

PAAUGLIŲ STRESO ĮVEIKOS STRATEGIJŲ IR KŪRYBIŠKUMO ŠAŠAJOS

Rasa Poškienė, Gintaras Butkus

Šiaulių universitetas, Edukologijos fakultetas

Įvadas

Paauglystė dažnai vertinamas kaip kritinis laikotarpis, kuriam būdingi intensyvūs pokyčiai tarpasmeninių santykių erdvėje ir savęs suvokimo kontekste. Paauglystėje atsiranda naujų interesų, kurie gali tapti konfrontacijos su aplinkiniu pasauliu priežastimi. Konfrontacijos sėkmingą išsprendimą apsunkina menkas paauglių tiek savo emocinių reakcijų, tiek gynybos mechanizmų ir streso įveikimo strategijų įsisąmoninimas. Būtent, menkų refleksinių gebėjimų ir interesų konfliktų kontekste paaugliai išveikina išreikštas afektines reakcijas (Navaitis, 2001; Vaičiulienė, 2004; Pikūnas, Palujanskienė, 2005; Juodraitis, 1999). P. Bloss (1979) paauglystę vertina kaip antrąją individualizacijos procesą, kurio metu paaugliai, priešindamiesi psichologiniam priklausomumui nuo juos globojančių asmenų, patiria save kaip asmenybes. Kita vertus, referentinės bendraamžių grupės dėka paaugliai vertina savo pačių veiksmus, plečia savivaizdį, lavina socialinius įgūdžius ir ugdo vertybes. Apibendrintai galima teigti, kad paauglystėje išgyvenama autonomiškumo – konformiškumo priešprieša, kuriai psichologiškai atlaikyti būtinas integracinių gebėjimų ugdymas (Winnicottas, 2000). Tikėtina, kad būtent kūrybiškumas gali būti tas svarbus resursas, kuris ne tik įgalina generuoti naujas idėjas, bet ir realizuoti streso įveikimo strategijų potencialą (Grakauskaitė-Karkockienė, 2003; Petrulytė, 2001). Kartu pažymėtina, kad būtent paaugliams būdingi tokie kūrybiškumo dėmenys, kaip: drąsa, rizika, azartiškumas (Lubart, Sternberg, 1998). Todėl tikėtina, kad kūrybiškumas ir efektyvių streso įveikimo strategijų ugdymas – du tarpusavyje susiję reiškiniai, dėl kurių integracijos paaugliai gali sėkmingiau įveikti kliūtis, spręsti tarpusavio konfliktus, atlaikyti emocines perkrovas. C. S. Carver, M. F. Scheier, J. K. Weintraub (1989) pažymi, kad streso įveikimo strategijos gali būti suskirstytos į tris sąlygines grupes. Pirmąją grupę sudaro strategijos, nukreiptos į problemos turinį, t. y. tokios strategijos, kuriomis siekiama įveikti stresines situacijas, aktyviai taikant kognityvines priemones. Tuo tarpu antrąją strategijų grupę sudaro stresinės situacijos sukeltų emocinių reakcijų malšinimo priemonės, kurios turi panašumo

į psichodinaminėje mokslinėje literatūroje išskiriamus antrinius, arba brandesnius, gynybos mechanizmus (McWilliams, 1994). Tikėtina, kad antrosios grupės strategijos mažiau efektyvios tiek pačios stresinės problemos sprendimo prasme, tiek menkesnio prieinamumo joms įsisąmoninti galimybių kontekste. Trečiąją grupę sudaro neadaptyvios strategijos, apimančios elgesio, mąstymo arba aktualios būsenos pakeitimus, piktnaudžiaujant alkoholiniais gėrimais, kartu nusišalinant tiek nuo problemos sprendimo, tiek nuo emocinių reakcijų adekvataus nuraminimo. Tokios strategijos psichodinaminėje mokslinėje literatūroje pateikiamos kaip pirminės, arba primityvios gynybos (McWilliams, 1994).

Tyrimo tikslas – įvertinti paauglių streso įveikimo strategijų ir kūrybiškumo ypatumus.

