

LATVIJAS UNIVERSITĀTE
PEDAGOĢIJAS, PSIHOLÓĢIJAS UN MĀKSLAS
FAKULTĀTE

Skolēnu vērtīborientācija karatē nodarbībās

MAĢISTRA DARBS

Autors: **Einārs Zods**

Stud. apl. ez09073

Darba vadītāja: Mg. paed. **Diāna Urbāne**

RĪGA 2015

ANOTĀCIJA

Maģistra darba tēma ir „Skolēnu vērtīborientācija karatē nodarbībās”, un tā mērķis ir izpētīt skolēnu vērtīborientācijas attīstības iespējas karatē nodarbībās.

Teorētiskajā daļā tiek skaidroti jēdzieni un teorijas par vērtīborientācijas būtību (Šteinberga, A., Tunne, I.) un tās ietekmējošiem faktoriem (Spodra, A.), karatē filosofiju, *dzen* mācību karatē, karatē filosofijas principiem (Funakoshi, G.), ētiskām vērtībām sportā un to nozīmi sportistu sagatavošanā (Kuzņecova, A.).

Pētījuma bāze, grupa: divu Austrumu cīņas klubu 38 audzēkņi (skolēni) un 4 eksperti – treneri.

Aptaujas pētījumā karatē audzēkņu anketēšanas – testēšanas un ekspertu – treneru interviju rezultāti ļāvuši secināt, ka karatē filosofija ietver morālos principus, kas pamatojas uz cīnītāja personības pašpilnveides priekšnosacījumiem – audzināt raksturu, sargāt taisnību, tiekties sasniegt pilnību, ievērot etiķeti, godāt tradīcijas, atturēties no rupjas uzvedības. Rezultāti atklāj, ka karatē pamatvērtības ir vienlīdz svarīgas. Skolēniem ir aktuāla etiķetes ievērošana, kas ietver sevī ne tikai pieklājību treniņos un tradīciju godāšanu, bet atspoguļojas arī cieņā pret apkārtējiem cilvēkiem, pieņemot viņu atšķirības un dzīvesveidu, pieņemot cieņu pret citiem kā savu dzīves stilu. Skolēniem ir aktuāla rakstura audzināšana, kas izpaužas gribas veidošanā, tiekšanās uz nepārtrauktu centību, trūkumu novēršanu un pašpilnveidi. Karatisti saprot cīņas būtību un taisnības sargāšanas nozīmi, kas ir sekošana patiesībai – būt godīgam pret sevi un apkārtējiem.

Ir atklātas zināmas mījsakarības starp treneri un audzēkņi – treneris ar savu personīgo attieksmi un galveno karatē principu stingro ievērošanu var sekmēt audzēkņu vērtīborientācijas attīstīšanos un veidošanos. Karatē filosofija ir universāla un pielietojama dažādās dzīves sfērās – sportā, karjeras izglītībā, saskarsmes psiholoģijā, politikā, drošībā u.c. Galvenie karatē principi, ja cilvēks tos ievēro, veicina harmoniski veidotas personības un rakstura attīstīšanos. Karatē filosofija kļūst par cilvēka dzīvesveidu un tas būtiski ietekmē viņa vērtīborientāciju.

Atslēgas vārdi: vērtīborientācija, karatē, karatē filosofija, mījsakarības.

ABSTRACT

The title of the Master's Paper is „Student's Values Orientation in Karate Classes” and its aim is to examine the possibilities of the students values orientation development in karate classes.

Theoretical part includes explanation of the concepts and theories of the nature of values orientation, its affecting factors, philosophy of karate, *Zen* lessons in karate, principles of karate, ethical values in sport and importance of sportsman training.

The research base, group – in research were involved two Martial art club 38 students, 4 experts – instructors.

In survey research karate student's tests and expert's interviews allowed to conclude, that karate contains moral principles, which are based on preconditions on fighter's identity self-development – character-building to perfection, follow the way of honesty, to strive to perfection, observe the etiquette, honour traditions and avoid rudeness. It revealed that karate core values are equally important. Following the etiquette is very important aspect for the students, and it includes not only politeness and honouring traditions in trainings, but also respect towards other people, acceptance of their difference and way of life, as well as acceptance of the respect towards others like own way of living. The topical issue for the students is character-building which includes creation of will, striving for continuous dedication, prevention of lack and self-perfection. Karatemen understand the nature of fight and guard the truth, which is following the way of honesty – to be honest with yourself and others.

The research reveals some correlations between instructor and student – trainer with his own attitude and strict guiding principles of karate might contribute the development and creation of students values orientation. Philosophy of karate is universal and applicable in various spheres of life – sport, career education, communication Psychology, politics, safety and others. Guiding principles of karate, if person seriously follows them, promotes harmoniously developed personality and character development. Philosophy of karate becomes the lifestyle of the person and taht has significant influence on his/her values orientation.

Key words: values orientation, karate, philosophy of karate, correlations.

SATURS

IEVADS	3
1. Vērtīborientācijas raksturojums.	7
1.1. Vērtīborientācijas būtība	7
1.2. Vērtīborientāciju ietekmējošie faktori.....	15
2. Karatē filosofija	31
2.1. <i>Dzen</i> mācība karatē	31
2.2. Karatē filosofijas principi	34
3. Ētiskās vērtības sportā un to nozīme sportistu sagatavošanā.....	39
4. Pedagoģiskā pētījuma organizācija un rezultāti.....	70
4.1. Pētījuma metodoloģija un organizācija.....	70
4.2. Pētījumā iegūto datu analīze un interpretācija	78
SECINĀJUMI.....	96
BIBLIOGRĀFIJA.....	101
PIELIKUMI	103

IEVADS

Pārmaiņu procesam izglītībā jābalstās uz galveno izglītības jēdzienu mūsdienīgu izpratni, kas izriet no mūžseniem Dieva likumiem, kuru izpaušme atklājas tikumos un vērtībās, ko savukārt skolas sistēmā spēj iedzīvināt radoši skolotāji progresīvas zinātņu attīstības rezultātā (Urbāne D., Zods E., 2014).

Vērtības un vērtīborientācija dažādos aspektos bijušas pētījumu objekts gan Latvijā, gan ārzemēs. Personības vērtīborientāciju problemātikas izpētē savu ieguldījumu devuši filozofi, sociologi, psihologi, antropologi, problēma pētīta arī ekonomikas un politiskās zinātnēs. Vērtīborientāciju izpētē īpašu nozīmi gribas piešķirt J. Samarina, M. Timtas, I. Kona, L. Sohaņa, A. Popova, J. A. Studenta, E. Špangera, Ā. Karpovas darbiem, kuri parādījuši jauniešu vecuma psiholoģiskās īpatnības. Analizējot ārzemju literatūru, nepieciešams pieminēt tādus autorus kā M. Rokičs, B. Kevins, L.E. Raths, M. Harniens, B. Simons, V. L. Ēriksons, L. Kolbergs, V. Haralds, G. Hofsteda, kuri mēģinājuši analizēt vērtības, gan vērtēšanas procesu, gan pievērsties to nozīmei globālā perspektīvā (Šteinberga A., Tunne I., 1999).

Mūsdienās pieaug globalizācijas ātrums. Līdz ar to pieaug pozitīvas un arī negatīvas ietekmes, no kurām nav pasargāts neviens cilvēks. Pieaug dažādu pretrunu un parādību izpaušmes. Tāpēc rodas nepieciešamība pēc kompetentiem, radošiem, ar plašu redzeslauku apveltītiem pedagogiem, kas var bremsēt dažādas negatīvās ietekmes un palīdzēt skolēniem iemācīties risināt problēmas, un mainīt attieksmi pret lietām un parādībām (Urbāne D., Zods E., 2014).

Autoraprāt, nodarbošanās ar Austrumu cīņas mākslām, tostarp ar karatē, attīsta bērnu un pusaudžu personības fizisko, tikumisko, garīgo un prāta potenciālu, izmantojot teorētiskās un praktiskās zināšanas, stimulē pašattīstību un pašpilnveidi. Audzēkņi saskaņā ar savām fiziskajām un garīgajām īpašībām pieņem, izprot sevi un apkārtējo realitāti, tādējādi veidojot harmoniju pašam sevī un apkārtējā pasaulē. Līdz ar to karatē mācīšanās process sekmē tikumu un ētisko vērtību veidošanos un veicina saskaņotas sabiedrības un ilgtspējīgas attīstības vērtīborientāciju.

Mainoties pasaules un valsts sociāli ekonomiskajai iekārtai, mainās arī vērtības, tāpēc aktuāla kļūst intelektuālas, emocionāli līdzsvarotas, radošas jaunās paaudzes audzināšanas problēma. Šī brīža bērni un pusaudži sava mūža apzinīgo daļu

ir pavadījuši neatkarīgajā Latvijā, taču viņu vecāku un skolotāju personības izaugsme notikusi sociālistiskās skolas ietekmē. Dažādi tabu, uzspiestā identitāte, nacionālo un individuālo īpatnību nonivilēšana radīja pretrunas plašajā sabiedrībā un pašos cilvēkos. Vēsturiskie notikumi, kā 1. un 2. pasaules karš, naidīgās okupācijas, aneksijas, neatkarības atjaunošana Latvijā, ekonomiskās krīzes, terors kaimiņvalstīs un pasaulē, ir atstājušas ietekmi uz nācijas un Latvijas tautas kopējo psiholoģisko noskaņojumu (Šteinberga, A., Tunne, I., 1999). Tāpēc ļoti nozīmīga un svarīga ir vērtību izglītība skolās, sportā un karatē, kur jaunās paaudzes cilvēkos jāaudzina pilsoniskā līdzatbildība, patriotisms, disciplīna, cieņa, pieklājība, tiekšanās uz pašpilnveidi un tolerance.

Aktualitāte: Skolēnu mācību un audzināšanas problēma vienmēr nodarbina skolas vadības, skolotāju un vecāku prātus. Mācību procesā bērnos vajadzētu ieaudzināt tikumus un vērtības, kas pilnveidotu un harmoniski attīstītu skolēnus nākotnes labvēlīgai un tikumiskai sabiedrībai. Karatē skolās un klubos vajadzētu un parasti māca „Dodzo Kun” (Funakoshi, 2003) 5 svarīgākos karatē noteikumus, kuri ir obligāti jāievēro un jāpilda ikvienam cilvēkam, kurš nopietni nodarbojas ar karatē. Tēmas izvēli veicināja paša nodarbošanās ar Austrumu cīņām un darbs skolā. Maģistra darba problēmas pētījums un risinājums varētu radīt dziļāku priekšstatu par karatē filosofijas morālo aspektu, atklāt skolotājiem un vecākiem karatē vērtīborientāciju, kas sekmētu ilgtspējīgas un saskaņotas sabiedrības attīstību. Izstrādātajam pētījumam ir teorētiska, inovatīva un praktiska nozīme, ko varētu pielietot sporta stundu dažādošanā. Autors ir izstrādājis diplomdarbu "Karatē – izvēles sporta veids mācību priekšmetā Sports", pievēršoties integrēšanas iespējām līdztekus vingrošanas sporta veidam – akrobātikai. Sporta stundas saturs ir aprobēts skolā (24; 40-57). Iegūtie rezultāti un izvērtējums publicēti Latvijas Universitātes rakstos, 802. sējumā, *Pedagoģija un skolotāju izglītība*, 2014. gadā.

Pētījuma teorētisko un metodoloģisko bāzi veido:

- atziņas par Rietumu kultūras ētikas filosofiju (Kuzņecova, A., 2003.).
- Skaidrojumi par Austrumu cīņas mākslām kā personības pašpilnveidošanās sistēmu (Funakoshi, G., 2003).

- Izpratne par pusaudžu un jauniešu vērtībām (Šteinberga, A., Tunne, I., 1999, Spodra, A., 2014.).
- Atziņas par darbības teoriju (Karpova, Ā., 1998., Lieģeniece, D., 1999.).

Mērķis: izpētīt skolēnu vērtīborientācijas attīstības iespējas karatē nodarbībās.

Pētījuma objekts: skolēnu karatē nodarbības.

Pētījuma priekšmets: karatē audzēkņu vērtīborientācijas un darbības procesa mijsakarības.

Pētījuma jautājumi:

Kādi ir karatē filosofijas avoti?

Kāda ir skolēnu, kuri nodarbojās ar karatē, vērtīborientācija?

Kādas mijsakarības pastāv starp karatē nodarbībām un audzēkņu vērtīborientāciju?

Uzdevumi:

- analizēt zinātnisko literatūru par karatē filosofiju.
- veikt zinātniskās literatūras izpēti par vērtību sistēmu un vērtīborientācijas attīstītību audzēkņu rakstura veidošanās kontekstā.
- veikt vērtību klasificēšanas testu karatē audzēkņiem, lai noskaidrotu, kāda ir skolēnu vērtīborientācija un kuras karatē vērtības viņiem ir aktuālas.
- Izanalizēt ekspertu – treneru intervijās iegūtos rezultātus.

Pētījuma metodes.

- Datu vākšanas metodes – aptaujas metode: karatē audzēkņu vērtību klasificēšanas tests, lai uzzinātu skolēnu patreizējo vērtīborientāciju, kuri nodarbojas ar karatē.
- Karatē ekspertu intervijas, lai uzzinātu viedokli un attieksmi par karatē un skolēnu vērtīborientāciju.
- Matemātiski statistiskā datu apstrādes metode – *Microsoft Office* programma *Excel 2010*.

Pētījuma bāze, grupa: pētījumā piedalījās 2 Austrumu cīņas klubu 38 audzēkņi (skolēni), 4 eksperti – treneri.

Pētījuma posmi: pētnieciskais darbs tika veikts no 2014. līdz 2015. gadam šādos posmos:

1. pētījuma posms.

Pētījuma pirmajā posmā tika apkopota un analizēta zinātniskā literatūra pedagogijā, psiholoģijā un filosofijā, kas pamato vērtīborientācijas sekmēšanas iespējas karatē un izglītībā. Šajā laika posmā tika veikta pētījuma problēmas apzināšana, pētījuma temata izvēle un precizēšana, formulēti pētījuma jautājumi.

2. pētījuma posms.

Pētījuma otrajā posmā tika turpināta teorētiskās literatūras atlase un analīze. Notika aptaujas pētījuma dizaina izstrāde un sagatavošana.

3. pētījuma posms.

Pētījuma trešajā posmā tika īstenots aptaujas pētījums. Tika atlasīta pētāmā grupa – karatē audzēkņi, kuri izpildīja vērtību klasificēšanas testu, lai uzzinātu skolēnu patreizējo vērtīborientāciju, un pēc kritērijiem piemeklēti eksperti, kuri tika intervēti, lai uzzinātu viedokli un attieksmi par karatē un skolēnu vērtīborientāciju.

4. pētījuma posms.

Pētījuma ceturtajā posmā notika aptaujas pētījumā iegūto datu apstrāde, analīze un interpretācija, kā arī tēžu izvirzīšana Latvijas Universitātes 73. zinātniskās konferences sagatavošanai.

1. VĒRTĪBORIENTĀCIJAS RAKSTUROJUMS

1.1. Vērtīborientācijas būtība

Šajā nodaļā tiks sniegts ieskats par jēdzieniem – ētika, morāle un vērtības, precīzāki skaidrojumi skatāmi 1. pielikumā. Autoraprāt, atziņas un filosofiska attīstība ir saistoša un aktuāla pētījuma ietvaros, jo, pētot skolēnu vērtības un vērtīborientācijas, ir svarīgi izprast jēdzienu būtību.

Vārds „ētika” atvasināts no grieķu cilmes vārda *ethos*, kas nozīmē tikums, paraža, raksturs, domu veids. Šo terminu 4. gs. p. m. ē. ieviesa sengrieķu filosofs Aristotelis (384. – 322. g. p. m. ē.) – enciklopēdiski izglītots cilvēks, daudzu zinātņu pamatlicējs. Viņš saprata ētiku kā mācību par tikumiem, kā praktisku dzīves filosofiju. Aristotelis savā darbā „Nikomaha ētika” izdala ētiskos tikumus, t. i., tikumus, kas attiecas uz cilvēka raksturu (augstsirdība, devīgums, taisnīgums, pašcieņa, vīrišķība u.c.), un dianoētiskos tikumus, t. i. tikumus, kas attiecas uz cilvēka prātu (gudrība, saprātība, apdomība u.c.). Par pamatu ņemot jēdzienu *ethos*, viņš izveido jaunu jēdzienu *ethicos*, kas nozīmē tikumiskais, un ar šo jēdzienu Aristotelis apzīmēja ētiskos tikumus. Zinātni, kas pēta ētiskos tikumus, to lomu laimes sasniegšanā, Aristotelis nosauca par ētiku.

Arī pirms Aristoteļa, sengrieķu filosofī Sokrats (469. – 399.g.p.m.ē.) un Platons (427 – 347. g.p.m.ē.) apcerēja dažādas ar cilvēka dzīvi saistītas kvalitātes, piemēram, tādus tikumus kā gudrība, taisnība, mērenība, drosmē u.c. Aristoteļa nopelns ir tas, ka viņš liek pamatus ētikai kā zinātnei, kas pēta ētiskos tikumus, sistematizē ētikas jēdzienus un definē tos (10; 7).

No šīm atziņām var izdarīt secinājumus par antīko grieķu filosofu ieguldījumu ētikas zinātnē, kas pēta tikumus. Autors uzskata, ka tas ir nenovērtējams ieguldījuma sākums Rietumu pasaules kultūrā.

Ētika ir filosofiska mācība par tikumību un morāli. Ētika pretendē uz dzīves padomdevējas funkcijām, jo ir vērsta uz sevis vadīšanu, uz dzīves virziena izvēles ieteikumiem, lai atvieglotu saikni ar citiem, sevi attiecīgi pārveidojot. Tādēļ ētiku bieži dēvē par dzīves mākslu, dzīves mācību (it īpaši tās klasisko, normatīvo variantu), par praktisku filosofiju, kas māca cilvēku izdarīt izvēli, saskaņojot ideālus ar reālās dzīves iespējām (10; 8).

Pētījuma autors šīm atziņām piekrīt, jo tieši tas tiek arī pētīts – praktiskā dzīves filosofija, kas veicina izdarīt krietnu un pareizu izvēli dažādās dzīves situācijās.

Ētikas galvenais uzdevums nav dot normu zināšanās: tās cilvēks parasti it viegli apgūst bez ētikas, ja vispār apgūst, tāpat kā bērnībā iemācās dzimto valodu. Tas notiek neapzināti. Taču ētika sekmē apzināšanos, vērtēšanu un dažreiz varbūt arī jaunradi. Tāpat kā valodas izkopšanai nepieciešama valodas mācība, tā cilvēka attiecībām ar pasauli un sevi dziļāku sapratni dod ētika (10; 10). No tā var secināt, ka ētikas uzdevums ir dot sevis un pasaules izpratni. Ētikas mērķis ir attīstīt ētisko domāšanu, veicināt personīgi nozīmīgas pārlicības, nostādņu un prioritāšu sistēmas veidošanos, kas izpaužas cilvēka nostājā un rīcībā (10; 10).

Iepriekš minētais liecina, kā ētika attīsta un sekmē tikumisku pārlicību.

Ētiskajam tuvu, bieži ar to sinonīmi tiek lietots morāles jēdziens. Morāles jēdziens cēlies no latīņu valodas vārda *mos, more*. Lai precīzāk iztulkotu aristotelisko jēdzienu *ethos* no grieķu valodas latīņu valodā, ievērojamais romiešu domātājs Cicerons (106. – 43.g.p.m.ē.) terminu *moralis* (morālisks) izveidoja no vārda *mos*, kas vienskaitlī nozīmēja raksturu, paradumu, temperamentu, modi u.tml., bet daudzskaitlī būs *more*. Tādējādi termins *moralitas* (morāle) bija analogs grieķu terminam ētika (10; 10).

Sacītais liecina, ko atzīst arī pētījuma autors, ka ētikas jēdziena pirmais skaidrojums ir meklējams grieķu valodā, bet morāles termina formulējums latīņu valodā. Bioloģiskais morāles rašanās skaidrojums cenšas sevišķi akcentēt cilvēku tuvību dzīvnieku pasaulei. Angļu dabas pētnieks Č. Dārvins (1809 – 1882) skaidroja tikumisko jūtu izcelšanos no kopības jūtām, kas eksistē instinktīvi, iedzimti jau zemākās attīstības dzīvniekiem. Angļu filosofs, sociologs, pirmatnējo kultūru pētnieks H. Spensers (1820 – 1903) rakstīja par dzīvnieku ētiku, uzskatīdams par tikumisko sākumu kompromisu starp naidīguma un draudzības likumiem, starp vienlīdzību un nevienlīdzību, starp egoismu un altruismu. Mūsdienās bioloģisko morāles rašanos nereti aizstāv ģenētikas, etoloģijas (mācību par dzīvnieku izturēšanos), eigēnikas (mācība par iedzimtības likumu izmantošanu cilvēka bioloģisko īpašību uzlabošanā) pārstāvji (R. Aleksandrs, K. Baierts, E. Vilsons).

Ir ģenētikas pārstāvji, kas morālās negācijas meklē cilvēka bioloģiskajā dabā. Viņu izpratnē cilvēka intelekta, radošums, atmiņa, iniciatīva, personības tikumiskās

īpašības, dotības, spējas, talanti, kā arī deviācijas tendences – novirzes uz kriminalitāti vai psihopātiju – ir ģenētiski iedzimtas.

Pastāv ierosinājumi attīstīt sociobioloģiju, kas pētītu sociālās uzvedības bioloģiskos pamatus. Sociālās morāles rašanās teorijas pārstāvji tikumības sākotni meklē sabiedrības dzīvē. Morālei ir sociāla daba, izņemot zināmus bioloģiskos priekšnoteikumus, jo pats cilvēks ir gan bioloģiska, gan sociāla būtne. Svarīgi ir pētīt un konstatēt, vai individuālā attīstība kaut kādā ziņā neatkārtoto cilvēces attīstību, kā norit indivīda socializācijas process un kā tajā iekļaujas tikumiskā attīstība.

Metasociālā jeb kosmiskās morāles rašanās meklējumi atspoguļojas vienā no pieejamākām un aktīvākām šī virziena mācībām – Dzīvajā Ētikā. Tā cenšas dot vienotu esamības ainu, kurā matērija ir bezgalīga savās izsmalcinātajās gradācijās. Dzīvās Ētikas pārstāvju izpratnē – gars ir izsmalcināta matērija, kosmosā valda saprāts, tāpēc cilvēkam jāapzinās sava loma un vieta Kosmosa evolūcijā, jānostājas uz garīgi morālā pilnīgošanas ceļa. Dzīvās Ētikas pārstāvji izšķir trīs pasaules gradācijas: Zemes pasauli, Smalkās matērijas pasauli un Ugunīgo pasauli kā gara pasaules vissmalkāko matēriju. Viss eksistējošais – no atoma līdz cilvēkam – satur visu triju pasaļu elementus. Cilvēka būtību veido Smalkā un Ugunīgā pasaule. Lielie cilvēces skolotāji veido Kosmosa Gaišo spēku hierarhiju (Buda, Krišna, Kristus, Muhameds u.c.). Dzīvās Ētikas mācības pārstāvji uzskata, ka bērns pasaulē ienāk ar iepriekšējo dzīvju un savu garīgo uzkrājumu. Tādēļ svarīgi ir paplašināt apziņu, sirds kultūru, akcentējot garīgi radoša cilvēka audzināšanu.

Reliģiskais morāles rašanās skaidrojums, neraugoties uz dažādu reliģiju atšķirībām, apgalvo, ka morālei ir dievišķa izcelšanās. Kristīgā ētika uzsver Dieva dotos baušļus un sirdsapziņu kā Dieva balsi cilvēkā. Kristietības Svētajos Rakstos – Bībelē ir noteikts galvenais kritērijs, kas ļauj atšķirt labo no ļaunā un norāda cilvēka pilnīgošanās ceļu. Kristīgā ētika uzsver trīs teoloģiskos jeb dievišķos tikumus: ticība, cerība, mīlestība. Tos papildina tikumi, kas ir septiņu grēku pretstati: pazemība pretstats lepnībai, devība pretstats mantkārībai, šķīstība pretstats nešķīstībai, žēlsirdība pretstats skaudībai, sātība pretstatā negausībai, lēnprātība pretstatā dūsmām, cītība pretstatā kūtrībai (10; 11). Teiktais apliecina, ka par morāles rašanos pastāv dažādi skaidrojumi: bioloģiskais, sociālais, metasociālais (kosmiskais), reliģiskais, un katrs no tiem zināmā mērā ir ticams.

Pašreizējais morāles specifikas un struktūras pētījumu līmenis ļauj definēt morāli kā jebūtības apziņas sfēru, kas virza uz labvēlību, mīlestību, cieņu un pienākumiem. Latvijā vadošie ētikas speciālisti, profesori S. Lasmane, A. Milts, A. Rubenis norāda uz to, ka jebūtības apziņa ir rasta, kopta un attīstīta daudzu paaudžu pieredzē. Tajā sastopas gan universālas un vispārcilvēciskas, gan arī laikmetīgas parādības. Morāles kā jebūtības apziņas struktūras izpausmes ir normas, ideāli un vērtības.

Norma ir tikumiskās uzvedības standarts, kas izsaka to obligāto minimumu, bez kura ievērošanas nebūtu iespējama sabiedrības pastāvēšana. Attiecībā uz dažādām sabiedrības dzīves sfērām morāle formulē īpašas normas, kā rezultātā izstrādājās darba morāle, ģimenes morāle, sadzīves morāle u.tml. Tādējādi tikumiskās normas ir tādu tikumisku prasību veids, kas regulē cilvēku izturēšanos ar vispārīgiem priekšstatiem un aizliegumiem, kas attiecināti uz vienāda rakstura rīcību. Atšķirībā no tiesiskajām normām tikumiskās normas sankcionē nevis valsts vara, bet gan paražu un sabiedriskās domas spēks. Noteikta tikumības norma ievērojama kādā konkrētā situācijā, kad jāizlemj, balstoties uz saturā vispārīgākiem un tai pašā laikā konkrētākiem tikumības principiem. Princips (no latīņu valodas *principum*, kas nozīmē pamats, pirmsākums) – pamattēze, vadoša ideja, pamatnostādne vai noteikta pārliedība. Morāles principi bieži ietverti tautas gudrībās, pasakās, teikās, mītos, sakāmvārdos (padomu vai kritisku piezīmju veidā), piemēram: „Smejies, bet neapsmej”, „Centies, tad tu varēsi”, „Lēnāk brauksi, tālāk tiksī” u.tml.(10; 12, 13, 14). No teiktā autors secina, ka pirmais morāles kā jebūtības apziņas elements ir normas, savukārt principi veido sabiedrības morāli un konkretizējas normās.

Tikumiskos ideālus parasti definē kā priekšstatus par personības pilnību. Bērnībā galvenokārt ir konkrēti ideāli (vecāki, skolotāji, treneri, paziņas), vēlāk – vispārinātie, abstraktie (literārie tēli, kino varoņi, patstāvīgi darinātu dažādu paraugu, reālu un izdomātu tēlu veidojumi paša iztēlē u.tml.). Cilvēks pats sev izvēlas ideālus. Tā ir katra personības brīva izvēle un tās pašizteikšanās. Te liela loma ir tieši pašaudzināšanas, nevis tikai ārējiem faktoriem. Ideāls ir nepieciešams jau tāpēc vien, ka cilvēkam piemīt spēja un tieksme projektēt sevi nākotnē. Ideāli raksturo cilvēka tikumiskās attīstības pašu optimālāko un perspektīvāko stāvokli, kurā panākta pretrunīgo interešu saskaņotība, piemēram, darbā ar kolēģiem, vadību, ģimenē. Ne vienmēr ir iespējama ideālu sasniegšana un piepildīšana, taču ir būtiska ticības

stiprināšana un uzturēšana, virzība uz labo, skaisto, kas palīdzētu cilvēkam atšķirt būtisko no nebūtiskā, pārejošo no paliekošā. Ideālus nevar uzspiest, jo nevar likt būt labvēlīgam, iejūtīgam, taisnīgam (10; 14).

Teiktais apliecina, ka otrais morāles kā jābūtības elements ir ideāli.

Tiekšanās uz ideālu top ētisko vērtību sistēma. Vērtības ir cilvēku un sociālo grupu interešu pārdzīvojuma paudējas un virzītājas uz noteiktu mērķi. Cilvēks kopš senatnes visā meklē noteiktu jēgu, mēģina cilvēciskot apkārtējo vidi, salīdzina pasauli un izsaka to dažādās vērtībās, līdz ar to cilvēks veidojas par kulturālu būtni, kas spējīgs ne tikai vērot pasauli, bet arī to apjēgt, mācās atšķirt kvalitatīvu darbību no nekvalitatīvas, patieso no maldiem, labo no ļaunā. Vērtības ir apveltītas ar dzīves spēku, jo tās mobilizē emocijas, motīvus, pārveido vairākas intereses un vajadzības. Cilvēka rīcības morālā vērtība ir atkarīga no tādiem faktoriem, kā motīvs (pienākums, atbildība, cilvēcīgums, cieņas), var būt arī sekošana masai kā motīvs, līdzekļi, kurus cilvēks izvēlas savu mērķu sasniegšanai, no apstākļiem, kuros norit cilvēka rīcība (labvēlīgie un nelabvēlīgie), no rezultāta un no rīcības sabiedriskā nozīmīguma, t.i., no tā, cik nozīmīga tā ir pašam cilvēkam, citiem sabiedrībā (10; 15).

No tā autors secina, ka trešais būtiskais morāles struktūras elements ir ētiskās vērtības.

Izvēli starp patieso un maldiem, krietno un nekrietno un līdzīgas izvēles sauc par morālām izvēlēm. Morālā izvēle var būt ne tikai starp tikumisko un netikumisko, bet arī starp tikumiskām vērtībām (10; 16).

Teiktais liecina, ka morālā izvēle ir ne tikai rīcības un darbības izvēle, bet sevis pieņemšana un atbildības izvēle, kuru bieži pavada šaubas un dilemmas.

Tikumiskās vērtības ir labā daudzveidīgās izpausmes: labestība, iecietība, godīgums, līdzjūtība, uzticība, drošsirdība, pienākums un atbildības izjūta, patiesums un taisnīgums, draudzība, mīlestība. Vērtību veidi ir atkarīgi no kritērijiem, pēc kādiem tās iedala cilvēki paši, piemēram, materiālās un garīgās vērtības, personiskās un sabiedriskās vērtības, personiskās un profesionālās. Uzskati par vērtībām cilvēkiem mēdz būt atšķirīgi. Vērtības ir cilvēku uzskati, un tie ietekmē saskarsmi, jo atbilstoši savai vērtību izpratnei cilvēki veido savu attieksmi, izturēšanos un rīcību. Garīgās vērtības (zinātniskās, ētiskās, estētiskās, reliģiskās, politiskās, tiesiskās) ir šaurāk praktiskākas par vērtībām, kas apmierina praktiskas vajadzības. Taču tās koncentrē sevī cilvēces bagāto pieredzi, un bez tās nav personības, ko var uzskatīt par

vērtību hierarhijas un vērtību sintēzes augstāko virsotni. Ētiskās vērtības veido personības virzības pamatkodolu, tās pamatorientāciju un pasaules uzskatu. Ētisko vērtību svarīgākās un raksturīgākās iezīmes: tās tiek izteiktas principos, dzīves devīzēs, baušļos, kad arī veido vērtību sistēmu un cilvēkam ir jāizvirza savas vērtības, dominantes, kas palīdz izdarīt pareizo lēmumu dzīvē, izvēlētās ētiskā vērtības nosaka cilvēku tik atšķirīgo attieksmi pret dzīvi, lietām, parādībām un procesiem. Ētiskās vērtības parādās cilvēka attieksmē pret apkārtējo pasauli, kad aiz parādībām saskatāma lietu patiesā būtība. Šīm vērtībām piemīt neoficiāla, neformāla un intīma daba. Mūžīgās ētiskās vērtības ir jābūtības prasības, kas domātas cilvēkam kā brīvai, nepilnīgai un grēcīgai būtnei, un apgūstot, tās kļūst par personībai piemītošiem tikumiem, rakstura noteicošām iezīmēm, personības kvalitātēm, piemēram, goda vērtība pāriet godīgumā, taisnības vērtība pāriet taisnīguma īpašībā, tādējādi vērtības nav atdalāmas no personības (10; 17, 18, 19, 20).

No minētajām atziņām autors secina, ka ētiskās vērtības ir viens no morāles kā jābūtības apziņas struktūras elementiem, un sabiedrības ētiskās vērtības, normas un ideāli kopumā raksturo morāli kā sabiedriskās apziņas formu, kurai ir daudzfunkcionāla daba.

Jēdzienu „tikumi” fiksē nevis morāles prasības, kuras jācenšas pildīt, bet gan reālas izturēšanās saturu, kas atspoguļojas cilvēka rakstura īpašībās (skatīt 1. pielikumu). Tā kā cilvēku dzīves apstākļi, kultūras līmeņi ir atšķirīgi, līdz ar to atšķirīgi ir arī tikumi. Ar tikumību jāsaprot tikumu kopums, kuru nosacījusi attiecīgā sabiedrība, dzīvesveida savdabība un tradīcijas. Latviešu vārds „tikumība” parasti izsaka to pašu, ko svešvārdi „ētisks” un „morāls”, tomēr ētikā to lieto, lai izteiktu reālo morāles stāvokli, t.i., to, kā jābūtība ir īstenota cilvēku rīcībā, dzīvē un attiecībās. Iedzīvināt sevī cilvēkā tikumiskās īpašības un censties būt tikumīgam ir patiesa māksla, kuru cilvēki mācās visu mūžu. Tikumības attīstību veicina tikumiskā izglītošana. Tikumiskā izglītošana ir tikumiskās audzināšanas sastāvdaļa. Tikumiskā audzināšana ir mērķtiecīga personības tikumiskās veidošanas sekmēšana, kas caurstrāvo visus audzināšanas veidus, arī fizisko audzināšanu (10; 21, 21).

