinyje taip pat galima išvelgti siekį ne tik susirasti darbą, bet ir kilti karjeros laiptais (*Žinoma, po to siečiau patekti į miesto sporto komitetą <...>*). Čia išryškėjo studentų noras būti pripažintiems, išskirtiniams, siekti profesinių aukštumų. Tik viename teiginyje išsilavinimo įgijimas tapatinamas su mėgstamo darbo pasiekimo priemone (*Siekiu įgyti išsilavinimą, kad galėčiau dirbti savo norimą darbą*). Galima daryti prielaidą, kad šiuo ekonomiškai sudėtingu laikotarpiu „mėgstamas“ darbas tampa antraeilis – jauni žmonės pirmiausia galvoja apie darbą, kuris duoda gerą finansinį atlygį.

Tiriamieji karjerą siejo su mokymusi, išsilavinimu (*<...> tam, kad pasiektų karjerą kiekvienas jaunas žmogus turėtų mokytis, siekti išsilavinimo <...>*). Išsilavinimas pozicijonuojamas kaip jaunimo socialinio mobilumo ir naujų vaidmenų įgijimo resursas, kaip kapitalas (investicijos) naujam statusui įgyti. Rašinių autoriai, savo siekius siedami su sporto

pedagogo karjera, kartu planuoja turėti ir gerai apmokamą darbą (*Profesinę veiklą ateityje noriu sieti su trenerio darbu, tačiau taip pat norėčiau dirbti, tarkime, Šiaulių sporto mokykloje dėl karjeros ir gero atlyginimo <...>*), nors tolimesnė tyrimo rezultatų analizė leido išvelgti ir tam tikrų abejonių, nepasitikėjimo (*Aišku, didelių tikslų karjerai nekeliu, kad tapčiau žinomiausias <...> tačiau vidutinio klubo trenerio postą norėčiau užimti, kad jausčiausi gerbiamas ir mylimas sirgalių*).

Rašinių analizė paskatino atkreipti dėmesį į faktą, kad sportuojantys studentai karjerą sieja su aukšto statuso siekiais (*<...> gyvenime sieksiu padaryti gerą karjerą, užimti geras aukštas pareigas; Svarbiausia gyvenime man būtų užimti aukštą postą*). Tokią nuostatą, matyt, suponuoja nuolatinis siekimas sporte pirmauti, užimti lyderio poziciją, laimėti bet kuria kaina. Tai leidžia teigti, kad universitetinio išsilavinimo prestižiškumas studentams pasireiškia galimybėje užimti tam tikras socialines pozicijas, tam tikrą padėtį visuomenėje ir taip realizuoti savo siekius materialinių vertybių pagrindu. Aukštos padėties socialinėje hierarchijoje, pajaučiant savarankiškumą, planuojant ateityje turėti viskuo aprūpintą šeimą, troškimas, manytume, atitinka „šiuolaikinės epochos“ nuostatas, kai individas, realizuodamas biosocialinio išgyvenimo problemas, atsiduria pats vienas su savimi. Atsižvelgiant į karjeros strategijas, būdingas sportuojantiems studentams, manytume, kad ir šioje kategorijoje, galima išskirti specifinį gyvenimo stiliaus tipą, apibrėžiamą *maksimalistinio gyvenimo stiliaus* terminu. Tai komunikatyvūs, ambicingi studentai, planuojantys profesinėje veikloje dirbti norimą darbą ir siekti aukšto statuso, tapti įžymūs ir garsūs.

Tik nedidelė dalis tiriamųjų (tai patvirtina menkas šios subkategorijos dažnis) svajoja apie privatų verslą. Galima daryti prielaidą, kad privatus verslas šiuo ekonomiškai sudėtingu laikotarpiu turi daug rizikos faktorių, todėl tyrimo dalyviams atrodo, jog kur kas saugiau turėti gerai apmokamą darbą negu investuoti į privatų verslą, kuris ateityje gali žlugti. Orientaciją į rinkos ekonomiką liudija tik dviejų tiriamųjų požiūris į verslą: *<...> aš taip pat turiu tikslą savo karjeroje – pabaigti studijas ir įkurti nuosavą sporto klubą; Įgavęs praktikos su vaikais, norėčiau pereiti prie mano profesionalaus sporto klubo vadovo karjeros*). Galima teigti, kad tik nedidelė studentų dalis teigiamai vertina rinkos ekonomiką ir projektuoja savo elgesį, gyvenimo stilių, atitinkantį šio pasaulio taisykles.

Apibendrinant tyrimo rezultatus, galima teigti, kad tirtų studentų asmeniniam karjeros modeliui būdinga aktyvi pozicija, tobulėjimo siekiai, nes būsimam kūno kultūros ir sporto pedagogui tenka įgyti šiuolaikinio gyvenimo diktuojamų kompetencijų, atitinkančių darbo rinkos pokyčius.

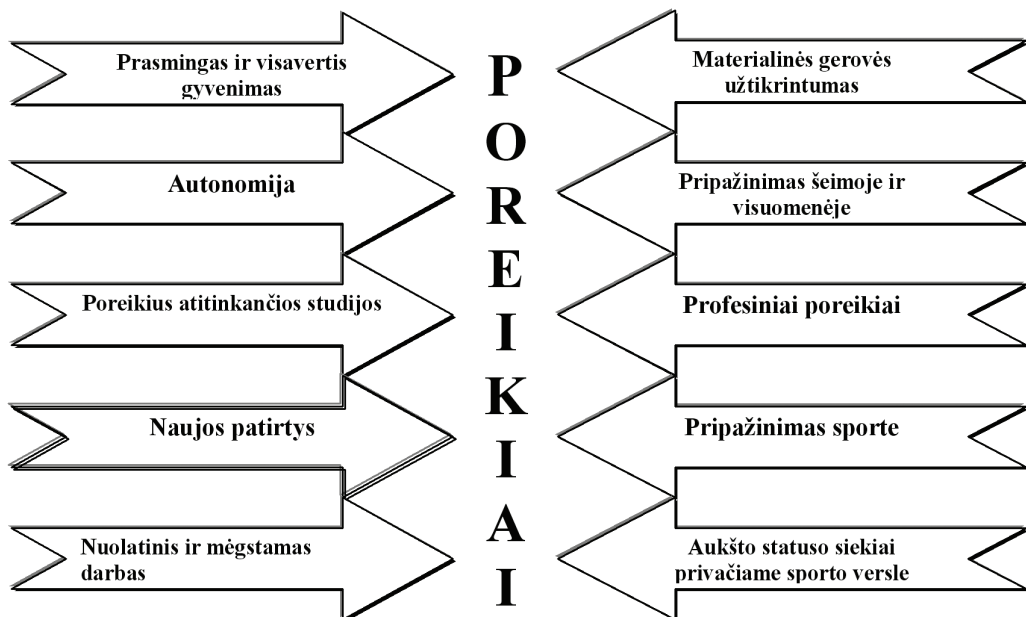
Pasitvirtino studentijos, kaip ypatingos socialinės grupės, specifiškumas, projektuojant gyvenimo stilių: daugelio studentų instrumentas planuojamiems gyvenimo tikslams įgyvendinti – aukštas socialinis statusas. Studentų išsilavinimo siekius lemia galimybė įgyti finansinį stabilumą, dirbant gerai apmokamą darbą, įgyti žinių, užsitikrinti sėkmingą karjerą. Šios apibendrinančios išvados sutampa su E. R. Landrum ir S. F. Davis (2007) tyrimo rezultatais, įrodančiais studentų siekius įgyti finansinį stabilumą, užsitikrinti sėkmingą karjerą. Dėmesio vertas faktas, kad teiginių turinyje neišryškėjo, koku lygmeniu studentų lūkesčiai atitinka jų galimybes.

Poreikiai

Kaip rašyta šio disertacinio darbo teorinėje dalyje, šiandieninėje visuomenėje žmogaus atliekami vaidmenys sparčiai kinta dėl besikeičiančių gyvenimo aplinkybių. Kaitos pasekmė – individo egzistavimui būtinų materialių ir dvasinių dalykų deficitas, kuris, A. Maslow (2006) žodžiais tariant, virsta vidiniais žmogaus pasaulio segmentais, priemone siekti gyvenimo tikslų. Tos priemonės, arba poreikiai, aktyvina asmenybės vidines varomąsias jėgas, nesąmoningai žadina žmogaus aktyvumą.

Šiame tyrime poreikiai siejami su pagrindinėmis studentų veiklos sritimis: studijomis, sportu, bendravimu, dvasiniu tobulinimusi ir kita. Svarbus jų skirstymas į *visuomeninius* ir *asmeninius*. Visuomeninių ir asmeninių santykių disharmonija – asmeninių siekių neatitikimo visuomenės galimybės juos tenkinti pavyzdys. Pavyzdžiui, profesiniai siekiai – dvasinių poreikių sritis, gyvenimo prasmės poreikio raiška. Tačiau egzistuoja tikimybė, kad dalies jaunų žmonių asmeniniai siekiai nesutampa su visuomenės siekais.

Tirtų studentų *poreikius* apibūdina šios kategorijos (11 pav.): *prasmingas ir visavertis gyvenimas; autonomija; poreikius atitinkančios studijos; naujos patirtys; nuolatinis ir mėgstamas darbas; materialinės gerovės užtikrintumas; pripažinimas šeimoje ir visuomenėje, profesiniai poreikiai, pripažinimas sporte, aukšto statuso siekiai privačiame sporto versle*. (Gilesnis subkategorijų turinys, grindžiamas rašinių analizės pagrindu išskirtais teiginiais, pateiktas 8 priedo 5 lentelėje)



11 pav. Įsisąmonintų socialinių poreikių visuma (kategorijos)

Prasmės ieškojimą, kuris išreiškiamas kategorija *Prasmingo ir visavertio gyvenimo siekiai* ir subkategorija *Prasmės atradimas*, lydi daugybė klausimų: *kas aš, kam aš, kodėl aš, koks*

mano gyvenimo tikslas, kam aš kažką darau, kas iš to? Tai vieni sunkiausių klausimų, ieškant savo veiksmų, pasiekimų, veiklos, gyvenimo ir būties prasmės. Šios subkategorijos turinio analizė parodė būties klausimus, kuriuos kėlė sau studentai, mąstydami apie gyvenimo prasmės atradimą: *Norime gyvenime kažką palikti, būti amžini, kad ir po mirties apie mus kalbėtų; norisi susikurti užtikrintą ateitį, gyventi prasmingai užimti savo vietą socialinėje aplinkoje.* Tai leidžia teigti, kad šiuolaikinis jaunimas turi poreikį atrasti, suvokti ir išgyventi savo būties prasmingumą. Tokia šios grupės poreikių raiška leidžia juos vadinti *gyvenimo prasmės* (dvasiniais) poreikiais. Kartu išryškėjo studentų orientacija į materialinę gerovę, materialinius poreikius, užimančius svarbią vietą jų asmenybinėse erdvėse (<...> *gyventi gyvenimą, kurį mėgsti ir būti užtikrintam dėl materialinės gerovės*). Taigi, šios kategorijos turinio analizė leidžia studentų poreikius grupuoti į dvasinius ir materialius. Gyvenimo stiliaus projektavimo kontekste svarbu, pasak B. Bitino (2004), siekti, kad studentai suvoktų asmenybės tobulėjimą per poreikių kovą, atsižvelgiant į objektyviai ribotas galimybes, kai aukštesnieji poreikiai nustelbia žemesniuosius.

Prasmės atradimo subkategorijai, savo turiniu artima subkategorija *Visavertis gyvenimas*, kurią apibūdina teiginiai: *Žinoma, koks žmogus nenori turiningo gyvenimo; noriu būti geru žmogumi, gyventi visavertį gyvenimą; <...> žinau, kad noriu gyventi pilnavertį gyvenimą <...>.* Mūsų nuomone, šie teiginiai labai abstraktūs, apibrėžti sąvokomis „visavertis“, „turiningas“, kurios konkrečiau nenurodo po šiomis leksinėmis reikšmėmis slepiamo turinio. Vadinasi, bendrojo lavinimo mokykla silpnokai įgyvendino jai deleguotą uždavinį – padėti kiekvienam mokiniui suvokti savo prasmės poreikį – „atskleisti savo pašaukimą, pasirinkti autentišką ir sąmoningą gyvenimo būdą, vertybinius gyvenimo orientyrus“ (Bendrosios programos, 1994, p. 14).

Kategorijoje *Autonomija* išreiškiamas asmenybės nepriklausomumas nuo išorės veiksmų. Tai suvokiame kaip atsiribojimą nuo aplinkybių, gebėjimą savarankiškai tvarkytis, spręsti, remtis savo jausmais, protu, gyvenimo tikslu ir idealais. Tokia prosociali asmenybė pasižymi laisve, racionalumu, kritiniu mąstymu. Išskirta subkategorija *Savarankiškumas, nepriklausomybė* rodo tirtų studentų pageidavimą gyventi savarankiškai (<...> *noriu gyventi savarankiškai <...>*), akcentuojant ne tik išorinį savarankiškumą, bet ir vidinį – norą būti nepriklausomam ir priimti savarankiškus sprendimus (*Na, o dabar šiuo metu tikrai noriu nuo nieko nepriklausyti, gyventi pagal savo sprendimus*).

Kategorija *Studijų įprasminimas* ir ją paaiškinanti subkategorija *Poreikius atitinkanti specialybė* verčia susimąstyti, kad šiuolaikinėje informacinėje visuomenėje, atsirandant vis naujoms profesijoms ir vykstant sparčiai darbo rinkos kaitai, gebėjimas adekvačiai apsispręsti ir pasirinkti perspektyvią, individualius ir visuomenės poreikius atitinkančią profesiją, tampa vis sudėtingesnė problema. Ndidelis tiriamųjų skaičius (tik trys studentai) pabrėžė, jog specialybę pasirinko pagal savo poreikius (*Studijas pasirinkau pagal savo poreikius; <...> įstojau ten, kur norėjau <...>; norėjau studijuoti kūno kultūrą*). Šie teiginiai rodo pasitenkinimą pasirinkta profesija, t. y. jaučiamą malonumą, išsipildžius norams, troškimams, siekiams.

Kategorijos *Pramogų siekimas* turinyje pirmiausia išryškėjo subkategorija *Naujos patirtys*. Labai keista, kad apie siekius patirti kažką nauja rašinyje kalba tik vienas studentas

(Gyvenime aš norėčiau daug ko naujo patirti, o ypač pažinti Egiptą, tai didžiausia mano svajonė). Vienu atveju studentas išreiškia viltį, kad pasaulį pažinti galima pasitelkus sportą (Noriu pažinti pasaulį, gal sportas padės). Tik vienas tiriamasis savo rašinyje paminėjo poreikį keliauti (Mėgstu keliauti ir aplankyti daugybę šalių <...>), priskirtiną subkategorijai *Kelionės*.

Subkategorija *Kelionių išpūdžiai* išreikšta dviem teiginiais: *Mėgstu keliauti ir siekiu aplankyti daugybę šalių, atrasti naujų išpūdžių <...>; Kažkaip viduje svajoju pakeliauti, pažinti kitus kraštus*). Manytume, tai tikslingi studentų pasirinkimai, sudarantys jiems galimybę pažinti pasaulį, geriau suvokti praeitį ir dabartį, pajusti kitų žmonių gyvenimo stiliaus ypatumus, kitų tautų kultūrą. Taigi, susiduriame su aktualia šio laiko problema, kai jaunų žmonių vertybių hierarchijoje neretai dominuoja pragmatinės vertybės – studentai kelia sau universiteto baigimo, darbo susiradimo, autonomijos įgijimo tikslus ir menkai galvoja apie smalsumo patenkinimą, naujų emocijų potyrį. Galima daryti ir tokią sąlyginę prielaidą, kad studentai, dalyvaudami įvairaus lygio varžybose, turi galimybių keliauti po įvairias šalis ir tenkinti savo pažintinius poreikius. Tačiau tarptautinio lygio varžybose dalyvauja tik vienetai, likusieji nepatiria tolimų kelionių išpūdžių, o artimųjų, t. y. po Lietuvą, gal net negeba tinkamai įvertinti. Kita vertus, bendrojo lavinimo mokykla, matyt, nesuteikė jaunuoliams „deramos kultūrinės kompetencijos“, neįdiegė „įvairiapusio kultūrinio raštingumo“ įgūdžių, kurie buvo programuojami atkurtos Nepriklausomybės pradžioje (Bendrosios programos, 1994, p. 21).

Kategoriją *Nuolatinis ir mėgstamas darbas* paaiškina subkategorija *Nuolatinio darbo turėjimas* (<...> *turėti nuolatinį darbą; norėtuši dar dirbti kokį darbą be trenerio*) bei subkategorija *Mėgstamas darbas*, kurioje išryškėja darbo, atitinkančio bendravimo ir tikimo pasirinktai specialybei motyvus, įgijimo svarba (*Noriu dirbti mėgiamą darbą <...>; <...> po mokslų rasti gerą darbą, kurį dirbčiau savo noru, toks, kuris man patinka; <...> noriu dirbti su žmonėmis, reikia man bendravimo; norėtus kuo greičiau baigti universitetą ir dirbti mėgstamą darbą; Aš tikiuosi baigęs mokslus susirasti mėgstamą darbą, atitinkantį mano specialybę*).

Kategorija *Materialinės gerovės užtikrinimas* pagal savo turinį pasiskirstė į dvi subkategorijas. Kaip labai svarbus gyvenimo aspektas (jis minimas net aštuoniuose rašiniuose) išryškėjo subkategorija *Gerai apmokamas darbas* (<...> *man svarbu dirbti gerai apmokamą darbą <...>*). Tai rodo, kad gerai apmokamas darbas būsimiems kūno kultūros ir sporto specialistams yra vienas iš svarbiausių prioritetų, opus klausimas, keliantis abejonių ir neteikiantis jokių garantijų dėl ateities. Subkategorijos *Materialinė gerovė* turinyje akivaizdžios sąsajos su *Gerai apmokamo darbo* subkategorijos raiška (*Be sporto atsiranda gero materialiai aprūpinto gyvenimo siekimas; Galiu drąsiai pasakyti, jog vienas iš mano norų yra gerai materialiai apsirūpinti*). Taigi, šios kategorijos turinio analizė patvirtina studentų orientaciją į ekonominį stabilumą, materialinę gerovę, kartu ir į pernelyg didelį materialinių vertybių sureikšminimą. Galima teigti, kad *turėjimas* studentams – tai vienas iš jų būties siekinių.

Šiuolaikiniai jaunų žmonių siekiai išryškėjo kategorijoje *Pripažinimas šeimoje ir visuomenėje* ir ją paaiškinančioje subkategorijoje *Pripažinimas šeimoje* (*Aš noriu, kad šeima, kuri į mane deda tiek vilčių ir lėšų, manimi didžiutusi ir kad aš pati didžiuočiausi savimi; <...> Šeima tiki manimi; Šeima taip pat labai svarbu, nes manimi didžiuojasi, kad sportuoju,*

palaiiko). Pripažinimo poreikis išreikštas ir subkategorijoje *Pripažinimas visuomenėje, siekis tapti garsiam* (Tai būtų pirmiausia būti doru žmogumi, kuriuo galėtų didžiutis ne tik artimi žmonės, bet ir aplinkiniai; Mano gyvenimo pradžia siejasi su troškimais, noru būti pastebėtam visuomenėje; Norisi būti pripažintu visuomenėje, reikšmingu, įgyjant žmonių pagarbą). Taigi, pripažinimo (palankumo, pritarimo) poreikis akivaizdus. Tai suprantama, nes noras būti įvertintam – vienas giliausių bendražmogiškų poreikių ypač aktualus jauniems, ieškantiems savo kelio žmonėms, t. y. gyvenantiems intensyviu socialinį gyvenimą, besimokantiems, sportuojantiems jauniems žmonėms.

Kategoriją **Profesiniai poreikiai** apibūdina pirmoji subkategorija *Poreikis tapti kūno kultūros mokytoju / mokytoja*, jos turinį atskleidžia tokie esminiai teiginiai: *Norėčiau būti kūno kultūros mokytoja ir padėti mokiniams siekti jų tikslų sporte ir pasidalinti savo patirtimi; Jau seniai į galvą ateidavo minčių, kad noriu būti kūno kultūros mokytoju; <...> norėčiau dirbti mokytoja savo mokykloje, kurią baigiau; Baigęs universitetą norėčiau dirbti kūno kultūros mokytoju arba treneriu.*

Antroji subkategorija savo turiniu labai panaši į pirmąją, tačiau pabrėžia poreikį tapti treneriu – *Poreikis tapti sporto treneriu / trenere*. Ją charakterizuoja penki teiginiai: *<...> norėčiau dirbti sporto trenere savo mokykloje, kurią baigiau; Dar norėčiau, kad po kelerių metų būčiau gera trenerė ir kad artimieji manimi didžiutuosi, kad turėčiau daug mokinių ir galėčiau jiems padėti siekti jų tikslų taip, kaip man dabar padeda; <...> norėčiau būti gera trenerė; Labai norėčiau būti koki nors treneriu <...>.*

Kategorijos **Pripažinimas sporte** turinys susideda iš dviejų subkategorijų – *Aukštų rezultatų siekiai sporte* ir *Noras būti geriausiam, pripažintam(-ai) sporto srityje*. Dauguma rašinių autorių aktyviai sportuoja, todėl natūralu, kad aukšti pasiekimai sporte jų gyvenime užima itin svarbią poziciją (*<...> noriu siekti sportinių aukštumų, rezultatų; Dabar dar noriu baigti mokslus ir tinkamai sportuoti, siekti aukštų rezultatų <...>; Noriu pasiekti ką nors reikšmingo sporte <...>; <...> tapti sportininku ir tapti garsiu; Aš labai siekiu savo sporte kuo daugiau pasiekti ir kt.*).

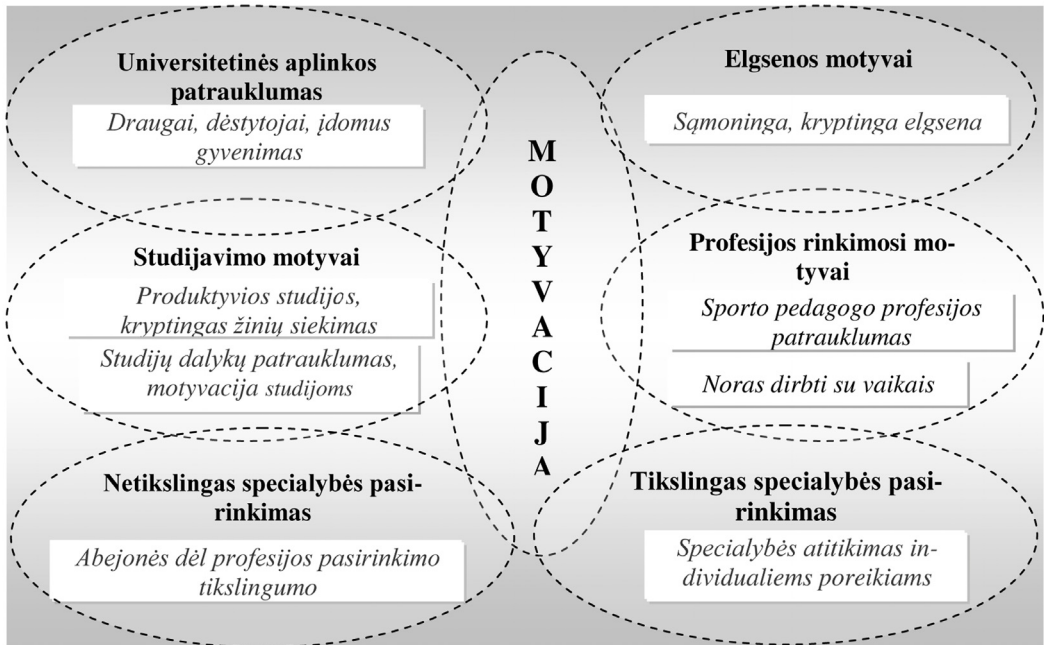
Subkategorija *Noras būti geriausiam, pripažintam(-ai) sporto srityje* (*Sportiniai siekiai bei norai, manau, kaip ir kiekvieno rimto sportininko noras yra būti geriausiam savo srityje; Noriu būti profesionalė savo sporte; <...> noriu tapti pranašesnis už kitus sporte, tik per kančias į žvaigždes; man svarbu būti pripažintai sporte <...>*). Šios citatos turinys dar kartą patvirtina sportuojančių studentų siekius tapti žymiais, pranašesniems už kitus, savo gyvenimą sieti su profesionaliu sportu, realizuoti save, savo individualumą.

Kategoriją **Aukšto statuso siekiai privačiame sporto versle** pirmiausia pozicionuoja subkategorija *Turėti savo komandą*, kurioje šis poreikis išreikštas teiginiu *<...> norėčiau turėti savo komandą, kuriai galėčiau vadovauti, po kiek laiko gal pakilčiau aukščiau, išgarsėčiau, tapčiau žinomas*. Subkategorija *Turėti savo sporto klubą* išreikšta pasikartojančiais teiginiais: *Noriu turėti prestižinį savo sporto klubą, rengti profesionalus*. Kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų poreikių analizės kontekste paaiškėjo, kad tiriamieji savo norus ir planus sieja su prasmės atradimu, pagrindinėmis akademinės veiklos sritimis (studijos, sportas, ben-

dravimas, naujos patirtys), materialinės gerovės užtikrintumu, įvertinimo ir pripažinimo poreikiais, autonomijos siekiais, profesiniais ir galios bei prestižo poreikiais, susijusiais su pasiekimais sporte ir privačiu verslu. Išryškėjusius poreikius galima grupuoti į *asmeninius* (tai siekis atlikti tam tikrą vaidmenį sociume, galios ir prestižo poreikiai, naujų patirčių, pramogų siekiai, materialinės gerovės užtikrintumas ir pan.) ir *socialinius*, kurie šiame kategorijų segmente išryškėjo itin silpnai. Vis dėlto ir tai galima sieti su „refleksyviuoju projektu“ (1.2 disertacinio darbo poskyris), nes rašinių autoriai tiria savojo *Aš* galimybes suvoktiems poreikiams paversti veiklos motyvais, vedančiais į tikslą. Todėl, kaip teigia B. Bitinas (2004, p. 38), tikslinga siekti visuomeninių ir asmeninių poreikių dermės: visuomeniniai poreikiai lemia asmeninių kryptį ir lygį, asmeniniai – visuomeninių intensyvumą ir dinamiką.

Motyvacija

Motyvaciją išreiškia šios kategorijos (12 pav.): profesijos rinkimosi motyvai; studijavimo motyvai; universitetinės aplinkos patrauklumas; tikslingas specialybės pasirinkimas; netikslingas specialybės pasirinkimas; elgsenos motyvai. (Gilesnis subkategorijų turinys, grindžiamas rašinių analizės pagrindu išskirtais teiginiais, atsispindi 8 priedo šeštojoje lentelėje)



12 pav. Motyvacijos struktūra (kategorijos ir subkategorijos)

Motyvacija – sudėtingas psichologinis fenomenas, nes jo struktūra susideda iš trijų dalių (poreikių, galimybių juos tenkinti ir tikslų). Jų analizėje atsispindi žmogaus tikslai, poreikiai, polinkiai, vertybės, pažiūros, įsitikinimai (Maslow, 2006). Motyvacija padeda orientuotis į tikslą, suvokti, kiek laiko reikės jam pasiekti, todėl gebėjimas suformuluoti konkrečius gyvenimo tikslus rodo tiriamųjų, kaip asmenybių, kryptingumą ir brandą.

Kategorijoje **Profesijos pasirinkimo motyvai** pirmoji subkategorija pavadinta *Sporto pedagogo profesijos patrauklumas*. Tik motyvuotas pedagogas suinteresuotas ugdyti ir tobulinti savo kompetentingumą, todėl, mūsų nuomone, itin svarbu, kad studentai, pasirinkę šią studijų programą, suvoktų tai patys. Juk nuo profesijos pasirinkimo teisingumo priklauso visavertiškumo ir pasitikėjimo savimi pajautos, atsirandančios dirbant pagal pašaukimą. Teiginiai, atskleidžiantys tokio pobūdžio motyvuotumą (*Tai, manau, pedagogų darbas yra pats geriausias ir įdomiausias, nors ir nėra labai gerai apmokamas; Tikrai ateityje norėčiau dirbti toki darbą, kurį aš dabar studijuju, nes šis darbas yra bendravimas su žmonėmis, mokymas jaunesnių žmonių <...>; specialybė artima mano sielai*), siejami su tiriamųjų išgyvenama pedagogo profesijos prasme, žmogiškų vertybių įsisąmoninimu. Be abejo, juos galima priskirti vidinei motyvacijai.

Antroji subkategorija – *Noras dirbti su vaikais* – argumentuojama šiais teiginiais: *<...> man patinka būti su vaikais ir kad galėčiau juos mokyti, kaip mane mokė mokytojai; <...> mane traukia treniruoti vaikus, padėti jiems tobulėti, įgauti patirties ir padėti užaugti gerais žmonėmis, o po to sportininkais; Ir sugalvojau įstoti į kūno kultūrą, kad baigęs universitetą galėčiau ir aš mokinti vaikus šio sporto ir kad suteikčiau jiems tiek laimės, kiek pats gavau iš šio sporto; Noriu turėti daug žinių, kurias galėsiu skirti savo būsimiems mokiniam.* Akivaizdus šių teiginių autorių toliaregiškumas, noras perduoti savo žinias bei patirtį jaunajai kartai. Tai galima vertinti kaip gerų rezultatų motyvaciją, kuri, anot N. L. Gage, D. C. Berliner (1994), yra sėkmės, laimėjimo poreikis, noras padaryti ką nors gero. Manytume, ši motyvacija – tai viena iš gyvenimo stiliaus vidinių siekių strategijos vertybių (1.2.1 poskyris).

Kategorijoje **Studijavimo motyvai** pirmoji subkategorija *Studijų dalykai, motyvacija studijoms* išreiškiama šiais teiginiais: *čia nereikia mokytis dalykų, kurie man nepatinka <...>*; Tai rodo veiklos kryptingumą, dėmesio koncentravimą užsibrėžtam tikslui siekti ir gali būti aiškinama, jog tiriamieji patinkamas studijas traktuoja kaip vertybę: *Todėl dabar stengiuosi nepraleidinėti paskaitų ir stipriai mokausi įvairius dalykus.*

Subkategorija *Produktyvios studijos, kryptingas žinių siekimas* reiškia studentų suvokimą, kad privalu tobulėti (*Dabar aš turiu daug užsiėmimų, kur reikia tobulėti, siekti naujų žinių*), nes ateityje didelę įtaką turės įgytos žinios (*Norint susikurti savo ateitį reikia daug mokslų <...>*) ir jų pagrindu suformuoti įgūdžiai. Juk tiriamųjų biografinis etapas lygiagretus ekonominiam šalies virsmui: Lietuvos visuomenė palaipsniui iš pramoninio ir agrarinio pereina į žinių amžių. Netolimoje ateityje svarbiausia bus intelektualinė kūryba ir žiniomis grindžiama veikla, kuri suteiks nepatirtų išmėginimų, padidins konkurenciją. Yra studentų, kurių motyvaciją studijuoti didina finansinės problemos (*<...> reikia mokytis, stengtis pabaigti universitetą, nes ne veltui moki pinigus už mokslą*), tačiau šis materialinis akstinas labiau grįstas pamatinėmis pareigos ir atsakomybės etikos kategorijomis.

Išskirta kategorija **Universitetinės aplinkos patrauklumo motyvai** leidžia teigti, kad universitetinės aplinkos patrauklumas gali būti vienas iš studentų motyvacinių tikslų. Subkategorijoje *Draugai, dėstytojai, įdomus gyvenimas* išskyrėme teiginius (*Kompanija, draugai, dėstytojai viskas universitete yra labai gerai; Dabar gyvenu kryptingiau, įdomiau ir aistringiau*), kuriuos hipotetiškai galima paaiškinti taip: tiriamieji mažai reikšmės teikia

universitetinei aplinkai, matyt, dėl savo užimtumo, funkcionavimo keliose socialinėse aplinkose, kitų prioritetų dominavimo.

Kategorijoje **Tikslingas specialybės pasirinkimas** pirmoji subkategorija pavadinta *Tikslingi pasirinkimai*. Trylika teiginių, kuriuos priskyrėme šiai subkategorijai, rodo studentų kryptingumą, renkantis specialybę, ir išankstinį norą įstoti būtent į norimą studijų programą. Šie teiginiai labai svarbūs, nes ankstyva savianalizė ir adekvatūs savęs pažinimo bei vertinimo gebėjimai itin reikšmingi asmenybės vystymuisi. Studentai neabejoja, kad specialybę pasirinko teisingai (*Manau, baigsiu Šiaulių universitetą ir nesigailėsiu, kad pasirinkau sau tokią specialybę; Manau, esu tinkama šiai specialybei, kadangi mėgstu dirbti su vaikais, esu judri, optimistė bei domiuosi sportu; <...> tikiuosi, kad Šiaulių universitetą pasirinkau ne be reikalo*). Tiriamieji džiaugiasi, jog įstojo į trokštamą specialybę (*<...> džiaugiuosi pasirinkusi šią specialybę; Profesiją pasirinkau tokią, kokią norėjau; Pasirinkau kūno kultūros specialybę, nes man tai įdomu*). Teigiami emociniai išgyvenimai susiję su pasitenkinimo būseną, suvokus, jog dvasiniai poreikiai realizuoti.

