



Vingos Rakauskienės daktaro disertacijos „Vyresniųjų klasių mokinių fizinio aktyvumo skatinimas, taikant edukacinį konsultavimą mokykloje“

(socialiniai mokslai, edukologija 07 S, fizinis lavinimas, judesių mokymas, sportas, S 273) recenzija

Medikų ir kitų tyrėjų tyrimų duomenys rodo vis blogėjančią mokinių psichinę ir somatinę sveikatą, fizinio krūvio ir aktyvumo trūkumą, silpnus sveikos gyvensenos įpročius, nepakankamas žinias apie sveikatą ir negatyvų žalingų įpročių poveikį. Šiame kontekste Vingos Rakauskienės daktaro disertacija „Vyresniųjų klasių mokinių fizinio aktyvumo skatinimas, taikant edukacinį konsultavimą mokykloje“ yra ne tik aktuali, bet ir socialiai reikšminga, nes žmogaus sveikata yra viena svarbiausių žmogaus egzistencijos vertybių.

Darbas yra daktaro disertacijoms būdingos struktūros. Jį sudaro įvadas, keturios dalys, išvados, rekomendacijos ir cituojamos literatūros sąrašas, kurį sudaro 430 literatūros šaltinių. Disertacijos įvade autorė, nors ir neįvardija darbo aktualumo, tačiau ji bandė įrodyti tai per mokinių fizinio aktyvumo mažėjimo tendenciją. Analizuodama savo nagrinėjamą problemą, disertantė rėmėsi tyrimais, kurie rodo, kad nepakankamai fiziškai aktyvių mokinių Lietuvoje yra per 50 proc. Kur kas įtikinamiau aktualumas būtų pagrįstas ir įrodytas pateikiant nuo pirmos iki dvyliktos klasės blogėjančius psichinės ir somatinės mokinių sveikatos rodiklius. Disertantė aiškiai pagrindė teorinę ir praktinę darbo reikšmę, o tyrimo rezultatais patvirtino prielaidą, kad empatiškas požiūris į jaunuolio pasaulėžiūrą, jo stiprybių ir potencialių galių sklaida, teigiama ugdytinio ir ugdytojo sąveika bei aiškių ir konkrečių tikslų kėlimas per konsultacijas yra veiksmingi būdai sprendžiant jam aktualias fizinio aktyvumo, atletinio tapatumo bei kitas ugdymo(si) problemas. Šis aspektas rodo, kad disertacinis tyrimas yra reikšmingas ne tik edukologijos, bet ir psichologijos mokslui. Ši prieiga leidžia konstatuoti, kad autorė į tiriamą fenomeną žvelgia ne tik per edukologijos, fizinio lavinimo, sporto, bet ir per psichologijos mokslo prizmę – tai rodo šio disertacinio tyrimo tarpdiscipliniškumą.

Teorinėje dalyje disertantė, remdamasi Lietuvos ir užsienio autorių darbais, nuosekliai išanalizavo aukštesniųjų klasių mokinių fizinio aktyvumo mažėjimo reiškinį. Pagirtina,

kad darbe skiriamas reikiamas dėmesys tiriamo fenomeno psichologiniams aspektams: aprašydama aukštesniųjų klasių mokinių Aš raidos krizes, autorė nuosekliai išanalizavo jaunuolių atletinį tapatumą bei šio tapatumo sąsajas su fiziniu aktyvumu. Darbe daroma racionali prielaida, kad didinant mokinių fizinį aktyvumą, teigiamai veikiama ir fizinė, ir psichinė jų sveikata, t. y. gerinama fizinė būklė, kontroliuojamas kūno svoris, ugdomas teigiamas kūno vaizdo bei bendras adekvatus savęs ir aplinkos vertinimas – reguliarus ir sveikatai palankus fizinis aktyvumas pozityviai veikia biologinius, psichologinius ir socialinius žmogaus komponentus.

Disertantė, nagrinėdama aukštesniųjų klasių mokinių fizinio aktyvumo ir neaktyvumo raišką, reikiamą dėmesį skyrė ugdytinių motyvacijos nebuvimo ir fizinio aktyvumo sąsajoms. Tinkamai išnagrinėjo kūno kultūros pamokų reikšmingumą fizinio aktyvumo ugdymo sistemoje bei jaunuolių fizinio aktyvumo skatinimo galimybes. Analizuodama edukacinio konsultavimo galimybes ir ribotumus, autorė nuosekliai atskleidė šio konsultavimo teorines prielaidas, tinkamai atliko teorines šio konsultavimo veiksmingumo, skatinant mokinių fizinį aktyvumą, išvalgas. Galima konstatuoti, kad teorinėje dalyje literatūros analizė, kitų autorių tyrimų pristatymas pateikiamas koncentruotai, kokybiškai, neatitrūkstiant nuo savo pasirinktos tyrimo problemos.

