

MOKYTOJŲ VIDINĖ DARNA IR KŪRYBINGUMAS PROFESINĖJE VEIKLOJE

AUDRONĖ DUMČIENĖ¹, DALIA LAPĖNIENĖ²

¹Lietuvos kūno kultūros akademija, ²Kauno J. ir P. Vileišių vidurinė mokykla

Raktažodžiai: vidinė darna, kūrybingumas, gyvenimo kokybė, mokytojas.

Santrauka

Tyrimo tikslas – išsiaiškinti mokytojų vidinės darnos ir gyvenimo kokybės sąsajas su profesine veikla. Tyrime vidinės darnos konceptas suprantamas salutogeninės teorijos pagrindu. Buvo tirta 55 vidurinių mokyklų ir gimnazijų mokytojai, pasižymėję kūrybingumu profesinėje veikloje ir 57 neatskleidę analogiškų gebėjimų. Tiriamųjų apklausai buvo pasitelktos dvi metodikos. Matematinės statistikos hipotezėms tikrinti buvo taikomos χ^2 kriterijus. Straipsnyje pateikiami tyrimo duomenys atskleidžia, kad kūrybingai dirbančių mokytojų vidinė darna ir gyvenimo kokybės vertinimas patikimai ($p < 0,05$) geresni nei nekūrybingų kolegų. Tarp vidinės darnos ir gyvenimo kokybės vertinimų nustatytos stiprios sąsajos.

IVADAS

Salutogeninės teorijos pagrindu gebėjimų valdyti stresus ir gerai jaustis įvertinimui A. Antanovsky [1] pasiūlė konstrukta „darnos jausmas“ (angl. *The Sense of Coherence*), apimančią savijautą, vyraujančias nuostatas palaikyti ir stiprinti sveikatą bei vertinti kitus veiksnius, tarp jų darbą bei jo aplinką. Vidinės darnos lygis įvertinamas A. Antanovsky pasiūlyta vidinės darnos (angl. *Sense of Coherence – SOC*) skale. Jos autorius nėra nustatęs norminio vidinės darnos lygio, tačiau išskyrė tik aukštą ir žemą vidinę darną [1]. Darnos jausmo vertinimui pastaruoju metu dažniau naudojama vadinama trumpa skalės forma SOC-13, kuri patikima ir plačiai naudojama tyrimuose [2]. Manoma, kad darnos jausmui turi įtakos profesinė veikla bei darbo sąlygos. Įvairių studijų duomenų metaanalizės rezultatai rodo, kad yra stipri teigiama sąsaja tarp vidinės darnos lygio ir pasitenkinimo darbu [20].

Nustatytos stiprios sąsajos tarp vidinės darnos skalės (SOC) įverčių ir suvokiamos sveikatos ir kad pagal

SOC įverčius galima prognozuoti sveikatos būklę. Kuo aukštesni įverčiai, tuo geresnė sveikatos būklė. SOC konceptas gali patikimai pasitarnauti ir pozityvios psichinės sveikatos indikatoriumi [9]. Nurodoma, kad darbas yra tinkamas sveikatos požiriu, jei nėra įtampos ar nuobodulio [7]. Kiti tyrimų rezultatai leidžia teigti, jog gerėjant pasiekimams darbinėje veikloje, didėja įverčiai SOC skalėje [15].

Kūrybingumas apibūdinamas kaip potenciali sukurti naują objektą, unikalų, besiskiriantį vienu ar aibe požymių nuo jau žinomų visuomenei, o kūrybiškumas – savybė sukurti tam tikrą aibę naujų objektų (5).

Nustatyta, kad kūrybinga profesinė veikla, susijusi su intensyviu mąstymu, atsispindi žmogaus emocinėje fiziologinėje būsenoje. Po kūrybiškai atliktos profesinės veiklos mokytojai savo emocinę fiziologinę būseną vertino kaip geresnę nei prieš ją [6]. Jei aplinkybės leidžia ir individai ieško įdomių, prasmingų ir besikeičiančių užduočių, tai tokia situacija darbe laikoma optimalia, palankia kūrybingumo apraiškoms bei gerai psichoemocienei savijautai [4].