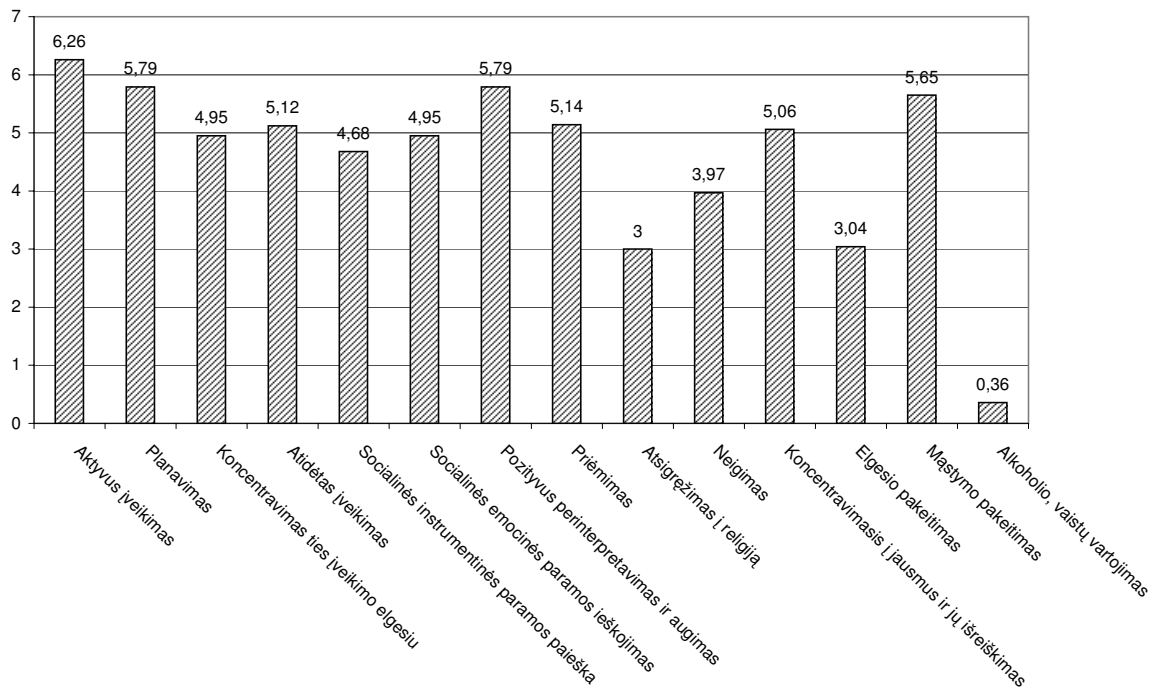
Uždaviniai: Nustatyti paauglių vartojamas streso įveikimo strategijas; įvertinti paauglių kūrybiškumo lygius ir palyginti juos lyties aspektu; įvertinti streso įveikimo strategijų ir kūrybiškumo statistinius ryšius.

Tyrimo metodika

Tyrimo duomenims rinkti taikytos dvi metodikos. Pirmoji – streso įveikos klausimynas (COPE), pagal kurį Lietuvoje jau anksčiau atlikta mokslinių tyrimų (Kalpokienė, Gudaitė, 2007; Kalpokienė, 2003). Antrąją metodiką – E. P. Torrance testu „Es-kizai“ – siekta nustatyti paauglių kūrybiškumą, remiantis gausumo, lankstumo, originalumo kriterijais (Petrulytė, 2001). Kiekybinis duomenų skaičiavimas atliktas SPSS paketo 17 versija (Vaitkevičius, Saudargienė, 2006; Čekanavičius, Murauskas, 2006). Tyrime dalyvavo 107 paaugliai nuo 13 iki 15 metų iš Kuršėnų miesto Pavenčių vidurinės mokyklos.

Tyrimo rezultatai ir analizė

Analizuojant paauglių vartojamas streso įveikimo strategijas, nustatyta, kad didžiausi vidurkiai aptinkami visų trijų grupių atstovaujamese streso įveikimo strategijose: aktyvaus įveikimo, planavimo, pozityvaus perinterpretavimo ir augimo bei mąstymo pakeitimo variantai. Tyrimo rezultatai pateikti 1 pav.



