

# SELL ŽAIDYNIŲ DALYVIŲ NUOMONĖ APIE SPORTO PSICHOLOGIJĄ IR SPORTO PSICHOLOGO DARBĄ

Juozas Kasiulis

Lietuvos kūno kultūros akademija, Kaunas, Lietuva

**Juozas Kasiulis.** Docentas socialinių mokslų (socialinės psichologijos) daktaras. Lietuvos kūno kultūros akademijos Sporto pedagogikos ir psichologijos katedros docentas. Mokslinių tyrimų kryptis — asmenybės psichologinės problemos.

## SANTRAUKA

*Sporto specialistai teigia, kad sėknę varžybose lemia psichologinis sportininkų parengtumas, o ką apie tai galvoja patys sportininkai?*

*Tyrimo tikslas — išanalizuoti sportininkų studentų nuomonę apie sporto psichologiją ir sporto psichologo darbą. Siekiant šio tikslo sprendžiami tokie uždaviniai: ištirti sportininkų studentų nuomonę apie sporto psichologiją ir sporto psichologo darbą; nustatyti respondentų lyties, sporto šakos, gyvenimo aplinkos bei pasirinktos profesijos sąsajas su požiūriu į sporto psichologiją ir sporto psichologo darbą.*

*Tyrimo objektas — sporto psichologija ir sporto psichologo darbas studentų sportininkų akimis.*

*Tyrimo metu panaudota specialiosios literatūros analizė, S. B. Martin ir kt. Požiūrio į sporto psichologiją (patikslinta forma) metodika (SPA-R) bei matematinės statistikos metodai.*

*SPA-R sudaro dvi dalys: 1-a skirta informacijai apie respondentą; 2-a — nustatyti toleranciją sporto psichologijos atžvilgiu, pasitikėjimą sporto psichologu, asmens atvirumą ir kultūrinius ypatumus.*

*Duomenis apdorojant statistiškai naudota Microsoft Office Excel 2003 programa ir programinio paketo SPSS 13.0 versija. Duomenų analizė atlikta taikant Pirono koreliacijos koeficientą, o požiūrio į sporto psichologiją (SPA-R) metodikos skalių patikimumas tikrinamas naudojant Cronbach- $\alpha$  kriterijų.*

*2006 m. Estijoje vykstant SELL (Suomijos, Estijos, Latvijos ir Lietuvos) studentų sporto žaidynėms, SPA-R metodika apklausti 126 studentai sportininkai (83 vyrai ir 43 moterys): 40 iš Lietuvos, 38 iš Latvijos ir po 24 iš Estijos bei Suomijos, įvairių sporto šakų ir aukštųjų mokyklų, anglų, rusų ar lietuvių kalba pasirinktinai.*

*Tiriant paaiškėjo, kad 56,3% studentų sportininkų yra tolerantiški sporto psichologijos atžvilgiu, likusieji 43,7% apklaustųjų — mažiau arba visai netolerantiški. Procentine išraiška moterys kiek tolerantiškesnės (60,5%) už vyrus (54,2%), tačiau šis skirtumas statistiškai nepatikimas ( $p = 0,506$ ). Respondentų gyvenamoji aplinka suponuoja kultūrinius skirtumus. Tyrimas parodė, kad tolerantiškiausi sporto psichologijai yra Suomijos apklaustieji (66,7%), mažiausiai tolerantiški Latvijos (42,1%). 57,9% Latvijos, 40% Lietuvos, 37,5% Estijos ir 33,3% Suomijos apklaustųjų mano, jog lankymasis pas sporto psichologą kenkia jų reputacijai ir jie nenorėtų, kad kas nors apie tai sužinotų.*

*Tyrimas parodė statistiškai reikšmingas ( $p = 0,029$ ) respondentų lyties ir pasitikėjimo psichologu sąsajas: sporto psichologu labiau pasitiki moterys (67,4%) nei vyrai (47,0%). Labiausiai sporto psichologu pasitiki Estijos respondentai (75,0%), mažiausiai — Suomijos (tik 33,3%) ( $p = 0,010$ ). Lietuvaičių pasitikėjimas psichologu siekia 55,0%.*

*Tyrimo metu paaiškėjo, kad respondentų asmeninis atvirumas glaudžiausiai susijęs su jų išsilavinimu: atviriausi — studijuojantys ar jau turintys bakalaurą (63,8%) ir magistro (60%) laipsnį, uždariausi — asmenys su viduriniu išsilavinimu (63,9%) ir baigę koledžą (57,1%) ( $p = 0,012$ ).*

*Pastebėta statistinė ( $p = 0,053$ ) sąsaja tarp būsimos respondentų profesijos ir asmeninio atvirumo tendencija: atviriausi — būsimi medikai (77,8%) ir komunikacijų specialistai (57,1%), uždariausi — švietimo (83,3%), architektūros (57,1%), inžinerijos (54,5%) ir humanitarinius mokslus (54,5%) studijuojantys sportininkai.*

*Tyrimo rezultatai leidžia pateikti tokias išvadas: Baltijos šalių (SELL) studentai sportininkai yra tolerantiški sporto psichologijai ir sporto psichologo darbo klausimais. Tik praktiškai jie netiki konsultacijos paveikumu, nes 90% apklaustųjų nė karto nėra apsilonkę pas sporto psichologą, o norėtų apsilonkti tik 15,9% respondentų.*

*Tolerancijos sporto psichologijai požiūriu statistiškai reikšmingo skirtumo tarp tiriamų moterų ir vyrų nustatyti nepavyko ( $p = 0,506$ ), nors moterys tolerantiškesnės (60,5%) už vyrus (54,2%). Individualiųjų šakų sportininkai tolerantiškesni sporto psichologijai už sportinių žaidimų šakų apklaustuosius.*

*Tyrimas parodė, kad būsimoji specialybė ir noras apsilonkti pas psichologą yra glaudžiai susiję ( $p = 0,019$ ). Labiausiai to nori būsimi medikai, švietimo darbuotojai, teisininkai, verslininkai ir administratoriai, mažiausiai — būsimi architektai, inžinieriai ir humanitarai.*

*Tai, kad iš 126 apklaustųjų tik 13 asmenų yra lankęsi pas sporto psichologą, kelia įvairiausių klausimų.*

**Raktažodžiai:** sporto psichologija, sporto psichologo darbas, tolerancija sporto psichologijai, pasitikėjimas, atvirumas, kultūrinės ypatybės.

