

SPORTUOJANČIŲ IR NESPORTUOJANČIŲ PAAUGLIŲ SAVĖS PAŽINIMO ĮGŪDŽIŲ RAIŠKA

Darius Masiliauskas

Šiaulių universitetas, Edukologijos fakultetas

Įvadas

Sportinė veikla kelia žmogui daugybę dorovinių principų. Joje slypi humaniškoji asmenybės ugdymo esmė. Sportuojantis žmogus pasirengia atlikti savo socialines funkcijas. Fizinė veikla sporte priskiriama prie pedagoginių reiškinių, todėl ji negali atsiriboti nuo asmenybės ugdymo problemų. Sportas padeda tobulinti tarpasmeninius santykius su savo partneriais, priešininkais, treneriais, teisėjais, organizatoriais ir pan. (Tamošauskas, 2000). Šiame kontekste svarbu atkreipti dėmesį į tai, jog daugelyje ekonomiškai išsivysčiusių šalių įsitikinimas, kad judėjimo aktyvumas, padeda išsaugoti ir stiprinti sveikatą, jau tapo kultūros dalimi. O aktyvus laisvalaikio leidimas, pasak K. W. Bressler, D. Parker (2000), E. Pospiech (Поспех, 2006) neatskirama žmonių gyvenimo dalimi ir įpročiu, kuris stiprina fizinį pajėgumą, gerina nervų sistemos veiklą.

Vis dėlto daugelis Lietuvos ir pasaulio mokslininkų (Blauzdys, 1991; Kairytė, 1994; Zuoženė, 1998; Kardelis, 2001; Bressler, Parker 2000; Pospiech, 2006) pažymi, jog *šiandien sportinė veikla ne visada yra kasdieninės žmonių veiklos dalis, o dėl mažo fizinio aktyvumo žmonės patiria negatyvių fizinį ir socialinių pasekmių. Fizinio aktyvumo mažėjimo, t. y. vengimo užsiimti reguliaria fizine veikla, problema šiuolaikinėje visuomenėje ypatingai ryškėja ir paauglių, kaip amžiaus ir socialinės grupės, tarpe. To pasekoje paaugliai vis dažniau patiria organizmo nusilpimą bei kūno suglebimą (išsivysto psichofizinė patologija), serga įvairiomis ligomis, mažėja jų darbingumas ir stebimos tingumo bei abejingumo apraiškos.* Tokios pasekmės paprastai identifikuojamos tuomet, kai judesių kaita sumažėja bent porą kartų per savaitę. Hipokinezė atskleista ir 2005–2006 metų tarptautiniame mokinių gyvenamosios HBSC tyrime (Health Behavior in Schoolaged children, 2008). Išsiaiškinta, kad tik ketvirtadalis 11–15 m. Lietuvos paauglių kasdien mažiausiai valandą juda. Be to, Lietuvos kūno kultūros asociacijos 2005 m. Lietuvos moksleivių fizinio aktyvumo tyrimo duomenimis, 85,5 proc. mokinių fizinis aktyvumas neatitinka Pasaulio sveikatos organizacijos rekomendacijų.

Sportuojančių ir nesportuojančių paauglių problematikos kontekste svarbu pabrėžti, jog paauglystėje ryškiausiai pastebima tai, jog bręsta nauja asmenybė, formuojasi pasaulėžiūra, doroviniai įsitikinimai, idealai, vertinimo sprendimai, kuriais žmo-

