

KLAIPĖDOS UNIVERSITETO

Socialinių ir humanitarinių mokslų fakulteto

Psichologijos katedra

Kristina Monkienė

**PAAUGLIŲ EMOCINIO INTELEKTO SAŠAJOS SU KALBA SAU
IR TĖVŲ AUKLĖJIMO STILIUMI**

Psichologijos studijų programos

magistro baigiamasis darbas

Vadovas doc. dr. Roma Šimulionienė

Klaipėda, 2019

TURINYS

ĮVADAS	3
1. LITERATŪROS APŽVALGA	5
1.1 Paauglių emocinio intelekto ypatumai	5
1.1.1. Emocinio intelekto samprata	5
1.1.2 Tėvų ir mokyklos vaidmuo emocinio intelekto ugdyme.....	8
1.1.3 Emocinio intelekto įtaka paauglio gerovei.....	11
1.2 Tėvų auklėjimo stiliaus įvairovė	12
1.3 Kalba sau: sąvokos, rūšys, reikšmė	17
1.4 Paauglių emocinio intelekto, kalbos sau ir tėvų auklėjimo stiliaus sąsajos	22
1.4.1 Emocinio intelekto sąsajos su tėvų auklėjimo stiliumi	22
1.4.2 Tėvų auklėjimo stiliaus ir paauglių emocinio intelekto sąsajos su paauglio kalba sau.....	25
2. TYRIMO METODIKA	28
2.1 Tyrimo dalyviai.....	28
2.2 Įvertinimo būdai	28
2.3 Tyrimo eiga ir duomenų apdorojimas	30
3. TYRIMO REZULTATAI	31
3.1 Paauglių emocinio intelekto, kalbos sau ir tėvų auklėjimo stiliaus ypatumai ir palyginimas pagal lytį ir amžių	31
3.1.1. Paauglių emocinio intelekto, kalbos sau ir tėvų auklėjimo stiliaus įverčių aprašomoji statistika .	31
3.1.2 Paauglių emocinio intelekto, kalbos sau ir tėvų auklėjimo stiliaus palyginimas pagal lytį	32
3.1.3 Paauglių emocinio intelekto, kalbos sau ir tėvų auklėjimo stiliaus palyginimas pagal amžių	33
3.1.4 Emocinio intelekto, kalbos sau ir tėvų auklėjimo stiliaus palyginimas pagal lytį amžiaus grupėse	34
3.2 Paauglių emocinio intelekto sąsajos su kalba sau ir tėvų auklėjimo stiliumi	37
3.3 Tėvų auklėjimo stiliaus ir paauglių kalbos sau prognostinė vertė paauglių emociniam intelektui	39
3.4 Kalbos sau tarpininkavimo reikšmė emocinio intelekto ir tėvų auklėjimo stiliaus sąsajoms	42
4. REZULTATŲ APTARIMAS	46
IŠVADOS	50
LITERATŪRA	52
SANTRAUKA	58
SUMMARY	59
PRIEDAI	60

IVADAS

Paauglystė – tai pereinamasis periodas, kuomet iš vaikystės pereinama į jaunystę, prasidedantis lytiniu brendimu ir pasibaigiantis asmeniui tapus savarankišku suaugusiu žmogumi. Kad taptų sėkmingu suaugusiu jau nuo pat gimimo vaikas turi įveikti daug fizinės, socialinės ir emocinės raidos uždavinių. Augant keičiasi ne tik kūnas, bet ir mąstymas, motyvacija ir santykiai. Savigarbos, laimės ir sėkmės pagrindai yra grindžiami vaikystėje ir paauglystėje, o tuos pamatus kloti padeda pirmieji mokytojai, vertybių ir nuostatų bei požiūrio į pasaulį formuotojai – tėvai.

Tėvai, kartu su mokytojais ir kitais bendruomenės nariais, daro įtaką vaikų, vėliau ir jaunų žmonių gyvenimui siekdami juos išmokyti atpažinti, įvardinti ir konstruktyviai valdyti savo emocijas. Kitaip sakant, vienas iš tėvų ir bendruomenės uždavinių – ugdyti emocinį intelektą.

Temos aktualumas. Paaugliai yra visuomenės dalis, kurie savo darbais, žiniomis kurs šalies ateitį. Juk dabartiniai paaugliai yra būsimi gydytojai, įstatymų leidėjai, mokytojai ar kiti specialistai, dalyvausiantys mūsų ar mūsų vaikų gyvenime, todėl kiekvienam iš mūsų turėtų būti aktualu, kad jie pateisintų mūsų lūkesčius ir taptų aktyviais savo šalies piliečiais. Vaikai yra kiekvienos šalies viltis, bet vis daugiau ir daugiau paauglių vystosi silpnomis asmenybėmis, todėl svarbu žinoti kas užtikrintų lengvesnį paauglio perėjimą iš vaiko į suaugusįjį arba padėtų tinkamai tas kliūtis įveikti. Vis dažniau kalbama apie emocinių – socialinių kompetencijų ugdymo svarbą ir tėvų auklėjimo stilių. Tėvų auklėjimo reikšmė yra labai didelė, nes jų palaikymas, globa užtikrina vaiko saugumą ir ugdo emocines charakteristikas, tokias kaip savireguliacija, jausmų kontroliavimas ir kita. Anot B. Palmer., C. Donaldson ir C. Stough (cit. pagal Kušlevič – Veršekienė, Pukinskaitė 2009), paauglystėje patiriami sunkumai iš dalies priklauso nuo emocinio intelekto lygio, individualių vaiko savybių, jo aplinkos, socialinės kompetencijos, neigiamų aplinkos įvykių, jų reikšmingumo bei jų pasikartojimo dažnio. Emociškai pažeisti paaugliai jaučiasi vieniši, dažnai linkę į depresiškas nuotaikas, linkę nerimauti, pykti, nervintis ar net agresyviai elgtis (Goleman, 2003). Tyrimai patvirtina, kad vaikystėje patirta tėvų parama ir meilė yra susijusi su aukštesniu emociniu intelektu. Nustatyta, kad emocinė šiluma teigiamai veikia vaiko socialinę kompetenciją, gebėjimą kontroliuoti savo emocijas, didina autonomiškumą ir padeda palaikyti gerus santykius su bendraamžiais. O neigiami emociniai tėvų ir vaikų santykiai tampa nesugebėjimo tinkamai reguliuoti emocijas priežastimi ir mažina vaiko gebėjimą prisitaikyti prie aplinkos ir jos keliamų reikalavimų (Žukauskienė, Malinauskienė ir Erentaitė, 2011). Tačiau reikia atkreipti dėmesį į tai, kad trūksta informacijos kaip tėvai galėtų skatinti savo vaikų emocinio intelekto vystymąsi. Keletas autorių (Chong ir Chan, 2015) siūlo apsvarstyti kalbą sau (angl. self – talk), kaip vieną iš galimų mechanizmų.

Į kalbą sau atkreiptas dėmesys ir dėl jos reguliacinės ir motyvacinės jėgos. Paaugliai per vidinę kalbą susidaro savęs, santykių su kitais ir bendrai pasaulio vaizdą. Taip ji turi įtakos savigarbai,

savęs vaizdui ir pasitikėjimui savimi. Empiriniais tyrimais įrodyta, kad kitų asmenų, ypač tėvų indelis skatinant kalbą sau yra svarbus ir turi įtakos paauglio socialinio ir emocinio vystymosi aspektams (Chong, Chye, Huan, ir Ang, 2014; Wong, 2012). Todėl šiame darbe analizuojamos prognostinės tėvų auklėjimo stiliaus ir paauglių kalbos sau galimybės numatant emocinį intelektą paauglystėje.

Žinios, kaip emocinį intelektą veikia tėvų auklėjimo stilius ir kalba sau, galėtų būti naudingos patiems tėvams, mokytojams ir kitiems, susijusiems su paauglių ugdomąja veikla.

Tyrimo naujumas. Užsienio literatūroje galima rasti straipsnių apie emocinio intelekto sąsajas su tėvų auklėjimo stiliumi ir kalba sau, tačiau Lietuvoje tokie tyrimai neatlikti. Šiuolaikiniai paaugliai yra aktyvūs, nebijantys iššūkių, imlūs naujovėms, bet tuo pačiu įsitraukę į internetą, socialinius tinklus, formuojančius neigiamas savybes augančioje asmenybėje. Iš neigiamų savybių išskiriama empatijos stoka, negebėjimas suprasti savęs ir kitų, todėl mokslininkai siūlo ugdyti paauglių emocinį intelektą bei skatinti pozityvią kalbą sau, kad jaunoji karta augtų savarankiška, sąmoninga ir pasitikinti savimi.

Taigi šio darbo **tikslas** – atskleisti paauglių emocinio intelekto sąsajas su kalba sau ir tėvų auklėjimo stiliumi.

Uždaviniai:

1. Įvertinti paauglių emocinio intelekto, kalbos sau ir tėvų auklėjimo stiliaus ypatumus ir palyginti juos pagal lytį ir amžių.
2. Atskleisti paauglių emocinio intelekto sąsajas su kalba sau ir tėvų auklėjimo stiliumi.
3. Įvertinti tėvų auklėjimo stiliaus ir kalbos sau prognostinę vertę paauglių emociniam intelektui.
4. Įvertinti, kokią reikšmę tėvų auklėjimo stiliaus ir paauglių emocinio intelekto sąsajoms turi kalba sau.

1. LITERATŪROS APŽVALGA

1.1 Paauglių emocinio intelekto ypatumai

1.1.1. Emocinio intelekto samprata

Ilgą laiką buvo akcentuojamas intelekto koeficientas (IQ), tačiau intelekto problemas tyrinėjantys mokslininkai atkreipė dėmesį į tai, kad sėkminga asmens karjera arba gebėjimas spręsti asmeninio gyvenimo problemas negali būti paaiškintas vien aukštu bendru intelekto koeficientu (IQ), todėl ieškota kitų socialinių ar emocinių veiksnių (Remeikaitė, 2002). Daugelis tyrimų parodė, kad emocinis intelektas (EI) vaidina lygiavertį ir stiprų vaidmenį paauglių gyvenimo procese. Emociškai raštingi paaugliai ne tik gerai valdo ir atpažįsta savo jausmus, bet ir lengviau susitaiko su nusivylimais, yra mažiau impulsyvūs ir labiau susitelkę pereinamuoju iš vaikystės į suaugusę laikotarpiu (George, Shanbhag, George ir kt., 2017). Dėl šių ir daugelio kitų priežasčių, emocinis intelektas plačiai tyrinėjamas iki šiol. O pirmą kartą emocinio intelekto terminas pavartotas 1990 metais paskelbtame Peter Salovey ir John Mayer straipsnyje „Emocinis intelektas“ (Salovey ir Mayer, 1990). Nuo to laiko temos apie emocinį intelektą ir jo ugdymą tapo labai populiarios psichologijoje. Šie autoriai emocinį intelektą pirmiausia apibūdino kaip psichinį gebėjimą susieti emocijas ir pažinimą. Vėliau savo apibrėžimą išstobulino ir dabar emocinis intelektas apibrėžiamas kaip asmenybės gebėjimas integruoti jausmus ir mąstymą, t. y. atpažinti ir suvokti emocijas, jų reikšmę, jas asimiliuoti bei valdyti ir tuo remiantis samprotauti (Mayer ir Salovey, 1997, cit. Mayer, Salovey ir Caruso, 2008). Panašiai emocinį intelektą apibūdina ir V. T. Takšić (2006) bei L. Faria ir L. N. Santos (2009), kurie emocinį intelektą apibrėžia kaip vidinius sugebėjimus ir galimybes (emocijų suvokimą ir supratimą, emocijų išreiškimą ir įvardijimą bei emocijų valdymą)(cit. pagal Žukauskienė ir kt., 2011; Cejudo ir Latorre, 2015; Bester, Jonker ir Nel., 2013).

Emocinio intelekto tyrinėtojai yra susiskaldę į dvi stovyklas, nes turi du skirtingus požiūrius, į tai kas turėtų būti emocinis intelektas. Mayer ir Salovey (1997, 1990, cit. Mayer, Salovey ir Caruso, 2008) vertino tai kaip psichinių gebėjimų rinkinį: gebėjimą mąstyti, gebėjimą atpažinti ir valdyti savo emocijas, o tuo tarpu kiti autoriai (Bar-On, 2004; Boyatzis ir Sala, 2004; Petrides ir Furnham, 2001; Tett, Fox, & Wang, 2005, cit. Mayer ir kt. 2008) orientavosi į emocinį intelektą kaip į teigiamus bruožus, tokius kaip laimė, savigarba ir optimizmas.

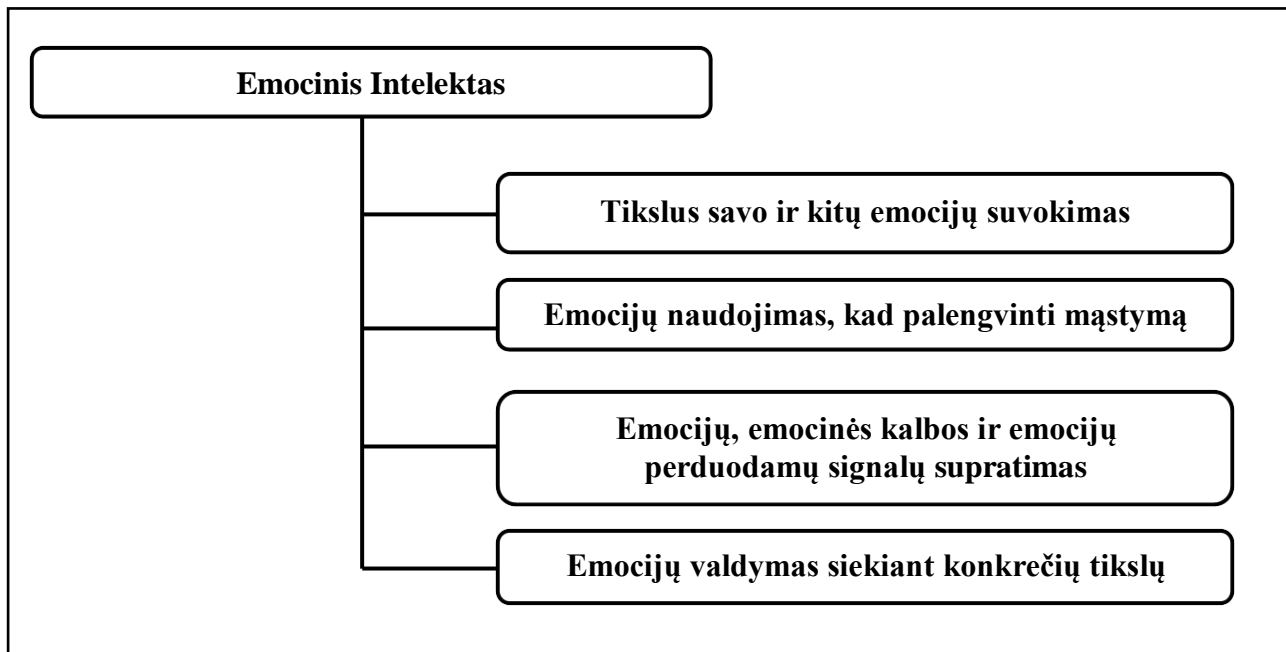
Emocinio intelekto teorija atskleidžiama per kelis modelius. Vieni modeliai pagrįsti emocinės informacijos apdorojimu, dėmesys kreipiamas į pagrindinius emocinius gebėjimus (supratimą, raišką, reguliavimą). Kiti modeliai apima tiek intelektualius, tiek asmenybinius faktorius ir vadinami mišriaisiais (Brackett ir kt., 2011, Mayer ir Salovey, 1997, cit. pagal Herrera, Buitrago, Cepero 2017).

Bar-On siūlo socialinį – emocinį modelį, pagal kurį emocinis intelektas apima emocijas ir socialines kompetencijas bei įgūdžius, kurie nulemia kaip efektyviai mes suprantame ir išreiškiame save, kaip suprantame kitus, komunikuojame su kitais ir susidorojame su kasdieniniais poreikiais (Dick, 2016, Herrera ir kt., 2017). Į šį modelį įtrauktos ir tokios savybės kaip savarankiškumas, savigarba, savirealizacija. Kaip pats Bar-On (1997, cit. Mayer ir kt., 2008) sako, emocinis intelektas tai gebėjimai, kompetencijos ir įgūdžiai, padedantys asmeniui įveikti aplinkos reikalavimus ir spaudimą. Pagal šį modelį individas gerai funkcionuos, bus sėkmingas ir emocionaliai sveikas tik tuomet, kai pasieks pakankamai aukštą emocinio intelekto lygį (Kutkienė, 2006).

Emocinio intelekto tyrinėtojas ir populiarios knygos „Emocinis intelektas EQ“ autorius D. Golemanas (2003) teigia, kad emocinis intelektas pasireiškia penkiais svarbiais įgūdžiais: savęs supratimu arba savimone, emocijų valdymu (savikontrolė), savęs motyvavimu, empatiją ir santykių valdymu arba socialinius įgūdžiais. Savęs supratimas reiškia, kad asmuo pažįsta savo jausmus ir tai reiškia, kad žino savo stiprybes bei silpnybes, galimybes ir problemas, troškimus, emocijas, jausmus. Save kontroliuojantys žmonės mažiau kalba ir daugiau klausosi, noriai priima pokyčius, o svarbiausia – jie nebijo pasakyti ne arba išlaukti tinkamo momento. Jei nuo pat mažens vaikas geba kontroliuoti savo jausmus, atsispirti pagundoms, tai manoma, kad ir užaugęs jis nepraras gebėjimo atsispirti malonumams ir siekti užsibrėžto tikslo, būti veiklus, patikimas ir iniciatyvus. Tuo tarpu vaikystėje neišsiugdę šio įgūdžio, būdami paaugliais gali būti neryžtingi, lengvai pažeidžiami, linkę greitai nusiminti ir pasiduoti. Jiems gali pritrūkti kantrybės siekiant tikslų (Cherniss, 2000; Cherniss, Goleman, 2001).

Savęs motyvavimas susijęs su stipria valia. Valingi žmonės mėgsta mokytis, nebijo iššūkių, nes tiki, kad atras vidinių resursų juo įveikti. Empatijos terminu apibūdinamas gebėjimas išvelgti ir suprasti kitų žmonių jausmus. Ir galiausiai socialiniai įgūdžiai padeda puikiai sutarti su kitais, o šių įgūdžių stoka trukdo pritapti, yra nesėkmių priežastis. Būtent sugebėjimas bendrauti padeda netikėtose situacijose rasti geriausią išeitį, įtikinti ir veikti kitus, įkvepia dirbti, skatina veikti, vainikuoja sėkme tarpusavio santykius (Goleman, 2003).

Mayer ir Solovey (1997)(cit. Mayer ir kt. 2008) išskiria keturių lygių gebėjimus, susijusius su emociniu intelektu. Autoriai šį modelį vadina keturių šakų modeliu (1 pav.) ir mano, kad šis modelis pateikia konceptualų ir nuoseklų požiūrį į emocinį intelektą.



1 pav. Emocinio intelekto keturių šakų modelis (Mayer ir kt. 2008).

Šio modelio vieną šaką sudaro gebėjimas tiksliai suvokti, vertinti ir išreikšti emocijas; emocijas žmogus gali suvokti įvairiose formose, tokiose kaip žmonių balsai, pasakojimai, muzika ir meno kūriniai (Ekman ir Friesen, 1975; Nowicki ir Mitchell, 1998; Scherer ir kt., 2001, cit. pagal Cejudo ir kt., 2015); 2) gebėjimas emocijas integruoti į mąstymą, kad susidarytų kuo tikslesnį situacijos vaizdą; 3) gebėjimas suprasti emocijas ir emocines žinias; ir 4) gebėjimas reguliuoti emocijas, siekiant konkrečių tikslų bei emocinio ir intelektualinio augimo.

Petrides ir kt. (2007, cit. Argyriou, Bakoyannis ir Tantaros, 2016) išskyrė šiuos emocinio intelekto aspektus: prisitaikymo, pasitikėjimo, emocijų valdymo ir reguliavimo, impulsyvumo, santykių, savigarbos, motyvacijos, socialinio sąmoningumo, streso valdymo, empatijos, laimės ir optimizmo.

O tuo tarpu S. Neale, L. Spencer-Arnell, L. Wilson (2008) išnaginėję kitų tyrėjų atliktus darbus pastebėjo, kad ugdant emocinį intelektą, lavėja šios socialinės–emocinės kompetencijos:

- gebėjimas tenkinti bazinius poreikius, tokius kaip saugumas, autonomija ir kontrolė, kurti reikšmingus santykius ar tobulėti kokioje nors srityje;
- asmeninių vertybių turėjimas ir jų laikymasis visose gyvenimiškose situacijose;
- gebėjimas išlaikyti savivertę, t.y. besąlygiškai priimti ir vertinti savo asmenybę;
- gebėjimas gerbti kitus, juos vertinti, priimti tokie kokie yra;
- savo emocijų, jausmų suvokimas ir kitų emocijų, jausmų suvokimas bei analizė;
- gebėjimas susidoroti su stresu, jo valdymas ir gebėjimas išlikti optimistu, pozityviai nusiteikti;

- gebėjimas planuoti laiką ir paskirstyti energiją, kad užtektų darbui, laisvalaikiui, asmeniniam tobulėjimui;
- gebėjimas nepasimesti ir susidoroti su visais pokyčiais bei skirtingose socialinėse situacijose išlaikyti autentiškumą;
- gebėjimas analizuoti savo potyrius bei mokytis iš savo asmeninės patirties;
- gebėjimas pasitikėti ne tik savimi, bet ir kitais asmenimis;
- gebėjimas priimti tinkamus sprendimus konfliktinėse situacijose;
- gebėjimas būti atviru reiškiant mintis, jausmus, dalijantis patirtimi;
- gebėjimas bendradarbiauti su kitais ir padėti kitiems, juos paremti ar palaikyti sunkiose situacijose.

Emocinis intelektas turi didelę reikšmę ir žmogaus gyvenimo siekiams, tokiems kaip akademiniai pasiekimai, fizinė ir psichologinė sveikata, kūrybiškumas, pasitenkinimas savo veikla ir pačiu gyvenimu (Alegre, 2012). Taigi, efektyviai valdant savo emocijas, galima suderinti santykius su išorine aplinka ir savimi (Roco, 2004, cit. pagal Sandovici 2017).

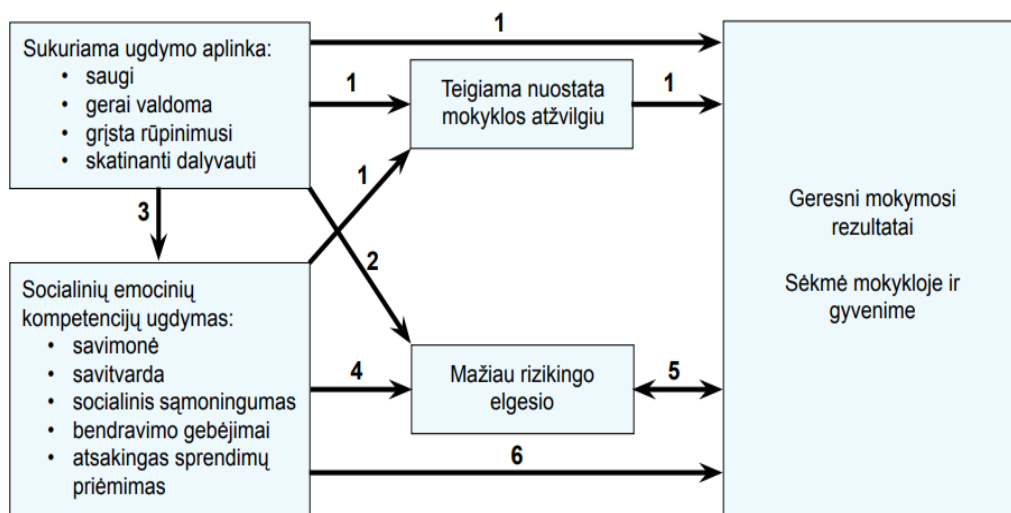
Kiti autoriai pabrėžia, ne tik emocinio intelekto naudą asmeniui, bet ir visai visuomenei, nes gerėjant emocinio intelektui yra tikimybė, kad sumažės smurtinių nusikaltimų, agresyvių proveržių ar kitų psichinių sveikatos problemų (Vandervoort, 2006). Dėl šių priežasčių svarbus ir bendruomenės indėlis paauglių emocinio intelekto ugdyme, todėl į šį procesą įtraukiama ir mokykla.

1.2.2 Tėvų ir mokyklos vaidmuo emocinio intelekto ugdyme

Paaugliai - tai visuomenės dalis, į kurią, sudėta daug lūkesčių. Dažnai išgirstame klausimą, kas turi prisiimti atsakomybę, kad paaugliai įgytų vienas ar kitas kompetencijas. Tėvai daug tikisi iš mokyklos, o tuo tarpu mokykla siekia glaudaus bendradarbiavimo su vaiko šeima. Kalbant apie emocinį intelektą, vis dėl to daugelis mokyklų skiria daug dėmesio emocinių – socialinių kompetencijų ugdymui, įgyvendinamos įvairios programos, tokios kaip „Lions Quest“ ir kitos.

Leidinyje „Švietimo problemos analizė. Socialinis emocinis ugdymas. Kas tai? Kuo gali mums padėti?“ (Valantinas, 2009) pabrėžiama emocinio intelekto ugdymo svarba ir psichikos sveikatai. Pasaulinė sveikatos organizacija psichikos sveikatą apibūdina kaip „gerovės būklę“, kai asmuo suvokia savo paties sugebėjimus, gali susidoroti su gyvenimo įtampomis, sugeba dirbti produktyviai ir vaisingai ir yra pajėgus įnešti savo indėlį į bendruomenės gyvenimą (cit. Valantinas, 2009, p. 2). Taigi emocinių kompetencijų ugdymo metu įgytos žinios, nuostatos bei kompetencijos suteikia galimybę labiau valdyti savo emocijas, kelti ir siekti pozityvių tikslų, rūpintis kitais, padeda kurti ir išlaikyti pozityvius santykius bei atsakingai priimti sprendimus. Mokykloje, emociškai kompetentingi mokiniai padeda kurti ne tik palankią ugdymuisi aplinką, bet ir vadovaujasi teigiama

nuostata mokyklos atžvilgiu bei pasiekia geresnius akademinis rezultatus. Kaip tai veikia mokykloje pavaizduota 2 paveiksle.