## IVADAS

**N**ūdiena pasižymi audringu žmonių aktyvumu įvairiausiose veiklos srityse, tarp jų ir sporte. Tačiau ir šiandien viena iš

silpniausių sportinės veiklos grandžių yra psichologiniai jos komponentai, nes sporto psichologija yra palyginti naujas, jaunas mokslas. Teorinė jos

dalis kiek stipresnė, aiškesnė, bet psichologinio sportininkų rengimo metodikos problemos tikrai neišspręstos: blaškomas tarp dviejų kraštutinių — vieni teigia, kad psichologinis sportininkų rengimas — tik trenerio reikalas, kiti mano, kad įvairiausių rengimo priemonių sistemą parenka ir įgyvendina tik psichologas. Psichologinio sportininkų rengimo rezultatai priklauso nuo trenerio žinių (sutinkami visiško jų neturėjimo atvejai) arba nuo psichologo subjektyvumo / objektyvumo parenkant metodiką.

Savaime iškyla sistemos valdymo klausimas. Užsakovais turėtų būti sporto vadovai, sporto klubai, komandos. Jie kelia treneriams ir psichologams psichologinio sportininkų rengimo uždavinius, formuluoja socialinį užsakymą, kontroliuoja jo realizavimą, nes jie vadovauja šiam procesui, valdo finansinius išteklius.

Tas triumviratas (užsakovas—treneris—psichologas) privalėtų atsižvelgti į tai, kad ilgai lankydamas sporto mokyklą, dalyvaudamas sporto stovyklose, varžybose, besimokydamas Olimpino rezervo centre, Futbolo akademijoje jaunas sportininkas iš dalies patiria sensorinę ir socialinę izoliaciją, psichologinį badą, taip vadinamą deprivaciją. Sąlygiškai uždaroje sistemoje jauni sportininkai per vienerius—pusantrų metų išgyvena kritinius vystymosi laikotarpius (paūmėjimas — 7-ą ir 12-ą mėnesį): nublinksta domėjimasis sporto šaka, sumažėja adaptacija, padidėja jautrumas ir jaudrumas, kyla psichinė įtampa, stabteli pažanga ir pan. (Сопов, 2007). Todėl jie patys meta sportą arba yra išbraukiami iš sąrašų. Šioje srityje daug kas priklauso nuo sporto psichologo pozicijos ir veiklos, o pastaroji — nuo jo statuso, jo kompetencijos ir žmogiškųjų savybių. Deja, ir jų veiklai turi įtakos besiplečianti rinkos psichologija. Sporto psichologas iš esmės dirba su sportininkais ir treneriais. Todėl keltas **tyrimo tikslas toks** — išsiaiškinti, ką apie sporto psichologiją ir sporto psichologo darbą mano studentai sportininkai. Tyrimui pasirinkti SELL (Suomijos, Estijos, Latvijos ir Lietuvos) žaidynių dalyviai sportininkai studentai.

**Tyrimo uždaviniai:** 1) ištirti sportininkų studentų požiūrį į sporto psichologiją ir sporto psichologo darbą; 2) nustatyti respondentų lyties, sporto šakos, pasirinktos profesijos, gyvenimo aplinkos sąsajas su sporto psichologija ir sporto psichologo darbu.

**Tyrimo objektas** — sporto psichologija ir sporto psichologo darbas sportininkų studentų požiūriu.

## TYRIMO METODIKA

Tyrimo metu taikyta specialiosios literatūros analizė, požiūrio į sporto psichologiją nustatymo metodika ir matematinės statistikos metodai.

Naudota požiūrio į sporto psichologiją (patikslinta forma) metodika (*Sport Psychology Attitudes — Revised Form* (SPA-R)). Originalią Požiūrio į sporto psichologiją (*The Attitudes Toward Seeking Sport Psychology Consultation Questionnaire*) metodiką parengė S. B. Martin, C. A. Wrisberg, P. A. Beitel ir J. W. Lounsbury 1997 metais. Vėliau ji buvo modifikuota į Sporto psichologijos nuostatas — patikslinta (SPA-R) (Martin et al., 2002).

Metodiką sudaro dvi dalys: 1-a (11 klausimų) skirta informacijai apie respondentą ir jo kontaktus su sporto psichologu, 2-a (25 klausimai) — nustatyti keturis dalykus: a) toleranciją (7 klausimai), b) pasitikėjimą (8 klausimai), c) asmens atvirumą (6 klausimai) ir d) kultūrinius ypatumus (4 klausimai).

Tolerancijos skalė atskleidžia respondento tolerantiškumą sporto psichologijos atžvilgiu, t. y. ar apsilankymas pas sporto psichologą turi įtakos sportininko reputacijai. Pasitikėjimo skalė atskleidžia respondento pasitikėjimą sporto psichologu, t. y. ar asmuo tiki, kad sporto psichologas gali padėti jam pasiekti geresnių rezultatų, išspręsti kilusias problemas. Asmens atvirumo skalė rodo, kiek žmogus atviras kitiems: kuo jis atviresnis, tuo labiau linkęs naudotis kitų specialistų pagalba sprendžiant įvairias problemas, ir atvirakščiai. Kultūrinių skirtumų skalė rodo, ar žmogui turi įtakos kultūriniai, etniniai, aplinkos ypatumai, t. y. parodo asmens požiūrį į kitos etninės kilmės, kultūros žmones, konkrečios kultūros atstovų elgesio standartus.

