

KLAIPĖDOS UNIVERSITETO
SOCIALINIŲ IR HUMANITARINIŲ MOKSLŲ FAKULTETO
PSICHOLOGIJOS KATEDRA

PAAUGLIŲ PASITENKINIMO GYVENIMU, ELGESIO IR
EMOCIJŲ SUNKUMŲ BEI ADAPTYVAUS
FUNKCIONAVIMO SĄSAJOS

Pedagoginės psichologijos studijų programos
magistro baigiamasis darbas

Autorė

Gabrielė Imbrasienė

Vadovė

doc. dr. Reda Gedutienė

Klaipėda, 2020

TURINYS

IVADAS	4
1. LITERATŪROS APŽVALGA	7
1.1 Paauglystės amžiaus tarpsnio ypatumai.....	7
1.2 Pasitenkinimo gyvenimu samprata	7
1.3 Elgesio ir emocijų sunkumų samprata paauglystėje	9
1.3.1 Elgesio sunkumai	11
1.3.1.1 Delinkventinis elgesys.....	12
1.3.1.2 Agresyvus elgesys	13
1.3.2 Emociniai sunkumai.....	14
1.3.2.1 Nerimas.....	15
1.3.2.2 Užsisklendimas.....	16
1.3.2.3 Depresiškumas.....	17
1.3.2.4 Somatiniai skundai	19
1.3.3 Elgesio ir emocijų sunkumų ryšys su lytimi	20
1.4 Paauglių adaptyvus funkcionavimas.....	21
1.5 Paauglių pasitenkinimo gyvenimu, elgesio ir emocijų sunkumų bei adaptyvaus funkcionavimo sąsajos	24
2. TYRIMO METODIKA	25
2.1 Tyrimo dalyviai.....	25
2.2 Įvertinimo būdai.....	25
2.3 Tyrimo eiga.....	30
2.4 Duomenų apdorojimas	31
3. TYRIMO REZULTATAI	32
3.1 Paauglių – vaikinų ir merginų – pasitenkinimo gyvenimu ypatumai	32
3.2 Paauglių – vaikinų ir merginų – elgesio bei emocijų sunkumų ypatumai	33

3.3 Paauglių – vaikinių ir merginų – adaptyvaus funkcionavimo ypatumai.....	35
3.4 Elgesio ir emocijų sunkumų bei adaptyvaus funkcionavimo palyginimas pagal paauglių amžių	38
3.5 Sąsajos tarp paauglių pasitenkinimo gyvenimu, elgesio ir emocijų sunkumų bei adaptyvaus funkcionavimo	40
3.6 Prognostiniai paauglių pasitenkinimo gyvenimu veiksniai	47
4. REZULTATŲ APTARIMAS	48
IŠVADOS	57
LITERATŪRA	59
SANTRAUKA.....	65
SUMMARY	66
PRIEDAI	67

IVADAS

Paauglystė – tai yra perėjimas nuo vaikystės prie suaugusių žmonių gyvenimo, nuo žaidimų, nerūpestingumo prie atsakomybės, savarankiškumo bei įsipareigojimų. Tai pereinamasis laikotarpis, kuris trunka beveik visą dešimtmetį (Bagdonas ir Šarakauskienė, 2010). Šiuo laikotarpiu atsiranda naujos galimybės, kurios padeda išreikšti save, pasikeičia įprasti visuomenės lūkesčiai, žmogaus vaidmenys (Sondaitė ir Žukauskienė, 2004). Paauglystės laikotarpis dažniausiai trunka nuo 11 iki 21 metų, kuris yra padalintas į ankstyvąją (11-14 metų), vidurinę (15-18 metų) ir vėlyvąją (19-21 metų) paauglystę. Didžiausi pasikeitimai vyksta būtent vidurinės paauglystės laikotarpiu (Bagdonas ir Šarakauskienė, 2010).

Kadangi paauglystės laikotarpiu vyksta svarbūs pasikeitimai, tenka susidurti su įvairiais sunkumais, kuriuos ne visada pavyksta išspręsti, ir tuomet gali kilti nerimas ir stresas, tai pastaruoju metu vis dažniau atkreipiamas dėmesys į vaikų ir paauglių psichikos sveikatą bei subjektyvią jų gerovę (Gedutienė ir Lukšaitė – Samaitienė, 2018). Minint subjektyvią gerovę, būtų svarbu pabrėžti, kad ja susidomėta jau pakankamai seniai, net prieš trisdešimt metų. Šis reiškinys buvo išskirtas kaip svarbi gyvenimo kokybės sudedamoji dalis pabrėžiant, „kad, nors žmonės gyvena objektyviai apibrėžtoje aplinkoje, reaguoja į pačių subjektyviai apibrėžtus pasaulius“ (Keyes et al., 2002; cit. Bagdonas ir Šarakauskienė, 2010, p. 19)

Subjektyvi gerovė – tai konstruktas, kurį sudaro ne vienas komponentas ir yra apibrėžiamas kaip kognityvus ir emocinis asmens savo gyvenimo vertinimas. „Subjektyvią gerovę sudaro teigiamas ir neigiamas emocingumas bei pasitenkinimas gyvenimu ir atitinkamomis jo sritimis“ (Greenspoon ir Saklofske, 1998; Kairys, Bagdonas, Liniauskaitė ir Pakalniškienė, 2013; cit. Gedutienė ir Lukšaitė – Samaitienė, 2018, p.6). Dauguma mokslininkų, kurie tyrinėjo subjektyvią gerovę, nurodydavo, kad ji sudaryta iš trijų komponentų, kurie visi kartu apibendrinami kaip laimė: 1. Teigiamos nuotaikos vyravimas 2. Neigiamos nuotaikos nebuvimas 3. Pasitenkinimas gyvenimu (Bagdonas ir Šarakauskienė, 2010). Teigiama, kad pasitenkinimas gyvenimu, vis dėlto, yra vienas iš svarbiausių subjektyvios gerovės komponentų ir yra nagrinėjamas dažniausiai (Gedutienė ir Lukšaitė-Samaitienė, 2018).

Kaip jau buvo minėta, pasitenkinimas gyvenimu yra vienas iš subjektyvios gerovės sudedamųjų dalių, o šis teigiamai sąveikauja su tokiomis psichologinėmis pasekmėmis, kurių dažniausiai daugelis ir pageidauja savo gyvenime, pvz., optimali psichikos sveikata, geras prisitaikymas, taip pat yra ir neigiama sąveika su neigiamomis psichologinėmis pasekmėmis, pvz., nerimastingumas, smurtinis elgesys, depresija (Kaniušonytė, Truskauskaitė-Kunevičienė ir Žukauskienė, 2014). XX a. antroje pusėje prasidėjo pagrindiniai pasitenkinimo gyvenimu tyrimai,

tačiau dažniausiai jie buvo atliekami su suaugusiais, nes skalės, kurios buvo sukurtos suaugusiems, netiko vaikams ir paaugliams, nes jos apimdavo kitus vertinimo kriterijus (Gedutienė ir Lukšaitė-Samaitienė, 2018).

Asmens gerovės tyrimai įgauna vis didesnę svarbą, kalbant apie asmens sveikatą ir funkcionavimą visuomenėje. Būtent Lietuvoje, psichologinės gerovės aktyvūs tyrinėjimai prasidėjo prieš dešimt metų. O per šį laikotarpį mokslininkų susidomėjimas šiuo reiškiniu pakankamai sparčiai augo. Analizuojant tyrimus, per paskutinius penkis metus, randama ir tokių, kurie yra susidomėję jau ir vyresnių asmenų psichologine gerove. Su lig kiekvienais metais vyresnių ir pagyvenusių asmenų skaičius sparčiai auga, todėl svarbu pasigilinti ir į tokių asmenų sveikatą. Psichologinės gerovės palaikymas yra vienas iš veiksnių, kuris garantuoja sėkmingą senėjimą. O gerovė pripažįstama būtinu pilnaverčio asmens funkcionavimo aspektu (Bagdonas, Kairys, Liniauskaitė ir Pakalniškienė, 2013; Bulotaitė ir Kaliatkaitė, 2014; Sapranavičiūtė – Zabazlajeva, 2015).

Šiame darbe bus orientuojamasi į paauglius, todėl svarbu pabrėžti, kad dėl įvairių gyvenimo pokyčių, pvz., demografinių, dvasinių gyvenimo, ši karta susiduria su vis naujais iššūkiais. Jie turi įveikti savo pačių asmeninius iššūkius, taip pat ir prisitaikyti prie besikeičiančio gyvenimo, technologinės pažangos. Jiems svarbu, kad atrastų savyje jėgų, kurios padėtų sėkmingai įveikti šiuos sunkumus. Jaunimas yra visuomenės ateitis, todėl jų sveikatai ir yra skiriamas vis didesnis dėmesys (Žalienė, 2012).

Tyrimais įrodyta, kad jeigu žmonės yra patenkinti savo gyvenimu ir yra laimingi, tai jie labiau atsparesni stresui, lengviau sprendžia savo problemas, išlaiko prasmingus tarpusavio santykius (Žalienė, 2012).

Sėkmingas psichologinis funkcionavimas taip pat svarbus asmens gerovei. Siekiant tokio funkcionavimo būtina skatinti pozityvias, teigiamas pasekmes, be to, tokiu būdu yra mažinami rizikos veiksniai, kurie gali būti susiję su probleminiu paauglių elgesiu. Svarbu ir tai, jog siekiant psichologinės gerovės, kuri susijusi su sunkumų nebuvimu ir su tam tikrų kompetencijų bei stiprybių turėjimu, ir mažinant sunkumus, irgi galima pasiekti sėkmingą psichologinį funkcionavimą (Kaniušonytė, Truskauskaitė-Kunevičienė ir Žukauskienė, 2014).

Siekiant atrasti galimus veiksnius, darančius įtaką paauglių pasitenkinimui gyvenimu, reikalingi platesni tyrimai, kurie nustatytų paauglių sėkmingą / nesėkmingą prisitaikymą, jų stiprybes, asmenines kompetencijas, ir taip pat pabandyti atrasti, kaip tai siejasi su elgesio emocijų sunkumais. Taigi šiame tyrime mėginama apžvelgti paauglių pasitenkinimo gyvenimu ypatumus, jų adaptyvų funkcionavimą bei jauno asmens savo elgesio emocijų sunkumų subjektyvų vertinimą.

Tai yra aktuali šių dienų tema ir svarbu tai tirti, kadangi didžiausi pasikeitimai vyksta būtent paauglystės laikotarpiu, ir šiuo momentu svarbu, kad kuo labiau būtų sėkmingesnis

prisitaikymas, kuo labiau jaunuoliai jaustųsi patenkinti gyvenimu, turėtų kuo geresnius santykius su šeima ir draugais, kuo mažiau būtų sunkumų, nes pastaraisiais metais vis dažniau kalbama apie susirgimą depresija ir kitomis ligomis.

Tikslas – atskleisti paauglių pasitenkinimo gyvenimu, elgesio ir emocijų sunkumų bei adaptyvaus funkcionavimo sąsajas.

Uždaviniai:

1. Įvertinti ir palyginti paauglių – vaikinų ir merginų – pasitenkinimą gyvenimu, elgesio ir emocijų sunkumus, adaptyvaus funkcionavimo ypatumus.
2. Palyginti paauglių elgesio ir emocijų sunkumus bei adaptyvų funkcionavimą pagal amžių.
3. Atskleisti sąsajas tarp paauglių pasitenkinimo gyvenimu, elgesio ir emocijų sunkumų bei adaptyvaus funkcionavimo.
4. Nustatyti prognostinius paauglių pasitenkinimo gyvenimu veiksnius.

1. LITERATŪROS APŽVALGA

1.1 Paauglystės amžiaus tarpsnio ypatumai

Vienas ypatingiausių amžiaus tarpsnių yra paauglystė. Būtent šis laikotarpis yra fizinių, emocinių, socialinių pokyčių metas. Šiuo laikotarpiu paauglys turi išspręsti nemažai kylančių raidos uždavinių ir kartu žengti į suaugusiųjų gyvenimą (Černiauskienė, Juškelienė, Proškuvienė ir Zlatkuvienė, 2003; Kalpokienė, 2005).

Paauglystės laikotarpis pasižymi tuo, jog šiuo metu yra aktyviai sąveikaujama su socialine aplinka, ir tokiu būdu susiformuoja savęs vertinimas, kuris yra reikšmingas adaptacijai bei jos pasekmėms. Paauglystė taip pat pažymima kaip dinamiškiausias asmenybės raidos tarpsnis, nes tapatumo jausmo formavimasis ir Aš vaizdo komponentų santykis gali sudaryti palankias aplinkybes įvairioms elgesio ir emocinėms problemoms atsirasti (Balnionytė ir Nasvytienė, 2006).

Adler, Barkauskienė, Čekuolienė ir Gervinskaitė – Paulaitienė (2017) nagrinėjo ir gilinosi į mentalizacijos procesus, raidą bei sutrikimus paauglystėje, ir teigia, kad „paauglystėje tiek poreikis, tiek gebėjimas kontroliuoti emocinių, tarpasmeninių ir savasties procesų eigą greitai kinta. Psichologinės raidos uždaviniai taip pat lemia tai, kad paauglio bendravimo kryptis keičiasi – mažėja tėvų svarba ir glaudesni tampa santykiai su bendraamžiais“ (Brizio, Gabbatore, Tirassa ir Bosco, 2015; cit. Adler, Barkauskienė, Čekuolienė ir Gervinskaitė – Paulaitienė, 2017, p. 7).

Paauglystėje vyksta intensyvus brendimas, keičiasi kūnas, vyksta organizmo sistemų pokyčiai ir pan. Visa tai, ir dar kartu su kitais sunkumais kelia ir psichologinių sunkumų, kurie apsunkina savo suvokimą ir vertinimą. Brendimo laikotarpiu itin susilpnėja imunitetas, padidėja dirglumas. Būtent šiuo laikotarpiu paaugliai daugiausiai turi somatinių nusiskundimų. Kadangi paauglystėje vyksta įvairios brendimo variacijos, jie lygina save su kitais bendraamžiais, todėl atsiranda sunkumų save vertinti adekvačiai. Dėl tokio apsunkinto vertinimo gali atsirasti agresijos ar depresijos apraiškų, paaugliai gali būti emociškai nestabilūs, impulsyvūs ar net rizikingai elgtis (Nasvytienė, 2005).

Taigi, šiam raidos etapui būdingi itin intensyvūs fiziniai ir psichiniai raidos pasikeitimai. Šie pasikeitimai gali turėti neigiamos įtakos paauglių psichologinei savijautai bei mažinti psichologinį atsparumą. O būtent psichologinė savijauta ir yra susijusi su mokymusi, santykiais šeimoje, mokykloje, savęs vertinimu ir kitais aplinkos veiksniais.

1.2 Pasitenkinimo gyvenimu samprata

Beveik kasdien išgirstame tokius klausimus: „Kaip tau sekasi?“ arba „Kaip šiandien jautiesi?“ ir daugelį panašių kitų. Šie klausimai dažnai išsprūsta automatiškai, į kuriuos taip pat atsakoma automatiškai. Į tokius klausimus dažnai atsakome „Gera!“, ir visiškai nesusimąstome, o kokia reikšmė šio atsakymo? Ar tai reiškia, kad žmogus jaučiasi laimingas, patenkintas tiek savimi, tiek gyvenimu? O gal tai reiškia, kad žmogus turi tam tikrų tikslų, siekių, kurių sėkmingai siekia? Tokie ir panašūs klausimai bei ieškojimas atsakymų į juos, buvo aktualu jau nuo pat seniausių laikų. Tokie filosofai kaip Aristotelis, kiti tyrinėtojai bandė ieškoti atsakymų, bet vienintelio atsakymo, kuris tenkintų visus iki pat šių dienų nepavyko surasti. Tačiau įvairūs tyrimai ir žmonių patirtis atskleidžia, kad gera savijauta bei laimingumas gali žmogų apsaugoti nuo fizinių ir dvasinių negalių. Taip pat tyrimais atskleista, kad psichologinė savijauta turi tiesioginį ryšį su psichine ir fizine sveikata, todėl šia aktualia tema ir toliau itin domimasi ir ji yra sparčiai vystoma (Bagdonas ir kolegės, 2013; Gustaitienė ir Šmitas, 2019).

Kaip jau buvo minėta, dauguma mokslininkų, kurie tyrinėjo subjektyvią gerovę, nurodydavo, kad ji sudaryta iš trijų komponentų, kurie visi kartu apibendrinami kaip laimė: 1. Teigiamos nuotaikos vyravimas 2. Neigiamos nuotaikos nebuvimas 3. Pasitenkinimas gyvenimu. Bet be visų šių komponentų, taip pat yra išskiriamas ir vertinamas dar vienas – ketvirtas komponentas – pasitenkinimas tomis gyvenimo sritimis, kurios žmogui ypač svarbios. Teigiama, kad tos svarbios gyvenimo sritys, kurios yra vertinamas dažniausiai priklauso nuo tyrimo dalyvių amžiaus. Pavyzdžiui, kai atliekami suaugusiųjų tyrimai, dažniausiai vertinamas jų pasitenkinimas santuokiniais ryšiais, darbu ir pan. O galvojant apie paauglius, jie daugiausiai savo laiko praleidžia mokykloje, bendrauja su kitais žmonėmis, draugais, todėl svarbu vertinti pasitenkinimo lygį būtent mokykla, draugais ir pan. (Bagdonas ir Šarakauskienė, 2010; Keyes, Ryff & Shmotkin, 2002).

Bagdonas ir Šarakauskienė (2010) nagrinėjo vyresniųjų klasių mokinių subjektyvios gerovės komponentų ir sociodemografinių kintamųjų ryšį ir išskyrė tokius autorius, kaip R. Gilman su kolegomis (2000), kurie tyrinėdami pasitenkinimą gyvenimu nenustatė ryšio tarp pasitenkinimo gyvenimu, atskiromis gyvenimo sritimis ir amžiaus bei klasės, tačiau išskyrė vieną pastebėjimą, jog merginų pasitenkinimas draugais buvo didesnis nei vaikinų (Bagdonas ir Šarakauskienė, 2010).

„Pasitenkinimas gyvenimu gali būti apibrėžiamas kaip asmeninis savo gyvenimo kokybės įvertinimas remiantis subjektyviais „gero gyvenimo“ standartais, kurie yra unikalūs kiekvienam asmeniui“ (Pavot, Diener, 1993; cit. Kriščiūnaitė – Ragelienė, 2014, p. 35).

Daugelio mokslininkų darbuose gyvenimo kokybė dažniausiai yra siejama su gerovės kontekstu, su tuo, ar žmogus laimingas ir jaučiasi gyvenąs pilnavertį gyvenimą, ir visa tai laikoma kaip pasitenkinimas gyvenimu (Janušauskaitė, 2008).

Be to, teigiama, kad pasitenkinimas gyvenimu galėtų būti siejasi su vienas iš išsimokslinimu, ugdymusi (Gustaitienė ir Šmitas, 2019). Taigi svarbu ne tik tarpasmeniniai santykiai, asmeninė sėkmė, bet ir tai, kiek žmogus yra išsimokslinęs, išugdytas.

Dar vienas svarbus aspektas yra tai, jog atlikti tyrimai rodo, kad kuo žmogus laimingesnis, kuo labiau patenkintas savo gyvenimu, tuo jis lengviau sprendžia problemas, yra atsparesnis stresui, jaučiasi sveikesnis, išlaiko prasmingus socialinius tarpusavio santykius ir ilgiau gyvena. Pasitenkinimas gyvenimu taip pat yra itin susijęs su žmogaus sveikata, komforto jausmu, pasiekimais, saugumu (Kriščiūnaitė, 2012; Žalienė, 2012).

Jaunuolių apklausos rodo, kad nors jie ir nurodo, jog yra laimingi, patenkinti savo gyvenimu ir sveiki, tačiau kiti psichikos sveikatos ir gerovės rodikliai rodo, kad dalis jų vis tik sunkiai įveikia kylančius gyvenimo sunkumus (Žalienė, 2012).

Paauglių pasitenkinimas gyvenimu stipriai siejamas su tokiais psichikos sveikatos bruožais kaip gebėjimas megzti labiau tenkinančius tarpasmeninius santykius, geresniu funkcionavimu aplinkoje. Be to nurodoma, kad pasitenkinimui gyvenimu neigiamos įtakos turi patiriamas stresas šeimoje, o šis, be abejo, siejasi ir su prastesne paauglių psichine ir fizine sveikata. Ir atvirkščiai, jeigu yra tvirti ryšiai su tėvais, šeimoje vyrauja sutelktumas, vienas su kitu palaiko gerus santykius, tai tuomet pasitenkinimas gyvenimu yra didesnis ir yra mažesnis depresiškumas (Kriščiūnaitė – Ragelienė, 2014).

Taigi, pasitenkinimas gyvenimu stipriai siejasi su laimingumo jausmu. Vis daugiau tyrimų patvirtina, kad pasitenkinimas gyvenimu siejasi su sveikatos ir ilgaamžiškumo, tarpasmeninių santykių, visuomeninės gerovės ir kitais rodikliais (Bagdonas, Girdzijauskienė, Kairys, Liniauskaitė ir Urbanavičiūtė, 2012).

1.3 Elgesio ir emocijų sunkumų samprata paauglystėje

Vaiko elgesio ir emocijų problemomis susidomėta nuo pat eksperimentinės vaiko psichologijos pradžios, kuri siekia paskutiniuosius XIX a. metus (Nasvytienė, 2005).

Kalbant apie vaikų, paauglių sunkumus, neišvengiamai „paliečiamas“ ir klausimas apie raidos procesus. Jau XX a. antroje pusėje prasidėjo tyrimai, kurie nagrinėjo vaikų elgesio ir emocijų sunkumus. Daug atliktų tyrimų nustatė, kad kartais jeigu vaikas pasielgia netinkamai, tai gali būti ir normalios bei sveikos požymis. Sutrikimas laikomas tada, kai yra trikdoma vaiko pažintinė veikla ir trunka ilgai, o taip pat apima vis daugiau tam tikros veiklos sferų (Kajokienė ir Žukauskienė, 2007).

Per pastaruosius 20 metų itin pagausėjo darbų, kurie skirti nagrinėti, gilintis ir aiškintis paauglių patiriamus sunkumus. Kadangi paauglystėje vyksta daug įvairių pokyčių, tiek biologinių, tiek psichologinių ir kt., tai todėl atsiranda didesnė rizika susidurti su elgesio ir emocijų sunkumais. Kai paauglys susiduria su tokiais sunkumais, išskyla ir dar daug naujų, nes pastarieji gali paveikti paauglių gebėjimą veiksmingai atlikti būtent paauglystės laikotarpiui svarbias užduotis. O dėl to gali padidėti neigiamų padarinių atsiradimas, kuris turi įtakos tiek psichologinei, tiek fizinei savijautai (Gudonis, Juodraitis ir Samašonok, 2010; Malinauskienė ir Žukauskienė, 2007).

Visais laikais paauglystė pasižymi tuo, kad yra sudėtingas brendimo laikotarpis, kuris, kaip minėta, visada išsiskiria stipriais neigiamais išgyvenimais ir taip pat padidėja rizika susidurti su elgesio ir emocijų sunkumais. Paaugliai visada stipriau išgyvena emocijas, jautriau į viską reaguoja, jeigu apima nusivylimas, tai jis dažniausiai būna labai smarkus ir greitai užplūsta, įvairūs ribojimai, draudimai taip pat kelia stiprius jausmus. Taip pat paauglystės periodas pasižymi ir tuo, jog į aplinką bei kitus žmones jie žiūri negatyviau, vien dėl to, kad paaugliai susidaro savo idealų pasaulio vaizdą ir nutinka taip, kad kai kurie dalykai to neatitinka (Jusienė, 2007). Pagal PSO, vienas paauglys iš penkių turi ne tik kognityvinių, bet ir elgesio bei emocijų sunkumų (Bagdonas ir Šarakauskienė, 2011).

Tokie paaugliai, kurie turi elgesio ir emocijų sunkumų dažnai apibūdinami, kaip „sunkiais“. Toks apibūdinimas pasirinktas todėl, kad yra apsunkintas jų reagavimas į pačių sėkmingą prisitaikymą prie aplinkos, sveikata, tikslingą veiklą, norų ar poreikių patenkinimą, dėl šių priežasčių santykiai ir bendravimas su kitais žmonėmis taip pat yra sudėtingas ir komplikotas (Jusienė, 2007).

Taigi vaikų ir paauglių sunkumai skirstomi į dvi grupes: elgesio ir emocijų. Elgesio sunkumams yra priskiriamas agresyvus bei delinkventinis elgesys, o emocijoms sunkumams priskiriama nerimastingumas/depresiškumas, užsisklendimas ir somatiniai skundai (Malinauskienė ir Žukauskienė, 2007).

Elgesio sunkumus galima atpažinti iš tokių požymių, kaip taisyklių laužymas, itin didelis irzlumas, atsiranda problemos tarpasmeniniuose santykiuose bei nekontroliuojamas elgesys. Emocijų sunkumus galima atpažinti iš to, kad paauglys reikalauja daug dėmesio, atsiranda nerimas, pastovus stresas, menkavertiškumo jausmas, visa tai pasireiškia vidiniais išgyvenimais, o šie apibūdinami kaip socialinis atsitraukimas (Girdzijauskienė ir Kardelytė, 2015).

Taigi, nors pastebima, kad elgesio ir emocijų sunkumai dažniausiai atsiranda paauglystėje, bet iki pat dabar sunku tiksliai nustatyti, kokios yra šių sunkumų priežastys (Malinauskienė ir Žukauskienė, 2008).

Kalbant apie elgesio ir emocijų sunkumus, labiausiai išskiriami yra tie paaugliai, kuriems yra 15 – 16 metų, todėl, kad šiuo laikotarpiu elgesio ir emocijų sunkumai dažniausiai pasiekia

patį piką. Taip pat tyrimais atskleista, kad „nuo jaunesniojo iki vidutinio paauglystės amžiaus elgesio ir emociniai sunkumai didėja, o paskui iki jaunystės stabilizuojasi“ (Ferdinand ir Verhulst, 1995; Ge et al., 2001; Hops et al., 1990; cit. Malinauskienė ir Žukauskienė, 2007, p. 20).

Be to, mokslininkai, atlikdami tyrimus, išsiaiškino, kad dažniausiai elgesio ir emocijų sunkumai pasireiškia kartu. Tęstiniai tyrimai parodė, kad jeigu paauglys yra depresiškas, tai ir labiau užsisklendęs, taip pat turi daugiau somatinių skundų ir labiau pasižymi agresyviu bei delinkventiniu elgesiu (Jančiauskas, 2018).

Taigi, pats svarbiausias klausimas, kuris iškyla daugeliui, kurie domisi paauglių elgesio ir emocijų sunkumais, tai yra, kada šie sunkumai jau sutrikdo ne tik pačių sėkmingą prisitaikymą aplinkoje, bet ir santykius su kitais žmonėmis. Tam, kad atsakyti į šį klausimą yra labai svarbu nagrinėti ir bandyti išsiaiškinti priežastis bei suprasti veiksnius, kurie lemia tokį paauglių elgesį (Jusienė, 2007).

