

ŠIAULIŲ UNIVERSITETAS
EDUKOLOGIJOS FAKULTETAS
PSICHOLOGIJOS KATEDRA

Sandra Mečkauskienė

Edukologijos magistrantūros studentė

**SPORTUOJANČIŲ NORVEGIJOS IR LIETUVOS PAAUGLIŲ
MOKYMOSI MOTYVACIJOS UGDYMAS**

Magistro darbas

Mokslinis vadovas (ė)
Prof. Danguolė Beresnevičienė

Darbas originalus.....Sandra Mečkauskienė

TURINYS

SANTRAUKA	3
ĮVADAS	5
I. LITERATŪROS APŽVALGA IR ANALIZĖ	7
1.1. Motyvacijos samprata.....	7
1.2. Mokymosi motyvų lygmenys.....	7
1.3. Mokymosi motyvų klasifikacijos	8
1.3.1. Motyvų klasifikavimo tipai.....	9
1.4. Motyvacijos teorijų įvairovė	9
1.5. Berniukų ir mergaičių mokymosi motyvacijos ypatumai.....	11
1.6. Sportinės veiklos motyvai.....	12
1.7. Savęs vertinimo samprata.....	13
1.8. Paauglių savęs vertinimo ypatumai.....	16
1.8.1. Šeimos ir bendraamžių įtaka savęs vertinimui.....	18
1.9. Sportininkų savęs vertinimo lygiai.....	21
1.10. Tikėjimas sėkme ir pasitikėjimas savimi.....	25
1.11. Psichinės gynybos būdai.....	26
I. METODIKA IR TYRIMO ORGANIZAVIMAS	28
2.1. Tyrimo metodai.....	28
2.2. Tyrimo organizavimas.....	29
II. TYRIMO REZULTATAI IR JŲ ANALIZĖ	31

III. TYRIMO REZULTATŲ

APIBENDRINIMAS.....	61
IŠVADOS.....	63
REKOMENDACIJOS.....	64
LITERATŪRA.....	65
PRIEDAI.....	68

Santrauka

NORVEGIJOS IR LIETUVOS SPORTUOJANČIŲ PAAUGLIŲ

MOTYVACIJOS RAIŠKA

Sportininko valią pirmiausia sudaro motyvo jėga, o motyve glūdi žmogaus pažintinės veiklos ir požiūrio rezultatai, todėl valios ugdymą reikia pradėti nuo jo intelektualinių ir emocinių pagrindų stiprinimo – veiklos motyvų skiepijimo“ (Palaima, 1976 p. 121).

Sportininko motyvacija – užima ypatingą vietą įgyvendinant užsibrėžtus tikslus. Žinodamas auklėtinių požiūrį į sportą, treneris gali panaudoti ugdomąją sporto funkciją kaip humanistinių vertybių perdavimo priemonę, kuri gali teigiamai veikti ir elgesį, ir dorovinį brendimą. Motyvuojant sportininkus labai svarbu atsižvelgti į jų individualias savybes, nes sporte egzistuoja optimali kiekvienos sporto šakos, kiekvieno sportininko, kiekvienų varžybų motyvacija.

Tyrimo objektas. Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių, 15 – 20 metų paauglių motyvacijos raiška.

Hipotezė. Tikėtina, kad Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių mokymosi motyvacija skiriasi.

Tyrimo tikslas. Nustatyti Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių mokymosi motyvacijos raišką.

Tyrimo metodai: *Teoriniai.* Pedagoginės ir psichologinės literatūros bei mokslinių šaltinių analizė. *Empiriniai.* 15 – 20 m. Norvegijoje ir Lietuvoje sportuojančių paauglių anketinė apklausa. Anketinei apklausai atlikti buvo naudojama D. Beresnevičienės (1995 c) mokymosi motyvų, vertybinių orientacijų, aspiracijų, psichologės savijautos mokantis; savęs vertinimo nustatymo testas. *Statistiniai.* Informacijai apdoroti naudojama SPSS, grafiniam tyrimo duomenų pavaizdavimui naudota Microsoft Excel programa. Atliktame tyrime apklausti abiejų lyčių, 15 – 20 m. amžiaus Norvegijoje ir Lietuvoje sportuojantys paaugliai. Iš viso tyrime dalyvavo 406 tiriamieji

Iš gautų tyrimo duomenų nustatėme: pagrindiniai motyvai turėję įtakos Lietuvos ir Norvegijos sportuojančių paauglių pasirinkimui mokytis sporto mokykloje - savigarba, didesnis atlyginimas ir noras tobulinti save kaip asmenybę; ir Norvegijos, ir Lietuvos sportuojančių paauglių tolimesnio mokymosi ketinimai - toliau sportuoti savarankiškai, stoti į aukštąją mokyklą, tapti sportininkais profesionalais; atlikus vertybinių orientacijų tyrimą matyti, kad svarbiausios

vertybinės orientacijos tiek Lietuvos, tiek Norvegijos sportuojantiems paaugliams – sportas ir geri santykiai su bendraamžiais; Norvegijoje sportuojantys paaugliai mokymąsi sporto mokykloje vertina labiau naudingą, nei Lietuvoje sportuojantys paaugliai; Norvegijos sportuojančių paauglių blogesnė psichologinė savijauta mokantis, nei Lietuvos sportuojančių paauglių; Lietuvoje sportuojantys paaugliai save vertina adekvačiau, nei Norvegijoje sportuojantys paaugliai.

Summary

NORWAY AND LITHUANIA SPORTING TEENAGERS MOTIVATION EXPRESSION

Their athlete tidier with the firstly create the motive vehemence, and the motive of a Human cognitive to his uncomfortable activity and of the attitudinal results, consequently shall volitional on a bringing up started from its intellectual and affective groundworks activities the“ (Palaima, 1976 p. 121). The motivation athlete – shall select the specific office materialise marking gauge specific. A pupil of my to my, the trainer must reuse breed the sport role than the than of role of the humanistic nuggets and and institution, frame be able positively affect not simply positively affect boo and moral ripening.

The aim of the object. Norway and Lithuania sporting teenagers motivation expression.

Hypothesis. Verisimilar, that Norway and lietuva the training of the sporting teenager the and motivation shall article.

The aim of the research. Quantify lietuva and Norway sporting Norway Sporting teenagers in lietuva the teaching Year the motivation expression.

The act obtained aim act obtained aim:

Theoretic. Pedagogical and psychical literary psychical pedagogical and scientific source the literary. *Empirical.* The completed of survey questionnaire present usable D. Beresnevičienės (1995 c) teaching Year motives, Valuable and orientation, aspiratetion, psychologist instruct the way one feels; the set of the myself rating. *Statistic.* Are intelligence machine usable SPSS the program, Microsoft Excel the program. Quiz completed research in completed, 15– 20. the Norway of age and the lietuva sporting Norway. The total research be 406 investigatory.

First motive have the authority first motive have authority Lithuania and Norway sporting choicer teenager can learn for sport schools- the selfrespect, the return and longing it more you more return or a premium and a longing between him; and Norway, and Lithuania sporting teenagers further teaching year intentions - further sport absolutely, are school in high enrol, under athlete professionals may prime valuable orientation so Lithuania, so Norway sporting teenagers– sport and kindhearted the rapport the sport; sporting in the Lithuania teenagers a yourself where appreciate adequate Norway in the nor sporting; need to irradiate so the Norway, so Lithuania

sporting growth the there is no in space large; sporting in the Norway the teenager teaching year the sport schools a of a sport valued more beneficial, Lithuania in the nor; greatest prestige to the choicer the learning four life the greatest prestige and Lithuania, and Norway sporting teenagers must selfrespec; sporting teenagers in Norway maladministration the psychological the way one feels to instruct, Lithuania sporting in nor.

IVADAS

Temos aktualumas. Sportininko valią pirmiausia sudaro motyvo jėga, o motyve (poreikio objekte) glūdi žmogaus pažintinės veiklos (intelektu) ir požiūrio (emocijos) rezultatai, todėl valios ugdymą reikia pradėti nuo jo intelektualinių ir emocinių pagrindų stiprinimo – veiklos motyvų skiepijimo“ (Palaima, 1976 p. 121).

Sportininko motyvacija – užima ypatingą vietą įgyvendinant užsibrėžtus tikslus. Žinodamas savo auklėtinių požiūrį į sportą, treneris gali panaudoti ugdomąją sporto funkciją kaip humanistinių vertybių perdavimo priemonę ir instituciją, kuri gali teigiamai veikti ne tik jaunų žmonių elgesį, bet ir dorovinį brendimą.

Pasak P. Kummer (1997), nieko nėra neįmanoma, viskas – pasiekama. Bet kurios minties puoselėjimas galvoje, padeda siekti tikslo. Taip proto pastangomis sąmonė užkoduojama impulsais, kurie ne tik modeliuoja jo veiklą, bet verčia jį tikėti net tuo, kas sunkiai įgyvendinama.

Sporte situacijos nuolat kinta, yra daug pasirinkimo variantų, ypatingos prasmės įgyja pasitikėjimas bei rizika. Pasitikėjimas yra išskirtinis sportininko ugdymo veiksnys, kuris sudaro sąlygas protingai rizikuoti, ir jį tiek trenerio, tiek sportininko veiklą daro rezultatyvesnę.

Motyvuojant sportininkus labai svarbu atsižvelgti į jų individualias savybes, nes sporte egzistuoja optimali kiekvienos sporto šakos, kiekvieno sportininko, kiekvienų varžybų motyvacija.

Sportinės veiklos motyvai sąlygoja sportinės veiklos tikslus. „Tikslas - tai žmogaus gyvenimo misijos samprata“ (Mento, Steel, Karren, 1987, p. 46). Treneriui tenka sunki užduotis – išsiaiškinti kokių motyvų skatinamas auklėtinis pasirinko sporto šaką, ir padėti jam numatyti artimesnius ir tolimesnius tikslus. „Sportininkų motyvų prasmės aiškinimas, motyvuotas orientacijos stiprinimas yra svarbiausia psichologinė asmenybės problema“ (Karoblis, 1999, p. 303).

Teorinis ir praktinis darbo reikšmingumas: tyrimas suteikia žinių apie Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių psichologinę savijautą mokantis ir savivertę.

Tyrimo objektas. Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių, 15 – 20 metų paauglių motyvacijos raiška.

Tyrimo tikslas. Nustatyti Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių mokymosi motyvacijos raišką. **psichologine savijauta mokantis ir saviverte.**

Tyrimo uždaviniai:

1. Išsiaiškinti sportuojančių motyvacijos ugdymo teorijas.
2. Palyginti Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių mokymosi motyvus, aspiracijas, vertybes.
3. Palyginti Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių psichologinę savijautą mokantis ir savivertę.
4. Remiantis tyrimo duomenimis pateikti rekomendacijas sportuojančių paauglių ugdytojams.

Hipotezė. Tikėtina, kad Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių mokymosi motyvacija skiriasi.

Tyrimo metodai:

Teoriniai. Pedagoginės ir psichologinės literatūros bei mokslinių šaltinių analizė. Šio metodo dėka išanalizuojamos sportuojančių motyvacijos ugdymo teorijos, subjektyvūs savęs vertinimo ypatumai.

Empiriniai. 15 – 20 m. Norvegijoje ir Lietuvoje sportuojančių paauglių anketinė apklausa. Anketinei apklausai atlikti buvo naudojama D. Beresnevičienės (1995 c) mokymosi motyvų, vertybinių orientacijų, aspiracijų, psichologės savijautos mokantis; savęs vertinimo nustatymo testas. Anketinės apklausos tikslas - išsiaiškinti Norvegijoje ir Lietuvoje sportuojančių (15-20 metų) mokymosi motyvus, aspiracijas, vertybes; psichologinę savijautą mokantis ir savivertę.

Statistiniai. Informacijai apdoroti naudojama SPSS (angl. Statistical Package for Social Science) programa, 15,0 versija, grafiniam tyrimo duomenų pavaizdavimui naudota Microsoft Excel programa. Sugrupuota informacija pateikiama lentelėse ir grafikuose.

Darbo struktūra ir apimtis: įvadas, dėstymas, susidedantis iš keturių skyrių, išvados, rekomendacijos, cituotos ir naudotos literatūros sąrašas iš 66 šaltinių, priedai. Darbo apimtis 65 puslapiai, jame yra 9 lentelės ir 19 paveikslų. Darbo pabaigoje pateikta 9 priedai, papildantys tyrimo duomenis.

I. LITERATŪROS APŽVALGA IR ANALIZĖ

1.1. Motyvacijos samprata

„Motyvacijos sąvoka bendraja prasme reiškia asmens psichologinę būseną (vidinę paskatą arba poreikį), kuri lemia jo „įsipareigojimo laipsnį“ veikti kažko siekiant“ (Gražulis, 2005, p. 5). Tai veiksmų ir elgesio skatinimas, vykstantys žmogaus psichikoje.

Motyvai – veiksmų skatuliai, lemiantys jų pobūdį ir kryptį. Jie visada yra susiję su kuriuo nors stipriu poreikiu. Motyvas – tai, kas atspindi žmogaus psichikoje vaizdo ar minties pavidalu ir nukreipia jo elgesį taip, kad būtų patenkintas tam tikras poreikis.

Motyvacija apima žmogaus poreikius, troškimus ir įsisąmonintus norus, interesus ir polinkius, vertybes, pažiūras ir įsitikinimus. Kartais motyvacinę jėgą įgyja jausmai ir emocijos arba charakterio bruožai.

Motyvacija perkelia mus iš nuobodulio į susidomėjimą, sukelia mumyse energiją ir padeda ją nukreipti viena linkme. Jos branduolį sudaro kryptingumas ir veržlumas.

Anot G. Butkienės, A. Kepalaitės (1996), mokymosi motyvacija padeda orientuotis į tikslą, suvokti, kiek laiko reikės tikslui pasiekti, ar reikės pastiprinimo ir kokio, aktualizuoja būtinas žinias, sugebėjimus ir įgūdžius.

Motyvacija sąlygoja mokymosi rezultatus, dalyvaudama pasirenkant ir įsisąmoninant konkrečius mokymosi tikslus bei būdus. Motyvai sukuria bendrą nusiteikimą mokytis, o nuo tikslų priklauso, kokie bus konkretūs mokymosi veiksmai.

Mokėjimas atrasti ir suformuluoti konkrečius mokymosi tikslus rodo mokinio motyvacijos brandumą. Gage N.L., D.C.Berliner (1994) teigia, jog sąmoningi tikslai iškeliami tik savarankiškai ir valingai apsisprendžiant, laisvai pasirenkant.

1.2. Mokymosi motyvų lygmenys

G. Felser (2006) nustatė šiuos paauglių mokymosi motyvų lygmenis:

- 1) Ateities motyvas (noras įgyti tam tikrą profesiją, turėti galimybę mokytis technikumė, aukštojoje mokykloje, išaugti išsilavinusiu žmogumi, būti naudingi savo tėvynei);

- 2) Prestižo motyvas (geru mokymusi siekiama užimti garbingą vietą klasės, mokyklos kolektyve, šeimoje, tarp artimųjų);
- 3) Pažintiniai interesai kaip mokymosi motyvas (mokomasi, kai įdomiai, patraukliai dėstoma, kai atskleidžiamas naujas, nepatirtas pasaulis, kai įgytos žinios pasirodo svarbios praktikoje, kai įveikus sunkią užduotį, jaučiamas pasitenkinimas);
- 4) Pareigos motyvas (jis nusakomas asmenybės vietos gyvenime, visuomenėje suvokimu, pasirengimu vykdyti visuotinai priimtas moralės normas, pasiruošimu naudoti jėgas, reikalingas sunkumams įveikti);
- 5) Mėgstamo, gerbiamo žmogaus įtakos motyvas;
- 6) Prievartos motyvas (mokomasi, siekiant išvengti galimų nemalonumų).

1. 3. Mokymosi motyvų klasifikacijos

1 lentelė

Mokymosi motyvų klasifikacijos (Pagal Jovaišą, 1993)

Klasifikavimo pagrindas	Motyvų grupė	Pavyzdžiai
Pagal ryšį su objektu	Pirminiai (tiesioginiai)	Kai mokomasi dėl įdomumo, dirbama dėl funkcinio smagumo, kai laukiama sensacijų, džiaugiamasi sėkme;
	Antriniai (netiesioginiai)	Kai skatina veikti ne pati veikla, bet pašaliniai dalykai (pažadėta dovana, noras suteikti kam nors džiaugsmo, noras būti naudingi visuomenei);
Pagal aktualumą	Dispoziciniai	Nuostatos, vertybinės orientacijos, idealai, įsitikinimai, pažiūros ir pan.;
	Aktualieji spontaniniai	Kyla noras juoktis;
	Reaktyviniai	Atoveiksmis į išorinį poveikį;

Pagal sąmoningumą	Sąmoningi	Kai moksleivis geba atskleisti jo mokymąsi skatinančias priežastis;
	Mažai įsisąmoninti	Nuostatos;
	Nesąmoningi	Nesąmoningas pasidavimas grupės nuostatoms, pažiūroms;

1. 3. 1. Motyvų klasifikavimo tipai

2 lentelė

Motyvų klasifikavimo tipai (Pagal Jovaišą, 1993)

Kasifikavimo pagrindas	Motyvo tipas	Motyvo nulemta veikla
Pagal motyvo įsisąmoninimą	Įsisąmoninti	Kai žmogus supranta, kas skatina jį veikti ir koks jo poreikių turinys; šiuos motyvus išreiškia interesai, įsitikinimai, siekiai, tikslai;
	Neįsisąmonti	Kai žmogus nesupranta, kas jį skatina veikti ir kokia tikroji veiklos priežastis; tai potraukiai, nuostatos;
Pagal veikimo trukmę	Ilgalaikis	Motyvuoja ilgą trukmę;
	Trumpalaikis	Motyvuoja trumpą laiką;
Pagal motyvo santykį su pačia veikla	Socialinis	Motyvu tampa įvairūs socialiniai reiškiniai, objektai, bei subjektai;
	Asmeninis	Motyvu tampa grynai asmenybinais veiksniais;

Pagal socialinį reikšmingumą	Socialiai reikšmingas	Motyvas vertingas socialiniu požiūriu;
	Socialiai nereikšmingas	Motyvas nereikšmingas socialiniu požiūriu;
Pagal veiklos pobūdį	Mokymosi motyvas	Mokymosi skatulys, priežastis;
	Darbo motyvas	Darbo skatulys, priežastis;
	Žaidimo motyvas	Žaidimo skatulys, priežastis;

1.4. Motyvacijos teorijų įvairovė

Pastaruoju metu pripažįstama, jog iš principo neįmanoma sukurti universalios motyvacijos teorijos. Todėl šiuolaikiniame moksle egzistuoja pliuralizmas, gvildenantis motyvacijos problemas. Kiekvienas psichologas vadovaujasi savita motyvacijos samprata, akcentuoja savitus motyvacijos ypatumus ir teikia specifinius rekomendacijas.

Sportinės veiklos motyvacijos teorijos (Miškinis, 2006, p. 90 b):

- **K. Daviso ir J. Newstromo biheavioristinė teorija** (motyvai apibrėžiami kaip vidiniai (asmenybės), o stimulai – kaip išoriniai (aplinkos) veiksniai).
- **B. Kretti motyvacijos teorija** (motyvacija priklauso nuo trijų veiksnių: motyvų susiformavimo laiko, motyvų išsąmoninimo lygio ir poreikių, susijusių su motyvais, rūšies).
- **H. Murray motyvacijos teorija** (motyvaciją lemia tokie poreikiai: pripažinimo, garbės troškimo, laimėjimų; poreikis garbingai kovoti, bendrauti, dominuoti, poreikis užsidirbti daug pinigų).
- **A. Maslow poreikių hierarchijos teorija.** Jis poreikius suskirstė į fiziologinius, saugumo, socialinius, saviraiškos.
- **A. Punio motyvacijos teorija.** Motyvacijos raida skirstoma į keturis etapus: 1) natūralus poreikis judėti, sportuoti, teigiamų emocijų laukimas; 2) sportuojama pragmatiniais tikslais – sportas gali būti naudingas ir praversti ateityje; 3) konkretus interesas konkrečiai sporto šakai; 4) didelio meistriškumo siekimas, orientuojantis į rezultatą.

„Sportininko valią pirmiausia sudaro motyvo jėga, o motyve (poreikio objekte) glūdi žmogaus pažintinės veiklos (intelekt) ir požiūrio (emocijos) rezultatai, todėl valios ugdymą reikia pradėti

nuo jo intelektualinių ir emocinių pagrindų stiprinimo – veiklos motyvų skiepijimo“ (Palaima, 1976 p. 121). Autorius išskiria pagrindines sportinės, varžybinės veiklos motyvų grupes (p. 6-8):

- 1) Laimėjimų motyvacija.
- 2) Visuomeniniai ir moraliniai motyvai: pareigos, patriotizmo jausmai.
- 3) Noras save išreikšti, įtvirtinti kaip asmenybę.
- 4) Noras save parodyti palankiausiu būdu kitiems: artimiesiems, žiūrovams.
- 5) Noras pateisinti trenerio pasitikėjimą, parodyti, kad jo triūsas nenuėjo veltui.
- 6) Noras parodyti savo pranašumą arba atsirevanšuoti už ankstesnę pralaimėjimą.
- 7) Varžybinės kovos poreikis, noras susigrumti, parodyti savo gebėjimus, įveikti save.
- 8) Patirti pergalės džiaugsmą.
- 9) Meilė sportui, pasirinktai sporto šakai.
- 10) Noras patirti lavinamąjį varžybų poveikį – išsiugdyti tam tikras fizines ypatybes, psichines savybes (jėgą, ištvėrmę, drąsą).
- 11) Noras išbandyti visa tai, kas išmokta per pratybas.
- 12) Noras pasidžiaugti savo paties meistriškai atliekamais pratimais ar jų deriniais.
- 13) Motyvai, susiję su noru turėti tam tikrą privilegijų, materialinės naudos, geresnių sutarčių.

1.5. Berniukų ir mergaičių mokymosi motyvacijos ypatumai

Neretai berniukai mokosi blogiau negu turėtų pagal savo gabumus, o mergaitės - geriau.

I. Gailienė (1997) teigia, jog berniukų ir mergaičių skirtumai pasireiškia jau ikimokykliniame amžiuje: berniukai labiau siekia nepriklausomybės ir individualumo, o mergaitėms būdingesnė tarpusavio priklausomybė; berniukams, mielesnė grupinė veikla, o mergaitės teikia pirmenybę žaidimams mažose grupelėse.

Berniukų ir mergaičių skirtumai vis labiau pradeda ryškėti mokykloje. Mergaitės stropesnės, labiau paklūsta pedagogų reikalavimams, emociškai jautresnės. R. Žukauskienės teigimu (1992 a), jos labiau pasiduoda mokytojų įtaigai negu berniukai, kurie - nepakankamai stropūs ir drausmingi, pasižymi didesniu agresyvumu ir savarankiškumu.