Kiekvieną šios dalies teiginį respondentas vertino pažymėdamas sutikimo su juo lygį nuo 1 (visai nesutinku) iki 7 (tikrai sutinku) balų.

Atsižvelgiant į SPA-R metodikoje pateiktą sutikimo su teiginiais lygio įvertinimo lentelę, kiekviena skalė buvo padalyta į dvi grupes, išvedus jos vidurkį ( $\bar{x}$ ): tolerancijos skalė —  $\bar{x} = 23$ : remiantis tuo, 1-a grupė — nuo 1 iki 23 balų imtinai ir 2-a grupė — nuo 24 iki 49 balų; pasitikėjimo skalė —  $\bar{x} = 36$ : tad 1 gr. — nuo 1 iki 36 balų, 2 gr. — nuo 37 iki 56 balų imtinai; asmeninio atvirumo skalė —  $\bar{x} = 28$ : tai 1 gr. — nuo 1 iki 28, 2 gr. — nuo 29 iki 42 balų imtinai; kultūrinių ypatumų skalė —  $\bar{x} = 17$ : tai 1 gr. — nuo 1 iki 17, 2 gr. — nuo 18 iki 28 balų imtinai.

Tolerancijos skalėje respondentas, surinkęs 1—23 balus, yra tolerantiškas sporto psichologijai, o surinkęs 24—49 balus — netolerantiškas jai.

Pasitikėjimo skalėje respondentas, surinkęs 1—36 balus, nepasitiki sporto psichologu, o surinkęs 37—56 balus pasitiki juo.

Asmeninio atvirumo skalėje surinkti 1—28 balai rodo, kad respondentas yra atviras kitiems asmenims, linkęs priimti specialistų pagalbą, o 29—42 balai — uždaramą, vengimą naudotis kitų pagalba, bandymą problemas spręsti pačiam.

Respondentui, kultūrinių ypatumų skalėje surinkusiam 1—17 balų, neturi įtakos ar menkai jį veikia kultūriniai, etiniai ypatumai (juos lemia gyvenamoji vieta), o surinkus 18—28 balus — veikia stipriai.

Duomenis apdorojant statistiškai, panaudota *Microsoft Office Excel 2003* programa ir programinio paketo *SPSS 13.0* versija. Duomenų analizė atlikta taikant Pirsono koreliacijos koeficientą, t. y. jei  $p < 0,05$ , tada skirtumas laikomas statistiškai reikšmingas, o kai  $p$  reikšmė yra nuo 0,05 iki 0,100, laikoma statistine tendencija, t. y. pastebimas ryšys tarp dviejų objektų. Požiūrio į sporto psichologiją (SPA-R) metodikos skalių patikimumas buvo tikrinamas naudojant *Cronbach- $\alpha$*  kriterijų.

**Tyrimas.** Tyrimas vyko 2006—2007 metais: 2006 m. Estijoje vykstant SELL (Suomijos, Estijos, Latvijos ir Lietuvos) studentų sporto žaidynėms, pagal SPA-R metodiką anglų, rusų ir lietuvių kalba apklausti 126 studentai sportininkai: 40 iš Lietuvos, 38 iš Latvijos, po 24 iš Estijos ir Suomijos. Apklausti 83 vyrai ir 43 moterys. Jie atstovavo šioms sporto šakoms: krepšiniui (33

asmenys), plaukimui (23), futbolui (22), lengvajai atletikai (20), tinkliniui (6), orientavimosi sportui (15), imtynėms (4) ir sunkiajai atletikai (3). Respondentų amžius — 18—29 metai ( $\bar{x} = 20,99$ ).

## REZULTATAI

Tiriant paaiškėjo, kad 56,3% studentų sportininkų yra tolerantiški sporto psichologijos atžvilgiu, o 43,7% mažiau arba visai netolerantiški.

Įvertinus tiriamųjų lytį ir toleranciją sporto psichologijai nustatyta, kad nėra statistiškai reikšmingo skirtumo ( $p = 0,506$ ) tarp tiriamųjų lyties ir tolerancijos. Tačiau moterys yra tolerantiškesnės nei vyrai (žr. 1 lent.).

Išanalizavus studentų gyvenamosios vietos, lemiančios kultūrinius ypatumus, ir tolerancijos sporto psichologijos atžvilgiu rezultatus (žr. 2 lent.) nustatyta, kad nėra statistiškai reikšmingo skirtumo tarp šių kintamųjų ( $p = 0,382$ ). Tolerantiškiausi sporto psichologijos atžvilgiu studentai iš Suomijos (66,7%), Estijos (62,5%), Lietuvos (60,0%). Tolerantiškas požiūris būdingas 42,1% Latvijoje gyvenančių studentų, tačiau daugiau nei pusė iš jų yra mažiau arba visai netolerantiški (57,9%). Taip pat 40% Lietuvos, 37,5% Estijos, 33,3% Suomijos studentų mano, kad lankymasis pas sporto psichologą kenkia sportininko reputacijai, ir jie nenorėtų, kad kas nors apie tai sužinotų.

Statistiškai reikšmingo skirtumo tarp respondentų sporto šakos ir tolerancijos sporto psichologijos atžvilgiu nenustatyta ( $p = 0,898$ ), bet reikėtų atkreipti skaitytojo dėmesį į tai, kad akivaizdžiai tolerantiškesni yra individualių šakų ir jų rungčių

1 lentelė. Tiriamųjų lyties ir tolerancijos sporto psichologijos atžvilgiu rodikliai

SPA-R skalė	Skalės grupės	Lytis		Iš viso
		Vyras	Moteris	
Tolerancijos skalė	1	45 (54,2%)	26 (60,5%)	71 (56,3%)
	2	38 (45,8%)	17 (39,5%)	55 (43,7%)
Iš viso		83 (100%)	43 (100%)	126 (100%)

Pastaba.  $p = 0,506$ .