Gera savijauta darbe (angl. *well-being*) yra susijusi su galimybe daryti darbe tai, kas žmogui labiausiai patinka, tai atskleidžia jo kūrybingumą ir dažniau sukelia teigiamas emocijas. Netgi trumpalaikiai neigiami poveikiai gali sumažinti darbuotojų kūrybingumą ir turėti ilgalaikių neigiamų pasekmių organizacijos veikloje. Jei darbuotojai neturi galimybių pilnai atskleisti savo kūrybingumui, nėra pilnai įsitraukę į organizacijos veiklą, jie nusivilia organizacijos veikla ir neretai, atsiradus galimybei, šią organizaciją palieka [11].

Reikia pabrėžti, kad sąvokos „kūrybingumas“ (angl. *Creativity*) ir gera savijauta (angl. *Well-being*) įvairiose studijose autorių yra traktuojamos nevienareikšmiškai ir dažniausiai savitai apibūdinamos [12].

Hipotezė: vidinė darna būdingesnė kūrybingai dirbantiems mokytojams.

Tyrimo tikslas — išsiaiškinti kūrybingai dirbančių mokytojų vidinės darnos aspektus.

RESPONDENTŲ KONTINGENTAS IR TYRIMO METODAI

Tyrimui atsitiktiniu būdu buvo pasirinkti Kau-no miesto bendrojo lavinimo vidurinių mokyklų ir gimnazijų mokytojai. Tyrime dalyvavo 112 mokytojų (pilnai apklausos anketas užpildžiusių respondentų skaičius). Tarp jų buvo 55 mokytojų, kuriuos vadovai apibūdino kaip dirbančius kūrybingai (K grupė), ir 57 mokytojų, nepasižymėjusių kūrybingumu profesinėje veikloje (NK grupė). Respondentai tyrime dalyvavo savanoriškai, jiems buvo išaiškintas tyrimo tikslas. Visos tyrime naudotos anketos, kurias pildė respondentai, buvo anoniminės.

Tyrimui anketine apklausa buvo pasitelktos dvi metodikos: 1. A. Antonovsky [18] sutrumpinta darnos skalė SOC-13 buvo naudojama respondentų darnos jausmui (vidinės darnos) savivertei. Skalę sudaro trylika teiginių, suskirstytų į tris grupes: suvokiamas supratin-gumas (angl. *perceived comprehensibility*) – 5 teigini-ai; valdomumas (angl. *manageability*) – 4 teiginiai ir reikšmingumas (angl. *meaningfulness*) – 4 teiginiai. Teiginių vertinimai Likert 7-ių balų skalėje, su dviem ribiniais atsakymais „niekada“ ir „labai dažnai“. Įver-čių suma gali būti nuo 13 iki 91 balo – didesnis įvertis rodo didesnę vidinę žmogaus darną. Vertinimas: 44 ir daugiau balų stiprus darnos jausmas, 28–43 balų – vi-dutiniškai išryškėjęs darnos jausmas, o mažiau 28 balų – silpnas. Skalės validumas patikrintas keliuose studijose [2, 9, 10]. 2. Modifikuota R.Eliot gyvenimo kokybės skalė, pagrįsta egzistenciniu požiūriu į patiriamus stres-us [8, 21]. Skalę sudaro 36 teiginiai, suskirstyti į devy-nias subskales po keturis teiginius. Subskalės: darbas (karjera), asmeniniai pasiekimai, sveikata, bendravimas su artimais žmonėmis, palaikymas (vidinis ir išorinis – socialinis) optimizmas, įtampa (fizinis ir psichologinis diskomfortas), savikontrolė, neigiamos emocijos (nuo-taika). Atsakymai nurodomi dešimties balų skalėje. Minimali suma subskalėje keturi balai, o maksimali 40 balų. Subskalės: darbas (karjera), asmeniniai pasieki-mai, sveikata, bendravimas su artimais žmonėmis, pa-