Anot Gage N. L., D. C. Berliner (1994), berniukų mokymosi motyvacija dažniau esti

silpnesnė negu mergaičių. Reikšmingiausias dažnesnio berniukų nenoro mokytis veiksnys - neigiama bendraamžių įtaka. Paauglystėje tėvų vaidmuo nepaprastai sumažėja, o bendraamžių tik dar labiau išauga. Kita priežastis, kurią nurodė dauguma pedagogų, ta, kad berniukai jaučia mažesnę atsakomybę už mokymąsi. A. Gučo (1990) teigimu, berniukai, stokodami atsakomybės, dažnai neatlieka namų darbų, nepasirengia pamokoms, jas praleidinėja ar nepaklūsta mokytojo reikalavimams. Visa tai atsiliepia mokymosi rezultatams bei vertinimui.

Berniukai yra judresni nei mergaitės, nemėgsta monotonijos; jiems greitai nusibosta vienoda veikla, todėl jie ilgai neišlaiko, sutelkto dėmesio. Pamokoje, jie užsiima pašaliniais darbais, kalbasi su draugais, svajoja, žaidžia, piešia ant sąsiuvinio aplankalų. Netgi tarp hiperaktyvių moksleivių gerokai daugiau berniukų negu mergaičių. N. Bižys, G.Linkaitytė, A. Valiuškevičiūtė (1996) teigia, kad mokymasis per pamoką reikalauja psichinių pastangų, susikaupimo su kuriuo berniukams susitaikyti daug sunkiau nei mergaitėms.

Anot R. Auškelio (1999), berniukai dažniau demonstruoja abejingumą gaunamiems pažymiams, o mergaitės dažnai verkia dėl blogesnio įvertinimo. Mergaitės, gaudamos geresnius pažymius nei nusipelnė, sulaukia iš mokytojų daugiau teigiamo pastiprinimo, todėl jų mokymosi motyvacija stiprėja. Tačiau tuo tarpu, berniukai yra nuvertinami ir todėl praranda pasitikėjimą savo jėgomis, silpnėja jų mokymosi motyvacija.

1.6. Sportinės veiklos motyvai

Sportininko motyvacija – užima ypatingą vietą įgyvendinant užsibrėžtus tikslus. Žinodamas savo auklėtinių požiūrį į sportą, treneris gali panaudoti ugdomąją sporto funkciją kaip humanistinių vertybių perdavimo priemonę ir instituciją, kuri gali teigiamai veikti ne tik jaunų žmonių elgesį, bet ir dorovinį brendimą.

„Motyvacija – psichofiziologinis vyksmas, reguliuojantis asmenybės veiklą ir santykius su aplinka motyvų kaitos pagrindu; visuma motyvų, lemiančių sportininkų aktyvumą siekiant užsibrėžto tikslo per pratimus ir varžybas“ (Sporto terminų žodynas 1996, p. 342 b). Anot L. Jovaišos (1993), norint keisti sportininkų elgesį ar veiklą, reikia keisti motyvaciją.

Siekdamas sužinoti motyvaciją sporto treneris turi (Miškinis, 2006, p. 90 b):

1. Išsiaiškinti, kas sportininkui patinka sporte:

- ✓ Sporto estetika, grožis;
- ✓ Sportinės kovos dramatismas, bekompromisė kova, valios poreiškiai, aistros;
- ✓ Pripažinimas, garbė, materialinė gerovė, galimybė pamatyti pasaulį;
- ✓ Socialiai vertingų vertybių ugdymas sporto procese;
- ✓ Galimybė didžiuotis savo Tėvyne.

2. Išsiaiškinti, kas paskatino sportuoti:

- ✓ Ar pasiūlė draugai, mokytojai, tėvai;
- ✓ Ar noras įgyti daug naujų draugų;
- ✓ Ar noras tapti stipriam, sveikam, gražiam;
- ✓ Ar noras išsiugdyti tvirtą charakterį, valią, kitas asmenybės savybes;
- ✓ Ar noras tapti įžymiam, būti dėmesio centre, pagarsėti savo sportiniais rezultatais.

Anot K. Miškinio (2005 c), treneriui taip pat labai svarbu žinoti sportinės sėkmės motyvaciją. Norint tai išsiaiškinti, treneris turi rasti atsakymą į tokius klausimus (Miškinis, 2006, p. 90 b):

- ✓ Koks sportininko požiūris į pasiektus rezultatus;
- ✓ Kokių motyvų vedinas sportininkas sportuoja;
- ✓ Koks sportininko nusiteikimas sunkiai dirbti;
- ✓ Ar sportininkas objektyviai vertina savo ir kitų sportininkų laimėjimus;
- ✓ Kokiomis priežastimis teisina savo sportines nesėkmes.

Savarankiškumo ugdymas taip pat turi didelę reikšmę motyvacijos stiprinimui. „Savarankiškumas yra esminė asmenybės savybė, įgalinanti protingai pasirinkti veiklos ir bendravimo tikslus, priemones ir būdus, aktyviai ir produktyviai veikti“ (Bobrova, Mackevičius, Norkus, 2004, p. 25).

1.7. Savęs vertinimo samprata

„Savęs vertinimas - tai individo savęs paties, savo galimybių, savybių ir vietos tarp kitų žmonių vertinimas“ (Psichologijos žodynas, 1993, p. 269). Nuo jo priklauso žmogaus santykiai su kitais žmonėmis, jo savikritiškumas, reiklumas sau, požiūris į savo laimėjimus ir nesekmes. Savęs vertinimas turi įtakos žmogaus valios brandumui, savikontrolei bei kitų valios savybių aktyvumui.

D. Beresnevičienė (2004 b) teigia, jog savęs vertinimas žmogui yra svarbus visą gyvenimą, nes jis atsispindi visose žmogaus gyvenimo srityse. Tai reakcija ne tik į save, bet ir į išorinį pasaulį. „Į išorės poveikius žmogus reaguoja pagal tai, kiek ji prieštarauja ar patvirtina, paaukština ar pažemina mūsų savęs vertinimą“ (Beresnevičienė, 2004, p. 183 b). A. Gučas (1990) teigia, kad savęs vertinimas dalyvauja elgesio ir veiklos reguliacijoje. Jis nustato tam tikrą pusiausvyrą tarp išorinių poreikių, vidinės asmenybės būsenos bei jos elgesio formų.

Savęs vertinimas formuojasi nuo kūdikystės. D. Beresnevičienė, I. Andziulytė (2004) teigia, kad žmogaus įsivaizdavimas, kaip jį suvokia aplinkiniai turi didelę reikšmę Aš koncepcijai ir savęs vertinimui. Pirmąjį grištamąjį ryšį apie asmeninį Aš vaikas gauna iš tėvų – šeimoje padedami pozityvaus savęs vertinimo pagrindai. Šeima, jos gyvenimo būdas ir bendravimas daro didžiulę įtaką vaiko, o vėliau ir paauglio elgesiui. Šeimos funkcionavimas įtakoja vaiko psichologinę savijautą: pasitenkinimą gyvenimu, savęs vertinimą bei psichologines ligas.

Anot A. Vaičiulienės (2000 b), vystydamosi asmenybė įgauna vis daugiau žinių apie aplinkinį pasaulį ir apie save. Savęs įsisąmoninimo ribos ypatingai išsiplėčia paauglystėje.

Šiuo laikotarpiu vyksta permainos, susijusius su individo psichosocialine, kognityvine ir fizine raida. „Intenyvi psichofizinė sklaida suponuoja tam tikrus asmenybės kryptingumo, aktyvumo bei savarankiškumo pokyčius, kurie atveda paauglius į prieštarinę padėtį: į didėjančių aspiracijų atotrūkį nuo realių galimybių, tapatumo formavimosi sunkumus, neadekvatų savęs vertinimą“ (Tilindienė, 2006, p. 148). Tai reikšminga paauglių socializacijos procesui, kurio metu paauglys įgyja būtinas žinias, įgūdžių ir charakterio bruožus, kurie leidžia jam tapti efektyviu visuomenės nariu. Paauglystės laikotarpis pasižymi įvairiomis problemomis: konfliktai mokykloje ir šeimoje, brandos netolygumas, nepasitenkinimas savo kūnu, pirmojo įsimylėjimo išgyvenimas. O.

Kulikovskich (1998) teigia, kad vertinant paauglį reikia atsižvelgti į tai, kad jis praranda ankstesnius savireguliacijos būdus, tačiau įgija naujų. Vyksta savęs ir aplinkinių pervertinimas, ankstesnės sąvokos įgyja naują prasmę, todėl daug kas atrodo kitaip.

Pavilonis (1974), teigia, kad paauglystės amžius – savotiškas perėjimas iš vaikystės į jaunystę – pirmąją brandos pakopą. Paauglys kartu su „vaikiškomis“ turi ir subrendusio žmogaus savybių, tačiau kita vertus, - vienodo amžiaus paaugliai iš emės skiriasi įvairių suaugusiems būdingų ypatybių išsivystymu. Peržengę vaikystės slenkstį, paaugliai žingsnis po žingsnio žengia keliu, kuris veda į suaugusio žmogaus pasaulį.

V. Aramavičiūtė, E. Martišauskienė (2004) teigia, jog individą pažinti pasaulį ir save verčia: aštrėjantys prieštaravimai tarp paauglių ir suaugusiųjų pripažįstamų vertybių, stiprėjantis tapatumo jausmas ir besikeičiantis statusas visuomenėje.

Anot P. Lecky (1961), asmuo nuolat sprendžia dvi problemas – vidinės darnos ir harmoningų santykių su aplinka formavimosi. J. Pikūno, A. Palujanskienės (2001) teigimu, žmogui labai svarbi dvasinė harmonija, todėl autoriai nurodo vieną iš pagrindinių uždavinių – išlaikyti savyje vidinę darną puoselėjant prigimties savitumus ir įkūnijant juos visuomeninėje aplinkoje.

G. Valickas (1991), nurodo savęs vertinimo keturis pagrindinius tipus:

- 1) *Savęs vertinimas kaip socialinė nuostata* – savęs vertinimas suprantamas kaip ypatinga socialinės nuostatos rūšis arba kaip nuostata į ypatingą objektą - save.
- 2) *Savęs vertinimas kaip skirtumas tarp nuostatų* – pabrėžiama savęs vertinimo priklausomybė nuo skirtumo tarp to, kokį žmogus mato save realybėje ir koks jis norėtų būti (realusis Aš ir idealusis Aš).
- 3) *Savęs vertinimas kaip psichologinė reakcija* – pagrindinis vaidmuo teikiamas žmogaus jausmams ir išgyvenimams.
- 4) *Savęs vertinimas kaip asmenybės funkcija* – savęs vertinimas suprantamas kaip Aš sistemos komponentas, kuris atlieka tarpininko funkcijas tarp Aš ir išorinio pasaulio.

G. Matulienė (2000), savosios vertės jausmą skaido į dvi dalis:

Savigarba. Asmenybės savigarba – vertinamasis požiūris į save aspektas. Jis išreiškia tai: ar mes laikome save gabiu, energingu, valingu, lydimu sėkmės, sugebančiu kontroliuoti savo gyvenimą, patikimu žmogumi, turinčiu už ką save gerbti ir kitiems sukeliančiu pagarbą.

Simpatija sau. Simpatiją sau išreiškia emocijos ir jausmai savo paties atžvilgiu. Tai domėjimasis savimi, artumas ir šiluma sau pačiam, draugiškas santykis ir susitarimas su savimi. Tai besąlygiškas savęs priėmimas, savęs pripažinimas su trūkumais ir privalumais. Tai – meilė sau, neturinti nieko bendro su egoizmu, savanaudiškumu ar išpuikimu.

Savosios vertės lygis priklauso nuo šių aplinkybių (Matulienė, 2000, p. 189-194):

- Atitikimas tarp aspiracijų (siekimų) ir realių laimėjimų (arba galimybių). Aspiracijų (siekimų) lygis – keliami sau didžiausi tikslai, kuriuos manome atitinkant mūsų galimybes ir kuriuos norime įgyvendinti. Šis siekimų lygis gali būti realus arba nerealus.
- *Realus aspiracijos lygis*, kuomet žmogus, įgyvendines sau iškeltus tikslus imasi sunkesnių uždavinių, o nepasisėkus renkasi paprastesnius. Toks aspiracijų lygis reiškia, kad žmogaus siekimai atitinka jo realias galimybes.
- *Nerealus siekimų lygis* gali būti per aukštas (kai žmogus, patyria nesėkmę, bet ir toliau sau kelia dar didesnius uždavinius) arba per žemas (kai sėkmingai pasiekia tikslus, bet toliau sau kelia mažesnius uždavinius).

Žmogus, turintis tiek per aukštą, tiek per žemą aspiracijų lygį nesugeba realiai įtvirtinti savo galimybių. Žmogus, turintis per aukštą aspiracijų lygį save pervertina, per žemą – nepakankamai vertina.

Norint išlaikyti teigiamą požiūrį į save, reikia suderinti savo siekius su galimybėmis. Todėl pirmiausia būtina gerai išsiaiškinti, pažinti savo jėgas.

- Aplinkinių žmonių įvertinimas. Žmogaus Aš – vaizdas formuojasi ir yra įtvirtinamas bendraujant su kitais žmonėmis, atsižvelgiant į jų požiūrį į mus. Įvairiais amžiaus tarpsniais kitų žmonių įvertinimas skirtingai veikia mūsų požiūrį į save. Su amžiumi ši įtaka dažniausiai mažėja, nes keičiasi žmonių grupės, kurių nuomonė veikia mūsų savigarbą.

Ankstyvojoje vaikystėje svarbiausias – suaugusiųjų šeimos narių įvertinimas. Kai vaikas pradeda eiti į mokyklą, jam tampa labai svarbu, kaip su juo elgiamasi, ar jį pripažįsta nepažįstami suaugę žmonės. Šiame amžiuje vaiko savęs vertinimui tampa svarbus mokytojo požiūris į jį. Paauglystėje svarbiausias – bendraamžių vertinimas. Vėliau, tikslinant požiūrį į save, labiau orientuojamasi į individualiai reikšmingų žmonių vertinimus.

- Savęs lyginimas su kitais. Savęs vertinimo lygis tikslinamas lyginant save su kitais. Tačiau eksperimentai rodo, kad žmonės nesąmoningai koreguoja savąją vertę, lygindami save su kitais.
- Mūsų auklėjimas vaikystėje. Auklėjimas šeimoje. Požiūris į save taip pat priklauso ir nuo tėvų elgesio su mumis vaikystėje. Yra išskiriama keletas netinkamo auklėjimo stilių: perdėta vaiko globa, perdėtas žavėjimasis vaiku, „pavyzdingo vaiko“ auklėjimas, pernelyg griežtas auklėjimas.

Savęs pažinimas vyksta skirtingai, priklausomai nuo aplinkos, nuo amžiaus, nuo to, ar sveikas žmogus, ar jis serga, išgyveno pasisekimą ar nesėkmę, laimingai pamilo ar nelaimingai myli. Žmogaus savivertės realumas su amžiumi didėja. Rubino, Joe (2006) teigia, jog suaugusių žmonių požiūris į save yra kur kas realesnis ir objektyvesnis nei jaunuolių, o jaunuolių – tikroviškesnis nei paauglių.

1.8. Paauglių savęs vertinimo ypatumai

Didelę reikšmę paauglių savivertės formavimuisi turi mokykla. Judėjimas už savivertę prasidėjo prieš keletą dešimtmečių kaip protestas prieš bausmę, kuri tuo metu buvo įprasta. „Tada buvo priimtina ir visuotinai pateisinama „pamokyti“ vaikus žeminant, ir visa tai buvo daroma „jų pačių labui“ (Friel, John C., Friel, Linda D. 2003, p. 49). Uždėti vaikui nepažangaus mokinio kepurę ir priversti jį kitų pajuokai sėdėti prieš klasę – žiaurus ir priešiškas vaiko atžvilgiu poelgis.

Kalbant apie mokinių elgesio ir mokymosi problemas, daugiausia susiduriama su neadekvačiu mokinių savęs vertinimu – nepakankamu ar pernelyg geru. Neadekvatus savęs

vertinimas deformuoja asmenybę, sudaro palankias sąlygas neigiamiems bruožams formuotis ir apsunkina normalią psichinę raidą.

Per gerai save vertinantis mokinys niekada nepastebi savo trūkumų, ignoruoja nesėkmes, o dėl klaidų kaltina kitus. „Ko gero, dažniau mokiniai linkę save nuvertinti. Tokie mokiniai nepasitiki savimi, labai jautriai reaguoja į kritiką, išgyvena dėl nesėkmių, todėl nekelia sau didelių tikslų, netiki sėkme (Gailienė, Bulotaitė, Sturlienė, 1996, p. 69).

O. Drobnickis (1998) savęs vertinimą apibūdina kaip refleksyvų žmogaus požiūrį į save, kuriame jo Aš pasireiškia kartu ir kaip savianalizės subjektas, ir kaip objektas. „Tokio požiūrio į save būdai yra labai įvairūs: moralinėje sąmonėje jie reiškiami daugeliu sąvokų – gėdos ir pasididžiavimo, garbingumo, asmeninio orumo, sąžinės, - kurios savo struktūroje fiksuoja progresuojantį žmogaus sugebėjimą spręsti apie save visuomenės požiūriu“ (Drobnickis, 1998, p. 18).

Savęs vertinimas pirmiausia formuojasi girdint ir suvokiant kitų žmonių vertinimus. Ypač tai akivaizdu ankstyvesniuose amžiaus tarpsniuose. „Vaikai suaugusiųjų vertinimams teikia didelę reikšmę, negali jų nuomonės įvertinti kritiškai. Todėl vaikų savęs vertinimas yra tiesioginis suaugusiųjų - tėvų ir mokytojų vertinimų atspindys. Paauglystėje vis didesnę reikšmę ima įgyti bendraamžių vertinimai“ (Gailienė, Bulotaitė, Sturlienė, 1996, p. 69).

Į mokyklą vaikai ateina jau turėdami nuomonę apie save, savo sugebėjimus, tačiau mokytojai ir mokykla turi didelę įtaką moksleivio savajam „Aš“ formuotis. Labai svarbu, kad kiekvienas vaikas klasėje jaustųsi saugus ir mylimas, kad mokytojas skatintų jo savarankiškumą ir individualumą. G. Stunžienė (1998) teigia, kad didelę neigiamą įtaką vaiko savęs vertinimo formavimuisi turi negatyvūs kitų žmonių vertinimai, ugdantys vaiko nepasitikėjimą savimi. Daugelis mokytojų, vertindami mokinių elgesį ir mokymąsi, didesnę dėmesį skiria jų klaidoms, nesėkmėms. Kuo vaikui sunkiau sekasi mokykloje, tuo daugiau neigiamų vertinimų ir kritikos jis susilaukia. Tokie, neigiami vertinimai formuoja žemą vaiko savęs vertinimą. Kiekvieną dieną gaudamas tik neigiamus vertinimus, vaikas pradeda tikėti, kad jis yra negabus, kad nieko pakeisti nebegalima ir reikia su tuo susitaikyti.

Dažniausiai mokytojai vertina ne mokymąsi, ne konkrečios užduoties neatlikimą ar konkrečias klaidas, o kritikuoja vaiko asmenybę, charakterį. Tokie neigiami vertinimai nulemia

ne tik mokinių požiūrį į mokymąsi ar konkrečius sugebėjimus, jie įgauna platesnę prasmę – žlugdo pasitikėjimą savimi.

Mokytojas manydamas, kad mokinių nesėkmės priežastis - pastangų stygius, rodo pyktį ir dažnai skatina mokinį pajusti kaltę. „Kaltės jausmas kyla dėl to, kad manai, jog esi nepakankamai geras, padaręs kitiems kažką baisaus arba nepadaręs to, ką privalai padaryti“ (Frieda Porat, 1991, p. 28). Kaltės jausmas, kad mokinyš apvylė mokytoją - teigiamas motyvas, paskata, verčianti kitą kartą labiau pasistengti.

Mokytojas, nesėkmės priežastimi laikydamas menkus sugebėjimus ir rodydamas užuojautą gėdina mokinį. O gėda nėra teigiamai motyvuojanti jėga. „Gėda – tai matuoklis mūsų emocinių įrankių rinkinyje“ (Hankin, Sheenah, 2005, p. 40). Ji verčia mokinį jaustis nepilnaverčiu ir bejėgiu.

Dažnai silpnai besimokantys mokiniai lyginami su pirmaujančiais, neatsižvelgiant į tai, kad dauguma gabių, gerai besimokančių mokinių pamokoms ruoštis skiria ne itin daug laiko. Visuomet reikia atsižvelgti į įdėtas pastangas, nes moksleiviai nebetikės savo jėgomis ir iš anksto nusiteiks nesėkmei.

Vietoj to, kad mokytojas lygintų silpnai besimokantį mokinį su stipresniais, vertėtų lyginti to paties mokinio dabartinius ir ankstesnius rezultatus. Tokiu atveju mokinyš pamatytų, kad jo pastangos rezultatyvios, o tai skatins mokymosi motyvaciją. Būtų puiku jei mokytojas užuot rašęs raidinį pažymį, kuris neatspindi to, kas buvo atlikta, galėtų padaryti aprašą, kuris nurodytų, ką mokinyš yra nuveikęs per tam tikrą periodą. Toks aprašas – vertinimo forma labiau patenkintų ne tik mokytojus, bet ir mokinius

D. Gailienės, L. Bulotaitės, N. Sturlienės, (1996), teigimu pagyrimai ir padėrinimai būtini kiekvienam žmogui, nes jie skatina veikti, tobulėti ir siekti rezultatų. Išankstinis nusiteikimas sėkmei ir pasitikėjimas savimi turi didelę reikšmę mokymosi rezultatams. Todėl siekiant, kad mokinyš dirbtų nenuleisdamas rankų, kartais galima sąmoningai padidinti rezultatus.

Paties mokytojo išankstinis nusiteikimas ir tikėjimas mokinių sugebėjimais, taip pat turi didelę reikšmę mokymosi motyvacijai. Anot D. Gailienės, L. Bulotaitės, N. Sturlienės (1996), jei mokytojas iš mokinio tikėtis tik prastų rezultatų, tai jo lūkesčiai pasitvirtins.

Tačiau niekuomet nereikia pervertinti vaiko laimėjimų ir galimybių, nes vaikui ims formuotis aukštesnis savęs vertinimas. Tai daro vaiką labai pažeidžiamą ir skatina gintis nuo bandymų sumenkinti jo savęs vertinimą. Susidūręs su neįprastais reikalavimais ar gavęs prastesnius nei įprasta vertinimus, mokinys suvokia tai kaip neteisybę ar net priešišumą, kurie, apsunkina jo santykius su mokytojais.

Save nuvertinantys mokiniai jaučiasi nesaugūs, nepasitikintys, neturintys motyvacijos veikti. Žemas savęs vertinimas sąlygoja ne tik nesėkmes mokantis, bet ir motyvacijos stoka, nepasitikėjimą, nusivylimą kitose gyvenimo srityse. Nustatyta, jog žemas savęs vertinimas glaudžiai susijęs su įvairiais asocialaus elgesio pasireiškimais: dalyvavimu asocialiose grupėse, agresyvumu, nusikalstamumu, alkoholizmu, narkomanija.