2 pav. Socialinio emocinio ugdymo įtaka mokymosi rezultatams ir sėkmei (Valantinas, 2009)

Kaip galima pastebėti 2 pav. pavaizduotoje scheme, saugi mokyklos aplinka, kurioje rūpinamais mokiniais bei skatinama veikla stiprina teigiamas mokinių nuostatas mokyklos atžvilgiu, mažina rizikingo elgesio apraiškas, gerina mokymosi ir lankomumo rodiklius. Jei mokykloje vykdomas socialinių emocinių kompetencijų ugdymas, tai tas teigiamas poveikis dar stipresnis, nes socialinio emocinio ugdymo rezultatas yra ir geresni tinkamų sprendimų priėmimo bei pasipriešinimo neigiamai įtakai įgūdžiai, padedantys išvengti rizikingo elgesio ir įsitraukti į veiklą, skatinančią tinkamą asmenybės raidą. Taigi, norint gilinti paauglių akademinės žinias, skatinti didesnę sėkmę mokykloje, šeimoje, bendruomenėje, ateities darbuose bei gyvenime būtina integruoti emocinių kompetencijų ugdymą į visus mokyklos gyvenimo aspektus.

Kokios emocinės kertinės kompetencijos privalo būti ugdomos mokykloje pateikiamos 1 lentelėje.

1 lentelė. Emocinio ugdymo kompetencijos ir su jomis susiję įgūdžiai (pagal Mayers, Gil, Cross ir kt., 2015).

Emocinio intelekto kompetencija	Įgūdžiai
Savimonė	<ul style="list-style-type: none"> ○ Savo jausmų įvardijimas ○ Ryšio tarp jausmų ir elgesio atpažinimas ○ Stipriųjų ir silpnųjų savo pusių atpažinimas ○ Savimotyvacija ○ Tikslų siekimas ○ Realių tikslų iškelimas ○ Veiksmingus ir optimizmas ○ Pozityvus nusiteikimas
Savitvarda	<ul style="list-style-type: none"> ○ Savo emocijų valdymas ○ Streso valdymas ○ Impulsų kontrolė ○ Savimotyvacija ○ Tikslų siekimas
Socialinis sąmoningumas	<ul style="list-style-type: none"> ○ Perspektyvus mąstymas ○ Empatija ○ Pagarba kultūrinei įvairovei ○ Socialinių ir etinių normų supratimas ○ Parama šeimai, mokyklai ir bendruomenei
Tarpusavio santykių įgūdžiai	<ul style="list-style-type: none"> ○ Tinkamų santykių kūrimas su kitos kultūros žmonėmis ir grupėmis ○ Bendradarbiavimas ○ Atsispyrimas neigiamam bendraamžių spaudimui ○ Aiškus bendravimas ○ Konfliktų sprendimas ○ Pagalbos siekimas
Atsakingas sprendimų priėmimas	<ul style="list-style-type: none"> ○ Suvokimas kas yra saugu ○ Savo ir kitų gerovės apsvaistymas ○ Atsakomybės prisėmimas ○ Saugumo, socialinių ir etinių galimybių apsvaistymas priimant sprendimus ○ Gebėjimas numatyti galimas realių veiksmų pasekmes

Koks svarbus būtų mokyklos vaidmuo klojant pagrindus į sėkmingą gyvenimą, pasak Goleman (2003) šeima yra mūsų pirmoji emocinio gyvenimo mokykla: bendraudami su artimiausiais žmonėmis, mes mokomės suvokti savo pačių jausmus, į juos reaguoti, numatyti, kaip į juos gali reaguoti kiti, taip pat suprasti ir išreikšti savo viltis ir baimes. Todėl artimiausi vaikui suaugusieji - tėvai, vaidina svarbiausią vaidmenį vaiko emocinių socialinių kompetencijų ugdyme. Šeima atlieka pagrindinį vaidmenį, nes yra arčiausiai nuo pirmųjų vaiko vystymosi dienų ir išlieka jo parama visą gyvenimą.

1.2.3 Emocinio intelekto įtaka paauglio gerovei

Žinoma, kad paaugliai susiduria su įvairiais tiek psichologiniais, tiek elgesio sunkumais. Ar tie sunkumai bus laikini ir praeis savaime, pasak King ir kt. (1996) (cit. pagal Kušlevič – Veršekienė ir kt., 2009) iš dalies priklauso nuo emocinio intelekto lygio. Manoma, kad emocinis intelektas gali lemti paauglių elgesio ir psichinės sveikatos pagerėjimą, geresnį socialinį funkcionavimą, skatina aiškesnį savęs pažinimą, mažina destruktivaus elgesio apraiškas (Mayer ir Forguso (2001), Murphy ir kt., (2004), Petrides, (2006), cit. pagal Kušlevič – Veršekienė ir kt., 2009).

Irfan (2018) tyrimai atskleidė, kad emocinis intelektas reikšmės turi ir paauglių socialinėmis ir moralinėmis vertybėmis, tokiomis kaip tiesa, teisė ir teisingumas, grįstam elgesiui. Aukštesnį emocinį intelektą turintys paaugliai priimdami sprendimus dažniau rėmėsi moralinėmis vertybėmis.

Dalis paauglių yra linkę į rizikingą elgesį, tokį kaip narkotikų ar alkoholio vartojimą, o emocinis intelektas – tai vienas iš būdų užkirsti kelią kenksmingų medžiagų vartojimui. Kanadoje, Lenkijoje ir JAV atliktas tyrimas patvirtino, kad nuo narkotikų ir alkoholio priklausantys asmenys yra žemesnio emocinio intelekto. Mokslininkai Taylor, Bagby ir Parker (2001) (cit. pagal Aslani ir kt., 2014) taip pat nustatė, kad ne tik tie, kurie yra priklausomi nuo alkoholio, bet ir tie, kurie geria alkoholį pramogai, taip pat pasižymi žemesniu emociniu intelektu. Miesto jaunimo rūkymas taip pat susijęs su jų emociniu intelektu (Trinidad ir Johnson, 2002, cit. Mayer ir kt., 2008). Tad emocinis intelektas ne tik turi įtakos žalingų medžiagų vartojimui, bet ir sumažėja sergamumas bei mirties atvejų dėl šių rizikos veiksnių, kuriuos ir lemia žemesnis emocinis intelektas.

Jauni paaugliai, pasižymintys aukštesniu emociniu intelektu, dažniau užmezga geresnius santykius su kitais, geba palaikyti šiltus santykius su draugais ir nesusideda su rizikingais bendraamžiais. Jų didesnis ir empatiškumas, nes geba suvokti kitų emocijas, bei bendras pasitenkinimas gyvenimu (Lopes, Salovey, ir Straus, 2003, Mayer ir kt., 1999, cit. pagal Takšić ir kt., 2009).

Brackett ir Salovey (2006) , Mayer Salovey ir Caruso (2004) (cit. pagal Cabelo ir kt., 2016) tyrimai taip pat parodė, kad EI susijęs su socialine sėkme, su geresniais santykiais tarp bendraamžių ir mažesnėmis smurto apraiškomis, bei problemomis susijusiomis su narkotikais. Žemesnio emocinio intelekto paaugliai priešingai dažniau būna agresyvūs, nepasitikintys, piktesni, vengia lankyti

mokyklą, turi daugiau bendravimo problemų (Petrides, 2006, Reift ir kt., 2001, cit. pagal Kušlevič – Veršekienė ir kt., 2009).

Apibendrinant, galima teigti, kad emocinis intelektas – tai tiesiog mokėjimas gyventi. Kiti autoriai mano, kad tai varomoji jėga, turinti įtakos asmeninei sėkmei ir kasdieninei sąveikai su kitais (Harrod ir Scheer, 2005). Pasak Goleman (1995)(cit. Harrod ir kt., 2005) net 80 proc. žmogaus sėkmės lemia jo emocinis intelektas, o IQ prognozuoja tik 20 proc. sėkmingo gyvenimo. Tyrimai atskleidė, kad esant aukštam emociniam intelektui aukštas ir pasitenkinimas gyvenimu bei mažesnis suvokiamas stresas, nes mažėja somatiniai skundai, mintys apie depresiją, pasirenkamas tinkamesnis problemų įveikimo būdas. Žinant, kad nemažai paauglių išgyvena sumaištį, emocinių ir socialinių sunkumų, rizikingo elgesio laikotarpį (Arnettas, 1999), emocinio intelekto ugdymas – vienas iš pagrindinių veiksnių, vedančių paauglių gerovės link.

Emocinio intelekto tyrinėtojai mano, kad emocinis intelektas vystosi su amžiumi ir priklauso nuo kaupiamos patirties (Mayer, Caruso ir Salovey, 1999, Salovey ir Sluyter, 1997, cit. pagal Cabelo ir kt., 2016). Denham ir kt. (2009), Eisenberg ir kt. (2010), Saarni (1999) (cit. pagal Cabelo ir kt., 2016) atlikti raidos tyrimai taip pat atskleidė, kad emocinis intelektas vystosi laikui bėgant žmogui dalyvaujant socialiniame lauke. Pirmieji socialiniai ryšiai užsimezga su tėvais, kurie vienokia ar kitokia savo auklėjimo praktika skatina arba slopina emocinio intelekto vystymąsi.

1.2 Tėvų auklėjimo stiliaus įvairovė

Kai vyras ir moteris nusprendžia sukurti ryšį, kurio pasėkoje atsiranda vaikai, nuo tada jie tampa tėvais – pirmaisiais vaiko mokytojais. Abu sutuoktiniai šeimoje turi sukurti ir išlaikyti biologiškai, psichologiškai ir socialiai palankią aplinką, kurioje būtų saugu ir gera gimdyti vaikus, juos auginti ir auklėti. Tokia vystymuisi palanki šeimos aplinka yra žmogaus raidos pagrindas (Dreikurs, Ferguson, 1984; Bartell, 2005; cit. Barkauskienė, 2005). Tėvų pagrindinė užduotis ne tik užtikrinti vaiko fiziologinius poreikius, bet ir patenkinti emocinius jausmus bei sukurti saugią aplinką jo normaliam vystymuisi, brendimui, asmenybės formavimuisi. Paprastai tai įgyvendinama per tinkamą auklėjimą. Vaikų auklėjimas susideda iš tam tikro specialiai nukreipto į vaiką tėvų elgesio su vaiku, siekiant teigiamų vaiko elgesio rezultatų arba teigiamos įtakos jo raidai (Žukauskienė ir Malinauskienė, 2008; Kriščiūnaitė-Ragelienė, 2014). Kiekviena šeima pasirenka tam tikrą modelį arba kitaip vadinamą auklėjimo stilių, pagal kurį auklėja, perduoda elgesio normas, įskiepija tam tikras vertybes, moralines nuostatas ir lavina socialinius įgūdžius. Kitaip tariant auklėjimo stilius atspindi emocinį klimatą tarp vaikų ir tėvų. Vaikams tenka adaptuotis prie kultūros, visuomenės ir ši adaptacija priklauso nuo to, kaip su juo elgiasi tėvai. Tėvai, pasirinkę atitinkamą auklėjimo stilių, perteikia savo požiūrį į vaiką (Žukauskienė, 2003, cit. Gaižauskienė, Tilindienė ir Stupuris, 2010).

Tėvų auklėjimo stilius tyrinėję autoriai, tokie kaip A. Boldvin (1959), E. S. Schaefer (1959), R. ir A. Tauch (1976), D. G. Mayers (2000), A. Liepuonius, J. Grudzinskas, R. Žukauskienė (1999)(cit. pagal Zambacevičienė ir Vičkutė, 2004) šiek tiek skirtingai juos skirsto ir vadina, bet visuose galima išvėgti bendrus aspektus: emocinį santykį su vaiku ir kontroliavimo lygį. Tėvų emocinių santykių su vaiku lygis nustatomas pagal tai kaip tėvai priima vaiką, kiek jam skiria šilumos, bei kiek atliepia jo poreikius. Kontroliavimo lygis kinta nuo labai griežto iki leidžiančio be nustatytų taisyklių. Psichologinė kontrolė vyrauja, kuomet bandoma įsikišti į vaiko socialinį vystymąsi, siekiama sugėdinti, atstumti ar sukelti kaltės jausmą (Špėlytė, 2008, cit. pagal Jakavičienė, 2009). Baumrind (1971, cit. Ang, 2006) taip pat išskyrė svarbius šiltų santykių požymius: dalijimąsi jausmais, atvirumą, bendras patirtis. Atsižvelgiant į šiuos aspektus, paprastai išskiriami trys auklėjimo stiliai: autoritetingas (tiek reiklus, tiek reaguojantis), autoritarinis (reiklus, bet nereaguojantis), viską leidžiantis (reaguojantis, bet nereiklus). Tai Dianos Baumrind (1966) sudaryta tėvystės stilių tipologija, kuri yra plačiausiai nagrinėjama tėvystės srityje. Šių auklėjimo stilių apibūdinimas pateikiamas 2 lentelėje.

2 lentelė. Auklėjimo stilių apibūdinimas pagal Baumrind (1966)

Auklėjimo stilius	Emocinis santykis (Šiluma)	Kontroliavimo lygis	Įtaka paaugliams
Autoritetingas	Reaguojantis į vaiko poreikius padrašinantis, gerbiant vaiko nuomonę ir norus, bei atsižvelgiant į juos, glaudžiai bendradarbiaujantis.	Tėvai nustato aiškias ribas ir taisykles, kurios priimamos diskutuojant ir aptariant jas su vaiku. Skatinama savarankiška veikla.	Aukšta savigarba, didelis dėmesys moralinėms ir socialinėms problemoms, geri akademiniai pasiekimai.
Autoritarinis	Mažai palaikantis ir reaguojantis į vaiko emociniu poreikius, nedrašinantis.	Siekia, kad vaikas besąlygiškai paklustų, netaiko jokių išlygų, stengiasi vadovauti visai vaiko veiklai.	Vidutiniai akademiniai pasiekimai, didesnis komfortiškumas nei atlaidaus auklėjimo stiliaus.
Leidžiantis (atlaidus)	Priimantis vaiką toks koks yra, nuolat palaikantis ir padrašinantis.	Nenustatomos jokios taisyklės ir ribos vaiko elgesiui, nekontroliuoja ir nevadovauja elgesiui, netgi toleruoja netinkamą elgesį.	Silpna savikontrolė ir mokyklinė veikla, dažniau vartojami narkotikai, lyginant su autoritetingu ir autoritariniu auklėjimo stiliumi.

Apibendrinant galima teigti, kad esant autoritetingam tėvystės stiliui tėvai geba išlaikyti pusiausvyrą tarp meilės vaikams ir ribų bei taisyklių, kurių privalo laikytis vaikas. Tokie tėvai moka išklausti vaiką ir atsižvelgia į jo nuomonę, o tuo tarpu autoritariniai tėvai elgiasi priešingai – nepaiso vaikų norų ir poreikių, o reikalauja visiško paklusnumo. Nepaklusus taikomos griežtos bausmės be jokių kompromisų. Jei šeimoje vyrauja viską leidžiantis tėvystės stilius, tuomet vaikams nėra taikomos taisyklės, nenubrėžiamos aiškios ribos, vaikai gali patys nuspręsti, ką veikti, savarankiškai priimti sprendimus (Baumrind, 1966).

Plačiau nagrinėjant viską leidžiantį tėvų auklėjimo stilių išskiriamas toks tėvų elgesys: visų vaiko impulsų ir norų pildymas, maži reikalavimai gelbstint šeimos ūkyje, ne reikalavimas atsakomybės už atliktas/neatliktas pareigas, leidimas naudoti išteklius kaip vaikas pageidauja, o ne tai kaip reikėtų, leidimas pačiam vaikui reguliuoti savo veiklą, o neskatinant, kad ji formuotų elgesį ar keistų netinkamą elgesį. Tokie tėvai manipuliuoja, nerodo atviros galios. Pasak Frank (1940, cit. Baumrind, 1966) būtent tokių tėvų vaikai neturi galimybės susikurti saugaus pasaulio, visur įžvelgia grėsmes, nerimauja dėl savo kompetencijų. Visą leidžiančių tėvų vaikai turi prastus socialinius įgūdžius, dažnai laikomi savanaudiškais, sugadintais, nejautriais kitų žmonių poreikiams ir net antisocialiais (Baumrind, 1991; Reitman ir kt., 2002, Binger, 1994; Wennar, 1994, cit. Hesari ir Elahe, 2011).

Autoritariniai tėvai bando formuoti, kontroliuoti ir vertinti vaiko elgesį pagal tam tikrus standartus. Jie vertina vaikų paklusumą, palankiai žiūri į baudžiamąsias priemones, ypač tais atvejais, kai vaiko veiksmai prieštarauja tėvų įsitikinimams, koks tas elgesys turi būti teisingas. Tokių tėvų vaikams apribojama autonomija, priskiriamos namų ūkio pareigos, siekiant paskatinti pagarbą darbui bei nėra leistina reikšti savo nuomonę ar prieštarauti iš anksto numatytoms taisyklėms, jos turi būti maloniai priimanamos (Baumrind, 1966). Autoritarinių tėvų vaikai nelinkę bendradarbiauti, kenčia nuo depresijos, turi mažai savigarbos ir iniciatyvumo, o suaugusiųjų amžiuje jiems kyla daug sunkumų priimant sprendimus (Baumrind, 1991; Whitfield, 1987; Forward, 1989; Binger, 1994; Wennar, 1994, cit. Hesari ir kt., 2011).

O tuo tarpu, autoritetingas auklėjimo stilius yra lyg tarpinis variantas tarp autoritarinės ir viską leidžiančios tėvystės ir laikomas pačiu priimtinausiu auklėjant vaikus. Autoritetingi tėvai kaip tik skatina vaikų verbalinę išraišką bei išklauso vaikų nuomonę, motyvus, priežastis ir pan. Tokie tėvai turi tvirtą poziciją, tačiau pripažįsta ir vaiko interesus, priima vaiko netinkamą elgesį dabartiniu momentu, tačiau formuoja taisykles ir numato sankcijas, kad toks elgesys nesikartotų ateityje. Tokiose šeimose ieškoma atitinkamo santykio tarp malonumo ir pareigos bei laisvės ir atsakomybės (Baumrind, 1966). Autoritetingi tėvai išsiskiria iš kitų, tuo kad jie (Baumrind, Thompson, 2002, cit. Matejevic, Jovanovic ir Jovanovic 2014):

- 1) Ugdo vaikų kompetencijas (emocines, socialines) per bendrą veiklą ir pokalbius su vaikais;
- 2) Grindžia santykius pasitikėjimu, o ne prievarta;
- 3) Nustato ribas ir taiko pasekmes, jas peržengus;

- 4) Bendrauja pagal etišką abipusį principą;
- 5) Aktyviai dalyvauja visose vaiko gyvenimo srityse.

Taip auklėjami vaikai yra aukštos savigarbos, savarankiški, gebantys save kontroliuoti ir smalsūs (Wennar, 1994, cit. Hesari ir kt., 2011).

Pasak Baumrind (1991) (cit. pagal Jakavičienė, 2009) autoritariniu stiliumi auklėjamas paauglys yra priklausomas nuo tėvų, net jų bijo, bei negauna švelnumo. Tai gali priversti elgtis įžūliai arba jaudintis dėl menkiausios priežasties, nes bijoma griežtų bausmių. Kai dominuoja protingas ir šiltas tėvų elgesys su vaiku, paauglys nuolat skatinamas atsakingai elgtis, teigiamai save vertinti, siekti savarankiškumo bei kontroliuoti savo elgesį. Esant liberaliam arba viską leidžiančiam auklėjimui stiliui, neskatinama paauglių savikontrolė, auga menkavertiškumo jausmas.

Literatūroje, nagrinėjant tėvų auklėjimo stilius, be šių išskirtų auklėjimo stilių (autoritarinis, autoritetingas, viską leidžiantis) užsimenama ir apie auklėjimo stilių, kai vaikai yra aplamai apleisti. Pastarieji tėvai, nei reikalauja kažko iš vaikų, nei reaguoja į jų poreikius (Baumrind, 1991; Maccoby ir Martin, 1983, cit. Besharat, Azizi ir Poursharifi, 2011).

Dažnai tėvų ir vaikų santykiai nagrinėjami ir pagal auklėjimo stilius, kurios išskyrė M. Eisemann 1988 metais (cit. pagal Žukauskienė ir kt., 2008). Jo išskirti auklėjimo stiliai klasifikuojami kaip atstūmimas, emocinė šiluma ir perdėta globa. Šiame darbe tyrimas atliktas remiantis šia klasifikacija.

Atstūmimu laikomas fizinių bausmių taikymas, vaiko, kaip individualybės, atstūmimas, nepagarba, nuolatinis peikimas ir kritikavimas girdint kitiems žmonėms. Atstūmimas gali būti atviras arba slaptas. Slaptą atstūmimą tėvai maskuoja dėmesingumu vaikui arba griežtai kontroliuodami jo elgesį, o nepaklusus reikalavimams žiauriai fiziškai bausdami. Esant tokiam auklėjimui stiliui vaiko poreikiai visiškai nepaisomi, už jį yra nusprendžiama, o jei vaikas pats pasirenka, neleidžiama jam kovoti su to sprendimo padariniais. Mokslininkai (Buehler ir Gerard, 2002; Chang ir kt., 2003; Asher 1990; Waldman ir kt., 1994) nagrinėję šį auklėjimo stilių, atskleidė, kad tokių tėvų vaikai būna labiau linkę į depresiją, agresyvumą, turi daugiau emocinių problemų, tokių kai žemas savęs vertinimas, uždarumas. Taip pat atkreiptas dėmesys į tai, kad tiek fizinis, tiek psichologinis atstūmimas turi ilgalaikių padarinių, kurie gali pasireikšti ne tik paauglystėje, bet ir brandžiame amžiuje (Žukauskienė ir kt., 2008).

Kai auklėjant remiamasi emocine šiluma, tuomet vaikas apgaubiamas dėmesiu, pagarba jo požiūriui. Tuomet tėvai stengiasi padėti, bet neįkyriai, jautriai reaguoja į vaiko norus ir poreikius, kurie atitinka jo amžių ir yra pagrįsti. Tėvų kuriamos taisyklės, kurių reikia laikytis mokykloje, namuose, bendraujant su artimaisiais, bendraamžiais bei kitais suaugusiais yra aiškios. Tuomet vaikams suformuojamas teigiamas požiūris į mokyklą ir mokymąsi, darantis įtaką aukštesniems akademiniais pasiekimams. Vaikams suteikiama emocinė šiluma ugdo gebėjimą kontroliuoti savo

emocijas, tinkamai bendrauti ir didina socialines kompetencijas bei savarankiškumą (Žukauskienė ir kt., 2008).

Tėvų perdėtą rūpestį, griežtą kontrolę, keliamus aukštus laimėjimų standartus, reikalavimą paklusti Eisemann įvardijo kaip perdėtą globą. Taip globojamas vaikas gali agresyviai elgtis, jausti didelį nerimą, skųstis somatiniais negalavimais. G. Parker (1979) (cit. pagal Žukauskienė ir kt., 2008) nurodo, kad perdėta globa gali daryti įtaką nedrąšiam nepriklausomybės siekimui, sukelti nerimo, depresijos, menkavertiškumo ir net socialinės fobijos atsiradimą. Taip pat pažymima, kad perdėta motinos globa labiau paskatina nerimą, nei perdėta tėvo globa, tačiau pastaroji, kaip ir tėvų atstūmimas daro didesnę įtaką paauglių depresijai (Žukauskienė ir kt., 2008).

O štai A. Kusserow (2004, cit. Daraškevičienė, 2018) nagrinėdama skirtingus auklėjimo stilius ir tėvų požiūrį į vaiką, išskyrė švelniąją ir kietąją auklėjimo kryptį. Auklėjime vyraujant švelniajai kryptiai, tėvai stengiasi vaiko atžvilgiu nereikšti neigiamų emocijų, užuot griežtai nurodinėję, pateikia klausimus arba pasiūlymus, duoda vaikui galimybę paaiškinti savo veiksmus, disciplinos pagrindu laiko empatiją – vaikas mokomas įsivaizduoti, kokius neigiamus jausmus sukelia netinkamas elgesys. O tuo tarpu vyraujant kietajam auklėjimui, tėvai laiko savo pareiga elgtis su vaiku griežtai, duoti tiesioginius nurodymus be galimybės rinktis ar prieštarauti, nes vaiko paklusnumas laikomas normaliu ir pasiaiškinimų nereikalingu reiškiniu. Tokie tėvai nevengia taikyti net fizinių bausmių ar aprėkti, kai vaikas elgiasi netinkamai.

Daraškevičienė (2018) tyrinėjusi vaiko auklėjimą šiuolaikinėje Lietuvoje, nustatė, kad mūsų šalyje daugeliui tėvų (75 proc. tyrime dalyvavusių tėvų) priimtina švelnioji auklėjimo kryptis. Tokie tėvai orientuojasi į santykius su vaiku, paremtus abipusiu įsiklausymu bei dideliu skiriamu dėmesiu vaiko emocijoms. „Švelniojo auklėjimo krypties šalininkai yra įsitikinę, jog vaikystėje patiriamos emocijos yra ypatingos svarbos, turinčios itin didelę reikšmę žmogaus formavimuisi: „Iš vaikystės lieka atsiminimai aštriausi – kai su tavim pasielgė neteisingai arba kaip tik – kažkoks suaugęs tave suprato, paguodė ar dar kažką. [...] tai, kaip tu bendrauji su vaikais, jiems turės labai didelę reikšmę“ (cit. Daraškevičienė, 2018, p. 117-118).