2 lentelė. Respondentų gyvenamosios vietos (kultūrinių ypatumų) ir tolerancijos sporto psichologijos atžvilgiu rodikliai

SPA-R skalė	Skalės grupės	Lytis				Iš viso
		Estija	Latvija	Lietuva	Suomija	
Tolerancijos skalė	1	15 (62,5%)	16 (42,1%)	24 (60,0%)	16 (66,7%)	71 (56,3%)
	2	9 (37,5%)	22 (57,9%)	16 (40,0%)	8 (33,3%)	55 (43,7%)
Iš viso		24 (100%)	38 (100%)	40 (100%)	24 (100%)	126 (100%)

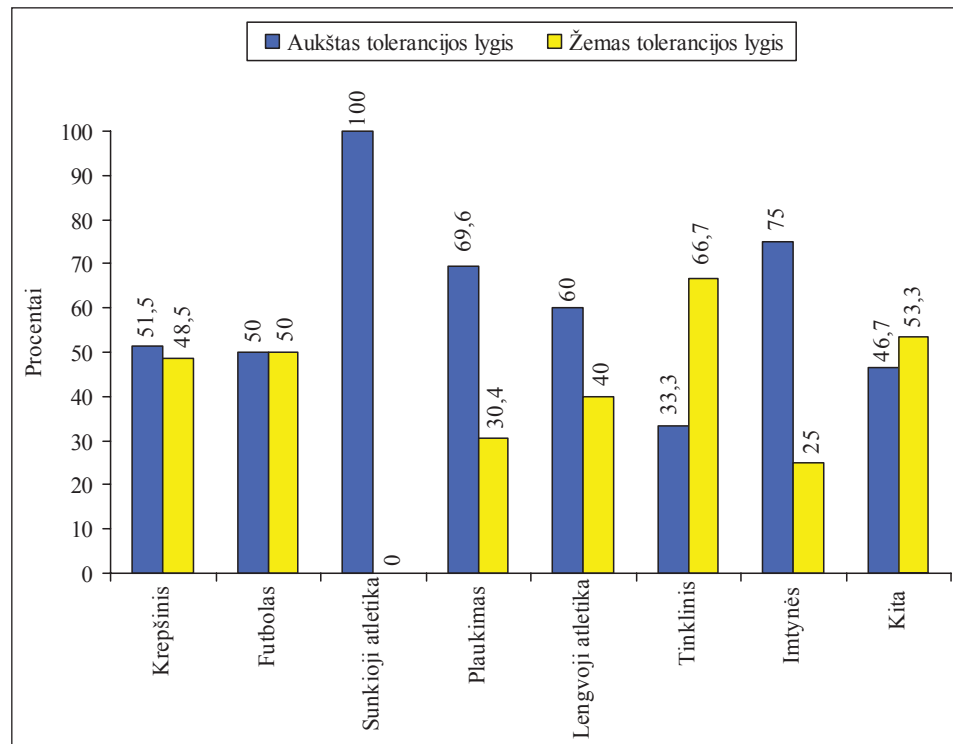
Pastaba.  $p = 0,382$ .

3 lentelė. Studentų ankstesnės patirties pas sporto psichologą ir noro vėl apsilankyti pas jį dėl su sportine veikla susijusių dalykų rodikliai

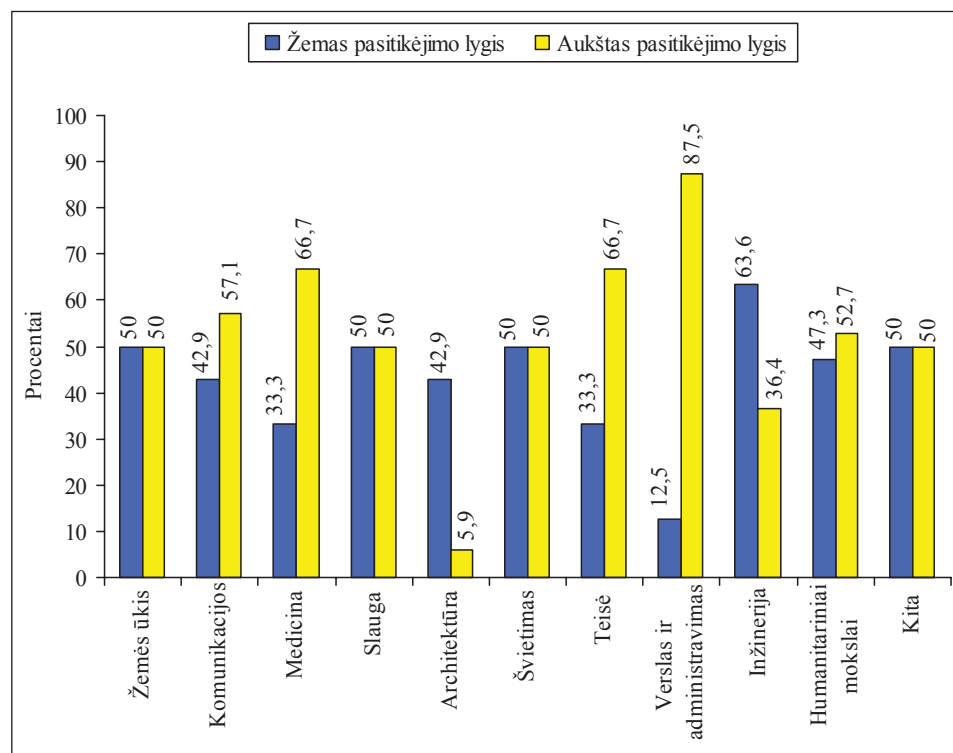
Lankymasis pas sporto psichologą	Noras apsilankyti pas sporto psichologą dėl su sportine veikla susijusių dalykų			Iš viso
	Visiškai nenoriu	Iš dalies noriu	Labai noriu	
Nesilankė	66 (58,4%)	33 (29,2%)	14 (12,4%)	113 (100%)
Lankėsi 1—3 kartus	2 (33,3%)	2 (33,3%)	2 (33,3%)	6 (100%)
Lankėsi 4—5 kartus	1 (50,0%)	0 (0%)	1 (50,0%)	2 (100%)
Lankėsi daugiau nei 5 kartus	0 (0%)	2 (40,0%)	3 (60,0%)	5 (100%)
Iš viso	69 (54,8%)	37 (29,4%)	20 (15,9%)	126 (100%)