gus pradeda vadovautis. Anot B. Grigaitės (2006), žmogus paauglystės periodu pradeda domėtis saviimi, savo vidiniu pasauliu, atsiranda poreikis įvertinti save ir palyginti su kitais. Kita vertus, paauglystėje ryškėja ir tam tikri subrendimo elementai. Besiformuojantis subrendimo jausmas yra svarbiausias psichologinis darinys, kuris identifikuojamas kaip subjektyvus požiūris į save, kaip į suaugusįjį, pasirengimo būti suaugusiųjų kolektyvo visaverčiu nariu išgyvenimas. Akcentuotina, jog tik sveikas ir puikiai besijaučiantis paauglys gali sėkmingai prisitaikyti prie nuolat besikeičiančios aplinkos, būti aktyvus ir sėkmingai įveikti gyvenimo sunkumus (Juškelienė, 2007, 2008). Visa tai neatsiejama nuo savės pažinimo, t. y. *paauglys intensyviai pažįsta ne tik aplinkinį pasaulį, bet ir save patį, savo išgyvenimus, savąjį „aš“.* Gebėjimas pažinti save vadinamas savimone, kuri pasireiškia žinių apie save turėjimu, savo ypatybių, elgesio, vietos bei vaidmens visuomenėje žinojimu (Jovaiša, 1981). *Savės pažinimas yra siejamas su gebėjimais pažinti ir įvertinti savo asmenybės ypatumus, pranašumus ir trūkumus, o tai svarbu pradedant ir plėtojant komunikacinius ryšius su įvairiais žmonėmis ar nuspėjant savo elgesį stresinėse situacijose* (Bulotaitė, Gudžinskienė, 2003). Savės pažinimą, anot R. Raudeliūnaitės (2007), apibūdina įgūdžiai, kurie skirstomi į tokius komponentus: *savistaba ir savianalizė. Pastarųjų įgūdžių raiška leidžia spręsti apie tai, kaip paauglys geba save stebėti, analizuoti, domėtis, ieškoti savo elgesio ar veiksmų sprendimų. Be to, savės pažinimo įgūdžių raiškos intensyvumas neatsiejamas nuo paauglių integravimosi į visuomenę sėkmingumo.* Šiame kontekste formuluojamas tyrimo **probleminis klausimas:** *Kaip reiškiasi sportuojančių ir nesportuojančių paauglių savės pažinimo įgūdžiai?*

Tyrimo tikslas – nustatyti sportuojančių ir nesportuojančių paauglių savės pažinimo įgūdžių raišką.

Tyrimo uždaviniai: Ištirti sportuojančių ir nesportuojančių paauglių savistabos ir savianalizės įgūdžių raišką lyties ir fizinio aktyvumo aspektais.

Tyrimo metodai: mokslinės literatūros analizė, anketinė apklausa, tyrimo duomenų kiekybinė analizė.

Tyrimo metodika ir organizavimas. Pasirinkta kiekybinio tyrimo prieiga, kuri sudaro galimybę prognozuoti priežastinius ryšius bei teikti praktines

rekomendacijas. Kiekybinis tyrimas realizuotas taikant apklausos metodą. Tyrimui atlikti adaptuotas R. Raudeliūnaitės (2007) parengtas klausimynas, kuriuo siekta atskleisti paauglių savęs pažinimo įgūdžių raišką. Klausimyną sudarė tokie diagnostiniai blokai:

- *demografinis blokas*: lytis, amžius;
- *fizinio aktyvumo tipo blokas*, suskirstytas į tris kategorijas:
 - 1) paauglys aktyviai sportuoja, nes lanko sporto šakos treniruotes ir dalyvauja varžybose;
 - 2) paauglys sportuoja, tačiau nereguliariai lanko sporto šakos treniruotes ir nesiekia sportinių rezultatų;
 - 3) paauglys nesportuoja ir sporto treniruotčių nelanko;
- *paauglių savęs pažinimo įgūdžių blokas*, kurį sudarė klausimai apie savęs pažinimo įgūdžių – savistabos ir savianalizės – raišką; tiriant dešimtukų savęs pažinimo įgūdžių raišką, taikytas gebėjimus išreiškiančių veiksmų stabilumas (retai, nelabai dažnai, dažnai).

