

ŠIAULIŲ UNIVERSITETAS  
EDUKOLOGIJOS FAKULTETAS  
KŪNO KULTŪROS IR SPORTO EDUKOLOGIJOS KATEDRA

**Simona Jasevičiūtė**

Kūno kultūros ir sporto edukologijos (specializacija-sporto vadyba) studijų  
programos studentė

**SPORTUOJANČIŲ IR NESPORTUOJANČIŲ MOKINIŲ SOCIALINIŲ ĮGŪDŽIŲ  
YPATUMAI: LYGINAMOJI ANALIZĖ**

Magistro darbas

Darbo vadovė  
doc. dr. Laimutė Bobrova

Šiauliai, 2012

Darbas originalus.....Simona Jasevičiūtė

# TURINYS

<b>TURINYS</b> .....	<b>2</b>
<b>SANTRAUKA</b> .....	<b>3</b>
<b>SUMMARY</b> .....	<b>4</b>
<b>ĮVADAS</b> .....	<b>6</b>
<b>1. SOCIALINIAI ĮGŪDŽIAI</b> .....	<b>9</b>
1.1 Sporto edukacinė funkcija .....	9
1.2 Asmenybės ugdymas sporte .....	10
1.3 Socialinių įgūdžių apibrėžimų įvairovė.....	13
1.4. Socialinių įgūdžių ugdymo ypatumai.....	16
1.4.1. Socialinių įgūdžių lavinimo svarba mokykloje .....	19
1.4.2. Socialinių įgūdžių lavinimas grupėje.....	20
1.5. Socialiniai įgūdžiai sportinėje veikloje .....	22
1.5.1. Socialinių ir psichologinių įgūdžių svarba.....	25
<b>2. TYRIMO METODIKA IR ORGANIZAVIMAS</b> .....	<b>29</b>
<b>3. TYRIMO REZULTATŲ ANALIZĖ IR JŲ APTARIMAS</b> .....	<b>32</b>
3.1. Imties charakteristika .....	32
3.2. Esminių socialinių įgūdžių raiška.....	33
3.3. Dorovinių socialinių įgūdžių raiška .....	41
3.3.1. Dorovinių socialinių įgūdžių lygio tyrimas .....	41
3.3.2. Dorovinių socialinių įgūdžių svarbos tyrimas .....	46
3.4. Situacinių socialinių įgūdžių raiška.....	50
3.4.1. Situacinių socialinių įgūdžių lygio tyrimas .....	50
3.4.2. Socialinių situacinių įgūdžių svarba .....	53
3.5. Varžybiniai psichologiniai socialiniai įgūdžiai .....	56
3.5.1. Gebėjimas stiprinti varžybinę motyvaciją .....	56
3.5.2. Gebėjimas stabilizuoti emocinę būseną.....	58
3.5.3. Pasitikėjimo savimi įgūdis .....	59
3.5.4. Bendravimo įgūdžiai.....	61
<b>IŠVADOS</b> .....	<b>63</b>
<b>LITERATŪRA</b> .....	<b>65</b>
<b>PRIEDAI</b> .....	<b>68</b>

## SANTRAUKA

SPORTUOJANČIŲ IR NESPORTUOJANČIŲ MOKINIŲ SOCIALINIŲ ĮGŪDŽIŲ YPATUMAI: LYGINAMOJI ANALIZĖ. Šiaulių universiteto, kūno kultūros ir sporto edukologijos magistrantūros studentė Simona Jasevičiūtė.

Sportas užima vis reikšmingesnę vietą visuomenės gyvenime. Dauguma sporto tyrinėtojų linkę pripažinti ugdomąją sporto funkciją kaip humanistinių vertybių perdavimo priemonę, o sportinę veiklą – kaip socialinį reiškinį, galintį paveikti žmonių elgesį (Malinauskas, 2001; Stonkus, 2000; Miškinis, 2006). Šiuolaikiniame sporte neskiriama pakankamai dėmesio harmoningo sportininko asmenybės sklaidai. Todėl ypatingai aktualūs tampa sportininkų socialinių įgūdžių tyrimai, kurie pagrįstų daugelio mokslininkų tyrimus, kad sportas yra priemonė ugdyti ne tik fizines, bet ir psichologines, socialines asmenybės savybes (Столяров, 1999; Žukauskienė, 2006).

Tyrimo objektas - socialiniai įgūdžiai. Tyrimo tikslas – atskleisti sportuojančių ir nesportuojančių vaikų socialinių įgūdžių ypatumus. Tyrimo metodai: teorinė analizė, apibendrinimas, anketinė apklausa, statistinė duomenų analizė. Tyrimo metodologija: socialinių ir psichologinių įgūdžių ugdymas grindžiamas humanizmo idėjomis.

Tyrimė dalyvavo 150, 6-8 klasių, moksleivių iš Šiaulių Dainų vidurinės mokyklos. Išanalizavus sportuojančių ir nesportuojančių moksleivių socialinius įgūdžius, matome, kad sportuojantys moksleiviai yra iškabingesni, lengviau apgina savo nuomonę, yra emociškai stipresni, savarankiškesni, sugeba greičiau susidoroti su iškilusiais sunkumais. Dorovinių socialinių įgūdžių lygis sportuojančių moksleivių yra žymiai aukštesnis: jie atsakingesni, laikosi duoto žodžio, turi mažesnę polinkį keršyti. Doroviniai įgūdžiai tokie kaip paguosti, laikytis duoto žodžio ir atsakyti už savo veiksmus sportuojančių tarpe taip pat yra svarbesni. Nors daugelio atveju sportuojančių socialinių įgūdžių rodikliai yra aukštesni, kai kuriuose atvejuose rezultatai to nepatvirtino: parodyti iniciatyvą pradedant ir užbaigiant pokalbį, taip pat, kalbėti apie savo jausmus nesportuojantiems vaikams yra lengviau nei sportuojantiems. Iškelta hipotezė, kad sportuojančių vaikų socialinių įgūdžių lygis aukštesnis nei nesportuojančių vaikų iš dalies patvirtino. Nors kai kuriuose atsakymuose sportuojančių rezultatai nebuvo daug aukštesni, o kai kur net mažesni, galime daryti prielaidą, kad ateityje kartojant tyrimą rezultatai jau būtų gerokai aukštesni. 6-8 klasių moksleivių socialinių įgūdžių piramidė tokia amžiuje dar tik formuojasi ir tvirtinasi, tad tokiu laikotarpiu sportas yra puiki priemonė padedanti šiuos įgūdžius įsisavinti kuo giliau.

## SUMMARY

Comparative analyses of Social behavior of exercising and non-exercising students and the features involved. Siauliai University, Physical Education and Sports Education Master's student Simona Jaseviciute.

Sport takes big part in social public life and becoming more important. The majority of the researches agrees that the upbringing sports function are the measure of humanistic values where sport activities are defined as social phenomena which influences an individual's skills. (Malinauskas, 2001; Stonkus, 2000; Miškinis, 2006).

In today's sport there is not enough attention on balanced spread of athlete's personality. Because of this reason the social skills study becoming extremely important and they are based on numerous scientists' studies of that the sport is not only the way of developing physical skills but also developing psychological and social personality characteristics. (Столяров, 1999; Žukauskienė, 2006).

*Research Object.* Social skills. *Reserch aim-* to identify social skills of exercising and non-excersing kids. *Research Methods:* Theoretical analysis, a summary of the questionnaire, statistical analysis of the data. *Research methodology:* Education on social and psychological skills is based on humanistic ideas as only through humanistic principals it is possible to gain communication and collaboration skills.

We have conducted the research in Siauliai Dainu secondary school, in this research anticipated 150 students who are the students of 6-8 grade. We have analysed the skills of exercising and non-exercising student and we have identified that exercising student are more communicative, have stronger opinion and stands up for their social believes, despite that they are emotionally stronger, more independent and has stronger abilities to overcome occurred problems and situations. Level of social moral skills of students who exercising is much higher and they are more responsible also they keep their word and has less intention to avenge. The moral social skills and importance of them are based on keeping the word and being responsible for own action within the exercising community. However in many cases indicators of social skills of exercising person are much higher but we need to take into consideration that in some cases the results did not approved that: kids who don't exercise can more easily express their feelings than exercising kids and also in regards to starting and ending conversation non-exercising kids shows more initiative.

Hypothesis partly justified that kids who exercising have higher level of social skills than kids who does not exercise. However in some of the cases the results of exercising kids wasn't as high, despite that was even lower, because of this reason we can make an assumption that results

would be higher if we would repeat the research in the future. The social skills pyramid of students who are in 6-8 grade still formulates and develops. Sport in this time period is a perfect tool to help to appropriate these skills further.

## IVADAS

### **Aktualumas ir problema.**

Nuo ankstyvos vaikystės šeimoje, darželyje, mokykloje, ugdomi vaikų socialiniai įgūdžiai. Pedagogikos pradininkas austrų mąstytojas Rudolfas Staineris drauge kalbėjo apie nuostabos jausmą vaikystėje ir jo, kaip mąstymo pagrindo ugdymo svarbą: "Yra esminga, kad, prieš pradėdami mąstyti mes išgyventume nuostabos būseną". Geriausias socialinis ugdymas – tai praktinė veikla. Sėkminga ji tada, kai vyksta nepastebimai, nuoširdžiai ir natūraliai (H. Schiller). Nuostabos jausmą vaikystėje lengviau patiria tie vaikai, kurių socialiniai įgūdžiai yra geresni. Sportas netik lavina vaiko socialinius įgūdžius, bet ir apsaugo nuo didėjančio gyvenimo tempo bei su juo susijusiu visuotiniu nervingumu ir stresu.

Pastaruoju metu nemažas dėmesys skiriamas sportuojančių moksleivių socialinių įgūdžių tyrimams (Gard, Meyenn, 2000; Loughhead, Leith, 2001; Stephens, 2001; Šniras, 2001, 2002, 2004; Šniras, Malinauskas, 2004 a; 2004 b). Dauguma sporto tyrinėtojų linkę pripažinti ugdomąją sporto funkciją kaip humanistinių vertybių perdavimo priemonę, o sportinę veiklą – kaip socialinį reiškinį, galintį veikti žmonių elgesį (Malinauskas, 2001; Stonkus, 2000; Miškinis, 2006). D. Covrig (1996) nurodo, jog sportinė veikla gali padėti išmokti bendrauti su bendraamžiais, bendradarbiauti, keistis vaidmenimis, turimomis žaidimo priemonėmis. H. Brandl-Bredenbeck, W. Brettschneider (1997) tyrimų duomenimis, sportuojant galima įgyti tokius socialinius įgūdžius: išmokti pasitikėti, atlikti užduotį, pažinti ir išmokti elgtis su savo kūnu, užmegzti ir palaikyti palankius emocinius ryšius su bendraamžiais, išmokti prisiimti atsakomybę, išmokti perimti vertybes, tokias kaip paklusnumas, drausmė, pareigingumas, normų ir taisyklių laikymasis. Šių dienų modernėjančioje visuomenėje vis dažniau kalbama apie socialinius įgūdžius ir jų svarbą jaunam žmogui, tačiau, deja, stokojama idėjų ir veiksmų kaip tą padaryti.

Atsižvelgiant į socialinių įgūdžių svarbą šio darbo aktualumas grindžiamas tuo, kad dažniausiai moksliniuose darbuose analizuojami sportuojančių mokinių socialinių įgūdžių ypatumai, tačiau stokojama darbų, kuriose būtų atskleidžiami ir palyginami sportuojančių ir nesportuojančių mokinių panašumai ir skirtumai socialinio ugdymo kontekste.

**Tyrimo objektas.** Socialiniai įgūdžiai.

**Tyrimo hipotezė.** Sportuojančių vaikų socialinių įgūdžių lygis aukštesnis nei nesportuojančių vaikų.

**Tyrimo tikslas** – atskleisti sportuojančių ir nesportuojančių vaikų socialinių įgūdžių ypatumus.

### **Tyrimo uždaviniai:**

1. Išanalizuoti ir apibendrinti sportuojančių vaikų socialinių įgūdžių ypatumus teoriniame kontekste;
2. Palyginti sportuojančių ir nesportuojančių mokinių socialinių įgūdžių lygį, taikant apklausos metodą;
3. Atskleisti ir palyginti sportuojančių ir nesportuojančių mokinių panašumus ir skirtumus socialinio ugdymo kontekste;
3. Pateikti rekomendacijas ir pasiūlymus mokykloms, ugdant socialinius įgūdžius.

### **Tyrimo metodologija**

Socialinio išmokimo teorija, kilusi iš mokymosi pažinimo ir socialinio elgesio dėsnių, pabrėžia išorinių įvykių svarbą. Pasak A. Bandūros (1986), socialinio elgesio įgūdžių įgyjama stebint kitus ir sekant jų pavyzdžiu.

Humanistinė asmenybės tapsmo teorija (Rogers, 1969; 1983) reikšminga socialinės kompetencijos plėtotės, socialinių ir psichologinių įgūdžių ugdymo kontekste. Socialinių ir psichologinių įgūdžių ugdymas grindžiamas humanizmo idėjomis, nes tik remiantis humanistiniais principais, galima įgyti bendravimo ir bendradarbiavimo įgūdžių.

### **Tyrimo metodai:**

Teoriniai: mokslinės literatūros, internetinių šaltinių turinio analizės interpretavimas ir apibendrinimas.

Empiriniai: anketinė apklausa, kurios pagalba analizuojami sportuojančių ir nesportuojančių vaikų socialinių įgūdžių raiška. Moksleiviams pateikiamas adaptuotas socialinių įgūdžių klausimynas. Pateikiami šie socialiniai įgūdžiai: savęs pažinimo, efektyvus bendravimas ir bendradarbiavimas, gebėjimas reikšti savo nuomonę, gebėjimas paprašyti pagalbos, pasakyti ką jauti. Statistinė tyrimo duomenų analizė: duomenų apdorojimui buvo taikyta programa Microsoft Office Excel 2007 duomenų analizės programa.

Statistiniai. Surinktų duomenų matematinis statistinis apibendrinimas, tyrimo rezultatų analizė.

### **Tyrimo etapai:**

Pirmasis etapas skirtas socialinių įgūdžių teorinei analizei, remiantis edukologijos, sociologijos, filosofijos mokslų darbais. Aptarti socialiniai įgūdžiai, jų ugdymo ypatumai. Aptarta socialinių įgūdžių raiška sportinėje veikloje.

Antrajame etape suformuluota darbo hipotezė, apibrėžtas tyrimo tikslas, uždaviniai, numatyta tyrimo metodika.

Trečiajame etape vykdyta anketinė apklausa, apdoroti tyrimo rezultatai.

Ketvirtajame etape interpretuojami kiekybinio tyrimo rezultatai, atlikta lyginamoji analizė. Atskleista sportuojančių ir nesportuojančių vaikų socialinių įgūdžių raiška, analizuojami duomenys, formuluojamos išvados ir teikiamos rekomendacijos.

#### **Darbo naujumas, reikšmingumas.**

Atlikta sportuojančių ir nesportuojančių mokinių socialinių įgūdžių lyginamoji analizė, kuri teikia naujų žinių ne tik sporto mokslui, bet ir visam švietimui.

Empiriškai nagrinėti socialinius įgūdžius yra aktualu, nes šių įgūdžių įvertinimas atkreipia dėmesį į ugdomojo poveikio būtinumą, ir praverčia, kuriant įvairias socialinio elgesio ugdymo programas.

#### **Darbo struktūra.**

Darbą sudaro įvadas, 3 skyriai, išvados, literatūros sąrašas, 2 priedai. Darbe pateikiama 4 lentelės, 23 paveikslai.



# 1. SOCIALINIAI ĮGŪDŽIAI

## 1.1 Sporto edukacinė funkcija

Sportas – sudėtingas socialinis reiškinys, tai struktūrizuota, tikslinga, taisyklių ribojama labai aktyvi fizinė veikla, kuriai būdingas sportuojančiųjų atsidavimas, pasišventimas, kova su savimi ir varžovais, kartu tos sportinės kovos žaismingumas, žaismas. Sportuojant reikalingos didelės psichinės ir fizinės pastangos, gebėjimai panaudoti sudėtingus fizinius įgūdžius (Stonkus, 2002).

Pedagogai, filosofai, sociologai ir kitų sričių specialistai pripažįsta, kad sportas yra ypatingas ir daugiareikšmis socialinis fenomenas (Karoblis, 1999; Malinauskas, 2003; Martens, 1999; Šukys, 2005;). Todėl yra įvairūs požiūriai į jį, jo aplinką, specifiką ir vietą socialinių reiškinų sistemoje. Kita vertus, sutinkame ir tokių formuluočių, kuriomis remiantis sportas suvokiamas tik kaip kova, žaidimas. Tokiu atveju sportinė kova yra vienas iš pagrindinių sportinės veiklos elementų. Tačiau tokia sporto samprata nėra tiksli. Nors šiuolaikinio sporto šaknys iš esmės siejamos su senovės visuomenėje žaidžiamais varžybiniais žaidimais, tačiau nuo tada, kai žmonės suprato, jog psichofizines ir intelektines individo galimybes galima tobulinti, atsirado reiškinys, dabar vadinamas sportu.

Sportas – tai socialinis reiškinys, neatsiejama visuomeninės kultūros dalis – rengimosi varžyboms ir dalyvavimo jose sistema siekiant geriausių sportinių rezultatų (Stonkus, 2002). Tačiau šiuolaikinis sportas – tai ne tik asmenybės fiziniai gebėjimai, pasireiškiantys varžantis sportinėje arenoje. Šiuolaikinis sportas tai jau valstybių politika. Šiais laikais vis didesnę įtaką įgyja valstybės koordinuojama sporto plėtros koncepcija. Pastarąjį dešimtmetį, sportininkams profesionalams suteikus teisę dalyvauti olimpinėse žaidynėse ir televizijai, gamybinėms struktūroms sportą naudojant kaip reklamos prekę, jis tapo pramogų verslu. Ši tendencija įgyja vis didesnę plėtrą ir tampa globaliu reiškiniumi (Karoblis, 2005). Sportui, kaip socialiniam reiškiniumi, daug dėmesio skiria ir įtaką daro žiniasklaida. Deja, šiais laikais ypač propaguojamos agresyviosios sporto šakos (Skarbalius, 2003).

Šiuolaikiniam sportui būdinga ir dvigubos moralės apraiška. Net ir gydytojai mokslininkai skatina sportininkus siekti rezultatų, ieškodami priemonių, padedančių hipertrofuotai mobilizuoti organizmo funkcines galias, nors tokio poveikio priemonės neretai žalingai veikia žmogaus organizmą. Mokslinėse laboratorijose specialistai dirba dviem kryptimis. Vieni siekia rasti būdų, kaip nustatyti žmogaus organizmui žalingų preparatų vartojimą, o kiti ieško ne tik stimuliuojamųjų priemonių, bet ir tokių preparatų, kurie laikinai panaikintų panaudojimo pėdsakus. Tai gydytojų, priėmusių Hipokrato priesaiką, dvigubos

moralės apraiška (Skarbalius, 2003). Nors olimpinėse žaidynėse teisėjai prisiekia, kad jie garbingai teisėjaus sportinėse varžybose, tačiau iš tikrųjų dar nebuvo nė vienu olimpinių žaidynių, kuriose nebūtų subjektyvumo apraiškų (Skarbalius, 2003).

Tačiau vis dėlto vienas mus labiausiai dominančių klausimų yra humaniškas sporto aspektas, leidžiantis analizuoti sportą kaip reiškinių, kuriame sportininkas turi galimybę ne tik fiziškai, bet ir dvasiškai tobulėti, įgyti bendražmogiškų vertybių. Tokių galimybių buvimą patvirtina V. I. Stoliarov (Столяров, 1999). Autoriai pastebi, kad sportinė kova – tai humaniškiausias žaidybinis realaus gyvenimo situacijų modelis. Jų nuomone, realiame gyvenime vyksta kova, kurios metu besivaržančios pusės turi vienodas sąlygas, apsaugančias jas nuo galimų neigiamų padarinių šios kovos metu. Tai pasiekama realias situacijas paverčiant humaniškesnėmis, sąlyginėmis, žaidybinėmis, pagrįstomis tam tikromis taisyklėmis, draudimais.

Sportas gražus ne vien tik sportiniais rezultatais, sportinės kovos emocingumu, bet ir dorinėmis vertybėmis. Sporto praktikoje ryškiau negu natūraliame gyvenime atsiskleidžia sportininko, jo trenerio ar sporto teisėjo asmenybė, charakteris, kultūringumas, etinis elgesys (Miškinis, 1998, 2000, 2002, 2005). Mokslininkų darbuose, kuriuose nagrinėjamos kūno kultūros įtakos asmenybės ugdymui problemos, išryškunami sportinės veiklos pozityvumo bruožai. Čia aktualūs lietuvių pedagogo S. Šalkauskio žodžiai, akcentuojantys dvasios ir kūno darną: „Žmogus nėra nei vienas tik kūnas, nei viena tik dvasia, bet sudaro vieną psichofizinę substanciją, kurioje kūnas turi įtakos dvasios reiškimuisi, o, kita vertus, dvasia veikia kūną. Todėl lavinant žmogaus sielą, negalima nesidairyti į kūną, ir atvirksčiai. Iš čia aiškėja, kad be kūno kultūros negali būti ne tik išugdytas pilnutinis žmogus, bet ir deramai išlavintos aukštesnės jo galios“ (Šalkauskis, 1994). V. I. Stoliarov (Столяров, 1999) tyrinėjantis sportinės karjeros ypatumus, pastebi, kad sportininko socialinio vaidmens realizacija sportinės karjeros metu leidžia sportininkui sukaupti ne tik sportinę, bet ir reikšmingą gyvenimo patirtį, geriau pažinti patį save ir savo galimybes, įsitvirtinti, pasiekti kitų žmonių pripažinimo.

## **1.2 Asmenybės ugdymas sporte**

Sportas yra ypatingas ir daugiareikšmis socialinis fenomenas. Sportinė veikla gali daryti įtakos ne tik fiziniam asmenybės tobulėjimui, bet ir sveikatai, vertybinėms orientacijoms, taip pat diegti su šia veikla susijusias žinias ir mokėjimą. Sportui būdinga nepriklausoma subkultūra, tokios vertybės, kurios skiriasi nuo bendrųjų visuomenės vertybių (Šukys, 2001).

Tačiau nepriklausomai nuo sporto sąvokos sampratos įvairovės išskirtinis sporto bruožas nuo senovės Graikijos laikų iki šiol yra siekis tobulėti (Stonkus, 2002).

Mokslininkai savo darbuose pripažįsta ugdomąją sporto funkciją (Šukys, 2005). Apie kūno lavinimo ir sielos harmoniją bei sporto kaip asmenybės ugdymo priemonės svarbą savo darbuose rašė ir žymiausi Lietuvos filosofai, psichologai ir pedagogai. Lietuvos vaikų ir jaunimo fizinio ir įvairiapusiško ugdymo harmonijos problema gvildenama E. Adaškevičienės (1999), K. Miškinio (2002), S. Stonkaus (2002) darbuose.

Ugdymas - pedagoginis vyksmas apimantis ugdytinio ir ugdytojo veiklą (Jovaiša, 1993). S. Stonkus (2002) ugdymą supranta kaip žmogaus poveikio priemones, būdus, kuriais siekiama apibrėžti tikslus, ketinimus, sumanymus. Kartu su asmenybės ypatybių lavinimu ir saviraiška vyksta asmenybės individualizavimo (pirmiausia ugdomos įgimtos ypatybės) ir socializavimo (aplinkos veiksnių poveikis asmenybei) vyksmai (Stonkus, 1998).

Sportinis rengimas - įvairiapusis sudėtingas edukacinis vyksmas, apimantis sportininko mokymą ir auklėjimą, jo gebėjimų, fizinių ir psichinių ypatybių tobulinimą, harmoningą asmenybės ugdymą, sveikatos stiprinimą, gerų sportinių rezultatų siekimą (Stonkus, 2002). Nors neretai keliamas susirūpinimas, kad šiuolaikiniame sporte, ypač didžiajame, neskiriama pakankamai dėmesio harmoningai sportininko asmenybei ugdyti (Столяров, 1999; Самусенкова, 1996). Teigiama, kad didysis sportas pastaraisiais metais virto savotišku verslu, svarbia šiuolaikinės industrijos dalimi. Pasikeitė pagrindinis sporto, kaip sportinės kovos žaismo, tikslas. Sportinė kova yra sąlygojama išorinių motyvų (piniginių prizų, kontraktų, reklamos, įvaizdžio). Išryškėjo ir tokios elitinio sporto problemos, kaip šurkštumas, nepagarba varžovams, žiūrovams, kartais teisėjams, dopingo, narkotinių medžiagų vartojimas (Платонов, 2004). Mokslininkas nustatė, kad sportinė kova skatina sportininkų agresyvumą prieš kitus. Platonovas (2004) kalbėdamas apie negarbingą sportinę kovą, dopingo vartojimą, sąmoningus varžovų sužalojimus, apgaulę, kelia klausimą, ar apskritai moraliniai samprotavimai sporte turi prasmę. Tokie neigiami reiškiniai veikia ir sportininkų rengimą - beatodairišką dalyvavimą varžybose visus metus, specifinio rengimo vyravimą ir sportininkų rengimo naujovių ieškojimą, tokių, kurios nepažeistų ir nesukeltų persitreniravimo reiškinį. Kyla būtinybė sukurti ir pagrįsti naujas sportininkų darbingumo atgavimo programas, kurios leistų psichologiškai pailsėti po įtempto sportinio sezono, kartu nesukeltų didelių detreniruotumo pokyčių ir sudarytų palankias prielaidas ugdyti asmenybei.

Mokslininkų tyrimais, kurie dažniausiai remiasi didžiuoju sportu, buvo nustatyta, kad sportinėje kovoje egzistuoja ne tik apgaulė ir negarbinga kova. Tačiau norėdamas laimėti sportininkas privalo įgyti ir tokių ypatybių, kaip dominavimas, užsispyrimas ir nedrausmingumas (Karoblis, 1990; Malinauskas, 2003; Martens, 1999).

Nepaisant kritinių pastabų sportui, jį galima vertinti ir kaip supaprastintą gyvenimo modelį. Todėl sporte dėl egzistuojančių sąlygų ekstremalumo galima aptikti visą žmogiškosios prigimties išraiškos turtingumą (Стамбулова, 1999). Pasak autorės, sporto rungtynės - tai atvira kova su konkrečiu varžovu pagal griežtas taisykles, taigi sportininkas varžosi psichologiškai labiau apibrėžtoje aplinkoje, palyginti su konkuravimo kitų profesijų ir gyvenimo sričių situacijomis. Todėl sporte galima įgyti tokių ypatybių, kurias kitos veiklos sritys mažiau veikia. Varžybinis sportas yra kaip laboratorija, kurioje pritaikomi ir rodomi gebėjimai, patikrinamas priimtų sprendimų ir poelgių vertingumas (Karoblis, 1990; Malinauskas, 2003; Martens, 1999).

Vis dėlto sportas yra veikla, kurioje sportininkas, norėdamas pasiekti sportinės sėkmės, turi išsiugdyti tam tikras ypatybes. Daugelis autorių, kalbėdami apie teigiamą sportinės veiklos poveikį, mini charakterio ugdymą (Karoblis, 1990; Malinauskas, 2003; Martens, 1999). R. Malinauskas (2003) prie charakterio ir moralinių asmenybės ypatybių priskiria drąsumą, žaismingumą, šaltakraujiškumą, savitvardą, mandagumą ir garbingumą. Sportuojant reikia ne tik kantrybės treniruotis, bet ir iškęsti skausmą, nuovargį, kitus nemalonius pojūčius, todėl sportuojant galima įgyti atkaklumo, pasiaukojimo, priprasti sunkiai dirbti, laikytis nustatytų reikalavimų, bendradarbiauti (Martens, 1993).

Literatūroje taip pat teigiama, kad sportuojantys vaikai lengviau atsispiria žalingai bendraamžių įtakai, rečiau išsitraukia į nusikalstamą veiklą (Šukys, 2002, 2005; Tilindienė, 2000). Sporto įtaka pasireiškia tuo, kad tenka mokytis ir laikytis sporte galiojančių taisyklių, normų. Tikėtina, kad paklusnumas sporte gali būti perkeliamas ir į kitas gyvenimo sritis. Taigi sportininkams lengviau paklusti visuomenės įstatymams ir apribojimams. Be to, daug laiko praleisdami pratybose, dalyvaudami varžybose jie mažiau laiko turi išsitraukti į nusikalstamas grupes.

Sportinė veikla gali padėti rengti vaikus visuomeniniam suaugusiųjų gyvenimui, keliančiam griežtus reikalavimus. Labai svarbi ugdymo požiūriu yra prielaida, kad vertybės, kurios yra įgyjamos ir išmokstamos sportuojant, gali būti perkeliamos į kitas gyvenimo sritis ir kartu padėti tobulinti individą ir visuomenę. Mokslininkai nustatė, kad sportuojant galima: a) išmokti pasitikėti savimi atliekant užduotį; b) įgyti pasitikėjimo savo jėgomis, mokėti elgtis su savo kūnu; c) sukurti socialinį ir emocinį tarpusavio ryšį su bendraamžiais; d) išmokti prisiimti atsakomybę; e) veikti asmenybės vertybių sistemą (Adaškevičienė, 1999; Argyle, 1991; Bulotaitė, Gudžinskienė, 2003).

Apibendrinant daugelio tyrimų, susijusių su sportininkų ir nesportininkų asmenybės ypatybių skirtumais, rezultatus, galima išskirti tokias sportininkams būdingas ypatybes (lyginant su nesportininkų): aukštas sėkmės motyvacijos lygis (Крети, 1978; Смоленцева,

2001; Соколова, 1994; Шаболтас, 1998), emocinis tvirtumas, pasitikėjimas savimi (Martens, 1999), agresyvumas, ekstraversija, charakterio tvirtumas (išvystytos valios ypatybės) ir savikontrolė (Крети, 1978).

Fizinis ugdymas - neatskiriama bendrojo ugdymo dalis. Tai - mokslu pagrįstas pedagoginis vyksmas, kurio metu ugdytojas veikia ugdytinį, remdamasis kūno kultūros vertybėmis, ugdytojo ir ugdytinio bendradarbiavimas įgyvendinant tam tikrą asmenybės fizinės būsenos ugdymo programą (Stonkus ir kt., 1998). Reikšminga sporto pratybų ugdomojo poveikio sąlyga yra pačių sportininkų saviugda, paremta teigiamu trenerio, mokytojo pavyzdžiu, gerais sportininkų tarpusavio santykiais, argumentuota sportinės veikos motyvacija. Asmenybės saviugdosa vyksmas gali būti sėkmingai plėtojamas saviugdosa pagrindu (Malinauskas, 2003).

Saviugda - sąmoninga, kryptinga žmogaus veikla, kuria siekiama tobulinti savo psichines, socialines ypatybes pagal visuomeninio ugdymo ir socialinių sąlygų, visuomenei reikšmingų vertybinių orientacijų modelį (Jovaiša, 1993). Sportas yra puiki saviugdosa priemonė, o fizinė saviugda - bendrosios saviugdosa dalis. Saviugdosa reikšmė ugdant jaunuosius sportininkus pripažįstama sporte pedagogų ir psichologų darbuose (Miškinis, 1999, 2002; Stonkus, 1998; Tilindienė, 1998). Pagrindinė saviugdosa varomoji jėga yra noras tobulėti, o ypač pajusti sportavimo malonumą. Labai svarbu turėti saviugdosa motyvus. Motyvai nukreipia, skatina ir įprasmina saviugdą (Maslow, 2006).

Motyvacija - veiklos paskata, varomoji jėga, reguliatorius (Maslow, 2006). Iš žmogaus, turinčio menką motyvaciją, negalima laukti didelio atsidavimo bet kokioje veikloje, o neturintis motyvacijos žmogus visiškai joje nedalyvaus. Ypač ryškiai tai pasireiškia sporte. Šaboltas (1998) nustatė, kad svarbiausias skatinantis sportininko vidinius išteklius efektyviai sportinei veiklai rodiklis yra motyvacinis. Sportininko motyvai - vidinio pasitenkinimo pačia sportine kova ir atlygio, gaunamo už pasiektus rezultatus, derinys (Stonkus, 2002). Sportininkas siekia tikslo daug metų, įveikdamas savo kelyje didelius sunkumus, neįtikėtinus pagal intensyvumą ir apimtį psichinius ir fizinius krūvius, priverstinį atsisakymą daugelio gyvenimo džiaugsmų ir kt. Šiame procese didelį vaidmenį atlieka sėkmės motyvacijos arba laimėjimų motyvacijos fenomenas (Malinauskas, 2003).

### **1.3 Socialinių įgūdžių apibrėžimų įvairovė**

Apibrėžiant socialinių įgūdžių sąvoką būtina remtis daugeliu kitų sąvokų: asmenybė, intelektas, kalba, suvokimas, požiūris, įvertinimas, bei aplinkos-elgesio sąveika (Šniras, 2005.) Kita problema yra ta, kad socialinių įgūdžių sąvoką formuluoja daugelio sričių specialistai:

socialinio darbo, edukologijos, psichologijos. Š.Šniras (2005) apibendrina mokslinėje literatūroje pateikiamus socialinių įgūdžių apibrėžimus (žr. 1 lentelė).

1 lentelė. **Socialinių įgūdžių apibrėžimai (cituoja pagal Š.Šnirą, 2005)**

Literatūros šaltinis	Apibrėžimas
Argyle, 1981	Adaptivus ir adekvatus elgesys, kurio efektyvumą pripažįsta ne tik pats, bet ir kiti individai.
Combs, Slaby, 1977	Gebėjimas užmegzti ryšius ir sąveikauti socialiai priimtais būdais.
Foster, Ritchey, 1979	Reakcijos, užtikrinančios pozityvią sąveiką.
Gresham, Elliot, 1987	Elgesys, kurio pasekmės yra socialiai pageidaujamos.
Hargie, Saunders, Dickson, 1987	Įgūdžiai, reikalingi palankiems tarpasmeniniams santykiams palaikyti.
Kelly, 1982	Išmoktos reakcijos, kuriomis siekiama socialinėse situacijose gauti maksimalų teigiamą pastiprinimą
McGuire, Prestley, 1981	Poelgiai, lemiantys efektyvų bendravimą ir bendradarbiavimą.
Shlundt, McFall, 1985	Socialiai kompetentingas elgesys.
Schneider, Rubin, Ledingham, 1985	Gebėjimas kurti teigiamą psichologinį klimatą, kokybiškai atlikti socialinius vaidmenis.
Young, West, 1984	Socialinis elgesys, kuris padeda įgyvendinti užsibrėžtus tikslus.

Mokslinėje literatūroje dažnai socialinių įgūdžių sąvoka tapatinama su socialinės kompetencijos terminu (Vyšniauskytė Rimkienė, Kardelis, 1997). Vis dėl to dauguma autorių pritaria nuomonei, kad tai yra dvi skirtingos, nors ir susijusios, sąvokos (Lekavičienė, 2004).