Pastaba.  $p = 0,001$ .

1 pav. Studentų pagrindinės sporto šakos ir tolerancijos sporto psichologijos atžvilgiu rodikliai



2 pav. Studentų pagrindinės domėjimosi srities ir pasitikėjimo sporto psichologu rodikliai



atstovai nei sportinių žaidimų šakų apklaustieji (žr. 1 pav.).

Tiriant pabandyta nustatyti būsimos profesijos ir požiūrio į sporto psichologus sąsajas. Pasirodo, nėra statistiškai reikšmingo skirtumo tarp šių kintamųjų ( $p = 0,440$ ). Daugiausia iš apklaustų SELL žaidynių dalyvių studijuoja humanitarinius mokslus (43,7%) ir inžineriją (17,5%). 2 paveiksle matyti, kad aukščiausiu pasitikėjimo

sporto psichologu lygiu pasižymi verslą ir administravimą studijuojantys respondentai (87,5%), taip pat — teisę (66,7%) ir mediciną (66,7%). Aukštas pasitikėjimo lygis sporto psichologu būdingas 57,1% respondentų, studijuojančių komunikacijas ir 52,7% besidominčių humanitariniais mokslais. Apklausoje dalyvavusiems studentams, besidomintiems architektūra (42,9%) ir inžinerija (63,6%), būdingas žemas pasitikėjimo sporto

psichologu lygis: jų manymu, sporto psichologo pagalba neduoda naudos.

Nustatyta, kad 54% respondentų pasitiki sporto psichologu, t. y. apklaustieji mano, kad šis gali padėti siekti geresnių rezultatų, padėti išspręsti kylančias problemas, o 46% apklaustųjų mažiau pasitiki arba visai netiki sporto psichologais.

Lyties ir pasitikėjimo psichologu sąsajos statistiškai reikšmingos ( $p = 0,029$ ): sporto psichologu labiau pasitiki moterys (67,4%) negu vyrai (47,0%). 53,0% vyrų netiki, kad sporto psichologo konsultacijos yra veiksmingos (moterų tik 32,6%). Labiausiai sporto psichologu pasitiki Estijos respondentai (75,0%), mažiausiai — Suomijos (tik 33,3%) ( $p = 0,010$ ). Lietuvaičių pasitikėjimas siekia 55,0%.

Tyrimas parodė, kad respondentų asmeninis atvirumas glaudžiausiai susijęs su jų išsilavinimu: atviriausi studijuojantys ar jau turintys bakalauro (63,8%) ir magistro (60%) laipsnį, uždariausi — vidurinio išsilavinimo asmenys (63,9%) ir baigę koledžą (57,1%) ( $p = 0,012$ ).

Pastebėta statistinė tendencija ( $p = 0,053$ ) sąsajų tarp būsimos profesijos ir asmeninio atvirumo: atviriausios asmenybės — būsimi medikai (77,8%) ir komunikacijų specialistai (57,1%). Žemiausias atvirumo lygis užfiksuotas tarp švietimo (83,3%), architektūros (57,1%), inžinerijos (54,5%) ir humanitarinius mokslus (54,5%) studijuojančių apklaustųjų.

Moterys kiek atviresnės (51,2%) už vyrus (47,0%), bet  $p = 0,660$ . Aukščiausią asmeninį atvirumą parodė Estijos (58,3%), žemiausią — Lietuvos (42,5%) apklaustieji. Deja, kultivuojama sporto šaka ir asmeninis atvirumas susiję nepatikimai ( $p = 0,817$ ). Nustebino tinklininkų (66,7%) ir futbolininkų (72,7%) uždarumas.

Atkreiptinas dėmesys, kad iš 61 respondento, pasižyminčio aukštu asmeniniu atvirumu, net 56, t. y. 91,8%, nė karto nesilankė pas sporto psichologą, o iš 65 „uždarųjų“ aštuoni ten apsilankė ir ne po vieną kartą.

Kultūrinių ypatybių požiūriu užfiksuota sąsajų tendencija su pagrindine profesija ( $p = 0,080$ ) ir atstovaujama sporto šaka ( $p = 0,084$ ). Kultūrinės ypatybės kiek smarkiau veikia moteris (58,1%) nei vyrus (51,8%), bet  $p = 0,503$ . Didžiausią kultūrinį poveikį jaučia Suomijos respondentai (70,8%), mažiausią — Lietuvos (45,0%).

Paaikškėjo, kad visų 4 šalių (SELL) mūsų respondentai vyrai visai nenorėtų kreiptis į sporto psichologą dėl su sportu susijusių (67,5%) ar asmeninių (63,9%) dalykų, o apklaustos moterys

tokias nuostatas pareiškė atitinkamai tik 30,2 ir 25,6% ( $p = 0,0001$ ).