1 pav. Streso įveikimo strategijų vidurkiai (N = 107)

Atsižvelgiant į tyrimu nustatytas streso įveikimo strategijas, galima teigti, kad paaugliai probleminių situacijų įveikai taiko kognityvines priemones, efektyvias ir neefektyvias, t. y. mąstydami siekia išspęsti problemą arba ją bent sumenkinti, kartu privendami kooperacinių problemos sprendimų aspektų. R. Žukauskienės (2002) teigimu, paaugliams svarbu, kaip juos vertina bendraamžiai, todėl socialinės paramos ieškojimas tarp paauglių gali būti įvertintas kaip silpnumo ir bejėgiškumo ženklas, o tai savo ruožtu komplikuoju pozityvaus identiškumo formavimosi procesą, kuriam E. Eriksonas (2004) suteikė lemiamą paauglystėje psichosocialinę reikšmę. Kartu galima teigti, kad koncentravimasis į kognityvinius streso įveikimo aspektus kyla iš modernaus pasaulio eskaluojamo mąstymo viršenybės emocinių – kooperacinių asmenybės vertybių atžvilgiu. Bendravimas tarp asmenų nuskurdinamas dėl naujausių informacinių technologijų įsigalėjimo: socialiniai tinklai keičia betarpišką buvimą kartu, žinutės mobiliais telefonais menkina kalbines ir nekalbines bendravimo galimybes. Analizuojant paauglių retai vartojamas streso įveikimo strategijas, dėmesį atkreipia ir tas faktas, kad, nepaisant viešoje erdvėje deklaruojamos katalikiškos religinės kultūros, atsigręžimas į religi-

ją, kaip koncentracijos į transcendentinį nerimą atlaikančios jėgos panaudojimas, labai menkai paauglių praktikuojamas: vidurkis (3 balai) priešpaskutinis iš 14 strategijų. Tokie tyrimo duomenys natūraliai kelia klausimą – ar ateinančioms kartoms religija bus vertybė. Kita vertus, menka religinė orientacija stresinių situacijų išgyvenimo kontekste gali būti siejama su idealizavimo paauglystėje problema: išaukštintamas pasitikėjimas savimi, galios demonstravimas, žavimasi jėga, fiziniu grožiu, bet sumenkinamos dvasinės vertybės. Mažiausias streso įveikimo strategijų įverčių vidurkis – streso sukeltų neigiamų išgyvenimų pakeitimas svaiginimusi alkoholiu ir vaistų pseudoraminauoju poveikiu. Tyrimo metu nustatytas labai žemas šios strategijos išplitimas (vidurkis 0,36) neatitinka kitų tyrimų duomenų. H. S. Koplewicz (2002) atlikto tyrimo Niujorko universiteto Vaiko studijavimo centre rezultatais nustatyta, kad paaugliai, stresinėse situacijose patyrę depresinius išgyvenimus, linkę piktnaudžiauti vaistų ir alkoholio sukeliama svaiginančiąja būseną. Atsižvelgiant į prieštaraujančius mokslinių tyrimų duomenis dėl paauglių piktnaudžiavimo svaiginančiomis medžiagomis, tikėtina, kad tiriamieji galimai gynybiškai reagavo į jiems „nesaugius“ klausimus.

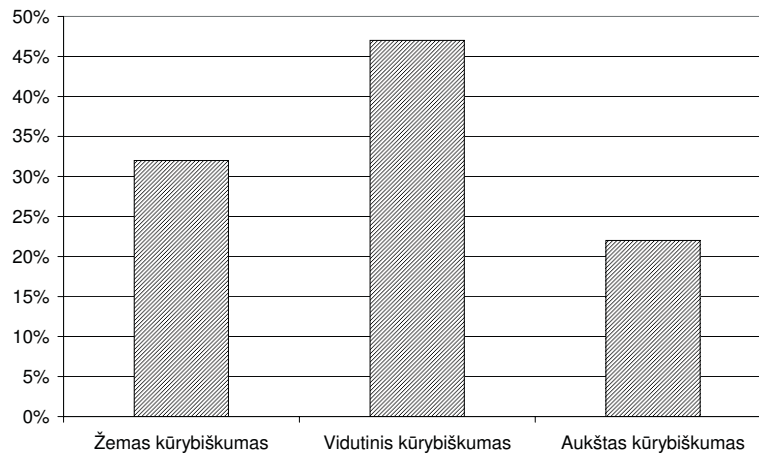
1 lentelė. *Vaikinių ir merginų palyginimas pagal streso įveikimo strategijas*