Iepriekš teiktais liecina, ka tikumība izsaka to pašu, ko ētisks vai morāls, tikai praktiskas īstenošanas formā, un tikumiskā izglītība jeb audzināšana ir līdzgaitiece vērtībizglītībai skolās.

E. Šprangers vērtības definē kā psihisku fenomenu, kas organizē indivīda dvēseles dzīvi. Fridrihs Nīče atzīst, ka vērtības rodas vērtēšanas procesā un tās ir pilnīgi atkarīgas no tā, kas tās vērtē, tās ir laicīgas un mainīgas, atkarībā no situācijas (22; 95.). M. Kūle un R. Kūlis atzīst, ka vērtības ir relatīvas, mainīgas pakļautas laika plūdim, jo tās rada pats cilvēks (11; 578).

Autors, pētot un meklējot skaidrojumu jēdzienam vērtība, saskaras ar dažādām variācijām un atziņām. Vērtības ir vēlamas, pāri situācijām stāvoši mērķi, kuri variē pēc to svarīguma un kalpo par vadošiem principiem cilvēka dzīvē (Schwartz, 1992, 4). Dažādiem indivīdiem ir dažādas vērtības, kuras arī ir savstarpēji hierarhiski sakārtotas. Tās norāda, ka pati uzvedība var daļēji norādīt uz centrālajām vērtībām, tāpat pēc uzvedības var spriest par cilvēka vērtībām. No tā izriet, ka cilvēka uzvedība kādā vietā - skolā vai uz ielas - zināmā mērā atspoguļo viņu centrālās vērtības (Mais & Olsons, 1994).

Vērtības ir abstrakti mērķi, līdz ar to ietekme uz uzvedību var būt netieša, caur attieksmēm. Teorētiski tiek piedāvāta sistēma: vērtības – attieksmes – uzvedība (Mais & Olsons, 1994), jo viena no attieksmju funkcijām ir vērtības izpaušana, un attieksmes prognozē uzvedību (Inversens, 2004), vai vērtības prognozē uzvedību, attieksmei mediējot. Vērtības sociālajā aspekta kontekstā parasti sasaucas ar personiskajām vajadzībām (17).

Apkopojot dažādas definīcijas un traktējumus, var secināt, ka vērtība ir materiāls vai ideāls objekts, kuram ir zināma nozīme cilvēka skatījumā un kurš spēj apmierināt viņa vajadzības. Vērtības nosaka, kam mēs ticēsim, ko domāsim, kā veidosim savu dzīvi.

Vērtību izpratne, analīze un izvēle paplašina indivīda redzesloku un priekšstatus par dzīves iespējām. Vērtības ir dzīves satura pamats, atkarībā no tām, cilvēki var saprasties vai nesaprasties, mīlēt vai nīst, būt laimīgi vai nelaimīgi. Vērtības var mainīties, ja mainās apstākļi, piemēram, taupība būtu svarīgāka ekonomiskās depresijas laikā, brīvība apspiestības apstākļos (22; 84, 104, 115, 116). Autors piekrīt minētajām atziņām, ka vērtības ir cilvēka iekšējs idealizēts, relatīvs un mainīgs objekts, kuru nosaka vajadzības, un tas izpaužas cilvēka attieksmē un rīcībā.

Turpinājumā autors dažādos literatūras avotos meklē formulējumus jēdzienam vērtīborientācija, kas ir svarīgi, lai izprastu pētāmo problēmu.

Vērtīborientācija ir subjekta virzība uz dažādām vērtībām, un galvenā tās funkcija ir palīdzēt viņam atšķirt svarīgāko no mazāk svarīgā. Nenoliedzami, ka vērtēšana ir subjekta prāta darbība. Vērtīborientācija un vērtības raksturo personību un grupas, un šī vērtīborientāciju sistēmas dinamika ir atkarīga no audzināšanas, no kultūrvēsturiskās vides un sabiedrības domas (22; 70).

No teiktā autors secina, ka vērtīborientācija veidojas audzināšanas un apkārtējās vides ietekmē.

Vērtīborientācija palīdz izskaidrot, kā un kāpēc atsevišķas lietas un parādības atrod vietu konkrēta cilvēka vērtību hierarhijā un konkrētā sabiedrībā (22; 73).

Teiktais pauž domu, ka vērtīborientācija spēj skaidrot konkrēta cilvēka vērtību hierarhisku sistēmu.

Cilvēka personīgā vērtīborientācija veido cilvēka un viņa dzīves apkārtņē esošo vērtību sintēze (22; 87).

Šī atziņa liecina, ka visa cilvēka dzīve ir visu apkārt esošo vērtību individuāla sakārtošana. Vērtīborientācija izpaužas kā aktīvā dzīves pozīcija tad, ja indivīds izvēloties vērtības, apvieno vairākus komponentus – emocionāli vērtējošo, motivācijas un izturēšanos, un tad pats indivīds jūtas apmierināts ar izdarīto izvēli (22; 94).

Teiktais vedina secināt, ka vērtīborientācija ir vitālākā nostāja, kuru izvēloties, gūst gandarījumu. Zinātnē vērtīborientācija raksturota, no vienas puses, ar grupas, šķiras, nācijas, sociālās sistēmas standartvērtībām, bet no otras puses – ar personības motivācijas orientāciju (22; 104). Autoraprāt, zinātniska pieeja vērtīborientācijas raksturošanā rosina pievienoties, jo vērtīborientācija veidojas indivīda un sabiedrības interešu mijiedarbībā. Vērtīborientācija ir cilvēka subjektīva virzība uz dažādām vērtībām, tās galvenā funkcija ir palīdzēt atšķirt svarīgo no mazāk svarīgā. Vērtīborientācija palīdz izskaidrot, kā un kāpēc atsevišķas parādības un lietas ierindojas cilvēka vērtību sistēmā. Vērtīborientācija ir personības struktūras elements un kopējo un atsevišķo īpašību pamats, kas raksturo individualitāti (10; 18).

Teiktais apliecina autora iepriekš minētās domas, ka vērtīborientācija spēj skaidrot konkrēta cilvēka vērtību hierarhisku sistēmu, kā arī tā raksturo zināmā mērā cilvēka personību, jo izsaka subjekta tendenci uz dažāda veida vērtībām.

Apkopojot teorētiskās atziņas, vērtīborientācija ir subjekta tendence, kas dod priekšroku vienām lietām pār citām. Vērtīborientācija ir viens no indivīda virzības

komponentiem, kuru determinē cilvēka individuāli psiholoģiskās īpatnības, viņa personības attīstības process un vēsturiskie apstākļi (22; 87).

Autors pievienojas pētnieku spriedumiem, jo apkopotās atziņas sniedz saprotamu skaidrojumu attiecībā uz terminu vērtīborientācija, kas ir ticami un pamatoti.

1.2. Vērtīborientāciju ietekmējošie faktori

Šajā nodaļā autors meklē galvenos vērtīborientāciju ietekmējošos faktoros, kā arī faktoros, kas iespaido bērnu, jauniešu virzību uz konkrētām vērtībām, jo darba pētījuma priekšmets ir skolēnu vērtīborientācija, līdz ar to ir būtiski rast skaidrojumus, kas konkrēti iedarbojas vērtīborientāciju ietekmēšanā.

Tieši jauniešu vecums ir noteicošais personības veidošanās posms, kurā stabilizējas subjektīvā pasaules izjūta, pārliecību sistēma, kas izsaka subjekta attieksmi pret apkārtējo pasauli, viņa vērtīborientāciju. Attīstoties pašapziņai, jauniešiem atklājas viņu iekšējā pasaule, pieaug nepieciešamība pēc saskarsmes, rodas vēlēšanās darboties. Svarīga īpašība, kura raksturīga jauniešu vecumposmam, ir dinamisms - pasaules uztverē, izjūtā, spējā pielāgoties jaunajai dzīves situācijai, gan arī prasme un vēlēšanās darboties atbilstoši laikmeta prasībām. Ietekmējot vērtīborientāciju sistēmas veidošanos, varam ietekmēt ne tikai personības, bet arī visas sabiedrības attīstību.

Personības aktīvas dzīves pozīcijas patiesā vērtība ietver ne tikai personības virzību, garīgo orientāciju un atklāsmi pret vērtībām, bet arī darbības, reālās rīcības vērtējumu, kurā izvēlētās vērtības tiek realizētas (22; 68).

Teiktais apliecina, ka vērtīborientācija stabilizējas cilvēkam jaunieša vecumā un svarīga loma ir tā rakstura kustīgumam un mainīgumam. Pēdējā pusgadsimta laikā kultūrvēsturiskā vide Latvijā būtiski ietekmējusi socializācijas procesu. Dzīve padomju impērijas totalitārisma apstākļos, tās ietekmē deformētās galvenās vērtības sabiedrībā, nespēja apmierināt elementārās cilvēka vajadzības, krasi izmainījušas tautas mērķus, ideālus un pārliecību. Atmodas periods ienesa būtiskas un straujas pārmaiņas, socializācijas procesā sākusies vērtību pārvērtēšana sabiedrībā (22; 69).

Pēc minētajām atziņām, autors spriež, ka Latvijas iedzīvotāju vērtīborientāciju ir būtiski ietekmējuši apstākļi padomju varas gados un pirms neatkarības atgūšanas periodā, jo notika vērtību atkārtota novērtēšana un sabiedrības „atdzimšana”.

Balsoties uz E. Šprangera veidotu tipoloģiju, kura ietver „es” izjūtu atšķirības, nosaka jauniešu vērtību sistēmu veidošanos.

1. Jaunieši, liesmo jutekliskās noskaņās, kuru dzīves izjūtu pārvalda reālas vērtības. Tie ir sportisti, kuriem mazāk raksturīgs garīgums un tieksme uz garīgām vērtībām, bet raksturīgas varas izjūta, ko rada kūsājoša veselība.
2. Aistētiskais jūsmotājs, kurš orientēts uz harmoniju sevī un apkārtņē, entuziasms un esamības izjūta, dabas mīlestība un erotisms, bieži atturība no reālās dzīves.
3. Problemātiķis, kuram grūti nonākt pie emocionāla pārdzīvojuma, jo tas bieži pārvēršas domās, analīzē un sintēzē, kas sadrupina „esamības substanci”, kas bieži pārvēršas depresīvā domāšanā, izpaužoties skepticismam līdz pat vērtību nihilismam.
4. Apcerētāju tips – daudz vienkāršāk konstatēts, kura galvenā tieksme – virzīties uz priekšu, atrast savu vietu dzīvē, business un nauda ir viņa dēmoni.
5. Jaunieši, kuri nerimtīgi alkst pēc darbības, grib piepildīt savu esamību ar kvalitatīvu saturu, izjūtot sevi darbā un radīšanas procesā. Bieži viņi izvēlas paaugstinātus mērķus dzīvē, kurus ne vienmēr izdodas realizēt, plāni nesaskan ar reālajām iespējām.
6. Visretāk sastopami mīlestības pilnie jaunieši. Ja uzsākot kaut ko darīt, tad ar pilnu atdevi, ja mīl, tad pārspīlēti, viņu moto ir dzīvot citiem un dot maizi nabagiem – tikai tur viņi saskata laimi un piepildījumu.
7. Ētiskie entuziasti, kurus vada virzība uz tikumisko šķīstību, būt pašam tādām un veidot ap sevi pasauli tādu, turklāt tik radikāli, ka tas var būt postošs pasaulei un cilvēkiem.
8. Reliģiozais tips, kurš tiek raksturots kā transcendencei pievērsies mistiķis, kuram ir pazemināta realitātes izjūta, jo vairāk viņš koncentrējas pats sevī, jo šausmīgākas top bailes no pasaules (20; 75).

No minētajām atziņām var spriest, ka cilvēku individuālp psiholoģiskās īpatnības mēdz būt atšķirīgas, un lai varētu tapt par harmonisku personību, jācenšas sevī atrast

viduspunktu, kas veicinātu attieksmes pārvērtēšanu pret apkārtni, mainoties dzīves situācijām un sociālajam statusam.

Radošā fantāzija kā spēja kombinēt, ne atdarināt ir viena no intelektuālās funkcijām. Tikpat būtiski personību disciplinē un tās virzību ietekmē griba, kas funkcionē arī kā jūtu afektu slāpētāja (22; 77).

Teiktais autoru mudina domāt, ka vērtīborientācija veido individualitāti, kas savukārt ir raksturīgi intelligentām būtnēm, un fantāzija un griba ietekmē vērtību virzību. Turpinot domu, jāpiekrīt atziņām, kas paustas par cilvēkiem (skolēniem un jauniešiem), kuri katru dienu sastopas ar nepieciešamību vērtēt situācijas, analizēt tās, prognozēt, izvirzīt mērķus un izvēlēties pareizos ceļus to sasniegšanai, un tas ir pa spēkam tikai augsti izglītotai un intelligentai personībai (22; 95).

Cilvēks ir domātājs subjekts, gribētāja un vērtētāja persona, kas ne tikai eksistē, bet arī apzinās un grib attaisnot savu pastāvēšanu, pildot to ar vērtīgu saturu un darbību, tāpēc svarīgi pašam apzināties un izprast savas iespējas šajā pasaulē.

Personības pilnveidošanās procesu ietekmē zemapziņa, kura uzskatāma par apziņas zemāko pakāpi, psihiskās dzīves pamatu, fonu. Apziņas un zemapziņas saskaņota, harmoniska un līdzsvarota kopdarbība veicina psihiskās dzīves vērtīgākās puses, padarot personību pievilcīgu, interesantu un harmonisku (22; 77).

Autoraprāt, minētā atziņa uzsver cilvēka apziņas un zemapziņas būtisku lomu personības, līdz ar to vērtībievirzes līdzsvarotā veidošanā.

Turpinot domu par apziņu un domāšanu, kā vērtīborientācijas ietekmējošiem faktoriem, kāds Google kompānijas savdabīgs inženieris raksta: „Kad cilvēks iepazīst sevi būtībā, viņš sāk saprast savas pamatvērtības, nolūkus un priekšrocības. Zināt, kas viņam patiešām ir svarīgs un kas sniedz jēgas izjūtu. Viņš skaidri saprot, kas dara viņu laimīgu darbā un kā vislabāk dot savu ieguldījumu pasaulei. Sevis pazīšanas un saskaņošanas pamatprincips ir apzinātība (15; 139).”

Google priekšpilnais godavīrs, kas ir viņa patiesais amats nosaukums kompānijā, vēl raksta: „Labā vēsts ir arī tā, ka ir vēl viens veids, kā palīdzēt cilvēkiem noskaidrot savas vērtības un augstāko jēgu. Viens paņēmieni ir pastāstīt par tām citiem cilvēkiem. Tādas lietas kā vērtības un augstākā jēga ir visai abstraktas, un to izteikšana vārdos pamudina cilvēkam padarīt tās skaidrākas un taustāmākas sev pašiem. Citādāks paņēmieni ir rakstīt dienasgrāmatu (15; 140).”

Pēc minētā, autors var secināt, ka refleksīva komunikācija ar citiem cilvēkiem un pašu domas fiksējot, var atklāt savas vērtības, vērtīborientāciju un savu galveno dzīves mērķi, kas ir būtiski, jo tad cilvēks zina virzienu, kuru viņam turpināt vai arī mainīt, lai sasniegtu iekšējo apmierinājumu un harmoniju ar sevi. V. Vunta postulātā skan doma, ka sevis apzināšanās balstās uz elementāru pašizpratni: apmierinātība – neapmierinātība, uzbudināmība – iekšējais miers, spriedze – atvieglojums (22; 83).

Teiktajam autors var piekrist, jo patiesībā viss ir vienkārši, lai atgūtu iekšējo mieru, vajag atbrīvoties no uzbudinājuma ierosinātājiem, ja tie noņems spriedzi, tad cilvēks jutīs atvieglojumu un izjutīs apmierinājumu, bet, lai līdz tam nonāktu, nepieciešams apzināties sevi, kā jau iepriekš to uzsvēra Č. Mens Taņš.

Iepazīt sevi, saskaņota sava „es” aktivitāti ar sabiedriskās dzīves formām un procesiem, atrast savu vietu un lomu tajos ir viens no jauniešu tuvākajiem mērķiem un aktuālākajiem uzdevumiem (22; 78).

Minētā atziņa, liek saprast, ka skolēniem un jauniešiem ir svarīgi iepazīt un saprast sevi, lai iekļautos sabiedrībā. Tas ir nākotnes jautājums, kas ir jauniešu prātos ir nepārtraukti aktuāls. Turpinot domu, autors uzskata, ka skolēnu vērtību virzību definē viņu pašreizējo vērtību un mērķu īstenošana, kas sasaistās ar nākotnes redzējumu. Noteikta vērtīborientācija, individuāla vērtību sakārtotība pēc to nozīmības jauniešu vērtējumā nosaka pašrealizācijas savdabību un virzienu (22; 78).

Morāli audzināta griba kā rakstura kodols nosaka personības virzību, gan izvirzot un apzinoties mērķi, gan pieņemot motivētu lēmumu, gan izpildot to, pārvarot iekšējos un ārējos šķēršļus (22; 80).

Teiktais uzsver, ka viens no vērtīborientācijas ietekmējošiem faktoriem ir personas griba, kam autors pievienojas, jo griba ir cilvēka spēja rīkoties saskaņā ar paša pieņemtiem mērķiem un vērtībām, neraugoties uz ārējiem un iekšējiem šķēršļiem.

Dzīves vērtības individuālais aspekts ietver vērtētāja, subjekta izpratni par to, bet sociālajā aspektā tiek pievērsta uzmanība subjekta vērtībai sabiedrības skatījumā. Dzīves vērtība tiek saistīta ar dzīves jēgu, un dzīve uzskatāma par vērtīgu, ja satur zināmu jēgu. Cilvēks un cilvēce uzskatāmi par kosmiskās evolūcijas virsotni, bet viņu dzīve – par augstāko vērtību. Individīda dzīve ir vērtība, kuru rada instinkti, zemapziņa, vēl jo vairāk – tā ir vērtība pašapziņā, refleksijā par dzīvi. Dzīves vērtību

socializācijas procesā nosaka sabiedrības pakāpe, realizējot vajadzības, kuras rodas, sabiedrībai attīstoties (22; 81).

Teiktās atziņas rosina autoru secināt, ka periods, kurā cilvēks patreiz dzīvo, paša individuālās pārlicības un pašanalīze veido vajadzību vērtēt dzīvi un meklēt galveno tās jēgu. Turpinot iesākto domu, lai papildītu sevi dzīvē un īstenotu sevi kā individualitāti, ir jāsaprot, ka to ietekmēs zināmi apstākļi sabiedrībā, apkārtējā vidē un cilvēka apziņas attīstības līmenis. Lai apzinātos un tiektos sevi realizēt kā personību, nepieciešami noteikti sociāli apstākļi un zināms personības attīstības līmenis (22; 82).

Dažādi indivīdi un indivīdu grupas vienas un tās pašas sabiedrības ietvaros atšķiras pēc orientācijas uz vērtībām, kuras arī ir vienas kultūrvēsturiskās vides vērtību elementu modifikācija. Nosacīti iespējams veidot tipoloģiju: izteikta materiālā orientācija, eksistenciālā orientācija, politisku dispozīciju sistēma, estētiskā orientācija, reliģiskā orientācija u.c. (22; 83). Minētā tipoloģija saprotami atklāj patreizējā laika perioda īpatnības un tendences, sociālo grupu virzību. Raksturam veidojoties ar vienu vērtību sistēmas virzību, tajā vairāk saskatāma noteikta sociālās vides mikroklimate ietekme nekā iedzimtība. Indivīda pārtapšanas procesā par personību vispirms, pašnovērojot sevi, jāakceptē pašapziņa, sevis izpratne un apzināšanās subjektīvas, noslēgtas realitātes veidā.

Pēc E. Eriksona teorijas galvenā jaunatnes pazīme ir pašidentitātes veidošanās un meklējumi. Raksturīga tendence izmēģināt izturēšanās veidus, manieres, sarunas un ģērbšanās stilu (22; 83). Minētā teorija liek noprast, ka skolēni un jaunieši ir sevis meklēšanas procesā, kam autors pievienojas, jo arī tas ir būtisks vērtīborientācijas ietekmējošs faktors. Vērtību virzība būs mainīga un ekperimentāla un jaunais cilvēks apstāsies pie tās, kura sniegs personības pašrealizāciju un apmierinājumu un sakrītīs ar nākotnes mērķiem. Dzīve jauniešu vecumā ir stingri orientēta uz nākotni – viņi parasti ir sabiedriski aktīvi, vēloties kļūt pilnīgi patstāvīgi, pieauguši, tomēr viņi nevar iegūt pilnīgu informāciju par to, kā rīkoties konkrētās situācijās, viņi vēro, analizē, pretstata un izvēlas katrs sev pieņemamu variantu (22; 96).

Šī atziņa apstiprina iepriekš teikto par jauno cilvēku orientāciju uz nākotni, savu uzvedības un rīcības modeļa atrašanu, kuru ietekmē tā brīža mainīgā vērtīborientācija. Tādēļ ir svarīgi pievērst uzmanību viņu plāniem, iecerēm, nolūkiem un nodomiem. Svarīgi ir pētīt viņu uzskatus par vērtībām, kuri ir pamatā dzīves plānu veidošanai. Autoraprāt, tas palīdzētu mēģināt izprast jauno cilvēko izturēšanos.

Subjekts spēj vērtību pasauli ne tikai sajust, uztvert, atcerēties, bet arī ieņemt īpašu attieksmi pret to. Mainoties attiecībām ar pasauli, sabiedrību, mainās arī attieksme (22; 85).

Teiktais liecina, ka vērtīborientāciju ietekmē cilvēka attieksme un mijattiecības ar apkārtējo pasauli, jo indivīds ir pasaules daļa, un viņš jūt savas vērtības, uztver kādas tās ir pasaulē un sabiedrībā. Cilvēka vērtības var izpausties ar attieksmi, līdz ar to izpaudīsies attieksme pret apkārtējo pasauli – akceptēs, noraidīs vai neitrāli izturēsies.

Vērtīborientāciju sistēmas izmaiņas jauniešiem var raksturot pēc sabiedrībā dominējošām vērtībām (22; 87).

Teiktais liecina, ka jauniešu vērtību virzību ietekmē sabiedrībā valdošās vērtības un vajadzības. Autors tam piekrīt, ja jaunieša mērķi sakrīt ar sabiedrības mērķiem, tad viņš saskata sevi kā sabiedrības daļu un identificē sevi ar to.

Dzīves stils un vērtību sistēma ir posmi, kuri savieno indivīdu ar sabiedrību, tie arī ir galvenie mehānismi, kas darbojas, indivīdam iekļaujoties saskarsmē un attiecībās (22; 90).

No minētām atziņām var secināt, ka cilvēka jeb skolēna vai jaunieša dzīves stils un viņa esošās vērtības ir tas ietekmējošais faktors, kas iekļauj viņu sabiedrībā un veido mijattiecības ar to. Indivīds piedalās situācijās, kurās vērtē izzinātās iespējas, izvēloties izturēšanās veidu. Uzvedības izvēli, ievērojot vērtības, var uzskatīt par apzinātu izvēli (22; 92). Teiktajam autors pievienojas, taču apzinātās izvēles var neatbilst tam, kas viņam ir augstākā dzīves jēga, kamēr viņš nav izpratis un apzinājis sevi.

V. Vrūms norāda, jo augstāk subjekts novērtē iespējamo rezultātu, jo intensīvāka ir motivācija un vēlēšanās rīkoties atbilstoši izvēlētajai lomai. Pašnoteikšanās procesā jaunieši vērtē un šķiro dažādus darbības veidus saistībā ar interešu virzību, atkarībā no spējām un arī ievērojot personīgo vērtīboreintāciju: „Vai vēlos palīdzēt citiem? Gribu labi pelnīt,” tas ietekmē gan nodarbošanās un lomu izvēli, gan arī pašu vērtību veidošanos (22; 92).

Viena no būtiskajām jauniešu stresa sekām ir jauniešu pašizjūtas problēma, bieži satraukuma iemesls ir personiskais tēls, kurš mainās ik dienas. E. Eriksons raksturojot jauniešu vecumposma identitātes krīzi, kā raksturīgākās iezīmes min identifikāciju un identitātes difūziju. Jauniešiem aktualizējas nepieciešamība izvēlēties nodarbošanos, ideoloģiju, personisko un seksuālo dzīves veidu. Identitātes

veidošanās vērojama kā sociāls un mentāls process, kurā realizējas psihosociālais moratorijs – iespēja eksperimentēt, izvēloties un pildot dažādas sociālas lomas, nonākot atšķirīgās mikrovidēs, sasniedzot kulmināciju vēlamajā jauniešu un pieaugušo periodā, kad tiek izvēlēta nodarbošanās un starppersonu attiecību veids (22; 93).

P. Jurevičs precīzi raksturo indivīda neatkārtojamību, uzsvērdams, ka apziņas dzīve orientēta un virzīta uz nākotni. Apziņas bezgalīgā vērtība ir tās spēja izvēlēties, ievērojot personiskās brīvības principu. Tai piemīt jaunrades spēks, ikviens notikums ir neatkārtojams, tas iepriekš nav bijis un vairs nebūs, bet pārdzīvojuma rezultātā apziņa kļūst dinamiska (22; 93). Apkopojot šīs teorētiskās atziņas par to, ka jauniešu vecumā indivīdi pastiprināti domā un raksturo paši sevi, veidojot savu paškonceptiju, rodas interese par savas personības izpratni. To izdzīvo pārsvarā visi cilvēki, bērni, skolēni, jaunieši, un, autoraprāt, tas ir viens no būtiskākajiem vērtīborientācijas ietekmējošiem faktoriem.

Psihiskās dzīves stūrelementi – emocijas, prāts un griba, darbojas kā noteicošie faktori vērtēšanas un vērtību realizācijas procesā. Jaunieši veido personisko viedokli par apkārtni, tās norisēm, veidojas personības attieksme, kas ietver uzziņas, emocionālos un uzvedības komponentus. Pamatota gribas nozīme un galvenā funkcija – apziņas regulācija – mērķu realizēšanas gaitā, gan stimulējot personību veikt mērķtiecīgu darbību, gan arī slēpjot nevēlamas tieksmes (22; 94).

Teiktais apliecina, ka apzināta un izprasta vērtību izraudzīšanās veicina indivīda darbību savaldīšanu dzīves augstākām vērtībām un nepakļauties ārējo spēku ietekmei, šāds cilvēka garīgais spēks ir praktiski neievainojams, līdz ar to, ja ir zināma cilvēka vērtīborientācija, tad ir iespējams paredzēt viņa uzvedību un pat ietekmēt rīcību. Zinot cilvēku vērtīborientāciju, iespējams paredzēt cilvēku uzvedību, kas savukārt paver iespējas ierobežot vai pat novērst nevēlamas rīcības (22; 105).

Personisko vērtību attīstība sākas jau bērnībā, konkrētās situācijās, kad apkārtējā vide palīdz bērniem izprast, ko viņi gribētu, kādus mērķus, uzskatus un darbības viņi atbalsta un vēlas, kādus nē (22; 96).

No šīs atziņas var spriest, ka vērtības cilvēkam kļūst aktuālas, kad viņš sāk apmierināt savas vajadzības jau bērnībā, un tas noteikti ir viens no vērtīborientācijas noteicošiem faktoriem.

Visumā jaunība, kas aptver periodu no dzimumnobriešanas sākuma līdz pieauguša cilvēka vecumam, ir ekvivalenta romantisma laikmetam – „vētru un dziņu”, iekšēju un ārēju konfliktu periods, kura laikā jaunajam cilvēkam rodas individualitātes izjūta (22; 95).

Teiktais, autoraprāt, apliecina, ka jaunības laikā veidojas personība, kura ietekmē indivīda vērtīborientāciju. No tā savukārt var secināt, ka cilvēka attīstības un virzības pamatā ir vajadzības kā cilvēka aktivitātes galvenais avots (22; 101).

Psiholoģijā izšķir objektīvās un subjektīvās vajadzības, pirmās no tām cilvēks var arī neapzināties, piemēram, jaunpiedzimušajam ir objektīva vajadzība pēc pieauguša cilvēka, bez tā viņš var neizdzīvot, bet viņi tās neapzinās, taču otrās vajadzības – rosina personību aktīvi meklēt to apmierināšanas iespējas, kļūstot par darbības iekšējiem rosinātājiem un motīviem (22; 102). Šīs teorētiskās atziņas apliecina, ka vērtīborientāciju ietekmē objektīvās, t.i. ārpus cilvēka, kuras viņš var arī neapzināties, un subjektīvās, t.i. ar cilvēku saistītās vajadzības, kas ir kādas konkrētas rīcības motīvi.

Vērtējot apkārtējo pasauli, lielākā daļa jauniešu jau ir sapratuši, kādas parādības un situācijas viņus ietekmē, kas izsauc nepatiku, naidu vai vainas izjūtu. Cilvēks, kurā dominē pozitīvās emocijas, pasauli redz caur „rozā brillēm”, cietējs vai bēdīgs cilvēks piešķir apkārtējai pasaulei un līdzcivieku aizrādījumiem kritisku un ļaunu nozīmi. Emocijas, kuras cilvēks jūt konkrētā laika periodā, faktiski ietekmē visu, ko viņš dara. Emocijas ir elementāra psihiska norise, kas atkarīga no nervu kairinājuma un nosaka mūsu apziņas stāvokļa pārmaiņas (22; 97).

Teiktais apliecina, ka vērtīborientāciju ietekmē cilvēka emocijas, kas ir personiska reakcija – pārdzīvojums vai attieksme uz ārējo un iekšējo kairinātāju iedarbību, taču, kad cilvēks iemācas apvaldīt emocijas un neidentificēt sevi ar tām, tad paveras iespēja pārmaiņām, līdz ar to vērtīborientācijas pārmaiņām vai stabilitātei. Emocijas, tāpat kā citi psihiskie procesi, ir reālās īstenības atspoguļojums, tikai pārdzīvojumu formā. Kā emocijās tā jūtās atspoguļojas tas, kā tiek vai netiek apmierinātas cilvēka vajadzības. Viena no galvenajām emociju funkcijām ir palīdzēt orientēties apkārtējā īstenībā, novērtēt priekšmetus un parādības atkarībā no tā, cik tie ir vēlami vai nevēlami, derīgi vai nederīgi. Bieži vajadzības ir tās, kas izraisa emocijas un otrādi – emocijas un jūtas rosina cilvēka aktivitāti paplašināt vajadzību loku. Īpaši tas raksturīgs jauniešu vecumā, kad cilvēks cenšas atrast savu vietu dzīvē. Tā ir virzība uz nākotni, kas

spēcīgi ietekmē personības emocionālo dzīvi. Kaut arī jauniešs spēj maskēt un apvaldīt savas jūtas, šis vecums ir emocionāli ļoti uzņēmīgs (22; 99).

Teiktais apliecina jauno cilvēku vieglo emocionālo iespaidošānu.

J. A. Students uzsver, ka tik cik sparīgi jauniešs spēj iedegties ideālismā, tikpat ātri viņš var krist nihilismā, t.i., visuma vērtību noliegšanā. Jauniešs ir pretstatu iemiesojums, viņu raksturo kā ļoti vārīgu un jūtīgu. Šis jūtīgums un gara traulums izskaidrojams ar pieredzes trūkumu, vāju dzīves pazīšanu, un jauniešs var būt savā dzīvē un savu uzdevumu pildīšanā stīprs vienīgi tad, ja viņu jau no mazotnes sagatavo dzīvi izprast ne vien kā laimes, prieka un sekmju, panākumu iemiesojumu, bet arī kā sāpju un nelaimju nesēju (20; 441).

Šajā atziņā izpaužas jauna cilvēka mainīgā daba, bet tajā pašā laikā gatavība reaģēt uz jebkuru zīmīgu fenomenu.

Izteikta emocionalitāte, emociju mainīgums jauniešu vecumā arī saistās ar viņu psihiskās attīstības īpatnībām, tas šajā vecumā, protams, atkarīgs arī no temperamenta un katra indivīda emocionālā jūtīguma. Vienas un tās pašas lietas dažus cilvēkus atstāj vienaldzīgus, citus mazliet saviļņo, citiem rada spēcīgu pārdzīvojumu. Atšķirību diapazons ir diezgan plašs (22; 100).

Šī atziņa vēsta par pamatoto emocionalitāti jauniešu vidū. Tā ir saistīta ar vecumposma īpatnībām, kas ir svarīgi, pētot skolēnu vērtīborientāciju, un tas ir jāņem vērā.

Jauniešu vecums ir pašapziņas jauns līmenis, kad jānoskaidro un jāatbild pašam sev – kas es esmu, kāds es esmu, ko spēju, ko drīkstu, kas būšu (22; 102).