laikymas (vidinis ir išorinis – socialinis), optimizmas, įtampa (fizinis ir psichologinis diskomfortas), savikon-trolė, neigiamos emocijos (nuotaika). Atsakymų varian-tai dekoduojami naudojantis raktu ir apskaičiuojamas balų vidurkis pagal kiekvieną subskalę ir bendras. Ver-tinimas: kokybės indeksas: 4 – 10 balų – labai žemas, būdingas sergantiems depresija; 11-20 balų – žemas, būdingas asmenims su „sudegimo“ sindromu; 21-39 balų – vidutinis; 30-40 balų – labai aukštas, būdinga išryškėjęs optimizmas ir aktyvi pozicija gyvenime.

Apklausoje metu visa informacija surinkta tiesiogiai iš pačių tiriamųjų.

Matematinės statistikos hipotezėms tikrinti buvo tai-komos χ^2 kriterijus, pasikliovimo lygmuo $p < 0,05$.

TYRIMO REZULTATAI IR JŲ ANALIZĖ

Duomenys apie respondentų vidinę darną pateikti 1 lentelėje.

Dauguma kūrybingų mokytojų (K grupė) pasižymi aukšta vidine darną. Tai gerokai daugiau nei vidutiniš-kai Lietuvoje (39,9 proc.), tačiau ženkliai mažiau nei Švedijoje (81 proc.) [13]. Tiesa, tiesioginis kiekybinis palyginimas čia nekorektiškas, nes studijoje [13] buvo naudojama modifikuota SOC skalė. Tačiau bendrai tendencijai aptarti palyginimas galimas. Įvertinant ty-rimuose naudotų skalių skirtumus, galima teigti, kad ir NK grupės respondentų vidinė darną geresnė nei vidu-tiniškai Lietuvoje.

Kūrybingai dirbančių mokytojų vidinė darną reikš-mingai ($p < 0,05$) aukštesnė nei kitų jų kolegų.

Tyrimo duomenys apie respondentų gyvenimo ko-kybės vertinimus pateikti 2, 3 ir 4 lentelėse. Vertinimai pagal atskirus gyvenimo kokybės rodiklius (4 lentelė) taip pat skyrėsi nežymiai.

Abiejų grupių respondentų gyvenimo kokybės verti-nimai žymiai skiriasi ($p < 0,05$). Didžioji dauguma kūry-bingai dirbančių mokytojų savo gyvenimo kokybę įver-tino aukštai (2 lentelė), nors gyvenimo kokybės įverčių balais skirtumas nereikšmingas (3 lentelė). K grupės respondentams nustatytas stiprus ryšys (koreliacijos koeficientas $r = 0.964$) tarp vidinės darnos ir gyvenimo

1 lentelė. Respondentų vidinės darnos lygiai

Respondentai	Vidinės darnos lygių pasiskirstymas, % (skaičiais)		
	Aukštas	Vidutinis	Žemas
K grupė *	61,8 (34)	34,6 (19)	3,6 (2)
NK grupė	19,3 (11)	68,4 (39)	12,3 (7)

* čia ir toliau lyginant tarpusavyje K ir NK grupių respondentų įverčius: $\chi^2(2) = 23,03$; $p < 0,05$

2 lentelė. Mokytojų gyvenimo kokybės vertinimai

Respondentai	Gyvenimo kokybės vertinimų pasiskirstymas, % (skaičiais)		
	Aukštas	Vidutinis	Žemas
K grupė *	70,9 (39)	29,1 (16)	0 (0)
NK grupė	38,6 (22)	52,6 (30)	8,8 (5)

* $\chi^2(2) = 27,63$; $p < 0,05$.

3 lentelė. Tiriamųjų gyvenimo kokybės įverčiai

Respondentai	Gyvenimo kokybės įverčiai, balais		
	Aukštas	Vidutinis	Žemas
K grupė *	37,24±6,21	28,84±7,12	Nebuvo
NK grupė	34,24±5,74	27,76±6,42	16,09±5,9

* $\chi^2(2) = 0,282; p > 0,05$.