Subkategorijai *Pasitenkinimas studijomis* priskyrėme du teiginius, išreiškiančius džiaugsmą ir pasitenkinimą studijuojama specialybe (*Džiaugiuosi, kad pasisėkė studijuoti šiame universitete; Dabar esu laiminga, kad mokausi*). Tačiau studentų rašiniuose rasta ir priešingų džiaugsmui išgyvenimų – kartėlio, apmaudo, gal net pykčio. Tas kontrastas siejamas su kategorija **Netikslingas specialybės pasirinkimas**. Gilios abejonės dėl pasirinkimo tikslingumo išreikštos tokiais teiginiais: *Stodamas į ŠU gal padariau didelę klaidą, nes niekas čia neleido pasireikšti, visiems yra „dzin“ <...> ; <...> nesu įsitikinusi, kad tai ta profesija, kurią norėčiau dirbti visą gyvenimą; Įstojau į kūno kultūrą, bet tikrai gyvenime nenorėčiau dirbti darbo pagal specialybę; Dažnai pamąstau, ar dirbsiu pagal specialybę kurią baigsiu, ar nereikės papildomai mokytis*. Cituotos studentų mintys susietos su neišaiškiais ateities perspektyvomis, būtinybe keisti profesiją. Negebėjimas tinkamai adaptuotis prie dinamiškų socialinių sąlygų, tikslingų pasirinkimų stoka formuoja *situacinį gyvenimo stilių*, kuriam būdingas laikinumas, nepastovumas.

Kategorijoje **Elgsenos motyvai** išryškėjo viena subkategorija, pavadinta *Sąmoninga kryptinga elgsena*. Tokia elgsena teisiogiai veikia galimybes įgyvendinti tikslus. Šioje subkategorijoje yra keturi teiginiai (*Manau, nepasieksi savo tikslų, jei nebus noro, valingumo; manau, stengiantis visi gyvenimo tikslai bus įgyvendinti; aišku, jei pats nenorėsi, tai niekas tau nepadės, jei nori, viskas yra įmanoma*). Iš citatų akivaizdu, jog tiriamieji gerai suvokia, kad be valios žmogus neveiklus, pasyvus ir nieko nepasieks, nors ir turėdamas gerų ketinimų. Iš cituotų frazių potekstės galima suvokti šią tiriamųjų nuostatą – valia yra svarbi asmenybės struktūros dalis, apibūdinanti žmogaus charakterį. Kūno kultūros ir sporto studijų programų studentams valia tiesiogiai asocijuojasi su jų gyvenimo stiliui būdingais atkaklumo, ryžtingumo, ištvermės, savarankiškumo, dalykiškumo, principingumo ir kt. požymiais.

Gyvenimo tikslų įgyvendinimo strategijos

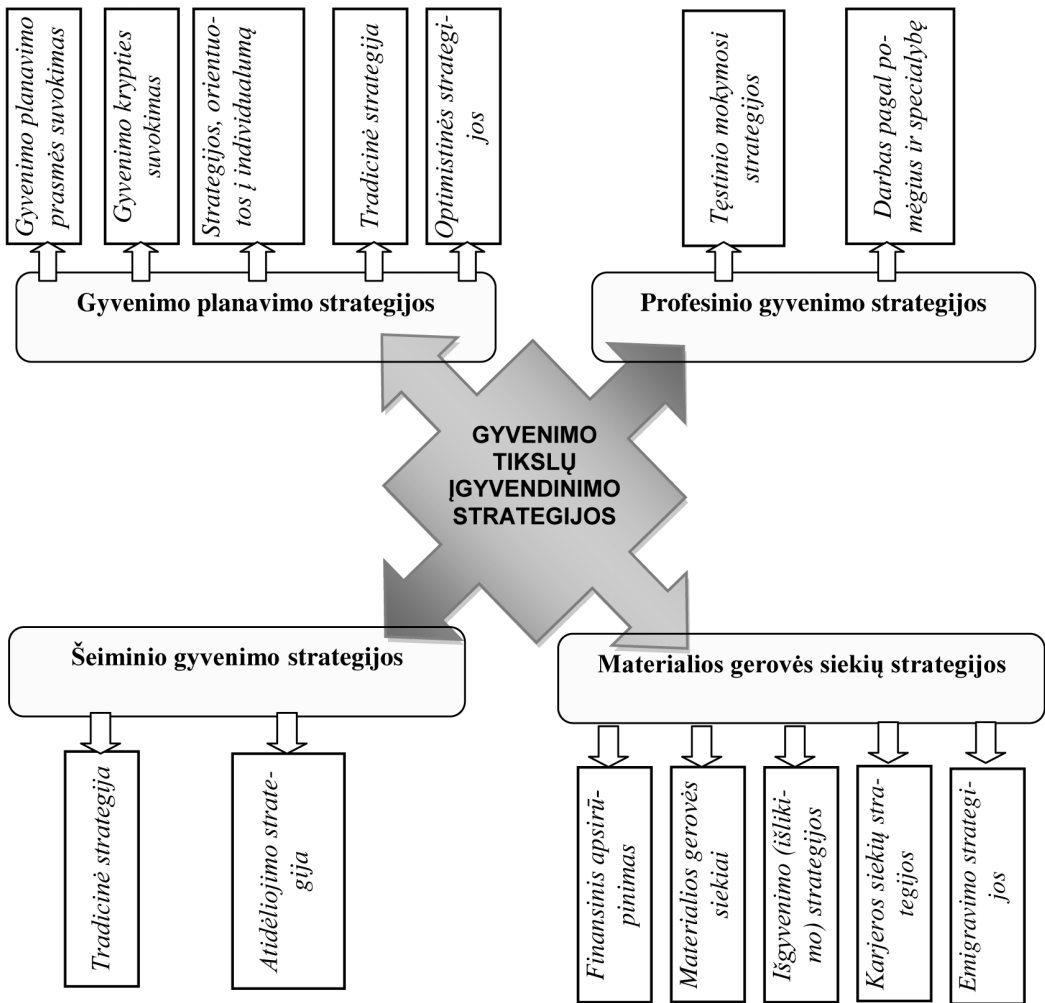
Gyvenimo tikslų įgyvendinimo strategijas paaiškina šios kategorijos (13 pav.): **gyvenimo planavimo; profesinio gyvenimo; šeiminio gyvenimo; materialinės gerovės siekių stra-**

teigijos. (Gilesnis subkategorijų turinys, grindžiamas rašinių analizės pagrindu išskirtais teiginiais, atsispindi 8 priedo septintoje lentelėje)

Gyvenimo strategijų analizė teikia galimybių tirti studentų socialinę adaptaciją naujoje sociokultūrinėje aplinkoje (tiek asmenybiniu, tiek socialiniu lygmeniu). Esminė šiuolaikinės visuomenės charakteristika – neapibrėžtumas. Dėl to itin svarbus tampa žmogaus elgsenos priklausomumas nuo jo socialinių ir individualių gyvenimo resursų. Tokia priklausomybė savaime stiprina socialinės žmogus elgsenos racionalumą ir adekvatumą.

Kategoriją **Gyvenimo planavimo strategijos** pirmiausia atspindi subkategorija *Gyvenimo planavimo prasmės suvokimas*, akcentuojanti svarbų gyvenimo stiliaus projektavimo elementą – pasirinkimą, t. y. gebėjimą iš visų suteiktų galimybių rasti tinkamiausią ir sistemingai artėti prie to, ko siekiama užsibrėžtais tikslais. Aštuoni rašinių teiginiai išreiškia gyvenimo planavimo prasmės, dinamiškumo suvokimą (*Bėgant laikui, keičiasi ir mano tikslai; Vis dažniau galvodavau, o ką aš veiksiu gyvenime; Ką aš turiu pasiekti?*). Studentai aiškiai išreiškia nuostatą, kad planuoti gyvenimą būtina (*Kiekvienas žmogus turi individualiai planuoti savo gyvenimą, tikslus, nes tik planuota veikla turi pasisekimą*). Svarbu ir tai, kad tiriamieji gyvenimo planavimo gebėjimą vertina kaip asmenybės brandumo požymį (*Žmogus, kuris planuoja savo gyvenimą, mano manymu, parodo savo brandumo požymius*).

Subkategorija *Gyvenimo krypties suvokimas* rodo, kad studentai žino savo gyvenimo tikslus ir būdus jiems pasiekti, „savo vietą gyvenime“ (*Baigęs dvylika klasių žinojau, ką toliau veiksiu ir kur stosiu; Mano gyvenimo tikslai ateina su laiku; Šiuo metu aš manau, kad žinau savo vietą gyvenime ir kaip tai galima pasiekti*). Tiriamieji nekuria iliuzijų, kad tikslus pasiekti galima labai lengvai (*Manęs dar laukia ilgas kelias link to ko noriu pasiekti*). Subkategorijos *Tradicinė strategija* turinio raiška leidžia teigti, kad tyrimo dalyviai kelia sau tradicinius, stereotipinius gyvenimo tikslus, reiškiančius norą baigti universitetą, susirasti darbą, sukurti šeimą (*Tačiau labiausiai gyvenime norėčiau gyventi Lietuvoje, gauti gerą algą, sukurti gražią šeimą <...>; Savo gyvenime stengsiuos <...> pabaigti mokslus, po to turėti darbą ir sukurti šeimą*). *Strategijos, orientuotos į individualumą* rodo, kad studentai nusiteikę patys kurti savo gyvenimus, rasti savo vietą šiame pasaulyje (*Šį gyvenimą man reikia kurti pačiam, rasti savo vietą po saule; Dabar gyvenu kryptingiau, įdomiau ir aistringiau; Reikia pačiam atrasti tai, kas galėtų padėti įgyvendinti savo siekiamybę; Kiekvienas žmogus individualiai kuria savo gyvenimą, ateitį <...>*). Manytume, kad šių teiginių analizėje galima įžvelgti *internalumo* apraiškas, arba nuostatas pačiam valdyti savo likimą. Tai – naujas bruožas, būdingas šiuolaikiniams studentams.



13 pav. Gyvenimo tikslų įgyvendinimo strategijų struktūra (kategorijos ir subkategorijos)

Optimistinės strategijos atsispindi teiginiuose, akcentuojančiuose viltingumą, sėkmę, pozityvų požiūrį į ateitį (*Gyvenime labai svarbu blaiviai mąstyti ir visada žiūrėti tik į priekį, nenuleisti rankų, jei kas nors nepasiseka, juk kiekvienas nepasisekimas gimdo naujus pasiekimus*). Be to, rašiniuose reiškiamas tikėjimas, kad tikslai bus įgyvendinti (*Baigus universitetą planuoju savo tikslą tikrai įgyvendinti*). Bendras rašinių analizės kontekstas rodo, kad juose nemažai baimės ir netikrumo dėl ateities. Optimizmas išreiškia žmogaus tikėjimą geresne ateitimi, galimybėmis tobulėti, stiprina pasitikėjimą savimi, artimais žmonėmis ir draugais. Galima teigti, kad tiriamieji – mąstančios asmenybės, nepuolančios į kraštutinumus – į nesėkmes ir pralaimėjimą. Analizuotų rašinių potekstė rodo, kad vienas tirtų studentų gyvenimo stiliaus bruožų – realus, kritiškas optimizmas, padedantis išlikti pastabiam ir apdairiam, padedantis sukaupti jėgas, siekiant užsibrėžtų tikslų.

Profesinio gyvenimo strategijos kategoriją paaiškina kelios subkategorijos, viena iš jų – *Darbas pagal pomėgius ir specialybę*. Rašiniuose tiesmukų teiginių, išreiškiančių siekį dirbti pagal įgytą specialybę, nedaug (*O toliau taip pat sieksiu turėti gerą darbą, kurį mėgstu ir išmanau; Aš labai tikiuos, kad ši specialybė bus mano teisingas pasirinkimas ir kad dirbsiu darbą pagal specialybę*). Tai, manytume, galima vertinti kaip menką studentų tikėjimą susirasti gerai apmokamą darbą pagal įgytą specialybę, o gal net abejones iš viso gauti tokį darbą masiško mokyklų tinklo optimizacijos sąlygomis, kai kasmet daugelis mokytojų tampa darbo biržos klientais. Galima sakyti, kad tiriamųjų mąstymas / elgesys racionalus, apgalvotai vertinantis siekiamybių ir galimybių dabartinėmis aplinkybėmis priešpriešą, protingai ieškantis atsarginių sprendimų gyvenimo iššūkiui negavus darbo pagal specialybę įveikti. Subkategorijoje *Tęstinio mokymosi strategijos* išreikštos nuostatos dėl tolimesnio savęs tobulinimo, atinkančio mokymosi visą gyvenimą strategijas, tęstines studijas aukštesnėse pakopose (*Aišku, baigus šį universitetą bus dar negana; Jei leistų galimybės mokytis toliau, mokyčiaus magistrantūroje; Nors studijuoju dar tik I kurse, aš dar galvoju ir apie magistrantūros studijas*), netgi keičiant studijų kryptį (*Noras yra mokintis ne tik sporto specialybės, bet ir kitų dalykų*). Tirti studentai, tikėtina, realiai suvokia sunkumus, įsitvirtinant šiandieninėje konkurencingoje visuomenėje, darbo rinkoje ir įsidarbinant teikiamą prioritetą baigusiems magistrantūros studijas.

Kategorijos **Šeiminio gyvenimo strategijos** subkategoriją *Tradicinė startegija* atskleidžia šie teiginiai: *Būtų nuostabu baigus studijas turėti kur gyventi, išsikraustyti iš mamos, turėti žmoną ir porą vaikučių; Jau dabar po truputį formuoju savo tolimesnį šeimos gyvenimą*). Vertinga nuostata, įrodanti, jog šeimoje išvengiama vertybinių orientacijų plėtotė (*Bandysiu kreipti savo atžalas doros keliu ir kad nešvaistytų savo gyvenimo nereikšmingiems dalykams*). Kaip rodo rašinių tekstų analizė, teiginių, susijusių su šeiminio gyvenimo strategijomis, nedaug. Manytume, kad šių dienų jaunimas jaučia atsakomybę, todėl pirmiausia siekia įgyti finansinių garantijų. Šią mintį patvirtina ir antroji subkategorija – *Atidėliojimo strategija*. Joje būtent ryškėja gyvenimo strategijos, patvirtinančios išsakytą nuomonę apie tai, jog studentai planingai projektuoja ateitį: siekia įgyti auštąjį išsilavinimą, susirasti darbą ir tik po to kurti šeimą (*Žinoma, laimingos šeimos nebus be žmonių turinčių gerą darbą, taigi stengiuosi, mokausi ir po to galvosiu apie šeimą <...>; <...> į savo gyvenimą dar turiu įtraukti ir šeimą, apie kurią planus atidedu keleriems metams į priekį; Pirmiausia noriu užsitikrinti gerą darbą, būstą sau ir tada kurti savą šeimyną; Kai jau turėsiu pagrindą po kojomis, tada galėsime ir susituokti*). Galima teigti, kad pasirinkdami ateities strategijas, studentai aiškiai išreiškia jiems būdingą *pragmatinį* gyvenimo stilių. Taip tiriamieji protu sprendžia praktines gyvenimo problemas, susijusias su veiksmingesniu savo tikslų siekimu.

Materialios gerovės siekių strategijos subkategorija *Finansinis apsirūpinimas* prezentuojama trylikos teiginių turinio. Akivaizdu, kad studentams itin svarbi viena opiausių šių dienų problemų – finansinė gerovė. Yra manančių, kad pinigų kiekis lemia visuomenės požiūrį (*Kuo daugiau pinigų turi, tuo daugiau esi vertinamas ir gerbiamas žmogus visuomenėje*), kad pinigai padeda susirasti draugų (*Kai esi turtingas, atsiranda ir daug daugiau draugų <...>*), pinigai lemia žmogaus laimę (*Kuo daugiau pinigų turi, tuo laimingesnis esi*), pinigai padeda pajusti

gyvenimo džiaugsmą, įgyti pasitikėjimą, sukurti šeimos gerovę (*Turi pinigų, tai esi „gyvas“, su pinigais egzistuojantis žmogus gali leisti sau daug ką; Kai turi pinigų, esi savimi pasitikintis, nebijantis išbandyti kažką nauja, nuo to priklauso ir šeimos gerovė*). Subkategorija *Materialios gerovės siekiai* savo turiniu itin artima *Finansinio apsirūpinimo* subkategorijai. Rašiniiais aiškiai reiškiamas siekis sukurti materialinę gerovę (*Man svarbiausia materialinė gerovė; Kuo žinomesnis būsiu, tuo daugiau gausiu pajamų, iš to galėsiu gyventi laisvai; <...> pirmiausia reikėtų tiems mokslams užsidirbti, o tik po to galvoti, ar stoti ar ne*).

Apbendrinant šių dviejų subkategorijų turinį, galima teigti, kad tiriamieji linę rinktis vartotojiško gyvenimo strategijas, pragmatinį gyvenimo stilių. Būtina pabrėžti, kad toks pasirinkimas yra sąlygotas išorinių aplinkybių, būtent besiformuojančios vartotojiškos visuomenės, kurios tikslas – kuo daugiau vartoti, kurioje viskas leidžiama ir viskas galima, amžinosios vertybės sparčiai pakeičiamos primityviomis vertybėmis: gerai pavalgyti, smagiai praleisti laiką. Tai galima susieti su E. Fromm (2005) pateikiama koncepcija, grupuojant žmones į tuos, kurie siekia *būti*, t. y. siekia visapusiško išsivystymo, ir tuos, kurie siekia besaikio turtėjimo, materialinių vertybių kaupimo (pinigų, prestižinių automobilių, brangiųjų metalų ir kt.). Taigi, rašinių tekstų analizė, remiantis E. Fromm (2005) *būties įvaldymo koncepcija*, leido išskirti du dominuojančius studentų gyvenimo stiliaus tipus: *turėti* – nukreiptą į įgijimą (turėjimą), pavyzdžiui, socialinio statuso įgijimą, materialinį apsirūpinimą, ir *būti* – nukreiptą į buvimą, kūrybinę saviraišką. Kategorijos *Materialinės gerovės siekių strategijos* turinys parodė, kad akademiniam jaunimui turėjimas atrodo esąs natūraliausias egzistavimo būdas, vienas iš būties siekimo variantų ar netgi vienintelė priimtina gyvensena, asmeninio gyvenimo orientyrų pasirinkimas. Galima teigti, kad studentai, veikiami postmodernistinių nuostatų, masinės kultūros, dirginančios instinktus, dorovinės vertybių krizės, pernelyg sureikšmina ir išaukština materialines vertybes.

Net aštuoniolikoje teiginių atsiskleidžia subkategorija *Išgyvenimo (išlikimo) strategijos*. Čia vėl išryškėja itin opi jaunų žmonių problema, pirmiausia liudijanti susirūpinimą, nerimą ir net baimę dėl menkų finansinių galimybių mokėti už mokslą (*O už mokslą mokame be galo didelius pinigus; Reikia mokėti už mokslą, už gyvenamą vietą, už viską ir tėvai sumokėti tiek negali, man baisu <...>*), išgyvenimus dėl dabartinės situacijos šalyje, susijusios su ekonomine krize (*<...> dabar sunkus metas išgyventi Lietuvoje <...>; Šiais laikais gyvename ypač materialiam gyvenime, o tai žmogui didelis išbandymas; Didelė ir rimta problema išgyvenimui yra Lietuvoje krizė <...>*), baimės nesusirasti darbo (*Didžiausią baimę turiu, kad baigęs nerasiu darbo <...>; Dirbčiau iš tiesų bet kokį darbą siekdamas išgyventi <...>*), sporto pomėgių aukojimą dėl išgyvenimo (*Sunkus darbas ir didelis noras užsidirbti pinigų privertė pamiršti sportą*).

Materialios gerovės siekių strategijos kategorijos turinį gilina subkategorija *Karjeros siekių strategijos* (*Mano manymu, pirmiausia reikia susikurti karjerą, kad turėtum stogą virš galvos ir materialinę darbo paramą, uždarbį gerą, va, o po to jau gali galvoti ir apie šeimą <...>; Taip ir keliauju po pasaulį siekdama aukštos karjeros, naujų įgūdžių, sėdamasi naujų idėjų; <...> mažame mieste daug lengviau kilti karjeros laiptais*). Subkategorijos *Emigravimo strategijos* turinį paaiškina net dvylika teiginių, patvirtinančių daugelio žmonių nuostatą, jog

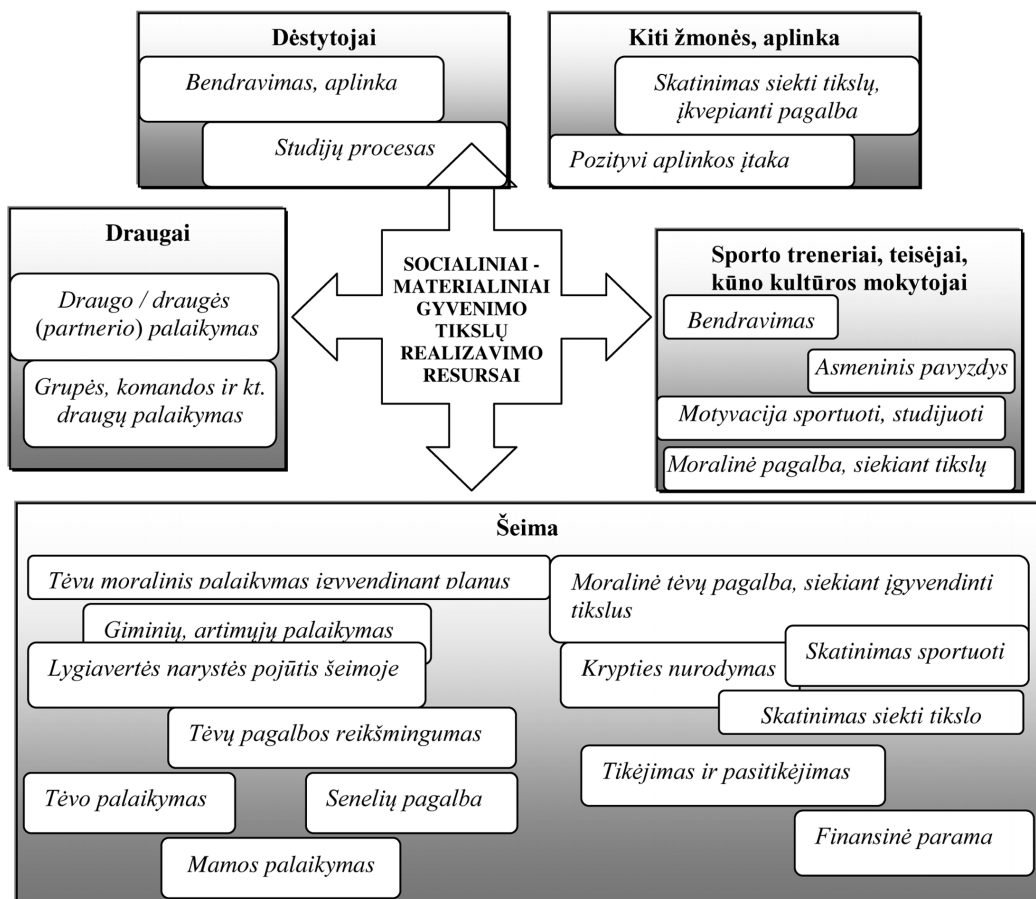
susidarius šiandieninei situacijai mūsų šalyje, belieka viena išeitis – emigruoti ir savo laimės ieškoti svetur (<...> *Lietuvoje nematau galimybių pasiekti savo gyvenimo tikslą; <...> man sunkiau su anglų kalba <...> jei tik ją gerai mokėčiau, tai tikrai manęs Lietuvoje neaptiktumėte jau kitą savaitę; <...> pedagogo, trenerio alga nėra pati didžiausia, todėl <...> teks laimės ieškoti kitoje šalyje*). Tyrimo rezultatų analizė atskleidė ir tai, kad studentai ketina išvykti iš Lietuvos ne tik dėl finansinių problemų, bet ir dėl saviraiškos / savo poreikių tenkinimo galimybių (*Užsienis yra išsigelbėjimas ne tik finansiškai bet ir mokslškai*).

Išryškėjusi *ekonominė migracijos* pozicija, stimuliuojama poreikio turėti pragyvenimo šaltinį, sutampa su L. Kuzmickaitės (1996), A. Kazlauskienės (2001), G. Merkio, V. Baršauskienės, D. Antinienės (2006) ir kitų tyrėjų migracijos reiškinio ekonominių problemų aiškinimu (tai analizuojama teorinėje disertacijos dalyje). Šiame kontekste reikia pasakyti, kad darbas ir uždarbis, studijos užsienio universitetuose, nors ir labai svarbūs, objektyvūs emigracijos faktoriai, bet ne vieninteliai. 2002 m. baigusi derybas dėl stojimo į Europos Sąjungą, Lietuva intensyviai ėmė ruoštis gyventi bendrame Europos ūkyje, bendroje Europos darbo rinkoje. Lietuvos švietimo siekiai orientuojami į eruropinį pilietiškumą, daugiakalbystę, į atvirą Europos darbo rinką, į gyventojų mobilumą.

Socialiniai-materialiniai gyvenimo tikslų realizavimo resursai

Socialiniai-materialiniai gyvenimo tikslų realizavimo resursai (14 pav.) *atskleisti šiomis kategorijomis: šeima; artimiausi šeimos nariai; draugai; dėstytojai; sporto treneriai, teisėjai; kūno kultūros mokytojai; kiti žmonės, aplinka*. (Išsamesnis subkategorijų turinys, grindžiamas rašinių analizės pagrindu išskirtais teiginiais, atsispindi 8 priedo aštuntoje lentelėje)

Kategorijos **Šeima** turinys reiškia, kad šeima pasitiki ir morališkai palaiko. Tai rodo subkategorijos *Pasitikėjimas ir palaikymas* teiginiai (<...> *Šeima pasitiki manimi; Šeima taip pat labai svarbu, nes visada gali sulaukti pasitikėjimo, palaikymo ar patarimų*). Subkategorijoje *Skatinimas tikslui siekti*, kurią išreiškia net dvylika teiginių, akcentuojama šeimos narių, ypač tėvų, įtaka planuojant tiriamųjų tikslus: *Tikslą padeda įgyvendinti tėvai; Be abejoj, siekiant tikslų ypač svarbu ir tėvai <...>; Tačiau visa tai aš pasiekiau savo tėvų paskatinimais, kad negaliu kelio viduryje mesti ar suklupti, nes buvo likę labai mažai; Tėvai yra pagrindiniai mano tikslų išpildytojai; Gyvenimo siekius man padeda ir padės įgyvendinti, tikiuosi, toliau tėvai, kuriais galima pasitikėti, kurie sunkiu metu padeda ir išliks visada geriausi draugai*. Galima teigti, kad šiose subkategorijose aiškiai išreikštas pasitikėjimas, skatinantis savo vertės suvokimą, pagarbą. Svarbu pastebėti ir tai, kad šeimoje siekiama tenkinti tokius gyvybiškai svarbius poreikius, kaip fizinis, dvasinis ir emocinis saugumas. Taigi, tiriamųjų rašiniai įrodo, kad studentams svarbios sociocentrinės vertybės, perimamos iš tėvų kartos.



14 pav. Socialinių-materialinių gyvenimo tikslų realizavimo resursų struktūra (kategorijos ir subkategorijos)

Subkategorija *Krypties nurodymas* atskleidžia studentų suvokimą, kad jie yra patys atsakingi už savo gyvenimą, nors ir neatmeta tėvų paramos (*Esame kiekvienas savo gyvenimo kalvis, bet vaikystėje reikia, kad tėveliai nukreiptų tinkama linkme; Tėvai stengėsi, kad atrasčiau savo kryptį; <...> turiu gerus tėvus, į kuriuos galiu kreiptis pagalbos, kai nesusigaudau kur eiti*). Subkategorijos *Moralinė tėvų pagalba, siekiant įgyvendinti tikslus* prasminis turinys liudija išskirtinį tėvų vaidmenį, rūpinantis vaikų, nors jau pilnamečių, gerove (*Tėvai mane morališkai paruošė gyvenimui; Tėvai padėjo išugdyti charakterį; <...> visada pataria tėvai; Į gyvenimą kabintis man padeda mano tėvai; Siekti viso šito man daugiausiai morališkai padeda tėvai; Jie labiausiai mane morališkai palaiko; Padeda įgyvendinti mano planus, stiprindami mane*).

Subkategorijos *Finansinė parama* turinys atskleidė aktualias studentų finansines problemas. Mokant už studijas, dar neįgijus finansinės nepriklausomybės, materialinė tėvų parama yra itin svarbi, sudaro sąlygas studijuoti universitete (*Padeda ir tėvai labai daug finansiškai <...>*;

Nebuvo tokios situacijos, kai tėvai manęs neparemtų, nepalaikytų materialiai; Tėvai moka už mokslą, gyvenu pas juos, apiperka, pavalgydina; Jie man sumoka už mokslą ir aprenčia mane, prižiūri, kad būčiau pavalgęs ir švarus). Studentai suvokia tai, kad tėvams nėra lengva juos remti finansiškai (*Tėvai turi labai stengtis, kad netrūktų pinigų ir jiems patiems, ir man*). Iš frazių apie tėvų patiriamus sunkumus, aukojimąsi dėl vaikų ateities, išryškėjo emocinis tiriamųjų santykis su šeimos nariais. Toks dorovinis jautrumas yra žmoniškumo, dvasinio tiriamųjų turtingumo išraiška, demonstruojanti pagarbą, dėkingumą, pasitikėjimą. Subkategorija *Skatinimas sportuoti* atskleidžia šeimos narių įtaką studento sportinei karjerai (*Mano manymu, mane turėjo tėvai, šeima pastūmėti atkakliau sportuoti <...>; Viso to niekada nebūčiau pasiekęs, jei ne tėvai, kurie mane stūmė sportuoti*). Taigi, šios kategorijos turinys rodo, kad šeimos nariai palaiko vieni kitus, pasitiki ir supranta.

Kategorijoje *Artimiausi šeimos nariai* pirmiausia išsiskiria *Lygiavertės narystės pojūčio* šeimoje subkategorija, kurią iliustruoja, pavyzdžiui, tokie teiginiai: *Šeimoje tarp visų jos narių buvau lygiavertis narys, kurio nuomonė išklausoma <...>; <...> su tėvais ir vyresniaisiais broliais visuomet esu labai artimas ir pasitikiu jais bei myliu juos; Todėl visą gyvenimą jiems dėkosi, nes aš jaučiausi lygiaverčiu šeimos nariu*. Išryškėjo ir artimiausių šeimos narių (sesers / brolio) palaikymo reikšmingumas: *<...> labiausiai palaiko sesuo; Labai didelį palaikymą gaunu iš ir sesers; Be abejoj, man tai padės pasiekti sesers palaikymas, brolio pagalba*.

Subkategorijoje *Mamos palaikymas / nepalaikymas* pirmiausia atkreipė į save dėmesį didelis motinų, besirūpinančių savo vaikų įsitvirtinimu gyvenime, indėlis (*Mane labai skatino mama, ji visada mane suprasdavo <...>; Mama – mano geriausia draugė; Sulaukusi mamos pagyrų <...> sau pasakau: taip, tu gali pasiekti gerų rezultatų, tad veik!*). Tiesa, pasitaiko ir neigatyvių santykių su mama vertinimų (*Su mama niekada gerai nesutariau jau nuo mažens*). Tėvo palaikymas / nepalaikymas atskleistas teiginiais, kurių dauguma išreiškia palaikymo gavimą iš tėvo pusės (*Tėtis visada man sakydavo: „įdėdamas daug darbo, noro ir pastangų, visada pasieksi savo tikslus“; Į pagalbą pasikviečiau savo tėtį; <...> labai jutau tėčio palaikymą <...>*), bet vienu teiginiu išreiškta ir tėvo palaikymo stoka (*Šiek tiek kartais trūksta palaikymo iš tėčio <...>*). Tekstų turinyje aiškiai išsakytas tėvų pagalbos pozityvus įvertinimas, supratimas to, ką tėvai padarė gero. Tai atsispindi subkategorijoje *Tėvų pagalbos įvertinimas*: *Už viską dėkoti turiu savo tėvams <...>; Todėl turime būti dėkingi savo tėvams <...>; Dabar galiu padėkoti už tai tik savo tėvams; Kiekvieną kartą prisimenu savo tėvus, kurie džiaugiasi manimi ir tikisi, kad aš surasiu gyvenime savo kelią*.

Subkategoriją *Senelių pagalba* charakterizuoja trys teiginiai: *<...> močiutė kiek tik gali padeda; <...> padeda seneliai; Džiaugiuosi, kad yra seneliai, kurie suteikia man jėgų, ryžto ir pasitikėjimo savimi*. Subkategorijoje *Giminių, artimųjų palaikymas* išreikštas tiriamųjų pasitenkinimas giminių, artimųjų palaikymu, suteikiančiu ryžto ir pasitikėjimo savimi: *Gaunu didelį palaikymą iš giminių <...>; Džiaugiuosi, kad yra artimieji, kurie suteikia man jėgų, ryžto ir pasitikėjimo savimi; Ateities tikslų man padeda siekti artimieji*.