Žinoma, patys mokiniai stengiasi labiau pasitikėti savimi. Iš pradžių jie tiesiog nepripažįsta savo nesėkmių, tačiau vėliau siekia įsitvirtinti ir būti pripažintais kitose veiklose - dažnai asocialios – sferose.

„Jei vaikas nors kartkartėmis po mokyklos laukiantį gyvenimą pamatytų jauno žmogaus akimis, jiems pavyktų peršokti tarpeklį, skiriantį gerą mokymąsi nuo blogo“ (Friel, John C., Friel, Linda D. 2003, p. 57). Paaugliui daug lengviau pažvelgti į ateitį, jei tėvai vertina mokslą, skatina vaikus sekti pavyzdžiu, domisi vaikų reikalais mokykloje.

1.8.1. Šeimos ir bendraamžių įtaka savęs vertinimui

„Paauglystėje savęs vertinimas užima ypatingą vietą, tačiau jo ištakų reikia ieškoti daug anksčiau“ (Beresnevičienė, Andziulytė, 2004, p. 125).

Ne tik mokykla, bet ir šeima turi padėti vaikui formuoti adekvatų savęs vertinimą, atsižvelgti į jo socialinius poreikius. Tėvai yra daugiau susirūpinę savo vaiko intelektiniu, fiziniu vystymusi ir neatsižvelgia į jo asmenybinį vystymąsi.

Pastaruoju metu labai domimasi, kaip savigarba priklauso nuo namų aplinkos, koks auklėjimas suformuoja tvirtą bei argumentuotą elgesį.

Šeima – vienas iš esminių faktorių, lemiančių vaiko asmenybės vystymąsi. J. Uzdila (1993) pabrėžia, kad vaikų visokeriopai brandai didelę reikšmę turi šeimos tarpusavio santykiai,

kurie traktuojami, kaip giluminiai ryšiai. „Asmenybės ugdymo šeimoje pagrindinis šaltinis yra darnūs santykiai visų jos narių konstruktyvus bendravimas“ (Uzdila, 1993, p. 65).

D. Beresnevičienė, L. Kanienė (2000) teigia, kad šeima, jos gyvensena ir bendravimas – lemtinga socialinė aplinka, daranti didelę įtaką vaiko elgesiui. Šeimo santykiai lemia vaiko asmenybės formavimąsi. „Normalūs santykiai šeimoje sąlygoja ir sėkmingą vaiko asmenybės vystymąsi, nenormalūs šeimos santykiai dažnai formuoja neigiamus vaiko psichikos bruožus: nepasitikėjimą kitais žmonėmis, agresyvumą, uždarumą. Anomalūs santykiai šeimoje yra įvairių emocinių problemų priežastis“ (Beresnevičienė, Kanienė, 2000, p. 11).

Į mokyklą, vaikai ateina iš šeimų, kurių socialinė patirtis nevienoda, būtent į tai turėtų atsižvelgti mokytojas. Tyrimais nustatyta, kad yra daug sociodemografinių rizikos faktorių, susijusių su vaiko mokymusi, bendravimo problemomis, savęs vertinimu. Šie rizikos faktoriai daro didelę įtaką vaiko pasiekimams ir sunkumams: „mama turi žemesnę nei vidurinę išsilavinimą; šeima yra žemiau skurdo ribos; vaikas yra nesantuokinis; vienišas tėvas ar motina“ (Beresnevičienė, Kanienė, 2000, p. 11):

Pagrindinis šeimos bruožas – tėvų ir vaikų fizinė bei dvasinė sąveika. Pradinį aplinkos ir gyvenimo reiškinių sprendimą pirmiausia teikia šeima. „Vaiko tikrovės supratimas prasideda nuo pastovių santykių su tėvais, su daiktais. Nepakeičiamas šeimos vaidmuo yra ir vaiko socializacijoje“ (Bikuličius, 1995, p. 54-57).

Vienas svarbiausių harmoningos šeimos sąlygų – psichologinis mikroklimatas. Tai - šeimos gyvenimo būvis, kuomet kiekvienas jos narys jaučia savo vertę ir yra reikalingas. „Psichologinio mikroklimato šerdis yra tėvo ir motinos santykiai, kurie lemia ir kitus ryšius“ (Bikuličius, 1995, p. 58). Nuo mikroklimato priklauso kokie vaikai auga šeimose: laimingi, nelaimingi, draugiški, neturintys saugumo jausmo, pasitikintys savimi, priešiški kitiems vaikams.

Šeimos nariai, bendraudami vienas su kitu, sudaro savitą sąlygiškai uždarą socialinį ir biopsichologinį kompleksą. Yra nurodomas trejopas šeimos narių poveikis vienas kitam (Bajoriūnas, 1997, p. 21):

- 1) *Tiesiogines* - veikia kompleksiskai, žadina kiekvieno jos nario emocijas, dirgina juos, teikia skausmo arba džiaugsmo kitiems šeimos nariams;

2) *Žmogaus gyvenimui reikšmingas* – paliečia kiekvieno šeimos nario likimą;

3) *Pastovus* – daro didelę įtaką visiems šeimos nariams

Norint išsiaiškinti, kokią įtaką daro šeima vaiko asmenybės brandai, reikalingas apibendrintas požiūris į tos šeimos santykius, kurioje auga vaikas.

Yra pateikiamos dvi šeimos poveikio vaiko asmenybei įvertinimo kryptys (Chomantauskas, 1983, p. 7-10):

1) *Nuo šeimos prie vaiko* – jos esmė – kuo platesnis šeimos aplinkos įvertinimas, iš kurio nustatomas jos poveikis vaikui. Šios krypties turinį sudaro empiriniai ryšiai: šeimos ypatybės – vaiko asmenybė. Atskleidus šeimos tarpusavio santykių ypatybes galima rasti vaiko asmenybės problemų priežastis.

2) *Šeimos – vaiko saveika* – atsižvelgiama į paties vaiko raidos istoriją, jo poreikius, kaip jis suvokia, vertina save, kitus šeimos narius. Ši kryptis teigia, kad vaiko asmenybė pasireiškia kaip visuma vidinių sąlygų, keičiančių visų aplinkos poveikių rezultata.

V. Satir (1975), daug rašiusi apie savigarbą ir jos ugdymą teigia, kad savosios vertės pajautimas, gali rasti tik globojančioje šeimoje, tokioje, kurioje yra vertinamas vaikų individualumas, sugebėjimai ir pasiekimai, kurioje bendraujama atvirai. Tokioje šeimoje išaugęs žmogus jausis vertas meilės, sugebės pasirūpinti savo fizine bei emocine gerove, nebijos intymumo ir puikiai prisitaikys visuomenėje - turės savigarbos jausmą. Priešingas savigarbos jausmui - gėda pagrįstas savęs vertinimas. Toks vertinimas atsiranda šeimoje, kurioje vaikas patiria gėdą ir pasibjaurėjimą. Suaugęs toks žmogus jausis nevertas meilės, nesugebės duoti jos kitiems.

K. Miškinis (2003 a) teigia, kad tėvų skyrybos sutrikdo vaikų dorovinį ir emocinį brandumą, vaikai jaučiasi vieniši, nereikalingi ir sutrikę. Vaikas, gyvenantis su vienu iš tėvų suvokia skirtumą tarp savęs ir vaikų iš pilnų šeimų, jaučia pablogėjusią ne tik materialinę padėtį, bet ir socialinį savo statusą. Tyrimais nustatyta, kad vaikai, augantys šeimose tik su vienu iš tėvų, emociniu požiūriu gali būti tokie pat sveiki kaip ir - pilnose šeimose.

R. Žukauskienė (2002 a) teigia, kad šiltas, pozityvus tėvų elgesys padeda vaikui pajusti, kad jis priimamas kaip vertinga žmogiškoji būtybė. Tvirtas tikėjimas suteikia vaikui drąsos rinktis, vertinti savo elgesį, pasitikėti savo priimtais sprendimais. Jei tėvai kartotinai naudoja prievartą, vaikui formuojasi menkavertiškumo jausmas. Jis mano, kad jo elgesys turi būti kontroliuojamas ir jis negali sau vadovauti. „Tačiau vertinti ryšį tarp tėvų elgesio ir vaiko savęs vertinimo reikia labai atsargiai, nes kartais sunku atskirti, ar auklėjimo stilius yra vaiko būdingų bruožų ir elgesio priežastis ar padarinys“ (Žukauskienė, 2002, p. 267 a).

Matulienė (2000, p. 192-193) nurodo keturis netinkamo auklėjimo stilius:

- *Perdėta vaiko globa.* Tėvai saugo vaiką nuo visų nepalankių poveikių, stengiasi, kad jis susidurtų su tokiais problemomis, kurios yra lengvai išsprendžiamos. Tokiu auklėjimu, vaikas gauna tik vienpusę paramą ir įsitikina, kad jis gali susidoroti su bet kokiomis problemomis. Jis nežino savo trūkumų ir silpnybių, savo realių galimybių. Tokiu atveju susiformuoja iškreiptas Aš – vaizdas, perdėtas savęs vertinimas.
- *Perdėtas žavėjimasis vaiku.* Šiuo atveju visa šeima žavisi vaiku, nepriklausomai nuo jo poelgių, besąlygiškai tenkina visus jo įgeidžius. Nuolat būdamas dėmesio centre, giriamas už tikrus ir tariamus laimėjimus, vaikas gauna tik vienpusę teigiamą informaciją apie save ir ima per aukštai save vertinti.
- *„Pavyzdingo vaiko“ auklėjimas.* Tėvai visuomet trokšta matyti savo vaiką „gerai išauklėtą“, „padorų“, paklusnų ir gabų, nes toks pavyzdingas vaikas tarsi sustiprina šeimos prestižą. Tuo tarpu reikalaujant iš vaiko daugiau, negu jis gali pagal savo galimybes, susiformuoja per aukštas aspiracijų (siekimų) lygis.
- *Pernelyg griežtas auklėjimas.* Šiuo atveju už vaiko galimybes viršijančių reikalavimų neįvykdymą jis yra ne tik kaltinamas, bet dažnai ir griežtai baudžiamas. Pasak R. Žukauskienės (2001 b), tėvai baudžiantys savo vaiką fizinėmis bausmėmis, labai retai pasiekia ilgalaikį efektą.

Kad ir kokio amžiaus žmogus būtų, jam svarbi grupė, su kuria save lygina, tačiau paauglystėje tai ypač aktualu.

G.Valickas (1998 b) teigia, kad paauglys vandalas iš anksto neapgalvotais, beprasmiškai destruktiviais veiksmais atranda būdą, kaip tam tikroje struktūroje įgyti prestižą, padidinti statusą ir pakelti savęs vertinimo lygį.

Kartais savęs įtvirtinimo problema gali būti sprendžiama pačiomis blogiausiomis formomis – kompensuodama savo menkavertiškumą, asmenybė gali pasitelkti atvirą prievartą, agresiją ar smurtą. Tokiu destruktiviu būdu žmogus priverčia atkreipti į jį dėmesį, trumpam tapdamas lyderiu ir padėties šeimininku, galbūt pirmą kartą pajaučia savąją vertę.

1.9. Sportininkų savęs vertinimo lygiai

Skiriami tokie savęs vertinimo lygiai (Matulienė, 2000, p. 194):

- 1) Tikroviška – adekvati savivertė;
- 2) Sumažinta savivertė – savęs nuvertinimas.
- 3) Padidinta savivertė – savęs pervertinimas;

Sportininko pasitikėjimas savimi

„Pasitikėjimas savimi – žmogaus jutimas, supratimas, kad yra pajėgus atlikti tuos uždavinius, kuriuos jam kelia gyvenimas ir kuriuos jis kelia pats sau“ (Malinauskas, 2003, p. 121).

Asmuo, gerbiantis save, pasitikintis savimi, teigiamai save vertina, - nesijaučia už kitus geresnis. Jis tiki savimi ir tuo, kad gali įveikti savo kelyje pasitaikančius sunkumus.

Nepaisant to, kad sportininkai suvokia pasitikėjimo savimi svarbą, tačiau daugeliui iš jų nepakanka įgūdžių tvarkytis su šia svarbia psichologine savybe. Jie mato kitų sportininkų šią savybę, tačiau jaučia, kad pasitikėjimo trūksta jiems patiems. Anot R. Malinausko (2003), treneriai pripažįsta, kad pergalei pasiekti sportininkams būtinas pasitikėjimas savimi, bet jie žino ir tai, kad pasitikėjimui ugdyti reikalingos pergalės.

Pasitikėjimas savimi – viena svarbiausių asmenybės vertybių, kuri gali tapti pastovia asmenybės savybe. „Kai žmogus skatina save vertinti pagal realius gabumus, sugebėjimus ir pagal tai reikšti pretendijas, yra puoselėjamas pasitikėjimas savimi“ (Psichologijos žodynas, 1993, p.115).

Treneriai ir komandos draugai sportininkui yra svarbus informacijos šaltinis. Jie dažnai žino tai, ko nežino net pats sportininkas, todėl tam tikrais momentais galima pasinaudoti jų turimomis žiniomis. Daug kas priklauso ir nuo to, kaip sekasi priimti sprendimą. Kuo sunkiau priimti kokį nors sprendimą, tuo mažiau šiuo klausimu pasitikima savimi.

„Pasitikėjimas savimi yra asmenybės savęs vertinimo išraiška, o tikrasis pasitikėjimas savimi yra tikėjimas savo gebėjimu tapti kompetentingam“ (Nikiforovas, 1997, p. 13).

Klaidinga pasitikėjimo savimi samprata dažnai veda prie pasitikėjimo savimi trūkumo arba prie per didelio pasitikėjimo. R. Martens (1999), teigia, kad optimalus pasitikėjimas savimi – tai realistiški sportininko lūkesčiai, kurie susiję su sėkme. Pasitikėjimas savimi yra unikalus sportininko patyrimas, kuris sukaupiamas pasiekiant įvairius tikslus. „Tai gyvybiškai svarbi sportininko asmenybės dalis, kurią bendraujant greit pajunta žmonės“ (Bump, 2000, p. 156).

Sportininkai, turintys per mažai pasitikėjimo vadinami nepasitikinčiais savimi. Yra sportininkų, kurie turi per daug pasitikėjimo arba netikro pasitikėjimo – per daug pasitikintys sportininkai. Kuomet sportininkai turi optimalų pasitikėjimo savimi kiekį, tai jie yra tiesiog pasitikintys savimi. Per didelis ar per mažas pasitikėjimas savimi nėra teigiamas reiškinys. Anot R. Želvio (1995), jis lemia nesėkmes, komplikuoja žmonių bendravimą.

Savęs vertinimas yra susijęs su vidiniu savo kompetencijos ir savo, kaip žmogaus, vertės suvokimu. „Teigiamas savęs vertinimas – tai savęs kaip kompetentingo ir vertingo asmens matymas ir jautimasis dėl to gerai. Savigarba pasiekama ne sutriuškinant kitus, bet gyvenant savo lygyje“ (Malinauskas, 2003, p.122).

Sportininko nepasitikėjimas savimi

Klaidos niekuomet nesutrikdo savimi pasitikinčio sportininko, nes jis žino, kad klaidos ir pralaimėjimai taip pat yra sporto dalis. Savimi nepasitikintis sportininkas bijo pralaimėti, kadangi pradeda elgtis pagal nuolatinės savo abejones.

Nepasitikinčių sportininkų abejonės ir neigiami lūkesčiai blogina jų rezultatus, nes dėl atsiradusio nerimo prarandama konkurencija ir atsiranda netikrumas dėl tikslo. Nepasitikintys sportininkai dažnai stipriai konkuruojasi ties savo trūkumais, o tai atitraukia juos nuo dalykų, kurie yra būtini geriems rezultatams pasiekti. Nepasitikintys sportininkai tampa netikri dėl savo veiksmų,

prisiima kaltę sau. Pasak D. Gailienės, L. Bulotaitės, V. Sturlienės (1996), abejonės savimi nepastebimai užgožia asmenybės augimą bei džiaugsmą veikti.

Pasitikėjimo stoka gali reikštis įvairiomis baimėmis: baimė užkalbinti, raudonavimas, mikčiojimas, o kartais būna net narkomanijos priežastis.

Per didelis sportininko pasitikėjimas savimi

Per didelis pasitikėjimas savimi - apgaulė. Sportininkai negali būti per daug pasitikintys savimi, jei pasitikėjimas tvirtai remiasi jų gebėjimais. „Kai kalbama apie ką nors per daug pasitikintį savimi, iš tikro turimas omenyje netikras pasitikėjimas, tas pasitikėjimas yra didesnis, negu jam reikalinga kompetencija“ (Martens, 1999, p. 52).

Netikras pasitikėjimas gali pasireikšti dvejopai. Kai kurie sportininkai tiki, kad jie yra geresni, negu yra iš tikrųjų. Tokį požiūrį gali sukurti tėvų ir trenerių lepinimas. Tokie sportininkai pasmerkti nusivilti.

Kitas netikro pasitikėjimo tipas pastebimas tarp sportininkų, kurie išoriškai elgiasi labai tvirtai, o viduje yra nepasitikintys savimi ir nuolat nerimauja dėl galimų sportinių nesėkmių. Anot R. Martens (1999), sportininkai, kuriems būdingas netikras pasitikėjimas savimi, dažnai laikomi pasipūtusiais, išdidžiais, išpuikusiais, akiplėšomis, arogantiškais ir pretenzingais.

„Pasitikintys savimi sportininkai skiriasi nuo per daug pasitikinčių tuo, kad jų pasitikėjimas grindžiamas savo gebėjimų žinojimu ir įvertinimu“ (Kasiulis, Čižauskas, 1997 p. 134).

Netikras pasitikėjimas yra psichologinė apgavystė, kuomet kaltininkas pats tampa auka. Tokia apgaule sportininkai išsisuka nuo tikrosios savo nepasitikėjimo priežasties.

Sportininkai, pasižymintys netikru pasitikėjimu sunkiai pripažįsta savo klaidas, randa gausybę pasiteisinimų ir juos ypač sunku treniruoti, kadangi jie neprisiima atsakomybės už savo klaidas.

Tikri treneriai didina sportininkų savivertę, o prasti specialistai ją griauja. Pasitikėjimas savimi - žmogaus savivertės išraiška. R. Martens (1999) teigia, kad sportininkai, kurių pradžia buvo sėkminga, tampa labiau pasitikintys savimi, jaučiasi vertingesni bei turintys didesnę motyvaciją siekti meistriškumo.

Kai susiduriama su sportininkais, blogai manančiais apie save, reikia padėti jiems išsiugdyti teigiamą savo, kaip žmonių, vertės suvokimą, kad vėliau jau būtų galima pradėti ugdyti jų pasitikėjimą savimi.

Per daug pasitikintys sportininkai iškreipia realybę, painiodami tai, kas kas realiai yra, su tuo, kaip jie norėtų, kad būtų arba kaip turėtų būti. Pasitikintys savimi sportininkai deda viltis į savo asmenines pastangas siekiant tikslo. Tačiau kaip teigia H. Z. Zeng (2003), nėra gerai, kai sportininkai pernelyg pasitiki savimi arba pasitiki remdamiesi nepagrįstais kriterijais.

A. Alekseičikas (1980) teigia, jog žmogus, kuris apie save mano žymiai geriau, nei yra iš tikrųjų, padidina savo nuopelnus, priskiria sau privalumus, kurių neturi - toks žmogus perdėtai save vertina.

Tikrasis pasitikėjimas savimi

R. Martens (1999) teigimu, sportininkams svarbiausia pasitikėjimas – tai pasitikėjimas savo gebėjimu įgyti kompetenciją – ir fizinę, ir psichologinę.

Sportiniai laimėjimai dažniausiai matuojami vienu paprastu kriterijumi – pergale. Pergalė traktuojama kaip sėkmė, o pralaimėjimas – kaip nesėkmė.

Sportininkai, kurie grindžia pasitikėjimą savimi pergale priklauso didžiajai daugumai tų, kurie nelaimi visą laiką, jaučiasi bejėgiai negalėdami atsikratyti savo nestabilaus pasitikėjimo. Jie įsitikinę, kad vienintelis jų vertės kriterijus – pergale, todėl nepajėgia atskirti savo veiklos kokybės nuo rezultatų.

„Tikrasis pasitikėjimas yra tikėjimas, kad gali sėkmingai panaudoti turimus įgūdžius“ (Martens, 1999, p. 54). Dažniausiai klaidingai manoma, kad pasitikėti savimi galima tik tuomet jei laimima. R. S. Vealey (1986) tyrinėjo sportininkų pasitikėjimą savimi ir pateikė tokį apibrėžimą: sportinis pasitikėjimas – tikėjimas arba tam tikras tikrumas savo gebėjimu siekti sėkmės.

Daniels, Elizabeth; Leaper, Campbell (2002), ištyrė distancijos taktikos poveikius savęs vertinimui ir emocijoms, pagal mėgstamiausios komandos laimėjimus ar praradimus. Jie ištyrė krepšinio fanų savigarbos ir emocines reakcijas, jiems išėjus iš sporto arenos po to, kai jų komanda pralaimėjo arba išlošė oficialias rungtynes.

Pusei fanų buvo duota proga padidinti arba sumažinti savo asociaciją su komanda prieš nustatant savigarbą ir emocijas; likusiems fanams buvo duota proga po to. Fanai buvo labiau linkę

asocijuotis su komanda po jos pergalės, nei po pralaimėjimo. Be to, savigarba ir teigiamos emocijos buvo didesnės, o neigiamos emocijos mažesnės, nustatant po, nei prieš progą padidinti arba sumažinti asociaciją su komanda. Šie poveikiai buvo nustatyti labiau tarp aukštos komandos identifikacijos fanų, nei tarp žemos komandos identifikacijos fanų.

Pasak Tracy, Allison; Erkut, Sumru (2002), sportavimas teigiamai paveikia kūno formas, išugdo fizinį pajėgumą, lyties identiškumą, visapusišką savęs vertinimą ir kitus psicho-socialinius kintamuosius. Jei nėra tokių psichosocialinių savybių, sportavimas turi nedaug naudingo poveikio ir gali netgi pakenkti savęs vertinimui. Tam pritaria ir Shaffer, David; Wittes, Erin (2006), kurių teigimu, sporto mėgimas keičia sportavimo bei savęs vertinimo santykį ir leidžia manyti, kad asmenims, kurie ne taip mėgsta sportą, grėsia savęs nuvertinimo rizika. Be to, dalyvavimas sporte ir savęs vertinimas tam tikrose srityse gali paveikti visuotinius savęs vertinimo jausmus.

1.10. Tikėjimas sėkme ir pasitikėjimas savimi

Pasak P. Kummer (1997), nieko nėra neįmanoma, viskas – pasiekama. Bet kurios minties puoselėjimas galvoje, padeda siekti tikslo. Taip proto pastangomis pasąmonė užkoduojama impulsais, kurie ne tik modeliuoja jo veiklą, bet verčia jį tikėti net tuo, kas sunkiai įgyvendinama. „Tikėjimas savimi atveria kelią nepaprastiems gebėjimams“ (Svijašas 2000, p.185).