1.3.1 Elgesio sunkumai

Dažniausiai pasitaikanti priežastis, dėl ko susirūpina tėvai (globėjai) ir kreipiasi į specialistus, tai yra vaikų elgesio sunkumai. Šių sunkumų nepavyksta, net ir negalima, „praleisti pro pirštus“, nes jie sutrikdo šeimos, mokyklos ar kitos bendruomenės gyvenimą, taip pat gali atsirasti tokie reiškiniai kaip vagystės, vandalizmas ar užpuolimai. Ypatingai tampa aktualu ir yra susirūpinama tada, kai elgesio sunkumai pradeda darytis stabilūs ir veikti vaiko prisitaikymą didžiąją dalį gyvenimo. Tyrimai rodo, kad jeigu su elgesio sunkumais susiduriama pakankamai anksti, tai jie nėra „išaugami“, o netgi tęsiasi iki pat paauglystės, ir, jeigu nekreipiama dėmesio, tai atsiranda rizika, kad tai gali virsti asocialaus tipo asmenybės sutrikimais (Bieliauskaitė ir Kuraitė, 2011).

Paaugliai, kurie turi elgesio sunkumų, jie pasižymi agresija, nuosavybės gadinimu, nepaiso kitų žmonių teisių, jų elgesys turi poveikį bendruomenei, visuomenei, kurioje tokie paaugliai gyvena, vyksta nuolatiniai konfliktai su kitais žmonėmis bei aplinka. Tokie paaugliai yra hiperaktyvūs, prieštaraujantys, neklusnūs, pasižymi delinkventiniu elgesiu, agresija. Jiems sunku ne tik savo elgesį suprasti, bet taip ir kitų žmonių emocinę būseną, ką jie jaučia, išgyvena, galiausiai, kokie žmogaus ketinimai. Daroma prielaida, kad destruktivus, į kitą žmogų nukreiptas, elgesys gali atsirasti tada, kai bendraujant su kitu žmogumi nėra daromos prielaidos apie jo išgyvenamas emocijas, apie tai, kokios jam kyla mintys, jis nelaikomas vidinį pasaulį turinčiu subjektu (Barkauskienė ir Gervinskaitė – Paulaitienė, 2014; Nasvytienė, 2005; Ribakovienė, 2002; Pukinskaitė, 2002).

1.3.1.1 Delinkventinis elgesys

Šiandienos pasaulyje paauglių nepriimtinas elgesys turi pakankamai palankias sąlygas vystytis ir plisti. Kadangi šiame amžiaus tarpsnyje paauglys yra jautrus įvairiems pokyčiams, kurie vyksta tiek mokykloje, tiek šeimoje, kyla tam tikrų sunkumų ir tarpasmeniniuose santykiuose, tad visa tai keičia ir pačio paauglio charakterį, jo elgesį, trukdo formuotis teisingam savęs, savo gyvenimo tikslų, prioritetų suvokimui. Visi šie veiksniai dažnai nulemia vaiko, paauglio delinkventinius elgesio nukrypimus, kurie prieštarauja visuomenėje priimtinioms normoms, psichologinėms problemoms, kurios neigiamai veikia tolesnį jo gyvenimą (Norkuvienė ir Žygaitienė, 2013).

Psichologinėje ir psichiatrinėje literatūroje, kuri analizuoja vaikų ir paauglių elgesio sunkumus, galima atrasti sąvokų, kurios yra tapatinamos su delinkventiniu elgesiu. Nurodoma, kad delinkventinis elgesys yra tapatinamas su asocialiu ir antisocialiniu elgesiu. Asocialaus elgesio sąvoka yra labai plati ir gali apimti tuos elgesio nukrypimus, kurie neatitinka vyraujančių socialinių normų, tačiau svarbu pabrėžti, kad asocialus elgesys nėra vien tik žalingas, blogas ar amoralus, jis gali pasireikšti ir teigiamai. Tačiau, kad ir kaip bebūtų apmaudu, vis tik asocialaus elgesio sąvoka dažniausiai yra vartojama, jeigu norima apibūdinti žalingą elgesį visuomenei. Taigi, asocialiu elgesiu vadinamas toks elgesys, kuriuo daroma žala kitiems žmonėms (Dromantienė ir Jonynienė, 2002; Ribakovienė, 2002; Valickas 1997).

Antisocialinis elgesys apibūdinamas kaip tam tikri asmens veiksmai, poelgiai, kurie prieštarauja visuomenės priimtoms teisės ir dorovės normoms. Tokiam elgesiui yra priskiriamas neklusnumas, pamokų praleidinėjimas, melavimas, vagystės, smurtas prieš žmones, vandalizmas (Ribakovienė, 2002).

Lyginant su teisinės literatūros apibūdinimais, tai čia delinkventinis elgesys yra įstatymų pažeidimas. Nurodoma, kad tai gali būti ir psichologinis polinkis, kuomet nepaklūstama egzistuojančioms elgesio normoms. Taip pat pabrėžiama, kad asmenys, pasižymintys delinkventiniu elgesiu, nepadarą sunkių nusikaltimų ar teisės pažeidimų. Taigi, delinkventiniui elgesiu priskiriami moralinių elgesio normų pažeidimai, tačiau jie nepadarą didelės žalos bei nesukelia pavojaus, bei smulkūs nusižengimai (Ribakovienė, 2002; Valickas 1997).

Kai vaikas, paauglys pasižymi delinkventiniu elgesiu, tai reiškia, kad dažniausiai jam trūksta socialinių įgūdžių, tai ypač svarbu, jeigu vyrauja smurtas ar priklausomybės. Dėl to, kad vaikams, paaugliams trūksta socialinių įgūdžių, jie nemoka, negeba tinkamai reaguoti į konfliktines situacijas, taip pat dėl tam tikrų charakterio savybių jiems nepavyksta prisitaikyti ir pritapti mokykloje ar kitose grupėse, taip pat nesutaria su tėvais ir turi susidarę neigiamą įvaizdį apie juos supančia aplinką (Narkauskaitė ir Umbrasienė, 2010).

Be to, pastebima, kad jeigu esama delinkventinio elgesio, tai tuomet tokie vaikai, paaugliai bendrauja ir su nusikaltėliais ar amoraliais žmonėmis, taip yra bėgama iš namų, rūkoma, užsiimama nelegalia veikla, alkoholinių gėrimų viešose vietose vartojimu ir pan. (Norkuvienė ir Žygaitienė, 2013).

Taigi, vaikai, paaugliai, kurie pasižymi delinkventiniu elgesiu, nesilaiko socialinių normų. Toks elgesys jau tampa nuolatinis ir yra priimtinas tokiems vaikams, paaugliams. Delinkventai vaikai ir paaugliai jau yra padarę nusikaltimą, prasižengę ar nusižengę visuomenės normoms. Labai svarbu paminėti, kad tokių vaikų ir paauglių elgesį, jo formavimąsi galima sustabdyti, tik reikia, kad šeimoje vyrautų šiltas, glaudus emocinis ryšys, kad tėvai rodytų teigiamą pavyzdį, ugdytų vertybes, taip pat būtų nuoseklus auklėjimas, aiškus taisyklių ir ribų nustatymas (Juodraitis, 2002; Narkauskaitė ir Umbrasienė, 2010).

1.3.1.2 Agresyvus elgesys

Agresyvus elgesys yra viena didžiausių elgesio problemų. Agresija psichologijos terminų žodyne apibūdinama taip: „priešiškumo, varžymosi arba pykčio sukeltas elgesys, pasireiškiantis puolimu, fiziniu ar psichiniu smurtu“ (cit. Bagdonas ir Bliumas, 2019, p. 16), o agresyvumas apibūdinamas taip: „nuolatinis asmens polinkis arba bruožas reikšti agresiją, pyktį, priešiškumą, neapykantą, naudoti fizinį, žodinį ar psichinį smurtą“ (cit. Bagdonas ir Bliumas, 2019, p. 16).

Anot Oaklander (2014), dažnai suaugusieji vadina vaikus agresyviais tuos, kurie elgiasi spontaniškai. Jų elgesys vadinamas provokuojančiu, sakoma, kad jie užsipuola aplinkinius, nors turėtų susivaldyti (Oaklander, 2014).

Kartais vaikas vadinamas agresyviu, nors jis tik išreiškia pyktį. Pykdamas jis gali sudaužyti indą, pastumti kitą vaiką. Priešiškai, atgrasiai besielgiantys vaikai giliai viduje jaučia pyktį, jaučiasi atstumti, nesaugūs, pažeidžiami. Taip pat jie yra labai prastos nuomonės apie save, negali ir nenori, bijo išreikšti tai, ką jaučia, nes tada praras tą jėgą, kurią įgauna elgdamiesi agresyviai (Oaklander, 2014).

Yra daug agresijos apibūdinimų, pvz., R. Beron, D. Ričardson (1999) teigia, kad agresija – tai elgesio forma, kuri nukreipta įžeisti ar pakenkti kitam žmogui, kuris nenori tokio bendravimo; o I. G. Malkina – Pyks (2006) nurodo, kad agresija yra tikslingi veiksmai, kurie yra nukreipti pakenkti kitam žmogui, žmonių grupei ar gyvūnui. Iš pavyzdžių matome, kad vienaip ar

kitaip galima teigti, jog agresija – tai toks elgesys, kuriuos siekiama pakenkti, ir tai sukelia kitam organizmui neigiamas fizines ar emocines pasekmes (Kavolius ir Klumbienė, 2010).

Nurodoma, kad agresyvus elgesys gali būti ligos simptomai arba tiesiog amžiaus norma, pvz., protestai, skandalai, išėjimas iš namų gali būti normalios vaiko reakcijos, bet gali būti ir psichopatijos simptomai. Jeigu yra norma, tada blogas elgesys baigiasi ir kai situacija išsprendžiama, tai su vaiku galima susikalbėti. O liguistos reakcijos būna ilgos, psichologiškai nepaaiškinamos (Kavolius ir Klumbienė, 2010).

Agresyvumas pasireiškia tada, kai šeimoje nebuvo nuo pat kūdikystės ir nėra artimų santykių, tuomet vaikai, paaugliai išvis tokių santykių vengia ir net nebesitiki. Jie taip ir neišmoksta atpažinti ir suprasti siunčiamų ženklų, kuomet norima parodyti rūpestį, suteikti pagalbą. Dauguma veiksmų jiems atrodo grėsmingi, jie nepasitiki niekuo, neatjaučia kito žmogaus ir nereiškia savo jausmų, o jeigu ir sukyla stiprūs jausmai, tai jų nevaldo (Bieliauskaitė ir Kuraitė, 2011).

Narmontaitė ir Perminas (2013) atliko tyrimą apie jaunesnių ir vyresnių 13-17 metų paauglių agresyvų elgesį, analizuodami literatūrą ir kitų atliktus tyrimus pastebėjo, kad daug tyrimų, kurie orientuojasi į agresijos pasireiškimą skirtingame paauglystės amžiaus tarpsnyje yra nevienareikšmiai. Autoriai pastebėjo, kad vieni tyrimų rezultatai rodo, kad paauglystės laikotarpiu agresijos vystymasis yra netolygus, tai reiškia, kad elgesio ir emociniai sunkumai iki vidurinėsios paauglystės didėja, o vėliau stabilizuojasi. O kiti tyrėjai gauna priešingus rezultatus ir sako, kad labiausiai agresyvus elgesys pasirodo 14 – 17 metų (Narmontaitė ir Perminas, 2013).

Svarbu paminėti, kad yra aptinkamas ryšys tarp agresijos ir lyties. Atlikti tyrimai rodo, kad fizinė agresija yra labiau būdinga berniukams negu mergaitėms. O mergaitės labiau pasižymi netiesiogine agresija, t.y. paslapčių išdavimu, apkalbomis ir kt. (Čepulėnienė, 2009; Ribakovienė, 2002).

Apibendrinant, galima daryti išvadą, kad vaikai gali kartais elgtis agresyviai, bet tai negali trukti ilgai. Jei nutinka atvirkščiai, tada galima kalbėti apie vaiko elgesio sutrikimą (Kavolius ir Klumbienė, 2010).

1.3.2 Emociniai sunkumai

Emocijos – tai yra išgyvenimai, kuriuos dažniausiai sukelia fiziologinių poreikių patenkinimas arba nepatenkinimas. Žmogaus gyvenimą nuolat lydi įvairiausios emocijos – džiaugsmas, liūdesys, pyktis ir pan. (Kavolius ir Klumbienė, 2010).

Paauglystės laikotarpiu vyksta ne tik svarbūs fiziniai, bet ir emociniai pasikeitimai, todėl labai svarbu atkreipti dėmesį į emocijų vystymąsi. Paaugliai ieško savęs, formuojasi jų identitetas, jie turi susikūrę savo tobulus, idealius pasaulius, jų vaizdus, ir paauglys pažindamas vis kažką naujo, kažką atradamas, po truputį supranta, kad nėra viskas taip idealu, jiems atsiveria realus pasaulis, kuris darosi vis panašesnis jau į suaugusiųjų, o ne į vaikų. Visi šie pasikeitimai sutrikdo paauglio kasdieninę veiklą, kelia nerimą, įtampą, emocijos sparčiai keičiasi, kartais net gali ir išsikreipti (Bubnys ir Jokūbpreikštas, 2013).

Taigi, prie emocijų sunkumų yra priskiriamas depresiškumas, nerimastingumas, užsisklendimas, somatiniai nusiskundimai. Emocijų sunkumų išraiškia, priešingai elgesio sunkumams, yra nukreipiama į vidų (Nasvytienė, 2005).

1.3.2.1 Nerimas

Nerimas yra ta emocija, kurią žmonės patiria dažniausiai, nerimas lydi žmogų visą jo gyvenimą. Tačiau taip, kaip pasireišk nerimas, kokio stiprumo jis bus, priklauso nuo žmogaus amžiaus, aplinkos, įvairiausių patyrimų, jo įgimtų savybių (Aranauskas ir Deksnytė, 2005; Diomšina ir Vyčiniene, 2002).

Nerimas psichologijos terminų žodyne apibūdinamas kaip: „emocinė būseną – neapibrėžtas grėsmės išgyvenimas, kylantis dėl vidinio ar išorinio, tikro ar tariamo pavojaus. Gali sukelti neįsisąmoninti poreikiai, emocijos, konfliktai, grėsminga, neįveikiama situacija“ (cit. Bagdonas ir Bliumas, 2019, p. 202-203).

Nerimas yra dažna emocinė būseną, kurią patiria mokiniai. Pažymima, kad vieni iš dažniausiai pasitaikančių psichikos sutrikimų, tai yra vaikų ir paauglių nerimo sutrikimai, jie yra antroje – ketvirtoje vietoje. Kaip nurodo autoriai Kavolius ir Klumbienė (2010), E. J. Costello tyrimų rezultatai rodo, jog 8,9 proc. 7 – 11 metų vaikų turi nerimo sutrikimų. Vadinasi, jaunesniojo mokyklinio amžiaus vaikai dažnai išgyvena nerimastingumą, o kai kurie nesulaukia laiku iš aplinkinių pagalbos. Todėl ir yra nemažai vaikų, kuriems būdingas minėtas sutrikimas (Kavolius ir Klumbienė, 2010).

Nerimastingumas – tai asmenybės savybė, labai lengvas nerimo būsenos pasireiškimas. Jeigu yra aukštas nerimastingumo lygis, žmogui būdingas nepasitikėjimas savimi, nuolatiniai bėgštavimai, baimės. Bijodamas suklysti žmogus stengiasi savo kontroliuoti, o tai trukdo normaliai dirbti. Su nerimastingumu lygiu yra glaudžiai susijęs ir atsparumo stresui lygis, tai reiškia, kad aplinkybės, kurias žmogus, esant nedideliame nerimastingumui priima kaip visiškai paprastas, o jeigu yra padidėjęs nerimastingumas, tai sukelia stresą (Kavolius ir Klumbienė, 2010).

Nerimastingą vaiką galima atpažinti iš tokių bruožų:

- „silpna dėmesio koncentracija, kartais visiškai negebėjimas sutelkti dėmesio į ką nors;
- pastovus nerimas;
- irzlumas;
- raumenų įtempimas (veido, kaklo srityse);
- miego sutrikimas“ (Kostina, 2006; cit. Dapkevičienė, Milašauskienė ir Zambacevičienė, 2008, p. 193).

Taip pat nerimas apibūdinamas kaip emocinė būseną, kuri žmogui nėra smagi, o tokia būseną neatsiejama nuo nuotaikos sutrikimo. Sutrikimas pasireiškia pykčiu, jo protrūkiais, dirglumu, somatiniais požymiais, žmogus patiria įtampą kai tik pagalvoja, kad padarys klaidą, kad ištiks nesėkmė. Taip pat nerimas susijęs ir su tuo, jog žmogus galvoja, kad jam gresia pavojus, kad jis yra nesaugus (Bražienė, Ivoškuvienė ir Lukšienė, 2016).

Nerimas yra įsivaizduojamos pavojaus ženklas. Kai žmogų apima šis jausmas, tuomet jo judesiai tampa nervingi, sunku išlaikyti dėmesį, žvilgsnis klaidžioja, jis neranda sau vietos, atsiranda vidinė įtampa, sutrinka miegas, apetitas. Kai žmogus patenka į naujas gyvenimo situacijas, tuomet nerimas yra neatsiejamas nuo žmogaus gyvenimo. Žmogus nerimo visiškai negali išvengti, tačiau gali sumažinti, jeigu ieško konkrečių reiškinių, sukeliančių jį (Bražienė ir kolegos, 2016).

1.3.2.2 Užsisklendimas

Dar viena dažna emocinė problema – tai užsisklendimas. Toks vaikas pasižymi tuo, kad jis nieko neskriaudžia, bet pasitraukia nuo kitų žmonių ir gyvenimo, vengia bet kokių kontaktų, jis pasirinkęs vienatvę, atsisako bendrauti ir bendradarbiauti su kitais jį supančiais žmonėmis. Taip pat labai mažai kalba ar iš viso nekalba, nežiūri į kitą, o kai su jais kalbama, neklauso kalbančiojo ar būna labai neatidūs. Santykiuose jaučiamas atstūmimas, šaltis, kuris ir atskiria nuo kitų. Toks užsisklendimas reiškia priešišumą, nusistatymą, o kartais netgi ir gali būti slepiamas kovingas priešiškumas (Kavolius ir Klumbienė, 2010).

Oaklander (2014) sako, kad užsisklendęs ar uždaras vaikas dažniausiai būna vienišius, jis neturi draugų arba turi jų labai mažai. Taip jau yra, kad mergaičių užsisklendimas dažniausiai yra priimtinas, todėl jos atvedamos pas psichoterapeutą vyresnės, o berniukai atvedami jaunesni todėl, kad tėvai nenori matyti savo sūnų ramų ir drovų. Mergaitės už tokį elgesį giriamos, todėl praeina nemažai laiko, kol tai ima kelti susirūpinimą (Oaklander, 2014).

Užsisklendę vaikai viską laiko viduje. Tokioje situacijoje tinka tokie apibūdinimai, kaip „atsitraukti, atsisakyti“. Kai slepia jausmus ir patyrimą, tokie vaikai greitai „nutyla“. Tyla yra

vienintelis ginklas prieš reikalavimus. Uždarumu pasižymintis vaikas gerai mokosi, atlieka pavestus namų ruošos darbus, laikosi taisyklių, nesiskundžia ir nereikalauja, neverkia, nesimuša, nešaukia. Kalba tik tada, kai būtina, pvz., jei nori paprašyti cukraus ir pan. (Oaklander, 2014).

Vaikas tiesiog išmoksta, kad taip reikia daryti. Jis taip nesielgia tyčia ar apgalvotai. Taip elgiasi net ir pasikeitus aplinkybėms. Arba elgiasi taip todėl, jog jaučia, kad per daug pavojinga atsiverti ir kalbėti. Vaikas neatskleidžia savo asmenybės pusių, nes stipriai slopina save. Ji neleidžia sau laisvai eksperimentuoti, tyrinėti, vystytis ir augti daugybėje jam reikalingų sričių. Užsisklendęs vaikas nesugeba laisvai ir saugiai bendrauti. Jam sunku išreikšti jausmus, ypač tokius kaip susižavėjimas ir pyktis. O būti spontanišku jam svetima, nepažįstama ir baugu, nors gali žavėtis kitų laisvumu ir atvirumu. Dėl nekomunikabilumo, jie kartais kalba neaiškiai, kartais nemokšišškai ar nuobodžiai (Kavolius ir Klumbienė, 2010).

Vaikų užsisklendimui priskiriami tokie požymiai:

- labiau linkęs būti vienas nei su kitais;
- mažai kuo džiaugiasi;
- slapukauja, neišsipasakoja;
- atsisako kalbėtis;
- drovus, baikštus;
- nelaimingas, liūdnas, prislėgtas;
- neaktyvus, lėtų judesių, stokoja energijos;
- atsiskyręs, nebendruoja su kitais (Kavolius ir Klumbienė, 2010).

Taigi, nuolatinis vaiko užsisklendimas savyje gali iššaukti dar didesnę problemą – depresiją. Todėl reikėtų atidžiai stebėti ir sekti. Nerimas, užsisklendimas ir kt., tai yra normalūs reiškiniai vaiko, paauglio gyvenime. Tačiau padidėjęs nerimastingumas, depresiškumas, užsisklendimas gali būti tam tikro sutrikimo simptomai (Kavolius ir Klumbienė, 2010).

1.3.2.3 Depresiškumas

Paauglystės laikotarpiu organizme vyksta įvairūs fiziologiniai pokyčiai, taip pat dar tik besiformuoja socialinė bei psichologinė branda. Dėl šių priežasčių paaugliai nėra tokie atsparūs stresui bei tai, kas jį sukelia, be to greičiau trinka jų psychosocialinė adaptacija, tai reiškia, kad jiems sunku prisitaikyti prie visuomenės keliamų reikalavimų, normų, prie mokyklos taisyklių ir adekvačiai sąveikauti su juos supančia aplinka. Visi šie veiksniai gali padidinti tikimybę psichikos sutrikimų atsiradimui (Adomaitienė, Gudienė, Kalkytė, Markevičiūtė ir Vėlavičienė, 2007).

Paauglystėje, kaip niekad, labai svarbus ryšys su bendraamžiais. Kuomet buvo tyrinėjami paauglių adaptacijos ypatumai, rezultatai parodė, kad normaliam psichosocialiniam prisitaikymui itin svarbus yra draugų palaikymas, jiems reikia ne tik šeimos pripažinimo, bet ir draugų. O tiems paaugliams, kuriems dėl tam tikrų priežasčių sunku palaikyti ryšį su bendraamžiais, su jais bendrauti, tai jie jaučiasi izoliuoti nuo grupės, atsiskyrę. Taip pat, jeigu savo veikloje, kuria jie užsiima, dažnai patiria nesėkmes, tai šios padidina bejėgiškumo jausmą, mažina pasitikėjimą savo jėgomis, savigarbą, blogina savęs vertinimą (Adomaitienė ir kolegos, 2007).

Taigi, paauglių psichosocialinis prisitaikymas labiausiai yra trikdomas, jeigu yra pasireiškusi depresija. Depresiškas ne tik pastebimai sutrikdo paauglio psichosocialinį prisitaikymą, bet ir kognityvinius gebėjimus, pablogina jo somatinę sveikatą (Markevičiūtė, 2003). Pasireiškus depresijai paaugliams atsiranda nuotaikos problemų, trūksta energijos, mažėja savivertė, jie nuo visų atsiriboja, tuomet ir bendravimas su draugais tampa apsunkintas, taip pat krinta mokymosi rezultatai, jeigu anksčiau lankydavo kokius nors būrelius, užsiėmimus, tai jų nebelanko, saviizoliacija tik didėja arba, jeigu vartoja narkotines medžiagas, tai gali pasireikšti ir delinkventinis elgesys (Adomaitienė ir kolegos, 2007).

Psichologine prasme depresiškas yra žmogaus charakterio savybė, kuri pasireiškia prislėgta nuotaika, liūdesiu, pasitenkinimo stoka, tačiau dažniausiai netrikdanti kasdienės asmens veiklos ir nereikalaujanti korekcijos įprastomis gyvenimo sąlygomis (Aranauskas, Deksnytė, Kurpatov ir Palinauskaitė, 2012). Depresija psichologijos terminų žodyne apibūdinama kaip: „neigiama emocinė būseną, kuriai būdinga prislėgta nuotaika, liūdesys, sumažėjęs veiklumas, vengimas bendrauti“ (cit. Bagdonas ir Bliumas, 2019, p. 55).

Daug žmonių laikas nuo laiko išgyvena depresiškumą, t. y. nusiminimą, melancholiją. Normalu jausti prislėgtą nuotaiką arba neviltį, kai pvz., netenki mylimo žmogaus arba išgyveni kitus sunkius gyvenimo įvykius. Tokioje situacijoje malonumą ir džiaugsmą pakeičia liūdesys. Įvairius spontaniškus troškimus ir veiklą užtemdo pasyvumas ir noras pasitraukti. Domėjimasis ir noras užsiimti įprasta veikla pavirsta vengimu ir nusišalinimu (Kavolius ir Klumbienė, 2010).

Taigi depresija – tai liguistai prislėgta nuotaika. Depresinis elgesio sutrikimas gali prasidėti vaikystėje ir paauglystėje. Šis sutrikimas diagnozuojamas 2 proc. vaikų ir 4 – 8 proc. paauglių (Kavolius ir Klumbienė, 2010).

Nemažai yra atlikinėjama tyrimų, kurie aiškina depresijos ir lyties ryšį, ir dauguma atvejų, rezultatai rodo, kad vaikinų depresijos simptomų lygis yra mažesnis nei merginų. Taigi, merginos yra depresyvesnės negu vaikinai, ir tai didėja su amžiumi. Nurodoma, kad merginų, kurios yra sulaukusios 14 metų ir jau skundžiasi depresijos simptomais, yra beveik dvigubai daugiau negu vaikinų (Malinauskienė ir Žukauskienė, 2004).

Depresiniam elgesio sutrikimui būdingi tokie požymiai:

- prislėgta, liūdna nuotaika;
- savęs nuvertinimas;
- sutrinka miegas;
- vaikas jaučia dėl visko kaltę;
- nebesidomi aplink vykstančiais įvykiais;
- viskas atrodo beviltiška;
- liūdnos mintys;
- jaučia, kad yra bejėgis ką nors pakeisti;
- yra dirglus;
- energijos sumažėjimas;
- tampa išsiblaškęs;
- sunku mokytis;
- pasikeičia apetitas ir kūno svoris;
- galvoja apie savižudybę.

Svarbu paminėti, kad jeigu šie požymiai būdingi keletą savaičių, tai būtina kreiptis į psichologą ar psichiatrą (Kavolius ir Klumbienė, 2010).

1.3.2.4 Somatiniai skundai

Pakrošnis (2008) nurodo, kad vis dažniau sutinkama, jog paauglių sveikata yra itin aktuali ir svarbi problema ir vis dažniau patenka į sveikatos specialistų akiratį. Autorius nurodo, kad yra atliktų tyrimų, kurie sako, kad skirtingose šalyse apie 15 proc. paauglių susiduria su psichikos sveikatos sunkumais, o nuo 10 iki 20 proc. paauglių serga somatinėmis ligomis (Pakrošnis, 2008).

Psichosomatinių simptomų paplitimas tarp vaikų ir paauglių siekia 10 – 25 proc. Psichosomatiniai susirgimai dažniau yra nustatomi mergaitėms negu berniukams. Psichosomatiniai simptomai yra skirstomi į 4 kategorijas, tačiau labiausiai paplitęs yra psichogeninis skausmas. Tai reiškia, kad skauda pilvą, galvą, nugarą ar krūtinę, tačiau apsilankius pas daktarą nustatyti organinės priežasties neįmanoma (Grigaliūnienė, 2005).