Pasak Daraškevičienės (2018) Lietuvoje nėra vengiamas ir kietasis auklėjimo stilius (jį taiko 25 proc. tėvų). Tokie tėvai mano, kad griežtumas auklėjant vaiką labai reikalingas, jie skeptiškai vertina diplomatišku paremtą auklėjimą bei palankiai žiūri į fizines bausmes. Griežtumą vertinantys tėvai atkreipia dėmesį ir į vaiko išgyvenimus ir savijautą, tačiau tam tikrose situacijoje į pirmą vietą iškeliami ne vaiko jausmai, o socialiai deramas vaiko elgesys: „Yra situacijų, kur geruoju kalbėdamas tu jo niekaip nepaveiksi. [...] jei yra kažkokia tragedija, pliaukšt per užpakalį ir ašaros pasibaigė. Nemanau, kad tik kalbėjimu, tik gražiuoju vaiką išauklėsi. Reikia ir bausmių, reikia jam griežtai nubrėžti ribas“ (cit. Daraškevičienė, 2018, p. 119).

Pasirinkęs tinkamą auklėjimo stilių kiekvienas iš tėvų gali tikėtis, kad jo vaikas pasitikės žmonėmis, bus atviras, paklusnus, sąmoningai pasirinks drausmingai elgtis, bei gerbti kitus. Esant netinkamam auklėjimui formuojasi egoizmas, nevaldomumas arba priešinimasis tėvų įtakai (Kiliuvienė ir Vaitkienė, 2007).

Ar sėkmingai pasirinktas auklėjimo stilius galima nustatyti pagal tam tikrus paauglių bruožus, kurių Ganong ir Coleman (1994)(cit. pagal Kiliuvienė ir kt., 2007) išskyrė net devynis. Pasak jų, kai nepavyksta sėkmingai bendrauti su tėvais, paprastai vaikams būdinga baimė netekti tėvų meilės, melo apraiškos, bėgimas iš namų, nenoras mokytis, atsisakymas bendrauti su artimaisiais, nepagarbus elgesys su aplinkiniais, egoizmas, dėmesio reikalavimas ar net depresija.

Tėvai pasirinkę nuolat girti vaiką, spręsti visas jo problemas, mažina jo atsakomybės jausmą ir savikritišką požiūrį į save. Tuomet vaiką nuolat lydi nusivylimai, nepasitenkinimas, bendravimo sunkumai, net ir agresyvaus elgesio apraiškos, kai siekiama įrodyti savo „tiesą“. (Suslavičius, 2000, cit. pagal Kiliuvienė ir kt., 2007).

Auklėjimo stiliai ar jų kombinacijos turi įtakos vaiko socialinėms problemoms, nulemia ar sėkmingai bus įsitraukiama į visuomeninį gyvenimą, gali didinti ar mažinti paauglių nusikalstamą veiklą. Manoma, kad dabartinis pozityvios tėvystės skatinimas ir informacijos gausa auklėjimo klausimais gali padėti tėvams teisingai pasirinkti.

Ieškant mechanizmų, padedančių tėvams daryti poveikį vaiko emocinio intelekto vystymuisi, siūloma skatinti pozityvią kalbą sau (Chong ir kt, 2015).

1.3 Kalba sau: sąvokos, rūšys, reikšmė

Daugeliui yra būdingi vidiniai pokalbiai su savimi. Literatūroje šis reiškinys apibrėžiamas kaip vidinė kalba (MacKay, 1992, cit. Puchalska – Wasyl, 2015), privati kalba (Winsler, Fernyhough, ir Montero, 2009, cit. Puchalska – Wasyl, 2015), girdimieji vaizdai (Reisberg, 1992, cit. Puchalska – Wasyl, 2015), vidinis monologas (Hogenraad ir Oriane, 1983, cit. Puchalska – Wasyl, 2015), pareiškimai sau (Kamann ir Wong, 1993) ir kalba sau (kalbėjimu sau)(Brinthaup ir Dove, 2012). Kalba sau yra apibrėžiama kaip pažintinės veiklos produktas, kuris atskleidžia, ką žmonės kalba sau, išreiškiamas mintis ir įsitikinimus apie save, pasaulį ir tarpusavio santykius (Calvete ir Cardenoso, 2002). Pasak Chroni (1997, cit. Hardy, 2006) kalba sau gali pasireikšti žodine ir nežodine forma, mintimis, šypsena ir pan. Tai veiksmingas būdas susidaryti interpretacijas ir apdoroti kasdienę patirtį. Žmogaus vidinė patirtis turi žodinę išraišką, kuri įvardijama kaip žodinis mąstymas, vidinis kalbėjimas, paslėptas kalbėjimas sau, vidinis monologas ir vidinis dialogas. Theodorakis, Weinberg, Natsis, Douma ir Kazakas (2000, cit. Hardy 2006) apibrėžė kalbą sau kaip garsiai sakomus žodžius sau arba kaip nedidelį vidinį balsą galvoje. Kalba sau yra apibrėžiama ir kaip tylus arba įgarsintas

dialogas su pačiu savimi (Vocate, 1994, cit. Shi, Brinthead, McCree, 2015). O tuo tarpu Hackfort ir Schwenkmezger (1993, cit. Hardy 2006) pateikė platesnį apibrėžimą, įvardindami vidinę kalbą kaip dialogą, per kurį interpretuojami jausmai ir suvokimas, reguliuojami ir keičiami įsitikinimai, pateikiamos instrukcijos ir patvirtinimai.

Vidinė kalba turi reikšmės elgesio savireguliacijai tiek vaikystėje, tiek pilnametystėje (Alderson Day ir Fernyhought, 2015). Kalbėjimas sau skirstomas į asmeninę kalbą, kai kalbama sau garsiai ir į vidinę kalbą, kai kalbama sau tyliai (Siegrist, 1995, cit. Chong ir kt., 2015). Kalbėjimo sau apraiškų galima rasti ir Vygotskio (1962, cit. Chong ir kt., 2015, Hardy, 2006) verbalinės savireguliacijos teorijoje, o šiuolaikinis kognityvinis požiūris tokį kalbėjimą laiko, kaip vieną iš būdų reguliuoti jausmus ir mąstymą. Moksliniais tyrimais įrodyta, kad kalbėjimas sau sustiprina individo supratimą apie asmenines emocijas ir elgesį ir atlieka svarbias kognityvines ir reguliavimo funkcijas, bei skatina psichologinę raidą ir gebėjimą mokytis. Kadangi gebėjimas spręsti problemas ir atpažinti savo bei kitų emocijas yra emocinio intelekto komponentai, tai kalbėjimas sau turi įtakos emocinio intelekto vystymuisi.

Grįžtant prie vidinės kalbos atsiradimo ištakų, galima paminėti, kad ir Platonas (Alderson - Day ir Fernyhought, 2015) Antikos laikais pabrėžė, kad dialoginis pokalbis su pačiu savimi yra žmogaus patyrimų pažintinis aspektas. Nepaisant gilių ištakų kalbos sau pobūdis, raida, funkcinė reikšmė nėra plačiai tyrinėti nei psichologiniu, nei neurologiniu požiūriu. Šis konstruktas sulaukė mažai teorinio ir empirinio dėmesio dėl to, kad negali būti tiesiogiai stebimas ir gali būti tik netiesiogiai tiriamas. Plačiai vidinė kalba aprašyta rusų psichologo Levo Vygotskio raidos teorijoje. Tai viena iš pirmųjų teorijų, kur atskirtos dvi kalbos formos: socialinė kalba su kitais ir privati kalba su savimi (Ramirez, 1992, cit. Hardy, 2006). Nors literatūroje randama, kad 1979 metais psichologas ir psicholingvistas J. Carrol irgi išskyrė dvi kalbos funkcijas: inter – individualią (išorinę) ir intra-individualią (vidinę). Išorinė kalba – tai bendravimo tarpusavyje kalba ir atliekanti komunikacinę funkciją, o vidinė – tai nebyli kalba sau, iliustruojanti asmens mintis ir veiksmus. Carrol pabrėžė, kad vidinė kalba labai svarbi psichikos organizavimui ir elgesio kontrolei (Lepatadu, 2012). Neff (2003) tyrimai rodo, kad kalba sau atlieka ir užuojautos sau funkciją ir asmenys, kurie save užjaučia yra geresnės psichinės sveikatos (pvz. mažiau nerimauja, rečiau serga depresija), lyginant su tais, kurie to nedaro.

Pasak Vygotskio (1962, cit. Chong ir kt., 2015, 1934/1987, cit. Alderson - Day ir kt., 2015, 1986, cit. Lee ir McDonough, 2015) kalbėjimas sau yra vystymosi proceso rezultatas, atsirandantis jau ankstyvoje vaikystėje, kai kalba pirmą kartą panaudojama kaip socialinė ir kultūrinė bendravimo priemonė. Reikšmingiausias vaikų pažinimo raidos momentas atsiranda tada, kai jie pradeda vartoti kalbą ne tik bendravimui su kitais, bet ir kaip įrankį nukreipti savo mintis ir elgesį. Vygotskis teigė, kad ši kalba pirmiausia yra atvira, tada palaipsniui tampa vidine kalba ar verbaliniu mąstymu. Kalbos

vystymosi pradžia laikomas momentas kai vaikai garsiai kalbasi su savimi, vėliau jie tai daro pašnibždomis, o galiausiai tai vyksta be garso, tiesiog judinant lūpas. Kai pradeda nebesimatyti jokių išorinių kalbos požymių, susiformuoja vidinė kalba. Kalba sau prasideda kaip laisvas procesas, kurio metu reguliuojamos vaikų mintys ir elgesys sprendžiant problemas, ir galų gale internalizuojamas kaip privačios kalbos forma ankstyvojo mokyklinio amžiaus metais. Vygotskis (1934/1987, cit. Alderson – Day, 2015) nustatė tris pagrindines semantines transformacijas, susijusias su internalizavimu: 1) asmeninės prasmės dominavimo prieš įprastinę prasmę (asmeninės ir privačios reikšmės tampa svarbesnės už įprastines, viešąsias); 2) aglutinacijos proceso, kai hibridiniai žodžiai keičiami į sudėtingas sąvokas; 3) prasmės infuzijos, kai specifiniai vidinės kalbos elementai įsisąmoninami kaip įprastinės semantinės asociacijos. Kaip veikia šios transformacijos galima paaiškinti žodžiu „interviu“, kuris gali turėti aiškią prasmę – artėjantį susitikimą, tačiau vidinėje kalboje šis žodis dar įgauna ir nerimo, vilčių ateičiai ir poreikio pasirengti prasmes. Pasibaigus internalizacijai kalba sau išlieka iki pilnametystės ir veikia kaip savireguliacijos ir motyvacinė priemonė.

Į kalbą sau arba vidines mintis atkreiptas dėmesys ir kai pasirodė psichologų A. Ellis ir A. Beck darbai, kurie leido suvokti pažinimo vaidmenį mūsų gyvenime (Clause, 2018). Kognityvistai teigia, kad tai kaip individai suvokia, vertina ir galvoja apie situaciją, tai daro įtaką jų emocijoms ir elgesiui (Beck, 1976, cit. Calvete ir Cardenoso, 2002). Šiame kontekste kalbėjimas sau (automatinės mintys, vidinė kalba) vaidina svarbų vaidmenį tarpiniuose procesuose tarp įvykio ir emocijų, bei iššaukia atitinkamą reakciją į gyvenimiškas aplinkybes. Tiesiog tai ką pasakome sau pagerina arba pablogina ir taip stresinę situaciją. Neigiamas reakcijas arba neigiamą kalbėjimą sau dažniausiai iššaukia negatyvūs prisiminimai, sulaukta kritika iš tėvų, brolių ar seserų, mokytojų bei draugų būnant dar vaikais. Negatyvūs prisiminimai glūdi ilgai protuose ir skatina pykčio, baimės, kaltės bei beviltiškumo jausmus. Tokius jausmus dar pastiprina neigiama kalba sau, kai sau kartojame tokius teiginius kaip pvz.: „aš nieko nesugebu“, „kam stengtis vis vien man nepavyks“. Dažniausiai šie teiginiai anksčiau būna išgirsti iš tėvų ar mokytojų, tačiau neatspindi tikrosios realybės. Negatyvi kalba sau skatina neveiklumą, mažina ryžtą ką nors pradėti bei skatina depresines nuotaikas (Jantz, 2016). Panašiai apie negatyvius įsitikinimus rašė Ellis (2005). Pasak jo (2005, p. 69): „Pamokos vaikystėje išmoktos iš tėvų ir vyresniųjų, iš tikrųjų gali daryti didelę įtaką jūsų dabartinėms nuostatoms, <...> dabar jūs neleidžiate šioms nuostatoms išnykti, jas sau kartodami, įvairiausiais būdais stiprindami, taip pat ir atitinkamais poelgiais ar atsisakydami jomis abejoti.“ Šios citatos autorius taip pat pastebėjo, kad visai nesvarbu, kad kai kurias negatyvias mintis mums įperša kiti žmonės, svarbiau yra, kad jomis ilgai dar tikime ir kaip pats Ellis (2005, p. 69) sako nuolat jomis „plauname“ smegenis. Dėl šios priežasties svarbu atkreipti dėmesį į tai ką sakome sau ir stengtis tas mintis pakeisti į teigiamas, iracionalias nuostatas į racionalias. Teigiama kalba sau nėra saviapgaulė,

o kaip tik realios tiesos pamatymas apie save bei situacijas. Teigiamo kalbėjimo sau praktika leidžia atrasti viltį, optimizmą ir džiaugsmą, taip slopindama baimes bei stiprindama pasitikėjimą savimi (Jantz, 2016). Svarbu atkreipti dėmesį į tai, kad mes galime kontroliuoti ką sakome sau, galime pasirinkti ar kalbėti sau teigiamai ar neigiamai. Kitaip tariant, keisdami pokalbio su savimi turinį, galime pakeisti ir savo gyvenimą: pakelti savigarbą, patobulinti streso valdymo įgūdžius, sumažinti bet kokius depresijos, nerimo, ir asmenybės sutrikimų simptomus, sumažinti net savęs žalojimo ir savizudybės riziką (Clause, 2018).

Norisi pabrėžti, kad kalbėjimas sau nėra nenormalus reiškinys, nes beveik visi kalba su savimi. Net 96 proc. suaugusiųjų pripažįsta, kad ši „minčių audra“ nuolat vyksta jų kasdieninėje veikloje (Winsler ir kt., 2009, cit. Price, 2015). Bunker ir kt. (1993, cit. Hardy, 2006) taip pat laikė kalbėjimą sau nuolatiniu procesu: „bet kada kai galvojate apie kažką, tam tikra prasme jūs kalbatės su savimi“ (82 p.). Kalba sau – tai nesibaigiantis minčių srautas, tekantis mūsų galvoje. Jei mūsų galvoje vyrauja neigiamos mintys, tai mūsų požiūris į gyvenimą ir jo perspektyvas pesimistinis ir atvirkščiai, jei dažniausiai galvojame teigiamai, tai greičiausiai būsim nusiteikę optimistiškai. Labai svarbu valdyti savo vidinį dialogą, nes nuo to priklauso mūsų gyvenimo kokybė ir keliami tikslai (Yaratan ir Yucesoylu, 2010).

Įrodyta, kad neigiama kalba sau skatina neigiamą mąstymą, kuris atlieka svarbų vaidmenį taip vadinamai psichologinei „netvarkai“: depresijai (Beck, Rush, Shaw, ir Emery, 1979; Dobson ir Breiter, 1983 ir kt., cit. Wong, 2012), nerimui (Beck, Emery ir Greenberg, 1985; Heimberg, Acerra, ir Holstein, 1985 ir kt. Cit. Wong, 2012), pykčiui (Beck, 1999, cit. Wong, 2012) ir stresui (Lightsey, 1994, cit. Wong, 2012). Neigiama kalba sau skatina žmones į problemas žiūrėti kaip į kliūtis, silpnina pasirengimą tas problemas spręsti bei mažina neigiamai mąstančiojo saviveiksmingumą (Beck, 1963, cit. Price, 2015). Asmenys, kurie save kritikuoja linkę patirti nesėkmes ir griežtai save pasmerkti (Blatt, Quinlan, Chevron, McDonald ir Zuroff, 1982). O tuo tarpu teigiama kalba sau ir teigiamas mąstymas susijęs su psichologine gerove: pasitenkinimu gyvenimu ir laime (Ingram ir kt., 1995, Lightsey, 1994, cit. Wong, 2012).

Norint pastiprinti pozityvų kalbėjimą sau svarbu kontroliuoti savo mintis. t.y., žinoti ką sau sakote ir stebėti, ar tai teigiama ar neigiama, būtina pasitikrinti, ar tai ką sakote sau, yra tiesa. Dažniausiai tai būna klaidingi įsitikinimai, kuriuos reikia pakeisti teigiamomis ir perspektyviomis mintimis, o galiausiai stebėti kaip vidinės kalbos turinys keičia jūsų būseną. Tokiam savo minčių stebėjimui reikia skirti pakankamai laiko, kad neigiamos mintys būtų atpažintos ir dar daugiau laiko jų keitimui. Kad tas procesas būtų lengvesnis, tiesiog reikia mąstyti ir veikti teigiamai (Clause, 2018). Nustatyta, kad kontroliuojama kalba sau gali labai padėti nusiraminti nerimą keliamose situacijose ir padeda priimti tinkamus sprendimus (Clark ir kt., 2010, cit. Shi ir kt., 2015).

Nagrinęjant kalbą sau išskiriamos šešios jos ypatybės (Hardy, 2006) :

- 1) poliškumas (teigiamas – neigiamas kalbėjimas sau);
- 2) atvirumas (atvira (girdima ir kitiems) – slapta (negirdima kitiems) kalba sau);
- 3) dažnis (kaip dažnai kažką pasakome sau);
- 4) kalbos sau savarankiškumas (ar pats pasirenku ką sakyti sau ar tai yra aplinkinių žmonių mintys);
- 5) interpretacija (krypties ir intensyvumo);
- 6) kitos funkcijos, kurias veikia kalba sau (motyvacija, paskatinimas veikti ir pan.)

Theodorakis ir kt. (cit. Hardy, 2006) pabrėžė tik du svarbius kalbos sau bruožus. Pirma, kalba sau gali būti pasakyta atvirai arba slapta. Antra, kalbą sau sudaro pareiškimai, skirti būtent sau, o ne kitiems. Pastarasis aspektas leidžia atskirti kalbą sau nuo socialinės kalbos, t.y. tokie vidiniai pokalbiai atlieka savireguliacijos funkciją, o ne komunikacinę (Diaz, 1992, cit. Hardy, 2006).

Pasiūlyti įvairūs modeliai, pagal kuriuos būtų galima įvertinti individo kalbą sau, tačiau dažniausiai naudojamas bipolinis (neigiamas – teigiamas) matmuo, t.y. vertinamos teigiamos – neigiamos mintys ir jų poveikis žmogaus emocijoms ir elgesiui. Didelis dėmesys skiriamas pozityviai vidinei kalbai, kaip turinčiai didesnę įtaką psichologinei sveikatai nei neigiama kalba sau (Calvete, 2002). Weinberg (1988, cit. Hardy, 2006) pastebėjo, kad teigiama vidinė kalba padeda geriau susitelkti į dabartį, nei į praeities klaidas ar tolimą ateitį. Moran (1996, cit. Hardy, 2006) įvardino, kad teigiama kalba sau - tai kaip pagyrimų forma, o neigiama – kaip kritikos forma. Empiriniai tyrimai įrodyta, kad teigiama kalba sau labiau skatina individo našumą, nei negatyvi kalba. Nors šis bipolinis kalbos sau aspektas sulaukė daugiausiai tyrėjų dėmesio, domėtasi ir vidinės kalbos atvirumu.

Kalbos sau atvirumas susijęs su tuo, ar individas teiginius pasako sau mintyse ir jų niekas negali išklaudyti (slapta kalba sau) ar teiginius verbalizuoja ir tai išgirsta ir aplinkiniai (atvira kalba sau). Hayes (1895, cit. Hardy, 2006) pastebėjo, kad laboratorijoje palankiau tirti atvirą kalbą sau ir su kolegomis nustatė, kad atviri teiginiai dažniau buvo socialiai priimtini ir neatskleidė tikrųjų pamąstymų. Kyllo ir Landers (1995, cit. Hardy, 2006) atliktoje meta analizėje paaikškėjo, kad viešai keliamų tikslų poveikis nusimatyta veiklai daug didesnis, nei privačių. Taip pat atvira kalba sau gali sėkmingai įkvėpti ne tik patį asmenį, bet ir kitą. Tačiau didžioji dalis tyrimų neatskleidė skirtumo tarp slaptos ir atviros kalbos sau, todėl kyla klausimas koks kalbėjimas sau yra efektyvesnis.

Nagrinėtas ir kitas kalbos sau aspektas – savarankiškumas. Teiginiai sau gali būti priskirti arba laisvai pasirinkti. Jau minėta anksčiau, kad paaugliai yra linkę prisiskirti sau teiginius, išgirstus iš tėvų, mokytojų ar draugų, kurie ne visada atitinka realybę. Gyvenant socialinėje plotmėje daugeliu atveju kitų žmonių įtaka keičia kalbos sau turinį tiek teigiama, tiek neigiama linkme (Calvete, 2002, Hardy, 2006). Naujausios socialinės pažinimo teorijos taip pat pabrėžia, kad asmuo viduje įsisavina kitų pasakytus teiginius, kurie daro didelę įtaką to asmens mąstymui ir veiklai (Andersen ir Chen,

2002; Baldwin, 1992; Baldwin, Carrell, ir Lopez, 1990; Ogilvie ir Ashmore, 1991, cit. Puchalska – Wasyl, 2015). Tačiau pabrėžiama, kad savarankiška kalba turi didesnę poveikį asmens vidinei motyvacijai ir labiau skatina veikti.

Nagrinėjant kalbos sau motyvacinę funkciją, pastebimos trys vidinės kalbos kategorijos: nepalanki kalba sau, kuri slopina ar stabdo veiklą, pvz. „Aš negaliu to padaryti. Kodėl turiu tai daryti?“; kognityvinė vidinė kalba, kuri padeda sutelkti dėmesį ir nukreipti jį į atliekamą užduotį, pvz.: „Ar tai tinka? Pabandyk šitaip. O taip tai tinka“ ir meta kognityvinė kalba, kuri skatina įveikti, taisyti, ieškoti sprendimo, pvz. „Aš tai padariau. Galiu pabandyti dar kartą. Gerai padirbėjau“ (Manning ir kt. (1994), cit. Chiu ir Alexander, 2000).

Kalbos sau dažnumas tiesiogiai susijęs su sau pasakomų teiginių skaičiumi ir tų privačių pakalbiu dažniu (niekada, retai, dažnai, visada). Tyrimais įrodyta (Hardy, Hall, 2004; Mahoney and Avenier, 1977, cit. Hardy, 2006), kad žmonės, kurie dažnai kalba sau, yra sėkmingesni ir kelia didesnius tikslus už tuos, kurie tokios praktikos neturi. Pastebėta ir tai, kad jei individas nuolatos kalbasi su savimi, susiformuoja tam tikri įsivaizduojamų emocinių partnerių tipai. Puchalska – Wasyl (2015) savo tyrimuose išskiria 4 tipus: ištikimas draugas, ambivalentiškas tėvas, didžiulis varžovas ir bejėgis vaikas. Tuose pačiose tyrimuose autorė pastebėjo, kad galima įvesti dar vieną tipą – ramus optimistas.

Apibendrinant galima pasakyti, kad kalba sau padeda spręsti problemas, planuoti, didina motyvaciją ir kreipia žmogaus gyvenimą viena ar kita linkme. Mes negalime kontroliuoti visko kas vyksta aplink mus, bet galime kontroliuoti savo reakcijas į tuos įvykius. Jei nuolat vartojama neigiamai kalba sau, vystosi neracionalus mąstymas, formuojasi neigiamos reakcijos į vykstančius įvykius. Ir atvirkščiai, kalbant sau teigiamai, formuojasi pozityvus požiūris į save, į aplinkinius ir į pasaulį.

1.4 Paauglių emocinio intelekto, kalbos sau ir tėvų auklėjimo stiliaus sąsajos

1.4.1 Emocinio intelekto sąsajos su tėvų auklėjimo stiliumi

Nustatyta, kad tėvų auklėjimas turi didelės įtakos vaiko emocinėms charakteristikoms. Vaikų emocijų reguliavimo įgūdžiai priklauso nuo to kaip su jais tėvai bendrauja ir kokius elgesio modelius perduoda. Taip pat svarbu ne kaip tėvai auklėja, bet, kad jų suteikiama meilė ir parama vaikų būtų teisingai suprasta. Negausūs tyrimai patvirtina, kad suvokta tėvų parama ir meilė, patirta vaikystėje, yra susijusi su aukštesnio emocinio intelekto išsivystymu, o tuo tarpu paaugliai, kurie tėvų elgesį suvokė kaip atstumiantį ir visai nejautė emocinės šilumos, turi daugiau emocinių problemų. (Žukauskienė ir kt., 2008, 2011). M. Zeidneris ir kt. (2003) (cit. pagal Kutkienė, 2006) tai pat nurodo, kad emocinio vystymosi procese svarbus vaidmuo tenka bendraamžiams, mokytojams, o ypač tėvams.

Nagrinėjant tėvų auklėjimo stiliaus poveikį paauglių psichologinei sveikatai ir akademiniam pasiekimams, atskleista, kad autoritetingas stilius teigiamai veikia paauglių emocines kompetencijas, prisitaikymą, savigarbą, pasitikėjimą savimi ir akademinis pasiekimus (Baumrind, 1971, Carlson, Uppal ir Prosser, 2000, cit. Ang, 2006, Furnham ir Cheng, 2000; Lamborn, Mounts, Steinberg, ir Dornbusch, 1991; Steinberg, Elmen ir Mounts, 1989; Steinberg, Lamborn, Darling, Mounts ir Dornbusch, 1994). Taip pat motinų autoritetingas auklėjimas teigiamai susijęs su didesne vaikų empatija, rūpinimusi kitais ir jautrumu kitų atžvilgiu (Knight ir kt., 2000). Vaikai, kuriems nenustatytos jokios taisyklės ir ribos, labiau piktnaudžiauja tėvų nuolaidumu, dažniau nusižengia mokyklos tvarkai ir mažiau siekia geresnių akademinų rezultatų bei pasižymi žemesne savigarba, mažesniu atkaklumu lyginant su autoritarinių ir autoritetingų tėvų vaikais (Lamborn ir kt., 1991, Ginsburg ir Bronstein, 1993; Maccoby ir Martin, 1983, cit. Ang, 2006).