„Pasitikėjimas savimi, tikėjimas - tai savo vertės jautimas, pasireiškiantis tikrumu, kad pakanka gebėjimų veikti“ (Jovaiša 1993, p. 157). Pasitikėjimo savimi negali išsiugdyti žmogus, kuris save prastai vertina. Todėl treneriui ypač svarbu suvokti tikrąją savo vertę. Treneriai žinantys savo vertę, ugdo ir savimi pasitikinčius auklėtinius. „Savo vertės suvokimas yra reikšmingas motyvacijos raktas, atrakinantis duris į sėkmę“ (Miškinis, 2006, p. 68 b).

Sporte situacijos nuolat kinta, yra daug pasirinkimo variantų, ypatingos prasmės įgyja pasitikėjimas bei rizika. Pasitikėjimas yra išskirtinis sportininko ugdymo veiksnys, kuris sudaro sąlygas protingai rizikuoti, ir ji tiek trenerio, tiek sportininko veiklą daro rezultatyvesnę.

3 lentelė

Pageidautinas motyvacijos lygis (pagal Singerį, 1972)

Veikla	Pageidautina motyvacija
---------------	--------------------------------

Nesudėtinga	Didžiausia
Vidutinio sudėtingumo	Saikinga
Sudėtinga	Maža

Motyvuojuojant sportininkus labai svarbu atsižvelgti į jų individualias savybes, nes sporte egzistuoja optimali kiekvienos sporto šakos, kiekvieno sportininko, kiekvienu varžybų motyvacija.

Sportinės veiklos motyvai sąlygoja sportinės veiklos tikslus. Treneriui tenka sunki užduotis – išsiaiškinti kokių motyvų skatinamas auklėtinis pasirinko sporto šaką, ir padėti jam numatyti artimesnius ir tolimesnius tikslus. „Sportininkų motyvų prasmės aiškinimas, motyvuotas orientacijos stiprinimas yra svarbiausia psichologinė asmenybės problema“ (Karoblis 1999, p. 303).

V. Kuklys (1982), nurodo motyvacijos rūšis: vidinę ir išorinę. **Vidinė motyvacija** - savęs skatinimas. Sportininkas treniruojasi, dalyvauja varžybose, savo maloumui. **Išorinė motyvacija** - skatinimas iš išorės. Tai pinigai, prizai, pagyrimai, visuomenės pripažinimas. Manoma, kad kuo daugiau vidinių ir išorinių skatinimo šaltinių, tuo geriau. K. Miškinis (2006 b), nurodo vidinės motyvacijos stiprinimo būdus:

- ✓ Sudaryti sąlygas kuo dažniau patirti sėkmę;
- ✓ Taikyti žodinius ir nežodinius (neverbalinius) pagyrimus;
- ✓ Keisti pratimų turinį ir seką; retiruoti monotškumą;
- ✓ Ypač skatinti netikėtai, kai sportininkas to nesitiki.

1.11. Psichinės gynybos būdai

D. Beresnevičienė (2002 a), skiria šiuos pagrindinius psichinės gynybos būdus:

- 1) *Kompensacija* – žmogus savo trūkumus (realius ir įsivaizduojamus) ir jų sukeltą menkavertiškumo jausmą kompensuoja pasiekimais kokiose nors kitose gyvenimo srityse, fantazijose arba svajonėse.
- 2) *Racionalizacija* – siekdamas išsaugoti savigarbą, žmogus savo elgesį ar norus aiškina labiau priimtinais, „gražesnėmis“ priežastimis nei tikrosios. Racionalizacija gali reikštis įvairiomis formomis: nuvertinimas, sureikšminimas, savęs lyginimas su kitais.

- 3) *Projekcija* – kitiems žmonėms priskiriami savo pačių dažniausiai nepriimtini bruožai, jausmai, potraukiai, motyvai, savyje juos neigiant.
- 4) *Išstūmimas* – iš sąmonės pašalinami (užmirštami) savajam Aš nepriimtini ar nemalonūs jausmai, troškimai, norai, mintys.
- 5) *Neigimas* – nemaloni, nepriimtina realybė ar savo paties norai ir jausmai „nematomi“, ignoruojami.
- 6) *Sublimacija* – asmenybei nepriimtinių potraukių (pirmiausia – seksualinių ir agresijos) energija nukreipiama ir realizuojama netiesioginiu, visuomenei priimtinu ar net naudingu būdu.
- 7) *Priešybė (atvirkštinis reagavimas)* – žmogus jaučia ir elgiasi visiškai priešingai savo tikriems, bet nepriimtiniems jausmams ir norams.
- 8) *Perkėlimas* – neigiamos arba teigiamos emocijos, kurias sunku sau pripažinti ar nėra galimybės jų išreikšti, nukreipiamas į kitą, dažnai „lengviau prieinamą“ žmogų ar daiktą.
- 9) *Regresija* – žmogus vaikiškai elgiasi emociškai įtemptose, atsakomybės reikalaujančiose situacijose, tuo nesąmoningai siekdamas užuojautos ar versdamas kitus išspręsti jo problemas.

Psichinė gynyba yra naudinga: padeda palaikyti Aš – vaizdo pastovumą, išsaugoti savigarbą, išvengti skaudžių išgyvenimų ir vidinio diskomforto. Tačiau pasak A. Vaičiulienės (2004 a), ji naudinga tik tol, kol naudojama saikingai, nes pernelyg didelis gynybiškumas rodo nesugebėjimą pripažinti tikrovės tokios, kokia ji yra. Tai trukdo žmogui ne tik sėkmingai bendrauti ir veikti, bet ir pilnai realizuojant save gyvenime.

II. METODIKA IR TYRIMO ORGANIZAVIMAS

2.1. Tyrimo metodai

Darbe buvo taikyti šie mokslinio tyrimo metodai:

- **Teoriniai.** Pedagoginės ir psichologinės literatūros bei mokslinių šaltinių analizė. buvo atlikta siekiant išnagrinėti literatūros šaltinius, susijusius su nagrinėjama tema, aptarti tyrimo rezultatus ir juos palyginti su kitų autorių panašaus pobūdžio tyrimų duomenimis.

- **Empiriniai.** 15 – 20 m. Norvegijoje ir Lietuvoje sportuojančių paauglių anketinė apklausa. Anketinei apklausai atlikti buvo naudojama D. Beresnevičienės (1995 c) mokymosi motyvų, vertybinių orientacijų, aspiracijų, psichologės savijautos mokantis; savęs vertinimo nustatymo testas.

Anketinės apklausos tikslas - išsiaiškinti Norvegijoje ir Lietuvoje sportuojančių (15-20 metų) paauglių mokymosi motyvus, aspiracijas, vertybes; psichologinę savijautą mokantis ir savivertę.

-**Statistiniai.** Informacijai apdoroti naudojama SPSS (angl. Statistical Package for Social Science) programa, 15,0 versija, grafiniam tyrimo duomenų pavaizdavimui naudota Microsoft Excel programa. Sugrupuota informacija pateikiama lentelėse ir grafikuose.

- **Anketavimas.** Anketavimui atlikti buvo taikoma D. Beresnevičienės (1995 c) anketa. Mokinių savivertė buvo tiriama taikant semantinio diferencialo skalę kuri turi 8 parametrus: silpnas-stiprus; bjaurus-gražus; tingus-darbštus; kvailas-protingas; pasyvus-aktyvus; nevykėlis-gabus; priešiškas-draugiškas; lėtas-vikrus. Parametrus reikėjo įvertinti nuo -3 iki +3 balų. Mokinių psichologinė savijauta mokantis taip pat buvo tiriama taikant semantinio diferencialo skalę. Skalę sudarė 6 parametrai: nepatinka-patinka; sunku-lengva; nuobodu-įdomu; bjauru-malonu; žalinga-naudinga; nesiseka-sekasi. Šią skalę taip pat buvo įvertinama nuo -3 iki +3 balų. Mokinių mokymosi motyvai buvo vertinami atsakant į klausimus, kuriuos reikėjo pažymėti balais nuo 10 iki 1 atsižvelgiant į reikšmingumą. Tai suteikė galimybę ištirti tokias motyvų kategorijas: ketinate mokytis toliau; norite tobulinti save kaip asmenybę; norite įgyti bendrojo lavinimo atestatą; ketinate tapti sportininku profesionalu; dėl prestižo; didesnis atlyginimas; norite geriau fiziškai pasirengti; savigarba; sveikata; norite pilnai išnaudoti savo sugebėjimus; kita.

Duomenų apdorojimas. Duomenų statistinei analizei atlikti buvo naudojama SPSS (angl. *Statistical Package for Social Science*) programa, 15,0 versija. Analizuojant demografinius duomenis, buvo atlikta dažnių analizė, apskaičiuojant bendrą reikšmių skaičių (N) ir procentinę išraišką (%). Atliekant palyginamąją analizę tarp abiejų tiriamųjų grupų rodiklių ir statistiniu ryšiu patikrinti atlikta Chi kvadrato (χ^2) testas. Reikšmingumo lygmuo pasirinktas $p < 0,05$ ir iš chi kvadrato pasiskirstymo lentelių, nustatys laisvas laipsnių skaičių (df), surasta kritinė chi kvadrato reikšmė (χ^2). Jei $\chi^2 > \chi^2$ kritinė reikšmė, mažai tikėtina, kad požymiai nepriklausomi. Apskaičiuota tyrimo duomenų aritmetiniai vidurkiai (\bar{X}) bei aritmetinių vidurkių paklaidos (S_x). Vidurkiams (\bar{X}) pateikiami standartiniai nuokrypiai (SN) (95% pasikliautinumo intervalas), kurių reikšmingumo lygmuo yra $p < 0,05$. Atlikdami mokinių sporto ir profesinių interesų, mokymosi motyvų, psichologinės savijautos ir savigarbos rodiklių įverčių vidurkių lyginimą, taikėme

Studento t kriterijų, kadangi buvo lyginamos dvi nepriklausomos imtys, kurių duomenų skirstinys yra normalusis.

2.2. Tyrimo organizavimas

Tyrimas buvo vykdomas keliais etapais:

I etapas - (2006 10 25 – 2007 03 01) – mokslinės literatūros šaltinių analizė.

II etapas – (2007 03 02 – 2007 05 20) temos, tyrimo hipotezės, tikslų, uždavinių formulavimas.

III etapas – (2007 05 25-2007 09 30) – buvo vykdomas tyrimas

IV etapas – (2007 10 01 – 2008 04 30) – buvo analizuojami gauti tyrimo rezultatai, daromos lentelės, paveikslai, išvados.

Tyrimas buvo atliekamas 2007 – 2008 metais Norvegijoje: Numedall (14 merginų, 13vaikinų), Assiden (13 merginų, 17 vaikinų), Rosthaug (13 merginų, 14 vaikinų), Eiker (12 merginų, 2 vaikinai) vidurinėse mokyklose 10 klasėse (16-17 metų mokiniai); Hallvard (11 merginų, 14 vaikinų), Kongsberg (13 merginų, 14 vaikinų), Royken (10 merginų, 17 vaikinų) vidurinėse mokyklose 11 klasėse (17-18 metų mokiniai); Honefoss (14 merginų, 11 vaikinų), Drammen (12 merginų, 16 vaikinų), Ringerike (9 merginos, 13 vaikinų) vidurinėse mokyklose 12 klasėse (17-19 metų mokiniai) ir Lietuvoje: Šiaulių miesto Vijolių vidurinėje mokykloje t10 –ose (15-17 metų mokiniai), 11-ose (17-18 metų mokiniai), 12-ose klasėse (17-20 metų mokiniai); Joniškio sporto mokykloje, 10-ose (15-17 metų mokiniai), 11-ose (16-18 metų mokiniai), 12-ose (17-18 metų mokiniai).

Anketos klausimai buvo pateikti kiekvienam tiriamajam atskirai ir jo atlikimas truko apie 30 minučių. Apklausiant respondentą buvo sukurta draugiška ir saugi atmosfera, kad jis jaustųsi mažiau susikaustęs.

Atliktame tyrime apklausti abiejų lyčių, 15 – 20 m. amžiaus Norvegijoje ir Lietuvoje sportuojantys paaugliai. Iš viso tyrime dalyvavo 406 tiriamieji. Visi tiriamieji buvo suskirstyti į dvi pagrindines eksperimentines grupes pagal tai, kurioje šalyje jie mokosi:

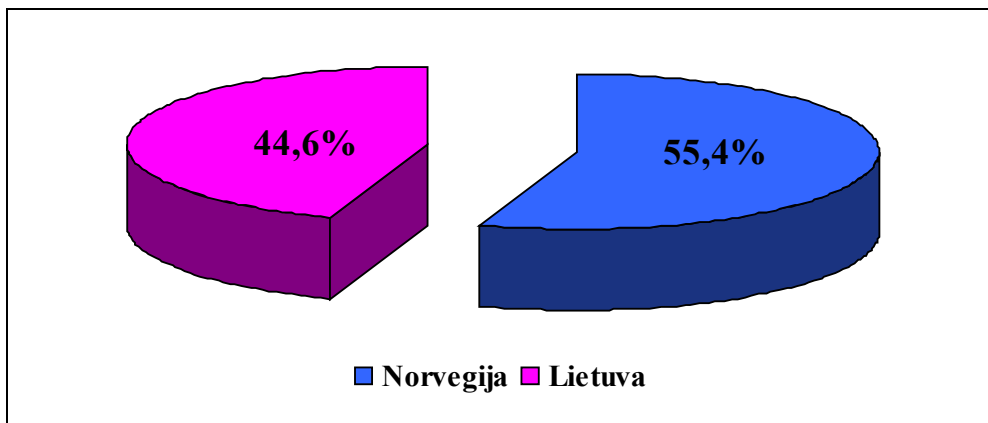
1. Norvegijoje sportuojantys paaugliai;
2. Lietuvoje sportuojantys paaugliai.

Norvegijos ir Lietuvos sportuojantys paaugliai buvo analizuojami tapusavyje.

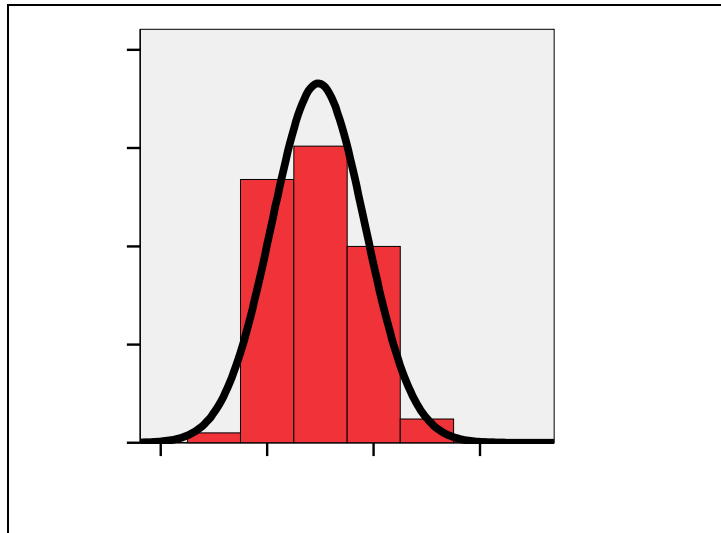
Siekiant, kad nebūtų pažeisti etikos principai, kiekvienas respondentas turėjo teisę nieko neįtakojamas apsispręsti, ar dalyvauti tyrime. Buvo kreiptasi žodžiu į ugdymo įstaigų administraciją dėl sutikimo atlikti tyrimą. Supažindinus vadovus su tyrimu ir tyrimo instrumentu, buvo gautas žodinis sutikimas atlikti tyrimą. Gavus paauglių tėvų sutikimą, buvo atliekamas anketavimas su savanoriškai sutikusiais tyrime dalyvauti paaugliais. Respondentams ir jų tėvams buvo paaiškinta dėl anonimiškumo užtikrinimo ir susitarta koku būdu bus atliekamas tyrimas.

III. TYRIMO REZULTATAI IR JŲ ANALIZĖ

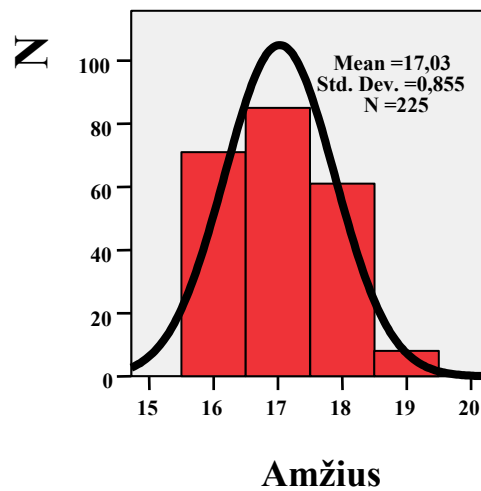
Tyrime dalyvavo 406 (N = 121) tiriamieji, iš kurių 181 (44,6 %) tiriamasis mokosi Lietuvoje ir 225 (55,4 %) tiriamieji mokosi Norvegijoje (žr. į 1 paveikslą ir 1 priedą). Tyrime dalyvavo 15 – 20 metų amžiaus sportuojantys paaugliai (žr. į 2 paveikslą, 3 paveikslą, 4 paveikslą ir 2 priedą), kurių amžiaus vidurkis $16,96 \pm 0,044$ m. Lietuvoje sportuojančių paauglių amžiaus vidurkis sudaro $16,87 \pm 0,068$ m., o Norvegijoje sportuojančių paauglių amžiaus vidurkis $17,03 \pm 0,057$ m. Tarp Norvegijos ir Lietuvos tiriamųjų amžiaus statistiškai reikšmingo skirtumo nerasta ($p = 0,077$).



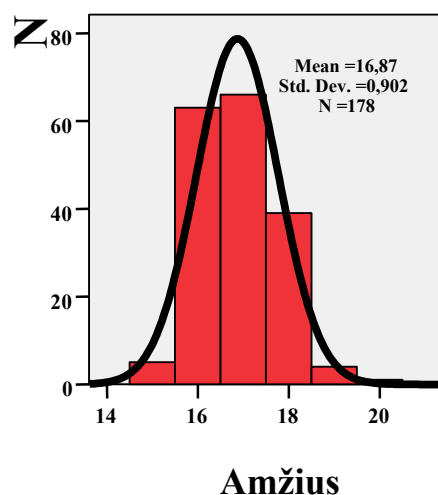
1 pav. Lietuvos ir Norvegijos tiriamieji



2 pav. Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių amžius

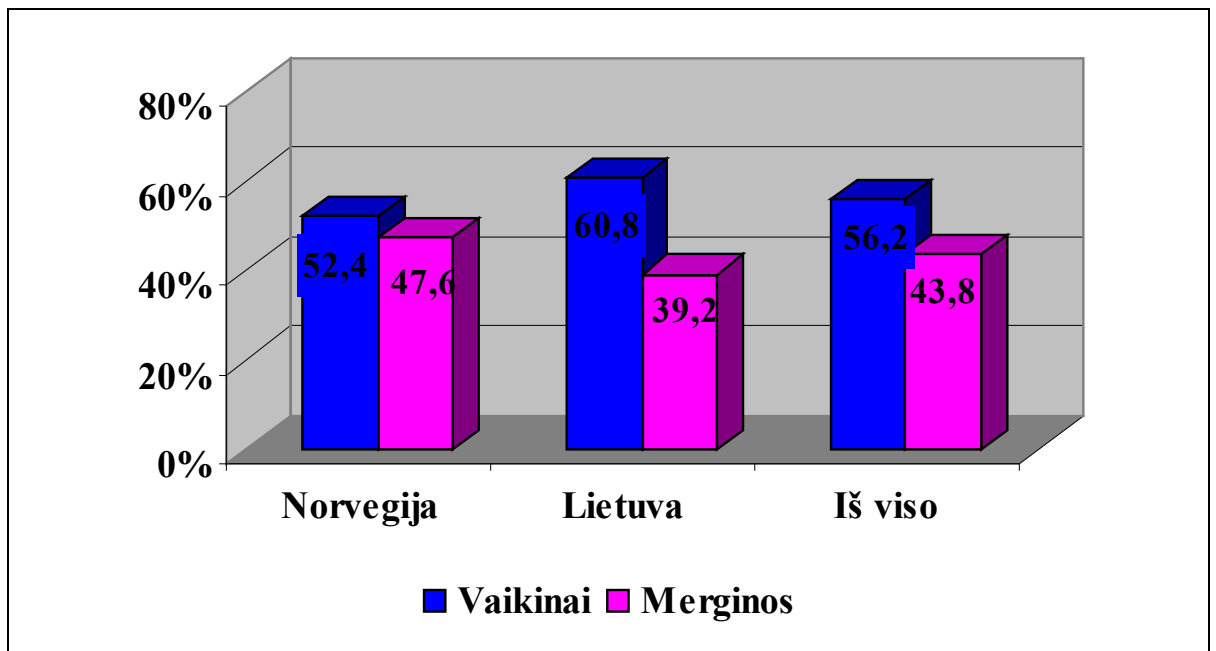


3 pav. Norvegijos sportuojančių paauglių amžius



4 pav. Lietuvos sportuojančių paauglių amžius

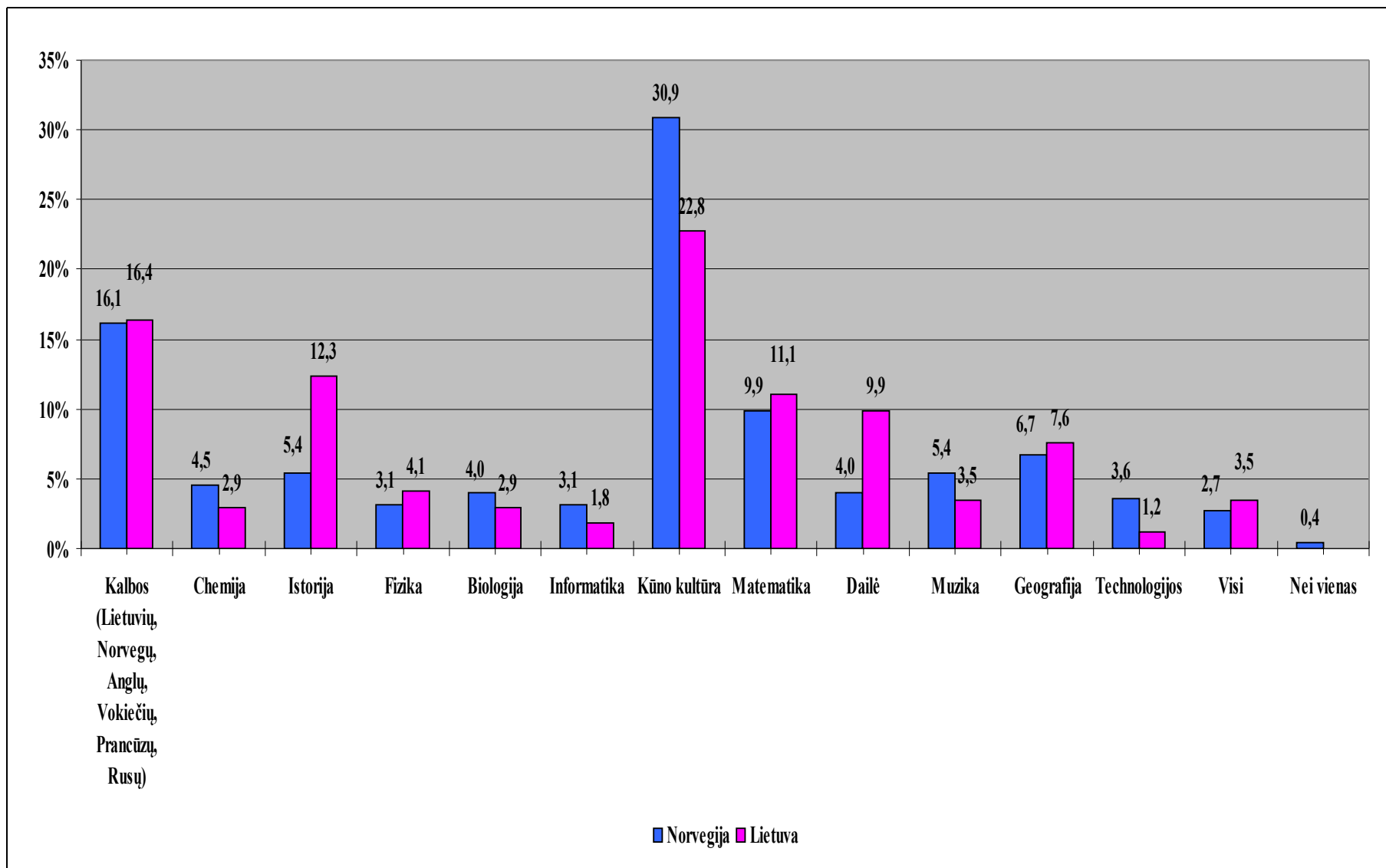
Analizuojant Norvegijos ir Lietuvos sportuojančius paauglius pagal lytį (žr. į 5 paveikslą ir 3 priedą), statistiškai reikšmingo skirtumo nerasta ($p = 0,093$). Tyrime iš viso dalyvavo 56 % vaikinių ir 43,8 % merginų. Iš visų Lietuvoje sportuojančių paauglių, kurie dalyvavo tyrime, vaikinai sudarė 60,8 %, o merginos 39,2 %. Iš visų Norvegijoje sportuojančių paauglių, kurie dalyvavo tyrime, vaikinai sudarė 52,4 %, o merginos 47,6 %.