Kategoriją *Draugai* itin išsamiai (net penkiolika teiginių) atskleidžia subkategorijos *Draugo / draugės (partnerio / partnerės) palaikymas* turinys, leidžiantis teigti, kad studen-

tams draugų palaikymas yra itin svarbus (*Draugas mane palaiko <...>; Mane labai palaiko antroji gyvenimo pusė; <...> tikslo man padeda siekti jau minėta nuostabi draugė, kuri palaiko, paskatina, drąsina; Džiaugiuosi dėl vieno tai tikrai – čia, Šiauliuose, sutikau labai šaunią panelę; Taip pat mane palaiko draugas, jis stengiasi man padėti ir suprasti tai, ko aš noriu*). Turtingo turinio (aptikta dvidešimt ją išreiškiančių teiginių) subkategorija *Grupės, komandos ir kitų draugų palaikymas*, įrodanti, kad studentams svarbūs yra akademinės grupės, sporto komandos draugai (*Turiu tik kelis gerus draugus, kuriais galiu pasitikėti; Mane palaikė sporto draugai <...>; Turiu draugų, kurie bet kada, iškilus kokiai bėdai, problemai, visada suskubs padėti; Smagu ir kursiojų palaikymas <...>; Draugai – jų turiu nesuskaičiuojamą kiekį <...>; Esu labai laimingas, kad turiu tokių draugų*).

Kategoriją **Dėstytojai** apibūdina subkategorijos *Bendravimas, aplinka* ir *Studijų procesas*. Subkategorijoje *Bendravimas, aplinka* akcentuojamas geranoriškas dėstytojų bendravimas su studentais (*Labai džiaugiuosi universiteto dėstytojais, kurie bendrauja labai gerai ir padeda mums; Universitete aš jaučiuosi toks vyresnis, suaugęs, subrendęs*), puiki universitetinė atmosfera (*Dėstytojai puikiai supranta studentus ir jų gyvenimą, universitete tikrai puiki atmosfera*), nuoširdus bendravimas tarp studentų, bendri interesai (*Universitete iš tikrųjų labai smagu, didelė grupė, visi sportininkai, visi turi apie ką šnekėti*). Subkategorijoje *Studijų procesas* išreikštas palankus dėstytojų profesionalumo vertinimas (*Mane šiai profesijai skatina mokymasis ir dėstytojų kalbos; Iš jų galima pasimokyti įvairių dalykų, kuriuos galbūt pritaikysiu savo specialybėje bendraujant su mokiniais*), teigiamas požiūris į paskaitas (*<...> net įdomu lankyti paskaitas; Per paskaitas sužinau daug dalykų, kurie yra labai įdomūs ir svarbūs mano ateičiai*), teigiamas universitetinių studijų poveikis studentų pasaulėjautai (*Istojus į universitetą pasikeitė mano požiūris į gyvenimą*).

Kategorija **Sporto treneriai, kūno kultūros mokytojai** rodo studentų požiūrį į bendravimą su sporto treneriais (*<...> dėkinga treneri už bendravimą <...>; <...> treneris tiki manimi; Taip pat negalima pamiršti ir trenerio bei komandos draugų ir bendravimo su jais <...>; Nors ir ne visą laik sutariu su treneriu, jis many išugdė charakterį <...>*). Subkategoriją *Asmeninis pavyzdys* charakterizuoja du teiginiai: *<...> trenerio pavyzdys tapo mano autoritetu <...>; Turiu gerą trenerį – tai pavyzdys man <...>*. Subkategorijoje *Motyvacija sportuoti, studijuoti* išryškėjo kūno kultūros mokytojo ir trenerio vaidmuo (*Mane taip pat labai skatino sportuoti kūno kultūros mokytojas; Jis kartu, bendradarbiaudamas su treneriu, siekė, kad pamilčiau sportą ir siekčiau aukštų rezultatų; Treneris sakydavo, kad norint dirbti su vaikais, <...> teks siekti ir aukštojo mokslo*). Subkategorijoje *Moralinė pagalba, siekiant tikslų* pabrėžiamas trenerio asmenybės reikšmingumas, padedant sportininkui realizuoti jo išsikeltus gyvenimo tikslus (*Trenerio dėka pasirinkau specialybę, iškėliau gyvenimo tikslus ir jų siekiu; <...> trenerio žodžiai buvo tarsi „tramplynas“ <...>; <...> trenerio dėka turiu galimybę savo tikslus pasiekti; Treneris neleidžia „užmigti“ <...> ir t. t.*).

Kategorijos **Kiti žmonės, aplinka** turinį nusako dvi subkategorijos: *Skatinimas siekti tikslų, įkvepianti pagalba; Pozityvi aplinkos įtaka*. Subkategorijos *Skatinimas siekti tikslų, įkvepianti pagalba* teiginiai atkreipė dėmesį į galimą kitų žmonių įtaką, sprendžiant gyvenimo

uždavinius (*Tai bus tikrai įmanoma <...> bent taip sakė aplinkiniai; Visi žmonės, esantys apie mane, padeda vienaip ar kitaip to siekti; Dabar žinau, kad daug kuo galiu pasikliauti, nors anksčiau maniau, kad esu vienas; Buvo žmonių kurie teigė, jog man bus sunku ir gal net neįmanoma; Sulaukęs 16 metų, susidėjau su netinkama kompanija, nuo kurios bandė atitraukti kiti žmonės <...>; Mano gyvenime yra daug žmonių, kurie padeda siekti aukštumų <...> ir kt.).*

Iš pateiktųjų subkategorijų komentarų akivaizdus tiriamųjų bruožas – pagarba mokytojui, dėstytojui, o ypač treneriui. Vadinasi, ir pairusios dvasinės kultūros sąlygomis studentai tarsi pakylėja tai, kas jiems brangu. Šią pagarbą vyresniesiems reikia suprasti ne kaip elementrų mandagumą, stereotipinius santykius, bet kaip jų sukaupto gyvenimo patyrimo pripažinimą, kaip savaiminio mokymosi iš jų patirties, sporto treniruočių ar kitoje bendroje aplinkoje įvertinimą.

Subkategorija *Pozityvi aplinkos įtaka* rodo teigiamą aplinkos poveikį sportininko asmenybei (*Aplink mane sukasi daug patyrusių ir gerų sportininkų, kurie sudaro gerą foną; Be to, reikia, kad tau padėtų ir pati aplinka, neužtenka tik artimųjų pagalbos*). Šioms subkategorijoms priešpriešinama *Neigiama aplinkinių įtaka*, kuri atkreipia dėmesį į negatyvų poveikį sportininko asmenybei, formuojantį nepasitikėjimą savo galimybėmis (*Kartą man pasakė, kad nebūsiu toks geras sportininkas kaip tėtis*). Pasitaiko „vertintojų“, nesuprantančių sportuojančio žmogaus, netgi nepripažįstančių kaip sportininko (*<...> tačiau yra ir tokių, kurie nesupranta arba bent neįsivaizduoja manęs kaip sportininko*). Todėl studentai ir teigia, kad „neužtenka vien tėvų, draugų ar trenerių palaikymo“.

Išskirtoje kategorijoje **Materialiniai resursai** pirmiausia į save atkreipia dėmesį subkategorija *Pinigai: Tik turėdamas pinigų gali pradėti kurti šiltus ir jaukius namus savo šeimai; Manau, labai svarbu tuos norimus ir reikalingus pinigus uždirbti sau mėgstama veikla <...> ir kt.* Įvardytuose teiginiuose ryškėja studentų nuostatos, kad pinigai rodo sėkmę ir socialinio statuso reikšmingumą, prestižą. Subkategorijos *Materialinės problemos (Materialūs dalykai turėtų būti priemonė išgyventi, o ne gyvenimo tikslas; Žinoma, kaip ir visur trukdo siekti gerų rezultatų materialūs dalykai <...>; Jei šeima skursta, kyla kivirčiai ir pan., tai ar žmogus gali būti laimingas)* turinys patvirtina prielaidą, kad nepatenkinti pirminiai studentų poreikiai, kad daugelis studentų patiria materialinių problemų.

Subkategorija *Finansinė krizė* apibūdinta tokiais teiginiais: *<...> kai krizė, norisi mokytis nemokamai; Dabar tobulėti Lietuvoje gali tik tie, kurių finansinė padėtis gera; Kad ir kaip sunku, pats iš mamos kišenės tikrai neimsiu <...>; Nesinori „atsisėst“ ant tėvų sprando ir prašyti jų už mokslą <...>*. Akivaizdi dorovinė tiriamųjų sąmonė, pasireiškianti nuostata nepiktnaudžiauti tėvų gerumu, pasiaukojimu, pasireiškianti teisingumu, pagarba ir orumu, siekiant gyvenimo tikslų nepalankiomis aplinkybėmis (ekonominė krizė šalyje, dideli mokesčiai už mokslą ir kt.). Taigi, dorovinei kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų sąmonei būdingas vertinamasis santykis su tikrove. Išsiskyrė subkategorija *Pasitenkinimas finansinėmis galimybėmis*, kurią rodo du teiginiai: *Man niekada nieko netrūko; Nerūpėjo man materialūs dalykai <...>*.

Kategoriją **Edukaciniai resursai** iliustruoja dvi subkategorijos. Viena iš jų – *Įgyta kompetencija*, kurios turinį rodo tokie teiginiai: *<...> universitetas man suteikė labai daug žinių,*

gebėjimų, išmokau bendrauti su įvairaus amžiaus žmonėmis; Gautos žinios, kompetencijos padeda siekti tikslų; Sulig kiekviena diena mano žinių pasaulis tampa platesnis ir didesnis <...>.

Subkategoriją *Harmoningas vystymasis* atspindi šie teiginiai: <...> *ši specialybė padeda man vystytis kaip harmoningai asmenybei <...>; <...> verta stengtis, siekti išsilavinimo dėl visapusiško vystymosi <...>*. Galima konstatuoti menką šių prasminių vertybių pripažinimą, nepakankamas sportuojančių studentų nuostatas tobulinti save. Subkategorijos *Išsilavinimas kaip vertybė* turinį atspindi du teiginiai: *Išsilavinimą laikau didele šiuolaikine vertybe; Mokindamasis universitete aš ugdu žmogui reikalingas vertybes <...>*. Šie teiginiai patvirtina tai, kad tik nedidelė studentų dalis išsilavinimą pripažįsta kaip terminalinę vertybę.

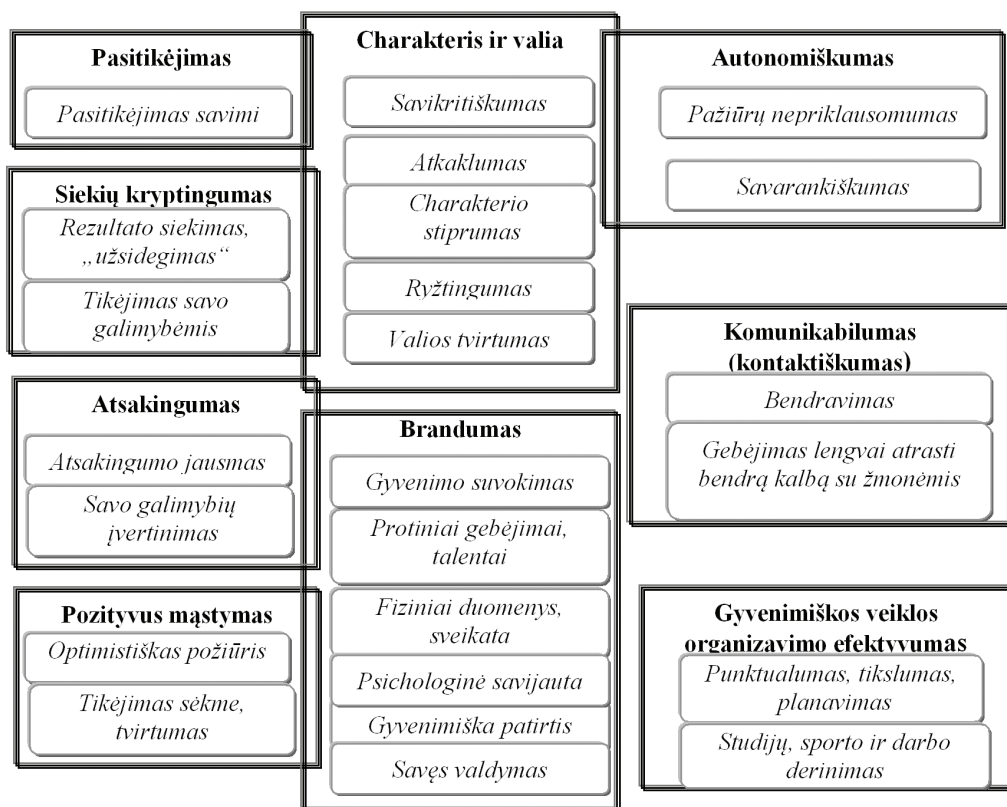
Subkategoriją *Išsilavinimas – įsitvirtinimo gyvenime priemonė* tikslina šie teiginiai: *Žmogus neturintis aukštojo mokslo diplomo <...> sunkiai gali įsitvirtinti visuomenėje bei gauti puikų darbą ar sukurti verslą; Be mokslo žmogus dabar visai nieko vertas; Turėdamas šią specialybę galėsiu daug kur save realizuoti; <...> šiais laikais be mokslo niekur toli nenužengsi; Kuo daugiau žinosiu, tuo labiau būsiu vertinamas kitų*. Šių teiginių prasmė išryškėjusios tendencijos patvirtina tai, kad išsilavinimas šiandien įgyja instrumento statusą, siekiant terminalinių vertybių.

Asmeniniai gyvenimo tikslų realizavimo resursai

Asmeniniuose gyvenimo tikslų realizavimo resursuose (15 pav.) išsiskyrė šios kategorijos: *pasitikėjimas savimi; charakteris ir valia; siekių kryptingumas; autonomiškumas; atsakingumas; komunikabilumas (kontaktiškumas); pozityvus mąstymas; brandumas; gyvenimiškos veiklos efektyvumas*. (Gilesnis subkategorijų turinys, grindžiamas rašinių analize, atspindi 8 priedo devintoje lentelėje)

Vienas svarbiausių orientyrų, projektuojant savo gyvenimo stilių, yra savojo potencialo suvokimas ir gebėjimas daryti tai, ką gebi geriausiai. Aukščiausia žmogaus gebėjimų viršūnė, kai asmuo realizuoja savo talentus ir yra tapęs tuo, kuo gali tapti, arba yra kelyje į savo tikslą (Лэнгле, 2004; Maslow, 2006). Tai yra gebėjimas pažinti save, savo unikalumą, pajaučiant gyvenimo visavertiškumą, pilnatvės jausmą.

Rašinių turinyje aptiktas lyg ir primirštas terminas, išreikštas kategorijoje *Pasitikėjimas*. Pasitikėjimas savimi – žmogaus jautimas, supratimas, kad yra pajėgus atlikti tuos uždavinius, kuriuos jam kelia gyvenimas ir kuriuos jis kelia pats sau. Tai – unikalus sportininko patyrimas, sukauptas per įvairius laimėjimus ir pasireiškiantis specifiniais būsimos sėkmingos veiklos lūkesčiais.



15 pav. Asmeninių gyvenimo tikslų realizavimo resursų struktūra (kategorijos ir subkategorijos)

Pasitikėjimą savimi studentai išreiškė pojūčiu, kad yra pajėgūs atlikti tuos uždavinius, kuriuos jiems kelia gyvenimas ir kuriuos jie kelia patys sau (*Stengiuosi vis labiau savimi pasitikėti <...>*). Priklausomai nuo to, kaip žmogus vertina save, pasitikėjimas savimi gali būti didesnis arba mažesnis, realus arba nerealus. Pasitikėjimas savimi siejasi su veiklumu: tai galimybė kažką padaryti, pasiekti, išmokti ir pan. (*<...> esu pasitikinti savimi, ryžtinga, gebanti ir norinti išmokti daug dalykų*). Kaip matyti iš šio ir analogiškų tolimesnių teiginių potekstės, pasitikėjimą savimi lemia savęs pažinimas (*esu ryžtinga <...>, gebanti <...>, norinti <...>*) ir adekvatus savęs vertinimas, žinoma, nepervertinant savęs. Galima teigti, kad pasitikėjimas savimi teikia tiriamiesiems galimybių pasinerti į trokštamą veiklą ir priartina sėkmę (*<...> esu pasitikinti savimi, ryžtinga, gebanti ir norinti išmokti daug dalykų*). Studentų rašinių analizė patvirtino kitų autorių (Miškinis, 2002) išreikštą nuomonę, kad sportuojantiems studentams būdingas pasitikėjimas savimi, savikontrolė, gebėjimas užmegzti socialinius santykius, laisvai bendrauti su bendraamžiais, dėstytojais, treneriais.

Tirti studentai tvirtai įsitikinę, kad būtina pasitikėti savimi ir veikti gyvenime (*Reikia labiau pasitikėti savimi bei veikti gyvenime, išbandyti save įvairiose srityse*). Pasitikėjimas savimi

yra unikalus sportininko patyrimas, sukauptas per įvairius laimėjimus sporte ir pasireiškiantis specifiniais lūkesčiais dėl pasiekimų būsimoje veikloje. Sportuodamas asmuo įgyja fizinę jėgą, gerą fizinę būklę ir sportinę kompetenciją, tampa įžymus savo bendruomenėje ar visuomenėje, ir tai, be abejonės, veikia tiek dvasinės tiek fizinės savivertės formavimąsi, kuris lemia pozityvų ir adekvatų savęs vertinimą, pasitikėjimą savimi.

Kategoriją **Charakteris ir valia** atspindi subkategorijos, apibūdinamos savikritiškumu (*Aš dažniausiai esu savikritiška, bet užsibrėžtą tikslą stengiuosi padaryti iki galo ir kruopščiai, nors ir abejosiu savimi; Darausiu labiau savikritiškas, tas pravers gyvenime*); atkaklumu (<...> *esu atkakli <...>; Nuo mažens esu atkaklus; Esu atkaklus ir vis tikiu, kad ateityje man pavyks*). Atkaklumas, kaip ryškėja iš rašinių potekstės, – tai nuoseklus, ilgalaikis tikslo siekimas įvairiausiomis, ne vien palankiomis, veiklos sąlygomis. Atkaklumas, kuris glaudžiai susijęs su tiriamųjų atsparumu, savidrausme, organizuotumu, pasitikėjimu savo jėgomis, mokėjimu sutelkti savo fizinės ir dvasinės jėgas, nesėkmės atvejais įgalina keisti veikimo būdus, taktiką, ieškoti naujų tikslo siekimo kelių. Studentai charakterio stiprumą išreiškė tokiais teiginiais: *Esu labai stipraus charakterio <...>; Mano charakterio savybės yra tinkamos tikslų siekimui, aš manau taip; Aš manau, kad sportine prasme esu stipraus charakterio <...>; Esu stipraus charakterio žmogus ir mane ne taip lengva išmušti iš vėžių; <...> tikslui įgyvendinti padeda mano charakteris, tvirta valia, noras nugalėti, įrodyti, kad esu geresnis už kitus*.

Tekstų analizėje išskirtą subkategoriją *Ryžtingumas* galima charakterizuoti kaip teigiamą savybę, kaip dorovinės brandos bruožą, pasireiškiantį gebėjimu teisingai vertinti situaciją, laiku priimti sprendimą, nuosekliai ir atkakliai jį įgyvendinti. Kaip matyti iš rašinių, ryžtingas žmogus yra veiklus, ištvėringas. Jis kritiškas ir įžvalgas, valingas ir drąsus (<...> *man būdingas ryžtingumas, atkaklumas, <...>; Stengiuosi būti ryžtinga, valinga, nes gyvenimas grūdina; Nemėgstu sėdėti vietoje, kad ir sunku, reikia judėti pirmyn*). Taigi, tekstų analizė leido išskirti tokius tiriamųjų charakterio ir valios bruožus: savikritiškumą, atkaklumą, charakterio stiprumą, ryžtingumą. Išskirtosios charakterio savybės dažniausiai lemia studentų gebėjimus pasirinkti, t. y. individo savipratą.

Siekių kryptingumo kategorijos funkcinis prametrus pirmiausia paaiškina subkategorijos *Rezultato siekimas*, „užsidedimas“ turinys, apibrėžiantis vyraujančių asmens veiklos motyvų sistemą, nusakančią asmens kryptingumą, aktyvumą: <...> *stengiuosi pasiekti tai, ko esu užsibrėžusi; Rezultato siekimas man išlieka svarbiausiu aspektu <...>; Supykstu, jei nelaimiu ar blogas rezultatas; Save priskirčiau prie aktyvių visuomenės veikėjų*.

Tikėjimo savo galimybėmis subkategorija išreiškia studentų nuostatas objektyviai įvertinti savo galimybes (<...> *norėdavau nugalėti, nemoku pralaimėti, tiesiog turiu nugalėti ir tuo tikiu; atitinkamai įvertinu savo galimybes*) ir tikėti jomis (<...> *reikia norėti, tikėti, kad aš galiu, kad moku*), reguliuoti savo funkcionalumą ir kontroliuoti įvykius, kurie veikia asmens gyvenimą (*Bet manau, kad protingas ir veiklus žmogus visada ras išeitį*). Sprendžiant iš rašinių, tai neatsiejami sportininkų bruožai, nes be tikėjimo savo galimybėmis sporte neįmanoma efektyviai siekti aukštų rezultatų. Tekstų turinyje aiškiai išreikštos sportinėje veikloje suformuotos vertybės (<...> *noriu nugalėti, nemoku pralaimėti, tiesiog turiu nugalėti ir tuo tikiu; Manau, kad man pavyks, nes manau, kad turiu šiojį tokį talentą savo norui įgyvendinti*).

Subkategorija *Savo galimybių įvertinimas* atskleista teiginiais, leidžiančiais geriau suvokti prieš tai analizuotą *Tikėjimo savo galimybėmis* subkategoriją, kartu pažvelgiant į studentų objektyvų savo galimybių vertinimą: <...> *esu realistas; Už savo veiksmus ir rezultatus atsakau pats*. Studentai suvokia, kad, vertinant savo galimybes, reikia save pažinti ir būti objektyviam, suprasti savo elgsenos dinamiškumą.

Kategorija **Autonomiškumas** konkretinama subkategorijomis *Pažiūrų nepriklausomumas* ir *Savarankiškumas*. „Tarptautinių žodžių žodyne“ (2008) *autonomija* apibūdinama kaip savarankiškumas, teisė pačiam tvarkytis, apsispręsti. Artimos šiai sampratai leksinės – *laisvės, nepriklausomybės* – reikšmės labai dažnos studentų rašiniuose. Lygiagrečiai vartojama savarankiškumo sąvoka. Asmenybės autonomiškumas, jungiantis svarbiausius jo elementus, šiame tyrime išreikštas tokiomis subkategorijomis: *pažiūrų nepriklausomumas* ir *savarankiškumas*. Tai pabrėžia galimybes ieškoti ir rasti savo gyvenimo prasmę, išreikšti save. Tačiau šioje situacijoje būtina turėti tam reikalingų įgūdžių. Mat gyvenimo stiliaus projektavimas, prioritetą teikiant nepriklausomumui ir savarankiškumui, šiuolaikinėmis sąlygomis reikalauja strateginio mąstymo, gebėjimo konstruktyviai modeliuoti kokybinio augimo procesus ir prisitaikyti prie pakitusių sąlygų (teorinė disertacijos dalis, 1.2 poskyris).

Subkategorijos *Pažiūrų nepriklausomumas* teiginių turinys padėjo suvokti, koku mastu kūno kultūros studijų programų studentai yra autonomiški, savo pasisakymais patvirtina šią poziciją. Asmenybės autonomiškumas – tai nepriklausymas nuo aplinkybių (*Tvirtai laikaisi savo nuomonės* <...>; *Niekada nesistengiau įtikti kitiems, nes jau kokia esu, tokia*), gebėjimas savarankiškai priimti sprendimus (*Noriu daryti tai, kas man patinka ir tai, kas man ir visuomenei naudinga*), remtis savo protu, gyvenimo tikslu ir idealais (<...> *noriu būti savimi, o ne kažkuo kitu, noriu kurti savo gyvenimą*). Taigi, studentai savo rašiniuose demonstruoja nepriklausymą ar norą nepriklausyti nuo autoritetų, nuo hedonistinių ir utilitarinių motyvų. Iš rašinių potekstės aiškėja, kad tiriamiesiems dorovinė autonomija yra asmenybės savarankiškumo prielaida, be to, ji leidžia apginti savo vertę. Subkategorijoje *Savarankiškumas* atsiskleidžia studentų noras kuo greičiau įsitvirtinti gyvenime, patiems veikti, išreikšti save, kaip galima greičiau tapti nepriklausomiems (<...> *sugebu viena išsilaikyti save; Ir dabar esu labai savarankiška*). Kai kuriems studentams savarankiškumas – didelė siekiamybė (*Noriu būti laisva ir nuo nieko nepriklausoma; <...> savo gyvenimo „kalvis“ yra tik pats žmogus; Niekas nepadarys karjeros tau, karjera gali pasidaryti tik pati*).

Kategorijoje **Atsakingumas** pirmiausia išskirta subkategorija *Atsakingumo jausmas*, kurios turinį parodo teiginiai, nusakantys rašančiojo santykį privalomybe: <...> *Turiu atsakingumo jausmą* <...>; <...> *niekas už mane viso to nepadarys; <...> stengiuosi elgtis atsakingai, jausti pareigą ir pagarbą; Aš noriu padėti tiems žmonėms, kuriems tikrai reikia pagalbos*. Šių teiginių turinys rodo studentų įsipareigojimą būti atsakingiems už save, už kitus žmones, supratimą, kad atsakomybė yra proporcinga laisvei: kuo individas laisvesnis, tuo jis atsakingesnis. Iš rašinių potekstės galima išskirti ir interpretuoti dar keletą būdingų minčių: atsakingumas verčia analizuoti savo veiksmus ir reflektuoti; atsakingumas – pagrindas pareigai atlikti ir užsibrėžtiems tikslams įgyvendinti.

Kategorijoje **Komunikabilumas (kontaktiškumas)** išskirta subkategorija *Bendravimas*. Šią pagrindinę žmonių sąveikos formą, kuria plėtojami ir palaikomi savitarpio santykiai visuomenėje, atspindi septyni teiginiai (<...> *moku lengvai bendrauti* <...>; *moku bendrauti tiek su vaikais tiek su suaugusiais*; *Man patinka darbas tarp žmonių*; *Stengiuosi visada padėti kuriems labiausiai reikia*; *Aš niekada su kitais žmonėmis nesielsiu negražiai*; *Sengiuosi niekada neįžeisti kitų žmonių*). Aišku, jog būsimiems kūno kultūros ir sporto pedagogams bendravimas nėra kliūtis, jie gerai jaučiasi tarp kitų žmonių, teisingai suvokia bendravimo principus, tobulina charakterio savybes, lengvai užmezga kontaktą, yra empatiški, neabejingi.

Subkategorijoje *Gebėjimas suprasti kitą žmogų* išryškėja sportuojančių studentų noras ir gebėjimas suprasti kitą žmogų (<...> *nemėgstu ginčytis, bandau suprasti kitą*; *Svarbiausia būti maloniu, supratingu žmogumi* <...> *elgtis garbingai, taip kaip nori, kad su tavimi elgtųsi*; *Pradėjau suprasti kitus žmones, juos išklaudyti, jiems pagelbėti*). Cituotos frazės žymi tiriamųjų pastangas ir (ar) gebėjimą įsijausti į kito asmens pasaulį, jo išgyvenimus, būseną. Nors ir netiesiogiai, tačiau studentai suvokia, kad empatija (gebėjimas suprasti kitą) yra būtinas individo komunikacinių gebėjimų elementas, leidžiantis bendrauti atvirai, nuoširdžiai. Šis bruožas daug syk pabrėžtas tose rašinių vietose, kur svarstomi šeimos narių tarpusavio santykiai, išskiriant norą ir gebėjimą atpažinti emocijas kito žmogaus būsenas, bendrai išgyventi laimėjimus, nesėkmes ir pasiekti abipusį rezonansą.

Kategoriją **Pozityvus mąstymas** pirmiausia charakterizuoja subkategorijos *Optimistinis požiūris* turinys. Kaip rašyta teorinėje šio darbo dalyje, pozityvus mąstymas, renkantis tikslus, projektuojant gyvenimo stilių, visada pagrįstas faktais, neabejotinas. Teiginiai, išreiškiantys tokį studentų mąstymo būdą, atspindi žemiau pateiktose citatose: *Taipogi svarbu lankstumas, tikrumas, nes be jo turbūt niekas nieko nepasiektų*; *Aiškus, faktais paremtas mąstymas padeda nepasiduoti kritiškose situacijose*; *esu dalykiška, į gyvenimą žiūriu optimistiškai* <...>; *Stengiuosi pasimokyti iš nesėkmės, veiklą remti refleksija*. Subkategorijos *Tikėjimas sėkme, tvirtumas* turinį atskleidžia teiginiai, išreiškiantys tikėjimą, kad viskas bus gerai (*Kad ir kaip dabar būtų sunku*, (<...> *ateis šviesus rytojus* <...>), neribotus siekius (*Tačiau siekiam ribų nėra*), pasiryžimą įveikti sunkumus (<...> *jei ištinka nesėkmė – nenuleidžiu rankų* <...>; *Tikėti savo sėkme ir jos nepaleisti nutikus nesėkmei*; *Jei kada nepasiseka, geriau į viską pažiūrėti su humoru* <...>). Šiai subkategorijai artima savitvardos formuluotė, demonstruojanti sportuojančių studentų valios tvirtumą, tikėjimo sėkme stiprumą.

Kategoriją **Brandumas** pirmiausia konkretina subkategorija *Gyvenimo suvokimas*, kurioje studentai išsako savo gyvenimo prasmės sampratą ir tai, ko jie tikisi iš gyvenimo (<...> *žinau, kas yra gyvenimas*; <...> *žinau, ko noriu iš gyvenimo* <...>; *Baigus universitetą, planuoju savo tikslą įgyvendinti*; *Jaučiu, kad mano gyvenimo tikslai ateina su laiku*. Studentų brandumą rodo tai, kad jų negąsdina nežinia, abejonės, netikrumas, jie aiškiai suvokia pasaulį ir tai, ko nori gyvenime. Svarbu, manytume, tai, kad studentai įsivaizduoja savo „vietą po saule“ ir žino savo veiksmus (*Šiuo metu aš manau, kad žinau savo vietą gyvenime ir kaip tai galima pasiekti*). Kaip matyti iš tekstų analizės, studentų branda yra neatsiejama nuo jų savirealizacijos siekių. Sportuojantys studentai geba savo energiją sutelkti į konkretų uždavinį, apibrėžiantį jų paskirtį.

Projektuojant gyvenimo stilių labai svarbu pasitikėti savimi, gebėti adekvačiai vertinti save. Studentai pripažįsta savo žmogiškąją prigimtį tokią, kokia ji yra, o ne tokią, kokia labiau patiktų. Tai atsispindi subkategorijoje *Protiniai gebėjimai, talentai*, kurioje tiriamieji gan pozityviai įvertino šį savo brandumo aspektą ir jo dinamiką (*Protiniai gebėjimai irgi, manau, neblogi; Taip pat man padeda protiniai gebėjimai ir talentai <...>; Jaučiu, kad tobulėju ir mano gebėjimai gerėja su kiekviena diena*).

Rašinių analizė parodė, kad studentai pripažįsta sveikatos, fizinės išvaizdos reikšmę, siekiant gyvenimo tikslų. Subkategorijos *Fiziniai duomenys, sveikata* teiginiai tai patvirtina (*<...> šiais laikais išorinės savybės (išvaizda) ir sveikata labai daug padeda siekiant tikslų; Tobulėjant fiziškai yra lengviau pažinti save <...>; Bandau gyventi kuo sveikiau <...>*). Nedidelė tiriamųjų dalis pripažįsta ir psichologinės savijautos reikšmę. Tai leido išskirti subkategoriją *Psichologinė savijauta*. Jos teiginiai: *Žmogui labai svarbu jo psichologinė būseną, savijauta; Džiaugiuosi, kad gyvenimas man pažėrė tiek išbandymų <...> už tai aš puikiai žinau, ko noriu iš gyvenimo*). Subkategorijoje *Gyvenimiška patirtis* išryškėjo asmeninių išgyvenimų ir patirčių vertinimas, siekiant svajonių įgyvendinimo (*<...> akimirkos, kai buvau liūdna ar nusivylusi, davė daugiau naudos nei džiaugsmo akimirkos; Manau, tikrą gyvenimo patirtį (progresą) ir duoda tas skausmas, kuris verčia tave kažkur judėti; Ach, taigi dėl tokių skaudžių akimirkų ir atsirado tas tikslas siekti tų svajonių*). Pozityviai nuteikia tai, kad studentai jaučiasi subrendę, įgiję patirties (*Pagal savo amžių jaučiuosi pakankamai subrendusi, įgijusi gyvenimiškos patirties*).