Teiktais liecina, ka cilvēks šajā periodā meklē savu lomu pasaulē, kas būtiski var ietekmēt viņa esošo vai turpmāko vērtīborientāciju, jo būtībā katra saprātīga cilvēka jēgas meklējumi ir dzīves galvenā orientācija.

Nosacīti psiholoģijā Ē. Fromms šķir divus cilvēku vērtīborientācijas līmeņus: produktīvā un neproduktīvā. Produktīvā orientācija ir saistīta ar labāka cilvēka, sabiedrības meklējumiem, ar personības pilnveidošanos un savu iespēju realizēšanu. Neproduktīvā orientācija saistīta ar receptevida orientāciju – visu labumu avots ir tikai ārējā pasaule ar izteiktu tieksmi labi paēst, padzert, pat mīlestība un laime saistīta ar šīs attieksmes īstenojumu. Pie neproduktīvās pieder arī ekspluatoriskā orientācija – cilvēki, kuri visus labumus sagaida no apkārtējās vides, cenšas tos iegūt jebkuriem līdzekļiem, bieži attieksmē pret citiem ir naidīgi un mēģina manipulēt ar citiem.

Pieskaitās vēl uzkrājēja orientācija – cilvēki cenšas savu drošību saglabāt, uzkrājot mantu, viņi parasti ir noslēgti, pedantiski un par vislielākajām vērtībām uzskata kārtību un drošību. Un visbeidzot tirgus orientācija – cilvēki pret visu izturas kā pret piedāvājuma un pieprasījuma precī, šī orientācija aptver gan prātu, domāšanu, gan jūtas (22; 108).

No šīs atziņas var spriest par dažādām cilvēka vērtīborientācijām, zinot to nosacītos veidus, iespējams vieglāk noteikt cilvēka vērtīborientāciju, kas, autoraprāt, ir noderīgi, pētīt skolēnu vērtīborientāciju.

J.A. Students, pētīt „jauniešus prāta dzīvē”, izteikti saskata divus tipus: pozitīvists un filozofs. Pozitīvists – savā domāšanā kavējas pie jutekliski tveramā un reālā, meklē lietderīgo. Filozofs – pēta patiesību pašas atziņas dēļ un savā domāšanā traucas ideju pasaulē (20; 562).

Teiktais liecina par jauno cilvēku attieksmju un domāšanas pret pasauli veidu, kam autors varētu piekrist, jo ir strādājis skolā par skolotāju un ir daudz komunicējis ar skolēniem un jauniešiem, kuri varētu apliecināt šāda veida tipoloģiju.

Jau senajā Grieķijā filozofi aizdomājušies par to, ka cilvēka laime, dzīves jēga atkarīga no tā, kā viņš apmierina savas vajadzības. Epikūrieši dzīves stratēģijā ieviesa baudas principu, aicinot baudīt dzīvi, bet brīdinot par problēmām. Jo daudzveidīgāka dzīve, jo interesantāk dzīvot. Šajā laikā parādījusies arī otra stratēģija – stoīki laimes formulai iesaka samazināt vajadzības. Jo mazāk vajadzību, jo cilvēks ir vairāk saimnieks pats pār sevi, ja cilvēks nevar mainīt pasauli, viņš var vairāk pievērsties sev, laime ir nevis baudījumā, bet gan stabilitātē un iekšējā līdzsvarā (22; 110).

Autors minētai atziņai pilnībā piekrīt, jo saskata līdzību ar budistu filosofiju – atbrīvojoties no vēlmēm, cilvēks atbrīvojas no ciešanām un rod mieru sevī. Mierīgs cilvēks ir laimīgs cilvēks.

Gribas piepūle atkarīga arī no tādas individuālp psiholoģiskas īpatnības kā temperaments. Tieši griba tiek uzskatīta par apziņas regulējošo pusi, kas izpaužas cilvēka spējā veikt mērķtiecīgu darbību, pat ja tā saistīta ar grūtību pārvarēšanu. Svarīgākā gribas īpašība ir mērķtiecība, noteiktība, neatlaidība – kā spēja ilgstoši virzīt un kontrolēt savu izturēšanos atbilstoši mērķim, kā arī pašsavaldīšanās – kā spēja apvaldīt psihiskās un fiziskās izpausmes, kuras kavē mērķa sasniegšanu. Vēl arī gribas īpašība ir patstāvība – kā spēja un prasme pēc paša iniciatīvas izvirzīt mērķi, atrast ceļu tā sasniegšanai un praktiski īstenot pieņemtos lēmumus (22; 110).

Teiktais apliecina, ka gribai ir liela nozīme vērtīborientācijas ietekmēšanā, jo tā raksturota kā spēja virzīt, apvaldīt un izvirzīt cilvēka psihiskās un fiziskās izpausmes. Ja jaunieši izprot savas dzīves mērķi un uzdevumus, ja viņam piemīt ticība pašam sev un apkārtējiem cilvēkiem, arī apziņa par to, ka pastāv augstākas gara vērtības, tādas kā patiesība, taisnība, skaistums, tikumība, tas viss dod spēku un vēlēšanos darboties, tiekties arvien uz priekšu, uz augstākiem ideāliem (22; 111).

Šī atziņa pauž, ka liela nozīme ir cilvēka paļaušanās uz cēlākiem ideāliem, un, ja viņš uz to paļaujas, tad tas, iespējams, ir viens no visspēcīgākajiem vērtīborientācijas ietekmēšanas faktoriem.

Turpinot domu par skolēnu vērtībsistēmas veidošanos un viņu pašu domām par vērtību pārvērtēšanu, avoti vēsta viņu atziņas, ka vērtību pārvērtēšana, pēc jauniešu domām, bieži notiek, pārdzīvojot kādu dzīvībai un veselībai bīstamu mirkli. Katram cilvēkam piemīt individuālā vērtīborientācija. Materiālās problēmas skar jauniešus profesionālās izvēles jomu – tā, kura atbilst interesēm, un tā, kuru iespējams apgūt (apmaksas jautājums), kā arī tā, kura būtu noderīga (nodrošinātu dzīvi, labi pelnītu). Šādās situācijās ideālistiski noskaņoti kļūst par materiālistiem. Būtiska lieta, kura noteikti jauniešu vecumā jāsaniedz un jāizjūt ir harmonija – pašam sevī, saskaņā ar apkārtējo vidi, jo kur tā ir, tur valda laime un prieks (22; 112, 113, 114).

Mūsdienās jauniešu domāšana, salīdzinot ar iepriekšējo paaudzi, kuru Rietumu socioloģijā pieņemts dēvēt par *Baby boomer* paaudzi, ir mainījusies. Jauniešus, kas mūsdienu kultūras telpā pārstāv noteiktu sabiedrības grupu, ir ietekmējusi patērētāju sabiedrības vide un valsts izglītības politikas virzība uz labklājības sabiedrības domāšanas un rīcības nomaiņu. Tās pamats ir tādi kritēriālie rādītāji kā naudas vērtības izpratība, karjeras nozīmība un biznesa ilgtspēja (18).

Teiktais apliecina paaudžu un līdz ar to tās vērtību maiņu, kas būtiski, autoraprāt, ietekmē vērtīborientāciju.

Savukārt 21. gadsimta jauniešu izaicinājums ir sabalansēt informācijas pārpilnību un jaunos satricinājumus, kas dažādu notikumu un pārmaiņu laikā liek cilvēkam tikpat ātri pārorientēties realitātē, saprotot, kas viņi ir un kur jaunajos apstākļos ir katra vieta sabiedrībā. Mūsdienās jauniešu jaunais izaicinājums ir nemitīgā saskarsmē ar pārmaiņām, tostarp ar pārmaiņām izglītības jomā, un jauniem nākotnes izredžu piedāvājumiem, pieņemot sev vajadzīgās vērtības (18).

Šis atziņas liecina par jauno cilvēku izaicinājumiem, kas ietekmē viņu vērtību virzību.

Arvien pieaugot reklāmas un finanšu darbības nozīmes ietekmei uz jauniešu domāšanu, tiek popularizēts patērētājsabiedrības labklājības standarta naratīvs (17).

Minētais liek aizdomāties par komercpasaulas ietekmi uz cilvēku domāšanu - jo vairāk patērētājsabiedrības normas tiek vēstītas un pasniegtas kā ideālas dzīves priekšnoteikums, jo vairāk cilvēki paturēs to prātā un iespējams pat tieksies uz to. Tai pašā laikā Latvijas Izglītības attīstības pamatnostādnes 2007.–2013. gadam tika konstatēts, ka “nav izveidojusies vienota pieeja [...] skolēnu motivācijas veidošanai un pašaudzināšanai, kā rezultātā var iestāties vērtību izglītības krīze” (Izglītības attīstības pamatnostādnes 2007.–2013. gadam, 14) (18).

Šis fakts sarūgtina, bet arī vienlaicīgi mudina apņēmīgos un apzinīgos pedagogus ņemt iniciatīvu savās rokās un realizēt tikumisko audzināšanu savos mācību priekšmetos. Turpinot domu, A. Spodra uzsver, ka tas ir precīzs vērojums un precīzi transformēta sabiedrības vērtība. Šādi jauniešu viedokļi, atsevišķi ņemot, nebūtu vērtējami kā drauds humānai vērtībuzglītībai, bet, kritēriāli vērtējot kopā ar patērētājsabiedrības dimensiju, naudas platforma kļuvusi lielāka par pašas izglītības vērtības platformu (18).

To apliecina arī jauno cilvēku, viņu pašu vērtību analīze: „[...] naudas vērtība ir nozīmīgs personiskās drošības mērs un labsajūtas svira”, “Visu manu vērtību izvēli nosaka nauda”, “Ar naudu var iegūt gan izglītību, gan veselību” utt. (18). Visbiežāk jaunieši minējuši to, ka “izglītība viņiem nākotnē palīdzēs atrast labāku darbu” vai arī “izglītība ir pakāpiens karjerai”. [...] Izglītība viņiem ir tikai metode, nevis pašpilnveides forma un kopumā noder kā tuvāka vai tālāka karjeru veicinoša mērķa līdzeklis (18). [...] Skolēna šī brīža paša vērtību vajadzībām ir definējams kā nesamērība, apzinot, ka vērtīborientācijas pamatu veido jaunieša personiskā attieksme un pieredze attiecībā pret dzīvi, sociālo vidi un dominējošo kultūru. Sabiedrības mērķa ērtības translējas, un vērtību izvēli jaunieši pamato ar personiskajām izglītošanās vajadzībām saistībā ar ilgtermiņa karjeras stratēģiju (18).

Teiktais apliecina, ka izglītība ir līdzeklis karjeras izaugsmei, no tā var spriest, ka prioritāte ir materiālā labklājība. Turpinot domu, autors, piekrīt atziņai, ka mūsdienu laikmetam raksturīga iezīme ir tā, ka jaunieši orientējas uz pārejošo, nevis uz tradīcijām balstīto, jo masu domāšana pievēršas “mini vērtībām” (18).

No tā var secināt, ka cilvēkus spēcīgi ietekmē sabiedrības vērtības, kas nozīmē, ka masu „mini vērtības” ietekmē vērtīborientāciju.

A. Spodra izsaka interesantu viedokli, ka akcents likts uz jēdzienu “ideāli” kā sabiedrības virsvērtību. Te varētu atsaukties uz filozofa un sociologa Georga Zimmela (Simmel) teoriju par varas vērtību un pārdali. G. Zimmels uzsver, ka intelekts (izglītība) un nauda ir vienots varas darbības mehānisms, kas patērētājsabiedrības kontekstā rezultējas kā naudas lielākas varas pārsvars, jo izglītība ne tikai jaunās paaudzes skatījumā, bet visā sabiedrībā kopumā ir varas resurss – līdzeklis un pašrealizācijas forma (Zimmels, 2002). Tradicionālais kultūras ideāls – virsvērtība – ir zaudējusi savu morālo nozīmi. Jauniešu apziņā binārā opozīcija starp īsto–neīsto ir satuvinājusies, kam par iemeslu ir tas, ka stratēģiskais ideāls mūsu valsts izglītības virzībā ir patērnieciskā labklājība (18).

Turpinot savu domu par vērtību transformāciju, tad viņa min, ka 20. gadsimta otrajā pusē visā Rietumu civilizācijā pakāpeniski notikušas vērtību maiņas – no materiālajām (materiālajām un drošības vērtībām) uz postmateriālajām, t.i., dzīves kvalitātes nodrošinājuma vērtībām, kas atbilst patērētājsabiedrības vērtību modelim (Inglehart, 2000). R. Inglehārts uzskata, ka postmateriālo vērtību aktualizēšana un problēmu risināšana, piemēram, iestāšanās par apkārtējās vides aizsardzību, sociālo taisnīgumu u. tml., ir raksturīgas tikai attīstītajās valstīs, kurās ir ekonomiska stabilitāte (Inglehart, 2000). Tas vērojams arī politiskajās struktūrās – agrāk politikā bija vērojama vienotība, bet tagad pastāv milzīga atšķirība (18).

Tas liecina, ka visā cilvēcē kopumā, vismaz Rietumu pasaulē un politikā ir novērotas vērtību maiņas.

Informācijas pieejamība un kritiska informācijas izsvērtība ļauj jauniešiem orientēties vērtību pārpilnajā piedāvājumā (18).

No šīs atziņas iespējams var secināt, ka informācija ir plaši pieejama cilvēkiem, un viņi ir pietiekami informēti, uz kuriem virzās un kādām vērtībām dod priekšroku, taču autors apšaubā šo pieņēmumu, jo iespējams tieši ar pieejamās informācijas, autors domā reklāmu un komercbirgu, palīdzību tiek uzlikts patērētājsabiedrības labklājības ideāls.

Pakāpeniski pārejot pie komercdarbības, kas ir neatņemama mūsdienu laikmeta sabiedriskās dzīves sastāvdaļa, autors pēta arī vērtīborientācijas ietekmi organizācijas struktūrās. Uzņēmējdarbībā organizācijas noteiktās vērtības kalpo trim mērķiem: tās

norāda, kāda uzvedība ir pieņemama un kāda – nepieņemama. Tās palīdz organizācijai veidot tieši tādu nākotni, kādu tā vēlas pieredzēt, un nosaka virzienu, kādā jāpieņem lēmums. Biznesā nosacīti var iedalīt pamatvērtības – veiksmīga biznesa priekšnoteikums, piemēram, naftas kompānijas pamatvērtība varētu būt peļņa, darba drošība un apzinīga attieksme pret vidi, par šīm vērtībām uzņēmumā vairs nenotiek nekādas debates, jo tās tiek uzskatītas par veiksmīga biznesa garantijām, tās var formulēt kā principus vai ideālus, savukārt funkcionālās vērtības norāda kā cilvēki var sastrādāties, piemēram, uzticība, atklātība un godīgums, kas ir svarīgi ik dienu (izmaksu samazināšanai, kvalitātei un produktivitātei). Organizācijas vērtības kļūst par lēmuma pieņemšanas „vadlīnijām” vai „noteikumiem” (2).

Teiktais liecina, ka veiksmīgas organizācijas vērtīborientācija veidojas kā uzņēmumu kredo.

Uz vērtībām balstītu lēmumu pieņemšana ir veiksmīgas, veselīgas un ilgtspējīgas kultūras iedibināšana. Cilvēki pieņem uz vērtībām balstītus lēmumus, lai panāktu tādu stāvokli vai sajūtu, kādu vēlas pieredzēt. Ja cilvēks augstu vērtē uzticību, tad jāpieņem tādi lēmumi, kuri atļauj mums izrādīt mūsu uzticību un uz kuru pamata paši varam iemantot uzticību. Ja augstu vērtējam atbildību, tad pieņemam lēmumus, saskaņā ar kuriem uzliekam citiem un arī paši uzņemamies atbildību. Pieņemot uz vērtībām balstītus lēmumus, mēs apzināti veidojam tādu nākotni, kādu vēlamies pieredzēt. Ja mums ir vīzija, mēs apzināti pieņemam lēmumus, kas mūs tuvina tās īstenošanai. Ja mums ir misija, mēs apzināti pieņemam lēmumus, kas mums palīdz šo misiju pildīt (2).

Vērtību vadība ir process, kuru organizācija aktīvi izmanto, lai novērtētu un uzraudzītu savas darbības cēloniskos rādītājus, reaģētu uz to izmaiņām un līdz ar to koriģētu savu kultūru un darbību tādā veidā, ka var uzturēt pilnīgu sniegumu (ražīgumu) un īstenot savus mērķus (iznākumus). Nepārtraukti uzturēt perfektu sniegumu var vienīgi tad, ja ir izpildīti četri nosacījumi:

- personiskā saskaņa – indivīdu vērtības un pārliecības saskan ar viņu darbību un uzvedību;
- vērtību saskaņa – indivīda vērtības saskan ar grupas vērtībām;
- misijas saskaņa – indivīda izpratne par savu mērķi, misiju vai dzinūļiem saskan ar grupas noteikto mērķi vai misiju;

- strukturālā saskaņa – grupas vērtības un pārliecības saskan ar tās darbību un uzvedību, ko regulē kopējie likumi, noteikumi un vadības procesi (2).

Šī vērtību vadība, pēc autora domām, ir nozīmīga organizācijas veiksmīga organizēšana, jo ir priekšnoteikums saskaņotai mijiedarbībai ar sabiedrību.

Dvēseliskās vērtības ir universālas, tās mūs nevis šķir, bet vieno. Pārliecība vienmēr ir atkarīga no apstākļiem, toties vērtības ir tādi jēdzieni, kas stāv pāri visiem apstākļiem, tās visai cilvēcei ir kopīgas. Pašizziņa sākas ar to, ka mēs esam gatavi atnest, savaldīt vai regulēt neapzinātās, baiļu diktētās un Ego uzturētās pārliecības. Lai pašizziņa būtu iespējama, mums jāaskaņo pozitīvās Ego uzturētās pārliecības ar universālajām dvēseliskajām vērtībām. Tādējādi attīstīdamies un aktivizēdami dvēseles apziņu, mēs lēmumu pieņemšanā automātiski varam pārorientēties no pārliecības uz vērtībām. Pašizziņas procesā mainās arī cilvēka daba. Ego dzinuļi, kas dominē zemākajos apziņas līmeņos, transformējas par dvēseles dzinuļiem, kas dominē augšējos apziņas līmeņos. Mēs vairs tik ļoti neraizējamies par sava Ego vajadzībām, t.i., par personisko izdzīvošanu, personiskajām attiecībām un pašcieņu, bet tiecamies apmierināt savas dvēseles vajadzības – atrast dzīves jēgu, kas patiesībā ir mūsu pasaules mainīšana uz labo pusi, un galu galā, kad šo pārmaiņu veicināšana būs kļuvusi par mūsu dzīves veidu, pievienoties tiem, kuri nesavtīgi kalpo vispārības labā (2).

Šīm atziņām, autors pilnībā pievienojas, jo cilvēku nesaskaņas rodas centienos, pirmkārt, apmierināt uz sevi centrētās vajadzības, bet kad cilvēks saprat, ka prioritāte ir pārējie, un ja visi būs vienis prātis, tad jau automātiski apmierinātas būs indivīda vajadzības un tiks veidota saskaņota sabiedrība.

Maģistra darba autors, apkopojot vairāku pētīto autoru atziņas, secina, ka mūsdienu laikmeta raksturīgākā iezīme un skolēnu orientācija ir uz pārējošo, īslaicīgo un gaistošo, kas savukārt arvien vairāk aizstāj orientāciju uz mūžīgo un neizsīkstošo. Protams, var piekrist, ka arī no pārējošā ir savs labums, to nedrīkstētu nonievāt, jo nozīme ir gan pārtikai, gan komfortam, gan labizjūtai, taču skolotāju uzdevums būtu virzīt skolēnu ievērību uz to, ka pārējošais nedrīkstētu iemantot mūžīgā un neierobežotā statusu.

Nobeigumā autoram jāpiekrīt secinājumiem, ka viena no dabiskajām cilvēka tieksmēm ir izziņas kāre. Būt – nozīmē dzīvot garīgi, ne tikai jutekliski, apmierinot savas dzīvē nepieciešamās fizioloģiskās vajadzības, bet arī saskaņā ar vērtībām,

principiem, nākotnes izjūtu, to kā vēl nav, bet kam vajadzētu būt, lai pasaule virzītos uz pilnību. Garīgums paplašina dzīves robežas, jo nožēlojami īsais mūžs iet dziļumā un plašumā (J. G. Fihte).

Galvenās tendences nosaka skolēnu vecumposma individuālpсихолоģiskās īpatnības – skolēnu tieksme pēc pašnoteikšanās, pašapziņas attīstības process, nepieciešamība pašrealizēties, ko apkopojot var nosaukt par personības pilnveidošanās procesu (22; 118). Tas nozīmē, ka vērtīborientāciju ietekmē personības pilnveidošanās process.

2. KARATĒ FILOSOFIJA

2.1. *Dzen mācība karatē*

Pētot Austrumu cīņu filosofiju, bieži un visur tiek minēts daoisms, budisms un pārsvarā dzenbudisms.

Dzenbudisma paražu elementi ir koanas (paradoksāli jautājumi), tējas dzeršanas un pēkšņa apskaidrība. Sludinātājs Dogens (1200 – 1253) izplatīja soto dzenbudismu, aicinādams galveno uzmanību veltīt darbam, paražām, vingrinājumiem un filosofiskiem jautājumiem, lai pašapzināšanās ceļā sevī atklātu Budas dabu (6; 118). Dzen jeb dzenbudisms – budisma atzars – ir radies Indijā, attīstījies Ķīnā un pilnveidojies Japānā, bet tam, ko dzen sevī ietver, nav laika, telpas un piederības. Mēdz teikt, ka dzen Indijā ir mierīgs un mistisks, Ķīnā ir praktisks, Japānā – māksliniecisks un poētisks. Nosaukums dzen bieži tiek asociēts ar Japānu. Tomēr dzen nav japāņu valodas vārds – tas ir aizņemts no ķīniešu čaņ, kas savukārt nācis no sanskrita djāna – apcere, meditācija.

Indijā ir dzimis un darbojies budisma pamatlicējs Sidhāra Gautama Buda (sanskritā buddha – apskaidrotais, atmodinātais), savukārt indiešu sludinātājs Bodiarma ir tēvs dzenbudismam – tas ir mūsu ēras VI gs., no Indijas ienāca un attīstījās Ķīnā, kļūdams par vienu no astoņiem galvenajiem budisma virzieniem.

Arī dzenbudismam ir vairāki atzari. Budisms un tā virzieni Ķīnā saskārās ar dažādām garīgajām skolām (skola kā attieksme pret dzīvi, vērtību hierarhijas pastāvēšana, nojaukšana vai būvēšana). Vidē, kurā ienāca jaunā mācība, pastāvēja daoisms (dao – ķīniešu valodā „ceļš”) ar savu jēdzienu un vārdu krājumu. Šie labi pazīstamie jēdzieni un vārdi tika izmantoti tekstu tulkošanai. Valoda, priekšstati par garīgumu palīdz jaunajai mācībai piešķirt formu, kas saprotama tautai, un šādi mācības ietekmē cita citu. Budismā uzskata, ka dzīve ir ciešanu jūra un ka cilvēka dzīvē ir astoņas ciešanas, no kurām cilvēks nevar izvairīties – piedzimšana, novecošana, slimība, nāve, šķiršanās no tā, kuru mīli, satikšanās ar to, kuru ienīsti, nespēja iegūt to, ko tu vēlies. Astotās ciešanas ir atsevišķa grupa, kura rodas no piecām sastāvdaļām, kas veido cilvēku prātu un ķermeni – no materiālās formas, jūtām, uztveres, mentālās uzbūves, apziņas. Budisms māca, kā izvairīties no šīm ciešanām, atsakoties no visa laicīgā, atbrīvojoties no kaislībām un vēlmēm, kas ir ciešanu cēlonis. Dzenbudisms nenoliedz, ka cilvēkam jāsaskaras ar dzimšanu,

vecumu, slimībam, nāvi, bet atšķirībā no budisma, māca, kā pacelties tām pāri, t.i. būt garīgi sagatavotam vēl pirms saskarsmes ar tām, mainot un pilnveidojot savu attieksmi – dzīvē notiekošo neuztvert kā ciešanas. Dzenbudisma princips, tas ir princips kritiski iedziļināties katrā lietā un situācijā, redzēt aiz duālajām (labā un ļaunā) īpašībām, kuras lietām piedēvē cilvēki lietu patieso dabu, tādējādi saskatot to vienotību, kas ietver cilvēku un kurā ir ietverts cilvēks. Ikviens var kļūt par budu, saredzot savu paša dabu, turklāt apskaidrība var nākt ne tikai ilgstošas meditācijas rezultātā, bet arī pēkšņi kādas sarunas laikā, strādājot fizisku darbu, vērojot koku pumpurus ziedonī, vasaras zaļumā un lapu krāsainajā kritumā (14; 108).

Grūti un praktiski neiespējami izskaidrot, kas ir *dzen*. Vairākās garīgās praksēs, kas pastāv gadsimtiem, arī dzen ir izveidojušās desmitiem, simtiem dažādu skolu un virzienu. Katra no skolām cenšas pierādīt, ka viņu pārstāvētais virziens ir tas pareizākais, tas, kurš atbilst sākotnējai idejai, taču vienlaikus aizmirstot par sākotnējo ideju. Neviens šeit nestrīdēsies par to, kurš no variantiem ir pareizākais: ķīniešu *čaņbudisms* vai japāņu skolas ar to *koāniem*, kuras no meditācijas sistēmām *satori* sasniegšanai ir pareizākās – šādi strīdi ir bezjēdzīgi. Koāni dzenbudismā ir absurds stāsts, dialogs, jautājums, mīkla, anekdote vai apgalvojums, kura jēgu nevar saprast ar racionālu domāšanu, to uzdevums ir likt adeptiem atbrīvoties no tā prātu savārstītiem mākslīgajiem priekšstatiem, lai nonāktu pie pirmatnējās, nepastarpinātās pasaules uztveres un apskaidrības. Līdz ar to no tā izriet, ka *satori* ir pēkšņa un negaidīta lietu kārtību dabā "saprāšana" un "ieraudzīšana", cilvēka iekšējo spēku atmodināšana, lai apgaismības brīdī tiek piedzīvota kosmiska vienotība. Autoraprāt, varētu teikt, ka japāņiem *satori* – apgaismības un apskaidrības mirklis ir analogisks kā budistiem Ķīnā *nirvāna* – pilnīga atbrīvošanās, miera un laimes stāvoklis, saplūšana ar dievišķo. Okinavā izveidojās savs dzen virziens, kas nekur citur nav izplatīts un ārpus Okinavas praktiski nav zināms. Tas ir veidojies reālas kaujas apstākļos, nevis klosteru teoloģiskajās praksēs. Koāni, kas ir paradoksāli dialogi, kliedzieni, sitieni, lēnas meditācijas *satori* sasniegšanai nevarēja glābt dzīvību cilvēkam cīņas laikā ar bruņotu samuraju. Tā rezultātā Okinavas dzen ir raksturīga šaura praktiska virzība – nevis abstrakta Lielā Tukšuma apjausma, bet izpratne, ar mērķi risināt konkrētus uzdevumus. Šo virzienu neviens nepopularizē, tam nav reliģiozu aspektu klosteru vai dievu formā. Tas vienkārši ir dzīves veids, īstenības uztveres veids, audzināšanas paņēmieni ģimenē.

Čaņ (*dzen*), kurš Ķīnā aizgājis misticismā, bet dažās skolās pat kļuvis par alķīmiju, japāņu skolās, kurās vairāk aizrāvās ar koāniem, nebija piemērotas reālas cīņas apstākļiem. Okinavā risināja praktisku uzdevumu – satori sasniegšana bija nevis abstrakts mērķis sevis pilnveidošanai, bet līdzeklis stāvokļa *mu sin* („tukša apziņa”) saniešanai. Uzveikt samuraju bija iespējams, tikai atrodoties neapzinātā līmenī. Tieši tad cilvēka psihofiziskās reakcijas paātrinās desmitiem reižu. Stāvokli *mu sin* vislabāk paskaidro divi termini: *cuki-no-kokoro* („Gars kā mēness”) – apziņa līdzinās mēness gaismai, kura visu vienmērīgi izgaismo. Šāda apziņa pretinieku uztver pilnībā, nepievēršot uzmanību atsevišķām kustībām, bet uztverot visu kustību kompleksu un adekvāti reaģējot. Un *midzu-no-kokoro* („Gars kā ūdens”) – apziņa līdzinās līdzenai ūdens virsmai, kas dod nesagrozītu atspulgu. Tā nav aizņemta ar domām par uzbrukumu vai aizsardzību, kuras var traucēt novērtēt pretinieka nolūkus un dot viņam priekšrocību, taču arī pats nolūku novērtējums nepastāv. Uzbrukums, aizsardzība notiek neapzinātā līmenī. Tas nozīmē, ka „tukša apziņa” simbolizē „esības harmoniju”, bet uzbrucējs šo harmoniju izjauc. Meistars to neapzināti atjauno. Cilvēka dzīve ir līdzīga lēnam upes tecējumam. Pretinieks ir tikai neliels akmens, ko ūdens nesteidzoties aptek. Rodas nelieli vilnīši, atvari – un pēc sekundes atkal līdzena, neviena nesaduļķota virsma. Ūdens jau ir aizmirsis akmeni, kas bija tam ceļā.

Savukārt daoisms, kas cēlies no senās ķīniešu *Iņ-Jan* (In-Jo) koncepcijas, jogas meditātvās un elpošanas prakses – tas ir dzen veidošanās pamats Okinavā. *Karate ni sen te naši* – „karatists neuzbrūk pirmais”, *karate va sen te nari* – „karatists sit pirmais”. Tas, lūk, klasisks Okinavas dzen piemērs (28).

Teiktais liek autoram secināt par īpatnējo okinaviešu dzen mācību, kas nav reliģioza, bet kā īstenības uztveres veids, panākt tukšu apziņu – spožu kā mēness un gludu kā ūdens, kuru raksturo dziļš iekšējs miers, un aizstāvēšanās gadījumā vajadzība atjaunot iekšējo harmoniju jeb glābt savu dzīves veidu.

2.2 Karatē filosofijas principi

Pētot karatē cīņas mākslas filosofiju, vēsturi un pamatprincipus, pētījuma autors noskaidroja, ka karatē cīņas mākslai piemīt tikumiskas pamācības, ko varētu izmantot un ieviest kā audzināšanas paņēmieni ģimenē vai skolā, tāpēc arī šajā nodaļā tās ir apskatītas.

Okinavas karate Šorin (Sjorin) rju Skolas dibinātājs Macumura Sokons ir teicis saviem skolēniem: „Tev jāsaprot cīņas mākslu nodarbību patiesā jēga. Tāpēc esmu nolēmis atklāt visu, ko esmu sapratis, tev rūpīgi jāapgūst tas, kas šeit pateikts. Un tā, ierēdņa un karotāja Ceļam ir viens princips. Gan ierēdņa, gan karotāja Ceļi sadalās trīs Ceļos. Trīs ierēdņa Ceļu būtība ir veikla valoda, Mācība par kanonu skaidrošanu, Mācība par konfuciānisma Ceļa zinātņi. Mācība par veiklu valodu aprobežojas ar vārdu sasaisti sarežģītos izteikumos, vārdu un teikumu veidošanu, prasmi rēķināt atalgojumu, kas pienākas augstdzimušiem ļaudīm saskaņā ar viņu tituliem. Mācība par kanonu skaidrošanu sastāv no kanonu (likumu) jēgas izpratnes, kanonu mācīšanas citiem un iedziļināšanās to būtībā, taču tos nevar nosaukt par Ceļa būtību. Šīs divas mācības sniedz slavu tikai literatūras mākslā un tāpēc tās nevar nosaukt par īstām mācībām. Taču mācība par konfuciānisma Ceļu ir tuva Ceļa būtībai, tā ved pie „lietu būtības” izpratnes, domas padara patiesas, „apziņu” – pareizu, pateicoties tam ģimene sakārtojas, valsts tiek pārvaldīta un iestājas miers. Lūk, tā ir patiesa mācība, Mācība par konfuciānisma Ceļu. Trīs cīnītāja Ceļus (*budo*) veido mācītu vīru kaujas māksla (*gakusi-no bugei*), kaujas māksla tikai pēc nosaukuma (*mjomoku-no bugei*) un cīnītāja ceļa kaujas māksla (*budo-no bugei*). Kas attiecas uz mācītu vīru kaujas mākslu, tad tās sekotāji pilnībā maina treniņu metodiku, viņu meistarība ir virspusēja, viņu kaujas māksla tikai rada problēmas un kļūst līdzīga dejai, kā aizsardzības veids tā neder, bet tās sekotāji ir gandrīz kā sievietes. Kas attiecas uz kaujas mākslu tikai pēc nosaukuma, tad tās sekotāji to nerealizē praksē, mētājas uz visām pusēm, runā tikai par uzvarām, strīdas un nodara postu cilvēkiem vai arī nodara sev traumas, bet dažbrīd ar savas „mākslas” palīdzību apkauno vecākus un brāļus. Kas attiecas uz cīnītāja ceļa kaujas mākslu ceļu, tad tā sekotāji nelidinās mākoņos, bet ar nepārtrauktu intensīvu darbu ar sevi (*kufu*; ķīn. *gunfu*) sasniedz meistarību, saglabājot mieru, viņi nogaida, līdz naidnieks sāks trokšņot, un, iekarojot naidnieka „apziņu”, uzveic viņu. Viņu meistarība pilnveidojas, un izgaismojas brīnumainākās detaļas, lai arī viņi spēj

paveikt daudz lietu, viņi nenovēršas uz nesvarīgo. Viņi arī nerosina strīdus. Saglabājot uzticību un dēla cienību, viņi dabīgā ceļā parāda tīģera cienīgu spēku un ērgļa ātrumu, viņi ir spējīgi satriekt jebkuru pretinieku. Šī kaujas māksla noliedz vardarbību, valda pār ieročiem, sargā cilvēkus, nosaka nopelnus, nomierina tautu, samierina vienkāršo tautu, nes bagātību. To visu sauc par Septiņiem kaujas mākslas tikumiem (*bu-no sinitoku*), grāmatās esmu manījis vietas, kurās šos tikumus uzteic svētie. Tas nozīmē, ka ierēdņa un cīnītāja Ceļam ir viens princips, tāpēc mācītu vīru kaujas māksla un kaujas māksla tikai pēc nosaukuma ir bezjēdzīga, tāpēc nepieciešams pievērsties cīnītāja ceļa kaujas mākslai, pamanīt „īsto brīdi” un atsaukties „pārmaiņām” un tādā veidā apspiest pretiniekus. Bez slēpta nodoma izteicis to, kas man bija tev jānodod, es no sirds novēlu, lai tu atcerētos par nepieciešamību trenēties, sekojot augstāk minētajiem norādījumiem (28).”