Įvardijant socialinius įgūdžius gali būti remiamasi socialinėmis vertybėmis (savarankiškumas, pasitikėjimas, empatija) ir teoriniais tyrinėjimais. Socialinių įgūdžių įvardinimas remiantis socialinėmis vertybėmis gali būti kritikuojamas, nes, pavyzdžiui, pasitikėjimas gali būti vertinamas kaip nesugebėjimas diferencijuoti žmones į patikimus ir nepatikimus (Lekavičienė, 2000).

Kita vertus, socialiniai įgūdžiai yra specifinis elgesys, kuris reikalingas, kad individas kompetentingai atliktų užduotį, o sąvoka socialinė kompetencija norima pabrėžti ir įvertinti, kad asmuo adekvačiai įvykdė užduotį (McFall, 1982). Socialinės kompetencijos buvimas dar nereiškia, kad socialinių įgūdžių lygis yra aukštas. Tai tik rodo, kad socialiniai įgūdžiai taikomi adekvačiai (McFall, 1982). Todėl galime teigti, kad vartodami sąvoką socialinė kompetencija, išreiškiamo nuomonę apie individo socialinį elgesį tam tikroje situacijoje, kad individo turimi socialiniai įgūdžiai gali būti laikomi pagrindiniu socialinės kompetencijos matu (Malinauskas, 2003; Lekavičienė, 2004). Socialinė kompetencija apima ne tik socialinius, bet ir kitokius įgūdžius: motorinius, kalbėjimo, suvokimo ir kitus. Pavyzdžiui, tobuli motoriniai įgūdžiai yra susiję su vaiko socialine kompetencija, kuri nustatoma sociometrijos metodu. Kartais motorinių įgūdžių testais nustatomi duomenys taip pat susiję su socialinės kompetencijos įvertinimo rezultatais nei su socialinių įgūdžių tyrimo duomenimis. Gebėjimas kalbėti – tai kitas

nesocialinis įgūdis, turintis reikšmės socialinei kompetencijai. Nesocialiniams įgūdžiams, turintiems reikšmės socialinei kompetencijai, galima priskirti ir suvokimo įgūdžius, nes jie susiję su gebėjimu suvokti socialines situacijas (Malinauskas, 2003; Lekavičienė, 2004). Teigiama, kad socialiniai įgūdžiai garantuoja socialinių situacijų vairavimo kokybę ir daro didžiulį poveikį žmogaus asmeniniam gyvenimui. Vadinasi, M. Argyle (1996) požiūriu, socialiniai įgūdžiai suprantami kaip socialinės kompetencijos išraiška.

Socialinės kompetencijos sampratų mokslinėje literatūroje gausa rodo, kad nėra vieno visiems priimtino šios sąvokos apibrėžimo. Autoriai apibūdindami socialinę kompetenciją, išskiria tokius asmens gebėjimus, kaip gebėjimą užmegzti kontaktus ir bendrauti su kitais tam tikrame socialiniame kontekste tam tikrais būdais, kurie yra socialiai priimtini ir naudingi efektyviai veikti jam įprastoje aplinkoje bei reaguoti į įvairias (individualias bei specifines) gyvenimo situacijas ir jų pokyčius atitinkamai koreguojant savo planus, laikytis kultūrinio gyvenimo normų (Lekavičienė, 2000).

Šių socialinės kompetencijos sąvokų įvairovė rodo, kad jos neprieštarauja viena kitai, o viena kitą papildo. Šios sąvokos nevienareikšmiškumą pabrėžia ir mūsų šalies tyrėjai (Juodaitytė, 2002; Malinauskas, 2003), bandydami apibendrinti kitų autorių reiškiamas mintis, antai R. Lekavičienė (2000), atlikusi išsamią socialinės kompetencijos sąvokos analizę, pažymi jog vyrauja požiūris, kad socialinė kompetencija siejama su asmens elgesio veiksmingumu.

Manoma, kad asmens socialinė kompetencija tam tikrais jo amžiaus tarpsniais turi savitų bruožų, tačiau kai kalbama apie paauglių socialinę kompetenciją susiduriama su nevienodu šios sąvokos traktavimu, nevienodu išskyrimu socialinės kompetencijos kintamųjų, kurie gali būti empiriškai įvertinti. Vieni autoriai, aptardami socialinę paauglių kompetenciją, pabrėžia socialinius jų gebėjimus – sprendimų priėmimą, problemų sprendimą, savęs pažinimą, empatiją, streso įveikimą. Kiti tyrėjai, apibrėždami socialinę kompetenciją, pabrėžia socialinius rezultatus, kuriuos pasiekia paaugliai (turėti draugų, būti populiariu ir kitų mėgstamu, veiksmingai bendrauti su bendraamžiais) (Vyšniauskytė Rimkienė, Kardelis, 2004).

Apibendrinant galima teigti, kad plačiai paplitęs susitarimas, jog socialinė kompetencija yra platesnė sąvoka negu socialiniai įgūdžiai. Empiriškai nagrinėti socialinius įgūdžius yra naudinga, kadangi šių įgūdžių įvertinimas atkreipia dėmesį į ugdomojo poveikio būtinumą ir praverčia kuriant įvairias socialinio elgesio ugdymo programas. Todėl manoma, kad socialinių įgūdžių tyrimas turi būti neatsiejamas nuo jų efektyvumo įvertinimo. Tai yra kiek šie įgūdžiai padeda individui užimti tam tikrą vietą įvairiose socialinėse grupėse bei palaikyti pozityvius santykius.

Mokslinėje literatūroje (Šniras, 2005) dažnai sąlygiškai skiriami esminiai ir situaciniai socialiniai įgūdžiai. Esminiai įgūdžiai – tai patys svarbiausi socialiniai įgūdžiai, kurie reikalingi

visose gyvenimo situacijose. Situaciniai socialiniai įgūdžiai – tai įgūdžiai, reikalingi tik tam tikrose gyvenimo situacijose. Jiems priskiriami šie įgūdžiai: mokėjimas pateikti klausimus bei atspindėti jausmus, pasakymas ką jauti, mokėjimas pradėti pokalbį, mokėjimas pakalbėti, mokėjimas užbaigti pokalbį, mokėjimas išklausti, mokėjimas daryti įtaką, mokėjimas užtikrintai elgtis (atkakliai elgtis), mokėjimas lyderiauti.

Kadangi sportas virto savotišku verslu, svarbia šiuolaikinės industrijos sritimi, tai pastaruoju metu atkreiptas dėmesys ir į sportuojančių moksleivių socialinių įgūdžių klasifikacijos problemas. Susiformavo nuomonė, kad socialiniai įgūdžiai, kurie yra įgyjami sportinėje, o ypač varžybinėje veikloje, gali būti perkelti į kitas gyvenimo sferas, gali skatinti harmoningos asmenybės tapimą. Moksliniuose darbuose (Malinauskas, 2004) išryškėjo dvi varžybinių įgūdžių grupės: vieni įgūdžiai labiau susiję su situaciniais įgūdžiais, o kiti su psichologiniais (Šniras, 2005.)

Nustatyta, kad varžantis sportininkams, kurie yra pasiekę itin aukštą fizinio meistriškumo lygį, geriausių sportinių rezultatų pasiekia tie, kurie geriausiai pasirengę psichologiškai (Martens, 1999). Iš pradžių buvo tyrinėjami psichologiniai įgūdžiai (vaizdinių kūrimo, streso valdymo, dėmesio sutelkimo, tikslo užsibrėžimo) (Meyers, Sterling, 1994; Meyers, Bourgeois, 1999; Lines, Schwartzman, 1999; Thiese, Huddleston, 1999; Malinauskas, 2004). Vėliau buvo atkreiptas dėmesys ir į varžybų įgūdžius, kurie taikomi, kai sportininkai sąveikauja su komandos draugais ar varžovais varžybų metu. Varžybų įgūdžiai gali būti sąlygiškai skiriami į varžybų socialinius psichologinius ir į varžybų socialinius įgūdžius (Sugiyama, 1999; Tokunaga ir Hashimoto, 2000). Literatūroje dažniausiai analizuojami šie varžybų socialiniai psichologiniai įgūdžiai: gebėjimas stiprinti varžybinę motyvaciją, gebėjimas stabilizuoti emocinę būseną, gebėjimas pasitikėti savimi, gebėjimas numatyti ir gebėjimas bendrauti (Tokunaga ir Hashimoto, 2000). Tai įgūdžiai, pagerinantys sportinės veiklos rezultatus, didinantys pasitikėjimą savimi, skatinantys pasitenkinimą savo veikla (Šniras, 2005).

#### **1.4. Socialinių įgūdžių ugdymo ypatumai**

Mokslinėje literatūroje nurodomas socialinių įgūdžių ugdymo bendrojo lavinimo mokyklose būtinumas. Š. Šniras (2005) savo tyrimo išvadamis pagrindė krepšinio mokyklų moksleivių socialinių įgūdžių ugdymo efektyvumą. Pagrindinė daugelio mokslininkų pabrėžiama mintis yra ta, kad įgūdžiai turi būti įtvirtinami realiose situacijose, tiek žaidžiant, tiek pamokų metu, tiek namų sąlygomis. Mokytojai, treneriai, tėvai įvardijami kaip pagalbininkai, padedantys įvaldyti socialinius įgūdžius. Socialinių įgūdžių ugdymo programa įprastai grindžiama tam tikru



socialinių įgūdžių ugdymo modeliu (schema), joje apibrėžiami darbo tikslai, uždaviniai ir jų įgyvendinimo metodai.

Dažniausiai taikomos dvejopos socialinių įgūdžių ugdymo programos: plačios, universalios, skirtos esminiams ar situaciniams socialiniams įgūdžiams lavinti, ir siauros, specializuotos, skirtos tik tam tikriems socialiniams įgūdžiams formuoti. Kiekvienoje programoje numatomos praktinės veiklos situacijos, kurios būtų tinkamos ir didintų moksleivių veiklos veiksmingumą. Programoje taip pat numatomos darbo organizavimo sąlygos, laiko struktūra (Malinauskas, 2004).

Literatūroje sutinkamos socialinio ugdymo programos yra grindžiamos veiksmingo elgesio ugdymo programos modeliu, kuriame pabrėžiami šie principai:

1. Aiškiai apibrėžiama problemiško ir pozityvaus (saugaus, pagarbaus, atsakingo) elgesio sąvoka;
2. Mokiniai mokomi pozityvaus elgesio, lavinami būtiniausi socialiniai įgūdžiai, padedantys pasiekti norimus elgesio pasikeitimus;
3. Kuriamos veiksmingos motyvacinės sistemos, skatinančios moksleivių elgesio pokyčius;
4. Ugdytojai vykdo programą, reguliariai stebėdami elgesio stiprinimo programos veiksmingumą (Šniras, 2005).

Teigiama, kad tokios socialinio ugdymo programos grindžiamos veiksmingo elgesio ugdymo programos modeliu įdiegimas gali būti taikomas visiems mokiniams. Taip sumažinama galimybė moksleiviams patekti į rizikos grupę, gerėja jų savijauta, išauga pasitikėjimas savimi. Programa padeda ugdyti ne tik bazinius socialinius įgūdžius (paklusimą taisyklėms, problemų sprendimą, mokėjimą atsisakyti), bet ir aukštesniuosius socialinius įgūdžius (empatiją, jausmų valdymas, konfliktų sprendimas) (Malinauskas, 2005).

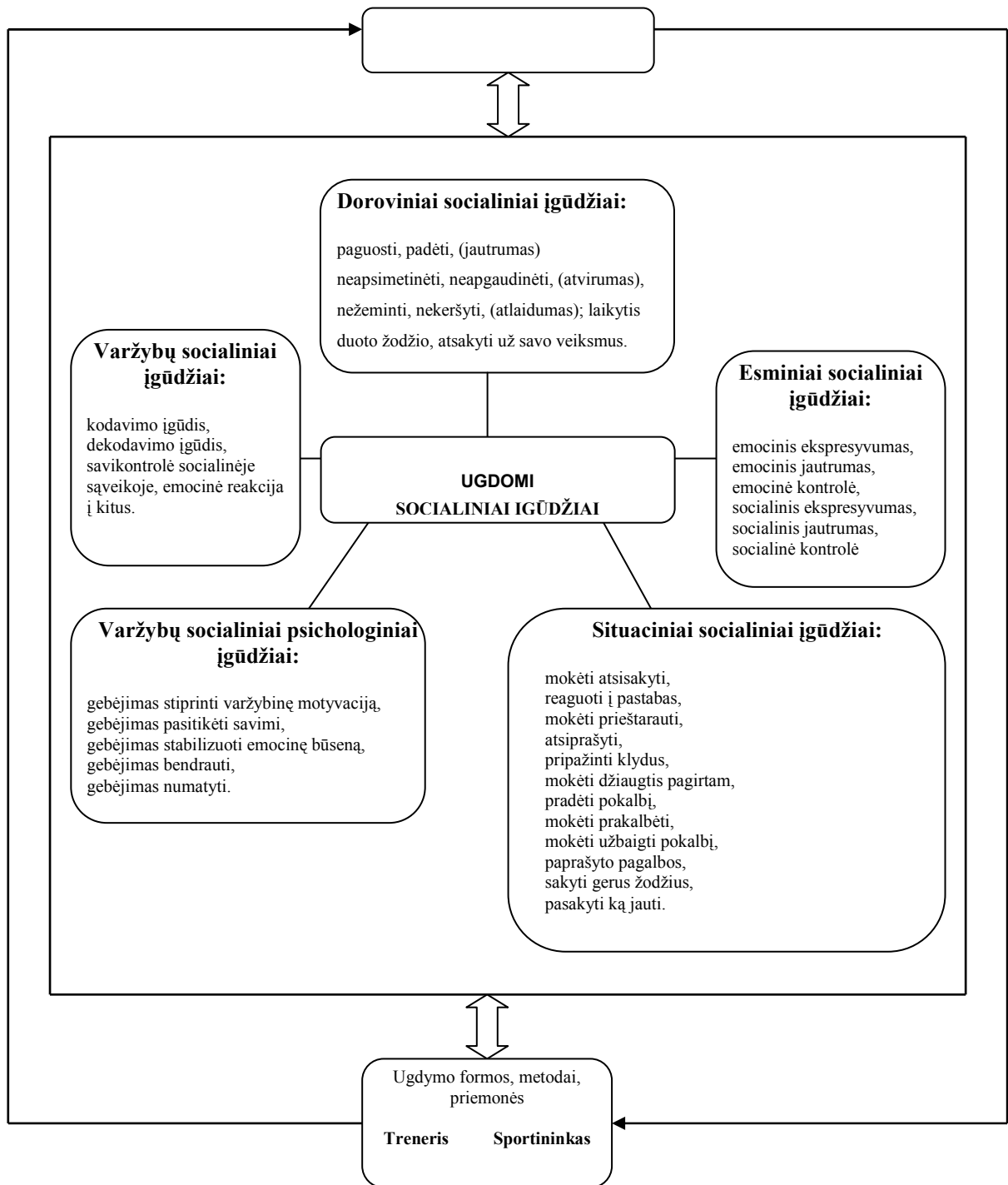
M.Argyle (1986) sudarė socialinių įgūdžių modelį, kuriame akcentuojamos socialinės sąveikos taisyklės, pabrėžiama grįžtamojo ryšio svarba, tikslai ir sąveikos dalyvių motyvacija. Grįžtamasis ryšys įmanomas tik esant supratimui, išklausymui ir dėmesiui kitam asmeniui. Teigiama, kad labai svarbu suprasti kito žmogaus reakciją. Taip pat būtina suprasti asmens, su kuriuo sąveikaujama, suvokimą, altruistiškus ar egoistiškus ketinimus. Šis socialinių įgūdžių modelis labiausiai tinka bendraujant ir sprendžiant susidarantią įvairias pedagogines situacijas.

Š.Šniras remdamasis M.Argyle (1986) socialinių įgūdžių modelio teorinėmis nuostatomis ir socialinių įgūdžių klasifikacija bandė sudaryti kompleksinį sportuojančių mokinių – krepšininkų socialinių įgūdžių ugdymo modelį (žr. 1 pav.). Manytume, kad kiek per drąsu būtų socialinių įgūdžių klasifikavimo sistemą vadinti socialinių įgūdžių ugdymo modeliu. Kaip teigia autorius, šis kompleksinis ugdymo modelis grindžiamas prielaida, kad sportuojančio mokinio

socialinei raidai yra vienodai svarbūs įvairūs socialiniai įgūdžiai - visas socialinių įgūdžių kompleksas, sudarytas iš sąlygiškai išskirtų socialinių įgūdžių grupių:

- ✓ doroviniai socialiniai įgūdžiai,
- ✓ esminiai socialiniai įgūdžiai,
- ✓ situaciniai socialiniai įgūdžiai,
- ✓ varžybiniai socialiniai psichologiniai įgūdžiai,
- ✓ varžybiniai socialiniai įgūdžiai.

Sportinės kovos tikslų akcentavimas sporte didina asocialaus elgesio galimybę, o skatinančių bendradarbiavimą tikslų užsibrėžimas didina prosocialaus elgesio tikimybę. Ilgainiui susiformavo nuomonė, kad socialiniai įgūdžiai, kurie yra įgyjami sportinėje, o ypač garbingoje varžybinėje veikloje, gali būti perkeltami į kitas gyvenimo sferas, gali skatinti harmoningos asmenybės tapimą. Sugiyamos (1999) moksliniuose darbuose išskirtos dvi varžybų įgūdžių grupės: vieni įgūdžiai laibiau susiję su situaciniais įgūdžiais, o kiti su psichologiniais. Todėl ir Š.Šniras (2005), remdamasis Sugiyamos (1999) klasifikacija išskyrė dvi varžybų įgūdžių grupes: varžybų socialinių psichologinių (laibiau susijusių su psichologiniais įgūdžiais) ir varžybų socialinių (laibiau susijusių su situaciniais įgūdžiais) įgūdžių grupes (žr.1 pav.).



1 pav. **Kompleksinis sportuojančių mokinių socialinių įgūdžių ugdymo modelis**  
(Šniras, 2005)

#### 1.4.1. Socialinių įgūdžių lavinimo svarba mokykloje

Socialinių įgūdžių ir gebėjimų supratimas bei jų lavinimas turi rasti formuojantis asmenybei, jai bręstant, t.y. pradedant ikimokyklinėse įstaigose bei tęsiant bendrojo lavinimo mokyklose, gimnazijose ir kitose švietimo sistemėse. Įgūdžiai bei gebėjimai, kurie nusako asmenybės socialumą, turi būti lavinami per pratybas, per mokymosi procesą.

Bulotaitės (1996), teigimu mokykla yra ta pagrindinė vieta, kur galima ankstyvoji socialinių ir psichologinių problemų profilaktika, o mokytojas, būdamas arčiausiai vaiko ir jaunuolio, gali padėti ugdyti vaikų socialinius įgūdžius, didinti jų psichinį atsparumą. Ypatingai svarbu šią paramą teikti paauglystėje, kai formuojasi žmogaus santykio su kitais bei su aplinka pagrindai. Pagal Eriksono teoriją, 14-20 žmogaus gyvenimo metais patiriama krizė - identifikacija prieš vaidmenų sumaištį. Taigi, jaunimui, bandančiam suprasti save bei rasti savąją vietą artimoje ir tolimoje socialinėje aplinkoje, yra svarbūs asmeninę ir socialinę kompetenciją laiduojantys gebėjimai. Bendrojo lavinimo mokyklos pagrindinėje pakopoje, apimančioje V-X klases šis ugdymo etapas yra lemiantis asmeninės ir socialinės kompetencijos vystymui. Šį etapą galėtume laikyti lemiamu ir socialinių įgūdžių lavinimui bei socialinių gebėjimų formavimui, kadangi jie yra adekvatus asmeninei ir socialinei kompetencijai (Stanišauskienė, 2000).

Socialinis ugdymas pagrindinėje mokykloje yra integrali moksleivių bendrojo ugdymo dalis. Jis apima ne tik socialiniam asmens ugdymui skirtus mokomuosius dalykus, bet ir daugelį kitų mokomųjų dalykų, kurių ugdomasis poveikis puoselėjant jauno žmogaus socialinę kultūrą yra labai reikšmingas. Be to, socialinę moksleivio brandą skatina visos mokyklos bendruomenės gyvenimas: ugdymo proceso organizavimas, papildomas ugdymas, partneriškas mokyklinės bendruomenės narių bendravimas ir bendradarbiavimas, jos ryšiai su vietos bendruomene (Švietimo plėtotės centras, 2002).

Pagrindinis socialinio ugdymo tikslas – suteikti moksleiviui pilietinės ir socialinės kultūros pagrindus, įkūnijančius humanizmo ir demokratijos vertybes bei principus ir atliepiančius kintančias asmens ir visuomenės gyvenimo reikmes. Asmens doriniam ir socialiniam ugdymui skirti mokomieji dalykai remiasi humanitarinių ir socialinių mokslų pagrindais, tačiau mokomojo dalyko ir atitinkamos mokslo šakos paskirtis nesutampa. Mokslo paskirtis – ieškoti naujų pažinimo technologijų, sistemingai grįsti ir tikrinti pažinimo rezultatų mokslinį patikimumą, siekti vis naujų atradimų. Tuo tarpu mokomojo dalyko paskirtis – remiantis atitinkamos mokslo srities laimėjimais, ugdyti ir brandinti moksleivį gyvenimui (Švietimo plėtotės centras, 2002).

#### **1.4.2. Socialinių įgūdžių lavinimas grupėje**

Grakauskaitė V., Kropaitė N. (2004) sako, kad psichologai grupę laiko keletą žmonių, kurie daro įtaką vienas kitam ir kuriuos sieja bendri tikslai bei interesai. Grupės normos ir vertybės yra prielaidos ir lūkesčiai, apibrėžiantys, kokį elgesį grupė laiko gerą ar blogą, teisingą ar neteisingą, leistiną ar neleistiną, tinkamą ar ne. Normos stiprina bendrumo jausmą, padeda palaikyti tvarką, įvertinti ir kontroliuoti savo elgesį, perteikia nerašytas taisykles, daro įtaką elgesiui.

Susitelkimas yra vienas svarbiausių veiksnių, lemiančių efektyvų grupės darbą. Tokia grupė tenkina bendrumo poreikį, vaikai būna drausmingesni, geriau mokosi. Autorės teigia, kad grupę turėtų sudaryti ne daugiau kaip 10-12 žmonių. Narius turėtų sieti panašūs interesai, vertybės, požiūris ir patirtis. Efektyvų grupės darbą lemia du veiksniai: grupės nario vaidmuo ir ryšiai tarp grupės narių. Nurodoma, kad grupės nariai atlieka vieną iš šių vaidmenų: skleidėjo, išteklių tyrinėtojo, koordinatoriaus, formuotojo, stebėtojo – vertintojo, komandos nario, vykdytojo, užbaigėjo, specialisto. Dirbant su moksleiviais labai svarbu skirti pakankamai dėmesio tiek bendravimui grupėje, tiek atskirų grupės narių elgesiui. Taigi, svarbus mokytojo vaidmuo, jis lavina mokinių asmenines savybes ir socialinius įgūdžius (Šniras, 2005).

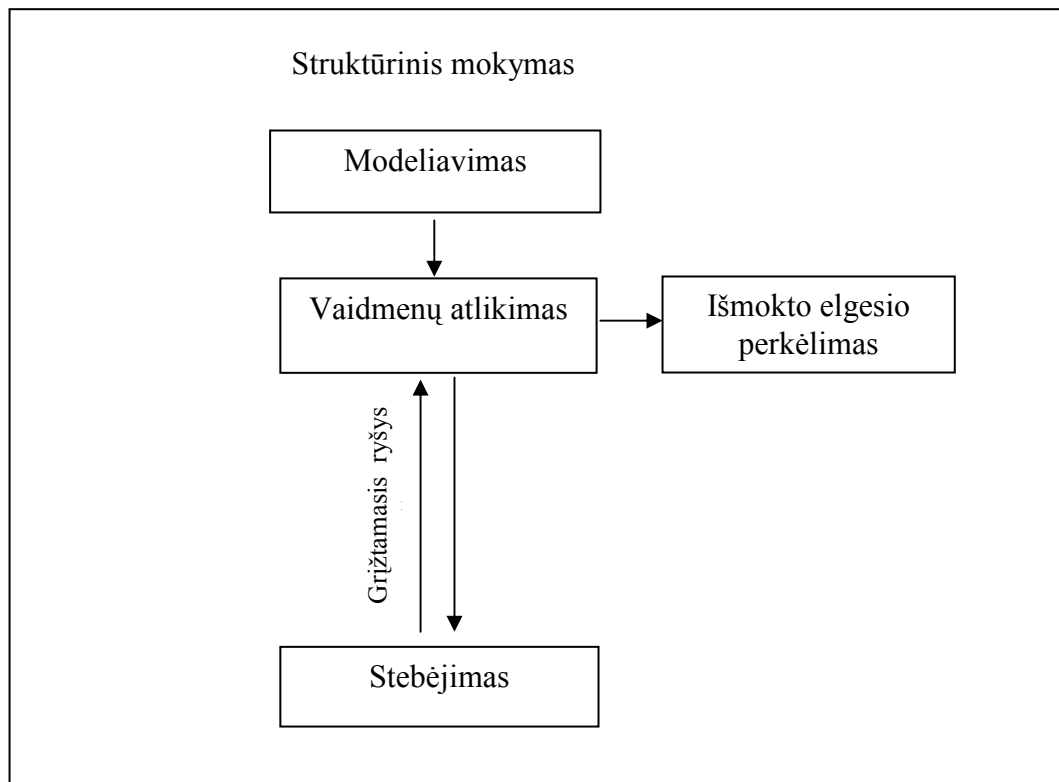
Anot Grakauskaitės V., Kropaitės N. (2004), grupėje lavėja šios asmeninės savybės: pasitikėjimas savimi, gebėjimas prisiimti atsakomybę už save, gebėjimas įvertinti bei išplėsti savo galimybes, asmeninių vertybių įsisąmoninimas, pasirengimas mokytis ir tobulėti, motyvacija ir iniciatyvumas, pasirengimas veikti, gebėjimas valdyti stresus ir baimes, kūrybiškumas ir vaizduotė, sugebėjimas spręsti problemas. Grupėje lavėja socialiniai įgūdžiai, tokie kaip tolerancija, socialinė atsakomybė, gebėjimas vadovauti, bendrauti, bendradarbiauti, gebėjimas spręsti konfliktus ir ieškoti kompromisų.

Socialiniai įgūdžiai tobulėja ir lavėja bendraujant grupėje. Asmenys mokosi bendraudami, stebėdami kitus, sprenddami iškilusius konfliktus. Tam padeda struktūrinio mokymo komponentai. Struktūrinis mokymas (žr. 2 pav.) – tai mokymas, kurio metu naudojami tam tikri būdai:

- Modeliavimas - tai efektyvus naujų elgesio būdų mokymo metodas;
- Vaidmenų atlikimas - tai situacija, kai individo prašoma elgtis tam tikru būdu;
- Grįžtamasis ryšys - suteikimas informacijos apie tai, kaip sekėsi vaidinti pabrėžiant, kiek elgesys sutapo su modelio elgesiu;
- Išmokto elgesio perkėlimas - mokyto elgesio pritaikymas realiame gyvenime.

Mokymo programoje svarbiausia tai, kad auklėtinis mokėtų mokomą elgesį pritaikyti realiame gyvenime, o ne tai, kad jis išmoktų vaidinti. Išmokto elgesio įtvirtinimas ir pritaikymas priklauso nuo: mokymosi aplinkos, priemonių, personalo, paskatinimo rūšių, užduočių, instrukcijų.

Mokymosi aplinka turėtų būti panaši į natūralią, kuo įvairesnėje aplinkoje vyksta mokymas ir kuo daugiau modelių, tuo lengviau pritaikoma tai, ko išmoksta (Kemerienė, Mazūrienė, Petronis, Sadauskienė, 2001).



2pav. **Struktūrinio mokymo schema**

Kiekvieno ugdomo įgūdžio yra mokoma etapais: įgūdis demonstruojamas; vaikai patys jį išmėgina žaisdami (vaidindami) įvairias situacijas; kiti grupės dalyviai bei vadovai dalijasi išpūdžiais apie tai, kaip vaikams sekėsi – pagiria, paskatina (grįžtamasis ryšys); galiausiai naudojant įvairius būdus stengiamasi, kad vaikai taikytų naujai išmoktą įgūdį realaus gyvenimo situacijose. Struktūrinio mokymo grupėje modelis turi būti stebėtojų autoritetas. Dažnai juo būna vadovas ar vadovai, kurie vykusiai, įgudusiai, profesionaliai geba demonstruoti tam tikrą elgesį, kadangi demonstruojamas elgesys turi būti aiškus, detalus (Kemerienė, Mazūrienė, Petronis, Sadauskienė, 2001).

### 1.5. Socialiniai įgūdžiai sportinėje veikloje

Literatūroje nurodoma, kad sportas gali padėti įgyti socialinių įgūdžių, leidžiančių atsispirti žalingai bendraamžių įtakai. Moksleiviai, kurie daug laiko praleidžia pratybose, jo mažiau turi įsitraukti į nusikalstamas grupes. Vis dėl to šiuolaikinėje visuomenėje ir sportininkui, ir sportuojančiam moksleiviui keliami visai kitokie reikalavimai. Smarkiai pasikeitė ir vertybės, kurios anksčiau buvo kruopščiai puoselėjamos. Anksčiau buvo vertinamas kuklumas, nuolankumas, paklusnumas, tai dabar vertinami tokie įgūdžiai kaip pasitikėjimas savimi,

teigiamas savęs vertinimas, iniciatyvumas, lyderiavimas, komunikabilumas. Kiekviena socialinė situacija kelia tam tikrus sunkumus ir reikalauja tam tikrų įgūdžių, įveikiant ją. Taip pat yra ir su įvairiomis sporto šakomis. Galima teigti, kad kiekviena sportinės veiklos situacija reikalauja ir tam tikrų socialinių įgūdžių (Malinauskas, 2004, 2006).

Sportinė veikla taip pat yra vienas socialinių reiškinių, kur pasireiškia agresyvūs veiksmai. Pastaraisiais metais smurtas sporte, naudojamas tiek sportinės kovos, tiek ne jos metu, tampa rimta socialine problema, nes sportininkams dažnai stinga socialinių įgūdžių. Dažniausiai nurodoma, kad agresija yra iš dalies išmoktas elgesys, kuris yra individo sąveikos su kitais žmonėmis ar socialine aplinka per tam tikrą laiką rezultatas (Miškinis, 2002). Svarstant agresyvumo sportinėje veikloje ypatumus, būtina pabrėžti agresyvumą skatinančius veiksnius susijusius su pačiu jaunuoju sportininku, su jo turimais socialiniais įgūdžiais, su jo moraline branda. Sportininkai, kurių socialiniai įgūdžiai yra nepakankami, kurių moralinių sprendimų brandumas yra ribotas, labiau linkę ne tik pateisinti agresyvius veiksmus, bet ir patys mėgsta panaudoti smurtą prieš kitus asmenis varžydamiesi. Reikia pabrėžti ir tai, kad sportininkai nesijaučia atsakingi už neleistinus veiksmus sportinės kovos metu. Jų įsitikinimu, už visus veiksmus, kurie prieštarauja kovos taisyklėms, yra atsakingas treneris. Todėl galima manyti, kad tokių sportininkų dorovinių įgūdžių lygis nepakankamas arba treneris riboja sportininkų savarankiškumą priimant etinius sprendimus. R. Malinausko (2004) teigimu ne vien socialinių įgūdžių stoka, o ir komandinė atmosfera (suprantama, kaip komandoje vyraujančios normos) turi reikšmės sportuojančių moksleivių agresyvumui. Pavyzdžiui, nustatyta, kad 24 proc. krepšininkų mergaičių ir 25 proc. ledo ritulininkų berniukų agresyvių veiksmų lemia būtent komandoje vyraujančių normų suvokimas.

Tai, kad sportuojančių moksleivių dorovinių socialinių įgūdžių ugdymas yra aktualus įrodo tyrimas, kurio metu nustatyta, kad 7 – 9 metų moksleiviai dažnai renkasi pirmiausia tas sporto šakas, kur yra daugiau galimybių patirti skausmą, kur yra daugiau smurto, o dalis moksleivių pradeda sportuoti būdami pasirengę smurtui. Minėtoje apklausoje moksleiviai nurodė, kad jiems patinka smurtauti ir patirti smurtą iš kitų. Neatsitiktinai tokie veiksmai, kuriuos galima vertinti kaip agresyvius, laikomi sportinės kovos, vyriškumo dalimi. Nebijojimas kitų agresijos, polinkis būti agresyviam kitų atžvilgiu negali būti tapatinamas su užtikrinto elgesio įgūdžiais, nes šis įgūdis leidžia žmogui apginti savo teises, nepažeidžiant kitų teisių, išreikšti jausmus be varžymosi. Keliama prielaida, kad 12 – 14 metų sportuojantiems moksleiviams trūksta reikiamų gebėjimų, reikiamų socialinių įgūdžių, todėl jie juos stengiasi kompensuoti agresyviu elgesiu. Čia didelę įtako daro asmenybės noras dominuoti (Miškinis, 1999, 2002).

Asmenybe sportuojantis moksleivis tampa bendraudamas su kitais žmonėmis (pvz., sportininkais, treneriais, komandos vadovais). Treniruotėse, varžybose išgyvenamos įvairios emocijos, patiriamos stresinės būsenos, nes sportinė veikla daro didžiulę įtaką asmenybės formavimuisi. Minėta veikla asmenybės kryptingumą veikia per santykius sporto komandoje. Socialiniai ryšiai yra asmeniškai reikšmingi kiekvienam žmogui. Todėl sportuojančius moksleivius galima paskatinti ugdyti socialinius įgūdžius, apeliuojant į tarpasmeninių santykių kokybę ir palankaus psichologinio klimato kūrimą. Galima manyti, kad net neturintys motyvacijos kelti savo socialinių įgūdžių lygį sportininkai ar sportuojantys moksleiviai, greičiau įsisavina, sutvirtina teigiamo elgesio patyrimą tik tuomet, kai juos veikia realūs komandos santykiai. Sportininkai ar sportuojantys moksleiviai, įgiję egoistinius elgesio motyvus, nesveikai reaguoja į komandos santykius, atsispindinčius sportinėje veikloje. Šio tipo asmenys dažniau pasiduoda netinkamai įtaigai (Miškinis, 1999, 2002).

Pasitaiko sportuojančių moksleivių, kurie nepakankamai save vertina. Yra ir kitokių – pernelyg save vertinančių ir linkusių nuvertinti kitus, sau priskiriančių didesnius nei priklauso nuopelnus, prisiimančių didesnę nei reikia atsakomybę, tuo sumažindami visų komandos narių savęs vertinimą ir komandos vieningumo jausmą. Ir vieni, ir kiti moksleiviai skatina disharmoniją sporto komandoje, nesąmoningai verčia kitus jaustis kaltais. Taip atsiranda emocinis diskomfortas, įtampa nepasitenkinimas savimi ir kitais. Tada ir susidaro nepalankus psichologinis klimatas. Dėl to tarp komandos narių (sportininkų ar sportuojančių moksleivių) atsiranda draugiškumo ir priešiško, pagarbos ir paniekos bei daugybė kitokių tarpasmeninių santykių (Skarbalius, 1998).