Nustatyta, kad psichosomatiniai skausmai, tokie kaip pilvo ir galūnių, labiau pasireiškia mergaitėms negu berniukams, ir tai aptinkama jau mokykliniame amžiuje. O paauglystėje dažniausiai pasireiškia krūtinės ir galvos skausmai. Mergaitėms labiau būdingi galvos skausmai, o berniukams krūtinės skausmai (Grigaliūnienė, 2008).

„Paaugliai dažnai skundžiasi galvos, pilvo ir kt. skausmais, kurie nereiškia somatinio susirgimo, o dažniau atspindi paciento psichosocialinį disbalansą“ (cit. Grigaliūnienė, 2005, p. 7).

Kadangi psichikos ir kūno ryšys yra toks pat senas ir akivaizdus kaip ir visa žmonija, tai šiuolaikiniam mokslui net nekyla abejonių dėl nepaneigiamo ryšio tarp psichologinių veiksnių ir somatinių ligų. Ši problema yra nagrinėjama labai seniai, psichosomatinių sutrikimų kilmę bandė aiškintis jau senovės graikai (Grigaliūnienė, 2005).

Somatiniai simptomai yra priskiriami emocinėms problemoms. Taip, kaip šie simptomai atsiranda ir vystosi didžiulės įtakos turi psichologiniai veiksniai. Kai psichologiniai veiksniai pasireiškia, tuomet paauglys skundžiasi somatiniais negalavimais. O tokie negalavimai yra panašūs į somatines (kūno) ligas, tačiau, iš tikrųjų, su tuo visiškai neturi nieko bendra (Grigaliūnienė, 2005).

Tyrimų rezultatai rodo, kad tie somatiniai negalavimai, kurių neįmanoma pagrįsti medicininėmis priežastimis, dažniau pasireiškia todėl, kad sunku išreikšti ir reguliuoti emocijas. Taip pat tokie paaugliai sunkiai atpažįsta, atskiria bei analizuoja fizinius signalus, kuriuos sukelia emocinis sujaudinimas, negeba tinkamai išreikšti neigiamų emocijų, kurias ir patiria dažniau (Barkauskienė ir kolegės, 2017).

Taigi, paauglystė yra tas amžiaus tarpsnis, kuomet somatiniai nusiskundimai labiausiai paplitę, ir kuriems nėra medicininio paaiškinimo. Pabrėžiama, kad tai gali būti susiję ir su kitais elgesio ir emocijų sunkumais, taip pat didelės įtakos turi ir šeimos tarpusavio santykiai, vyraujanti teigiama aplinka. Nurodoma, kad šeimoje vyraujantys tarpusavio santykiai yra tas faktorius, kuris turi didžiausią įtaką vaiko sveikatai (Grigaliūnienė, 2008).

1.3.3 Elgesio ir emocijų sunkumų ryšys su lytimi

Tyrimų apie tai, kad paauglių elgesio ir emocijų sunkumai yra susiję su lytimi atlikta pakankamai nemažai. Tačiau jų rezultatai nėra vienareikšmiški.

Neklinikinių imčių tyrimai atskleidžia, jog merginos patiria didesnius emocinius sunkumus, o vaikinai – elgesio sunkumus. Tačiau svarbu išskirti ir tai, kad ne visi tyrimai patvirtina požiūrį, kad patiriamų sunkumų pobūdis priklauso nuo lyties. Yra atlikta tokių tyrimų, kurie rodo, kad paauglių emocinių sunkumų išreikštumas nesiskiria, ypač depresijos simptomai. Taip pat, kad tarp elgesio sunkumų ir lyties irgi ryšio nėra (Malinauskienė ir Žukauskienė, 2007).

Kitame Malinauskienės ir Žukauskienės (2008) tyrime matyti, kad merginų ir vaikinių emocinių sunkumų įverčiai skiriasi. Nustatyta, kad merginos pasižymi aukštesniais nerimo/depresijos, užsisklendimo ir somatinių nusiskundimų įverčiais nei vaikinai ir šis rezultatas yra statistiškai reikšmingas. Taip pat gauta, kad jog nėra statistiškai reikšmingo ryšio tarp elgesio sunkumų ir lyties. Padaryta išvada, kad vaikinių ir merginų agresyvus ir delinkventinis elgesys nesiskiria. Tokį pat rezultatą, kad merginų nerimastingumo/depresiškumo lygis aukštesnis nei vaikinių patvirtina ir Sondaitės ir Žukauskienės (2004) atliktas tyrimas (Sondaitė ir Žukauskienė, 2004; Malinauskienė ir Žukauskienė, 2008).

Sondaitės ir Žukauskienės (2004) atliktas tyrimas atskleidžia dar kelis rezultatus, kad vaikinai pasižymėjo aukštesniu delinkventiško elgesio lygiu nei merginos. Taip pat merginų somatinių nusiskundimų lygis yra aukštesnis nei vaikinių (Sondaitė ir Žukauskienė, 2004).

Kajokienė ir Žukauskienė 2007 m. atliko tyrimą, iš kurio rezultatų paaiškėjo, kad internalūs sunkumai, t. y. depresinė nuotaika, somatiniai skundai, būdingesni mergaitėms, o eksternalių sunkumų daugiau patiria berniukai (Kajokienė ir Žukauskienė, 2007).

Kalbant apie nerimo tyrimus, tai įvairių tyrimų duomenimis nerimo sutrikimai būdingi 7 – 11 proc. paauglių. Balnionytė ir Nasvytienė (2006) nurodo, kad Widerno ir kt. (2004) Vokietijoje atlikti tyrimai liudija, kad merginos nurodė daugiau vidinių problemų, t. y. nerimastingumo/depresiškumo, somatinių nusiskundimų, socialinio uždarumo, nei vaikinai. Taip pat T. Achenbachas (2001) teigia, kad nuo 12 iki 16 metų amžiaus emocijas problemas patiria 4,5 proc. vaikinių ir net 13,6 proc. merginų. O Diomšina ir Vyčinionė (2002) irgi nurodo, kad 11 – 17 metų amžiaus grupėje nerimo sutrikimai dažniau būdingi merginoms (Balnionytė ir Nasvytienė, 2006; Diomšina ir Vyčinionė, 2002).

Taigi, apžvelgus įvairius tyrimus, pastebima, kad vis tik ne visi tyrimai patvirtina nuomonę, jog lytis turi įtakos patiriamams elgesio emociniams sunkumams. Įvairūs autoriai, pvz., Grigaliūnienė (2008), sako, jog jauno žmogaus sveikata priklauso ir nuo šeimos tarpusavio santykių, kaip bendraujama vienas su kitu ir nuo daugelio kitų veiksnių (Grigaliūnienė, 2008).

1.4 Paauglių adaptyvus funkcionavimas

Paauglių psichosocialine adaptacija pastaraisiais metais itin susidomėta ir tai tampa aktualiausia problema, kurią renkamasi tyrinėti. Kaip jau buvo minėta ne vieną kartą, paauglystė yra itin sudėtingas amžiaus tarpsnis, kuomet vyksta įvairūs fiziologiniai ir psichologiniai pokyčiai. Šiuo laikotarpiu paaugliai labai jautrūs, mažiau atsparūs stresui, jiems sunku prisitaikyti prie tiek

visuomenės, tiek mokyklos keliamų reikalavimų, dėl visų šių priežasčių greičiau sutrinka jų psichosocialinė adaptacija (Dumčienė, Klizas, Malinauskas ir Ramanauskienė, 2009).

Tyrinėti paauglių psichologinį prisitaikymą svarbu todėl, kad toks įvertinimas suteikia galimybę daug geriau suprasti, kad vyksta paauglystėje, kaip vyksta raidos procesai ir pokyčiai, leidžia ieškoti ir prognozuoti sėkmingo prisitaikymo veiksnius (Allison, Edmonds, Wilson, Pope ir Farreli, 2011; Čepukienė ir Pakrošnis, 2009). Ilgą laiką psichologinį funkcionavimą vertino per psichopatologijos prizmę ir buvo akcentuojama, kad probleminio elgesio priežastys yra elgesio ir emocijų sunkumai. Tačiau laikantis tokio požiūrio skirti dėmesio sėkmingo funkcionavimo veiksniams neįmanoma. Bet per pastarąjį dešimtmetį šis požiūris pasikeitė, dėmesys pradedamas skirti ne psichopatologijai ir rizikos veiksniams, bet pozityviajai raidai, jos pasireiškimui. Svarbiausias veiksnys tapo paauglio sėkmingas funkcionavimas, jo apraiškos, stiprybės ir nebe tiek dėmesio skiriama sunkumams (Čepukienė ir Pakrošnis, 2013).

Taigi, iškilo klausimas, kaip vis dėlto reikėtų apibūdinti adaptyvų funkcionavimą: „ar psichopatologijos požymių nebuvimas leidžia kalbėti apie adaptyvų funkcionavimą? Ir atvirkščiai – ar apibrėžiant adaptyvų funkcionavimą pakanka remtis vien sėkmingo funkcionavimo požymiais, nekreipiant dėmesio į galimus funkcionavimo sunkumus? O galbūt atsižvelgti į abu reiškinius. Tai reiškia, kad adaptyvus funkcionavimas turėtų būti vertinamas kaip tada, kai paaugliui būdinga daug sėkmingo ir mažai probleminio funkcionavimo apraiškų“ (Lerner, Dowling ir Anderson, 2003; cit. Čepukienė ir Pakrošnis, 2013, p. 93).

Vis tik, tikslaus atsakymo kol kas nėra, nes metodikos, kurios tiria psichologinį funkcionavimą, matuoja arba vieną, arba kitą funkcionavimo pusę. Tačiau yra tokia pozityviosios raidos teorija, kuri apima abi psichologinio funkcionavimo puses. Pagal šią teoriją, pozityvi raida yra procesas, kuris pasireiškia per jaunuolio adaptyvaus elgesio, tokio kaip asmeninės kompetencijos ir stiprybės, ir sėkmingo socialinio prisitaikymo aspektus, tarkim, geri akademiniai pasiekimai, pilietiškumas ir pan. (Čepukienė ir Pakrošnis, 2013; O'Connor ir kolegos, 2011).

Asmens sėkmingai adaptacijai labai svarbus pozityvus požiūris į patį save, pasitikėjimas savimi, įgūdžiai bei gebėjimai, kurie padeda geriau orientuotis savyje, kurti ir palaikyti konstruktyvius socialinius ryšius (Gudonis ir Samašonok, 2010).

Taigi, psichosocialinę adaptaciją galima apibūdinti kaip procesą, kuris vyksta tarp žmogaus ir aplinkos, tai reiškia, kad žmogus prisitaiko prie nuolat kintančių gyvenimo sąlygų bei aplinkos. Paauglystės laikotarpiu psichosocialinė adaptacija aiškinama taip, kad paaugliai bando keistis patys, ieško savo vietos, kad galėtų patys ne tik prisitaikyti prie jos, bet ir pritaikyti sau (Klizas ir Malinauskas, 2009).

Dumčienė su kolegėmis (2009) atliko tyrimą apie paauglių psichosocialinę adaptaciją. Tyrimo rezultatai parodė, kad, tarp bendraamžių berniukų ir mergaičių, psichosocialinė adaptacija vis tik yra aukštesnė mergaičių negu berniukų, be to, mergaičių savęs vertinimo rodikliai taip pat yra aukštesni negu berniukų. Taip pat tyrimai rodo, kad normaliai psichosocialinei adaptacijai itin svarbūs yra draugai, paaugliams reikia ne vien tik šeimos, bet ir bendraamžių palaikymo (Dumčienė ir kolegės, 2009).

Taigi, adaptyvus elgesys parodo, kaip yra atliekamos kasdieninės veiklos, o tų veiklų atlikimo yra tikimasi paauglio aplinkoje, galvojant, kad jis jau yra kompetentingas bei savarankiškas asmuo (Černiauskaitė, 2002).

Kaip Černiauskaitė (2002) rašo: „adaptyvus elgesys yra dinamiškas konstruktas, kurį apibrėžia artimiausios aplinkos ir bendruomenės lūkesčiai ar reikalavimai, kintantys priklausomai nuo asmens amžiaus“ (Horn ir Fuchs, 1987; Boan ir Harrison, 1997; cit. Černiauskaitė, 2002, p. 53). Mokyklą lankančio vaiko adaptyvus elgesys yra apibrėžiamas kaip mokyklos, šeimos taisyklių supratimas, jų laikymasis, adekvatūs tarpasmeniniai santykiai, mokėjimas bendrauti grupėje, akademinų žinių taikymas. Su lig kiekvienu amžiaus tarpsniu sudėtingėja ir adaptyvus elgesys, atsiranda daugiau reikalavimų, daugėja įgūdžių, kuriuos reikia mokėti pritaikyti tam, kad vyktų sėkmingas funkcionavimas. Visų kasdieninių veiklų atlikimas, kuris skatina žmogaus visapusišką dalyvavimą visuomenėje, yra paremtas tam tikrų įgūdžių turėjimu bei mokėjimu jais naudotis, kai to prireikia. Todėl adaptyvaus funkcionavimo sėkmingumui turi įtakos mokymasis, motyvacija, sveikatos būklė, asmenybės savybės ir pan., o pasireiškiantys įvairūs sutrikimai dažniausiai sukelia adaptyvaus funkcionavimo nesėkmes (Černiauskaitė, 2002).

Raslavičienė ir Zaborskis (2002) iš savo atlikto tyrimo rezultatų daro išvadą, kad kuo daugiau psichoemocinės sveikatos sunkumų turi vaikas, paauglys, tuo yra sudėtingesnis jo socialinis adaptavimasis. Gudonis, Samašonok ir Žukauskienė (2006) teigia, kad paaugliai, kurie gyvena globos įstaigose, susiduria su tam tikrais sunkumais, tokiais kaip įsiliejimas į visuomenę, taip pat jie turi psichologinės ir socialinės adaptacijos problemų. Tokiam vaikui sunku formuoti tarpasmeninius santykius ir socialinius ryšius, o jie yra labai svarbūs jo psichoemociinei raidai ir adaptacijai (Gudonis ir kolegės, 2006; Raslavičienė ir Zaborskis, 2002).

Taigi, šiame darbe bus laikomasi Čepukienės ir Pakrosnio (2013) adaptyvaus funkcionavimo sąvokos, kuri jungia tokius psichologinius rodiklius kaip socialiai adaptyvus elgesys, prisitaikymas mokykloje bei rūpestingas elgesys ir pasitikėjimas savimi.

1.5 Paauglių pasitenkinimo gyvenimu, elgesio ir emocijų sunkumų bei adaptyvaus funkcionavimo sąsajos

Pasitenkinimas gyvenimu yra vienas iš subjektyvios gerovės sudedamųjų dalių, kuris teigiamai sąveikauja su tokiomis psichologinėmis pasekmėmis, kurių dažniausiai daugelis ir pageidauja savo gyvenime, pvz., optimali psichikos sveikata, geras prisitaikymas, taip pat yra ir neigiama sąveika su neigiamomis psichologinėmis pasekmėmis, pvz., nerimastingumas, smurtinis elgesys, depresija (Kaniušonytė ir kolegės, 2014).

Nagrinėjant psichologinį funkcionavimą, svarbų vaidmenį atlieka pozityviosios raidos teorija, kuri apima abi psichologinio funkcionavimo puses ir teigia, kad pozityvi jaunimo raida turėtų turėti neigiamą ryšį su rizikingu, probleminiu elgesiu, pvz., nusikalstamas elgesys, depresiškumas ar piktnaudžiavimas narkotinėmis medžiagomis. Vieni tyrimai rodo, kad tarp pozityvios jaunimo raidos komponentų, depresiškumo, rizikingo elgesio yra neigiamos sąsajos, todėl teigiama, kad pozityvi jaunimo raida vis tik yra neigiamai susijusi su elgesio ir emocijų sunkumais. O kiti tyrimai rodo, kad tarp elgesio ir emocijų sunkumų bei pozityvios jaunimo raidos komponentų yra netiesioginis neigiamas ryšys (Kaniušonytė ir kolegės, 2014).

Be to, adaptyvaus funkcionavimo aplinkoje sėkmingumas taip pat siejamas ir su pozityviais jausmais bei elgesiu, ir su didesniu pasitenkinimu gyvenimu (Krikščiūnaitė, 2012). Todėl asmens gerovės tyrimai įgauna vis didesnę svarbą, kalbant apie asmens sveikatą bei funkcionavimą visuomenėje (Bagdonas ir kolegės, 2013). Todėl šiame darbe ir bus bandoma išsiaiškinti, kokios yra sąsajos tarp pasitenkinimo gyvenimu, elgesio emocijų sunkumų bei adaptyvaus funkcionavimo.

2. TYRIMO METODIKA

2.1 Tyrimo dalyviai

Tyrimo dalyvavo 197 paaugliai (53 % vaikinų ir 47 % merginų), besimokantys vienoje iš Klaipėdos m. gimnazijų 9 – 12 klasėse. Tiriamųjų amžius nuo 15 iki 18 metų, tyrime dalyvavo 44 – 15 metų paaugliai, 40 – 16 metų, 54 – 17 metų ir 59 – 18 metų paaugliai. Pasiskirstymą pagal demografinius duomenis matome 1 lentelėje.

1 lentelė. *Tyrimo dalyvių charakteristikos*

Demografinis blokas		N	%
Lytis	Vaikinas	105	53,3
	Mergina	92	46,7
Klasė	9	44	22,3
	10	47	23,9
	11	54	27,4
	12	52	26,4
Amžius	15	44	22,3
	16	40	20,3
	17	54	27,4
	18	59	29,9
Amžiaus vidurkis	16,7 metai		

Tyrimo dalyviai pagal lytį pasiskirstę gana tolygiai, tačiau vaikinų imtyje šiek tiek daugiau: vaikinai 53,3%, merginos 46,7%. Didžioji dalis tyrimo dalyvių yra 11 (27,4%) ir 12 (26,4%) klasių mokiniai, kiek mažiau 10 (23,9%) ir 9 (22,3%) klasių mokiniai. Daugiausiai tyrime dalyvavusių tiriamųjų yra 18 (29,9%) ir 17 (27,4%) metų, šiek tiek mažiau 15 (22,3%) ir 16 (20,3%) metų. O vidutinis tiriamųjų amžius – 16,7 metai (SD=1,1).

2.2 Įvertinimo būdai

Daugiamatė mokinių pasitenkinimo gyvenimu skalė. Mokinių pasitenkinimui gyvenimu ir atskiromis jo sritimis matuoti naudota *Daugiamatė mokinių pasitenkinimo gyvenimu skalė* (angl. Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale [MSLSS], Huebner, 1994). Jos lietuviškąją versiją parengė Reda Gedutienė ir Inga Lukšaitė - Samaitienė, ši skalė skirta 8–18 metų amžiaus mokiniams. Į lietuvių kalbą šią skalę vertė Reda Gedutienė, Inga Lukšaitė - Samaitienė, todėl buvo gautas jų leidimas naudoti lietuvišką skalės versiją savo tyrime (Gedutienė ir Lukšaitė – Samaitienė, 2018).

Ši skalė yra sudaryta iš 40 teiginių, o šie dar yra suskirstyti į 5 subskales: Šeima (7 teiginiai), Draugai (9 teiginiai), Mokykla (8 teiginiai), Gyvenamoji aplinka (9 teiginiai) ir Aš pats (7 teiginiai). Teiginiai yra vertinami pagal 6 balų Likerto skalę: 1 – „visiškai nesutinku“, 2 – „nesutinku“, 3 – „daugiau nesutinku nei sutinku“, 4 – „daugiau sutinku nei nesutinku“, 5 – „sutinku“ ir 6 – „visiškai sutinku“. Autorės nurodo, kad 10 teiginių (3, 4, 9, 13, 23, 24, 27, 32, 34 ir 39) yra atvirkštiniai, todėl juos būtinai reikia perkoduoti kai bus atliekami skaičiavimai. Kiekvieno teiginio balai atskirose subskalėse yra sumuojami ir dalijami iš tą subskalę sudarančių teiginių skaičiaus. Bendras suminis balas skaičiuojamas sudėjus visų teiginių įvertinimus ir padalinus juos iš 40. Aukštesnis įvertinimas rodo didesnę pasitenkinimą gyvenimu (Gedutienė ir Lukšaitė – Samaitienė, 2018).

Gedutienė ir Lukšaitė – Samaitienė (2018) atliko tyrimą, kurio tikslas buvo išsiaiškinti, kokie yra *Daugiamatės mokinių pasitenkinimo gyvenimu skalės* lietuviškosios versijos psichometriniai rodikliai ir juos aptarti bei pristatyti. Taigi, norint išsiaiškinti *Daugiamatės mokinių pasitenkinimo gyvenimu skalės* ir jos subskalių vidinį suderinamumą, buvo skaičiuojamos Kronbacho alfa koeficiento reikšmės. Rezultatai parodė, kad visos skalės vidinio suderinamumo Kronbacho alfa reikšmė lygi 0,94, o atskirų subskalių reikšmės svyruoja nuo 0,85 iki 0,93. Taip pat, vėliau vėl buvo atliktas pakartotinis testavimas, kur vėl buvo tikrinamas skalės patikimumas. Spirmeno koreliacijos koeficientas pasiskirstė nuo 0,73 (Draugų subskalės) iki 0,89 (Mokyklos subskalės) ir tai rodo, kad yra pakankamai geras konstrukto stabilumas. Tad skalės ir jos subskalių vidinio suderintumo reikšmės ($\alpha > 0,7$) bei pirminio ir pakartotinio testavimo koreliacijos ($r_s > 0,7$) rodo, kad yra geras *Daugiamatės mokinių pasitenkinimo gyvenimu skalės* lietuviškosios versijos patikimumas (Gedutienė ir Lukšaitė – Samaitienė, 2018).

Šio tyrimo imtyje taip pat paskaičiuotos Kronbacho alfa koeficiento reikšmės. Rezultatai parodė, kad visos skalės vidinio suderinamumo Kronbacho alfa reikšmė lygi 0,93, o atskirų subskalių reikšmės svyruoja nuo 0,76 iki 0,91: Šeima – 0,91; Draugai – 0,86; Mokykla – 0,89; Gyvenamoji aplinka – 0,84; Aš pats – 0,76.

Elgesio emocijų sunkumai. Informacijai rinkti apie paauglių nerimastingumą, depresiškumą, užsisklendimą, somatinius skundus, agresiją bei delinkvenciją buvo naudojamas Jaunuolio klausimynas (YSR 11/18: Youth Self-Report, Achenbach, 1991). Jaunuolio savęs vertinimo lapus (YSR) pildė patys 11 – 18 metų jaunuoliai, apibūdindami savo elgesį. Klausimyną į lietuvių kalbą išvertė prof. R. Žukauskienė, gavus autoriaus leidimą jį versti ir naudoti. Klausimynas yra standartizuotas atsitiktinėje ir klinikinėje 11 – 18 metų Lietuvos vaikų imtyse. Prof. R. Žukauskienė yra oficiali CBCL, YSR ir TRF metodikų platintoja Lietuvoje, ji turi visas teises platinti

ir taikyti minėtą metodiką, todėl leidimas, naudoti šį klausimyną, gautas iš prof. R.Žukauskienės (Kajokienė, Vaitkevičius ir Žukauskienė, 2018; Malinauskienė ir Žukauskienė, 2007a, 2008b).

Jaunuolio klausimyną sudaro aštuonios YSR 11/18 skalės: užsisklendimas, somatiniai skundai, nerimastingumas/depresiškumas, agresyvus elgesys, delinkventinis elgesys, mąstymo, socialiniai bei dėmesio sunkumai. Pradžioje YSR 11/18 klausimyną sudaro 20 teiginių, kurie yra skirti jaunuolio socialinei bei elgesio (aktyvumo) kompetencijoms nustatyti, o toliau 112 teiginių, kurie leidžia įvertinti paauglių elgesio ir emocinius sunkumus. Visi teiginiai suskirstyti į internalių sunkumų (nerimo, depresiškumo, užsisklendimo, somatinių skundų), eksternalių sunkumų (agresijos, delinkvencijos), mąstymo, socialinių ir dėmesio sunkumų skales. Kiekvienas teiginys yra vertinamas 3 balų skale: 0 – „netinka“, 1 – „kartais arba iš dalies tinka“ ir 2 – „labai arba dažniausiai tinka“ dabar arba per paskutinius šešis mėnesius. Bendras kiekvienos skalės rodiklis yra gaunamas susumavus visus atitinkamos skalės balus. Kuo suma didesnė, tuo daugiau sunkumų turi tiriamasis (labiau išreikšti atitinkamų skalių rodikliai). Tačiau savo tyrime naudočiau penkias skales: nerimastingumo/depresiškumo, užsisklendimo/depresiškumo, somatinių skundų (emociniai sunkumai) ir agresijos bei delinkvencijos (elgesio sunkumai). Kitos trys YSR 11/18 skalės: mąstymo, socialiniai bei dėmesio sunkumai nėra priskiriamos nei prie emocinių, nei prie elgesio sunkumų, todėl tyrime nebuvo panaudotos (Kajokienė ir kolegos, 2018; Malinauskienė ir Žukauskienė, 2007a, 2008b).

Nerimastingumo / depresiškumo skalė atspindi paauglio atsiskyrimą, jausmą, kad esi nemylimas, taip pat beviltiškumo jausmą, nesaugumo jausmą, depresyvumo pojūčius, įtarų baimingą nerimastingumą, dirglų elgesį įvairiose situacijose, pvz., siekimas būti tobulam, verkimas, pernelyg stiprus kaltės jausmas, vienišumas.

Užsisklendimo / depresiškumo skalė rodo liūdesio, kaltės, vienišumo, prislėgtumo, uždarumo, baikštumo jausmus, labiau yra linkstama būti vienam, slapukauti, neišsipasakoti, vyrauja drovumas, bloga nuotaika, liūdnumas.

Somatinių skundų skalė parodo tam tikrų somatinių simptomų pasireiškimą paauglio elgesyje, pvz., pervargimas, šleikštulys, silpnumas, bėrimai, galvos svaigimas, skausmas, vėmimai.

Agresyvaus elgesio skalė vertina tokias elgesio problemas kaip ginčijimasis, tyčiojimasis, nepaklusnumas mokykloje, peštynės, grasinimai, staigi nuotaikų kaita, matuoja paauglių agresyvų elgesį, vyrauja reikalavimas daug dėmesio sau, gadinimas savo ir kitiems žmonėms priklausančių daiktų, dažnos muštynės, fizinis, psichologinis smurtas.

Delinkvencijos skalė (taisyklių laužymo) išaiškina netinkamų draugysčių pasirinkimo, vagysčių, pamokų praleidinėjimo, psichoaktyvių medžiagų vartojimo, padeginėjimo apraiškas,

matuoja taisyklių nepaisanti elgesį, pvz., dažni ginčai, melavimas, apgaudinėjimas, keiksmazodžių vartojimas (Kajokienė ir kolegės, 2018; Malinauskienė ir Žukauskienė, 2007a, 2008b).

Statistinės analizės rezultatai parodė, kad YSR formos skalių vidinis suderinamumas yra gan geras: agresyvaus elgesio skalės Kronbacho alfa = 0,84, delinkventinio elgesio skalės Kronbacho alfa = 0,81, nerimastingumo / depresiškumo skalės Kronbacho alfa = 0,82, somatinių skundų Kronbacho alfa = 0,78, užsisklendimo / depresiškumo skalės Kronbacho alfa = 0,74 (Kajokienė ir kolegės, 2018).