Šis citāts apliecina, ka karatē ir dzīves ceļš ar ētiskiem tikumiem, kura nolūks ir ienest mieru pasaulē.

Soke Takajoši Nagamine, Macubajasi (Sjorin) rju Karate 10. dana meistars ir reiz izteicies: „Karate – tas ir ceļš, un cilvēka dzīves posmi šajā ceļā nav pakļauti kaut kādam stingram grafikam. Katrs cilvēks pats īpašā veidā iekārto savu dzīvi. Karate meistara dzīvē ir gan laiks mēģinājumiem, vilinājumiem un kļūdām, taču nedrīkst pieļaut kļūdu un uzskatīt savu pašreizējo stāvokli kā kaut ko galīgu un nemainīgu. Pa īstam meistara uzvedību spēj saprast un novērtēt tikai citi karate meistari, bet skolnieki drīkst kritizēt tikai paši sevi. Visi meistari, kurus es zinu un zināju, paši rada sevī spēku pārvarēt dzīves bezdibeņus, kuros nokļuva, un nostāties uz Ceļa. No skolniekiem, kam bija slikts ieradums kritizēt savus skolotājus un runāt rakstītas patiesības, izdzīvoja tikai tie, kas gāja meistara pēdās (28).”

Teiktais liecina par dziļu cieņu pret cīņas mākslas skolotājiem un meistariem, tai pašā laikā jūtams nopelums kritisko skolnieku virzienā.

Soke Dzoens Nakazato, 10. dans, karate stila Šorindzi (Sjorin dzi) rju dibinātājs ir teicis: „Ar cieņu jāizturas pret karate senajām tradīcijām, un, pirmkārt, pret *kata*. Mācot kata citiem cilvēkiem, atceries, ka tu nodod tālāk gadsimtu gudrību un pieredzi, un nevienam nav tiesību cita pieredzi aizvietot ar savu (28).”

Šis citāts apliecina, ka cieņa un tradīcijas ir svarīgs karatē tikums.

Karate filosofija ir brīnumains klasiskā daoisma, budisma un jogas meditatīvo prakšu sajaukums. Okinavā daoisms nokļuva „36 ģimeņu” periodā no Ķīnas

dienvidastrumu provincēm (Fuczjaņas province) un daļēji no Taivānas, kur tas bija saglabājies tīrā veidā. Pārējos Ķīnas reģionos dažādu iemeslu dēļ daoisms sajaucās ar budismu, bet vēlāk sašķēlās vairākos desmitos skolu un virzienu. Sajaucās tik ļoti, ka praktiski neiespējami kļuvis noteikt, kur beidzas viens un kur sākas otrs. Otra karatē filosofijas sastāvdaļa ir jogas meditatīvās prakses. Sākotnēji paredzētas koncentrācijai, lai sasniegtu Nirvanu, Okinavā tās sāka izmantot ātrai, gandrīz zibenīgai stāvokļa *mu sin* (tukšā apziņa) sasniegšanai. Okinava – te cīkstonis, pats būdams neapbruņots, bija spiests cīnīties ar pretinieku, kas ģērbies bruņās un bruņots ar zobenu. Un ne jau vienkārši bruņots – zobena kults samurajiem tika ieaudzināts praktiski no bērnības. Samurajs varēja izdarīt vidēji četrus sitienus sekundē. Uzvaras iespējamība, esot šādai spēku attiecībai, praktiski atrodas ārpus normālu cilvēka spēju robežām. Rezultātā jogas paņēmieni diezgan pamatīgi transformējās. No šiem trim garīgo prakšu veidiem arī radās karate filosofiskais un psiholoģiskais pamats – *dzen* (*čāņ*).

Karate ir pastāvīgā attīstībā esoša paradoksu māksla, kas ietver visu to labāko. 19. gadsimtā *dzen* mācībai pievienojās darbs „Hagakure”. Pareizāk būtu teikt nevis pievienojās, bet organiski saplūda ar *dzen* mācību. Paradokss slēpjas apstākļi, ka Jamamoto Cunenoto darbs „Hagakure” bija svētie raksti samurajiem – okinaviešu galvenajam ienaidniekam, cīņās ar ko arī veidojās karatē. Taču pagāja gadsimti, samuraju institūts Japānā izzuda un arī pati Okinava kļuva par Japānas sastāvdaļu. Savukārt, „Hagakure” studijas kļuva par neatņemamu apmācību daļu daudzās Okinavas karatē un kobudo skolās (28).

Minētās atziņas liecina par karatē pirmsākumiem Okinavas salā, daoisma un *dzen* budisma meditatīvām ietekmēm uz okinaviešiem, kam vajadzēja aistāvēties, cīnoties ar apbruņotajiem samurajiem.

Busi do – „Cīnītāja ceļš; Goda kodekss” sastāv no vairākām grāmatām. Galvenā *Busi do* grāmata ir 1716. gadā mūka Jamamoto Cunenoto sarakstītais darbs „Hagakure” “Lapotnē slēptais”, kas kļuvis tikpat kā par *Busi do* „svētajiem rakstiem”. Tie, kuri turas pie dzīvības, mirst, bet tie, kas nebaidās nāves, dzīvo. Visu izšķir gars. Izpratīsiet garu, pārvaldīsiet to un jūs sapratīsiet, ka pastāv vēl kaut kas vairāk par dzīvību un nāvi. Šis ceļš ir cildens un skaists. Tas ved uz debesīm. Tās ir tālu. Taču vai mums nav jātiecas tām tuvoties pamazām, dienu no dienas? Mums ir jākustas, lai arī lēni kā tārps, taču mums vienmēr jāvirzās tikai uz priekšu. Trenējiet sevi, nekad nevajag domāt par atpūtu. Viss jums ir iespējams, kad darbojaties uzcītīgi (28).

Minētās atziņas pauž par karatistu cīnītāja goda kodeksa saknēm, kas sākotnēji bija ienaidnieku – samuraju kodekss, un likteņa ironija ietekmē to sāka studēt paši okinavieši.

Katru pretinieku, ar kuru cīnies, uzskati par tik stipru, ka ar viņu galā netiktu desmiti vīru. Pat palicis viens, sargā savas pozīcijas. Tūlīt uzradīsies otrs, kas veidos frontes līniju kopā ar tevi, un jūs būsi divi. Drošsirdībā un bezbailībā esi otrais pēc tukšās vietas. Ja vēlies kļūt vieds, prasi padomus citiem. Ja vēlies kļūt drosmīgs, meties virsū naidniekam un atņem viņam uzvaru. Cienīgie to sapratīs. Ja gadās kaut kas, kas prasa atmaksu, rīkojieties, nezaudējot laiku, pat ja tas jums maksātu dzīvību. Jūs varat zaudēt dzīvību, taču godu – nekad. Ja kavēsieties pārdomās kā rīkoties, varat nesagaidīt otru iespēju. Reizēm pietiek tikai ar vienu vārdu, lai pierādītu savu vīrišķību. Patiesa drosme ir dzīvot, kad ir laiks dzīvot un mirt, kad pienācis laiks mirt (28).

Šie „Hagakures” fragmenti liek secināt par dziļu gara un rakstura spēku, ko audzināja samurajiem un vēlāk arī paši okinavieši (karatisti).

Jāizsver katrs vārds un visu laiku jājautā sev, vai tas ir patiesība, ko grāsies pateikt. Cienīt „stumbra un zaru” likumu. Aizmirst to nozīmē nekad nerasniegt tikumību, bet cilvēks, kas ignorē tikumu cienīt vecākus cilvēkus, nav cilvēks. Cilvēks, kas veido reputāciju tikai pateicoties tehniskajai meistarībai cīņas mākslās, vienkārši ir muļķis. Sava nesaprātīguma dēļ viņš koncentrējas tikai uz vienu lietu, gūst tajā panākumus un nedomā ne par ko citu. Tāds cilvēks nekam nav derīgs (28).

Minētās atziņas pauž nosodošu attieksmi pret pseidokaratistiem, uzsverot, ka tikumība ir ceļš uz pilnību.

Cilvēka treniņam nav gala. Gadās, ka jūtaties, it kā būtu sasniedzis pilnīgu meistarību un pārtraucat nodarboties ar to, ko nodarbojāties līdz šim. Taču tam, kas vēlas sasniegt pilnību, vienmēr jāatceras, cik tālu no tās viņš ir. Tikai tos, kas nav apmierināti ar sasniegto un pastāvīgi tiecas pēc augstākiem sasniegumiem, pēcteci cienīs kā labus cilvēkus (28).

Teiktais apliecina, ka karatē ir bezgalīgs ceļš un pilnību nevar sasniegt, jo visu laiku ir jātiecas vēl augstāk, nedrīkst samierināties un apstāties, pat ja ir jau augstākā meistarības pakāpe, to tieši nākamās paaudzes novērtēs un godās kā tradīcijas.

Tadicionālā karatē tērps jeb komino vai gi, parasti ir baltā krāsā, turpinot domu par karatē filosofiju, kāpēc karatisti nodarbībās velk baltu kimono Dr. D. Matsumoto

raksta, ka „Baltai krāsai Japānas kultūrā gadsimtiem ilgi ir bijusi simboliska nozīme. Kopš seniem laikiem Japānas iedzīvotāji uzskatīja, ka balta krāsa atspoguļo tīrību un svētumu.” Balta josta ir piemērotāka iesācēja tikumības un nevainības atspoguļošanai. Baltas krāsas lietošana ir pamatota arī ar materiāla izvēli, kas tika lietots džudo (karatē) tērpa un jostas izgatavošanai. Tā bija dabiski iepelēka vai iedzeltena kokvilna, kas pēc lietošanas un daudzkārtējas mazgāšanas kļuva balta (29). Balts – nevainības krāsa. Tā norāda uz skolnieku, kura apziņa un gars vēl nav „piepildīti”, vēl naivs uz karatē garīgajiem aspektiem. Tāpat tā norāda, ka cilvēks ir maz pazīstams ar karatē tehniku (30).

Teiktais izskaidro baltās krāsas nozīmi karatē, kas ir svarīgi, ievērojot tradīcijas.

Tradicionālā karatē pamatlicējs G. Funakoši ietvēra visa karatē apguves jēgu piecos noteikumos, un uzskatīja, ka neviens nav svarīgāks par pārējiem, tāpēc visi sākās ar numuru viens. Šie noteikumi saucas „Dodzo Kun” un tie ir svarīgākie, kas jāievēro, nodarbojoties ar karatē (skatīt 2. pielikumu). Meistars Funakoši atklāj tālāk karatē garu un būtību tēlainā formā – 20 principos, kurus tēlaini izsakoties var dēvēt par „baušļiem”, kas ir obligāti jāievēro jebkuram cilvēkam, kurš nodarbojas ar karatē un sevi uzskata par karatistu (skatīt 3. pielikumu). Katram cilvēkam, kurš ir nolēmis vēlēt savu dzīvi šai Okinavas (tagad Japānas) kaujas mākslai, ir jāzina karatē 20 baušļi. Analizējot dažādus informācijas avotus, noskaidrojās karatistu ētikas kodekss jeb cīnītāja ceļš, pie kā jāpieturās visā savas dzīves laikā. Filosofiski izsakoties „tukšas rokas ceļš” ir „bezgalīgs ceļš” (skatīt 4. pielikumu).

3. ĒTISKĀS VĒRTĪBAS SPORTĀ UN TO NOZĪME SPORTISTU SAGATAVOŠANĀ

Šajā nodaļā būs redzams, kā autors saskata meklētās un pētītās ētiskās vērtības sportā un to ietekme uz skolēniem un sportistiem audzināšanas un treniņu procesa laikā.

Sportā nozīmīga loma ir šādām ētiskām pamatvērtībām:

- labais un ļaunais;
- taisnīgums un patiesīgums;
- pienākums un atbildība;
- cieņa un gods;
- kauns un sirdsapziņa (10; 62).

Uzskaitītās vērtības, pēc autora domām, ir jebkuras tikumiskās sabiedrības audzināšanas komponentes.

Ētikā ar labo saprot visu to, ko sabiedrība uzskata par morālu, par atdarināšanas cienīgu. Pretēja nozīme ir ļaunajam – tas ir amorāls, nosodāmais (skat. 5. pielikumu).

Sportā labais ir saistīts ar:

- veselību, tās nostiprināšanu un kopšanu, jo sportā veselības vērtība ir priekšnosacījums visām citām vērtībām;
- aktīvu dzīvesveidu;
- sportisko garu saistībā ar optimistisku dzīves pozīciju, labu gara stāvokli, pacilātību, fiziskās un garīgās attīstības iespējām, gribas norūdīšanu;
- teicamu sportisko formu un labu fizisko izturību;
- iespējām sacensties, uzvarēt un celt savu autoritāti, slavu;
- sportisko sasniegumu pilnveidošanas nepieciešamību;
- uzticēšanos trenerim un paļaušanos uz savām spējām;
- pārdomātām sporta treniņu metodēm;
- tādiem sportistu tikumiem kā mērķtiecība, neatlaidība, disciplīna, apzinīgums, godīgums, taisnīgums, patiesīgums, iecietīgums, taktiskums, savaldība, nesavtība, tēvzemes mīlestība, vīrišķība u.tml.;
- godīgas spēles principiem;

- sportista pasākumu norises atbilstošu nodrošināšanu un to dalībnieku veselības sargāšanu (10; 63).

Minētais liecina par fizisko un garīgo labumu, ko sniedz sports indivīdam un sabiedrībai, līdz ar to visai pasaulei.

Visprecīzākais apzīmējums, ko lieto, lai raksturotu ļauno sportā, ir dopings. Dopingu var definēt, kā vielu vai metožu lietošana, kuras ir aizliegtas saskaņā ar atbilstošo starptautisko vai nacionālo sporta vadošo organizāciju noteikumiem. Panākumu gūšanai daži sportisti izmanto neatļautus paņēmienus gan treniņos, gan sacensībās. Lai nodrošinātu vienlīdzīgus apstākļus visiem, ir pieņemti noteikumi, kas aizliedz dopingu vielu lietošanu. Iemesli ir ētiskie apsvērumi – godīgas spēles princips un medicīniskie apsvērumi, t.i., iespējamās veselībai bīstamās blakus parādības (10; 65).

Teiktais apliecina, ka diemžēl sportā ir „plaisas”, no kuriem nekrietnie cilvēki gūst sev labumu. Tikumiskā audzināšana sportā viņiem ir gājusi secen vai nav bijusi vispār, jo viņi tiecās tikai pēc mirkļa slavas, pēc rekordiem, rezultātiem un uzvaras, izmantojot nelegālus vai amorālus līdzekļus, akli un glēvi turot sevi pašapmānā.

Taisnīguma un patiesīguma, kā arī pienākuma un atbildības vērtības palīdz atklāt labā un ļaunā objektīvo pamatojumu.

Taisnīgums – ētiska vērtība, kas atspoguļo, cik lielā mērā atsevišķu cilvēku grupu, sociālo institūtu nozīme sabiedrības dzīvē atbilst to reālajam stāvoklim. Attiecībā uz atsevišķu cilvēku taisnīgumu pauž atbilstību starp viņa pozitīvajām īpašībām un viņa sabiedrisko atzīšanu, rīcību un tās vērtējumu, tiesībām un pienākumiem. Taisnīgs cilvēks netiecas paplašināt savas tiesības un diskriminēt citus, viņš neizvairās no saviem pienākumiem vai nenoveļ tos uz citu pleciem. Taisnīgumam jābūt cieši saistītam ar drosmi, jo bez tās labā griba aizstāvēt taisnīgumu nav realizējama. Taisnīgums ir saistīts ar godprātību. Aristotelis uzskatīja, ka godprātība ir vēl augstāks tikums nekā taisnīgums, jo godprātīgs cilvēks tiecas pēc taisnīguma, bet mazs cilvēciņš cenšas iegūt labumu sev. Sportā taisnīgums un patiesīgums izpaužas dažādos veidos. Sacensību taisnīgais un patiesais iznākums lielā mērā ir atkarīgs no tiesnešiem, cik precīzi un pārlicinoši viņi spēj tās regulēt pēc sacensību noteikumiem, jo tiesneši un to palīgi ir galvenie noteicēji galējam rezultātam. Ar taisnīgumu un patiesīgumu ir saistīta cieņa un gods, jo labāk un precīzāk tiesneši darbosies, jo vairāk viņus cienīs, un līdz ar to celsies viņu pašcieņa.

Spēlējot taisnīgu spēli un tiesājot visus vienādi, var panākt, lai sportisti ievērotu sporta vērtības. Sportā būtisks ir trenera taisnīgums pret sportistu, sportista taisnīgums pret sevi, treneri, komandas biedriem, skatītājiem un tiesnešiem, kuriem taisnīgi jāvērtē gan vienas, gan otras komandas sportistus (10; 70).

Autoraprāt, teiktais apliecina, ka sportā ir būtiska loma taisnīguma tikumam, ja to ieaudzina treneri un skolotāji, tad tas padara sportistus drosmīgus, godājamus, cienīgus un cīnījamus gan sacensībās tiesnešu un skatītāju acīs, gan arī sabiedrības un pasaules acīs.

Personības kā morāla subjekta iekšējā pasaule lielā mērā atklājas pienākumu un atbildības raksturojumos. Pienākums ir ētikas kategorija, kura atspoguļo īpašu morālu attieksmi. Morāles prasība, kas attiecas uz visiem cilvēkiem, iegūst pienākumu formu, kad kļūst par noteikta indivīda personisko uzdevumu atbilstoši viņa stāvoklim un kādai konkrētai situācijai. Atbildība tieši izriet no pienākumiem. Atbildība veidojas pakāpeniski un ilgstoši. Cilvēks var izaugt par atbildīgu vai bezatbildīgu būtni. Morālā atbildība ir spēja paredzēt savas rīcības sekas un atbildēt par tām. Ar pienākumu un atbildības apzināšanos sākas morālā personība. Pirmais un svarīgākais cilvēka pienākums ir būt nepieciešamam, vajadzīgam ģimenei, sabiedrībai, tautai. Pienākums sportā izpaužas galvenokārt saistībā ar saviem komandas biedriem, treneriem, kā arī pašam pret sevi. Liela nozīme ir pienākumam cienīt komandas viedokli, attieksmi, cienīt katru, kāds viņš ir pēc savas būtības. Nozīme ir atbildībai par savu komandu, par tās panākumiem sacensībās. Katram komandas loceklim jāapzinās, ka viņa kļūdas spēles laikā var būt izšķirošās rezultātā, tāpēc katra sportista pienākums ir trenēties, lai pieļautu pēc iespējas mazāk kļūdu. Sportistam ir pienākumi:

- Latvijā sportista pienākums ir pēc federācijas pieprasījuma piedalīties nacionālajās atlases sacensībās un rīkoties atbilstoši starptautiskajam, sporta sabiedrisko organizāciju noteiktajiem un vispārējiem ētikas principiem;

- sportistam nedrīkst likt trenēties vai piedalīties sacensībās, ja viņš ir saslimis vai guvis traumu;

- augstas klases sportista un profesionālā sportista statusu var iegūt sportists, kas sasniedz augstus rezultātus starptautiskajos sporta pasākumos. Augstu sasniegumu kritērijus, augstas klases un profesionālā sporta statusa ilgumu, kā arī tiesības saņemt finansiālu palīdzību no valsts budžeta nosaka Latvijas Nacionālā Sporta padome pēc

Latvijas Olimpiskās komitejas un attiecīgās federācijas (asociācijas, savienības, apvienības) ieteikuma. Tiesības uz statusu tiek pārskatītas un noteiktas katru kalendāro gadu;

• augstas klases un profesionālie sportisti savu statusu iegūst pēc reģistrācijas īpašā Latvijas Nacionālā sporta centra reģistrā, un viņus var izslēgt no reģistra, ja centrs konstatē:

1. darbības vai profesionalitātes neatbilstību noteiktajām prasībām un kritērijiem;

2. starptautiskās un nacionālās sporta federācijas prasību pārkāpumu vai sporta ētikas principu pārkāpuma faktus.

Arī individuālajos sporta veidos viens no pienākumiem ir labi startēt sacensībās, jo visu sportistu mērķis ir pēc iespējas iegūt labāku vietu vai sasniegt labu rezultātu. Pienākums ir tāda sabiedriskās un personiskās dzīves parādība, kas nevar pati no sevis izveidoties uz dabas dotumu pamata. Pienākumā dominē sabiedriskā nepieciešamība, obligātums, sabiedrības prasības un normas. Treneru pienākums ir labi trenēt sportistu, savukārt sportista pienākums ir censties gūt labus rezultātus, pārstāvēt savu valsti sacensībās. Vienlaicīgi treneris ir atbildīgs par sportista tehnisko, fizisko un garīgo sagatavotību, lai treniņu un sacensību laikā nebūtu traumu un lai gala rezultāts būtu pozitīvs. Sportistu un sporta darbinieku atbildība nosakāma sporta sabiedrisko organizāciju statūtos, un par necienīgu uzvedību (sporta ētikas normu neievērošanu) sportists ir atbildīgs atbilstoši sporta pasākumu instrukcijām un savas sporta organizācijas statūtiem (10; 74).

Teiktais ļauj spriest, ka pienākums izriet no atbildības, tas savukārt ir tikumiskās audzināšanas jautājums, cik sportisti ir atbildīgi vai bezatbildīgi. Minētie pienākumi sportā attiecas uz katru sportistu individuāli, uz komandām, treneriem un sporta funkcionāriem.

Sabiedrības morālais vērtējums un personības pašvērtējums izpaužas arī cieņas un goda pamatjēdzienos.

Cieņa un gods ir ētiskās vērtības, kas izsaka personības attieksmi pret sevi kā morālo vērtību un sabiedrības attieksmi pret cilvēku, vērtējot tā rīcību, dzīvi un panākumus. Cieņā ir vairāk izteikta cilvēka iekšējā atzišana, t.i., tiek akcentēta personības individualitāte, tikumība (patiesīgums, sirsnīgums, gudrība, mīlestība, draudzība, pienākuma apziņa u.tml.). Cilvēka cieņa ir nesaraujami saistīta ar viņa

ticību sev, saviem garīgajiem, tikumiskajiem un fiziskajiem spēkiem, tāpēc vecāku pienākums ir modināt šo ticību savos bērnos. Vecākiem ir jācenšas attīstīt bērnos pašnovērtējumu un pašcieņu, kas kopā ar atbildību, pienākumu, sirdsapziņu ir galvenās personības morālās paškontroles formas, kā arī ieaudzināt neiecietību pret pielīšanu, iztapību, liekulību, karjerismu u.c. negatīvajām personības iezīmēm, kuru esamība iznīcina gan cieņu, gan arī pašcieņu. Godā vairāk ir izteikta cilvēka ārējā, oficiālā atzīšana, kas ir saistīta ar personības diferencētu novērtēšanu pēc nopelniem, reputācijas, sociālā statusa u.tml. Augstākā goda pakāpe ir slava. Sportā ir jāgodā ne tikai treneris, pretinieks, tiesnesis, sporta noteikumi, bet arī sava sporta veida leģendas, tradīcijas un paražas. Sportistam tiek izrādīts gods, ja treneris uzaicina viņu spēlēt komandā, ne tikai piedalīties treniņos. Sportists jūtas pagodināts, ja treneris vai komanda viņu uzslavē. Sportisti ar cieņas un goda vērtībām sastopas sacensībās un pirms tām, jo vairāk ciena citus, jo vairāk ciena viņus. Sportā ir svarīgi cienīt savus konkurentus neatkarīgi no tā, vai viņi ir spēcīgāki vai vājāki. Sportistus novērtē un godina pēc viņu nopelniem, sportiskās meistarības demonstrējumiem, darba rezultātiem un panākumiem. Sportisti apzinās, ka viņi citiem cilvēkiem var būt elki, tā rezultātā daži sportisti kļūst lepni, bet lepība ir viens no netikumiem. Fani jūtas pagodināti un laimīgi, ja viņu elks piekrīt sniegt autogrāfu vai nofotogrāfēties, bet, ja atsaka, tad jūtas morāli sagrauti un apbēdināti. Šādi gadījumi var liecināt par sportistu netikumisku rīcību, par savu līdzjutēju necienīšanu. Cienīt cilvēku nozīmē ne tikai nepazemot viņu, bet arī stiprināt viņu garīgi un fiziski. Būtiska ir ētikas atziņa, ka vērtību pasaulē vērtēšanas procesā starp subjektu un objektu nostājas cits subjekts (10; 76). Šīs atziņas par godu un cieņu ļauj skaidrāk izprast to nozīmi sportā, kas ir patiesas vērtības sportā, ko tikumiski audzināti sportisti gūst un dod, gan no sporta pasaules, gan universālās pasaules.

Nozīmīgas personības iekšējās pamatvērtības ir arī sirdsapziņa un kauns. Sirdsapziņa ir cilvēka morālā dvēseles attīrītāja, sava veida morālais stress, ko rada zemāpziņa un apziņas, zemāko un augstāko tieksmju konflikts. Sirdsapziņa ir personības spēja īstenot morālo kontroli, savas rīcības, domu pašvērtējumu; personības tikumiskās pašapziņas izpausme. Sirdsapziņai ir emocionāls un racionāls raksturs: prāts aptver, kā jārikojas, kā jāvirza turpmākā darbība, bet jūtas brīdina no iespējamām sekām, un otrādi. Spēcīgu emociju ietekmē cilvēks var pieņemt nepārdomātu lēmumu, bet prāts pasargā no nepieļaujamas rīcības. Sirdsapziņa dziļi

skar zemapziņu, tā izraisa apmierinājumu vai neapmierinājumu. Ja cilvēka uzvedība, uzskati atbilst vispārpieņemtām morāles normām, ja attiecīgajā situācijā viņš rīkojies pareizi, izdarījis visu, kas bijis viņa spēkos, sirdsapziņa izraisa apmierinājumu. Ja darbībai ir negatīvas sekas, ja netiek izdarīts viss, lai palīdzētu otram cilvēkam nelaiemes novēršanā, bēdās, slimībā, tad rodas dziļš neapmierinājums, smags emocionālais pārdzīvojums – sirdsapziņas mokas. Sirdsapziņa ir pats bargākais tiesnesis, dažkārt pat bargs sods nerada tādu pārdzīvojumu, kādu var izraisīt sirdsapziņas pārmetumi. To dēvē par morāli psiholoģiskās aizsardzības mehānismu – tā palīdz nostiprināt apzinīgu attieksmi pret apkārtējo pasauli. Sirdsapziņa nerodas pati no sevis, tā nemitīgi jāattīsta jau kopš agras bērnības, mācot bērnu vērtēt savu uzvedību. Pēc profesora A. Mesera domām, cilvēka rīcību un normas nosaka daudz un dažādi faktori, no kuriem galvenie ir likumi, paražas un sirdsapziņa. Sirdsapziņu pat dēvē par augstāko likumdevēju, jo tā ir ne tikai mūsu domu un darbu vērtētāja, bet arī vadītāja. Mesera izpratnē sirdsapziņas spriedums vienmēr ir vērtības spriedums. Sirdsapziņa izpaužas kā jušanas un spriešanas spēja attiecībā uz tikumiskām, estētiskām un atziņu vērtībām.

Kauns un sirdsapziņa ir savstarpēji saistītas vērtības, ja tās nav ieaudzinātas, tad nevar sagaidīt, ka tās pēkšņi parādās. Kauns ir tikumiskās jūtas, kas saistītas ar nepatīkamu pārdzīvojumu, nodarījumu, nepieklājīgu vai situācijai neatbilstošu rīcību; arī apkaunojums, negods, morāli negatīvs fakts vai parādība. Kauns ir sirdsapziņas priekšnosacījums un atšķiras no tās ar vairāk izteiktu ārēju raksturu un rīcības vērtētāju ietekmi. Sportistu dzīvē kaunam un sirdsapziņai ir būtiska nozīme. Startējot sacensībās, sportists uzvar un ir priecīgs, bet, ja vēlāk atklājas, ka viņš uzvarējis ar negodīgu cīņu un viņu diskvalificē, tad viņš ir zaudējis. Ja sportistam ir kauns, tad viņš atzīst savu vainu, bet, ja nav, tad šī problēma ir uz viņa paša sirdsapziņas. Vēlāk sportists tāpat nožēlos, jo cilvēku tikumiski veido ne tikai apziņā apjēgtais, bet viss, ko cilvēks ir pieredzējis, izjutis un darījis. Sportā kauna izjūtas var rasties tad, ja sportists piekrāpj komandu un neierodas uz spēli, vai arī individuālajās disciplīnās, kad pēc tam ir kauns no trenera un pašam no sevis. Sportā kauns ir nosacīta vērtība, kuras varētu arī nebūt, ja sportisti un visi pārējie, kas ir iesaistīti sporta apritē, ievērotu sporta noteikumus un principus (10; 79).

Teiktais apliecina sirdsapziņas un kauna kā vērtību un tikumisko jūtu veidotājām sporta dzīvē. Sirdsapziņa ir visaugstākā tiesas instance cilvēka iekšējā

apziņā un zemapziņā. Kauns, ko ietekmē sirdsapziņa ir sajūta, ko jūt sportists ārējo spēku ietekmēs. Taču sirdsapziņu vajag attīstīt jau no agras bērnības un tas ir vecāku uzdevums.

Ja sportisti biežāk ieklausītos savā sirdsbalsī, tad traumu un pārkāpumu būtu krietni mazāk, jo visi sportisti ir savā veidā kolēģi un galu galā cilvēki. Tādēļ sportistiem vajadzētu vienam pret otru izturēties saudzīgāk un draudzīgāk. Iespējams, ka tādā veidā var veicināt taisnīgu spēli, sportisku garu un draudzību gan starp komandas biedriem, gan visas pasaules sportistu vidū. Svarīgi ir ētiskās vērtības sevī ieaudzināt, pārvērst par sev piemītošiem tikumiem, rakstura īpašībām jeb noteicošām iezīmēm, kas savukārt sekmēs pareizākās rīcības izvēli dzīvē un sportā, kā arī uzvedības un darba kultūras atbilstību vispārpieņemtajām normām (10; 82).

Šī atziņa mudina piekrist, jo tikumiskās vērtības ir priekšnosacījums saskaņotai un harmoniskai mijiedarbībai ar treneriem, komandas biedriem, konkurentiem un sabiedrību.

ASV M. A. Džozefsona (Josephon) Sporta ētikas institūts jau ilgstoši pēta sporta ētikas problēmas. Šajā institūtā strādājošie sporta ētikas speciālisti atzīst, ka sabiedrisko attiecību vēsture ir piegružota ar treneru un sportistu neētiskas uzvedības apliecinājumiem, kā arī atzīst, ka ētika nozīmē daudz vairāk nekā būt godīgam un ievērot likumu – tas nozīmē būt morāli labam. Ētikas princips sakrīt ar visiem labi zināmo „Morāles Zelta likumu”: izturies pret citiem tā, kā tu gribētu, lai izturas pret tevi. Sporta ētikā ir četri principi, kuri ir saistīti ar modernajiem sporta veidiem un nosaka sporta ideālus un ētiku. Katrs princips akcentē sportam raksturīgās un tradicionālās vērtības, pastiprinot pieredzes „labo kvalitāti”:

- sportisti ir jāuzskata par mērķiem, nevis par līdzekļiem;
- sacensībām ir jābūt godīgām;
- piedalīšanās, vadība, resursi un apbalvojumi ir jābalsta uz sasniegumiem, nevis piedēvētām īpašībām;
- jebkurā darbībā ir jānodrošina dalībnieku drošība (10; 106).

Teiktais apliecina, ka sporta pasaule tiek piesārņota ar nekrietnām darbībām, tāpēc tiek akcentēti principi, kas ir jāievēro sportistiem.