Autoritetingų tėvų vaikai mažiau impulsyvūs naudojant internetą, vartojant alkoholį bei pasižymi aukštesne savigarba (Floros ir Siomos, 2013, Patock Peckham, King, Morgan-Lopez ir Ulloa, 2011, Milevsky, Schlechter ir Netter, 2007, cit. Argyriou ir kt., 2016). Atkreiptas dėmesys, kad autoritetingų tėvų vaikai pasižymi ir didesniu atkaklumu įveikiant kliūtis bei susidorojant su stresu, turi geresnius socialinius įgūdžius, yra labiau prisitaikantys ir empatiški (Padilla-Walker, Day, Dyer ir Black, 2013, Baumrind, 1991, cit. Argyriou ir kt., 2016, Steinberg, Lamborn, Darling, Mounts ir Dornbusch, 1994). Ir galiausiai šeimos santykiai ir autoritetinga tėvystė siejasi su aukštesniu laimės lygiu tarp vaikų ir paauglių (Furnham ir Cheng, 2000; Holder ir Coleman, 2009, cit. Argyriou ir kt., 2016).

Tiriami paaugliai su aukštesniu emociniu intelektu nurodė, kad jų tėvai pasižymėjo didesne emocine šiluma, nei paaugliai, turintys žemesnį emocinį intelektą (Mayer ir kt, 1999, 2000 cit. pagal Žukauskienė ir kt., 2011 ir Remeikaitė, 2002). Manoma, kad emocinio intelekto raidos lygiui ypač svarbus tėvų palaikymas, iš klausymas, nuoširdumas, švelnumas vaikystėje ir palanki socialinė aplinka (Mayer, Forgas, 2001, cit. pagal Remeikaitė, 2002).

Kiti autoriai taip pat aptiko teigiamų ryšių tarp tėvų emocinės šilumos ir paauglių emocinio intelekto bei įrodė, kad vaikams suteikta emocinė šiluma susijusi su vaiko gebėjimais suvokti ir įvardinti emocijas, bei suprasti kitų emocijas (Alegre ir Benson, 2007; Alegre ir Benson, 2010; Bennett ir kt., 2005, cit. pagal Žukauskienė ir kt., 2011).

Paaugliams labai svarbu nuolat jausti, kad prirėkus jie turi į ką atsiremti, tačiau ne visi tėvai būna pasiruošę tuo ramsčiu būti, tad tėvų neprieinamumas, šilumos trūkumas, atstūmimas, siejasi su paauglių depresija, vienatve, dažnesniais psichosomatiniais nusiskundimais bei nusikalstamu elgesiu (Conger, Ge, Elder, Lorenz, ir Simons, 1994; Campo ir Rohner, 1992; Crockenberg ir Leerkes, 2003; Rubin, Dwyer, Booth-LaForce, Kim, Burgess ir Rose-Krasnor, 2004, cit. Alegre ir kt. (2010)

Literatūroje atskleista, kad skirtinga vaikų auklėjimo praktika siejasi su jų prosocialiniu ir antisocialiniu elgesiu bei turi tiesioginį ir ilgalaikį poveikį vaikų socialiniam funkcionavimui: nuo moralinio vystymosi iki akademinių pasiekimų (Alink ir kt., 2009; Romano, Tremblay, Boulerice ir Swisher, 2005, Bornstein ir Bornstein, 2007, cit. Batool ir Bond, 2015). Autoritarinė tėvystė pasižymi aukštu kontrolės lygiu ir žemu atreagavimu ir tai yra galimas rizikos veiksnys vystytis agresijai ir antisocialiam elgesiui. Priešingai autoritetingas auklėjimo stilius, kai yra pusiausvyra tarp kontrolės, reiklumo ir atsakingumo, skatina vaikų prosocialų elgesį ir mažina agresiją (Finzi-Dottan, Bilu, ir Golubchik, 2011, cit. Batool ir kt., 2015).

Tyrimuose nustatyta, kad ir pačių tėvų emocinis intelektas vaidina svarbų vaidmenį ugdant vaiką. Emociškai stiprių tėvų vaikai geriau kontroliuoja emocijas, geba valdyti pyktį bei agresiją (Deuskar ir Bostan, 2008, Stern ir Elias, 2007, cit. Batool ir kt., 2015). Vaikai bando suvokti emocijas tiesiogiai modeliuojant tėvus, todėl pačių tėvų gebėjimas valdyti ir kontroliuoti emocijas yra galingas būdas mokyti vaikus suvokti ir valdyti savo socialinį emocinį gyvenimą (Stern ir Elias, 2007, cit. Batool ir kt., 2015).

Taip pat tyrimuose pastebėta, kad ne tik nuo auklėjimo stiliaus, bet ir kartu praleidžiamo laiko priklauso vaiko psichosocialinė raida. Alegre (2012) atskleidė ryšį tarp motinos laiko praleisto kartu su vaiku ir vaiko emocinio intelekto vystymosi. Toks bendravimas sukelia abipusį emocinį pasitenkinimą, sukuria palankias asmenybės formavimosi sąlygas. Reikia pastebėti, kad praleistas laikas turi būti kokybiškas, pvz. jei motina ir vaikas žaidžia įvairius žaidimus, kartu mokosi, tai tokia veikla prognozuoja teigiamus emocinio vystymosi rezultatus. Tačiau jei ta veikla apsiriboja vien televizoriaus žiūrėjimu kartu, ji teigiamos įtakos emocinėms charakteristikoms neturi.

Taigi teisingai parinktas tėvų auklėjimas, ypač emocinė šiluma veikia vaikų emocinio intelekto vystymąsi, bet taip pat atkreipiamas dėmesys, kad tėvų suteikta šiluma priklauso nuo vaiko amžiaus ir lyties. Tyrimais atskleista, kad merginoms ir vyresniems paaugliams (16-18 metų) tenka mažiau emocinės paramos, o tuo tarpu vaikinai ir jaunesnieji paaugliai (14-15 metų) gauna jos daugiau (Graziano ir kt. 2009, cit. pagal Žukauskienė ir kt., 2011). Lietuvoje atliktame tyrime su 2916 mokinių paaiškėjo, kad merginoms mamos ir tėčio emocinė šiluma pasireiškė stipriau negu vaikinams. Nustatyta ir tai, kad vaikinai dažniau nei merginos patiria abiejų tėvų atstūmimą ir perdėtą globojimą (Gaižauskienė ir kt., 2010). Dėl šių rezultatų galima numanyti, kad merginos gaunančios daugiau emocinės paramos, dažniau išsiugdo ir aukštesnį emocinį intelektą.

Kalbant apie kontrolę, tėvai pasirenka itin griežtai kontroliuoti (autoritarinis auklėjimo stilius), taikyti pozityvią kontrolę (autoritetingas auklėjimo stilius), arba netaikyti jokios kontrolės (abejingi, nerūpestingi tėvai). Nurodoma, kad pozityvi kontrolė palankiau veikia vaikų emocinį intelektą, didina savivertę, saviveiksmingumą, kompetenciją. Esant autoritariniam auklėjimo stiliui, kai taikomos griežtos bausmės, emocinio intelekto raidai daromas neigiamas poveikis, nes vaikas

negeba suprasti emocijų ir jų reguliuoti. Kai tėvai iš vis netaiko kontrolės, tuomet paauglys pasižymi savikontrolės, savarankiškumo stoka, maža saviverte ir socialine nekompetencija (Buri, 1989; Santrock, 2004; Alegre ir Benson, 2007; Pears and Moses, 2003; Morris ir kt., 2007, cit. pagal Žukauskienė ir kt., 2011).

Jau buvo užsiminta, kad aukštas emocinis intelektas prognozuoja mažesnį nusikalstamumą, o tuo tarpu auklėjimo stilius irgi turi tiesioginį poveikį paauglio neigiamai veiklai. Simons ir kt. (1998) nustatė, kad tėvų paramos ir dalyvavimo vaiko gyvenime stoka siejasi su paauglių nusikalstamu elgesiu ir narkotikų vartojimu bei agresyviu elgesiu. Šie tyrimai tai pat rodo, kad vaikai yra mažiau agresyvūs, kai tėvai yra arti jų ir vyrauja sveiki tarpusavio santykiai. Eron ir kt. (1991, cit. Hesari ir kt., 2011) nustatė, kad tėvų emocinis atstūmimas ir taikomos fizinės bausmės yra pagrindas rastis vaikų agresyviu elgesiui.

Jeį prisimintumėme, kad savęs motyvavimas yra vienas iš emocinio intelekto kompetencijų, tai reiktų nepamiršti, kad skirtingas auklėjimo stilius irgi siejasi su skirtinga motyvacijos veikti rūšimi. Autoritetinga tėvystė yra susijusi su vidine motyvacija, o autoritarinių tėvų naudojamos represijos prieš vaiką – su išorine motyvacija (Dornbusch, Ritter, Leiderman, Roberts ir Fraleigh, 1987; Ginsburg ir Bronstein, 1993; Gonzalez, Doan Holbein ir Quilter, 2002; Leung, Lau ir Lam, 1998, cit. Koul, Lerdpornkulrat, Poondej, 2016). Nuolatinis vaikų palaikymas, savarankiškumas, nebijojimas suklysti, vaikus skatina siekti tikslų remiantis gilesniais vidiniais motyvais, o tuo tarpu įbauginti vaikai siekia arba išvengti bausmės arba gauti apdovanojimą už paklusnų elgesį, kitaip tariant veikia vedami išorinių motyvų.

Visi paminėti tyrimai verčia susimąstyti, kokia svarbi yra tėvų, kurie būna su vaikais nuo pirmųjų dienų, įtaka, nes tinkamai parinktas auklėjimas, bendravimo su vaiku būdas gali sudaryti tinkamas sąlygas bręstančiam žmogui pasiekti kuo aukštesnį emocinį intelektą. Tyrimais įrodyta, kad būtent artimai bendraujant su tėvais, vaikas gauna pagrindines emocinio gyvenimo pamokas. Gebėjimas atpažinti, reikšti emocijas ir jas reguliuoti išugdomas šeimoje ir priklauso nuo tėvų sugebėjimo rodyti vaikams meilę bei besąlygiškai priimti (Kutkienė, 2008).

1.4.2 Tėvų auklėjimo stiliaus ir paauglių emocinio intelekto sąsajos su paauglio kalba sau

Kognityvinėje – elgesio teorijoje atskleidžiamos sąsajos tarp kalbos sau formų ir adaptacijos arba netinkamo suvokimo vystymosi. Šioje vietoje pabrėžiamas svarbus tėvų vaidmuo skatinant vaikų racionalų ar neracionalų mąstymą apie save ir pasaulį, kas vėliau turi įtakos bendrai vaiko gerovei. Empiriniais tyrimais įrodytas tėvų indėlis į kalbą sau, tačiau mažai tyrimų, kaip ji veikia paauglystėje. Daugelis pabrėžia, kad paaugliai privalo sėkmingai mokytis, siekti aukštų akademinų rezultatų, gerbti tėvus ir tenkinti jų lūkesčius, mažai skiriant dėmesio komunikacijos procesams, tarp

jų ir kalbai sau. Tėvų auklėjimo stilius turi didelės įtakos paauglių socialinėms – emocinėms kompetencijoms. Tėvų vaikams iškelti lūkesčiai didina jų stresą, skatina netinkamą požiūrį į privalomą atlikti veiklą bei neigiamą kalbą sau, kuris atsiranda dėl paauglių jaučiamos kaltės, kad nesugeba patenkinti tėvų ir mokytojų lūkesčių jų atžvilgiu. Tyrėjai pabrėžia, kad tėvų veikla su vaiku ir keliami reikalavimai skatina kalbą sau, kuri turi didelės įtakos vaikų socialinio-emociniam vystymuisi (Chong ir kt., 2015).

Jei vėl prisimintume Vygotskio kalbos vystymosi teoriją (1934/1987, cit. Price, 2015), tai joje autorius ne kartą užsiminę apie svarbų tėvų vaidmenį vaiko kalbos vystymuisi. Iš pradžių tėvai daro įtaką komunikacinei kalbai, vėliau nuo 3 iki 8 metų formuoja vaiko privačią kalbą, kuri atspindi sudėtingesnę pažinimo lygį. Panašiai manė ir Benjamin (1974, 1996, cit. Price, 2015), kad žmogaus psichikos patirtį formuoja globėjo elgesys.

Kalba sau svarbi ir emociniam intelektui (Reichl, 2012). Tai patvirtančius faktus galima rasti Brinthaup, Hein, and Kramer (2009) tyrimuose. Tyrėjai nustatė keturias vidinės kalbos funkcijas: 1) savikritika kai žmonės kalbasi su savimi kai jaučia, kad kažką pasakė ar padarė ko nenorėjo arba kalba apie neigiamas patirtis; 2) savęs stiprinimas (padrąšinimas), kai žmonės didžiuojasi savimi kai kas nors gero jiems nutinka ar pasiekia užsibrėžtus tikslus; 3) savęs valdymas (savireguliacija), kai žmonės kalba sau, kad išsiaiškintų ką jie turėtų daryti ar pasakyti tam tikrose situacijose (būsimo elgesio kontrolei ir nukreipimui) ir 4) socialinis vertinimas, kuomet mintyse žmonės pakartoja sau ką jau sakė kitiems žmonėms arba kalba sau kai nori patikrinti kitų reakciją į savo žodžius (žmogaus įsivaizdavimas apie socialines sąveikas).

Berk (1992, cit. Brinthaup, 2009), Morin (1993, cit. Brinthaup, 2009) ir Vygotskis (1987, cit. Brinthaup, 2009) pažymėjo, kad kalba sau yra vienas iš svarbiausių savireguliacijos proceso komponentų ir svarbi slopinant impulsus, nukreipiant savo veiklą bei stebint savo pažangą siekiant tikslų. Panašios nuomonės laikėsi Carver ir Scheier (1998, cit. Brinthaup, 2009) pastebėję, kad kalba sau yra kaip elgesio atspindys, parodantis, kokia kryptimi elgesys nukreiptas siekiant tikslų bei kaip jis veikia emocines reakcijas. Tyrimais įrodyta, kad kalba sau padeda interpretuoti jausmus, juos suvokti, bei padeda veiksmingai reaguoti į iššūkius, pasitaikančius kasdieninėje veikloje (Hatzigeorgiadis, Zourbanos ir Theodorakis, 2007, Rogelberg ir kt., 2012).

Bronson (2000, cit. Lee ir kt. 2015) taip pat pabrėžė, kad savireguliacija padeda sutelkti dėmesį į tikslus, į atliekamas užduotis, leidžia stebėti savo pažangą ir dedamas pastangas, saugo nuo daromų klaidų arba skatina jas taisyti, didina organizuotumą ir skatina planuoti. Taigi kalba sau yra susijusi su teigiamais ir dinamiškais veiklos rezultatais tiek dabartiniu momentu tiek ateityje. Tyrimuose atskleista, kad vaikai, kurie intensyviai kalbasi su savimi, yra labiau linkę užbaigti sudėtingas užduotis patys, neprašydami suaugusiojo pagalbos (Chiu ir kt., 2000). Tikėtina, kad kalba

sau stipriai padėtų ir paaugliams, kurie siekia savarankiškumo ir mažesnės suaugusiojo įtakos jų sprendimams.

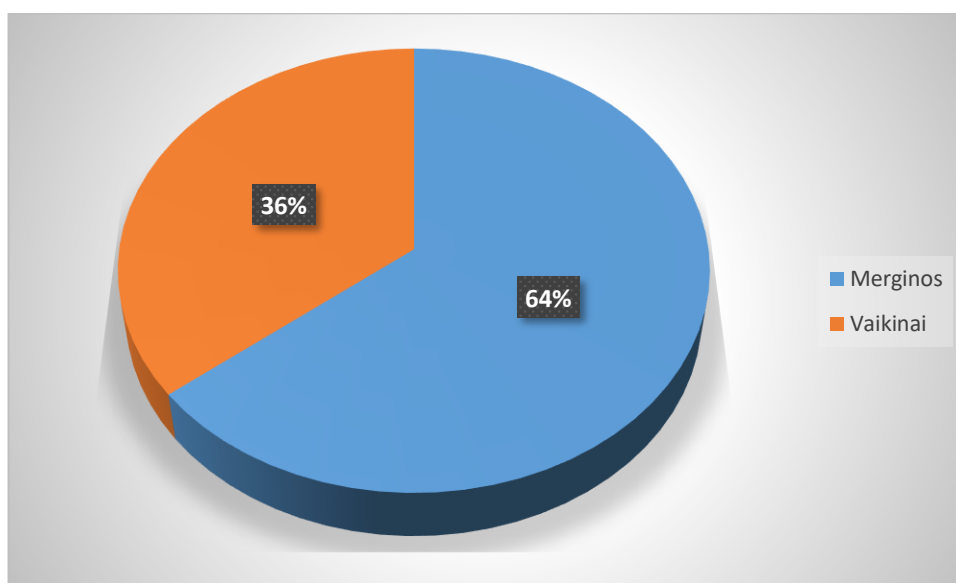
Emocinio intelekto vystymuisi reikšmės turi daug kintamųjų, tačiau šiame darbe siekiama analizuoti prognostines tėvų auklėjimo stiliaus ir paauglių kalbos sau galimybes numatant paauglių emocinį intelektą bei jo atskiras kompetencijas.

2. TYRIMO METODIKA

2.1 Tyrimo dalyviai

Tyrimo dalyvavo 199 15-18 metų amžiaus paauglių, atrinktų patogiosios atrankos būdu. Iš jų 15 – mečių – 47 (23,6 %), 16 – mečių – 70 (35,2 %), 17 – mečių – 70 (35,2 %) ir 18 – mečių – 12 (6,0 %) (1 pav.). Tiriamųjų amžiaus vidurkis – 16,24 metai (SD=0,882).

Tiriamųjų pasiskirstymas pagal lytį pateiktas 3 paveiksle.



3 pav. Tiriamųjų pasiskirstymas pagal lytį

Popieriniai klausimynai buvo išdalintos 199 – iems mokiniams, lankantiems 1-3 gimnazijos klasę, iš kurių užpildė 199 tiriamieji.

2.2 Įvertinimo būdai

Paauglių emociniam intelektui matuoti buvo naudojamas Vladimir Takšić sukurtas Emocinių įgūdžių ir sugebėjimų klausimynas ESCQ-45 (angl. Emotional Skills and Competence Questionnaire, Takšić ir kt., 2009). Lietuviškąją šio klausimyno versiją parengė Riomerio universiteto profesorė Rita Žukauskienė, išvertusi jį iš anglų kalbos. Naudoti šią metodiką leidimas gautas ir iš Vladimir Takšić ir iš Ritos Žukauskienės. Klausimyną sudaro 45 teiginiai, skirti emociniam intelektui įvertinti. ESCQ - 45 sudaro 3 subskalės:

- 1) Emocijų suvokimo ir supratimo subskalė (15 teiginių, pavyzdžiui, “Galiu atskirti, kada mano draugas yra liūdnas, o kada – nusivylęs”).

- 2) Emocijų išreiškimo ir įvardijimo subskalė (14 teiginių, pavyzdžiui, „Galiu išvardinti emocijas, kurias išgyvenu dabar“).
- 3) Emocijų valdymo subskalė (16 teiginių, pavyzdžiui, „Nemaloniais emocijas stengiuosi valdyti, o teigiamas – stiprinti“).

Skalė taip pat leidžia įvertinti bendrą emocinį intelektą (EI). Tiriamieji į teiginius galėjo atsakyti pasirinkdami vieną iš penkių galimų atsakymų: niekada, retai, retkarčiais, dažnai, visada. Šiame tyrime Emocijų suvokimo ir supratimo subskalės Cronbacho $\alpha = 0,873$, Emocijų išreiškimo ir pavadinimo subskalės Cronbacho $\alpha = 0,876$, Emocijų valdymo subskalės Cronbacho $\alpha = 0,793$, Bendro emocinio intelekto Cronbacho $\alpha = 0,925$. Cronbacho alfa svyruoja nuo 0,793 iki 0,925.

Tėvų auklėjimo stiliui nustatyti naudojamas EMBU klausimynas (EMBU: Eгна Minnen Beträffande Uppfostran, Arrindell ir kt., 1994; Arrindell ir kt., 1999). Tyrime taikyta trumpoji šio klausimyno forma (23 teiginiai), skirta įvertinti vaikų ir paauglių suvokimą apie tėvų auklėjimą. Klausimyną į lietuvių kalbą, suderinus su autoriais, išvertė Rita Žukauskienė, kuri sutiko, kad klausimynas būtų naudotas ir šiame tyrime. Klausimynas remiasi pačių paauglių suvokimu apie tėvų auklėjimo stilius. Skiriamos trys subskalės:

- 1) Atstūmimo subskalė, kurią sudaro teiginiai apie tėvų priešišumą, jų šiurkštumą, grubumą, vaikų auklėjimą bausmėmis, pavyzdžiui, „Mano tėvai kitų akivaizdoje kritikuodavo mane ir aiškino, koks tingus ir nenaudingas aš esu“, „Mano tėvai griežtai mane bausdavo, net už mažmožius (smulkius nusižengimus)“.
- 2) Emocinės šilumos subskalė, kuri leidžia įvertinti kiek paaugliai jaučiasi mylimi ir palaikomi tėvų, pavyzdžiui, „Aš jaučiau, kad mane ir mano tėvus sieja šiluma ir švelnumas“, „Jei man nesisekdavo, mano tėvai stengdavosi mane paguosti arba padrąsinti“.
- 3) Perdėtos globos subskalė, kurios pagalba galime įvertinti apsaugos nuo galimos neigiamos patirties laipsnį ir kiek griežtai vaikai kontroliuojami juos auklėjant, pavyzdžiui, „Būdavo, jog aš norėdavau, kad mano tėvai mažiau nerimautų dėl to, ką aš dariau“, „Mano tėvai norėdavo spręsti, kaip aš turiu būti apsirengęs, ar kaip aš turiu atrodyti“.

Kadangi mamos ir tėvo auklėjimo stilius vertinamas atskirai, taikomos 6 subskalės. EMBU klausimyno teiginiai, vertinami pagal 4 balų Likerto skalę, kur 1 – „ne, niekada“, 2 – „taip, bet retai“, 3 – „taip, dažnai“, 4 – „beveik visada“. Šioje skalėje kai kurie klausimai apverčiami (pvz. „Mano tėvai man leisdavo eiti kur noriu, ir dėl to pernelyg nesirūpindavo“). Tuomet atsakymai vertinami sekančiais: „beveik visada“ (1 balas), „taip, dažnai“ (2 balai), „taip, bet retai“ (3 balai) ir „ne, niekada“ (4 balai). Susumavus atskirų skalių rezultatus galima gauti vyraujančius rodiklius, kaip „perdėta

motinos globa” ar “ atstumiantis tėvo elgesys”. Šiame tyrime skalių suderinamumas yra sekantis: atstūmimo motinos subskalės – 0,835, tėvo – 0,770; emocinės motinos šilumos subskalės – 0,843, tėvo – 0,860; perdėtos motinos globos – 0,708, tėvo – 0,722. Cronbacho alfa svyruoja nuo 0,708 iki 0,860.

Kalbėjimo sau klausimynas. Tyrime naudotas kalbėjimo sau klausimynas STI, sukurtas P. Burnetto (Self-Talk Inventory (STI), 1996). Gautas autoriaus leidimas naudoti klausimyną bei atliktas dvigubas vertimas į lietuvių klabą. Šį klausimyną sudaro 36 teiginiai, kuriuos paaugliai gali pasakyti sau reaguodami į 5 skirtingus scenarijus (Pvz. „Dabar Tavo eilė atsiskaityti. Tu ateini prieš klasę, atsisuki į mokytoją ir klasės draugus. Kaip dažnai Tu pasakytum sau“). Kadangi kalba sau gali būti pozityvi arba negatyvi sudaromos dvi poskalės:

- 1) Pozityvios kalbos sau poskalė (PKS), kurią sudaro 18 teiginių, pvz.: „Aš galiu tai padaryti“, „Tai tikrai puiku“.
- 2) Negatyvios kalbos sau poskalė (NKS), kurią sudaro 18 teiginių, pvz.: „Aš negaliu to padaryti“, „Aš susimausiu“ – negatyvus kalbėjimas sau.

Šiame tyrime pozityvios kalbos sau subskalės Cronbacho $\alpha = 0,881$, neigiamos kalbos sau – 0,852.

Tiriamieji taip pat turėjo atsakyti į klausimus apie amžių ir lytį.

2.3 Tyrimo eiga ir duomenų apdorojimas

Tyrimas atliktas 2019 metų kovo mėnesį. Popieriniai klausimynai išdalinti mokiniams klasės valandėlių metu. Mokinių dalyvavimas tyrime aptartas su mokyklų vadovybe. Klausimyno pildymas užtruko 15-20 minučių. Prieš pildant klausimyną, tiriamiesiems paaiškinta, koku tikslu atliekamas tyrimas ir kam bus naudojami gauti duomenys. Atsakyti ir visi tyrimo metu iškilę klausimai. Tyrime mokiniai dalyvavo savanoriškai, buvo informuoti apie anonimiškumo ir konfidencialumo užtikrinimą.