Empirinėse dalyse aiškiai ir detalai pristatyti tyrimo metodai, pateikta išsami respondentų charakteristika. Tyrimo dizainą skaitytojui padeda greičiau suvokti pateikta informatyvi tyrimo procedūros schema. Tyrimo imtis pakankama – tyrime dalyvavo 594 respondentai: 553 mokiniai, besimokantys 9–12 klasėse, ir 41 mokytojas. Tiriant aukštesniųjų klasių mokinių atletinio tapatumo ir fizinio aktyvumo ypatumus, autorei sėkmingai pavyko nustatyti, kad tiriamųjų, kurie konsultavosi dėl fizinio aktyvumo padidavimo, atletinis tapatumas buvo ryškesnis, jie geriau vertino savo sportinę kompetenciją ir išvaizdą, nurodė didesnę fizinio aktyvumo svarbą, jautė didesnę tėvų ir draugų paskatinimą, palyginti su mokiniais, kurie konsultavosi dėl bendravimo su kūno kultūros mokytoju, ir, palyginti su mokiniais, kurie konsultavosi dėl per menko įsitraukimo į kūno kultūros pamokas. Taip pat V. Rakauskienė gerai pavyko nustatyti, kad mokinių, kurie konsultavosi dėl bendravimo su kūno kultūros mokytoju, atletinis tapatumas buvo ryškesnis, jie geriau vertino savo sportinę kompetenciją ir išvaizdą, nurodė didesnę fizinio aktyvumo svarbą, palyginti su mokiniais, kurie konsultavosi dėl per mažo įsitraukimo į kūno kultūros pamokas. Tiriant edukologinio konsultavimo veiksmingumą, sprendžiant mokinių psichosocialines problemas, disertantė nustatė gana paradoksalų faktą – mokiniai nurodo daugiau nei jų mokytojai teigiamų ugdymo(si) sunkumų pokyčių po minėto konsultavimo. Darbe neprieikastingai nurodytas šio konsultavimo veiksmingumas, sprendžiant aukštesniųjų klasių mokinių fizinio ugdymo problemas. Tinkamai išanalizavusi konsultuotų mokinių fizinio aktyvumo ir atletinio tapatumo kaitą, autorė pateikia pagrįstą prielaidą, kad didžiausio edukologinio konsultavimo veiksmingumo sprendžiant mokinių fizinio aktyvumo problemas galima tikėtis konsultuojant 11–12 klasių mokinius, kurie siekia padidinti savo fizinį aktyvumą, sprendžiamą problemą

vertina kaip sūksesnę, jei konsultantas yra psichologas ar kūno kultūros mokytojas ir jei ugdytinis jaučia didesnę draugų paskatinimą būti fiziškai aktyviam.

Racionaliai sudarius ir kūrybiškai pritaikius tyrimo metodus, V. Rakauskienei sėkmingai pavyko: teoriškai pagrįsti edukacinį konsultavimą mokykloje kaip poveikio metodą aukštesniųjų klasių mokinių fiziniam aktyvumui skatinti ir jų atletiniam tapatumui stiprinti; ištirti edukacinio poveikio veiksmingumą sprendžiant aukštesniųjų klasių mokiniams aktualias bendravimo, elgesio, emocijų valdymo problemas; įvertinti fizinio aktyvumo ir atletinio tapatumo kaitą edukacinio konsultavimo metu; nustatyti, ar fizinio aktyvumo problemų, kurias edukacinio konsultavimo metu sprendžia aukštesniųjų klasių mokiniai, sunkumo mažėjimas ir kiti teigiami fizinio aktyvumo bei atletinio tapatumo pokyčiai yra susiję su mokiniams aktualia fizinio aktyvumo problema, jų lytimi ir amžiumi.

Taigi galima konstatuoti, kad tyrimo kategorijos pagrįstos, autorė nustatė ir suvaldė didžiulį duomenų srautą, sėkmingai juos išanalizavo ir interpretavo. Disertacinio tyrimo metu surinkta faktinė medžiaga išanalizuota tinkamai, taikant matematinės statistikos metodus. Gilios tyrimo įžvalgos leido autorei suformuoti platų racionalių išvadų lauką. Išvados atliepia tyrimo tikslą ir uždavinius. Disertacija gausiai iliustruota: darbe pateikta 51 lentelė, 10 paveikslų ir 10 priedų. Pateiktų publikacijų analizė rodo, kad autorės publikuoti straipsniai tenkina mokslo darbams keliamus reikalavimus ir atsitinka ginamos disertacijos tematiką. Santrauka atliepia disertaciją.