Tyrimas vykdytas 2011 m. rugsėjo–lapkričio mėn. Apklausoje dalyvavo 95 Šiaulių miesto gimnazistai (N = 50 merginų ir N = 45 vaikinai). Tyrimo imtis sudaryta taikant tikslinės atrankos metodą. Duomenų kiekybinė analizė atlikta SPSS statistinės analizės ir Microsoft Excel kompiuterinėmis programomis. Straipsnyje tyrimo duomenų rezultatai pateikiami lentelėse (procentine išraiška).

Tyrimo rezultatai ir jų interpretacija

Sportuojančio asmens (taip pat ir paauglio) savęs pažinimas – savianalizė ir savistaba – svarbus siekiant teisingai įvertinti turimas ir / arba suteiktas galimybes, pasirinkti tinkamą veiklą (tiek sportinę, tiek ir nesportinę) ir panaudoti savo potencialias galimybes (Šniras, Malinauskas, 2006). Bet kuriam sportuojančiam asmeniui ypač aktualus savęs pažinimo įgūdis – savianalizė. Procesu metu paauglys turi galimybę atsigręžti į save, analizuoti savo elgesį, jaus-

mus, ketinimus, juos įvertinti, atsižvelgdamas į kitų nuomonę (Karoblis, 2005). Čia akcentuotina ir tai, jog sportinėje veikloje modeliuojamos fizinės ir psichinės įtampos, kurios pasikartoja ir mūsų kasdieniniame gyvenime. Šiuo atveju pravartu būtų pabrėžti savitvardos svarbą. Pereinamaisiais laikotarpiais iš autokratinio režimo į demokratiją pastebima suirutė ne tik politinėje, ekonominėje, socialinėje sferose, bet ir žmogaus psichologijoje, galima laukti savitvardos įgūdžių sušlubavimo, agresyvumo apraiškų pagausėjimo. Dėl savitvardos trūkumo imama neigti savo emocijas. Žmonės, nepajėgiantys savęs kontroliuoti, nesutinka, jog jie pilni pykčio, nes išreikšti jį būtų per daug destruktvyvu (Tamošauskas, 2000).

Sporto praktika, ryškiau negu natūralus gyvenimas, atskleidžia jaunosios kartos dorovines vertybes, o sportinis patyrimas skatina ilgalaikius gyvenimiškus su sveikata susijusius fizinio aktyvumo įgūdžius (Miškinis, 2002). *Savistaba, kaip savęs pažinimo komponentas, reiškia, jog paaugliams (tiek sportuojantiems, tiek ir nesportuojantiems) formuojasi svarbūs psichikos bruožai, kurių pagrindu ugdomasi asmens sugebėjimas analizuoti savo poelgius, susidaro sąlygos formuotis valingam dėmesiui*. Sportinė veikla, teigiamai lavina savistabą, nes sportuojantis paauglys nuolatos gauna vienokių ar kitokių nurodymų iš trenerio, o vėliau pastarasis atlieka paauglio veiksmų įvertinimą. Gebėjimas stebėti savo morfofunkcinį kūno tobulėjimą, sportuojantįjį verčia domėtis savo kūno sandara ir nuodugniau jį pažinti.

Tyrimo rezultatai, analizuojant juos lyties ir sportavimo aktyvumo aspektais (1 lentelė), leidžia teigti, jog savistabą dažnai atlieka aktyviai (61,9 proc.) ir neaktyviai (65 proc.) sportuojantys vaikinai, o dauguma nesportuojančių vaikinių savistaba užsiima retai (60 proc.). Tuo tarpu dažniausiai savistabą atliekančios paauglės priklauso kategorijoms „aktyviai sportuojančios“ ir „neaktyviai sportuojančios“ (atitinkamai 92,4 proc. ir 85 proc.). Atkreiptinas dėmesys į tai, jog savistabos įgūdis labiau išreikštas nesportuojančių paauglių merginų (73,9 proc.) nei tarpe nesportuojančių paauglių vaikinių (18,3 proc.).