Paauglio psichologinio funkcionavimo klausimynas – atnaujinta versija (2013; Čepukienė ir Pakrošnis, 2013). Šis klausimynas skirtas įvertinti platų paauglių psichologinio funkcionavimo požymių spektrą, sužinoti adaptyvaus funkcionavimo išreikštumą ir akcentuoti kasdieniniame gyvenime kylančius sunkumus (Čepukienė ir Pakrošnis, 2013).

Pirminis paauglio psichologinio funkcionavimo sunkumų klausimynas buvo sudarytas 2003 m. V. Čepukienės ir R. Pakrošnio. Vėliau, atnaujinant klausimyną, nuspręsta pakeisti vertinimo sistemą ir vertinti adaptyvius ir neadaptyvius funkcionavimo požymius. Dvi skalės apima teiginius, atspindinčius neadaptyvaus, likusios keturios – adaptyvaus funkcionavimo požymius (Čepukienė ir Pakrošnis, 2013).

Klausimyną sudaro 53 teiginiai. Taip pat buvo sudarytos šešios paauglio psichologinio funkcionavimo skalės, kurių įverčiai skaičiuojami susumavus atsakymų į skalių teiginius balus.

1) Emociniai sunkumai (11 teiginių; mažiausias galimas skalės įvertis 11, didžiausias - 55). Skalė matuoja pastaruoju metu patiriamus paauglio pablogėjusios nuotaikos, nerimastingumo bei padidėjusio jautrumo požymius.

2) Neadaptyvus elgesys (6 teiginiai; mažiausias galimas skalės įvertis 6, didžiausias - 30). Į šią skalę įeina dalis teiginių iš pirminės klausimyno versijos neadaptyvaus elgesio skalės. Vertina tokias prisitaikymą sunkinančias destruktyvaus elgesio apraiškas, kaip alkoholio vartojimas, rūkymas, agresyvus / iššaukiantis / įžūlus elgesys bei mėginimas žudyti.

3) Socialiai adaptyvus elgesys (17 teiginių; mažiausias galimas skalės įvertis 17, didžiausias - 85). Šią skalę sudaro likę pirminės klausimyno versijos neadaptyvaus elgesio skalės teiginiai, kurie atspindi tokias gerą / sėkmingą prisitaikymą rodančias elgesio apraiškas, kaip savikontrolė, taikumas, sutarimas su aplinkiniais, taisyklių paisymas.

4) Prisitaikymas mokykloje (8 teiginiai; mažiausias galimas skalės įvertis 8, didžiausias - 40). Skalė atspindi paauglio mokymosi rezultatus paties paauglio, tėvų bei mokytojų vertinimu, mokyklos taisyklių laikymąsi, susidorojimą su mokymosi krūviu.

5) Rūpestingas elgesys (10 teiginių; mažiausias galimas skalės įvertis 10, didžiausias - 50). Skalė matuoja du aspektus: paauglio veiksmus, atspindinčius rūpinimąsi kitais, bei rūpesčio ir pagalbos iš kitų priėmimą ir siekimą.

6) Pasitikėjimas savimi (6 teiginiai; mažiausias galimas skalės įvertis 6, didžiausias - 30). Skalė matuoja paauglio pasitikėjimą bei pasitenkinimą savimi, savo pasiekimų vertinimą, laisvumą bendraujant su kitais.

Visi klausimyno teiginių atsakymai koduojami pagal vieną sistemą, kai požymio nebuvimas („Niekada“) vertinamas 1, o didžiausias dažnumas („Visada“) – 5. Paskutinio klausimo (53) atsakymai koduojami toje pačioje sistemoje, t. y. „Taip“, koduojamas 5, „Ne“ – 1. Tokiu būdu emocinių sunkumų bei neadaptivaus elgesio skalių didesni įverčiai atspindi blogesnę funkcionavimą matuojamose srityse, o likusių skalių didesni įverčiai – geresnę funkcionavimą matuojamose srityse (Čepukienė ir Pakrošnis, 2013).

Leidimas naudoti *Paauglio psichologinio funkcionavimo klausimyną* magistro darbe gautas iš R. Pakrošnio ir V. Čepukienės.

Siekiant įvertinti sudarytų skalių psichometrinės charakteristikas, pirmiausiai buvo atlikta skalių patikimumo analizė: taikyti du kriterijai – Kronbacho alfa koeficientas ir teiginio koreliacija su bendru skalės įverčio dydžiu. Rezultatai parodė, jog visų į skalės įtrauktų teiginių koreliacijos su bendrais skalių įverčiais yra pakankamai didelės. Skalių vidinio suderinamumo analizės rezultatai atskleidžia, kad Kronbacho alfa reikšmės svyruoja nuo 0,60 iki 0,94. Vienintelės atnaujintus klausimyną naujai sudarytos neadaptivaus elgesio skalės vidinis suderinamumas yra mažesnis už kitų skalių, tačiau gali būti laikomas patenkinamu ir pakankamu, kad skalė būtų naudojama skirtumams tarp grupių atskleisti. Likusių skalių vidinio suderinamumo koeficientai yra artimi ar viršija 0,8, tad skalės gali būti naudojamos individualiam įvertinimui (Čepukienė ir Pakrošnis, 2013).

Šio tyrimo imtyje taip pat apskaičiuotos Kronbacho alfa reikšmės. Rezultatai parodė, kad viso klausimyno vidinio suderinamumo Kronbacho alfa reikšmė lygi 0,84, o atskirų skalių reikšmės svyruoja nuo 0,68 iki 0,92: emociniai sunkumai – 0,92; neadaptivus elgesys – 0,68; socialiai adaptivus elgesys – 0,88; prisitaikymas mokykloje – 0,86; rūpestingas elgesys – 0,83; pasitikėjimas savimi – 0,84.

2.3 Tyrimo eiga

Tyrimas vyko 2020 metų vasario mėnesį, vienoje iš Klaipėdos miesto gimnazijų. Buvo gautas gimnazijos direktorės leidimas atlikti tyrimą. Jaunesniems nei 16 metų jaunuoliams buvo išdalinti tėvų sutikimai ir gautas jų leidimas dalyvauti tyrime.

Burtų keliu buvo išrinktos klasės, kurios dalyvaus tyrime. Remiamasi šiais tyrimo etikos principais: sutikimas, atvirumas ir sąžiningumas, teisė nedalyvauti, konfidencialumas, anonimiškumas, privatumas. Buvo nueita į kiekvieną išrinktą klasę, ir papasakota apie tai, kad rašau baigiamąjį magistro darbą, kad man svarbu sužinoti, kaip jie jaučiasi mokykloje, kiek jie patenkinti savo gyvenimu, ir kaip jiems sekasi susitvarkyti su išskylančiais sunkumais. Paprašyta jų pagalbos. Buvo garantuojamas jų konfidencialumas bei buvo pasakyta, kad turi teisę ir atsisakyti dalyvauti tyrime. Kaip minėta, tiems, kuriems yra 15 metų, buvo išdalinti sutikimai tėvams, kad leistų vaikui dalyvauti tyrime. Susitarta, kad kitą dieną vėl ateisiu į klases ir susirinksiu tėvų sutikimus, ir pradėsime tyrimą. Tyrimas atliktas pamokų metu. Tiriamieji buvo apklausti pačios tyrėjos. Jiems buvo išdalintas paketas su trimis klausimynais (*Daugiamatė mokinių pasitenkinimo gyvenimu skalė, 11-18 metų Jaunuolio savęs vertinimo lapas, Paauglio psichologinio funkcionavimo klausimynas*). Tam, kad nepasimestų kiekvieno vaiko trys klausimynai, jie buvo sunumeruoti vienodais skaičiais, pvz., pirmas vaikas turi pirmą numerį, tai jo visi trys klausimynai ir sunumeruoti vienetu, toliau antras vaikas – numeris du ir t.t. ir susegti su sąvaržėle. Buvo tokių mokinių, kurie patys nenorėjo dalyvauti, jie net neėmė sutikimo ir neklausė tėvų leidimo, taip pat buvo ir tokių, kurių tėvai sutiko, bet patys vaikai nenorėjo dalyvauti. Tai šiems vaikams buvo paruošta kita veikla, jie galėjo daryti namų darbus ar kitas užduotis, kurių jiems reikia, ar tiesiog pasirinkti spalvinti, atsipalaiduoti ir ramiai pabūti.

Kadangi, Daugiamatė mokinių pasitenkinimo gyvenimu skalė, Jaunuolio klausimynas yra skirtas 11 – 18 metų paaugliams, tai mokiniai, kurie turėjo 19 metų, nebuvo įtraukti į tyrimą. Tokių mokinių, iš tuo metu buvusių klasėje, pasitaikė tik trys. Jiems buvo paaiškinta, kad klausimynai skirti iki 18 metų paaugliams, dėl to jie neįtraukiami į tiriamuosius. Tokie mokiniai taip pat galėjo užsiimti savo veikla, daryti kitas užduotis, namų darbus, buvo galimybė ir pasirinkti spalvinti. Buvo svarbu, kad būtų tylūs ir netrukdytų kitiems.

Daugiamatė mokinių pasitenkinimo gyvenimu skalė turi instrukciją, kuri į tyrimo dalyvius kreipiasi nuo kelių tyrėjų, kadangi aš viena atlieku tyrimą, tai instrukciją šiek tiek pakeičiau, jog kreipiuosi „aš“ ir norėčiau žinoti tam tikrą informaciją „aš“, o ne „mes“, taigi buvo pateikta tokia instrukcija: „*Norėčiau sužinoti, ką galvojai apie gyvenimą per pastarąsias keletą savaičių. Pagalvok, kaip praleidai kiekvieną dieną, tada pagalvok, koks tavo gyvenimas buvo didžiąją šio laiko dalį. Žemiau pateikiu keletą teiginių, kuriais prašau įvertinti tavo pasitenkinimą gyvenimu. Apibrauk skaičių (nuo 1 iki 6) šalia kiekvieno teiginio, kuris nurodo,*

kiek tu sutinki ar nesutinki su kiekvienu teiginiu. Svarbu tai, ka tu IŠ TIESŲ galvoji, todėl įvertink teiginius taip, kaip iš tiesų jautiesi, o ne taip, kaip tu manai, kad turėtum. Tai NE atsiskaitymas. Čia NĖRA nei teisingų, nei neteisingų atsakymų. Tavo atsakymai NETURĖS įtakos pažymiams, ir niekas nebus informuotas apie tai, kaip atsakei“.

11 – 18 metų jaunuolio savęs vertinimo lape prašoma nurodyti vardą pavardę, kadangi tyrimas yra anonimiškas kiekviename lape buvo užtušuotas langelis, kuris prašo vardo pavardės. Čia taip pat sakoma: „Užpildykite šią anketą stengdamiesi kuo tiksliau atskleisti savo požiūrį, net jei kiti žmonės su juo nesutiktų. 2-4 puslapiuose galite rašyti papildomus komentarus prie kiekvieno klausimo tam skirtose vietose“.

Paauglio psichologinio funkcionavimo klausimynas turi tokią instrukciją: „Šis klausimynas skirtas išsiaiškinti elgesio ypatumus, kurie gali pasireikšti tarp jaunų žmonių. Kiekvienas žemiau pateiktas teiginys atspindi tam tikrą elgesį. Perskaitęs kiekvieną teiginį, pagalvok, kaip dažnai pastaruoju metu (per paskutines 30 dienų) toks elgesys Tau yra būdingas ir apibrauk skaičių, geriausiai atspindintį elgesio/savijautos dažnumą: Visada (nuolatos) / Dažnai / Kartais / Retai / Niekada. Pasistenk nepraleisti nei vieno teiginio, net jei jis nelabai atitinka Tavo situaciją“.

Taigi toliau tokios instrukcijos ir buvo naudojamos, niekas nebuvo keičiama.

2.4 Duomenų apdorojimas

Gautiems duomenims skaičiuoti buvo naudojamas IMB SPSS 23.0 programinis paketas. Skaičiuojami skalių, subskalių vidurkiai, standartiniai nuokrypiai. Analizuojant skalių patikimumą naudota Kronbacho alfa. Ieškant skirtumų lyties atžvilgiu pasitelkta Mann-Whitney rangų sumų kriterijus U, o ieškant skirtumų amžiaus atžvilgiu – Kruskal – Wallis kriterijus k – nepriklausomoms imtims. Ieškant sąsajų remtasi Spearman koreliacijos koeficientu. Atliekama daugialypė tiesinė regresinė analizė. Duomenų skirtumas statistiškai reikšmingas, kai $p < 0,05$.

3. TYRIMO REZULTATAI

3.1 Paauglių – vaikinių ir merginų – pasitenkinimo gyvenimu ypatumai

Siekiant įvertinti paauglių pasitenkinimą gyvenimu, buvo naudojama *Daugiamatė mokinių pasitenkinimo gyvenimu skalė*. Kiekvieno teiginio balai atskirose subskalėse yra sumuojami ir tuomet dalijami iš tą subskalę sudarančių teiginių skaičiaus. Taip apskaičiuojamas atskirų subskalių rezultatas, kuo paaugliai labiausiai patenkinti ir kuo ne, o bendras pasitenkinimas gyvenimu skaičiuojamas sudėjus visų teiginių įvertinimus ir padalinus juos iš 40. Kuo aukštesnis įvertinimas, tuo didesnis pasitenkinimas gyvenimu.

Prieš pradėdant lyginti vaikinių ir merginų pasitenkinimą gyvenimu bus pateikti *Daugiamatės mokinių pasitenkinimo gyvenimu skalės* vidurkiai ir standartiniai nuokrypiai. Juos galima matyti 2 lentelėje.

2 lentelė. *Paauglių pasitenkinimo įvairiomis gyvenimo sritimis vidurkiai ir standartiniai nuokrypiai*

Subskalės	Teiginiai	M	SD
Šeima	7	4,58	1,00
Draugai	9	4,97	0,73
Mokykla	8	3,50	0,96
Gyvenamoji aplinka	9	3,98	0,96
Aš pats	7	4,41	0,74
Bendras	40	4,29	0,64

Taigi, 2 lentelėje yra pateiktos visos *Daugiamatės mokinių pasitenkinimo gyvenimu skalės* ir jos subskalių vidurkiai bei standartiniai nuokrypiai. Kaip matome iš lentelės, tyrime dalyvavę paaugliai labiausiai yra patenkinti savo draugais ($M = 4,97$) bei šeima ($M = 4,58$), o mažiausiai patenkinti jie yra mokykla ($M = 3,50$).

Toliau bus palyginamas vaikinių ir merginų bendras pasitenkinimas gyvenimu bei atskiromis jo sritimis, t.y. šeima, draugais, mokykla, gyvenamąją aplinką, savimi. Rezultatai pateikti 3 lentelėje. Buvo patikrintas bendros skalės duomenų normalumas, pasirinktas Kolmogorov – Smirnov kriterijus, nes imtis yra pakankamai didelė. Rezultatai parodė, kad $p = 0,2 > 0,05$, tai reiškia, kad yra statistiškai nereikšmingas nuokrypis nuo normalaus pasiskirstymo, turi išskirčių, kurių nėra pagrindo šalinti. Todėl skaičiuojant vaikinių ir merginų Bendro pasitenkinimo gyvenimu ir pasitenkinimo skirtingomis gyvenimo sritimis įverčių skirtumus taikomas neparametrinis Mann-Whitney rangų sumų kriterijus U.

3 lentelė. Paauglių – vaikinių ir merginių – pasitenkinimo įvairiomis gyvenimo sritimis įverčių palyginimo rezultatai

Šeima					
	N	Vidutinis rangas	U	Z	p
Vaikinai	105	96,04	4519,500	-0,779	0,44
Merginos	92	102,38			
Draugai					
	N	Vidutinis rangas	U	Z	p
Vaikinai	105	96,93	4613	-0,545	0,59
Merginos	92	101,36			
Mokykla					
	N	Vidutinis rangas	U	Z	p
Vaikinai	105	98,27	4753,500	-0,192	0,85
Merginos	92	99,27			
Gyvenamoji aplinka					
	N	Vidutinis rangas	U	Z	p
Vaikinai	105	101,65	4551,500	-0,698	0,49
Merginos	92	99,83			
Aš pats					
	N	Vidutinis rangas	U	Z	p
Vaikinai	105	97,68	4691	-0,349	0,73
Merginos	92	100,51			
Bendras pasitenkinimas gyvenimu					
	N	Vidutinis rangas	U	Z	p
Vaikinai	105	96,43	4560,5	-0,675	0,5
Merginos	92	101,93			

Iš lentelės matome, kad statistiškai reikšmingų skirtumų lyginant paauglių – vaikinių ir merginių - pasitenkinimo įvairiomis gyvenimo sritimis įverčius negauta. Iš rezultatų, pateiktų 3 lentelėje, matome, kad tarp vaikinių ir merginių pasitenkinimo gyvenimu ir atskiromis jo sritimis nėra reikšmingo skirtumo. Vaikinai ir merginos panašiai yra patenkinti gyvenimu ir atskiromis jo sritimis.

3.2 Paauglių – vaikinių ir merginių – elgesio bei emocijų sunkumų ypatumai

Siekiant įvertinti paauglių elgesio ir emocijų sunkumų ypatumus, buvo naudojamas *Jaunuolio klausimynas* (YSR 11/18: Youth Self-Report, Achenbach, 1991). Bendras kiekvienos

skalės rodiklis yra gaunamas susumavus visus atitinkamos skalės skalės, pvz., susumavus visus atsakymus į teiginius pagal delinkventinio elgesio (ar bet kurią kitą) skalę. Kuo suma didesnė, tuo daugiau sunkumų turi tiriamasis. Pirmiausia, 4 lentelėje bus pateikta Jaunuolio klausimyno visų tyrime naudotų skalių vidurkiai ir standartiniai nuokrypiai.

4 lentelė. Jaunuolio klausimyno visų tyrime naudotų skalių vidurkiai ir standartiniai nuokrypiai

Sunkumų skalės	Teiginiai	M	SD
Nerimastingumo / depresiškumo	13	6,49	4,78
Užsisklendimo / depresiškumo	8	4,75	3,37
Somatinių skundų	10	4,63	3,84
Delinkventinio elgesio	15	6,34	4,69
Agresyvaus elgesio	17	8,34	5,09
Internalių sunkumų	31 (Nerimastingumo / depresiškumo + Užsisklendimo / depresiškumo + Somatinių skundų)	15,87	10,47
Eksternalių sunkumų	32 (Delinkventinio elgesio + Agresyvaus elgesio)	14,68	8,8

Taigi, 4 lentelėje yra pateikti Jaunuolio klausimyno visų tyrime naudotų skalių bei bendros internalių ir eksternalių sunkumų skalių vidurkiai bei standartiniai nuokrypiai. Matome, kad iš emocinių sunkumų daugiausiai paaugliai turi Nerimastingumo / depresiškumo sunkumų ($M = 6,49$), o iš elgesio sunkumų daugiausiai paaugliai turi Agresyvaus elgesio sunkumų ($M = 8,34$). Iš visų sunkumų labiausiai dominuoja agresyvus elgesys ($M = 8,34$). Mažiausiai paaugliai turi Somatinių nusiskundimų ($M = 4,63$). Pažiūrėjus bendrai į internalių ir eksternalių sunkumų skales, matome, kad paaugliai vis tik daugiausiai turi emocinių sunkumų ($M = 15,87$).

Toliau 5 lentelėje pateikti rezultatai, kur buvo lyginami paauglių - vaikinių ir merginų - elgesio bei emocijų sunkumų įverčiai. Patikrinus kiekvienos sunkumų skalės bei bendrų internalių ir eksternalių sunkumų skalių duomenų normalumą (pasirinktas Kolmogorov – Smirnov kriterijus), buvo gauta, kad visų skalių $p = 0,000 < 0,05$, tai yra statistiškai reikšmingas nuokrypis nuo normalaus pasiskirstymo, visur yra išskirčių, išskyrus Užsisklendimo / depresiškumo skalę, tačiau ten kur yra, jų šalinti nėra pagrindo. Taigi, lyginant paauglių - vaikinių ir merginų - elgesio bei emocijų sunkumų įverčius buvo pasirinktas Mann – Whitney rangų sumų U kriterijus.

5 lentelė. Paauglių - vaikinių ir merginų - elgesio ir emocijų sunkumų įverčių palyginimo rezultatai

Sunkumų skalės	Lytis	N	Vidutinis rangas	U	Z	p
Nerimastingumo / depresiškumo	Vaikinai	105	92,15	4110,5	-1,808	0,07
	Merginos	92	106,82			
Užsisklendimo / depresiškumo	Vaikinai	105	97,47	4669,5	-0,404	0,69
	Merginos	92	100,74			
Somatinių nusiskundimų	Vaikinai	105	87,04	3574	-3,162	0,00
	Merginos	92	112,65			
Delinkventinio elgesio	Vaikinai	105	101,01	4619	-0,530	0,60
	Merginos	92	96,71			
Agresyvaus elgesio	Vaikinai	105	97,13	4634	-0,492	0,62
	Merginos	92	101,13			
Internalių sunkumų	Vaikinai	105	91,67	4060	-1,930	0,05
	Merginos	92	107,37			
Eksternalių sunkumų	Vaikinai	105	99,46	4782	-0,120	0,90
	Merginos	92	98,48			

Rezultatai rodo, kad tarp vaikinių ir merginų Nerimastingumo / depresiškumo, Užsisklendimo / depresiškumo, Delinkventinio elgesio, Agresyvaus elgesio ir bendrų Eksternalių sunkumų įverčių negauti statistiškai reikšmingi skirtumai. Vaikinams ir merginoms panašiai būdingi šie sunkumai. Tačiau tarp vaikinių ir merginų patiriamų Somatinių nusiskundimų įverčių yra statistiškai reikšmingas skirtumas ($p = 0,00$). Merginoms labiau būdingi somatiniai nusiskundimai (vidutinis rangas = 112,65) negu vaikinams (vidutinis rangas = 87,04). Taip pat ir tarp vaikinių ir merginų patiriamų bendrų Emocinių sunkumų įverčių yra statistiškai reikšmingas skirtumas ($p = 0,05$). Merginos turi daugiau emocinių sunkumų (vidutinis rangas = 107,37) nei vaikinai (vidutinis rangas = 91,67).

Taigi, apibendrinus matome, kad statistiškai reikšmingi skirtumai gauti lyginant paauglių – vaikinių ir merginų – somatinių skundų ir bendrų internalių sunkumų įverčius. Merginoms labiau būdingi somatiniai nusiskundimai negu vaikinams, taip pat merginos turi daugiau emocinių sunkumų negu vaikinai.

3.3 Paauglių – vaikinių ir merginų – adaptyvaus funkcionavimo ypatumai

Įvertinti paauglių adaptyvų funkcionavimą buvo naudojamas *Paauglio psichologinio funkcionavimo klausimynas*. Šis klausimynas turi 6 skales: emociniai sunkumai, neadaptyvus elgesys, socialiai adaptyvus elgesys, prisitaikymas mokykloje, rūpestingas elgesys bei pasitikėjimas savimi. Emocinių sunkumų ir neadaptyvaus elgesio skalių didesni įverčiai atspindi blogesnį funkcionavimą

matuojamose srityse, o likusių skalių didesni įverčiai reiškia geresnį funkcionavimą matuojamose srityse.

Pirmiausia bus pateikti *Paauglio psichologinio funkcionavimo klausimyno* skalių vidurkiai ir standartiniai nuokrypiai.

6 lentelė. *Paauglio psichologinio funkcionavimo klausimyno* vidurkiai ir standartiniai nuokrypiai

Skalės	Teiginiai	M	SD
Emociniai sunkumai	11	23,29	9,73
Neadaptyvus elgesys	6	11,10	3,56
Socialiai adaptyvus elgesys	17	67	9,10
Prisitaikymas mokykloje	8	27,52	5,74
Rūpestingas elgesys	10	35,04	6,41
Pasitikėjimas savimi	6	21,65	4,45

6 lentelėje yra pateikti *Paauglio psichologinio funkcionavimo klausimyno* skalių vidurkiai bei standartiniai nuokrypiai. Iš rezultatų, pateiktų lentelėje, matome, kad paaugliai geriausiai funkcionuoja socialiai adaptyvaus elgesio srityje ($M = 67$), tai reiškia pasižymi geresne savikontrole, taikumu, sutaria su aplinkiniais, laikosi taisyklių. Pasitikėjimas savimi, tai yra ta sritis, kurioje paauglių funkcionavimas blogesnis negu visose kitose matuojamose srityse ($M = 21,65$), tai reiškia, kad jie mažiausiai pasitiki savimi bei mažiausiai patenkinti savimi, taip pat pasiekimų vertinimas žemas bei trūksta laisvumo bendraujant su kitais. Kalbant apie emocinių sunkumų bei neadaptyvaus elgesio skales, tai šių skalių didesni įverčiai atspindi blogesnį funkcionavimą šiose matuojamose srityje. Iš lentelės matome, kad blogesnis funkcionavimas yra emocinių sunkumų srityje ($M = 23,29$), tai reiškia, kad paaugliai šioje imtyje pastaruoju metu patiria pablogėjusios nuotaikos, nerimastingumo, padidėjusio jautrumo požymius.

Toliau bus lyginami vaikinų ir merginų adaptyvaus funkcionavimo ypatumai, rezultatai pateikti 7 lentelėje. Buvo patikrintas *Paauglio psichologinio funkcionavimo klausimyno* duomenų normalumas, pasirinktas Kolmogorov – Smirnov kriterijus, nes imtis yra pakankamai didelė. Rezultatai parodė, kad $p = 0,2 > 0,05$, tai reiškia, kad nėra statistiškai reikšmingo nuokrypio nuo normalaus pasiskirstymo, turi išskirčių, kurių nėra pagrindo šalinti. Todėl skaičiuojant vaikinų ir merginų adaptyvaus funkcionavimo įverčių skirtumus taikomas neparametrinis Mann-Whitney rangų sumų kriterijus U.

7 lentelė. Paauglių – vaikinių ir merginų – adaptyvaus funkcionavimo įverčių palyginimo rezultatai

Emociniai sunkumai					
	N	Vidutinis rangas	U	Z	p
Vaikinai	105	95,17	4427,500	-1,009	0,31
Merginos	92	103,38			
Neadaptyvus elgesys					
	N	Vidutinis rangas	U	Z	p
Vaikinai	105	103,46	4362	-1,178	0,24
Merginos	92	93,91			
Socialiai adaptyvus elgesys					
	N	Vidutinis rangas	U	Z	p
Vaikinai	105	94,58	4366	-1,163	0,25
Merginos	92	104,04			
Prisitaikymas mokykloje					
	N	Vidutinis rangas	U	Z	p
Vaikinai	105	94,98	4407,500	-1,060	0,29
Merginos	92	103,59			
Rūpestingas elgesys					
	N	Vidutinis rangas	U	Z	p
Vaikinai	105	85,99	3464	-3,426	0,00
Merginos	92	113,85			
Pasitikėjimas savimi					
	N	Vidutinis rangas	U	Z	p
Vaikinai	105	107,46	3942	-2,230	0,03
Merginos	92	89,35			
Merginos	92	107,94			

Iš 7 lentelės matome, kad tarp vaikinių ir merginų Emocinių sunkumų, Neadaptyvaus elgesio, Socialiai adaptyvaus elgesio, Prisitaikymo mokykloje įverčių negauti statistiškai reikšmingi skirtumai. Vaikinai ir merginos panašiai funkcionuoja matuojamose srityse. Tačiau iš pateiktos lentelės matome, kad tarp vaikinių ir merginų Rūpestingo elgesio įverčių yra statistiškai reikšmingas skirtumas ($p = 0,00$). Merginos labiau rūpinasi kitais ir priima pagalbą ir rūpestį iš kitų (vidutinis rangas = 113,85) negu vaikinai (vidutinis rangas = 85,99). Taip pat statistiškai reikšmingas skirtumas yra ir tarp vaikinių ir merginų Pasitikėjimo savimi įverčių ($p = 0,03$). Vaikinai labiau pasitiki savimi bei yra labiau patenkinti savimi, laisvesni bendraujant su kitais (vidutinis rangas = 107,46) negu merginos (vidutinis rangas = 89,35).