Streso įveikimo strategijos		Lytis	Tiriamieji	Vidurkis	Standartinis nuokrypis	t	p
Į problemas nukreiptas įveikimas	Aktyvus įveikimas	Mergina	57	6,63	2,084	1,876	0,063
		Vaikinas	50	5,84	2,280		
	Planavimas	Mergina	57	5,88	2,147	0,352	0,726
		Vaikinas	50	5,70	3,039		
	Koncentravimasis ties įveikimo elgesiu	Mergina	57	5,35	2,364	2,072	0,041*
		Vaikinas	50	4,50	1,799		
	Atidėtas įveikimas	Mergina	57	5,18	2,080	0,277	0,783
		Vaikinas	50	5,06	2,235		
	Socialinės instrumentinės paramos paieška	Mergina	57	4,96	2,725	1,161	0,248
		Vaikinas	50	4,36	2,648		
Į emocijas nukreiptas įveikimas	Socialinės emocinės paramos ieškojimas	Mergina	57	5,89	3,045	3,818	0,000*
		Vaikinas	50	3,88	2,300		
	Pozityvus perinterpretavimas ir augimas	Mergina	57	6,46	2,071	3,265	0,001*
		Vaikinas	50	5,02	2,478		
	Priėmimas	Mergina	57	5,40	2,078	1,21	0,229
		Vaikinas	50	4,84	2,728		
	Atsigrėžimas į religiją	Mergina	57	3,23	2,803	0,94	0,349
		Vaikinas	50	2,74	2,530		
	Neigimas	Mergina	57	4,23	2,383	1,242	0,217
		Vaikinas	50	3,68	2,152		
Mažiau adaptyvus, efektyvus įveikimas	Koncentravimasis į jausmus ir jų išreiškimas	Mergina	57	5,70	2,420	2,942	0,004*
		Vaikinas	50	4,32	2,428		
	Elgesio pakeitimas	Mergina	57	3,02	2,240	0,039	0,926
		Vaikinas	50	3,06	2,461		
	Mąstymo pakeitimas	Mergina	57	6,05	2,231	2,179	0,032*
		Vaikinas	50	5,00	2,763		
	Alkoholio, vaistų vartojimas	Mergina	57	0,32	0,602	-0,583	0,561
		Vaikinas	50	0,40	0,881		

Palyginus vaikinių ir merginų streso įveikimo strategijas, nustatytas statistiškai reikšmingas grupių skirtumas strategijoje *koncentravimasis ties įveikimo elgesiu* ($t = 2,027$; $p = 0,041$). Merginų šis streso įveikimo strategijos vidurkis 5,53 yra aukštesnis nei vaikinių – 4,50. Tad galima kelti prielaidą, kad merginos streso potyriui suteikia didesnę subjektyvią vertę nei vaikinai. Kiti statistiškai reikšmingi skirtumai tarp vaikinių ir merginų užfiksuoti šiose strategijose: *socialinės emocinės paramos ieškojimas* ($t = 3,818$; $p = 0,000$), merginų streso įveikimo strategijos vidurkis – 5,89, vaikinių – 3,88; *pozityvus perinterpretavimas ir augimas* ($t = 3,265$; $p = 0,001$), merginų streso įveikimo strategijos vidurkis 6,46 yra aukštesnis nei vaikinių – 5,02; *koncentravimasis į jausmus ir jų išreiškimas* ($t = 2,942$; $p = 0,004$), merginų streso įveikimo strategijos vidurkis yra 5,7, vaikinių – 4,32; *mąstymo pakeitimas* ($t = 2,179$; $p = 0,032$), merginų streso įveikimo strategijos vidurkis yra 6,05, vaikinių – 5,0. Raidos specialistai pažymi, jog paauglystės viduryje merginų socializacijai labai svarbus artimumo ir priklausymo siekimas (Žukauskienė, 2002).