Ētikas uzvedība sportā bieži prasa neticamu morālu drosmi, kas nozīmē pieņemt ētisku lēmumu, būt saistītam ar savām vērtībām nepatīkamos brīžos, pretoties īslaicīgu darbību spiedienam, kas nav sporta komandas vai iestādes turpmākajās

interesēs. Treneri respektē un aizstāv cilvēku, arī pilsoņu tiesības un apzināti nepiedalās vai nepiedod negodīgu diskriminējošu darbību. Trenēšanas profesionālisms var palielināties, ja ievēro sporta pamatprincipus. Sporta ētikas speciālisti iesaka treneriem un sporta menedžeriem, uzsākot ētisko dilemmu risināšanu, iepazīties ar šādiem faktoriem: tradicionālie veidi, kā šādas situācijas tika atrisinātas pagātnē; sabiedrībā pašreiz pieņemtās uzvedības normas; likuma normas, kuras nosaka, kas likumdošanā ir pieļauts un kas ir aizliegts; ētikas standarti, kurus nosaka Sporta ētikas kodekss. Sporta pasaule ir likumu ierobežota, un tā nepārtraukti tiecas pēc uzlabojumiem sporta uzvedībā. Cilvēkiem, kas ir vadošos amatos sportā, labai gribai un ētikai ir jābūt prioritātēm, pēc kurām vadīties savā darbā, tāpēc sporta darbinieku, speciālistu un treneru darbības pamatā jābūt sporta ētikas pamatprincipiem:

- mums pašiem – saglabāt godīgumu;
- mūsu sportistiem – respektēt līgumsaistības un sporta ētikas pamatprincipus;
- mūsu sporta organizācijai – stingri ievērot organizācijas mērķus un politiku;
- mūsu profesijai un profesionālajiem kolēģiem – atbalstīt profesijas standartus un kolēģu reputāciju;
- sabiedrībai – ņemt vērā sportistu un treneru vajadzības un prasības (10, 108).

Minētās atziņas mudina spriest par likumdošanu un normu ieviešanu, kas regulētu sportistu apziņu, taču tas neizslēdz amorālu un negodīgu rīcību, autoraprāt.

Visu sporta veidu skaidri izteikts mērķis ir uzvarēt, ievērojot noteikumus. Taču kad uzvara kļūst par primāro mērķi, citi iespējamie mērķi tiek zaudēti. Diemžēl uzvaras rezultāts kļūst tik svarīgs, ka daži dalībnieki izmanto visus iespējamus līdzekļus, lai to sasniegtu. Tādos gadījumos apslēptā vai atklātā veidā tiek izmantota apšaubāma uzvedība, kas kaitē sporta ētiskām vērtībām un ideāliem.

ASV M. A. Džozefsona Sporta ētikas institūta speciālisti ir izstrādājuši „Treneru ētikas kodeksu”:

- trenerim jāciens primārās cilvēka tiesības, nepieļaujot dzimuma, rases, ādas krāsas, valodas, reliģijas, politiskas, cittaūtību un tamlīdzīgu diskriminācijas;
- trenerim jāciens sportista sportiskais tituls un katra sportista ieguldījums attiecīgā sporta veida attīstībā, nedrīkst sportistu ietekmēt ne seksuāli, ne fiziski;
- trenerim jānodrošina sportistu treniņu praktiskā vide, lai tā būtu atbilstoša un droša, ir jāņem vērā vecums, sagatavotība un atlēta attīstības līmenis, īpaši svarīgi strādājot ar jaunākiem un mazāk attīstītiem sportistiem;

- trenerim jāatzīst un jārespektē sacensību likumi, jāizrāda cieņa sacensību sportiskajam garam, noteikumiem kā tādiem treniņā, gan sacensībās, lai nodrošinātu godīgumu;

- trenerim jāizrāda cieņa tiesnešiem un jāpieņem, ka tiesnesis nodrošinās sacensību norisi godīgi un saskaņā ar pastāvošajiem noteikumiem;

- trenerim ir jādara viss, lai sportisti nelietotu narkotikas un citas aizliegtas vielas un neveiktu nelikumīgas darbības, trenerim ir jārāda piemērs, treniņos jāstāsta par aizliegto vielu nevēlamiem efektiem;

- novērojumi, ieteikumi un kritika ir jāpasaka tieši sportistam bez citu cilvēku klātbūtnes;

- treneris nedrīkst piespiest sportistu ar varu nākt pie viņa trenēties;

- trenerim ir jāmeklē un jāsadarbojas ar cilvēkiem, kas sponsorē sportistus, viņam ir jāsadarbojas ar citiem treneriem un jāizmanto darbā sporta zinātņu jaunākās atziņas;

- trenerim regulāri jāpaaugstina sava kvalifikācija.

Uz studentiem attiecas „Sporta studentu ētikas kodekss”:

- būt pieklājīgiem (pret treneri, komandas locekļiem, pretiniekiem, atbalstītājiem, skatītājiem);

- kontrolēt un savaldīt sevi;

- ievērot sporta ētikas principus un morāles normas;

- respektēt pretinieku;

- cienīt savu un citus trenerus;

- neizrādīt nicinājumu pret cittaustu un citu rasu sportistiem;

- cienīt sacensību vietu un apkārtni;

- nelietot aizliegtās vielas (anabolus, steroīdus, psihotropus u.c.);

- uzvarēt ar godu un zaudēt ar cieņu (10; 111).

Autoraprāt, tas liecina par to, ka sporta pasaules pētnieki, vēlot gaišu nākotni tai, neapstājas pie problēmas, bet meklē risinājumus. Tādēļ ir skaidri redzams, ka tiek veidoti treneru un sportistu ētikas kodeksi (skatīt 6. pielikumu), kas ierobežo un virza cilvēku uzvedību, lai visas intereses tiktu ievērotas. Apkopojot sporta ētikas kodeksa definētos principus un to ievērojamos punktus, autors secina, ka galvenais sportā ir godīgas spēles priekšnoteikums, tas veicina sporta attīstību, sportiskas kustības izplatību, tas veic atzinīgu sniegumu visai sabiedrībai kopumā, jo godīga spēle ir ceļš

uz uzvaru, tai skaitā pret postu pasaulē, ko cilvēki nodara paši sev apzināti un neapzināti.

Treneri bieži vien ir pieaugušie, kas visvairāk ietekmē jauniešu dzīvi un izaugsmi. Tas, ko viņi saka vai nesaka, dara vai nedara treniņu laikā un ārpus tā – raksturo treneru ētiskās vērtības, ataino trenera prioritātes un raksturu.

Sporta ētika atspoguļo morālo pienākumu principus un tikumus, kas nosaka to, kas ir labs un kas ir slikts, un dod ieteikumus, kādiem būtu jābūt sportā iesaistītiem cilvēkiem, lai tie būtu labi un atzīstami. Morālie pienākumi sportā attiecas uz minimālām vēlmēm, kas iekļaujas ētikas principu būtībā. Arizonas sporta samita rezolūcijā tika nosaukti seši rakstura pīlāri:

- uzticēšanās – sporta ētikas principi prasa no treneriem un sportistiem vienmēr izturēties tādā veidā, kas ataino un veido uzticību, tas ietver apzinīgu godīgumu demonstrēšanu, solījumu turēšanu un lojalitāti:

- cienīt noteikumu garu un raksturu – sportisti nelieto manipulējošu taktiku vai legālu izvairīšanos, atzīstot skaidri redzamu aizliegumu (vervēšana, kompensācijas, inventāra piemērošana, dopings);

- nekad nekrāpties – neliberālisms attiecībā uz noteikumiem vai spēles tradīcijām, lai sasniegtu negodīgu pārsvaru;

- treneris nedrīkst maldināt atlētu, vecākus vai oficiālās personas jebkurā prezentācijas procesā.

- cieņa – sportiskums prasa dalībniekiem izturēties ar cieņu, būt civiliem un pieklājīgiem, trenerim jāspēj pārliecināt atlētus, vecākus, oficiālās personas un citus, lai tie izturētos ar cieņu:

- trenera pienākums ir respektēt pretinieku, jo spēle pati par sevi prasa treneriem un viņu atlētiem demonstrēt cieņu civilizētā veidā, vienalga, vai viņi uzvar, vai zaudē;

- parādīt atzinību attiecībā ar pretinieku, jāuzteic pretinieks un jāaplaudē, kad tiek iepazīstinātas komandas;

- treneriem jāiemāca spēlētājiem palīdzēt pakritušiem pretiniekiem piecelties;

- pretinieku rokas jāpaspiež ar sirsnīgu cieņu, treneriem un atlētiem jāpiedalās pirms un pēc spēles rituālos;

- ar pretinieku nekādā gadījumā nedrīkst kauties vai fiziski to ietekmēt (izņēmums cīņas sporta veidi);
- neizteikt dzelīgas piezīmes un nezaimot, trenris nedrīkst ļaut audzēkņiem ar necieņu izturēties pret pretinieku;
- palīdzēt pretiniekam;
- treneru pienākums ir parādīt atlētiem cieņu (sporta ētikas obligāta prasība);
- treneriem jāiemāca atlētiem demonstrēt cieņu komandas biedriem (atbalstot, izsakot komplimentus, uzjautrinot);
- trenerim jāizturas ar cieņu pret oficiālajām personām, audzēkņiem un viņu vecākiem, jāveic regulāra un atvērta komunikācija, gatavība diskusijām.
- atbildība:
 - treneriem jāiemāca pašatbildība, paškontrolē, neraugoties uz dusmām vai frustrāciju, laika, vecāku, oficiālu personu vai plašsaziņas līdzekļu ietekmi;
 - trenerim jābūt tikumiskai personībai ar augstu attīstītu atbildības izjūtu (rīkoties ekselenti);
 - trenerim ir jāattīsta un jādemonstrē augsta profesionālā kompetence (attīstīt un saglabāt iemaņas, prasmes un attieksmes);
 - trenerim jāievēro visi atlētu drošības un veselības priekšnosacījumi treniņu laikā, spēlēs, apkārtējā vidē (iedvest drošību un labestību).
- taisnīgums – trenerim jāseko, lai viņu komandas un atlēti spētu sportot, ievērojot noteikumus, un izturētos pret citiem taisnīgi, taisnīgas spēles koncepcija ir sporta pamats, viss, kas dod kādam negodīgas priekšrocības, bojā sacensību garu un sporta integrāciju.
- godīgums – treneru profesionālais pienākums ir iemācīt atlētiem godīgumu, treneriem pašiem ir jārūpējas par atlētu veselību un drošību;
- būt labam pilsonim – trenerim jābūda dzīves modelis, kas balstās uz sportiskuma noteikumiem un principiem:
 - noteikumu pārkāpšana maina spēli, sporta noteikumi ir tie, kas rada respektu pret godīgu spēli, tie nosaka sporta dabu, nosprauž mērķus un spēles priekšmetu;
 - pārkāpt noteikumus ir netaisnīgi, ja kāda puse pārkāpj noteikumu, tad sacensību daba mainās, par negodīgu spēli jāsoda (10; 113).

Teiktais apliecina, ka treneriem ir milzīga ietekme un atbildība sportistu tikumiskajā audzināšanā vai tieši pretēji - neētiskajā.

Jānorāda, ka daudzās valstīs ir izstrādāti treneru, tiesnešu un sportistu ētikas kodeksi, piemēram, Austrālijas Sporta Komitejas 1998. gada izstrādātajā „Uzvedības kodekss” preambulā uzsvērts, ka kodekss izveidots, lai palīdzētu visiem, kas iesaistīti jauniešu sportā, lai veicinātu godīgu spēli un atbilstošu uzmanību. Kodekss ietver: sportistu uzvedības kodeksu, vecāku uzvedības kodeksu, treneru uzvedības kodeksu, tiesnešu uzvedības kodeksu, plašsaziņas līdzekļu uzvedības kodeksu. Šajos uzvedības kodeksos konkretizētas sportistu, vecāku, treneru, tiesnešu un masu mediju morālās pamatsaistības, kuras jāpilda attiecībā uz bērniem, jauniešiem, respektējot sporta pamatprincipus – godīgu spēli, sportisku garu un labu gribu.

Latvijā nav izstrādāti šādi ētikas kodeksi, kuri sekmētu sportistu, treneru, vecāku un bērnu ētisko dilemmu risināšanu. Taču atsevišķo Latvijas sporta federāciju noteikumos ir fiksēti sporta ētikas pamatprincipi, piemēram, Latvijas Sporta likumā norādīti sporta jomā ievērojamie pamatprincipi:

- vienlīdzības princips, kas paredz, ka ikvienam ir tiesības nodarboties ar sportu;
- godīgas spēles princips, kas nosaka, ka sporta izglītojošajā, organizatoriskajā un pārvaldes darbā jārūpējas par olimpisko ideālu un ētikas principu ievērošanu, kā arī jācīnās pret negodīgumu un dopinga lietošanu sportā, pret morālu un fizisku rupjību;

- drošības princips, kas paredz, ka sporta pasākumi noris drošā vidē un tos organizē un vada kvalificēti sporta darbinieki.

Sporta likumā arī norādītas sportista tiesības un pienākumi:

- sportistam ir tiesības piedalīties sporta treniņos un sacensībās;
- sportista pienākums, piedaloties sporta sacensībās, ir ievērot starptautisko un Latvijas sporta federāciju noteikumus, sporta ētikas un godīgas spēles principus, Antidopinga konvencijas noteikumus, kā arī normatīvos aktus;

- par nepilngadīgu sportistu veselības aprūpi, regulāru veselības veikšanu, veselības un dzīvības apdrošināšanu ir atbildīgi vecāki (personas, kas realizē vecāku varu) un sporta speciālisti.

Sporta likumā raksturoti arī sporta darbinieku un sporta speciālista pienākumi:

- sporta darbinieks ievēro starptautisko un Latvijas sporta federācijas noteikumus, sporta ētikas un godīgas spēles principus, Antidopinga konvencijas noteikums, kā arī normatīvos aktus;

- sporta speciālists vada sporta treniņus (nodarbības) un organizētas sporta aktivitātes, piemērojot cilvēka organismam atbilstošas fiziskās slodzes, racionāli izmantojot sportu cilvēka veselības nostiprināšanai un saglabāšanai, augstas meistarības sasniegšanai;

- sporta speciālistu sertifikācijas kārtību un prasības, kādām jāatbilst sporta speciālistam, lai iegūtu tiesības strādāt sporta jomā, nosaka Ministru kabinets. Sporta pedagogu kvalifikācijas prasības nosaka Izglītības likums, izņemot tiem pedagogiem, kuri īsteno sporta izglītības programmas (33).

Sporta izglītības programmās jāiekļauj ētikas jautājumi, kuri attiecas uz sportistu tikumisko audzināšanu, un jāuzsver doma, ka galvenais sporta izglītības mērķis ir ētiskas domāšanas, personības tikumības attīstība, nevis dzīšanās pēc uzvaras un rekordiem (10; 116).

Apkopojot minētās atziņas, var secināt, ka ētisko vērtību un sporta augstāko principu ievērošana pastāv, taču ir godīgie un apzinīgie, kas pilda pienākumus un ir atbildīgi, un pastāv „vieglā” un nekrietnā ceļa pielūdzēji. Līdz ar to, ar šādām dilemmām saskaras, sporta funkcionāri, kas mēģina ietekmēt un virzīt visu ar sportu saistīto sabiedrību, brīžiem sekmīgi, brīžiem atklājas skandalozi precedenti. Lai vai kā, tomēr sportā pastāv tikumiskā audzināšana, kas iemāca ētisku kultūru sportā un ārpus tā darbībās. Taču mūsdienu laikmeta tendences bieži parāda pretējo, tāpēc skolās un sporta skolās būtu jāpievērš pastiprināta uzmanība sporta izglītības galvenajam mērķim, nevis tikai zināt to, bet arī reāli strādāt pie tā īstenošanas.

Turpinot domu par skolēnu rakstura veidošanos ētisko vērtību kontekstā, autors analizē, kas tieši ietekmē un iespaido skolēnu īpašības, kas jāņem vērā, lai veidotu tikumisku cilvēka rakstura veidošanos.

Ģimene, bērnudārzs, skola, augstkola, tās ir tās vietas, kur cilvēkam jāizveidojas un jāpilnveidojas kā personībai. Mācību vide ir vieta, kur bērns veido savas pieredzes, vērtības, prasmes, mācās veidot attieksmi pret sevi un pasauli, kur mācās iegūt iemaņas un zināšanas. Tā ir socializācijas vieta, kur bērns stājas mijattiecībās ar pieaugušajiem un bērniem (12; 123).

Milzīga ietekme izglītojošām iestādēm ir uz skolēnu raksturu veidošanos. Skola kā institūcija ir īpaši nozīmīga vērtībuzglītošanas bāze, kas gatavo skolēnu iekļaušanos nākotnes sabiedrībā, kuru mēs vēl nepazīstam (18).

Svarīgi ir tas, lai šajā straujajā tehnikas un zinātnes attīstības laikmetā, kurā progresē vardarbība, narkomānija, noziedzība, cilvēki saglabātu garīgo potenciālu, pievērstu uzmanību cilvēku tikumiskajām vērtībām. Ētika ir mācība par tikumības principiem un vērtībām. Cilvēkiem mācoties, notiek mijiedarbība (16).

No minētā ir secināms, ka uz tikumisku audzināšanu balstīta mācību vide var pievērst skolēnu uzmanību uz ētiskām vērtībām.

Lai saprastu, kas veido cilvēka personību ir jāiedziļinās un jāsaprot, ka tas ir raksturs. Personības attīstības un rakstura jēdziena skaidrojumu autors atrod psihologa Ē. Fromma atziņās. Fromms personību izprot kā to iedzimto un iegūto psihiskās īpašības kopumu (veselumu), kurš raksturo indivīdu un padara to unikālu. Iedzimtās īpašības – temperaments, izprotams kā reakcijas veids, paņēmiens, ķermeņa uzbūves ietekmētas psihiskās īpašības, spējas, talants – un nav vērtējama no ētikas viedokļa. Iegūtās īpašības – raksturs kā personisko pārdzīvojumu un uzvedības īpatnības – liecina par indivīda sasniegto līmeni mākslā dzīvot citu cilvēku vidū, un tas var būt ētikas objekts. Fromms piemetina, ka tas, kas dzīvniekiem ir instinkti, cilvēkam ir rakstura īpašības. Viņš arī definē raksturu visai savdabīgi – raksturs ir permanenta forma, kādā tiek novadīta cilvēka enerģija asimilācijas un socializācijas procesā. Dzīves procesā cilvēks stājas (globāli) divās attiecību formās ar pasauli: lietu, parādību, floras un faunas apguve – asimilācija; attiecības ar cilvēkiem un sevi – socializācija. Abas attiecību formas ir „atvērtas” un pārveidojamas, nevis instinktīvi noteiktas kā dzīvniekiem. Cilvēkam ar izveidotu, spēcīgu raksturu ir iespējams veikt ideju, vērtību atlasī, darboties pēc tām neatlaidīgi un pēctecīgi, kas arī ir piemērošanās pamats mainīgajai dzīvei.

Ē Fromms raksturmācībā ievieš jēdzienu sociālais un individuālais raksturs. Sociālais raksturs pārstāv to rakstura veidola būtību, kura ir kopīga noteiktas kultūras pārstāvju vairākumam. Kopīgums norāda uz sociālo un kultūras modeļu līdzdalību rakstura veidošanās procesā. Individuālais raksturs reprezentē, ka ikvienas un tās pašas kultūras iekšienē personības atšķiras, jo tām piemīt atšķirīgi temperamenti, fiziskās ķermeņa uzbūves tips, kā arī unikālie eksistenciālie personīgie pārdzīvojumi, kas saistīti ar mikrovidi, viņu vecākiem, lokāliem un intīmiem notikumiem. Ja jauna

cilvēka raksturā izteiktāks ir sociālais saturs, tad vecākam cilvēkam – individuālais raksturs. Fromms atsakās no Z. Freida libido teorijas un lielāku uzmanību pievērš tiem unikālajiem, sociālajiem un kultūras apstākļiem un nosacījumiem, kuri reāli ietekmē rakstura attīstības procesu un cilvēka eksistences pamatvajadzību apmierināšanu. Bez tam viņš uzsver, ka rakstura veidošanās ir atkarīga gan no individuālās pieredzes, gan arī no temperamenta tipa un īpašībām. Temperaments ir konstitucionāls, pēģts jau no antīkajiem laikiem, un kopā ar pieredzi kombinēti ietekmē uzvedību. Ē. Fromms arī pierāda, ka cilvēkiem piemīt iedzimtas vajadzības un potences, kas atsedzas attīstības gaitā, ja ir atbilstošie sociālie apstākļi. Piemēram, bērni sākuma stadijā sabiedriskās normas apgūst tikai ar vecāku un ģimenes starpniecību. Neproduktīvo orientāciju attīstība tiek uzskatīta par tādu bērnu vecāku attiecību rezultātu, kurās nav bijušas pietiekošas mīlestības. Produktīvas orientācijas apgūšana savukārt izriet no pieredzes ar dziļi mīlošiem vecākiem. Orientāciju sīkāk apraksti vairāk atgādina ideālos tipus, tāpēc Fromms uzsver, ka parasti cilvēkiem piemīt jauktas orientācijas, lai gan kāda no tām var dominēt (8; 103, 104).

Latviešu rakstniece Z. Mauriņa kultūru sauc par vērtību realizācijas procesu, bet par kulturāla cilvēka augstāko tikumu dēvē pašsavaldīšanos – spēju savienot augstas prasības ar atteikšanos. Vērtību apgūšana palīdz realizēt un izjust pasauli un sevi daudzveidīgi, dažādu vērtību mijattiecībās (22; 90).

Teiktais liecina, ja skolēniem māca kultūru, tad viņu raksturu tas ietekmē ar pašsavaldīšanos.

Tālāk sekos teorētiskās atziņas, kas skaidro skolēnu uzvedību un rīcību no darbības teorijas aspekta. Bērnu dabas skaidrojums darbības teorijā skaidro Ļ. Vigotskis, A. Ļontjevs, D. Elkoņins, A. Špona u.c., kā no dabas aktīvais indivīds attīstās darbībā. Mijdarbībā ar vidi bērns saņem informāciju un atbalstu savai attīstībai, bet viņa paša darbībai ir nepieciešams nosacījums, lai „ārējie” iespaidi kļūtu par personības „iekšējiem” raksturotājiem. Attīstību raksturo pāreja no aktuālākās attīstības zonas uz tuvāko attīstības zonu. Šādu pāreju sekmē darbība, kura noris pēc darbības teorijas elementiem – mērķa, motīva, plānošanas, kontroles, paškontroles. Darbībā ir vajadzīgs pārdzīvojums, jo tas atbilst izpratnei par cilvēka dabu. Tā ir „mēraukla” „ārējā” pārejā „iekšējā” (Ļ. Vigotskis). Šīs teorijas pirmsākumi ir Ļ. Vigotska un viņa sekotāju A. Ļontjeva, A. Lurijas izstrādātā cilvēka psihiskās attīstības kulturāli vēsturiskā teorija. Saskaņā ar šo teoriju galvenā psihiskās attīstības

likumsakarība ontogēnēzē ir tāda, ka bērns kopā ar pieaugušajiem un pats, aktīvi darbojoties, apgūst cilvēces kultūru, kurā parādās materiālās un kultūras vērtības. Kulturāli vēsturiskās koncepcijas pamatjēga ir tā, ka bērns veido savu personisko jēgu saskaņā ar ārējās kultūrvides prasībām (12; 49).

Teiktais liecina, skolēnam stājoties mijattiecībās ar vidi, jāiegūst informāciju sevis attīstīšanai.

Pēc Ļ. Vigotska domām bērna kultūras attīstības izmaiņas parādās tādā veidā, ka psihiskas funkcijas, kas ir dabas dotas (dabiskas) pārveidojas attīstības augstākā līmeņa funkcijās (kulturālajās). Tās sāk veidoties tiešos bērna sociālajos kontaktos ar pieaugušajiem. Ar to Vigotskis definē bērna garīgo attīstību kā atkarīgu no pieaugušo organizētas iedarbības. Augstākā attīstības līmeņa sasniegšana notiek, pēc Ļ. Vigotska domām, ar pieaugušā palīdzību. Ideja par pieaugušā vadošo lomu Vigotskim lika definēt jēdzienu „tuvākā attīstības zona”, kuru nosaka uzdevumi, ko bērns patstāvīgi nevar atrisināt, bet atrisina ar pieaugušā nelielu palīdzību. Cilvēks iepriekš nosaka savu uzvedību, savu izvēli, bagātinot savu darbību ar stimuliem – līdzekļiem. Cilvēka paša radītais stimulē nosaka viņa reakciju. Kad viena situācija pāraug citā, tad rodas papildstimuli. Ļ. Vigotskis uzskata, ka augstāko uzvedību raksturo divi pieņēmumi:

- cilvēks rada un iekļauj savā uzvedībā mākslīgus, speciālus stimulus – līdzekļus;
- cilvēks ir atklājis jaunu konstruktīvu principu jautājumā par indivīda sevis stimulāciju – „zīmes kategorija” (12; 50).

Minētās Vigotska atziņas liecina, ka bērna garīgā attīstība ir atkarīga no pieaugušā palīdzības.

Mākslīgie stimuli – līdzekļi, kurus cilvēks izmanto psiholoģiskās situācijās un kuri pilda autostimulācijas funkcijas. Cilvēka mākslīgi radītais nosacītais stimulē, kas tiek ievadīts kā līdzeklis, lai pārvaldītu paša vai citu uzvedību – zīmes. Nozīmīgi izprast tās rašanos un funkciju. Signifikācija – zīmju radīšana un lietošana. Ļ. Vigotskis ieviesa jaunu determinantu – darba rīks, līdzeklis. Tas ir sociālas dabas determinants, jo darba rīkiem ir kulturāli vēsturisks, nevis individuāli psiholoģisks raksturs. Šī sociālās dabas determinanta ieviešana psiholoģijā deva iespēju noteikt jaunu pieeju cilvēciskās uzvedības regulācijā, uzskatot, ka tā ir apzinīgi kontrolējama. Vigotskis vārdam piedēvē darbarīka, instrumenta funkcijas. Valodas zīmes palīdz subjektam atvirzīties no personiskās mikropieredzes un veidot savu uzvedību pēc

katram pieejamām programmām, ko ir radījusi sabiedrība. Tādēļ Ļ. Vigotskis parāda, ka cilvēkam (bērnam) jau no dabas ir vēlme pārvaldīt savu uzvedību. Mijdarbība ar sociālo vidi sekmē šo procesu un pieaugušajam tiek rosināts palīdzēt bērnam sevis regulācijā (12; 51).

Teiktās atziņas apliecina, ka skolēniem ir dabiski pārvaldīt savu uzvedību un pieaugušais – audzinātājs viņam palīdz tajā.

Bērna kā aktivitātes subjekta dabu darbības teorijā K. Platonovs u.c. skaidro, ka darbība ir tādi cilvēka sakari ar apkārtni, ar kuru starpniecību var realizēt izvirzīto mērķi. Šīs teorijas piekritēji, raksturojot darbību, atzīst, ka tā ir tāda rīcība, ar kuras starpniecību subjekts pārveido priekšmetus, attiecības, situācijas un kurai ir noteikti motīvi, kam ir saikne ar atbilstošo mērķi. Šī teorija ir saistīta ar cilvēka mijdarbību ar vidi, pie kam tajā ir pārvarēts duālisms starp ārējo praktisko aktivitāti un psihi kā iekšējo ideālu parādību. A. Ļeontjevs ir pierādījis psihi un aktivitātes integrēto vienību. Integrētā vienība starp ārējām praktiskām aktivitātēm un iekšējām psihiskām aktivitātēm parādās līdzīgā struktūrā: darbība – aktivitāte, darbība un operācija – darbības akts. Notiek patstāvīga mijdarbība starp iekšējām un ārējām aktivitātēm (12; 105). Minētās atziņas liek secināt, ka skolēnu rīcība ir atkarīga, patstāvīgi stājoties mijattiecībās ar apkārtni.

Ar jēdzienu „mijdarbība”, Ļ. Vigotskis liek saprast „attīstības sociālo situāciju”, kurā kā aktivitātes subjekts un objekts darbojas (arī dzīvo) bērns, kam veidojas tiešas vai netiešas mijattiecības ar sociālo vidi, kuru var raksturot kā mikrosistēmu, ekosistēmu un makrosistēmu. Mijdarbību raksturo arī audzināšanas funkcija. Tikumiskās audzināšanas process ir audzinātāja un audzēkņa kolektīva secīgu mijdarbību kopums, kas ir virzīts, lai sasniegtu pedagoģiskās darbības efektivitāti un kvalitāti, atbilstošu audzinātības līmeni saistībā ar nākošās sabiedrības ideāliem (I. Marjenko). Pie tam audzināšanas iedarbību sekmē ne tikai pedagoga organizētā tiešā un netiešā iedarbība, bet arī pedagoga personības ietekme uz bērnu, bērnu kolektīva un tā atsevišķu locekļu ietekme, kā arī bērna pašaudzināšanas ietekme uz bērna personības attīstību. B. Bitins audzināšanas procesu definē kā savstarpēji saistītu attīstošu un audzinošu situāciju ķēdi, no kurām katra veidota, rēķinoties ar iepriekšējās rezultivitāti. Šajā izpratnē audzināšanas process ir pašattīstības shēma, kuras vienība ir attīstoša audzināšanas situācija. Tas nozīmē, ka attīstās ne tikai audzēkņi, ne tikai audzinošā iedarbība un pats audzinātājs, kā arī viņa mijdarbība ar

audzēkni, bet notiek visa audzināšanas procesa attīstība. Tajā pašā laikā Rietumu psihologi Dž. Bruners, H. Haste sāk kritizēt Ž. Piažē modeli, kā arī ir atzinuši, ka mijdarbība ir jāizmanto kā vidutājs bērna attīstības stimulēšanā. Mijdarbības fenomenu kā bērna attīstību veicinošo parādību sociālajā vidē tās metodoloģiskā nozīmīguma dēļ, D. Lieģeniece ir nosaukusi pa „mijdarbības principu.” Ar mijdarbības principu tiek saprasts pedagoģisko parādību raksturojums, kur no dažādiem aspektiem atklājas bērna kā bioloģiskas un psiholoģiskas būtnes daudzšķautņainie mijattiecību sakari ar vidi, kurā bērns dzīvo un kura sekmē vai kavē viņa attīstību. Mijdarbības principu veido savstarpēji saistītie struktūrelementi:

- indivīds (pieaugušais) un indivīds (bērns);
- indivīds (bērns) un indivīds (pieaugušais);
- mijattiecību un mijdarbības process starp viņiem dažādos vides kontekstos bērna pašrealizācijas sekmēšanai (kavēšanai).

Šī modeļa teorētiskās līnijas veido izpratne par:

- bērnu kā vērtību;
- attīstību, ko izraisa trīs faktori – bērna bioloģiskie un psiholoģiskie raksturotāji, sociālā ietekme, bērna pašdarbība;
- darbību kā bērna personības attīstības nosacījumu (12; 74).

No minētajām teorētiskajām atziņām var spriest, ka mijdarbība starp skolēnu un pieaugušo ir audzināšanas process.

Apkopojot vairāku psihologu atziņas, var secināt un piekrist, ka mijdarbība ir sociāla un vēsturiska parādība (Ļ. Vigotskis, Dž. Bruners, A. Ļeontjevs); psiholoģiska parādība (Ē. Eriksons, E. Fromms, Ļ. Vigotskis, B. Bitins, M. Talizina, P. Galperins); informatīvi komunikatīvā saskarsme (I. Plotnieks); abu partneru savstarpēja izzināšana un tuvināšanās, lai palīdzētu bērnam pašrealizēties un attīstīties (A. Špona); bērna vērtību veidošanās process (A. Špona); bērna pašizjūtas izraisītāja (Dz. Meikšāne, I. Plotnieks, A. Šteinberga) (12; 78).

Šis teorētisko atziņu apkopojums ļauj spriest, ka pētnieki ir vienisprātis par mijdarbību kā fenomenu cilvēku starpā.

Bērna iekšējo psiholoģisko konstruktu ietekmē motivācija. Vajadzība pēc jauniem iesaistītiem un informācijas, un ziņkāre ir motivācijas izraisītā. Bērnam no dabas dota ziņkāre par pasauli sev apkārt. Teorētiskās atziņas par bērnu motivējošo priekšstatu un jēdzienu izpratni, skaidro, ka bērnus motivē darbībai internalizēti

priekšstati. Šo psiholoģisko parādību, skaidro Ē. Eriksons, ka bērns var iemācīties būt labs, klausīt vecākiem vai uzvesties tā, kā to prasa sabiedrība. Bet, ja viņš to dara, baidoties no soda (ārējā parādība), tad iegūtie priekšstati nav internalizēti, t.i. nav kļuvuši par bērna personības iekšējiem raksturotājiem un nemotivē viņa turpmāko darbību. Bērna personīgā jēga ir motivācijas izraisītāja un bērna attīstība notiek mijdarbībā ar apkārtējo vidi. Līdz ar to mijdarbībai ir divējāds raksturs – bērns iedarbojas uz ārējo pasauli un ārējā pasaule iedarbojas uz bērnu. Personiskā jēga izpaužas trīs savā starpā saistītos raksturotājos:

- personīgā jēga kā pasaules atspoguļošanas funkcija;
- personīgā jēga kā indivīda darbības stimulācijas funkcijas;
- personiskā pieeja bērnam, respektējot viņu kā aktivitātes subjektu tā kopveselumā, lai palīdzētu viņam pāriet no savas attīstības „aktuālās” uz „tuvākās attīstības zonu”, kā arī palīdzēt viņam motivēt darbību (Ļ. Vigotskis) (12; 92).