Taigi, apibendrinus rezultatus matome, kad vaikinai ir merginos panašiai funkcionuoja didžiojoje dalyje visų matuojamų sričių, reikšmingi skirtumai yra tik tarp vaikinių ir merginų

Rūpestingo elgesio bei Pasitikėjimo savimi įverčių. Merginos labiau rūpinasi kitais bei priima pagalbą ir rūpestį iš kitų nei vaikinai, tačiau vaikinai labiau pasitiki savimi ir yra labiau patenkinti savimi, laisvesni bendraujant su kitais nei merginos.

3.4 Elgesio ir emocijų sunkumų bei adaptyvaus funkcionavimo palyginimas pagal paauglių amžių

Toliau duomenys analizuojami taikant Kruskal – Wallis kriterijų k – nepriklausomoms imtims. 8 lentelėje pateikiami rezultatai, kurie atspindi elgesio ir emocijų sunkumų įverčių palyginimą pagal paauglių amžių.

8 lentelė. Paauglių elgesio ir emocijų sunkumų įverčių palyginimo rezultatai pagal amžių

	Amžius	N	Vidutinis rangas	M	SD	Chi ²	df	p
Nerimastingumas / depresiškumas	15	44	80,47	6,4873	4,78476	13,950	3	0,003
	16	40	94,69					
	17	54	93,64					
	18	59	120,65					
Užsisklendimas	15	44	75,34	4,7513	3,36762	17,457	3	0,001
	16	40	94,03					
	17	54	97,18					
	18	59	121,69					
Somatiniai skundai	15	44	84,05	4,6294	3,84386	9,721	3	0,021
	16	40	89,03					
	17	54	99,80					
	18	59	116,19					
Delinkventinis elgesys	15	44	72,16	6,3401	4,69379	21,434	3	0,000
	16	40	92,86					
	17	54	98,45					
	18	59	123,68					
Agresyvus elgesys	15	44	87,11	8,3401	5,09212	7,498	3	0,058
	16	40	103,23					
	17	54	89,61					
	18	59	113,59					

Emociniai sunkumai. Rezultatai parodė, kad yra aptikti statistiškai reikšmingi amžiaus ir nerimastingumo / depresiškumo skirtumai ($p = 0,003 < 0,05$). Matome, kad 18 metų paaugliai yra labiau nerimastingesni negu kitų amžiaus grupių paaugliai (vidutinis rangas = 120,65), o 15 metų paaugliai mažiausiai nerimastingi (vidutinis rangas = 80,47). Taip pat tarp amžiaus ir užsisklendimo ($p = 0,001 < 0,05$) bei somatinių skundų ($p = 0,021 < 0,05$) taip pat yra statistiškai reikšmingi skirtumai. Labiausiai užsisklendę yra 18 metų paaugliai (vidutinis rangas = 121,69), o mažiausiai –

15 metų paaugliai (vidutinis rangas = 75,34). Galime matyti, kad su amžiumi užsisklendimo įverčiai didėja. Somatinių skundų taip pat daugiausiai turi 18 metų paaugliai (vidutinis rangas = 116,19), o mažiausiai – 15 metų paaugliai (vidutinis rangas = 84,05). Taip pat ir čia matome, kad su amžiumi somatinių skundų įverčiai didėja.

Elgesio sunkumai. Nagrinėjant delinkventinį elgesį, aptiki statistiškai reikšmingi skirtumai. Matome, kad delinkventinio elgesio pokyčiai susiję su amžiumi ($p = 0,000$). Rezultatai rodo, kad su amžiumi delinkventinis elgesys linkęs didėti. Tačiau tarp amžiaus ir agresyvaus elgesio statistiškai reikšmingų skirtumų neaptikta ($p = 0,058$).

Toliau analizuojant rezultatus taip pat taikomas Kruskal – Wallis kriterijus k – nepriklausomoms imtims. 9 lentelėje pateikiami rezultatai, kurie atspindi adaptyvaus funkcionavimo įverčių palyginimą pagal paauglių amžių.

9 lentelė. Paauglių adaptyvaus funkcionavimo įverčių palyginimo rezultatai pagal amžių

	Amžius	N	Vidutinis rangas	M	SD	Chi ²	df	p
Emociniai sunkumai	15	44	83,65	23,2893	9,73069	6,314	3	0,097
	16	40	92,73					
	17	54	104,19					
	18	59	109,95					
Neadaptyvus elgesys	15	44	80,65	11,0964	3,55795	9,103	3	0,028
	16	40	96,29					
	17	54	99,03					
	18	59	114,50					
Socialiai adaptyvus elgesys	15	44	95,95	66,9695	9,10086	3,189	3	0,363
	16	40	96,54					
	17	54	110,50					
	18	59	92,42					
Prisitaikymas mokykloje	15	44	110,26	27,5178	5,74420	6,460	3	0,091
	16	40	105,34					
	17	54	101,58					
	18	59	83,94					
Rūpestingas elgesys	15	44	99,73	35,0355	6,41377	3,542	3	0,315
	16	40	98,01					
	17	54	109,57					
	18	59	89,45					
Pasitikėjimas savimi	15	44	107,22	21,6497	4,45203	4,050	3	0,256
	16	40	102,29					
	17	54	103,18					
	18	59	86,82					

Gauti rezultatai atskleidžia, kad statistiškai reikšmingas skirtumas yra tik tarp paauglių amžiaus ir neadaptyvaus elgesio ($p = 0,028 < 0,05$). Galime matyti, kad neadaptyvus elgesys

būdingesnis vyresnio nei jaunesnio amžiaus paaugliams. Matome, kad labiausiai neadaptyvus elgesys būdingas 18 metų paaugliams (vidutinis rangas = 114,50), o mažiausiai būdingas 15 metų paaugliams (vidutinis rangas = 80,65).

3.5 Sąsajos tarp paauglių pasitenkinimo gyvenimu, elgesio ir emocijų sunkumų bei adaptyvaus funkcionavimo

Vienas iš šio tyrimo uždavinių yra atskleisti galimas sąsajas tarp paauglių pasitenkinimo gyvenimu, elgesio ir emocijų sunkumų bei adaptyvaus funkcionavimo ypatumų. Pirmiausia, 10 lentelėje, bus pateiktos *Daugiamatės mokinių pasitenkinimo gyvenimu skalės* subskalių tarpusavio sąsajos.

10 lentelė. *Daugiamatės mokinių pasitenkinimo gyvenimu skalės subskalių tarpusavio sąsajos*

		1	2	3	4	5	6
Šeima	r _s	1,000					
	p						
Draugai	r _s	0,393***	1,000				
	p	0,000					
Mokykla	r _s	0,344***	0,349***	1,000			
	p	0,000	0,000				
Gyvenamoji aplinka	r _s	0,478***	0,363***	0,350***	1,000		
	p	0,000	0,000	0,000			
Aš pats	r _s	0,495***	0,457***	0,393***	0,392***	1,000	
	p	0,000	0,000	0,000	0,000		

*Koreliacija statistiškai reikšminga, kai $p < 0,05$ **Koreliacija statistiškai reikšminga, kai $p < 0,01$ ***Koreliacija statistiškai reikšminga, kai $p < 0,001$

Iš lentelės matome, kad tarpusavyje subskalės koreliuoja, taip pat ir su visa skale, visur yra tiesioginiai ryšiai. Daugiausiai ryšys svyruoja nuo vidutinio stiprumo iki stipraus ryšio. Taip pat, iš lentelės matyti, kad p reikšmė visur rodo, jog yra statistiškai reikšminga koreliacija. Tai reiškia, kad kuo paauglys labiau patenkintas viena sritimi, tuo pasitenkinimas didėja ir kita sritimi.

Toliau, pateikiama lentelė, kurioje galima matyti elgesio ir emocijų sunkumų skalių tarpusavio sąsajas.

11 lentelė. Jaunuolio klausimyno visų tyrime naudotų skalių tarpusavio sąsajos

		1	2	3	4	5	6	7
Nerimastingumas / depresiškumas	r _s	1,000						
	p							
Užsisklendimas / depresiškumas	r _s	0,716***	1,000					
	p	0,000						
Somatiniai skundai	r _s	0,604***	0,495***	1,000				
	p	0,000	0,000					
Delinkventinis elgesys	r _s	0,427***	0,493***	0,444***	1,000			
	p	0,000	0,000	0,000				
Agresyvus elgesys	r _s	0,452***	0,405***	0,549***	0,563***	1,000		
	p	0,000	0,000	0,000	0,000			
Internalūs sunkumai	r _s	0,919***	0,850***	0,784***	0,541***	0,552***		
	p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	1,000	
Eksternalūs sunkumai	r _s	0,479***	0,492***	0,558***	0,842***	0,908***	0,604***	1,000
	p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	

*Koreliacija statistiškai reikšminga, kai $p < 0,05$ **Koreliacija statistiškai reikšminga, kai $p < 0,01$ ***Koreliacija statistiškai reikšminga, kai $p < 0,001$

Iš lentelės matome, kad tarp elgesio ir emocijų sunkumų skalių vyrauja tiesioginis ryšys, jos koreliuoja tarpusavyje, ryšys svyruoja nuo vidutinio stiprumo iki labai stipraus ryšio. Rezultatai rodo, kad tarp visų skalių yra statistiškai reikšminga koreliacija. Vadinasi, kuo daugiau tiriamieji turi vienokio tipo sunkumų, tuo daugiau ir kitokio tipo sunkumų atsiranda.

Kita lentelė, kuri yra pateikta – tai Paauglio psichologinio funkcionavimo klausimyno skalių tarpusavio sąsajos (12 lentelė).

12 lentelė. Paauglio psichologinio funkcionavimo klausimyno skalių tarpusavio sąsajos

		1	2	3	4	5	6
Emociniai sunkumai	r _s	1,000					
	p						
Neadaptyvus elgesys	r _s	0,434***	1,000				
	p	0,000					
Socialiai adaptyvus elgesys	r _s	-0,265***	-0,425***	1,000			
	p	0,000	0,000				
Prisitaikymas mokykloje	r _s	-0,330***	-0,330***	0,504***	1,000		
	p	0,000	0,000	0,000			
Rūpestingas elgesys	r _s	-0,160*	-0,185**	0,695***	0,355***	1,000	
	p	0,025	0,009	0,000	0,000		
Pasitikėjimas savimi	r _s	-0,414***	-0,196**	0,561***	0,434***	0,418***	1,000
	p	0,000	0,006	0,000	0,000	0,000	

*Koreliacija statistiškai reikšminga, kai $p < 0,05$ **Koreliacija statistiškai reikšminga, kai $p < 0,01$ ***Koreliacija statistiškai reikšminga, kai $p < 0,001$

Iš šios lentelės matome, skalės koreliuoja tarpusavyje, visur yra statistiškai reikšmingos koreliacijos, tarp skalių vyrauja ir teigiamas, ir neigiamas ryšys. Galime matyti, kad kad kuo daugiau tiriamieji turi neadaptivaus elgesio bruožų (alkoholio vartojimas, rūkymas, agresyvus / iššaukiantis elgesys, mėginimai žudyti), tuo daugiau patiria emocinių sunkumų; kuo labiau yra socialiai adaptyvus elgesys, tuo mažiau patiriama emocinių sunkumų; kuo geresnis funkcionavimas socialiai adaptivaus elgesio srityje, tuo mažiau yra neadaptivaus elgesio bruožų; kuo geresnis prisitaikymas mokykloje (paauglio, tėvų, mokytojų mokymosi rezultatų vertinimas, mokyklos taisyklių laikymasis, susidorojimas su mokymosi krūviu), tuo mažiau paaugliai patiria emocinių sunkumų, mažiau neadaptivaus elgesio bruožų; kad didėjant geresniam prisitaikymui mokykloje, didėja ir socialiai adaptyvus elgesys; kuo geresnis funkcionavimas rūpestingo elgesio srityje, tuo mažiau tiriamieji patiria emocinių sunkumų; kuo geresnis funkcionavimas rūpestingo elgesio srityje, tuo mažesnis neadaptyvus elgesys; kuo geresnis funkcionavimas rūpestingo elgesio srityje, tuo geresnis ir funkcionavimas socialiai adaptivaus elgesio srityje; kuo geresnis funkcionavimas rūpestingo elgesio srityje, tuo geresnis ir prisitaikymas mokykloje; didėjant pasitikėjimui savimi, mažėja patiriami emociniai sunkumai bei neadaptyvus elgesys; didėjant pasitikėjimui savimi, didėja ir socialiai adaptyvus elgesys, gerėja prisitaikymas mokykloje bei didėja rūpestingas elgesys.

Taigi, toliau bus pateiktos pasitenkinimo gyvenimu bei elgesio ir emocijų sunkumų sąsajos. Rezultatai pateikti 13 lentelėje.

13 lentelė. Pasitenkinimo gyvenimu bei elgesio ir emocijų sunkumų sąsajos

		Nerimastingumas / depresiškumas	Užsisklendimas / depresiškumas	Somatiniai skundai	Delinkventinis elgesys	Agresyvus elgesys	Internalūs sunkumai	Eksternalūs sunkumai
Šeima	r _s	-0,318***	-0,338***	-0,154*	-0,243**	-0,170*	-0,320***	-0,209**
	p	0,000	0,000	0,030	0,001	0,017	0,000	0,003
Draugai	r _s	-0,273***	-0,282***	-0,238**	-0,064	-0,113	-0,304***	-0,113
	p	0,000	0,000	0,001	0,369	0,112	0,000	0,113
Mokykla	r _s	-0,228**	-0,258***	-0,209**	-0,226**	-0,160*	-0,254***	-0,207**
	p	0,001	0,000	0,003	0,001	0,025	0,000	0,004
Gyvenamoji aplinka	r _s	-0,248***	-0,328***	-0,209**	-0,250***	-0,239**	-0,310***	-0,269***
	p	0,000	0,000	0,003	0,000	0,001	0,000	0,000
Aš pats	r _s	-0,346***	-0,403***	-0,134	-0,032	-0,088	-0,327***	-0,072
	p	0,000	0,000	0,061	0,651	0,220	0,000	0,313
Bendras pasitenkinimas gyvenimu	r _s	-0,376***	-0,437***	-0,263***	-0,237**	-0,225**	-0,415***	-0,253***
	p	0,000	0,000	0,000	0,001	0,001	0,000	0,000

*Koreliacija statistiškai reikšminga, kai $p < 0,05$ **Koreliacija statistiškai reikšminga, kai $p < 0,01$ ***Koreliacija statistiškai reikšminga, kai $p < 0,001$

Rezultatai rodo, kad tarp pasitenkinimo šeima ir nerimastingumo / depresiškumo ($r_s = -0,318$; $p = 0,000$), užsisklendimo ($r_s = -0,338$; $p = 0,000$), somatinių skundų ($r_s = -0,154$; $p = 0,030$), delinkventinio elgesio ($r_s = -0,243$; $p = 0,001$), agresyvaus elgesio ($r_s = -0,170$; $p = 0,017$), bendrai

internalių ($r_s = -0,320$; $p = 0,000$) ir bendrai eksternalių ($r_s = -0,209$; $p = 0,003$) sunkumų yra statistiškai reikšmingos koreliacijos, ryšys neigiamas, kuris svyruoja nuo silpno iki vidutinio stiprumo, taigi tai reiškia, kad didėjant pasitenkinimui šeima, mažėja nerimastingumas / depresiškumas, užsisklendimas, somatinių skundų turėjimas, delinkventinis bei agresyvus elgesys, apibendrinant mažėja internalūs ir eksternalūs sunkumai. Toliau, sąsajos tarp pasitenkinimo draugais ir elgesio bei emocijų sunkumų, čia matome, kad statistiškai reikšmingos koreliacijos yra tik tarp pasitenkinimo draugais ir nerimastingumo / depresiškumo ($r_s = -0,273$; $p = 0,000$), užsisklendimo ($r_s = -0,282$; $p = 0,000$), somatiniais skundais ($r_s = -0,238$; $p = 0,001$), apibendrinant bendrai internaliais sunkumais ($r_s = -0,304$; $p = 0,000$), čia ryšys neigiamas, kuris pakankamai silpnas, tačiau vis tik, tai rodo, kad didėjant pasitenkinimui draugais, mažėja patiriami emocijų sunkumai. Tarp pasitenkinimo mokykla ir nerimastingumo / depresiškumo ($r_s = -0,228$; $p = 0,001$), užsisklendimo ($r_s = -0,258$; $p = 0,000$), somatinių skundų ($r_s = -0,209$; $p = 0,003$), delinkventinio ($r_s = -0,226$; $p = 0,001$), agresyvaus ($r_s = -0,160$; $p = 0,025$) elgesio sunkumų yra statistiškai reikšmingos koreliacijos, kurios yra neigiamos ir silpnos, tačiau tai rodo, kad didėjant pasitenkinimui mokykla, mažėja patiriami elgesio ir emocijų sunkumai. Tarp pasitenkinimo gyvenamąja aplinka ir nerimastingumo / depresiškumo ($r_s = -0,248$; $p = 0,000$), užsisklendimo ($r_s = -0,328$; $p = 0,000$), somatinių skundų ($r_s = -0,209$; $p = 0,003$), delinkventinio ($r_s = -0,250$; $p = 0,000$), agresyvaus ($r_s = -0,239$; $p = 0,001$) elgesio sunkumų yra statistiškai reikšmingos koreliacijos, ryšys neigiamas, tai rodo, kad didėjant pasitenkinimui gyvenamąja aplinka, mažėja patiriami elgesio ir emociniai sunkumai. Statistiškai reikšmingų sąsajų yra tik tarp pasitenkinimo savimi ir nerimastingumo / depresiškumo ($r_s = -0,346$; $p = 0,000$), užsisklendimo ($r_s = -0,403$; $p = 0,000$), koreliacija neigiama, tai reiškia, kad didėjant pasitenkinimui savimi, mažėja nerimastingumas / depresiškumas, užsisklendimas. Taigi, iš rezultatų matome, jog didėjant pasitenkinimui gyvenimu, mažėja paauglių patiriami elgesio ir emocijų sunkumai.

Toliau pateikiama lentelė, kurioje atsispindi sąsajos tarp pasitenkinimo gyvenimu ir adaptyvaus funkcionavimo ypatumų (14 lentelė).

14 lentelė. Pasitenkinimo gyvenimu ir adaptyvaus funkcionavimo sąsajos

		Emociniai sunkumai	Neadaptivus elgesys	Socialiai adaptivus elgesys	Prisitaikymas mokykloje	Rūpestingas elgesys	Pasitikėjimas savimi
Šeima	r _s	-0,267***	-0,227**	0,368***	0,279***	0,407***	0,459***
	p	0,000	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000
Draugai	r _s	-0,225**	0,002	0,265***	0,171*	0,299***	0,297***
	p	0,001	0,979	0,000	0,016	0,000	0,000
Mokykla	r _s	-0,232**	-0,173*	0,215**	0,421***	0,258***	0,279***
	p	0,001	0,015	0,002	0,000	0,000	0,000
Gyvenamoji aplinka	r _s	-0,222**	-0,207**	0,301***	0,286***	0,270***	0,317***
	p	0,002	0,004	0,000	0,000	0,000	0,000
Aš pats	r _s	-0,259***	-0,066	0,296***	0,262***	0,352***	0,520***
	p	0,000	0,359	0,000	0,000	0,000	0,000
Bendras pasitenkinimas gyvenimu	r _s	-0,314***	-0,181*	0,389***	0,411***	0,432***	0,487***
	p	0,000	0,011	0,000	0,000	0,000	0,000

*Koreliacija statistiškai reikšminga, kai $p < 0,05$ **Koreliacija statistiškai reikšminga, kai $p < 0,01$ ***Koreliacija statistiškai reikšminga, kai $p < 0,001$

Iš 14 lentelės matyti, kad tarp pasitenkinimo šeima ir emocinių sunkumų ($r_s = -0,267$; $p = 0,000$) bei neadaptivaus elgesio ($r_s = -0,227$; $p = 0,001$) yra neigiamas silpnas ryšys ir statistiškai reikšminga koreliacija, vadinasi, kad didėjant pasitenkinimui šeima, mažėja patiriami paauglių emociniai sunkumai bei neadaptivus elgesys. Tarp pasitenkinimo šeima ir socialiai adaptivaus elgesio ($r_s = 0,368$; $p = 0,000$), prisitaikymo mokykloje ($r_s = 0,279$; $p = 0,000$), rūpestingo elgesio ($r_s = 0,407$; $p = 0,000$), pasitikėjimo savimi ($r_s = 0,459$; $p = 0,000$) bei bendro adaptyvaus funkcionavimo ($r_s = 0,302$; $p = 0,000$) yra statistiškai reikšminga koreliacija, teigiamas ryšys, reiškia, kad didėjant pasitenkinimui šeima, didėja ir geresnis funkcionavimas socialiai adaptivaus elgesio srityje, prisitaikymo mokykloje, rūpestingo elgesio, pasitikėjimo savimi srityse bei didėja ir bendras geresnis adaptyvus funkcionavimas visose matuojamose srityse. Tarp pasitenkinimo draugais ir emocinių sunkumų yra statistiškai reikšminga koreliacija ($p = 0,001$) bei neigiamas ryšys ($r_s = -0,225$), tai rodo, kad didėjant pasitenkinimui draugais, mažėja patiriami emociniai sunkumai. Toliau, tarp pasitenkinimo draugais ir socialiai adaptivaus elgesio ($r_s = 0,265$; $p = 0,000$), prisitaikymo mokykloje ($r_s = 0,171$; $p = 0,016$), rūpestingo elgesio ($r_s = 0,299$; $p = 0,000$), pasitikėjimo savimi ($r_s = 0,297$; $p = 0,000$) yra statistiškai reikšmingos koreliacijos, ryšys teigiamas, vadinasi, didėjant pasitenkinimui draugais, didėja ir geresnis funkcionavimas socialiai adaptivaus elgesio srityje, prisitaikymo mokykloje, rūpestingo elgesio, pasitikėjimo savimi srityse. Tarp pasitenkinimo mokykla ir emocinių sunkumų ($r_s = -0,232$; $p = 0,001$) bei neadaptivaus elgesio ($r_s = -0,173$; $p = 0,015$) yra statistiškai reikšmingos koreliacijos, ryšys neigiamas, tai rodo, jog didėjant pasitenkinimui mokykla, mažėja patiriami paauglių emociniai sunkumai bei neadaptivus elgesys. O tarp pasitenkinimo mokykla ir socialiai adaptivaus elgesio ($r_s = 0,215$; $p = 0,002$), prisitaikymo mokykloje ($r_s = 0,421$; $p = 0,000$),

rūpestingo elgesio ($r_s = 0,258$; $p = 0,000$), pasitikėjimo savimi ($r_s = 0,279$; $p = 0,000$) yra teigiamas ryšys ir statistiškai reikšmingos koreliacijos, tai reiškia, kad didėjant pasitenkinimui mokykla, didėja ir geresnis funkcionavimas socialiai adaptyvaus elgesio srityje, prisitaikymo mokykloje, rūpestingo elgesio, pasitikėjimo savimi srityse. Toliau žiūrint į rezultatus matome, kad tarp pasitenkinimo gyvenamąja aplinka ir emocinių sunkumų ($r_s = -0,222$; $p = 0,002$) bei neadaptyvaus elgesio ($r_s = -0,207$; $p = 0,004$) yra statistiškai reikšmingos koreliacijos ir neigiamas ryšys, kuris rodo, jog didėjant pasitenkinimui gyvenamąja aplinka, mažėja emociniai sunkumai ir neadaptyvus elgesys. Tačiau, tarp pasitenkinimo gyvenamąja aplinka ir socialiai adaptyvaus elgesio ($r_s = 0,301$; $p = 0,000$), prisitaikymo mokykloje ($r_s = 0,286$; $p = 0,000$), rūpestingo elgesio ($r_s = 0,270$; $p = 0,000$), pasitikėjimo savimi ($r_s = 0,317$; $p = 0,000$) yra tiesioginis ryšys, statistiškai reikšmingos koreliacijos, kas rodo, kad, didėjant pasitenkinimui gyvenamąja aplinka, didėja ir paauglių geresnis funkcionavimas socialiai adaptyvaus elgesio srityje, prisitaikymo mokykloje, rūpestingo elgesio, pasitikėjimo savimi srityse. Tarp pasitenkinimo savimi ir emocinių sunkumų yra neigiamas ryšys ($r_s = -0,259$) ir statistiškai reikšminga koreliacija ($p = 0,000$), vadinasi, kad didėjant pasitenkinimui savimi, mažėja tiriamųjų emociniai sunkumai. Taip pat statistiškai reikšmingos koreliacijos yra tarp pasitenkinimo savimi ir socialiai adaptyvaus elgesio ($r_s = 0,296$; $p = 0,000$), prisitaikymo mokykloje ($r_s = 0,262$; $p = 0,000$), rūpestingo elgesio ($r_s = 0,352$; $p = 0,000$), pasitikėjimo savimi ($r_s = 0,520$; $p = 0,000$). Čia ryšys visur yra teigiamas, vyrauja nuo silpno iki jau pastebimo ryšio. Šie rezultatai rodo, kad didėjant pasitenkinimui savimi, didėja ir ir paauglių geresnis funkcionavimas socialiai adaptyvaus elgesio srityje, prisitaikymo mokykloje, rūpestingo elgesio, pasitikėjimo savimi srityse. Na ir žinoma, kad tarp bendro pasitenkinimo gyvenimu ir emocinių sunkumų ($r_s = -0,314$; $p = 0,000$) bei neadaptyvaus elgesio ($r_s = -0,181$; $p = 0,011$) yra neigiamas ryšys bei statistiškai reikšmingos koreliacijos, reiškia, kad didėjant bendram pasitenkinimui gyvenimu, mažėja patiriami emociniai sunkumai ir neadaptyvus elgesys.

Kitoje lentelėje yra pateiktos sąsajos tarp elgesio ir emocijų sunkumų bei adaptyvaus funkcionavimo ypatumų (15 lentelė).