Galima teigti, kad streso metu merginoms labiau būdinga susitelkti ties tuo, kas patiriama, ir išreikšti savo jausmus, nes nuolatinis gilinimasis į jausmus gali atitraukti žmogų nuo aktyvaus įveikimo. Taip pat merginos streso metu labiau remiasi įvairove veiksmų, kurie atitraukia paaugles nuo galvojimo apie elgesio būdus ar tikslus, su kuriais susijęs stresorius, ar kurių siekimui jis sutrukdė. K. Y. Huang, B. G. Mujtaba (2009) teigimu, vyrai ir moterys yra skirtingi, todėl tikėtina, kad ir stresinėse situacijose elgsis nevienodai. Streso įveikos priklauso nuo lyties, kultūros lygio, amžiaus. Tai patvirtino Taivanyje mokslininkų atlikto tyrimo rezultatai. Tyrime dalyvavo 249 vyrai ir moterys. Tyrimo rezultatai parodė, kad vyrai, atlikdami daugelį įvairių užduočių, patiria daugiau streso (Huang, Mujtaba, 2009).

Atlikus paauglių kūrybiškumo vertinimą, nustatyta, kad akivaizdžiai dominuoja vidutinio kūrybiškumo lygmuo, tuo tarpu aukšto kūrybiškumo lygmenyje gauti patys žemiausi rezultatai. Antrame paveiksle pateiktas visų tiriamųjų pasiskirstymas į grupes pagal kūrybiškumo lygį.



2 pav. Tiriamųjų pasiskirstymas į grupes pagal kūrybiškumo lygmenį (N = 107)

Tokie paauglių kūrybiškumo vertinimo rezultatai kelia platesnius klausimus dėl bendrojo lavinimo mokyklų ugdymo programose skiriamo dėmesio moksleivių kūrybiškumui puoselėti, dėl vartotojiškoje visuomenėje akcentuojamų masinių reproduk-

cinių vertybių, ignoruojant unikalumą ir savitumą. Palyginus tirtų merginų ir vaikinų kūrybiškumo lygmenų ypatumus, tarp grupių nustatytas statistiškai reikšmingas skirtumas ($t = 4,797$; $p = 0,000$).

2 lentelė. *Vaikinų ir merginų palyginimas pagal kūrybiškumo lygius*

	Lytis	Tiriamieji	Vidurkis	Standartinis nuokrypis	t	p
Kūrybiškumas	Merginos	57	26,81	7,077	4,797	0,000*
	Vaikinai	50	19,90	7,817		

* Statistiškai reikšmingas lygmuo, kai $p < 0,005$

Atsižvelgiant į šio tyrimo duomenis, galima teigti, kad merginų kūrybiškumo rodikliai aukštesni nei vaikinų. Kaip teigia A. Petrulytė (2003), kūrybiškumas yra ne tiek intelekto, kiek visos asmenybės raiška. L. M. Termano ilgalaikiuose (longitudiniuose) tyrimuose ryškių skirtumų tarp lyčių nepastebėta (Grakauskaitė-Karkockienė, 2003). Tad galima kelti prielaidą, kad mūsų tyrimo rezultatams įtakos galėjo turėti toks asmenybinis faktorius kaip užduočių atli-

kimo motyvacija. Tai iš dalies patvirtina ir kiti, prieš tai pateikti tyrimo duomenys, kuriais buvo nustatytas grupinis skirtumas tokioje streso įveikos strategijoje kaip koncentravimasis ties įveikimo elgesiu.

Įvertinus streso įveikimo strategijų ir kūrybiškumo koreliacinius ryšius, nustatyti statistiškai reikšmingi koreliaciniai ryšiai tarp šešių streso įveikimo strategijų ir kūrybiškumo.