Esant nepakankamiems socialiniams įgūdžiams gali formuotis neigiami santykiai tiek tarp sportininkų, tiek tarp sportininkų ir trenerio. Teigiami santykiai sieja sportininkus komandoje, sudaro geros psichologinės atmosferos (klimato) prielaidas. Norint tobulinti tarpasmeninius santykius, būtina padėti sportininkams lavinti jų socialinius įgūdžius.

Socialiniai įgūdžiai sportinėje veikloje padeda sumažinti neigiamas konfliktų pasekmes, kurios ilgesnį ar trumpesnį laiką stabdo individo ar sporto komandos produktyvų aktyvumą ir gali sukelti sunkią vidinę sportininko traumą arba aštrią konfrontaciją tarp komandos dalyvių (Meidus, 2005). Konfliktai sukelia stiprias emocijas, nuoskaudą, pyktį, panieką, net neapykantą. Emocijos jaudina sportininką, skatina jį veikti, energingai ginti savo interesus. Konflikto metu nepaprastai sparčiai didėja asmeninis sportininko priešiškus, nes pačios susidūrimo priežastys paprastai pasitraukia į antrą vietą, ieškoma vis naujų argumentų ir įnirtingai stengiamasi „sunaikinti kliūtį“, trukdančią patenkinti savo poreikius. Kadangi konfliktų sportinėje veikloje sunku išvengti, tai sportininkai, ugdydami savo socialinius įgūdžius, turi būti pasirengę taikyti tinkamiausias konfliktų sprendimo strategijas (Stonkus, 2003).



Galima manyti, kad įvaldę socialinius įgūdžius sportininkai ar sportuojantys moksleiviai moka išreikšti jausmus, moka juos kontroliuoti net ir tuomet, kai tarp jų ir komandos ar tarp komandų vyksta priešingų interesų, nuostatų, tikslų ar tikslo siekimo būdų susidūrimas. Konflikto metu jo dalyviai (sportininkai) elgiasi ramiai, atkakliai, užtikrintai, moka pasakyti ne. Todėl galima manyti, kad socialiniai įgūdžiai gali turėti teigiamos įtakos: padidinti galimybes išlaikyti pusiausvyrą, prisitaikyti prie kintančių tarpasmeninių santykių.

Lavinant bendravimo įgūdžius ugdoma sportininkų asmenybė, jie mokosi vertinti poelgius ir santykius, sužino moralines normas, patikrina jas ir taiko praktiškai, susikuria savo elgesio moralines nuostatas, kurių laikosi gyvenime. Tik bendravimo įgūdžių tobulinimas ugdo tokius vertingus bruožus, kaip pareigingumą, principingumą, jautrumą, darbštumą (Miškinis, 1999, 2002).

Sportininko asmenybės raida – tai procesas, kuris apima, viena vertus, socialinių įgūdžių, gyvenimo normų ir taisyklių suvokimą, patirties įgijimą atliekant įvairius socialinius vaidmenis, kita vertus, asmenybės savybių (charakterio, gebėjimų) raidą. Asmuo, atlikdamas sportininko socialinį vaidmenį, taikydamas savo veikloje socialinius įgūdžius, kaupia ne tik sportinę, bet ir gyvenimo patirtį, geriau pažįsta patį save ir savo galimybes (Malinauskas, 2004, 2006).

Socialiniams įgūdžiams didelę reikšmę turi ir asmenybės savybės. Pavyzdžiui, skirtingai elgiasi ekstravertai ir intravertai. Yra dar daugiau skirtumų tarp altruistų, egoistų, įnoringų, aukštingų individų (kurie yra nepaklusnūs, priešinasi kitų reikalavimams, patarimams) (Malinauskas, 2004, 2006). S. Šukys (2005) savo tyrimuose nustatė, kad labai svarbus vaidmuo tenka treneriui. Gerus rezultatus užtikrina tik darni abipusė trenerio ir auklėtinio veikla, t.y. toks jų bendravimas, kuris remiasi palankumu ir abipusiška pagarba, meile, tarpusavio nuoširdumu ir atvirumu, išstobulintais socialiniais įgūdžiais.

### **1.5.1. Socialinių ir psichologinių įgūdžių svarba**

Autorių teigimu (Conroy, Silva, Newcomer, Walker, Johnson, 2001; Conzelmann, Nagel, 2003), neįmanoma pasiekti gerų rezultatų, jeigu nėra palankios psichologinės terpės, tinkamų socialinių įgūdžių. Dažnai pabrėžiama, kad aukštas socialinių įgūdžių lygis ir geras psichologinis klimatas garantuoja sportininko pasitenkinimą veikla, tarpasmeniniais santykiais, trenerio sprendimais, eliminuoja nerimą, baimę bei kitas neigiamas emocijas, sukuria ramybės ir saugumo nuotaiką. Visa tai sudaro galimybę atskleisti visapusišką kūrybingumą ir pasiekti sportinių rezultatų (Stonkus, 2003).

Socialinių įgūdžių lygis yra ypač svarbus veiksnys ne tik psichologiniam klimatui, bet ir sportininko aktyvumui ir ryžtingumui didinti. Psichologinis klimatas ugdo sportininko aktyvumą, norą kuo pilniau atskleisti savo galias, neapvilti, įveikti sunkumus (Miškinis, 2002).

Galima manyti, kad įvaldę socialinius įgūdžius sportininkai ar sportuojantys moksleiviai moka išreikšti jausmus, moka juos kontroliuoti net ir tuomet, kai tarp jų ir komandos ar tarp komandų vyksta priešingų interesų, nuostatų, tikslų ar tikslo siekimo būdų susidūrimas. Konflikto metu jo dalyviai (sportininkai) elgiasi gynybiškai, o gebantys pasinaudoti socialiniais įgūdžiais elgiasi atkakliai, užtikrintai, moka pasakyti ne (Ommundsen, Roberts, Lemyre, Treasure, 2003). Galime daryti prielaidą, kad socialiniai įgūdžiai gali turėti teigiamos įtakos: padidinti galimybes išlaikyti pusiausvyrą, prisitaikyti prie kintančių tarpasmeninių santykių.

R. Malinausko (2006) teigimu sportinių rezultatų pagerinimas negalimas be sportininkų psichologinio rengimo. Tikslingas psichologinis rengimas sudaro sąlygas pasiekti geresnių rezultatų. Psichologinių įgūdžių ugdymo programa leidžia sportininkams: optimaliai panaudoti savo fizines ir psichines galias per pratybas ir jas atskleisti per varžybas; susidaryti realų vaizdą apie savo gebėjimus, stipriąsias ir silpnąsias puses bei apie komandos narių profesinį lygį; nusiteikti varžyboms, jų specialioms užduotims bei reikalavimams; per varžybas elgtis koncentruotai ir lanksčiai; po psichinio ir fizinio krūvio atgauti darbingumą; išmokti džiaugtis savo sėkme, dalykiškai išanalizuoti nesėkmių priežastis, padaryti išvadas; nugalėti konfliktus ir krizių situacijas (Malinauskas, 2006).

R. Martensas (1999) nurodo, kad galintys suteikti sportininkams pranašumo psichologiniai įgūdžiai yra šie: vaizdinių kūrimo įgūdžiai, psichinės energijos valdymas, streso valdymo arba savireguliacijos įgūdžiai, dėmesio sutelkimo įgūdžiai, tikslo užsibrėžimo įgūdžiai.

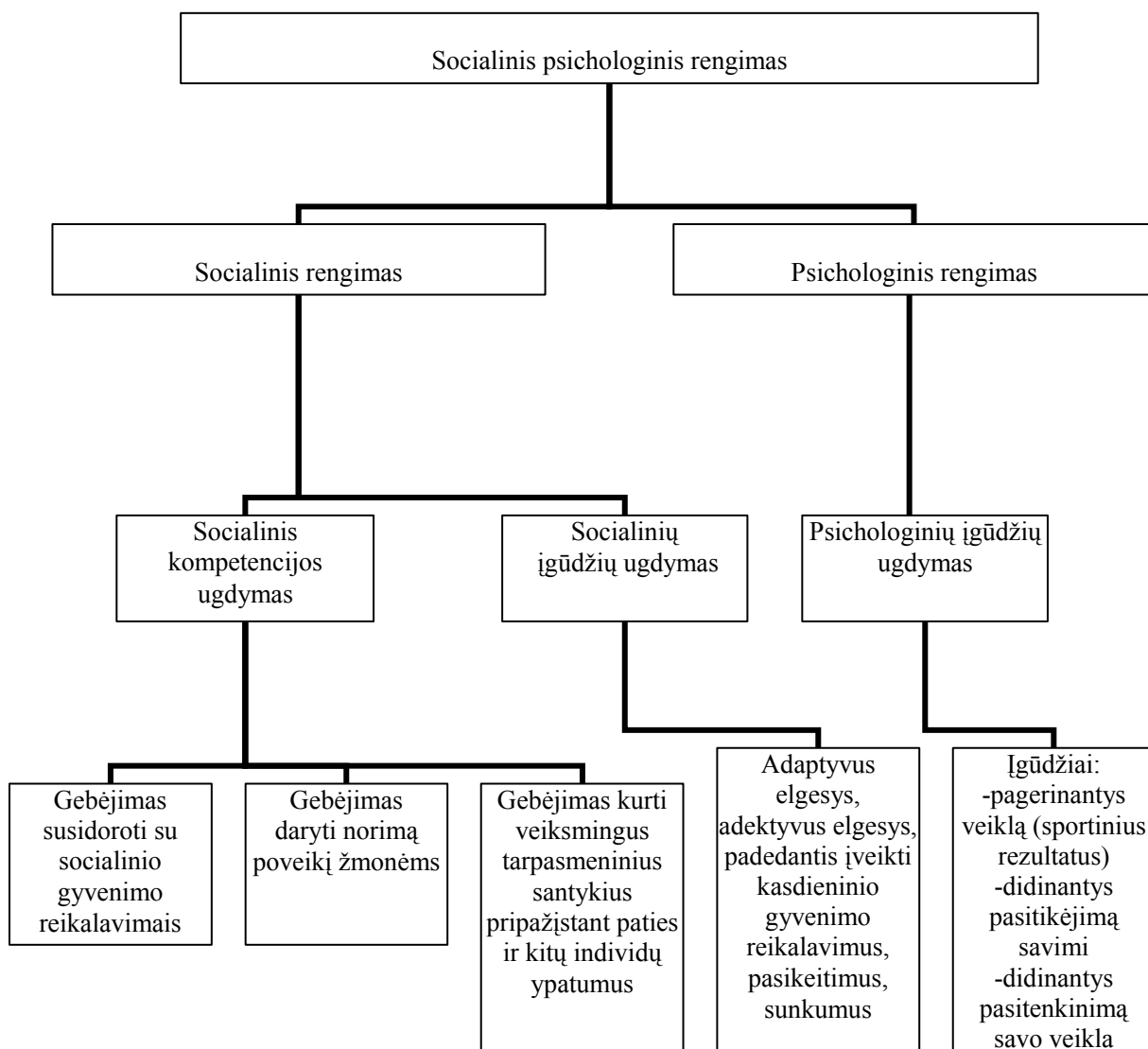
Pastaruoju metu išpopuliarėjo ir mentalinis rengimas - kaip veiksmingas sportininkų psichologinių įgūdžių ugdymo metodas (Malinauskas, 2003). Protinė (mentalinė) treniruotė - tai mąstymo ir suvokimo pratybos, orientuotos sportinei veiklai optimizuoti. Ją galima apibūdinti kaip kompleksą metodų ir priemonių, susijusių su kintančių aplinkos situacijų suvokimo įvertinimu, savikontrolė ir elgsena.

Protinės (mentalinės) treniruotės tikslai yra šie (Bogušas, Mieželytė, 1999):

1. Pagerinti kūno jutimą, koordinaciją, pusiausvyrą tam, kad būtų galima rentabiliau panaudoti kūno dalis;
2. Pabrėžti turimos ir gaunamos informacijos kokybę („matyti" ir „save matyti"), kad būtų galima pasirinkti veiksmingiausią taktiką;
3. Padėti kontroliuoti ir stabilizuoti emocijas.

Pastaruoju metu vis didesnis dėmesys skiriamas sportuojančiųjų socialiniam psichologiniam rengimui (žr. 3pav. ). Malinauskas psichologinį ( paveikslas) socialinį rengimą

apibūdina kaip rengimą padedantį įgyti socialinę kompetenciją bei socialinius ir psichologinius įgūdžius, padeda koreguoti emocinę patirtį, esant pozityviems išgyvenimams. Mokslininkas socialinį psichologinį rengimą sąlygiškai skirsto į socialinį (didžiausias dėmesys kreipiamas į socialinės kompetencijos, socialinių įgūdžių ugdymą) ir psichologinį (didžiausias dėmesys kreipiamas psichologinių įgūdžių ugdymą). Socialinę kompetenciją mes suvokiame kaip gebėjimą susidoroti su socialinio gyvenimo reikalavimais, gebėjimą daryti poveikį žmonėms, gebėjimas kurti veiksmingus tarpasmeninius santykius kai veiksmingumas pripažįstamas ne tik paties, bet ir kitų individų. Socialiniai įgūdžiai apibrėžiami kaip adaptyvus ir adekvatus elgesys, kuris padeda įveikti kasdieninio reikalavimo reikalavimus, pasikeitimus ir sunkumus. Anot Audronė Juozaitytės socialiniai įgūdžiai garantuoja socialinių situacijų „valdymo kokybę“ ir daro didžiulį poveikį žmogaus asmeniniam gyvenimui.



3 pav. Socialinio psichologinio rengimo sąvoka (Malinauskas, 2006)

Apibendrinant galima teigti, kad socialiniai ir psichologiniai įgūdžiai, kurie yra įgyjami sportinėje veikloje, gali būti perkeltami į kitas gyvenimo sferas, gali skatinti harmoningos asmenybės tapimą. Sportuojant galima įgyti šiuos socialinius įgūdžius: išmokti pasitikėti savimi, užmegzti ir palaikyti palankius emocinius ryšius su bendraamžiais, išmokti prisiimti atsakomybę, išmokti perimti vertybes tokias kaip, paklusnumas, drausmė, pareigingumas, normų ir taisyklių laikymasis, išmokti stabilizuoti emocinę būseną.

## 2. TYRIMO METODIKA IR ORGANIZAVIMAS

**Tyrimo metodas.** Sportuojančių ir nesportuojančių moksleivių socialinių įgūdžių ypatumų tyrimui buvo pasirinktas anketinės apklausos raštu metodas. Šia standartizuota procedūra buvo raštu apklausiami respondentai, užduodant atvirus ir uždarus klausimus su galimais atsakymais. Apklausos metu gauti pirminiai duomenys buvo apdorojami MC Office Excell programa bei taikant teksto turinio analizės metodą.

**Tyrimo parametrai.** Magistro baigiamojo darbo empirinio tyrimo tikslas - ištirti Šiaulių Dainų vidurinės mokyklos 6-8 klasių moksleivių socialinius įgūdžius, lyginant sportuojančių ir nesportuojančių vaikų atsakymus.

Empirinės dalies uždaviniai:

1. Parengti tyrimo anketą;
2. Suformuoti tyrimo imtį Šiaulių Dainų vidurinėje mokykloje;
3. Atlikti anketinį tyrimą;
4. Apdoroti anketinio tyrimo duomenis.

Tyrimui atlikti remiamasi teorinėje darbo dalyje aprašytais modeliais. Esminiams socialiniams įgūdžiams vertinti taikytas R. Riggio, H. Friedman (1982) esminių socialinių įgūdžių klausimynas, adaptuotas R. Malinausko (2004) ir Š. Šniro (2005). Situaciniams socialiniams įgūdžiams vertinti taikytas E. Gambrell (1995) klausimynas (cituojama iš Hinsch, Pflingsten, 1998), kurį adaptavo S. Šniras. Doroviniams socialiniams įgūdžiams vertinti taikomas dorovinių socialinių įgūdžių aprašas (klausimynas) (Šniras, Malinauskas, 2005). Varžybiniai socialiniai psichologiniai įgūdžiai tiriami modifikuotu varžybinių socialinių psichologinių įgūdžių klausimynu (Tokunaga, Hashimoto, 2000).

**Tyrimo imtis.** Atsitiktine tvarka respondentais pasirinkta 50 šeštų, 50 septintų ir 50 aštuntų klasių moksleivių.

**Tyrimo laikas.** Anketinė apklausa buvo atliekama 2011 metais gruodžio 1-10 dienomis, anketas dalijant klasėse pamokų metu, iš anksto susitarus su mokytojais. Respondentai anketas pildė apie 10-15 min. Tyrimo metu išdalinta ir grįžo 150 anketų.

**Tyrimo instrumentas.** Tyrimui atlikti sudaryta anketa, kurioje respondentams pateikiama 14 klausimų: sportuojantys vaikai turėjo pildyti visą anketą, nesportuojantiems skirta 10 klausimų. Anketos apimtis – 4 puslapiai. Anketos pavyzdys pateikiamas 1 priede.

Anketoje demografinį bloką sudaro 1-5 klausimai, skirti surinkti informacijai apie respondentus. Pateikiami klausimai apie tyrimo dalyvių lytį, klasę, sportinę veiklą, būrelio pavadinimą bei sportinės veiklos dažnį. Demografinio bloko duomenys padės atskleisti skirtumus tarp respondentų vertinant sportuojančių ir nesportuojančių moksleivių rezultatus.

Diagnostiniame bloke tiriami visų moksleivių esminiai socialiniai įgūdžiai, situaciniai socialiniai įgūdžiai, doroviniai socialiniai įgūdžiai bei sportuojančių moksleivių varžybiniai socialiniai psichologiniai įgūdžiai. 2 lentelėje pateikiama empirinio tyrimo struktūra (žr. 2 lent.).

2 lentelė **Empirinio tyrimo anketos struktūra**

<b>Klausimyno dalis</b>	<b>Klausimai</b>	
<b>DEMOGRAFINIS BLOKAS</b>	Lytis; Klasė; Ar sportuoja; Kur sportuoja ir kiek kartų per savaitę; Kaip ilgai trunka treniruotė.	
<b>DIAGNOSTINIS BLOKAS</b>		
Doroviniai socialiniai įgūdžiai	Paguosti, Padėti Neapsimetinėti, Neapgaužinėti	Nežeminti, Nekeršyti Laikytis duoto žodžio, Atsakyti už savo veiksmus
Esminiai socialiniai įgūdžiai	Emocinis ekspresyvumas -- 3 klausimai Emocinis jautrumas -- 4 klausimai Emocinė kontrolė -- 4 klausimai Socialinis ekspresyvumas -- 4 klausimai Socialinis jautrumas -- 4 klausimai Socialinė kontrolė -- 3 klausimai	
Situaciniai socialiniai įgūdžiai	Mokėti atsisakyti; Reagavimas į pastabas; Mokėjimas prieštarauti; Atsiprašymas; Pripažinimas klydus; Mokėti džiaugtis būti pagirtam;	Mokėjimas pradėti pokalbį; Mokėjimas užbaigti pokalbį; Pagalbos prašymas; Gerų žodžių sakymas; Sakymas ką jauti.
Varžybiniai socialiniai psichologiniai įgūdžiai	Sugebėjimas stiprinti savo varžybinę motyvaciją -- 7 klausimai Sugebėjimas pasitikėti savimi -- 7 klausimai Sugebėjimas stabilizuoti emocinę būseną -- 7 klausimai Sugebėjimas bendrauti -- 7 klausimai	

Tyrimo analizuojama, koks yra moksleivių socialinių įgūdžių lygis bei kokia šių įgūdžių svarba respondentams. Pirmoje diagnostinio bloko dalyje, tiriami šie doroviniai socialiniai įgūdžiai - paguosti, padėti, neapsimetinėti, neapgaužinėti, nežeminti, nekeršyti, laikytis duoto žodžio, atsakyti už savo veiksmus. Doroviniai socialiniai įgūdžiai - tai įgūdžiai, susiję su visuomenei priimtų normų ir taisyklių laikymusi. Skiriami trys rodiklių laipsniai: žemas (mažas), vidutinis, aukštas (didelis).

Antrąją bloko dalį sudaro esminių socialinių įgūdžių tyrimas. Esminių socialinių įgūdžių klausimyną sudaro dvidešimt du teiginiai, kurie vertinami penkių balų skale. Kiekvienam iš šešių socialinių įgūdžių skirta po 3-4 teiginius. Tyrime vertinami šie socialiniai įgūdžiai: emocinis ekspresyvumas, emocinis jautrumas, emocinė kontrolė, socialinis ekspresyvumas, socialinis jautrumas ir socialinė kontrolė. Trumpai apibūdinsime kiekvieną skalę. Emocinis ekspresyvumas - gebėjimas, kuris priklauso nežodinei sričiai, atspindintis individo gebėjimą spontaniškai ir tiksliai išreikšti išgyventas emocines būsenas. Emocinis jautrumas - tai gebėjimas būti pastabiam bei domėjimasis kitų siunčiamais ženklais (tai nežodinis jautrumas). Emocinė kontrolė - gebėjimas kontroliuoti ir reguliuoti emocines būsenas ir nežodinę išraišką. Socialinis ekspresyvumas - gebėjimas išreikšti save žodine forma ir įtraukti kitus individus į socialinę sąveiką. Socialinis jautrumas - gebėjimas dekoduoti ir suprasti žodinę informaciją, taip pat supratimą apie normas, kurios reguliuoja tinkamą socialinį elgesį. Socialinė kontrolė - gebėjimas, reiškiantis asmens mokėjimą prisistatyti, atlikti socialinius vaidmenis ir ginti savo nuomonę.

Trečiajame bloke analizuojami šie socialiniai įgūdžiai: mokėjimas atsisakyti, reagavimas į pastabas, mokėjimas prieštarauti, atsiprašymas, pripažinimas klydus, mokėjimas džiaugtis būti pagirtam, pradėti pokalbį, užbaigti pokalbį, paprašyti pagalbos, sakyti gerus žodžius, pasakyti ką jauti. Vertinamas įgūdžių lygis penkių balų sistemoje ir įgūdžių svarba pagal tris rodiklius: didelė, vidutinė, maža.

Ketvirtasis blokas skirtas tik moksleiviams, kurie intensyviai sportuoja. Varžybiniai socialiniai psichologiniai įgūdžiai - tokie įgūdžiai, kurie pagerina sportinės veiklos rezultatus, didina pasitikėjimą savimi ir skatina pasitenkinimą savo veikla. Varžybinių socialinių psichologinių įgūdžių klausimyną sudaro 32 teiginiai. Kiekvienam iš keturių socialinių įgūdžių vertinti skirta po 7 teiginius. Varžybiniai socialiniai psichologiniai įgūdžiai vertinami penkių balų skale. Analizuojami šie įgūdžiai: sugebėjimas stiprinti varžybinę motyvaciją, sugebėjimas stabilizuoti emocinę būseną, pasitikėjimas savimi, sugebėjimas bendrauti. Visi respondentų atsakymai pateikiami 2 priede.

### 3. TYRIMO REZULTATŲ ANALIZĖ IR JŲ APTARIMAS

#### 3.1. Imties charakteristika

Tyrimo dalyvavo 150 moksleivių iš Šiaulių Dainų vidurinės mokyklos. Buvo apklausta 50 šeštų, 50 septintų ir 50 aštuntų klasių moksleivių, kurie visiškai nesportuoja, sportuoja nedaug arba sportuoja intensyviai. Tyrimo respondentų pasiskirstymas pagal lytį, klases bei sportavimo intensyvumą pateikiamas 3 lentelėje (žr. 3 lent.).

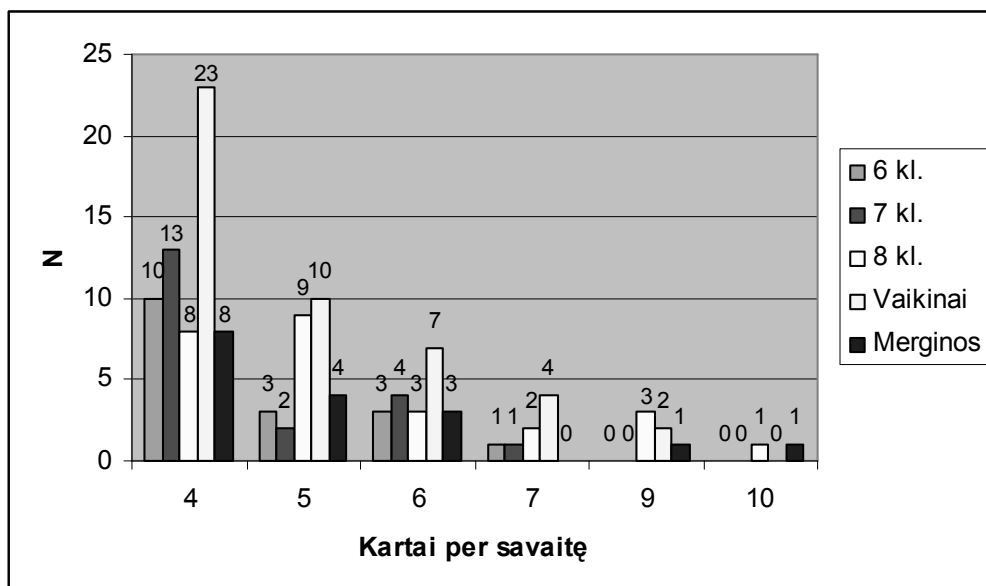
3 lentelė. Tyrimo respondentų imtis, N

<b>Vaikinai</b>	6 klasė	<b>32</b>	<b>VISO: 89</b>	Sportuojantys - <b>46</b> Nesportuojantys – <b>43</b>	<b>VISO: 89</b>
	7 klasė	<b>31</b>			
	8 klasė	<b>26</b>			
<b>Merginos</b>	6 klasė	<b>18</b>	<b>VISO: 61</b>	Sportuojančios - <b>17</b> Nesportuojančios – <b>44</b>	<b>VISO: 61</b>
	7 klasė	<b>19</b>			
	8 klasė	<b>24</b>			

Taigi, tyrime iš viso dalyvavo 89 vaikinai ir 61 mergina. Visiškai nesportuojančių respondentų buvo tik 30 iš 150 apklaustųjų, likusieji priskyrė save sportuojančiųjų kategorijai. Remiantis Pasaulinės Sveikatos Organizacijos rekomendacijomis, aktyviai sportuojančių jaunuolių grupei galima priskirti moksleivius, kurie sportuoja nors vieną kartą per dieną po 1,5 valandos. Taigi, kad moksleivį galėtume laikyti aktyviai sportuojančiu, jis per savaitę turi treniruotis bent keturis kartus. Atliekant tyrimą, moksleiviai sportuojantys 1-3 kartus per savaitę buvo priskirti prie nesportuojančių respondentų.

Iš viso sportuojančių moksleivių – 63, iš jų 46 vaikinai ir 17 merginų. Sportuojančių respondentų pasiskirstymas pagal sportavimo intensyvumą per savaitę pateikiamas 4 pav. (žr. 4 pav.).





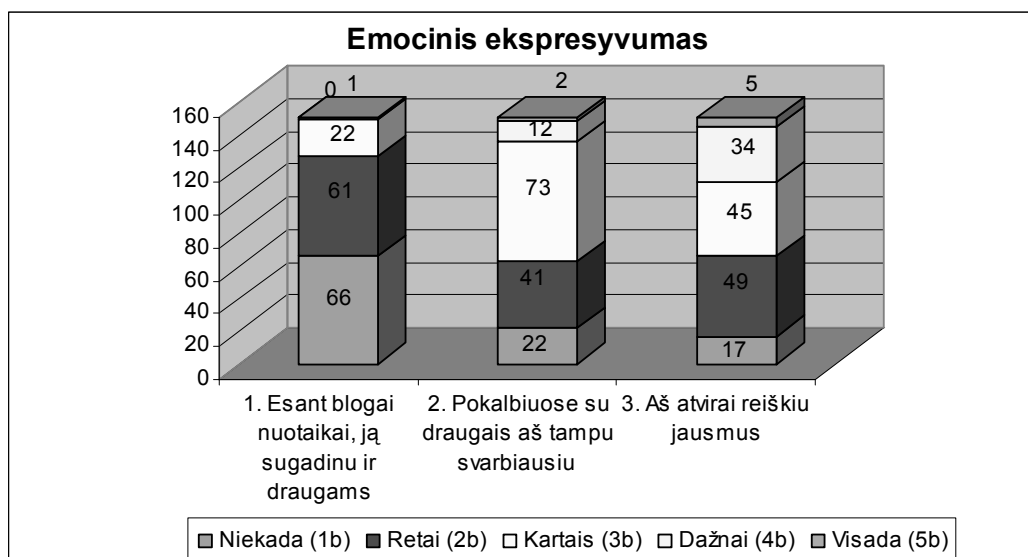
4 pav. Kiek kartų per savaitę respondentai sportuoja, N.

Atlikus tyrimą matyti, kad intensyviausiai sportuoja aštuntų klasių moksleiviai - vidutiniškai po 5,62 karto per savaitę. Net trys šių klasių moksleiviai sportuoja po 9 kartus per savaitę, o vienas – dešimt kartų. Šeštokai sportuoja vidutiniškai – 4,71 karto per savaitę, septintokai – 4,65 karto per savaitę. Kiek intensyviau nei vaikinai sportuoja merginos: vaikinai vidutiniškai – 5 kartus per savaitę, merginos – 5,24 karto per savaitę.

Daugiausia iš sportuojančių apklaustųjų lanko krepšinio treniruotes – 12, regbio – 10, baseiną – 9, futbolą – 5, šokių studiją, žoles riedulį bei sunkiąją atletiką – po 4, lauko tenisu, dziudo, BMX dviračių sportu užsiimančių yra po 3 respondentus, lengvąją atletiką bei orientacinį sportą turizmo centre lanko po 2 respondentus, o po vieną užsiima imtynėmis, karate, taikvondo, stalo tenisu bei lanko tinklinio ar kvadrato būrelius. Dalis apklaustųjų užsiima ne viena sporto šaka, o lanko iš karto keletą būrelių.

### 3.2. Esminių socialinių įgūdžių raiška

Tiriant moksleivių esminius socialinius įgūdžius, buvo pateikti 22 klausimai, į kuriuos respondentai galėjo atsakyti pasirinkdami vieną iš penkių atsakymo variantų, kurie parodo socialinio įgūdžio raiškos stiprumą: niekada (1 balas), retai (2 balai), kartais (3 balai), dažnai (4 balai), visada (5 balai). Pateikti klausimai yra teigiami, kur didesnis balas rodo didesnę esminio socialinio įgūdžio raišką, ir neigiami, kur mažesnis balas rodo teigiamą įgūdžio raišką. 5 pav. pavaizduoti respondentų atsakymai, tiriant jų emocinį ekspresyvumą (žr. 5 pav.).



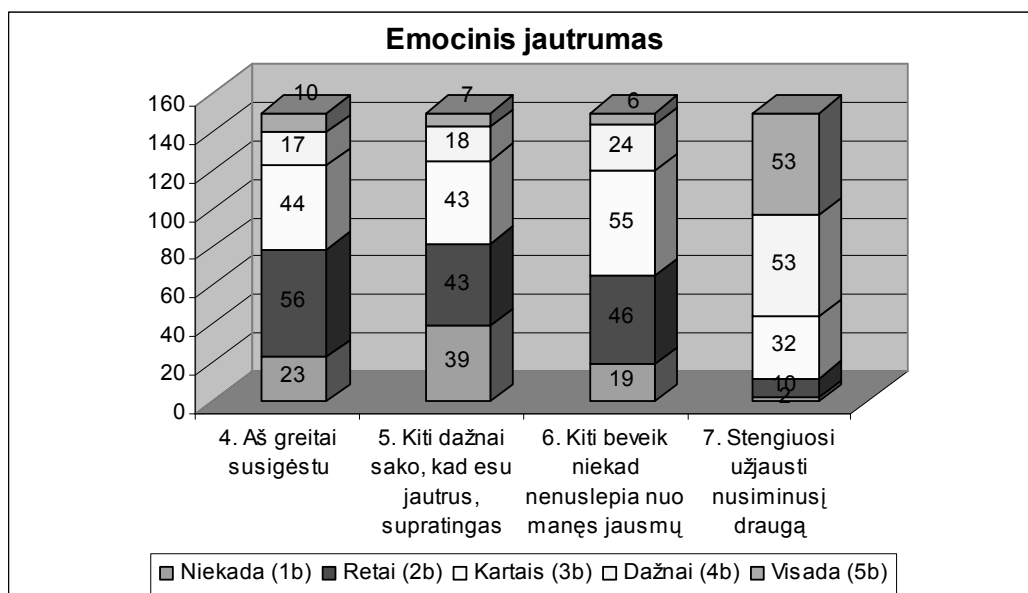
5 pav. **Emocinis ekspresyvumas, N**

Pirmasis klausimas išreiškia neigiamą emocinį ekspresyvumą, šio klausimo balų vidurkis - 1,7. Žemas balas rodo, kad tiriami moksleiviai turi gerus emocinio ekspresyvumo socialinius įgūdžius. 52,8% vaikinių ir 31,1% merginų teigė, kad stengiasi niekada negadinti nuotaikos aplinkiniams, net jei jų nuotaika bloga. Vienas septintos klasės nesportuojantis moksleivis teigė, kad dažnai sugadina nuotaiką kitiems, o 7 vaikinai ir 15 merginų teigė tai darantys kartais, 15 iš jų nesportuojantys ir 7 sportuojantys moksleiviai.

Antrasis klausimas parodo, kiek išvystytas moksleivių siekis lyderiauti. Tik dvi šeštos klasės nesportuojančios merginos teigė, kad pokalbiuose su draugais, jos tampa svarbiausiomis. Niekada lyderiauti nesistengia 16 respondentų vaikinių ir 6 merginos, iš jų 17 nesportuojantys ir 5 sportuojantys moksleiviai. Vidutinis klausimo atsakymų balas – 2,5. Tai rodo, kad šio socialinio įgūdžio raiška vidutinė.

Tyrimo rezultatai parodė, kad moksleiviai gana sunkiai reiškia savo jausmus, yra užsisklendę. Tik du vaikinai ir trys merginos teigė visada atvirai reiškiantys jausmus, vienas iš jų nesportuojantis ir 4 sportuojantys respondentai. Niekada atvirai nereiškiantys jausmų teigė 21,7% apklaustųjų, iš jų 12 vaikinių ir 5 merginos, tai 11 nesportuojančių ir 6 sportuojantys moksleiviai. Taigi, galime daryti išvadą, kad sportuojantys moksleiviai lengviau išreiškia savo jausmus.

Emocinio jautrumo tyrimui, moksleiviams buvo užduoti 4 klausimai. Respondentų atsakymai pateikiami 6 pav. (žr. 6 pav.).