15 lentelė. *Elgesio ir emocijų sunkumų bei adaptyvaus funkcionavimo sąsajos*

		Emociniai sunkumai	Neadaptyvus elgesys	Socialiai adaptyvus elgesys	Prisitaikymas mokykloje	Rūpestingas elgesys	Pasitikėjimas savimi
Nerimastingumas / depresiškumas	r_s	0,595***	0,324***	-0,239**	-0,299***	-0,127	-0,495***
	p	0,000	0,000	0,001	0,000	0,075	0,000
Užsisklendimas / depresiškumas	r_s	0,515***	0,336***	-0,259***	-0,297***	-0,291***	-0,450***
	p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
Somatiniai skundai	r_s	0,500***	0,310***	-0,145*	-0,256***	0,004	-0,265***
	p	0,000	0,000	0,042	0,000	0,958	0,000
Delinkventinis elgesys	r_s	0,356***	0,604***	-0,255***	-0,385***	-0,104	-0,120
	p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,146	0,092
Agresyvus elgesys	r_s	0,331***	0,520***	-0,311***	-0,246***	-0,059	-0,130
	p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,414	0,068
Internalūs sunkumai	r_s	0,614***	0,372***	-0,243**	-0,320***	-0,160*	-0,453***
	p	0,000	0,000	0,001	0,000	0,025	0,000
Eksternalūs sunkumai	r_s	0,373***	0,615***	-0,317***	-0,347***	-0,089	-0,121
	p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,215	0,089

*Koreliacija statistiškai reikšminga, kai $p < 0,05$ **Koreliacija statistiškai reikšminga, kai $p < 0,01$ ***Koreliacija statistiškai reikšminga, kai $p < 0,001$

Iš lentelės matyti, kad tarp nerimastingumo / depresiškumo ir emocijų sunkumų ($r_s = 0,595$; $p = 0,000$) bei neadaptyvaus elgesio ($r_s = 0,324$; $p = 0,000$) yra statistiškai reikšmingos koreliacijos, ryšys tiesioginis, vadinasi, kad didėjant nerimastingumui / depresiškumui, didėja ir patiriami emociniai sunkumai (pablogėjusi nuotaika, padidėjęs jautrumas) bei neadaptyvus elgesys (alkoholio vartojimas, rūkymas, agresyvus / iššaukiantis elgesys, mėginimas žudyti). Tačiau tarp nerimastingumo / depresiškumo ir socialiai adaptyvaus elgesio ($r_s = -0,239$; $p = 0,001$), prisitaikymo mokykloje ($r_s = -0,299$; $p = 0,000$), pasitikėjimo savimi ($r_s = -0,495$; $p = 0,000$) yra neigiamas ryšys, statistiškai reikšmingos koreliacijos, ir tai nurodo, kad didėjant nerimastingumui / depresiškumui, mažėja socialiai adaptyvus elgesys (savikontrolė, taikumas, taisyklių paisymas, sutarimas su aplinkiniais), prisitaikymas mokykloje (mokyklos taisyklių laikymasis, susidorojimas su mokymosi krūviu), pasitikėjimas savimi (laisvumas bendraujant, pasitenkinimas savimi, savo pasiekimų vertinimas). Tarp užsisklendimo ir emocijų sunkumų ($r_s = 0,515$; $p = 0,000$) bei neadaptyvaus elgesio ($r_s = 0,336$; $p = 0,000$) yra statistiškai reikšmingos koreliacijos, ryšys tiesioginis, kuris nurodo, kad didėjant užsisklendimui, didėja ir patiriami paauglių emociniai sunkumai ir neadaptyvus elgesys. Tarp užsisklendimo ir socialiai adaptyvaus elgesio ($r_s = -0,259$; $p = 0,000$), prisitaikymo mokykloje ($r_s = -0,297$; $p = 0,000$), rūpestingo elgesio ($r_s = -0,291$; $p = 0,000$), pasitikėjimo savimi ($r_s = -0,450$; $p = 0,000$) yra neigiamas ryšys, statistiškai reikšmingos koreliacijos, rezultatai nurodo, kad didėjant užsisklendimui, mažėja socialiai adaptyvus elgesys, prisitaikymas mokykloje, rūpestingas elgesys (rūpinimasis kitais, rūpesčio ir pagalbos iš kitų priėmimas ir siekimas), pasitikėjimas savimi. Tarp somatinių skundų ir emocijų sunkumų ($r_s = 0,500$; $p = 0,000$) bei neadaptyvaus elgesio ($r_s = 0,310$;

$p = 0,000$) yra statistiškai reikšmingos koreliacijos, ryšys tiesioginis, kas reiškia, jog didėjant somatiniams skundams, didėja ir patiriami emociniai sunkumai bei neadaptyvus elgesys, o tarp somatinių skundų ir socialiai adaptyvaus elgesio ($r_s = -0,145$; $p = 0,042$), prisitaikymo mokykloje ($r_s = -0,256$; $p = 0,000$), pasitikėjimo savimi ($r_s = -0,265$; $p = 0,000$) yra neigiamas ryšys, statistiškai reikšmingos koreliacijos, vadinasi, didėjant somatiniams skundams, mažėja socialiai adaptyvus elgesys, prisitaikymas mokykloje, pasitikėjimas savimi. Tarp delinkventinio elgesio ir emocinių sunkumų ($r_s = 0,356$; $p = 0,000$) bei neadaptyvaus elgesio ($r_s = 0,604$; $p = 0,000$) yra statistiškai reikšmingos koreliacijos, ryšys tiesioginis, svyruoja nuo vidutinio stiprumo iki pastebimo, vadinasi, kad kuo labiau paaugliai susiduria su delinkventiniu elgesiu, tuo didėja ir patiriami emociniai sunkumai bei neadaptyvus elgesys, o tarp delinkventinio elgesio ir socialiai adaptyvaus elgesio ($r_s = -0,255$; $p = 0,000$) bei prisitaikymo mokykloje ($r_s = -0,385$; $p = 0,000$) yra neigiamas ryšys, statistiškai reikšmingos koreliacijos, tai reiškia, kad kuo daugiau turima delinkventinio elgesio bruožų, tuo labiau mažėja socialiai adaptyvus elgesys ir prisitaikymas mokykloje. Iš rezultatų matome, kad tarp agresyvaus elgesio ir emocinių sunkumų ($r_s = 0,331$; $p = 0,000$) bei neadaptyvaus elgesio ($r_s = 0,520$; $p = 0,000$) yra statistiškai reikšmingos koreliacijos, ryšys tiesioginis, vidutinio stiprumo ar jau net pastebimas, vadinasi, kad didėjant agresyviai elgesiui, didėja ir emociniai sunkumai bei neadaptyvus elgesys, o tarp agresyvaus elgesio ir socialiai adaptyvaus elgesio ($r_s = -0,311$; $p = 0,000$) bei prisitaikymo mokykloje ($r_s = -0,246$; $p = 0,000$) yra neigiamas ryšys, statistiškai reikšmingos koreliacijos, vadinasi, kad didėjant agresyviai elgesiui, mažėja socialiai adaptyvus elgesys ir prisitaikymas mokykloje. Apibendrinant, iš rezultatų matome, kad kuo daugiau tiriamieji turi internalių sunkumų, tuo didesnis yra neadaptyvus elgesys ir tuo labiau mažėja socialiai adaptyvus elgesys, prisitaikymas mokykloje, rūpestingas elgesys ir pasitikėjimas savimi, taip pat, kuo daugiau paaugliai turi eksternalių sunkumų, tuo daugiau ir patiriami emociniai sunkumai, didėja neadaptyvus elgesys ir mažėja socialiai adaptyvus elgesys ir prisitaikymas mokykloje (žr. 15 lentelę).

3.6 Prognostiniai paauglių pasitenkinimo gyvenimu veiksniai

Vienas iš šio tyrimo uždavinių – nustatyti prognostinius paauglių pasitenkinimo gyvenimu veiksniai. Buvo pasirinkti internalūs sunkumai ir prisitaikymas mokykloje, tad uždavinys susikonkretina – nustatyti, ar paauglių pasitenkinimą gyvenimu prognozuoja mažiau išreikšti internalūs sunkumai bei geresnis prisitaikymas mokykloje. Analizei pasirinkta naudoti daugialypės tiesinės regresijos modelį.

Pirmiausia buvo patikrintas modelio statistinis tinkamumas analizei. Priklausomas kintamasis – pasitenkinimas gyvenimu, nepriklausomi – internalūs sunkumai bei prisitaikymas mokykloje.

Modelio determinacijos koeficientas ($R^2 = 0,267$) paaiškina 26,7% pasitenkinimo gyvenimu dispersijos ir modelis yra statistiškai reikšmingas. Nors ir prisitaikymo mokykloje bei internalių sunkumų skalės tarpusavyje koreliuoja, tačiau multikolinearumo pastebėta nebuvo (tolerancija = 0,924; VIF = 1,082). Nuspręsta, kad modelis ($R = 0,517$, $R^2 = 0,267$, $p = 0,000$) yra tinkamas.

Kadangi daugialypės regresinės analizės metodu ištyrėme, kaip paauglių pasitenkinimui gyvenimu daro įtaką prisitaikymas mokykloje ir patiriami internalūs sunkumai, tai galime užrašyti regresijos lygtį, geriausiai nusakančią priklausomo ir nepriklausomų kintamųjų ryšį. Analizuotų nepriklausomų kintamųjų atveju daugialypės tiesinės regresijos lygtis bus:

Pasitenkinimas gyvenimu = $3,564 - 0,019 \times \text{internalūs sunkumai} + 0,037 \times \text{prisitaikymas mokykloje}$.

16 lentelė. *Daugialypės tiesinės regresijos modelis, prognozuojant paauglių pasitenkinimą gyvenimu*

Modelis	B	Beta	t	p	Tolerancija	VIF
Konstanta	3,564					
Internalūs sunkumai	-0,019	-0,312	-4,889	0,000	0,924	1,082
Prisitaikymas mokykloje	0,037	0,335	5,242	0,000	0,924	1,082

*Statistiškai reikšminga, kai $p < 0,01$

Statistiškai reikšmingi patiriamų internalių sunkumų koeficientai ($B = -0,019$, $Beta = -0,312$, $p = 0,000$) ir prisitaikymo mokykloje koeficientai ($B = 0,037$, $Beta = 0,335$, $p = 0,000$) prognozuoja 26,7% paauglių pasitenkinimo gyvenimu. Galima prognozuoti, kad mažėjant patiriamiems internaliems sunkumams bei gerėjant prisitaikymui mokykloje, didėja pasitenkinimas gyvenimu. Labiau paauglių pasitenkinimą gyvenimu prognozuoja geresnis prisitaikymas mokykloje ($Beta = 0,335$).

4. REZULTATŲ APTARIMAS

Paauglystė yra tas metas, kuomet vaiko gyvenime vyksta didžiausi pasikeitimai, intensyviausi savęs ieškojimai, šiuo amžiaus tarpsniu vaikai itin jautrūs. Tad, šiuo momentu svarbu,

kad paaugliai patirtų kuo sėkmingesnį prisitaikymą prie kintančių sąlygų, kuo labiau jaunuoliai jaustųsi patenkinti gyvenimu, turėtų kuo geresnius santykius su šeima ir draugais, kuo mažiau būtų elgesio ir emocijų sunkumų, nes pastaraisiais metais vis dažniau kalbama apie susirgimą depresija ir kitomis ligomis būtent šiuo jautriu laikotarpiu. Ypač pastaraisiais metais nemažėja susidomėjimas žmonių subjektyvia gerove, kurios vienas iš komponentų yra pasitenkinimas gyvenimu. Apibendrinant teoriją ir mokslininkų atliktus tyrimus matome, kad kuo labiau žmogus yra patenkintas gyvenimu, atskiramis jo sritimis, tuo labiau jaučiasi ir laimingas, tuomet, tikėtina, kad ir elgesio ar emocijų sunkumų mažiau arba jų išvis nėra. Taigi, šiuo tyrimu buvo siekta atskleisti paauglių pasitenkinimo gyvenimu, elgesio ir emocijų sunkumų bei adaptyvaus funkcionavimo ypatumus bei sąsajas.

Tyrimo rezultatai atskleidė, jog paaugliai labiausiai patenkinti yra draugais bei šeima, o mažiausiai patenkinti jie yra mokykla. Galima daryti prielaidą, kad šeimoje ir draugų rate vyrauja teigiami santykiai, šeima ir draugai palaikantys, suprantantys, nesmerkiantys. O mokykloje, galbūt, patiria didelį krūvį, ne visada susitvarko su mokymosi krūviu, mokytojai spaudžia ir daug reikalauja, todėl ir atsispindi mažiausias pasitenkinimas mokykla. Galima galvoti, kad mokykloje patiriamas stresas, įtampa, nerimas dėl prieš tai minėtų dalykų ir gal ne visada pavyksta sumažinti ar stabilizuoti kylančias emocijas. Šio tyrimo rezultatų vienas iš aspektų, apie paauglių pasitenkinimą tam tikromis sritimis, sutampa ir su Gedutienės ir Lukšaitės – Samaitienės (2018) atlikto tyrimo rezultatais, kuriuo siekė išsiaiškinti *Daugiamatės mokinių pasitenkinimo gyvenimu skalės* lietuviškosios versijos psichometrinius rodiklius. Minėtos autorės nurodė, kad jų tyrime dalyvavę mokiniai taip pat labiausiai patenkinti draugais ir šeima, o mažiausiai – mokykla. O Šarakauskienė ir Bagdonas (2010) iš savo atlikto tyrimo atskleidė, jog tiriamieji aukštesnius balus duoda pasitenkinimui draugais bei savimi. O mažiausiai patenkinti, vėlgį, mokykla ir gyvenamąją aplinką.

Buvo tikėtasi, kad tarp vaikinių ir merginų pasitenkinimo gyvenimu ir atskiramis jo sritimis įverčių bus statistiškai reikšmingas skirtumas, tačiau šio tyrimo rezultatai atskleidė, kad statistiškai reikšmingo skirtumo nėra. Tai reiškia, kad šioje imtyje vaikinai ir merginos panašiai patenkinti gyvenimu ir atskiramis jo sritimis. Gali būti, kad moksleiviai, dalyvaudami tokiose apklausose, neatsiveria iki galo, jiems sunku nuoširdžiai ir atvirai įvertinti save, nežiūri į tai rimtai, nes kai kurie tyrimo dalyviai labai greit užpildydavo klausimyną ir atiduodavo tyrėjui. Tačiau yra tyrimų, kurie atskleidžia skirtumus tarp vaikinių ir merginų pasitenkinimo gyvenimu. Štai Šarakauskienės ir Bagdono (2010) tyrimas atskleidžia, kad merginos yra labiau patenkintos mokykla nei vaikinai, o vaikinai labiau patenkinti gyvenamąją aplinką nei merginos. Autoriai sako, kad gal merginos labiau patenkintos mokykla todėl, kad joms pavyksta sėkmingiau mokytis negu vaikinams. Taip pat minėtų autorių tyrimų rezultatai nurodo, kad merginos ir vaikinai yra vienodai patenkinti

savimi, šeima. Kaip jau minėjau anksčiau, Bagdonas ir Šarakauskienė (2010) nagrinėjo vyresniųjų klasių mokinių subjektyvios gerovės komponentų ir sociodemografinių kintamųjų ryšį ir išskyrė tokius autorius, kaip R. Gilman su kolegomis (2000), kurie tyrinėdami pasitenkinimą gyvenimu nenustatė ryšio tarp pasitenkinimo gyvenimu, atskiromis gyvenimo sritimis ir amžiaus bei klasės, tačiau išskyrė vieną pastebėjimą, jog merginų pasitenkinimas draugais buvo didesnis nei vaikinių (Bagdonas ir Šarakauskienė, 2010).

Nagrinėjant vaikinių ir merginų elgesio ir emocijų sunkumų ypatumus, buvo gauta, kad iš emocinių sunkumų labiausiai paaugliai pasižymi nerimastingumo / depresiškumo sunkumais, o iš elgesio sunkumų labiausiai pasižymi agresyviu elgesiu. Bendrai iš visų sunkumų labiausiai dominuoja agresyvus elgesys. O mažiausiai paaugliai patiria somatinius nusiskundimus. Pažiūrėjus bendrai į internalių ir eksternalių sunkumų skales, matome, kad paaugliai vis tik daugiausiai patiria emocinius sunkumus. Galima galvoti, kad tokius rezultatus lėmė tai, jog šis amžiaus tarpsnis yra ypatingas, jaunuoliai emocionalesni, jautresni, labiau į viską reaguoja, todėl ir emociniai sunkumai „užklumpa“ dažniau. Kalbant apie lyčių skirtumus, tai rezultatai parodė, kad tarp vaikinių ir merginų patiriamų nerimastingumo / depresiškumo bei užsisklendimo / depresiškumo sunkumų nėra statistiškai reikšmingo skirtumo. Vadinasi, merginoms ir vaikinams panašiai būdingi šie sunkumai. Toliau tarp vaikinių ir merginų patiriamų somatinių skundų yra statistiškai reikšmingas skirtumas, merginoms labiau būdingi somatiniai nusiskundimai negu vaikinams. Galbūt, tokie rezultatai yra dėl to, kad merginos patiria daugiau emocinių sunkumų, jos yra jautresnės, dažnai merginoms dažniau skauda galvą nei vaikinams, taip neišventiliuojamos emocijos prasiveržia. Galbūt, vaikinai nelinkę tiek daug kaupti emocijų, iškart išlieja jas, todėl somatinių skundų ir patiria mažiau. Taip pat rezultatai atskleidė, kad tarp vaikinių ir merginų patiriamų delinkventinio elgesio sunkumų bei agresyvaus elgesio sunkumų nėra statistiškai reikšmingo skirtumo. Vaikinai ir merginos panašiai patiria šiuos sunkumus. Žiūrint į bendrus internalių ir eksternalių sunkumų rezultatus, matome, kad tarp vaikinių ir merginų patiriamų emocinių sunkumų yra statistiškai reikšmingas skirtumas, merginos turi daugiau emocinių sunkumų nei vaikinai. O tarp vaikinių ir merginų patiriamų elgesio sunkumų nėra statistiškai reikšmingo skirtumo. Vaikinai ir merginos panašiai patiria šiuos sunkumus. Žiūrint į šiuos rezultatus, galima galvoti, kad merginos yra jautresnės, labiau viską priimančios, dažnai labiau nerimauja dėl įvairiausių dalykų, todėl ir patiria daugiau emocinių sunkumų. Malinauskienė ir Žukauskienė (2007) atliko tyrimą, kuriame taip pat nagrinėjo elgesio ir emocijų sunkumus, ir jų rezultatai tam tikruose aspektuose priešingi šio tyrimo rezultatams. Jų rezultatai atskleidė, kad merginos labiau susiduria su nerimastingumu / depresiškumu negu vaikinai, o tarp vaikinių ir merginų užsisklendimo nėra statistiškai reikšmingo skirtumo. Minėtų autorių tyrimo rezultatai, kalbant apie somatinius skundus, sutampa su šio tyrimo rezultatais, jog merginos turi daugiau somatinių nusiskundimų negu vaikinai.

Tarp lyties ir agresyvaus elgesio nebuvo nustatytas statistiškai reikšmingas skirtumas, o delinkventinis elgesys labiau būdingas vaikinams nei merginoms, čia statistiškai reikšmingas skirtumas. Tos pačios autorės atliko dar vieną tyrimą apie elgesio ir emocijų sunkumus 2008 metais ir kai kurie rezultatai sutapo su jau ankstesniu tyrimu. Čia buvo nustatyta, kad merginos daugiau turi emocinių sunkumų negu vaikinai, šie rezultatai sutampa su mano atlikto tyrimo rezultatais. Malinauskienė ir Žukauskienė (2008) nurodo, kad tuose tyrimuose, kurie gilinasi į elgesio sunkumus tarp lyties, dažniausiai rezultatai tokie, kad vaikinai daugiau susiduria su agresyviu bei delinkventiniu elgesiu negu merginos, tačiau jų atliktame tyrime nebuvo nustatytas jos reikšmingas skirtumas. Autorės sako, kad toks pasikartojimas pastebimas nebe pirmą kartą ir galbūt reikėtų daugiau panagrinėti šį reiškinį, į analizę įtraukti daugiau kintamųjų, gal naudinga būtų santykius su tėvais ir draugais, o gal ir reikėtų naudoti ir kitas metodikas, kurios skirtos elgesio sunkumams tirti. Kaip jau minėjau literatūros apžvalgoje, tai tyrimų apie tai, kad paauglių elgesio ir emocijų sunkumai yra susiję su lytimi atlikta pakankamai nemažai. Tačiau jų rezultatai, kaip matome, nėra vienareikšmiški.

Taip pat yra atlikta tyrimų (Malinauskienė, Žukauskienė, 2007), kuomet buvo lyginami paauglių elgesio ir emocijų sunkumai pagal amžių. Teorija sako, kad yra manoma, jog labiausiai elgesio ir emocijų sunkumais pasižymi 15 -16 metų paaugliai. Štai mano tyrimo rezultatai atskleidė, kad yra aptikti statistiškai reikšmingi amžiaus ir nerimastingumo / depresiškumo skirtumai. 18 metų paaugliai yra labiau nerimastingesni negu kitų amžiaus grupių paaugliai, o 15 metų paaugliai mažiausiai nerimastingi. Malinauskienės ir Žukauskienės (2007) tyrimas atskleidė, kad taip pat yra aptikti reikšmingi skirtumai tarp amžiaus ir nerimastingumo / depresiškumo, ir kad nerimastingumo / depresiškumo įverčiai su amžiumi mažėja. Iš šio tyrimo rezultatų matome, kad ir čia galime pamatyti panašią tendenciją. Taip pat tarp amžiaus ir užsisklendimo bei somatinių skundų taip pat yra statistiškai reikšmingi skirtumai. Labiausiai užsisklendę yra 18 metų paaugliai, o mažiausiai – 15 metų paaugliai. Galime matyti, kad su amžiumi užsisklendimo įverčiai didėja. Somatinių skundų taip pat daugiausiai turi 18 metų paaugliai, o mažiausiai – 15 metų paaugliai. Taip pat ir čia matome, kad su amžiumi somatinių skundų įverčiai didėja. Malinauskienės ir Žukauskienės (2007) tyrime nustatyta, kad tarp amžiaus ir užsisklendimo įverčių nebuvo aptiktas reikšmingas skirtumas, tačiau tarp amžiaus ir somatinių skundų nustatytas statistiškai reikšmingas skirtumas, autorės sako, kad somatinių skundų įverčiai su amžiumi mažėja, kas yra priešinga šio tyrimo rezultatams. Nagrinėjant delinkventinį elgesį, aptikti statistiškai reikšmingi skirtumai. Matome, kad delinkventinio elgesio pokyčiai susiję su amžiumi. Rezultatai rodo, kad su amžiumi delinkventinis elgesys linkęs didėti, o Malinauskienės ir Žukauskienės (2007) tyrimo rezultatai rodo, kad 15 ir 16 metų vaikinai turi aukštesnius delinkventinio elgesio įverčius nei merginos. Tačiau tarp amžiaus ir agresyvaus elgesio statistiškai

reikšmingų skirtumų neaptikta, o prieš tai minėtų autorių rezultatai atskleidė, kad agresyvaus elgesio pokyčiai susiję su amžiumi, agresyvus elgesys didėjant amžiui linkęs mažėti.

Lyginant su kitų autorių tyrimais, galima matyti, kad Malinauskienės ir Žukauskienės (2008) tyrime nustatyta, kad merginų ir vaikinių emocinių sunkumų įverčiai skiriasi. Nustatyta, kad merginos pasižymi aukštesniais nerimo/depresijos, užsisklendimo ir somatinių skundų įverčiais nei vaikinai ir šis rezultatas yra statistiškai reikšmingas. Taip pat gauta, kad jį nėra statistiškai reikšmingo ryšio tarp elgesio sunkumų ir lyties. Padaryta išvada, kad vaikinių ir merginų agresyvus ir delinkventinis elgesys nesiskiria. Tokį pat rezultatą, kad merginų nerimastingumo/depresiškumo lygis aukštesni nei vaikinių patvirtina ir Sondaitės ir Žukauskienės (2004) atliktas tyrimas (Sondaitė ir Žukauskienė, 2004; Malinauskienė ir Žukauskienė, 2008). Sondaitės ir Žukauskienės (2004) atliktas tyrimas atskleidžia dar kelis rezultatus, kad vaikinai pasižymėjo aukštesniu delinkventiško elgesio lygiu nei merginos. Taip pat merginų somatinių nusiskundimų lygis yra aukštesnis nei vaikinių (Sondaitė ir Žukauskienė, 2004).

Kajokienė ir Žukauskienė 2007 m. atliko tyrimą, iš kurio rezultatų paaiškėjo, kad internalūs sunkumai, t. y. depresinė nuotaika, somatiniai skundai, būdingesni mergaitėms, o eksternalių sunkumų daugiau patiria berniukai (Kajokienė ir Žukauskienė, 2007). Mokslininkai, kurie tyrinėja paauglystės laikotarpį nurodo, kad pačioje paauglystės pradžioje vyksta itin spartūs fiziologiniai pokyčiai, todėl ir yra pastebimas ryškesnis emocinis dirglumas, nuotaikų kaita (Čepukienė, Pakrošnis, 2013).

Bendrai paauglių adaptyvaus funkcionavimo ypatumai yra tokie, kad paaugliai geriausiai funkcionuoja socialiai adaptyvaus elgesio srityje, tai reiškia pasižymi geresne savikontrolė, taikumu, sutaria su aplinkiniais, laikosi taisyklių. Pasitikėjimas savimi, tai yra ta sritis, kurioje paauglių adaptyvus funkcionavimas yra blogesnis negu kitose matuojamose srityse, tai reiškia, kad jie mažiausiai pasitiki savimi bei mažiausiai patenkinti savimi, taip pat pasiekimų vertinimas žemas bei trūksta laisvumo bendraujant su kitais. Kalbant apie emocinių sunkumų bei neadaptyvaus elgesio skales, tai šių skalių didesni įverčiai atspindi blogesnę funkcionavimą šiose matuojamose srityje. Iš lentelės matome, kad blogesnis funkcionavimas yra emocinių sunkumų srityje, tai reiškia, kad paaugliam būdinga pablogėjusi nuotaika, nerimastingumas, padidėjęs jautrumas. Toliau lyginant jau pagal lytį adaptyvų funkcionavimą buvo tikėtasi reikšmingų skirtumų ir rezultatai parodė, kad emocinių sunkumų, neadaptyvaus elgesio, socialiai adaptyvaus elgesio, prisitaikymo mokykloje srityse nėra statistiškai reikšmingų skirtumų lyties atžvilgiu, vadinasi, kad vaikinai ir merginos panašiai patiria nuotaikų kaitą, nerimastingumą, jautrumą, panašiai vartoja alkoholį, rūko, elgiasi iššaukiančiai, agresyviai, panašiai patiria gerą prisitaikymą, t.y. save kontroliuoja, sutaria su aplinkiniais, laikosi taisyklių, panašiai galvoja apie savo mokymosi rezultatus, laikosi mokyklos

taisyklių, susidoroja su mokymosi krūviu ir pan. Kaip ir buvo tikėtasi, reikšmingi skirtumai pasirodė tarp vaikinų ir merginų rūpestingo elgesio, pasitikėjimo savimi, merginos labiau rūpinasi kitais ir priima pagalbą ir rūpestį iš kitų negu vaikinai, o vaikinai labiau pasitiki savimi bei yra labiau patenkinti savimi, laisvesni bendraujant su kitais negu merginos. Galbūt galima galvoti, kad taip yra dėl to, kad šioje imtyje vaikinai labiau atsipalaidavę, drąsesni negu merginos, dėl to savimi labiau ir pasitiki. Čepukienė ir Pakrošnis (2013) atliko tyrimą, kurio metu tikrino Paauglio psichologinio funkcionavimo klausimyno psichometrines charakteristikas, rezultatai atskleidė, kad mergaitės patiria daugiau emocinių sunkumų negu berniukai, tačiau mergaitės labiau pasižymi socialiai adaptyviu elgesiu ir rūpestingu elgesiu, ir geresniu prisitaikymu mokykloje. Vienas iš aspektų, kad mergaitės pasižymi labiau rūpestingu elgesiu negu vaikinai, sutampa ir mano atliktame tyrime. Autoriai nurodo, kad vis tik apžvelgus ir jų, ir kitų tyrėjų tyrimų rezultatus matoma, kad mergaitės geriau socialiai prisitaiko negu vaikinai, kad merginos labiau siekia emocinės paramos, ir kad merginos pasižymi mažesniais elgesio sunkumais, tačiau daugiau turi emocinių sunkumų (Čepukienė ir Pakrošnis, 2013). Lyginant adaptyvaus funkcionavimo ypatumus pagal paauglių amžių gauta, kad statistiškai reikšmingas skirtumas yra tik tarp paauglių amžiaus ir neadaptyvaus elgesio. Neadaptyvus elgesys būdingesnis vyresnio nei jaunesnio amžiaus paaugliams. Rezultatai rodo, kad labiausiai neadaptyvus elgesys būdingas 18 metų paaugliams, o mažiausiai būdingas 15 metų paaugliams. Čepukienės ir Pakrošnio (2013) tyrimo rezultatai atskleidė, kad ir čia neadaptyvus elgesys būdingesnis vyresnio negu jaunesnio amžiaus paaugliams. Tačiau jų tyrimas atskleidė daugiau reikšmingų skirtumų, kad emociniai sunkumai su amžiumi mažėja, kad prisitaikymas mokykloje su amžiumi statistiškai reikšmingai blogėja. Taip pat Čepukienė ir Pakrošnis (2013) savo tyrimo rezultatais atskleidė, kad jaunesni paaugliai geriau funkcionuoja negu vyresni. Tyrėjai sako, kad „iš esmės gautieji rezultatai atspindi bendriausius paauglių psichikos sveikatos tyrimų rezultatų dėsningumus (Farrington, 2004; O'Connor ir kt., 2011), teigiančius, kad su amžiumi stebima neadaptyvaus elgesio išreikštumo bei dažnumo didėjimo tendencija. Susidomėjimą kelia gauti rezultatai, atskleidžiantys emocinių sunkumų mažėjimą su amžiumi, nes daugelis užsienio autorių pastebi paauglių emocinių sutrikimų paplitimo didėjimo su amžiumi tendenciją“ (Graber, 2004; cit. Čepukienė ir Pakrošnis, 2013, p. 111).