3 lentelė. *Streso įveikimo strategijų ir kūrybiškumo koreliacinis ryšys*

Streso įveikimo strategijos	Kūrybiškumas	
	r	p
Aktyvus įveikimas	0,336	0,000*
Planavimas	0,237	0,014*
Koncentravimasis ties įveikimo elgesiu	0,255	0,008*
Atidėtas įveikimas	0,254	0,008*
Socialinės instrumentinės paramos paieška	0,169	0,082
Socialinės emocinės paramos ieškojimas	0,154	0,114
Pozityvus perinterpretavimas ir augimas	0,258	0,007*
Priėmimas	0,181	0,062
Atsigręžimas į religiją	-0,079	0,419
Neigimas	0,017	0,862
Koncentravimasis į jausmus ir jų išreiškimas	0,282	0,003*
Elgesio pakeitimas	0,077	0,430
Mąstymo pakeitimas	0,175	0,072
Alkoholio, vaistų vartojimas	-0,019	0,848

* Koreliacijos reikšmingumo lygmuo $p < 0,05$

C. J. Marker (1993) nuomone, pagrindinis gabumų (kūrybiškumo) elementas yra sugebėjimas spręsti sudėtingiausias problemas pačiais produktyviausiais, efektyviausiais ir ekonomiškiausiai būdais (Grakauskaitė-Karkockienė, 2003). Mūsų tyrimo duomenys atskleidė, kad gautas silpnas koreliacinis ryšys tarp aktyvaus streso įveikimo ir kūrybiškumo ($r = 0,336$, $p = 0,000$); labai silpnas – tarp planavimo ir kūrybiškumo ($r = 0,237$, $p = 0,014$); tarp koncentravimosi ties įveikimo elgesiu ir kūrybiškumo ($r = 0,225$, $p = 0,008$); tarp pozityvaus perinterpretavimo bei augimo ir kūrybiškumo ($r = 0,258$, $p = 0,007$); tarp koncentravimosi į jausmus bei jų išreiškimo ir kūrybiškumo ($r = 0,282$, $p = 0,003$). Atskiri autoriai nurodo nevienodus bruožus, būdingus kūrybiškai asmenybei. J. Gillmore tyrimai parodė, kad kūrybiškiems žmonėms būdingas sugebėjimas savarankiškai spręsti, atkaklumas, pastangos, polinkis į tai, kas sudėtinga, gera socialinė adaptacija, pasitikėjimas kitais, impulsyvumo kontrolė (Grakauskaitė-Karkockienė, 2003). Galima teigti, kad tiriamieji, turintys kūrybiškai asmenybei būdingų bruožų, streso įveikimo metu lengviau susidoros su stresoriais, jie rinksis aktyvius veiksmus, skirtus stresoriui pašalinti ar jo poveikiui sumažinti. Kartu galima kelti prielaidą, kad paauglių kūrybiškumo ugdymas svarbus ne tik kaip moksleivių mokymosi pasiekimų būtina sąlyga, bet ir kaip kompleksinis su streso įveikimu susijęs reiškinys.

Išvados

1. Paaugliams būdinga autonomiškumo – konformiškumo priešprieša. Jos psichologiniam atlaikymui būtinas integracinių gebėjimų, kurių pagrindas gali būti kūrybiškumas, ugdymas.
2. Paaugliai probleminių situacijų įveikai linkę taikyti kognityvines priemones, nepriklausomai nuo to, ar jos efektyvios, ar neefektyvios, tokiu būdu sumenkindami emocinius bei kooperacinius problemos sprendimų aspektus.
4. Palyginus vaikinių ir merginų streso įveikimo strategijų kategorijas, gautas statistiškai reikšmingas skirtumas streso įveikimo kategorijoje *į problemą nukreiptas įveikimas* – strategijos koncentravimasis ties įveikimo elgesiu; kategorijoje *į emocijas nukreiptas įveikimas* – strategijų: socialinės emocinės paramos ieškojimas; pozityvus perinterpretavimas ir augimas; kategorijoje *mažiau adaptyvus, efektyvus įveikimas* – strategijos koncentravimas į jausmus ir jų išreiškimas, mąstymo pakeitimas.
5. Ištyrus paauglių pasiskirstymą į grupes pagal kūrybiškumo lygmenis, nustatyta, kad tiriamiesiems beveik nebūdingas aukšto kūrybiškumo lygis, ir tai gali būti interpretuotina, kaip ugdymo

programose mažai skiriamo dėmesio moksleivių kūrybiškumui ugdyti išraiška.