5 pav. Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių lytis

Kaip parodė tyrimas (žr. į 6 paveikslą ir 4 priedą), į klausimą „Koks mokomasis dalykas mokykloje Jums labiausiai patinka?“, tiek Lietuvos, tiek Norvegijos sportuojantys paaugliai kaip labiausiai patinkantį mokomąjį dalyką nurodė kūno kultūrą (nurodė 22,8 % Lietuvoje ir 30,9 % Norvegijoje sportuojančių paauglių), kalbas (nurodė 16,4 % Lietuvoje ir 16,1% Norvegijoje sportuojančių paauglių), matematiką (nurodė 11,1 % Lietuvoje ir 9,9 % Norvegijoje sportuojančių paauglių), istoriją(nurodė 12,3 % Lietuvoje ir 5,4 % Norvegijoje sportuojančių paauglių).

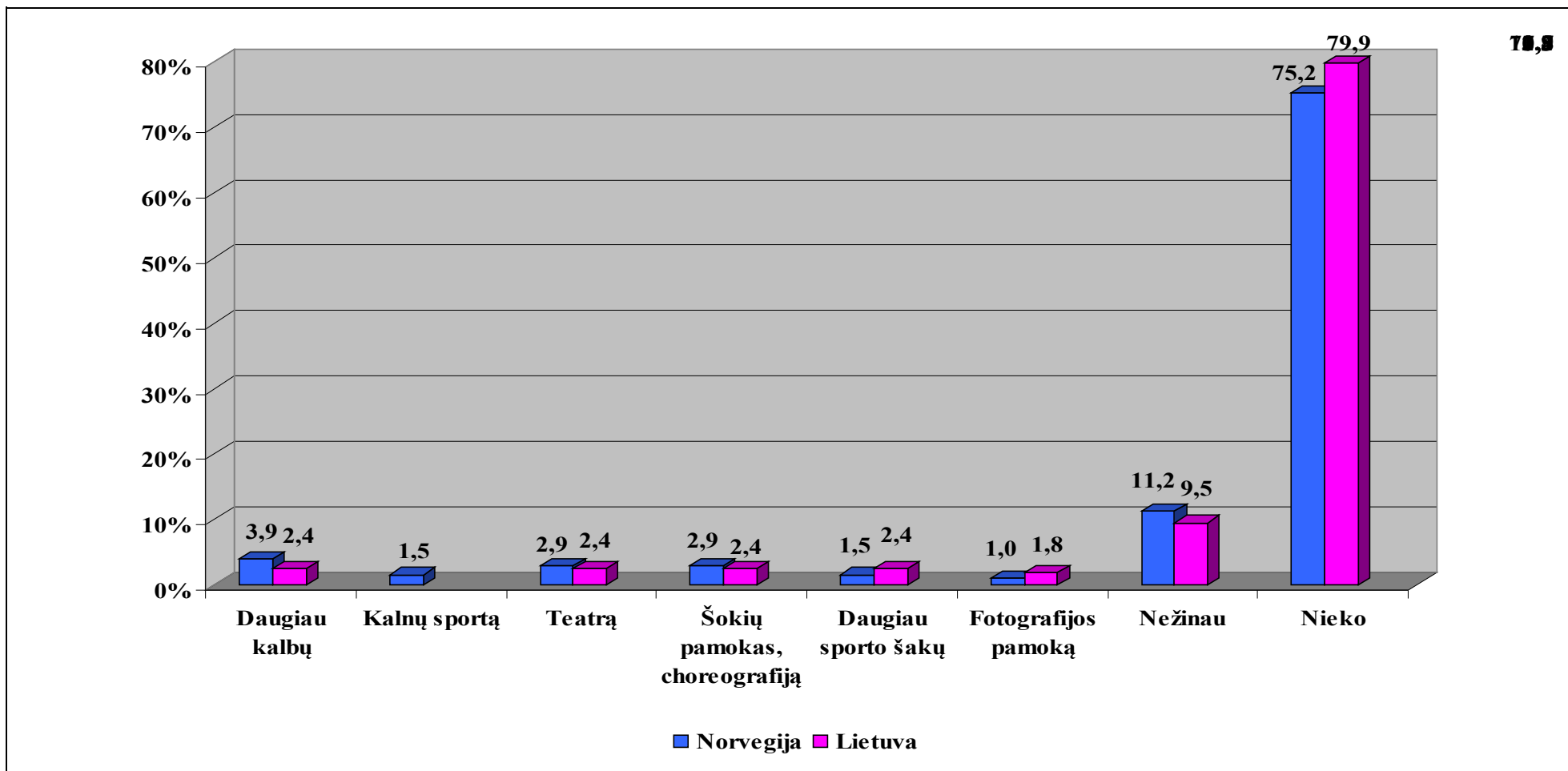
Lietuvoje sportuojantys paaugliai kaip mažiausiai patinkantį mokomąjį dalyką mokykloje nurodė - technologijas (1,2 %) ir visai nenurodė, „nepatinka nei vienas“, kaip Norvegijoje sportuojantys paaugliai (0,4 %) ir, kad visi dalykai jiems mokykloje patinka (2,7 %).



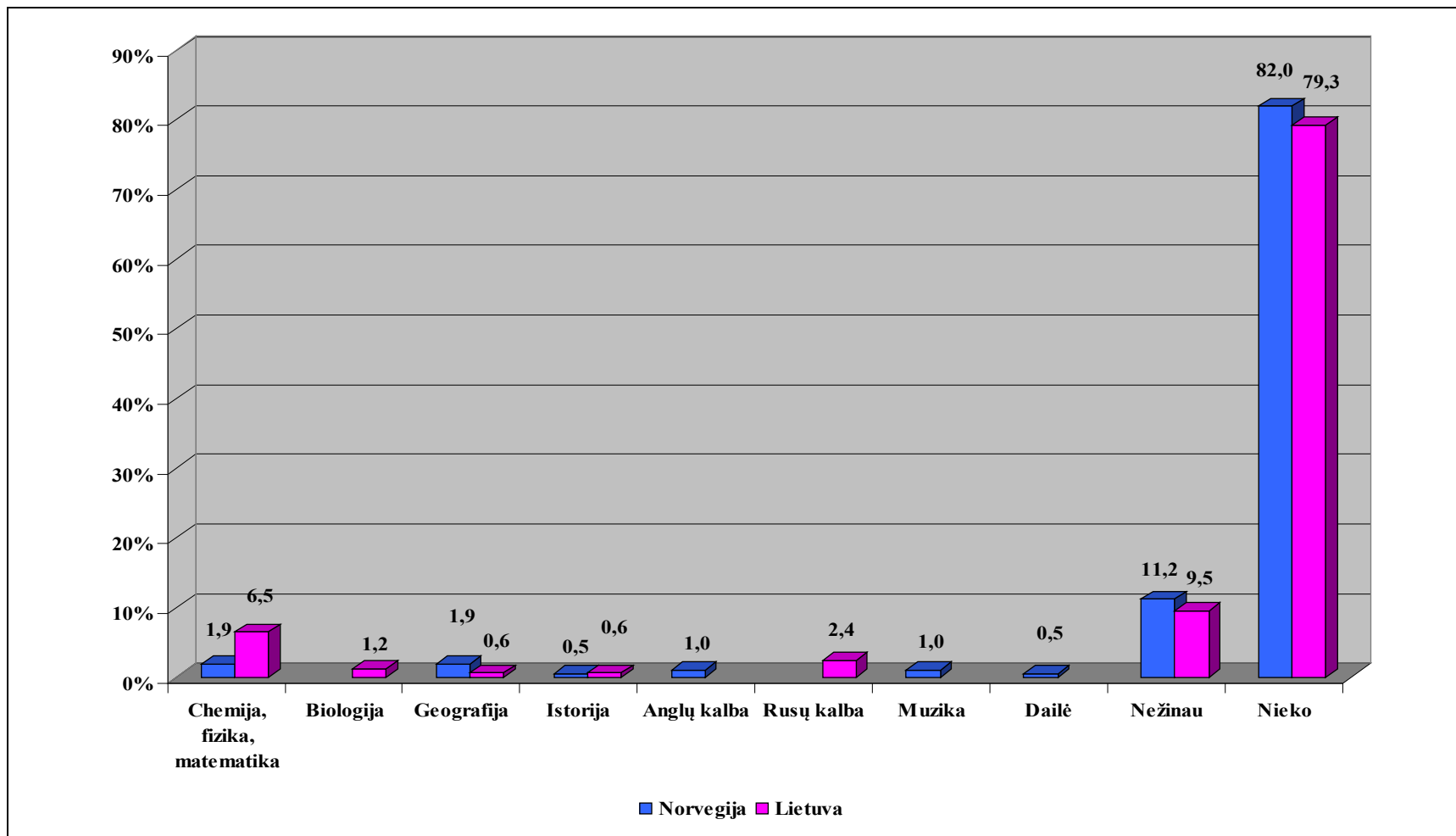
6 pav. Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių formaliojo švietimo sistemoje motyvų palyginimas

Tiriamųjų nuomone, kaip matyti iš 7 paveikslo ir 5 priedo, į klausimą „Jei turėtumėte galimybę, kokį mokomąjį dalyką papildomai įtrauktumėte į mokymo programą?“, abiejų šalių sportuojantys paaugliai daugiausiai nurodė, kad į mokymo programą papildomai nieko neįtrauktų (taip mano 79,9 % Lietuvoje sportuojančių paauglių ir 75,2 % Norvegijoje sportuojančių paauglių). Tačiau tarp nurodytų dalykų, kuriuos reikėtų papildomai įtraukti į mokymo programą, po 2,4 % Lietuvoje sportuojantys paaugliai nurodė daugiau kalbų, teatrą, choreografiją (šokių pamokas) ir daugiau sporto šakų, o Norvegijoje sportuojantys paaugliai nurodė 3,9 % daugiau kalbų ir po 2,9 % teatrą bei choreografiją (šokių pamokas).

Analizuojant tyrimo duomenis, matyti (žr. į 8 paveikslą ir 6 priedą), iš mokyklos programos jie nesiūlytų nieko išbraukti (taip mano 79,3 % Lietuvoje sportuojančių paauglių ir 82,0% Norvegijoje sportuojančių paauglių). Tačiau tarp nurodytų mokomųjų dalykų, kuriuos siūlytų išbraukti iš mokymo programos, 6,5 % Lietuvoje ir 1,9 % Norvegijoje sportuojančių paauglių nurodė chemiją, fiziką ir matematiką. Tačiau statistiškai reikšmingo skirtumo tarp Lietuvoje ir Norvegijoje sportuojančių paauglių nuomonės, apie mokymo programos papildymą ar kai kurių mokomųjų dalykų panaikimą (išbraukimą), nerasta ($p > 0,05$).



7 pav. Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių nuomonės apie formaliojo švietimo sistemos papildymą

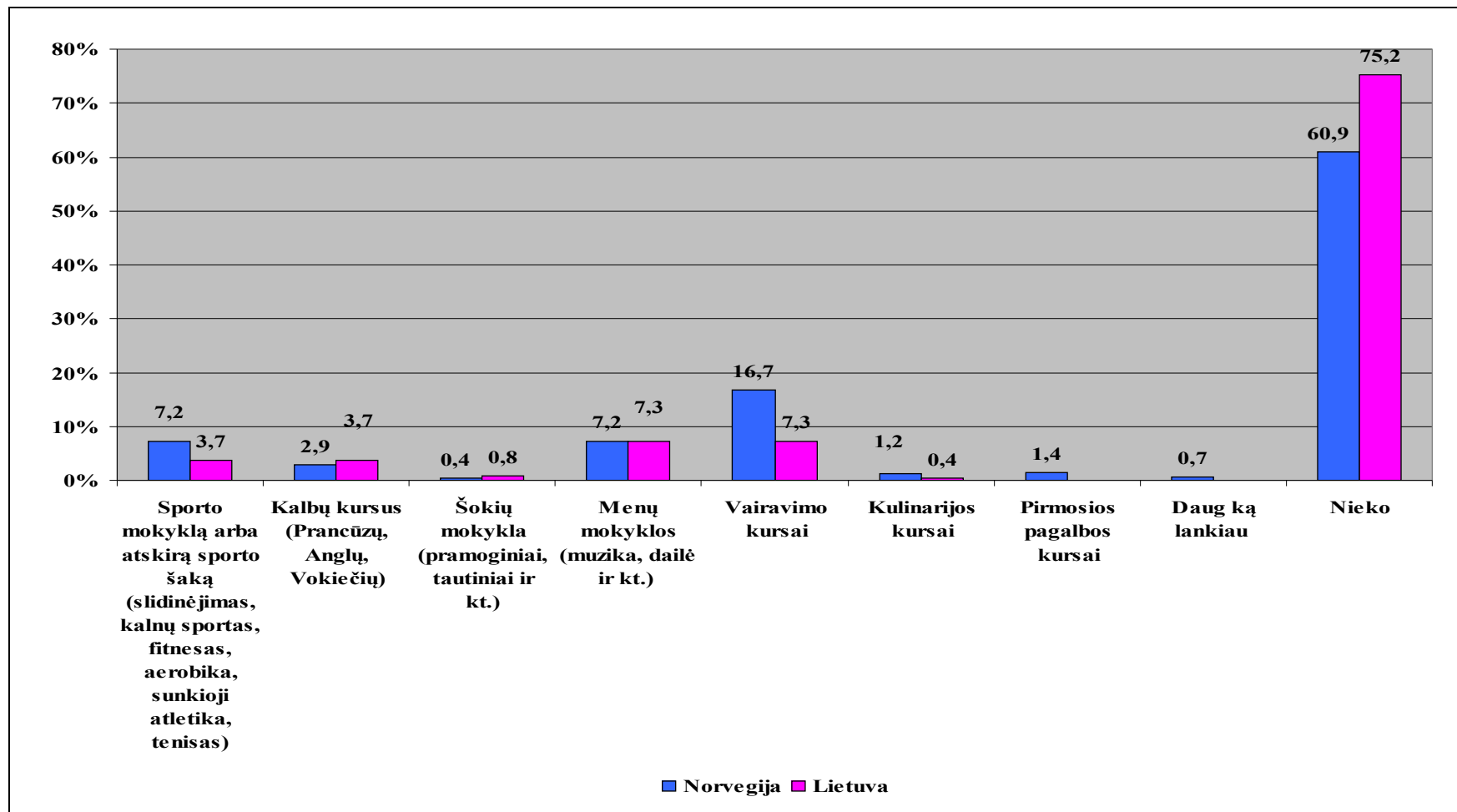


8 pav. Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių nuomonės apie nedalyvavimą formaliojo švietimo sistemoje motyvų palyginimas

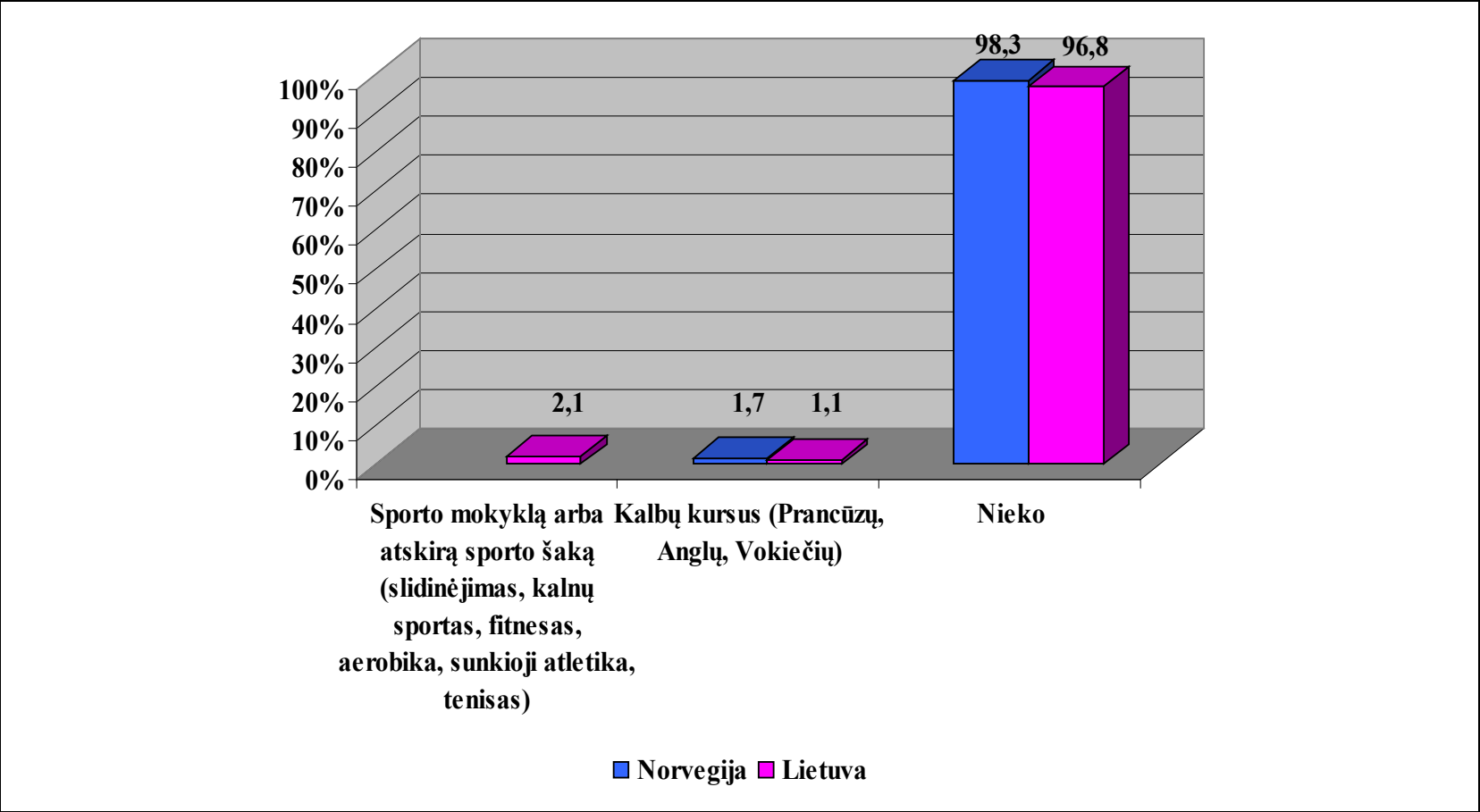
Tiriant Lietuvos ir Norvegijos sportuojančių paauglių dalyvavimą neformaliajame švietime, matyti (žr. į 9 paveikslą ir 7 priedą), kad praeityje abiejų šalių sportuojantys paaugliai beveik nieko nelankė. Tarp nurodytų įstaigų daugiausiai buvo lankomi vairavimo kursai (tai nurodo 16,7% Norvegijos ir 7,3% Lietuvos sportuojančių paauglių). Tarp lankytų mokyklų ir kursų procentais šiek tiek išsiskiria sporto mokykla arba atskira sporto šaka (slidinėjimas, kalnų sportas, fitnesas, aerobika, sunkioji atletika, tenisas) tai nurodė 7,2 % Norvegijos ir 3,7% Lietuvos sportuojančių mokinių) bei menų mokyklos (muzikos, dailės) (nurodė 7,2% Norvegijos ir 7,3% Lietuvos sportuojančių mokinių).

Iš analizuojamų tyrimo duomenų matyti, jog šiuo metu (žr. į 10 paveikslą ir 8 priedą), tiek Norvegijos, tiek Lietuvos sportuojantys paaugliai beveik nieko nelanko (tai nurodė 98,3 % Norvegijoje ir 96,8 % Lietuvoje sportuojančių paauglių).