**6 pav. Emocinis jautrumas, N**

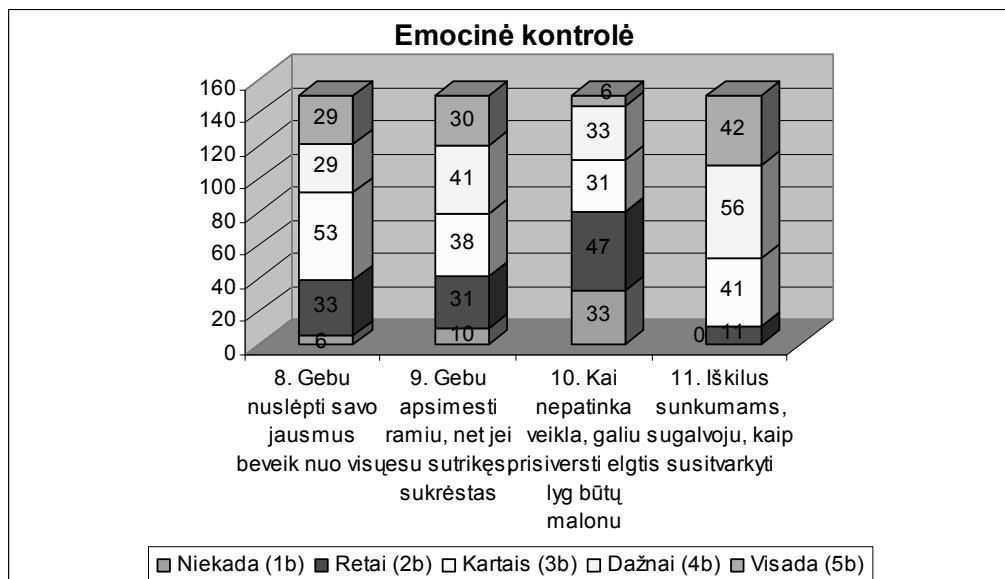
Emocinį jautrumą parodo moksleivių gėdos jausmo turėjimas. Visada greitai susigėstantys prisipažino 1 vaikinai ir 9 merginos, tai vienas 6 klasės moksleivis, keturi 7 klasės bei penki 8 klasės moksleiviai. Emociškai jautresni nesportuojantys moksleiviai: 8 iš jų teigė visada greitai susigėstantys, 11 – dažnai. Nesportuojančių tarpe visada greitai susigėstančių buvo 2 moksleiviai, o dažnai – 6. Niekada greitai nesigėstantys, o tai reiškia labai pasitikintys savimi, teigė 19 vaikinų ir 4 merginos, iš jų 11 nesportuojančių ir 12 sportuojančių moksleivių. Vidutinis atsakymų balas – 2,57, tai rodo vidutinę įgūdžio raišką.

Emocinį jautrumą taip pat parodo gebėjimas būti jautriu ir supratingu kitiems. Tyrimo metu nustatyta, kad šio esminio socialinio įgūdžio raiška vidutiniška – vidutinis balas 2,41. Tik vienas vaikinai ir 6 merginos teigė, kad žmonės jiems dažnai sako, kad jie yra jautrūs ir supratingi. Sportuojantys moksleiviai kiek jautresni nei nesportuojantys: tai, kad jų jautrumą visada arba dažnai pastebi kiti teigė 17,5% sportuojančių moksleivių ir 16,1% nesportuojančių. Niekada neišgirstantys, kad yra jautrūs ar supratingi teigė 29 vaikinai ir 10 merginų, tarp jų 15 šeštos klasės, 14 – septintos ir 10 – aštuntos klasės moksleiviai; tai 21 nesportuojantis ir 18 sportuojančių respondentų.

Moksleivių išvalgumą parodo gebėjimas perprasti aplinkinių jausmus ir emocijas. Tai, kad kiti neįstengia nusišypsoti savo tikrųjų jausmų nuo tiriamų moksleivių, teigė 4 vaikinai ir 2 merginos, tai po vieną 6 ir 7 klasės bei keturi 8 klasės moksleiviai. Išvalgesni yra sportuojantys moksleiviai – 5 iš jų pasirinko atsakymo variantą visada, o nesportuojančių tarpe tokių buvo tik vienas. 19,1% vaikinų ir 3,3% merginų teigė, kad jie niekada neįstengia pastebėti, kai kiti slepia jausmus; tai 11 nesportuojančių ir 8 sportuojantys moksleiviai. Bendra šio įgūdžio raiška vidutinė – 2,68 balo.

Stipriausia emocinio jautrumo raiška užuojautos jausmo – vidutinis balas 3,97. Tai, kad jie visada stengiasi paguosti nusiminusį draugą, teigė 16 vaikinių ir 37 merginos; tarp jų po 17 šeštos ir septintos bei 21 aštuntos klasės moksleivis. Nesportuojantys moksleiviai labiau stengiasi parodyti užuojautą – visada tai daro 39,1%, sportuojančių tarpe – 30,2%. Niekada arba retai guodžiantys draugus teigė po 6 sportuojančius ir nesportuojančius vaikus (po du 6 ir 8 klasės moksleivius ir aštuoni 7 klasės moksleiviai).

Moksleivių emocinės kontrolės tyrimui buvo pateikiami klausimai apie savikontrolę, savitvardą, nepasitenkinimo kontrolę. Respondentų atsakymai pateikiami 7 pav. (žr. 7 pav.).



7 pav. **Emocinė kontrolė, N**

Moksleivių savikontrolę parodo jų gebėjimas nuslėpti tikruosius jausmus nuo kitų. Visada ar dažnai gebantys tai daryti teigė 43,8% vaikinių ir 31,2% merginų; tai 37,9% nesportuojančių ir 39,6% sportuojančių moksleivių. Niekada nesugeba jausmų nuslėpti 4 vaikinai ir 2 merginos, tai daugiau jaunesni moksleiviai: trys – 6 klasės, du – 7 klasės ir vienas – 8 klasės moksleivis. Niekada ar retai gebantys nuslėpti jausmus teigė 26,4% nesportuojančių ir 25,3% sportuojančių moksleivių. Vidutinis šio esminio socialinio įgūdžio balas – 3,28 (vidutiniška raiška).

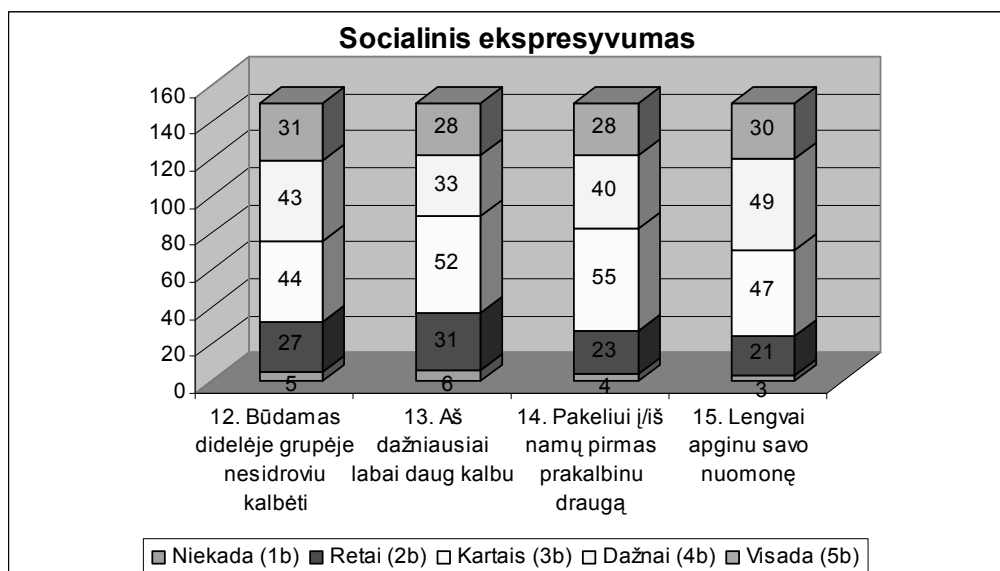
Savitvardą parodo moksleivių gebėjimas išoriškai neparodyti stipraus vidinio sutrikimo ar sukrėtimo. Visada gebantys susitvarkyti teigė 20 vaikinių ir 10 merginų, iš jų 11 – šeštos klasės, 14 – septintos ir 5 – aštuntos klasės moksleiviai. Visada arba dažnai apsimesti ramiais, kai yra sutrikę ar sukrėsti, geba 45,9% nesportuojančių ir 49,2% sportuojančių moksleivių. Niekada nesugebantys nuslėpti jausmų teigė 4 vaikinai ir 6 merginos; 9 iš jų nesportuojantys ir 1 sportuojantis respondentas. Vidutinis klausimo balų skaičius – 3,33 (vidutinė raiška).

Neparodyti nepasitenkinimo nepatinkančia veikla visada geba tik 5 vaikinai ir 1 mergina; visi jų jaunesnių klasių moksleiviai – keturi 6 klasės ir du 7 klasės; tai po 3 sportuojančius ir nesportuojančius respondentus. Niekada neapsimetinėja ir parodo, jei jiems nepatinka tam tikra veikla, 22% visų respondentų: 20 vaikinių ir 13 merginų, tai daugiau nesportuojantys moksleiviai – 25 iš 87; sportuojančių – 8 iš 63. Šio socialinio įgūdžio lygis vidutinis – 2,55 vidutinis balas.

Iškilius sunkumams, kaip su jais susitvarkyti, visada sugalvoja 42 iš visų apklaustųjų: 29 vaikinai ir 13 merginų; tai po 13 septintos ir aštuntos klasės moksleivių ir 16 šeštos klasės moksleivių. Visada arba dažnai su iškilusiais sunkumais susitvarko daugiau sportuojančių (74,6%) nei nesportuojančių moksleivių (58,6%). Niekada su sunkumais nesitvarkančių moksleivių nebuvo, o retai susitvarko 6 vaikinai ir 5 merginos; 8 iš jų nesportuojantys ir 3 sportuojantys respondentai. Vidutinis klausimo balas – 3,86 (geri įgūdžiai).

Išanalizavus respondentų emocinį ekspresyvumą, nustatyta, kad vaikinai bei nesportuojantys moksleiviai labiau stengiasi negadinti nuotaikos kitiems, kai pačių nuotaika būna bloga; merginos bei sportuojantys moksleiviai labiau linkę tapti dominuojančiais kalbėdamiesi su draugais, o taip pat atviriau reiškia savo jausmus. Emociškai jautresnės yra respondentės merginos, jos greičiau susigėsta, dažniau stengiasi paguosti nusiminusius draugus, geriau išvelgia tikruosius draugų jausmus, o taip pat joms kiti dažniau sako, kad jos yra jautrios ir supratingos. Nesportuojantys moksleiviai greičiau susigėsta, yra jautresni bei dažniau užjaučia nusiminusius draugus, tačiau sportuojantys moksleiviai geriau pastebi kitų jausmus. Didesnę emocinę kontrolę turi vaikinai ir sportuojantys moksleiviai – jie labiau geba nuslėpti savo jausmus, apsimesti ramiais, prisiversti neparodyti nepasitenkinimo nepatinkančia veikla bei iškilus sunkumams, sugalvoti kaip su jais susitvarkyti.

Socialinį ekspresyvumą išreiškia gebėjimas nesidrovinti kalbėti, būnant tarp kitų žmonių, gebėjimas pradėti pokalbį ir mokėjimas apginti savo nuomonę. Respondentų atsakymai apie socialinio ekspresyvumo įgūdžius pateikiami 8 pav. (žr. 8 pav.).



**8 pav. Socialinis ekspresyvumas, N**

Būdami didelėje žmonių grupėje visada nesidrovi kalbėti 20 vaikinių ir 11 merginų. Drąsesni jaunesniųjų klasių moksleiviai: 14 šeštos klasės, 11 – septintos ir 6 – aštuntos klasės moksleiviai visada kalba nesidrovėdami. Sportuojančių ir nesportuojančių moksleivių socialinis ekspresyvumas panašus: visada nesidrovėdami tarp žmonių kalba 20,7% nesportuojančių ir 20,6% sportuojančių respondentų. Niekada didelėje žmonių grupėje drąsiai nekalba 4 vaikinai ir viena mergina, iš jų 3 šeštokai ir 2 septintokai (4 nesportuojantys ir 1 sportuojantis moksleivis). Bendras vidutinis klausimo balas – 3,45 (vidutiniški įgūdžiai).

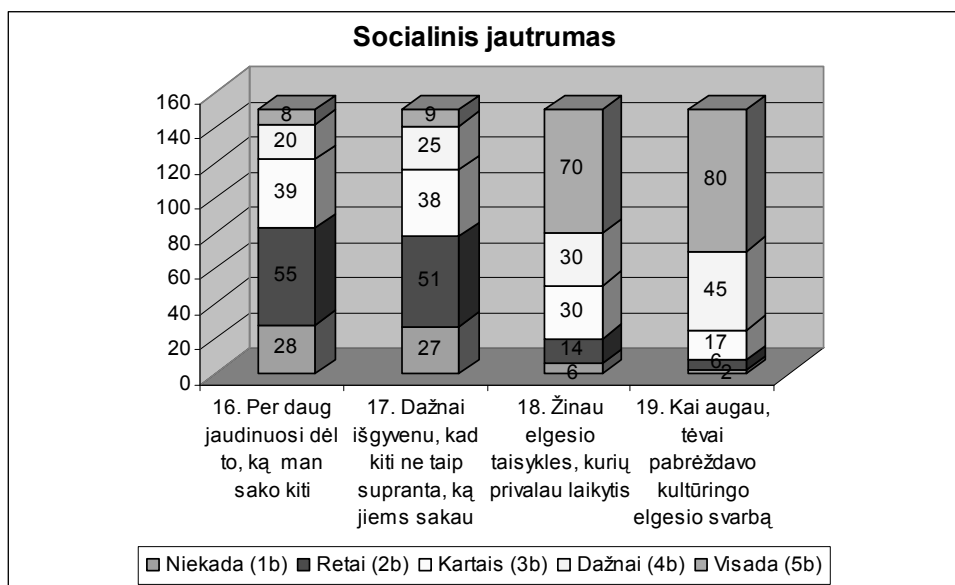
Kitas klausimas parodo moksleivių kalbumą, t.y. gebėjimą išreikšti savo mintis. Visada labai daug kalbantys teigė 18,7% respondentų: 15 vaikinių ir 13 merginų, iš jų 9 – šeštos, 8 – septintos ir 11 – aštuntos klasės moksleivių. Kalbesni yra sportuojantys moksleiviai: 46,0% jų teigė labai daug kalbantys visada arba dažniausiai; nesportuojančių, pasirinkusių šiuos atsakymus buvo 36,7%. Niekada daug nekalbantys teigė 2 vaikinai ir 4 merginos; 5 iš jų nesportuojantys ir 1 sportuojantis moksleivis. Vidutinis atsakymų balas – 3,31 (vidutinė raiška).

Pakeliui į namus ar iš namų pirmi prakalbinti draugus labiau geba vyresniųjų klasių moksleiviai: visada ar dažnai tai darantys teigė 18 šeštos klasės, 23 septintos klasės ir 27 aštuntos klasės moksleiviai; tai 44,9% vaikinių ir 45,9% merginų. Labiau draugus geba prakalbinti nesportuojantys moksleiviai: visada ar dažnai tai daro 47,1% nesportuojančių ir 42,8% sportuojančių moksleivių. Niekada negeba to padaryti 3 vaikinai ir 1 mergina; 3 iš jų sportuojantys ir 1 nesportuojantis moksleivis. Įgūdžio raiška vidutinė - 3,43 balo.

Visada savo nuomonę apginti geba 19 vaikinių ir 11 merginų. Savo nuomonę lengviau apgina sportuojantys moksleiviai: visada ar dažnai gebantys tai padaryti teigė 57,1%

sportuojančių moksleivių ir 49,4% nesportuojančių. Šio įgūdžio raiška gera – vidutinis balas 3,55.

Respondentų socialinį jautrumą stengiasi atskleisti per jų gebėjimą reaguoti į kitų nuomonę apie juos ir jų mintis, elgesio taisyklių visuomenėje žinojimą. Respondentų atsakymai į 16-19 klausimus pateikiami 9pav. (žr. 9 pav.).



9 pav. Socialinis jautrumas, N

Per didelį socialinį jautrumą rodo respondentų jaudinimasis dėl to, ką jiems sako kiti žmonės. Visada dėl to jaudinasi 4 vaikinai ir 4 merginos, tai 5 šeštos klasės, 1 septintos ir 2 aštuntos klasės moksleiviai; tarp jų 7 nesportuojantys ir 1 sportuojantis respondentas. Niekada arba retai perdėtai dėl kitų nuomonės nesirūpina 59,2% vaikinių ir 49,2% merginų; pagal klases – 27 šeštos, 29 septintos ir 27 aštuntos klasių moksleiviai. Sportuojantys moksleiviai taip jautriai nereaguoja į nuomonę apie juos, kaip tai daro nesportuojantys moksleiviai: niekada ar retai dėl to jaudinasi 63,5% sportuojančių ir 49,4% nesportuojančių respondentų. Bendras vidutinis atsakymų balas – 2,5 (vidutinė įgūdžio raiška).

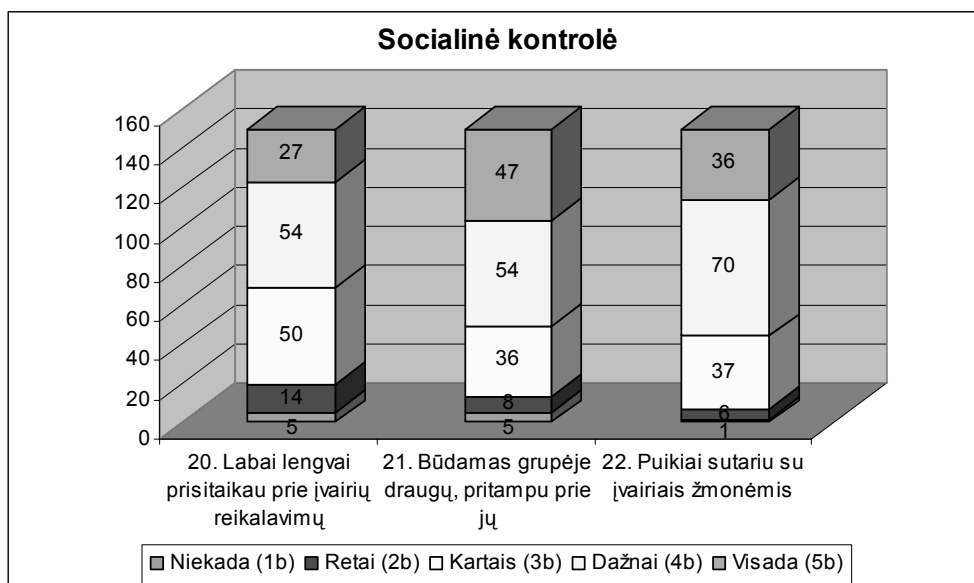
Į tai, kad kiti ne taip supranta tai, ką moksleiviai jiems sako, jautriau reaguoja merginos – 26,2% iš jų visada ar dažnai dėl to išgyvena; vaikinių – 20,2%. Kitų nesuprasti jautriau sureaguoja nesportuojantys moksleiviai: 25,2% jų visada ar dažnai dėl to išgyvena, o niekada neišgyvena 16,1%; sportuojančių tarpe atitinkamai 19,0% visada ar dažnai išgyvena, o 20,6% niekada dėl to neišgyvena ir labiau pasitiki savimi. Niekada dėl kitų nesupratimo neišgyvena 16 vaikinių ir 11 merginų. Šio įgūdžio raiška vidutinė – 2,59 balo.

Elgesio taisykles, kurių privalo laikytis, visada teigė žinantys 37 vaikinai ir 33 merginos; iš jų 31 šeštos, 19 septintos ir 20 aštuntos klasės moksleiviai. Geriau elgesio taisykles žino sportuojantys moksleiviai – 71,4% iš jų teigė elgesio taisykles žinantys visada ar dažnai;

nesportuojančių tarpe tokių respondentų buvo 63,2%. Niekada nežinantys elgesio taisyklių, kurių privalo laikytis, teigė nežinantys 5 vaikinai ir viena mergina; tai po vieną šeštos ir aštuntos bei 4 septintos klasės moksleiviai; 5 iš jų nesportuojantys ir 1 sportuojantis respondentas. Vidutinis atsakymų balas – 3,96 (geri socialiniai įgūdžiai).

53,3% respondentų teigė, kad juos augindami tėvai visada pabrėždavo kultūringo elgesio svarbą. Taip teigė 47 vaikinai ir 33 merginos; iš jų 24 šeštos, 31 septintos ir 25 aštuntos klasės moksleiviai. Šį atsakymo variantą rinkosi 50,6% nesportuojančių ir 57,1% sportuojančių respondentų. Tai, kad niekada arba retai kultūringo elgesio juos mokydavo tėvai, teigė 7 vaikinai ir 1 mergina; iš jų 5 nesportuojantys ir 3 sportuojantys moksleiviai. Vidutinis balas – 4,3 (geri įgūdžiai).

Socialinę moksleivių kontrolę apibūdina gebėjimas prisitaikyti prie įvairių reikalavimų, pritaipimas prie aplinkinių bei sutarimas su jais. 10 pav. pateikiami 20-22 klausimų atsakymai. (žr. 10 pav.).



10 pav. Socialinė kontrolė, N

Visada labai lengvai prie įvairių reikalavimų socialinėje aplinkoje teigė prisitaikantys tik 18% visų apklaustųjų. Labiau šį įgūdį yra išlavinę vaikinai – visada arba dažnai prie reikalavimų lengvai prisitaiko 54 iš 89 respondentų vaikinių ir 27 iš 61 merginų. Nesportuojantys moksleiviai kiek lengviau prisitaiko prie reikalavimų – 55,1% jų visada arba dažnai lengvai prisitaiko; sportuojančių tarpe tokių moksleivių 52,3%. Niekada arba retai prie socialinių reikalavimų lengvai neprisitaiko 10 vaikinių ir 9 merginos, iš jų 7 šeštos klasės ir po 6 septintos ir aštuntos klasės moksleiviai; tai 14,9% nesportuojančių ir 9,5% sportuojančių moksleivių. Vidutinis balas – 3,56, tai rodo gerus socialinės kontrolės įgūdžius.



Būdami draugų grupėje, visada prie jų geba prisiderinti 33 vaikinai ir 17 merginų, iš jų 18 šeštos, 14 septintos ir 15 aštuntos klasės moksleivių. Kiek lengviau prie draugų pritampantys teigė nesportuojantys moksleiviai – 67,8% iš jų visada arba dažnai pritampa prie draugų; sportuojančių tarpe pasirinkusių šį atsakymo variantą buvo 66,7% apklaustųjų. Niekada arba retai prie draugų grupės pritampantys teigė 8 vaikinai ir 5 merginos; iš jų po 5 šeštos ir septintos klasės bei 3 aštuntos klasės moksleiviai; tai 6 nesportuojantys ir 7 sportuojantys moksleiviai. Vidutinis balas – 3,87 (geri įgūdžiai).

Su įvairiais žmonėmis visada puikiai sutariantys teigė po 12 moksleivių iš kiekvienos klasės; tai 24 vaikinai ir 12 merginų. Visada arba dažnai su įvairiais žmonėmis sutaria 66,7% nesportuojančių ir 76,2% sportuojančių moksleivių; retai arba niekada nesutariantys teigė 5 nesportuojantys ir 2 sportuojantys moksleiviai. Niekada su įvairiais žmonėmis teigia nesutariantis tik vienas nesportuojantis vaikinai iš 7 klasės. Vidutinis balas – 3,89 (geri įgūdžiai).

Tiriant socialinį ekspresyvumą, nustatyta, kad vaikinai ir sportuojantys moksleiviai būdami didelėje grupėje žmonių labiau nesidrovi kalbėti bei lengviau apgina savo nuomonę; sportuojantys moksleiviai dažniausiai daugiau kalba nei nesportuojantys, o merginos ir nesportuojantys moksleiviai pakeliui į namus ar iš namų greičiau geba prakalbinti kartu einančius draugus. Socialiai jautresnės yra merginos: jos, kaip ir nesportuojantys moksleiviai, labiau jaudinasi dėl kitų nuomonės, labiau išgyvena, jei yra nesuprastos, o kaip ir sportuojantys moksleiviai, geriau nei vaikinai žino elgesio visuomenėje taisyklės bei kultūringo elgesio svarbą. Socialinė kontrolė labiau išvystyta pas respondentus vaikus – jiems lengviau prisitaikyti prie visokių reikalavimų, pritaikyti prie jų bei sutarti su įvairiais žmonėmis. Sportuojantiems moksleiviams lengviau prisitaikyti prie reikalavimų bei sutarti su kitais žmonėmis, o nesportuojantys moksleiviai lengviau pritampa prie draugų grupės.

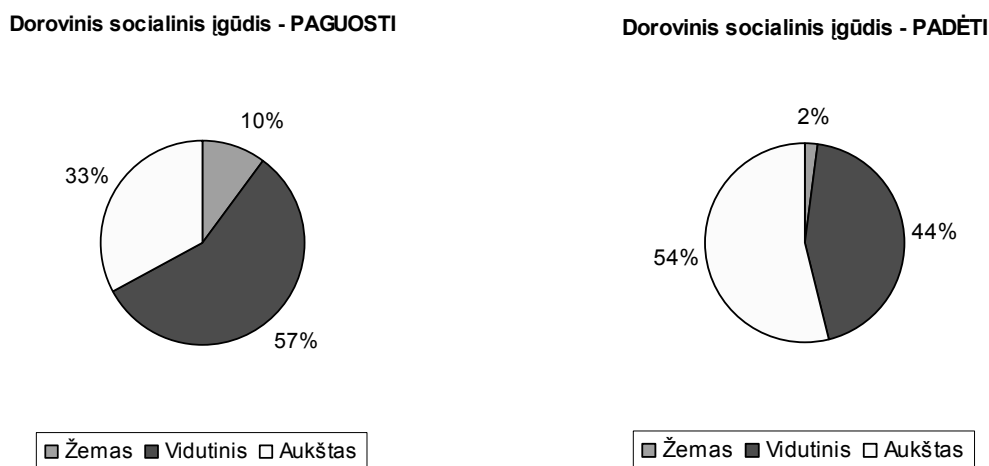
### **3.3. Dorovinių socialinių įgūdžių raiška**

#### **3.3.1. Dorovinių socialinių įgūdžių lygio tyrimas**

Tyrimo metu pirmieji klausimai respondentams pateikti, siekiant išanalizuoti dorovinių socialinių įgūdžių lygį bei svarbą respondentams. Tiriama doroviniai socialiniai įgūdžiai - pagosti, padėti, neapsimetinėti, neapgandinėti, nežeminti, nekeršyti, laikytis duoto žodžio, atsakyti už savo veiksmus.

Tyrimo dalyviams buvo pateikta lentelė su aštuoniais doroviniais įgūdžiais, kiekvienam iš jų apklausiamieji turėjo pažymėti, kaip labai stengiasi vykdyti šią visuomenėje priimtą normą – nelabai stengiasi (žemas įgūdžio lygis), vidutiniškai stengiasi (vidutinis lygis) ar stengiasi

(aukštas lygis). 11 pav. pateikiamas respondentų atsakymų apie jautrumo įgūdžių (paguosti ir padėti) lygį pasiskirstymas (žr. 11 pav.).



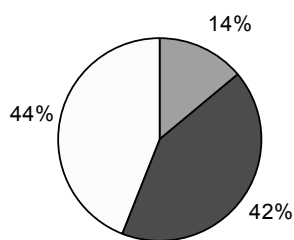
11 pav. Jautrumo įgūdžių lygis, %

Kaip matyti iš 11 pav. duomenų dorovinio socialinio įgūdžio padėti lygis yra aukštesnis nei įgūdžio paguosti. Labai stengiasi paguosti tik 14 iš 89 respondentų vaikinių, o merginų – 35 iš 61, taigi, merginos jautresnės ir labiau linkusios paguosti, nuraminti žmogų ištikus nelaimei, ar sunkiu momentu. Net 15 vaikinių atsakė, kad nelabai stengiasi paguosti (žemas įgūdžio lygis); nė viena iš merginų nepasirinko šio atsakymo varianto. Šeštų ir aštuntų klasių moksleiviams paguosti svarbiau (aukštas įgūdžio lygis – 19 ir 17 respondentų) nei septintų klasių moksleiviams (aukštas įgūdžio lygis – 13 respondentų). Sportuojantys moksleiviai nėra linkę paguosti labiau nei nesportuojantys moksleiviai: aukštą šio įgūdžio lygį turi 20,6% sportuojančių respondentų ir 41,4% nesportuojančių respondentų.

Pagelbėti, kai yra paprašytos ar neprašytos, kai pastebi, kad kitam sunku taip pat labiau linkusios respondentės merginos: aukštą dorovinio socialinio įgūdžio padėti lygį turi 42 iš 61 apklausoje dalyvavusios merginos ir 39 iš 89 vaikinių. Kad nelabai stengiasi padėti (žemas įgūdžio lygis) teigė trys septintos klasės sportuojantys vaikinai ir nė viena mergina. Aukščiausias šio įgūdžio lygis yra tarp aštuntos klasės moksleivių – 32 stengiasi padėti; šeštos klasės – 25, septintos – 24. Nesportuojančių respondentų įgūdžio lygis truputį aukštesnis (57,5% - aukštas lygis) nei sportuojančių (49,2% - aukštas lygis).

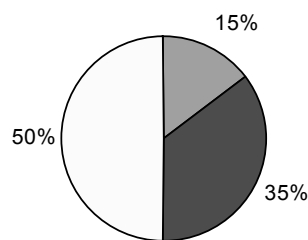
Respondentų atvirumo (neapgauštinėti, neapsimetinėti) lygį atskleidžiantys duomenys pateikiami 12 pav. (žr. 12 pav.).

Dorovinis socialinis įgūdis - NEAPSIMETINĖTI



■ Žemas ■ Vidutinis □ Aukštas

Dorovinis socialinis įgūdis - NEAPGAUDINĖTI



■ Žemas ■ Vidutinis □ Aukštas

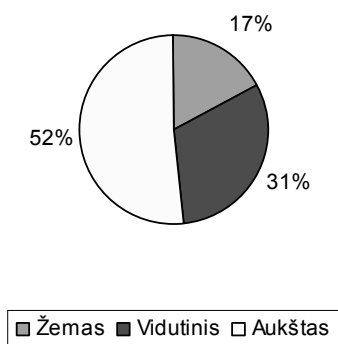
12 pav. Atvirumo įgūdžių lygis, %

Iš 12 pav. pateikiamų duomenų matyti, kad dorovinio socialinio įgūdžio neapsimetinėti lygis tarp respondentų yra truputį mažesnis nei įgūdžio neapgaujinėti lygis. Apsimetinėti, veidmainiauti, slėpti savo tikruosius jausmus labiau linkusios merginos – apie pusė jų tik vidutiniškai stengiasi neapsimetinėti, o respondentų vaikinių tarpe 44,9% labai stengiasi neapsimetinėti (aukštas įgūdžio lygis). Po devynis šeštų ir septintų klasių moksleivius nelabai stengiasi neapsimetinėti (žemas įgūdžio lygis), o tarp aštuntos klasės moksleivių pasirinkusių šį atsakymo variantą yra tik trys. Žemą šio įgūdžio lygį turi 12 nesportuojančių ir 9 sportuojantys respondentai, nors procentiniu požiūriu aukštą įgūdžio lygį turi daugiau nesportuojančių (46,0%) nei sportuojančių (41,3%) moksleivių.

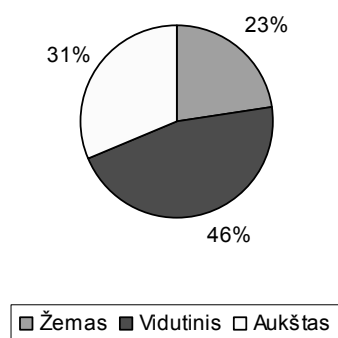
Sąmoningai klaidinti labiau linkę respondentai vaikinai – 16 iš jų turi žemą įgūdžio neapgaujinėti lygį, o merginų tik šešios; aukštą šio įgūdžio lygį turi apie pusė vaikinių ir merginų. Mažiausiai neapgaujinėti stengiasi septintų klasių respondentai: 11 iš jų turi žemą šio įgūdžio lygį ir tik 23 - aukštą. Tarp šeštų klasių moksleivių 27 turi aukštą neapgaujinėjimo lygį, tarp aštuntų klasių – 25. Po 11 sportuojančių ir nesportuojančių respondentų teigė, jog nelabai stengiasi neapgaujinėti, t.y. turi žemą šio įgūdžio lygį, o labai stengiasi neapgaujinėti, t.y. turi aukštą šio įgūdžio lygį, 55,2% nesportuojančių ir 42,9% sportuojančių respondentų.

Atlaidumą išreiškiančių įgūdžių (nežeminti ir nekeršyti) lygis vaizduojamas 13 pav. (žr. 13 pav.).

Dorovinis socialinis įgūdis - NEŽEMINTI



Dorovinis socialinis įgūdis - NEKERŠYTI



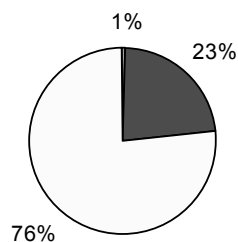
13 pav. Atlaidumo įgūdžių lygis, %

Lyginant su kitais socialiniais doroviniais įgūdžiais, atleidumo įgūdžių lygis yra žemiausias. Iš 13 pav. pateikiamų duomenų matyti, kad atleidumo įgūdžiai vertinami nevienodai – respondentai labiau stengiasi nežeminti (aukštą įgūdžio lygį turi daugiau nei pusė apklaustųjų) nei nekeršyti (aukštą įgūdžio lygį turi tik apie trečdalis apklaustųjų). Tai, jog labai stengiasi nežeminti, nemenkinti, nepeikti kito asmens, t.y. turi aukštą įgūdžio lygį, pažymėjo 45 iš 89 vaikinių ir 33 iš 61 merginų. Žemą šio įgūdžio lygį turi daugiau vaikinių (septyniolika) nei merginų – (devynios), taigi vaikinai labiau linkę žeminti kitus. Šeštų ir aštuntų klasių moksleiviai linkę mažiau žeminti nei septintų klasių moksleiviai, iš kurių 13 turi žemą šio įgūdžio lygį (šeštų – 8, aštuntų – 5). Aukštą polinkį nežeminti turi 31 šeštokas, 23 septintokai ir 24 aštuntokai. Nesportuojantys moksleiviai turi truputį aukštesnį šio įgūdžio lygį nei sportuojantys: stengiasi nežeminti 52,9% nesportuojančių ir 50,8% sportuojančių.

Nekeršyti mažiau stengiasi merginų (27,9% jų turi žemą šio įgūdžio lygį) nei vaikinių (19,1% turi žemą šio įgūdžio lygį); aukštą šio įgūdžio lygį turi 29 vaikinai ir 18 merginų. Lyginant pagal klases, aukščiausią šio įgūdžio lygį turi šeštų klasių moksleiviai (21 – aukštą, 8 – žemą), o septintokai ir aštuntokai labiau linkę keršyti - tik po 13 iš jų stengiasi nekeršyti, t.y. turi aukštą šio įgūdžio lygį. Sportuojantys respondentai turi aukštesnį šio įgūdžio lygį – 34,9% jų labai stengiasi nekeršyti, o nesportuojančių tarpe turinčių tokį lygį yra 28,7%.