Subkategorija *Savęs valdymas* išreiškta dviem teiginiais, kurie leidžia tvirtinti, kad savęs valdymą studentai labiau sieja su sporto treniruočių vyksmu, pasirengimu varžyboms (*<...> stengiuosi save kontroliuoti, valdyti jausmus ir norus <...>; Sportininkas turi valdyti save, sporte to labai reikia*). Sportuojantys studentai dėl itin intensyvaus treniruočių tvarkaraščio geba tinkamai organizuoti savo veiklą, tiksliai ją planuoti. Tai rodo kategorijos **Gyvenimiškos veiklos organizavimo efektyvumas** subkategorija *Punktualumas, tikslumas, planavimas*. Teiginių *stengiuosi suderinti viską <...>; Mėgstu punktualumą, tikslumą, didžiuojuosi žmonėmis, kurie turi loginį mąstymą <...>; Visada gyvenime būnu viską suplanavęs <...>* turinyje išreikštas apgalvotas laiko panaudojimas. Studentai išsako savo nuostatą dėl prasmingo laiko leidimo, laisvalaikio organizavimo (*Niekada nesakau, kad nėra ką veikti, kaip dažnai išgirstu; Aš visada randu kokį užsiėmimą ar prasmingą laisvalaikio praleidimą*).

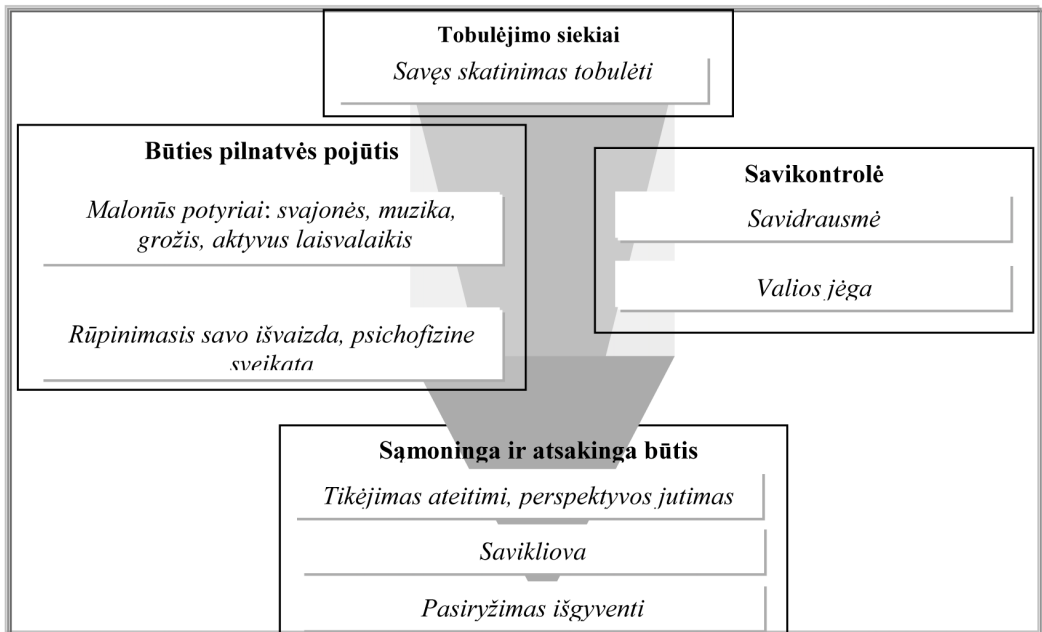
Subkategorija *Studijų, sporto ir darbo derinimas* išreiškia tirtiems studentams itin svarbų veiklos organizavimo aspektą, nes daugelis iš jų turi derinti skirtingą veiklą – studijas universitete, sporto treniruotes ir darbą. Šios studentų susirūpinimą keliančios mintys išsakytos aštuoniuose teiginiuose: *Man sunku suderinti studijas su sportu <...>; Mano tikslas yra suderinti sportą su universitetu <...>; Sunkiausia suderinti darbą užsienyje su mokslais Lietuvoje; <...> bijau, kad nesuderinsiu treniruočių laiką su paskaitomis <...>; Yra labai sunku derinti visus tris dalykus, tai sportą, mokslus ir darbą*. Sirtingų veiklos rūšių derinimas atima daug energijos, tačiau studentai jaučia atsakomybę ir pareigą, tad priversti tobulinti organizavimo, sprendimų priėmimo, tvarkyti savo gyvenimą gebėjimus. Galima teigti, kad studentai rašiniuose išsako būtinybę patiems apsispręsti, priimti sprendimus, būti atsakingiems už save ir savo gyvenimą.

Santykis su savimi

Santykį su savimi išreiškia šios kategorijos (16 pav.): **savikontrolė; tobulėjimo siekiai; sąmoninga ir atsakinga būtis; būties pilnatvės pojūtis**. (Gilesnis subkategorijų turinys, grindžiamas rašinių analizės pagrindu išskirtais teiginiais, atspindi 8 priedo dešimtoje lentelėje)

Rašinių tekstų analizė patvirtina tai, kaip svarbu žmogui rasti teisingą santykį su pačiu savimi, realiai suvokti savo gebėjimus ir galimybes, įžvelgti teigiamybes ir trūkumus, dorybes ir ydas. Ne visus poelgius, jausmus, nuostatas, vertybes, požiūrius, konfliktų sprendimo būdus tiriamieji gebėjo racionaliai, sąmoningai paaiškinti. Bet akivaizdi jų samprata: nuo to, kaip individas pažįsta ir vertina save, priklauso jo veiklos sėkmė, kasdieninis elgesys ir santykiai su artimaisiais. Beje, šiandieninio dinamiško gyvenimo sąlygomis daugelis žmonių išvis mažai besidomi savimi, nesigilina į savo vidinį pasaulį, nesistengia savęs pažinti ir vertinti, nesiekia savęs keisti, tobulėti, nesuvokia, kad, norint keisti socialinę realybę, kaitą pirmiausia reikia pradėti nuo savęs. Tekstų analizė leido suvokti, kaip studentai geba pažinti, vertinti save, savi-kritiškai analizuoti savo veiksmus bei poelgius, kontroliuoti save.

Kategoriją **Savikontrolė** pirmiausia charakterizuoja subkategorija *Savidrausmė*. Išskirti aštuoni teiginiai, atskleidžiantys studentų požiūrį į savikontrolę ir tai, kaip jie ją panaudoja kasdiniame gyvenime (*Negali būti jokių tinginysčių; Retkarčiais susidarau dienvartę <...>; Kad ir koks darbas būtų, stengiuosi jį atlikti iki galo*). Teiginių analizė leidžia daryti prielaidą – studentai gerai įsisąmoninę, kad jų siekiamas reikia daug pastangų, kad tai kartais pareikalauja kai ko ir atsisakyti (*Tikslo privalome siekti sunkiu darbu, nes tik jis mums padeda pasiekti tinkamų rezultatų; <...> dėl savo tikslo galima atsisakyti laikinų patogumų; <...> vardan tikslo atsisakyti kai kurių savo kvailų įsitikinimų*). Citatose pabrėžta tingumo / darbštumo dichotomija. Pirmoji, kaip neigiama charakterio savybė, atmetama, antroji, kaip priešybė pirmajai, sutaurinta. Akivaizdu, kad tiriamiesiems darbštumas, siekiant užsibrėžto tikslo, yra virtęs vidiniu poreikiu ir įpročiu dirbti ir reiškiasi organizuotumu, drausmingumu, veiklos tikslumu. Subkategorijos *Valios jėga* turinys atspindi sportininkų charakterio savybę, nuolat ugdomą treniruotėse bei sporto varžybose. Būsimieji kūno kultūros ir sporto specialistai šią išsiugdytą savybę puoselėja ir kasdiniame gyvenime Tai matyti iš teiginių: *Jei užsibrėžiu sau kokį tikslą, tai būtinai jo siekiu; Kad ir kaip jau tingėdavau, atlikdavau visas užduotis ir tai reikalavo didelio mano ryžto; Supratau, kad esu viena ir tikslo siekti reikia būtinai; <...> Maiklas Džordanas yra pasakęs: „sunkus darbas nugali talentą <...>*



16 pav. Santykio su savimi struktūra (kategorijos ir subkategorijos)

Kategoriją **Tobulėjimo siekiai** konkretina subkategorija *Savęs skatinimas tobulėti*, t. y. pastangos tobulinti talentą, savo gabumus ir viską, kas yra humaniška, vertinga ir tikra. Išrašinių aiškėja, kad tiriamieji tobulėjimui priskyrė artimas savikūros ir saviugdos sampratas. Tai rodo tam tikrą pozityvumo, optimizmo laipsnį (*Skatinsiu save ir prašysiu, kad artimieji mane skatintų tobulėti <...>; Reikia nuolat save skatinti <...>; Stengiuosi nuolat gerinti rezultatus <...>; Manau, svarbiausia yra nesustoti, tobulėti ir nepasiduoti*). Šios kategorijos turinio analizė rodo, kad sporte ugdomos tam tikros vertybės gali būti perkeliamos ir į kasdienį gyvenimą.

Kategorijos **Sąmoninga ir atsakinga būtis** pirmoji subkategorija *Tikėjimas ateitimi, perspektyvos jautimas* rodo optimistines studentų nuostatas, nusiteikimą siekti tikslų, matyti prasmę (*Daug vargo įdėta, bet ateina ir geresni laikai; Gyvenimas susideda iš daug dalykų, jei jų sieksi, tai ir turėsi kažką; Dėl nieko gyvenime nesigailiu – tai kvaila, ateitis man šviečiasi*), įgyvendinti savo svajones (*Ateityje planuoju gyventi savo svajonėmis <...>*). Subkategorijos *Savikliova* turinys apima septynis teiginius, įrodančius pasitikėjimą savo gebėjimais (*Gyvenime tik aš pats galiu įrodyti, ką galiu, ko noriu, ką sugebu*), savimi (*Aš būčiau ne aš, jei to negalėčiau padaryti*), savo įgyta patirtimi (*Dabar susidūręs su sunkumais jau turiu patirties <...>*), nuostata, kad už savo gyvenimą atsakingas yra pats žmogus (*Niekas nenuspręs mano likimo, nes aš pati tai kuriu*). Pasitikintys savo gebėjimais tiriamieji ramiai priima gyvenimo išbandymus, kartais jiems net įdomu, kaip jie „susidoruoja“ su iššūkiu, ką jie padarė esamomis sąlygomis.

Subkategorija *Pasiryžimas išgyventi* rodo sportuojančių studentų gebėjimą demonstruoti didžiules pastangas tam, kad išgyventų (*Mečiau viską, ką turėjau dėl galimybės išgyven-*

ti; <...> *stengiausi ir dirbau iš paskutinių jėgų*), pasirūpinti ne tik savimi, bet ir savo šeima (*Gyvenimas vertė kovoti už save, neleisti būti stumdomu; Reikėjo kovoti ne tik už save, bet ir už savo šeimą*), suvokti, kad tikslų realizavimas reikalauja daug pastangų (*Savaime niekas neateina*). Akivaizdu, kad patirti išgyvenimai ugdė tiriamųjų gebėjimą padėti sau ir kitiems, puoselėjo psichologinį atsparumą, t. y. gebėjimą gyventi visavertį gyvenimą, net patiriant kasdienių sunkumų. Sėkminga problemų įveikimo patirtis teikė studentams pasitikėjimo savimi, žadino rūpinimąsi šeima.

Rašinių analizė išryškino kategoriją ***Būties pilnatvės pojūtis***. Surinkta faktų, kad tirti studentai siekia malonių pojūčių, turiningo laisvalaikio. Tai atsispindi subkategorijoje *Malonūs potyriai: svajonės, muzika, grožis, aktyvus laisvalaikis*, grindžiamoje tokiais teiginiais: *Gyvensiu ten, kur pro langą matosi saulė, žmonės šypsosi ir maloniai sveikinas; <...> mėgstu save palepinti; <...> patinka sukurti ką nors autentiško; Mane „užveda“ muzika ir kita.*

Subkategorijos *Rūpinimasis savo išvaizda, psichofizine sveikata* teiginiai rodo tiriamųjų rūpinimąsi savo sveikata (*Stengiuosi daugiau vaikščioti, važiuoti dviračiu <...>; Mano mėgstamiausias laisvalaikio praleidimas, skirtas sveikatai, – su draugais žaisti salės ir paplūdimio tinklinį; Stengiuosi laisvo laiko skirti savo grožiui, sveikatai; Žaisdama tinklinį atsipalaiduoju, įgaunu naujų minčių, susirandu daug žmonių – draugų*).

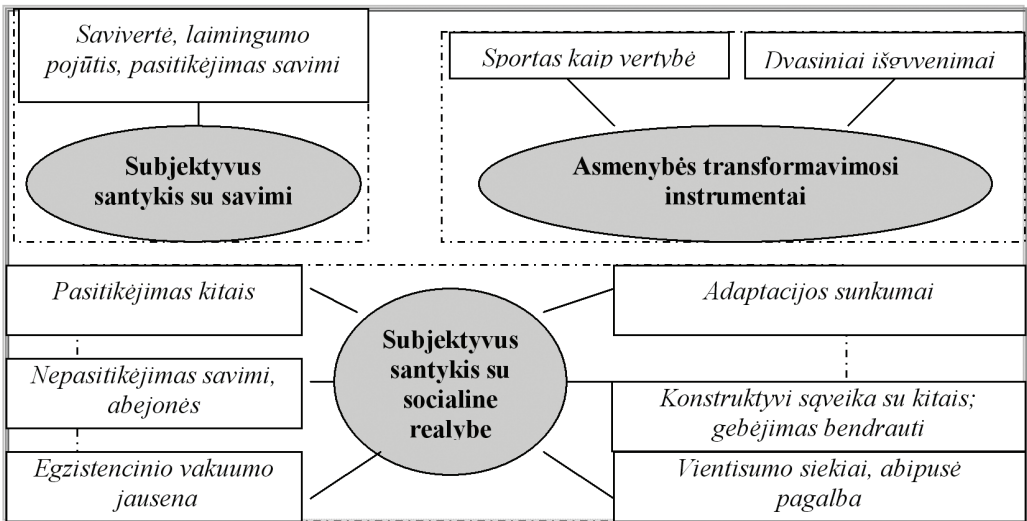
Sąveika su socialine aplinka

Sąveiką su socialine aplinka studentai apibūdino tokiomis kategorijomis (17 pav.): ***subjektyvus santykis su socialine realybe; asmenybės transformavimosi instrumentai ir subjektyvus santykis su savimi***. (Gilesnis subkategorijų turinys, grindžiamas rašinių analizės pagrindu išskirtais teiginiais, atsispindi 8 priedo vienuoliktoje lentelėje)

Kategorija ***Subjektyvus santykis su socialine realybe*** leidžia teigti, kad socialinės integracijos laipsnis priklauso nuo socialinės sąveikos, todėl, analizuojant studentų tikslus, itin dėmesingai nagrinėta socialinė aplinka bei jos įtaka asmenybės raidai. Kiekviena asmenybė – savo sociumo produktas ir pirmiausia savo artimiausios mikroaplinkos, kurią betarpiškai veikia makroaplinka.

Subkategorijos *Adaptacijos sunkumai* turinys primena, kad jauni žmonės, įstoję į universitetą, patenka į visiškai naują socialinę aplinką, kuri neretai kelia jiems tam tikrą diskomforto, nesaugumo jausmą. Matyti, kad bet kokie įprastos tvarkos pasikeitimai kelia daugiau ar mažiau sunkumų, nes reikia iš naujo prisitaikyti: pažinti aplinką, susivokti naujoje situacijoje, mėginti susigrąžinti buvusią pusiausvyrą, atrasti naujų savo galių. Taigi, iš atskirų rašinių teiginių galima suprasti, kad kai kuriems studentams buvo sunku adaptuotis, prisiderinti prie naujo ritmo, įsijausti į naują socialinį vaidmenį (*<...> buvo nelengva priprasti prie studentiško gyvenimo <...>; jaučiuosi vieniša <...>; Prieš kai kuriuos gyvenimo sunkumus esu tikrai labai silpna, jaučiuosi vieniša, kartais neturiu j ką atsiremti, atrodo, žemė slysta iš po kojų, kai ieškai tos paramos; <...> o tave stumdo į visas puses ir nežinai, kur dingti, tada būna labai sunku ir sudėtinga*). Citatos labai vaizdžiai nusako adaptacijos problemą universitetinėje aplinkoje ir verčia suvokti, kad pokyčiai visuomenėje kelia nenumatytai didelių reikalavimų netgi norint minimaliai įsitvirtinti ir išgyventi visuomenėje, kad tik nedaugelis asmenybių, turinčių išskirti-

nių asmeninių, profesinių, mokymosi visą gyvenimą ir kitų kompetencijų, socialinį, materialinį palaikymą, gali greitai anuliuoti išvardytus adaptacijos sunkumus.



17 pav. Sąveikos su socialine aplinka struktūra (kategorijos ir subkategorijos)

Subkategorijos *Konstruktyvi sąveika su kitais, gebėjimas bendrauti* turinio analizė įprasmina sėkmingą bendravimą kaip svarbią visaverčio gyvenimo dalį. Anot studentų rašinių, gebėjimas bendrauti padeda siekti tikslų, lemia sėkmę. Iš studentų teiginių galima daryti išvadą, kad daugelio iš jų sąveika su aplinkiniais yra pozityvi (*Bendravimas su komandos draugais ugdo tapsusavio ryšį su kitais žmonėmis; Padedu kitiems žmonėms, jei ko paprašo <...>; Labai lengvai randu bendrą kalbą net su vyresnio amžiaus žmonėmis*). Tik vienas teiginys rodo tam tikrą intenciją laikytis atstumo tarp savęs ir aplinkinių (*Mėgstu išlaikyti atstumą ir niekada neatsiskleidžiu iki galo*). Apdairumas – teigiama savybė, pasireiškianti įžvalgumu, vertinant kitus, pasirenkant draugus ar pokalbių / bendravimo temas. Reikia manyti, kad šiam tiriamajam dėl mums nežinomų aplinkybių yra susiformavusi ne nepasitikėjimo apskritai žmonėmis nuostata, o siekis nebūti patikliam.

Subkategoriją *Vientisumo siekiai, abipusė pagalba* apibūdina šie teiginiai: *<...> vertinu ir šeimos bei draugų laimę <...>; Galvodama apie tai, kaip man yra blogai, aš prisimenu tuos žmones, kuriems yra dar blogiau, tuomet mano problemos tampa visai nereikšmingos; Nė vieno žmogaus neišskiriu, man visi lygūs*. Subkategoriją *Pasitikėjimas kitais* charakterizuoja tokie teiginiai: *<...> svarbiausias dalykas draugystėje yra pasitikėjimas kitais <...>; Sportuojant labai svarbu pasitikėti komandos draugais*). Tiriamieji pirmiausia iškelė draugystę, kaip artimų žmonių bendravimo formą, pagrįstą požiūrių ir interesų bendrumu, abipusiu nuoširdumu, atvirumu, pasitikėjimu. Šie bruožai tam tikra prasme būdingi ir sporto komandos nariams, kurie minimi tiriamųjų rašiniuose. Taigi, ir vienu, ir kitu atveju aiškiai išsakoma, kad pasitikėjimas yra labai brangintina vertybė, vienas svarbiausių dorovinio autoriteto pagrindų.

Natūralu, kad naujoje aplinkoje, įžengus į suaugusiųjų pasaulį jauniems žmonėms kyla nemažai abejonių, jie lygina save su kitais, jaučia stresą dėl studijų sėkmės, būsimų darbo galimybių, ekonominės situacijos. Šiuos pamąstymus atskleidė subkategorija *Nepasitikėjimas savimi, abejonės*, kurios turinį iliustruoja tokie teiginiai: *Abejonių jausmas nėra svetimas <...>; Prieš juos aš jaučiuosi žemesnio lygio; <...> suvokiau, kad nieko sporte nepasieksiu*. Viename teiginyje išreikštas nerimas dėl žalingų įpročių (*Gyvenime nenorėčiau papulti į narkotikų ar alkoholio liūną*). Cituotomis frazėmis tiriamieji išsakė emocijas, kylančias suvokiant grėsmę savo vizijoms, tikslams ar gyvybiškai svarbiai vertybei – visada išlikti atspariam, nepalūžti asmeninių krizių momentais. Savo ir kitų sportininkų pasiekimų lyginimas rodo rašinio autoriaus (autorės) išgyvenamą nuolatinį netikrumą, nerimą.

Sudėtingame šiuolaikiniame pasaulyje daugelį žmonių kamuoja beprasmybės jausmas, tuštumos pojūtis, kurį studentai išsakė kategorijoje *Egzistencinio vakumo jausena*. Rašinių tekstuose atkreipė į save dėmesį tokie fragmentai: *Na, kartais atrodo kam čia gyventi, vargti, kažko siekti, jei vis tiek mirsi; Kartais tikslo siekimas atrodo toks sunkus ir neįmanomas <...>; Labai baisu, kai nežinai, kas tavęs laukia ateityje; Ir mažai kam pavyksta pasiekti savo gyvenimo tikslo, nes šių laikų galimybės taip pat yra labai blogos; Aš manau – šviesi ateitis nedaug kam šiuo metu šviečiasi; Žinau, kad gyvenimas yra labai sunkus, žiaurus, pilnas įvairiausių kliūčių*. Be komentarų aiški šių autorių pasaulėjauta, daugiau ar mažiau persmelkta nevilties ir nepasitikėjimo ateitimi, gyvenimo prasmės nematymu. Gal toks tiriamųjų dvasinės pusiausvyros praradimas susijęs su žlungančiomis vizijomis ir (ar) idealais, kūrybinių ieškojimų nesėkmėmis.

Sąveikos su socialine aplinka turinį gilina kategorija *Asmenybės transformavimosi instrumentai*. Subkategorijoje *Sportas kaip vertybė* sportas minimas kaip asmenybės tobulėjimo, savęs pažinimo instrumentas (*Siekdamas būti geru sportininku tapau ne tik juo, bet tapau geresniu žmogumi negu buvau; Tobulėjant fiziškai yra lengviau pažinti save <...>*). Subkategorijos *Dvasiniai išgyvenimai* teiginių analizė rodo, kad kai kuriems tiriamiesiems gyvenimo potyriai padeda dvasiškai sutvirtėti, užgrūdina, leidžia geriau pažinti save (*<...> akimirkos, kai buvau liūdna ar nusivylusi davė daugiau naudos nei džiaugsmo akimirkos; Manau, tikrą gyvenimo patirtį (progresą) ir duoda tas skausmas, kuris verčia tave kažkur judėti; Ach, taigi dėl tokių skaudžių akimirkų ir atsirado tas tikslas siekti tų svajonių; Pajutau, ką reiškia pačiai save nugaltėti*).

Kategoriją *Subjektyvus santykis su savimi* charakterizuoja vienintelė subkategorija – *Savęs vertinimas, laimingumo pojūtis, pasitikėjimas savimi*. Nauja aplinka gali būti ne vien tik streso priežastis, bet ir galimybė pajusti didesnę pasitikėjimą savo jėgomis, pasijusti subrendusiai, atsakingai už savo ateitį asmenybei. Tai patvirtina tokie teiginiai: *Dabar aš esu laiminga, vertinu save, gerbiu bei myliu; Vis aiškiau darosi, kiek ir kur turiu judėti, kaip suprasti savo šeimyninius santykius; Dabar jaučiuosi pasitikintis, pasiruošęs daug nuveikti, kad galėčiau atrasti vietą suaugusiųjų pasaulyje ir atlikti naudingus darbus sau bei visuomenei <...>*.

Apibendrinant galima teigti, kad, studentai, siekiantys asmenybės socialinio statuso, itin vertina aukštojo mokslo diplomo įgijimo galimybes. Tradicines, su universitetiniu išsilavinimu siejamas vertybes (žinios ir jų perteikimas kitiems), šiuo laiku keičia prestižo ir materialinės

gerovės siekiai. Šiuolaikinio jaunimo gyvenimo stilių veikia vakarietiško gyvenimo įtaka, pasireiškianti didėjančia asmenine laisve ir tolerancija įvairovei, vertybinių orientacijų kaitai.

Studentų įsivaizduojamas šeimos modelis orientuotas į tradicinę šeimą, pripažįstant ją kaip vertybę, nes joje auginami ir ugdomi vaikai, tėvai jaučia atsakomybę už jų ateitį. Studentai neplanuoja kurti šeimos, kol neturi garantuoto materialinio pagrindo. Profesinio ir asmeninio gyvenimo dermė pasireiškia tuo, kad įgytas žinias, įgūdžius ir vertybines orientacijas studentai neišvengiamai panaudoja kasdieniame gyvenime, bendraudami su draugais, artimaisiais, rinkdamiesi elgesio būdus. Todėl kūno kultūros ir sporto studijų programos turi būti orientuotos ne tik į studentų žinias bei profesinius įgūdžius, bet ir į asmeninį patyrimą, savivoką, vertybines orientacijas.

Studentų lūkesčių, išryškėjusių rašinių interpretacijose, analizė leidžia konstatuoti trejų jų vertinimams būdingą būseną: *optimizmą, baimę ir nusivylimą*. Dalis tirtų studentų tiki ateities lūkesčių įgyvendinimu, daugelis iš jų į ateitį žvelgia be polėkio, be ypatingų vilčių ir iliuzijų. Tokia pozicija yra sudėtinga ir prieštaringa: *čia pinasi suvokimas, kad negalima ateityje tikėtis visų savo planų įgyvendinimo ir kad reikia būti pasirengusiam sudėtingoms šiuolaikinio gyvenimo realijoms*.

Tyrime išryškėjusios kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų gyvenimo orientacijos ir planai, jų įsivaizduojamas ateities modelis atspindi, manytume, ne tik jaunimo sąmonės specifiką, studentiško amžiaus ypatumus, bet ir sudėtingas šiuolaikinės visuomenės permainas, kurių prieštaringumas pasireiškia visuomenės narių nuostatose, įvairių socialinių (demografinių) grupių gyvenimo stiliaus transformacijose. Tai leidžia konstatuoti, kad studentų gyvenimo stilius – tai integralus rodiklis to, kokie motyvai, vertybinės orientacijos, turinys, būdai ir formos būdingi būsimo kūno kultūros ir sporto specialisto veiklai.

Kokybinio tyrimo rezultatų analizė patvirtino disertacinio tyrimo prielaidą, kad, projektuojant akademinio jaunimo gyvenimo stilių, ne tik derinama visų universitetinio rengimo grandžių veikla, sprendžiant studijų proceso problemas, ugdant mokymosi ir pažintinį bei visuomeninį aktyvumą, organizuojant konstruktyvų bendradarbiavimą tarp studentų ir dėstytojų, bet viena iš svarbiausių sąlygų – *humanistinių ir pragmatinių vertybių dermė*.

4.2. Gyvenimo stiliaus vidinės struktūros specifiškumas

Grindžiamosios teorijos strategija, teorinės įžvalgos atvėrė galimybę sudaryti apibendrinančią gyvenimo stiliaus tipologiją aiškinančią teoriją. Gauta teorija suprantama kaip kontekstuali, situacinė, o ne kaip abstrakti, universaliai taikoma grindžiamoji teorija. Gyvenimo stiliaus tipologija tikslinta remiantis H. P. Mueller (1997) koncepcija, teigiančia, kad gyvenimo stilius jungia ekonominį ir kultūrinį polius, kuriuos atitinkamai galima įvardyti kaip materialų ir idealų substratą. *Materialus substratas* – tai profesija, taip pat individo ar grupės finansiniai ištekliai. *Idealų* substratą sąlygoja socialinė kilmė, formuojanti poreikius ir mentalitetą.

Materialusis ir idealusis substratai, kaip gyvenimo stiliaus sampratos poliai, apima keletis pagrindinius matavimus, kuriuose išryškėja gyvenimo stiliai: *ekspresyvinė elgsena*, pasireiškianti laisvalaikio aktyvumu, vartojimu; *interaktyvi elgsena*, pasireiškianti įvairiomis

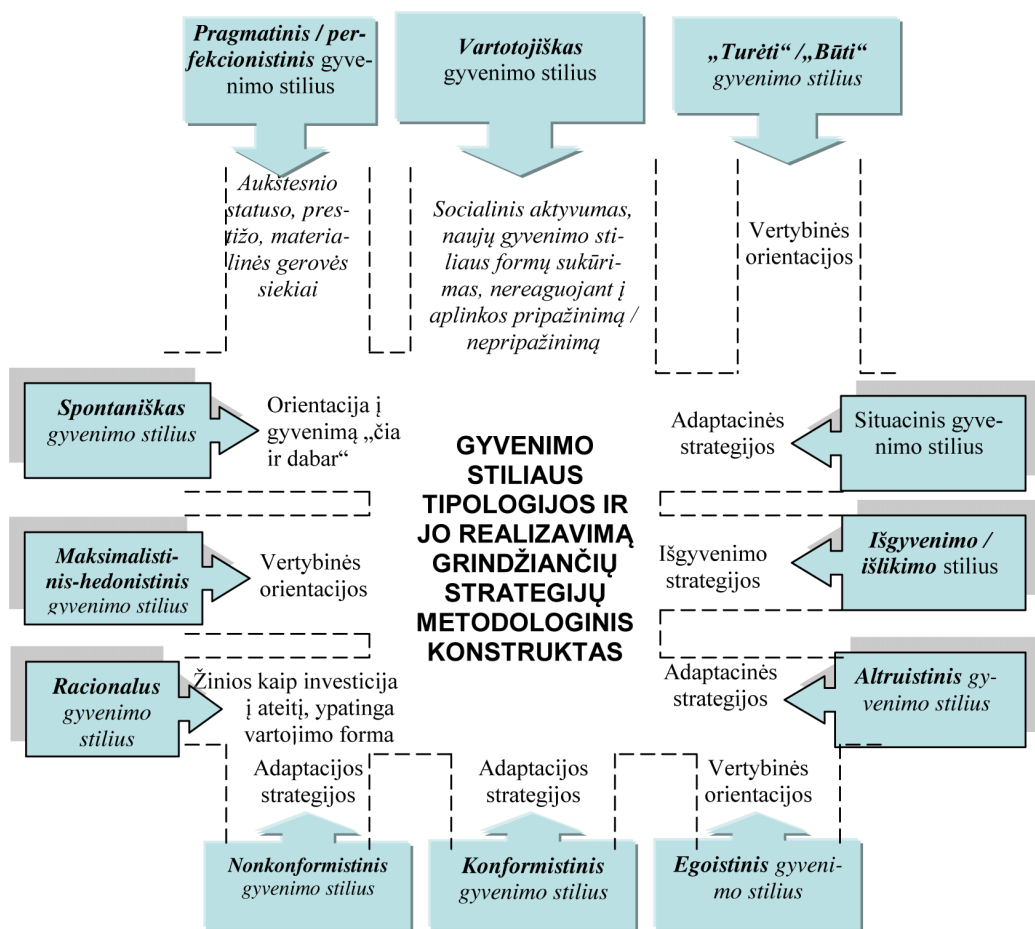
bendravimo formomis, elgsena šeimoje, visuomenėje; *vertybinė elgsena*, susijusi su įvairiomis nuostatomis ir vertybinėmis orientacijomis; *kognityvinė elgsena*, kuri pirmiausia reiškia sa-
viidentifikavimu ir socialinio pasaulio suvokimu.

H. P. Mueller (1997) koncepcijoje šios įvardintos elgsenos pripažintos pagrindiniais gy-
venimo stiliaus tipologijos kriterijais. Gyvenimo stiliaus, kaip daugialypio fenomeno, vidinės
struktūros konstruktas leidžia išskirti gyvenimo stiliaus tipus, pateiktus 18 pav. Išsamesnis gy-
venimo stiliaus tipologijos ir jo realizavimą grindžiančių strategijų metodologinio konstrukto
turinys atskleistas 9 priede.

Analizuojant tyrimo dalyvių gyvenimo tikslus ir jų realizavimo strategijas, išryškėjo tai,
kad studentų ateities projektai apima *pasiekimų lūkesčius*. Rašinių anlizė leidžia daryti prielai-
dą, kad šiuolaikinė visuomenė ir jos socializuojanti funkcija itin stiprina individo pasiekimų
poreikį. Ambicingi sportuojančių studentų siekiai nukreipti į savo pozicijų gerinimą ateityje,
kad stratifikacijos sistemoje pakiltų aukštyn. Studentus, planuojančius karjeros siekius, gali-
ma priskirti individų grupei, beorientuojančiai į *aukštesnį statusą*, kuriems karjera, priešingai
negu paprastas darbas, reikalauja santykiškai didelio asmeninio įsipareigojimo. Taigi, galima
teigti, kad studentų gyvenimo kelio paieškas dažnai lemia orientacija į realų *statusinį augimą*,
kartu socialinį jauno žmogaus nepadaptyvumą bei nesaugumą socialinėje-kultūrinėje aplinkoje.
Tokioms tiriamųjų nuostatomis įtakos, matyt, turi ir varžybinis sporto charakteris. Remiantis
tuo, kas pasakyta, galima daryti išvadą, kad kūno kultūros ir sporto studijų programų studentai
šiuolaikinės rinkos sąlygomis orientuojasi į sėkmę gyvenime ir tai suvokiama kaip pagrindinė
gyvenimo strategija, formuojanti *pragmatinį / perfekcionistinį* gyvenimo stilių.

Remiantis studentų socialinio aktyvumo charakterio ypatumais ir laipsniu, išryškėjusiais
laisvųjų rašinių tekstuose, galima išskirti *vartotojišką gyvenimo stilių*, kai socialinis aktyvumas
tampa gyvenimiškos gerovės ir jos anomalių vartojimo ir kaupimo formų pagrindu. Planuodami
savo ateitį, studentai konstruoja vartojimo strategijas – jau dabar galvoja apie investicijas į bū-
simų vaikų išsilavinimą. Išsilavinimo, kaip vartojimo objekto, vertingumas išryškėja reikšmin-
gmis ir planuojamomis būsimųjų tėvų elgsenomis.