Minētās atziņas mudina autoru secināt, ka motivācija ietekmē skolēnu rīcību vai izziņu, līdz ar to mijiedarbības dualitāti – iedarbība uz apkārtni un apkārtnes iedarbība uz skolēnu.

Turpinot domu par mijiedarbību, jāpievērš uzmanība skolēnu audzināšanai, kas ir būtisks komponents, veidojoties skolēnu raksturam. Brīva personība var veidoties tikai demokrātiskā, brīvā sabiedrībā, kuras attīstībā tās pilsonis ir ieinteresēts. Izglītība, sociālā vide un dzīves apstākļi automātiski nevar nodrošināt vispusīgu cilvēku attīstību un izveidot pašregulācijas attieksmes. Tam nepieciešama speciāla, mērķtiecīgi organizēta audzināšanas sistēma. Jēdzienā izglītība ir viss, kas attiecas uz skolēnu izziņas procesu, zinātņu pamatu apgūšanu, neatkarīgi, kādā formā to iegūst. Pie dzīves izziņas pieder kā zinātnes likumu, tā ideju apgūšana. Audzināšana ir daudzpusīga mācību un ārpusklases, skolas, ģimenes un sabiedrības darbība, kas virzīta uz attieksmes veidošanu pret sevi un citiem cilvēkiem, sabiedrību un valsti, pret darbu, pret dabu, kas viss kopumā veido audzināšanas saturu un formas. Mācības un audzināšana nav šķiramas, bet nav arī viens un tas pats process. Tās jāskata vienotībā, bet neaizmirstot katras specifiku. Audzināšanas un mācīšanās vienotību vispirms nosaka mērķu kopība un bērnu attīstības veselums. Visa audzināšana, izglītība, mācīšana virzīta uz to, lai sekmētu harmoniskas un vispusīgi attīstītas personības veidošanos, kam raksturīga progresīva vērtību orientācija, brīva apziņa,

patstāvība un atbildība. Labvēlīgi objektīvie apstākļi vēl nenosaka automātisku pozitīvu iznākumu jaunā cilvēka apziņā. Ļoti svarīgi ir pētīt skolēnu noskaņojumu, zināt pārdzīvojumu cēloņus, tradīciju ietekmi, rituālu izraisīto emocionālo pārdzīvojumu, vientulības jūtas, pašizjūtu u.c. Audzināšana galvenokārt saistās ar attieksmju kā personības īpašību, rakstura iezīmju un uzvedības pašregulācijas veidošanos. Audzināšanas process ir sarežģītāks un ilgstošāks par zināšanu apguvi, jo tas blakus intelektuālās attīstības likumsakarībām aptver arī gribas un jūtu kultūras veidošanos – visu topošās personības attīstību kopumā, kas galvenokārt realizējas praktiskās vai garīgās darbības un saskarsmes procesā.

Audzināšanas procesam ir objektīvais un subjektīvais aspekts. Objektīvo aspektu raksturo mērķis, principi un līdzekļi – saturs, metodes un formas, kas tiek izstrādāti teorijā un praksē. Nozīmīgākais audzināšanā ir subjektīvais aspekts jeb bērna attīstības „iekšējais plāns” – mērķu, vajadzību, emocionālo pārdzīvojumu, interešu, rakstura pilnveidošanās. Cilvēka attīstības saturu visumā var attiecināt uz subjektīvo audzināšanas procesa aspektu. Cilvēka iekšējais (psihiskais) dzīves saturs tiek noteikts, ārējam interiorizējoties – kļūstot iekšēji (personīgi) nozīmīgam. Tā ir pārmantošana, taču pārmantošana nav tikai iedzimtība, bet arī sadarbības un saziņas procesā bērni un pieaugušie uztver ārējas personīgi nozīmīgas vides, īpaši cilvēka ietekmes, un pārdzīvo kā sev būtiski nozīmīgas parādības vai notikumus, un uz atdarināšanas psiholoģiskās bāzes pārmanto jaunas situatīvas attieksmes. Bērna pozitīvs pārdzīvojums, kas sistemātiski atkārtojas, kļūst par paradumu. Attieksmju veidošanā pārlicības, iedvesmas, aizraušanās, atdarināšanas sekmēšana kļūst nozīmīga skolēnu ikdienas darbībā, ģimenē un skolā. Audzēkņu attieksme pilnveidojas domās, spriedumos, vērtējumā, rīcībā, emocionāli jutekliskos pārdzīvojumos, kaislībā. Attīstība ir personības iekšējās izglītības process, to nedrīkst skatīt paralēli ar audzināšanu, jo tā jau ietilpst audzināšanā. Audzināšana rada nepieciešamos apstākļus iedzimto dotumu un spēju attīstīšanai, dod tai sociāli vajadzīgu virzību, palīdz apgūt cilvēces pieredzi un iesaista darbībā. Audzināšanu nosaka sabiedrības vajadzības, bet organizējama atbilstoši bērnu attīstības īpatnībām, viņu fiziskai un garīgai attīstībai, interesēm un vajadzībām. Audzināšana ietver sevī pašaudzināšanu, kas ir savas vispusīgas pašattīstības vadīšana, koriģēšana dzīvesdarbībā, saskarsmē. Audzināšana ir sociāli nozīmīgs un pedagoģiski pamatots mērķtiecīgi organizēts cilvēku sadarbības process harmoniskas un vispusīgas

attīstības sekmēšanai. Audzināšanas saturs ir attieksmju veidošanās, bet nozīmīgākais līdzeklis ir cilvēku mijiedarbība līdztiesīgā subjektu sadarbībā un saskarsmē (21; 11).

No minētām A. Šponas atziņām autors var secināt, ka visa audzināšana, izglītība, mācīšana ir tendēta uz to, lai sekmētu ikviena cilvēka harmoniskas un vispusīgi attīstītas personības veidošanos, kam raksturīga progresīva un konstruktīva vērtību orientācija, neierobežota apziņa, neatkarība un līdzatbildība.

Autore V. Batņa bērnu personības attīstību psihoanalītiskajā skatījumā uzsver Ž. Piažē atziņas par bērnu garīgo attīstību, ko pētījuma autors uzskata par nozīmīgu teoriju, pētot skolēnu rakstura veidošanos vērtību kontekstā. Morāles veidošanās, pieaugot garīgajai attīstībai, bērns aizvien vairāk spēj saprast, kas ir labi un kas – slikti. Pirmsskolas vecumā bērns parasti pakļaujas tiešiem, konkrētiem norādījumiem. Bērns ar laiku uzzina, ko nedrīkst darīt, un ir spējīgs atturēties no noteiktas rīcības, pat ja viņam neko neviens speciāli neaizrāda. Nedaudz vēlāk viņš var vispārināt aizliegumus likumu formā, piemēram, neņemt citu mantas. Sākumā šie likumi balstās uz pieaugušā atbalstu, bet pakāpeniski veidojas paša bērna morāle, kas balstās uz iekšējās morāles principiem. Morāles veidošanās ir cieši saistīta ar garīgo attīstību un balstās uz identifikācijas procesu ar pieaugušajiem, tāpēc ļoti svarīgi, kādi tie ir (3; 29).

Teiktais apliecina, ka morāle veidojas kā bērna iekšēji principi ar pieaugušā atbalstu, ar kuru viņš arī identificē sevi.

Draudzības attiecībās pirmajos skolas gados pastiprinās dzimumu diferenciacija. Zēniem ir ļoti izteikta izjūta par to, kas ir meitenīgs un otrādi. Šajā vecumā draudzīgas attiecības kļūst intensīvākas, tajā pašā laikā – nestabilākas. Bērniem ir svarīgi iekļauties savā sociālajā grupā. Tam ir vajadzīgas attiecīgas sociālas iemaņas. Šī spējas balstās uz emocionālajām saitēm, kuras bērnam izveidojušās pirmajos piecos gados. Šīs attīstības stadijas uzdevums ir nostiprināt iekšējās attīstības stadijās sasniegto un attīstīt jaunveidojumus, t.i., šajā vecumā bērni sāk apzināties savu iekšējo pasauli. Problēmas var radīt iekšējās kontroles trūkums vai tās pārmērība. Kontroles trūkums var novest pie nepietiekamas spējas sublimēt seksuālo enerģiju mācīšanās un prasmju attīstības interesēs; iekšējās kontroles pārmērība var radīt pāragru personības attīstības noslēgumu. Bērns pārāk konkrēti uztver apkārtējo pasauli. Viņam neattīstās spēja simboliski domāt (3; 30).

Teiktais liecina, ka bērni šajā attīstības stadijā izjūt dzimumu atšķirību, bet vēl nespēj simboliski domāt, jo visu apkārtējo uztver simboliski, tas ir būtiski, autoraprāt, pētījumā veicot respondentu atlasī.

Dzimuma nobriešanas sākas 11 – 13 gadu vecumā un turpinās, līdz indivīds sasniedz jauna pieauguša cilvēka vecumu. Veiksmīga šīs stadiju uzdevumu risināšana sekmē nobriedušas personības identitātes izjūtas veidošanos, pieauguša cilvēka lomas un funkciju pieņemšanu (3; 32). Teiktais mudina secināt, ka šis ir svarīgs posms dzīvē, kad rakstura veidošanās laikā veidojas pašpieņemšana.

A. Špona savās atziņās par cilvēka attīstību tajā skaitā emocionālo attīstību balstās uz Eriksona stadiālās attīstības teoriju, kuru veiksmīgi ir analizējusi Ā. Karpova, un, autoraprāt, šo teoriju ir nozīmīgi zināt, pētot skolēnu vērtīborientāciju. Cilvēka emocionālajai attīstībai var izsekot, balstoties uz E. Eriksona postulēto visai cilvēcei kopīgo stadiālo attīstību. Eriksons izdala astoņus dzīves posmus, kuros katrā ir jāizdara izvēle starp divām alternatīvām, lai atrisinātu attīstības uzdevumus konkrētajā vecumposmā. Katra stadija ir krīze, jo katras jaunas attīstības daļas augšana un funkcionēšana ir saistīta ar instinktu enerģijas izmaiņu, tāpēc rodas šo jauno elementu ievainojamība. Katrā stadijā cilvēks ir ar dziļu pārdzīvojumu, ievainojams un pilnīgi nejūtīgs kādā citā. Eriksons vārdu „krīze” izmanto nevis, lai parādītu katastrofas draudus, bet, lai izceltu izmaiņu momentu, kad paaugstinās ievainojamība un pieaug potences. Ceturtā stadija – seši līdz divpadsmit gadi. Bērniem parādās interese par lietu uzbūvi, kā tās apgūt un pielāgot, kā mācīties un kā veikt darbu. Ja vecāki atbalsta bērna interesi par tehnisko jaunradi un praktisko spēju attīstību, dod iespēju meistarot, veidot, attīstīt prasmes, intelektu un fizisko veiklību, bērns sāk sevi identificēt ar noteiktu profesiju pārstāvjiem. Tam pievienojas pozitīva identifikācija ar skolotāju, kas ir nepieciešama „Es” stiprināšanai, kompetences izjūtai, produktīvai darbībai. Veidojas īpašības, kas nepieciešamas sociālā darba pieredzes apgūšanai. Negatīvais risinājums provocē infantilu nepilnvērtības izjūtu, kas ietekmē raksturu un tālāko izglītību. Piektā stadija – trīspadsmit līdz deviņpadsmit gadi. Šajā posmā jāizdara izvēle starp identitāti un tā saukto sajaukto identitāti. Pusaudzīm ir jāapkopo viss pašam par sevi zināmais kā par dēlu, meitu, skolēnu, draugu utt. Tas viss jāapvieno vienā kopveselumā un jāapjēdz savs „Es”, jāprot to sasaistīt ar pagātni un projicēt nākotnē. Ja krīze norit veiksmīgi, tad jaunietis vai jaunieta ir ieguvis savas identitātes apziņu, bet, ja nē, tad rodas sajauktā identitāte, kuru pavada šaubas pašam

par sevi, savu vietu grupā un sabiedrībā, neskaidrība par nākotni. Stadija ir īpaša ar to, ka tajā ir jānotiek visu iepriekšējo stadiju elementu integrācijai. Visagrākajā stadijā krīzes sekmīgas norises rezultātā izveidojas uzticēšanās pasaulei, un atbilstoši tai jaunieši un pusaudži īpaši meklē cilvēkus un idejas, kurām varētu ticēt. Tas savukārt nozīmē, ka šo uzticamo lomā esošajiem cilvēkiem vai idejām ir jāpierāda, ka viņi ir pelnījuši uzticību. Ja otrā stadija ir saistīta ar to, ka bērns var brīvi vēlēties, tad pusaudžu un jauniešu vecums ir raksturīgs ar brīvas izvēles iespēju meklējumiem, lai izpildītu savus pienākumus. Kopumā var teikt, ka jaunos cilvēkus visvairāk uztrauc nespēja izveidot profesionālo identitāti. Ilgstoši emocionāli procesi veido vienas no nozīmīgākajām cilvēku īpašībām – jūtas. Pārdzīvojums darbības situācijā rada situatīvu attieksmi, kas dzīves darbības gaitā, īsākā vai ilgākā laika posmā vingrinoties, veido jūtas. Godīga ilglaicīga rīcība veido godīgumu, sistemātiska savstarpējā palīdzība – izpalīdzību, atsaucību, sistemātiskas rūpes par kārtību savā dzīvē, klasē – kārtības izjūtu u.tml. (21; 31).

Daļēji aprakstītie minētie stadiālie emocionālās attīstības posmi ietekmē cilvēka rakstura veidošanos emocionālā līmenī, veidojoties attieksmēm un jūtām.

Turpinot pētīt cilvēka psihes attīstības komponentes (skatīt 9. pielikumu), kas ietekmē skolēnu rakstura veidošanos ir jāapskata gribas attīstība. Jūtas kā cilvēka īpašības vienmēr ir priekšmetiskas, to veidošanās ir mīļsakarībā ar gribas attīstību. Griba ir apziņas daļa, tās darbīgais un regulējošais faktors. Pateicoties gribai, cilvēks ir spējīgs pēc paša iniciatīvas, vadoties no apzinātas nepieciešamības, veikt darbības iepriekš izplānotā virzienā un ar iepriekš paredzētu spēku. Cilvēks spēj organizēt un virzīt savu psihisko darbību. Ar gribas palīdzību var savaldīt emociju ārējās izpausmes vai izrādīt pilnīgi pretējas. Gribas galvenās funkcijas: motīvu un mērķu izvēle; darbības pamudinājumu regulēšana nepietiekamas vai pārmērīgas motivācijas gadījumā; psihisko procesu organizācija sistēmā, kas adekvāta cilvēka veicamajai darbībai; fizisko un psihisko spēju mobilizācija, lai sasniegtu nosprausto mērķi. Spēja apzināti regulēt darbības un psihiskos procesus, pakļaujot tos saviem apzinātiem lēmumiem, arī tiek skaidrota ar gribas esamību, tāpat kā mērķtiecības, neatlaidības, uzstājības, noteiktības, izturētības, dosmes u.c. īpašību izpausmes cilvēka rīcībā. Griba izpaužas tad, kad rodas grūtības mērķa sasniegšanā: ārējie šķēršļi – laiks, telpa, cilvēku pretdarbība, lietu fiziskās īpašības u.c.; iekšējie šķēršļi – attieksmes, nostādnes, slimība, nogurums. Visi šķēršļi atspoguļojas apziņā un izraisa gribas

piepūli, kas rada nepieciešamo tonusu, spēku mobilizāciju un gatavību pārvarēt grūtības. V. Vunts vienu no gribas darbības izpausmēm apzīmē ar terminu „heterohronais mērķis”, kas ir darbības mērķa maiņa. Veicot kādu konkrētu darbību, tiek sasniegts iepriekš neparedzēts rezultāts, kas izmaina iepriekš plānotos mērķus. Lēmumu par šīs darbības nepieciešamību pieņem pati personība. Gribas attīstība ir saistīta ar motivāciju, noturīgu pārliecību un spēju sasprindzināt gribu īpašās darbības situācijās. K. Dēķēns atzina, ka no tā, cik ātri pieaug griba, ir atkarīga visa bērna tālākā attīstība, jo iemaņas ātrāk veidojas bērniem, kam stiprāka griba. Cilvēka darbība, īpaši pašaudzināšana, vienmēr prasa gribas piepūli. Pašaudzināšanā mērķa sasniegšana sevis attīstības pilnveidošanā saistīta ar gribas piepūli un pašregulāciju. Tādēļ audzēkņi, īpaši pusaudžu vecumā, sev izvirza noteikumus (likumus), kurus saturiski piepilda (21; 34). Attīstīt gribu un veidojot personības gribas īpašības iespējams, regulāri, ikdienā, pie tā piedomājot, kā arī motīvu cīņas brīžos, kad saduras „vajag” un „negribu”, „gribas” un „nedrīkst”, „būt” vai „nebūt”, izsverot, analizējot un pieņemot pareizo lēmumu, atbilstoši situācijai (22; 111).

Teiktais mudina spriest, ka griba ir saistīta ar skolēnu motivāciju un tā ietekmē viņu lēmumu pieņemšanu un pašaudzināšanos, līdz ar to arī rakstura veidošanos.

Kopumā audzināšanas mērķis ir veidot harmoniskus un vispusīgus attīstītus skolēnus, tādēļ tālāk ir jāapskata šis aspekts. A. Špona uzskata, ka vadoties no cilvēka attīstības pamatstruktūras, izšķir harmoniski un vispusīgi attīstītas personības audzināšanu. Harmoniska personības attīstība nozīmē intelektuālas, emocionālas un gribas attīstības līdzsvaru. Jau no dzimšanas bērna prāta, jūtu un gribas attīstību līdzsvars ir dabisks. Ar nepareizu audzināšanas līdzekļu izvēli un lietošanu bieži šis līdzsvars tiek izjaukts. Vispirms vecāki, tad audzinātāji bērnu dārzā un skolotāji skolā ietekmē šī līdzsvara attīstību. Vispusīga attīstība ir fiziskās, psiholoģiskās un sociālās attīstības līdzsvars. Harmoniska un vispusīga personība ir cilvēks, kas savā attīstībā un darbībā saskaņo gan savas individuālās dzīves, gan sabiedriskās dzīves vajadzības, gūst gandarījumu un papildījumu katrā no tām, apzinās savu dzīves jēgu, nezaudējot vērtību orientierus. Tāds cilvēks spēj nepārtraukti mainīties līdzī apkārtējās pasaules pārmaiņām, viņš ir brīvs savā apziņā un rīcībā, pārveido šo pasauli, saskaņojot savas un citu vēlmes, vajadzības un iespējas. Tātad audzināšana ir harmoniskas un vispusīgas personības attīstības mērķtiecīga sekmēšana (21; 43).

Teiktais apliecina, ka skolēna raksturu ietekmē audzināšana, jo tās mērķis būtībā jau ir sekmēt harmonisku un vispusīgi attīstītu personību.

Personības attīstībā pēc psihologa R. Meija teorijas indivīdi nevar realizēt savas potences, ja viņi ir izteikti „neapzinīgi”. Neapzinātība iekļauj „tās potences zināšanu un pieredzes apgūšanu, kuras indivīds nevar vai nevēlas aktualizēt”. Tāpēc Meijs domā, ka „jo lielāka mūsu esības apzināšanās, jo vairāk spontāni un radoši mēs būsim un vairāk spējīgi izvēlēties savus plānus un sasniegt savus mērķus.” Tātad svarīga ir apziņas skaidrība un attīstība. Stipram nemieram piemīt tendence ierobežot mūsu apzināšanos, un mēs mēģinām pasargāt sevi no sūpēm, lietojot dažādus aizsardzības mehānismus, ieskaitot tos, kurus postulēja Freids. Šī aizsardzība palīdz mums noraidīt sevis paša īsto apgūšanu un tādējādi traucē augšanai, pēc Meija domām - pašizjūtai, kurā ir nepieciešamība būt atvērtiem – atklāt spēju saredzēt sevi kā būtni pasaulē, kura spēj tikt galā ar visām eksistences problēmām. Šī pašizjūta ir fundamentāla un nav identiska ar Ego. Freida Ego ir tikai vājš pasīvs Id un SuperEgo kalps un tas ir mazāk vitāls un dzīvotspējīgs salīdzinājumā ar pašizjūtu. Kustība uz realizāciju sākas ar potenču apzināšanos pirms ceļojuma sākuma pretī topošai pilnīgai personībai. Viss tālākais ir potenču pakāpeniska realizēšana un uzturēšana (8; 214).

Teiktais pierāda, ka skolēnos ieaudzināts apzinīgums ir pašpilnveidojošas personības priekšnoteikums.

Zinot audzināšanas mērķi ir jāsaprot arī tās saturu, kas tieši ietekmē skolēnu rakstura veidošanos. Audzināšanas mērķis nosaka personības attīstības virzību, kam atbilstoši izvēlas saturu, metodes un formas. Katrā sabiedrībā mērķis ir ideāla personība, un tā ir atšķirīga un atbilst sabiedrības vajadzībām. Attieksmes audzināšana pret sevi, pret citiem, pret valsti un sabiedrību, pret darbu un kultūru, pret dabu raksturo audzināšanas saturu. Audzināšanas saturs ir attieksmju realizācija un pilnveidošanās. Attieksmes ir dinamiskas, jo veidojas, attīstas un pilnveidojas visa cilvēka mūža garumā. Attieksmes var definēt kā integrētu personības īpašību, kas veidojas dzīvesdarbības pieredzes, zināšanu apguves, pārdzīvojuma un gribas piepūles vienībā un izpaužas vērtībās, mērķos, ideālos un normās. Attieksmes ir viens no cilvēka būtības raksturojuma komponentiem. Tātad attieksme veidojas darbībā zināšanu, gribas un pārdzīvojuma vienībā. A. Špona saskata trīs attieksmju veidus: situatīvā, paradumu un pašregulācijas attieksme (skatīt 1. tabulu). Darbības situācijā pārdzīvojuma izraisītu attieksmi sauc par epizodisku. Noturīgu attieksmju veidošanās

pamats ir paradumi, tie uzskatāmi par cilvēka automatizētu darbību, kas nostiprinās sistemātiskos vingrinājumos pieredzes uzkrāšanas procesā, zināšanu apguves un prakses vienotībā – paradumu attieksme. Paradumu veidošanos stimulē pieaugušo dzīves pozīcija, paraugs, pārliecināšana, apkārtējā vide. Humāna un demokrātiska audzināšana sekmē pašregulāciju, patstāvīgu domāšanu, radošu darbību, kas saistīta ar pašaudzināšanu, sevis novērtēšanu. Svarīgi katram no bērnu dienām sekmēt pašregulācijas prasmes veidošanos, kas pamatojas uz refleksiju, savas rīcības un darbības sistemātisku analīzi, rezultātu novērtēšanu, mērķtiecīgu pašaudzināšanu. Pašregulējoša attieksme pret sevi un citiem mēdz būt jau pusaudžu vecumā, taču noteikt, kādā vecumā veidojas pašregulējoša uzvedība, ir grūti. Skolēni, apgūstot savstarpējās cieņas attiecības ģimenē, veido sevī pozitīvas attieksmes pret sevi, vecākiem, skolotājiem, vienaudžiem un darbu. Tas sekmē pašregulētas pieklājības uzvedības un atbildīgas rīcības veidošanos. Vadošā loma šajā trijstūrī – vecāki – skolēns – skolotājs – ir audzinātājam, viņa pedagoģiski psiholoģiskai profesionālai izglītībai un attieksmei pret saviem audzēkņiem (21; 57).

1. tabula

Attieksmju veidi

Darbības situācija	Pārdzīvojums	Situatīvās attieksmes
Sistemātisks vingrinājums	Paradumi	Paradumu attieksmes
Darbības novērtēšana un koriģēšana	Pašanalīze Paškontrolē	Pašregulācijas attieksmes

Minētās teorētiskās atziņas ļauj autoram spriest, ka attieksmes veidojas zināšanu, dzīves darbības, pārdzīvojuma un gribas piepūles vienotībā, un ir cilvēka, līdz ar to arī skolēna būtisks raksturojuma komponents.

Atgriežoties pie vērtībām, kas veido skolēnu raksturu, ko autors pēta, ir jāsaprot, ka viņu vērtības izpaužas caur attieksmēm. Tātad, attieksmes izpauž cilvēka vērtības, normas, dzīvesdarbības mērķus, principus un ideālus. Vispārcilvēciskā vērtība – dzīvība – paceļama pedagoģisko vērtību rangā visaugstāk, lai dzīvības svētumu ieaudzinātu no agras bērnības ģimenē un skolā. Ar dzīvības svētuma vērtību ir cieši saistīts cilvēka vienreizīgums un neatkārtojamība. Cilvēks kā pedagoģiskā vērtība

vispirms ir katra paša apzināšanās par savas dzīvesdarbības iespējām un sasniegumiem. Ģimene un skola, augstskola un sabiedrība palīdz bērnam, skolēnam, studentam, ikvienam cilvēkam – veselam vai slimam, bagātam vai nabagam – apzināties savu vienreizību un neatkārtojamību. Tādēļ pašizteikšanās un pašapliecināšanās iespēju radīšana katram cilvēkam ir humānas un demokrātiskas sabiedrības audzināšanas funkcija, jo tikai tā var nodrošināt cilvēka pašattīstību un personības pilnveidošanos. Šajā sakarībā īpaši nozīmīga ir skolēnu un studentu spēju attīstība. Pedagoģiskās vērtības veidojas galvenokārt audzināšanas darbībā un kā process aptver cilvēku no dzimšanas līdz nāvei. Vērtību veidošanās, izmaiņas un vērtīborientācija notiek visu mūžu. Principi, nostiprinoties un attīstoties cilvēka dzīvesdarbībā, var kļūt par vērtību. Līdzīgi ir ar normām. Normas ir sabiedrības praksē izveidojušies, cilvēku pieņemti un tradīcijās nostiprinājušies likumi un noteikumi. Daļa normu cilvēku dzīvē kļūst par vērtībām. Neviena cilvēku grupa, ģimene, klase, skola, sabiedrība kopumā nevar pastāvēt bez noteiktām normām. Ir sabiedrībā pieņemtās tiesiskās, ētiskās, uzvedības u.c. normas. Tās ģimenē, skolā, mājās, uz ielas, kino, teātrī, darba vietā veidojas no šīs institūcijas rašanās dienas. Normas brīvprātīgi veido cilvēku kopa un pieņem katrs individuāli (21; 60).

Minētās atziņas ļauj autoram spriest, ka ar skolēna attieksmēm izpaužas viņu vērtības, un skola spēj audzināšanas procesā labvēlīgi ietekmēt skolēnu raksturu, piemēram, izveidojot un ievērojot klases noteikumus (skatīt 11. pielikumu).

Turpinot domu, tas, kas ietekmē skolēnu attieksmju veidošanos, ir mērķis. Pārdomāts nolūks vada cilvēku dzīvi. Personības mērķis ir domās paredzēts tuvāks vai tālāks dzīves darbības rezultāts. Mērķtiecība ir viena no spēcīgākajām cilvēka personības iezīmēm – vērtībām, kas izpaužas prasmē un apzinātos centienos, pārvarot grūtības, sasniegt gan tuvākos, gan tālākos dzīvesdarbības mērķus. Ideāli var sekmēt attieksmju veidošanos. Ideāli ir konkrētas sabiedrības, cilvēku grupas vai personības pieņemtie priekšstati par paraugu attieksmju veidošanās procesā (21; 65).

No teiktā var spriest, ka mērķtiecība un ideāli virza skolēnu domāšanu, rīcību, jūtas un vērtīborientāciju, kas ir būtiski un saistoši, autoraprāt, pētījuma ietvaros.

Savukārt izturēšanās tajā skaitā uzvedība ir attieksme darbībā jeb rīcībā. Attieksme pret kaut ko atklājas uzvedībā un tās ir ārējā (valodas, rīcības) izpausme. Uzvedība ir cilvēka attīstības, sociālās vides un attieksmju audzināšanas mijiedarbības

produkts. Uzvedību kā darbību nosaka vitālās vajadzības, vides apstākļi, tuvākā apkārtnē un plašākā sabiedrībā pieņemtās normas un etiķete (21; 75).

Teiktais apliecina, ka skolēnu attieksme izpaužas darbībā, savukārt to ietekmē vajadzības, par ko arī autors turpinās rakstīt - vajadzību ietekme uz skolēnu rakstura veidošanos.

Cilvēks ir sociāla būtne, bet skolēns ir noteiktas kultūras sociālais aģents, tas atrodas nemitīgā mijiedarbībā ar ārējiem faktoriem – skolu, skolotājiem, sociālām grupām, ģimeni, valsts institūcijām – un cenšas samērot savas vajadzības ar sociālo grupu vajadzībām (18).

Darbību vienmēr rosina un virza vajadzības jeb bioloģiski, psihiski vai sociāli nosacīta nepieciešamība. Rīcību izraisa vajadzība pēc noteiktas nepieciešamības (vērtības). Svarīgas ir tās vajadzību grupas, kuras izraisa skolēnu rīcību. Izziņas vajadzība skolēniem saistās ar vajadzību pēc sasniegumiem, pašcieņas, pašrealizācijas, pašizteikšanās, pašapliecināšanās, pašvērtības izjūtas vajadzību apmierināšanas. Skolēnu sociālās vajadzības saistās ar atzīšanu, piederības izjūtu, pozitīvu saziņu un produktīvu sadarbību. Skolēna uzvedība ir mijiedarbība ar vidi, ko bieži nosaka kustību vajadzības un psihiskā aktivitāte. Sākumskolas skolēnam vadošās ir izziņas vajadzības, bet pusaudžiem – sociālās. Vajadzība izzināt bērniem ir no dabas dota. Par vajadzību izzināt apmierināšanu vai neapmierināšanu stundās liecina skolēnu uzvedība. Ar cilvēku vajadzību pēc sasniegumiem ir saistīta vajadzība pēc pašpilnveidošanās. Ja skolēnam nav vajadzības pēc pašpilnveidošanās, viņa uzvedībā parādās atkarība no pieaugušajiem, neadekvāti novērtē savus sasniegumus, uzskatot, ka viņam neveicas, trūkst neatlaidības un darba prasmes, darbus pamet, līdz galam neizdarītus. Šo vajadzību neapmierināšana var novest pie mazvērtības izjūtas, depresijas un uztraukuma par nākotni. Apmierinot izziņas vajadzības, notiek skolēna iekšējā psihiskā pārveidošanās, attīstība, mācīšanās pašpriedzes uzkrāšana. Negatīvam pārdzīvojumam visbiežāk cēlonis ir nerealizētas vajadzības, kas izpaužas agresīvā uzvedībā. Šo emociju pamatā ir aizvainojums, sāpes, bailes, ko radījuši pieaugušie, vienaudži, arī bērni pieaugušajiem (21; 76).

Savukārt mīlestības un uzmanības vajadzība var ietekmēt visai negatīvi skolēna rakstura veidošanos. Psihologa K. Rodžersa izpratnē personības attīstības šķēršļi rodas jau bērnībā, bet katrā nākamajā attīstības stadijā traucējumi jāpārskata (jāizslimo) un jāanalizē, jo tie modificējas. Pamatā ir universāla mīlestības vajadzība

un pozitīvas uzmanības vajadzība. Ja vecāki slavē vai nosoda kādu atsevišķu darbību, uzvedības pusi, bērns to attiecina uz sevi visu, jo neatdala darbību no savas personības. Darbības nosodīšana nozīmē bērnam personības atgrūšanu (8; 160).

Daudziem ir zināma Maslova vajadzību piramīda, un pētījuma autors, meklējot rakstura veidošanās faktoros saskārās ar nozīmīgu atziņu. Psihologs A. Maslovs savā teorijā skaidro augstāko vajadzības apmierināšanu jeb pašaktualizēšanos. Viņš personības psiholoģisko attīstību interpretē kā pēctecīgu aizvien „augstāku” vajadzību apmierināšanu. Kustība uz pašaktualizāciju nevar sākties, kamēr indivīds neatbrīvosies no zemāko vajadzību dominēšanas. Maslovs pašaktualizāciju formulē visai brīvi – kā pilnu talantu, spēju, iespēju izmantošanu, kā parastu cilvēku, kuram nav kaut kas pielikts klāt, bet kā cilvēku, kuram nekas nav atņemts. Tiekme uz aizvien augstākiem mērķiem pati par sevi norāda uz psiholoģisko veselību. A. Maslovs uzskata, ka augstākas vajadzības pēc savas būtības ir saistītas ar lielāku apmierinājumu, tā kā metamotivācijas ir rādītājs tam, ka indivīds progresē, pārvarot nepietiekoša līmeņa funkcionēšanu. Maslovs ir pārliecināts, ka augšana un attīstība noris pašaktualizācijas veidā. Taču grupas spiediens un sociālā propaganda arī ierobežo indivīdu, samazinot viņa autonomiju un apsiežot spriedumu neatkarību – tādējādi indivīdam, identificējoties ar grupas locekļiem, jāatsakās no savas gaumes un sprieduma ārējo, sociālo standartu labā. Sabiedrība var uzspiest izkropļotus uzskatus par cilvēku dabu, piemēram, uzskatu, ka vairums cilvēka instinktu pēc būtības ir grēcīgi un tie jāapvalda un jāapspiež. Maslovs domā, ka šāda negatīva attieksme grauj augšanu, bet pretēja attieksme, ka mūsu instinkti pēc būtības ir labi un augšanas impulsi veido cilvēka motivācijas pamatavotu. Tāpēc, lai spriestu patstāvīgi, nezaudējot „patību”, personības individualitāti ir jāatsvešinās (jādistancējas) no grupas vai sabiedrības. Tomēr pārmērīga opozīcija var traucēt pašaktualizācijai. Personības attīstības labā katram jāprot līdzsvarot identifikācijas – atsvešināšanās mehānismu darbību (8; 181).