1 lentelė. *Paauglių savistabos raiška (lyties ir fizinio aktyvumo aspektai)* (proc.) (N = 95)

Tyrimo dalyviai	Vaikinai			Merginos		
	Retai	Nelabai dažnai	Dažnai	Retai	Nelabai dažnai	Dažnai
Aktyviai sportuojantys	9,9	28,2	61,9	0	7,6	92,4
Neaktyviai sportuojantys	20	15	65	0	15	85
Nesportuojantys	60	21,7	18,3	15,9	10,2	73,9

Pagrindžiant empirinio tyrimo rezultatus, galima teigti, jog tikėtina tai, kad savistaba užsiiminėti skatina branda, kuri suaktyvėja paauglystėje (Grigaitė, 2006). Psichologiniai tyrimai aktualizuoja duo-

menis, kuriais remiantis pripažįstama, jog mokiniai, neišsiugdę elgesio savistabos įvairiose situacijose, sunkiau prisitaiko naujose aplinkose. Be to, tokiu atveju paaugliams stinga dorovinių socialinių ar si-

tuacinių įgūdžių. Visa tai vėliau gali lemti sudėtingesnius tarpusavio santykius su kitais žmonėmis, prastą psichologinę savijautą mokykloje bei namuose (Markauskienė, 1998). Siejant atlikto empirinio tyrimo rezultatus ir teorines prielaidas, galima teigti, jog dėl minėtų priežasčių tiek nesportuojančios, tiek aktyviai ir neaktyviai sportuojančios merginos domisi savo elgesiu įvairiose situacijose, nori žinoti, kaip jas vertina kiti žmonės bei ką sugeba padaryti gerai, ir stebi savo kūno pasikeitimus. Sportuojančiam paaugliui pastarųjų savistabos įgūdžio elementų ugdymui(si) ir jų tobulinimui(si) ypatingas vaidmuo tenka treneriui. Toks paauglys ir jį ugdantis treneris sportinių užsiėmimų (treniruočių) metu aptaria, analizuoja, stebi tai, ką vaikinai ir / arba mergina daro tinkamai / netinkamai. Tokia pagalba sportuojančiam paaugliui padeda priimti reikiamą sprendimą tam tikroje situacijoje. Visa tai lemia, jog sportuojantis individas yra geriau išvystęs savianalizės įgūdį. Aukščiau aptartus tyrimo rezultatus patvirtina ir kitų autorių (Miškino, 2002; Karoblio, 2005; Šniro, Malinausko, 2006 ir kt.) atlikti panašūs tyrimai.

Savianalizė, kaip savęs pažinimo komponentas, reiškia, jog paaugliai (tiek sportuojantys, tiek ir nesportuojantys) turėtų dabartinius pasiekimus lyginti su ankstesniais bei numatyti tolesnius veiklos tikslus ir jų siekimo strategijas. Tai jaunuoliui padeda suprasti stipriąsias ir silpnąsias puses, priimti sprendimus apie daromą pažangą ir pasiekimus bei įsivertinti savo ugdymo rezultatus (Šaparnis, Šaparnienė, Tamošiūnas, Kukemelk, Luik, Sojinen, 2010).

Tyrimo rezultatai, analizuojant juos lyties ir sportavimo aktyvumo aspektais (2 lentelė), leidžia teigti, jog savianalizę linkusios dažniau atlikti merginos nei vaikinai. Dažniausiai savianalizę atlieka aktyviai (89,8 proc.) ir neaktyviai (73,4 proc.) sportuojančios merginos bei daugiau kaip pusė nesportuojančių merginų (54,6 proc.). Pastarojo reiškinio atsiradimui įtakos turi tai, jog paauglystėje merginos labiau pradeda domėtis savimi, savo vidiniu pasauliu, atsiranda poreikis įvertinti save ir palyginti su kitais (Grigaitė, 2006). Vaikinai, daugiausia dėmesio skiriantys savianalizei, priklauso kategorijoms „neaktyviai sportuojantys“ (60 proc.), „aktyviai sportuojantys“ (40,1 proc.).