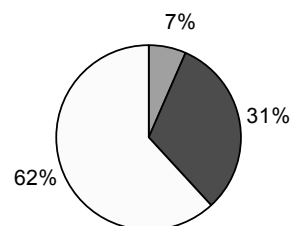
Dorovinių įgūdžių, apibūdinančių atsakingumą (laikytis duoto žodžio ir atsakyti už savo veiksmus), lygio pasiskirstymas matomas 14 pav. (žr. 14 pav.).

Dorovinis socialinis įgūdis - LAIKYTIŠ DUOTO ŽODŽIO



■ Žemas ■ Vidutinis □ Aukštas

Dorovinis socialinis įgūdis - ATSAKYTI UŽ SAVO VEIKSMUS



■ Žemas ■ Vidutinis □ Aukštas

14 pav. Atsakingumo įgūdžių lygis, %

Lyginant su kitais aptartais įgūdžiais, atsakingumo įgūdžius respondentai laiko svarbiausiais. Kaip matyti iš 14 pav. svarbiausias iš visų įgūdžių yra – laikymasis duoto žodžio. Aukštą šio įgūdžio lygį turi 67 iš 89 respondentų vaikinių ir 48 iš 61 merginos. Nelabai stengiasi laikytis duoto žodžio, t.y. turi žemą šio įgūdžio lygį tik vienas sportuojantis septintos klasės vaikas. Aštuntų klasių moksleiviams šis įgūdis svarbesnis (42 iš jų turi aukštą įgūdžio lygį) nei žemesnių klasių moksleiviams (37 šeštokai ir 36 septintokai turi aukštą įgūdžio lygį). Nesportuojantys moksleiviai labiau stengiasi laikytis duoto žodžio (78,2% iš jų turi aukštą įgūdžio lygį) nei sportuojantys (74,6% iš jų turi aukštą įgūdžio lygį).

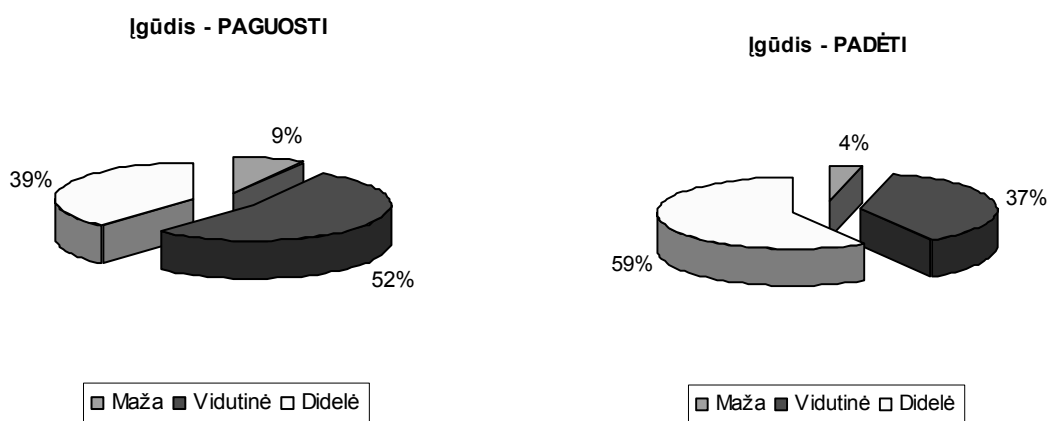
Atsakyti už savo veiksmus labiau linkusios merginos - tik dvi iš jų turi žemą šio įgūdžio lygį, o vaikinių nelabai besistengiančių atsakyti už savo veiksmus yra aštuoni. Pagal klases didžiausią šio įgūdžio lygį turi šeštų klasių moksleiviai – 36 iš 50 turi aukštą ir 4 žemą įgūdžio lygį, mažiausiai už veiksmus atsakyti stengiasi septintų klasių moksleiviai – 24 turi aukštą ir 6 žemą įgūdžio lygį. Sportuojantys moksleiviai turi aukštesnį šio įgūdžio lygį (68,3% turi aukštą įgūdžio lygį) nei nesportuojantys (57,5% turi aukštą įgūdžio lygį). Nelabai atsakyti už savo veiksmus stengiasi 6 nesportuojantys ir 4 sportuojantys respondentai.

Išanalizavus dorovinių socialinių įgūdžių lygį, galima teigti, kad labiausiai respondentai stengiasi būti atsakingi, t.y. laikytis duoto žodžio ir atsakyti už savo padarytus veiksmus. Mažiausias įgūdžio lygis yra dorovinių įgūdžių nekeršyti bei paguosti.

### 3.3.2. Dorovinių socialinių įgūdžių svarbos tyrimas

Dorovinių socialinių įgūdžių svarbos tyrimas atliktas pagal tris svarbos lygius – respondentai turėjo pasirinkti kiek svarbus kiekvienas iš dorovinių įgūdžių – nelabai svarbus (maža svarba), vidutiniškai svarbus (vidutinė svarba) ar svarbus (didelė svarba).

15 pav. pateikiamas jautrumo įgūdžių (paguosti ir padėti) svarbos vertinimas (žr. 15 pav.).

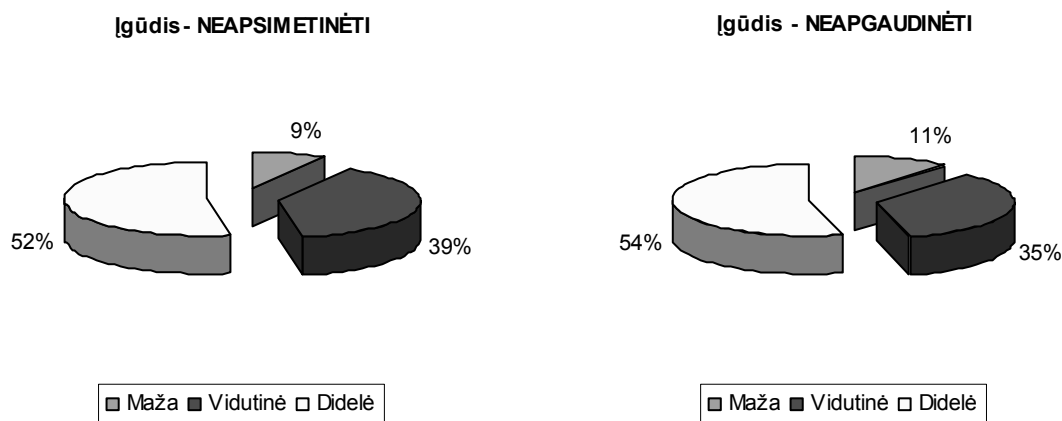


15 pav. Jautrumo įgūdžių svarba, %

Kaip matyti iš 15 pav. duomenų, iš jautrumo įgūdžių svarbesniu laikomas noras padėti (didelė svarba – 88 respondentams) nei noras paguosti (didelė svarba – 58 respondentams). Įgūdis paguosti svarbesnis merginoms – 39 iš 61 šis įgūdis labai svarbus, vaikinų tarpe – tik 19 iš 89. Šis įgūdis nelabai svarbus tik vienai merginai ir 12 vaikinų, keturi iš jų – šeštos klasės moksleiviai, šeši – septintos, trys – aštuntos. Sportuojančių respondentų tarpe paguosti nelabai svarbu (žema svarba) tik 5, o nesportuojančių – 8 moksleiviams, tačiau didelė svarba yra 30,2% sportuojančiom ir 44,8% nesportuojančiom respondentėm.

Socialinis įgūdis padėti taip pat svarbesnis merginoms nei vaikinams - labai svarbus (didelė svarba) 47 merginoms ir 41 vaikinui, o mažai svarbus tik viena merginai ir 5 vaikinams. Šis įgūdis svarbiausias aštuntos klasės moksleiviams – 34 svarba didelė; šeštos klasės moksleivių, kuriems padėti svarbu yra 29, septintos klasės - 25. Šis įgūdis svarbesnis nesportuojantiems moksleiviams – 55 svarba didelė ir tik 2 maža; sportuojantiems moksleiviams – 33 svarba didelė ir 4 maža.

Atvirumo įgūdžių (neapsimtinėti ir neapgaudinėti) svarbos vertinimas pavaizduotas 16 pav. (žr. 16 pav.).

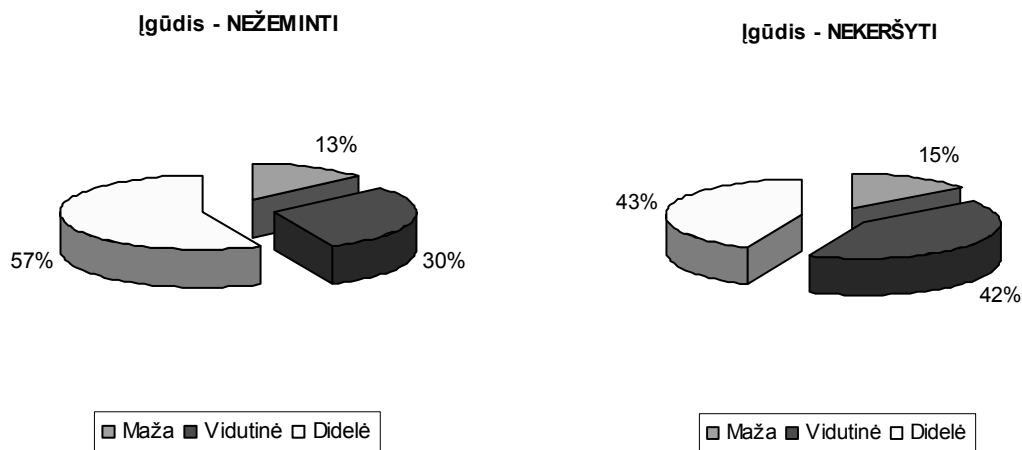


16 pav. Atvirumo įgūdžių svarba, %

Atvirumo įgūdžių svarba apklaustiems moksleiviams yra panašaus lygio: didelė svarba neapsimtinėti yra 79 moksleiviams (44 vaikinams ir 35 merginoms), o neapgaudinėti – 81 moksleiviui (39 vaikinams ir 42 merginoms). Merginoms neapsimtinėti yra svarbiau nei vaikinams: tik trims merginoms nėra svarbu neapsimtinėti, o tokių vaikinų net 10. Šis įgūdis svarbiausias aštuntų klasių moksleiviams – 31 respondentui įgūdis svarbus ir tik vienam svarba maža; po 24 šeštų ir septintų klasių moksleivius pažymėjo, kad įgūdis svarbus, ir po 6, kad mažai svarbus. Šis įgūdis svarbesnis nesportuojantiems respondentams – 52 šis įgūdis svarbus; sportuojančių tarpe šis įgūdis svarbus 27 moksleiviams.

Neapgaudinėti taip pat svarbiau merginoms (didelė svarba 68,9%) nei vaikinams (didelė svarba 43,8%). Šis įgūdis svarbesnis vyresnių klasių moksleiviams – 30 aštuntų klasių moksleiviams įgūdis svarbus ir tik 2 mažai svarbus; šeštų klasių moksleiviams – 27 svarbus ir 7 mažai svarbus; septintų klasių moksleiviams – 24 svarbus ir 8 mažai svarbus. Neapgaudinėti svarbu 63,2% nesportuojančių ir 41,3% sportuojančių moksleivių.

Atlaidumo įgūdžių (nežeminti ir nekeršyti) svarbos pasiskirstymas respondentų nuomone pavaizduotas 17 pav. (žr. 17 pav.).



17 pav. Atlaidumo įgūdžių svarba, %

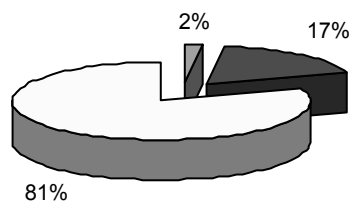
Iš 17 pav. duomenų matyti, kad dorovinio socialinio įgūdžio nežeminti (didelė svarba 85 respondentams) svarba yra didesnė nei įgūdžio nekeršyti (didelė svarba 65 respondentams). Įgūdis nežeminti svarbesnis merginoms (68,9% svarba didelė) nei vaikinams (48,3% svarba didelė). Šis įgūdis nelabai svarbus tik 4 merginoms ir 16 vaikinų, iš jų 9 septintos, 7 šeštos ir 4 aštuntos klasės moksleiviai, viso po dešimt sportuojančių ir nesportuojančių respondentų. Šis įgūdis kiek svarbesnis sportuojantiems respondentams (57,1% svarba didelė) nei nesportuojantiems (56,3% svarba didelė).

Nekeršyti svarbu (didelė svarba) 38 vaikinams ir 27 merginoms, iš jų 26 šeštos, 20 septintos ir 19 aštuntos klasės moksleiviai. Nelabai svarbiu šį įgūdį įvardino po 7 šeštos ir aštuntos klasės moksleivius ir 8 septintos klasės respondentai. Nekeršyti svarbiau nesportuojantiems (47,1% svarba didelė) nei sportuojantiems moksleiviams (38,1% svarba didelė). Šio įgūdžio svarba viena mažiausių, lyginant su kitais socialiniais doroviniais įgūdžiais.



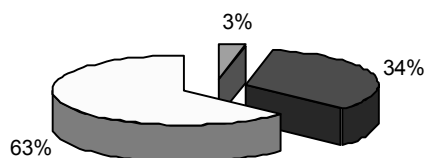
Atsakingumo įgūdžius respondentai laiko svarbiausiais – didelė svarba laikytis duoto žodžio yra 121 respondentui; atsakyti už savo veiksmus – 94 respondentams (žr. 18 pav.).

Įgūdis - LAIKYTIS DUOTO ŽODŽIO



■ Maža ■ Vidutinė □ Didelė

Įgūdis - ATSAKYTI UŽ SAVO VEIKSMUS



■ Maža ■ Vidutinė □ Didelė

18 pav. Atsakingumo įgūdžių svarba, %

Labai svarbu laikytis duoto žodžio yra 86,9% merginų ir 76,4% vaikinų, nelabai svarbiu įgūdžiu jį įvardino tik viena mergina ir du vaikinai – 2 šeštos ir 1 septintos klasės moksleivis. Šis įgūdis kiek svarbesnis sportuojantiems (81,0% svarba didelė) nei nesportuojantiems moksleiviams (80,5% svarba didelė); tik vienas sportuojantis ir du nesportuojantys respondentai teigė, kad šis įgūdis jiems nėra svarbus.

Atsakyti už savo veiksmus labai svarbu 55 vaikinams ir 39 merginoms, nelabai svarbiu šį įgūdį įvardino viena mergina ir keturi vaikinai, iš kurių vienas šeštos klasės ir keturi septintos klasės moksleiviai. Svarbiu šį įgūdį įvardino po 35 šeštos ir aštuntos klasės ir 24 septintos klasės respondentai. Atsakyti už savo veiksmus svarbiau sportuojantiems moksleiviams (didelė svarba – 66,7%, maža - tik vienam respondentui) nei nesportuojantiems (didelė svarba – 59,8%, maža – keturiems respondentams).

Apibendrinant, reikia pažymėti, jog svarbiausiais socialiniais doroviniais įgūdžiais yra laikomi tie įgūdžiai, kurių lygis aukščiausias (žr. 3.3.1 skyrių ) - duoto žodžio laikymasis bei atsakymas už savo veiksmus. Merginoms ir nesportuojantiems moksleiviams įgūdis atsakyti už savo veiksmus yra svarbesnis už įgūdį padėti bei neapgaužinti.. Mažiausiai svarbiais laikomi tie socialiniai doroviniai įgūdžiai, kurių lygis buvo žemiausias (žr. 3.3.1 skyrių) – įgūdžiai nekeršyti ir paguosti.

### 3.4. Situacinių socialinių įgūdžių raiška

#### 3.4.1. Situacinių socialinių įgūdžių lygio tyrimas

Praktinėje darbo dalyje buvo tiriami šie situaciniai įgūdžiai, reikalingi tik tam tikrose gyvenimo situacijose: mokėjimas atsisakyti, prieštarauti, atsiprašyti, pripažinti klydus, pradėti/užbaigti pokalbį, paprašyti pagalbos, reagavimas į pastabas, mokėjimas sakyti gerus žodžius bei savo jausmus.

Tiriant moksleivių situacinių įgūdžių lygį, pateiktoje lentelė reikėjo pažymėti, kiek dažnai respondentas naudoja atitinkamą įgūdį – niekada (1b.), retai (2b.), kartais (3b.), dažnai (4b.) ar visada (5b.). Vietų reitingas sudarytas išvedus vidutinį balą. Respondentai, pasirinkę atsakymą niekada, turi labai žemą įgūdžio lygį, pasirinkę retai – žemą, kartais – vidutinį, dažnai – aukštą, visada – labai aukštą įgūdžio lygį. 4 lentelėje pateikiami respondentų atsakymai.

4 lentelė. Socialinių situacinių įgūdžių lygis, N

ATSAKYMAS TEIGINYS	Niekada 1 balas	Retai 2 balai	Kartais 3 balai	Dažnai 4 balai	Visada 5 balai	VISO	REITINGAS (Vid. balas)
1. Aš moku atsisakyti	3	9	42	59	37	150	IV-VI (3,8 balo)
2. Aš reaguojau į pastabas	1	15	34	51	49	150	III (3,9 balo)
3. Aš moku prieštarauti (nesutikti)	7	13	39	50	41	150	VII (3,7 balo)
4. Aš moku atsiprašyti	2	7	25	46	70	150	I (4,2 balo)
5. Aš pripažįstu klydęs	3	10	40	53	44	150	IV-VI (3,8 balo)
6. Aš moku džiaugtis, kai mane giria	2	10	19	60	59	150	II (4,1 balo)
7. Aš pradėdau pokalbį pirmas	7	24	68	36	15	150	X (3,2 balo)
8. Aš moku užbaigti pokalbį	5	18	59	43	25	150	IX (3,4 balo)
9. Aš galiu paprašyti pagalbos	3	15	41	44	47	150	IV-VI (3,8 balo)
10. Aš sakau gerus žodžius kitiems	0	15	58	54	23	150	VIII (3,6 balo)
11. Aš pasakau, ką jaučiu	13	43	45	29	20	150	XI (3,0 balo)
<b>VISO:</b>	<b>46</b>	<b>179</b>	<b>470</b>	<b>525</b>	<b>430</b>		

Pirmasis teiginys apibūdina, ar respondentai geba atsisakyti, t.y. pateikti neigiamą atsakymą, kai nenori kažko daryti. Labai aukštą (visada moka atsisakyti) arba aukštą (dažnai moka atsisakyti) šio įgūdžio lygį turi daugiau vaikinių (28,1% ir 42,7%) nei merginių (labai aukštą – 19,7%, aukštą – 34,4%). Pagal klases aukščiausias šio socialinio įgūdžio laipsnį turi 8 klasės moksleiviai – labai aukštą arba aukštą – 38 moksleiviai; 6 klasės – 26, 7 klasės – 32 respondentai. Labai žemą šio įgūdžio lygį turi tik 3 šeštų klasių nesportuojantys vaikinai. Sportuojančių moksleivių įgūdžio lygis aukštesnis (labai aukštas – 34,9%, aukštas – 42,9%) nei nesportuojančių moksleivių (labai aukštas – 17,2%, aukštas – 36,8%).

Kritiką labiau priimti linkusios merginos nei vaikinai: labai dažnai ar dažnai į pastabas reaguoja 75,4% merginių ir 60,7% vaikinių. Niekada į pastabas nereaguojantis teigė tik vienas nesportuojantis septintokas. Pagal klases šio įgūdžio lygis panašus tarp visų moksleivių: labai aukštas ar aukštas 33 šeštų ir septintų klasių moksleivių bei 34 aštuntokų. Tarp sportuojančių moksleivių yra daugiau respondentų, linkusių reaguoti į išsakomas jiems pastabas: visada reaguoja 28,7%, dažnai – 39,7%; tarp nesportuojančių atitinkamai 35,6% ir 29,9%.

Prieštarauti, nesutikti bei ginti savo nuomonę labiau linkę vaikinai – 31,5% respondentų visada prieštarauja, t.y. turi labai aukštą šio įgūdžio lygį; tarp merginių – 21,5% visada prieštarauja. Nemoka prieštarauti ar niekada neprieštarauja, t.y. turi labai žemą šio įgūdžio lygį 5 vaikinai ir 2 merginos; tai po tris šeštos ir septintos klasės bei vienas aštuntos klasės moksleivis, visi jie nesportuojantys. Pagal klases mažiausiai visada ar dažnai prieštaraujančių yra tarp jaunesnių moksleivių – 26 šeštokai, septintokai – 31, aštuntokai – 34. Sportuojančių respondentų tarpe yra 34,9% turinčių labai aukštą šio įgūdžio lygį; nesportuojančių – 21,8%. Taigi sportuojantys moksleiviai labiau geba nesutikti ir ginti savo nuomonę.

Iš visų socialinių situacinių įgūdžių mokėjimo atsiprašyti lygis yra aukščiausias – 46,7% (70 iš visų 150 respondentų) teigė visada mokantys atsiprašyti. Vis dėl to merginių tarpe pasirinkusių šį atsakymo variantą buvo 55,7%, o vaikinių – 40,4%. Niekada nemokantys atsiprašyti teigė tik du septintos klasės nesportuojantys vaikinai. Pagal klases aukščiausią šio įgūdžio lygį turi 8 klasės moksleiviai – 40 iš jų visada arba dažnai moka atsiprašyti; 6 klasės – 39, 7 klasės – 37 moksleiviai. Labai aukštą arba aukštą šio įgūdžio lygį turi 47 iš 63 sportuojančių ir 69 iš 87 nesportuojančių respondentų.

Pripažinti klydę visada teigė gebantys 32,6% vaikinių ir 24,6% merginių, niekada nepripažįsta klydę, t.y. turi labai mažą šio socialinio įgūdžio lygį du vaikinai ir viena mergina, iš jų 1 šeštokas ir 2 septintokai (du sportuojantys ir vienas nesportuojantis). Pagal klases aukščiausias šio įgūdžio išsivystymas tarp jaunesnių moksleivių – 37 iš jų teigė visada ar dažnai pripažįstantys klydę; septintokai – 29, aštuntokai – 31. Tarp nesportuojančių respondentų yra

daugiau turinčių labai aukštą ar aukštą šio įgūdžio lygį: visada ar dažnai pripažįsta klaidę 67,8%; nesportuojančių tarpe – 60,3%.

Vaikinai kiek labiau nei merginos moka džiaugtis, kai yra giriami – 79,8% vaikinių turi labai aukštą arba aukštą šio įgūdžio lygį; merginų tarpe – 78,7%. Šio įgūdžio lygis vienas aukščiausių tarp visų socialinių situacinių įgūdžių. Labai žemą šio įgūdžio lygį turi tik du nesportuojantys septintos klasės vaikinai. Pagal klases aukštą įgūdžio lygį turi panašus skaičius respondentų iš visų klasių: 6 klasės – 39, 7 ir 8 klasių – po 40 moksleivių. Labiau džiaugtis, kai juos giria, moka sportuojantys respondentai – variantus visada arba dažnai pasirinko 82,7%; nesportuojančių tarpe šiuos variantus pasirinko 74,6% moksleivių.

Vienas žemiausių įgūdžių lygio yra įgūdis pirmam pradėti pokalbį. Visuomet taip darantys (t.y. turi labai aukštą šio įgūdžio lygį) teigė tik 8 vaikinai ir 7 merginos. Niekomet pirmi pokalbio nepradeda 5 respondentai vaikinai ir 2 merginos, tai du šeštos ir penki septintos klasės moksleiviai, iš kurių 5 sportuojantys ir 2 nesportuojantys. Pagal klases drąsiausi, t.y. turintys labai aukštą arba aukštą šio įgūdžio lygį, yra 19 aštuntokų, 17 šeštokų bei 15 septintokų. Nesportuojančių moksleivių tarpe visada ar dažnai pirmi pokalbį pradeda 38,1%, o sportuojančių tarpe – 31,0%.

Užbaigti pokalbį labiau geba vaikinai nei merginos: vaikinai - 51,7% turi labai aukštą ar aukštą šio įgūdžio lygį, merginos – 46,1%. Niekada neužbaigiantys pokalbio, o leidžiantys tai daryti kitiems, teigė 3 vaikinai ir 2 merginos, po vieną 6 ir 7 klasės moksleivį bei trys 8 klasės, iš jų keturi nesportuojantys ir vienas sportuojantis. 6 klasės moksleivių tarpe yra daugiausiai turinčių labai aukštą ar aukštą šio įgūdžio lygį – 25 moksleiviai, 7 klasės – 20 moksleivių, 8 klasės – 23 moksleiviai. Kiek daugiau nesportuojančių respondentų visada arba dažnai geba užbaigti pokalbį – 46,0%, o sportuojančių – 44,8%.

Paprašyti pagalbos labiau moka merginos – 62,3% iš jų visada arba dažnai geba tai padaryti; vaikinių tarpe – 59,5%. Labai žemą šio įgūdžio lygį, t.y. niekada negali paprašyti pagalbos, turi du vaikinai ir viena mergina iš šeštos klasės, tarp jų 1 nesportuojantis ir 2 sportuojantys respondentai. Nesportuojančių respondentų tarpe yra 65,5% galinčių visada ar dažnai paprašyti pagalbos, o sportuojančių tarpe – 54,0%.

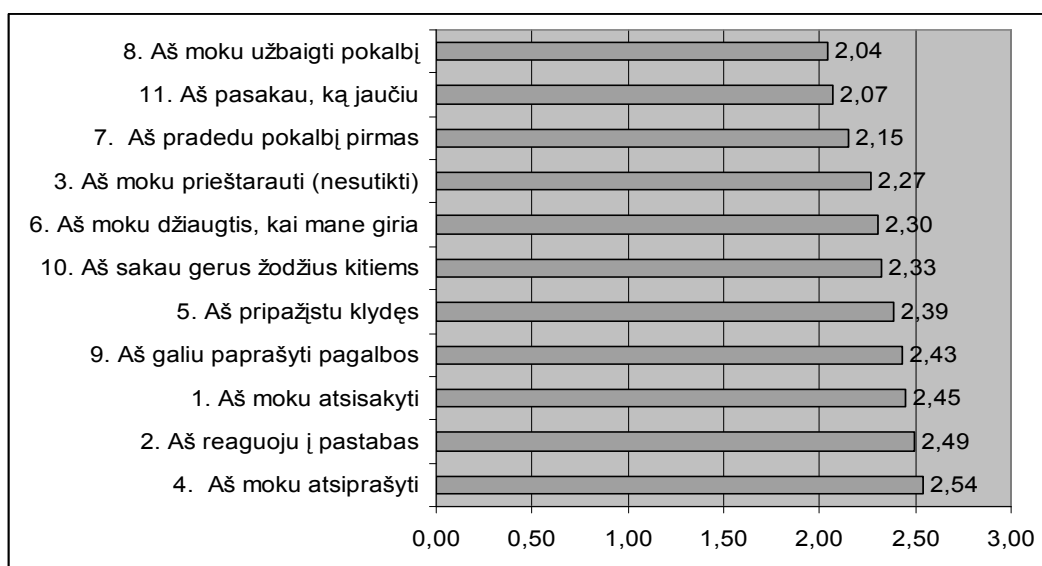
Gerus žodžius daugiau sako merginos – 55,8% iš jų tai daro visada arba dažnai; vaikinių tarpe – 48,3%. Nė vienas respondentas neturi labai žemo šio įgūdžio lygio ir tik 15 teigė retai sakantys gerus žodžius. Pagal klases aukštą ar labai aukštą šio įgūdžio lygį daugiausia turi 6 klasės moksleiviai – 30 respondentų; 7 klasės – 21 respondentas; 8 klasės – 26 respondentai. Nesportuojantys apklaustieji labiau linkę sakyti gerus žodžius kitiems – 58,6% jų tai daro visada arba dažnai; nesportuojantys – 41,3%.

Sunkiausias iš visų socialinių situacinių įgūdžių respondentams – jausmų išsakymas. Tik 49 iš visų 150 respondentų teigė visada ar dažnai pasakantys, ką jaučia. Labai žemą šio įgūdžio lygį turi dešimt vaikinų ir trys merginos. Merginos labiau linkusios išsakyti savo jausmus – 19,7% jų visada tai daro, o vaikinų tarpe tokių respondentų – tik 9,0%. Sunkiausiai savo jausmus geba išsakyti 7 klasės moksleiviai – tik 2 iš jų turi labai aukštą ir net 10 labai žemą šio įgūdžio lygį. Aukščiausias šio įgūdžio lygis tarp 8 klasės moksleivių – 24 iš jų turi labai aukštą ar aukštą ir tik vienas labai žemą įgūdžio lygį; 6 klasės moksleivių tarpe – 10 turi labai aukštą ir 2 labai žemą šio įgūdžio lygį. Pasakyti, ką jaučią labiau linkę nesportuojantys respondentai – 40,2% iš jų visada ar dažnai tai daro; sportuojančių tarpe – 22,2%.

Ištyrus socialinių situacinių įgūdžių lygį tarp moksleivių, nustatyta, kad vaikinų tarpe aukščiausią lygį turi situacinis įgūdis – mokėjimas atsiprašyti, merginų bei nesportuojančių respondentų tarpe – mokėjimas atsiprašyti ir mokėjimas džiaugtis, kai esi giriamas. Sportuojančių moksleivių aukščiausias socialinių situacinių įgūdžių lygis buvo mokėti atsiprašyti, džiaugtis, kai esi giriamas, mokėti atsisakyti bei prieštarauti (nesutikti). Mažiausias lygis buvo šių įgūdžių: mokėti pradėti bei užbaigti pokalbį bei pasakyti, ką jauti.

### 3.4.2. Socialinių situacinių įgūdžių svarba

Socialinių situacinių įgūdžių svarba buvo tiriama pagal tris svarbos kriterijus – svarbu (didelė svarba), vidutiniškai svarbu (vidutinė svarba) ir nesvarbu (maža svarba). Kiekvienam iš svarbos lygių priskirtas balas svarbos vidurkio apskaičiavimui: didelė svarba – 3 balai, vidutinė – 2 balai, maža – 1 balas. 19 pav. pavaizduotas socialinių situacinių įgūdžių svarbos vidurkių išsidėstymas (žr. 19 pav.).



19 pav. Situacinių socialinių įgūdžių svarba, vidutinis balas

Kaip matyti iš 19 pav. duomenų, svarbiausias respondentams buvo socialinis situacinis įgūdis – mokėjimas atsiprašyti. Kad šis įgūdis svarbus pažymėjo net 80,3% merginų ir 48,3% vaikinių, po 32 moksleivius iš septintų ir aštuntų klasių bei 28 šeštų klasių moksleiviai. Nesvarbus šis įgūdis tik 8 vaikinams ir 3 merginoms, iš kurių 5 šeštos, 4 septintos ir 2 aštuntos klasės moksleiviai. Mokėti atsiprašyti kiek svarbiau nesportuojantiems moksleiviams (63,2% svarba didelė) nei sportuojantiems (58,7% svarba didelė). Šis įgūdis nesvarbus tik aštuoniems nesportuojantiems ir trim sportuojantiems moksleiviams.

Pačiu nesvarbiausiu socialiniu situaciniu įgūdžiu laikomas mokėjimas užbaigti pokalbį – tik 22,5% vaikinių ir 16,4% merginų pažymėjo, kad šis įgūdis svarbus; nesvarbiu jį laikė 14 vaikinių ir 10 merginų. Šis įgūdis svarbesnis jaunesniems moksleiviams – 13 šeštokų svarba didelė; septintokams – 8, aštuntokams – 9. Svarbu mokėti užbaigti pokalbį yra 19,5% nesportuojančių ir 20,6% sportuojančių moksleivių; maža svarba – 14 nesportuojančių ir 10 sportuojančių respondentų.

Mokėti atsisakyti svarbu 48,0% respondentų, iš jų 40 vaikinių ir 32 merginos. Tai trečias pagal svarbą socialinis situacinis įgūdis. Nesvarbus šis įgūdis tik 4 vaikinams ir vienai merginai, iš kurių vienas šeštokas ir keturi septintokai. Pagal klases šis įgūdis svarbiausias 8 klasių moksleiviams – 31 svarba didelė; 6 klasės moksleiviams – 23; 7 klasės – 18 svarba didelė. Sportuojančių moksleivių tarpe mokėti atsisakyti svarbu 55,6% moksleivių ir tik vienam nesvarbu; nesportuojančių – 42,5% svarbu ir keturiem respondentams nesvarbu.

Reaguoti į pastabas svarbiau merginoms (65,6% svarbu ir tik vienai merginai nesvarbu) nei vaikinams (49,4% svarbu ir 9 vaikinams nesvarbu). Šis įgūdis antras pagal svarbą respondentams. Reaguoti į pastabas svarbiau jaunesniems moksleiviams: 33 šeštokam, 26 septintokams ir 25 aštuntokams svarba didelė. Šio įgūdžio svarba panaši sportuojantiems ir nesportuojantiems moksleiviams – svarba didelė atitinkamai 55,6% ir 56,3% respondentų; maža svarba 9 nesportuojantiems ir vienam sportuojančiam moksleiviui.

Mokėti prieštarauti, ginti savo nuomonę svarbiau vaikinams – 42,7% svarba didelė; merginų tarpe šis įgūdis 31,1% respondenčių. Pagal klases šio įgūdžio svarba panaši visiems moksleiviams: didelė svarba 19 šeštokų, 18 septintokų ir 20 aštuntokų. Sportuojantiems moksleiviams šio įgūdžio svarba didesnė – 41,3% svarba didelė ir tik 7 respondentams maža; nesportuojančių tarpe – 35,6% didelė svarba ir 10 moksleivių maža.

Prisipažinti klydus svarbu 50,7% respondentų. Šis įgūdis svarbesnis merginoms – 60,7% iš jų svarba didelė; vaikinams – 43,8%. Pagal klases įgūdis svarbiausias 6 klasių moksleiviams – 27 svarba didelė ir 4 maža; 7 klasių respondentams – 23 didelė ir 7 maža; 8 klasių

respondentams – 26 didelė ir 7 maža. Tarp nesportuojančių moksleivių svarbu pripažinti klydus 51,7% respondentų; tarp sportuojančių – 49,2%.

Mokėti džiaugtis, kai yra giriami, svarbu 41,3% respondentų; merginų tarpe - 49,2% respondenčių; vaikinių tarpe – 36,0% respondentų. Šis įgūdis mažai svarbus 10 vaikinių ir 7 merginoms; tai 6 šeštos, 8 septintos ir 3 aštuntos klasės moksleiviai, iš kurių 8 nesportuojantys ir 9 sportuojantys. Mokėti džiaugtis, kai yra giriami, svarbiau nesportuojantiems moksleiviams – 49,4% svarba didelė; sportuojantiems – 30,2 %.

Vienas nesvarbiausių socialinių situacinių įgūdžių, respondentų nuomone – pradėti pokalbį pirmam. Šis įgūdis svarbus tik 29,5% merginų ir 25,8% vaikinių; iš jų 10 šeštokų, 13 septintokų ir 18 aštuntokų. Pradėti pirmam pokalbį svarbiau nesportuojantiems moksleiviams – 28,7% svarba didelė, 13 respondentų maža; sportuojančių tarpe – 25,4% svarba didelė, penkiems moksleiviams maža.