Prasčiausiai sporto psichologus vertina Suomijos apklaustieji: sporto klausimais nenorinčių kreiptis yra 58,3%, asmeniniais dar daugiau — 66,7%. Asmeniniais klausimais sukalbamiausi Estijos apklaustieji — tik 37,5% nesikreiptų į psichologą.

Nustatytos statistiškai reikšmingos ( $p = 0,001$ ) sąsajos tarp apklaustųjų ankstesnės patirties pas sporto psichologą ir noro vėl apsilankyti pas jį dėl su sportine veikla susijusių dalykų (žr. 3 lent.).

Analogiški rezultatai gauti tiriant sportininkų norą vėl apsilankyti pas psichologą asmeniniais klausimais.

## REZULTATŲ APTARIMAS

Analizuodami specialiąją literatūrą ir atlikdami tyrimą aptikome prieštaravimų tarp sportinio rengimo, sportininkų psichoreguliacijos teorijos išplėtojimo ir nūdienos sporto praktinių poreikių. Viena iš pagrindinių tos situacijos priežasčių yra ta, kad treneriai ir patys sportininkai nepakankamai, neadekvačiai vertina psichologinį rengimąsi, psichoreguliaciją sportinėje veikloje.

Tyrimas parodė, kad sporto psichologija, sporto psichologo darbas bent jau tarp dalies keturių Baltijos šalių jaunimo yra žinojimo, deklaravimo lygio: iš 126 apklaustųjų tik 13 yra susidūrę su sporto psichologu, o beveik 55% respondentų visai nenori susitikti su psichologu.

V. N. Smolenceva (Смоленцева, 2007) tyrė įvairaus meistriškumo sportininkų (900 žmonių) požiūrį į psichologinį rengimą(-si). Nustatyta, kad didžioji dalis apklaustųjų (ypač aukšto meistriškumo) sportininkų suvokia psichologijos reikšmę siekiant puikių rezultatų, bet mano, kad juos rengti privalo sporto psichologas ir treneris. 51,3% jaunų sportininkų teigia, kad psichologinis rengimasis reikalingas tik sportuojant aukščiausiu lygiu, o 57% aukštos kvalifikacijos sportininkų nuomone, psichologinis rengimasis, būsenų psichoreguliacijos mokymasis privalo vykti jau sportinės specializacijos stadijoje, nes vėliau tai daryti reikia daug pastangų ir mažai paveiku. Mes su tuo visiškai sutinkame.

Atliktas tyrimas parodė, kad tolerantiškų sportininkų yra daugiau (54,3%). Moterys tolerantiškesnės (60,5%) už vyrus (54,2%). Darome prielaidą, kad tai — dėl neinformuotumo, nors T. R. Lefingwell ir kt. (2001) rašo, kad netolerancija sporto psichologijai gali rodyti, kad sportininkas neverti-

na, net menkina sporto psichologo pagalbą. Vyrų netolerancija paaiškinama jų savimone, ambicijomis, būgštavimu dėl savo reputacijos, uždarumu: pirmiau pats pabandys susidoroti su sunkumais, problemomis. Jei kreipsis į psichologą, ir apie tai sužinos draugai, treneris, kiti reikšmingi sportininkui asmenys, jis praras reputaciją. M. E. Johson (1988) taip pat nustatė, kad moterys labiau linkusios naudotis sporto psichologo pagalba nei vyrai. Šiuos duomenis patvirtina S. Martin ir kt. (2001) atlikti tyrimai.

Tyrimo metu nustatytos studentų sportininkų pasitikėjimo sporto psichologu rezultatų sąsajos su jų lytimi, išsilavinimu ir tautiškumu. Didesnė dalis (54%) respondentų pasitiki sporto psichologu. Moterys labiau tiki sporto psichologo konsultacijų veiksmingumu nei vyrai. Tautiškumo aspektu Suomijos sportuojantys studentai tolerantiškiausi sporto psichologijos atžvilgiu (66,7%), bet jie labiausiai nepasitiki sporto psichologo konsultacijų produktyvumu: dauguma iš jų mano, kad sporto psichologas nepadės jiems pasiekti gerų rezultatų. Suomius labiau nei estus, latvius ir lietuvius veikia kultūriniai ypatumai. Tai gali būti susiję su suomių respondentų nepasitikėjimu sporto psichologo darbo veiksmingumu. Prieinamoje literatūroje nepavyko rasti kitų mokslininkų tyrimų apie Baltijos šalių sportininkų požiūrį į sporto psichologų darbą.

Tyrimo duomenimis, labiausiai sporto psichologu pasitiki jaunesni studentai, t. y. asmenys su viduriniu, koledžo ar bakalauro išsilavinimu. Mažiau pasitiki arba visai nepasitiki magistrantai ir magistrai. A. Anderson ir kt. (2004) padarė tokią pat išvadą: jaunesnių sportininkų ir turinčių kiek aukštesnį išsilavinimą pasitikėjimas sporto psichologijos veiksmingumu nesiskiria. Tačiau šie autoriai nurodė, kad žemesnio išsilavinimo sportininkai labiau priešinas sporto psichologo pagalbai ir netiki jo veiksmingumu.

Skirtingai nei mes, S. Martin (2005) suformulavo išvadą, kad kontaktinių šakų sportininkai (pvz., imtynių, futbolo, krepšinio) neigiamiau vertina sporto psichologo konsultacijų reikšmingumą ir veiksmingumą negu nekontaktinių (pvz., plaukimo, teniso, lengvosios atletikos ir pan.). Atlikdami tyrimą didesnio skirtumo nepastebėjome.

Statistiškai reikšmingo skirtumo tarp respondentų iš įvairių šalių ir kultūrinių ypatumų nenustatyta, bet duomenys rodo, kad kultūriniai ypatumai mažiausiai veikia Lietuvos studentus, labiausiai — Suomijos ir Estijos.