Klausimynų duomenys apdoroti statistinės analizės programinės įrangos paketu SPSS 22.00. Buvo apskaičiuoti aprašomosios statistikos rodikliai: vidurkiai, standartiniai nuokrypiai, procentinis pasiskirstymas, tikrinamas įverčių skirstinių normalumas (Shapiro – Wilk testas) bei vidinis naudotų instrumentų suderinamumas (Cronbacho α). Uždaviniams atlikti tai pat naudoti T testas, Mann-Whitney U kriterijus, Spearmano koreliacijos koeficientas, daugialypė regresinė analizė ir mediacinė analizė.

3. TYRIMO REZULTATAI

3.1 Paauglių emocinio intelekto, kalbos sau ir tėvų auklėjimo stiliaus ypatumai ir palyginimas pagal lytį ir amžių

3.1.1. Paauglių emocinio intelekto, kalbos sau ir tėvų auklėjimo stiliaus įverčių aprašomoji statistika

Emocinio intelekto ir jo kompetencijų, auklėjimo stiliaus ir pozityvios bei neigiamos kalbos aprašomoji statistika (vidurkis, standartinis nuokrypis, minimumas ir maksimumas) pateikiama trečioje lentelėje.

3 lentelė. Emocinio intelekto, auklėjimo stiliaus ir kalbos sau įverčių aprašomoji statistika

	Skalės įverčių galima surinkti suma	Vidurkis	SD	MIN	MAX
Emocinis intelektas					
Emocijų suvokimas ir supratimas	75,00	55,4545	8,2779	32,00	75,00
Emocijų išreiškimas ir pavadinimas	70,00	48,5330	8,7665	24,00	68,00
Emocijų valdymas	80,00	57,9485	7,6013	36,00	78,00
Bendras emocinis intelektas	225,00	161,5937	20,8927	98,00	213,00
Tėvų auklėjimo stilius					
Atstūmimas (T)	28,00	9,4793	3,0552	7,00	28,00
Atstūmimas (M)	28,00	10,3242	3,7134	7,00	26,00
Emocinė šiluma (T)	24,00	18,3757	4,3541	6,00	24,00
Emocinė šiluma (M)	24,00	19,5744	3,6409	9,00	24,00
Perdėta globa (T)	36,00	19,1222	4,5127	10,00	30,00
Perdėta globa (M)	36,00	21,3866	4,5593	11,00	35,00
Kalba sau					
Pozityvi kalba sau	54,00	44,9192	6,5875	24,00	54,00
Negatyvi kalba sau	54,00	30,1508	6,6574	18,00	53,00

Iš lentelės matosi, kad paaugliai labiau jaučiasi atstumti motinos, o ne tėvo (atitinkamai $M=10,32$ ir $M=9,48$), bet tuo pačiu suvokia motiną kaip emociškai šiltesnę ar daugiau perdėtai globojančią nei tėvą. Tokie rezultatai atskleidžia, kad paauglių gyvenime motina vaidina svarbų vaidmenį ir į jos auklėjimo būdą labiau reaguojama. Taip pat rezultatai rodo, kad paaugliai labiau linkę vartoti pozityvią kalbą sau nei negatyvią ($M=44,92$ ir $M=30,15$).

3.1.2 Paauglių emocinio intelekto, kalbos sau ir tėvų auklėjimo stiliaus palyginimas pagal lytį

Paauglių emocinio intelekto, kalbos sau ir tėvų auklėjimo stiliaus įverčių vidurkių palyginimui pagal lytį taikytas T – testas, įverčiams pasiskirsčiusiems pagal normalųjį skirstinį ir neparametrinis Mann-Whitney U kriterijus, įverčiams nepasiskirsčiusiems pagal normalųjį skirstinį (įverčių skirstinių normalumo koeficientas Shapiro - Wilk pateikiamas 3 priede). Rezultatai pateikti 4 ir 5 lentelėse.

4 lentelė. Emocinio intelekto ir jo kompetencijų palyginimas pagal lytį.

	Vaikinai		Merginos		t	Reikšmingumo lygmuo p
	Vidurkis	SD	Vidurkis	SD		
Emocinis intelektas						
Emocijų suvokimas ir supratimas	54,19	8,377	56,15	8,172	-1,590	0,114
Emocijų išreiškimas ir pavadinimas	48,86	8,632	48,35	8,870	0,394	0,694
Emocijų valdymas	58,36	8,697	57,72	6,950	0,527	0,599
Bendras emocinis intelektas	161,46	23,009	161,67	19,734	-0,65	0,949

5 lentelė. Tėvų auklėjimo stiliaus ir paauglių kalbos sau palyginimas pagal lytį.

	Vaikinai	Merginos	Mann-Whitney U	p
	Vidutinis rangas	Vidutinis rangas		
Tėvų auklėjimo stilius				
Atstūmimas (T)	91,31	81,15	2956,00	0,182
Atstūmimas (M)	94,40	89,69	3717,00	0,552
Emocinė šiluma (T)	90,23	91,43	3720,00	0,882
Emocinė šiluma (M)	91,61	101,66	3948,50	0,229
Perdėta globa (T)	92,56	89,39	3555,50	0,696
Perdėta globa (M)	104,71	93,52	3815,00	0,183
Kalba sau				
Pozityvi kalba sau	94,59	102,19	4136,00	0,371
Negatyvi kalba sau	94,75	102,71	4171,50	0,338

T – testas ir Mann – Whitney U testas neparodė jokių reikšmingų skirtumų tarp lyčių, kalbant apie vaikinų ir merginų emocinį intelektą, suvokiamą tėvų auklėjimo stilių ir kalbą sau.

3.1.3 Paauglių emocinio intelekto, kalbos sau ir tėvų auklėjimo stiliaus palyginimas pagal amžių

Paauglių emocinio intelekto, kalbos sau ir tėvų auklėjimo stiliaus įverčių palyginimui pagal amžių sudaromos dvi amžiaus grupės: 1 grupė – 15 ir 16 metų paaugliai, 2 grupė – 17-18 metų paaugliai. Paauglių emocinio intelekto ir jo kompetencijų įverčių palyginimui pagal amžiaus grupes taikytas T – testas, o paauglių kalbos sau ir tėvų auklėjimo stiliaus įverčių palyginimui – neparametrinis Mann - Whitney U kriterijus. Rezultatai pateikti 6 ir 7 lentelėse.

6 lentelė. Paauglių emocinio intelekto palyginimas pagal amžių.

	15-16 – mečiai		17-18-mečiai		t	p
	Vidurkis	SD	Vidurkis	SD		
Emocinis intelektas						
Emocijų suvokimas ir supratimas	55,80	7,608	54,96	9,168	0,679	0,498
Emocijų išreiškimas ir pavadinimas	48,25	8,345	48,94	9,376	-0,530	0,597
Emocijų valdymas	57,49	6,988	58,60	8,401	-0,969	0,334
Bendras emocinis intelektas	161,20	19,116	162,15	23,267	-0,301	0,764

7 lentelė. Paauglių kalbos sau ir tėvų auklėjimo stiliaus palyginimas pagal amžių.

	15-16 – mečiai	17-18-mečiai	Mann-Whitney U	p
	Vidutinis rangas	Vidutinis rangas		
Tėvų auklėjimo stilius				
Atstūmimas (T)	90,43	76,93	2885,50	0,073
Atstūmimas (M)	100,00	78,80	3051,50	0,007
Emocinė šiluma (T)	87,14	96,57	3546,50	0,232
Emocinė šiluma (M)	92,19	106,54	3907,50	0,080
Perdėta globa (T)	91,53	89,02	3812,50	0,750
Perdėta globa (M)	102,97	89,54	3913,50	0,101
Kalba sau				
Pozityvi kalba sau	98,47	100,96	4636,00	0,762
Negatyvi kalba sau	104,52	93,55	4268,50	0,186

Lyginant dviejų amžiaus grupių paauglių emocinį intelektą ir kalbą sau, statistiškai reikšmingų skirtumų nerasta. Lyginant tėvų auklėjimo stilius, taip pat statistiškai reikšmingų skirtumų nerasta, išskyrus suvokiamą mamos atstūmimą. Jaunesni paaugliai (15-16 metų) jaučiasi labiau atstumti mamos, nei vyresni paaugliai (17-18 metų) ($p < 0,01$).

3.1.4 Emocinio intelekto, kalbos sau ir tėvų auklėjimo stiliaus palyginimas pagal lytį amžiaus grupėse

Kiekvienoje amžiaus grupėje palyginkime merginų ir vaikinių emocinį intelektą, kalbą sau ir tėvų auklėjimo stilių, taikydami T – testą ir Mann - Whitney U kriterijų (atitinkamai pagal įverčių skirstinių normalumą). Rezultatai pateikiami 8 ir 9 lentelėse.

8 lentelė. Paauglių emocinio intelekto palyginimas pagal lytį amžiaus grupėse.

	15-16 – mečiai				t	p	17-18-mečiai				t	p
	Vaikiniai		Merginos				Vaikiniai		Merginos			
	Vidurkis	SD	Vidurkis	SD			Vidurkis	SD	Vidurkis	SD		
Emocinis intelektas												
Emocijų suvokimas ir supratimas	53,49	7,69	56,80	7,39	-2,156	0,035	54,89	9,07	55,02	9,34	-0,066	0,947
Emocijų išreiškimas ir pavadinimas	46,89	7,63	48,863	8,62	-1,237	0,220	50,89	9,23	47,46	9,31	1,650	0,103
Emocijų valdymas	56,26	7,42	58,013	6,78	-1,18	0,243	60,40	9,44	57,20	7,30	1,657	0,103
Bendras emocinis intelektas	156,45	19,76	163,177	18,61	-1,669	0,101	166,17	25,07	159,02	21,53	1,345	0,183

Lyginant merginas ir vaikus amžiaus grupėse nustatyta, kad jaunesnės merginos labiau suvokia ir supranta emocijas nei to pačio amžiaus vaikai ($p < 0,05$). Tarp vyresnių merginų ir vaikinių suvokiant ir suprantant emocijas statistiškai reikšmingo skirtumo nerasta. Lyginat kitas emocinio intelekto kompetencijas ir bendrąjį intelektą tarp merginų ir vaikinių amžiaus grupėse taip pat statistiškai reikšmingų skirtumų nerasta.

9 lentelė. Paauglių kalbos sau ir tėvų auklėjimo stiliaus palyginimas pagal lytį amžiaus grupėse.

	15-16 – mečiai				17-18-mečiai			
	Vaikinai	Merginos			Vaikinai	Merginos		
	Vid. rangas	Vid. rangas	Mann-Whitney U	p	Vid. rangas	Vid.rangas	Mann-Whitney U	p
Tėvų auklėjimo stilius								
Atstūmimas (T)	56,33	48,53	933,50	0,207	36,84	32,42	501,00	0,338
Atstūmimas (M)	59,85	52,61	1139,50	0,257	37,43	36,63	648,50	0,869
Emocinė šiluma (T)	52,91	54,47	1165,00	0,81	37,15	37,78	665,00	0,900
Emocinė šiluma (M)	51,63	61,59	1192,50	0,138	38,81	40,94	728,50	0,680
Perdėta globa (T)	49,79	55,03	1047,50	0,423	42,03	34,05	527,00	0,112
Perdėta globa (M)	62,06	56,23	1258,00	0,387	43,93	37,03	631,50	0,184
Kalba sau								
Pozityvi kalba sau	50,29	62,05	1130,00	0,083	42,79	40,54	777,50	0,672
Negatyvi kalba sau	61,39	57,94	1372,00	0,611	35,84	45,71	624,50	0,063

Lyginant merginų ir vaikinų kalbą sau ir tėvų auklėjimo stilių amžiaus grupėse statistiškai reikšmingų skirtumų nerasta.

Dar palyginkime jaunesnių (15-16 metų) ir vyresnių (17-18 metų) merginų bei vaikinų emocinį intelektą, kalbą sau ir tėvų auklėjimo stilių pagal atitinkamus kriterijus (10 ir 11 lentelės).

10 lentelė. Jaunesnių ir vyresnių merginų bei vaikų emocinio intelekto palyginimas.

	Merginos				t	p	Vaikiniai				t	p
	15 – 16 metų		17-18 metų				15-16 mečiai		17-18 mečiai			
	Vidurkis	SD	Vidurkis	SD	Vidurkis	SD	Vidurkis	SD	Vidurkis	SD		
Emocinis intelektas												
Emocijų suvokimas ir supratimas	56,80	7,39	55,02	9,34	1,12	0,266	53,49	7,69	54,89	9,07	-0,696	0,489
Emocijų išreiškimas ir pavadinimas	48,86	8,62	47,46	9,31	0,838	0,404	46,89	7,63	50,89	9,23	-1,986	0,05
Emocijų valdymas	58,01	6,78	57,20	7,29	0,613	0,542	56,26	7,42	60,40	9,44	-2,026	0,047
Bendras emocinis intelektas	16,17	18,61	159,02	21,53	1,084	0,281	156,45	19,76	166,17	25,07	-1,78	0,80

11 lentelė. Jaunesnių ir vyresnių merginų bei vaikų kalbos sau ir tėvų auklėjimo stiliaus palyginimas

	Merginos		Mann-Whitney U	p	Vaikiniai		Mann-Whitney U	p
	15 – 16 metų	17-18 metų			15-16 mečiai	17-18 mečiai		
	Vid. rangas	Vid. rangas	Vid. rangas	Vid. rangas				
Tėvų auklėjimo stilius								
Atstūmimas (T)	56,17	46,93	1023,50	0,132	35,52	29,48	415,50	0,186
Atstūmimas (M)	60,78	48,49	1111,00	0,053	40,43	30,28	434,50	0,034
Emocinė šiluma (T)	56,29	62,55	1371,50	0,336	31,22	34,73	471,50	0,453
Emocinė šiluma (M)	59,71	67,58	1536,50	0,240	32,10	40,01	489,50	0,104
Perdėta globa (T)	62,04	53,57	1347,50	0,194	29,24	34,67	410,50	0,239
Perdėta globa (M)	66,69	56,43	1504,50	0,128	37,24	32,69	516,50	0,344
Kalba sau								
Pozityvi kalba sau	65,72	62,39	1804,50	0,624	32,34	38,66	502,50	0,193
Negatyvi kalba sau	64,10	65,18	1871,50	0,874	41,03	30,83	449,00	0,037

Lyginant jaunesnių ir vyresnių merginų emocinį intelektą ir jo atskiras kompetencijas statistiškai reikšmingų skirtumų nerasta. Lyginant jaunesnius ir vyresnius vaikus tarpusavyje nustatyta, kad vyresni vaikai labiau geba išreikšti ir pavadinti emocijas bei jas valdyti nei jaunesni vaikai ($p < 0,05$).

Lyginant jaunesnių ir vyresnių merginų kalbą sau ir tėvų auklėjimo stilių statistiškai reikšmingų skirtumų taip pat nerasta. Lyginant jaunesnius ir vyresnius vaikus tarpusavyje nustatyta, kad jaunesni vaikai labiau jaučiasi atstumti mamų nei vyresni vaikai ($p < 0,05$). Taip pat nustatyta, kad jaunesni vaikai yra labiau linkę vartoti negatyvią kalbą sau nei vyresni vaikai ($p < 0,05$).

Šie gauti rezultatai leidžia patikslinti anksčiau gautą rezultatą, kad jaunesni paaugliai labiau jaučiasi atstumti mamos, tai būtent jaunesni vaikai labiau suvokia mamas kaip atstumiančias.

Apibendrinimas. Lyginant paauglius pagal lytį jokių statistiškai reikšmingų skirtumų tarp vaikų ir merginų nerasta. Lyginant pagal amžių ir vienus su kitais amžiaus grupėse nustatyta: jaunesnės merginos labiau suvokia ir supranta emocijas nei to pačio amžiaus vaikai ($p < 0,05$), vyresni vaikai labiau geba išreikšti ir pavadinti emocijas bei jas valdyti nei jaunesni vaikai ($p < 0,05$), jaunesni vaikai labiau jaučiasi atstumti mamų nei vyresni vaikai ($p < 0,05$), jaunesni vaikai yra labiau linkę vartoti negatyvią kalbą sau nei vyresni vaikai ($p < 0,05$).

3.2 Paauglių emocinio intelekto sąsajos su kalba sau ir tėvų auklėjimo stiliumi

Paauglių emocinio intelekto sąsajoms su kalba sau ir tėvų auklėjimo stiliumi atskleisti taikyta Spearmano koreliacinė analizė (12 lentelė). Taip pat patikrintos ir visų trijų kintamųjų sąsajos tarpusavyje (žr. 3 priedą). Koreliacinė analizė atskleidė, kad paauglių emocinis intelektas bei jo kompetencijos, kalba sau ir tėvų auklėjimo stilius tarpusavyje susiję.

12 lentelė. Paauglių emocinio intelekto sąsajos su kalba sau ir tėvų auklėjimo stiliumi

Emocinis intelektas	Tėvų auklėjimo stilius						Kalba sau	
	A (T)	EŠ (T)	PG (T)	A (M)	EŠ (M)	PG (M)	PKS	NKS
ESS	-0,78	0,319**	0,182*	-0,065	0,274*	0,073	0,390**	-0,213**
EIP	-0,188*	0,306**	-0,004	-0,159*	0,275**	-0,087	0,446**	-0,338**
EV	-0,157*	0,433**	-0,54	-0,189*	0,436**	0,145*	0,424**	-0,319**
EIB	-0,168*	0,401**	0,033	-0,157*	0,369**	-0,073	0,501**	-0,345**

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$. ESS – emocijų suvokimas ir supratimas, EIP – emocijų išreiškimas ir pavadinimas, EV – emocijų valdymas, EIB – bendrasis emocinis intelektas, A(T) – tėvo atstūmimas, EŠ (T) – emocinė tėvo šiluma, PG (T) – perdėta tėvo globa, A(M) – motinos atstūmimas, EŠ (M) – emocinė motinos šiluma, PG (M) – perdėta motinos globa, PKS – pozityvi kalba sau, NKS – negatyvi kalba sau

Emocinio intelekto ir kalbos sau sąsajos. Emocinis intelektas (EI) ir visos jo kompetencijos (emocijų suvokimas ir supratimas (ESS), emocijų išreiškimas ir pavadinimas (EIP) bei emocijų valdymas (EV)) teigiamai koreliuoja su pozityvia kalba sau (PKS). Nors koreliacija silpna (r svyruoja nuo 0,390 iki 0,501), tačiau statistiškai reikšminga ($p < 0,01$). Emocinis intelektas (EI) ir visos jo kompetencijos (emocijų suvokimas ir supratimas (ESS), emocijų išreiškimas ir pavadinimas (EIP) bei emocijų valdymas (EV)) neigiamai koreliuoja su neigiama kalba sau (NKS), tačiau neigiama kryptimi. Nustatyta silpna koreliacija (r svyruoja nuo -0,213 iki -0,345), tačiau statistiškai reikšminga ($p < 0,01$).

Emocinio intelekto ir tėvų auklėjimo stiliaus sąsajos. Emocijų suvokimas ir supratimas (ESS) labai silpnai teigiamai koreliuoja su tėvo (EŠ(T)) ir motinos emocine šiluma (EŠ(M)) bei tėvo perdėta globa (PG(T)). Koreliacijos koeficientas r svyruoja nuo 0,182 iki 0,319, $p < 0,05$, $p > 0,01$.

Emocijų išreiškimas ir pavadinimas (EIP) labai silpnai teigiamai koreliuoja su tėvo ir motinos emocine šiluma (EŠ(T), EŠ(M)) (r svyruoja nuo 0,275 iki 0,306, $p < 0,01$) ir neigiamai - su tėvo ir motinos atstūmimu (A(T), A(M)) (r svyruoja nuo -0,159 iki -0,188, $p < 0,05$).

Emocijų valdymas (EV) silpnai teigiamai koreliuoja su tėvo ir motinos emocine šiluma (EŠ(T), EŠ(M)) (r svyruoja nuo 0,433 iki 0,436, $p < 0,01$) ir labai silpnai teigiamai su perdėta motinos globa (PG(M)) ($r = 0,145$, $p < 0,05$) bei neigiamai - su tėvo ir motinos atstūmimu (A(T), A(M)) (r svyruoja nuo -0,157 iki -0,189, $p < 0,05$).

Bendrasis emocinis intelektas (BEI) silpnai teigiamai koreliuoja su tėvo ir motinos emocine šiluma (EŠ(T), EŠ(M)) (r svyruoja nuo 0,369 iki 0,401, $p < 0,01$) bei neigiamai su tėvo ir motinos atstūmimu (A(T), A(M)) (r svyruoja nuo -0,157 iki -0,168, $p < 0,05$).

Kalbos sau ir tėvų auklėjimo stilių sąsajos (3 priedas). Pozityvi kalba sau (PKS) silpnai teigiamai siejasi su tėvo ir motinos emocine šiluma (EŠ(T), EŠ(M)) (r svyruoja nuo 0,316 iki 0,360, $p < 0,01$). Negatyvi kalba sau labai silpnai teigiamai siejasi su motinos atstūmimu (A(M)) ir perdėta globa (PG(M)) (r svyruoja nuo 0,174 iki 0,194, $p < 0,05$, $p < 0,01$) bei neigiamai siejasi su tėvo emocine šiluma (EŠ(T)) ($r = -0,182$, $p < 0,05$). Statistiškai reikšmingų sąsajų nebuvo rasta tarp tėvo atstūmimo, tėvo perdėtos globos ir abiejų kalbos sau formų.

Apibendrinimas. Paauglių emocinis intelektas (EI) ir visos jo kompetencijos (emocijų suvokimas ir supratimas (ESS), emocijų išreiškimas ir pavadinimas (EIP) bei emocijų valdymas (EV)) turi silpnų, bet reikšmingų sąsajų tiek su pozityvia, tiek su negatyvia kalba sau, tiek su tėvų auklėjimo stiliumi. Kai abu tėvai auklėjime taiko emocinę šilumą, o tėvas linkęs globoti bei patiems paaugliams būdinga pozityvi kalba sau, galima tikėtis aukštesnio emocinio intelekto ir jo kompetencijų. Ir atvirkščiai kai tėvai linkę atstumti, o patys paaugliai vartoja neigiamą kalbą sau, galima tikėtis žemesnio emocinio intelekto bei jo kompetencijų.

Toliau tikrinama kokią prognostinį poveikį emociniam intelektui turi pozityvi ir negatyvi kalba sau, tėvo ir motinos emocinė šiluma, tėvo ir motinos atstūmimas bei tėvo ir motinos perdėta globa.

3.3 Tėvų auklėjimo stiliaus ir paauglių kalbos sau prognostinė vertė paauglių emociniam intelektui

Norint patikrinti kokią prognostinę vertę emociniam intelektui ir jo kompetencijoms turi pozityvi ir negatyvi kalba sau, tėvo ir motinos emocinė šiluma, tėvo ir motinos perdėta globa bei tėvo ir motinos atstūmimas, taikyta daugialypė regresinė analizė (13 lentelė). Šio modelio tinkamumas patikrintas pagal determinacijos koeficientą R^2 ($R^2 \geq 20$), ANOVA p reikšmę ($p < 0,05$), VIF ($VIF < 4$) ir Kuko matą (≤ 1) (žr. 5a, 5b, 5c, 5d priedus). Modelyje priklausomas kintamasis yra emocinis intelektas ir atskiros jo kompetencijos, o nepriklausomi kintamieji (prediktoriai): tėvo atstūmimas, motinos atstūmimas, tėvo emocinė šiluma, motinos emocinė šiluma, tėvo perdėta globa, motinos perdėta globa, pozityvi kalba sau ir negatyvi kalba sau.

Iš lentelės matosi, kad perdėta tėvo globa ($\beta = 0,191$, $t = 2,78$, $p < 0,01$) ir pozityvi kalba sau ($\beta = 0,289$, $t = 3,852$, $p < 0,001$) yra reikšmingi numatant paauglių emocijų suvokimą ir supratimą. Kuo paaugliai jaučiasi labiau globojami tėvo ir kuo pozityviau kalbantys sau, tuo didesni jų gebėjimai suvokti ir suprasti emocijas.

Reikšmingi kintamieji prognozuojant paauglių emocijų išreiškimą ir pavadinimą yra tėvo emocinė šiluma ($\beta = 0,211$, $t = 2,034$, $p < 0,05$) ir pozityvi kalba sau ($\beta = 0,300$, $t = 3,726$, $p < 0,001$). Emociškai šiltesnio tėvo ir pozityviai kalbančių sau paauglių gebėjimas reikšti ir pavadinti emocijas yra didesnis.

Labiausiai įtakingi kintamieji prognozuojant emocijų valdymą yra pozityvi kalba sau ($\beta = 0,191$, $t = 2,433$, $p < 0,05$) ir negatyvi kalba sau ($\beta = -0,194$, $t = -2,565$, $p < 0,05$). Jei paaugliai linkę pozityviai kalbėti sau, jie geriau geba valdyti emocijas ir atvirkščiai, jei dažniau vartoja negatyvią kalbą sau – blogiau geba valdyti emocijas.

Reikšmingi kintamieji prognozuojant paauglių emocinį intelektą yra šie: tėvo emocinė šiluma ($\beta = 0,206$, $t = 2,059$, $p < 0,05$), pozityvi kalba sau ($\beta = 0,314$, $t = 4,090$, $p < 0,001$) ir negatyvi kalba sau ($\beta = -0,195$, $t = -2,629$, $p < 0,01$). Kuo tėvas emociškai šiltesnis paaugliams ir kuo paaugliai labiau vartoja pozityvią kalbą sau, tuo jie pasižymi aukštesniu emociniu intelektu. Kuo paaugliai labiau vartoja neigiamą kalbą sau, tuo jų emocinis intelektas žemesnis.