Šiuolaikiniams studentams svarbūs *išsilavinimo pasiekimai*: universitetinis bakalauro,
magistro diplomai vertybių hierarchijoje atsiduria iškart po materialinių vertybių. Tyrimo da-
lyviai universitetinį išsilavinimą, įgytas žinias, įgūdžius ir strategines pozicijas vertina kaip
svarbią gyvenimo stiliaus dalį. Šiuolaikinių studentų universitetinio išsilavinimo įgijimo strate-
gijos pasirinkimas turi nevienareikšmį prasminį turinį: viena vertus, tai būtinų žinių ir įgūdžių
įgijimas, kita vertus, – formalus universitetinio išsilavinimo diplomo įgijimas. Vienareikšmiai
galima teigti, kad universitetinio išsilavinimo motyvai liudija *išsilavinimo, kaip instrumentinės
vertybės*, panaudojimą. Praktiškai išnyksta *terminalinė išsilavinimo funkcija*. Jaunimas sulig
kiekvienais metais vis labiau *pragmatiniais* siekais profesinį išsilavinimą panaudoja kaip gy-
venimo tikslų įgyvendinimo būdą.



18 pav. Gyvenimo stiliaus vidinės struktūros (tipologijos) raiška

Dalis tiriamųjų ne tik teigiamai vertina rinkos ekonomikos privalumus, bet ir atitinkamai projektuoja savo elgesį, gyvenimo stilių, orientuodamiesi į visuomenės iššūkius. Jie vertina tuos žmones, kurie yra užsitikrinę aukštą materialinę padėtį, gerovę. Daugelis įsitikinę, kad turtas – tai laisvė leisti pinigų. Dėl tokio tikslo merginos ir vaikinai pasirengę daug ką aukoti ir netgi pažeisti visuomenėje priimtas normas. *Būdinga tolerancija vakarietiškam gyvenimo stiliui*, kuriame dominuoja vartotojiški poreikiai, elgsenos tipas pasižymi orientacija į pramogas, neformalų bendravimą ir masinės popkultūros pripažinimą.

Šiuolaikiniai studentai socializuojasi ne tik veikiami visuomenės transformacijų; skirtingai nuo ankstesniųjų kartų jie siekia „prisimatuoti“ pasaulį pagal save, nepaisydami vidinės stratifikacijos – skirtingo pragyvenimo lygio ir vertybinių orientacijų pozicijų sandūros. Jaunimas siekia kuo anksčiau išbandyti savas gyvenimo strategijas, gyvenimo stiliaus modelius. Dėl to didėja antrinis studentų užimtumas: daugelis studijas derina ne tik su darbu, bet ir su intensyviu sporto treniruočių, varžybų procesu. Kai kurie studentai dirba nuolat, tik retas iš jų – pagal specialybę.

Rašinių analizė leidžia teigti ir tai, kad dalis studentų itin jaučia šiandieninės situacijos neužtikrintumą ir suvokia nesaugumą, todėl jie nekelia ilgalaikių tikslų. Šiame kontekste svarbūs V. Rubavičiaus (2010) pamąstymai, kad nykstant nuostatai siekti ilgalaikių tikslų, žmogus mokomas gyventi tarsi „nuolat pradėdamas iš naujo“, teigiamas eksperimentavimo savo tapatumu ir jo vaizdiniais pranašumas (p. 128). Tokią situaciją išreiškia tirtų studentų mintys, susietos su neaiškiomis ateities perspektyvomis, nepaliaujamomis darbo paieškomis ir nuolatiniu jo keitimu, ilgai truncančio stabilumo stoka, nesaugumu. Visa tai orientuoja studentus į trumpalaikius gyvenimo tikslus. Aplinkybės, kai jaunas žmogus nuolat taikosi prie dinamiškų socialinių sąlygų, leido išskirti **situacinį gyvenimo stilių**, kuriam būdingas akimirkos patirties intensyvumas.

Rašinių refleksijų analizė leidžia konstatuoti ir tai, kad tirti studentai labiau orientuojasi į *materialines, o ne į dvasines vertybes*. *Turėjimas* – tai vienas iš būties siekimo būdų, ir tai išryškėjo tiriamųjų rašiniuose. Manytume, galima sutikti su E. Fromm (2005), tvirtinančiu, kad rinkos ekonomika, grįsta konkurenciniais santykiais, nepalankiai veikia asmenybės psichinę sveikatą ir vystymąsi: žmogus priverstas rinktis – „**turėti**“ ar „**būti**“, t. y. arba kaip galima daugiau turėti (taip pat ir materialinių vertybių), arba ugdyti savyje visus gamtos įdiegtus gebėjimus ir jėgas, „būti daug kuo“. Dažnai spaudžiami visuomenės normų, žmonės linkę „**turėti**“, kenkdami asmenybės raidos perspektyvai.

Racionalų gyvenimo stilių propaguoja studentai, vertinantys žinias, kultūrinį kapitalą, įgytą universitete, kaip investicijas į ateitį, kaip ypatingą vartojimo formą. „Racionalistais“ galima vadinti studentus, kurie žinias suvokia kaip kultūrinius išteklius. Šio tipo studentams būdingos nuostatos įgyti antrąjį universitetinio išsilavinimo diplomą, studijuoti magistrantūros studijose. „Racionalistai“ planuoja ir savo būsiniams vaikams įdiegti pragmatines išsilavinimo nuostatas. Savo ateitį jie linkę konstruoti itin detalai, orientuodamiesi į socialinių ryšių ir kontaktų paieškas bei palaikymą.

Maksimalistinis-hedonistinis gyvenimo stilius priešingas racionaliam gyvenimo stiliui, išsiskiriantis hedonistinėmis nuostatomis, siekiu kuo daugiau išleisti pinigų sau, savo malonumams, pramogoms. „Maksimalistams“ būdingi tokie specifiniai ypatumai, kaip nepamatuotas finansinių resursų naudojimas, siekis visiškai patenkinti savo poreikius. Hedonistinio gyvenimo stiliaus individams gėris yra jutiminis malonumas, suderintas su dvasine patirtimi, protingu, doru elgesiu. Šių dienų maksimalistai – komunikabilūs, ambicingi asmenys, siekiantys pasitenkinimo tiek profesinėje sityje, tiek ir asmeniniame gyvenime. Šio tipo studentus galima apibūdinti kaip nepriklausomus, linkusius į individualizmą, mėgstančius komunikatyvią laisvę, atsipalaidavimą, pasitikinčius savimi, ambicingus žmones.

Spontaniškas gyvenimo stilius charakterizuojamas greitais ir netikėtais, stichiniais sprendimais, negalvojant apie pasekmes. Šio stiliaus atstovai gyvena ta diena, tais įvykiais, kurie juos supa, o apie ateitį net negalvoja. „Spontaniškieji“ studentai išsiskiria tam tikru veiksmų neapgalvotumu, negebėjimu racionaliai paskirstyti savo biudžetą, planuoti būsimus pirkinius. Jiems būdinga gyvenimiškos patirties stoka, jie gyvena tėvų sąskaita.

Išgyvenimo / išlikimo stilius, išryškėjęs tyrimo metu, nėra naujas dalykas. Ir mokslinėje literatūroje rašyta, ir tyrimo medžiagoje išryškėjo, kad jaunosios kartos elgsenai būdingas

prasminių (egzistencinių) vertybių stygius, nes vertybių raiškoje dominuoja *išgyvenimo vertybės* (*survival values*). Tai reiškia, kad gyvenimo galimybių siaurėjimas, tenkinant asmeninius interesus ir poreikius, išryškina strategiją, nukreiptą ne į savirealizaciją, bet į „išgyvenimą“, kurį A. Berger, B. Berger, R. Collins (Бергер, Бергер, Коллинз, 2004) pavadino *adaptaciniu individualizmu*. Manytume, kad išgyvenimo strategijas reikėtų sieti su emigracinėmis studentų, planuojančių išvykti į užsienį, nuostatomis. Pagrindiniai tokių pokyčių motyvai yra susiję su būsima profesine veikla, ateitimi – menka tikimybe įsidarbinti pagal profesiją ar apskritai gauti darbą.

Altruistinis gyvenimo stilius siejamas su pasiaukojimu, studentų orientacija į grupės, visuomenės, kitų žmonių gerovę. Tai savotiška priešprieša plintančiam susvetimėjimui ir egoizmui, kai savi interesai aukojami dėl šeimos narių, draugų, kitų žmonių, net visuomenės, tėvynės, kilnių siekių / idealų. Altruistinis gyvenimo stilius sąlygojamas būtinybės derinti asmeninius ir visuomeninius interesus.

Gilinantį studentų socialinių vertybių raišką, išryškėjo ir kiti gyvenimo stiliaus tipai – **egoistinis** (asmenybė, orientuota į savo individualių norų ir ambicijų tenkinimą, asmeninę sėkmę); **konformistinis** (sąmoningas / nesąmoningas prisitaikėliškumas, pasyvus prisiderinimas prie esamos tvarkos ir vyraujančios nuomonės, dogmatiškas sekimas elgesio standartu ir minties stereotipu). Konformistui kito nuomonė dažnai turi didesnę reikšmę negu realybė. Didelis konformizmas paprastai rodo menką profesionalumą, nepakankamą intelektą, silpną charakterį, nepakantumą viskam, „kas neatitinka rekomendacijų ar nurodymų“. Šis gyvenimo stilius charakterizuojamas nesąmoningu asmens pasidavimu grupės nuomonei, elgesio įtakai. Tai nuostata neišsiskirti iš kitų, būti tokiam kaip kiti.

Nonkonformistinių strategijų šalininkai orientuoti į naujai konstruojamas vertybes, nuositeikę priešintis vyraujančioms pažiūroms, nepripažinti tradicinių vertybių, nepaisyti viešosios nuomonės.

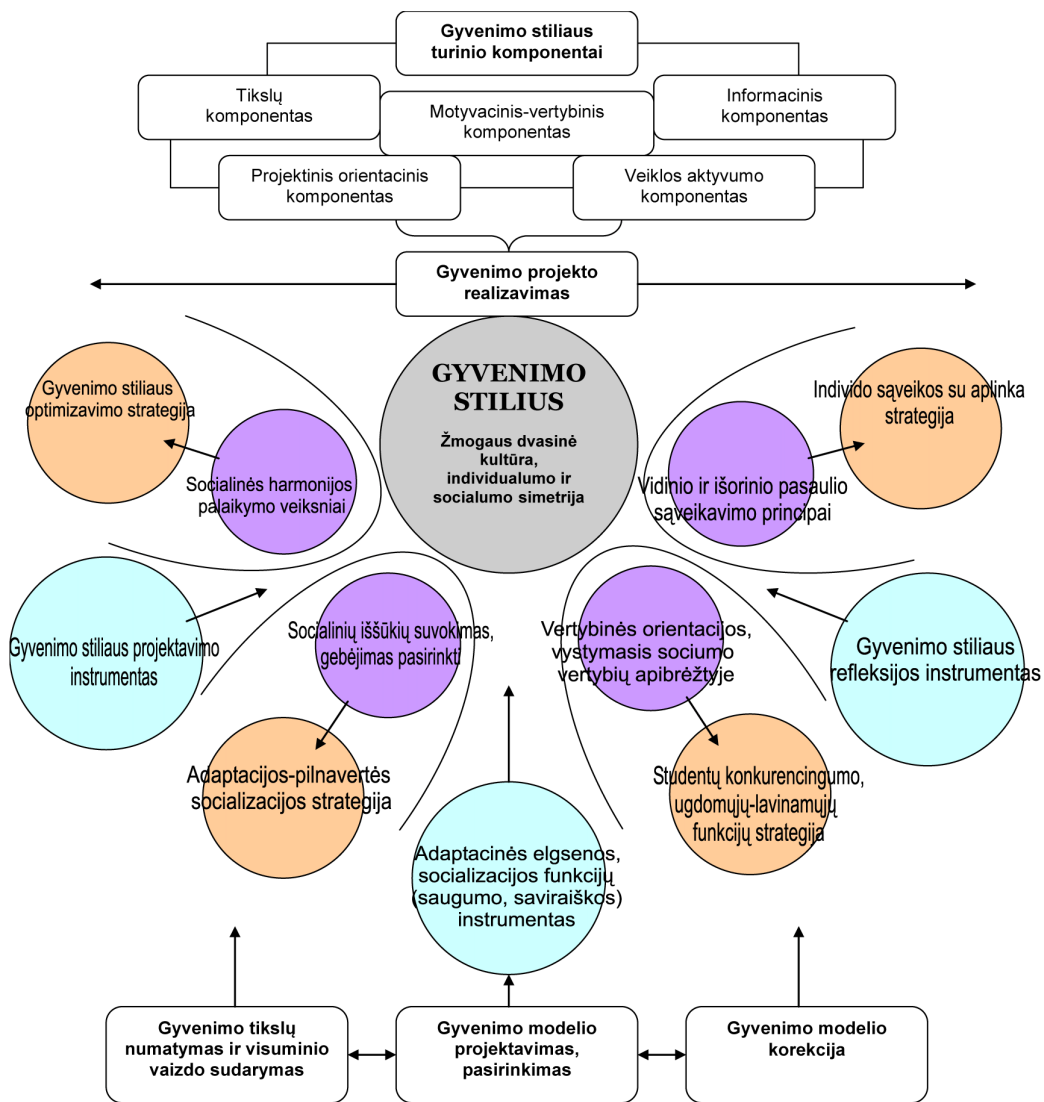
Apibendrinant kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų gyvenimo stiliaus vidinės struktūros ypatumus, galima teigti, kad gyvenimo stiliaus projektavimas – tai besitęsiantis, dinamiškas, be griežtos etapų ir užduočių sekos, neturintis aiškių ribų procesas. Kaip svarbiausią tirtų studentų gyvenimo stiliaus siekį galima įvardyti materialinį ir socialinį įsitvirtinimą. Pateikto gyvenimo stiliaus tipologijos konstrukto turinyje pasireiškia kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų *gyvenimiškas aktyvumas ir socialinio adaptyvumo laipsnis*. Tarp studentų formuojasi pragmatiškas požiūris į gyvenimo stiliaus projektavimo strategijų pasirinkimą – *bendruomeniškumą keičia individualizmas*, kai kiekvienas jaunas žmogus konstruoja savo gyvenimą individualiomis trajektorijomis, susijusiomis su išsilavinimu, profesine veikla, materialine gerove, vartojimu, santykiais su žmonėmis.

5. KŪNO KULTŪROS IR SPORTO STUDIJŲ PROGRAMŲ STUDENTŲ GYVENIMO STILIAUS PROJEKTAVIMO GALIMYBĖS VERTYBINIŲ ORIENTACIJŲ KONTEKSTE: PROCESINIS-INSTRUMENTINIS MODELIS

Teorinis gyvenimo stiliaus modelio konstruktas (1.4 disertacinio darbo poskyris, 2 pav.) ir empirinio tyrimo duomenys atvėrė galimybę sudaryti kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų procesinį-instrumentinį gyvenimo stiliaus projektavimo modelį, kurio pagrindą sudaro dvasinė žmogaus kultūra (19 pav.).

Konstruojant procesinį-instrumentinį modelį, remtasi šiais teorinio modelio konstrukte išskirtais pamatiniais orientaciniais principais:

1. ***Socialinių iššūkių suvokimas, gebėjimas pasirinkti, priimti sprendimus ir sėkmingai adaptuotis socialinėje aplinkoje.*** Pradėdamas savarankišką gyvenimą, kiekvienas žmogus susimąsto: *Kas aš esu? Kokia mano paskirtis šioje visuomenėje? Ko siekti?* Šių klausimų sanaupa sudaro prielaidas pasirinkimams ir apsisprendimams, kurių projektavimas tampa gyvenimo stiliaus branduoliu.
2. ***Augantis saviraiškos vertybių pripažinimas skatina jaunas žmones kurti savo gyvenimą laisvo pasirinkimo ir jo vaidmens didėjimo sąlygomis.*** Šiuolaikinių pokyčių dinamikos pagrindas – laisvo pasirinkimo, asmeninės nepriklausomybės ir saviraiškos plėtotės didėjimas (Инглхарт, Вельцель, 2011). Kultūros sferų akcentai pasilenka nuo kolektyviškumo ir disciplinos link asmenybės laisvės, nuo grupinių normų ir taisyklių – link individualumo apraiškų įvairovės, nuo valstybės valdžios – link asmeninės nepriklausomybės.
3. ***Individo vidinio ir išorinio pasaulio sąveikavimas, nugalint sparčios šiuolaikinio socialinio gyvenimo kaitos sukeltus prieštarumus:*** būtinybė nuolat konstruoti ir koreguoti sąveikos su išoriniu pasauliu būdus, teisingai įvertinant dviejų pasaulių (vidinio ir išorinio) socialinį kontekstą, atrandant jame save ir jį jaučiant kaip savą.
4. ***Asmenybė yra svarbiausia savo gyvenimo stiliaus projektuotoja ir nuo jos daugiausia priklauso planuojamo projekto sėkmingumas. Todėl ir šio tyrimo imperatyvas išreiškiamas nuostata, kad gyvenimo stiliaus projektavimo esmė yra individo sąveika su aplinka, siekiant šių procesų simetrijos, nes sėkmė išgyvenama, esant individualumo ir socialumo raiškos sričių tarpusavio simetrijai.*** Gyvenimo stilius pasireiškia tarp dviejų sintezuojančių socialinės realybės laukų – *socialinio* ir *individualaus*. Šių laukų sąveika atsispindi *socializacijos, stilizacijos ir identifikacijos* procesuose, *funkcionuojančios kultūros ašyje, išryškinančioje socialinį ir individualų procesų kryptingumą*. Vadinas, gyvenimo stilius formuojasi socialinių reikalavimų, keliamų individui, ir kiekvieno žmogaus individualių savitumų sankryžoje.



19 pav. Gyvenimo stiliaus projektavimo procesinis-instrumentinis modelis

5. *Procesinio-instrumentinio gyvenimo stiliaus modelio pagrindas yra vertybinės orientacijos, apibrėžiančios planuojamų rezultatų siekimo kryptį. Vertybės yra giluminis žmonių elgesio kultūros ir jų gyvenimo stiliaus orientyras. Taigi, procesinio-instrumentinio modelio centrinė ašis – humanistinė dominantė.* Renkantis gyvenimo stilių, svarbu yra tai, kiek išsąmoninta ir nuosekli yra individo vertybių sistema, kiek jis pažįsta ir adekvačiai vertina savo, pasirinktos profesijos ir jos aplinkos vertybių atitikimą (Kučinskienė, 2003, p. 88). Todėl individui svarbu išsąmoninti savąją vertybių hierarchiją, kuri lyginama su esminėmis pasirenkamomis vertybėmis.

6. **Procesinio-instrumentinio gyvenimo stiliaus modelio esmę sudaro visą žmogaus gyvenimą vykstantis asmeninio gyvenimo bei profesinės raiškos procesas, t. y. asmenybės ir veiklos vienovė, sustiprinant asmenybinį augimą.** Gyvenimo stiliaus teorinio modelio schema orientuota į dabartinę situaciją ir aiškiai apibrėžtus kontroliuojamus artimiausius tikslus ir jų realizavimo etapus ir strategijas. Modelyje dominuoja šios dimensijos: *asmenybės gyvenimo tikslai, pasirinkimai ir sprendimai, sąmoningas strateginis veikimas, asmeninės saviraiškos siekimas, procesualumas (tęstinumas visą gyvenimą)*. Svarbiausi veiksniai, lemiantys gyvenimo stiliaus konstravimą, yra šie: *asmeninė atsakomybė, iniciatyva, autonomiškumas, savęs pažinimas ir adekvatus savęs vertinimas*.
7. **Asmenybės socialumo ir individualumo konstruktuose svarbią vietą užima gyvenimo prasingumas, jo paieškos, grindžiamos humanistinėmis vertybėmis. Gyvenimo prasmė sąlygoja gyvenimo stilių.** Asmenybės gyvenimo stilius, skirtingai nuo *socialinio-istorinio gyvenimo būdo*, visada pasireiškia individualiomis asmenybės charakteristikomis, o iš šių charakteristikų svarbiausių vietą užima **gyvenimo prasmė kaip idėja, kaip aukščiausio lygio vertybė**, kuri persismelkia į žmogaus požiūrį bet kuriuo individualaus gyvenimo fakto aspektu ir reguliuoja (priverčia paklusti) visą gyvenimo projektą.
8. **Gyvenimo stiliaus realizavimo būdai ir strategijos.** Kiekviena asmenybė projektuoja savitą gyvenimo strategiją, atitinkančią jo vertybinių orientacijų hierarchiją. Gyvenimo stiliaus strategijų struktūra: gyvenimo krypties, stiliaus sąmoningas pasirinkimas; pagrindinių gyvenimo tikslų ir jų įgyvendinimo etapų numatymas; užsibrėžtų tikslų siekimas, įveikiant gyvenimo prieštaravimus; individualių poreikių suderinimas su savo gyvenimo vertybėmis.
9. **Gyvenimo stiliaus projektavimo modelis grindžiamas viena svarbiausių edukologijos mokslo metodologinių nuostatų, kad būsimos specialisto parengtumą lemia ne tik žinios ir gebėjimai, suponuojantys mąstymo būdus, išpročius ir sprendimų priėmimo standartus, bet ir vertybinis būsimos profesijos aspektas.** Šios universitetinio rengimo metodologinės idėjos dera su humanizmo ir pragmatizmo pasaulėžiūroje dominuojančiomis vertybėmis, ieškant racionalios dermės tarp to, kaip asmuo savo individualumą vertina profesinėje srityje, ir to, kiek asmens raiška svarbi, reikalinga ir naudinga visuomenei.

Empirinių tyrimų rezultatų pagrindu papildytas ir pagilintas procesinio-instrumentinio gyvenimo stiliaus projektavimo modelio turinys:

1. Kokybinis tyrimas leido suvokti studentų pasaulėjautą, požiūrį į pasaulį, žmones, profesiją, konstruojamus gyvenimo tikslus, bendrą gyvenimo stiliaus struktūrą.
2. Terminalinių vertybių tyrimas ir jo rezultatai sudarė galimybę *identifikuoti studentų socialinę patirtį, vyraujančias vertybines nuostatas ir gyvenimo stiliaus schemas, išvelgti jų tarpusavio sąsajas bei ryšį tarp teorinio fenomeno apibūdinimo ir jo raiškos socialinėje realybėje*.

3. *Socialinės-psichologinės adaptacijos* tyrimas atskleidė sportuojančių studentų socialinės adaptacijos problemas, parodė *būtinybę projektuoti adaptyvų studentų gyvenimo stilių, ugdantį jų potencialias galimybes gyventi ir veikti konkurencingoje šiuolaikinėje visuomenėje*.
4. Išskirti šie gyvenimo stiliaus turinio struktūriniai komponentai:
 - **Tikslų komponentas** charakterizuoja studentų elgsenos kryptingumą, siekiant asmeninio ir profesinio gyvenimo prasmingumo lygio suvokimo, savirealizacijos.
 - **Motyvacinis vertybinis komponentas** rodo studentų gyvenimiškos veiklos, grindžiamos vertybinėmis orientacijomis, prasmingumo suvokimo lygį, siekiant būti pasirengusiems tobulėti, įveikti sunkumus ir pan., projektuojant individualų gyvenimo stilių.
 - **Informacinis komponentas** atspindi studentų žinių apie gyvenimo stilių sistemą, jo projektavimo būdus bei formas ir jungia šiuos elementus: savęs ir savo asmenybinių ypatumų pažinimą; žinias apie konstruktyvaus, vertybinėmis orientacijomis grindžiamo gyvenimo stiliaus projektavimo principus; žinias apie komunikavimo būdus ir sąveiką su socialine aplinka; gebėjimą pasirinkti ir priimti sprendimus, organizuoti savo gyvenimą.
 - **Projektinis-orientacinis komponentas** orientuotas į artimiausius tikslus ir jų įgyvendinimo būdus, savo konkrečių veiksmų planavimą.
 - **Veiklos (aktyvumo komponentas)** parodo praktinių gebėjimų ir įgūdžių lygį, projektuojant gyvenimo stilių ir realizuojant jo esminius principus skirtingoje gyvenimiškoje veikloje.

Procesinis-instrumentinis gyvenimo stiliaus modelis charakterizuoja gyvenimo stiliaus projektavimą, atsižvelgiant į fenomenologines prieigas, t. y. reiškiny, kuris „pats save atranda“ (Husserl, 2005) dėl specifinių asmenybinių ypatumų ir charakteristikų, tipiškų vienam ar kitam individui. Konkretaus gyvenimo stiliaus funkcionavimo procese kiekvienas jo komponentas pasipildo, „apauga“ subjektyviomis asmeninėmis charakteristikomis ir bruožais. Vadinas, individui, projektuojančiam savo gyvenimo stilių, svarbu atrasti pusiausvyrą tarp visuomenės ir aplinkos, kurioje jis gyvena, reikalavimų ir savo galimybių spręsti kasdienės gyvenimiškos veiklos problemas. Profesinės veiklos kontekste svarbus tampa specialisto gebėjimas lanksčiai, mobiliai ir inovatyviai mąstyti sprendžiant profesinės veiklos problemas.

Pateiktas modelis leidžia fiksuoti visą gyvenimo stiliaus požymių ir ypatumų įvairovę, išryškinant bendras ir specifines charakteristikas, ribas ir sąlyčio taškus. Vis dėlto tenka pastebėti, kad netgi kompleksinė, sisteminė gyvenimo stiliaus turinio struktūra sudaro galimybių rasti tik santykinę gyvenimo stiliaus fenomeno ribas. Tai susiję su faktu, kad kiekvienas žmogus laisvai pasirenka sau priimtina individualų gyvenimo stilių, kuris iš dalies „liečiasi“ ir su kitais gyvenimo stiliais.

Tikėtina, kad teorinio ir empirinių tyrimų pagrindu sukonstruotas procesinis-instrumentinis gyvenimo stiliaus projektavimo modelis atvers realių galimybių projektuoti akademinio jaunimo gyvenimo stilių, derinant makro- ir mikromodelius, ieškant pragmatinių ir humanis-

tinių vertybių dermės individualumo ir socialumo simetrijoje (siekti pratęsti savo, kaip asmenybės, buvimą kituose žmonėse ir kartu savo individualumo raiška betarpiškai daryti pokyčius sociume). Nuo to, kiek teisingai bus pasirinktas individo pagrindinių asmenybės vertybinių charakteristikų sampratos orientyras, labai priklausys vientisumo pojūtis socialiniame gyvenime, vidinės žmogaus pasaulio dermės su sociumo nustatytomis išorinėmis taisyklėmis, normomis ir nuostatomis dominavimas. Dabarties iššūkių akivaizdoje, projektuojant adaptyvų gyvenimo stilių, itin reikšminga tampa asmens integralumo, jo gyvenimo darnos ir prasmingumo paieška.

DISKUSIJA

Teorinės įžvalgos leidžia teigti, kad šiuolaikinis pasaulis, viena vertus, teikia didžiulių galimybių asmenybės saviraiškai, kita vertus, įpareigoja kiekvieną žmogų aktyviai ir atsakingai rinktis gyvenimo stilių. Nuo to, kokį gyvenimo stilių projektuos akademinis jaunimas, kokią vietą jame skirs profesinei karjerai, labai priklausys mūsų šalies ekonomikos ir kultūros raida. Tai pirmiausia ir pagrindžia *akademinių jaunimo gyvenimo stiliaus projektavimo problemos tyrimų svarbumą*.

Tyrimo rezultatų analizės pagrindu teigiame, kad gyvenimo stilius – instrumentinė kategorija. Jos euristinis reikšmingumas pasireiškia tuo, kad atsirado galimybė tyrinėti itin platų akademinių jaunimo problemų ratą: *vertybines orientacijas, elgesį, gyvenimo tikslus, perspektyvas, jų realizavimo strategijas ir kita*. Gyvenimo stilius – autonominis darinys, pirmiausia priklausantis nuo individo valios ir tik po to – nuo visuomenėje priimtinių elgsenos stereotipų. Būtent tai ir sąlygoja gyvenimo stiliaus įvairialypiškumą. Toks gyvenimo stiliaus statusas lėmė ir tyrimo metodologijos pasirinkimą, derinant kiekybinius ir kokybinių metodus. Tai pasirodė itin efektyvu, nes leido atsakyti į klausimą, kodėl studentai su vienodais statusiniais požymiais, tokiose pačiose situacijose elgiasi skirtingai, demonstruodami savitą gyvenimo stilių. Kartu buvo išskirtos dominuojančios gyvenimiškos veiklos sritys ir joms būdingi gyvenimo stiliai, atveriantys galimybę atitinkamai prognozuoti ir kitą praktinę veiklą.

Šiame disertaciniame tyrime ypatingas dėmesys skiriamas vertybinių orientacijų ir adaptacinės elgsenos problemai, nes šiuolaikinei švietimo sistemai reikalingi specialistai, pasirenkę prisiderinti prie nuolat besikeičiančio gyvenimo. Būtent dėl to studentų vertybinių orientacijų ir psichosocialinės adaptacijos tyrimai gyvenimo stiliaus projektavimo kontekste tampa itin aktualūs, atveria dinaminį procesų, reikalaujančių gebėjimo prisitaikyti, esmę.

Studento, kaip subjekto, adaptacija išorinėje aplinkoje, pasižymi vertybinių orientacijų individualumu ir specifiskumu ir yra veikiama socialinių, ekonominių, politinių ir kultūrinių faktorių, būdingų šiuolaikiniam socialiniam gyvenimui. Kaip parodė mūsų tyrimas, būtent šie faktoriai išryškino šiuolaikiniams studentams tipišką nesaugumo, nepasitikėjimo ateitimi situaciją, perkainojimą tų vertybių, kurios anksčiau buvo svarbios ir reikšmingos, posūkį į identišumo krizę, didinančią studentų, neįgijusių tapatumo, skaičių, su ryškia orientacija į pačius save, t. y. į „individualizuotą“ tapatumą. Galbūt dėl šių priežasčių tirtiems studentams nebėra svarbios tokios savybės, kaip atsakomybė už savo mokymosi rezultatus ir pareigos jausmas. Be to, atkreiptinas dėmesys ir į tai, kad ne visi studentai pajėgia atrasti pusiausvyrą tarp savo siekių ir visuomenėje egzistuojančių galimybių dinamikos, neturi reikiamos mokymosi motyvacijos, profesinės veiklos strategijų kūrimo bei įgyvendinimo gebėjimų ir pan. Tokioje situacijoje pasitikėjimo rytojumi jausmas ir gebėjimas projektuoti savo gyvenimą ryškiai silpnėja. Tai leidžia daryti prielaidą, kad šiandien akademinis jaunimas atsidūrė netikrumo situacijoje, tiek pasirinkdamas vertybes, tiek bandydamas save atrasti ir identifikuoti. Būtent tokia situacija,

manytume, suponuoja įvairių gyvenimo stilių tipologiją, grindžiamą vartotojiškumu, skatinančiu nuolatinę kaitą, naujumą ir laikinumo jausmą, išreiškiamą hedonistine pozicija – „suspėti viską išbandyti“. Esminiu gyvenimo stiliaus imperatyvu tampa rinkimasis.

Disertacinio tyrimo rezultatai patvirtina tai, kad šiandieninio socialinio gyvenimo realybėje ryškėja pragmatinių vertybių dominavimo tendencijos, kurios dažnai užgožia humanistines gyvenimo stiliaus vertybes. Todėl būsimųjų pedagogų rengimas, kryptingai orientuotas vien į darbo rinkos reikalavimus, riboja asmenybės individualumą, savitumą. *Pragmatinių ir humanistinių gyvenimo stiliaus vertybių disbalansas* dažnai sukuria prieštaravimus, ugdant visapusišką asmenybę – atvirą įvairioms kultūroms, tačiau neatsparią neigiamai jų įtakai. Tai svarbu įvertinti didėjant globalizacijos procesų įtakai, nes *asmens individualumas ir socialumas rodo ne tik asmeninį gyvenimo stilių*, bet ir to *gyvenimo stiliaus kultūrą*. Todėl ir konceptualusis šio disertacinio tyrimo pagrindas išreiškiamas nuostata, kad gyvenimo stiliaus projektavimo esmė yra individo sąveika su aplinka, siekiant šių procesų simetrijos, nes sėkmė išgyvenama, kai *individualumo ir socialumo* raiškos sritys yra tarpusavy simetriškos. Atkreiptinas dėmesys, kad šiuolaikiniai studentai nepakankamą reikšmę teikia universitetiniam išsilavinimui, kaip asmenybės kūrybinio realizavimo potencialui. Mažiau reikšmingais pripažįstama erudicija ir gebėjimas susivokti mokslo žiniose. Kita vertus, studentai itin vertina aukštojo mokslo diplomo įgijimo galimybes. Diplomas laiduoja aukštą asmenybės socialinį statusą, nors ekonominės ir politinės Lietuvos sąlygos nėra palankios akademiniam jaunimui realizuoti savo socialinį potencialą. Paaiškėjo ir tai, kad susidariusi situacija aukštojo mokslo sistemoje formuoja naują studentų gyvenimo stilių, orientuotą ne į žinias ir žinojimą, o į formalų diplomo įgijimą. Dėl to menkėja universitetinio išsilavinimo, kaip terminalinės vertybės, reikšmė. Atsiranda dvejojama jo prasmė: universitetinis išsilavinimas tampa instrumentine vertybe, garantuojančia materialinį sėkmingumą ir naujų gyvenimo stilių atsiradimą. Dėl tokios situacijos, manytume, universitetinių studijų modernizavimo vyksme, stiprinant metodologinius ir metodinius universitetinio rengimo pagrindus, fakultetų, katedrų kolektyvai turėtų atkreipti dėmesį į studentų mokslinės tiriamosios veiklos efektyvumą, kaip svarbiausią studentų kūrybinio potencialo plėtotės faktorių. Svarbia universitetinio rengimo dalimi turėtų tapti aktyvesnis studentų įjungimas į visuomeniškai naudingą veiklą

Grįžtant prie šios diskusijos, pastebėtina ir tai, kad tarp studentų paplitę dominuojantys idealai ir jų jėga šiuolaikinėje visuomenėje. Tai galima vertinti kaip naują reiškinį, suformuotą, manytume, elitinio sporto nuostatų. Sportuojantiems studentams svarbu pasiekti gyvenimo tikslą, tapti „nugalėtojais“. Galima teigti, kad atsiranda sąvokos „nugalėtojo psichologija“, „veiksmo žmogus“ (Дружинин, 2000). Pripažinimo, sėkmės troškimas – šiuolaikinės civilizacijos pagrindinis bruožas. Čia svarbi ne tik E. Fromm dilema „Turėti ar būti“. Esmė – „būti“ reikšmė. „Būti“ – vakarietiško pasaulio požiūriu, reiškia maksimaliai atskleisti savo vidines galimybes išoriniame pasaulyje. Savęs realizavimas, savęs įprasminimas nepaneigia, o pripažįsta galimybę pasiekti pripažinimą, sėkmę ir dėl to galimybę „turėti“. Vertas dėmesio tas faktas, kad daugelis garsių asmenybių, pasiekusios profesines aukštumas, tampa „būti“ ir „turėti“ vienovės simboliais.