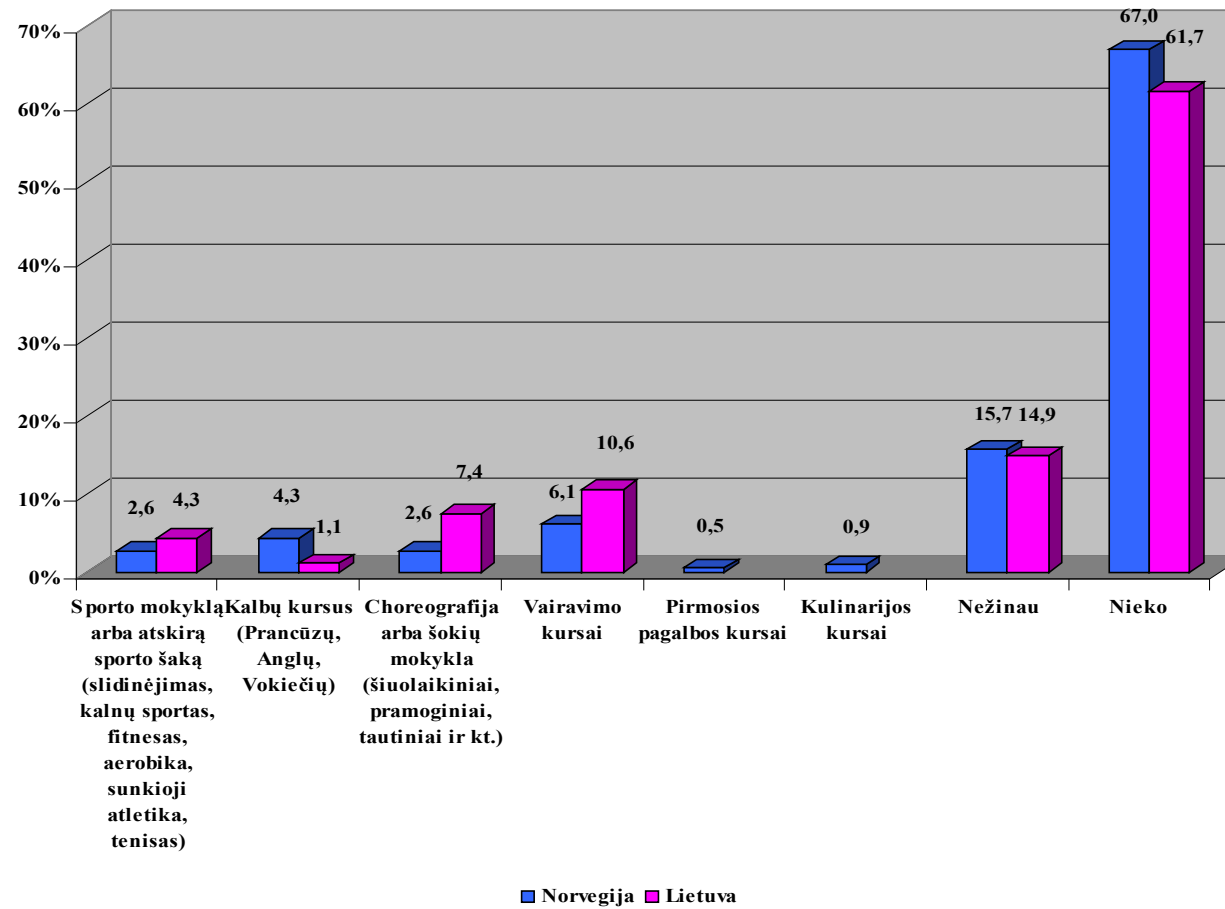
Tyrimų duomenys rodo (žr. 11 paveikslą ir 9 priedą), jog ir Lietuvos, ir Norvegijos sportuojantys paaugliai nurodo, jog ateityje nieko nenori lankyti, (taip nurodė 61,7 % Lietuvoje ir 67,0 % Norvegijoje sportuojančių paauglių). Tačiau tarp mokyklų ar kursų, kuriuos norėtų lankyti 10,6% Lietuvoje sportuojantys paaugliai nurodė vairavimo kursus, o 7,4 % Norvegijoje - choreografijos (šokių pamokas). Statistiškai reikšmingo skirtumo tarp Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių nerasta ($p > 0,05$).



9 pav. Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių dalyvavimo neformaliajame švietime palyginimas

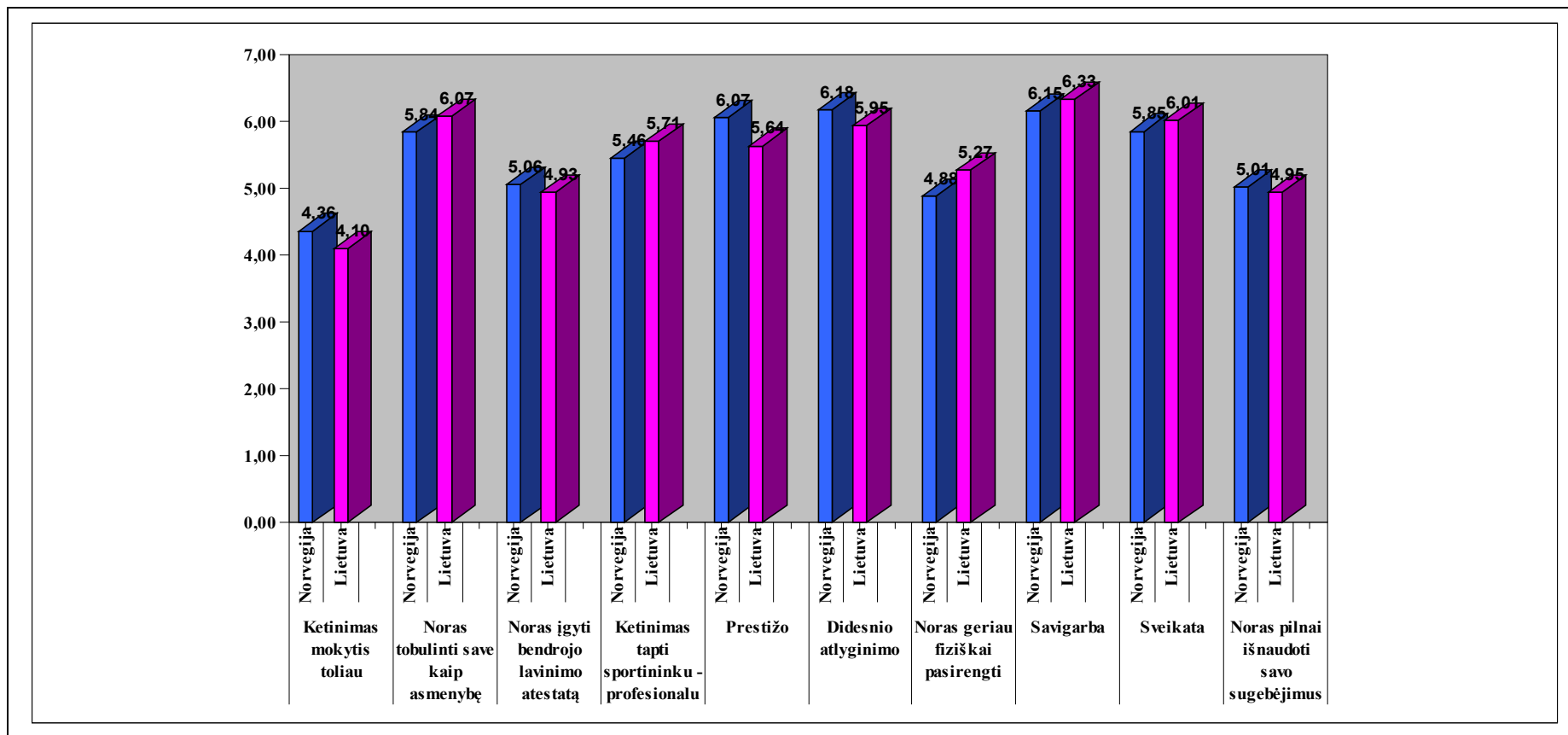


10 pav. Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių dabartinių interesų palyginimas



11pav. Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių ateities interesų palyginimas

Analizuojant sąlygas, kurios turėjo įtakos sportuojančių paauglių pasirinkimui mokytis sporto mokykloje, kaip matyti 12 paveikslo 4 lentelės statistiškai reikšmingo skirtumo tarp Lietuvoje ir Norvegijoje sportuojančių paauglių nerasta ($p > 0,05$). Tačiau atlikus bendrą įtakos turėjusių tiriamųjų pasirinkimui sąlygų analizę matyti, kad didžiausią įtaką sportuojančių paauglių pasirinkimui mokytis sporto mokykloje turėjo savigarba (Lietuvoje sportuojančių paauglių balų vidurkis $X = 6,33 \pm 0,233$, o Norvegijoje - balų vidurkis $X = 6,15 \pm 0,190$), didesnis atlyginimas (Lietuvoje sportuojančių paauglių balų vidurkis $X = 5,95 \pm 0,233$, o Norvegijoje - balų vidurkis $X = 6,18 \pm 0,190$), noras tobulinti save kaip asmenybę (Lietuvoje sportuojančių paauglių balų vidurkis $X = 6,07 \pm 0,199$, o Norvegijoje - balų vidurkis $X = 5,84 \pm 0,187$), prestižas (Lietuvoje sportuojančių paauglių balų vidurkis $X = 5,64 \pm 0,218$, o Norvegijoje - balų vidurkis $X = 6,07 \pm 0,188$) ir sveikata (Lietuvoje sportuojančių paauglių balų vidurkis $X = 6,01 \pm 0,213$, o Norvegijoje - balų vidurkis $X = 5,85 \pm 0,196$).

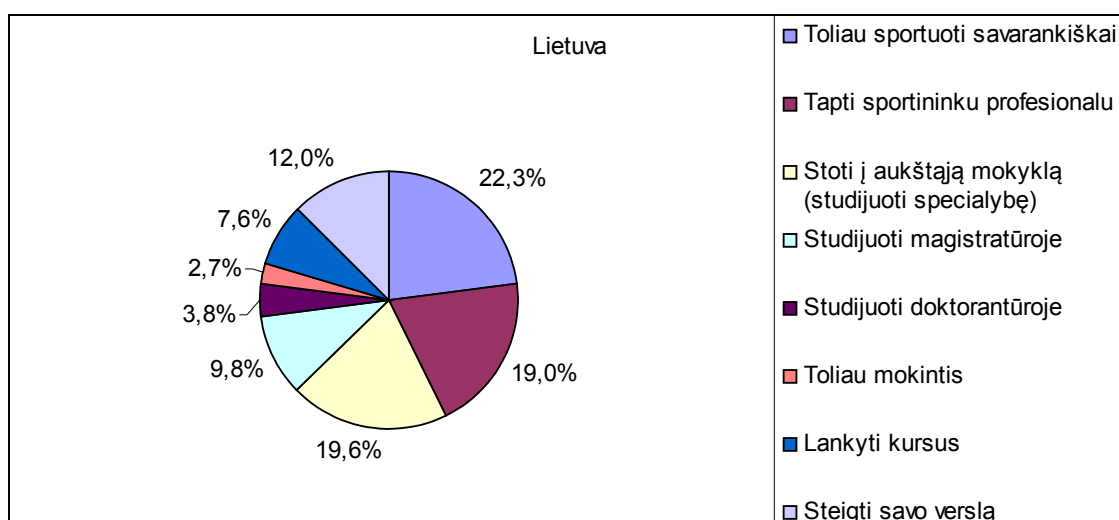


12 pav. Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių mokymosi motyvų palyginimas

Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių mokymosi motyvų palyginimas

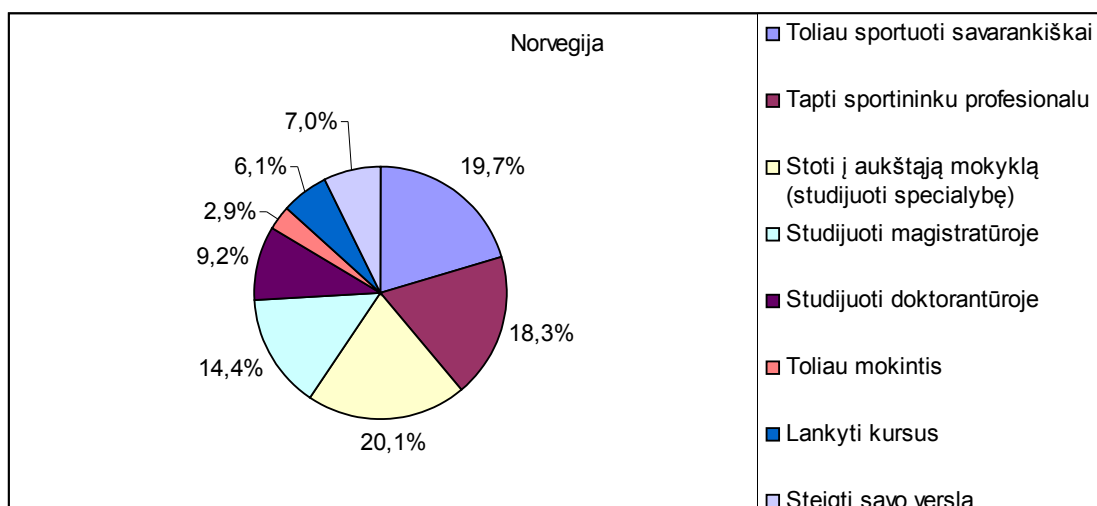
Mokymosi motyvai	Šalys	X	SN	t	df	p
Ketinimas mokytis toliau	Norvegija	4.36	3.221	0.777	367	0.437
	Lietuva	4.10	3.246			
Noras tobulinti save kaip asmenybę	Norvegija	5.84	2.715	-0.849	376	0.397
	Lietuva	6.07	2.579			
Noras įgyti bendrojo lavinimo atestata	Norvegija	5.06	2.959	0.420	372.845	0.674
	Lietuva	4.93	2.680			
Ketinimas tapti sportininku - profesionalu	Norvegija	5.46	2.919	-0.826	381	0.410
	Lietuva	5.71	2.988			
Prestižo	Norvegija	6.07	2.711	1.502	375	0.134
	Lietuva	5.64	2.827			
Didesnio atlyginimo	Norvegija	6.18	2.466	0.910	373	0.363
	Lietuva	5.95	2.530			
Noras geriau fiziškai pasirengti	Norvegija	4.88	2.710	-1.455	376	0.147
	Lietuva	5.27	2.552			
Savigarba	Norvegija	6.15	2.735	-0.588	338.133	0.557
	Lietuva	6.33	2.998			
Sveikata	Norvegija	5.85	2.811	-0.545	368	0.586
	Lietuva	6.01	2.736			
Noras pilnai išnaudoti savo sugebėjimus	Norvegija	5.01	2.886	0.229	368	0.819
	Lietuva	4.95	2.891			

Analizuojant Lietuvos sportuojančių paauglių tolesnio mokymosi ketinimus matyti (žr. 13, 15 paveikslus 5 lentelę), kad Lietuvos sportuojantys paaugliai toliau ketina sportuoti savarankiškai (22,3%), stoti į aukštąją mokyklą - studijuoti specialybę (19,6%), tapti sportininkais profesionalais (19,0%).



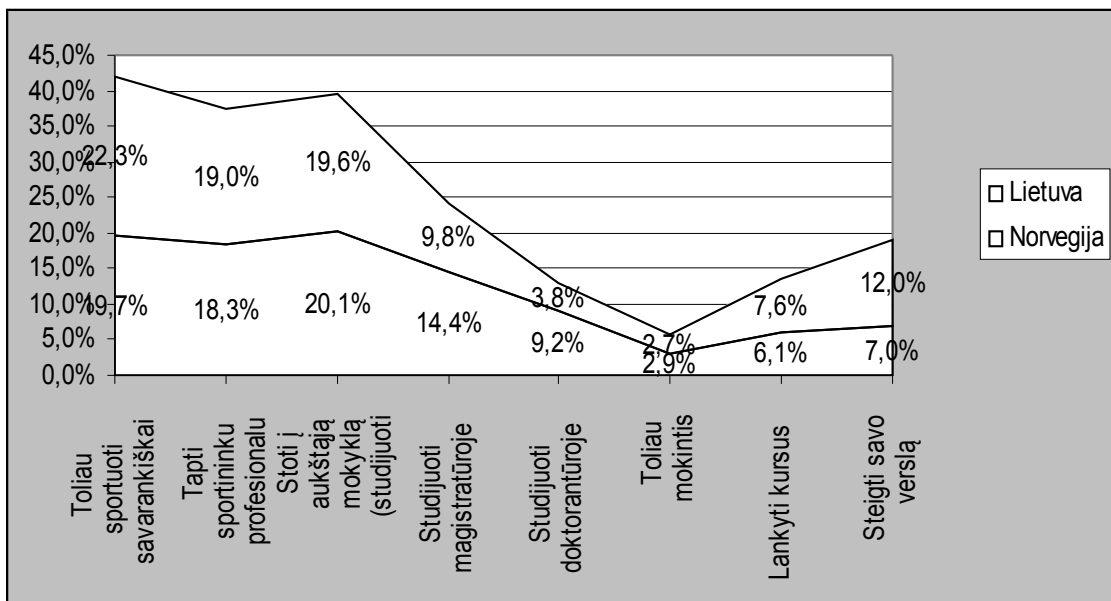
13 pav. Lietuvos sportuojančių paauglių tolesnio mokymosi ketinimai

Analizuojant Norvegijos sportuojančių paauglių tolesnio mokymosi ketinimus matyti (žr. 14, 15 paveikslus 5 lentelę), kad Norvegijoje sportuojantys paaugliai toliau ketina stoti į aukštąją mokyklą - studijuoti specialybę (20,1%), sportuoti savarankiškai (19,7%), tapti sportininkais profesionalais (18,3%).



14 pav. Norvegijos sportuojančių paauglių tolesnio mokymosi ketinimai

Iš gautų tyrimo rezultatų matyti, kad ir Lietuvos, ir Norvegijos sportuojančių paauglių tolesnio mokymosi ketinimai panašūs.



15 pav. Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių tolesnio mokymosi ketinimai

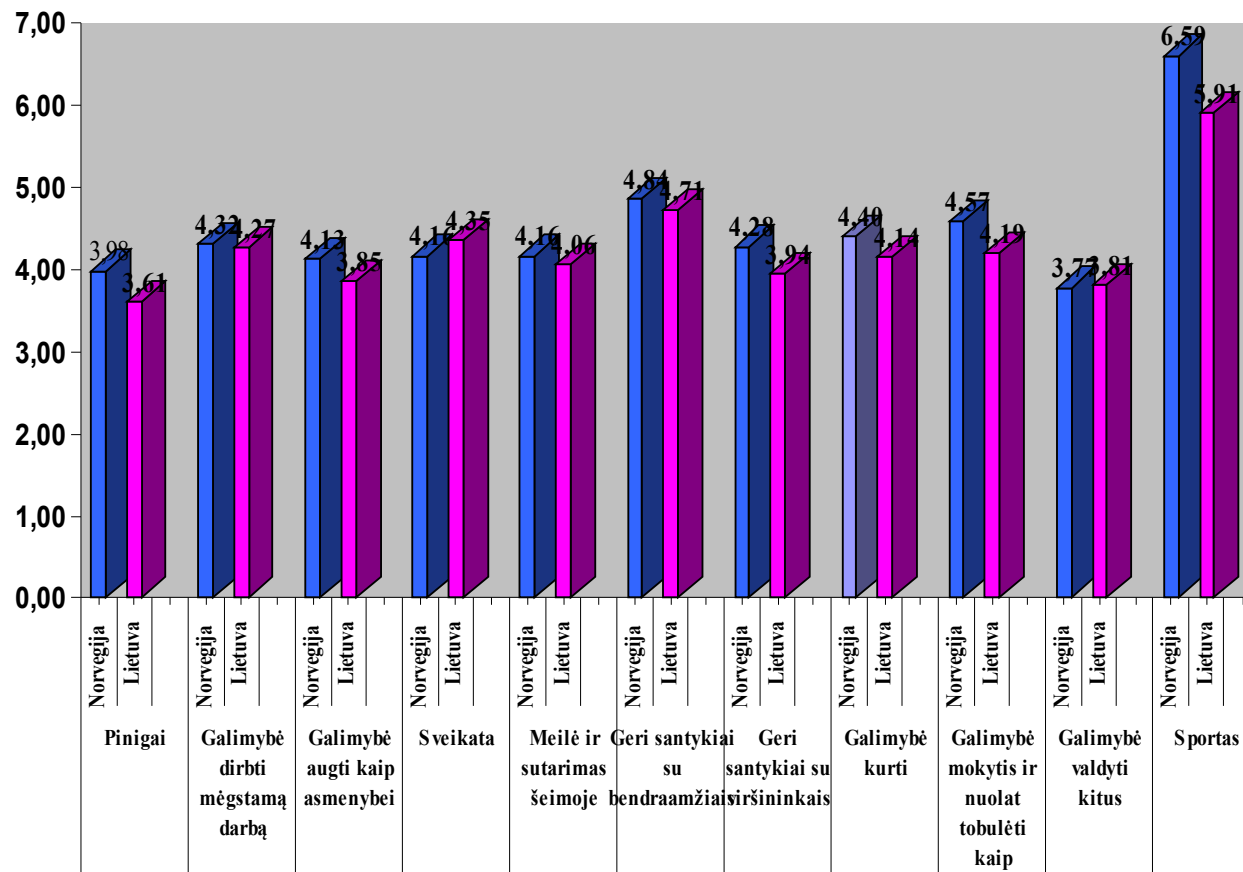
5 lentelė

Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių tolesnio mokymosi ketinimai (%)

Baigę sporto mokyklą norėtu		Šalys		X ²	df	p
		Norvegija	Lietuva			
Toliau sportuoti savarankiškai	% pagal kintamąjį	52,3%	47,7%	9,656	7	0,209
	% pagal šalį	19,7%	22,3%			
Tapti sportininku profesionalu	% pagal kintamąjį	54,5%	45,5%			
	% pagal šalį	18,3%	19,0%			
Stoti į aukštąją mokyklą (studijuoti specialybę)	% pagal kintamąjį	56,1%	43,9%			
	% pagal šalį	20,1%	19,6%			
Studijuoti magistrantūroje	% pagal kintamąjį	64,7%	35,3%			
	% pagal šalį	14,4%	9,8%			
Studijuoti doktorantūroje	% pagal kintamąjį	75,0%	25,0%			
	% pagal šalį	9,2%	3,8%			
Toliau mokintis	% pagal kintamąjį	52,2%	47,8%			
	% pagal šalį	5,2%	6,0%			
Lankyti kursus	% pagal kintamąjį	50,0%	50,0%			
	pagal šalį	6,1%	7,6%			
Steigti savo verslą	% pagal kintamąjį	42,1%	57,9%			
	% pagal šalį	7,0%	12,0%			
Viso	% pagal kintamąjį	55,4%	44,6%			
	% pagal šalį	100,0%	100,0%			

Analizuojant Lietuvos ir Norvegijos sportuojančių paauglių vertybines orientacijas, kaip matyti iš 16 paveikslo 6 lentelės, statistiškai reikšmingo skirtumo tarp Lietuvoje ir Norvegijoje sportuojančių paauglių nerasta ($p > 0,05$).

Tačiau atlikus bendrą vertybinių orientacijų, analizę matyti, kad svarbiausia vertybine orientacija - sportas (Lietuvoje sportuojančių paauglių balų vidurkis $X = 5,91 \pm 0,247$, o Norvegijoje sportuojančių paauglių balų vidurkis $X = 6,59 \pm 0,228$) ir geri santykiai su bendraamžiais (Lietuvoje sportuojančių paauglių balų vidurkis $X = 4,71 \pm 0,256$, o Norvegijoje sportuojančių paauglių balų vidurkis $X = 4,76 \pm 0,169$).