Apibendrinimas. Emocinio intelekto ir jo kompetencijų duomenų sklaida regresijos lygtimi gali būti paaiškinta nuo 21 proc. iki 28 proc. (R^2 svyruoja nuo 0,21 iki 0,28). Taikytame modelyje yra keturi reikšmingi kintamieji – tėvo emocinė šiluma, tėvo perdėta globa, pozityvi ir negatyvi kalba sau. Tėvo emocinės šilumos, kaip auklėjimo stiliaus, naudojimas leidžia numatyti paauglių didesnį

gebėjimą reikšti ir pavadinti emocijas ir didesnę bendrąją emocinę intelektą. Tėvo perdėta globa leidžia numatyti paauglių didesnę gebėjimą suvokti ir suprasti emocijas. Nors motinos auklėjimo stilius nei bendro emocinio intelekto, nei atskirų jo kompetencijų neprognozuoja, tačiau tėvų auklėjimo stilius visgi turi unikalius ryšius su skirtingais emocijų išraiškos, valdymo ir reguliavimo aspektais. Negatyvios kalbos sau naudojimas leidžia numatyti mažesnę paauglių gebėjimą emocijas valdyti ir mažesnę bendrąją intelektą. Pats įtakingiausias kintamasis numatant paauglių emocinę intelektą ir jo kompetencijas yra pozityvi kalba sau. Jei paaugliai vartoja pozityvią kalbą sau, esant ir kitoms tinkamoms sąlygoms, galima prognozuoti, kad jie gebės geriau suvokti, suprasti, išreikšti, pavadinti ir valdyti emocijas, bei pasižymės aukštesniu emociniu intelektu.

13 lentelė. Daugialypės regresinės analizės rezultatai, vertinant, kaip tėvų auklėjimo stilius ir kalba sau prognozuoja paauglių emocinį intelektą ir atskiras jo kompetencijas

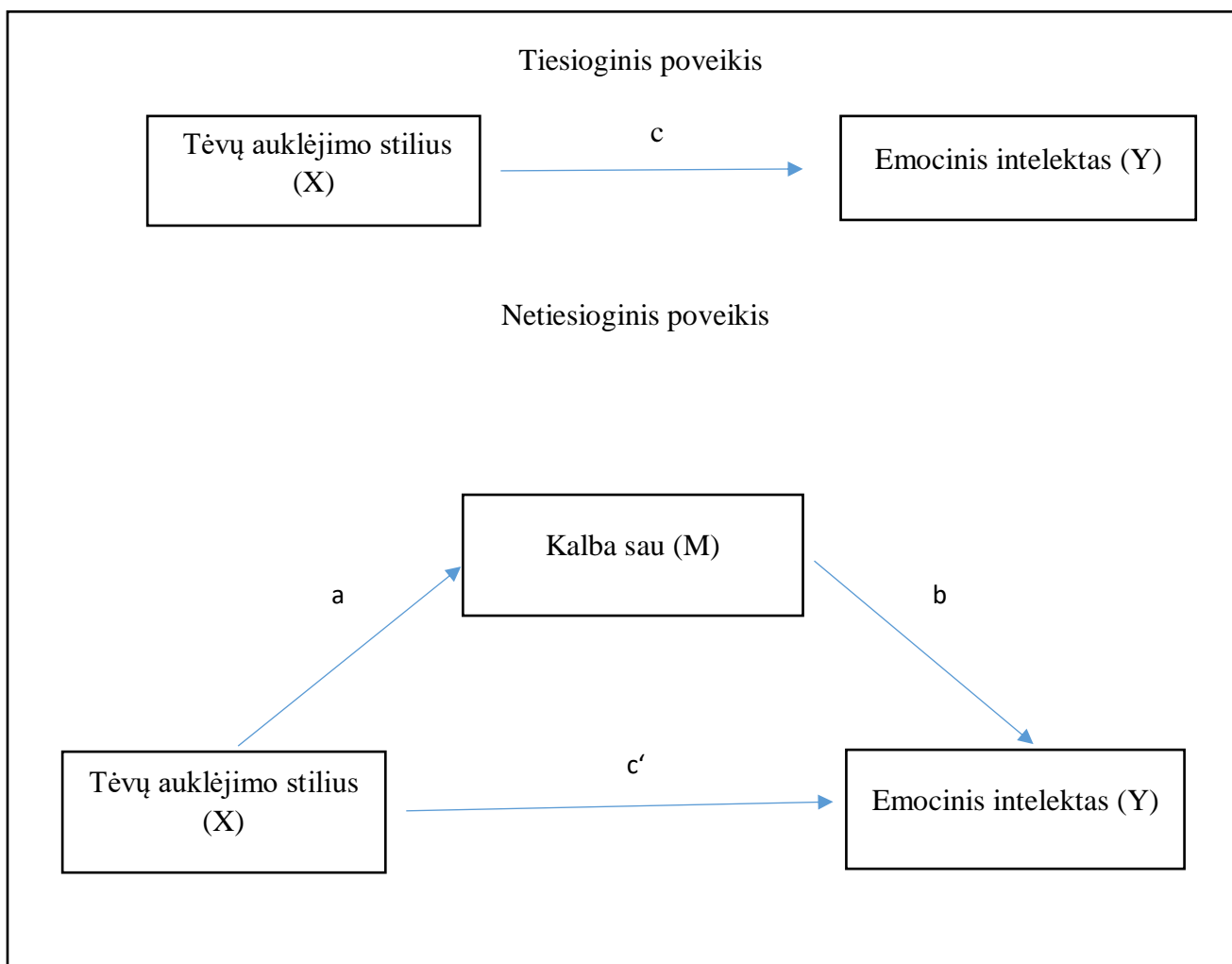
	β	B	SE	t	R ²
Emocijų suvokimas ir supratimas					
Emocinė šiluma (T)	0,166	0,306	0,168	1,818	0,21
Emocinė šiluma (M)	-0,062	-0,142	0,207	-0,685	
Perdėta globa (T)	0,191	0,339	0,122	2,780**	
Pozityvi kalba sau	0,289	0,357	0,093	3,852****	
Negatyvi kalba sau	-0,122	-0,150	0,089	-1,678	
Emocijų išreiškimas ir pavadinimas					
Atstūmimas (T)	-0,086	-0,241	0,286	-0,842	0,21
Atstūmimas (M)	0,022	0,053	0,270	0,195	
Emocinė šiluma (T)	0,211	0,418	0,206	2,034*	
Emocinė šiluma (M)	-0,098	-0,234	0,272	-0,861	
Pozityvi kalba sau	0,300	0,390	0,105	3,726****	
Negatyvi kalba sau	-0,145	-0,192	0,102	-1,876	
Emocijų valdymas					
Atstūmimas (T)	-0,058	-0,139	0,240	-0,577	0,27
Atstūmimas (M)	0,149	0,309	0,244	1,266	
Emocinė šiluma (T)	0,156	0,268	0,172	1,554	
Emocinė šiluma (M)	0,214	0,448	0,232	1,935	
Perdėta globa (M)	-0,099	-0,155	0,127	-1,217	
Pozityvi kalba sau	0,191	0,215	0,088	2,433*	
Negatyvi kalba sau	-0,194	-0,222	0,087	-2,565*	
Bendras emocinis intelektas					
Atstūmimas (T)	-0,052	-0,334	0,626	-0,533	0,28
Atstūmimas (M)	0,094	0,513	0,593	0,865	
Emocinė šiluma (T)	0,206	0,932	0,453	2,059*	
Emocinė šiluma (M)	0,019	0,106	0,602	0,176	
Pozityvi kalba sau	0,314	0,963	0,236	4,090****	
Negatyvi kalba sau	-0,195	-0,592	0,225	-2,629**	

*p<0,05; **p<0,01, ***p<0,005; ****p<0,001

β – standartizuotas regresinės lygties koeficientas, B – nestandartizuotas koeficientas, SE- standartinė paklaida, R² – determinacijos koeficientas.

3.4 Kalbos sau tarpininkavimo reikšmė emocinio intelekto ir tėvų auklėjimo stiliaus sąsajoms

Siekiant nustatyti, ar paauglių kalba sau medijuoja tėvų auklėjimo stiliaus sąsajas su paauglių emociniu intelektu, atlikta mediacinė analizė. Kintamųjų tarpusavio sąveika vertinta daugialype tiesine regresija taikant PROCESS 3.3 įskiepi (Hayes, 2013). Tikrinant mediacinius ryšius buvo remiamasi bendra mediacinio modelio schema, kuri pateikiama 4 paveiksle. Čia c kelias žymi visą efektą, o c' kelias žymi nepriklausomojo kintamojo tiesioginį efektą priklausomam kintamajam, atsižvelgiant į mediatoriaus poveikį. Netiesioginis efektas nurodo kelią nuo nepriklausomo kintamojo per mediatorių į priklausomą kintamąjį (ab).



4 pav. Mediacinės analizės modelis.

Mediacinė analizė atlikta pagal 4 modelį, remiantis Preacher and Hayes's (2008) rekomendacijomis taikyti savirankos (angl. *bootstrap*) metodą, pasirinkus 95 % pasikliautiną intervalą ir 5000 savirankos imčių replikacijų. Šioje analizėje nepriklausomu kintamuoju (X) pakaitomis laikomi skirtingi auklėjimo stiliai (tėvo ir motinos emocinė šiluma, mamos atstūmimas),

priklausomu kintamuoju (Y) – emocinis intelektas ir jo atskiros kompetencijos, o mediatoriumi (M) – pozityvi kalba sau ir negatyvi kalba sau. Mediacija yra reikšminga tada, kai netiesioginio poveikio pasikliautinas intervalas savyje netalpina 0. Rezultatai pateikiami 14-16 lentelėse.

14 lentelė. Kalbos sau mediacinis poveikis emocinio intelekto bei jo kompetencijų ir tėvo emocinės šilumos sąsajoms.

X	Y	M	a	b	c	c'	ab	95 % CI
EŠ (T)	ESS	PKS	0,429****	0,418****	0,456	0,278*	0,179	[0,082- 0,311]
		NKS	-0,308**	-0,239**	0,466****	0,393***	0,009	[0,004- 0,181]
EŠ (T)	EIP	PKS	0,406****	0,473****	0,570****	0,378**	0,192	[0,079- 0,336]
		NKS	-0,288*	-0,339****	0,581****	0,484****	0,097	[0,014- 0,223]
EŠ (T)	EV	PKS	0,397****	0,338****	0,570****	0,538****	0,134	[0,051- 0,246]
		NKS	-0,293*	-0,289****	0,681****	0,596****	0,085	[0,012- 0,202]
EŠ (T)	EIB	PKS	0,418****	1,277****	1,633****	1,098**	0,535	[0,248- 0,899]
		NKS	-0,310**	-0,867****	1,663****	1,395****	0,268	[0,050- 0,598]

*p<0,05; **p<0,01, ***p<0,005; ****p<0,001

EŠ (T) – emocinė tėvo šiluma, ESS – emocijų suvokimas ir supratimas, EIP – emocijų išreiškimas ir pavadinimas, EV – emocijų valdymas, EIB – bendrasis emocinis intelektas, PKS – pozityvi kalba sau, NKS – neigiama kalba sau, a – kelias arba poveikis tarp X ir M, b – kelias arba poveikis tarp M ir Y, c – kelias arba bendras poveikis tarp X ir Y, c' – kelias arba tiesioginis poveikis tarp X ir Y, ab – netiesioginis poveikis tarp X ir Y, CI – pasikliautinas intervalas.

15 lentelė. Pozityvios kalbos sau mediacinis poveikis emocinio intelekto kompetencijų ir motinos emocinės šilumos sąsajoms.

X	Y	M	a	b	c	c'	ab	95 % CI
EŠ (M)	ESS	PKS	0,498****	0,414****	0,447**	0,241	0,206	[0,102- 0,333]
EŠ (M)	EIP	PKS	0,477****	0,497****	0,517****	0,280	0,237	[0,117- 0,383]
EŠ (M)	EV	PKS	0,436****	0,340****	0,851****	0,703****	0,148	[0,059- 0,263]
EŠ (M)	EIB	PKS	0,454****	1,307****	1,757****	1,164****	0,593	[0,015- 0,047]

*p<0,05; **p<0,01, ***p<0,005; ****p<0,001

EŠ (M) – emocinė motinos šiluma, ESS – emocijų suvokimas ir supratimas, EIP – emocijų išreiškimas ir pavadinimas, EV – emocijų valdymas, EIB – bendrasis emocinis intelektas, PKS – pozityvi kalba sau, a – kelias arba poveikis tarp X ir M, b – kelias arba poveikis tarp M ir Y, c – kelias arba bendras poveikis tarp X ir Y, c' – kelias arba tiesioginis poveikis tarp X ir Y, ab – netiesioginis poveikis tarp X ir Y, CI – pasikliautinas intervalas

16 lentelė. Negatyvios kalbos sau mediacinis poveikis emocinio intelekto kompetencijų ir motinos atstūmimo sąsajoms.

X	Y	M	a	b	c	c'	ab	95 % CI
A (M)	EIP	NKS	0,257	-0,385****	-0,151	-0,053	-0,099	[-0,279- 0,015]
A (M)	EV	NKS	0,234	-0,382****	0,229	-0,139	-0,090	[-0,257- 0,003]
A (M)	EIB	NKS	0,248	-1,028****	-1,199	0,056	-0,255	[-0,733- 0,039]

*p<0,05; **p<0,01, ***p<0,005; ****p<0,001

A (M) – motinos atstūmimas, ESS – emocijų suvokimas ir supratimas, EIP – emocijų išreiškimas ir pavadinimas, EV – emocijų valdymas, EIB – bendrasis emocinis intelektas, NKS – negatyvi kalba sau, a – kelias arba poveikis tarp X ir M, b – kelias arba poveikis tarp M ir Y, c – kelias arba bendras poveikis tarp X ir Y, c' – kelias arba tiesioginis poveikis tarp X ir Y, ab – netiesioginis poveikis tarp X ir Y, CI – pasikliautinas intervalas

Analizės rezultatai atskleidė, kad paauglių pozityvi ir negatyvi kalba sau yra reikšmingas tarpininkas tarp tėvo emocinės šilumos ir paauglių bendrojo emocinio intelekto bei visų jo kompetencijų. Kuo tėvas rodo daugiau emocinės šilumos, tuo paaugliai yra linkę pozityviau kalbėti

sau, tuo jų didesni gebėjimai suprasti, išreikšti ir valdyti emocijas bei aukštesnis emocinis intelektas. Taip pat kuo tėvas rodo daugiau emocinės šilumos, tuo paaugliai linkę mažiau neigiamai kalbėti sau, tuo jų didesni gebėjimai suprasti, išreikšti ir valdyti emocijas bei aukštesnis emocinis intelektas. Kadangi tiesioginis poveikis tarp tėvo emocinės šilumos ir emocinio intelekto bei jo kompetencijų, veikiant mediatoriumi išlieka reikšmingas, tai kalba sau ne visiškai, o dalinai medijuoja ryšį tarp tėvo emocinės šilumos ir emocinio intelekto.

Taip pat pozityvi kalba sau reikšmingai medijuoja motinos emocinės šilumos sąsajas su bendru emociniu intelektu ir atskiromis jo kompetencijomis. Kuo motina rodo daugiau emocinės šilumos, tuo paaugliai daugiau linkę vartoti pozityvią kalbą sau, tuo jų didesni gebėjimai suprasti, išreikšti ir valdyti emocijas bei aukštesnis emocinis intelektas. Rezultatai rodo, kad motinos emocinės šilumos sąsajas su emocijų supratimu ir suvokimu bei su emocijų išreiškimu ir pavadinimu kalba sau medijuoja visiškai, o su emocijų valdymu ir bendru emociniu intelektu – dalinai.

Tuo tarpu neigiama kalba nėra reikšmingas tarpininkas tarp motinos atstūmimo ir emocinio intelekto bei jo kompetencijų (netiesioginio poveikio intervalas savyje talpina 0).

4. REZULTATŲ APTARIMAS

Šiame tiriamajame darbe siekta įvertinti paauglių emocinio intelekto, kalbos sau ir tėvų auklėjimo stiliaus ypatumus ir palyginti juos pagal lytį ir amžių. Taip pat siekta atskleisti paauglių emocinio intelekto sąsajas su kalba sau ir tėvų auklėjimo stiliumi, įvertinti tėvų auklėjimo stiliaus ir kalbos sau prognostinę vertę paauglių emociniam intelektui ir įvertinti, kokią reikšmę tėvų auklėjimo stiliaus ir paauglių emocinio intelekto sąsajoms turi kalba sau.

Panašiuose tyrimuose, kur tiriamas sąsajos tarp emocinio intelekto, pozityvios ir neigiamos kalbos sau ir tėvų auklėjimo stiliaus, tikimasi atrasti, kad autoritetingas ir viską leidžiantis tėvų auklėjimo stilius teigiamai veikia aukštas paauglių socialines – emocines kompetencijas ir pozityvią kalbą sau. Taip pat keliamos hipotezės, kad autoritarinis auklėjimo stilius neigiamai veikia emocinį intelektą ir labiau skatina negatyvų nei pozityvų kalbėjimą sau, o autoritetingas ir liberalus auklėjimo stiliai, bei pozityvus kalbėjimas sau atvirkščiai leidžia prognozuoti aukštą emocinį intelektą. Taip pat tikimasi atrasti pozityvios kalbos sau sąsajas su autoritetingu ir viską leidžiančiu auklėjimo stiliais, o negatyvi kalba sau galimai turėtų reikšmingai sietis su autoritariniu auklėjimo stiliumi (Chong, 2015). Alegre ir Benson (2014) taip pat teigia, kad kuo tėvai emociškai šiltesni, tuo aukštesniu emociniu intelektu bei atskiriomis jo kompetencijomis pasižymi paaugliai. Šiame tyrime mes patvirtinome šias keliamas hipotezes, nes tėvo ir motinos emocinė šiluma teigiamai siejasi su emociniu intelektu ir jo kompetencijomis bei pozityvia kalba sau (gautos teigiamos reikšmingos sąsajos), o tuo tarpu tėvo ir motinos atstūmimas neigiamai siejasi su emociniu intelektu ir kai kuriomis jo kompetencijomis, motinos atstūmimas ir perdėta globa dar neigiamai siejasi ir su negatyvia kalba sau.

Daugelyje tyrimų randamas emocinio intelekto skirtumas tarp vaikinių ir merginų. Štai Žukauskienės ir kolegijų (2011) tyrimo rezultatai parodė, kad merginos pasižymi aukštesniu emociniu intelektu ir aukštesnėmis visomis jo kompetencijomis nei vaikinai. Kiti autoriai taip pat nustatė, kad skiriasi vaikinių ir merginų empatiškumas ir savo bei kitų emocijų atpažinimo gebėjimai (Schulte-Rüther ir kt., 2008, Lafferty, 2004, cit. Žukauskienė, 2011). Cabello (2016) su bendraautoriais irgi rado reikšmingus skirtumus tarp moterų ir vyrų suvokiant, išreiškiant ir valdant emocijas. Mayers, Caruso ir Salovey (2000) teigia, kad moterų emocinio intelekto įverčiai iš esmės yra aukštesni nei vyrų. O štai George ir kt. (2017) savo tyrimuose pastebėjo, kad nėra lyčių skirtumo suvokiant ir valdant savo jausmus. Tirdami paauglių emocinį intelektą, jokių lyčių skirtumų neaptiko ir Mavroveli su kolegomis (2007). Šiame tyrime irgi jokio skirtumo nerasta, išskyrus tai, kad jaunesnės (15-16 metų) merginos geriau suvokia ir supranta emocijas nei to pačio amžiaus vaikinai. Vyresnių amžiaus grupėse reikšmingų skirtumų nebuvo. Tokį rezultatą galima paaiškinti galimai greitesne merginų nei vaikinių branda. Tuo pačiu faktu galima pagrįsti ir skirtumus tarp jaunesnių ir vyresnių vaikinių. Rezultatai atskleidė, kad vyresni (17-18 metų) vaikinai labiau geba išreikšti ir pavadinti emocijas bei

jas valdyti nei jaunesni. Aukštesnio emocinio intelekto ir jo kompetencijų iš merginų galimai tikimasi ir dėl, to, kad merginos laikomos jautresnės kitiems, jausmingesnės, švelnesnės nei vaikinai. Šiame tyrime nerasti reikšmingi skirtumai atskleidžia, kad ir vaikinai geba rodyti, suprasti ir valdyti jausmus neblogiau nei merginos.

Tyrimuose pastebėta, kad abu tėvai emocinę šilumą, kaip auklėjimo stilių, dažniau naudoja, kai šeimoje auga duktė, o tėvas (bet ne motina) dažniau naudoja atstūmimą, kai šeimoje auga sūnus (Žukauskienė, 2011). Gaižauskienės ir kolegų (2010) tyrimuose tai pat paaiškėjo, kad merginoms mamos ir tėčio emocinė šiluma pasireiškė stipriau negu vaikinams. Tačiau šiame tyrime statistiškai reikšmingų skirtumų tarp merginų ir vaikinų nerasta. Taip pat gavosi prieštaringi rezultatai dėl auklėjimo stiliaus – atstūmimo. Jaunesni (15-16 metų) vaikinai labiau jaučiasi atstumti mamos (būtent ne tėvo) nei vyresni (17-18 metų) vaikinai ($p < 0,05$). Rezultatą sunku paaiškinti, nes tyrimais įrodyta, kad jaunesni paaugliai gauna kaip tik daugiau emocinės paramos už vyresnius paauglius (Graziano ir kt., 2009, cit. Žukauskienė, 2011). Nors pasak Gaižauskienės (2010) vaikinai dažniau nei merginos patiria abiejų tėvų atstūmimą ir perdėtą globojimą.

Tiriant emocinio intelekto ir tėvų auklėjimo stiliaus sąsajas daugelyje tyrimų (Alegre, 2012, Argyriou, 2016, Chong ir kt, 2015, Žukauskienė, 2011) patvirtinamos reikšmingos emocinio intelekto ir jo kompetencijų sąsajos su emocine tėvų šiluma bei atstūmimu, kitaip tariant jei tėvai rodo emocinę šilumą auklėdami vaikus, tai tiek merginos tiek vaikinai pasižymi aukštesniu emociniu intelektu. Ir atvirkščiai, tie paaugliai, kurie jaučiasi atstumti tėvų, turi mažesnius emocijų supratimo, reiškimo ir valdymo gebėjimus bei žemesnį bendrąjį emocinį intelektą. Šiame tyrime taip pat gautos reikšmingos teigiamos sąsajos tarp abiejų tėvų emocinės šilumos ir emocijų supratimo, išreiškimo, valdymo, bei bendrojo emocinio intelekto. Nustatytos ir neigiamos sąsajos tarp abiejų tėvų atstūmimo ir emocijų reiškimo, valdymo bei bendrojo intelekto. Taip pat šiame tyrime nustatyta, kad motinos perdėta globa teigiamai veikia emocijų valdymą, nors kiti tyrėjai (Žukauskienė, 2011) savo tyrimuose tarp šių kintamųjų sąsajų nerado. Ji su bendraautorėmis savo tyrimais patvirtino sąsajas tarp tėvo perdėtos globos ir emocijų suvokimo ir supratimo bei emocijų išreiškimo ir pavadinimo. Gautos sąsajos ir šiame tyrime, tačiau tik tarp tėvo perdėtos globos ir emocijų suvokimo ir supratimo.

Šiame tyrime tai pat rastos reikšmingos sąsajos tarp emocinio intelekto bei jo kompetencijų ir kalbos sau: bendras emocinis intelektas ir visos jo kompetencijos statistiškai reikšmingai teigiamai susijusios su pozityvia kalba sau ir reikšmingai neigiamai siejasi su negatyvia kalba sau. Chong ir kt. (2015) savo tyrimuose irgi atrado teigiamas sąsajas tarp emocinio intelekto ir pozityvios kalbos sau bei neigiamas sąsajas tarp emocinio intelekto ir neigiamos kalbos sau. Paaugliai, kurie labiau linkę vartoti pozityvią kalbą sau, pasižymi ir aukštesniu emociniu intelektu ir gebėjimais jas suprasti, išreikšti ir valdyti. Polinkis vartoti vieną ar kitą kalbos sau formą vystosi priklausomai nuo tėvų auklėjimo stiliaus. Abiejų tėvų emocinė šiluma skatina dažniau teigiamai nei neigiamai kalbėti sau,

o tuo tarpu atstumiantys tėvai formuoja neigiamą kalbą sau. Šiuose tyrimuose rastos reikšmingos teigiamos sąsajos tarp tėvo ir motinos emocinės šilumos ir pozityvios kalbos sau, neigiamos sąsajos tarp tėvo emocinės šilumos ir pozityvios kalbos sau. Rezultatai dar atskleidė, kad motinos atstūmimas teigiama kryptimi siejasi su neigiama kalba sau. Chong ir kt. (2015) tyrimuose gauti panašūs rezultatai, tik čia dar rastos sąsajos tarp tėvo atstūmimo ir negatyvios kalbos sau, o tuo tarpu šiame tyrime tarp tėvo atstūmimo ir kalbos sau formų reikšmingų skirtumų nerasta.

To pačio autoriaus ir jo kolegų tyrimuose nustatyta, kad pozityvi kalba sau kartu su auklėjimo stiliumi yra reikšmingi kintamieji numatant emocinį intelektą bei jo atskiras kompetencijas. Šis tyrimas atskleidė, kad reikšmingi kintamieji numatant emocijų suvokimą ir supratimą yra tėvo perdėta globa ir pozityvi kalba sau, numatant emocijų išreiškimą – emocinė tėvo šiluma kalba sau, numatant emocijų valdymą – pozityvi ir negatyvi kalba sau, o numatant bendrąjį emocinį intelektą – emocinė tėvo šiluma ir pozityvi bei negatyvi kalba sau. Kaip rodo rezultatai tėvo ir motinos atstūmimas, motinos emocinė šiluma ir perdėta globa neturi prognostinės reikšmės numatant emocinį intelektą, o tuo tarpu kituose tyrimuose (Chong, 2015) motinos autoritarinis (atstūmimas) ir motinos autoritetingas (emocinė šiluma) auklėjimo stilius yra reikšmingas kintamasis numatant emocinį intelektą ir jo atskiras kompetencijas.