Tiriant paaiškėjo, kad respondentų asmeninį atvirumą lemia jų išsilavinimas ir būsimoji profe-

sija, o lytis, tautiškumas, sporto šaka ar lankymasis pas sporto psichologą veikia mažiau. Atvirumas būdingas 48,4% respondentų, o jų uždarumas didesnis — 51,6%. Mūsų duomenys sutampa su B. Donohue ir kt. autorių (2004) gautaisiais. Šie mokslininkai nustatė, kad tie sportininkai, kurie nelinkę viešai, atvirai skelbti asmeninę informaciją, susiduria su vidiniu barjeru, kai reikalinga sporto psichologo pagalba. Sportininkų netikėjimas, skeptiškumas sporto psichologijos atžvilgiu dažniausiai ir yra pagrindinė priežastis, dėl kurios jie vengia naudotis sporto psichologo patarimais (Bull, 1991). Didžiausias asmeninis atvirumas nustatytas tarp bakalaurų ir magistrantų, o vidurinio ir koledžo išsilavinimo sportininkai yra uždaresni.

Tyrimo duomenimis, būsimos profesijos interesai taip pat turi įtakos asmeniniam atvirumui: atviriausi būsimi medikai (77,8%) ir būsimi komunikacijų specialistai (57,1%). Paaiškėjo, kad būsimoji profesija ir noras apsilankyti pas sporto psichologą yra glaudžiai susiję ( $p = 0,019$ ): labiausiai norėjo apsilankyti pas specialistą būsimi medikai, švietimo darbuotojai, teisininkai ir verslininkai, administratoriai, visai nenorėjo — būsimi architektai, inžinieriai, humanitarai.

Ankstesnė patirtis lemia sportininkų norą vėl kreiptis į sporto psichologą. Analogiškus duomenis pateikė D. L. Vogel, S. R. Wester (2003) ir S. Martin (2005), kurie rašo, kad apsilankymas ir teigiama patirtis pas sporto psichologą yra pagrindas ir ateityje naudotis sporto psichologo pagalba. Atlikto tyrimo duomenimis, daugiau nei 5 kartus apsilankę pas sporto psichologą respondentai vėl apsilankyti pas jį norėjo labiausiai.

## IŠVADOS

1. Baltijos šalių (SELL) studentai sportininkai teoriškai yra tolerantiški sporto psichologijos ir sporto psichologo darbo klausimais, o praktiškai jie netiki konsultacijos poveikiu ir tikriausiai dėl to beveik 90% apklaustųjų nė karto nesilankė pas sporto psichologą. Esant galimybei, labai norėtų apsilankyti pas sporto psichologą 15,9% respondentų.
2. Tolerancijos sporto psichologijai požiūriu statistiškai reikšmingo skirtumo tarp tiriamų moterų ir vyrų nustatyti nepavyko ( $p = 0,506$ ), nors moterys tolerantiškesnės (60,5%) už vyrus (54,2%); individualių šakų sportininkai tolerantiškesni sporto psichologijai už sportinių žaidimų šakų apklaustuosius. Paaiškėjo, kad tolerantiškiausi

sporto psichologijai yra suomių (66,7%), mažiausiai tolerantiški latvių (42,1%) respondentai, nors  $p = 0,382$ . Tyrimas parodė, kad būsimoji specialybė ir noras apsilankyti pas psichologą

yra glaudžiai susiję ( $p = 0,019$ ): labiausiai to nori būsimi medikai, švietimo darbuotojai, teisininkai, verslininkai ir administratoriai, mažiausiai — architektai, inžinieriai ir humanitarai.

## LITERATŪRA

- Anderson, A. G., Hodge, K. P., Martin, S. B. (2004). New Zealand athletes' attitudes towards seeking sport psychology consultation. *New Zealand Journal of Psychology*, II, 121—142.
- Bull, S. J. (1991). Personal and situational influences on adherence to metal skills training. *The Sport Psychologist*, 13, 121—132.
- Donohue, B., Dickens, Y., Lancer, K. et al. (2004). Improving athletes' perspectives of sport psychology consultation. *Behavior Modification*, 28 (2), 182—193.
- Johnson, M. E. (1988). Influences of gender and sex role orientation on help-seeking attitudes. *Journal of Psychology*, 122, 237—241.
- Leffingwell, T. R., Rider, S. P., Williams, J. M. (2001). Application of the transtheoretical model to psychological skills training. *The Sport Psychologist*, 15, 168—187.
- Martin, S. B. (2005). High school and college athletes' attitudes toward sport psychology consulting. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17, 127—139.
- Martin, S. B., Kellmann, M., Lavalle, D., Page, S. J. (2004). Attitudes toward sport psychology consulting of adult athletes from the United States, United Kingdom and Germany. *International Journal of Sport & Exercise Psychology*, 2, 146—160.
- Martin, S. B., Kellmann, M., Lavalle, D., Page, S. J. (2002). Development and psychometric evaluation of the Sport Psychology Attitudes-Revised form: A multiple group investigation. *The Sport Psychologist*, 16, 272—290.
- Martin, S. B., Kellmann, M., Lavallee, D., Page, S. J. (2001). *The Sport Psychology Attitudes-Revised from Manual. Unpublished test manual*. Denton, TX: University of North Texas, Department of Kinesiology, Health Promotion and Recreation.
- Vogel, D. L., Wester, S. R. (2003). To seek help or not to seek help: The risk of self-disclosure. *Journal of Counseling Psychology*, 50, 351—361.
- Смоленцева, В. Н. (2007). *Психорегуляция в практике современного спорта: материалы международной научной конференции психологов физической культуры и спорта «Рудиковские чтения» (11—14 июня 2007 г.)*. Москва. С. 127.
- Сопов, В. Ф. (2007). *Система психологического обеспечения отбора и многолетней подготовки юных спортсменов в УОР: материалы международной конференции психологов физической культуры и спорта «Рудиковские чтения» (11—14 июня 2007 г.)*. Москва. С. 128.