Apskritai kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų gyvenimo stilius charakterizuojamas socialiniu optimizmu, pasitikėjimu savimi ir savo jėgomis, antra vertus, apibūdinamas ir menku įsijungimu į visuomeninę veiklą, didesniu materialinių vertybių aukštinimu, vartotojiškumu. Kartu galima teigti, kad minėtų studijų programų studentų gyvenimo stiliuje nėra aiškiai išreikštų sąsajų tarp vertybinių orientacijų sistemos ir elgsenos stereotipų. Tai rodo didelį gyvenimo stiliaus lankstumą bei sensitivityumą. Todėl teorinės analizės ir empirinių tyrimų pagrindu sudaryto procesinio-instrumentinio gyvenimo stiliaus projektavimo modelio, aktyvinančio, motyvuojančio ir nukreipiančio gyvenimo stiliaus projektavimą, struktūroje tikslinga buvo įjungti *vertybinį, instrumentinį ir elgesio kultūros blokus*.

Teigiant, kad tyrimo duomenys yra nevienareikšmiai, būtina kartu pažymėti, kad jie gali kryptingai paveikti kūno kultūros ir sporto specialistų rengimą, nes giluminė šiuolaikinio universitetinio rengimo esmė – humanistinis charakteris, kurio centre turėtų būti žmogus su savo gyvenimiškais, egzistencinėmis problemomis.

Disertacinio tyrimo perspektyva

- Disertacinis tyrimas turi aiškią ateities perspektyvą ir teikia teorinį-metodologinį pagrindą tolimesniems gyvenimo stiliaus tyrimams: teorinio ir empirinių tyrimų duomenų pagrindu sukurta hipotetinė procesinė-instrumentinė kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų gyvenimo stiliaus projektavimo modelį tikslinga patikrinti ir įvertinti papildomais tyrimais praktinėje akademinė studijų veikloje, nustatant studentų gyvenimo stiliaus projektavimo galimybes, jų efektyvumą ir tendencijas. Tiriamosios problemos sprendimas, jungiant asmenybinio ir profesinio apsisprendimo derinius į visumą, atvers galimybę gyvenimo stiliaus projektavimo pagrindu konstruoti pozityvų būsimosios profesinės veiklos modelį, į šį procesą įjungiant diferenciacijos elementą – *išskirti apsisprendimus į gyvenimiškus ir profesijos ir jungti šiuos derinius į visumą*, atspindinčią tiriamųjų procesų dermę.
- Aktualu ateityje atlikti plačius ir gilius akademinio jaunimo gyvenimo stiliaus fenomeno tyrinėjimus, taikant giluminio interviu, biografinį metodą, dienoraščių analizę, pokalbius su tyrimo dalyviais ir kt. tyrimo metodus, kurie sudarytų galimybę atsiskleisti naujas analizuojamo fenomeno išraiškas, patikslinti ir papildyti gyvenimo stiliaus tipologiją.
- Socialinių ir ekonominių permainų kontekste radikaliai keičiant požiūrį į švietimą, tirti švietimo – kaip Europos piliečių bendruomenę konsoliduojančios jėgos, kaip pagrindinės žmogiškųjų išteklių plėtros, Europos konkurencingumo, užimtumo ir socialinio stabilumo laidavimo priemonės, žinių visuomenės ir žiniomis grindžiamo ūkio kūrimosi garanto – poveikį jaunimo gyvenimo stiliaus raidai.



1. Išvados ir apibendrinimai, grindžiami teorinio konteksto pagrindu:

1.1. Gyvenimo stiliaus fenomeno problemos globalumą ir daugiasluoksniškumą lemia platus dar neištirtų klausimų spektras: nepaisant plataus šios tematikos probleminio lauko sociologijoje, filosofijoje, socialinėje psichologijoje, antropologijoje, kultūrologijoje, edukologijoje, nepakankamai konceptualizuota gyvenimo stiliaus kategorija, neatskleistas sąvokos „gyvenimo stilius“ turinys, principinis tampa sąvokų „gyvenimo stilius“ ir „gyvenimo būdas“ atskyrimo klausimas. Tuo tikslu atlikta artimų gyvenimo stiliui sąvokų lyginamoji analizė, kurios pagrindu kategorizuota gyvenimo stiliaus sampratos semantinė erdvė, atlikta jos teorinė interpretacija ir operacionalizacija:

- Gyvenimo stiliaus fenomeno tyrinėjimas leido išvelgti mokslinio domėjimosi asmenybės gyvenimo stiliaus projektavimo klausimais augimo tendenciją. Nepaisant gilaus ir įvairiapusiško asmenybės gyvenimo stiliaus problemos nagrinėjimo įvairių mokslų sferose, nušviečiančiose jo mechanizmus ir ontogenetinius etapus, dabartinis mokslas nepakankamai aiškiai nusako šio reiškinio socialinį prasmingumą.
- Dominuoja trys gyvenimo stiliaus problemos tyrinėjimo požiūriai: 1) *konceptualusis* – gyvenimo stiliaus fenomenas gvildenamas remiantis bendrųjų filosofinių, sociologinių ir psichologinių kategorijų baze; 2) *integralusis*, kai ši ir kitos pagal turinį (elgesys, aktyvumas, požiūris, savireguliacija ir kt.) artimos jai sąvokos analizuojamos remiantis elementaresnių ir pakankamai ištyrinėtų komponentų sinteze; 3) *empirinis* – tai įvairių elgesio, požiūrio strategijų, variantų, modelių, kurie vertinami kaip atskiri žmogaus gyvenimo stiliaus pasireiškimai tam tikroje sferoje (pvz., bendravime) studijavimas.
- Gyvenimo stiliaus fenomenas grindžiamas vertybinių orientacijų, sudarančių jo pagrindą, prigimties analize: 1) *vertybės, kaip gyvenimo tikslų, vaizdiniai; vertybės, kaip asmenybės motyvacinės-poreikių sferos, vertybės, kaip prasmės, dariniai.*
- *Gyvenimo stiliaus projektavimas* – tai unikalus kiekvieno žmogaus sąveikos su socialine aplinka būdas, grindžiamas vertybinėmis orientacijomis, ir prisitaikymas prie jo, siekiant užsibrėžtų tikslų. Gyvenimo stilius konkrečiomis sąlygomis reguliuoja socialinę elgseną, adaptaciją, taip pat žmogaus saviraišką, individualumo vystymąsi.
- *Gyvenimo stiliaus realizavimo būdai* – *strategijos*. Jos kartu atlieka ir gyvenimo refleksijos funkciją (tai gyvenimo būdas, stilius, prasmė, vertybės, normos ir tikslai). Kiekviena asmenybė projektuoja savitą gyvenimo strategiją, atitinkančią jos vertybinių orientacijų hierarchiją.

- Gyvenimo stiliaus problema edukologijoje yra nauja ir menkai tyrinėta. Gyvenimo stiliaus samprata tiksliai neapibrėžta ir neįtraukta į edukologijos mokslo kategorijų sudėtį. Edukacine reikšme gyvenimo stilius suprantamas kaip veiksmų programa, nukreipta realizuoti gyvenimo siekius, kurie determinuojami jauno žmogaus gyvenimo prasmės, tikslo apmąstymo, jo aktyvumo, atsakomybės laipsnio ir konkretizuojami tam tikrų vertybinių orientacijų sistemoje.

1.2. Pagrindiniams parametrams, charakterizuojantiems studentišką jaunimą kaip socio-kultūrinę ir demografinę makrogrupę ir sudarantiems galimybę užfiksuoti gyvenimo stilių formavimąsi, būdinga:

- Ypatingas akademinio jaunimo interesų kryptingumas pasireiškia *ilgalaikės gyvenimo strategijos*, determinuojančios įvairias gyvenimiškos veiklos rūšis, konstravimu. Būtent per akademinės studijas dažniausiai sudaroma pirminė gyvenimo stiliaus programa, kurioje formuluojami tikslai ir uždaviniai, susiję su jos įgyvendinimu. Studentiškas amžius charakterizuojamas asmenybės siekimu atrasti savo vietą gyvenime, emocijonalumu, ypatingu jautrumu išoriniams poveikiams, įgijimu tokių socialinių resursų, kurie sudaro aukšto adaptyvumo ir inovatyvumo galimybę transformacijų sąlygomis. Tai – jaunas amžius, išsilavinimas, socialinis aktyvumas ir kt.
- Universitetinių studijų periodas, kaip vienas iš svarbiausių žmogaus asmenybinio augimo ir realaus jo tapimo asmenybe etapų, charakterizuojamas tokiais dinaminiais procesais: *profesiniu apsisprendimu ir su juo susijusiu pasirinktai profesijai reikšmingų ypatybių lavinimu; asmeniniais apsisprendimais, jungiant vertybinių orientacijų formavimąsi; adaptacija prie studijų sąlygų ir socialinės aplinkos, kartu priimant egzistuojančias socialines normas ir vertybes.*
- Gyvenimo stiliaus projektavimas studentiškame amžiuje glaudžiai siejasi su tokių asmenybinių darinių formavimusi, kaip *identiškas, vertybinių orientacijų sistema, ateities įsivaizdavimas laiko perspektyvoje, profesinis apsisprendimas*. Galima teigti, kad studentų gyvenimo stilius grindžiamas apgalvota laiko perspektyva, atitinkančia vertybinių orientacijų sistemą ir suderinta su profesinių bei gyvenimo tikslų vienvė.

2. Išvados ir apibendrinimai, grindžiami empirinių tyrimų rezultatais pagrindu:

2.1. Ištyrus kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų vertybines orientacijas ir jų raiškos ypatumus, nustatčius specifinius gyvenimo stiliaus bruožus (tipus) ir projektavimo strategijas, išskirti esminiai studentų gyvenimo stiliaus projektavimo kriterijai, atskleidžiant vidinės jų struktūros specifiškumą:

- Vertybinėms orientacijoms, kaip ypatingoms būsimųjų kūno kultūros ir sporto specialistų asmenybės savybėms, būdinga tam tikra turinio struktūra, jungianti šiuos komponentus: *profesinį gyvenimą, mokymą ir lavinimąsi, gyvenimą šeimoje, visuomeninį gyvenimą, laisvalaikį ir pomėgius*. Sportinės veiklos specifiškumas daro realią įtaką asmenybės vertybinių orientacijų struktūrai, kuri akademinė studijų procese keičiasi išsaugodama specifinius, su sportine veikla susijusius, ypatumus.

- Studijų procese daugelis studentų naujai perkonstruoja savo vertybes, atsižvelgdami į projektuojamus ateities planus tiek asmeniniame, tiek profesiniame gyvenime. Gyvenimo stilius, kaip viena iš vertybinių orientacijų, formalių ir neformalių normų ir taisyklių apraiškų, sudaro vaizdą apie studentų įvaldytus stereotipinio mąstymo ir elgsenos, sąveikos su kitais žmonėmis būdus šiuolaikinės visuomenės kaitos sąlygomis. Tai ateityje daugiausia lems jų profesinę veiklą, santykius šeimoje ir kitas socialinio gyvenimo formas.
- Tyrimas leido išskirti šiuos kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų vertybinių orientacijų ypatumus:

- 1) Studentai labiau orientuoti į tradicines (terminalines ir instrumentines) vertybes: *išsilavinimo įgijimą, šeimos kūrimą, karjerą, statuso ir pripažinimo visuomenėje siekius, bendravimą su bendraamžiais ir draugais*. Reikšmingiausia apklausoje dalyvavusiems studentams gyvenimo sritis – *išsilavinimo* siekimas. Minėta sritis daugiausia lemia profesinio gyvenimo planavimą ir kitus svarbiausius gyvenimiškus orientyrus, pavyzdžiui, aukšto statuso siekimą. Išryškėjo tai, kad terminalinės vertybės dažnai pripažįstamos kaip instrumentinės. Studentų nuostatos ir orientacijos daugiausiai *konformiškos*. Pasirinkdamas konformines psichosocialinės adaptacijos strategijas, jaunimas įgyja galimybę be didesnių sąnaudų naudoti socialinės aplinkos resursus. Retesniais atvejais stebimas ir nonkonforminių strategijų pasirinkimas.
- 2) Visų grupių tirtiems studentams mažiau aktuali terminalinių vertybių raiškos sritis – *šeiminis gyvenimas*. Pačios šeimos puoselėjamos ir diegiamos vertybės suvokiamos gana nevienodai ir netradiciškai. Galima daryti prielaidą, jog tokius apklausos rezultatus veikia bendra visuomeninė situacija, jos politinio, ekonominio ir socialinio gyvenimo ypatumai, lemiantys staigią tradicinių vertybių kaitą.
- 3) Svarbiausių gyvenimo sričių vertinime labiausiai išryškėjo materialinių vertybių reikšmingumas. Jos siejamos ne tik su konkrečios profesinės veiklos įvertinimu, bet dažnai išreikštos kaip visuomeninių iniciatyvų bei laisvalaikio pomėgių ašis. Išsilavinimas traktuojamas kaip svarbi investicija į profesinio gyvenimo vertybes, karjeros siekius, aukšto statuso įgijimą. Daugumai tiriamųjų studijos dažnai tėra priemonė siekiant savojo tikslo – geresnio materialinio apsirūpinimo, pelningesnio darbo, palankesnių sąlygų išvykti ir adaptuotis užsienyje. Kartu pastebėtas studentų nusiteikimas kokybiškai atlikti savo pareigas, siekti karjeros. Netikėta tai, kad menkai įvertintos *kūrybiškumo* ir *prestižo* vertybės.

2.2. Kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų psichosocialinės adaptacijos prie šiuolaikinės visuomenės realijų tyrimo rezultatai, gyvenimo stiliaus raiškos ir jo projektavimo strategijų psichosocialinės adaptacijos kontekste įvertinimas atskleidė šiuos ypatumus:

- Psichosocialinės adaptacijos procesus apsunkina studentų akademinės veiklos ir socialinės situacijos specifiškumas. Sportuojantys studentai didelę laiko dalį praleidžia sporto treniruotėse ir neturi galimybių persikelti į kitas universitetinio gyvenimo socialines arenas, taip tapdami tarsi savotiškos atskirties grupe. Ta aplinkybė, kad didelė dalis studentų atstovauja elitiniam sportui, kuris atima reikšmingą jų kasdienio gyvenimo laiko ir jėgų dalį, verčia taip gyvenantį studentą keistis, prisitaikant prie tokios socialinės situacijos, bandant „neiš-

kristi“ iš bendro universitetinio gyvenimo tinklo, susaistyto socialiniais ryšiais.

- Kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų psichosocialinės adaptacijos analizė parodė, kad aptartieji šio konstrukto komponentai (*savęs vertinimas, dominavimas, internalumas, kitų vertinimas, emocinis komfortas, nerimas, pasitenkinimas savo gyvenimu, pasitikėjimas savimi, bendravimas*) yra vieni iš svarbiausių, leidžiantys įvertinti psichosocialinės adaptacijos lygį ir jo kaitą.
- Studento, kaip būsimo specialisto, turinčio aukštąjį išsilavinimą, asmenybės vystymasis vyksta tokiomis kryptimis: 1) įtvirtinamas profesinis kryptingumas, ugdomi tam tikri profesiniai gebėjimai; 2) tobulinami, „profesionalizuojami“ psichiniai procesai, būsenos, patyrimas; 3) keliama atsakomybė už profesinės veiklos sėkmę, pasireiškiant studento individualumui; 4) auga asmenybės pretenzijos būsimos profesijos srityje; 5) stiprėja profesinis savarankiškumas ir pasirengimas būsimai profesinei veiklai.
- *Problemų vengimas* ketvirtakursiams yra patikimai mažiau būdingas nei pirmo kurso studentams. Studentų amžiaus aspektu nenustatyta patikimų skirtumų tarp *adaptacijos lygio, savęs vertinimo, kitų priėmimo, internalumo* ir *dominavimo* komponentų. Ketvirto kurso studentų, palyginti su pirmakursiais, *emocinis komfortas* reikšmingai labiau išreikštas.
- Lyties skirtumų aspektu nustatyta, kad internalumas ir dominavimas yra patikimai būdingesnis tirtoms studentėms nei studentams. Vaikinai, palyginti su merginomis, sunkiau adaptojasi prie socialinių sąlygų. Nenustatyta patikimų skirtumų tarp skirtingos lyties studentų *savęs vertinimo, kitų priėmimo, emocinio komfortiškumo ir problemų vengimo* komponentų.

2.3. Kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų gyvenimo stiliaus tipologija ir jos vidinės struktūros charakteristikos apibūdinamos šiais ypatumais (kokybinio tyrimo rezultatai):

- Socialinio brandumo procesas, kuris vyksta visose pagrindinėse gyvenimo sferose, labiausiai lemia studento gyvenimo stilių, determinuojamą tradicijų, socialinio psichologinio klimato, bendros kultūros lygio, būdingo konkrečiai mokslo institucijai; universiteto atmosferos poveikio studentiška grupei, kaip ugdymo subjektui, lygio; dėstytojų profesionalumo, kvalifikacijos ir asmenybinių charakteristikų; organizacinio valdymo ir socialinio (kultūrinio) administracinių struktūrų veikos charakterio; įvairių studentiškų organizacijų egzistavimo ir jų veiklos kokybes.
- Gyvenimo tikslai kartu su vertybinėmis orientacijomis ir doroviniais idealais vertinami kaip labiausiai apibendrinti ir nukreipiantys elgesio reguliatoriai, išreiškiantys asmenybės gebėjimą laikytis kaip ilgalaikės programos.
- Teorinės analizuojamos problemos įžvalgos ir empirinių tyrimų rezultatų analizė leido išskirti tipiškiausius, „poliarinius“ studentų gyvenimo stiliaus variantus: *pragmatinį / perfekcionistinį; racionalųjį gyvenimo stilių; vartotojišką; „turėti“/„būti“; materialistinės orientacijos; situacinį; išgyvenimo / išlikimo strategijomis grindžiamą gyvenimo stilių; altruistinį / egoistinį; konformistinį / nonkonformistinį; maksimalistinį-hedonistinį; spontanišką.*
- Kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų gyvenimo stilius išsiskiria stipriai

akcentuojamais profesinės karjeros, aukšto statuso siekais ir materialistiniais vartojimo modeliais.

2.4. Kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų gyvenimo stiliaus projektavimo procesinis-instrumentinis modelis apibūdinamas šiomis dimensijomis:

- Procesinio-instrumentinio gyvenimo stiliaus modelio pagrindas yra žmogaus dvasinė kultūra, apibrėžianti planuojamų rezultatų siekimo kryptį. Jo esmę sudaro visą žmogaus gyvenimą vykstantis asmeninio gyvenimo ir profesinės raiškos procesas, t. y. *asmenybės ir veiklos vienovė, sustiprinant asmenybinį augimą*. Modelio esmė orientuota į dabartinę situaciją ir aiškiai apibrėžtus kontroliuojamus artimiausius tikslus, jų realizavimo etapus ir strategijas.
- Gyvenimo stiliaus projektavimo modelis grindžiamas viena svarbiausių edukologijos mokslo metodologinių nuostatų, kad būsimos specialisto parengtumą lemia ne tik žinios ir gebėjimai, suponuojantys mąstymo būdus, įpročius ir sprendimų priėmimo standartus, bet ir vertybinis būsimos profesijos aspektas. Šios universitetinio rengimo metodologinės idėjos dera su humanizmo ir pragmatizmo pasaulėžiūroje dominuojančiomis vertybėmis, ieškant racionalios dermės tarp to, kaip asmuo savo individualumą vertina profesinės raiškos aspektu, ir to, kiek asmens raiška yra svarbi, reikalinga ir naudinga visuomenei.

2.5. Tyrimo rezultatai leidžia konstatuoti, jog disertaciniame darbe formuluojamos hipotezės, teigiančios, kad: 1) vertybinės orientacijos suteikia pagrindą ir kryptį socialiniams ir psichologiniams asmenybės gyvenimo stiliaus projektavimo mechanizmams, suvokiamiems kaip individualiai pasirinkta, visybiška ir dinamiška sistema, nukreipta į racionalią pragmatinių ir humanizmo vertybių, individo ir socialinės aplinkos simetriją, studentų psichosocialinės adaptacijos aktyvinimą; 2) kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų asmenybės vertybinių orientacijų struktūrą ir turinį daugiausia lemia akademinų studijų ir sportinės veiklos specifika, – įrodo, kad akademinų studijų procesas universitetinėje aukštojoje mokykloje yra svarbiausias ne tik profesinės pedagoginės kultūros ugdymo, bet ir gyvenimo stiliaus projektavimo etapas, ir empiriškai yra patvirtintos.

REKOMENDACIJOS

Realizuojant kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų gyvenimo stiliaus projektavimo procesus vertybinių orientacijų kontekste, siūloma:

Švietimo reformų strategams, mokslininkams:

- Pagrindiniu efektyvaus pedagoginio profilio specialistų universitetinio rengimo kriterijumi tikslinga pripažinti ne tik būsimo pedagogo profesionalumo siekius, bet ir tai, kiek dėmesio skiriama tokių savybių, kaip gerumas, noras padėti kitam, gyvenimo tikslų ir uždavinių suvokimas ugdymui. Siekiant humanistiškai orientuoto išsilavinimo, universitetinis rengimas turėtų būti įprasminamas tokių vertybinių orientacijų sistemoje: *individualūs studento ypatumai, savarankiškos studijos, gyvenimiška patirtis, o ne tik atskirų dalykų žinios, jų apimtis, įvaldytos informacijos kiekis, gebėjimai; studijų reikšmingumo gyvenimui suvokimas, visybiniis lavėjimas, saviugda.*
- Atsižvelgiant į šiuolaikinio gyvenimo reikalavimus, *kūno kultūros ir sporto studijų programų studentų gyvenimo stiliaus projektavimą tikslinga orientuoti į pragmatinį asmenybės tapsmą, išsaugant humanistines gyvenimo stiliaus vertybes.* Svarbus žmogaus vystymosi veiksnys, dominuojant racionalumui (technologizmui), prakticismui (išstumiant jausminį ir dorinį potencialą), yra humanistinis universitetinio rengimo potencialas.
- **Universitetų dėstytojams, studijų programų rengėjams:**
- Šiuolaikinio akademinio jaunimo vertybių pasirinkimą apsunkina susidariusi socialinė situacija, lydima netikrumo, nevienareikšmiškumo ir prieštaravimų visuomenės vertybių sistemoje, kryptingos orientacijos į vartotojiškumą, materialines vertybes ir jomis grindžiamus tarpusavio santykius. Todėl būtinas turiningas, psichologiniu požiūriu pagrįstas studentų supažindinimas su būsimo profesijos prasmingumu, paskirtimi, profesiniu požiūriu svarbiausiomis vertybinėmis orientacijomis.
- Studijų procese tikslinga taikyti aktyvinančias edukacines technologijas, nukreiptas į savimonę, refleksiją, savęs tobulinimą, gebėjimą priimti sprendimus ir pasirinkti, užmegzti prasmingus tarpusavio santykius su kitais žmonėmis. Būtina sudaryti tokias sąlygas, kuriomis studentas galėtų adekvačiai save įvertinti, jaustis atsakingas už savo elgseną ir veiklą, savarankiškai numatyti ateities perspektyvas, projektuoti gyvenimo stilių priklausomai nuo individualių galimybių ir aplinkos sąlygų, *ieškoti gyvenimo prasmės ir savo profesinės saviraiškos kelio.*
- Akademiniam procesui efektyvinti rekomenduojama į pedagoginių-psichologinių studijų dalykų struktūrą įjungti modulius, kurių turinys ugdytų studentų gebėjimą numatyti gyvenimo tikslus ir jų realizavimo būdus, priimti sprendimus ir daryti racionalius pasirinkimus, grindžiamus individualia vertybinių orientacijų hierarchija. Šio tyrimo rezultatais tikslinga pasinaudoti rengiant studijų modulius, humanizuojančius kūno

kultūros ir sporto pedagogų rengimą (šią funkciją jau atlieka šio darbo autorės parengtas ir akademinėje praktikoje realizuojamas studijų *Lifestyle Management (Gyvenimo stiliaus vadyba)* modulis, kuris dėstomas užsienio šalių studentams, studijuojantiems pagal ERASMUS projektą Šiaulių universitete).

LITERATŪRA

1. Adams, G. R. (1996). A development social psychology of identity: Understanding the person-in-context. *Journal of Adolescent*, 19, p. 429–442.
2. Adamonienė, R., Daukilas, S., Krikščiūnas, G. ir kt. (2002). *Profesinio ugdymo pagrindai: vadovėlis*. Vilnius: Petro Ofsetas.
3. Adamonienė, R., Daukilas, S., Krikščiūnas, G. ir kt. (2003). *Profesinio ugdymo psichologija ir pedagogika: vadovėlis*. Utena: Utenos Indra.
4. Adler, A. (2003). *Žmogaus pažinimas*. Vilnius: Vaga.
5. Adler, A. (2008). *Žmogaus pažinimas*. Vilnius: Vaga.
6. Alapack, R., J. (1995). *Foundational Thinking For an Existential Phenomenological Approach to Child Development and Psychotherapy*. Unpublished manuscript, NTNU, Trondheim, Norway.
7. Allport, G. W. (1998a). *Svarstymai apie asmenybės psichologiją*. Vilnius: Vaga.
8. Allport, G. W. (1998b). *Tapsmas*. Vilnius: Vaga.
9. Anzenbacher, A. (1995). *Etikos įvadas*. Vilnius: Aidai.
10. Aramavičiūtė, V. (1998). *Ugdymo samprata*. Vilnius: Vilniaus universitetas.
11. Aramavičiūtė, V. (2005a). *Auklėjimas ir dvasinė asmenybės branda*. Vilnius: Gimtasis žodis.
12. Aramavičiūtė, V. (2005b). Vertybės kaip gyvenimo prasmės pamatas. *Acta Paedagogica Vilnensia*, 14, p. 18–26.
13. Aramavičiūtė, V., Martišauskienė, E. (2002). Dvasinio ugdymo Lietuvoje prasmė ir kryptis. *Pedagogika*, 60, p. 5–9.
14. Aramavičiūtė, V., Martišauskienė, E. (2005). Vertybių ugdymas – pedagoginių kompetencijų pamatas. *Pedagogika*, 84, p. 33–38.
15. Argyle, M. (1996). Social skills. In Colman A. M. (Ed.). *Companion Encyclopedia of Psychology*. London: Routledge.
16. Aristotelis (1990). *Rinkiniai raštai*. Vilnius: Mintis.
17. Armonienė, J. (1996). Kūno kultūra ir asmenybės ugdymas. *Sporto mokslas*, 2, p. 33–35.
18. Arnold, P. (1994). Sport and moral education. *Journal of Moral Education*, 23, p. 75–89.
19. Arnotkevičiūtė, L. (2006). Eseištinis mąstymas (remiantis K. Kavolio, D. Kazragytės, V. Juknaitės, V. Daunio tekstais). *Lituanistika*, 68 (4), p. 60–70.
20. Astra, L. (1993). *Gyvenimo laikas*. Vilnius: Pradai.
21. Astra, L. (1994). *Šiuolaikinės lietuvių vertybės. Kultūra – tautos būties pagrindas*. Kaunas.
22. Astrauskienė, A., Jansonienė, A., Šapokienė, L. (2005). KTU ir KMU pirmo kurso studentų požiūris į sveikatą kaip gyvenimiškąją vertybę. *Kultūra. Ugdymas. Visuomenė*, 1, p. 315–317.
23. Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social-Cognitive Theory*. New York: Englewood Cliffs, Prentice – Hall.
24. Baranova, J. (2004). *Etika: filosofija kaip praktika*. Vilnius: Tyto alba.
25. Barkauskaitė, M. (1998). Mokytojų, studentų ir mokinių vertybių tyrimo lyginamoji charakteristika. *Lietuvos švietimo reforma ir mokytojų rengimas: respublikinės konferencijos pranešimų medžiaga*, p. 9–14. Vilnius.
26. Barkauskaitė, M. (2000). *Paauglių tarpusavio santykių sociopedagoginė dinamika: habilitacinis darbas*. Vilnius: Vilniaus pedagoginis universitetas.
27. Barkauskaitė, M., Gribniakas, V. (2007). Aukštojo išsilavinimo aksiologinis aspektas. *Pedagogika*, 86, p. 7–14.

28. Baudrillard, J. (2010). *Vartotojų visuomenė: mitai ir struktūros*. Kaunas: Kitos knygos.
29. Bauman, Z. (2002). *Globalizacija: pasekmės žmogui*. Vilnius: Strofa.
30. Bauman, Z. (2011). *Vartojamas gyvenimas*. Vilnius: Apostrofa.
31. Beck, U. (2002). *Individualization: institutionalized individualism and its social and political consequences*. London: Sage.
32. Beresnevičienė, D. (2003). *Jaunojo suaugusiojo psichologija*. Vilnius: Presvika.
33. Berger, P. L. (1995). *Sociologija*. Vilnius: Litterae Universitatis.
34. Berger, P., Luckmann, T. (1999). *Socialinės tikrovės konstravimas: žinojimo sociologijos traktatas*. Vilnius: Pradai.
35. Berns, R. M. (2009). *Vaiko socializacija. Šeima. Mokykla. Visuomenė*. Kaunas: Poligrafija ir informatika.
36. Binkley, S. (2004). Everybody's life is like a spiral. Narrating Post-Fordism in the lifestyle movement of the 1970's. *Cultural Studies*, 4 (1), p. 71–96 .
37. Bitinas, B. (2000). *Ugdymo filosofija*. Vilnius: Enciklopedija.
38. Bitinas, B. (2004). *Hodegetika*. Vilnius: Kronta.
39. Bitinas, B. (2006). *Edukologinis tyrimas: sistema ir procesas*. Vilnius: Kronta.
40. Bitinas, B., Rupšienė, L., Žydzūnaitė, V. (2008). *Kokybinių tyrimų metodologija*. I–II dalys. Klaipėda: S. Jokužo leidykla-spaustuvė.
41. Bitinas, B. (2010). *Gyvenimas ugdymo verpetuose*. Klaipėda: Klaipėdos universiteto leidykla.
42. Bitinas, B. (2011). *Edukologijos terminija: kokybė ir problemos*. Studija. Klaipėda: Klaipėdos universiteto leidykla.
43. Blaxter, M. (1993). *Health and lifestyle*. London: Routledge.
44. Bobrova, L. (2008). Pedagoginio profilio kūno kultūros specialybės studentų gyvenimo stiliaus ugdymas(is) universitetinėse studijose (postmodernios visuomenės iššūkių kontekste). *Mokytojų ugdymas*, 10, p. 146–162.
45. Bobrova, L. (2009). Būsimųjų kūno kultūros pedagogų psichosocialinės adaptacijos ypatumai gyvenimo stiliaus kaitos kontekste. *Jaunųjų mokslininkų darbai*, 1 (22), p. 24–32.
46. Bogenhold, D. (2001). Social inequality and the sociology of lifestyle: Material and cultural aspects of social stratification. *American Journal of Economics and Sociology*, 60, 4, p. 829–847.
47. Bottenburg, M. (2005). The bonding and bridging power of university sports. *FISU conference. Universiade proceedings*. Irmir, p. 23–26.
48. Bourdieu P., Passeron, J. C. (1997). *Reproduction in Education, Society and Culture*. London: Routledge.
49. Bourdieu, P., Wacquant, L. J. (2003). *Įvadas į refleksiwiąją sociologiją*. Vilnius: Baltos lankos.
50. Brezinski, Z. (1998). *Nebevaldomas pasaulis. Globalinė sumaištis XXI amžiaus išvakarėse*. Vilnius: Tvermė.
51. Brown, D. (2007). *Career information, career counseling and career development*. Boston: Pearson Education.
52. Bump, A. L. (2000). *Sporto psichologija treneriui: studijų vadovas*. Vilnius: Lietuvos sporto informacijos centras.
53. Camus, A. (1996). *Pirmasis žmogus*. Vilnius: Baltos lankos.
54. Cantor, N. (1990). From Thought to Behavior: “Having” and “Doing” in the Study of Personality and Cognition. *American Psychologist*. Vol. 45(6), p. 735–749.