Įvertinus, kokią reikšmę tėvų auklėjimo stiliaus ir paauglių emocinio intelekto sąsajoms turi kalba sau, paaiškėjo, kad pozityvi kalba reikšmingai medijuoja emocinio intelekto ir jo kompetencijų sąsajas tiek su tėvo emocine šiluma, tiek su motinos emocine šiluma. Negatyvi kalba sau yra reikšmingas tarpininkas tarp tėvo emocinės šilumos ir paauglių emocinio intelekto, tačiau emocinio intelekto bei jo atskirų kompetencijų ir motinos atstūmimo sąsajų nemedijuoja. O štai Chong (2015) tyrimuose nustatė, kad negatyvi kalba sau visgi turi reikšmę motinos autoritarinio auklėjimo stiliaus ir emocijų valdymo sąsajoms (ji sąsajas slopino).

Apibendrinant reikia prisiminti faktą, kad emocinis intelektas yra ugdomas, o ne genetiškai paveldimas (Bourey ir Miller, 2001; Schulte, 1996, cit. Remekaitė, 2002), todėl reikšminga tyrinėti tėvų pasirinkto auklėjimo būdo poveikį emociniam intelektui. Reikšmingiausiai emocinis intelektas ir jo kompetencijos siejasi su tėvo ir motinos emocine šiluma. Vienas iš mechanizmų, padedančių tėvams ugdyti emocinį intelektą yra skatinti pozityvią kalbą sau, kuri, kaip rezultatai atskleidė, yra reikšminga prognozuojant emocinį intelektą ir jo kompetencijas. Taip pat pozityvi kalba sau turi didelę reikšmę emocinio intelekto ir tėvų auklėjimo stiliaus sąsajoms, jas dalinai arba visiškai medijuoja. Tolimesniuose tyrimuose reiktų paieškoti kokius veiksniai dar galėtų turėti poveikį emocinio intelekto lavinimui.

Tyrimo ribotumai ir gairės. Didžiausias šio tyrimo ribotumas yra tas, kad mažai atlikta tyrimų, siekiant nustatyti paauglių emocinio intelekto sąsajas su tėvų auklėjimo stiliumi ir kalba sau, todėl ribotos ir galimybės gautus duomenis palyginti su kitų tyrėjų rezultatais. Baron (1997, cit.

Remeikaitė, 2002) teigia, kad emocinis intelekto lygis priklauso nuo tiriamojo amžiaus ir laikui bėgant kinta, šiame tyrime matuotas intelektas, esant tam tikram amžiui. Šioje vietoje būtų mokliškai naudinga atlikti longitudinalinį tyrimą, kuris atskleistų kaip ir kokia linkme kinta to pačio žmogaus emocinis intelektas didesniame laiko intervale, pvz. nuo 6 iki 16 metų. Taip pat įdomu atskleisti kokie veiksniai turėtų poveikį jo kitimui. Šiame tyrime didelis dėmesys skirtas tėvų auklėjimo stiliui ir rezultatai lyginti su užsienio šalių tyrimais, neatsižvelgiant į kultūrinius vaikų auginimo ir auklėjimo skirtumus. Taip pat nerinkti duomenys apie šeimos sudėtį (kartu gyvenantys ar išsiskybę tėvai, brolių/seserų skaičius), šeimos ekonominę padėtį, tėvų išsilavinimą. Šie veiksniai prisideda prie tinkamos vaikui augti ir vystytis aplinkos kūrimo bei turi poveikį vaiko socialinėms ir emocinėms kompetencijoms. Taigi paauglių emocinio intelekto ypatumai išlieka aktuali tema ir tolimesniems empiriniams tyrimams.

IŠVADOS

1. Palyginus paauglių emocinį intelektą, kalbą sau ir tėvų auklėjimo stilių pagal amžių ir lytį rasti tokie statistiškai reikšmingi skirtumai:
 - jaunesnės (15-16 metų) merginos geriau suvokia ir supranta emocijas nei to paties amžiaus vaikinai;
 - vyresni (17-18 metų) vaikinai geriau geba išreikšti ir pavadinti emocijas bei jas valdyti nei jaunesni (15-16 metų) vaikinai;
 - jaunesni (15-16 metų) vaikinai labiau jaučiasi atstumti mamų nei vyresni (17-18 metų) vaikinai;
 - jaunesni (15-16 metų) vaikinai yra labiau linkę vartoti negatyvią kalbą sau nei vyresni (17-18 metų) vaikinai.
2. Tarp paauglių emocinio intelekto ir kalbos sau nustatytos sąsajos:
 - pozityvi kalba sau teigiamai reikšmingai siejasi su bendru emociniu intelektu ir visomis jos kompetencijomis (kuo paaugliai labiau linkę vartoti pozityvią kalbą sau, tuo jie labiau geba suprasti, išreikšti ir valdyti emocijas bei pasižymi aukštesniu emociniu intelektu);
 - negatyvi kalba sau neigiamai reikšmingai siejasi su bendru emociniu intelektu ir visomis jos kompetencijomis (kuo paaugliai labiau linkę vartoti neigiamą kalbą sau, tuo mažesni jų gebėjimai suprasti, išreikšti ir valdyti emocijas bei žemesnis bendras emocinis intelektas);
3. Tarp paauglių emocinio intelekto ir tėvų auklėjimo stiliaus nustatytos sąsajos:
 - tėvo ir motinos emocinė šiluma teigiamai reikšmingai siejasi su emocijų suvokimu ir supratimu, emocijų išreiškimu ir pavadinimu, emocijų valdymu bei bendru emociniu intelektu (kuo daugiau paaugliai gauna emocinės šilumos iš abiejų tėvų, tuo labiau jie geba suvokti, išreikšti ir valdyti emocijas bei pasižymi aukštesniu emociniu intelektu);
 - tėvo ir motinos atstūmimas neigiamai reikšmingai siejasi su emocijų išreiškimu ir pavadinimu, emocijų valdymu bei bendru emociniu intelektu (kuo labiau paaugliai jaučiasi atstumti abiejų tėvų, tuo mažiau geba išreikšti ir valdyti emocijas bei pasižymi žemesniu emociniu intelektu);
 - tėvo perdėta globa teigiamai reikšmingai siejasi su emocijų supratimu ir suvokimu (kuo paaugliai labiau jaučiasi globojami tėvo, tuo labiau geba suvokti ir suprasti emocijas);
 - motinos perdėta globa teigiamai reikšmingai siejasi su emocijų valdymu (kuo paaugliai labiau jaučiasi globojami motinos, tuo labiau geba valdyti emocijas).

4. Įvertinus tėvų auklėjimo stiliaus ir kalbos sau prognostinę vertę paauglių emociniam intelektui, nustatyta, kad:

- tėvo emocinė šiluma numato emocijų išreiškimą ir pavadinimą bei bendrąjį emocinį intelektą (didesnė tėvo emocinė šiluma leidžia prognozuoti paauglių didesnę gebėjimą išreikšti ir pavadinti emocijas bei aukštesnį emocinį intelektą);
- tėvo perdėta globa numato emocijų suvokimą ir supratimą (didesnė tėvo perdėta globa leidžia prognozuoti paauglių didesnę gebėjimą suvokti ir suprasti emocijas);
- pozityvi kalba sau numato bendrąjį emocinį intelektą ir visas jo kompetencijas (kuo labiau paaugliai linkę vartoti pozityvią kalbą sau, tuo didesni jų gebėjimai suprasti, išreikšti ir valdyti emocijas bei aukštesnis emocinis intelektas);
- negatyvi kalba sau numato emocijų valdymą ir bendrąjį emocinį intelektą (kuo labiau paaugliai linkę vartoti negatyvią kalbą sau tuo mažesni jų gebėjimai valdyti emocijas bei žemesnis emocinis intelektas).

5. Įvertinus, kokią reikšmę tėvų auklėjimo stiliaus ir paauglių emocinio intelekto sąsajoms turi kalba sau, nustatyta, kad:

- pozityvi kalba sau visiškai medijuoja motinos emocinės šilumos sąsajas su emocijų supratimu ir suvokimu bei su emocijų išreiškimu ir pavadinimu (kuo daugiau emocinės šilumos paaugliai gauna iš motinos, tuo labiau linkę į pozityvią kalbą sau, tuo didesni jų gebėjimai suprasti ir išreikšti emocijas);
- pozityvi kalba sau dalinai medijuoja ryšį tarp tėvo emocinės šilumos ir emocinio intelekto (kuo daugiau emocinės šilumos paaugliai gauna iš tėvo, tuo labiau linkę į pozityvią kalbą sau, tuo didesni jų gebėjimai suprasti, išreikšti ir valdyti emocijas bei aukštesnis emocinis intelektas) bei motinos emocinės šilumos sąsajas su emocijų valdymu ir bendru emociniu intelektu (kuo daugiau emocinės šilumos paaugliai gauna iš motinos, tuo labiau linkę į pozityvią kalbą sau, tuo didesni jų gebėjimai valdyti emocijas bei aukštesnis bendrasis emocinis intelektas);
- negatyvi kalba sau dalinai medijuoja ryšį tarp tėvo emocinės šilumos ir emocinio intelekto (kuo daugiau emocinės šilumos paaugliai gauna iš tėvo, tuo mažiau linkę į negatyvią kalbą sau, tuo didesni jų gebėjimai suprasti, išreikšti ir valdyti emocijas bei aukštesnis emocinis intelektas).

LITERATŪRA

- Alderson - Day, B., Fernyhough, Ch. (2015). *Inner Speech: Development, Cognitive Functions, Phenomenology, and Neurobiology*. *Psychological Bulletin*, 141(5), 931-965.
- Alegre, A. (2012). *The relation between the time mothers and children spent together and the children's trait emotional intelligence*. *Child & Youth Care Forum*, 41, 493–508.
- Alegre, A., & Benson, M. (2010). *Parental behaviors and adolescent adjustment: Mediation via adolescent trait emotional intelligence*. *Individual Differences Research*, 8, 83–96.
- Alegre, A., Benson, M., Perez- Escoda, N. (2014). *Maternal Warmth and Early Adolescents' Internalizing Symptoms and Externalizing Behavior: Mediation Via Emotional Insecurity*. *The Journal of Early Adolescence*, 34(6), 712-735.
- Ang, R. P. (2006). *Effects of parenting style on personal and social variables for Asian adolescents*. *American Journal of Orthopsychiatry*, 76, 503–511.
- Argyriou, E., Bakoyannis, G. & Tantaros, S. (2016). *Parenting styles and trait emotional intelligence in adolescence*. *Scandinavian Journal of Psychology*, 57, 42–49.
- Arnett J. J. (1999). *Adolescent Storm and Stress, Reconsidered*. *American Psychologist*, 54 (5), 317-326
- Aslani, K., Derikvandi, N., Dehghani, Y. (2014). *Relationship between parenting styles, religiosity, and emotional intelligence with addiction potential in high schools students*. *Fundamentals of Mental Health*.
- Batool, S. Sh., Bond, R. (2015). *Mediational role of parenting styles in emotional intelligence of parents and aggression among adolescents*. *International Journal of Psychology*, 50 (3), 240–244.
- Barkauskienė, R. (2005). *Stresinių šeimos gyvenimo įvykių sąsajos su mokymosi negalią turinčių vaikų psichologiniu pažeidžiamumu*. *Socialinis darbas*, 41 (1), 24–32.
- Baumrind, D. (1966). *Effects of authoritative parental control on child behavior*. *Child Development*, 37, 887–907.
- Besharat, M.A., Azizi, K, Poursharifi, H. (2011). *The relationship between parenting styles and children's academic achievement in a sample of Iranian families*. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 15, 1280-1283.
- Bester, M., Jonker, C. S., Nel, J. A. (2013). *Confirming the Factor Structure of the 41-Item Version of the Schutte Emotional Intelligence Scale*. *Journal of Psychology in Africa*, 23(2), 213–222.
- Blatt, S. J., Quinlan, D. M., Chevron, E. S., McDonald, C., & Zuroff, D. (1982). *Dependency and self-criticism: Psychological dimensions of depression*. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50, 113-124.

- Brinthaupt, T. M., Hein, M.B., Kramer, T.A. (2009). *The Self-Talk Scale: Development, Factor Analysis, and Validation*. Journal of Personality Assessment, 91(1), 82–92.
- Cabello, R., Sorrel, M.A., Fernandez – Pinto, I., Extremera, N., Fernandez – Berrocal, P. (2016). *Age and gender differences in ability emotional intelligence in adults: a cross-sectional study*. Developmental Psychology, 52 (9), 1486 – 1492.
- Calvete, E., Cardenoso, O. (2002). *Self-Talk in Adolescents: Dimensions, States of Mind, and Psychological Maladjustment*. Cognitive Therapy and Research, 26 (4), 473–485.
- Cejudo, J., Latorre, S. (2015). *Effects of the Spock videogame on improving emotional intelligence in adolescents*. Electronic Journal of Research in Educational Psychology, 13(2), Nr.36, 319-342.
- Cherniss, C. (2000). *Emotional intelligence: What it is and why it matters*. Interneto prieiga: http://www.eiconsortium.org/pdf/what_is_emotional_intelligence.pdf [Žiūrėta 2019 02 09].
- Cherniss, C., Goleman, D. (2001). *The emotionally intelligent workplace: How to select for, measure, and improve emotional intelligence in individuals, groups, and organizations*. Jossey-Bass.
- Chiu, Sh., Alexander, P.A. (2000). *The Motivational Function of Preschoolers' Private Speech*, Discourse Processes, 30:2, 133-152.
- Chong, W. H., Chye, S., Huan, V. S. ir Ang, R. P. (2014). *Generalized problematic Internet use and regulation of social emotional competence: The mediating role of maladaptive cognitions arising from academic expectation stress on adolescents*. Computers in Human Behavior, 38, 151–158.
- Chong, W. H., Chan, C.S.Y. (2015). *The Mediating Role of Self-Talk Between Parenting Styles and Emotional Intelligence: An Asian Perspective With Singaporean Adolescents*. International Perspectives in Psychology: Research, Practice, Consultation, 4, No.3, 195-208.
- Čekanavičius, V., Murauskas, G. (2014). *Taikomoji regresinė analizė socialiniuose tyrimuose*. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla.
- Daraškevičienė, A. (2018). *Vaiko auklėjimas šiuolaikinėje Lietuvoje: tėvų požiūris*. Lietuvos etnologija: socialinės antropologijos ir etnologijos studijos, 18(27), 109–128.
- Dick, R. (2016). *Emotional intelligence: does it matter in education?* Assj, Vol. 1:1, p. 10-14.
- Ellis A., Tafratem R. Ch. (2005). *Kad pyktis tavęs nevaldytų*. Kaunas: Dajalita.
- Furnham, A. & Cheng, H. (2000). *Perceived parental behavior, self-esteem, and happiness*. Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 35, 463–470.
- Gaižauskienė, A., Tilindienė, I., Stupuris, T. (2010). *Parents' tearing style depending on adolescents' gender and age*. Jaunųjų mokslininkų darbai, Nr. 2 (27).
- George, N., Shanbhag, D. N., George, M., Shaju, A. Ch., Johnson, R.C., Mathew, P. Th., Golapalli, Ch. P., Goud, R. (2017). *A study of emotional intelligence and perceived parenting styles among adolescents in a rural area in Karnataka*. Journal of Family Medicine and Primary Care, 6 (4).

- Ginsberg, G. S. & Bronstein, P. (1993). *Family factors related to children's intrinsic/extrinsic motivational orientation and academic performance*. *Child Development*, 64, 1461–1471.
- Goleman, D. (2003) *Emocinis intelektas EQ*. Vilnius: Presvika.
- Gorostagia, A., Balluerka, N., Aritzeta, A., Haranburu, M., Alonso – Arbiol, I. (2011). *Measuring perceived emotional intelligence in adolescent population: Validation of the Short Trait Meta-Mood Scale (TMMS-23)*. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 11(3), 523-537.
- Hardy, J. (2006). *Speaking clearly: A critical review of self – talk literature*. *Psychology of Sport and Exercise* 7, 81–97.
- Harrod, N. R., Scheer, S. D. (2005). *An exploration of adolescent emotional intelligence in relation to demographic characteristics*. *Adolescence*, 40 (159).
- Hatzigeorgiadis, A., Zourbanos, N. & Theodorakis, Y (2007). *The moderating effects of selftalk content on self-talk functions*. *Journal of Applied Sport Psychology*, 19(2), 240-251.
- Herrera, L., Buitrago, R. E., Cepero, S. (2017). *Emotional Intelligence in Colombian Primary School Children. Location and Gender*. *Universitas Psychologica*, 16, Nr. 3.
- Hesari, N.K.Z., Elahe, H. (2011). *The Mediating Role of Self Esteem in the Relationship between the Authoritative Parenting Style and Aggression*. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 1724-1730.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Re-gression-Based Approach*. New York: Guilford Press.
- Irfan, S., Kausar, R. (2018). *Emotional intelligence as predictor of moral judgment in adolescents*. *Journal of Research and Reflections in Education*, 12, No. 2, 204-228.
- Yaratana, H., Yucesoylu R. (2010). *Self-esteem, self-concept, self-talk and significant others' statements in fifth grade students: Differences according to gender and school type*. *Procedia Social and Behavioral Sciences* 2, 3506–3518.
- Jakavičienė, A. (2009). *Paauglių emocinių ir elgesio sunkumų ryšys su tėvų auklėjimo stiliumi*. Psichologijos magistro darbas. Kaunas: VDU.
- Jantz, G.L. (2016). *The power of positive self-talk*. Prieiga per internetą: <https://www.psychologytoday.com/us/blog/hope-relationships/201605/the-power-positive-self-talk?amp;fbclid=IwAR2rfOVIRfcVs90K6h3e8ZzUKhZeA3ujkjinHEu9sZT8MJMIEDA17WRHJrDE>. [Žiūrėta 2019 01 21].
- Kamann, M. P., Wong, B. Y. L. (1993). *Inducing adaptive coping self-statements in children with learning-disabilities through self-instruction training*. *Journal of Learning Disabilities*, 26(9), 630–638.
- Kiliuvienė, D., Vaitkienė, I. (2007). *Nesėkmingas tėvų ir paauglių bendravimas šeimoje – socialinę atskirtį skatinantys veiksnys*. *Tiltai*, Nr. 4.

- Knight, K. H., Elfenbein, M. H., Capozzi, L., Eason, H. A., Bernardo, M. F. & Ferus, K. S. (2000). *Relationship of connected and separate knowing to parental style and birth order*. *Sex Roles*, 43, 229–240.
- Koul, R., Lerdpornkulrat, Th., Poondej, Ch. (2016). *Influence of Perceived Parenting Styles: Goal Orientations and Career Aspirations of High School Science Students in Thailand*. *International Education Journal: Comparative Perspectives*, 15(4), 56-65.
- Kriščiūnaitė, T. (2013). *Ikimokyklinio amžiaus vaikus auginančių tėvų savidiferenciacijos sąsaja su konfliktų poroje sprendimo strategijomis ir auklėjimo stiliais*. *Tarptautinis psichologijos žurnalas: biopsichosocialinis požiūris*, Nr. 12, 85-103.
- Kriščiūnaitė-Ragelienė, T. (2014). *Paauglių identiteto formavimosi, santykių su tėvais, savidiferenciacijos ir pasitenkinimo gyvenimu sąsajos*. *Ugdymo psichologija*, Nr. 25, 32-49.
- Kriščiūnaitė-Ragelienė, T. (2014). *Paauglių identiteto formavimosi ir santykių su tėvais sąsajos. Sisteminė literatūros apžvalga*. *Tarptautinis psichologijos žurnalas: biopsichosocialinis požiūris*, Nr. 15, 9-32.
- Kutkienė, L. (2006). *Pilnų ir nepilnų šeimų 13 – 18 metų paauglių streso įveikos strategijų ir emocinio intelekto sąsajos*. *Pedagogika: mokslo darbai*, Nr. 84. 15.
- Kutkienė, L. (2008). *16-17 metų paauglių vaikinų ir merginų asmenybės tapatumo brandos ypatumai bei sąsajos su savęs vertinimu*. *Pedagogika*, 90, 108-113.
- Kušlevič – Veršekienė, D., Pukinskaitė, R. (2009). *Paauglių emocinis intelektas: psichosocialinių sunkumų, stresinių gyvenimo įvykių bei demografinių charakteristikų analizė*. *Socialinis darbas: mokslo darbai*, Nr. 8(1).
- Lamborn, S. D., Mounts, N. S., Steinberg, L. & Dornbusch, S. M. (1991). *Patterns of competence and adjustment among adolescents from authoritative, authoritarian, indulgent, and neglectful families*. *Child Development*, 62, 1049–1065.
- Lee, S., McDonough, A. (2015). *Role of Self-Talk in the Classroom: Investigating the Relationship of Eight-to-Nine-Year-Olds' Self-Regulatory Self-Talk Strategies with Their Classroom Self-Regulatory Behaviour and Mathematical Achievemen*. *Early Child Development and Care*, 185(2), 198-208.
- Lepadatu, I. (2012). *Use self-talking for learning progress*. *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 33, 283 – 287.
- Matejevic, M., Jovanovic, D., Jovanovic, M. (2014). *Parenting Style, Involvement of Parents in School Activities and Adolescents' Academic Achievement*. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 128, 288-293.
- Mavroveli, S., Petrides, K. V., Rieffe, C., Bakker, F. (2007). *Trait emotional intelligence, psychological well-being and peer-rated social competence in adolescence*. *British Journal of Developmental Psychology*, 25, 263–275.

- Mayer, J.D., Salovey, P., Caruso, D.R. (2008). *Emotional Intelligence. New Ability or Eclectic Traits?* American Psychologist, 63, No. 6, 503–517.
- Mayers, D.C, Gil, L., Cross, L., Keister, S., Domitrovich, C.E., ir Weissberg, R.P. (2015). *CASEL guide for schoolwide social and emotional learning*. Coolaborative for academic, social and emotional learning: Chicago, IL.
- Neale, S., Spencer-Arnell, L., Wilson, L. (2008). *Emocinis intelektas ir ugdymas: efektyvesniam vadovų, ugdymo konsultantų ir personalo specialistų darbui*. Vilnius: Verslo žinios.
- Neff, K. D. (2003). *The development and validation of a scale to measure self-compassion*. Self and Identity, 2, 223-250.
- Remeikaitė, I., Lekavičienė, R. (2002). *Emocinis intelektas ir jo vertinimo problema*. Psichologija, Nr. 26.
- Reichl, C., Schneider, J.F., Spinath, F. M. (2013). *Relation of self-talk frequency to loneliness, need to belong, and health in German adults*. Personality and Individual Differences, 54(2), 241-245.
- Rogelberg, S. G., Justice, L., Braddy, P. W., Shanock, L., Baran, B. E., Beck, T., Long, S. ir kt. (2012). *The executive mind: Leader self-talk, effectiveness and strain*. Journal of Managerial Psychology, 28(2), 183-201.
- Preacher, K. J., Hayes, A. F. (2008). *Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models*. Behavior Research Methods, 40, 879 – 891.
- Price, E.L. (2015). *The Development and Application of a Measure to Assess the Interpersonal Qualities of Self-Talk*. Theses and Dissertations (Comprehensive).
- Puchalska-Wasył, M.M. (2015). *Self-talk: Conversation with oneself? On the types of internal interlocutors*, The Journal of Psychology, 149:5, 443-460.
- Salovey, P. & Mayer, J. D. (1990). *Emotional intelligence*. Imagination, Cognition, and Personality, 9, 185-211.
- Sandovici, A. (2017). *The relationship between emotional intelligence and academic achievement in adolescents*. Romanian Journal of School Psychology, 10, No. 19, 35-50.
- Shi, X., Brinthaupt, T.M., McCree, M. (2015). *The relationship of self-talk frequency to communication apprehension and public speaking anxiety*. Personality and individual differences, 75, 125-129.
- Steinberg, L., Elmen, J. & Mounts, N. (1989). *Authoritative parenting, psychosocial maturity, and academic success among adolescents*. Child Development, 60, 1424–1436.
- Steinberg, L., Lamborn, S. D., Darling, N., Mounts, N. S., & Dornbusch, S. M. (1994). *Over-time changes in adjustment and competence among adolescents from authoritative, authoritarian, indulgent, and neglectful families*. Child Development, 65, 754–770.

- Takšić, V., Mohorić, T., Duran, M. (2009). *Emotional skills and competence questionnaire (ESCO) as a self-report measure of emotional intelligence*. Horizons of Psychology, 18.3, 7-21.
- Vaitkevičius, R., Saudargienė, A. (2006). *Statistika su SPSS psichologiniuose tyrimuose: statistika socialiniuose moksluose*. Kaunas: Vytauto Didžiojo universiteto leidykla.
- Valantinas, A. (2009). *Socialinis emocinis ugdymas. Kas tai? Kuo gali mums padėti? Švietimo problemos analizė: Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministerija*.
- Vandervoort, D. J. (2006). *The importance of emotional intelligence in higher education*. Current Psychology, 25(1), 3-7.
- Wong, S. S. (2012). *Negative thinking versus positive thinking in a Singaporean student sample: Relationships with psychological well-being and psychological maladjustment*. Learning and Individual Differences, 22, 76–82.
- Zambacevičienė, E. P., Vičkutė, L. (2004). *Auklėjimo šeimoje stilius ir vaikų vertybės*. Ugdymo psichologija, Nr. 11-12, 93-98.
- Žukauskienė, R., Malinauskienė, O. (2003). *Tėvų auklėjimo stiliai ir elgesio problemos: delinkventinių paauglių ir kontrolinės grupės skirtumai*. Socialinis darbas. Mokslo darbai, Nr. 1 (3), 23-29.
- Žukauskienė, R., Malinauskienė, R. (2008). *Skirtumai tarp lyčių, prognozuojant elgesio ir emocinius sunkumus paauglystėje pagal asmenybės bruožus ir tėvų auklėjimo stilių*. Psichologija, Nr.38.
- Žukauskienė, R., Malinauskienė, R., Erentaitė, R. (2011). *Tėvų auklėjimo stiliaus ir emocinio intelekto sąsajos su vyresniųjų paauglių saviveiksmingumu ir saviverte pagal lytį*. Psichologija, Nr.44.
- Žukauskienė, R. (2012). *Raidos psichologija. Integruotas požiūris*. Vilnius: Margi raštai.