Išskirtinis V. Rakauskienė disertacinio tyrimo bruožas – platus tyrimo idėjų, esminių rezultatų bei išvadų aprobavimas: autorė parengė disertacijos tema studijų knygą, 7 straipsnius bei perskaitė 11 pranešimų ne tik Lietuvoje, bet ir Baltarusijoje, Estijoje, Graikijoje, Kazachstane, Norvegijoje, Turkijoje vykusiose mokslinėse konferencijose. Minėtose publikacijose reprezentuojamos esminės disertacinio tyrimo išvados, kurios gali sudominti tiek edukologus, tiek sporto mokslo atstovus.

- Edukacinis konsultavimas yra veiksmingas metodas aukštesniųjų klasių mokinių aktualioms fizinio aktyvumo problemoms spręsti mokykloje ir kitose ugdytojų įstaigose. Vidutiniškai ir žymų subjektyvaus fizinio aktyvumo problemos sprendimo pokytį po edukacinio konsultavimo nurodė 66,3 proc. jame dalyvavusių mokinių. Teigiamus ugdytinio elgesio per kūno kultūros pamokas pokyčius nurodė ir kūno kultūros mokytojai. Po edukacinio konsultavimo mokinių fizinis aktyvumas padidėjo, o atletinis tapatumas buvo ryškesnis.
- Edukacinio konsultavimo metodo veiksmingumas nustatytas ir sprendžiant psichosocialines aukštesniųjų klasių mokiniams aktualias problemas. Po edukacinio konsultavimo padidėjo vaikinių ir merginų savaveiksmiškumas, sumažėjo ugdytojų (si) problemos: nerimastingumas, prasta nuotaika, užsisiklindimas, socialiniai sunkumai, taisyklių nepaisymas, agresyvus elgesys. Edukacinio konsultavimo metu geriausių rezultatų pasiekama sprendžiant mokinių emocines ir fizinio aktyvumo problemas, nei bendravimo (tarpasmeninių santykių) ir mokymosi (kognityviųjų

gebėjimų) problemas. Nustatyta, kad sprendžiant įvairias problemas merginų subjektyvaus problemos išsprendimo progresas buvo beveik toks pats, o vaikiniams geriausiai sekėsi spręsti fizinio aktyvumo ir mokymosi (kognityviųjų gebėjimų) problemas nei bendravimo (tarpasmeninių santykių) bei emocines problemas.

- Po edukacinio konsultavimo padidėjo mokinių fizinis aktyvumas ir atletinio tapatumo raiška, tačiau ši kaita sietina su individualiomis mokinio savybėmis. Mokinių, kurie buvo konsultuojami dėl bendravimo su kūno kultūros mokytoju problemų, atletinio tapatumo kaita buvo nežymi. Be to, merginų ir 11–12 klasių mokinių atletinis tapatumas po edukacinio konsultavimo buvo ryškesnis nei vaikinių ir 9–10 klasių mokinių.
- Edukacinio konsultavimo veiksmingumas yra susijęs su sprendžiama fizinio aktyvumo problema ir mokinių amžiumi, tačiau menkai susijęs su mokinių lytimi. Edukacinio konsultavimo metu didžiausias subjektyvus problemos sunkumo pokytis nustatytas tarp mokinių, kurie sprendė problemas, siekdami padidinti savo fizinį aktyvumą, o prasčiausiai jiems sekėsi spręsti bendravimo su kūno kultūros mokytojais problemas. Po edukacinio konsultavimo fizinis aktyvumas ir atletinis tapatumas labiausiai padidėjo tų mokinių, kurie konsultavosi siekdami padidinti savo fizinį aktyvumą ir dėl nepakankamo įsitraukimo į kūno kultūros pamokas. Sprendžiant fizinio aktyvumo problemą ir vaikinių, ir merginų subjektyvaus problemos sunkumo teigiamas pokytis buvo vienodas. Tiek vaikinių, tiek merginų fizinis aktyvumas ir atletinis tapatumas po edukacinio konsultavimo padidėjo. Sprendžiant fizinio aktyvumo problemą, 11–12 klasių mokinių subjektyvaus problemos sunkumo teigiamas pokytis buvo didesnis nei 9–10 klasių mokinių. Po edukacinio konsultavimo padidėjo tiek 9–10, tiek 11–12 klasių mokinių fizinis aktyvumas ir atletinis tapatumas.