## OPINION OF PARTICIPANTS OF THE SELL GAMES ON SPORT PSYCHOLOGY AND THE ACTIVITIES OF SPORT PSYCHOLOGIST

Juozas Kasiulis

*Lithuanian Academy of Physical Education, Kaunas, Lithuania*

### ABSTRACT

According to sport specialists, it is psychological preparedness of the athletes that predetermines success in sports competition, and what is the opinion held by the athletes themselves on this point?

The aim of the research was to analyze the opinion of athletes-students on sport psychology and the activities of the sport psychologist. The research implied the solution of the following tasks: 1) to study the opinion of athletes-students on sport psychology and the activities of the sport psychologist, and 2) to establish the links between the gender, kind of sport chosen, environment and profession of the respondents and their attitude to sport psychology and the activities of the sport psychologist.

The object of the research was sport psychology and the activities of the sport psychologist from the standpoint of athletes-students.

The methods used in the research were as follows: the analysis of special literature on the subject; methods proposed by S. B. Martin et al. (2002) — Attitude (in a more specific form) to sport psychology (SPA-R) and methods of mathematical statistics.

SPA-R is made up of 2 parts: part 1 contains information about the respondent, and part 2 is given to establish the respondent's tolerance with respect to sport psychology, his / her trust in the sport psychologist as well as openness and cultural peculiarities of the respondent.

For statistical data processing the *Microsoft Office Excel 2003* programme and the *SPSS 13.0* version of the programme package were used. For data analysis Pearson's correlation coefficient was applied and the scale reliability of the methods of attitude to sport psychology (SPA-R) was verified by means of Cronbach's alpha.

During the SELL (Suomi, Eesti, Latvia, Lietuva) Students' Sport Games held in Estonia in the year 2006 using the SPA-R methods 126 athletes-students (83 men and 43 women among them), representatives of various kinds of sport, and from different universities (40 from Lithuania, 38 from Latvia, 24 from Estonia and 24 from Finland) were inquired by means of questionnaires. Free choice of the English, the Russian or the Lithuanian languages was given to the students inquired.

The research showed that 56.3% of the athletes-students inquired were tolerant with respect to sport psychology, whereas the remaining 43.7% of the respondents were less tolerant or showed no tolerance whatever. The percentage of tolerant women (60.5%) was slightly higher compared to that of men (54.2%) but this difference could not be considered statistically reliable ( $p = 0.506$ ). Living surroundings predetermine cultural differences. The research showed respondents from Finland to be the most tolerant to sport psychology, whereas representatives of Latvia turned out to be the least tolerant ones, i.e. 66.7% and 42.1% accordingly. The opinion that visiting sport psychologist was detrimental to their reputation and they would not be willing anybody to learn that they had consulted a specialist of this field was shared by 57.9% respondents from Latvia, 40.0% — from Lithuania, 37.5% — from Estonia and 33.3% respondents from Finland respectively.

The research revealed statistically significant ( $p = 0.029$ ) links between the gender of the respondents and their trust in sport psychologist. Thus, women showed greater trust in sport psychologist compared to men (67.4% and 47.0% accordingly). Respondents from Estonia tended to trust sport psychologist the most (75.0%), whereas athletes from Finland — the least of all (33.3%). This figure among representatives of Lithuania amounted to 55.0% ( $p = 0.010$ ).

The research showed personal openness of the respondents to be most closely associated with their education. Thus, students and those with Bachelor's degree or Master's degree turned out to be the most open ones (63.8% and 60.0% respectively), whereas persons with secondary education and college graduates proved to be the least open ones (63.9% and 57.1% accordingly) ( $p = 0.012$ ).

We have noticed a statistically significant tendency ( $p = 0.053$ ) of links between the future profession of the respondents and the degree of their openness: would-be specialists of medicine and communications showed the highest degree of openness (77.8% and 57.1% accordingly), whereas would-be specialists of education (83.3%), architecture (57.1%), engineering (54.5%) and humanities (54.5%) were the least open ones.

The results of the research done enabled us to make the following conclusions: athletes-students from the Baltic countries (SELL) were tolerant with respect to sport psychology and the activities of the sport psychologist. In practice, however, they saw no point in consulting sport psychologist since 90% of those questioned never consulted sport psychologist and merely 15.9% respondents would like to consult one.

No statistically significant difference ( $p = 0.506$ ) concerning tolerance to sport psychology between women and men inquired were found though women proved to be more tolerant (60.5%), compared to men (54.2%). Athletes going in for individual kinds of sport turned out to be more tolerant with respect to sport psychology than those engaged in sports games.

The research showed close links between the future profession and willingness of athletes-students to consult sport psychologist ( $p = 0.019$ ). The most willing to get sport psychologist's consultation were would-be specialists of medicine, education, law and business administration, whereas would-be architects, engineers and humanitarians were the least willing ones. The fact that merely 13 persons out of 126 persons inquired consulted sport psychologist gives food for thought.

**Keywords:** sport psychology, activities of sport psychologist, tolerance to sport psychology, trust, openness, cultural peculiarities.

Gauta 2007 m. lapkričio 13 d.  
Received on November 13, 2007

Priimta 2008 m. vasario 20 d.  
Accepted on February 20, 2008

Juozas Kasiulis  
Lietuvos kūno kultūros akademija  
(Lithuanian Academy of Physical Education)  
Sporto g. 6, LT-44221 Kaunas  
Lietuva (Lithuania)  
Tel +370 37 209050