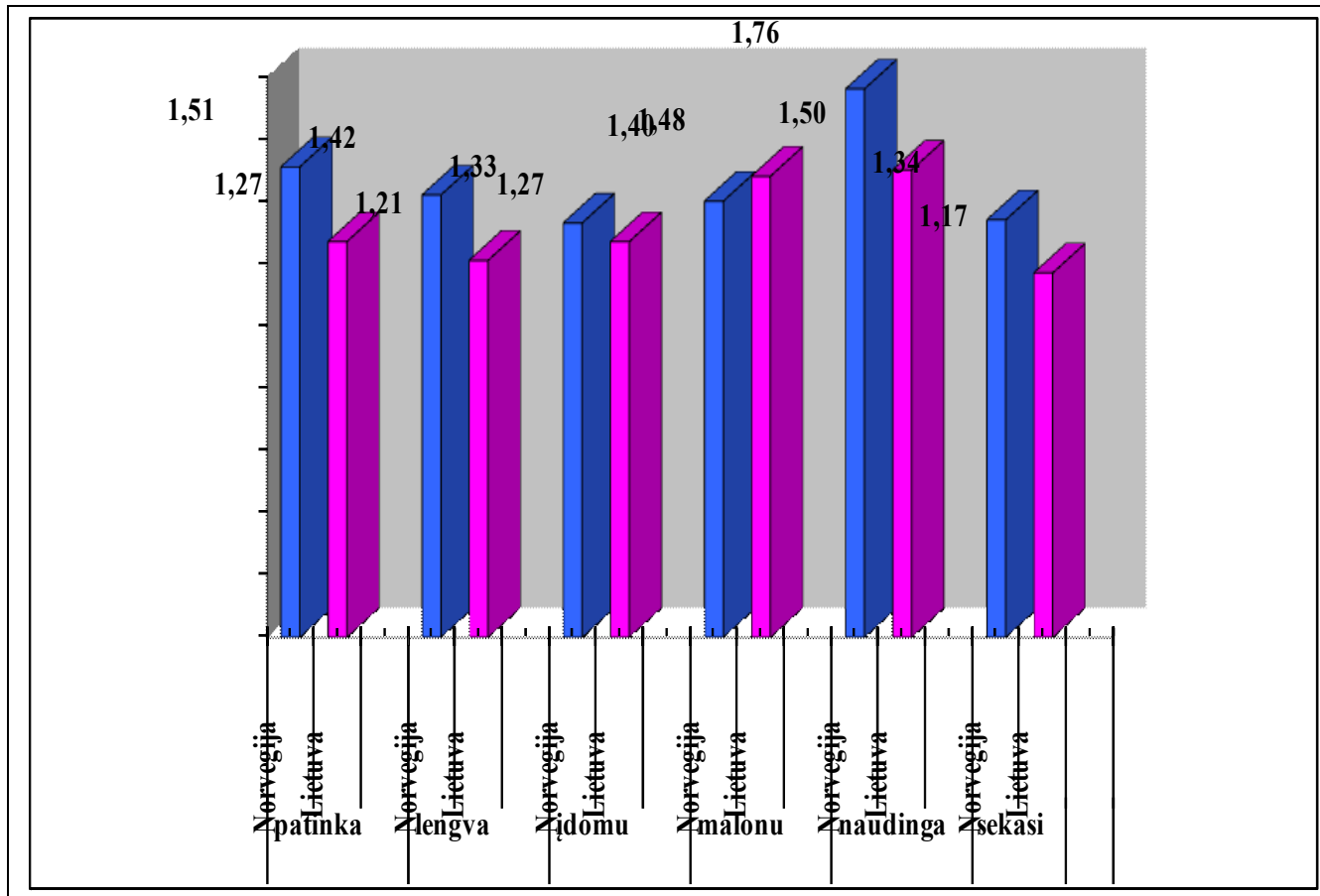


16 pav. Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių vertybinių orientacijų palyginimas

Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių vertybinių orientacijų palyginimas

Veiksniai	Šalys	X	SN	t	df	p
Pinigai	Norvegija	3,98	3,576	1,066	404	0,287
	Lietuva	3,61	3,348			
Galimybė dirbti mėgstamą darbą	Norvegija	4,32	3,341	0,149	404	0,882
	Lietuva	4,27	3,464			
Galimybė augti kaip asmenybei	Norvegija	4,13	3,085	0,909	404	0,364
	Lietuva	3,85	3,278			
Sveikata	Norvegija	4,16	3,218	-0,573	404	0,567
	Lietuva	4,35	3,369			
Meilė ir sutarimas šeimoje	Norvegija	4,16	3,206	0,318	404	0,751
	Lietuva	4,06	3,417			
Gerai santykiai su bendraamžiais	Norvegija	4,84	3,367	0,388	404	0,698
	Lietuva	4,71	3,444			
Gerai santykiai su viršininkais	Norvegija	4,28	2,989	1,096	404	0,274
	Lietuva	3,94	3,175			
Galimybė kurti	Norvegija	4,40	3,386	0,746	404	0,456
	Lietuva	4,14	3,507			
Galimybė mokytis ir nuolat tobulėti kaip specialistui	Norvegija	4,57	3,536	1,086	404	0,278
	Lietuva	4,19	3,461			
Galimybė valdyti kitus	Norvegija	3,77	3,448	-0,098	404	0,922
	Lietuva	3,81	3,347			
Sportas	Norvegija	6,59	3,427	2,028	404	0,043
	Lietuva	5,91	3,330			

Analizuojant Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių psichologinę savijautą mokantis, matyti iš 17 paveikslo ir 7 lentelės statistiškai reikšmingas skirtumas rastas tik tarp parametrų „patinka“ ($t = 2,191$, $p = 0,029$) ir „naudingas“ ($t = 2,493$, $p = 0,013$). Kaip matyti iš tyrimo duomenų Norvegijoje sportuojantys paaugliai mokymąsi sporto mokykloje vertina labiau kaip naudingą ir jiems labiau patinka ten mokintis, nei Lietuvoje sportuojantiems paaugliams (atitinkamai skalių įverčių vidurkiai yra „patinka“ - $X = 1,51 \pm 0,070$ ir $X = 1,27 \pm 0,086$; „naudingas“ - $X = 1,76 \pm 0,071$ ir $X = 1,50 \pm 0,078$).

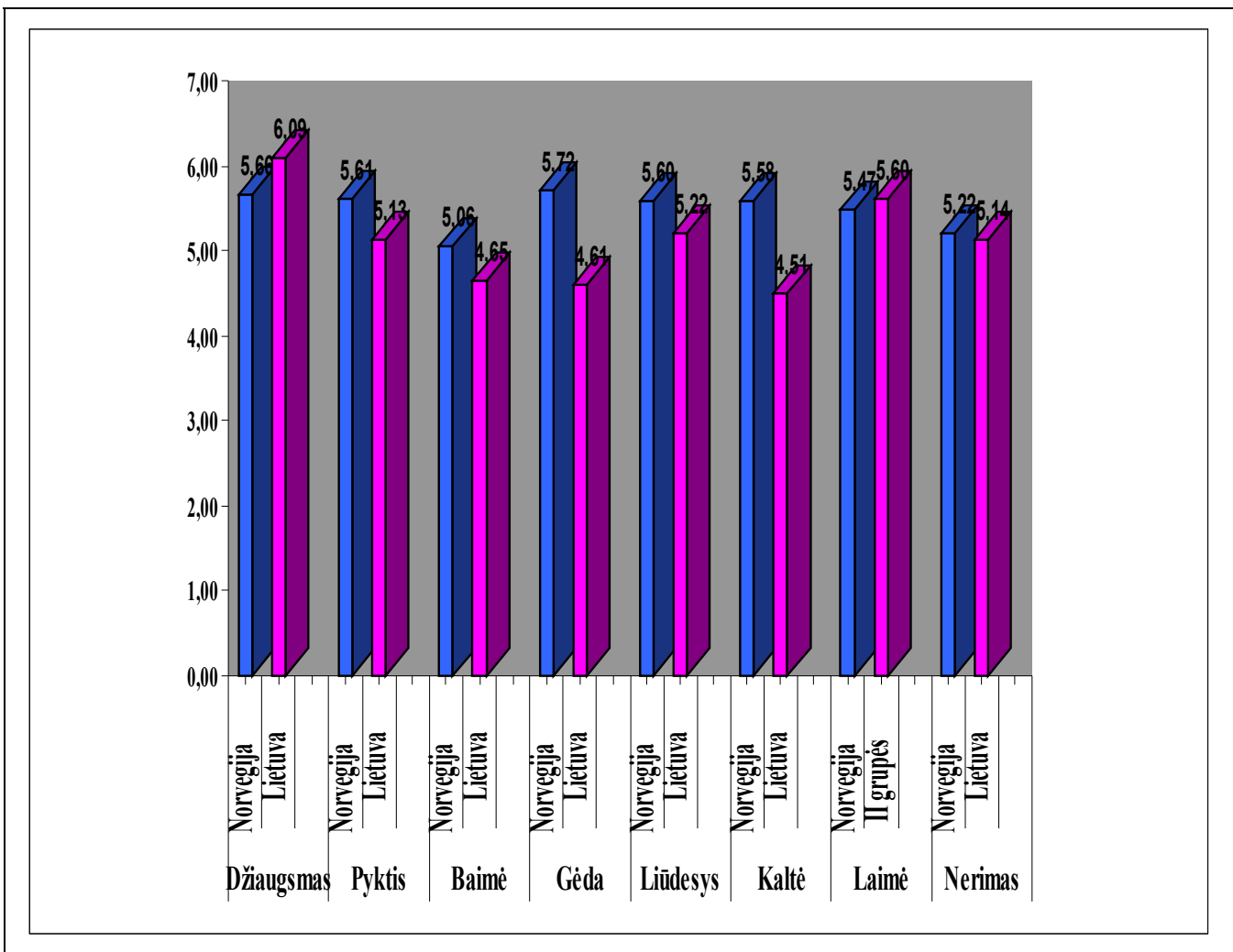


17 pav. Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių psichologinė savijauta mokantis

**Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių psichologinė
savijauta mokantis**

Parametrai	Šalys	X	SN	t	df	p
Patinka	Norvegija	1,51	1.048	2.191	404	0.029
	Lietuva	1,27	1.159			
Lengva	Norvegija	1,42	1.124	1.937	404	0.053
	Lietuva	1,21	1.065			
Įdomu	Norvegija	1,33	1.077	0.633	404	0.527
	Lietuva	1,27	1.078			
Malonu	Norvegija	1,40	1.146	-0.650	404	0.516
	Lietuva	1,48	1.014			
Naudinga	Norvegija	1,76	1.063	2.493	404	0.013
	Lietuva	1,50	1.047			
Sekasi	Norvegija	1,34	1.061	1.546	404	0.123
	Lietuva	1,17	1.100			

Analizuojant Lietuvos ir Norvegijos sportuojančių paauglių psichologinę savijautą per paskutinį mėnesį, kaip matyti iš 8 lentelės ir 18 paveikslo statistiškai reikšmingas skirtumas rastas tarp parametrų „gėda“ ($t = 3,802$, $p = 0,000$) ir „kaltė“ ($t = 3,603$, $p = 0,000$). Kaip matyti iš tyrimo duomenų, Norvegijos sportuojantys paaugliai savo psichologinę savijautą išreiškia daugiau pagal parametrus „gėda“ ir „kaltė“ nei Lietuvoje sportuojantys paaugliai (atitinkamai parametro „gėda“ – $X = 5,72 \pm 0,190$ ir $X = 4,61 \pm 0,225$, parametro „kaltė“ – $X = 5,58 \pm 0,190$ ir $X = 4,51 \pm 0,234$).

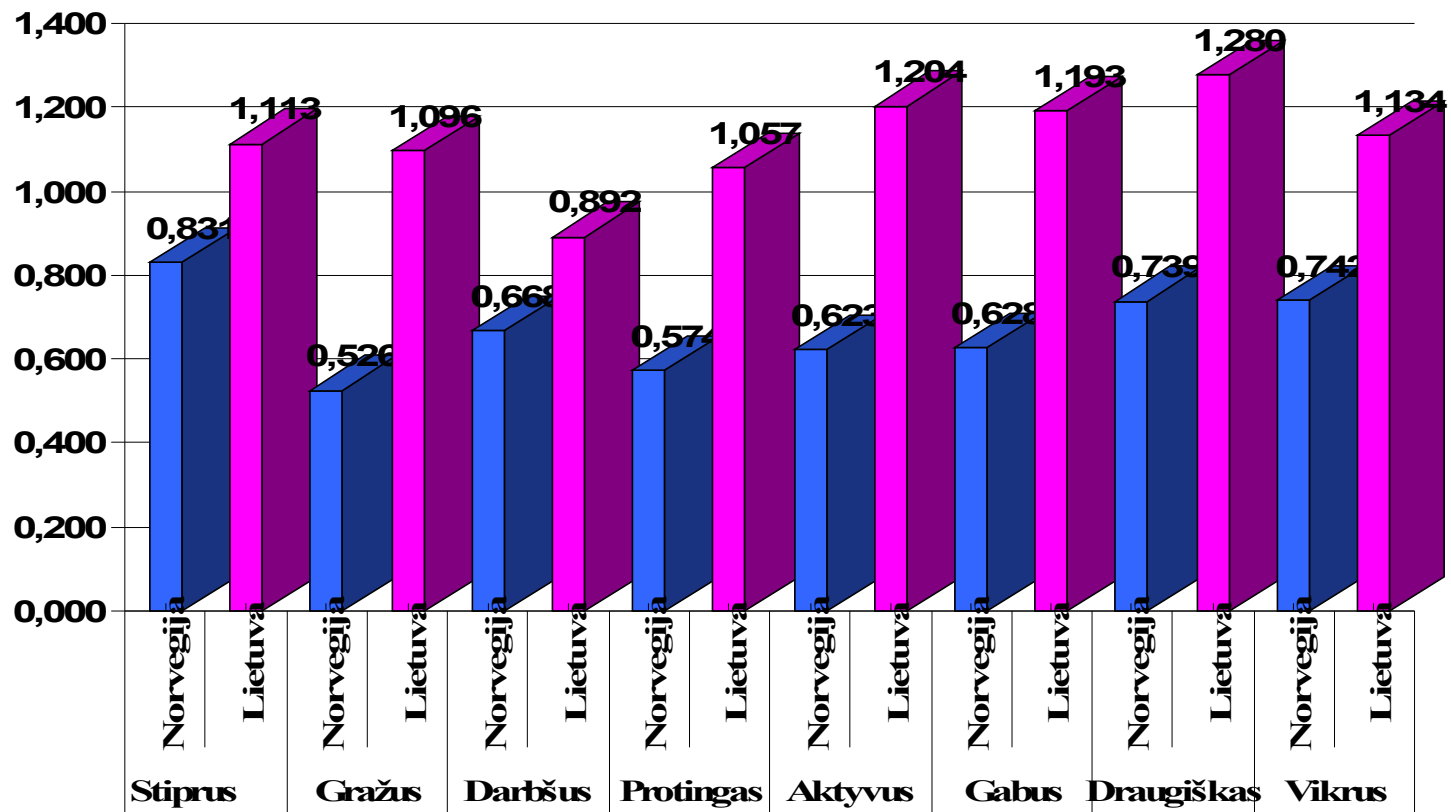


**18 pav. Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių psichologinė
savijauta per paskutinį mėnesį palyginimas**

**Norvegijos ir Lietuvos sortuojančių paauglių psichologinė savijauta
per paskutinį mėnesį palyginimas**

Parametrai	Šalys	X	SN	t	df	p
Džiaugsmas	Norvegija	5,66	3,036	-1,440	404	0,151
	Lietuva	6,09	2,943			
Pyktis	Norvegija	5,61	2,689	1,741	404	0,082
	Lietuva	5,13	2,802			
Baimė	Norvegija	5,06	2,717	1,495	404	0,136
	Lietuva	4,65	2,869			
Gėda	Norvegija	5,72	2,847	3,802	404	0,000
	Lietuva	4,61	3,031			
Liūdesys	Norvegija	5,60	2,855	1,241	362,441	0,215
	Lietuva	5,22	3,229			
Kaltė	Norvegija	5,58	2,845	3,603	404	0,000
	Lietuva	4,51	3,151			
Laimė	Norvegija	5,47	2,553	-0,460	348,968	0,646
	Lietuva	5,60	3,073			
Nerimas	Norvegija	5,22	2,846	0,273	404	0,785
	Lietuva	5,14	3,014			

Analizuojant tiriamųjų subjektyvų savo savybių vertinimą, kaip matyti iš 9 lentelės, 19 paveikslo, rastas statistiškai reikšmingas skirtumas tarp parametru „stiprus“ ($t = -2,244$, $p = 0,025$), „gražus“ ($t = -4,661$, $p = 0,000$), „protingas“ “ ($t = -3,760$, $p = 0,000$), „aktyvus“ “ ($t = -4,209$, $p = 0,000$), „gabus“ “ ($t = -4,380$, $p = 0,000$), „draugiškas“ “ ($t = -2,979$, $p = 0,003$). Taigi, kaip matyti iš tyrimo duomenų Lietuvoje sportuojantys paaugliai save vertina daugiau pagal šiuos parametrus, nei Norvegijoje sportuojantys paaugliai.



19 pav. Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių savivertės palyginimas

Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių savivertės palyginimas

Parametrai	Šalys	X	SN	t	df	p
Stiprus	Norvegija	0,831	1,1413	-2,244	404	0,025
	Lietuva	1,113	1,3959			
Gražus	Norvegija	0,526	1,2045	-4,661	404	0,000
	Lietuva	1,096	1,2492			
Darbštus	Norvegija	0,668	1,1738	-1,694	404	0,091
	Lietuva	0,892	1,4823			
Protingas	Norvegija	0,574	1,2287	-3,760	404	0,000
	Lietuva	1,057	1,3586			
Aktyvus	Norvegija	0,623	1,3745	-4,209	404	0,000
	Lietuva	1,204	1,3907			
Gabus	Norvegija	0,628	1,2951	-4,380	404	0,000
	Lietuva	1,193	1,2869			
Draugiškas	Norvegija	0,739	1,2449	-4,091	404	0,000
	Lietuva	1,280	1,4198			
Vikrus	Norvegija	0,742	1,3124	-2,979	404	0,003
	Lietuva	1,134	1,3245			

III. TYRIMO REZULTATAI IR JŲ APIBENDRINIMAS

1. Tyrime dalyvavo 406 (N = 121) abiejų lyčių tiriamieji (vaikinai ir merginos), iš kurių 44,6 % Lietuvoje besimokantys sportuojantys paaugliai ir 55,4 % Norvegijoje besimokantys sportuojantys paaugliai. Lietuvoje sportuojančių paauglių amžiaus vidurkis yra $16,87 \pm 0,068$ m., o Norvegijoje - $17,03 \pm 0,057$ m.

2. 22,8 % Lietuvoje sportuojančių paauglių ir 30,9 % Norvegijoje sportuojančių paauglių dažniausiai nurodė, kad iš mokomųjų dalykų mokykloje jiems labiausiai patinka kūno kultūra ir kalbos (nurodė 16,4 % Lietuvoje ir 16,1% Norvegijoje sportuojančių paauglių).
3. 79,9 % Lietuvoje ir 75,2 % Norvegijoje sportuojančių paauglių manymu į mokymo programą papildomai įtraukti daugiau nieko nereikia; 79,3 % Lietuvoje ir 82,0 % Norvegijoje sportuojančių paauglių, mano, kad išbraukti iš jos taip pat nieko nereikia.
4. 75,2 % Lietuvoje ir 60,9 % Norvegijoje sportuojančių paauglių dažniausiai nurodė, kad nieko anksčiau nelankė; 61,7 % Lietuvoje ir 67,0 % Norvegijoje sportuojančių paauglių dažniausiai nurodė, kad nieko nelanko ir dabar. Tačiau tarp mokyklų ar kursų, kuriuos norėtų lankyti, 10,6 % Lietuvoje sportuojantys paaugliai nurodė, kad nori lankyti vairavimo kursus, o 7,4 % Norvegijoje sportuojantys paaugliai nurodė, kad norėtų lankyti choreografijos arba šokių pamokas.
5. Didžiausią įtaką tiriamųjų sporto mokyklos pasirinkimui turėjo savigarba (Lietuvoje sportuojančių paauglių balų vidurkis $X = 6,33 \pm 0,233$, o Norvegijoje - balų vidurkis $X = 6,15 \pm 0,190$), didesnis atlyginimas (Lietuvoje sportuojančių paauglių balų vidurkis $X = 5,95 \pm 0,233$, o Norvegijoje - balų vidurkis $X = 6,18 \pm 0,190$), noras tobulinti save kaip asmenybę (Lietuvoje sportuojančių paauglių balų vidurkis $X = 6,07 \pm 0,199$, o Norvegijoje - balų vidurkis $X = 5,84 \pm 0,187$), prestižas (Lietuvoje sportuojančių paauglių balų vidurkis $X = 5,64 \pm 0,218$, o Norvegijoje - balų vidurkis $X = 6,07 \pm 0,188$) ir sveikata (Lietuvoje sportuojančių paauglių balų vidurkis $X = 6,01 \pm 0,213$, o Norvegijoje - balų vidurkis $X = 5,85 \pm 0,196$).
6. Analizuojant Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių tolesnio mokymosi ketinimus išsiaiškinome, jog 22,3 % Lietuvoje ir 19,7 % Norvegijoje sportuojančių paauglių baigę sporto mokyklą norėtų toliau sportuoti savarankiškai; 19,6 % Lietuvoje ir 20,1 % Norvegijoje sportuojančių paauglių norėtų stoti į aukštąją

mokyklą; 19,0 % Lietuvoje ir 18,3 % Norvegijoje sportuojančių paauglių - tapti sportininkais profesionalais.