Minētā teorija liecina, ka skolēnu rīcības cēloņi ir apmierinātās vai neapmierinātās vajadzības, kuras pavada emocijas.

Sevi var realizēt tas, kurš apzināti spēj sevi vadīt vajadzību apmierināšanas procesā. Rezultātā, ja cilvēka vajadzības tiek apmierinātas, viņš spēj radoši darboties, tad atklājas apslēptas spējas, viņš ir psihiski vesels un priecīgs, ir mīlēts un spēj mīlēt citus. Un pretēji, ja vajadzības netiek apmierinātas, parādās 4 veidu depresijas

izpausmes: cilvēks strauss – pasīvs, bīstamās situācijās, gatavs noslēpties, palikt malā; cilvēks pērtiķis – lielāko daļu dzīves pavada klauna lomā, to var uzskatīt par masku, zem kuras slēpj nezināšanu, intelekta trūkumu, nedrošību par sevi; cilvēks trusis – dzīvo drebēdams, parasti ir upura lomā, nespēj pastāvēt pār sevi; cilvēks tīģeris – nosodošs, mēdz būt ļauns un agresīvs, dažreiz jūtas labi, pazemojot citus (pēc A. Petrovskas) (22; 105).

Pētot teorijas, kas raksturo skolēnu rakstura ietekmēšanu, autors, atgriežas pie atziņas, ka skolēnu rīcība un uzvedība lielā mērā ir atkarīga no audzināšanas, ko apstiprina arī citi autori. J. A. Students uzskata, ka bērnu un jauniešu uzvedības audzināšanā izšķiroša vieta ir vecākiem un skolotājiem – garīgās dzīves kopējiem, jaunu ideju paudējiem, jaunu uzskatu, ideālu un paradumu iedibinātājiem, kuriem jāpamato un jāuztur ideja, ka „matērija nekad nav cilvēku cēlusi uz augšu un darījusi laimīgu, ir jāstiprina gars. Ar audzināšanas palīdzību jāveido iekšējais cilvēks, jāstiprina cilvēcība. Izglītības un audzināšanas uzdevums (..) cilvēku izveidot par personību” (21; 83).

Pedagoģiski vieglāk un mērķtiecīgāk ir risināt uzvedības problēmas organizētā darbībā – stundās, fakultatīvās pulciņū, sporta nodarbībās, svētkos utt. Organizētās sadarbības formās var konkrētāk virzīt skolēnu pozitīvu prasmju veidošanos. Ārpusstundu nodarbībās labāk iespējams organizēt skolēnu praktisku darbību, kurā ieinteresēt skolēnus ir vieglāk (21; 86).

No minētā autors secina, ka skolēnu uzvedību audzināt un mērķtiecīgi virzīt vieglāk ir sporta nodarbībās vai ārpusstundu pulciņos, kas apliecina to, ka pētījuma objekts un priekšmets ir atbilstoši pētījuma mērķim.

Noslēdzot pētīt skolēnu rakstura veidošanos vērtību kontekstā, ir jāpiemin audzināšanas gala rezultāts. Audzināšanas procesa rezultāts ir cilvēku pašregulācija attieksmē pret sevi, pret citiem cilvēkiem, pret darbu un dabu, pret kultūru, valsti un sabiedrību. Audzināšanas saturs attieksmē pret sevi veidojas kā veselums atbilstoši attīstības saturam – fiziskai, psihiskai un sociālai attīstībai. Attieksmes pret sevi audzināšanā vislabākā ir saturiski izstrādāta fiziskā attīstība. Ģimenei un skolai ir plašas iespējas realizēt šo saturu sistemātiskās sporta nodarbībās, fiziskā un mācību darbā, pārgājienos un ekskursijās, sacensībās un savstarpējā pieredzes apmaiņā. Psihiskā attīstībā audzināšanas procesa saturam sekmējama prāta – jūtu – gribas līdzsvara veidošanās. To var nodrošināt bērna, jaunieša, arī pieauguša, pašcieņa,

pašapziņa par savu vērtību. Paaudzū paaudzēs latviešu audzināšanas tikumi bija spēcīgi bērnu ietekmēšanas līdzekļi. Tautasdziesmāstie parādās labā un ļaunā, godā un kaunā, rātnībā vai apalidnībā, gudrībā un muļķībā, darbā un laiskumā, daiļumā un nejaukumā, priekā un bēdās, mīlestībā un bardzībā, saderībā un naidā, devībā un skaudībā, taisnībā un viltības veidolā. Šo pieredzi skolotāji var izmantot, lai veicinātu ilgtspējīgu attīstību skolā, ģimenē un cilvēku attiecībās sabiedrībā (21; 110).

Teiktais liecina, ka skolēnu psihiskās attīstības ietvaros audzināšanas saturs veicina prāta, jūtu un gribas līdzsvara veidošanos, nodrošinot pašcieņas un pašapziņas kā savu vērtību.

Apzinoties audzināšanas satura galvenos virzienus, konkrētas audzināšanas programmas veidojamas bērnodārzu, skolu, jebkuras izglītības iestāžu kolektīviem, īpaši grupu un klašu kolektīviem. Audzināšanas saturs ir konkrēts noteiktai vecuma grupai, t.i., atbilstoši bērnu spējām un iespējām uztvert sevi, cilvēkus un dabu, vērot notikumus, faktus, procesus, ietekmēties no tiem un attiecīgi uzvesties (21; 119).

Apkopojot atziņas par skolēnu mijdarbību ar apkārtni, vecākiem un skolotājiem audzināšanas procesā svarīga nozīme ir skolotāja un skolēna sadarbībai (skatīt 12. pielikumu), kā arī audzinot, un tādējādi veidojot skolēnu raksturu, jāņem vērā skolēnu vecumposma īpatnības (skatīt 7. un 9. pielikumus), svarīgi arī salīdzināt dažādas audzināšanas pieejas (skatīt 8. pielikumu). Attīstīts prāts, bagāta jūtu pasaule, izkopta pašrefleksija un jēgpilnas radošas darbības spēja padara personību vajadzīgu arī sabiedrībai (22; 97).

4. PEDAGOGISKĀ PĒTĪJUMA ORGANIZĀCIJA UN REZULTĀTI

4.1. Pētījuma metodoloģija un organizācija

Pētījuma ietvaros tika izvirzīti divi jautājumi:

- 1) kāda ir skolēnu, kuri nodarbojas ar karatē, vērtīborientācija?
- 2) kuras karatē vērtības skolēniem ir aktuālas?

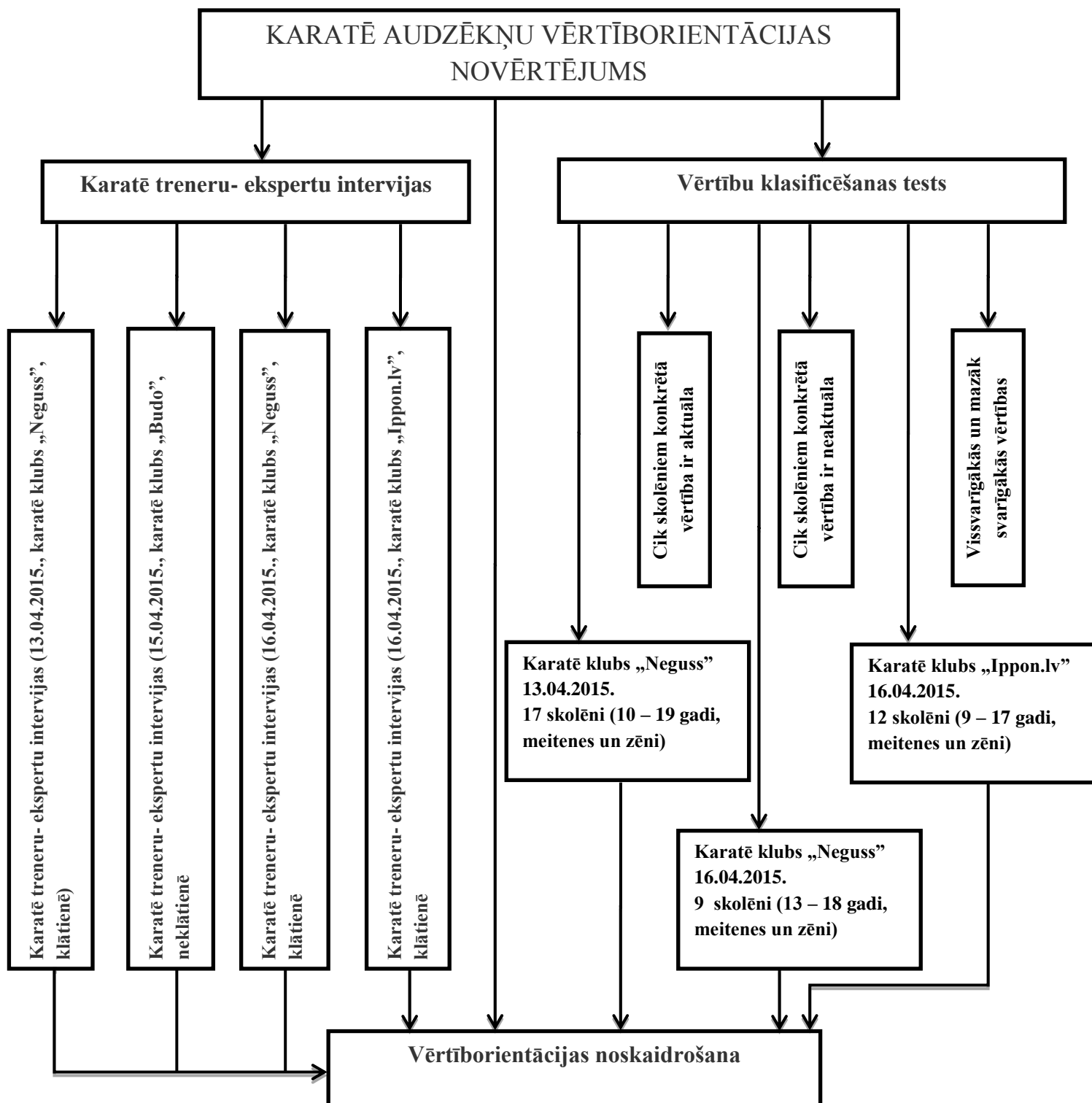
Lai rastu uz tiem atbildes, tika veikts aptaujas pētījums, izmantojot sekojošus datu vākšanas paņēmienus: intervija un testēšana.

Viena no iecienītākajām datu ieguves metodēm ir aptauja (angl. *questionare*, arī *survey*), jo tas ir samērā lēts un ātrs veids, kā iegūt datus no liela respondentu skaita. Aptauja ir sistemātiska datu vākšana no indivīdiem, uzdodot viņiem jautājumus. Aptaujas biežāk tiek izmantotas kvantitatīvajos pētījumos (neeksperimentālajos dizainos), lai gan tās var izmantot arī kvalitatīvajos pētījumos. Aptaujas tiek veidotas, lai iegūtu lietu pašreizējā stāvokļa atspoguļojumu. Jāatzīmē, ka psiholoģijas pētījumos izmantotās aptaujas metodes biežāk tiek apzīmētas ar terminu tests (angl. *test* - pārbaude), tomēr tiek lietoti arī citi termini, piemēram, skala, batereja (skalu vai testu kopums) vai aptauja. Kvalitatīvajos pētījumos izmantotās mutiskās aptaujas zināmā mērā sasaucas ar intervijas metodi. Ar vienu un to pašu aptauju var iegūt gan kvantitatīvus, gan kvalitatīvus datus (izmantojot daļēji atvērtos jautājumus). Pirms aptaujas veidošanas pētniekam ir jānoskaidro, ko un kāpēc viņš vēlas izziņāt, kā tiks izmantota iegūtā informācija, kādā veidā viņš vēlas to noskaidrot (stratēģija un dizains), kā arī cik un kādi resursi ir pieejami konkrētam pētījumam. Ja gadījumā pētnieks izlemj izmantot jau gatavu aptauju, ir rūpīgi jāizvērtē konkrētās aptaujas atbilstība savam pētījumam (13; 157).

Aptauja (angl. *questionare*, arī *survey*) – pētīšanas metode, kas satur respondentiem uzdotus jautājumus. Tā ir sistemātiska datu (faktu, ideju, viedokļu) vākšana no (daudziem) cilvēkiem, lai tos vēlāk analizētu (13; 269).

Pētījuma dizains (angl. *research design*) – pētījuma plāns un procedūras, kas ietver pētnieka lēmumus, sākot ar plašiem pieņēmumiem līdz detalizētām datu vākšanas un analīzes metodēm. Tas ir filosofisko pieņēmumu, izziņas stratēģiju un konkrētu metožu krustpunkts (13; 278).

Lai veiktu iegūto rezultātu interpretāciju un analīzi tika izveidota pētījuma dizaina shēma (skatīties 4.1.1 attēlu).



4.1.1. attēls pētījuma dizaina shēma (E. Zoda veidota)

Pētījuma mērķis: izpētīt skolēnu vērtīborientāciju, personības rakstura veidošanās procesā.

Metodoloģija (angl. *methodology*) – (1) veids kā organizēt zināšanas noteiktā realitātes sfērā. Tā nosaka zinātniskās darbības teorētiskos un praktiskos vispārīgos principus un paņēmienus; (2) pētījuma pārskata daļa, kurā pētnieks apraksta to, kā tika veikts pētījums (13; 275).

Intervija ir sarunas veids, kurā viens no sarunas biedriem ir jautātājs, otrs – atbildētājs, turklāt jautātājs cenšas neizpaust savu viedokli par apskatāmo jautājumu, lai neietekmētu atbildētāja atbildes. Tā ir vienpusīga saruna, kurā pētnieks cenšas izziņāt viņu interesējošās problēmas. Pēc intervijas personu skaita intervijas iedala individuālajās un grupu. Intervija var būt standarta vai nestandarta (radošā). Standarta intervijas paredz iepriekš sagatavotu jautājumu sarakstu, pēc kura intervētājs vada sarunu. Šādas intervijas rezultāti ir viegli apstrādājami, jo atbildes izkārtotas pēc zināma standarta. Vadot standarta interviju svarīgi ievērot identisku sarunu apstākļus ar visiem sarunu partneriem (1; 63). Pēc intervijas formas var iedalīt strukturētās, daļēji strukturētās un nestrukturētās jeb atvērtās intervijas. Daļēji strukturētās intervijas nozīmē, ka intervētājam ir sagatavots vispārīgs interviju jautājumu klāsts, kuru secību var mainīt atkarībā no intervijas situācijas. Jautājumi ir plašāki nekā strukturētās intervijas jautājumi, un reaģējot uz nozīmīgām atbildēm, intervētājs var uzdot papildu jautājumu. Pēc distances var iedalīt personīgās un attālinātās intervijas (telefonsarunas, intervijas pa e - pastu). Intervijas pa e – pastu parasti veic, ja respondents personiski nav pieejams (dzīvo citā pilsētā vai valstī), ja intervējamais nevēlas runāt personiski ar intervētāju vai pa telefonu, ja nepieciešams noskaidrot nelielas faktu detaļas. Šīs intervijas ietaupa laiku, nav nepieciešams transkripts un indivīds var atbildēt viņam ērtā laikā. Taču atbildes var būt pārāk vienkāršotas, lai tās izmantotu pētnieciskiem mērķiem, tās var būt pārāk īsas un rediģētas (13; 171).

Par visplašāk izplatītajām un iecienītajām pētīšanas metodēm pedagoģijas zinātnē ir tapušas aptaujas metodes. Aptaujas mēdz būt rakstiskas (anketēšana) un mutiskas (intervēšana). Aptaujas metodēm ir sērija neapstrīdamu vērtību. Noteicošais ir tas, ka pētnieks var aptaujāt lielu skaitu respondentu, kuri dzīvo pat atšķirīgos reģionos, un var iegūt salīdzināmus un viegli analizējamus datus (1; 55).

Par vienu no virzieniem matemātisko metožu ieviešanā pedagoģiskajos pētījumos pedagoģijas zinātnieki uzskata testu metodi. Testi ir jautājumu sērijas, uz

kuriem jādod īsas vienozīmīgas atbildes vai arī jāizvēlas viens no vairākiem jau doto atbilžu variantiem. Parasti atbildes tiek novērtētas ar zināmu punktu skaitu. Novērtējums tiek standartizēts. Ar testa palīdzību iespējams īsā laikā savākt plašu pētījumiem vajadzīgo materiālu, ir iespēja testēšanas rezultātus izteikt skaitliskā formā. Tas ir ērts un lēts paņēmieni, jo nav nepieciešama nekāda sarežģīta tehniska aparātūra. Trūkumi ir testuālā procesā neņemti vērā virkne apstākļu, kas noteiktā veidā ietekmē testēšanas rezultātus – testējamā garstāvoklis, pašsajūta testa izpildes laikā, attieksme pret testēšanu, bažas par savu likteni u.c. (1; 73). Standartizēts tests ir pārbaude, kurā procedūra, instruments un punktu skaitīšana ir noteikta tādā veidā, ka tieši tāda pati pārbaude varētu tikt veikta citā laikā un vietā. Šīs pārbaudes neatņemama sastāvdaļa ir instruments, kas ir tiešs attiecīgās pazīmes mērītājs – jautājumu kopa, kas izzina respondenta attieksmes vai mēra personības iezīmes. Anastasi un Urbina (Anastasi, Urbina, 1997) uzskata, ka personības testi ir instrumenti, kas mēra emociju sfēru, motivācijas, interpersonālās, attieksmju un citas pazīmes, kuras ir atšķirīgas no spējām. Visbiežāk personības izpētei izmanto pašsaskaites aptaujas, kas satur pantus, kurus respondents lasot attiecina uz sevi un atbild, vai tie raksturo viņu patiesi vai nepatiesi (17; 10, 55).

Balstoties uz Rokiča vērtību pētījuma metodiku un skolotāja rokasgrāmatas karjeras izglītībā metodiku, autors izveidoja savu vērtību klasificēšanas testu. M. Rokiča vērtību pētījuma metodika (ROKEACH VALUE SURVEY, RVS, 1973) pēta vispārcilvēciskās vērtības gan reliģiskās, gan nereliģiskās, kuras pamatā ir 18 terminālās – pastāvēšanas nolūks (mērķis, piemēram, komforts dzīvē, pestīšana, gudrība utt.) un 18 instrumentālās vērtības – uzvedības paņēmieni (līdzekļi, piemēram, neatkarība, padevība, savaldība utt.), kuras tiek pakļautas ranžēšanai. Pētījuma rezultātos iegūst secinājumus par to, cik noturīga ir šīs vērtīborientāciju sistēmas struktūra pēc atkārtota novērojuma. M. Rokiča metodikā tiek piedāvāta ranžēšanai visdažādāko vecumu un profesiju indivīdiem, arī bērniem sākot no 11 gadu vecuma. Cilvēki veic izvēli, kad tiek piedāvāts iepriekš sastādīts vērtību bloka modelis. Laika intervāls starp atkārtotu testēšanu ir no trīs līdz septiņas nedēļas, ja nepieciešams vairāk laika, tad divi līdz četri mēneši (27; 252). Karjeras izglītība profesionālās vidējās iestādēs, skolotāju rokasgrāmatā ir dažādas vērtību spēles, audzēkņu vērtīborientācijas noteikšanai. Atbalsta materiāls skolotājiem piedāvā dažādas aktivitātes viena no tām ir vērtību spēle, kuras laikā audzēkņiem izsniedz

vērtību sarakstu, katrs spēles dalībnieks izvēlas sev 10 un izraksta atsevišķas lapas, tad audzēkņi sadalās pāros un no savām 10 vērtībām izvēlas 8, kuras izraksta uz atsevišķas lapas, tad apvienojas 3 pāri un no 6 dalībnieku grupas izvēlas 6 vērtības. Spēles nobeigumā visi izvēlas 4 vērtības un sarindo tās pēc nozīmīguma. Izvēlētās vērtības izraksta uz tāfeles un pārrunā to izvēli. Grupas locekļi paskaidro izvēlēto vērtību nozīmību un kā tās ietekmē cilvēku mērķus. Pēc spēles beigām savāc individuālās lapiņas un analizē. No analīzes var spriest par katra audzēkņa vērtību sistēmu un to saskaņu ar grupas vērtību izpratni un attīstības tendencēm (7; 39).

Testa adaptācijas posmi:

- vispusīga iepazīšanās ar testu pieejamo publikāciju ietvaros un argumentēta lēmuma pieņemšana par attiecīgā testa adaptācijas lietderīgumu;
- oficiālas atļaujas saņemšana testa adaptācijai (zinātniskos nolūkos vai lietošanai psihologu praksē);
- oficiālā oriģinālā testa iegāde (rokasgrāmata, stimulmateriāli, testa protokoli);
- vispusīga iepazīšanās ar testa materiālu paketi, tā izstrādes teorētisko pamatojumu;
- testa adaptācijas projekta izstrāde, nepieciešamo zināšanu, laika un finanšu resursu apzināšana;
- vismaz divu neatkarīgu bilingvālu tulkotāju atlase turp tulkošanai un viena – atpakaļ tulkošanai, ja paredzēts lietot turp un atpakaļ tulkošanas stratēģiju, un sagatavošana tulkotāja darbam – iepazīstoties ar mērāmās pazīmes definīciju, testa uzbūves teorētisko koncepciju, satura būtību un testu pantu tulkošanas prasībām, pirms tulkošanas testu sadala pa apakšskalām, jo tulkošanu vislabāk ir veikt vienas pazīmes jeb faktora ietvaros;
- vispirms divi neatkarīgi tulki veic testa turp tulkošanu mērķa populācijas valodā, tad projekta vadītājs (kas arī ir augsti kompetents atbilstošajā svešvalodā) kopā ar tulkotājiem salīdzina un analizē šos tulkojumus, izvēlas katra panta labāko tulkojumu, vēlreiz pārliecinās vai ir ievērotas testa pantu vispārīgās formulēšanas prasības;

- tulkoto testu cits neatkarīgs tulks tulko atpakaļ, pēc tam tulks kopā ar projekta vadītāju salīdzina oriģinālā testa pantus ar atpakaļtulkotā testa pantiem un rūpīgi izsver atšķirības, analīzes procesā jāizvēlas, vai tiks lietota simetriskā vai asimetriskā pieeja;
- izvērtē testa instrukcijas piemērotību mērķa populācijas izpratnei, papildu skaidrojumi var attiekties uz formu, bet ne uz testa saturu – nedrīkst ietekmēt testa izpildes rezultātu;
- veido tulkotā testa veidlapas un (vai) stimulmateriālu atbilstoši oriģinālā testa formā;
- pārbauda nelielā 3 – 5 cilvēku pilotāžas pētījumā testa instrukciju, testa pantu saturu un formas izpratni, pēc testēšanas respondentu intervē par viņa izjūtām testa izpildes laikā, testa izpratni un iespējamām grūtībām tā izpildē, fiksēt visas neskaidrības, atgriezties pie iepriekšējiem posmiem;
- veidot testa adaptācijas vienu vai vairākas izlases atbilstoši oriģinālā testa respondentu sociāldemogrāfiskajam sastāvam, mazākais viena tipa izlases apjoms – 50. Tomēr, ja testa struktūras pārbaudei ir jālieto faktoru analīze, tad minimālais apjoms ir 200, izlases atlasē principus nosaka arī pētījuma dizains: bilingvālais, jauktais monolingvālais vai monolingvālais;
- ievāc empīriskus datus, rūpīgi fiksē respondentu reakcijas, testa izpildes laikā, tie var palīdzēt interpretēt gūtos rezultātus, ja pārādīsies kādas sistemātiskas reakciju novirzes;
- ievada pilnu datu kopu datorā, norādot gan respondentu, gan sociāldemogrāfiskos raksturotājus, gan atbildes uz katru jautājumu;
- veic datu apstrādi, lietojot speciālās programmas – SPSS programma, ko izmanto testa skalu datu apstrādei, var izmantot arī EXCEL, ja ievada nepieciešamās formulas, aprēķina vairākus psihometriskos rādītājus, kas minēti testa rokasgrāmatā un kas tieši tikuši izmantoti testa konstruēšanā;

○ testu pantu analīze:

- panta grūtību indekss;
- panta ticamības indekss;

- panta validitātes indekss;
- panta statistisko raksturotāju līkne;
- panta diskriminācijas indekss;

ne visi indeksi tiek rēķināti katram testa veidam;

- testa skalu iekšējās saskaņotības pārbaude;
 - testa struktūras jeb faktoriālās validitātes pārbaude, izmantojot faktoru analīzi;
 - testa skalu ticamības pārbaude:
 - retesta ticamība;
 - daļu ticamība;
 - paralēlo formu ticamība;
 - pārējo validitātes veidu pārbaude:
 - satura validitāte;
 - validitāte pēc kritērija;
 - konstrukta validitāte;
- pamatojoties uz datu apstrādes rezultātiem, pieņem lēmumu par adaptētā testa katra panta, katras skalas un faktoriālās struktūras atbilstību oriģinālā testa attiecīgiem psihometriskiem kritērijiem;
 - aprēķina testa aprakstošās statistikas rādītājus (skalu vidējos aritmētiskos, standartnovirzes) un salīdzina (ar secinātajām statistikas metodēm) ar oriģinālā testa attiecīgiem rādītājiem, analizē atšķirību cēloņus, parasti atšķirības ir, bet ir jāizvērtē, vai to cēlonis ir testa pantu kļūdains tulkojums vai kultūratšķirība;
 - testa sākotnējās balles piesaista standartizētām vērtībām (izveido standartizēto vērtību tabulu vai procentiņu skalu) saskaņā ar oriģinālā testa standartizēto vērtību sistēmu, šo procedūru nav vērts darīt, ja izlases apjoms ir zem 200;
 - raksta zinātnisku pārskatu par testa adaptācijas pētījumu, apkopo un interpretē rezultātus, izvērtējot adaptētā testa stiprās puses, īpaši uzsverot, kā tas var ietekmēt respondentu individuālo rezultātu interpretāciju, salīdzinot ar oriģinālā testa interpretācijām, ievērojot testa ticamības, validitātes un vidējā aritmētiskā iespējamās novirzes.

- Ja testa adaptācija ir bijusi sekmīga un testu paredzēts lietot psihologu praksē, tad var plānot testa standartizācijas pētījumu lielākai un reprezentatīvākai izlasei (17; 88).

Lai noskaidrotu karatē audzēkņu vērtīborientāciju (skatīt 20. pielikumu) autors veica vērtību klasificēšanas testēšanu. Savukārt, lai noskaidrotu karatē ekspertu viedokli par karatē vērtīborientāciju tika veikta ekspertu intervija (skatīt 12. pielikumu).

Pētījuma procesu shematiski var attēlot šādi:

Sagatavošanās posms → realizācijas posms → datu analīzes posms → rezultātu izdošanas posms (9)

Pētnieciskā darba posmus var iedalīt: interesējošās tēmas izvēle, iepazīšanās ar pētāmajiem objektiem, pētījuma mērķu, pētniecisko jautājumu vai hipotēžu izvirzīšana; pētījuma pieteikuma sagatavošana, pētījuma akcepta saņemšana; esošās informācijas vākšana; pētījumu metodes izvēle un pamatošana; datu ieguve; rezultātu apkopošana; rezultātu analīze; secinājumi; ziņojuma sastādīšana un publiskošana (4).

Sākot darbu pie tēmas tika izstrādāts pētījuma plāns, kas iedalāms sekojošos posmos:

- 1) 2014. gada oktobris – maģistra darba tēmas izvēle.
- 2) 2015. gada februāris – aprīlis – iepazīšanās ar prakses vietu Jūrmalas pilsētas Austrumu cīņas klubu „Neguss”, tās treneriem, materiālās bāzes un dokumentācijas izpēte, iepazīšanās ar skolēniem, organizējot un palīdzot organizēt treniņus un sacensības.
- 3) 2015. gada februāris – marts – literatūras atlase par pētāmo tēmu.
- 4) 2015. gada marts – tikšanās ar darba vadītāju, turpmākās darbības pārrunāšana un plānošana.
- 5) 2015. gada marts – pētījuma darba satura, nodaļu un teorētiskās daļas izveide.
- 6) 2015. gada marts – intervijas izstrāde (intervijas pilotēšana, jautājumu pilnīgošana).
- 7) 2015. gada marts – aptaujas izstrāde (testa pilotēšana, jautājumu pilnīgošana).
- 8) 2015. gada marts – respondentu atlase (potenciālo ekspertu un respondentu uzrunāšana un iesaistīšana pētījumā).
- 9) 2015. gada marta beigas – intervēšana un aptaujas veikšana (interviju un aptaujas anketu ieguve Austrumu cīņu klubos).

10) 2015. gada aprīlis – pētījuma metodoloģijas un dizaina apraksts.

11) 2015. gada aprīlis – interviju un testu apkopojums, analīze, secinājumu izstrādāšana.

Par pētījuma bāzi tika izraudzīti divi karatē klubi: viens Jūrmalas pilsētā un otrs Rīgā. Jūrmalas divās treniņu grupās kopā bija 25 skolēni (dažāda vecuma, sākot no 10 gadiem līdz 17 gadiem, meitenes un zēni), Rīgas grupā bija 13 skolēni (dažāda vecuma, sākot no 10 gadiem līdz 17 gadiem, bilingvāli meitenes un zēni). Treneri ir kompetenti, pretīmnākoši un atsaucīgi. Pastāv humāna, demokrātiska un individuāla pieeja karatē mācīšanā. Sporta bāze ir optimālā līmenī – materiāli tehniskais un sanitāri higiēniskais nodrošinājums. Karatē klubos nodarbības notiek gan latviešu, gan krievu valodās. Treniņu nodarbības zēniem un meitenēm tiek organizētas kopā.

4.2 Pētījumā iegūto datu analīze un interpretācija

Autors, lai noskaidrotu ekspertu attieksmi un viedokli par karatē un skolēnu vērtīborientāciju, kuri nodarbojās ar karatē, veica ekspertu interviju. Autors veica strukturēto, tradicionālo starp personu interviju – viens pret vienu, intervētājs un intervējamais, izmantojot atvērtos jautājumus (skatīt 13. pielikumu). Visi eksperti tika intervēti vienādos apstākļos.

Ekspertu intervijā piedalījās 4 eksperti – karatē treneri no Jūrmalas, Rīgas un Tallinas sporta klubiem (ekspertu atlases kritēriji un intervijas publicēšanas saskaņošanu skatīt 14. pielikumā).

Gunārs Buls – strādā Jūrmalas Valsts ģimnāzijā vairāk kā divdesmit gadus, ir vēstures un politikas mācību priekšmetu skolotājs pamatskolas un vidusskolas klasēm, melnā josta 2. Dans karatē *Yoshukai*, austrumu cīņas kluba „Neguss” instruktors.

Edgars Strēlis – strādā Jaundubultu vidusskolā deviņus gadus, ir sporta skolotājs pamatskolas un vidusskolas klasēm, melnā josta 1. Dans karatē *Yoshukai*, austrumu cīņas kluba „Neguss” instruktors.

Andrejs Ozerovs – melnā josta 2. Dans karatē *Shotokan*, karatē sporta kluba „Ippon.lv” prezidents un Latvijas izlases sportistu treneris.

Aleksandrs Zikovs (Александр Зыков) – melnā josta 4. Dans karatē *Shotokan*, Igaunijas karatē sporta kluba „Budo” vecākais treneris un Igaunijas nacionālās izlases sportistu galvenais treneris.

Jautājums: *Cik sen Jūs nodarbojaties ar Austrumu cīņas mākslu – karatē?*

G. B. Nu, ar karatē nodarbojos kopš 1989. gada, kad faktiski beidzās aizlieguma gadi, kad es pats beidzu augstskolu, man bija vairāk brīva laika un tā kā mans darbs ir vairāk saistīts ar skolu, faktiski, ir sēdošs, tad es gribēju arī nodarboties ar kādu no sporta veidiem un karatē man šķita vispiemērotākais.

E. S. Ar karatē nodarbojos jau 20 gadus. Uz treniņiem aizgāju ar draugiem 12 gadu vecumā, nebija nekādas domas par sportisko karjeru vai kaut kas tāds, vienkārši nodarboties, un uzreiz „aizķēra” un iepatikās. Pēc kāda laika visi draugi pameta, bet man tas palika, un es nolēmu nepamest un turpināt iesākto, iet tikai uz augšu.