Siekiant atskleisti galimas sąsajas tarp paauglių pasitenkinimo gyvenimu, elgesio ir emocijų sunkumų bei adaptyvaus funkcionavimo, buvo gauti tokie reikšmingi rezultatai: kad didėjant pasitenkinimui šeima, mažėja nerimastingumas / depresiškumas, užsisklendimas, somatinių skundų turėjimas, delinkventinis bei agresyvus elgesys ir bendrai internalūs ir eksternalūs sunkumai; didėjant pasitenkinimui šeima, mažėja patiriami paauglių emociniai sunkumai bei neadaptyvus elgesys; didėjant pasitenkinimui šeima, didėja ir geresnis funkcionavimas socialiai adaptyvaus elgesio srityje,

prisitaikymo mokykloje, rūpestingo elgesio, pasitikėjimo savimi srityse bei didėja ir bendras geresnis adaptyvus funkcionavimas visose matuojamose srityse. Toliau, didėjant pasitenkinimui draugais, mažėja patiriami emocijų sunkumai; didėjant pasitenkinimui draugais, mažėja patiriami emociniai sunkumai; didėjant pasitenkinimui draugais, didėja ir geresnis funkcionavimas socialiai adaptyvus elgesio srityje, prisitaikymo mokykloje, rūpestingo elgesio, pasitikėjimo savimi srityse bei bendras adaptyvus funkcionavimas visose matuojamose srityse. Didėjant pasitenkinimui mokykla, mažėja patiriami elgesio ir emocijų sunkumai; didėjant pasitenkinimui mokykla, mažėja patiriami paauglių emociniai sunkumai bei neadaptyvus elgesys; didėjant pasitenkinimui mokykla, didėja ir geresnis funkcionavimas socialiai adaptyvus elgesio srityje, prisitaikymo mokykloje, rūpestingo elgesio, pasitikėjimo savimi srityse bei bendras adaptyvus funkcionavimas visose matuojamose srityse. Didėjant pasitenkinimui gyvenamąja aplinka, mažėja emociniai sunkumai ir neadaptyvus elgesys; didėjant pasitenkinimui gyvenamąja aplinka, didėja ir paauglių geresnis funkcionavimas socialiai adaptyvus elgesio srityje, prisitaikymo mokykloje, rūpestingo elgesio, pasitikėjimo savimi srityse bei bendras adaptyvus funkcionavimas visose matuojamose srityse. Didėjant pasitenkinimui savimi, mažėja nerimastingumas / depresiškumas, užsisklendimas, o tai reiškia, kad mažėja ir bendri emociniai sunkumai; didėjant pasitenkinimui savimi, mažėja tiriamųjų emociniai sunkumai; didėjant pasitenkinimui savimi, didėja ir ir paauglių geresnis funkcionavimas socialiai adaptyvus elgesio srityje, prisitaikymo mokykloje, rūpestingo elgesio, pasitikėjimo savimi srityse bei bendras adaptyvus funkcionavimas visose matuojamose srityse. Didėjant bendram pasitenkinimui gyvenimu, mažėja paauglių patiriami elgesio ir emocijų sunkumai; didėjant bendram pasitenkinimui gyvenimu, mažėja patiriami emociniai sunkumai ir neadaptyvus elgesys, o iš rezultatų matyti, kad didėjant bendram pasitenkinimui gyvenimu, didėja ir geresnis bendras adaptyvus funkcionavimas bei didėja geresnis funkcionavimas atskirose matuojamose srityse. Rezultatai vis tik rodo, kad pasitenkinimui gyvenimu turi įtakos tai, kaip paauglys geba užmegzti tarpasmeninius santykius ir kiek jis yra patenkintas jais, taip pat įtakos turi ir tam tikros psichikos sveikatos charakteristikos, šiuo atveju ir būtų geresnis funkcionavimas aplinkoje (Kriščiūnaitė – Ragelienė, 2014).

Žiūrini į sąsajas tarp elgesio ir emocinių sunkumų bei adaptyvus funkcionavimo buvo gauti tokie reikšmingi rezultatai, kad didėjant nerimastingumui / depresiškumui, didėja ir patiriami emociniai sunkumai (pablogėjusi nuotaika, padidėjęs jautrumas) bei neadaptyvus elgesys (alkoholio vartojimas, rūkymas, agresyvus / iššaukiantis elgesys, mėginimas žudyti); didėjant nerimastingumui / depresiškumui, mažėja socialiai adaptyvus elgesys (savikontrolė, taikumas, taisyklių paisymas, sutarimas su aplinkiniais), prisitaikymas mokykloje (mokyklos taisyklių laikymasis, susidorojimas su mokymosi krūviu), pasitikėjimas savimi (laisvumas bendraujant, pasitenkinimas savimi, savo pasiekimų vertinimas); didėjant užsisklendimui, didėja ir patiriami paauglių emociniai sunkumai ir

neadaptyvus elgesys; didėjant užsisklendimui, mažėja socialiai adaptyvus elgesys, prisitaikymas mokykloje, rūpestingas elgesys (rūpinimasis kitais, rūpesčio ir pagalbos iš kitų priėmimas ir siekimas), pasitikėjimas savimi; didėjant somatiniams skundams, didėja ir patiriami emociniai sunkumai bei neadaptyvus elgesys; didėjant somatiniams skundams, mažėja socialiai adaptyvus elgesys, prisitaikymas mokykloje, pasitikėjimas savimi. Kuo labiau paaugliai susiduria su delinkventiniu elgesiu, tuo didėja ir patiriami emociniai sunkumai bei neadaptyvus elgesys, kuo daugiau turima delinkventinio elgesio bruožų, tuo labiau mažėja socialiai adaptyvus elgesys ir prisitaikymas mokykloje; didėjant agresyviam elgesiui, didėja ir emociniai sunkumai bei neadaptyvus elgesys, didėjant agresyviam elgesiui, mažėja socialiai adaptyvus elgesys ir prisitaikymas mokykloje. Apibendrinant, kuo daugiau tiriamieji turi internalių sunkumų, tuo didesnis yra neadaptyvus elgesys ir tuo labiau mažėja socialiai adaptyvus elgesys, prisitaikymas mokykloje, rūpestingas elgesys ir pasitikėjimas savimi, taip pat, kuo daugiau paaugliai turi eksternalių sunkumų, tuo daugiau ir patiriami emociniai sunkumai, didėja neadaptyvus elgesys ir mažėja socialiai adaptyvus elgesys ir prisitaikymas mokykloje. Malinauskienė ir Žukauskienė (2007, 2008) taip pat savo tyrime pastebi sąsają ir tarp pačių elgesio ir emocijų sunkumų. Jų rezultatai atskleidžia, kad kuo paauglys yra depresiškesnis, tuos jis labiau ir užsisklendęs, tuo daugiau turi somatinių nusiskundimų, tuo labiau pasižymi delinkventiniu bei agresyviu elgesiu. Mano tyrimo rezultatai sutampa su minėtų autorių, ir taip pat atskleidžia, kad kuo paaugliai daugiau susiduria su depresiškumu, tuo daugiau ir su nerimastingumu, užsisklendimu, turi daugiau ir somatinių skundų, yra agresyvesni, pasižymi delinkventiniu elgesiu.

Kadangi, kaip jau minėjau, paaugliai yra itin jautrūs, emocionalūs, daug laiko praleidžia mokykloje, ten „sukasi“ jų gyvenimas, todėl nustatant prognostinius paauglių pasitenkinimo gyvenimu veiksnius ir buvo pasirinkti tokie veiksniai, kaip internalūs sunkumai ir prisitaikymas mokykloje. Tad buvo bandoma nustatyti, ar paauglių pasitenkinimą gyvenimu prognozuoja mažiau išreikšti internalūs sunkumai bei geresnis prisitaikymas mokykloje. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad statistiškai reikšmingi patiriamų internalių sunkumų koeficientai ir prisitaikymo mokykloje koeficientai prognozuoja 26,7% paauglių pasitenkinimo gyvenimu. Galima prognozuoti, kad mažėjant patiriamiems internaliems sunkumams bei gerėjant prisitaikymui mokykloje, didėja pasitenkinimas gyvenimu. Labiau paauglių pasitenkinimą gyvenimu prognozuoja geresnis prisitaikymas mokykloje.

Daugelis autorių nurodo, kad pasitenkinimui gyvenimu turi įtakos ir stresas, kuris patiriamas šeimoje, kas atitinkamai turi įtakos ir blogesnei paauglių fizinei bei psichinei sveikatai. Tačiau, jeigu šeima yra darni, susitelkusi, santykiai su tėvais yra tvirti, paauglys gerai jaučiasi šeimoje, tai ir pasitenkinimas gyvenimu bus didesnis, ir mažiau susidurs su depresiškumu.

Kriščiūnaitė – Ragelienė (2014) sako, kad šeimos vaidmeniu paauglių pasitenkinimui gyvenimu domisi ne tik Lietuvos mokslininkai, bet ir užsienio, tokie kaip Chappel su kolegomis (2014), Zullig su kolegomis (2005), Manzi su kolegomis (2006) ir pan. Taip pat pabrėžiama, kad jeigu paauglys ir tėvai konfliktuoja, ir kuo tie konfliktai yra intensyvesni, tuomet paaugliui sunku prisitaikyti prie aplinkos ir joje funkcionuoti: „konfliktai tarp tėvų ir paauglių gali prognozuoti socialinį ir emocinį paauglių prisitaikymą aplinkoje“ (Acocko ir Demo, 1999; cit. Kriščiūnaitė – Ragelienė, 2014, p. 41). O geri santykiai šeimoje padeda palaikyti jaunuolio emocinę, socialinę gerovę, psichikos sveikatą, tad teigiama, kad jaunuolio pasitenkinimui gyvenimu turi įtakos santykiai su tėvais, jų kokybė. Jeigu šeimoje vyrauja prasti santykiai, tuomet jaunuoliui sunku pasiekti tinkamą psichinės gerovės būseną, o jeigu yra prasta psichikos sveikata, tuomet, atitinkamai, ir pasitenkinimas gyvenimu mažėja (Kriščiūnaitė – Ragelienė, 2014).

Taigi, pabrėžiant, kad šeima turi didelės įtakos paauglio pasitenkinimui gyvenimu ir jo emocinei būsenai bei prisitaikymui, galima prieiti prie tyrimo ribotumų. Kadangi randama daug sąsajų tarp šių veiksnių, būtų buvę, galbūt, tikslinga įtraukti ir klausimus apie tai, kaip būtent paaugliai sutaria su tėvais, kokie santykiai šeimoje. Taip būtų buvę galima atskleisti dar daugiau ypatumų apie paauglių pasitenkinimą gyvenimu, emocinę būseną, psichologinį funkcionavimą. Dar vienas ribotumas galėtų būti imties dydis, jis nėra labai didelis. Kuo didesnė imtis, tuo galėtų būti gaunami tikslesni rezultatai ir būtų galima kalbėti apie daug didesnę paauglių populiaciją, galbūt būtų galima sakyti, kad kažkas būdinga daugumai paauglių, o ne vien tik šiai imčiai. Be to, ribotumas galėtų būti ir tai, kad duomenys yra surinkti remiantis pačių paauglių žvilgsniu į save, atsakymai galėjo būti šališki, dažnai pildant tokius klausimynus ar anketas paaugliai neatsiveria, nebūna nuoširdūs, jiems sunku galvoti apie save, o tuo labiau teisingai įvertinti, jie nenori atskleisti realių faktų, nes, galbūt, bijo, kad bus atpažinti, todėl, pvz., tyrime galėjo neatskleisti tikrieji elgesio ypatumai ir pan. Dažnai mokykloje paauglius stebi ir mokytojai, namuose tėvai, iš šalies pastebima daugiau, su kokiais emociniais ar elgesio sunkumais jie susiduria, todėl būtų naudinga į tyrimą įtraukti ir mokytojus bei tėvus.

IŠVADOS

1. Šiame tyrime nustatyti šie dalyvavusių – paauglių vaikinių ir merginių – pasitenkinimo gyvenimu ypatumai:

1.1 Paaugliai labiausiai patenkinti savo draugais ($M = 4,97$) ir šeima ($M = 4,58$), o mažiausiai – mokykla ($M = 3,50$)

1.2 Statistiškai reikšmingų skirtumų lyginant paauglių – vaikinių ir merginių – pasitenkinimo įvairiomis gyvenimo sritimis įverčius negauta. Tarp vaikinių ir merginių pasitenkinimo gyvenimu ir atskiriomis jo sritimis nėra reikšmingo skirtumo. Vaikinai ir merginos panašiai yra patenkinti gyvenimu ir atskiriomis jo sritimis.

2. Šiame tyrime nustatyti šie dalyvavusių – paauglių vaikinių ir merginių – elgesio ir emocijų sunkumų ypatumai:

2.1 Statistiškai reikšmingi skirtumai gauti tarp vaikinių ir merginių somatinių nusiskundimų įverčių ($p = 0,00$) ir bendrų internalių sunkumų įverčių ($p = 0,05$). Merginoms labiau būdingi somatiniai nusiskundimai negu vaikiniams, taip pat merginos turi daugiau emocijų sunkumų negu vaikinai.

2.2 Statistiškai nereikšmingi rezultatai gauti tarp vaikinių ir merginių nerimastingumo / depresiškumo ($p = 0,07$), užsisklendimo ($p = 0,69$), bendrų eksternalių sunkumų ($p = 0,90$), delinkventinio elgesio ($p = 0,60$) bei agresyvaus elgesio ($p = 0,62$) įverčių. Vaikinai ir merginos panašiai patiria šiuos sunkumus.

3. Šiame tyrime nustatyti šie dalyvavusių – paauglių vaikinių ir merginių – adaptyvaus funkcionavimo ypatumai:

3.1 Statistiškai reikšmingi skirtumai gauti tarp vaikinių ir merginių rūpestingo elgesio ($p = 0,00$) ir pasitikėjimo savimi ($p = 0,03$) įverčių. Merginos labiau rūpinasi kitais ir priima pagalbą bei rūpestį iš kitų nei vaikinai, o vaikinai labiau pasitiki savimi bei yra labiau patenkinti savimi, laisvesni bendraujant su kitais nei merginos.

3.2 Statistiškai nereikšmingi skirtumai gauti tarp vaikinių ir merginių emocijų sunkumų, neadaptyvaus elgesio, socialiai adaptyvaus elgesio, prisitaikymo mokykloje įverčių. Vaikinai ir merginos panašiai funkcionuoja šiose srityse.

4. Šiame tyrime nustatyti šie dalyvavusių paauglių elgesio ir emocijų sunkumų bei adaptyvaus funkcionavimo skirtumai pagal amžių:

4.1 Statistiškai reikšmingi skirtumai gauti tarp paauglių amžiaus ir nerimastingumo / depresiškumo, užsisklendimo, somatinių skundų ir delinkventinio elgesio įverčių. 18 metų paaugliai yra labiau nerimastingesni negu kitų amžiaus grupių paaugliai, o 15 metų paaugliai mažiausiai

nerimastingi. Labiausiai užsisklendę yra 18 metų paaugliai, o mažiausiai – 15 metų paaugliai. Galime matyti, kad su amžiumi užsisklendimo įverčiai didėja. Somatinių skundų taip pat daugiausiai turi 18 metų paaugliai, o mažiausiai – 15 metų paaugliai. Taip pat ir čia matome, kad su amžiumi somatinių skundų įverčiai didėja. Rezultatai rodo, kad su amžiumi delinkventinis elgesys linkęs didėti.

4.2 Tarp amžiaus ir agresyvaus elgesio įverčių statistiškai reikšmingų skirtumų neaptikta.

4.3 Statistiškai reikšmingas skirtumas gautas tarp paauglių amžiaus ir neadaptyvaus elgesio įverčių. Neadaptyvus elgesys būdingesnis vyresnio nei jaunesnio amžiaus paaugliams, labiausiai neadaptyvus elgesys būdingas 18 metų paaugliams, o mažiausiai būdingas 15 metų paaugliams.

4.4 Statistiškai nereikšmingi skirtumai gauti tarp amžiaus ir emocinių sunkumų, socialiai adaptyvaus elgesio, prisitaikymo mokykloje, rūpestingo elgesio, pasitikėjimo savimi įverčių.

5. Atskleistos sąsajos tarp paauglių pasitenkinimo gyvenimu, elgesio ir emocijų sunkumų bei adaptyvaus funkcionavimo:

5.1 *Daugiamatės mokinių pasitenkinimo gyvenimu skalės* subskalės koreliuoja tarpusavyje. Didėjant pasitenkinimui viena sritimi, atitinkamai didėja pasitenkinimas ir kita sritimi.

5.2 *Jaunuolio klausimyno* tyrime naudotos skalės koreliuoja tarpusavyje. Kuo daugiau paaugliai turi vienokio tipo sunkumų, tuo daugiau atsiranda ir kitokio tipo sunkumų.

5.3 *Paauglio psichologinio funkcionavimo klausimyno* skalės koreliuoja tarpusavyje.

5.4 Didėjant pasitenkinimui gyvenimu, mažėja patiriami elgesio ir emocijų sunkumai.

5.5 Didėjant pasitenkinimui gyvenimu, gerėja ir adaptyvus funkcionavimas.

5.6 Kuo daugiau paaugliai turi internalių sunkumų, tuo didesnis neadaptyvus elgesys ir mažėja socialiai adaptyvus elgesys, prisitaikymas mokykloje, rūpestingas elgesys ir pasitikėjimas savimi. Kuo daugiau paaugliai turi eksternalių sunkumų, tuo daugiau patiriami emociniai sunkumai, didėja neadaptyvus elgesys, mažėja socialiai adaptyvus elgesys ir prisitaikymas mokykloje.

6. Regresinė duomenų analizė atskleidė prognostinį ryšį tarp kintamųjų: internalūs sunkumai ir prisitaikymas mokykloje leidžia prognozuoti paauglių pasitenkinimą gyvenimu.

LITERATŪRA

Adler, A., Barkauskienė, R., Čekuolienė, D ir Gervinskaitė – Paulaitienė, L. (2017). Mentalizacijos paauglystėje raida ir sutrikimai. *Psichologija*, 56, 7 – 19. <https://doi.org/10.15388/Psichol.2017.56.11515>

Adomaitienė, V., Gudienė, D., Kalkytė, R., Markevičiūtė, A. ir Vėlavičienė, D. (2007). Paauglių psichikos sutrikimų sąsajos su jų patiriamais psichosocialinio prisitaikymo sunkumais. *Medicina*, 43 (8), 647-656.

Allison, K. W., Edmonds, T., Wilson, K., Pope, M. & Farrell, A. D. (2011). Connecting youth violence prevention, positive youth development and community mobilization. *American Journal of community psychology*, 48, 8 – 20. <https://doi.org/10.1007/s10464-010-9407-9>

Aranauskas, R. ir Deksnytė, A. (2005). Nerimas sergant somatinėmis ligomis. *Neurologijos seminarai*, 9 (24), 97-101.

Aranauskas, R., Deksnytė, A., Kurpatov, V. ir Palinauskaitė, K. (2012). Depresiško skirtingumai naudojant Beko depresijos klausimyną ir Geriatrinę depresijos skalę šeimos gydytojo praktikoje. *Neurologijos seminarai*, 16 (53), 232-236.

Bagdonas, A. ir Bliumas, R. (2019). *Aiškinamasis psichologijos terminų žodynas*. Vilnius: Mokslo ir enciklopedijų leidybos centras.

Bagdonas, A., Girdzijauskienė, S., Kairys, A., Liniauskaitė, A. ir Urbanavičiūtė, I. (2012). Lietuviškoji psichologinės gerovės skalė: struktūros paieškos studentų imtyje. *Psichologija*, 45, 22-41.

Bagdonas, A., Kairys, A., Liniauskaitė, A. ir Pakalniškienė, V. (2013). Lietuviškosios psichologinės gerovės skalės struktūra: suaugusiųjų imties analizė. *Sveikatos mokslai*, 23 (2), 58-65. <http://doi.org.10.5200/sm-hs.2013.046>

Bagdonas, A., Kairys, A., Liniauskaitė, A. ir Pakalniškienė, V. (2013). Lietuvos gyventojų reprezentatyvios imties psichologinės gerovės struktūra. *Psichologija*, 48, 7-19.

Bagdonas, A. ir Šarakauskienė, Ž. (2010). Vyresniųjų klasių mokinių subjektyvios gerovės komponentų ir sociodemografinių kintamųjų sąsajos. *Psichologija*, 41, 18-32.

Bagdonas, A. ir Šarakauskienė Ž. (2011). Vyresniųjų klasių mokinių psichologinės gerovės prognostiniai kintamieji. *Psichologija*, 44, 7 – 21.

Balnionytė, R. ir Nasvytienė, D. (2006). 13 – 17 metų paauglių emocinių problemų ir nerimo lygio įvertinimo ypatumai. *Ugdymo psichologija*, 16, 14-20.

Barkauskienė, R. ir Gervinskaitė – Paulaitienė, L. (2014). Elgesio sunkumų turinčių paauglių mentalizacijos ypatumai. *Tarptautinis psichologijos žurnalas: biopsichosocialinis požiūris*, 15, 47 – 68. <http://dx.doi.org/10.7220/2345-024X.15.3>

Barkauskienė, R., Baškytė, A. M., Čėnaitė, N., Gervinskaitė – Paulaitienė, L., Matutytė, L. ir Šiaučiūnaitė, M. (2017). Suvoktas smurto patyrimas, emocijų reguliacija ir somatiniai sunkumai ankstyvojoje paauglystėje. *Sveikatos mokslai*, 27 (3), 11-17. <http://doi.org/10.5200/sm-hs.2017.032>

Barkauskienė, R. ir Bieliauskaitė, R. (2002). Mokymosi negalią turinčių vaikų elgesio ir emocijų sunkumai. *Medicina*, 38 (4), 439-443.

Bieliauskaitė, R. ir Kuraitė, E. (2011). 7 – 10 m. berniukų, turinčių elgesio sunkumų, vidinės aš ir objektų reprezentacijos. *Psichologija*, 44, 75-87.

Bražienė, N., Ivoškuvienė, R. ir Lukšienė, L. (2016). Mokinių, turinčių kalbos sutrikimų, mokyklinis nerimas ir jo įveikimo būdai. *Mokytojų ugdymas*, 26 (1), 25-41.

Bubnys, R. ir Jokūbpreikšas, L. (2013). Paauglių mokylos baimės ir elgesio bei emocinių sunkumų tarpusavio sąsajos. *Mokslas ir edukaciniai procesai*, 1 (16), 12-20.

Bulotaitė, L. ir Kaliatkaitė, J. (2014). Gerovės samprata sveikatos moksluose ir psichologijoje: tyrimai, problemos ir galimybės. *Visuomenės sveikata*, 1 (64), 9 – 24.

Čėpukienė, V. ir Pakrošnis, R. (2009). Paauglio psichologinio funkcionavimo sunkumų klausimynas: sudarymas ir pirminė psichometrinė analizė. *Tarptautinis psichologijos žurnalas: Biopsichosocialinis požiūris*, 3, 9 – 32.

Čėpukienė, V. ir Pakrošnis, R. (2013). Paauglio psichologinio funkcionavimo klausimynas: atnaujinimas ir psichometrinės charakteristikos. *Tarptautinis psichologijos žurnalas: biopsichosocialinis požiūris*, 13, 91-115. <http://dx.doi.org/10.7220/1941-7233.13.5>

Čėpulėnienė, J. (2009). Tėvų ir pedagogų požiūris į vaikų agresyvaus elgesio veiksnius darželyje ir pradinėje mokykloje. *Jaunųjų mokslininkų darbai*, 4 (25), 97-105.

Čėrniauskaitė, D. (2002). Lietuviškų adaptyvaus elgesio skalių patikimumas ir validumas: bandomojo tyrimo rezultatai. *Psichologija*, 25, 52-63.

Čėrniauskiėnė, M., Juškelienė, V., Proškuvienė, R. ir Zlatkuvienė, V. (2003). Mokyklą baigiančių moksleivių psichologinė bei emocinė savijauta, jos ryšys su ugdymo proceso veiksniais. *Sveikatos mokslai*, 13 (4), 83-89.

Dapkevičienė, V., Milašauskiėnė, J. Ir Zambacevičienė, E. (2008). Priešmokyklinio amžiaus vaikų intelektualinio brandumo, mokyklinio nerimo ir auklėjimo šeimoje stilių sąsajos. *Jaunųjų mokslininkų darbai*, 4 (20), 192-197.

Diomšina, B. ir Vyčiniėnė, D. (2002). Vaikų ir paauglių nerimo sutrikimai. Psichoterapijos kryptys. *Medicina*, 38 (4), 466- 470.

Dumčienė, A., Klizas, Š., Malinauskas, R. ir Ramanauskienė, I. (2009). Viduriniojo mokyklinio amžiaus moksleivių psichosocialinės adaptacijos ir nerimo sąsajos su lytimi. *Visuomenės sveikata*, 4 (47), 115-121.

Dromantienė, L. ir Jonynienė, V. Ž. (2002). Asocialaus vaikų elgesio prielaidos mokykloje. *Socialinis darbas*, 2 (2), 24-37.