Paprašyti pagalbos svarbiau merginoms – 63,9% merginų šis įgūdis svarbus ir tik keturioms nesvarbus; vaikinams – 41,6% svarbu ir 8 vaikinams nesvarbu. Šis įgūdis svarbesnis jaunesniems respondentams – po 27 šeštų ir septintų klasių moksleivių teigė, kad jiems įgūdis paprašyti pagalbos yra svarbus; tarp aštuntų klasių moksleivių tokių buvo 22. šis socialinis situacinis įgūdis svarbesnis nesportuojantiems respondentams – 59,8% didelė svarba; sportuojantiems – 38,1%.

Gerų žodžių sakymą kitiems svarbesniu taip pat laiko merginos – 55,6% svarba didelė; vaikinams – 34,8%. Šis įgūdis mažai svarbus 9 vaikinam ir 7 merginom, iš kurių aštuoni 6 klasės, šeši septintos klasės bei 2 aštuntos klasės moksleiviai; tai 10 nesportuojančių ir 6 sportuojantys moksleiviai. Sakyti gerus žodžius šiek tiek svarbiau nesortuojantiems apklausos dalyviams – 44,8% įgūdis svarbus; sportuojantiems – 41,3%.

Išsakyti jausmus, t.y. pasakyti, ką jaučia, gerokai svarbiau merginoms – didelė svarba 44,3% merginų ir 15,7% vaikinių. Šis įgūdis laikomas vienu mažiausiai svarbių socialinių situacinių įgūdžių. Pagal klases šis įgūdis svarbiausias aštuntų klasių moksleiviams – 19 svarba didelė; šeštų klasių moksleiviams – 13, septintų klasių – 9. Sportuojantiems moksleiviams įgūdis mažiau svarbus nei nesportuojantiems: didelė svarba pasakyti, ką jaučia, yra 33,3% nesportuojančių ir 19,0% sportuojančių respondentų.

Taigi išanalizavus socialinių situacinių įgūdžių svarbą, paaiškėjo, kad svarbiausias iš šių įgūdžių yra mokėti atsiprašyti, o mažiausiai svarbus mokėti užbaigti pokalbį. Lyginant su situacinių įgūdžių lygiu (žr. 3.4.1 skyrių), mokėjimas atsiprašyti buvo pirmoje vietoje, o užbaigti pokalbį – devintoje vietoje pagal įgūdžio lygį. Vaikinų tarpe svarbiausias socialinis situacinis įgūdis – reaguoti į pastabas, mažiausiai svarbus – pasakyti, ką jauti. Merginų tarpe svarbiausias – mokėti atsiprašyti, mažiausiai svarbus – mokėti užbaigti pokalbį. Nesportuojantiems

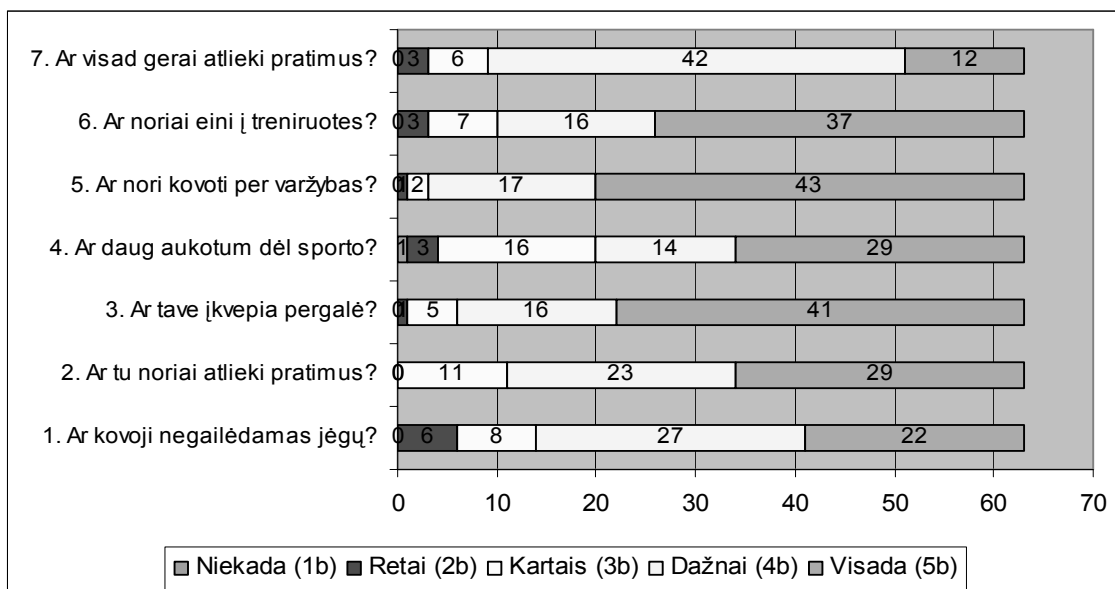
moksleiviams svarbiausia mokėti atsiprašyti bei paprašyti pagalbos; sportuojantiems respondentams svarbiausia mokėti atsiprašyti, reaguoti į pastabas bei mokėti atsisakyti.

### 3.5. Varžybiniai psichologiniai socialiniai įgūdžiai

Paskutinė anketinio tyrimo dalis buvo skirta tik bent 4 kartus per savaitę sportuojantiems moksleiviam. Buvo siekta ištirti jų gebėjimą stiprinti varžybinę motyvaciją, gebėjimą stabilizuoti emocinę būseną, pasitikėjimo savimi įgūdį bei bendravimo įgūdį. Kiekvienai iš keturių dalių buvo skirta po septynis klausimus ar teiginius, kuriuos reikėjo įvertinti, pasirenkant vieną iš atsakymo variantų: niekada (1 balas); retai (2 balai); kartais (3 balai); dažnai (4 balai); visada (5 balai). Balų vidurkis parodo, kiek stiprus atitinkamas įgūdis ar gebėjimas.

#### 3.5.1. Gebėjimas stiprinti varžybinę motyvaciją

Gebėjimas stiprinti varžybinę motyvaciją apibūdina moksleivių socialinius įgūdžius, kurie įgyjami treniruočių, bendravimo su treniruočių draugais, treneriais bei varžybų metu. 20 pav. pavaizduotas respondentų atsakymų pasiskirstymas (žr. 20 pav.).



20 pav. Gebėjimas stiprinti varžybinę motyvaciją, N

Kaip matyti iš 20 pav. pateikiamų duomenų, į daugumą klausimų apie varžybinės motyvacijos stiprinimą respondentai rinkosi variantus „visada“ arba „dažnai“, taigi visų



klausimų balai labai aukšti. Aukščiausias vidutinis balas yra noro kovoti per varžybas – 4,6 balo. Visada per varžybas pasiryžę kovoti 67,4% vaikinių ir 70,6% merginų, tai rodo stiprų moksleivių ryžtą bei tikslo siekimą. Niekomet nenorinčių kovoti per varžybas respondentų tarpe nebuvo, o variantus „retai“ arba „kartais“ pasirinko du vaikinai ir viena mergina, iš jų du šeštos ir vienas septintos klasės moksleivis.

Mažiausias vidutinis balas (4,0 balo) buvo pirmo ir paskutinio klausimų. Nors į klausimą, ar visada kovoja negailėdami savęs ir savo jėgų, 22 respondentai pasirinko atsakymą visada, tačiau retai taip kovojantys prisipažino šeši moksleiviai, iš kurių 4 vaikinai ir 2 merginos. Pagal klases retai kovoja negailėdami savęs ir savo jėgų vienas 6 klasės, du 7 klasės ir trys 8 klasės moksleiviai, tarp kurių 4 sportuojantys keturis kartus per savaitę ir po vieną sportuojantį penkis ir septynis kartus.

Kitas mažiausiai balų surinkęs klausimas – ar sportuodami respondentai visada gerai atlieka pratimus. Tai mažiausiai atsakymų „visada“ surinkęs klausimas – 12 respondentų, iš kurių 10 vaikinių ir 2 merginos. Visada gerai treniruočių pratimus atlieka vienas 6 klasės, šeši 7 klasės bei penki aštuntos klasės moksleiviai, iš kurių po 2 besitreniruojantys penkis, septynis bei devynis kartus, 5 – keturis kartus ir 1 – šešis kartus. Retai besistengiantys visus pratimus atlikti gerai teigė 3 respondentai – 2 vaikinai ir 1 mergina, po 1 iš kiekvienos klasės.

Visada noriai atliekantys jiems skirtą pratimą teigė 29 respondentai, tai 21 vaikinai ir 8 merginos, iš kurių po 11 septintokų ir aštuntokų bei 7 šeštokai. Atsakymų „niekada“ ir „retai“ nepasirinko nė vienas moksleivis, o kartais noriai atliekantys jiems skirtus pratimus teigė 8 vaikinai ir 3 merginos, iš jų 7 sportuojantys keturis kartus ir 4 sportuojantys penkis kartus per savaitę. 23 respondentai pasirinko atsakymą „dažnai“.

Antras pagal balų vidurkį klausimas – ar respondentus įkvepia pergalės (4,5 balo). 41 iš visų 63 sportuojančių respondentų teigė, kad pergalės juos visada įkvepia. Šį atsakymo variantą rinkosi 65,2% vaikinių ir 64,7% merginų. 16 respondentų teigė, kad pergalės juos įkvepia dažnai, 5 – kad kartais ir tik vienas šeštos klasės vaikinai, sportuojantis 4 kartus per savaitę, pasirinko atsakymą „retai“. Respondentų, kurių niekada neįkvėptų pergalės nebuvo.

Dėl sporto daug ką gyvenime pasiryžę paaukoti 29 respondentai, iš jų 23 vaikinai ir 6 merginos, daugiausia – aštuntos klasės moksleiviai. Tai parodo moksleivių stiprų siekį gyvenime siekti užsibrėžto tikslo link. Tik vienas septintos klasės moksleivis dėl sporto aukotų labai mažai; du vaikinai ir viena mergina – nedaug; o likusieji – vidutiniškai pasiryžę daug atsisakyti dėl sporto.

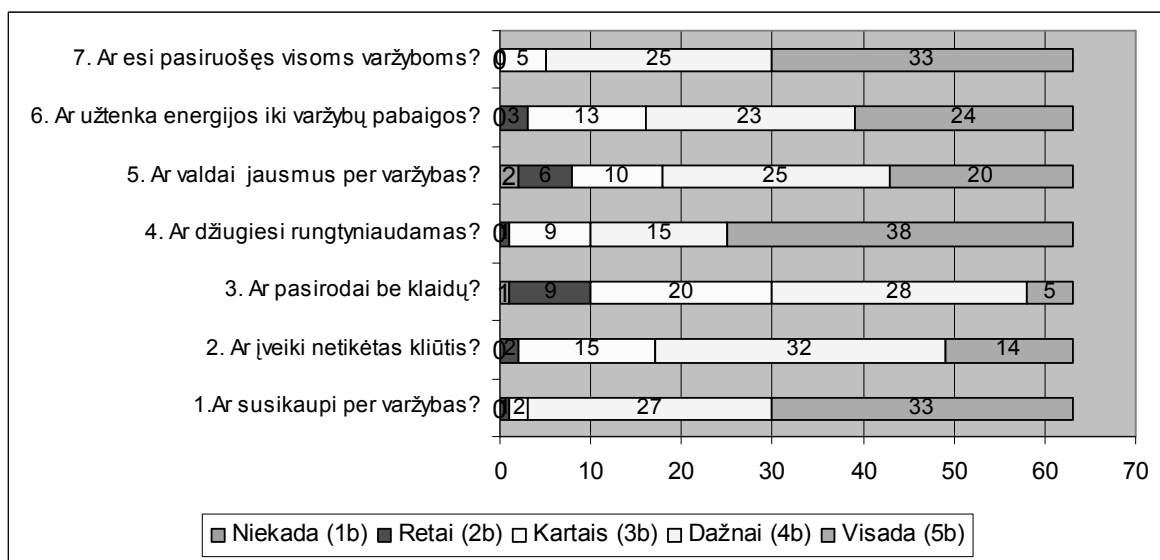
Visada noriai į treniruotes eina didžioji dalis apklausos dalyvių – 37 iš visų 63 sportuojančių, tai 27 vaikinai ir 10 merginų. Dažnai noriai į treniruotes eina 16 respondentų,

kartais noriai – 7, o retai – trys vaikinai, iš kurių du šešto ir vienas septintos klasės moksleivis, viso po vieną sportuojantys 4, 5 bei 7 kartus per savaitę.

Apibendrinant, paminėtina, kad moksleiviai labiausiai nori kovoti per varžybas, o mažiausiai stengiasi visuomet gerai atlikti pratimus. Merginas labiau nei vaikus įkvepia pergalės bei jos labiau nori eiti į treniruotes.

### 3.5.2. Gebėjimas stabilizuoti emocinę būseną

Gebėjimą stabilizuoti emocinę būseną varžybų metu apibūdina moksleivių pasiruošimas varžyboms, jausmų valdymas jų metu, sugebėjimas įveikti iškilusias kliūtis. Respondentų atsakymai pavaizduoti 21 pav. (žr. 21 pav.).



21 pav. Gebėjimas stabilizuoti emocinę būseną, N

Analizuojant apklausos dalyvių gebėjimą stabilizuoti emocinę būseną, aukščiausią vidutinį balą surinko respondentų gebėjimas susikaupti per varžybas – 4,5 balo. 33 moksleiviai teigė, kad visada gali susikaupti per varžybas, iš jų 24 vaikinai ir 9 merginos. Niekada negalinčių susikaupti respondentų nebuvo, o retai susikaupiantis teigė tik vienas šeštos klasės vaikinai, kuris sportuoja 6 kartus per savaitę.

Mažiausią vidutinį balą surinko gebėjimas be klaidų pasirodyti per varžybas – 3,4 balo. Vienas aštuntos klasės moksleivis teigė, kad per varžybas niekada nepavyksta pasirodyti be klaidų, 7 vaikinai ir 2 merginos teigė, kad tai pavyksta retai. Visada gerai per varžybas pasirodantys teigė 4 vaikinai ir 1 mergina, tai po du 6 ir 8 klasių moksleivius bei vienas 7 klasės moksleivis.

Kad visada pavyksta įveikti netikėtas kliūtis teigė 11 vaikinių ir 3 merginos, tai po 5 šeštos ir septintos klasės bei 4 aštuntos klasės moksleiviai. Respondentų, kuriems niekada nepavyktų įveikti netikėtų kliūčių nebuvo, o retai tai padaro po vieną šeštoką ir septintoką, kurie sportuoja po 4 kartus per savaitę. Vidutinis šio gebėjimo balas – 3,9.

Galimybė rungtyniauti visada džiugina daugiau nei 60 proc. sportuojančių respondentų: 27 vaikus ir 11 merginų. Niekada tuo nesidžiaugiančių respondentų nebuvo, o retai besidžiaugiantis galimybe rungtyniauti varžybų metu teigė tik vienas septintos klasės moksleivis. Šis klausimas užima 2-3 vietą pagal balų vidurkį – 4,4 balo.

Savo jausmus, emocijas varžybų metu visuomet geba valdyti tik 20 iš 63 sportuojančių respondentų, iš jų 15 vaikinių ir 5 merginos. Niekada to padaryti nesugeba du septintos klasės vaikinai, o retai – penki vaikinai ir viena mergina, tai po tris 7 ir 8 klasių moksleivius. Atsakymus „niekada“ ir „retai“ rinkosi moksleiviai, kuria sportuoja 4-7 kartus per savaitę. Vidutinis jausmų valdymo varžybų metu balas – 3,9 .

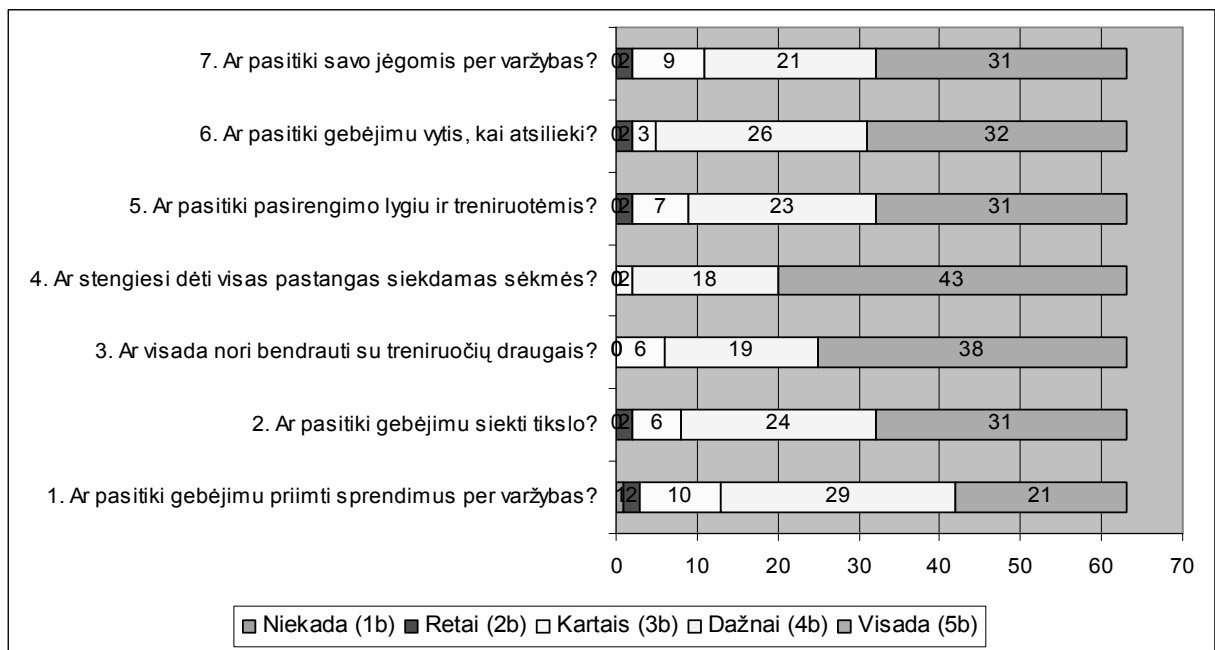
24 respondantai teigė, kad jiems visuomet užtenka energijos iki varžybų pabaigos: 39,1% respondentų vaikinių ir 35,3% merginų. Moksleivių, kuriems niekada neužtenka energijos pabaigti varžybas, nebuvo, o 1 vaikinai ir 2 merginos iš 6-7 klasių retai varžybas baigia taip pat energingai, kaip ir pradėjo; visi trys moksleiviai sportuoja po 4 kartus per savaitę.

Vienas iš aukščiausių balų surinkusių klausimų – ar moksleiviai yra pasiruošę kiekvienoms varžyboms – vidutiniškai 4,4 balo. Niekada ar tik retai pasiruošiančių kiekvienoms varžyboms moksleivių nebuvo, o kartais nepasiruošiantys teigė 3 vaikinai ir 2 merginos, visi sportuojantys 4-6 kartus per savaitę. Visada pasiruošia varžyboms 54,3% sportuojančių respondentų vaikinių ir 47,1% merginų.

Taigi moksleiviai labiausiai geba susikaupti varžybų metu, o sunkiausia jiems be klaidų pasirodyti per varžybas. Merginos geriau nei vaikinai geba valdyti savo jausmus varžybų metu bei geba labiau susikaupti per varžybas.

### **3.5.3. Pasitikėjimo savimi įgūdis**

Pasitikėjimą savimi parodo moksleivių gebėjimas vyti per varžybas, pasitikėti savo treniruotėmis, gebėjimas siekti tikslo, priimti svarbius sprendimus per varžybas. Respondentų atsakymai apie pasitikėjimą savimi pateikiami 22 pav. (žr. 22 pav.).



22 pav. Pasitikėjimo savimi įgūdis, N

Analizuojant respondentų pasitikėjimo savimi įgūdį, nustatyta, kad labiausiai moksleiviai stengiasi dėti visas pastangas, siekdami sėkmės (vidutinis balas 4,7). Nebuvo nė vieno moksleivio, kuris niekada ar retai stengtųsi dėti visas pastangas varžydamasis; kartais tai darantys teigė 2 vaikinai, sportuojantys po 4 kartus per savaitę. Net 31 iš 46 sportuojančių vaikinių ir 12 iš 17 merginų visada deda pastangas siekdami sėkmės.

Mažiausią vidutinį balą surinko sportuojančių moksleivių gebėjimas priimti svarbius sprendimus varžybų metu – 4,1 balo. Tai rodo, kad atsakingais momentais moksleiviai nevisada pasiryžę priimti sprendimus ir tai linkę perleisti savo treneriams ar kitiems asmenims. 1 šeštos klasės moksleivis teigė, kad niekada nepasitiki savo gebėjimu priimti sprendimus, o 2 vaikinai – kad retai. Visada pasitiki šiuo savo gebėjimu 16 vaikinių ir 5 merginų, iš jų 5 šeštos, 9 septintos ir 7 aštuntos klasės moksleiviai.

Savo gebėjimu siekti užsibrėžto tikslo visada pasitiki 43,5% vaikinių ir 64,7% sportuojančių merginų. Retai šiuo gebėjimu pasitiki po vieną 6 ir 7 klasių moksleivį, kurie sportuoja po 4 kartus per savaitę. Niekada šiuo gebėjimu nepasitikinčių moksleivių nebuvo. Vidutinis šio gebėjimo balas – 4,3.

Bendrauti su savo treniruočių draugais pasiryžę dauguma apklaustų moksleivių: visada tai darantys teigė 25 vaikinai ir 13 merginų; dažnai – 16 vaikinių ir 3 merginų; kartais 5 vaikinai ir 1 mergina. Retai ar niekada nepasiryžusių bendrauti su treniruočių draugais moksleivių nebuvo. Vidutinis šio klausimo balas – 4,5 (II vieta).

Savo pasirengimu bei treniruotėmis visada pasitiki kiek mažiau nei pusė sportuojančių moksleivių – 31 iš 63; 27 iš jų vaikinai ir 4 merginos. Merginos mažiau pasitiki savo

pasirengimu nei vaikinai. Niekada nepasitikinčių savo pasirengimu moksleivių nebuvo, o retai tai darantys pripažino po vieną vaikina iš 7 ir 8 klasių. Vidutinis šio klausimo balas – 4,3.

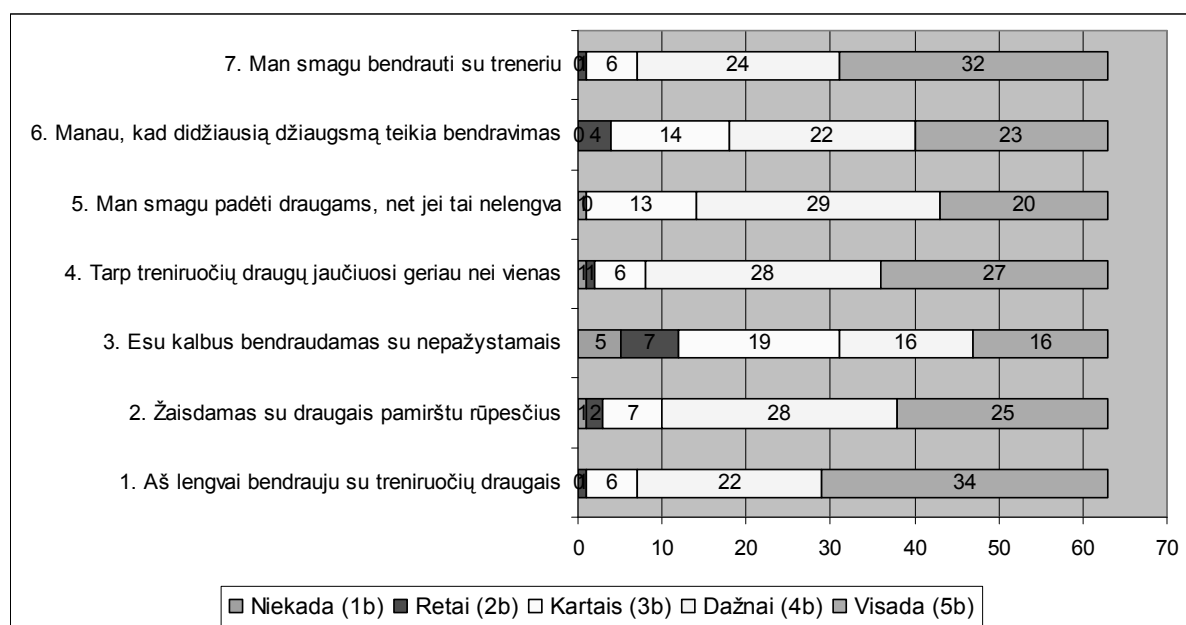
Gebėjimu vyti, kai yra atsilikę per varžybas, visada pasitiki 25 vaikinai ir 8 merginos, tai daugiausia 7 klasės moksleiviai. Niekada nepasitikinčių šiuo gebėjimu moksleivių nebuvo, o retai pasitikintys teigė vienas vaikinai ir viena mergina iš 7-8 klasių. Vidutinis balas – 4,4.

Savo jėgomis per varžybas visada pasitiki pusė sportuojančių respondentų vaikinių ir 47,1% merginų, niekada nepasitikinčių savo jėgomis moksleivių nėra, o retai – po vieną vaikina ir mergina iš 7-8 klasių, šie moksleiviai sportuoja po 4-5 kartus per savaitę. Vidutinis pasitikėjimo savo jėgomis per varžybas balas – 4,3.

Taigi moksleiviai labiausiai stengiasi dėti pastangas varžybų metu, siekdami sėkmės, o mažiausiai pasitiki gebėjimu priimti svarbius sprendimus per varžybas. Vaikinai labiau nei merginos pasitiki savo gebėjimu vyti, kai yra atsilikę bei pasitiki savo jėgomis per varžybas, o merginos labiau pasiryžusios bendrauti su treniruočių draugais bei stengiasi dėti visas pastangas sėkmei pasiekti.

### 3.5.4. Bendravimo įgūdžiai

Bendravimo įgūdžiai parodo respondentų gebėjimus bendrauti su treneriu bei treniruočių draugais, nepažįstamais žmonėmis. Respondentų atsakymai apie bendravimo įgūdžius pateikiami 23 pav. (žr. 23 pav.).



23 pav. Bendravimo įgūdis, N

Svarbiausi ir labiausiai išvystyti sportuojančių respondentų bendravimo įgūdžiai: lengvas bendravimas su treniruočių draugais bei treneriu (vidutinis balas – 4,4). Tai, jog visada lengvai bendrauja su treniruočių draugais, teigė 25 respondantai vaikinai bei 9 merginos. Sunkiai bendraujančių su treniruočių draugais moksleivių nebuvo, o retai lengvai bendrauja vienas septintos klasės moksleivis, kuris sportuoja 4 kartus per savaitę.

Daugiau nei pusė (32 iš 63 respondentų) sportuojančių apklaustų moksleivių teigė, kad jiems visada smagu bendrauti su treneriu – tai 23 vaikinai ir 9 merginos. Moksleivių, kuriems niekada nebūtų smagu bendrauti su treneriu, nebuvo, o retai smagu – vienam septintos klasės moksleiviui.

Sunkiausias iš bendravimo įgūdžių moksleiviams – bendravimas su nepažįstamais žmonėmis. Visada kalbūs bendraudami su nepažįstamais žmonėmis yra tik 11 vaikinių ir 5 merginų. Niekada nesantys kalbūs teigė 4 vaikinai ir viena mergina, iš jų – keturi 6 ir vienas 7 klasės moksleivis. Retai su nepažįstamais kalbūs būna 6 vaikinai ir viena mergina. Vidutinis klausimo balas – 3,5.

Visada žaisdami su draugais visus rūpesčius pamiršta 25 iš 63 sportuojančių respondentų: 15 vaikinių ir 10 merginų. Niekada nepamirštantis rūpesčių teigė tik vienas šeštos klasės moksleivis, kuris sportuoja 4 kartus per savaitę, o retai pamiršta rūpesčius po viena šeštos ir septintos klasės moksleivį. Vidutinis šio bendravimo įgūdžio balas – 4,2.

Tai, kad tarp treniruočių draugų visada geriau jaučiasi nei būdami vieni teigė 42,9% apklaustų sportuojančių moksleivių: iš jų 18 vaikinių ir 9 merginų. Niekada taip nesijaučiantis teigė vienas šeštos klasės moksleivis, o retai taip jaučiasi viena mergina iš aštuntos klasės. Vidutinis klausimo balas – 4,3.

Draugams padėti sunkioje situacijoje yra linkę nedaug moksleivių. Tai, kad jiems visada smagu padėti draugams, net jei tai daryti nelengva, teigė 20 respondentų: 11 vaikinių ir 9 merginų. Niekada tai daryti nėra smagu vienam septintos klasės moksleiviui, kuris sportuoja 4 kartus per savaitę. Vidutinis balas – 4,1.

Tik 23 iš 63 sportuojančių moksleivių mano, kad didžiausią džiaugsmą gyvenime visada teikia bendravimas. Manančių, kad tai niekada neteikia džiaugsmo, respondentų nebuvo, o manančių, kad bendravimas retai teikia džiaugsmą buvo keturi moksleiviai: 3 vaikinai ir 1 mergina, iš jų – po vieną 6 ir 8 klasės moksleivį bei 2 moksleiviai iš 7 klasės. Vidutinis balas – 4,0. Merginų bendravimo įgūdžiai išvystyti labiau nei vaikinių, jos lengviau bendrauja su treniruočių draugais, treneriais bei nepažįstamais žmonėmis, geriau jaučiasi tarp draugų nei būdamos vienos. Svarbiausiais bendravimo įgūdžiais respondantai laiko bendravimą su treniruočių draugais bei treneriais, o mažiausiai svarbiu – būti kalbiam su nepažįstamais žmonėmis.

## IŠVADOS

1. Tyrimo rezultatai parodė, kad iš 150, 6-8 klasių, apklaustųjų sportuoja 63 moksleiviai, iš jų 46 vaikinai ir 17 merginų. Intensyviausiai sportuoja 8 klasių moksleiviai - vidutiniškai po 5,62 karto per savaitę;
2. Daugiausia iš sportuojančių apklaustųjų lanko krepšinio treniruotes – 12, regbio – 10, baseiną – 9, futbolą – 5, šokių studiją, žoles riedulį bei sunkiąją atletiką – po 4, lauko tenisu, dziudo, BMX dviračių sportu užsiimančių yra po 3 respondentus, lengvąją atletiką bei orientacinį sportą turizmo centre lanko po 2 respondentus;
3. Tiriant socialinį ekspresyvumą, nustatyta, kad vaikinai ir sportuojantys moksleiviai būdami didelėje grupėje žmonių yra komunikabilesni bei lengviau apgina savo nuomonę. Sportuojantys moksleiviai yra linkę daugiau kalbėtis, bendrauti nei nesportuojantys, jie yra ryžtingesni ir mėgsta dominuoti užmezgant santykius su nepažystamais žmonėmis;
4. Tiriant emocinį ekspresyvumą paaiškėjo, kad 52,8% vaikinių ir 31,1% merginų stengiasi niekada negadinti nuotaikos aplinkiniams, net jei jų pačių nuotaika bloga. Emociškai jautresni - nesportuojantys moksleiviai, jie greičiau susigėsta, yra jautresni kitų atžvilgiu. Niekada greitai nesusigėstantys, o tai reiškia labai pasitikintys savimi, teigė 19 vaikinių ir 4 merginos, iš jų 11 nesportuojančių ir 12 sportuojančių moksleivių;
5. Niekada ar retai gebantys nuslėpti jausmus teigė 26,4% nesportuojančių ir 25,3% sportuojančių moksleivių. Iškilus sunkumams, kaip su jais susitvarkyti, visada sugalvoja 42 iš visų apklaustųjų: 29 vaikinai ir 13 merginų, t.y 74,6% sportuojantys ir 58,6% nesportuojantys moksleiviai. Tai parodo respondentų savarankiškumą;
6. Išanalizavus dorovinių socialinių įgūdžių lygį, galima teigti, kad labiausiai respondentai stengiasi būti atsakingi, t.y. laikytis duoto žodžio, atsakyti už savo padarytus veiksmus (68,3% sportuojantys, 57,5% nesportuojantys) ir nekeršyti ( sportuojantys 34,9% , nesportuojantys 28,7%. );
7. Ištyrus socialinių situacinių įgūdžių lygį tarp sportuojančių moksleivių nustatyta, kad aukščiausias lygis buvo socialinių situacinių įgūdžių mokėti atsiprašyti (47 iš 63 sportuojančių , 69 iš 87 nesportuojančių respondentų), džiaugtis, kai esi giriamas (82,7% sportuojančių, nesportuojančių 74,6%) ir mokėti atsisakyti bei prieštarauti (sportuojančių 34,9% , nesportuojančių – 21,8%). Mažiausias lygis buvo šių įgūdžių: sugebėti pradėti pokalbį (nesportuojančių 38,1%, o sportuojančių 31,0%), užbaigti pokalbį

- (nesportuojančių – 46,0%, o sportuojančių – 44,8%) bei pasakyti, ką jauti (nesportuojantys 40,2% , sportuojantys 22,2%);
8. Tiriant socialinių situacinių įgūdžių svarbą, paaiškėjo, kad nesportuojantiems moksleiviams svarbiausia mokėti atsiprašyti bei paprašyti pagalbos. Sportuojantiems respondentams svarbiausia mokėti atsiprašyti, reaguoti į pastabas bei mokėti atsisakyti;
  9. Analizuojant varžybinių psichologinių socialinių įgūdžių - gebėjimą stiprinti varžybinių motyvaciją matome, kad moksleiviai labiausiai nori kovoti per varžybas (4,6 balo), juos įkvėpia pergalės (4,5 balo). Mažiausiai sportininkai stengiasi gerai atlikti pratimus (12 iš 63). Merginas labiau nei vaikus įkvėpia pergalės bei jos labiau nori eiti į treniruotes;
  10. Gebėjimo stabilizuoti emocinę būseną analizė parodė, kad sportuojantys moksleiviai labiausiai geba susikaupti varžybų metu (4,5 balo) ir yra visada pasiruošę varžyboms (4,4 balo), o sunkiausia jiems išvengti klaidų varžybų metu. Merginos geriau nei vaikinai geba susikaupti bei valdyti savo jausmus varžybų metu;
  11. Analizuojant sportuojančių pasitikėjimo savimi įgūdžių matome, kad labiausiai jie stengiasi dėti pastangas varžybų metu, siekdami sėkmės, o mažiausiai pasitiki gebėjimu priimti svarbius sprendimus per varžybas. Vaikinai labiau nei merginos pasitiki savo gebėjimu vyti, kai yra atsilikę bei pasitiki savo jėgomis per varžybas, o merginos siekiant pergalės labiau pasiryžusios bendrauti su treniruočių draugais;
  12. Iškelta hipotezė, kad sportuojančių vaikų socialinių įgūdžių lygis aukštesnis nei nesportuojančių vaikų iš dalies pasiteisino. Nors kai kuriuose atsakymuose sportuojančių rezultatai nebuvo daug aukštesni, o kai kur net mažesni, galime daryti prielaidą, kad ateityje kartojant tyrimą rezultatai būtų gerokai aukštesni. 6-8 klasių moksleivių socialinių įgūdžių piramidė tokiame amžiuje dar tik formuojasi ir tvirtinasi, tad būtent šiuo, pereinamuoju laikotarpiu, sportas yra puiki priemonė padedanti šiuos įgūdžius įsisavinti kuo giliau ir naudingiau.