Disertacijos autorė pateikia tyrimo rezultatais pagrįstas rekomendacijas, kurios gali būti naudingos kūno kultūros mokytojams, socialiniams pedagogams, sveikatos priežiūros specialistams, psichologams ir kitiems specialistams.

1. Edukacinis konsultavimas yra veiksmingas metodas aukštesniųjų klasių mokinių fiziniam aktyvumui skatinti. Taikydami edukacinį konsultavimą, kūno kultūros ugdyto(si) procesą gali stimuliuoti įvairūs specialistai: kūno kultūros mokytojai, socialiniai pedagogai, sveikatos priežiūros specialistai, psichologai ir kt. Įvertinant vyresniojo mokyklinio amžiaus ypatumus, ugdytinių problemų nepastovumą, asmenybės raidą galima teigti, kad edukacinis konsultavimas turėtų būti taikomas ne kaip vienkartinis ugdyto(si) proceso stimuliavimo įrankis, bet kaip nuolatinė pagalbinė priemonė.

2. Specialistams, taikantiems edukacinį konsultavimą, naudinga atsisakyti konsultavimo metu naudojamų pertraukų. Taip pat reikėtų įvertinti, kad edukacinės konsultacijos trunka 30–40 min., t. y. trumpiau nei psichologo konsultacijos (50–60 min.).

3. Edukacinis konsultavimas yra patogus metodas sprendžiant aukštesniųjų klasių mokinių aktualias ugdyto(si) problemas mokykloje, nes yra trumpalaikis. Žinant didelį

individualaus darbo su ugdytiniais poreikį šį metodą galėtų taikyti kūno kultūros ir kiti mokytojai, taip pat kiti mokykloje dirbantys specialistai. Be to, edukacinis konsultavimas dėl darbe aptartų ypatumų yra priimtinas ir patiems mokiniams – konsultacijose dalyvavę mokiniai yra linkę vėl kreiptis į specialistą dėl savo problemų. Metodas yra naudingas siekiant tiek ugdytinių elgesio, tiek vidinių teigiamų pokyčių. Po edukacinio konsultavimo teigiamai kinta ugdytinio savaveiksmiškumas, įvairios ugdymo(si) problemos, atletinis tapatumas ir fizinis aktyvumas. Atletinio tapatumo ir fizinio aktyvumo pokyčiai tikėtini konsultuojant mokinius tik dėl fizinio aktyvumo problemų, o kiti teigiami pokyčiai (savaveiksmiškumo, ugdymo(si) problemų ir kt.) – ir dėl įvairių kitų ugdytiniui aktualių problemų.

4. Mokyklos specialistas, dirbantis pagal edukacinio konsultavimo modelį, geriausių rezultatų gali tikėtis sprendžiamas aukštesniųjų klasių mokinių emocines ir fizinio aktyvumo problemas, o prastesnių rezultatų – dirbdamas su mokiniais, kurie per edukacinį konsultavimą sprendžia bendravimo, tarpasmeninių santykių ir mokymosi, kognityviųjų gebėjimų problemas. Be to, edukacinio konsultavimo modelis yra veiksmingas aukštesniųjų klasių merginoms, kurios sprendžia įvairias problemas, o vaikiniams, – kurie sprendžia fizinio aktyvumo bei mokymosi problemas.

5. Specialistas, dirbantis pagal edukacinio konsultavimo modelį mokykloje ir skatinantis aukštesniųjų klasių mokinių fizinį aktyvumą, geresnių rezultatų gali tikėtis konsultuodamas 11–12 klasių mokinius dėl nepakankamo fizinio aktyvumo, jeigu mokiniai subjektyviai vertina problemą kaip gana svarbią ir jeigu prieš edukacinį konsultavimą jaučia didesnę draugų paskatinimą būti fiziškai aktyviems.

Baigiamoji išvada

Vingos Rakauskienės daktaro disertacija yra aktuali, savarankiška, turinti teorinę ir praktinę liekamąją vertę, atitinkanti šiems darbams keliamus reikalavimus studija, o pati autorė nusipelnė mokslo daktaro laipsnio (socialiniai mokslai, edukologija 07 S, fizinis lavinimas, judesių mokymas, sportas, S 273). Vingos Rakauskienės daktaro disertacija „Vyresniųjų klasių mokinių fizinio aktyvumo skatinimas, taikant edukacinį konsultavimą mokykloje“ buvo sėkmingai apginta 2013 m. Lietuvos sporto universitete.

Prof. habil. dr. Vytautas Gudonis
Prof. dr. Romualdas Malinauskas