Gedutienė, R. ir Lukšaitė – Samaitienė, I. (2018). Daugiamatės mokinių pasitenkinimo gyvenimu skalės lietuviškosios versijos psichometriniai rodikliai. *Ugdymo psichologija*, 29, 5-21. <http://dx.doi.org/10.15823/up.2018.01>

Girdzijauskienė, S. ir Kardelytė, K. (2015). Aukštų ir aukštesnių nei vidurinių intelektinių gebėjimų pradinio mokyklinio amžiaus vaikų internalių ir eksternalių sunkumų ypatumai. *Ugdymo psichologija*, 26, 57-74. <http://dx.doi.org/10.15823/up.2015.05>

Grigaliūnienė, V. (2005). *Psichologinių ir šeimos charakteristikų ryšys su paauglių psichosomatiniiais skausmais*. Daktaro disertacija. Kaunas: Kauno Medicinos universitetas.

Grigaliūnienė, V. (2008). Tarpasmeniniai santykiai šeimoje ir jų įtaka paauglių psichosomatinei sveikatai. *Sveikatos mokslai*, 6, 2034-2037.

Gudonis, V., Juodraitis, A. ir Samašonok, K. (2010). Globos namuose ir pilnose šeimose gyvenančių paauglių asmenybės bruožų ir elgesio bei emocinių sunkumų ypatumai. *Ugdymo psichologija*, 21, 23-34.

Gudonis, V. ir Samašonok, K. (2010). Psichologiniai ugdymo(si) aspektai. Globos namų auklėtinių požiūrio į savo elgesį ir santykius su bendraamžiais kaita. *Specialusis ugdymas*, 2 (23), 8-19.

Gudonis, V., Samašonok, K. ir Žukauskienė, R. (2006). Paauglių, gyvenančių globos institucijose ir pilnose šeimose, kognityvinių strategijų ir elgesio bei emocinių problemų ypatumai. *Socialinis darbas*, 5 (2), 45-54.

Gustaitienė, L. ir Šmitas, A. (2019). Importance of length of studying and attitudes toward others for life satisfaction. *International Journal of Psychology: Biopsychosocial Approach*, 23, 63 – 76. <https://doi.org/10.7220/2345-024X.23.3>

Jančiauskas, R. (2018). Aukštesniųjų klasių mokinių elgesio sunkumai mokykloje. *Sporto mokslas*, 3-4 (93-94), 3-16. <http://dx.doi.org/10.15823/sm.2018.20>

Janušauskaitė, G. (2008). Gyvenimo kokybės tyrimai: problemos ir galimybės. *Filosofija. Sociologija*, 19 (4), 34-44, Lietuvos mokslų akademijos leidykla.

Juodraitis, A. (2002). Psichosocialinės asmenybės raidos pokyčių tendencijos: delinkventinis elgesys ir prognozės. *Socialinis darbas*, 1 (1), 89-97.

Jusienė, R. (2007). *Nepilnamečių justicija Lietuvoje: teorija ir praktika*. Vilnius, 113-124.

Kajokienė, I. ir Žukauskienė, R. (2007). 6 – 18 m. vaikų reprezentazinės ir klinikinės imčių emocinių ir elgesio sunkumų sąsajų palyginimas su šeimos socialiniais, ekonominiais ir demografiniais veiksniais. *Psichologija*, 36, 22-43.

Kajokienė, I., Vaitkevičius, R., ir Žukauskienė, R. (2018). *Mokyklinio amžiaus vaikų ASEBA klausymynų (CBCL6/18, TRF6/18, YSR11/18) vadovas*. Vilnius.

Kalpokienė, V. (2005). Paauglių raida ir psichikos sutrikimai ego psichologijos požiūriu. *Psichologija*, 31, 75-85.

Kaniušonytė, G., Truskauskaitė – Kunevičienė, I. ir Žukauskienė, R. (2014). Pozityvios jaunimo raidos komponentų sąsajos su pasitenkinimu gyvenimu, psichologiniu atsparumu bei internaliais ir eksternaliais sunkumais. *Socialinis darbas*, 13 (1), 62-75. <http://doi.org/10.13165/SD-14-13-1-06>

Kavolius, R. ir Klumbienė, D. (2010). *Jaunesniojo mokyklinio amžiaus vaikų emocijų ir elgesio problemų raiška*. Klaipėda: Klaipėdos universiteto leidykla.

Keyes, Corey L. M., Ryff, Carol D. & Shmotkin, D. (2002). Optimizing well – being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82 (6), 1007 – 1022. doi: 10.1037//0022-3514.28.6.1007

Klizas, Š. ir Malinauskas, R. (2009). Vidurinio mokyklinio amžiaus moksleivių psichosocialinė adaptacija kūno kultūros pamokose. *Jaunųjų mokslininkų darbai, Socialiniai mokslai*, 1 (22), 114-117.

Kriščiūnaitė, T. (2012). Savi-diferenciacijos ir mokytojų psichikos sveikatos rodiklių (vidinės darnos, subjektyvaus laimingumo jausmo, pasitenkinimo gyvenimu) sąsajos. *Jaunųjų mokslininkų psichologų arbai. IX Jaunųjų mokslininkų psichologų konferencijos medžiaga*. Vilniaus universitetas, 1, 190-197.

Kriščiūnaitė – Ragelienė, T. (2014). Paauglių identiteto formavimosi, santykių su tėvais, savidiferenciacijos ir pasitenkinimo gyvenimu sąsajos. *Ugdymo psichologija*, 25, 32-49. <http://dx.doi.org/10.15823/up.2014.03>

Malinauskienė, O. ir Žukauskienė, R. (2004). Paauglių depresijos simptomų, savivertės, šeimos socialinio – ekonominio statuso ir tėvų auklėjimo stiliaus sąsajos. *Psichologija*, 30, 1-15.

Malinauskienė, O. ir Žukauskienė, R. (2007). Paauglių emocinių ir elgesio sunkumų sąsajos ir pokyčiai per trejus metus: amžiaus ir lyties ypatumai. *Psichologija*, 35, 19-31.

Malinauskienė, O. ir Žukauskienė, R. (2008). Skirtumai tarp lyčių, prognozuojant elgesio ir emocinius sunkumus paauglystėje pagal asmenybės bruožus ir tėvų auklėjimo stilių. *Psichologija*, 38, 63-83.

Markevičiūtė, A. (2003). Sąsajos tarp paauglių depresiškumo ir psichosocialinio streso. *Biologinė psichiatrija ir psichofarmakologija*, 5 (1), 11-14.

Narkauskaitė, L. ir Umbrasienė, N. (2010). Psichosocialiniai veiksniai, lemiantys vaikų rizikingą elgesį. *Visuomenės sveikata*, 3 (50), 24-29.

Nasvytienė, D. (2005). *Vaiko elgesio ir emocinės problemos. Kontekstas, psichologinis įvertinimas ir pagalba*. Vilnius: Vilniaus pedagoginio universiteto leidykla.

Norkuvienė, E. ir Žygaitienė, B. (2013). IX – X klasių delinkventinio elgesio mokinių mokymosi motyvacijos skatinimas. *Socialinis ugdymas*, 1 (33), 30-43.

Normantaitė, D. ir Perminas, A. (2013). Jaunesnių ir vyresnių 13 – 17 metų paauglių agresyvaus elgesio palyginimas po intervencijos, grįstos kognityvine – elgesio terapija. *Jaunųjų mokslininkų psichologų darbai*, 2, 13 – 17.

Oaklander, V. (2014). *Langas į vaiko pasaulį*. Kaunas: Žmogaus psichologijos studija.

O'Connor, M., Sanson, A., Hawkins, M. T., Letcher, P., Toumbourou, J. W., Smart, D., Vassallo, S. & Olsson, C. A. (2011). Predictors of positive development in emerging adulthood. *Journal of Youth and Adolescence*, 40, 860 – 874. <http://doi.org/10.1007/s10964-010-9593-7>

Pakrošnis, R. (2008). *Sveikatos priežiūros įstaigose gydomų paauglių psichologinio funkcionavimo problemų kitimas į sprendimus sutelkto trumpalaikio konsultavimo metu*. Daktaro disertacija. Kaunas: Vytauto Didžiojo universitetas.

Pukinskaitė, R. (2002). Eksternalių elgesio sunkumų turinčių vaikų įtaka šeimai. *Medicina*, 38 (4), 431- 438.

Raslavičienė, G. ir Zaborskis, A. (2002). Vaikų, augančių globos įstaigose, elgesio ir emocijų mišrių sutrikimų raida. *Medicina*, 38 (7), 759-768.

Ribakovienė, V. (2002). Bandžusių žudytis paauglių internalūs ir eksternalūs sunkumai. *Medicina*, 38 (4), 398 - 404.

Samašonok, K. ir Žukauskienė, R. (2004). Globos namų auklėtinių ir vaikų, gyvenančių su abiem tėvais, mokyklinės adaptacijos ir kompetencijos ypatumai. *Socialinis darbas*, 3 (2), 119-129.

Sondaitė, J. ir Žukauskienė, R. (2004). Paauglių socialinės strategijos ir emocinės elgesio problemos. *Psichologija*, 29, 106-114.

Sapranavičiūtė – Zabazlajeva, L. (2015). *Vidutinio ir pagyvenusio amžiaus gyventojų psichologinė gerovė bei širdies ir kraujagyslių ligų rizika*. Daktaro disertacija. Kaunas: Lietuvos sveikatos mokslų universitetas Medicinos akademija.

Valickas, G. (1997). *Psichologinės asocialaus elgesio ištakos*. Monografija. Vilnius: Lietuvos teisės akademija.

Žalienė, J. (2012). Paauglių laimingumas ir pasitenkinimas gyvenimu: tyrimų aktualumas ir metodologiniai iššūkiai. *Jaunųjų mokslininkų psichologų darbai. IX Jaunųjų mokslininkų psichologų konferencijos medžiaga*. Vilniaus universitetas. 1, 105-112.

SANTRAUKA

Gabrielė Imbrasienė. *Paauglių pasitenkinimo gyvenimu, elgesio ir emocijų sunkumų bei adaptyvaus funkcionavimo sąsajos.* Psichologijos studijų programos magistro baigiamasis darbas. Darbo vadovė doc. dr. Reda Gedutienė, Klaipėdos universitetas, 2020 – 71 psl.

Šio darbo tikslas yra atskleisti paauglių pasitenkinimo gyvenimu, elgesio ir emocijų sunkumų bei adaptyvaus funkcionavimo sąsajas.

Pasirinktų konstrukčių įvertinimui buvo naudojama *Daugiamatė mokinių pasitenkinimo gyvenimu skalė, Jaunuolio klausimynas, Paauglio psichologinio funkcionavimo klausimynas.* Tyrime dalyvavo 197 paaugliai (53 % vaikinių ir 47 % merginų), besimokantys vienoje iš Klaipėdos m. gimnazijų 9 – 12 klasėse. Jų amžiaus vidurkis 16,7 m.

Atlikto tyrimo rezultatai parodė, kad paaugliai labiausiai patenkinti savo draugais ir šeima, o mažiausiai – mokykla. Merginoms labiau būdingi somatiniai nusiskundimai negu vaikiniams. Merginos turi daugiau emocinių sunkumų negu vaikinai. Paaugliai geriausiai funkcionuoja socialiai adaptyvaus elgesio srityje. Pasitikėjimas savimi – ta sritis, kurioje šios imties paauglių funkcionavimas blogesnis negu kitose matuojamose srityse. Merginos labiau rūpinasi kitais ir priima pagalbą bei rūpestį iš kitų nei vaikinai, o tuo tarpu, vaikinai labiau pasitiki savimi bei yra labiau patenkinti savimi, laisvesni bendraujant su kitais nei merginos. 18 metų paaugliai yra labiau nerimastingesni negu kitų amžiaus grupių paaugliai, o 15 metų paaugliai mažiausiai nerimastingi. Labiausiai užsisklendę yra 18 metų paaugliai, o mažiausiai – 15 metų paaugliai. Somatinių skundų taip pat daugiausiai turi 18 metų paaugliai, o mažiausiai – 15 metų paaugliai. Rezultatai rodo, kad su amžiumi delinkventinis elgesys linkęs didėti. Tačiau tarp amžiaus ir agresyvaus elgesio statistiškai reikšmingų skirtumų neaptikta. Neadaptyvus elgesys būdingesnis vyresnio nei jaunesnio amžiaus paaugliams. Labiausiai neadaptyvus elgesys būdingas 18 metų paaugliams, o mažiausiai būdingas 15 metų paaugliams. Didėjant pasitenkinimui gyvenimu, mažėja patiriami elgesio ir emocijų sunkumai bei gerėja adaptyvus funkcionavimas. Regresinė duomenų analizė atskleidė prognostinį ryšį tarp kintamųjų: internalūs sunkumai ir prisitaikymas mokykloje leidžia prognozuoti paauglių pasitenkinimą gyvenimu. Galima prognozuoti, kad mažėjant patiriamiems internaliems sunkumams bei gerėjant prisitaikymui mokykloje, didėja pasitenkinimas gyvenimu. Labiau paauglių pasitenkinimą gyvenimu prognozuoja geresnis prisitaikymas mokykloje.

Darbo struktūra: įvadas, keturi skyriai, išvados, literatūros sąrašas, santraukos, 3 priedai. Darbo apimtis 71 puslapis, pateikta 16 lentelių, literatūros sąrašas (67 mokslinės publikacijos).

SUMMARY

Gabrielė Imbrasienė. *Relationships between Adolescents' Life Satisfaction, Behavioral and Emotional Problems and Adaptive Functioning.* Master Thesis in Psychology. Supervisor dr. Reda Gedutienė, Klaipėda University: Klaipėda, 2020 – 71 p.

The aim of this work is to reveal the links between adolescents' life satisfaction, behavioral and emotional problems and adaptive functioning.

The Multidimensional Scale of Student Life Satisfaction, the Young Man's Questionnaire, and the Adolescent's Psychological Functioning Questionnaire were used to evaluate the selected constructs. The study involved 197 adolescents (53% of boys and 47% of girls) from 9 to 12 grade, studying in one of Klaipėda gymnasiums. Their average age is 16.7 years.

The results of the study showed that teenagers are most satisfied with their friends and family and least satisfied with school. Girls are more prone to somatic complaints than boys. Girls have more emotional difficulties than guys. Adolescents perform best in socially adaptive behavior. Confidence is the area where the performance of adolescents in this sample is worse than in other measured areas. Girls care more about others and accept help and care from others than guys, while boys are more self-confident and self-satisfied, freer to interact with others than girls. 18-year-olds are more anxious than teens in other age groups, and 15-year-olds are less anxious. 18-year-olds are the most closed, and 15-year-olds are the least. Adolescents aged 18 and over are also the most likely to have somatic complaints. The results suggest that delinquent behavior tends to increase with age. However, no statistically significant differences were found between age and aggressive behavior. Non-adaptive behavior is more common in older than younger adolescents. The most non-adaptive behavior is common in 18-year-olds and the least common in 15-year-olds. Increasing life satisfaction reduces behavioral and emotional difficulties and improves adaptive functioning. Regression analysis of the data revealed a prognostic relationship between the variables: internal difficulties and adjustment in school allow predicting adolescents' life satisfaction. It can be predicted that life satisfaction increases with decreasing internal difficulties and improving adaptation at school. Adolescents' satisfaction with life is predicted by better adaptation to school.

Work structure. Introduction, four chapters, conclusions, references, summaries, 3 appendixes. Thesis consists of 71 pages, 16 tables, References (67 scientific publications).

PRIEDAI

1 priedas. Tėvų/globėjų sutikimas

Sveiki, esu Gabrielė Imbrasienė, gimnazijos psichologė. Rašau baigiamąjį magistro darbą apie paauglių savijautą mokykloje, jų pasitenkinimą gyvenimu bei kaip jiems sekasi susitvarkyti su kylančiais sunkumais.

Tyrimė kviečiami dalyvauti 9-12 klasių mokiniai. Bet kokia informacija, kuri bus surinkta tyrimo metu, išliks konfidenciali, t. y. slapta ir bus prieinama tik tyrimo atlikėjui. Tyrimo metu nebus prašoma nurodyti tyrimo dalyvių vardų ar pavardžių, o surinkti duomenys bus naudojami moksliniais tikslais ir viešinami tik apibendrinti. Jūsų vaiko dalyvavimas man labai svarbus.

Sutikimas

Su dokumentu susipažinau, suprantu jame pateiktą informaciją ir SUTINKU, kad mano vaikas (*vardas, pavardė*) _____ dalyvautų tyrimė, kurio metu gauti duomenys bus naudojami moksliniais tikslais, laikantis konfidencialumo ir asmens duomenų apsaugos reikalavimų.

(Vieno iš tėvų (globėjų) vardas, pavardė)

(parašas)

(data)

2 priedas. Daugiamatė mokinių pasitenkinimo gyvenimu skalė

Norėčiau sužinoti, ką galvojai apie gyvenimą per pastarąsias keletą savaičių. Pagalvok, kaip praleidai kiekvieną dieną, tada pagalvok, koks tavo gyvenimas buvo didžiąją šio laiko dalį. Žemiau pateikiu keletą teiginių, kuriais prašau įvertinti tavo pasitenkinimą gyvenimu. Apibrauk skaičių (nuo 1 iki 6) šalia kiekvieno teiginio, kuris nurodo, kiek tu sutinki ar nesutinki su kiekvienu teiginiu. Svarbu tai, ką tu IŠ TIESŲ galvoji, todėl įvertink teiginius taip, kaip iš tiesų jautiesi, o ne taip, kaip tu manai, kad turėtum. Tai NE atsiskaitymas. Čia NĖRA nei teisingų, nei neteisingų atsakymų. Tavo atsakymai NETURĖS įtakos pažymiams, ir niekas nebus informuotas apie tai, kaip atsakei.

Apibrauk **1**, jei tu **VISIŠKAI NESUTINKI** su teiginiu

Apibrauk **2**, jei tu **NESUTINKI** su teiginiu

Apibrauk **3**, jei tu **DAUGIAU NESUTINKI NEI SUTINKI** su teiginiu

Apibrauk **4**, jei tu **DAUGIAU SUTINKI NEI NESUTINKI** su teiginiu

Apibrauk **5**, jei tu **SUTINKI** su teiginiu

Apibrauk **6**, jei tu **VISIŠKAI SUTINKI** su teiginiu

1. Mano draugai malonūs man	1	2	3	4	5	6
2. Būti su manimi smagu	1	2	3	4	5	6
3. Mokykloje jaučiuosi blogai	1	2	3	4	5	6
4. Man nemalonu leisti laiką su draugais	1	2	3	4	5	6
5. Yra daug dalykų, kuriuos galiu atlikti gerai	1	2	3	4	5	6
6. Mokykloje daug išmokstu	1	2	3	4	5	6
7. Man patinka leisti laiką su savo tėvais	1	2	3	4	5	6
8. Mano šeima geresnė už daugelį kitų šeimų	1	2	3	4	5	6
9. Daug dalykų mokykloje man nepatinka	1	2	3	4	5	6
10. Manau, atrodau gerai	1	2	3	4	5	6
11. Mano draugai nuostabūs	1	2	3	4	5	6
12. Jei reikės pagalbos, draugai man padės	1	2	3	4	5	6
13. Norėčiau, kad nereikėtų eiti į mokyklą	1	2	3	4	5	6
14. Aš pats sau patinku	1	2	3	4	5	6
15. Ten, kur gyvenu, yra daug smagių dalykų veikti	1	2	3	4	5	6
16. Draugai su manimi elgiasi gerai	1	2	3	4	5	6
17. Dauguma žmonių mane mėgsta	1	2	3	4	5	6
18. Man patinka būti namuose su savo šeima	1	2	3	4	5	6
19. Mano šeimoje visi gerai sutaria tarpusavyje	1	2	3	4	5	6
20. Man patinka eiti į mokyklą	1	2	3	4	5	6
21. Tėvai su manimi elgiasi teisingai/sąžiningai	1	2	3	4	5	6

Tęsinys kitame puslapyje

Apibrauk **1**, jei tu **VISIŠKAI NESUTINKI** su teiginiu
 Apibrauk **2**, jei tu **NESUTINKI** su teiginiu
 Apibrauk **3**, jei tu **DAUGIAU NESUTINKI NEI SUTINKI** su teiginiu
 Apibrauk **4**, jei tu **DAUGIAU SUTINKI NEI NESUTINKI** su teiginiu
 Apibrauk **5**, jei tu **SUTINKI** su teiginiu
 Apibrauk **6**, jei tu **VISIŠKAI SUTINKI** su teiginiu

22. Man patinka būti mokykloje	1	2	3	4	5	6
23. Mano draugai nemaloniai elgiasi su manimi	1	2	3	4	5	6
24. Norėčiau, kad mano draugai būtų kitokie	1	2	3	4	5	6
25. Mokykloje įdomu	1	2	3	4	5	6
26. Man patinka tai, ką veikiame mokykloje	1	2	3	4	5	6
27. Norėčiau gyventi kitokiame name/bute	1	2	3	4	5	6
28. Mano šeimos nariai vienas su kitu kalbasi maloniai	1	2	3	4	5	6
29. Man smagu būti su savo draugais	1	2	3	4	5	6
30. Kartu su savo tėvais smagiai praleidžiame laiką	1	2	3	4	5	6
31. Man patinka mano gyvenamoji vieta (rajonas/miestas/ miestelis /kaimas)	1	2	3	4	5	6
32. Norėčiau gyventi kur nors kitur	1	2	3	4	5	6
33. Esu malonus asmuo	1	2	3	4	5	6
34. Ten, kur gyvenu, yra daug nemalonių žmonių	1	2	3	4	5	6
35. Mėgstu išbandyti naujus dalykus	1	2	3	4	5	6
36. Mūsų šeimos namas/butas yra gražus	1	2	3	4	5	6
37. Mėgstu savo kaimynus	1	2	3	4	5	6
38. Turiu užtektinai draugų	1	2	3	4	5	6
39. Norėčiau, kad kaimynystėje gyventų kitokie žmonės	1	2	3	4	5	6
40. Man patinka, kur aš gyvenu	1	2	3	4	5	6

3 priedas. Paauglio psichologinio funkcionavimo klausimynas

Šis klausimynas skirtas išsiaiškinti elgesio ypatumus, kurie gali pasireikšti tarp jaunų žmonių. Kiekvienas žemiau pateiktas teiginys atspindi tam tikrą elgesį. Perskaitęs kiekvieną teiginį, pagalvok, kaip dažnai pastaruoju metu (per paskutines 30 dienu) toks elgesys Tau yra būdingas ir apibrauk skaičių, geriausiai atspindintį elgesio/savijautos dažnumą: Visada (nuolatos) / Dažnai / Kartais / Retai / Niekada. Pasistenk nepraleisti nei vieno teiginio, net jei jis nelabai atitinka Tavo situaciją.

ELGESIO FORMOS	Visada	Dažnai	Kartais	Retai	Niekada
1. Atsikalbinėju	5	4	3	2	1
2. Prie suaugusiųjų keikiuosi	5	4	3	2	1
3. Su aplinkiniais kalbu mandagiai, pagarbiai	5	4	3	2	1
4. Įsiklausau į tai, ką man sako aplinkiniai	5	4	3	2	1
5. Paprašytas pagalbos sutinku padėti	5	4	3	2	1
6. Kasdienėje veikloje esant reikalui siūlau savo pagalbą	5	4	3	2	1
7. Rūpinuosi ne vien savo, bet ir kitų žmonių poreikiais, interesais	5	4	3	2	1
8. Laikausi namuose nustatytų taisyklių	5	4	3	2	1
9. Sakau tiesą	5	4	3	2	1
10. Atsargiai elgiuosi su aplinkinių daiktai, stengiuosi juos saugoti	5	4	3	2	1
11. Laikausi duotų pažadų	5	4	3	2	1
12. Mano elgesys viešose vietose yra priimtinas aplinkiniams	5	4	3	2	1
13. Elgiuosi apgalvotai, įvertinu galimas pasekmes	5	4	3	2	1
14. Rūkau	5	4	3	2	1
15. Vartoju alkoholį	5	4	3	2	1
16. Artimiesiems pasipasakoju apie savo rūpesčius	5	4	3	2	1
17. Kasdienėje veikloje ar moksluose iškilus sunkumams prašau pagalbos	5	4	3	2	1
18. Leidžiuosi paguodžiamas, neatstumiu	5	4	3	2	1
19. Rūpinuosi, klausiu apie kitų savijautą, sunkumus	5	4	3	2	1
20. Stengiuosi paguosti kitus, kai jiems blogai	5	4	3	2	1
21. Supykęs tvardausi (nerėkiu, nesimušu ar pan.)	5	4	3	2	1
22. Sugebu suvaldyti savo norus, jei jų patenkinti nėra galimybės	5	4	3	2	1
23. Provokuoju konfliktus	5	4	3	2	1
24. Nesutarimus sprendžiu aiškindamasis, kalbėdamas apie tai	5	4	3	2	1
25. Esant reikalui išsakau savo nuomonę	5	4	3	2	1
26. Elgiuosi taikiai	5	4	3	2	1
27. Gerai sutariu su dauguma aplinkinių	5	4	3	2	1
28. Laikausi mokyklos taisyklių	5	4	3	2	1
29. Susidoroju su mokymosi krūviu	5	4	3	2	1
30. Mokausi gerai arba labai gerai	5	4	3	2	1
31. Mokyklą lankau nepriekaištingai	5	4	3	2	1
32. Mokytojai patenkinti mano mokymusi	5	4	3	2	1
33. Tėvai/globėjai patenkinti mano mokymusi	5	4	3	2	1
34. Atlieku visus mokytojų skirtus namų darbus	5	4	3	2	1
35. Mano elgesys atitinka mokyklos reikalavimus	5	4	3	2	1
36. Pasitikiu savimi, savo jėgomis	5	4	3	2	1
37. Vertinu save, džiaugiuosi savo pasiekimais	5	4	3	2	1
38. Į nesėkmes kasdienėje veikloje reaguojau ramiai, savimi nenusiviliu	5	4	3	2	1
39. Į kritines pastabas reaguojau be pykčio, neįsižeidžiu	5	4	3	2	1
40. Bendrauju su aplinkiniais laisvai, nesutrinku	5	4	3	2	1
41. Esu patenkintas savimi tokiu, koks esu	5	4	3	2	1
42. Pastaruoju metu esu liūdnas, prislėgtas	5	4	3	2	1
43. Pastaruoju metu esu pavargęs, išsekęs, be energijos	5	4	3	2	1
44. Pastaruoju metu manęs niekas nebedomina, net tai, kas domino anksčiau	5	4	3	2	1
45. Pastaruoju metu atrodo, kad gyvenimas beviltiškas, kad ateityje nieko gero nelaukia	5	4	3	2	1
46. Pastaruoju metu dėl visko (įvykių, nesėkmių) kaltinu save	5	4	3	2	1
47. Pastaruoju metu man būna neramu, negaliu nustygti vietoje be aiškios priežasties	5	4	3	2	1
48. Pastaruoju metu atrodo, kad gali nutikti kažkas bloga, nors tam nėra priežasties	5	4	3	2	1
49. Pastaruoju metu mane lengva išvesti iš pusiausvyros: lengvai pravirkstu ar supykstu	5	4	3	2	1
50. Pastaruoju metu man kažkas (pvz.: aukštis, tamsa, vorai, ir pan.) kelia didelę baimą	5	4	3	2	1

51. Pastaruoju metu mane aplanko mintys, kad gyventi neverta, geriau būtų nusižudyti	5	4	3	2	1
52. Pastaruoju metu ketinu, planuoju nusižudyti	5	4	3	2	1
53. Paskutinio mėnesio laikotarpy mėginau nusižudyti	Taip			Ne	