## LITERATŪRA

1. Arnold, P. (1994). Sport and moral education. *Journal of Moral Education*, 23, p. 75-90.
2. Argyle, M. (1972). *The Psychology of interpersonal behavior*. London: Cox and Wyman Ltd.
3. Bakutytė, R. (1999). Vaiko pozityvus požiūris į veiklą - humaniškumo ugdymo pamatas. *Acta Paedagogica Vilnensia*. 6, 45-53.
4. Bandura A.(1986). *Social foundation of thought and action : A social – cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
5. Binder, B. (1999) Psychosocial benefits of the martial arts: Myth or reality? A Literature Review.
6. Boutcher, S. H., Rotella, R. J.(1987) , Apsychological skills educational program for closed-skill performance enhancement// *The sport Psychologist*. – 1987, No. 1, p. 200-2007.
7. Bulotaitė, L., Gudžinskienė, E. (2003). *Gyvenimo įgūdžių ugdymas*. Vilnius: Baltijos kopija.
8. Butkus, F. S. (1999). *Organizacijos ir vadyba*. Vilnius. Alma litera
9. Conroy, D. E., Silva, M, J., Newcomer, R. R., Walker, B, W., Johnson, M. S. (2001). Personai and Participatory Socializers of the Perceived Legitimacy of Aggressive Behavior in Sport. *Aggressive Behavior*, 27, 405 - 418.
10. Covrig, D. M. (1996). Sport, fair play, and children's concepts of fairness. *Journal for a Just & Caring Education*, 2 (2), 263-283.
11. Daukšienė, D., Gudžinskienė, V. (2002). Socialinių įgūdžių ugdymas./ “Žvirblių takas”(2002). Nr.1, p.2-6.
12. Elliott S.N., Gresham, F.M.(1991). *Social skills intervention guide: Practical strategies for social skills training- Circle Pines: American Guidance*.
13. Girdzijauskienė, S., Šimelionienė, A. (1996). Socialinių įgūdžių lavinimas pradžios mokykloje. / “Žvirblių takas” (1996). Nr. 4. p. 2-27.
14. Goldstein A. P., Pentz M.A. (1984). Psychological skills training and the aggressive adolescent // *School Psychology Review*. No13, p. 311-323.
15. Grakauskaitė, V., Kropaitė, N. (2004). Moksleivių socialinių įgūdžių ugdymas./ “Žvirblių takas. Nr. 4. p.15-19
16. Holbourn, A.H.S.(1943).Mechanics of head injuries. *Lancet* 2: 438-441.
17. Karamitsos E., Pejčić B.(1998).*Karatė pagrindai*. Kaunas: Tyrai.

18. Karoblis P.(2003). Jaunojo sportininko treniruotė. Vilnius: Lietuvos sporto informacijos centras.
19. Karoblis P. (1999). Sporto treniruotės teorija ir didaktika. Vilnius: egalda
20. Karoblis P.(2003). Jaunojo sportininko treniruotė. Vilnius: Lietuvos sporto informacijos centras.
21. Kemerienė, S., Mazūrienė, R., Petronis, A., Sadauskienė, A. (2001). Socialinių įgūdžių ugdymo vadovas, Vilnius.
22. Krawczyk, Z.(1990). Sport and humanism. Aspects of an analysis. World congress of sociology, Spain.
23. Martens, R. (1999). Sporto psichologijos vadovas treneriui. Vilnius: Lietuvos sporto informacijos centras.
24. Martens, R. (1993). Psychological perspectives. In B.R. Ohill & A.J. Pearl (Eds.), *Intensive participation in children's sports* (p. 9-18), Champaign, IL: Human Kinetics.
25. Malinauskas, R.(2001). Sporto pedagogų dorovinių veiklos bruožų vertinimas socialinio rengimo kontekste. Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas, 1 (38), 38 - 43.
26. Malinauskas R.( 2004) Esminiai socialiniai įgūdžiai ir jų vertinimas (remiantis sporto pedagogų tyrimo duomenimis). Ugdymo psichologija, p.11-12:197-201.
27. Malinauskas R.(2006).Sporto pedagogų ir sportininkų socialinio psichologinio rengimo ypatumai. Monografija, Vilnius.
28. Miškinis K. (2006). Trenerio pagalbininkas.Vilnius: Lietuvos sporto informacinis centras.
29. Riggio, R. E., Friedman, H. S. (1982). The interrelationships of self-monitoring factors, personality, traits and nonverbal social skills. *J Nonverbal Beh*, 1982;7:33–45.
30. Shepherd, G. (1983). Sočiai skills training with adults. In: S. Spence and G. Shepherd (Eds.), *Developments in sočiai skills training*. London: Academic Press.
31. Stephens, D. E. (2001). Predictors of aggressive tendencies in girls' basketball: An examination of beginning and advanced participants in a summer skills camp. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 72 (3), 257 - 266.
32. Stonkus S (2000). Sportas bendrosios kultūros dalis. Būk stipri ir dora Lietuva! Respublikinės mokslinės – praktinės konferencijos tezės: Kaunas: LKKA. P . 7 – 11
33. Sugiyama, Y. (1999). The effect of basic social skills and psychological competitive ability on competitive social skills. In the Dawn of the New Millennium. Proceedings of the 10th World Congress of Sport Psychology, Vol. 3 (pp. 81-82). Thessaloniki: Christodoulity Publications.

34. Šniras, Š. (2001). Žaidžiančių krepšinių moksleivių socialinių įgūdžių svarba ir lygis. *Sporto mokslas*, 4 (26), 42-46.
35. Šniras, Š. (2002). Žaidžiančių krepšinių moksleivių dorovinių-socialinių įgūdžių ypatumai. *Pedagogika*, 58, 123 - 129.
36. Šniras, Š. (2004). Krepšinių žaidžiančių moksleivių situaciniai socialiniai įgūdžiai trenerio ir komandos draugų akimis. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 2 (52), 79 - 84.
37. Šniras, Š., Malinauskas, R. (2004a). Žaidžiančių krepšinių moksleivių dorovinių įgūdžių ypatumai. *Ugdymo psichologija*, 11-12, 119 – 124
38. Šniras, Š., Malinauskas, R. (2004b). The peculiarities of moral skills of basketball - playing schoolchildren. *Sport Training in Interdisciplinary Scientific Researches. Faculty of Management Technical University of Czestochowa. Czestochowa*, 279 - 284.
39. Šniras, Š., Malinauskas, R. (2006). *Moksleivių socialinių įgūdžių ugdymas*. Kaunas: LKKA
40. Šniras, Š.(2005).Krepšinio sporto mokyklų moksleivių socialinių įgūdžių ugdymo ypatumai: daktaro disertacija. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija.
41. Šukys S.(2005). Socialiniai, etiniai sporto aspektai. Kaunas LKKA.
42. Vaičekauskaitė, V.(2008). Socialinės kontrolės teorija. Vilnius
43. Vaitkevičius, J.(1995). Socialinės pedagogikos pagrindai. Vilnius:Elgada.
44. Vealey R. S. Current status and prominent issues in sport psychology interventions// *Medicine and Science in Sports and Exercise*.- 1994, No. 26, p. 495-502.
45. Vorweg, M.(1980). *Socialpsychologie*. Berlin: DVW.
46. Žukauskienė, R.(2006).Ugdymas.Kūno kultūra. *Sportas* Nr 4(63); 118-11 Nr47; Recenzijos.
47. Столяров, В. И. (1999). Олимпийская педагогика и теория олимпийской культуры как новые научные и учебные дисциплины. *Теория и практика физической культуры*, 10, 47 - 52.
48. Столяров, В. И., Самусенкова, В. И. (1996). Современный спорт как феномен культуры и путь его интеграции с искусством. *Спорт и искусство: альтернатива-единство-синтез*. Москва. С. 49-164.

## PRIEDAI

### 1 PRIEDAS

*Aš, Simona Jasevičiūtė, ŠU, kūno kultūros ir sporto edukologijos magistro II kurso studentė. Atlieku tyrimą apie socialinius įgūdžius. Anketa anoniminė. Iš anksto dėkoju už atsakymus.*

Klausimai: ( teisingą atsakymą apibraukite)

**1. Jūsų lytis?**

- a) Vyras
- b) Moteris

**2. Kokioje klasėje mokaisi?**

- a) 6 klasė
- b) 7 klasė
- c) 8 klasė

**3. Ar Tu sportuoji?**

- a) Taip
- b) Ne

**4. Jei taip, tai ką sportuoji? ( Būrelio pavadinimas)**

.....

**5. Kiek kartų per savaitę Tu sportuoji? Kiek laiko trunka treniruotė?**

.....

**1. Dorovinių socialinių įgūdžių tyrimo anketa.** Atsakyk, ar stengiesi paguosti kitus, padėti kitiems ir pan. Perskaitęs nurodyk kiekvienoje eilutėje Tau tinkamiausią atsakymą ir pažymėk jį ženklu "X".

Doroviniai socialiniai įgūdžiai	Dorovinių socialinių įgūdžių lygis		
	Nelabai stengiuosi (žemas)	Vidutiniškai stengiuosi (vidutinis)	Stengiuosi (aukštas)
Paguosti			
Padėti			
Neapsimetinėti			
Neapgaužinėti			
Nežeminti			
Nekeršyti			
Laikytis duoto žodžio			
Atsakyti už savo veiksmus			

Kaip manai, kiek Tau svarbus šie įgūdžiai? Perskaitęs nurodyk kiekvienoje eilutėje Tau tinkamiausią atsakymą ir pažymėk jį ženklų "X".

Doroviniai socialiniai įgūdžiai	Įgūdžių svarba		
	Man nelabai svarbu (maža)	Man vidutiniškai svarbu (vidutinė)	Man svarbu (didelė)
Paguosti			
Padėti			
Neapsimetinėti			
Neapgaužinėti			
Nežeminti			
Nekeršyti			
Laikytis duoto žodžio			
Atsakyti už savo veiksmus			

**2. Esminių socialinių įgūdžių tyrimo anketa.** Atidžiai perskaityk pateiktus teiginius ir pažymėk ženklų X vietą, kuri, Tavo manymu, Tau labiausiai tinka.

Teiginys	Niekada	Retai	Kartais	Dažnai	Visada
1. Kai mano nuotaika bloga, aš ją sugadinu ir draugams					
2. Pokalbiuose su draugais aš tampa svarbiausiu žmogumi					
3. Aš atvirai reiškiu savo jausmus					
4. Aš greitai susigėstu					
5. Žmonės man dažnai sako, kad aš esu jautrus ir supratingas					
6. Kiti žmonės beveik niekada neįstengia nuo manęs nuslėpti savo tikrųjų jausmų					
7. Aš stengiuosi užjausti nusiminusį draugą					
8. Aš galiu nuslėpti savo tikruosius jausmus beveik nuo visų					
9. Aš puikiai sugebu apsimesti ramiu, net jei esu labai sutrikęs, sukřestas					
10. Kai man labai nepatinka kokias nors veiklas, aš galiu prisiversti elgtis taip lyg man būtų malonu					

11. Jeigu iškyla sunkumą, sugalvoju kaip su jais susitvarkyti					
12. Būdamas didelėje žmonių grupėje aš nesidroviu kalbėti					
13. Aš dažniausiai labai daug kalbu					
14. Pakeliui i namus ar iš namų aš pirmas prakalbinu draugą					
15. Man lengva apginti savo nuomonę					
16. Aš per daug jaudinuosi dėl to, ką man sako kiti žmonės					
17. Aš dažnai išgyvenu, kad žmonės ne taip supranta tai, ką aš jiems sakau					
18. Aš žinau elgesio taisykles, kurių privalau laikytis					
19. Mane augindami tėvai visada pabrėždavo kultūringo elgesio svarbą					
20. Man labai lengva prisitaikyti prie visokiausių reikalavimų					
21. Kai aš esu grupėje draugų, pritampu prie jų					
22. Aš puikiai sutariu su įvairiais žmonėmis					

**3. Situacinių socialinių įgūdžių lygio tyrimo anketa.** Atidžiai perskaityk pateiktus teiginius ir pažymėk ženklų X vietą, kuri, Tavo manymu, labiausiai atitinka Tavo įgūdžių lygį.

<b>Teiginys</b>	Niekada	Retai	Kartais	Dažnai	Visada
1. Aš moku atsisakyti					
2. Aš reaguojau į pastabas					
3. Aš moku prieštarauti (nesutikti)					
4. Aš moku atsiprašyti					
5. Aš pripažįstu klaidę					
6. Aš moku džiaugtis kai mane pagiria					
7. Aš pradėdau pokalbį pirmas					
8. Aš moku užbaigti pokalbį					
9. Aš galiu paprašyti pagalbos					
10. Aš sakau gerus žodžius kitiems					
11. Aš pasakau ką jaučiu					

**Situacinių socialinių įgūdžių svarbos tyrimas.** Atidžiai perskaityk pateiktus socialinius įgūdžius. Perskaitęs nurodyk kiekvienoje eilutėje Tau tinkamiausią atsakymą ir pažymėk jį ženklų "x".

<b>Socialiniai įgūdžiai</b>	<b>Socialinių įgūdžių svarba</b>		
	Man svarbu (didelė)	Vidutiniškai svarbu (vidutinė)	Man nesvarbu (maža)
Mokėti atsisakyti			
Reaguoti į pastabas			
Mokėti prieštarauti			
Atsiprašyti			
Pripažinti klaidę			
Mokėti džiaugtis būti pagirtam			
Pradėti pokalbį			
Pokalbėti apie ką nors			
Mokėti užbaigti pokalbį			
Paprašyti pagalbos			
Sakyti gerus žodžius			
Pasakyti ką jauti			



**JEI TU SPORTUOJI 4 KARTUS PER SAVAITE, TĖSK ANKETĄ PILDYTI TOLIAU**



**4. Varžybinių socialinių psichologinių įgūdžių tyrimas. Sugebėjimo didinti varžybines motyvacijas tyrimo anketa.** Atidžiai perskaityk pateiktus teiginius ir pažymėk ženklą X vietą, kuri, Tavo manymu, Tau labiausiai tinka.

<b>Teiginys</b>	Niekada	Retai	Kartais	Dažnai	Visada
1. Ar tu kovoji negailėdamas savęs ir savo jėgų?					
2. Ar tu noriai atlieki tau skirtą pratimą?					
3. Ar tave įkvepia pergalė?					
4. Ar Tu pasiryžęs daug ką gyvenime paaukoti dėl sporto?					
5. Ar Tu nori kovoti per varžybas?					
6. Ar Tu noriai eini į treniruotes?					
7. Ar Tu visuomet gerai atlieki pratimus?					

**Įgūdžio stabilizuoti emocinę būseną tyrimo anketa.** Atidžiai perskaityk pateiktus teiginius ir pažymėk ženklą X vietą, kuri, Tavo manymu, Tau labiausiai tinka.

<b>Teiginys</b>	Niekada	Retai	Kartais	Dažnai	Visada
1. Ar Tu gali susikaupti per varžybas?					
2. Ar Tau pavyksta įveikti netikėtas kliūtis?					
3. Ar pavyksta pasirodyti be klaidų per varžybas?					
4. Ar Tave džiugina galimybė rungtyniauti?					
5. Ar Tu valdai savo jausmus varžybų metu?					
6. Ar Tu visuomet užtenka energijos iki varžybų pabaigos?					
7. Ar Tu esi pasiruošęs kiekvienoms varžyboms?					

**Pasitikėjimo savimi tyrimo anketa.** Atidžiai perskaityk pateiktus teiginius ir pažymėk ženklą X vietą, kuri, Tavo manymu, Tau labiausiai tinka.

<b>Teiginys</b>	Niekada	Retai	Kartais	Dažnai	Visada
1. Ar Tu pasitiki savo gebėjimu priimti svarbius sprendimus varžybų metu?					
2. Ar Tu pasitiki savo gebėjimu siekti užsibrėžto tikslo?					
3. Ar Tu visada pasiryžęs bendrauti su savo treniruočių draugais?					
4. Ar Tu stengiesi dėti visas pastangas siekdamas sėkmės?					
5. Ar Tu pasitiki savo pasirengimo lygiu ir treniruotėmis?					
6. Ar pasitiki savo gebėjimu vyti, kai esi atsilikęs?					
7. Ar Tu pasitiki savo jėgomis per varžybas?					

**Bendravimo įgūdžių tyrimo anketa.** Atidžiai perskaityk pateiktus teiginius ir pažymėk ženklų X vietą, kuri, Tavo manymu, Tau labiausiai tinka.

<b>Teiginys</b>	Niekada	Retai	Kartais	Dažnai	Visada
1. Aš lengvai bendrauju su treniruočių draugais					
2. Žaisdamas su draugais pamirštu visus rūpesčius					
3. Esu kalbus, bendraudamas su nepažystamais žmonėmis					
4. Tarp treniruočių draugų jaučiuosi geriau nei būdamas vienas					
5. Man smagu padėti draugams, net jei nelengva tai daryti					
6. Manau, kad didžiausią džiaugsmą gyvenime teikia bendravimas					
7. Man smagu bendrauti su treneriu					



## Empirinio tyrimo respondentų atsakymai

1-5 klausimai								
KLAUSIMAS		Vaikinai	Merginos	6 kl.	7 kl.	8 kl.	Sportuoją	Nesportuoją
1. LYTIS	Vaikinai	89						
	Merginos		61					
2. KLASĖ	6 kl.	32	18	50				
	7 kl.	31	19		50			
	8 kl.	26	24			50		
3. AR SPORTUOJA?	TAIP	76	44	41	35	44	120	
	NE	13	17	9	15	6		30
4. KIEK KARTŲ PER SAVAITĘ SPORTUOJA?	0	13	17	9	15	6		30
	1	1	0	1	0	0		1
	2	6	7	8	1	4		13
	3	23	20	15	14	14		43
	4	23	8	10	13	8	31	
	5	10	4	3	2	9	14	
	6	7	3	3	4	3	10	
	7	4	0	1	1	2	4	
	9	2	1	0	0	3	3	
	10	0	1	0	0	1	1	

6 klausimas. Dorovinių socialinių įgūdžių lygis													
Dorovinis socialinis įgūdis	Įgūdžio lygis	Vaikinai		Merginos		6 KL.	7 KL.	8 KL.	Nesportuojantys		Sportuojantys		VISO
		N	%	N	%				N	%	N	%	
Paguosti	Žemas (1b)	15	16,9	0	0,0	5	4	6	8	9,2	7	11,1	15
	Vidutinis (2b)	60	67,4	26	42,6	26	33	27	43	49,4	43	68,3	86
	Aukštas (3b)	14	15,7	35	57,4	19	13	17	36	41,4	13	20,6	49
<b>VISO: vid-2,2 balai; VII</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
Padėti	Žemas (1b)	3	3,4	0	0,0	0	3	0	0	0,0	3	4,8	3
	Vidutinis (2b)	47	52,8	19	31,1	25	23	18	37	42,5	29	46,0	66
	Aukštas (3b)	39	43,8	42	68,9	25	24	32	50	57,5	31	49,2	81
<b>VISO: vid-2,5 balai; III</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
Neapsimėtinėti	Žemas (1b)	17	19,1	4	6,6	9	9	3	12	13,8	9	14,3	21
	Vidutinis (2b)	32	36,0	31	50,8	17	21	25	35	40,2	28	44,4	63
	Aukštas (3b)	40	44,9	26	42,6	24	20	22	40	46,0	26	41,3	66
<b>VISO: vid-2,3 balai; V-VI</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
Neapgauđinėti	Žemas (1b)	16	18,0	6	9,8	8	11	3	11	12,6	11	17,5	22
	Vidutinis (2b)	30	33,7	23	37,7	15	16	22	28	32,2	25	39,7	53
	Aukštas (3b)	43	48,3	32	52,5	27	23	25	48	55,2	27	42,9	75
<b>VISO: vid-2,4 balai; IV</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
Nežeminti	Žemas (1b)	17	19,1	9	14,8	8	13	5	14	16,1	12	19,0	26
	Vidutinis (2b)	27	30,3	19	31,1	11	14	21	27	31,0	19	30,2	46
	Aukštas (3b)	45	50,6	33	54,1	31	23	24	46	52,9	32	50,8	78
<b>VISO: vid-2,3 balai; V-VI</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
Nekeršyti	Žemas (1b)	17	19,1	17	27,9	8	15	11	21	24,1	13	20,6	34
	Vidutinis (2b)	43	48,3	26	42,6	21	22	26	41	47,1	28	44,4	69
	Aukštas (3b)	29	32,6	18	29,5	21	13	13	25	28,7	22	34,9	47
<b>VISO: vid-2,1 balai; VIII</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>

Laikytis duoto žodžio	Žemas (1b)	1	1,1	0	0,0	0	1	0	0	0,0	1	1,6	1
	Vidutinis (2b)	21	23,6	13	21,3	13	13	8	19	21,8	15	23,8	34
	Aukštas (3b)	67	75,3	48	78,7	37	36	42	68	78,2	47	74,6	115
<b>VISO: vid-2,8 balai; I</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
Atsakyti už savo veiksmus	Žemas (1b)	8	9,0	2	3,3	4	6	0	6	6,9	4	6,3	10
	Vidutinis (2b)	26	29,2	21	34,4	10	20	17	31	35,6	16	25,4	47
	Aukštas (3b)	55	61,8	38	62,3	36	24	33	50	57,5	43	68,3	93
<b>VISO: vid-2,6 balai; II</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
<b>7 klausimas. Dorovinių socialinių įgūdžių svarba</b>													
<i>Dorovinis socialinis įgūdis</i>	<i>Įgūdžio svarba</i>	<i>Vaikinai</i>		<i>Merginos</i>		<i>6 KL.</i>	<i>7 KL.</i>	<i>8 KL.</i>	<i>Nesportuojantys</i>		<i>Sportuojantys</i>		<i>VISO</i>
		<i>N</i>	<i>%</i>	<i>N</i>	<i>%</i>				<i>N</i>	<i>%</i>	<i>N</i>	<i>%</i>	
Paguosti	Maža (1b)	12	13,5	1	1,6	4	6	3	8	9,2	5	7,9	13
	Vidutinė (2b)	58	65,2	21	34,4	25	27	27	40	46,0	39	61,9	79
	Didelė (3b)	19	21,3	39	63,9	21	17	20	39	44,8	19	30,2	58
<b>VISO: vid-2,3 balai; VII-VIII</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
Padėti	Maža (1b)	5	5,6	1	1,6	1	4	1	2	2,3	4	6,3	6
	Vidutinė (2b)	43	48,3	13	21,3	20	21	15	30	34,5	26	41,3	56
	Didelė (3b)	41	46,1	47	77,0	29	25	34	55	63,2	33	52,4	88
<b>VISO: vid-2,5 balai; III</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
Neapsimėtinėti	Maža (1b)	10	11,2	3	4,9	6	6	1	7	8,0	6	9,5	13
	Vidutinė (2b)	35	39,3	23	37,7	20	20	18	28	32,2	30	47,6	58
	Didelė (3b)	44	49,4	35	57,4	24	24	31	52	59,8	27	42,9	79
<b>VISO: vid-2,4 balai; IV-VI</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
Neapgauđinėti	Maža (1b)	14	15,7	3	4,9	7	8	2	12	13,8	5	7,9	17
	Vidutinė (2b)	36	40,4	16	26,2	16	18	18	20	23,0	32	50,8	52
	Didelė (3b)	39	43,8	42	68,9	27	24	30	55	63,2	26	41,3	81
<b>VISO: vid-2,4 balai; IV-VI</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
Nežeminti	Maža (1b)	16	18,0	4	6,6	7	9	4	10	11,5	10	15,9	20
	Vidutinė (2b)	30	33,7	15	24,6	14	14	17	28	32,2	17	27,0	45
	Didelė (3b)	43	48,3	42	68,9	29	27	29	49	56,3	36	57,1	85
<b>VISO: vid-2,4 balai; IV-VI</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
Nekeršyti	Maža (1b)	13	14,6	9	14,8	7	8	7	12	13,8	10	15,9	22
	Vidutinė (2b)	38	42,7	25	41,0	17	22	24	34	39,1	29	46,0	63
	Didelė (3b)	38	42,7	27	44,3	26	20	19	41	47,1	24	38,1	65
<b>VISO: vid-2,3 balai; VII-VIII</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
Laikytis duoto žodžio	Maža (1b)	2	2,2	1	1,6	2	1	0	2	2,3	1	1,6	3
	Vidutinė (2b)	19	21,3	7	11,5	10	8	8	15	17,2	11	17,5	26
	Didelė (3b)	68	76,4	53	86,9	38	41	42	70	80,5	51	81,0	121
<b>VISO: vid-2,8 balai; I</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
Atsakyti už savo veiksmus	Maža (1b)	4	4,5	1	1,6	1	4	0	4	4,6	1	1,6	5
	Vidutinė (2b)	30	33,7	21	34,4	14	22	15	31	35,6	20	31,7	51
	Didelė (3b)	55	61,8	39	63,9	35	24	35	52	59,8	42	66,7	94
<b>VISO: vid – 2,6 balai; II</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>

<b>8 klausimas. Esminių socialinių įgūdžių tyrimas</b>														
<i>Esminis socialinis įgūdis</i>	<i>Įgūdžio raiška</i>	<i>Vaikinai</i>		<i>Merginos</i>		<i>6 KL</i>	<i>7 KL</i>	<i>8 KL</i>	<i>Nesportuojantys</i>		<i>Sportuojantys</i>		<i>VISO</i>	
		<i>N</i>	<i>%</i>	<i>N</i>	<i>%</i>				<i>N</i>	<i>%</i>	<i>N</i>	<i>%</i>		
		s ekspresy	1. Kai mano nuotaika bloga, aš ją sugadinu ir	Niekada (1b)	47	52,8	19	31,1	27	21	18	40	46,0	26
Retai (2b)	34		38,2	27	44,3	17	20	24	31	35,6	30	47,6	61	
Kartais (3b)	7		7,9	15	24,6	6	8	8	15	17,2	7	11,1	22	

	draugams	Dažnai (4b)	1	1,1	0	0,0	0	1	0	1	1,1	0	0,0	1
		Visada (5b)	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0,0	0	0,0	0
	<b>VISO: vid. balas - 1,72</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
	2. Pokalbiuose su draugais aš tampu svarbiausiu žmogumi	Niekada (1b)	16	18,0	6	9,8	9	7	6	17	19,5	5	7,9	22
		Retai (2b)	20	22,5	21	34,4	20	12	9	26	29,9	15	23,8	41
		Kartais (3b)	45	50,6	28	45,9	16	28	29	38	43,7	35	55,6	73
		Dažnai (4b)	8	9,0	4	6,6	3	3	6	4	4,6	8	12,7	12
		Visada (5b)	0	0,0	2	3,3	2	0	0	2	2,3	0	0,0	2
	<b>VISO: vid. balas - 2,54</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
	3. Aš atvirai reiškiu savo jausmus	Niekada (1b)	12	13,5	5	8,2	7	9	1	11	12,6	6	9,5	17
		Retai (2b)	34	38,2	15	24,6	20	15	14	29	33,3	20	31,7	49
		Kartais (3b)	24	27,0	21	34,4	14	14	17	28	32,2	17	27,0	45
		Dažnai (4b)	17	19,1	17	27,9	8	12	14	18	20,7	16	25,4	34
		Visada (5b)	2	2,2	3	4,9	1	0	4	1	1,1	4	6,3	5
	<b>VISO: vid. balas - 2,74</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
Emocinis jautrumas	4. Aš greitai susigėstu	Niekada (1b)	19	21,3	4	6,6	11	7	5	11	12,6	12	19,0	23
		Retai (2b)	37	41,6	19	31,1	15	17	24	29	33,3	27	42,9	56
		Kartais (3b)	28	31,5	16	26,2	19	17	8	28	32,2	16	25,4	44
		Dažnai (4b)	4	4,5	13	21,3	4	5	8	11	12,6	6	9,5	17
		Visada (5b)	1	1,1	9	14,8	1	4	5	8	9,2	2	3,2	10
	<b>VISO: vid. balas - 2,57</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
	5. Žmonės man dažnai sako, kad aš esu jautrus ir supratingas	Niekada (1b)	29	32,6	10	16,4	15	14	10	21	24,1	18	28,6	39
		Retai (2b)	29	32,6	14	23,0	17	13	13	26	29,9	17	27,0	43
		Kartais (3b)	22	24,7	21	34,4	10	15	18	26	29,9	17	27,0	43
		Dažnai (4b)	8	9,0	10	16,4	5	6	7	8	9,2	10	15,9	18
		Visada (5b)	1	1,1	6	9,8	3	2	2	6	6,9	1	1,6	7
	<b>VISO: vid. balas - 2,41</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
	6. Kiti žmonės beveik niekada neįstengia nuo manęs nuslėpti savo tikrųjų jausmų	Niekada (1b)	17	19,1	2	3,3	8	9	2	11	12,6	8	12,7	19
		Retai (2b)	32	36,0	14	23,0	18	17	11	26	29,9	20	31,7	46
		Kartais (3b)	26	29,2	29	47,5	14	18	23	33	37,9	22	34,9	55
Dažnai (4b)		10	11,2	14	23,0	9	5	10	16	18,4	8	12,7	24	
Visada (5b)		4	4,5	2	3,3	1	1	4	1	1,1	5	7,9	6	
<b>VISO: vid. balas - 2,68</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>	
7. Aš stengiuosi užjausti nusiminusį draugą	Niekada (1b)	2	2,2	0	0,0	0	2	0	0	0,0	2	3,2	2	
	Retai (2b)	10	11,2	0	0,0	2	6	2	6	6,9	4	6,3	10	
	Kartais (3b)	27	30,3	5	8,2	15	8	9	13	14,9	19	30,2	32	
	Dažnai (4b)	34	38,2	19	31,1	17	18	18	34	39,1	19	30,2	53	
	Visada (5b)	16	18,0	37	60,7	16	16	21	34	39,1	19	30,2	53	
<b>VISO: vid. balas - 3,97</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>	
Emocinė kontrolė	8. Aš galiu nuslėpti savo tikruosius jausmus beveik nuo visų	Niekada (1b)	4	4,5	2	3,3	3	2	1	2	2,3	4	6,3	6
		Retai (2b)	14	15,7	19	31,1	13	7	13	21	24,1	12	19,0	33
		Kartais (3b)	32	36,0	21	34,4	17	19	17	31	35,6	22	34,9	53
		Dažnai (4b)	17	19,1	12	19,7	8	9	12	16	18,4	13	20,6	29
		Visada (5b)	22	24,7	7	11,5	9	13	7	17	19,5	12	19,0	29
	<b>VISO: vid. balas - 3,28</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
	9. Aš puikiai sugebu apsimesti ramiu, net jei esu labai sutrikęs, sukirstas	Niekada (1b)	4	4,5	6	9,8	3	5	2	9	10,3	1	1,6	10
		Retai (2b)	18	20,2	13	21,3	13	8	10	19	21,8	12	19,0	31
		Kartais (3b)	21	23,6	17	27,9	10	9	19	19	21,8	19	30,2	38
		Dažnai (4b)	26	29,2	15	24,6	13	14	14	21	24,1	20	31,7	41
		Visada (5b)	20	22,5	10	16,4	11	14	5	19	21,8	11	17,5	30
	<b>VISO: vid. balas - 3,33</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
	10. Kai man labai nepatinka kokia nors veikla, aš galiu prisiversti	Niekada (1b)	20	22,5	13	21,3	11	13	9	25	28,7	8	12,7	33
		Retai (2b)	26	29,2	21	34,4	13	14	20	29	33,3	18	28,6	47
		Kartais (3b)	17	19,1	14	23,0	10	11	10	14	16,1	17	27,0	31
Dažnai (4b)		21	23,6	12	19,7	12	10	11	16	18,4	17	27,0	33	

	elgtis taip lyg man būtų malonu	Visada (5b)	5	5,6	1	1,6	4	2	0	3	3,4	3	4,8	6	
	<b>VISO: vid. balas - 2,55</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>	
	11. Jeigu išskyla sunkumų, sugalvoju kaip su jais susitvarkyti	Niekada (1b)	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0,0	0	0,0	0	
		Retai (2b)	6	6,7	5	8,2	4	5	2	8	9,2	3	4,8	11	
		Kartais (3b)	23	25,8	18	29,5	16	15	10	28	32,2	13	20,6	41	
		Dažnai (4b)	31	34,8	25	41,0	14	17	25	31	35,6	25	39,7	56	
		Visada (5b)	29	32,6	13	21,3	16	13	13	20	23,0	22	34,9	42	
	<b>VISO: vid. balas - 3,86</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>	
Socialinis ekspresyvumas	12. Būdamas didelėje žmonių grupėje aš nesidroviu kalbėti	Niekada (1b)	4	4,5	1	1,6	3	2	0	4	4,6	1	1,6	5	
		Retai (2b)	13	14,6	14	23,0	7	13	7	20	23,0	7	11,1	27	
		Kartais (3b)	26	29,2	18	29,5	12	14	18	20	23,0	24	38,1	44	
		Dažnai (4b)	26	29,2	17	27,9	14	10	19	25	28,7	18	28,6	43	
		Visada (5b)	20	22,5	11	18,0	14	11	6	18	20,7	13	20,6	31	
		<b>VISO: vid. balas - 3,45</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
	13. Aš dažniausiai labai daug kalbu	Niekada (1b)	2	2,2	4	6,6	3	2	1	5	5,7	1	1,6	6	
		Retai (2b)	20	22,5	11	18,0	9	13	9	18	20,7	13	20,6	31	
		Kartais (3b)	31	34,8	21	34,4	20	17	15	32	36,8	20	31,7	52	
		Dažnai (4b)	21	23,6	12	19,7	9	10	14	17	19,5	16	25,4	33	
		Visada (5b)	15	16,9	13	21,3	9	8	11	15	17,2	13	20,6	28	
		<b>VISO: vid. balas - 3,31</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
	14. Pakeliui i namus ar iš namų aš pirmas prakalbinu draugą	Niekada (1b)	3	3,4	1	1,6	3	1	0	1	1,1	3	4,8	4	
		Retai (2b)	16	18,0	7	11,5	9	9	5	14	16,1	9	14,3	23	
		Kartais (3b)	30	33,7	25	41,0	20	17	18	31	35,6	24	38,1	55	
		Dažnai (4b)	23	25,8	17	27,9	9	16	15	26	29,9	14	22,2	40	
		Visada (5b)	17	19,1	11	18,0	9	7	12	15	17,2	13	20,6	28	
		<b>VISO: vid. balas - 3,43</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
	15. Man lengva apginti savo nuomonę	Niekada (1b)	1	1,1	2	3,3	2	1	0	1	1,1	2	3,2	3	
		Retai (2b)	14	15,7	7	11,5	7	8	6	13	14,9	8	12,7	21	
Kartais (3b)		23	25,8	24	39,3	16	16	15	30	34,5	17	27,0	47		
Dažnai (4b)		32	36,0	17	27,9	10	18	21	27	31,0	22	34,9	49		
Visada (5b)		19	21,3	11	18,0	15	7	8	16	18,4	14	22,2	30		
	<b>VISO: vid. balas - 3,55</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>	
Socialinis jautrumas	16. Aš per daug jaudinuosi dėl to, ką man sako kiti žmonės	Niekada (1b)	19	21,3	9	14,8	11	7	10	12	13,8	16	25,4	28	
		Retai (2b)	34	38,2	21	34,4	16	22	17	31	35,6	24	38,1	55	
		Kartais (3b)	22	24,7	17	27,9	15	13	11	25	28,7	14	22,2	39	
		Dažnai (4b)	10	11,2	10	16,4	3	7	10	12	13,8	8	12,7	20	
		Visada (5b)	4	4,5	4	6,6	5	1	2	7	8,0	1	1,6	8	
		<b>VISO: vid. balas - 2,50</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
	17. Aš dažnai išgyvenu, kad žmonės ne taip supranta tai, ką aš jiems sakau	Niekada (1b)	16	18,0	11	18,0	12	7	8	14	16,1	13	20,6	27	
		Retai (2b)	29	32,6	22	36,1	13	18	20	28	32,2	23	36,5	51	
		Kartais (3b)	26	29,2	12	19,7	12	15	11	23	26,4	15	23,8	38	
		Dažnai (4b)	14	15,7	11	18,0	8	8	9	17	19,5	8	12,7	25	
		Visada (5b)	4	4,5	5	8,2	5	2	2	5	5,7	4	6,3	9	
		<b>VISO: vid. balas - 2,59</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
	18. Aš žinau elgesio taisykles, kurių privalau laikytis	Niekada (1b)	5	5,6	1	1,6	1	4	1	5	5,7	1	1,6	6	
		Retai (2b)	8	9,0	6	9,8	4	5	5	9	10,3	5	7,9	14	
		Kartais (3b)	19	21,3	11	18,0	11	9	10	18	20,7	12	19,0	30	
		Dažnai (4b)	20	22,5	10	16,4	3	13	14	15	17,2	15	23,8	30	
		Visada (5b)	37	41,6	33	54,1	31	19	20	40	46,0	30	47,6	70	
		<b>VISO: vid. balas - 3,96</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
	19. Mane augindami tėvai visada pabrėždavo	Niekada (1b)	2	2,2	0	0,0	1	1	0	1	1,1	1	1,6	2	
		Retai (2b)	5	5,6	1	1,6	2	3	1	4	4,6	2	3,2	6	
Kartais (3b)		11	12,4	6	9,8	6	3	8	13	14,9	4	6,3	17		
Dažnai (4b)		24	27,0	21	34,4	17	12	16	25	28,7	20	31,7	45		

	kultūringo elgesio svarbą	Visada (5b)	47	52,8	33	54,1	24	31	25	44	50,6	36	57,1	80
	<b>VISO: vid. balas - 4,30</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
Socialinė kontrolė	20. Man labai lengva prisitaikyti prie visokiausių reikalavimų	Niekada (1b)	2	2,2	3	4,9	2	2	1	3	3,4	2	3,2	5
		Retai (2b)	8	9,0	6	9,8	5	4	5	10	11,5	4	6,3	14
		Kartais (3b)	25	28,1	25	41,0	15	17	18	26	29,9	24	38,1	50
		Dažnai (4b)	33	37,1	21	34,4	19	17	18	33	37,9	21	33,3	54
		Visada (5b)	21	23,6	6	9,8	9	10	8	15	17,2	12	19,0	27
	<b>VISO: vid. balas - 3,56</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
	21. Kai aš esu grupėje draugų, pritampu prie jų	Niekada (1b)	3	3,4	2	3,3	4	1	0	2	2,3	3	4,8	5
		Retai (2b)	5	5,6	3	4,9	1	4	3	4	4,6	4	6,3	8
		Kartais (3b)	19	21,3	17	27,9	13	11	12	22	25,3	14	22,2	36
		Dažnai (4b)	29	32,6	25	41,0	14	20	20	27	31,0	27	42,9	54
		Visada (5b)	33	37,1	14	23,0	18	14	15	32	36,8	15	23,8	47
	<b>VISO: vid. balas - 3,87</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
	22. Aš puikiai sutariu su įvairiais žmonėmis	Niekada (1b)	1	1,1	0	0,0	0	1	0	1	1,1	0	0,0	1
		Retai (2b)	2	2,2	4	6,6	2	3	1	4	4,6	2	3,2	6
		Kartais (3b)	22	24,7	15	24,6	15	15	7	24	27,6	13	20,6	37
		Dažnai (4b)	40	44,9	30	49,2	21	19	30	38	43,7	32	50,8	70
		Visada (5b)	24	27,0	12	19,7	12	12	12	20	23,0	16	25,4	36
	<b>VISO: vid. balas - 3,89</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>