7. Atlikus bendrą vertybinių orientacijų, analizę matyti, kad svarbiausia vertybinė orientacija - sportas (Lietuvoje sportuojančių paauglių balų vidurkis $X = 5,91 \pm 0,247$, o Norvegijoje sportuojančių paauglių balų vidurkis $X = 6,59 \pm 0,228$) ir geri santykiai su bendraamžiais (Lietuvoje sportuojančių paauglių balų vidurkis $X = 4,71 \pm 0,256$, o Norvegijoje sportuojančių paauglių balų vidurkis $X = 4,76 \pm 0,169$).
8. Analizuojant Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių psichologinę savijautą mokantis, statistiškai reikšmingas skirtumas rastas tik tarp parametrų „patinka“ ($t = 2,191$, $p = 0,029$) ir „naudingas“ ($t = 2,493$, $p = 0,013$). Kaip matyti iš tyrimo duomenų Norvegijoje sportuojantys paaugliai mokymąsi sporto mokykloje vertina labiau kaip naudingą ir jiems labiau patinka ten mokintis, nei Lietuvoje sportuojantiems paaugliams (atitinkamai skalių įverčių vidurkiai yra „patinka“ - $X = 1,51 \pm 0,070$ ir $X = 1,27 \pm 0,086$; „naudingas“ - $X = 1,76 \pm 0,071$ ir $X = 1,50 \pm 0,078$).
9. Analizuojant Lietuvos ir Norvegijos sportuojančių paauglių psichologinę savijautą per paskutinį mėnesį, statistiškai reikšmingas skirtumas rastas tarp parametrų „gėda“ ($t = 3,802$, $p = 0,000$) ir „kaltė“ ($t = 3,603$, $p = 0,000$). Kaip matyti iš tyrimo duomenų, Norvegijos sportuojantys paaugliai savo psichologinę savijautą pažymi daugiau pagal parametrus „gėda“ ir „kaltė“, nei Lietuvoje sportuojantys paaugliai (atitinkamai parametro „gėda“ - $X = 5,72 \pm 0,190$ ir $X = 4,61 \pm 0,225$, parametro „kaltė“ - $X = 5,58 \pm 0,190$ ir $X = 4,51 \pm 0,234$).
10. Analizuojant Lietuvos ir Norvegijos sportuojančių paauglių savęs vertinimą, rastas statistiškai reikšmingas skirtumas tarp parametrų „stiprus“ ($t = -2,244$, $p = 0,025$), „gražus“ ($t = -4,661$, $p = 0,000$), „protingas“ ($t = -3,760$, $p = 0,000$), „aktyvus“ ($t = -4,209$, $p = 0,000$), „gabus“ ($t = -4,380$, $p = 0,000$), „draugiškas“ ($t = -2,979$, $p = 0,003$). Taigi, kaip matyti iš tyrimo duomenų Lietuvoje sportuojantys paaugliai save vertina daugiau pagal šiuos parametrus, nei Norvegijoje sportuojantys paaugliai.

IŠVADOS

1. Poreikis neformaliajam švietimui tiek Norvegijoje, tiek Lietuvoje besimokančių paauglių tarpe nėra didelis.
2. Pagrindiniai motyvai turėję įtakos Lietuvos ir Norvegijos sportuojančių paauglių pasirinkimui mokytis sporto mokykloje - savigarba, didesnis atlyginimas ir noras tobulinti save kaip asmenybę.
3. Ir Norvegijos, ir Lietuvos sportuojančių paauglių tolimesnio mokymosi ketinimai - toliau sportuoti savarankiškai, stoti į aukštąją mokyklą, tapti sportininkais profesionalais.

4. Atlikus vertybinių orientacijų tyrimą matyti, kad svarbiausios vertybinės orientacijos tiek Lietuvos, tiek Norvegijos sportuojantiems paaugliams – sportas ir geri santykiai su bendraamžiais.
5. Norvegijoje sportuojantys paaugliai mokymąsi sporto mokykloje vertina labiau naudingą, nei Lietuvoje sportuojantys paaugliai.
6. Norvegijos sportuojančių paauglių blogesnė psichologinė savijauta mokantis, nei Lietuvos sportuojančių paauglių.
7. Lietuvoje sportuojantys paaugliai save vertina adekvačiau, nei Norvegijoje sportuojantys paaugliai.

REKOMENDACIJOS

1. Atsižvelgiant į mokinių nuomonę, kad iš ugdymo programų nereikia nieko nei išbraukti, nei papildomai ko nors įtraukti, reiktų tobulinti pačias pamokas, jų turinį ir mokymo metodus.
2. Todėl pamokos neturėtų būti monotoniškos ir nuobodžios, nevertėtų išskirti mokinių į gabius ir nelabai gabius. Turi būti sudarytos lygiavertės konkurencinės teisės visiems mokiniams.
3. Siekiant motyvacijos padidinimo būtina sukurti tokias mokymosi sąlygas, kurios atitktų auklėtinių interesus ir galimybes.
4. Siekiant padidinti sportuojančių mokinių motyvaciją būtina įvertinti situacijos ir asmenybės savybes.
5. Kartu su fizinio lavinimo ugdymu, turi eiti ir tinkamo požiūrio į save ir į savo gyvenimo tikslus puoselėjimas, kas leis labiau pasitikėti savimi.
6. Kūno kultūros ugdymo kokybei svarbi mokytojo kompetencija, nuolat keliami kvalifikacija, naujovių paieška, perimant kolegų specialistų patirtis.

LITERATŪRA

1. Alekseičikas, A. (1980). Žmogaus silpnybių psichologija. Vilnius: Mokslas.
2. Aramavičiūtė, V., Martišauskienė, E. (2004). Ryškesni paauglių ir jaunuolių socializacijos ypatumai // Pedagogika. T. 70, p.14-19.
3. Auškelis, R. (1999). Kaip stiprinti poreikį mokytis?. Dialogas, 11 (40), p. 5.
4. Bajoriūnas, Z. (1997). Šeimos edukologija. Vilnius: Jošara.
5. Beresnevičienė, D. (2002 a). Jauno suaugusiojo psichologija. Vilnius.
6. Beresnevičienė, D. (2004 b). Asmenų, priklausomų nuo narkotinių medžiagų, savivertė// Ugdymo Psichologija. Vilniaus pedagoginis universitetas. Nr. 11-12, p.183-188.
7. Beresnevičienė D. (1995 c). Nuolatinis mokymasis Lietuvoje. Vilnius.
8. Beresnevičienė, D., Kanienė, L. (2000). Tėvų ir vaikų sąveikos įtaka vaiko savivertei // Ugdymo Psichologija. Vilniaus pedagoginis universitetas. T. 3., Nr. 1, p.11-20.
9. Beresnevičienė, D., Andziulytė, I. (2004). Paauglių savęs vertinimo ypatumai // Ugdymo Psichologija. Vilniaus pedagoginis universitetas. Nr. 11-12, p.125-133.
10. Bikuličius, J. (1995). Šeimyninio gyvenimo darna ir jos išsaugojimo paslaptys.
11. Bižys, N., Linkaitytė, G., Valiuškevičiūtė, A., (1996). Pamokos mokytojui. Vilnius: Margi raštai.
12. Bobrova, L., Mackevičius, L., Norkus, S. (2004). Specialiosios mokyklos kūno kultūros metodikos realizavimas pedagoginėje praktikoje. ŠU.
13. Bump, A.L. (2000). Sporto psichologija treneriui: studijų vadovas. Vilnius: Lietuvos Sporto informacijos centras.

14. Butkienė, G., Kepalaitė, A., (1996). Mokymasis ir asmenybės brendimas. Vilnius: Margi raštai.
15. Drobnickis, O. (1998). Žmogaus tapsmas: savigarba ir gėda // Psichologija Tau. Nr. 2, p. 18.
16. Felser, G. (2006). Motyvacijos būdai: asmens sėkmę lemiantys faktoriai. Praktinis psichologijos panaudojimas. Vilnius: Alma littera.
17. Friel, John C., Friel, Linda D. (2003). 7 geriausi (šaunių) paauglių įpročiai//moderniam mokytojui. Vilnius: „Tyto Alba“.
18. Gage N.L., D.C.Berliner., (1994). Pedagoginė psichologija. Vilnius: Alma Litera.
19. Gailienė, I. (1997). Kaip pažinti mokinį. Dialogas, 5 (9), 19, p. 4.
20. Gailienė, D., Bulotaitė, L., Sturlienė, N. (1996). Aš myliu kiekvieną vaiką. Vilnius: valstybinis leidybos centras.
21. Gražulis, V. (2005). Motyvacijos pasaulis/jo supratimo keliai ir klystkeliai. Vilnius.
22. Gučas, A. (1990). Vaiko ir paauglio psichologija. Kaunas: Šviesa.
23. Hankin, Sheenah. (2005). Pasitikėk savimi! Kaunas: „Dajalita“.
24. Jovaiša, L. (1993). Pedagogikos terminai. Kaunas.
25. Karoblis, P. (1999). Sporto treniruotės teorija ir didaktika. Vilnius: Egalda.
26. Kasiulis, J., Čižauskas, A. (1997). Bendras psichologinis krepšinininkų rengimas. Kaunas: LKKI.
27. Kuklys, V. (1982). Fizinų savybių ugdymo metodika. Vilnius.
28. Kulikovskich, O. (1998). Dėmesio! Penktokas!. Vilnius.
29. Kummer, P. (1997). Nieko nėra neįmanoma/ konstruktyvaus mąstymo vadovas. Vilnius
30. Lecky P. (1961). Self – consistency. A theory of personality. – New York: Copyright.
31. Malinauskas, R. (2003). Sporto psichologijos pagrindai. Kaunas: LKKA.

32. Martens, R. (1999). Sporto psichologijos vadovas (treneriui). Vilnius: Lietuvos Sporto informacijos centras.
33. Matulienė, G. (Red). (2000). Psichologija studentui. Kaunas: Technologija.
34. Mento, A. J., Steel, R. P. Karren, R. J. (1987). A metaanalytic study of the effect of goal setting on task performance: 1966 – 1984. *Organization Behavior and Human Decision Processes*. P. 45-57.
35. Miškinis, K. (2003 a). Šeima žmogaus gyvenime. Kaunas: Aušra.
36. Miškinis, K. (2006 b). Trenerio pagalbininkas. Vilnius: Lietuvos sporto informacijos centras.
37. Miškinis, K. (2005 c). Psichologinis sporto komandos valdymas. Kaunas
38. Никифоров, А. С. (1978). Эмоции в нашей жизни. Советская Россия: Москва.
39. Palaima, J. (1976). Sportininko valios ugdymas. Kaunas.
40. Pavilionis, S. (1974). Žmogaus augimo ir brendimo diagnostika. Vilnius.
41. Pikūnas, J., Palujanskienė, A. (2001). Asmenybės vystymasis. Kelias į savęs atradimą. Kaunas.
42. Porat Frieda (1991). Savigarba //kelias į sėkmę ir meilę. Kaunas: Menta
43. Psichologijos žodynas. (1993). Vilnius: Mokslas.
44. Rubino, Joe. (2006). Atgauk pasitikėjimą savimi. Vilnius: „Alma littera“.
45. Satir, V. (1975). Self – Esteem. Millbrae.
46. Singer, R. N. (1972). *Coaching. Athletics and Psychology*. New York: McGraw-Hill.
47. Skernevičius, J. (1997 a). Sporto treniruotės fiziologija. Vilnius: LTOK..
48. Stunžienė, G. (1998). Mokinių veiklos aktyvinimas. Mokykla, Nr. 1-2, p. 26.
49. Svijašas, A. (2000). Kaip mintimis formuoti savo gyvenimo įvykius. Vilnius.
50. Sud. Stonkus, S. (1996 a). Sporto terminų žodynas. Kaunas.

51. Sud. Stonkus, S. (2002 b). Sporto terminų žodynas. T. 1. 2 – asis patais. ir papild. leidimas. Kaunas.
52. Tilindinė, I. (2006). Paauglių iš pilnų ir nepilnų šeimų savęs vertinimas ir santykis su aplinka. *Pedagogika. Mokslo darbai.* 83. Vilniaus pedagoginis universitetas. P. 148- 153.
53. Uzdila, J. (1993). Dorinis asmenybės ugdymas šeimoje. Vilnius: Academia.
54. Vaičiulienė, A. (2004 a). Paauglio psichologija / vadovėlis aukštųjų mokyklų studentams. Vilnius.
55. Vaičiulienė, A. (2000 b). Paauglio asmenybės tapatumo raidos ypatybių ir šeimos struktūros santykis. Vilnius.
56. Valickas, G. (1991 a). Asmenybės savęs vertinimas. Vilnius: VU.
57. Valickas, G. (1998 b). Asociali asmenybė ir savęs vertinimas // *Psichologija Tau.* Nr. 2, p.
58. Chomantauskas, G. (1983). Šeimos piešinio taikymas vaiko psichologiniams tyrimams// *Metodinė priemonė.* Vilnius: Pedagoginis mokslinio tyrimo institutas.
- 59.** Zeng H. Z. (2003). The differences between anxiety and self-confiden between team and individual sports college varsity athletes. *Internation Sports Journal*, 7 (1), 28-34.
60. Želvys, R. (1995). Bendravimo psichologija. Vilnius: valstybinis leidybos centras.
61. Žukauskienė, R. (2002 a). Raidos psichologija. Vilnius: Margi raštai.
62. Žukauskienė, R. (2001 b). Kodėl vaikai neklauso?/moksleivių netinkamo elgesio ypatumai: metodinės rekomendacijos. Vilnius.
- 63.** Daniels, Elizabeth; Leaper, Campbell. A Longitudinal Investigation of sport Participation, Peer Acceptance, and Self-esteem among Adolescent Girls and Boys // *Sex Roles*; Dec 2006, Vol. 55 Issue 11-12, p875-880. Accession number: 23444606. Database: Academic Search Premier. Prieiga per Internetą: <<http://web.ebscohost.com/ehost/results/prieiga>>
- 64.** Shaffer, David; Wittes, Erin. Womens Precollege Sports Participation, Enjoyment of Sports, and Self-esteem.// *Sex Roles*; Aug2006, Vol.55 Issue3/4, p225-232. Accession number: 23322055. Database: Education Research Complete Prieiga per Internetą: <<http://web.ebscohost.com/ehost/results/prieiga>>

65. Tracy, Allison; Erkut, Sumru. Gender and race patterns in the pathways from sports participation to self-esteem //Sociological Perspectives; Winter2002, Vol. 45 Issue 4, p445-446. Accession number: 8570503. Database: Academic Search Premier. Prieiga per Internetą:<<http://web.ebscohost.com/ehost/results/prieiga>>
66. Vealey, R.S. (1986). Conceptualization of sport-confidence and competitive orientation: Preliminary investigation and instrument development. Journal of Sport Psychology, 8, 221-246.

Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių analizė (%)

Šalys	N	%
Norvegija	225	55,4
Lietuva	181	44,6
Viso	406	100,0

2 PRIEDAS

Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių amžiaus analizė

Šalys	N	X		Min.	Maks.	t	df	p
Norvegija	225	17,03	0,855	16	19	1,773	401	0,077
Lietuva	178	16,87	0,902	15	20			
Iš viso	403	16,96	0,879	15	20			

3 PRIEDAS

Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių lyčių analizė (%)

Šalys		Lytis		Iš viso	X ²	df	p
		Vaikinai	Merginos				
Norvegija	% pagal šalį	52,4%	47,6%	100,0%	2,826	1	0,093
	% pagal lytį	51,8%	60,1%	55,4%			
Lietuva	% pagal šalį	60,8%	39,2%	100,0%			
	% pagal lytį	48,2%	39,9%	44,6%			
Iš viso	% pagal šalį	56,2%	43,8%	100,0%			
	% pagal lytį	100,0%	100,0%	100,0%			

4 PRIEDAS

**Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių formaliojo
švietimo sistemoje motyvų palyginimas %**

Dalykas	Šalys	% pagal reikšmę	% pagal šali	t	df	p
Kalbos*	Norvegija	56,3%	16,1%	19,091	13	0,120
	Lietuva	43,8%	16,4%			
Chemija	Norvegija	66,7%	4,5%			
	Lietuva	33,3%	2,9%			
Istorija	Norvegija	36,4%	5,4%			
	Lietuva	63,6%	12,3%			
Fizika	Norvegija	50,0%	3,1%			
	Lietuva	50,0%	4,1%			
Biologija	Norvegija	64,3%	4,0%			
	Lietuva	35,7%	2,9%			
Informatika	Norvegija	70,0%	3,1%			
	Lietuva	30,0%	1,8%			
Kūno kultūra	Norvegija	63,9%	30,9%			
	Lietuva	36,1%	22,8%			
Matematika	Norvegija	53,7%	9,9%			
	Lietuva	46,3%	11,1%			
Dailė	Norvegija	34,6%	4,0%			
	Lietuva	65,4%	9,9%			
Muzika	Norvegija	66,7%	5,4%			
	Lietuva	33,3%	3,5%			

4 priedo tęsinys

Dalykas	Grupė	% pagal reikšmę	% pagal šalį	t	df	p
Geografija	Norvegija	53,6%	6,7%	19,091	13	0,120
	Lietuva	46,4%	7,6%			
Technologijos	Norvegija	80,0%	3,6%			
	Lietuva	20,0%	1,2%			
Visi	Norvegija	50,0%	2,7%			
	Lietuva	50,0%	3,5%			
Nei vienas	Norvegija	100,0%	0,4%			
	Lietuva	0,0%	0,0%			
Iš viso	Norvegija	56,6%	100,0%			
	Lietuva	43,4%	100,0%			

*Lietuvių, Norvegų, Anglų, Vokiečių, Prancūzų, Rusų

**Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių nuomonės apie
formaliojo švietimo sistemos papildymą palyginimas (%)**

Mokomieji dalykai	Šalys		X ²	df	p
	Norvegija	Lietuva			

Daugiau kalbų	% pagal kintamąjį	66,7%	33,3%	5,111	7	0,646
	% pagal šalį	3,9%	2,4%			
Kalnų sportą	% pagal kintamąjį	100,0%	0,0%			
	% pagal šalį	1,5%	0,0%			
Teatrą	% pagal kintamąjį	66,7%	33,3%			
	% pagal šalį	2,9%	1,8%			
Šokių pamokas	% pagal kintamąjį	60,0%	40,0%			
	% pagal šalį	2,9%	2,4%			
Daugiau sporto šakų	% pagal kintamąjį	42,9%	57,1%			
	% pagal šalį	1,5%	2,4%			
Fotografijos pamoką	% pagal kintamąjį	40,0%	60,0%			
	% pagal šalį	1,0%	1,8%			
Nežinau	% pagal kintamąjį	59,0%	41,0%			
	% pagal šalį	11,2%	9,5%			
Nieko	% pagal kintamąjį	53,4%	46,6%			
	% pagal šalį	75,2%	79,9%			
Viso	% pagal kintamąjį	54,9%	45,1%			
	% pagal šalį	100,0%	100,0%			

6 PRIEDAS

Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių nuomonės apie nedalyvavimą
formaliojo švietimo sistemoje motyvų palyginimas (%)

Mokomasis dalykas		Šalys		X ²	df	p
		Norvegija	Lietuva			
Chemija, fizika, matematika	% pagal kintamąjį	26,7%	73,3%	17,889	9	0,036
	% pagal šalį	1,9%	6,5%			
Biologija	% pagal kintamąjį	0,0%	100,0%			
	% pagal šalį	0,0%	1,2%			
Geografija	% pagal kintamąjį	80,0%	20,0%			
	% pagal šalį	1,9%	0,6%			
Istorija	% pagal kintamąjį	50,0%	50,0%			
	% pagal šalį	0,5%	0,6%			
Anglų kalba	% pagal kintamąjį	100,0%	0,0%			
	% pagal šalį	1,0%	0,0%			
Rusų kalba	% pagal kintamąjį	0,0%	100,0%			
	% pagal šalį	0,0%	2,4%			
Muzika	% pagal kintamąjį	100,0%	0,0%			
	% pagal šalį	1,0%	0,0%			
Dailė	% pagal kintamąjį	100,0%	0,0%			
	% pagal šalį	0,5%	0,0%			
Nežinau	% pagal kintamąjį	59,0%	41,0%			
	% pagal grupę	11,2%	9,5%			
Nieko	% pagal kintamąjį	55,8%	44,2%			
	% pagal šalį	82,0%	79,3%			
Viso	% pagal kintamąjį	54,9%	45,1%			
	% pagal šalį	100,0%	100,0%			

7 PRIEDAS

Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių dalyvavimo
neformaliajame švietime palyginimas %

		Šalys		X ²	df	p
		Norvegija	Lietuva			
Sporto mokykla arba atskira sporto šaka (slidinėjimas, kalnų sportas, fitnesas, aerobika, sunkioji atletika, tenisas)	% pagal kintamąjį	71,4%	28,6%	11,158	8	0,193
	% pagal šalį	7,2%	3,7%			
Kalbų kursai (Prancūzų, Anglų, Vokiečių)	% pagal kintamąjį	50,0%	50,0%			
	% pagal šalį	2,9%	3,7%			
Menų mokyklos (muzika, dailė ir kt.)	% pagal kintamąjį	55,6%	44,4%			
	% pagal šalį	7,2%	7,3%			
Šokių kursai (šiuolaikiniai, pramoginiai, tautiniai ir kt.)	% pagal kintamąjį	33,3%	66,7%			
	% pagal šalį	0,7%	1,8%			

7 priedo tęsinys

Vairavimo kursai	% pagal kintamąjį	74,2%	25,8%	11,158	8	0,193
	% pagal šalį	16,7%	7,3%			
Kulinarijos kursai	% pagal kintamąjį	75,0%	25,0%			
	% pagal šalį	2,2%	0,9%			
Pirmosios pagalbos kursai	% pagal kintamąjį	100,0%	0,0%			
	% pagal šalį	1,4%	0,0%			
Daug ką lankiau	% pagal kintamąjį	100,0%	0,0%			
	% pagal šalį	0,7%	0,0%			
Niekur	% pagal kintamąjį	50,6%	49,4%			
	% pagal šalį	60,9%	75,2%			
Viso	% pagal kintamąjį	55,9%	44,1%			
	% pagal šalį	100,0%	100,0%			

8 PRIEDAS

Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių dabartinių interesų palyginimas %

Mokyklos ir kursai		Šalys		X ²	df	p
		Norvegij a	Lietuva			
Atskirą sporto šaką (slidinėjimas, kalnų sportas, fitnesas, aerobika, sunkioji atletika, tenisas)	% pagal kintamąjį	0,0%	100,0%	2,622	2	0,270
	% pagal šalį	0,0%	2,1%			
Kalbų kursus (Prancūzų, Anglų, Vokiečių)	% pagal kintamąjį	66,7%	33,3%			
	% pagal šalį	1,7%	1,1%			
Niekur	% pagal kintamąjį	55,4%	44,6%			
	% pagal šalį	98,3%	96,8%			
Viso	% pagal kintamąjį	55,0%	45,0%			
	% pagal šalį	100,0%	100,0%			

9 PRIEDAS**Norvegijos ir Lietuvos sportuojančių paauglių ateities interesų palyginimas %**

Mokyklos ir kursai	Šalys		X ²	df	p
	Norvegija	Lietuva			

Sporto mokyklą arba atskirą sporto šaką	% pagal kintamąjį	42,9%	57,1%	8,085	7	0,325
	% pagal šalį	2,6%	4,3%			
Kalbų kursas	% pagal kintamąjį	83,3%	16,7%			
	% pagal šalį	4,3%	1,1%			
Choreografija arba šokių kursai	% pagal kintamąjį	30,0%	70,0%			
	% pagal šalį	2,6%	7,4%			
	% pagal kintamąjį	41,2%	58,8%			
	% pagal šalį	6,1%	10,6%			
Pirmosios pagalbos kursai	% pagal kintamąjį	100,0%	0,0%			
	% pagal šalį	0,9%	0,0%			
Kulinarijos kursai	% pagal kintamąjį	100,0%	0,0%			
	% pagal šalį	0,9%	0,0%			
Nežinau	% pagal kintamąjį	56,3%	43,8%			
	% pagal šalį	15,7%	14,9%			
Niekur	% pagal kintamąjį	57,0%	43,0%			
	% pagal šalį	67,0%	61,7%			
Viso	% pagal kintamąjį	55,0%	45,0%			
	% pagal šalį	100,0%				