2 lentelė. *Paauglių savianalizės raiška (lyties ir fizinio aktyvumo aspektai)* (proc.) (N = 95)

Tyrimo dalyviai	Vaikinai			Merginos		
	Retai	Nelabai dažnai	Dažnai	Retai	Nelabai dažnai	Dažnai
Aktyviai sportuojantys	20	39,9	40,1	0	10,2	89,8
Neaktyviai sportuojantys	24,4	15,6	60	13,3	13,3	73,4
Nesportuojantys	75,6	15,5	8,9	16,6	28,8	54,6

Apibendrinant empirinio tyrimo rezultatus, teigtina, jog sportuojantys mokiniai aptaria su treneriu savo jausmus, patirtus varžybose, treniruotėse. Dėl to lavėja sportuojančių paauglių savianalizės įgūdis, kuris, anot P. Karoblio (2005), padeda įvertinti savo santykius su tikrove, su treneriu, su aplinkiniais žmonėmis. Paauglys atsigręžia į save, analizuoja savo elgesį, jausmus, ketinimus, juos įvertina, atsižvelgia į kitų nuomonę. Manytina, kad dėl pastarosios priežasties sportuojantys mokiniai skiria savo gerąsias ir blogąsias savybes, ieško blogo elgesio priežasčių savo, o ne kitų žmonių elgesyje bei įvardija tai, ką jaučia.

Apibendrinant sportuojančių ir nesportuojančių paauglių savęs pažinimo įgūdžių raiškos tyrimo rezultatus, aiškėja, jog fizinio aktyvumo aspektu sportuojančių mokinių savęs pažinimo įgūdis yra labiau išlavėjęs už nesportuojančių mokinių. Tuo tarpu lyties aspektu stebima tai, jog savęs pažinimu dažniau užsiima merginos nei vaikinai. Taigi, nesportuojančių vaikinių savęs pažinimas yra išreikštas silpniausiai iš visų tiriamųjų. Manytina, jog turintys išlavėjusius savęs pažinimo įgūdžius paaugliai dažnai geba tinkamai atlikti savianalizę ir savistabą, realiau vertina

savo atliekamus veiksmus įvairioje socialinėje aplinkoje bei priima tinkamus sprendimus, nagrinėdami atsiradusias problemas (Miškini, 2002). O sportinė veikla yra aplinka, kurioje galima ugdyti ne tik tam tikrai sporto šakai būdingesnes ir reikalingesnes savybes, bet ir apskritai teigiamas asmenybės savybes (Šukys, 2005). S. Šukys teigia, kad sportinę veiklą galima vertinti kaip supaprastintą gyvenimo modelį, kuris naudingas asmenybės socializacijai bei kitų savybių ugdymuisi. J. Coakley (1992) ir kitų autorių tyrimai pagrindė sporto reikšmę asmenybės socializacijai bei asmens vertybių puoselėjimui.

Išvados

1. Savistabos ir savianalizės įgūdžiai tiek sportuojančiam, tiek ir nesportuojančiam paaugliui leidžia spręsti apie tai, kaip jis geba save stebėti, analizuoti, ieškoti savo elgesio ar veiksmų sprendimų pasekmių. Paauglio savęs pažinimas (savianalizė ir savistaba) svarbus siekiant įvertinti turimas ir / arba suteiktas galimybes pasirinkti tinkamą veiklą (tiek sportinę, tiek ir nesportinę) ir panaudoti savo potencialias galimybes užsiimti tokia veikla ir ją plėtoti.