4 lentelė. Gyvenimo kokybės rodikliai

Rodikliai	Įverčiai, balais	
	K grupė *	NK grupė
Karjera	35,2±4,9	22,8±4,5
Asmeniniai pasiekimai	29,8±6,9	24,2±5,4
Sveikata	24,9±9,1	21,6±6,1
Bendravimo kokybė	27,2±6,7	28,4±5,1
Palaikymas	21,5±4,8	27,5±6,4
Optimizmas	37,3±5,9	29,8±7,1
Įtampa	31,5±4,6	26,7±4,9
Savikontrolė	33,8±7,2	29,1±6,7
Nuotaika	37,1±6,8	31,2±5,1

* $\chi^2(8) = 14,53; p > 0,05$

kokybės vertinimų. Nors NK grupės respondentams ryšys silpnas ($r = 0.258$), galima teigti, kad yra sąsaja tarp vertinimų SOC ir gyvenimo kokybės skalėmis.

Mokslininkai pažymi, kad pedagogai dažniau nei kitų intelektualinės veiklos profesijų atstovai patiria stresą profesinėje veikloje [14]. Šiame tyrime gauti rezultatai leidžia teigti, kad kūrybingumas pedagogo profesinėje veikloje silpnina stresorių poveikį. Šį teiginį patvirtina ir kitų tyrėjų nuomonė, kad gerėjant pasiekimams profesinėje veikloje, auga įverčiai SOC skalėje [15].

Respondentų kūrybingumo lygmenys nebuvo tiriami, nes nėra visuotinai priimtinos metodikos, įgalinančios vienareikšmiškai spręsti apie asmens kūrybingumo lygį. Nors atlikta daug tyrimų, kūrybingumo fenomenas nėra įtikinamai atskleistas [16]. Yra sukurta per 200 instrumentarijų kūrybingumo identifikavimui ir vertinimui, tačiau nėra testavimo instrumentų, įgalinančių adekvačiai išmatuoti kūrybingumo konceptą [19]. Anglijoje mokytojų psichinės sveikatos problemas analizuoja ir mokslininkai, ir valstybinės institucijos [23]. Manoma, kad reguliariai dalyvaujant kūrybingoje veikloje didėja galimybės išsaugoti psichinę sveikatą ir išlikti psichologiškai gyvybingam [17]. Tyrimais įrodyta, kad vidinės darnos konceptas, išreiškiamas SOC skale, gali pasitarnauti ir potencialiu pozityvios psichinės

sveikatos indikatoriumi [25]. Giliai į kūrybingą veiklą įsitraukę žmonės jaučiasi laimingi [4], tačiau pastangos siekti vis geresnių rezultatų, konkurencinės aplinkos poveikis bei socioekonominiai veiksniai gali veikti neišiamai ir net susiformuoti „sudegimo“ sindromas [14].

Taigi galima teigti, jog periodinio mokytojų vidinės darnos vertinimo duomenys būtų vertinga informacija mokyklų administratoriams.

IŠVADOS

1. Vidinei darnai turi įtakos profesinė veikla. Kūrybingai dirbančių pedagogų vidinė darna aukštesnė nei nepasireiškusių kūrybingai.