55. Caspi, A. (1987). Personality in the Life Course. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 53 (6), p. 1203–1013.
56. Chaney, D. (1996). *Lifestyles*. London and New York: Routledge.
57. Charles, C. M. (1999). *Pedagoginio tyrimo įvadas*. Vilnius: Alma littera.
58. Cohen, P. (1997). Subcultural Conflict and Working Class Community (Working Papers in Cultural Studies, 1, 1972). *The Subcultures Reader*. New York, p. 89–95.
59. Cohen L., Manion, L. (1994). *Research Methods in Education*. London and New York.
60. Coleman, J. (2005). *Socialinės teorijos pagrindai*. Vilnius: Margi raštai.
61. Craib, I. (1998). *Experiencing Identity*. London: Sage.
62. Creswell, J. W. (1998). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing among Five Traditions*. Thousand Oaks, CA: Sage.
63. Cronbach, L. J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16, p. 296–334.
64. Cruz, J., Baixados, M., Valiente, L., Capdevila, L. (1995). Prevalent values in young Spanish soccer players. *International review of Sociology of Sport*, 30, p. 353–368.
65. Čekanavičius, V., Murauskas, G. (2001). *Statistika ir jos taikymai*. I dalis. Vilnius: TEV.
66. Černevičiūtė, J. (2003). Postmodernizmas ir populiarioji kultūra. *Dvasinės vertybės žinių visuomenėje (tarptautinės konferencijos medžiaga)*. Lietuvos žemės ūkio universitetas. Kaimo kultūros institutas, p. 40–42.
67. Černevičiūtė, J. (2008). Gyvenimo stiliaus stratifikacija, naratyvai ir sukonstruoti tapatumai. *Filosofija Sociologija*, 19 (1), p. 26–34.
68. Černius, V. J. (1992). *Mokytojo pagalbininkas*. Kaunas: Littera Universitati Vytai Magni.
69. Čikotienė, I. Kardelis, K. (2002). Studijų nutraukimo ir nepažangaus mokymosi aukštojoje mokykloje priežstys. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 2 (43), p. 17–24.
70. Čiuladienė, G. (2006). Paauglių vertybinis aspektas ir raiškos tendencijos. *Acta paedagogica Vilnensia*, (16), p. 106–117.
71. Čiužas, A., Ratkevičienė, V. (2000). Vertybinių jaunimo orientacijų tyrimai Lietuvoje. *Sociologija: praeitis ir dabartis*. Mokslinės konferencijos pranešimų medžiaga. Kaunas: Technologija, p. 19–25.
72. Čiužas, A. (2001). *Besimokančio jaunimo vertybinės orientacijos*. Lietuvos sociologija amžių sandūroje (straipsnių rinkinys). Lietuvos filosofijos ir sociologijos institutas, Lietuvos sociologų draugija, Generolo J. Žemaičio Lietuvos karo akademija. Vilnius: UAB „Karminas“, p. 99–107.
73. Čiužas, A., Ratkevičienė, V., Stankevičius, P. Vosyliūtė, A. (2005). *Akademinis jaunimas: gyvenimo būdas ir vertybės*. Vilnius: Vilniaus pedagoginis universitetas.
74. Čiužas, R. (2007). Mokytojo ir mokinio vaidmenų kaita edukacinės paradigmos virsmo sąlygomis. *Pedagogika*, 87, p. 64–70.
75. Daukilas, S. (2001). Profesinio ugdymo pagrindai. *Vadovėlis aukštųjų mokyklų pedagoginio kryptingumo studentams, magistrantams, profesijos pedagogams*. (Bendra autorių kolektyvas). Vilnius, Petro ofsetas, p. 13–152.
76. Daukilas, S. (2003). Profesinio ugdymo psichologija ir pedagogika. *Vadovėlis aukštųjų mokyklų pedagoginio kryptingumo studentams, magistrantams, profesijos pedagogams*. (Bendra autorių kolektyvas). Utena: Indra, p. 162–243.
77. Daukilas, S. (2004). Humanizmo ir pragmatizmo idėjų derinys profesinio ugdymo turinio metodologijoje. *Tiltai*, 18, p. 5–20.

78. Daukilas, S., Dumčienė, A. (2006). Fizinės kompetencijos ugdymas. *Sveikatos mokslai*, 6, p. 585–589.
79. Daukilas, S. Berlinkas, Š. (2007). Elektroninio mokymo technologijų aksiologinis aspektas. *Profesinis rengimas: tyrimai ir realijos*. Kaunas: Vytauto Didžiojo universitetas.
80. Dencik, L. (2005). Kaip vaikas įsisavina postmoderniojo gyvenimo kokybę. *Demokratiškos pedagogikos matai (danų autorių straipsnių rinkinys kuriančiam mokytojui)*. Vilnius: Vilniaus kolegija, p. 80–90.
81. Denzin, N. K., Lincoln, Y. S. (eds.) (2008). *Collecting and interpreting qualitative materials*. Thousand Oaks, CA: Sage.
82. Dewey, J. (1997). *Democracy and Education*. New York: The Free Press.
83. Dystervėgas, A. (1988). *Pedagoginiai raštai*. Kaunas: Šviesa.
84. Donskis, L. (2008). *Tyliosios alterntyvos. Socialinės analizės ir kritikos eskizai*. Vilnius: Versus aururus.
85. Douglas, M. (1996). *Thought styles. Critical Essays on Good Taste*. London: Sage.
86. Dumčienė, A., Dumčius, A. (2002). Studentų kūrybingumo ugdymo ypatumai. *Pedagogika*, 59, p. 55–60.
87. Dumčienė, A., Bajoriūnas Z. (2006). *Ugdymo pagrindai*. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija.
88. Dumont, L. (2002). *Esė apie individualizmą. Modernioji ideologija antropologiniu požiūriu*. Vilnius: Baltos lankos.
89. Duoblienė, L. (2006). *Šiuolaikinė ugdymo filosofija: refleksijos ir dialogo link*. Vilnius: Tyto alba.
90. Duoblienė, L. (2010). Švietimo politika ir globalizacija: nacionaliniai ir supranacionaliniai ypatumai. *Acta Paedagogica Vilnensia*, p. 69–84.
91. Durkheim, E. (2001). *Sociologijos metodo taisyklės*. Vilnius: Vaga.
92. Džeimsas, V. [James, W.] (1995). *Pragmatizmas*. Vilnius: Pradai.
93. Dževečka, A. (2003). Lietuvos pedagogų vertybių hierarchijos problema. *Pedagogika*, 67, p. 7–11.
94. Džežulskis-Duonys, E. (2007). *Filosofija šiuolaikiškai*. Kaunas: Technologija.
95. Eliot, T. S. (1993). *Pastabos apie kultūros apibrėžimą. Kultūros prigimtis*. Vilnius: Valstybinis leidybos centras.
96. Emmons, R. A. (1986). Personal Strivings: An Approach to Personality and Subjective Well-Being. *Journal of Personality and Psychology*, Vol. 51 (5), p. 1058–1068.
97. Erikson, E. H. (1980). *Identity and the life cycle: A reissue*. New York: Norton.
98. Europos aukštojo mokslo erdvė. Bendra Europos šalių ministrų, atsakingų už aukštąjį mokslą, 1999 m. birželio 19 d. susitikimo Bolonijoje deklaracija. *Svarbiausi Bolonijos proceso dokumentai Bolonijos–Londono laikotarpis 1999-2007 m.* Vilnius: Inter Se, 2008.
99. Frankl, V. E. (1969). *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy*. New York: New American Library.
100. Frankl, V. E. (2007). *Sielogyda: gydytojo rūpestis – siela*. Vilnius: Vaga.
101. Frankl, V. E. (2008). *Žmogus ieško prasmės*. Vilnius: Katalikų pasaulis.
102. Fromm, E. (2005). *Turėti ar būti?* Kaunas: Verba vera.
103. Fromm, E. (2008). *Žmogus sau (Etikos psichologijos tyrimas)*. Kaunas: Verba vera.
104. Fullan, M. (1989). *Change forces. Probing the depths of educational reform*. London: The Falmer Press.
105. Gadamer, H. G. (1999). *Menas. Kalba*. Vilnius: Baltos lankos.
106. Gage, N. L., Berliner, D. C. (1994). *Pedagoginė psichologija*. Vilnius: Alma littera.

107. Gailienė, I., Macaitienė, R. (2002). Akademinio jaunimo psichosocialinės adaptacijos problemos. *Pedagogika*, 61, p. 51–58.
108. Gailienė, I., Marozaitė, M. (2003). Mokytojų psichosocialinės adaptacijos problemos profesinėje veikloje. *Pedagogika*, 65, p. 55–62.
109. Giddens, A. (2000). *Modernybė ir asmens tapatumas*. Vilnius: Pradai.
110. Giddens, A. (2005). *Sociologija*. Kaunas: UAB „Poligrafija ir informatika“.
111. Giedraitienė, E., Čepaitienė, R. (2005). Šeimos ir profesinių vaidmenų santykis: jaunimo požiūrio tyrimo rezultatai, *Tiltai*, 28, p. 67–73.
112. Glaser, B. (2001). *Grounded theory Perspective: Conceptualization Contrasted with Description*. Mill Valley, California: Sociology Press.
113. Grabauskienė, A. (2005). Būsimųjų pedagogų vertybinės nuostatos, jų kaitos tendencijos. *Pedagogika*, 79, p. 50–53.
114. Greene, J., Caracelli, V. Graham, W. (1989). Toward a conceptual framework for mixed-method evaluation design. *Educational Evaluation and Policy Analysis*, 11 (3), p. 255–272.
115. Grigas, R. (1998). *Socialinių įtampų Lietuvoje laukai (kritinė sociologinė XX a. pabaigos panorama)*. Vilnius: Rosma.
116. Grigas, R. (2001). *Sociologinė savivoka: specifika, metodai, lituanizacija*. Vilnius: Rosma.
117. Griniuvienė, L., Naudžiūnienė, V. (2001). VPU matematikos fakulteto pirmakursių komplektavimo ir adaptacijos problemos. *Aukštojo mokslo sistemos ir didaktika: konferencijos pranešimų medžiaga*. Kaunas: Technologija, p. 114–115.
118. Gudžinskienė, V. (2007). Studentų išstojimo iš aukštosios mokyklos priežastys, susijusios su sveikatos ir asmenybės ypatumais. *Pedagogika*, 85, p. 68–75.
119. Gumuliauskienė, A., Macaitienė, R. (2002). Būsimųjų pedagogų profesinės vertybės. *Pedagogika*, 61, p. 83–91.
120. Habermas, J. (2002). *Modernybės filosofinis diskursas*. Vilnius: Alma littera.
121. Halder, A. (2002). *Filosofijos žodynas*. Vilnius: Alma littera.
122. Hall, D. T. (2002). *Careers in and out of organizations*. Thousand Oaks: Sage Publications.
123. Halstead, M., Taylor, M. (2000). Learning and Teaching about Values: a review of recent research. *Cambridge Journal of Education*, 30 (2), p. 543–556.
124. Hargreaves, A., Fullan, M. G. (1993). *Understanding Teacher Development*. New York: Teachers College Press.
125. Hargreaves, A. (2008). *Mokymas žinių visuomenėje: švietimas nesaugumo amžiuje*. Vilnius: Homo liber.
126. Harris, M. (1998). *Kultūrinė antropologija*. Kaunas: Tvermė.
127. Hartmann, N. (2001). *Filosofijos įvadas*. Vilnius: Pradai.
128. Heidegger, F. M. (1989). *Die Grundprobleme der Phänomenologie*. In: *Gesamtausgabe*, Bd. 24. Frankfurt am Main: Klestermann.
129. Heidegger, F. M. (1992). *Rinkiniai raštai*. Vilnius: Mintis.
130. Hegel, G. W. F. (1997). *Dvasios fenomenologija*. Vilnius: Pradai.
131. Hofstede, G. (1997). *Cultures and organizations. Software of the Mind. Intercultural Cooperation and its Importance for Survival*. New York, London: Harper Collins.
132. Hogg, M., Abrams D., Otten, S., Hinkle S. (2004). The social identity perspective: Intergroup relations, self-conception, and small groups. *Small Group Research*, 35, p. 246–276.
133. Hollis, M. (2000). *Socialinių mokslų filosofija*. Vilnius: Lietuvos rašytojų sąjungos leidykla.
134. Holland, J. M. (1985). *Making Vocational Choices. A Theory of Vocational Personalities and Work Environments*. London.

135. Holt, D. B. (1997). Poststructuralist lifestyle analysis: conceptualizing the social patterning of consumption in postmodernity. *The Journal of Consumer Research*, 23 (4), p. 326–350.
136. Husserl, E. (1982). *Ideas Pertaining to a Pure Phenomenology and to a Phenomenological Philosophy*. The Hague.
137. Husserl, E. (2005). *Karteziškosios meditacijos*. Vilnius: Aidai.
138. Inglehart, R. (1990). *Culture Shift in Advanced Industrial Societies*. Princeton: Princeton University Press.
139. Inglehart, R. (1997). *Modernization and Postmodernization: Cultural, Economic and Political Change in 43 Societies*. Princeton: Princeton University Press.
140. Inglehart, R., Norris, P. (2003). *Rising Tide: Gender Equality and Cultural Change around the World*. Cambridge: Cambridge University Press.
141. Jacikevičius, A. (1994). *Siela. Mokslas. Gyvensena*. Vilnius: Žodynas.
142. Jackūnas, Ž. (2005). *Lietuvos švietimo kaitos linkmės (1988–2000)*. Vilnius: Lietuvos filosofijos ir meno institutas.
143. Jakavičius, V. (1968). *Žmogaus ugdymas*. Klaipėda: Klaipėdos universiteto leidykla.
144. Jakštas, A. (1995). *Žmogaus paslaptis*. Raštai. 1. Vilnius: Mintis, p. 75–89.
145. Jameson, F. (2002). *Kultūros posūkis*. Vilnius: Lietuvos rašytojų sąjungos leidykla.
146. Jaspers, K. (1989). *Filosofijos įvadas*. Vilnius: Mintis.
147. Jensen, E. (2005). A Contextual Theory of Learning and the Learning Organization. *Knowledge and Process Management*, 12 (1), p. 53–64.
148. Jėčiuvienė, M. (2003). Jaunimo vertybių ugdymo problemos. *Jaunimo vertybinės orientacijos*. Vilnius: Socialinių tyrimų institutas.
149. Jovaiša, L. (1998). *Apie mūsų būtį: Jaunimui*. Vilnius: Agora.
150. Jovaiša, L. (2001). *Ugdymo mokslas ir praktika: analitinių straipsnių monografija*. Vilnius: Agora.
151. Jovaiša, L. (2002). *Edukologijos įvadas*. Vilnius: Vilniaus universitetas.
152. Jovaiša, L. (2003). *Hodegetika: auklėjimo mokslas*. Vilnius: Agora
153. Jovaiša, L. (2007). *Enciklopedinis edukologijos žodynas*. Vilnius: Gimtasis žodis.
154. Jovaiša, L. (2009). *Gyvenimo sėkmės ugdymas*. Vilnius: Agora.
155. Jucevičienė, P., Gudaitytė, D., Karenauskaitė, V., Lipinskienė, D., Stankūnienė, B., Tautkevičienė, G. (2010). *Universteto edukacinė galia. Atsakas XXI amžiaus iššūkiams*. Kaunas: Technologija.
156. Junevičius, A. (1996). Globalinė civilizacija ir socialinė raida. Sociologija Lietuvoje. *Tarptautinės konferencijos pranešimų medžiaga, I knyga*. Kaunas: Technologija, p. 82–84.
157. Juodaitytė, A. (2002). *Socializacija ir ugdymas vaikystėje*. Vadovėlis pedagogikos specialybių studentams. Vilnius: IĮ Petro ofsetas.
158. Juodaitytė, A. (2003). *Vaikystės fenomenas: socialinis-edukacinis aspektas*. Šiauliai: Šiaulių universiteto leidykla.
159. Juodaitytė, A. (2004). *Studijų kokybė aukštojoje mokykloje: valdymo filosofija ir prakseologija. Aukštojo mokslo kokybė*, 1, p. 12–25.
160. Juodeikienė, S. (2004). *Paauglių dorovinių vertybių fenomenologija šiandieninėje visuomenėje. Socialinis ugdymas: socialinė pedagoginė teorija ir praktika*. Knyga III. Šiauliai: Šiaulių universiteto leidykla.
161. Juodraitis, A. (1999). *Asmenybės psichologinės adaptacijos prielaidos*. Šiauliai: Šiaulių universiteto leidykla.
162. Juodraitis, A. (2004). *Asmenybės adaptacija: kintamųjų sąveika*. Šiauliai: VšĮ Šiaulių universiteto leidykla

163. Juozeliūnienė, I. (1999). Vertybių ekskursas permainų metais. *Vertybės permainų metais*. Vilnius: Lietuvos filosofijos ir sociologijos institutas.
164. Kačerauskas, T. (2007). Filosofija kaip gyvenimo menas. *Filosofija. Sociologija*, 18. (3), p. 64–72.
165. Kaminskaitė, A. (1996). Studentų socialinės-kultūrinės aplinkos tyrimas. *Sociologija Lietuvoje*, 2 knyga: tarptautinės konferencijos pranešimų medžiaga. Kaunas: Technologija, p. 65–70.
166. Kant, I. (1996). *Grynojo proto kritika*. Vilnius: Mintis.
167. Karalius, A. (1994). Gyvenimo kokybės kriterijai ir gyventojų apklausa. *Filosofija, sociologija*, 3(15), p. 12–19.
168. Kardelis, K., Janulaitienė I. (1999). Aukštesniųjų mokyklų absolventų pasirengimas tolesnėms savarankiškomis studijoms. *Socialinė-psichologinė adaptacija ir švietimo sistema*, 1, p. 141–148. Kaunas: Vytauto Didžiojo universitetas.
169. Kardelis, K., Misevičienė, I., Šaferis V. (2001). Studentų gyvensena ir požiūris į sveikatos stiprinimą. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 2 (39), p. 22–26.
170. Kardelis, K. (2002). *Mokslinių tyrimų metodologija ir metodai (edukologija ir kiti socialiniai mokslai)*. Vadovėlis. 2-asis pataisytas leidimas. Kaunas: Judex.
171. Kardelienė, L. Kardelis, K. (2006). *Pedagoginė komunikacija kūno kultūros veikloje*. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija.
172. Karoblis, P. (1999). *Sportinės treniruotės teorija ir didaktika*. Vilnius: Vilniaus pedagoginis universitetas.
173. Karoblis, P. (2005). *Sportinio rengimo teorija ir didaktika*. Vilnius: Inforastras.
174. Kasatkina, N. (2002). Lietuvos etninių grupių adaptacijos ypatumai. *Filosofija, sociologija*, 4, p. 15–21.
175. Kasser, T., Ryan, R. M. (1996). Further examining the American dream: The differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. *Pers. Soc. Psychol. Bull.*, Vol. 22, p. 78–87.
176. Kavaliauskienė, V. (2001). *Pedagoginis pašaukimas ir jo ugdymas*. Klaipėda: Klaipėdos universiteto leidykla.
177. Kavaliauskienė, V. (2004). Pokyčiai šiuolaikiniame darbo pasaulyje ir mokytojo profesija: pašaukimas, vaidmenys. *Mokytojų ugdymas*, 3, p. 8–17.
178. Kavolis, V. (1994). Civilizaciniai procesai ir šiandieninė Lietuva. *Kultūros barai*, 7, p. 5–6.
179. Kavolis, V. (1995). *Kultūrinė psichologija*. Vilnius: Baltos lankos.
180. Kazlauskienė, A. (2001). Ekonominės migracijos raida Europoje ir Lietuvoje. *Sociologija: praeitis, dabartis, perspektyvos* (mokslinės konferencijos pranešimų medžiaga). Kauno technologijos universitetas. Kaunas: Technologija, p. 29–36.
181. Kelly, G. A. (1995). *The psychology of personal constructs*. N. Y.: Norton.
182. Kern, R. M., Cummins, Ch. C. (1996). *Lifestyle scale Interpretational Manual*. Communication and Motivation Training Institute.
183. Kohlberg, L. (1984). *Essays on Moral Development*. Cambridge: Harper and Row. Moral development and behavior: Theory research and Social issues. N. Y., p. 31–53.
184. Komenskis, J. A. (1986). *Pedagoginiai raštai*. Kaunas: Šviesa.
185. Kontoravičiūtė, R. (1998). Fizinis ugdymas vertybinio absoliutizmo požiūriu. II respublikinės konferencijos *Bendrojo lavinimo dalykų dėstymas reformuojamoje mokykloje* medžiaga. Vilnius: VPU, p. 26-30.
186. Korčakas, J. (1993). *Pedagogikos klasika*. Kaunas: Šviesa.
187. Kraniauskienė, S. (2004). Identiteto tyrimo metmenys: kartų identiteto paieška XX a. lietuvių autobiografijose. *Sociologija. Mintis ir veiksmas*, 2, p. 40–53.

188. Kraujutaitytė, L. (2002). *Aukštojo mokslo demokratijos pagrindai*. Vilnius: Lietuvos teisės universitetas.
189. Kregždė, S. (1998). Mokytojo kaip profesionalo formavimosi psichologija. *Ugdymo psichologija*, 1(1), p. 44–51.
190. Kroger, J. (1989). *Identity: The balance between self and other*. London: Routledge.
191. Kruger, A. (1994). The Mid-life Transition: Crisis or Chimera? *Psychological Reports*, 75, p. 1299–1305.
192. Krukauskienė, E., Trinkūnienė, I., Žilinskienė, V. (2003). *Jaunimo kultūrinis identitetas: prioritetai, nuostatos, etninė kultūra*. Vilnius: Eugrimas.
193. Krukauskienė, E. (2005). Besimokančio jaunimo emigracinės nuostatos: identitetai, laikmečio kultūra. *Akademinis jaunimas permainų metais. Ekonominės ir socialinės studijos* (sudaryt. ir atsaking. redaktorius A. Čiužas), mokslo straipsnių rinkinys (I). Vilnius: Vilniaus pedagoginis universitetas, p. 196–213.
194. Kublickienė, L., Rapoportas, S. (1999). Vertybiniai konfliktai: socialinis psichologinis aspektas. *Vertybės permainų metais*. Vilnius: Lietuvos filosofijos ir sociologijos institutas, p. 21–42.
195. Kučinskienė, R., Kučinskas, V. (2001). Būsimų specialistų integravimosi į darbo rinką prielaidos. *Tiltai*, 2, p. 11–8.
196. Kučinskienė, R. (2003). *Ugdymo karjerai metodologija*. Klaipėda: Klaipėdos universitetas.
197. Kurnitzky, H. (2002). *Necivilizuota civilizacija. Kaip visuomenė pralaimi savo ateitį*. Vilnius: Dialogo kultūros institutas.
198. Kurutienė, Z. (2006). Organizacijos ir individo santykis socialinio identifikavimosi požiūriu. *Ekonomika ir vadyba: aktualijos ir perspektyvos*, 1 (6), p. 110–116.
199. Kurz, D. (1979). *Elemente des Schulsports. Grundlagen einer pragmatischen Fachdidaktik*. Schorndorf: Hofmann.
200. Kuzmickaitė, L. (1996). Migraciniai procesai ir paribio gyventojų nuostatos išvykti iš Lietuvos *Paribio Lietuva*. Vilnius: Rosma.
201. Kuzmickas, B., Astra, L. (1996). *Šiuolainė lietuvių tautinė savimonė*. Vilnius: Rosma.
202. Kuzmickas, B. (2001). *Laimė, asmenybė, vertybės*. Vilnius: Mintis.
203. Kvale, S. (1996). *Interviews. An Introduction to Qualitative Research Interviewing*. Thousand Oaks, CA.: Sage.
204. Kvieskienė, G. (2005). *Pozityvioji socializacija*. Vilnius: Vilniaus pedagoginis universitetas.
205. Landrum, E. R., Davis, S. E. (2007). *The psychology major. Career options and strategies for success*. 3 – rd ed Upper Saddle river. New Jersey: Pearson Prentice Hall.
206. Laskienė, S. (2006). *Sporto filosofija*. Vadovėlis. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija.
207. Legkauskas, V. (2000). Tapatumas ir savimonė: jungtis tarp psichologijos ir sociologijos. *Sociologija. Mintis ir veiksmai*, 3 (4), p. 62–70.
208. Legkauskas, V. (2008). *Savimonė psichologo požiūriu*. Monografija. Vilnius: Vaga
209. Leider, R. J. (2008). *Tikslų galia. Kaip atrasti prasmę darbe ir gyvenime*. Vilnius: Vaga.
210. Lekavičienė, R. (2002). Lietuvos ir Vokietijos studentų socialinės kompetencijos ypatumai. *Psichologija*, 1 (10), p. 51–60
211. Lekavičienė, R. (2004). Socialinės kompetencijos kriterijų problema: studentų socialinių įgūdžių ir socialinio prioriteto santykio tyrimas. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 1 (51), p. 45–53.
212. Lekavičienė, R. (2005). Studentų vertybinių orientacijų ypatumai. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 4 (58), p. 41–48.

213. Leliugienė, I. (1997). *Žmogus ir socialinė aplinka*. Kaunas: Kauno technologijos universitetas.
214. Lemme, B. H. (2003). *Suaugusiojo raida*. Kaunas: Poligrafija ir informatika.
215. Leonavičius, J. (1993). *Sociologijos žodynas*. Vilnius: Academia.
216. Leonavičius, J. (1997). *Studentai ir laikas*. Kaunas: Technologija.
217. Leonavičius, V. (1998). Studentų tapatumas profesijai ir humanitarinis lavinimas. Aukštojo mokslo sistemos ir didaktika. *Konferencijos pranešimų medžiaga*, 1 knyga. Kaunas: Technologija, p. 99–105.
218. Lepeškieienė, V. (1999). Mokytojo vertybių ir asmenybės ypatumai: tarpkultūrinių skirtumų ir poveikio galimybių tyrimas. *Ugdymo psichologija*, 2 (2), p. 61–71.
219. Lepeškieienė, V., Butkienė, O., Steevens, L., Werkhoven, W. (2001). *Mokykla ant žmogiškumo pamatų*. Vilnius: Vilniaus pedagoginis universitetas.
220. Leskauskaitė, B. (1998). KTU ir Silezijos universiteto studentų vertybinės orientacijos analizė. Aukštojo mokslo sistemos ir didaktika: *Konferencijos pranešimų medžiaga*. Kaunas: Technologija, p. 134–142.
221. Levinas, E. (1994). *Etika ir begalybė. Pokalbiai su Philippe 'u Nemo*. Vilnius: Baltos lankos.
222. Lewis, J. (2000). Spiritual Education as the Cultivation of Qualities of the Heart and Mind. A Reply to Blake and Carr. Issue 2. *Oxford Review of Education*, Jun, p. 26–21.
223. Lietuvos Respublikos Vyriausybės nutarimas *Dėl valstybės pedagogų rengimo ir kvalifikacijos tobulinimo pertvarkos programos patvirtinimo* (2006-05-25, Nr. 468).
224. *Lietuvos švietimo koncepcija* (1992). Vilnius: Leidybos centras.
225. *Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklos Bendrujų programų projektas* (1994). Vilnius: Leidybos centras.
226. Lightsey, O. R., Burke, M., Ervin, A., Henderson, D., Yee, C. (2006). Generalized self-efficacy, self-esteem, and negative affect. *Canadian Journal of Behavioural Sciences*, 38, p. 72–80.
227. Liubiniene, V. (1996). Studentų vertybinių orientacijų analizė Estijoje, Suomijoje, Švedijoje, Lietuvoje. *Sociologija Lietuvoje: tarptautinės konferencijos pranešimų medžiaga* (2 knyga) Kaunas: Technologija.
228. Liubiniene, V. (2003). *Kultūra ir visuomenė*. Mokojoji knyga. Kaunas: Technologija.
229. Lyotard, J. F. (1993). *Postmodernus būvis*. Vilnius: Baltos lankos.
230. Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than other? *American Psychologist*, 8, p. 239–249.
231. Lobato, A. (2001). *Žmogaus orumas ir likimas*. Vilnius: Logos.
232. Lukšienė, M. (2000). *Jungtys*. Vilnius: Alma littera.
233. Luobikienė, I., Brazienė, R., Navasaitienė, S. (2002). Studentų socialinės situacijos ir gyvenimo perspektyvų vertinimas. *Pedagogika*, 59, p. 75–81.
234. Maceina, A. (1991). *Tautinis auklėjimas*. Kaunas: Šviesa.
235. Maceina, A. (1996). *Buvimo ir prasmės ryšys. Lietuvos filosofinė mintis*. Vilnius: Aidai.
236. Malinauskas, R. (2001). Sporto pedagogų psichologinis portretas socialinio rengimo kontekste. *Ugdymo psichologija*, 1 (8), p. 26–30.
237. Malinauskas, R. (2002). Esminiai socialiniai įgūdžiai ir jų vertinimas (remiantis sporto pedagogų tyrimo duomenimis). *Ugdymo psichologija*, 11–12, p. 197–201
238. Malinauskas, R. (2003). Socialinio rengimo įtaka sporto pedagogų socialinei kompetencijai. *Pedagogika*, 66, p. 44–50.
239. Malinauskas, R. (2006). *Sporto pedagogų ir sportininkų socialinio psichologinio rengimo ypatumai*: monografija. Vilnius: Lietuvos sporto informacijos centras.

240. Malinauskas, R. (2008). Sportuojančių Lietuvos kūno kultūros akademijos studentų vertybės. *Sporto mokslas*, 3 (53), p. 31–35.
241. Malinauskas, R. (2010). *Taikomoji sporto psichologija: vadovėlis*. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija.
242. Maniukaitė, G. (2001). Vilniaus studentų gyvenimo sėkmės ir gyvenimo prasmės sampratos ypatumai. *Lietuvos sociologija amžių sandūroje* (straipsnių rinkinys). Lietuvos filosofijos ir sociologijos institutas, Lietuvos sociologų draugija, Generolo J. Žemaičio Lietuvos karo akademija, p. 107–114.
243. Maniukaitė, G. (2003). Akademinio jaunimo vertybinės orientacijos: autoritetų ir idealų krizė. *Jaunimo vertybinės orientacijos* (ats. red. A. Vosyliūtė). Vilnius: Socialinių tyrimų institutas, 22–28.
244. Marcia, J. E. (2006). Ego identity and personality disorders. *Journal of Personality Disorders*, 20, p. 577–596.
245. Martens, R. (1999). *Sporto psichologijos vadovas treneriui*. Vilnius: Lietuvos informacijos centras.
246. Martišauskienė, E. (2003). Vyresniųjų paauglių identiteto ypatumai. *Acta paedagogica Vilnensia*, 10, p. 105–113.
247. Martišauskienė, E. (2005). Dvasingumo ugdymas, keičiantis ugdymo paradigmai. *Pedagogika*, 79, p. 32–38.
248. Martišauskienė, E. (2007). Mokytojų vertybinės nuostatos ir jų sklaida pedagoginėje veikloje. *Acta paedagogica Vilnensia*, (19), p. 135–145.
249. Maslow, A. (1989). Psichologiniai duomenys ir vertybių teorija. *Gėrio kontūrai. Iš XX a. užsienio etikos*. Vilnius.
250. Maslow, A. H. (1995). *New Knowledge in Human Values*. New York.
251. Maslow, A. H. (2006). *Motyvacija ir asmenybė*. Vilnius: Apostrofa.
252. Maslow, A. H. (2011). *Būties psichologija*. Vilnius: Vaga.
253. Maxwell, J. A. (1996). *Qualitative Research Design: an Interactive Approach*. London: Thousand Oaks, CA: Sage.
254. Mažeikis, G. (2005). *Filosofinės antropologijos pragmatika ir analitika*. Šiauliai: Saulės delta.
255. Mažeikis, G. (2006). Socializacijos vaidmenys ir individuacijos modeliai. *Mokytojų ugdymas*, 6, p. 81–101.
256. McFall, R. M. (1992). A review and reformulation of the construct of social skills. *Behavioral Assessment*, 4, p. 126–131.
257. Meidus, L. (2005). *Sporto psichologija: vadovėlis*. Vilnius: Vilniaus Pedagoginis universitetas.
258. Meidus, L. (2007). Pedagoginis sporto poveikis bendravimui ir saveikai. *Sporto mokslas*, 3 (49), p. 21–25.
259. Meidus, L., Ivoškienė, V., Pečiūra, J. (2011). Trijų universitetų studentų sportininkų grupių vertybinės orientacijos ir jų raiška. *Sporto mokslas*, 2 (64), 59–64.
260. Meyers, A. (1995). Ethical principles of AAA SP. *Association for the Advancement of Applied Sport Psychology*, 10 (1), p. 15–21.
261. Meyers, M. C., Bourgeois, A. E. (1999). Mood and psychological skills of elite and sub elite equestrian athletes. *Journal of Sport Behavior*, 22 (3), p. 15–24.
262. Merkys, G. (1995). *Pedagoginio tyrimo metodologijos pradmenys*. Šiauliai: Šiaulių pedagoginis institutas.