6. Ištyrus streso įveikimo strategijų ir kūrybiškumo koreliacinius ryšius, nustatyti statistiškai reikšmingi silpni ir labai silpni koreliaciniai ryšiai tarp aktyvaus streso įveikimo (planavimo, koncentravimosi ties įveikimo elgesiu, pozityvaus perinterpretavimo bei augimo, koncentravimosi į jausmus bei jų išreiškimo) ir kūrybiškumo.

Literatūra

1. Almonaitienė J., 2006, *Kūrybingumo ir inovacijų psichologija*. Kaunas: Technologijos.
2. Berns R. M., 2009, *Vaiko socializacija. Šeima, mokykla, visuomenė*. Vilnius: Poligrafija ir informatika.
3. Blos P., 1979, *The adolescent passage*. New York: International Universities Press.
4. Carver C. S., Scheier M. F., Weintraub J. K., 1989, Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*. Nr. 56 (2). P. 267–283.
5. Čekanavičius V., Murauskas G., 2003, *Statistika ir jos taikymai: vadovėlis aukštųjų mokyklų studentams*. Vilnius: TEV.
6. Erikson E. H., 2004, *Vaikystė ir visuomenė*. Vilnius: Katalikų pasaulio leidiniai.
7. Grakauskaitė-Karkockienė D., 2003, *Kūrybos psichologija*. Vilnius: Logotipas.
8. Grakauskaitė-Karkockienė D., 2006, *Kūrybos psichologijos pagrindai*. Vilnius: Logotipas.
9. Health [Interaktyvus] 12/18/2002 p. 4–3, 3 p; (AN 11107496) Prieiga per internetą <<http://www.Savb.lt/EBSCO Publishing>>.
10. Huang K. Y., Mujtaba B. G. *Stress, task, and relationship orientations of Taiwanese adults: an examination of gender in this high-context culture*. *Nova Southeastern University* [Interaktyvus]. 2009. Prieiga per internetą <<http://www.Savb.lt/EBSCO Publishing>>.
11. Juodraitis A., 1999, *Asmenybės psichologinės adaptacijos prielaidos*. Šiauliai: VšĮ ŠU leidykla.
12. Kalpokienė V., 2005, *Elgesio sutrikimus turinčių paauglių naudojamos įveikos strategijos. Jaunųjų mokslininkų psichologų konferencija*. Vilnius.
13. Kalpokienė V., Gudaitė G., 2007, Elgesio sutrikimų turinčių paauglių Ego funkcijos ir jų ryšys su įveikos strategijomis. *Psichologija*. Nr. 35.
14. Lubart T. I., Sternberg R. J., 1998, Life span creativity: An investment theory approach. In C. Adams-Price (Ed.), *Creativity and successful aging: Theoretical and empirical approaches*. P. 21–41. New York: Springer-Verlag.
15. McWilliams N., 1994, *Psychoanalytic Diagnosis: Understanding Personality Structure in the Clinical Process*. New York: Guilford Press.
16. Myers D. G., 2000, *Psichologija*. Kaunas: Poligrafija ir informatika.
17. Navaitis G., 2001, *Psichologinė parama paaugliui*. Vilnius: Kronta.

18. Petrulytė A., 2001, *Kūrybiškumo ugdymas mokant*. Vilnius: Presvilka.
19. Petrulytė A., 2003, *Jaunesniojo paauglio socialinė raida*. Vilnius: Presvilka.
20. Pikūnas J., Palujanskienė A., 2005, *Stresas. Atpažinimas ir įveikimas*. Kaunas: Morkūnas ir Ko.
21. *Sleep Beats Kids' Stress at Any Age*. By: Nudo, Lori, Prevention, 00328006, Oct. [Interaktyvus] 2002, Vol. 54, Issue 10. *Health Source - Consumer Edition*. HEALTHY KIDS Earlier "good nights" set the stage for better days. Prieiga per internetą <<http://www.Savb.lt/EBSCO Publishing>>.
22. Snieškienė D. (Red.), 2008, *Socialinis darbas ir vaiko teisės*. Profesinio rengimo mokomoji knyga apie JT Konvenciją. Kaunas: Vytauto Didžiojo universitetas.
23. Vaitkevičius R., Saudargienė A., 2006, *Statistika su SPSS psichologiniuose tyrimuose*. Statistika socialiniuose moksluose. Vilnius: VDU.
24. Wiinicott D. W., 2000, *Vaikas, šeima ir išorinis pasaulis*. Vilnius: VIA RECTA.
25. Žukauskienė R., 2002, *Raidos psichologija*. Kaunas: Aušra.