SANTRAUKA

Kristina Monkienė. *Paauglių emocinio intelekto sąsajos su kalba sau ir tėvų auklėjimo stiliumi.* Pedagoginės psichologijos studijų programos magistro baigiamasis darbas. Darbo vadovė doc. dr. Roma Šimulionienė. Klaipėdos universitetas: Klaipėda, 2019. – 59 p.

Tyrimo tikslas. Atskleisti paauglių emocinio intelekto sąsajas su kalba sau ir tėvų auklėjimo stiliumi.

Tyrimo dalyviai. 199 paaugliai, kurių amžius nuo 15 iki 18 metų ($M = 16,24$; $SD = 0,882$). Tarp jų 71 (35,70 %) vaikinai ir 128 (64,30%) merginos.

Įvertinimo būdai. Emocinių įgūdžių ir sugebėjimų klausimynas ESCQ-45 (Emotional Skills and Competence Questionnaire, Takšić et al., 2009), suvokto tėvų auklėjimo klausimynas EMBU (Egna Minnen Beträffande Uppfostran, Arrindell et al., 1994) ir kalbos sau klausimynas STI (Self – Talk Inventory, Burnett, 1996). Duomenų apdorojimui taikytas T – testas, Mann – Whitney U testas, Spearmano koreliacinė analizė, daugialypė regresinė analizė ir mediacinė analizė.

Tyrimo rezultatai parodė, kad jaunesnės (15-16 metų) merginos labiau suvokia ir supranta emocijas nei to pačio amžiaus vaikinai, vyresni (17-18 metų) vaikinai labiau geba išreikšti ir pavadinti emocijas bei jas valdyti nei jaunesni (15-16 metų) vaikinai, jaunesni (15-16 metų) vaikinai labiau jaučiasi atstumti mamų ir yra labiau linkę vartoti neigiamą kalbą sau nei vyresni (17-18 metų) vaikinai. Tyrime rastos reikšmingos sąsajos tarp paauglių emocinio intelekto ir tėvų auklėjimo stiliaus: emocijų suvokimas ir supratimas teigiamai siejasi su tėvo ir motinos emocine šiluma bei su tėvo per didelę globa; emocijų išreiškimas ir pavadinimas teigiamai siejasi su tėvo ir motinos emocine šiluma, neigiamai siejasi su tėvo ir motinos atstūmimu; emocijų valdymas teigiamai siejasi su tėvo ir motinos emocine šiluma bei motinos perdėta globa, neigiamai siejasi su tėvo ir motinos atstūmimu; bendras emocinis intelektas teigiamai siejasi su tėvo ir motinos emocine šiluma, neigiamai siejasi su tėvo ir motinos atstūmimu. Bendras emocinis intelektas ir visos jo kompetencijos teigiamai reikšmingai siejasi su pozityvia kalba sau ir neigiamai su neigiamą kalbą sau. Paauglių bendrą emocinį intelektą ir visas jo kompetencijas leidžia numatyti tik pozityvi kalba sau, o atskiras kompetencijas dar tėvo emocinė šiluma ir perdėta globa bei neigiamą kalbą sau. Pozityvi ir neigiamą kalba sau yra reikšmingas tarpininkas tarp tėvo emocinės šilumos ir bendrojo emocinio intelekto bei visų jo kompetencijų. Taip pat pozityvi kalba sau reikšmingai medijuoja motinos emocinės šilumos sąsajas su bendru emociniu intelektu ir atskiromis jo kompetencijomis.

Raktažodžiai: paaugliai, emocinis intelektas, kalba sau, tėvų auklėjimo stilius.

Darbą sudaro titulinis lapas, turinys, įvadas, teorinė dalis, tiriamoji dalis, tyrimo rezultatai, tyrimo rezultatų aptarimas, išvados, literatūros sąrašas, santraukos (lietuvių ir anglų kalbomis), priedai. Tyrime yra 16 lentelių ir 4 paveikslai.

SUMMARY

Kristina Monkienė. *The relationship between adolescents' emotional intelligence, self-talk and parenting styles.* Master thesis in psychology. Supervisor Ph.D. Roma Šimulionienė. Klaipeda University: Klaipeda, 2019. – 59 p.

The aim of this study was to examine the relationship between adolescent emotional intelligence, self - talk and parenting styles.

Study participants. This research involved 199 adolescents (71 male, and 128 female) aged from 15 to 18years (M = 16,24; SD = 0,882).

Methodology. Data collection tools: Emotional Skills and Competence Questionnaire ESCQ - 45 (Takšić et al., 2009), Parenting style Questionnaire EMBU (Arrindell et al., 1994), Self – Talk Inventory STI (Burnett, 1996). In order to analyse data T- test, Mann – Whitney U test, Spearman correlation, multiple linear regression, and mediation analysis were performed.

Results. The results revealed that: younger girls (15-16 years old) scored higher on perception and understanding of emotion than younger boys. Older boys (17-18 years old) scored higher on expression and labelling of emotions as well as, managing and regulating emotions than younger boys (15-16 years old). Mothers showed more rejection towards their younger sons, so younger boys prefer to use more negative self – talk than older boys. All components of trait EI, perceived father' and mother' emotional warmth, and positive self-talk were significantly positively correlated. Correspondingly, the correlations between all EI domains, except perception and understanding of emotion, perceived rejection parenting and negative self-talk were negatively correlated. Father' emotional warmth and over protection with positive and negative self-talk emerged as significant predictors of different components of trait EI. Positive self-talk mediated the relationship between perceived father 'and mother 'emotional warmth and trait EI. Negative self – talk mediated the relationship between perceived father' emotional warmth and trait EI.

Key words: adolescents, emotional intelligence, self - talk and parenting styles.

The paper of master thesis consists of several parts as follows: title page, table of contents, introduction, theoretical part, empirical part, research results, discussion of the study results, references, summary (in Lithuanian and English languages) and appendixes. The study contains 16 tables and 4 pictures.

PRIEDAI

1 priedas. Klausimyno pavyzdys.

Aš, Kristina Monkienė, Klaipėdos universiteto pedagoginės psichologijos magistrantė atlieku tyrimą „Paauglių emocinio intelekto sąsajos su kalba sau ir tėvų auklėjimo stiliumi“. Maloniai prašau atsakyk į žemiau pateiktus klausimus. Apklausa yra **anoniminė**, t. y. tavo asmeniniai duomenys nebus niekur skelbiami ar įvardijami. Tavo atsakymai bus naudojami mokslo tikslams ir tik statistiškai apibendrinti su kitų tiriamųjų atsakymais.

TAVO SAVIJAUTA IR MINTYS

Tai ne žinių patikrinimo testas, todėl neteisingų atsakymų nėra. Į klausimus atsakyk iškart, daug negalvodamas.

	Niek ada	Retai	Retk arčia is	Daž nai	Visada
Galiu likti geros nuotaikos net tada, kai nutinka kas nors blogo	1	2	3	4	5
Man lengva žodžiais išreikšti savo jausmus ir emocijas	1	2	3	4	5
Gerą nuotaiką galiu išsaugoti net tada, kai aplinkinių nuotaika bloga	1	2	3	4	5
Iš nemalonių patyrimų mokausi, kaip neturėčiau elgtis ateityje	1	2	3	4	5
Giriamas dirbu entuziastingiau	1	2	3	4	5
Jei kas nors man netinka, iškart tai parodau	1	2	3	4	5
Jei asmuo man nepatinka, randu būdą, kaip jam tai pasakyti	1	2	3	4	5
Kai mano nuotaika gera, ją sunku sugadinti	1	2	3	4	5
Būdamas geros nuotaikos manau, kad visos problemos išsprendžiamos	1	2	3	4	5
Jei žmogus, su kuriuo bendrauju, mane vertina teigiamai, tai iš anksto apgalvoju, ką ir kaip sakyti, kaip elgtis	1	2	3	4	5
Būdamas geros nuotaikos ir laimingas mokausi ir išmokstu geriausiai	1	2	3	4	5
Jei tik labai noriu, galiu išspręsti net iš pažiūros neišsprendžiamą problemą	1	2	3	4	5
Sutikęs pažįstamą, iškart pastebiu jo/jos nuotaiką	1	2	3	4	5
Matydamas kito žmogaus savijautą, paprastai žinau, kad jam kažkas atsitiko	1	2	3	4	5
Galiu atskirti, kada mano draugas yra liūdnas, o kada – nusivylęs.	1	2	3	4	5
Galiu lengvai rasti būdą, kaip prieiti prie man patinkančio žmogaus	1	2	3	4	5
Galiu išvardinti emocijas, kurias išgyvenu dabar	1	2	3	4	5
Sugebu pajusti savo draugo nuotaikų kaitas	1	2	3	4	5
Galiu lengvai rasti būdą, kaip pradžiuginti draugą jo gimimo dienos proga	1	2	3	4	5
Man nesunku įtikinti draugą, kad nėra dėl ko nerimauti	1	2	3	4	5
Galiu aiškiai išreikšti savo emocijas	1	2	3	4	5
Atpažįstu daugelį savo emocijų	1	2	3	4	5

	Niek ada	Ret ai	Ret kar čiai s	Da žna i	Visa da
Galiu apibūdinti savo dabartinę emocinę būseną	1	2	3	4	5
Galiu teigti, jog daug žinau apie savo emocinę būklę	1	2	3	4	5
Stebėdamas asmenį kitų apsuptyje, galiu tiksliai apibūdinti jo emocijas	1	2	3	4	5
Man nesunku pastebėti bejėgiškai besijaučiantį žmogų	1	2	3	4	5
Mano elgsena atspindi mano vidinius išgyvenimus	1	2	3	4	5
Žmonės gali pasakyti, kokios aš nuotaikos	1	2	3	4	5
Nemalonias emocijas stengiuosi valdyti, o teigiamas – stiprinti	1	2	3	4	5
Paprastai mano savijauta yra gera	1	2	3	4	5
Pareigas ir užduotis atlieku kaip galėdamas greičiau, daug apie jas negalvodamas	1	2	3	4	5
Paprastai suprantu, kodėl jaučiuosi blogai	1	2	3	4	5
Stengiuosi išsaugoti gerą nuotaiką	1	2	3	4	5
Apie kito žmogaus nuotaiką galiu spręsti iš jo veido išraiškos	1	2	3	4	5
Galiu pajausti paslėptą savo draugo pavydo jausmą	1	2	3	4	5
Pastebiu, kai kas nors bando nuslėpti savo blogą nuotaiką	1	2	3	4	5
Pastebiu kitų kaltės jausmą	1	2	3	4	5
Pastebiu, kai kas nors bando nuslėpti savo tikruosius jausmus	1	2	3	4	5
Pastebiu nusiminusius žmones	1	2	3	4	5
Man įprasta jaustis taip, kaip jaučiuosi šiuo metu	1	2	3	4	5
Man nesunku išreikšti meilę priešingos lyties asmeniui	1	2	3	4	5
Pastebiu, kai žmogaus elgsena labai skiriasi nuo jo nuotaikos	1	2	3	4	5
Galiu lengvai įvardinti daugelį savo emocijų	1	2	3	4	5
Galiu išreikšti tai, kaip jaučiuosi	1	2	3	4	5
Žinau, kaip maloniai nustebinti kiekvieną iš savo draugų	1	2	3	4	5

Toliau seka klausimai apie tavo vaikystę. Prieš atsakydamas, atidžiai perskaityk šiuos paaškinimus:

Net jei mums sunku tiksliai prisiminti, kaip su mumis elgėsi tėvai, kai mes buvome visai maži, pagrindinius dalykus, kurie vyko su mumis, prisimena kiekvienas iš mūsų. Pildydamas šį klausimą, pasistenk prisiminti kaip su tavimi elgėsi tavo tėvai.

Labai svarbu, kad tu atsakytum į visus klausimus, nepraleisdamas nei vieno. Suprantama, kad į kai kuriuos klausimus yra neįmanoma atsakyti, jei tu neturi brolių ar seserų, arba jei tave augino tik vienas iš tėvų.

Į kiekvieną klausimą galima atsakyti keliais būdais. Kiekvieną klausimą perskaityk labai atidžiai ir nuspręsk, kuris iš atsakymo variantų yra tinkamiausias. Atsakydamas, tu turi pažymėti, kaip tavo tėvas ir motina su tavimi elgėsi. Apibrėžk atsakymą, kuris atspindi tavo motinos ir tėvo elgesį su tavimi.

Atsakyk **atskirai** apie savo tėvo (**T**) ir motinos (**M**) elgesį.

		Ne, niekada	Taip, bet retai	Taip, dažnai	Beveik visada
Pasitaikydavo, jog mano tėvai būdavo suirzę arba supykę ant manęs, nepaaiškindami man priežasties	T	1	2	3	4
	M	1	2	3	4
Mano tėvai mane pagirdavo	T	1	2	3	4
	M	1	2	3	4
Būdavo, jog aš norėdavau, kad mano tėvai mažiau nerimautų dėl to, ką aš dariau	T	1	2	3	4
	M	1	2	3	4
Pasitaikydavo, kad tėvai mane bausdavo fizinėmis bausmėmis labiau, nei aš būdavau to nusipelnęs	T	1	2	3	4
	M	1	2	3	4
Kai grįždavau namo, apie tai, ką veikiu, turėdavau atsiskaityti savo tėvams	T	1	2	3	4
	M	1	2	3	4
Aš manau, kad mano tėvai stengėsi, kad mano paauglystės metai būtų įdomūs ir prasmingi (pvz., gaudavo man gerų knygų, pasirūpindavo, kad aš vykčiau į stovyklas, ar vesdavosi į įdomias vietas)	T	1	2	3	4
	M	1	2	3	4
Mano tėvai kitų akivaizdoje kritikuodavo mane ir aiškindavo, koks tingus ir nenaudingas aš esu	T	1	2	3	4
	M	1	2	3	4
Būdavo, kad mano tėvai drausdavo daryti tai, kas buvo leidžiama kitiems vaikams, kadangi jie bijojo, jog su manimi gali atsitikti kažkas blogo	T	1	2	3	4
	M	1	2	3	4
Mano tėvai stengėsi skatinti mane tapti geriausiu	T	1	2	3	4
	M	1	2	3	4
Mano tėvai nuliūsdavo ar parodydavo kokių nors kitu būdu jog aš pasiėgiau blogai, ir aš iš tiesų pasijusdavau kaltas	T	1	2	3	4
	M	1	2	3	4
Aš manau, kad mano tėvų nerimas, jog su manimi gali kažkas atsitikti, būdavo gerokai perdėtas	T	1	2	3	4
	M	1	2	3	4
Jei man nesisekdavo, mano tėvai stengdavosi mane paguosti arba padrąsinti	T	1	2	3	4
	M	1	2	3	4
Aš šeimoje buvau laikomas "balta varna" arba "atpirkimo ožiu"	T	1	2	3	4
	M	1	2	3	4
Mano tėvai žodžiais ir gestais parodydavo, kad aš jiems patinku	T	1	2	3	4
	M	1	2	3	4
Man atrodė, kad mano tėvai labiau myli mano brolių(-ius) arba seserį (-is) nei mane	T	1	2	3	4
	M	1	2	3	4
Mano tėvai su manimi elgėsi taip, kad man būdavo gėda	T	1	2	3	4
	M	1	2	3	4
Mano tėvai man leisdavo eiti kur noriu, ir dėl to pernelyg nesirūpindavo	T	1	2	3	4
	M	1	2	3	4
Man atrodė, kad mano tėvai kišasi į viską, priešinasi viskam, ką aš bedaryčiau	T	1	2	3	4
	M	1	2	3	4
Aš jaučiau, kad mane ir mano tėvus sieja šiluma ir švelnumas	T	1	2	3	4
	M	1	2	3	4
Mano tėvai nustatydavo griežtas ribas kas man leidžiama ir ko neleidžiama daryti, kurių jie griežtai laikėsi	T	1	2	3	4
	M	1	2	3	4

		Ne, niekada	Taip, bet retai	Taip, dažnai	Beveik visada
Mano tėvai griežtai mane bausdavo, net už mažmožius (smulkius nusizengimus)	T	1	2	3	4
	M	1	2	3	4
Mano tėvai norėdavo spręsti, kaip aš turiu būti apsirengęs ar kaip aš turiu atrodyti	T	1	2	3	4
	M	1	2	3	4
Aš jaučiau, jog mano tėvai didžiuodavosi mano sėkme, kai man pasisekdavo padaryti tai, ko aš imdavausi	T	1	2	3	4
	M	1	2	3	4

Žemiau aprašytos situacijos ir ką tu galėtum sau pasakyti tose situacijose. Atidžiai perskaityk kiekvieną teiginį ir nuspręsk, kaip dažnai sau sakai taip.

Čia nėra teisingų ar klaidingų atsakymų. Tikrai tu žinai, ką pasakai sau. Pažymėk, ką kiekvienoje situacijoje tikrai sau sakai. Atsakyk į visus klausimus.

Jei sau tai sakai dažnai apibrauk **D**, jei kartais - **K**, jei niekada - **N**

Mokytojas paprašo garsiai perskaityti prieš visą klasę puslapį iš Tavo skaitomos knygos. Kaip dažnai Tu pasakytum sau:

1. Aš galiu tai padaryti	D	K	N
2. Aš gerai neskaitau prieš grupę	D	K	N
3. Anksčiau tai padariau tikrai gerai, padarysiu dar kartą	D	K	N
4. Aš esu beviltiškas skaitytojas	D	K	N
5. Klasiokams tikrai patiks mano skaitymas	D	K	N
6. Tikiuosi niekas nesijuoks, kai negalėsiu perskaityti žodžio	D	K	N
7. Aš perskaitysiu gerai	D	K	N

Mokytojas duoda Tau užbaigti sudėtingą matematikos uždavinį. Kaip dažnai Tu pasakytum sau:

8. Tiesiog parodyk, ką gali padaryti geriausio	D	K	N
9. Matematika man visada buvo problema	D	K	N
10. Aš susidorosiu	D	K	N
11. Aš esu beviltiškas matematikoje	D	K	N
12. Aš tai esu daręs anksčiau, aš tai galiu	D	K	N
13. Niekaip negaliu šito padaryti	D	K	N
14. Tikiuosi, kad esu ne vienintelis, kuris negali to padaryti	D	K	N

Tu netrukus pristatysi savo projektą prieš visą klasę. Kaip dažnai Tu pasakytumei sau:

15. Aš tai padarysiu gerai	D	K	N
16. Visi pagalvos, kad esu beviltiškas	D	K	N
17. Viskas bus gerai.	D	K	N
18. Tai bus siaubinga	D	K	N
19. Tiesiog būk ramus	D	K	N
20. Aš žinau, kad man nepavyks	D	K	N
21. Aš toks nervingas	D	K	N

Dabar Tavo eilė atsiskaityti. Tu ateini prieš klasę, atsisuki į mokytoją ir klasės draugus. Kaip dažnai Tu pasakytum sau:

22. Tiesiog atsipalaiduok ir kalbėk	D	K	N
23. Aš norėčiau, kad tai jau būtų baigta	D	K	N
24. Tu gali tai padaryti	D	K	N
25. Aš suklysiu	D	K	N
26. Būk užtikrintas	D	K	N
27. Aš esu beviltiškas, kai reikia sakyti kalbą	D	K	N
28. Tiesiog pasakyk, ką turėtum pasakyti	D	K	N
29. Aš susipainiosiu	D	K	N

Mokytoja giria tave už puikų projektą, girdint visai klasei. Kaip dažnai Tu pasakytum sau:

30. O ne! Visi žiūri į mane	D	K	N
31. Tai tikrai puiku	D	K	N
32. Tai yra nepatogu	D	K	N
33. Puikiai atlikta	D	K	N
34. Norėčiau, kad mokytojas to nedarytų	D	K	N
35. Aš padariau tikrai gerai	D	K	N
36. Aš tikrai sunkiai dirbau šiame projekte	D	K	N

Tavo lytis: Mergina Vaikinas

Tavo amžius: _____

Ačiū už atsakymus.

2 priedas. Vidinis skalių suderinamumas

Skalės/poskalės pavadinimas	Cronbach'o alfa
Emocijų suvokimas ir supratimas	0,873
Emocijų išreiškimas ir pavadinimas	0,876
Emocijų valdymas	0,793
Bendras emocinis intelektas	0,925
Atstūmimas tėvo	0,770
Atstūmimas mamos	0,835
Emocinė šiluma tėvo	0,860
Emocinė šiluma mamos	0,843
Perdėta globa tėvo	0,722
Perdėta globa mamos	0,708
Pozityvi kalba sau	0,881
Negatyvi kalba sau	0,852

3 priedas. Įverčių skirstinių normalumas

	Shapiro-Wilk		
	Koef.	Laisvės lapsnis	p
Emocijų suvokimas ir supratimas	0,991	158	0,445
Emocijų išreiškimas ir pavadinimas	0,989	158	0,264
Emocijų valdymas	0,993	158	0,616
Bendras emocinis intelektas	0,996	158	0,957
Atstūmimas tėvo	0,702	158	0,000
Atstūmimas mamos	0,754	158	0,000
Emocinė šiluma tėvo	0,937	158	0,000
Emocinė šiluma mamos	0,923	158	0,000
Perdėta globa tėvo	0,986	158	0,102
Perdėta globa mamos	0,987	158	0,151
Pozityvi kalba sau	0,904	158	0,000
Negatyvi kalba sau	0,981	158	0,030

4 priedas. Paauglių emocinio intelekto, kalbos sau ir tėvų auklėjimo stiliaus sąsajos

	Emocinis intelektas					Tėvų auklėjimo stilius							Kalba sau	
	ESS	EIP	EV	EIB	A (T)	EŠ (T)	PG (T)	A (M)	EŠ (M)	PG (M)	PKS	NKS		
Emocinis intelektas	ESS	0.557**	0.514**	0.811**	-0.78	0.319**	0.182*	-0.065	0.274*	0.073	0.390**	-0.213**		
	EIP	1.00	0.626**	0.875**	-0.188*	0.306**	-0.004	-0.159*	0.275**	-0.087	0.446**	-0.338**		
	EV	0.514**	1.00	0.818**	-0.157*	0.433**	-0.54	-0.189*	0.436**	0.145*	0.424**	-0.319**		
	EIB	0.811**	0.875**	1.00	-0.168*	0.401**	0.033	-0.157*	0.369**	-0.073	0.501**	-0.345**		
Tėvų auklėjimo stilius	A (T)	-0.78	-0.188*	-0.157*	1.00	-0.345**	0.366**	0.672**	-0.327**	0.366**	-0.007	0.148		
	EŠ (T)	0.319**	0.306**	0.433**	0.401**	1.00	0.057	-0.356**	0.738**	-0.101	0.360**	-0.182*		
	PG (T)	0.182*	-0.004	-0.54	0.033	0.057	1.00	0.215**	-0.70	0.690**	0.071	-0.02		
	A (M)	-0.065	-0.159*	-0.189*	-0.157*	-0.356**	0.215**	1.00	-0.481**	0.397**	0.032	0.174*		
	EŠ (M)	0.274*	0.275**	0.436**	0.369**	-0.327**	-0.70	-0.481**	1.00	-0.167*	0.316**	-0.123		
Kalba sau	PG (M)	0.073	-0.087	-0.073	0.366**	-0.101	0.690**	0.397**	-0.167*	1.00	-0.060	0.194**		
	PKS	0.390**	0.446**	0.501**	0.501**	0.360**	0.071	0.032	0.316**	-0.060	1.00	-0.436**		
	NKS	-0.213**	-0.338**	-0.319**	-0.345**	-0.182*	-0.02	0.174*	-0.123	0.194**	-0.436**	1.00		

*p<0,05; **p<0,01. ESS – emocijų suvokimas ir supratimas, EIP – emocijų išreiškimas ir pavadinimas, EV – emocijų valdymas, A(T) – tėvo atstūmimas, EŠ (T) – emocinė tėvo šiluma, PG (T) – perdėta tėvo globa, A(M) – motinos atstūmimas, EŠ (M) – emocinė motinos šiluma, PG (M) – perdėta motinos globa, PKS – pozityvi kalba sau, NKS – negatyvi kalba sau

5a priedas. Regresijos modelio tinkamumo rodikliai

Nepriklausomi kintamieji	Priklausomas kintamasis			
	Emocijų suvokimas ir supratimas			
	R ²	Anova p reikšmė	VIF	Kuko matas
Emocinė šiluma (T)	0,208	0,000	1,787	0,093
Emocinė šiluma (M)			1,773	
Perdėta globa (T)			1,018	
Pozityvi kalba sau			1,204	
Negatyvi kalba sau			1,130	

5b priedas. Regresijos modelio tinkamumo rodikliai

Nepriklausomi kintamieji	Priklausomas kintamasis			
	Emocijų pavadinimas ir išreiškimas			
	R ²	Anova p reikšmė	VIF	Kuko matas
Atstūmimas (T)	0,209	0,000	2,069	0,115
Atstūmimas (M)			2,499	
Emocinė šiluma (T)			2,135	
Emocinė šiluma (M)			2,558	
Pozityvi kalba sau			1,285	
Negatyvi kalba sau			1,184	

5c priedas. Regresijos modelio tinkamumo rodikliai

Nepriklausomi kintamieji	Priklausomas kintamasis			
	Emocijų valdymas			
	R ²	Anova p reikšmė	VIF	Kuko matas
Atstūmimas (T)	0,270	0,000	2,104	0,140
Atstūmimas (M)			2,883	
Emocinė šiluma (T)			2,096	
Emocinė šiluma (M)			2,521	
Perdėta globa (M)			1,359	
Pozityvi kalba sau			1,281	
Negatyvi kalba sau			1,179	

5d priedas. Regresijos modelio tinkamumo rodikliai

Nepriklausomi kintamieji	Priklausomas kintamasis			
	Bendrasis emocinis intelektas			
	R ²	Anova p reikšmė	VIF	Kuko matas
Atstūmimas (T)	0,284	0,000	2,071	0,164
Atstūmimas (M)			2,518	
Emocinė šiluma (T)			2,139	
Emocinė šiluma (M)			2,562	
Pozityvi kalba sau			1,262	
Negatyvi kalba sau			1,172	