9 klausimas. Situacinių socialinių įgūdžių lygis														
Situacinis socialinis įgūdis	Įgūdžio lygis	Vaikiniai		Merginos		6 KL.	7 KL.	8 KL.	Nesportuojantys		Sportuojantys		VISO	
		N	%	N	%				N	%	N	%		
1. Aš moku atsisakyti	Niekada (1b)	3	3,4	0	0,0	3	0	0	3	3,4	0	0,0	3	
	Retai (2b)	7	7,9	2	3,3	6	3	0	5	5,7	4	6,3	9	
	Kartais (3b)	16	18,0	26	42,6	15	15	12	32	36,8	10	15,9	42	
	Dažnai (4b)	38	42,7	21	34,4	19	18	22	32	36,8	27	42,9	59	
	Visada (5b)	25	28,1	12	19,7	7	14	16	15	17,2	22	34,9	37	
<b>VISO: vid-3,8 balai; IV-VI</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>	
2. Aš reaguojau į pastabas	Niekada (1b)	1	1,1	0	0,0	0	1	0	1	1,1	0	0,0	1	
	Retai (2b)	11	12,4	4	6,6	7	3	5	11	12,6	4	6,3	15	
	Kartais (3b)	23	25,8	11	18,0	10	13	11	18	20,7	16	25,4	34	
	Dažnai (4b)	31	34,8	20	32,8	13	16	22	26	29,9	25	39,7	51	
	Visada (5b)	23	25,8	26	42,6	20	17	12	31	35,6	18	28,6	49	
<b>VISO: vid-3,9 balai; III</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>	
3. Aš moku prieštarauti (nesutikti)	Niekada (1b)	5	5,6	2	3,3	3	3	1	7	8,0	0	0,0	7	
	Retai (2b)	7	7,9	6	9,8	5	5	3	9	10,3	4	6,3	13	
	Kartais (3b)	21	23,6	18	29,5	16	11	12	22	25,3	17	27,0	39	
	Dažnai (4b)	28	31,5	22	36,1	14	15	21	30	34,5	20	31,7	50	
	Visada (5b)	28	31,5	13	21,3	12	16	13	19	21,8	22	34,9	41	
<b>VISO: vid-3,7 balai; VII</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>	
4. Aš moku atsiprašyti	Niekada (1b)	2	2,2	0	0,0	0	2	0	2	2,3	0	0,0	2	
	Retai (2b)	6	6,7	1	1,6	2	4	1	4	4,6	3	4,8	7	
	Kartais (3b)	18	20,2	7	11,5	9	7	9	12	13,8	13	20,6	25	
	Dažnai (4b)	27	30,3	19	31,1	12	14	20	26	29,9	20	31,7	46	
	Visada (5b)	36	40,4	34	55,7	27	23	20	43	49,4	27	42,9	70	
<b>VISO: vid-4,2 balai; I</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>	
5. Aš pripažįstu klydęs	Niekada (1b)	2	2,2	1	1,6	1	2	0	1	1,1	2	3,2	3	
	Retai (2b)	6	6,7	4	6,6	2	4	4	7	8,0	3	4,8	10	
	Kartais (3b)	23	25,8	17	27,9	10	15	15	20	23,0	20	31,7	40	
	Dažnai (4b)	29	32,6	24	39,3	15	17	21	31	35,6	22	34,9	53	

	Visada (5b)	29	32,6	15	24,6	22	12	10	28	32,2	16	25,4	44
<b>VISO: vid-3,8 balai; IV-VI</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
6. Aš moku džiaugtis, kai mane giria	Niekada (1b)	2	2,2	0	0,0	0	2	0	2	2,3	0	0,0	2
	Retai (2b)	6	6,7	4	6,6	4	5	1	5	5,7	5	7,9	10
	Kartais (3b)	10	11,2	9	14,8	7	3	9	8	9,2	11	17,5	19
	Dažnai (4b)	43	48,3	17	27,9	18	20	22	35	40,2	25	39,7	60
	Visada (5b)	28	31,5	31	50,8	21	20	18	37	42,5	22	34,9	59
<b>VISO: vid-4,1 balai; II</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
7. Aš pradedu pokalbį pirmas	Niekada (1b)	5	5,6	2	3,3	2	5	0	5	5,7	2	3,2	7
	Retai (2b)	13	14,6	11	18,0	12	7	5	14	16,1	10	15,9	24
	Kartais (3b)	36	40,4	32	52,5	19	23	26	41	47,1	27	42,9	68
	Dažnai (4b)	27	30,3	9	14,8	12	11	13	19	21,8	17	27,0	36
	Visada (5b)	8	9,0	7	11,5	5	4	6	8	9,2	7	11,1	15
<b>VISO: vid-3,2 balai; X</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
8. Aš moku užbaigti pokalbį	Niekada (1b)	3	3,4	2	3,3	1	1	3	4	4,6	1	1,6	5
	Retai (2b)	9	10,1	9	14,8	7	3	8	11	12,6	7	11,1	18
	Kartais (3b)	31	34,8	28	45,9	17	26	16	33	37,9	26	41,3	59
	Dažnai (4b)	28	31,5	15	24,6	16	14	13	26	29,9	17	27,0	43
	Visada (5b)	18	20,2	7	11,5	9	6	10	13	14,9	12	19,0	25
<b>VISO: vid-3,4 balai; IX</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
9. Aš galiu paprašyti pagalbos	Niekada (1b)	2	2,2	1	1,6	3	0	0	1	1,1	2	3,2	3
	Retai (2b)	10	11,2	5	8,2	2	7	6	9	10,3	6	9,5	15
	Kartais (3b)	24	27,0	17	27,9	18	10	13	20	23,0	21	33,3	41
	Dažnai (4b)	22	24,7	22	36,1	8	20	16	29	33,3	15	23,8	44
	Visada (5b)	31	34,8	16	26,2	19	13	15	28	32,2	19	30,2	47
<b>VISO: vid-3,8 balai; IV-VI</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
10. Aš sakau gerus žodžius kitiems	Niekada (1b)	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0,0	0	0,0	0
	Retai (2b)	8	9,0	7	11,5	3	11	1	8	9,2	7	11,1	15
	Kartais (3b)	38	42,7	20	32,8	17	18	23	28	32,2	30	47,6	58
	Dažnai (4b)	29	32,6	25	41,0	20	16	18	35	40,2	19	30,2	54
	Visada (5b)	14	15,7	9	14,8	10	5	8	16	18,4	7	11,1	23
<b>VISO: vid-3,6 balai; VIII</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
11. Aš pasakau, ką jaučiu	Niekada (1b)	10	11,2	3	4,9	2	10	1	7	8,0	6	9,5	13
	Retai (2b)	36	40,4	7	11,5	14	16	13	23	26,4	20	31,7	43
	Kartais (3b)	24	27,0	21	34,4	17	14	14	22	25,3	23	36,5	45
	Dažnai (4b)	11	12,4	18	29,5	7	8	14	20	23,0	9	14,3	29
	Visada (5b)	8	9,0	12	19,7	10	2	8	15	17,2	5	7,9	20
<b>VISO: vid-3,0 balai; XI</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>

10 klausimas. Situacinių socialinių įgūdžių svarba													
Situacinis socialinis įgūdis	Įgūdžio svarba	Vaikiniai		Merginos		6 KL.	7 KL.	8 KL.	Nesportuojantys		Sportuojantys		VISO
		N	%	N	%				N	%	N	%	
		1. Aš moku atsisakyti	Didelė (3b)	40	44,9				32	52,5	23	18	
Vidutinė (2b)	45		50,6	28	45,9	26	28	19	46	52,9	27	42,9	73
Maža (1b)	4		4,5	1	1,6	1	4	0	4	4,6	1	1,6	5
<b>VISO: vid – 2,45 balai; III</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
2. Aš reaguojau į pastabas	Didelė (3b)	44	49,4	40	65,6	33	26	25	49	56,3	35	55,6	84
	Vidutinė (2b)	36	40,4	20	32,8	15	20	21	29	33,3	27	42,9	56
	Maža (1b)	9	10,1	1	1,6	2	4	4	9	10,3	1	1,6	10
<b>VISO: vid – 2,49 balai; II</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
3. Aš moku	Didelė (3b)	38	42,7	19	31,1	19	18	20	31	35,6	26	41,3	57

prieštarauti (nesutikti)	Vidutinė (2b)	41	46,1	35	57,4	26	23	27	46	52,9	30	47,6	76
	Maža (1b)	10	11,2	7	11,5	5	9	3	10	11,5	7	11,1	17
<b>VISO: vid – 2,27 balai; VIII</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
4. Aš moku atsiprašyti	Didelė (3b)	43	48,3	49	80,3	28	32	32	55	63,2	37	58,7	92
	Vidutinė (2b)	38	42,7	9	14,8	17	14	16	24	27,6	23	36,5	47
	Maža (1b)	8	9,0	3	4,9	5	4	2	8	9,2	3	4,8	11
<b>VISO: vid – 2,54 balai; I</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
5. Aš pripažįstu klydęs	Didelė (3b)	39	43,8	37	60,7	27	23	26	45	51,7	31	49,2	76
	Vidutinė (2b)	38	42,7	18	29,5	19	20	17	30	34,5	26	41,3	56
	Maža (1b)	12	13,5	6	9,8	4	7	7	12	13,8	6	9,5	18
<b>VISO: vid – 2,39 balai; V</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
6. Aš moku džiaugtis, kai mane giria	Didelė (3b)	32	36,0	30	49,2	18	22	22	43	49,4	19	30,2	62
	Vidutinė (2b)	47	52,8	24	39,3	26	20	25	36	41,4	35	55,6	71
	Maža (1b)	10	11,2	7	11,5	6	8	3	8	9,2	9	14,3	17
<b>VISO: vid – 2,30 balai; VII</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
7. Aš pradedu pokalbį pirmas	Didelė (3b)	23	25,8	18	29,5	10	13	18	25	28,7	16	25,4	41
	Vidutinė (2b)	54	60,7	37	60,7	33	28	30	49	56,3	42	66,7	91
	Maža (1b)	12	13,5	6	9,8	7	9	2	13	14,9	5	7,9	18
<b>VISO: vid – 2,15 balai; IX</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
8. Aš moku užbaigti pokalbį	Didelė (3b)	20	22,5	10	16,4	13	8	9	17	19,5	13	20,6	30
	Vidutinė (2b)	55	61,8	41	67,2	29	32	35	56	64,4	40	63,5	96
	Maža (1b)	14	15,7	10	16,4	8	10	6	14	16,1	10	15,9	24
<b>VISO: vid – 2,04 balai; XI</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
9. Aš galiu papasakyti pagalbos	Didelė (3b)	37	41,6	39	63,9	27	27	22	52	59,8	24	38,1	76
	Vidutinė (2b)	44	49,4	18	29,5	21	17	24	29	33,3	33	52,4	62
	Maža (1b)	8	9,0	4	6,6	2	6	4	6	6,9	6	9,5	12
<b>VISO: vid – 2,43 balai; IV</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
10. Aš sakau gerus žodžius kitiems	Didelė (3b)	31	34,8	34	55,7	25	21	19	39	44,8	26	41,3	65
	Vidutinė (2b)	49	55,1	20	32,8	17	23	29	38	43,7	31	49,2	69
	Maža (1b)	9	10,1	7	11,5	8	6	2	10	11,5	6	9,5	16
<b>VISO: vid – 2,33 balai; VI</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>
11. Aš pasakau, ką jaučiu	Didelė (3b)	14	15,7	27	44,3	13	9	19	29	33,3	12	19,0	41
	Vidutinė (2b)	54	60,7	25	41,0	31	21	27	40	46,0	39	61,9	79
	Maža (1b)	21	23,6	9	14,8	6	20	4	18	20,7	12	19,0	30
<b>VISO: vid – 2,07 balai; X</b>		<b>89</b>	<b>100,0</b>	<b>61</b>	<b>100,0</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>87</b>	<b>100,0</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>	<b>150</b>

11 kl. Sugebėjimo didinti varžybinę motyvaciją tyrimas															
Klausimas	Atsakymas	Vaikiniai		Merginos		Klasė			Sportavimo kartai per savaitę						VISO
		N	%	N	%	6 KL	7 KL	8 KL	4	5	6	7	9	10	
1. Ar tu kovoji negailėdamas savęs ir savo jėgų?	Niekada (1b)	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Retai (2b)	4	8,7	2	11,8	1	2	3	4	1	0	1	0	0	6
	Kartais (3b)	6	13,0	2	11,8	3	2	3	5	2	0	1	0	0	8
	Dažnai (4b)	20	43,5	7	41,2	7	8	12	12	7	6	1	0	1	27
	Visada (5b)	16	34,8	6	35,3	6	8	8	10	4	4	1	3	0	22
<b>VISO: vid – 4,0 balai; VI-VII</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>
2. Ar tu noriai atlieki tau skirtą pratimą?	Niekada (1b)	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Retai (2b)	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Kartais (3b)	8	17,4	3	17,6	4	3	4	7	4	0	0	0	0	11
	Dažnai (4b)	17	37,0	6	35,3	6	6	11	12	3	5	1	1	1	23
	Visada (5b)	21	45,7	8	47,1	7	11	11	12	7	5	3	2	0	29
<b>VISO: vid – 4,3 balai; IV</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>

<b>3. Ar tavo įkvepia pergalė?</b>	<i>Niekada (1b)</i>	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<i>Retai (2b)</i>	1	2,2	0	0,0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1
	<i>Kartais (3b)</i>	5	10,9	0	0,0	0	2	3	4	1	0	0	0	0	5
	<i>Dažnai (4b)</i>	10	21,7	6	35,3	4	7	5	12	0	2	2	0	0	16
	<i>Visada (5b)</i>	30	65,2	11	64,7	12	11	18	14	13	8	2	3	1	41
<b>VISO: vid – 4,5 balai; II</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>
<b>4. Ar Tu pasiryžęs daug ką gyvenime paaukoti dėl sporto?</b>	<i>Niekada (1b)</i>	1	2,2	0	0,0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1
	<i>Retai (2b)</i>	2	4,3	1	5,9	1	0	2	2	1	0	0	0	0	3
	<i>Kartais (3b)</i>	11	23,9	5	29,4	5	6	5	10	4	2	0	0	0	16
	<i>Dažnai (4b)</i>	9	19,6	5	29,4	4	7	3	5	3	5	0	1	0	14
	<i>Visada (5b)</i>	23	50,0	6	35,3	7	6	16	14	6	3	3	2	1	29
<b>VISO: vid – 4,1 balai; V</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>
<b>5. Ar Tu nori kovoti per varžybas?</b>	<i>Niekada (1b)</i>	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<i>Retai (2b)</i>	1	2,2	0	0,0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1
	<i>Kartais (3b)</i>	1	2,2	1	5,9	1	0	1	1	0	1	0	0	0	2
	<i>Dažnai (4b)</i>	13	28,3	4	23,5	3	6	8	9	5	2	1	0	0	17
	<i>Visada (5b)</i>	31	67,4	12	70,6	12	14	17	20	9	7	3	3	1	43
<b>VISO: vid – 4,6 balai; I</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>
<b>6. Ar Tu noriai eini į treniruotes?</b>	<i>Niekada (1b)</i>	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<i>Retai (2b)</i>	3	6,5	0	0,0	2	1	0	1	1	0	1	0	0	3
	<i>Kartais (3b)</i>	6	13,0	1	5,9	0	3	4	5	2	0	0	0	0	7
	<i>Dažnai (4b)</i>	10	21,7	6	35,3	5	5	6	10	4	1	0	1	0	16
	<i>Visada (5b)</i>	27	58,7	10	58,8	10	11	16	15	7	9	3	2	1	37
<b>VISO: vid – 4,4 balai; III</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>
<b>7. Ar Tu visuomet gerai atlieki pratimus?</b>	<i>Niekada (1b)</i>	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<i>Retai (2b)</i>	2	4,3	1	5,9	1	1	1	1	1	1	0	0	0	3
	<i>Kartais (3b)</i>	4	8,7	2	11,8	1	2	3	4	2	0	0	0	0	6
	<i>Dažnai (4b)</i>	30	65,2	12	70,6	14	11	17	21	9	8	2	1	1	42
	<i>Visada (5b)</i>	10	21,7	2	11,8	1	6	5	5	2	1	2	2	0	12
<b>VISO: vid – 4,0 balai; VI-VII</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>

<b>12 kl. Įgūdžio stabilizuoti emocinę būseną tyrimas</b>															
<b>Klausimas</b>	<b>Atsakymas</b>	<b>Vaikinai</b>		<b>Merginos</b>		<b>Klasė</b>			<b>Sportavimo kartai per savaitę</b>						<b>VISO</b>
		<b>N</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>6 KL</b>	<b>7 KL</b>	<b>8 KL</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	
<b>1. Ar Tu gali susikaupti per varžybas?</b>	<i>Niekada (1b)</i>	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<i>Retai (2b)</i>	1	2,2	0	0,0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1
	<i>Kartais (3b)</i>	1	2,2	1	5,9	2	0	0	1	1	0	0	0	0	2
	<i>Dažnai (4b)</i>	20	43,5	7	41,2	8	7	12	16	5	5	0	0	1	27
	<i>Visada (5b)</i>	24	52,2	9	52,9	6	13	14	14	8	4	4	3	0	33
<b>VISO: vid – 4,5 balai; I</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>
<b>2. Ar Tau pavyksta įveikti netikėtas kliūtis?</b>	<i>Niekada (1b)</i>	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<i>Retai (2b)</i>	2	4,3	0	0,0	1	1	0	2	0	0	0	0	0	2
	<i>Kartais (3b)</i>	9	19,6	6	35,3	5	2	8	7	4	4	0	0	0	15
	<i>Dažnai (4b)</i>	24	52,2	8	47,1	6	12	14	15	6	6	1	3	1	32
	<i>Visada (5b)</i>	11	23,9	3	17,6	5	5	4	7	4	0	3	0	0	14
<b>VISO: vid – 3,9 balai; V-VI</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>
<b>3. Ar pavyksta pasirodyti be klaidų per varžybas?</b>	<i>Niekada (1b)</i>	1	2,2	0	0,0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1
	<i>Retai (2b)</i>	7	15,2	2	11,8	3	4	2	4	4	1	0	0	0	9
	<i>Kartais (3b)</i>	11	23,9	9	52,9	6	4	10	11	4	5	0	0	0	20
	<i>Dažnai (4b)</i>	23	50,0	5	29,4	6	11	11	15	3	4	2	3	1	28
	<i>Visada (5b)</i>	4	8,7	1	5,9	2	1	2	1	2	0	2	0	0	5
<b>VISO: vid – 3,4 balai; VII</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>



<b>4. Ar Tave džiugina galimybė rungtyniauti?</b>	<i>Niekada (1b)</i>	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<i>Retai (2b)</i>	1	2,2	0	0,0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1
	<i>Kartais (3b)</i>	5	10,9	4	23,5	1	5	3	4	2	2	1	0	0	9
	<i>Dažnai (4b)</i>	13	28,3	2	11,8	4	3	8	9	1	4	0	1	0	15
	<i>Visada (5b)</i>	27	58,7	11	64,7	12	11	15	17	11	4	3	2	1	38
<b>VISO: vid – 4,4 balai; II-III</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>
<b>5. Ar Tu valdai savo jausmus varžybų metu?</b>	<i>Niekada (1b)</i>	2	4,3	0	0,0	0	2	0	1	0	1	0	0	0	2
	<i>Retai (2b)</i>	5	10,9	1	5,9	0	3	3	4	1	0	1	0	0	6
	<i>Kartais (3b)</i>	7	15,2	3	17,6	3	3	4	5	2	2	0	0	1	10
	<i>Dažnai (4b)</i>	17	37,0	8	47,1	7	5	13	10	6	5	1	3	0	25
	<i>Visada (5b)</i>	15	32,6	5	29,4	7	7	6	11	5	2	2	0	0	20
<b>VISO: vid – 3,9 balai; V-VI</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>
<b>6. Ar Tau visuomet užtenka energijos iki varžybų pabaigos?</b>	<i>Niekada (1b)</i>	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<i>Retai (2b)</i>	1	2,2	2	11,8	1	2	0	3	0	0	0	0	0	3
	<i>Kartais (3b)</i>	10	21,7	3	17,6	1	4	8	6	5	1	1	0	0	13
	<i>Dažnai (4b)</i>	17	37,0	6	35,3	8	6	9	10	4	7	1	1	0	23
	<i>Visada (5b)</i>	18	39,1	6	35,3	7	8	9	12	5	2	2	2	1	24
<b>VISO: vid – 4,1 balai; IV</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>
<b>7. Ar Tu esi pasiruošęs kiekvienoms varžyboms?</b>	<i>Niekada (1b)</i>	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<i>Retai (2b)</i>	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<i>Kartais (3b)</i>	3	6,5	2	11,8	2	2	1	3	1	1	0	0	0	5
	<i>Dažnai (4b)</i>	18	39,1	7	41,2	5	5	15	12	6	3	1	2	1	25
	<i>Visada (5b)</i>	25	54,3	8	47,1	10	13	10	16	7	6	3	1	0	33
<b>VISO: vid – 4,4 balai; II-III</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>

<b>13 kl. Pasitikėjimo savimi tyrimas</b>															
<b>Klausimas</b>	<b>Atsakymas</b>	<b>Vaikinai</b>		<b>Merginos</b>		<b>Klasė</b>			<b>Sportavimo kartai per savaitę</b>						<b>VISO</b>
		<b>N</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>6 KL</b>	<b>7 KL</b>	<b>8 KL</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	
<b>1. Ar Tu pasitiki savo gebėjimu priimti svarbius sprendimus varžybų metu?</b>	<i>Niekada (1b)</i>	1	2,2	0	0,0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1
	<i>Retai (2b)</i>	2	4,3	0	0,0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	2
	<i>Kartais (3b)</i>	5	10,9	5	29,4	2	3	5	4	4	2	0	0	0	10
	<i>Dažnai (4b)</i>	22	47,8	7	41,2	8	7	14	17	6	4	1	0	1	29
	<i>Visada (5b)</i>	16	34,8	5	29,4	5	9	7	8	4	3	3	3	0	21
<b>VISO: vid – 4,1 balai; VII</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>
<b>2. Ar Tu pasitiki savo gebėjimu siekti užsibrėžto tikslo?</b>	<i>Niekada (1b)</i>	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<i>Retai (2b)</i>	2	4,3	0	0,0	1	1	0	2	0	0	0	0	0	2
	<i>Kartais (3b)</i>	4	8,7	2	11,8	4	1	1	4	2	0	0	0	0	6
	<i>Dažnai (4b)</i>	20	43,5	4	23,5	4	9	11	10	5	6	2	0	1	24
	<i>Visada (5b)</i>	20	43,5	11	64,7	8	9	14	15	7	4	2	3	0	31
<b>VISO: vid – 4,3 balai; IV-VI</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>
<b>3. Ar Tu visada pasiryžęs bendrauti su savo treniruočių draugais?</b>	<i>Niekada (1b)</i>	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<i>Retai (2b)</i>	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<i>Kartais (3b)</i>	5	10,9	1	5,9	2	3	1	3	0	1	1	0	1	6
	<i>Dažnai (4b)</i>	16	34,8	3	17,6	3	2	14	8	4	3	2	2	0	19
	<i>Visada (5b)</i>	25	54,3	13	76,5	12	15	11	20	10	6	1	1	0	38
<b>VISO: vid – 4,5 balai; II</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>
<b>4. Ar Tu stengiesi dėti visas pastangas siekdamas</b>	<i>Niekada (1b)</i>	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<i>Retai (2b)</i>	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<i>Kartais (3b)</i>	2	4,3	0	0,0	1	0	1	2	0	0	0	0	0	2
	<i>Dažnai (4b)</i>	13	28,3	5	29,4	5	4	9	10	5	2	1	0	0	18

<i>sėkmės?</i>	<i>Visada (5b)</i>	31	67,4	12	70,6	11	16	16	19	9	8	3	3	1	43
<b>VISO: vid – 4,7 balai; I</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>
<b>5. Ar Tu pasitiki savo pasirengimo lygiu ir treniruotėmis?</b>	<i>Niekada (1b)</i>	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<i>Retai (2b)</i>	2	4,3	0	0,0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	2
	<i>Kartais (3b)</i>	5	10,9	2	11,8	2	1	4	5	1	1	0	0	0	7
	<i>Dažnai (4b)</i>	12	26,1	11	64,7	7	8	8	12	5	5	0	1	0	23
	<i>Visada (5b)</i>	27	58,7	4	23,5	8	10	13	13	7	4	4	2	1	31
<b>VISO: vid – 4,3 balai; IV-VI</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>
<b>6. Ar pasitiki savo gebėjimu vyti, kai esi atsilikęs?</b>	<i>Niekada (1b)</i>	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<i>Retai (2b)</i>	1	2,2	1	5,9	0	1	1	1	0	1	0	0	0	2
	<i>Kartais (3b)</i>	2	4,3	1	5,9	2	0	1	1	1	0	0	0	1	3
	<i>Dažnai (4b)</i>	19	41,3	7	41,2	7	6	13	14	6	3	2	1	0	26
	<i>Visada (5b)</i>	24	52,2	8	47,1	8	13	11	15	7	6	2	2	0	32
<b>VISO: vid – 4,4 balai; III</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>
<b>7. Ar Tu pasitiki savo jėgomis per varžybas?</b>	<i>Niekada (1b)</i>	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<i>Retai (2b)</i>	1	2,2	1	5,9	0	1	1	1	1	0	0	0	0	2
	<i>Kartais (3b)</i>	7	15,2	2	11,8	5	0	4	3	5	1	0	0	0	9
	<i>Dažnai (4b)</i>	15	32,6	6	35,3	4	5	12	12	2	4	1	1	1	21
	<i>Visada (5b)</i>	23	50,0	8	47,1	8	14	9	15	6	5	3	2	0	31
<b>VISO: vid – 4,3 balai; IV-VI</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>

14 kl. Bendravimo įgūdžių tyrimas															
Klausimas	Atsakymas	Vaikiniai		Merginos		Klasė			Sportavimo kartai per savaitę						VISO
		N	%	N	%	6 KL	7 KL	8 KL	4	5	6	7	9	10	
		<b>1. Aš lengvai bendrauju su treniruočių draugais</b>	<i>Niekada (1b)</i>	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	
<i>Retai (2b)</i>	1		2,2	0	0,0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1
<i>Kartais (3b)</i>	5		10,9	1	5,9	3	1	2	4	0	1	0	0	1	6
<i>Dažnai (4b)</i>	15		32,6	7	41,2	7	3	12	10	6	3	0	3	0	22
<i>Visada (5b)</i>	25		54,3	9	52,9	7	15	12	16	8	6	4	0	0	34
<b>VISO: vid – 4,4 balai; I-II</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>
<b>2. Žaisdamas su draugais pamirštu visus rūpesčius</b>	<i>Niekada (1b)</i>	1	2,2	0	0,0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1
	<i>Retai (2b)</i>	2	4,3	0	0,0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	2
	<i>Kartais (3b)</i>	6	13,0	1	5,9	3	1	3	4	1	2	0	0	0	7
	<i>Dažnai (4b)</i>	22	47,8	6	35,3	10	6	12	14	5	3	2	3	1	28
	<i>Visada (5b)</i>	15	32,6	10	58,8	2	12	11	11	8	4	2	0	0	25
<b>VISO: vid – 4,2 balai; IV</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>
<b>3. Esu kalbus, bendraudamas su nepažystamais žmonėmis</b>	<i>Niekada (1b)</i>	4	8,7	1	5,9	4	1	0	2	1	2	0	0	0	5
	<i>Retai (2b)</i>	6	13,0	1	5,9	4	3	0	4	2	1	0	0	0	7
	<i>Kartais (3b)</i>	15	32,6	4	23,5	3	6	10	10	4	3	0	2	0	19
	<i>Dažnai (4b)</i>	10	21,7	6	35,3	4	5	7	10	2	2	1	1	0	16
	<i>Visada (5b)</i>	11	23,9	5	29,4	2	5	9	5	5	2	3	0	1	16
<b>VISO: vid – 3,5 balai; VII</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>
<b>4. Tarp treniruočių draugų jaučiuosi geriau nei būdamas vienas</b>	<i>Niekada (1b)</i>	1	2,2	0	0,0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1
	<i>Retai (2b)</i>	0	0,0	1	5,9	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1
	<i>Kartais (3b)</i>	6	13,0	0	0,0	3	0	3	2	3	1	0	0	0	6
	<i>Dažnai (4b)</i>	21	45,7	7	41,2	7	7	14	13	5	6	1	3	0	28
	<i>Visada (5b)</i>	18	39,1	9	52,9	6	13	8	15	6	3	3	0	0	27
<b>VISO: vid – 4,3 balai; III</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>
<b>5. Man smagu padėti</b>	<i>Niekada (1b)</i>	1	2,2	0	0,0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1
	<i>Retai (2b)</i>	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

<b>draugams, net jei nelengva tai daryti</b>	<i>Kartais (3b)</i>	12	26,1	1	5,9	5	4	4	4	4	2	1	2	0	13
	<i>Dažnai (4b)</i>	22	47,8	7	41,2	6	9	14	16	5	5	1	1	1	29
	<i>Visada (5b)</i>	11	23,9	9	52,9	6	6	8	10	5	3	2	0	0	20
<b>VISO: vid – 4,1 balai; V</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>
<b>6. Manau, kad didžiausią džiaugsmą gyvenime teikia bendravimas</b>	<i>Niekada (1b)</i>	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<i>Retai (2b)</i>	3	6,5	1	5,9	1	2	1	3	1	0	0	0	0	4
	<i>Kartais (3b)</i>	13	28,3	1	5,9	3	3	8	8	1	2	1	1	1	14
	<i>Dažnai (4b)</i>	16	34,8	6	35,3	7	6	9	7	6	6	1	2	0	22
	<i>Visada (5b)</i>	14	30,4	9	52,9	6	9	8	13	6	2	2	0	0	23
<b>VISO: vid – 4,0 balai; VI</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>
<b>7. Man smagu bendrauti su treneriu</b>	<i>Niekada (1b)</i>	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<i>Retai (2b)</i>	1	2,2	0	0,0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1
	<i>Kartais (3b)</i>	5	10,9	1	5,9	1	2	3	2	2	0	2	0	0	6
	<i>Dažnai (4b)</i>	17	37,0	7	41,2	7	5	12	12	5	4	0	2	1	24
	<i>Visada (5b)</i>	23	50,0	9	52,9	9	12	11	16	7	6	2	1	0	32
<b>VISO: vid – 4,4 balai; I-II</b>		<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>100,0</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>