2. Savistabą dažnai atlieka aktyviai ir neaktyviai sportuojantys vaikinai, o tuo tarpu dauguma nesportuojančių vaikinių savistaba užsiima retai.
3. Dažniausiai savistabą atliekančios paauglės priklauso kategorijoms „aktyviai sportuojančios“ ir „neaktyviai sportuojančios“.
4. Savistabos igūdis labiau išreikštas tarp nesportuojančių paauglių merginų nei nesportuojančių paauglių vaikinių.
5. Savianalizę linkusios dažniau atlikti merginos nei vaikinai. Dažniausiai savianalizę atlieka aktyviai ir neaktyviai sportuojančios merginos bei daugiau kaip pusė nesportuojančių merginų.
6. Vaikinai, daugiausia dėmesio skiriantys savianalizę, priklauso kategorijoms „neaktyviai sportuojantys“, „aktyviai sportuojantys“.
7. Zuožienė J., 1998, Kūno kultūros ir sveikos gyvensenos žinių įtaka moksleivių fiziniam aktyvumui. *Daktaro disertacija*. Kaunas.
8. Kardelis K., Kavaliauskas S., Blazeris V., 2001, Mokyklinė kūno kultūra: realijos ir perspektyvos. *Monografija*. Kaunas.
9. Karoblis P., 2005, *Sportinio rengimo teorija ir didaktika*. Vilnius.
10. Markauskienė N., 1998, *Vaiko vystymasis ir priežiūra*. Kaunas.
11. Miškinis K., 2002, *Sporto pedagogikos pagrindai*. Kaunas: LKKA.
12. Raudeliūnaitė R., 2007, *Sutrikusio regėjimo paauglių socialiniai igūdžiai ir jų ugdymo pedagoginės prielaidos*. Šiauliai.
13. Jovaiša L., 1981, *Asmenybė ir profesija*. Kaunas: Šviesa.
14. Juškeliene V., 2007, *Visuomenės sveikatos įvadas: sveikatos samprata, sveikatos rizikos ir palaikantys veiksniai*. Mokymo metodinė priemonė. Vilnius: Vilniaus pedagoginis universitetas.
15. Juškeliene V., 2008, *Visuomenės sveikatos įvadas: sveikatos stiprinimas*. Mokymo metodinė priemonė. Vilnius: Vilniaus pedagoginis universitetas.
16. Šaparnis G., Šaparnienė D., Tamošiūnas T., Kukeckel H., Luik P., Sojinen M., 2010, The Expression of Youth Attitudes towards Multifaceted Self-Appraisal: Context of Estonia, Finland and Lithuania. *Socialiniai tyrimai*. Nr. 2 (19). Šiauliai: VšĮ Šiaulių universiteto leidykla.
17. Šniras Š., Malinauskas R., 2006, *Moksleivių socialinių igūdžių ugdymas*. Kaunas: LKKA.
18. Šukys S., 2005, *Socialiniai, etiniai sporto aspektai*. Kaunas: LKKA.
19. Посьпех Е., 2006, Критерии качества физической культуры в европейской перспективе. *Физическая культура: воспитание, образование, тренировка*. Nr. 3. С. 49–54.

Literatūra

1. Blauzdys V., 1991, *Miesto mokyklų V–XII klasių mokinių kūno kultūros padėtis ir mokymo perspektyvos*. Vilnius: Pedagogikos MTI.
2. Bressler K. W., Parker D., 2000, *Yoga baby: exercises to help to you bout with your baby physsically, emotionally and spiritually*. New York, NY: Broadway books.
3. Bulotaitė L., Gudžinskienė E., 2003, *Gyvenimo igūdžių ugdymas*. Vilnius: Baltijos kopija.
4. Coakley J., 1992, Burnout among adolescents athletes: A personal failuke or social problem? *Sociology of sport Journal*. No. 33. P. 231–244.
5. Grigaitė B. 2006, *Asmenybės raidos psichologija: paskaitų konspektai*. Kaunas.
6. Kairytė R., 1994, Fizinio aktyvumo poveikis vyresniojo amžiaus mokinių kai kurioms organizmo funkcijoms. *Sporto mokslo žinios*. Vilnius.