RELATION BETWEEN TEENAGERS' STRESS HANDLING STRATEGIES AND CREATIVITY

Rasa Poškienė, Gintaras Butkus

Summary

Nowadays children face many stressors: anxiety about the relationship in both economically and psychologically unstable families, in the market-based environment interactions where general competition is escalated, excessive consumer needs, arising psychological and physical violence. It seems likely that stress-determining phenomena increase and intensify in the context of globalization, therefore it becomes very important to search for ways to cope with stress. Being able to cope with stress means that a person is able to solve his/her problems. Ability to solve problems is related to creativity by many authors. The aim of our research is to theoretically substantiate and empirically define stress handling and creativity relationships during adolescence (age 13-15). 107 subjects from Kuršėnai Pavenčiai Secondary School participated in the research.

Adolescence is related to specific behaviour and this period has its typical attitudes, roles, and conflicts. Some people quickly adapt their behaviour to the traditional and nearest environment standards, while others stay critical and see more problems everywhere. Many scientists relate solving problems to creativity. Different thinking is one of the cognitive components of creativity and parameters of different thinking are thinking fluency, flexibility and originality. It is typical of teenagers having an active imagination and a fantasy which help them to overcome crisis and cope with stressors. It was found that while in stress "active handling" strategy is most natural for teenagers. Furthermore, it was determined that averages of girls' stress overcoming strategies are higher than those of boys. It emerged that the average level of creativity is natural to teenagers. Girls have higher level of creativity than boys. The hypothesis was partly confirmed, it emerged that stress handling strategies are significantly related to creativity.

Keywords: 13-15 year old teenagers, adolescence crises, stress, creativity.

PAAUGLIŲ STRESO ĮVEIKOS STRATEGIJŲ IR KŪRYBIŠKUMO SAŠAJOS

Rasa Poškienė, Gintaras Butkus

Santrauka

Straipsnyje analizuojamas streso įveikos ir kūrybiškumo tarpusavio ryšys, kurio pagrindu būtų galima modeliuoti kompleksines kūrybiškumo – streso įveikos ugdymo programas, skirtas adaptacijos sunkumų turintiems paaugliams. Stresinis patyrimas ir jo įveika tampa svarbi paauglystės krizės išgyvenimų sąlyga.

Atsižvelgiant į paauglystės laikotarpio vidines ir išorines prielaidas, keliama hipotezė, kad kūrybiškumas gali būti resursas, kuris didina atsparumą neigiamos socialinės aplinkos įtakai, ugdo gebėjimą rasti kompromisų, interpretuoti prieštarigus tarpusavio patyrimus. Tyrimo tikslas – teoriškai pagrįsti ir empiriškai nustatyti paauglystėje (13–15 m.) streso įveikimo strategijų ir kūrybiškumo sąsajas.

Tyrimas patvirtino, kad paauglystė siejama su specifiniu elgesiu, jai būdingomis nuostatomis, vaidmenimis ir konfliktais. Vieni savo elgesiu greitai prisitaiko prie tradicinių ir artimiausios aplinkos normų, kiti lieka kritiškesni, visur įžvelgia daugiau problemų. Išaiškinta, kad streso metu paaugliams būdinga „aktyvaus įveikimo“ strategija. Taip pat nustatyta, kad merginų streso įveikimo strategijų vidurkiai yra aukštesni nei vaikinų. Tiriamesiems būdingas vidutinis kūrybiškumo lygis. Merginų kūrybiškumo lygis aukštesnis nei vaikinų.

Prasminiai žodžiai: 13–15 m. paaugliai, paauglystės krizės, stresas, kūrybiškumas.

Įteikta 2010-10-29