2. Kūrybingai dirbantys pedagogai savo gyvenimo kokybę vertina geriau nei jų kolegų ($p < 0,05$).

3. Tikslinga stebėti pedagogų vidinės darnos kitimo tendencijas ir duomenis naudoti mokyklų vadyboje.

Literatūra

- Antonovsky A. Health, stress and coping: new perspectives on mental and physical well-being. San Francisco: Jossey-Bass, 1979.
- Antonovsky A. The structure and properties of the sense of coherence scale. Social Science and Medicine. 1993; 36(6):725-33.
- Common mental health problems: Supporting school staff by taking positive action. www.teachernet.gov.uk publications
- Csikszentmihalyi M. Flow: The Classic Work on How to Achieve Happiness. London: Rider, 2002.
- Dumčienė A. Kūrybingumo ugdymo aspektai. Kaunas: LKKA, 2001.
- Dumčienė A., Lapėnienė D. Kūrybiškos profesinės veiklos sąsaja su emocine fiziologine mokytojų būseną. Sveikatos mokslai, 2010; 3:302-3023.
- Edwards JR, Caplan RD, Van Harrison R. Person-environment fit theory: Conceptual foundations, empirical evidence, and directions for future research. In C.L. Cooper (Ed.). Theories of organizational stress. New York: Oxford University Press, 1998.
- Eliot R. 5. From Stress to Strength. N.Y., 1993.
- Eriksson M, Lindström B, Lilja J. A sense of coherence and health. Salutogenesis in a societal context: Åland, a special case? J Epidemiol Community Health. 2007; 61(8):684-688.
- Feldt T, Lintula H, Suominen S, Koskenvuo M, Vahtera J, Kivimäki M. Structural validity and temporal stability of the 13-item sense of coherence scale: Prospective evidence from the population-based HeSSup study. Quality of Life Research. 2007; 16:483-493.
- Harter JK, Schmidt FL, Keyes CLM. Well-being in workplace and its relationship to business outcomes: A review of Gallup studies. In C.L. Keyes and J.Haidt (Eds.) Flourishing: The Positive Person and the Good Life. Washington DC: APA, 2002.
- Humes W. Creativity and Wellbeing in Education: Possibilities, Tensions and Personal Journeys. Tean Journal. 2011; 2(1):1-18.
- Javtokas Z. Salutogeninio modelio panaudojimas stiprinant gyventojų sveikatą. Sveikatos mokslai, 2009; 3:2375-2377.
- Montgomery C, Rupp AA. A meta-analysis for exploring the diverse causes and effects of stress in teachers. Canadian Journal of Education. 2005; 28(3):458-486.
- Morrison I, Clift SM. Mental health promotion through supported further education: The value of Antonovsky's salutogenic model of health. Health Education. 2006; 106(5):365 – 380.

16. Runco MA, Nemiro J, Walberg HJ. Personal explicit theories of creativity. *The Journal of Creative Behavior*. 1998; 32(1):2–17.

17. Simon G. Creativity, Wellness and well-being. <http://counsellingresource.com/features/2009/09/24/creativity-wellness-and-well-being/>

18. Smith PM, Breslin CF, Beaton DE. Questioning the stability of sense of coherence. *Soc. Psychiatry Epidemiology*, 2003, 38:475–484.

19. Sternberg RJ, Lubart TI. The concept of creativity: prospects and paradigms, in: R. J. Sternberg (Ed.) *Handbook of Creativity*. Cambridge, UK: Cambridge University Press, 1999.

20. Strümpfer DJW, De Bruin GP. Antonovsky's sense of coherence and job satisfaction: Meta-analyses of South African data. *SA Journal of Industrial Psychology*. 2009; 35(1):1072-174.

21. Практикум по психологии здоровья. (Practicum of mental health). Под ред. Г.С. Никифорова. СПб: Питер, 2005.

activity. In the study the concept of sense of coherence is based on salutogenic theory. The research sample - 55 middle schools and high school teachers that were distinguished creativity in professional activities and 57 not- distinguished similar skills. Fore exploratory survey has been used two methods. Hypothesis is verified using mathematical statistics - χ^2 criterion. The survey data presented in this article reveals that the creative teachers' self-esteem of sense of coherence and quality of life was a significant ($p < 0.05$) better than non-creative colleagues. Between the sense of coherence and quality of life assessment was a strong correlation.

Correspondence to: a.dumciene@lkka.lt

Gauta 2011-11-02

TEACHERS' SENSE OF COHERENCE AND CREATIVITY IN PROFESSIONAL ACTIVITY

Audronė Dumčienė, Dalia Lapėnienė

Summary

Key words: creativity sense of coherence, well-being, teachers.

The objective of the study - to find out teachers' self-esteem of sense of coherence and quality of life in relation with professional