EXPRESSION OF SKILLS OF SELF-COGNITION IN TEENAGERS GOING AND NOT GOING IN FOR SPORTS

Darius Masiliauskas

Summary

The research aim is to estimate the expression of skills of self-cognition in teenagers going and not going in for sports. To achieve the research aim, the quantitative research approach was chosen and the survey method was applied., The questionnaire worked out by R. Raudeliūnaitė (2007) was adapted for carrying out the research. The questionnaire consisted of the following diagnostic blocks: the demographic block; the physical activity type block (a teenager actively goes in for sports because he attends sports training in a certain discipline and takes part in competitions; a teenager goes in for sports but irregularly attends sports training in a certain discipline and does not aim at achievements in sports; a teenager does not go in for sports and does not attend sports training); the teenagers' self-cognition skills block.

The conducted research revealed that introspection was usually performed by the boys actively and inactively going in for sports, whereas the majority of boys not going in for sports performed introspection rarely. Girls who usually performed introspection belonged to the categories of “actively going in for sports” and “inactively going in for sports”. On the other hand, it is important to pay attention to the fact that introspection skills were more expressed among girls not going in for sports in comparison to boys not going in for sports. Girls were more inclined to perform self-analysis than

teenage boys were. Self-analysis was usually performed by girls actively and inactive going in for sports and by more than a half of girls not going in for sports. The latter result was yielded by girls' increased interested in themselves in the adolescence period, the appeared need for them to assess and compare themselves with others. Boys who paid the greatest attention to self-analysis belonged to the categories "inactive going in for sports" and "actively going in for sports".

Keywords: teenager going in for sports, teenager not going in for sports, introspection, self-analysis.

SPORTUOJANČIŲ IR NESPORTUOJANČIŲ PAAUGLIŲ SAVĖS PAŽINIMO ĮGŪDŽIŲ RAIŠKA

Darius Masiliauskas

Santrauka

Tyrimo tikslas – nustatyti sportuojančių ir nesportuojančių paauglių savės pažinimo įgūdžių raišką.

Tyrimui apklausos metodu atlikti adaptuotas R. Raudeliūnaitės (2007) parengtas klausimynas. Klausimyną sudarė demografinis, fizinio aktyvumo tipo (paauglys aktyviai sportuoja, nes lanko sporto šakos treniruotes ir dalyvauja varžybose; paauglys sportuoja, tačiau nereguliariai lanko sporto šakos treniruotes ir nesiekia sportinių rezultatų; paauglys nesportuoja ir sporto treniruočių nelanko); paauglių savės pažinimo įgūdžių blokai.

Atliktas tyrimas atskleidė, jog savistabą dažnai atlieka aktyviai ir neaktyviai sportuojantys vaikinai, dauguma nesportuojančių vaikinių savistaba užsiima retai. Dažniausiai savistabą atliekančios paauglės priklauso kategorijoms „aktyviai sportuojančios“ ir „neaktyviai sportuojančios“. Savistabos įgūdis labiau išreikštas nesportuojančių paauglių merginų nei nesportuojančių paauglių vaikinių. Labiau savianalizę linkusios atlikti merginos nei vaikinai. Dažniausiai savianalizę atlieka aktyviai ir neaktyviai sportuojančios merginos bei daugiau kaip pusė nesportuojančių merginų. Pastarąjį rezultatą lemia tai, jog paauglystėje merginos labiau pradeda domėtis savimi, atsiranda poreikis įvertinti save ir lyginti su kitais. Vaikinai, daugiausia dėmesio skiriantys savianalizei, priklauso kategorijoms „neaktyviai sportuojantys“, „aktyviai sportuojantys“.

Prasminiai žodžiai: sportuojantis paauglys, nesportuojantis paauglys, savistaba, savianalizė.

Įteikta 2012-05-14