263. Merkys, G., Baršauskienė, V., Antinienė, D. (2006). Lietuvos studentų emigracinės nuostatos ir jas lemiantys veiksniai. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 3 (62), p. 36–42.
264. Merleau-Ponty, M. (2000). *Phenomenology of Perception*. London: Routledge and Kegan Paul Ltd.
265. Mertinas, J., Tinteris, M. (1998). VPU I kurso studentų sveikatos būklė 1994–1998 metais. *Žmogaus ugdymo problemos šiuolaikinėje visuomenėje: V tarptautinės mokslinės konferencijos medžiaga*, p. 194–197.
266. Mickūnas, A., Stewart, D. (1994). *Fenomenologinė filosofija*. Vilnius: Baltos lankos.
267. Mickūnas, A. (2007). *Pastovumas ir tėkmė. Kultūros fenomenologijos apybraižos*. Vilnius: Kultūros, filosofijos ir meno institutas.
268. Mikatavage, R. (2003). *Nepasiklyskite naujajame pasaulyje*. Kaunas: Šviesa.
269. Milašiūnas, R., Liutkevičienė, I. (2008). *Žarijų duobės*. Vilnius: Tyto alba.
270. Miškinis, K. (2000). *Kūno kultūros ir sporto specialistų rengimo tobulinimas*. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija.
271. Miškinis, K. (2002). *Sporto pedagogikos pagrindai*. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija.
272. Miškinis, K. (2006). *Trenerio pagalbininkas*. Vilnius: Lietuvos sporto informacijos centras.
273. Miškinis, K. (2007). Trenerio veikla: išskirtinės jos ypatybės. *Treneris*, 1, p. 4–6.
274. Mitrikas, A. (2005). Svarbiausios gyvenimo vertybės šių dienų pasaulyje. *Filosofija. Sociologija*, (2), p. 40–45.
275. Myers, D. G. (2000). *Psichologija*. Kaunas: Poligrafija ir informatika.
276. Myers, D. G. (2008). *Socialinė psichologija*. Kaunas: Poligrafija ir informatika.
277. Morris, T., Summers, J. (1995). *Sport Psychology: Theory, Application and Issues*. Brisbane: John Wiley and Sons.
278. Mueller, H. P. (1997). *Sozialstruktur und Lebensstile. Der neuere theoretische Diskurs ueber soziale Ungleichheit*. Frankfurt am Mein: Suhrkamp.
279. Muliarčikas, A. (2003). Kauno studentų laisvalaikio fizinis aktyvumas ir jį lemiantys faktoriai. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 5 (50), p. 44–51.
280. Nečiūnas, V., Nečiūnienė, V., Jackevičius, A. (2003). Saviugdos reikšmė asmenybės tapsmui demokratėjančioje mokykloje. *Dvasinės vertybės žinių visuomenėje: tarptautinės konferencijos medžiaga*. Lietuvos žemės ūkio universitetas. Kaimo kultūros institutas, p. 206–210.
281. Newman, B., Newman, P. (1995). *Development through life: A psychosocial approach* (6 th ed.). Pacific Grove, C. A.: Brooks.
282. Nisbet, A. R. (2000). *Sociologijos tradicija*. Vilnius: Pradai.
283. Nurmi, J. E. (1994). The development of future orientation in a Life Span context. *Psychology of future orientation*. Lublin, p. 63–75.
284. Palujanskienė, A., Daukilas, S. (2005). Vertybių permanentiškumo problema jaunuolio amžiuje. Tarptautinės mokslinės konferencijos *Idėjų mobilumas šiuolaikinėje visuomenėje* medžiaga. Kaunas: Akademija, p. 56–61.
285. Parsons, T., Shils, E. (1965). *Toward a General Theory of Action*. Cambridge: Harward University Press.
286. Paškus, A. (2009). *Sąžinė psichologiniu požiūriu*. Kaunas: Kauno arkivyskupijos kurija.
287. *Pedagogų rengimo koncepcija*. Patvirtinta Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2004-09-16 įsakymu Nr. ISAK–1441. (Žiūrėta 2012 03 09). Prieiga per internetą <http://www.smm.lt>.

288. Peirce, Ch. S. (1934). What Pragmatism Is. *Papers of Charles Sanders Peirce*. Cambridge MA: Harvard University Press, p. 272–292.
289. Petkevičienė, J., Kardelis, K., Misevičienė, I., Petrauskas, D. (2002). Kauno aukštųjų mokyklų studentų fizinio aktyvumo, žalingų įpročių ir studijų krypties sąsaja. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 4 (45), p. 77–84.
290. Pikūnas, J. (1990). *Nuo asmenybės iki asmenybės*. Chicago: Ateitis.
291. Pikūnas, J., Palujanskienė, A. (2001). *Asmenybės vystymasis: kelias į savęs atradimą*. Kaunas: Pasaulio lietuvių kultūros, mokslo ir švietimo centras.
292. Plėšnys, A. (2011). *Socialinės filosofijos pagrindai: mokomoji knyga*. Vilnius: Vilniaus universitetas.
293. Polhemus, T. (1994). *Street style*. London: Thames and Hudson.
294. Poteliūnienė, S. (1998). Kai kurių veiksnių įtaka studentų požiūriui į kūno kultūrą. *Švietimo reforma ir mokytojų ugdymas: V tarptautinės mokslinės konferencijos medžiaga*. Vilnius: Vilniaus pedagoginis universitetas, p. 239–243.
295. Poteliūnienė, S., Žilinskienė, V., Simaškienė, N. (1999). Studentų sveikatos ir fizinio aktyvumo problema. Tradicijų ir novacijų darba kuriant atvirą visuomenę. *Mokslinių straipsnių rinkinys*. Kaunas: Lietuvos žemės ūkio universiteto leidybinis centras, p. 205–209.
296. Poteliūnienė, S., Viraliūnaitė, L. (2006). Socialinių veiksnių įtaka studentų gyvenimui. *Pedagogika*, 83, p. 109–117.
297. Poškienė, A. (1998). *Universiteto organizacijos struktūra – kompleksinis aukštojo mokslo edukologinis veiksnys*. Daktaro disertacija. Kaunas: Kauno technologijos universitetas.
298. *Psichologijos žodynas* (1993). Vilnius: Mokslo ir enciklopedijų leidykla.
299. Pruskus, V. (2005). *Vertybės rinkoje: sąveika ir pasirinkimas*. Vilnius: Vilniaus pedagoginis universitetas.
300. Puišienė, E. (2003). Pedagogų sveikos gyvenimo nuostata. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 5 (50), p. 53–57.
301. Puišienė, E., Kardelienė, L., Kardelis, K. (2008). Kauno miesto vyresniųjų klasių vaikų ir merginų gyvenimo skiriamieji bruožai. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 1 (68), p. 73–9.
302. Pukelis, K. (1998). *Mokytojų rengimas ir filosofinės studijos*. Kaunas: Versmė.
303. Pukelis, K. (2004). *Mokytojų rengimo idealinio modelio parametrai*. Monografija. Kaunas: Vytauto Didžiojo universitetas.
304. Pukėnas, K. (2005). *Sportinių tyrimų duomenų analizė SPSS programa: mokomoji knyga*. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija.
305. Ramanauskaitė, E. (2002). *Šiuolaikinės kultūros fenomenų tyrinėjimai*. Metodinė mokymo priemonė. Kaunas: VDU.
306. Ricoeur, P. (2000). *Interpretacijos teorija. Diskursas ir reikšmės perteklius*. Vilnius: Baltos lankos.
307. Ricoeur, P. (2001). *Egzistencija ir hermeneutika. Interpretacijų konfliktas*. Vilnius: Baltos lankos, p. 1–32.
308. Ritzer, G. (1996). Cultures and Consumers: The McDonaldization Thesis: Is Expansion Inevitable? *International Sociology*, 11, p. 291–308.
309. Royce, J., Powell A. (1983). *Theory of personality and individual differences: factors, systems and process*. Prentice Hall.
310. Rogers, C. R., Dymond, R. (1954). *Client Centred Therapy: Its current practice, implications and theory*. Houghton Mifflin, Boston Self Image Princeton University Press.
311. Rogers, C. R., (1983). *Freedom to Learn for the 80's*. New York.

312. Rogers, C. R. (2001). Reflection in Higher Education: A Concept Analysis. *Innovative Higher Education*, 26 (1), p. 37–56.
313. Rogers, C. R. (2005). *Apie tapimą asmeniu*. Vilnius: Via Recta.
314. Romance, T. J., Weiss, M. R., Bockoven, J. A. (1986). Program to Promote Moral Development Through Elementary School Physical Education. *Journal of teaching in Physical Education*, 5, p. 126–36.
315. Rokeach, M. (1976). The Nature of Human Values and Value System. In: *Current Perspectives in Social Psychology*. New York: University Press.
316. Rokeach, M. (1979). *Understanding Human Values*. London.
317. Rokeach, M. (1992). *Value Education Settings. Values. Individual and Societal*. New York: The Free Press.
318. Rorty, R. (1999). *Philosophy and Social Hope*. London: Penguin Books.
319. Rubavičius, V. (2010). *Postmodernusis kapitalizmas*. Vilnius: Lietuvos kultūros tyrimų institutas.
320. Sartre, J. P. (2004). *The transcendence of the Ego*. Great Britain: Cornwall.
321. Schneider, S. L. (2001). In Search of Realistic Optimism. *American Psychologist*, 5, p. 250–263.
322. Schopenhauer, A. (1995). *Pasaulis kaip valia ir vaizdinys*. Vilnius: Pradai.
323. Schutz, A. (1980). *The Phenomenology of the Social World*. London: Heinemann Educational Books.
324. Schwandt, T. A. (1997). *Qualitative Inquiry*. London: Thousand Oaks New Delhi: Sage.
325. Schwarze, J. (1993). *Grundlagen der Statistik (2. 5th edition)*. Berlin: Neue Wirtschaftsbriefe.
326. Silverman, D. (2001). *Interpreting a Qualitative Data. Methods for Analysing Talk, Text and Interaction*. London, Thousand Oaks New Delhi: Sage.
327. Simmel, G. (2007). *Sciologija ir kultūros filosofija*. Vilnius: Margi raštai.
328. Smalinskaitė, I. (2002). Moksleivių olimpizmo žinių lygio kaita taikant integruotą olimpinio ugdymo programą 7–8 klasėse. *Pedagogika*, 64, p. 22–38.
329. Smith, J. A. (2004). Reflecting on the development of interpretative phenomenological analysis and its contribution to qualitative research in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 1(1), p. 39–54.
330. Stambulova, N. (1997). Sports career psychological models and its applications. In R. Lidor; M. Bar-Eli (Eds). *Proceedings of the IX world congress of sport psychology* (p. 655–657). Israel: Wingate institute.
331. Stančienė, D. M. (2005). Dorovinių galių fenomenologinė įžvalga: vertybinis ugdymo aspektas. *Pedagogika*, (79), p. 5–11.
332. Stonkus, S. (2000). *Olimpinis sportas*. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija.
333. Stonkus, S. (red.) (2002). *Sporto terminų žodynas*. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija.
334. Stonkus, S. (2007). *Lietuvos aukštasis kūno kultūros mokslas: žmonės ir darbai*. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija.
335. Stoškus, K. (1992). *Žmogaus savikūra*. Vilnius: Mintis.
336. Strauss, A., Corbin, J. (1998). *Basic of Qualitative Research: Techniques and Procedures for Developing Grounded Theory*. London, Thousand Oaks: Sage.
337. Suslavičius, A. (2006). *Socialinė psichologija*. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla.
338. *Svarbiausi Bolonijos proceso dokumentai. Bolonijos–Bergeno laikotarpis 1999–2005 m.* Parengė ir išleido LR švietimo ir mokslo ministerija (2005).

339. Šalkauskis, S. (1990). *Raštai I*. Vilnius: Mintis.
340. Šalkauskis, S. (1991). *Pedagoginiai raštai*. Kaunas: Šviesa.
341. Šalkauskis, S. (1992). *Rinktiniai raštai. Pedagoginės studijos. I knyga*. Vilnius: Kultūros ir švietimo ministerijos kultūros centras.
342. Šervytienė, D., Laskienė, S. (2008). Sportuojančių paauglių vertybinės orientacijos kaip socialinės kompetencijos veiksnys. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 4 (71), p. 57–61.
343. Šeščilienė, I. (1998a). Pirmo kurso studentų adaptacijos ypatumai. *Aukštojo mokslo sistemos ir didaktika: konferencijos pranešimų medžiaga*. Kaunas: Technologija, p. 121.
344. Šeščilienė, I. (1998b). *Studentų vertybinės orientacijos. Asmenybės ugdymo edukologinės ir psichologinės tendencijos: respublikinės mokslinės konferencijos medžiaga*. Kaunas, p. 119–120.
345. Šiaučiukėnienė, L. (1997). *Mokymo individualizavimas ir diferencijavimas*. Kaunas: Technologija.
346. Šliogeris, A. (2011). *Transcendencijos tyla*. Vilnius: Margi raštai.
347. Šukys, S., Kardelienė, L., Kardelis, K. (2008). Lietuvos kūno kultūros akademijos studentų nuostatų dėl dorovinių vertybių sporte ypatumai sportinės identifikacijos kontekste. *Sporto mokslas*, 3 (53), p. 36–41.
348. Šukys, S. (2001). *Sportinė veikla kaip paauglių vertybinių orientacijų, asmenybės savybių ir socialinio elgesio formavimosi veiksnys*. Daktaro disertacija. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija.
349. Šukys, S. (2002). *Socialiniai, moraliniai sporto sociologijos aspektai*. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija.
350. Švietimo gairės (2002). *Lietuvos švietimo plėtotės strateginės nuostatos*. Vilnius: Dialogas.
351. Taylor, Ch. (1996). *Autentiškumo etika*. Vilnius: Aidai.
352. Tamošauskas, P. (2000). *Humanistiškai orientuotas studentų fizinis ugdymas*. Monografija. Vilnius: Technika.
353. Tamošauskas, P. (2002). Olimpizmas ir studentų kūno kultūra. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 2, p. 66–72.
354. Tamošauskas, P. (2004). Fizinės saviugdgos poreikio formavimo prielaidos. *Tiltai*. Priedas: mokslo darbai. *Kūno kultūros ir sveikatos ugdymo šiuolaikinės problemos*. 23, p. 14–22.
355. Tamošauskas, P. (2007). Kūno kultūros raidos tendencijos Lietuvos universitetinėse aukštosiose mokyklose. *Santalka. Edukologija*, 15, 2, p. 80–86.
356. *Tarptautinių žodžių žodynas* (2008). Vilnius: Alma littera.
357. Tejaras de Šardenas, P. (1995). *Žmogaus fenomenas*. Vilnius: Mintis.
358. Tidikis, R. (2003). *Socialinių mokslų tyrimų metodologija*. Vilnius: Lietuvos teisės universitetas.
359. Tijūnėlienė, O. (1997). Studentų požiūris į vertybes. *Socialiniai mokslai. Edukologija*, 1, p. 43–51.
360. Tijūnėlienė, O. (1999). Jaunimo požiūris į dvasingumo ugdymąsi globalinių iššūkių sąlygomis. *Lietuvos žemės ūkio universiteto mokslo darbai*. Kaunas: Akademinė.
361. Tijūnėlienė, O. (2007). *Akademinio jaunimo požiūris į dorovinę, dvasinę šeimos misiją*. SOTER, 23 (51), p.188–202.
362. Tijūnėlienė, O., Barkauskaitė M. (2009). Akademio jaunimo dvasinio tobulėjimo galimybės studijų metais. *Pedagogika*, 93, p. 17–24.
363. Tilindienė, I. (2000). *Sportinė veikla kaip paauglio santykio su savimi formavimosi sąlyga*. Daktaro disertacija. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija.
364. Triandis, H. C. (1994). *Culture and social behavior*. New York: McGraw-Hill.

365. Vabalas-Gudaitis, J. (1983). *Psichologijos ir pedagogikos straipsniai*. Vilnius: Mokslas.
366. Vaičiulienė, A. (1999). Tapatumas ir tapatumo krizė paauglystėje. *Psichologija*, 19, p. 108–117.
367. Vaitkevičius, J. (1995). *Socialinės pedagogikos pagrindai*. Vilnius: Egalda.
368. Valantiejus, V. (1999). Šiuolaikiškas tapatumas. Istorijos ir dabarties vertinimo kriterijai. *Sociologija. Mintis ir veiksmas*, 3 (3), p. 5–15.
369. *Valstybinė švietimo strategija 2003–2012 metams*. Patvirtinta 2003 m. liepos 4 d. Lietuvos Respublikos Seimo nutarimu Nr. IX-1700. 2005 metais sausio 24 d. patvirtinta Lietuvos Vyriausybės nutarimu Nr. 82. (Žiūrėta 2011 0210). Prieiga per internetą <http://www.smm.lt>.
370. Vasiliauskas, R. (2005). *Vertybių pedagogika: išvalgos į vertybių ugdymo teoriją ir praktiką*. Vilnius: Vilniaus pedagoginis universitetas.
371. Vasiliauskas, R. (2008). Pedagogikos, kaip mokomojo dalyko, vaidmuo, keičiantis mokytojų rengimo paradigmai. *Acta Paedagogica Vilnensia*, 20, p. 22–36.
372. Vaščila, V. (2003). Lietuvos žemės ūkio universiteto pirmo kurso studentų sveikatos savianalizė. *Kūno kultūros ir sveikatos ugdymo šiuolaikinės problemos: mokslinės respublikinės konferencijos pranešimų medžiaga*. Klaipėda: Klaipėdos universitetas, p. 64–65.
373. Wagner, P. (1994). *A Sociology of Modernity*. London: Routledge.
374. Verbylaitė, D. (2004). Studentų vertybiniai išgyvenimai kaip dvasingumo dimensija. *Pedagogika*, 72, p. 79–86.
375. Webster, F. (2006). *Informacinės visuomenės teorijos*. Kaunas: UAB Poligrafija ir informatika.
376. Vismantienė, R. (1999). *Studentų adaptaciją sąlygojantys svarbesni veiksniai. Socialinė-psichologinė adaptacija ir švietimo sistema*. 1 knyga. Vytauto didžiojo universitetas, p. 124–130.
377. Vosyliūtė A. (2005). Studentų kelionių prasmės. Akademiniis jaunimas permainų metais. *Ekonominės ir socialinės studijos* (sudaryt. ir atsaking. redaktorius A. Čiužas), mokslo straipsnių rinkinys (I). Vilnius: Vilniaus pedagoginis universitetas, p. 64–74.
378. Zablocki, D. B., Kanter, M. R. (1976). The Differentiation of Lifestyles. *Annual Review of Sociology* 2, p. 269–298.
379. Zaclona, Z. (2007). Nauji iššūkiai modernios mokyklos mokytojui. *Mokytojų rengimas*, 8, p. 20–25.
380. Zunker, V. G. (1998). *Career Counselling: Applied Concepts of Life Planning* (5th ed.). Brooks / Cole Publishing Company: Pacific Grove.
381. Žemaitis, V. (1983). *Dorovės sąvokos*. Vilnius: Mintis.
382. Žiliukaitė, R. (2007). Vertybiniai pokyčiai Lietuvos visuomenėje: nuo tradicinių link sekuliarų–racionalių vertybių. *Sociologija: mintis ir veiksmas*, 1, p. 116–130.
383. Žydžiūnaitė, V., Virbalienė, A., Katiliūtė, E. (2006). Grindžiamoji teorija – kokybinė edukologijos tyrimų metodologijos strategija. *Pedagogika*, 83, p. 57–64.
384. Žukauskienė, R. (2007). *Raidos psichologija*. Vilnius: Margi raštai.
385. Абульханова-Славская, К. А. (1988). Проблема активности личности. Методология и стратегии исследования. *Активность и жизненная позиция личности*. Москва: Мысль.
386. Абульханова-Славская, К. А. (1991). *Стратегия жизни*. Москва: Мысль.
387. Ананьев, Б. Г. (1968). *Человек как предмет познания*. Москва.
388. Ананьев, Б. Г. (1997). *О проблемах современного человекознания*. Москва: Наука.
389. Ануфриева, Р. А., Головаха, Е. И., Донченко, Е. А. и др. (1982). *Стиль жизни личности: теоретические и методологические проблемы*. Киев: Наукова думка.

390. Асмолов, А. (2007). *Культурно – историческое понимание развития человека. 3 – е изд.* Москва: Академия.
391. Балл, Г. А. (1989). Понятие адаптации и его значение для психологии личности. *Вопросы психологии*, 1, с. 92–100.
392. Бархударов, С. Г. (1971). *О значении и задачах научных исследований в области терминологии. Лингвистические проблемы научно – технической терминологии.* Москва, с. 7–9.
393. Бергер, П. Л., Бергер Б., Коллинз Р. (2004). *Личностно-ориентированная социология* (перевод с английского В. Ф. Анурина). Москва: Академический проект.
394. Березина, Т. Н. (1997). Жизненный путь личности: осознанный и неосознаваемый аспект. *Вопросы психологической теории и практики*, с. 313–323.
395. Бодрийяр, Ж. (1995). *Система вещей.* Москва: Мысль.
396. Божович, Л. И. (2002). Личностные аспекты саморегуляции произвольной активности человека. *Психологический журнал*, 23 (6), с. 5–17.
397. Братусь, Б.С. (1993). К проблеме нравственного сознания в культуре уходящего века. *Вопросы психологии*. 1, с. 6–13.
398. Брушлинский, А. В. (1996). *Субъект: мышление, учение, воображение.* Москва: Наука.
399. Бурханов, А., Носова, Л., Байгутанов, Ж. (1992). Адаптация студентов к обучению в вузе. *Гигиена и санитария*, 7–8, с. 53–55.
400. Бутакова, Д. А. (2007). Критерии выбора активных стратегий социальной адаптации студенческой молодежью г. Иркутска. *Вестник БГУ. Улан-Удэ*, с.180–82.
401. Быков, Д. А. (1998). *Социально-педагогическая адаптация.* Дисс. канд. пед. наук. Челябинск.
402. Варламова, Е. П., Степанов, С. Ю. (1998). *Психология творческой уникальности человека: рефлексивно – гуманистический подход.* Москва: изд – во ИП РАН.
403. Васильева, О. С. (1999). *Психологическое здоровье личности. Социальная психология личности.* Москва: Гардарики, с. 359–372.
404. Вебер, М. (1990). *Избранные произведения.* Москва: Прогресс.
405. Веблен, Т. (1984). *Философия культуры.* Москва: Юрист.
406. Вишневский, Ю. Р., Рубина, Л. Я. (1997). Социальный облик студенчества 90-х годов. *Социологические исследования*, с. 56–59.
407. Гаврилюк, И. И., Трикоз Н. А. (2002). *Динамика ценностных ориентаций в период социальных трансформаций.* Москва: Политиздат.
408. Головаха, Е. И. (1988). *Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи.* Киев: Наукова думка.
409. Даукилас, С., Думчене, А., Куста, А. (2004). Методологические предпосылки развития индивидуальности и социальности профессионального самовыражения людей. *Профессиональное образование. Алманах «Новые педагогические исследования»*, 4. Москва: ИСОМ, с. 98–114.
410. Деркач, А. А (2001). *Акмеология: личностное и профессиональное развитие человека.* Сочинение в пяти томах. Москва: РАГС.
411. Дикая, Л., Г. (2007). Адаптация: методологические проблемы и основные направления исследований. *Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы.* Москва: Институт психологии РАН, с. 17–42.
412. Думчене, А., Даукилас, С (2007). О сочетании прагматических и гуманистических ценностей студентов. *Социологические исследования*, 5 (277), с. 132–136.

413. Дорфман, Л. Я. (2005). Проблема целостности в теории интегральной индивидуальности. *Полисистемное исследование индивидуальности человека* / Под ред. Б. А. Вяткина. Москва: ПЕР СЭ, с. 91–112.
414. Дорфман Л. Я. (2006). Концепция метаиндивидуального мира: современное состояние. *Психология* 3, с. 3–34.
415. Дружинин, В. Н. (2000). *Очерки экзистенциальной психологии*. Москва: ПЕР СЭ, СПб.: ИМАТОН.
416. Духавнева, А. В., Столяренко, Л. Д. (2000) *История зарубежной педагогики и философии образования*. Ростов н / Д.: Феникс.
417. Здравомыслов, А. Г. (1986). *Потребности. Интересы. Ценности*. Москва: Политиздат.
418. Ильинский, И. М. (2007). *Асимметричный человек*. Москва: МосГУ.
419. Ильинский, И. М. (1999). *Молодежь планеты: глобальная ситуация в 90-х годах: тенденции и перспективы*. Москва: ин-т молодежи „Голос“.
420. Ильянович, Е. Б. (2007). Человек в условиях современного антропологического кризиса. *Ученые записки Таврического национального университета им. В. И. Вернадского*. Серия „Философия. Социология“, 20, 1, с. 189 – 197.
421. Ионин, Л. Г. (2000). *Социология культуры: путь в новое тысячелетие*. Москва: Логос.
422. Инглхарт, Р., Вельцель, К. (2011). *Модернизация, культурные изменения и демократия: последовательность человеческого развития*. Москва: Новое издательство.
423. Климов, Е. А. (1996). *Психология профессионала*. Москва: Институт практической психологии. Воронеж: НПО „МОДЭК“.
424. Коган, Л. Н. (1984). *Цель и смысл жизни человека*. Москва: Мысль.
425. Коган, Л. Н. (1985). Возможности планирования жизненного пути человека. *Вопросы прогнозирования и планирования развития личности*. Красноярск.
426. Ковалев, В. И. (1995). Особенности личностной организации времени жизни. *Гуманистические проблемы психологической теории*, с. 179–185.
427. Крайг, Г. (2002). *Психология развития*. Санкт-Петербург: Питер.
428. Левин, К. (2000). *Разрешение социальных конфликтов*. СПб: Речь.
429. Леонов, Д. А. (1999). *Психология смысла*. Москва: Прогресс.
430. Леонтьев, Д. А. (1998). Индивидуальный стиль и индивидуальные стили – взгляд из 90-х. *Стиль человека: психологический анализ*. Москва: Смысл, с. 93–108.
431. Леонтьев, Д. А. (2000). Внутренний мир личности. *Психология личности в трудах отечественных психологов*. Питер: СПб., с. 372–377.
432. Либин, А. В. (1998а). *Стиль – это человек? Стиль человека: психологический анализ*. Москва: Смысл, с. 3–12.
433. Либин, А. В. (1998б). Единая концепция стиля человека: метафора или реальность. *Стиль человека: психологический анализ*. Москва: Смысл, с. 109–124.
434. Лисаускене, М. В. (2006). Поколение *next* – прагматичные перфекционисты или романтики потребления. *Социологические исследования*, 4, с. 45–53.
435. Лубышева, Л. И. (1992). *Концепция формирования физической культуры человека*. Москва: ГЦОЛИФК.
436. Луков, Вал. А., Луков, Вл. А. (2008). *Тезаурусы. Субъектная организация гуманитарного знания*. Москва: изд-во Нац. ин-та бизнеса.
437. Лэнгле, А. (2004). *Жизнь, наполненная смыслом. Прикладная логотерапия* (2-е изд.). Москва: Генезис.
438. Мартынюк, И. О. (1990). *Жизненные цели личности: понятие, структура, механизмы формирования*. АН УССР, Ин-т философии. Киев: Наукова Думка.

439. Мерлин, В. С. (1996). *Психология индивидуальности* / Под ред. Е.А. Климова. Москва: Институт практической психологии.
440. Митина, Л. М. (1998). *Психология профессионального развития учителя*. Москва: Флинта.
441. Мудрик, А. В. (1990). *Социализация и воспитание подрастающих поколений*. Москва: об-во Знание РСФСР.
442. Николаев, Ю. М. (1998). *Теоретико-методологические основы физической культуры в предверии XXI века*: монография. СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта.
443. Омельченко, Е. Л. (2002). Стилиевые стратегии занятости и их особенности. *Социологические исследования*, 11, с. 22–31.
444. Осипов, П. Н. (1991). Ценностные ориентации учащихся. *Среднее специальное образование*, 8, с. 17–19.
445. Осницкий, А. К. (1996). *Психология самостоятельности. Методы исследования и диагностики*. Москва-Нальчик: Издательский центр „Эльфа“.
446. Павловская, О. Е. (2003). Эволюция понятия и термина „стиль“ в психологии. Психологический менеджмент и прогрессивные технологии в образовании. сб. Ст. X международной научно - методической конференции. Пенза, с. 332–337.
447. Петрова, Г. И. (2001). *Современные тенденции изменения содержания образования: опыт становления философии образования в образовательных практиках*. Томск: ЦНТИ.
448. Пряжников, Е. Ю., Пряжников Н. С. (2005). *Профорентация*. Москва: Академия.
449. Резник, Т. Е., Резник, Ю. М. (1995). *Жизненные стратегии личности: поиск альтернатив*. Вып 2. Москва: Деловое содействие.
450. Резник, Ю. М., Смирнов, Е. А. (2002). *Жизненные стратегии личности: опыт комплексного анализа*. Москва: Институт человека РАН.
451. Рубинштейн, С. Л. (1998). *Основы общей психологии*. СПб.: Питер.
452. Семенов, И. Е. (2007). Ценностные ориентации современной молодежи. *Социологические исследования*, 12, с. 40.
453. Сенин, И. Г. (1991). *Опросник терминальных ценностей*. (Žiūrēta 2008-10-12). Prieiga per internetą: http://www.basw-ngo-by.net/File/library/basw_library_01687.rar.
454. Сенин, И. Г. (1998). Разработка модифицированного варианта «Опросника терминальных ценностей». *Психология и практика: Ежегодник РПО*. 4. Вып. 2, Ярославль, с. 287–288.
455. Смирнова, Н. М. (2009). *Социальная феноменология в изучении современного общества*. Москва: Канон.
456. Сохань, Л. В, Злобина, Е. Г., Тихонович, В. А, и др (1987). *Жизненный путь личности. Вопросы теории и методологии социальных-психологических исследований*. АН УССР, Ин-т философии. Киев: Наукова Думка.
457. Столяров, В. И., Самусенкова, В. В. (1996). *Современный спорт как феномен культуры и пути его интеграции с искусством. Спорт и искусство: альтернатива – единство – синтез*. Москва: Физическая культура и спорт, с. 49–164.
458. Сурина, И. А. (1996). *Ценностные ориентации как предмет социологического исследования*. Москва: Медиум.
459. Тоффлер, А. (2002). *Шок будущего*. Москва: АСТ.
460. Тощенко, Ж. Т. (2004). Факторы общественного сознания и поведения. *Социологические исследования*. 12, с. 4–13.

461. Харченко, И. И. (2003). *Самоопределение молодежи в трансформирующемся обществе: выбор жизненных стратегий, жизненные принципы и устремления*. Новосибирск: Наука.
462. Чернев, А. А. (2004). Что такое аксиология? Философия человека. *Сборник научных трудов*. Омск: Изд-во ОмГУ, с. 88–111.
463. Чудновский, В. Э. (1997). *Смысл жизни и судьба*. Москва: Ось–89.
464. Чупров, В. И., Зубок Ю. А., Уильмс Д. (2001). *Молодежь в обществе риска*. Москва: Политиздат.
465. Шабанова, М. (1998). Добровольные и вынужденные адаптации. *Свободная мысль*, 1, с. 35–45.
466. Шихи, Г. (1999). *Возрастные кризисы ступени личностного роста*. Санкт Петербург: Ювеник.
467. Шкуратова, И. П. (1998). Исследование стиля в психологии: оппозиция или консолидация. *Стиль человека: психологический анализ*. Москва: Смысл, с. 13–33.
468. Шюц, А. (2004). Избранное: *Мир, светящихся смыслом*. Москва: Канон.
469. Эриксон, Э. (1996). *Идентичность: юность и кризис*. Москва: Педагогика.
470. Ядов, В. А. (1997). Социальная идентификация в кризисном обществе. *Социологический журнал*, 1, с. 35–52.
471. Ядов, В. (2000). Труд в системе жизненных ценностей. *Человек и труд*. 3, с. 37–46.

Lota Bobrova

**UNIVERSITETINIŲ STUDIJŲ KŪNO KULTŪROS IR SPORTO PROGRAMŲ
STUDENTŲ GYVENIMO STILIAUS PROJEKTAVIMAS VERTYBINIŲ
ORIENTACIJŲ KONTEKSTE**

Daktaro disertacija
Socialiniai mokslai, edukologija (07 S)

Leidybos vadovė Danguolė Vasiliauskienė
Techminė redaktorė Loreta Šimutytė
Redaktorė Genovaitė Lapinskaitė

2012-04-12. 11 leidyb. apsk. I. Reg. Nr. 11–628.
Išleido K. J. Vasiliausko leidykla *Lucilijus*, <http://www.lucilijus.lt>
Stoties g. 5-6, LT-77156, Šiauliai. El. paštas info@lucilijus.lt, tel./faksas (8 41) 42 18 57.