A. O. Es sāku nodarboties no 7 gadiem ar karatē, un tikai un vienīgi ar to arī nodarbojos.

A. Z. Ar karatē nodarbojos no 1979. gada – 36 gadus.

Jautājums: *Kāpēc izvēlējāties veltīt savu darba dzīvi šai Japānas kaujas mākslai? Kas Jūs pamudināja izdarīt šādu izvēli? Ja būtu iespēja atgriezties un vēlreiz izvēlēties, vai joprojām izvēlētos karatē? Kāpēc?*

G. B. Ar karatē biju pazīstams kopš 1970. gadu beigām, kad mana drauga brālis Kauguros vadīja vienu no karatē grupām. Viņš ir zināms, vismaz mana vecuma un vecākiem cilvēkiem, tāds Imants Šatinskis. Viņu uzskata par vienu no aizsācējiem šajā mikrorajonā un varētu teikt arī Jūrmalā. Tad es saskāros arī ar karatē armijā, tur bija vairāki cilvēki, kuri vairāk vai mazāk pārzināja šo cīņas mākslu, ieskaitot vienu virsnieku, kurš pat raugoties no šīs dienas viedokļa, manuprāt, viņu pārzināja pietiekoši labā līmenī. Tas viss tajā laikā radīja lielu interesi, bet lieta tāda, ka, pirmkārt, es biju ļoti aizņemts – strādāju un mācījos neklātienē un man, vienkārši, fiziski nebija spēka un arī laika, lai vēl ar kaut ko paralēli nodarbotos. Un kā es teicu, pēc tam, kad es pabeidzu augstskolu un kad jau es strādāju skolā un tas bija mans vienīgais tajā laikā „maizes” darbs, nu tad es nolēmu sevi veltīt karatē apgūšanai. Vai es joprojām izvēlētos karatē? Es domāju, ka jā, jo sākumā es pret to izturējos kā pret vienu no aktivitātēm, bet ar laiku tas mani aizrāva arvien vairāk un vairāk, un es sapratu, ka tur es varu sev iegūt ne tikai priekš savas fiziskās attīstības, bet arī priekš

garīgās, jo tas man palīdz arī darbam skolā, tas man zināmā mērā norūda raksturu, padara mani vispusīgāku, faktiski, es pilnveidojos. Tas tā bija ar laiku, nebija tā, ka es uzreiz to pieņēmu kā savu un fanātiski tam sāku nodoties. Nē, es pie tā nonācu pakāpeniski.

E. S. Principā, līdz 18 gadiem laikam, kad man bija jau izvēle, teiksim, kur iet un ko darīt tālāk, tad, es priekš sevis, konkrēti nolēmu, jā tas ir mans, es turpināšu trenēties, turpināšu arī trenēt, pareizāk sakot, sākšu trenēt bērnus. Ja būtu iespēja atgriezties atpakaļ, noteikti paliktu karatē, neesmu ne reizi nožēlojis, ka ar to nodarbojos, tā ir mana dzīve.

A. O. Pats neko īsti neizvēlējos, jo bija kā vairākiem biedru, kā visiem – vecāki aizveda uz nodarbībām. Bija tā, ka atnāca treneris uz skolu un aicināja uz treniņiem, vecāki piekrita un aizveda mani uz karatē treniņu – pamēģināju, iepatikās un paliku trenēties. Bija brīdis, kad nedaudz nodarbojos arī ar futbolu paralēli, bet īsti labi nesanāca un tāpēc izvēlējos palikt pie iesāktā karatē. Tagad noteikti izvēlētos karatē, neskatoties uz to, ka tas nav kaut kāds lielās naudas sports un tā tālāk, jo es saprotu, ka tas ir tas, kas man patīk, kur ir ļoti grūti sasniegt augstus panākumus, to, ko tieši es gribu, bet tas ir iespējams. Tieši tas arī ir interesanti šajā darbā – karatē. Tie ir izaicinājumi un tiekšanās pēc pilnības.

A. Z. Es uzskatu, ka karatē man ir aicinājums un misija. Sākt nodarboties ar karatē mani pamudināja liela interese par Austrumu cīņām kā paš aizsardzības līdzeklis.

Jautājums: Ko karatē Jums deva toreiz, kad sākāt apgūt, un ko tagad, pēc daudziem gadiem?

G. B. Tajā laikā tas deva zināmu pašpārliecinātību tīri fiziskā nozīmē, es patiešām pilnveidojos, es kļuva izturīgāks, stiprāks, možāks, veiklāks un tīri no paš aizsardzības viedokļa kļuva pārliecināts par sevi. Lai gan man ir ļoti reti nācies to izmantot, bet reizēm ir tā, ka tas ne maz nav jāizmanto, jo tu jūties tik drošs par sevi, tu liec manīt savam potenciālajam pretiniekam, ka nu viņam labāk neriskēt un kaut kādu nopietnu konfliktu neuzsākt. Un tagad pēc daudziem gadiem man karatē ir arī kļuvis par otro darbu – „maizes” darbu. Un es tīri finansiāli, godīgi sakot, arī diezgan daudz esmu ieguvis no karatē. Esmu pabraukājis pa pasauli, esmu redzējis kā trenējas citās valstīs, esmu piedalījies dažādos starptautiskajos semināros, un tas viss ir arī bagātinājis manu

redzesloku. Un, protams, tā tad karatē palīdz uzturēt manu fizisko kondīciju. Un arī tas pats morālais faktors, tīri psiholoģiskais, ka es jūtos drošs ne tikai uz ielas, bet arī drošs darbā ar bērniem, darbā ar cilvēkiem, tas ir ieaudzinājis zināmas morālas vērtības – tu iemācies pārvarēt sevi, piespiest darīt sev to, ko negribās kādreiz darīt, lūk, un tas palīdz jebkurā dzīves jomā, vienalga, ar ko tu nodarbotos, vai tu strādā skolā vai aizej politikā, vai biznesā vai citur. Tas ir tāpat kā pie mums trenējas dažādu profesiju cilvēki, tas pats Artis Pabriks, savulaik trenējās, kopā mēs ar viņu kārtojām eksāmenu uz melno jostu. Lūk, un viņš arī teica, ka viņam tas palīdz tieši viņa profesionālā politikā darbā. Un, ja mēs paskatāmies tie paši politiķi, daudzi ievērojami politiķi ir karatisti, tā pati Lietuvas prezidente, viņai ir melnā josta, tad vēl mūsu bijušais premjers Māris Gailis arī sporta meistars karatē, lūk, vai tur bijušais Čēčenijas prezidents Džohars Dudājevs, lūk un šo uzskaitījumu varētu turpināt.

E. S. Nu toreiz karatē man sāka dot, pirmkārt, jau pārliecību nedaudz par sevi, saviem spēkiem un ļoti daudz iedeva fiziskajā attīstībā, tas tika iedots pašos pirmsākumos un tagad tikai tiek pilnveidots, turpinot gadiem, tiek apgūts arī jauns.

A. O. Toreiz, grūti pateikt, ko tas man deva, jo es atnācu kā visi un grupā bija 30 cilvēki. Mēs trenējāmies, gribējās visu laiku būt par labāko. Taču man nebija nekāda talanta, lai būtu tur visātrākais, visstiprākais par citiem, es vienkārši trenējos. Man paveicās, ka treneris to pamanīja un redzēja, ka esmu viens no tiem, kurš grib trenēties. Man liekas es sajutu to, ka treneris tic man, ka es kaut ko varu sasniegt, lai gan nebija tā, ka biju labākais grupā. Un tagad saprotu, ka ir pāris sasniegumi sportā, kuri deva man pārliecību par sevi, kad to sasniedzu, sapratu, ka, ja kaut ko daru, ieguldu savus spēkus, laiku un tiešām to gribu sasniegt, tad tas ir iespējams. Tas principā darbojas visur, varbūt ne vienmēr, ir kaut kādi dažādi izņēmumi, bet dzīvē, manuprāt, tā jābūt, ka, ja kaut kas notiek, tu dari pareizi un tiešām to gribi sasniegt, tad tu vari to sasniegt. Un sportā tas ir tāds rādītājs, kur cilvēks var redzēt savu sasniegumu.

A. Z. Toreiz pašā sākumā, nodarbošanās ar karatē man ļāva sajust pārliecību par savām fiziskām spējām. Tagad es saprotu, ka karatē ir ne tikai cilvēka fiziskās spējas, bet arī daudz kas cits.

Jautājums: Nosauciet, lūdzu, Jūsaprāt, vērtīgākās 3 – 5 lietas, ko karatē sniedz cilvēkiem, kas ar to nodarbojas?

G. B. Es domāju – norūda raksturu, iemāca sevi kontrolēt, palīdz vajadzības gadījumā aizstāvēt sevi un citus sev tuvus cilvēkus, tīri no paš aizsardzības viedokļa.

E. S. Pirmkārt, pats par sevi saprotams, tā ir disciplīna, otrkārt, tā ir filosofija, ka tev ir jāiet uz priekšu, tev ir jācīnās pašam ar sevi, ja tev nesanāk, tad tu tik un tā ej uz priekšu, un nedrīkst apstāties un to pamest, karatē tas nozīmē tikai uz priekšu iet. Nākamais, kā jau teicu iepriekš, tas dod pārliecību par saviem spēkiem. Un vēl viena lieta, ko man ir noteikti devusi un es domāju, ka dod, ne tikai domāšanu, gudrību, bet arī, noteikti, viedumu.

A. O. Grūti to pateikt. Par bērniem runājot, redzu atšķirību no citiem sporta veidiem un citiem treneriem, ka tās ir cilvēciskās īpašības, pirmais, tā ir disciplīna noteikti, jo kad mani bērni aizgāja uzspēlēt futbolu skolā pie kaut kāda tur trenera, viņš saka, nāciet visi pie manis, jo tas, ko es saku, jūs to darat un nekādu problēmu nav. Par sportiskām īpašībām runājot, tā būs spēja ātri pieņemt lēmumus, tas ir ļoti svarīgi dzīvē un sportā, gan arī veiklība ikdienas situācijās un sportā tas ir tas, kas vajadzīgs, un stiprs raksturs. Es esmu stingrs treneris, es cenšos bērnus arī pozitīvi atbalstīt, bet pie manis nav tā, ka vari atnākt uz treniņu un darīt to ko gribi, es uzreiz visiem vecākiem un bērniem to atklāti saku. Manuprāt, ja cilvēks ir to izvēlējis un šeit paliek, tad viņš dzīvē varēs saņemties grūtajā brīdī. Iespējams, tāda stingrība varbūt nenāk par labu klubam, jo daudzi vecāki domā, priekš kam mums tāds treneris, bet priekš manis tas nav naudas līdzekļu gūšanas avots. Mans aicinājums ir tieši strādāt uz sasniegumiem - sportiskiem un morāliem.

A. Z. Manuprāt, karatē sniedz pārliecību par savām fiziskām spējām, attīsta intelektu, dod iespēju komunicēt un biedroties ar cilvēkiem visā pasaulē.

Jautājums: *Vai Jūs esat pazīstami ar G.Funakoši „Dodzo Kun” 5 karatē noteikumiem? Ja ir piemirsies:*

1. Audzini raksturu!

1.Cīnies un sargā taisnību!

1.Centies sasniegt pilnību!

1. Ievērojiet etiķeti!

1. Atturieties no rupjas uzvedības!¹

G. B. Jā, protams. Mēs, piemēram, ieejam zālē un paklanamies, sākumā tā daudziem izskatās tāda ārišķība, bet ar laiku tu iemācies, vienkārši, cienīt sevi, cienīt citus un pareizi izturēties pret cilvēkiem. Arī pareizi izturēties pret cilvēkiem, viņos ieklausīties un būt korektam jebkurā dzīves situācijā, jo karatē nemāca rupjību, jāatturas no rupjiem vārdiem, pats tos sen nelietoju. Starp citu, jaunībā strādāju fabrikā, kad vēl nebiju beidzis augstskolu, nestrādāju skolā un tajā vidē pats reizēm arī ietekmējos un lietoju kaut kādus rupjus vārdus, bet kad sāku nodarboties ar karatē, tad es skatījos uz saviem treneriem. Neviens no maniem treneriem nebija rupjš, viņi visi patiešām bija pedagogi, šī vārda tiešā nozīmē, un pat tagad, ja kāds no mūsu treneriem atļaujas kaut ko, es nekautrējos aizrādīt, it sevišķi, ja kaut kur tuvumā, nedod dievs, ir audzēkņi. Piemēram, pieņemsim mums tur aiz sienas ir audzēkņi un mēs šeit par kaut ko sastrīdamies, un vienalga vai tas ir direktors vai kāds cits un atļaujas būt rupjš, nu es viņam tā arī pasaku, vēršu uzmanību, lai viņš kontrolē, ko saka. Ne jau viņi tā speciāli runā, vienkārši, es uzskatu, ka tas cilvēkiem nepiestāv. Es uzskatu, ja esi meistars, pedagogs, tad tev kā pedagogam jābūt ar lielo burtu arī šajā ziņā.

E. S. Par pieciem karatē principiem ir lasīts, cik man zināms, tad tiek ievērots praktiski visās skolās un karatē stilos, protams, arī mūsu *Yoshukai* stilā, vienīgais, kaut kas nedaudz tiek mainīts, pamats paliek, tikai vārdi tiek mainīti.

A. O. Tieši ar tādiem konkrētiem nosacījumiem neesmu pazīstams, bet principā, tas ir tas, ko es šodien lasīju bērniem. Es mēģinu atrast interesantas lietas internetā, tad viņiem arī pastāstīt. Tieši šodien mēs runājām par karatē jēdzieniem „*Rei*” un „*Oss*”. Tas ir tas, ko es mēģinu bērniem iestāstīt, lai tas paliek. Jo gan zālē, gan dzīvē, gan skolā es gribu būt pārliecināts par to, ka mani bērni mani nepievils. Lai es būtu drošs, ka, ja man zvanīs tur kaut kāda skolotāja, tad es noteikti varu pateikt, pie mums klubā mēs to nemācām, mēs tieši esam par to, lai viss ir objektīvi, taisnīgi, nekādas rupjības un nekā tamlīdzīga.

A. Z. Visi, kas nopietni nodarbojas ar karatē, ir pazīstami ar „*Dodzo Kun*”.

¹ G. Funakoši, tradicionālā karatē pamatlicējs uzskatīja un uzsvēra, ka visi 5 principi ir vienlīdz svarīgi, aut. piez.

Jautājums: *Vai Jūs ievērojāt šos principus, kad sākāt apgūt karatē?*

**Ja jā – kas uz to pamudināja?*

**Ja nē – kāpēc?*

Vai ievēroat tos tagad? Kāpēc?

G. B. Jā, tieši tikko kā teicu. Tieši otrādi, es biju diezgan parupjš, es biju izgājis krievu armiju, diezgan skarbā vidē un tā tālāk. Un tajā ziņā man arī karatē palīdzēja kaut kur. Nu, neteiksim, ka mainīties iekšēji, jo cilvēks parasti nemainās, pamatā kāds tu esi – tāds tu esi, bet tu kaut ko vari uzlabot sevī un kaut ko nē, un vismaz ārēji, jā protams, tas man palīdzēja. Lūk, etiķeti ievērot, atturēties no rupjas uzvedības, būt pieklājīgam pret cilvēkiem, ieklausīties, izprast, iejusties viņa ādā un saprast, kāpēc viņš dara tā un ne savādāk.

E. S. Noteikti ievēroju šos principus. Kas pamudināja uz to ievērošanu, tas ir treneris, vienmēr ir bijis stingrs. Treneris vienmēr ir bijis piemērs un neļāva nekad nekādas atkāpes no šiem noteikumiem, arī ievēroju tos tagad un nododu to arī citiem. Kāpēc? Jo bez tā nevar pilnvērtīgi apgūt etiķeti, apgūt karatē un sasniegt rezultātus.

A. O. Es cenšos ievērot šos principus, bet bez „bet”, mēs dzīvojam tādā laikā un pasaulē un nevienmēr tas ir iespējams, un es nevaru pateikt uz 100%, ka es visu to ievēroju. Man ir jābūt par piemēru saviem bērniem un cenšos tāds būt. Es varbūt neesmu piemērs sportā, uz „tatami”, jo es mācu bērnus pavisam savādāk nekā strādāju pats, man ir savas sporta īpašības, sporta forma, bet dzīvē es mēģinu būt tāds treneris, uz kuru paskatoties, bērni saprot, jā, ir skaidrs, ka, ja es darīšu, ko viņš saka, tad viss būs labi.

A. Z. Vienmēr, gan sākumā, gan tagad es cenšos ievērot šos principus.

Jautājums: *Vai jaunie karatekas ir pazīstami ar „Dodzo Kun”, vai tas ir saprotams mūsdienu jaunajai paaudzei? Varbūt pastāv specifiski Jūsu zāles noteikumi, ētikas kodekss, kas ir papildinājums „Dodzo Kun”? Vai viņi, Jūsaprāt, tos ievēro?*

G. B. Nu, mēs balstāmies uz kluba septiņiem baušļiem, kā Tu zini mums ir septiņi kluba baušļi, un mēs ar jauniņajiem tos vienmēr pārlasām, mēs tos pārrunājam, varbūt pats atceries, kad pats trenējies? Mēs tos izskatījām. Un, protams, ka būtu ideāli, ja

mēs tos ne tikai zinātu, bet arī dzīvē ievērotu tos mūsu jaunie cilvēki. Bet nekas dzīvē nav ideāls, bet vismaz ir ideāls, uz ko tiekties. Tas ir tāpat kā, piemēram, kristīgie desmit baušļi. Vismaz ir tas pamats, tas morālais kodekss. Kā mēs viņus ievērojam? Nu neviens nav bez grēka, bet tai pašā laikā ir tas ideāls uz ko tiekties, kaut vai no tāda viedokļa, tas ir pozitīvi. Pat, ja varbūt ikdienā kāds kaut ko neievēro un pārkāpj, tad tu vismaz vari viņam pateikt: „Klausies draugs, tu taču izlasīji, tu apņēmies ievērot, tev pirms katra eksāmena šos noteikumus atgādina.” Tie ir tie specifiskie mūsu zāles noteikumi, tātd cienīt savu skolotāju, esi pieklājīgs, nav piedodama nodevība, glēvulība, divkosība, par skolas instruktoru var kļūt tas, kuram karatē ir kļuvis par dzīves nepieciešamību, atturies no jebkura izaicinājuma izpaust savas zināšanas. Mēs to regulāri atgādinām. Bet par to ievērošanu saku tas ir kā kuram, tas pat būtu jāatgādina biežāk nekā mēs to darām. Es domāju, ka principā, viņi neatšķiras ar vispārpieņemtiem noteikumiem sabiedrībā. Ja cilvēks ir labi audzināts ģimenē, it sevišķi ģimenē, tad arī praktiski viņš ievēros šos noteikumus, jo tomēr, lai kā mēs te necenstos, viņš iziet uz ielas, viņam ir cita vide ģimenē vai skolā, tad... nu jā kaut ko var viņā mainīt, bet, ja viņam ģimenē ir pareizā attieksme pret lietām, ja viņam skolā ir labs kolektīvs – draudzīgs, tad viņš arī ievēros šos noteikumus.

E. S. Noteikti saviem audzēkņiem es lasu katru gadu, atkārtotju, un ja ir kāds pārkāpums, teiksim, uzvedības problēma, tad tas tiek risināts un atkārtots, tas ar ko viņi nodarbojās un priekš kam tas ir vajadzīgs un kāpēc tas atšķiras, no tā paša, futbola vai kaut kā cita. Pastāv arī specifiski zāles noteikumi, kā papildinājums. Pārsvarā tiek ievēroti, ja es kā treneris tos ievēroju, tad arī bērni to ievēro.

A. O. Jā, jaunie karatekas ir laikam pazīstami, varbūt ne tieši ar tiem vārdiem, bet mūsu zālē ir kluba noteikumi, kur ir daudz rakstīts par disciplīnu, raksturu un visu pārējo.

A. Z. Parasti jaunie karatekas nav pazīstami ar „Dodzo Kun” noteikumiem. Viss ir atkarīgs no trenera. Taču mūsdienu pasaulē šo noteikumu ievērošana kļūst arvien sarežģītāka un grūtāka.

Jautājums: Kā Jūs domājat, ko vēl bez fiziskās attīstības un veselības nostiprināšanas sekmē karatē? Vai Jūsu audzēkņi tam piekrīt? Kas par to liecina?

G. B. Fiziskā attīstība un veselība... Mūsdienās liels akcents tiek likts uz sportiskiem sasniegumiem. Tā ir viena tāda motivācija. Tur ir savi plusi, savi mīnusi. Bērni tiecās pēc sacensībām, tiecās pēc vietām, tas nav slikti no vienas puses, bet to nevar padarīt par galveno, teiksim, par pašmērķi. Un tas notiek arī karatē, mums ir konkurence, mums ir daudz klubu, klubi saauguši kā sēnes pēc lietus, un reizēm tie principi, tradicionālie Okinavas, Japānas, viņi, jā, kaut kur figurē un, protams, pa lielam tiek ievēroti, vismaz ārēji, bet tomēr bieži vien liels uzsvars tiek likts uz sportiskiem sasniegumiem. Jo lielāki sasniegumi, jo lielāki panākumi klubam, jo viņam augstāka vieta reitingā, jo vieglāk piesaistīt cilvēkus, jo vairāk ir cilvēki, jo klubam ir izdevīgāk, tai skaitā finansiāli. Un, līdz ar to, tāpat kā profesionālajā sportā, bieži vien viss reducējas uz šo rezultātu – rezultātiem, sasniegumiem, konkurenci un reizēm tīri materiālām lietām. Tas, manuprāt, nav īsti labi, ja to padara par pašmērķi. Ja mēs pazaudējam visu to filozofiju, ja viņa mums aiziet tādā formālā plāksnē, tad tas nav īsti labi. Es personīgi mēģinu savienot tās lietas – filozofiju, attieksmi, etiķeti, arī karatē ētiku ar konkurenci un, protams, zināmām materiālām lietām. Nu kaut kā jāsabalansē. Nevar, protams, aiziet tikai, teiksim, būt altruists un pateikt: „Viss, es tagad strādāšu tikai visu citu labā.” Jo katram mums ir ģimene, ir mums arī otrs darbs, un pateikt, ka es tagad atteikšos no visa un fanātiski nodošos karatē. Tādus cilvēkus es pazinu, starp citu. Mums bija viens tāds treneris, lai viņam vieglas smiltis, viņš traģiski gāja bojā. Lūk, viņam bija tā, dalības maksu samaksāja – labi, nesamaksāja - arī labi. Viņš neprasīja, bet daudzi to izmantoja. Es pats pie viņa trenējos, kad viņš aizvietoja manu treneri. Viņš pats bija, kad mums tika dibināts klubs, Sergejs Tolstopjatovs, Aleksandra Tosltopjatova brālis. Viņam pašam bija grupa, bet daudzi to sāka izmantot, viņam beigās visa grupa gandrīz neko vairs nemaksāja, viņš neko neprasa, priekš kam maksāt. Bet viņš bija tas cilvēks, kas tā tiešām no sirds nodarbojās ar karatē. Viņam tā nauda nebija vispār svarīga, un tādus esmu pazinis un es tiešām apbrīnoju viņus. Nu, es mēģinu sabalansēt šīs lietas. Man nepatīk, ja kāds ir absolūts materiālists.

E. S. Bez fiziskās attīstības un veselības nostiprināšanas, karatē noteikti audzina raksturu. Teiksim, priekš puikām tas audzina vīrišķību, ja mūsdienās mājās to nevar sniegt, ja ģimenē nav tēva, tad šī ir tā vieta, kur audzināt vīrišķību. Nu tas ir tas vissvarīgākais, manuprāt.

A. O. Laikam tā ir atbilde, ko jau pateicu iepriekš, ka fiziskā attīstība un veselība ir labi, bet karatē, tas ko mēs te darām ir sports, tāpēc mums jābūt ļoti elastīgiem, ja gribam uzvarēt sacensībās, mums nepietiek būt tikai ātriem un stipriem, bet jābūt prasmīgiem arī ātri pieņemt lēmumus, ātri jāmēģina adaptēties tiesnešiem, sacensībām, citām valstīm, un tas viss, ko mēs te darām, es ļoti ceru, ka tas palīdzēs arī turpmāk dzīvē, ka viņi visu to varēs tālāk izmantot. Visi sportisti nevarēs, pat labākie, kļūt par pasaules čempioniem, tieši WKF (World Karate Federation), to, ko mēs te darām un gribam. Mans mērķis kā trenerim ir, lai katrs sportists sasniegtu savu maksimumu gan sporta zālē, gan sacensībās, gan dzīvē, lai viņš var pēc tam, piemēram, matemātikas olimpiādē saņemties, zināt un atrisināt. Jo viņam karatē ir divdesmit eksāmeni jau bijuši un tā olimpiāde ir vienkārši *ņичего из ряда выводящего* (kriev. *не чего из ряда выводящего* ārkārtējs), un tas, kad visi kārtā CSDD eksāmenus. Ja cilvēks nekad nav ne ar ko nodarbojies, tad tas eksāmens priekš viņa tiešām ir grūts, bet, ja viņam ir katru reizi tādi izaicinājumi, mēģināt adaptēties, izdarīt visu ātri un pareizi, ātri pieņemt pareizus lēmumus, es ļoti ceru, ka tas palīdzēs dzīvē. Es domāju, ka audzēkņi tam piekrīt, jo mūsu laikā bērni ir tādi, nu vismaz manā klubā, viņi diemžēl neko negrib stāstīt. Ar viņiem ir grūti runāt, jo viņi visam visu laiku piekrīt, bet tikai tagad vecākā grupa, kura pildīja Tavus vērtību testus, tikai pirms pāris gadiem sāka izteikt savus viedokļus, un man tas patīk, ka viņi arī piedalās dialogā, ka nav tā kā treneris pateica un viss.

A. Z. Bez fiziskās un garīgās attīstības karatē attīsta draudzīgumu, labvēlību un sabiedriskumu, kā arī koncentrēšanos uz konkrētu uzdevumu, prasmi pārvarēt sarežģītas situācijas, prasmi būt par komandas locekli, plašākā šī vārda nozīmē.

Jautājums: *Raksturojiet, kāda, Jūsuprāt, ir mūsdienu jauniešu vērtīborientācija? Kas par to liecina?*

G. B. Vērtīborientācija, nu ir dažādi, man liekas, ka mūsdienās viss lielā mērā ir pakļauts tam, lai nākotnē cilvēki pēc iespējas labāk iekārtotos šajā tirgus sabiedrībā un iegūtu pēc iespējas labāku, atalgotu specialitāti. No vienas puses, tas nav slikti, jo skolēniem, piemēram, skolā ir lielāka motivācija. Viņš zina, kāpēc viņš mācās, viņš saprot, viņam tas tomēr ir iestāstīts, viņš to ir sapratis. Jo labāk es mācīšos, jo man ir lielākas izredzes dzīvē iekārtoties un tiešām apmierināt savas materiālās un citas

vajadzības. No otras puses, ja tikai uz to orientējās, tad citas vērtības paliek otrā plānā, tādas kā draudzība, biedriskums un tāds nesavtīgums, jo tad uz visu skatās caur šo te materiālistisko, pragmatisko prizmu. Bet katrā ziņā, es uzskatu, ka mūsdienu jaunieši, viņi tomēr, cik es esmu ievērojis, šajos neatkarības gados ir kļuvuši tomēr kaut kur arī humānāki, no vienas puses, tolerantāki, iecietīgāki. Cik es atceros, piemēram, manā jaunībā skolā bija daudz vairāk konfliktu un dažāda rakstura fizisku sadursmju, starp pusaudžiem vispār, skola bija vardarbīgāka. Tagad sabiedrība uz to asāk reaģē, jo mēs esam Eiropas Savienībā, mums ir zināmas Eiropas vērtības, tādas kā tolerance, humānisms un sabiedrība ir kļuvusi prasīgāka un līdz ar to bērniem lielākas prasības tiek izvirzītas. Tas ir viens, jo vardarbība ir gājusi stipri mazumā. Otrkārt, es esmu ievērojis, ka skolas ir kļuvušas daudz tīrākas, sakoptākas, tādā nozīmē, ka, piemēram, ja gadus padsmiņi atpakaļ skolas tika reizēm piesmēķētas un tā tālāk, un zaļos augus gaitenēs nemaz nevarēja turēt, jo viņus tur saplēsa vai sabojāja, tad tagad tā nav. Tagad smēķēšana skolā ir kaut kas ārkārtējs. Jo cilvēks sāk tagad apzināties to, ka arī veselība ir vērtība un tas jau skaitās kaut kas nenormāls, ja kāds atļaujas skolā plēst, lauzt inventāru. Protams, ir atsevišķi gadījumi. Es tikai salīdzinu, ka tad, kad es sāku strādāt skolā pirmos gadus un kā ir tagad. Ja manā laikā, pat atceros, kad sāku strādāt skolā, piemēram, mētājās ar maizi, tad tagad neko tādu es neredzu, jo maize ir vērtība. Lai gan tajā laikā uz katra stūra bija plakāti: „Taupīsim maizi, tā ir mūsu bagātība!”, tas neiedarbojās. Bet, kad cilvēki sajuta, ka tas viss maksā naudu, tad mainās arī kaut kur attieksme arī pret lietām. Tā kā es uzskatu, ka jaunatne nav kļuvusi noteikti sliktāka, varbūt vairs netiek grūsta tik daudz zināšanu bagāža, bet viņiem tiek dota iespēja vairāk pašiem izdomāt, viņi prot sameklēt informāciju un mūsdienu tehnoloģiju laikmetā te ir notikusi vesela revolūcija. Ja man kādreiz vajadzēja rakstīt, tā kā tev diplomdarbu ar roku vai rakstām mašīnu, sameklēt kādu personību, man būtu jāiet uz bibliotēku, jāmeklē kaut kādas grāmatas, enciklopēdijas, tagad ieeju *Google*, uzrakstu personību un iegūstu visu, kas man vajadzīgs. Te ir vesels apvērsums noticis. Un dabiski līdz ar to arī mainās jaunatne, viņi vairs nav iedomājami bez šīm tehnoloģijām, viņiem vairs nav entais kaut kāds materiāls jāieliek savā galvā, jo viņi daudz ko vienkārši var paši atrast, un galvenais, kā viņi to prot izmantot. Tā kā man liekas, ka sabiedrība iet progresā virzienā

E. S. Vērtību orientācija jauniešiem mūsdienās, protams, ir daudz... Ļoti retam vērtība ir mācības. Jaunietis pats par sevi, noteikti, nezina, kas ir viņa vērtības.

Manuprāt, jauniešu vērtīborientācija ir uz sevi, uz pašapliecināšanu tendēta, uz šo brīdi, jo viņi ir tīni, tad vecāki jaunieši jau sāk apjēgt, ka viņiem ir veselība un izglītība svarīgas vērtības.

A. O. Tagad ir ļoti grūti. Kad es sāku nodarboties pats, mums nevajadzēja kaut kādus materiālos labumus, mēs pat nedomājām par to, ka varētu dabūt naudu par sacensībām. Mums deva medaļas, es līdz piecpadsmit gadiem zināju, cik man precīzi ir medaļas. Paņemot kādu rokās, es varēju pateikt, par ko tā ir, kādās sacensībās, cik man bija cīņas. Tagad ir tā, lai sasniegtu augstus rezultātus, ir jāpiedalās daudz sacensībās, jāgūst sacensību pieredze, sacensības ir ļoti daudz, es pats pat saprotu, ka dažreiz ir parāk daudz. Bet nevar izslēgt dažas sacensības, jo mēs ar organizatoriem esam labās attiecībās, dažas ir tāpēc, ka tiešām ir labs līmenis, jo mums vajag to pārbaudes turnīru. Viņiem bez medaļām un uzslavas, man liekas, ka dažiem nebūtu interesanti. Ir tādi, kuri strādā tāpēc, ka viņi grib apgūt tieši karatē, tas ir tas, ko es šodien lasīju saviem audzēkņiem par „Oss” nozīmi, ka nav jātrenējas tāpēc, ka treneris skatās, būtu labi, ja trenētos un tu gribi apgūt karatē cīņas mākslu. Bet diemžēl, tagad viņiem viss ir. Nav iespējams viņus kaut kā motivēt materiāli, viņiem ir labākie viedtālruņi, pēdējie planšetdatori, viņiem ir tik daudz naudas, cik viņi paprasīs vecākiem, un viņi arī iedos. Tāpēc karatē viņi, nu es ceru, ka daudzi no viņiem var būt labāki par citiem tāpēc, ka viņi nodarbojas un viņiem ir tie sasniegumi, jo citiem viņu vienaudžiem nav tāds nopietns mērķis kaut kur, viņi nebrauc uz sacensībām, viņiem nav apbalvojumu. Tas ir liels plus, bet, ja paskatāmies no trenera viedokļa, tad reizēm ir ļoti grūti kaut ko tādu izdomāt, lai viņi pateiktu „o, jā!”. Kad es pirms pāris nedēļām saku, nu braucam uz boulingu, treneris visu izmaksā, viņiem tas bija nu tā, „njā, forši...” vai arī nometnē pirms gada es saku naktī viņiem ejam peldēties, viņi saka: „bāc, mēs labāk paspēlēsim savos mobilajos telefonos.” Manā laikā un arī Tavā laikā, droši vien, ja man treneris pateiktu, ejam tur peldēties vai ejam vienkārši uzspēlēsim futbolu naktī, ekstremālos apstākļos, priekš mums tas būtu kaut kas īpašs kā pagodinājums. Un tagad pie tiem visiem materiāliem labumiem, diemžēl, mums kaut kas ir jāmaina. Ir tādi vecāki, kuri to saprot un kaut kā mēģina to visu regulēt, bet ir arī tādi, kuri domā, ja es došu viņam visu, tad būs labi. Manuprāt, skolēniem jādod iespēja visu nopelnīt, nedrīkst tik viegli viņiem to visu dot. Man ļoti gribas cerēt, ka sports un karatē un mūsu augstais mērķis, un mēs par to visu laiku runājam, ka mūs interesē visaugstākais līmenis, nacionālie un starptautiskie

čempionāti, un mēs ejam uz to pusi un ļoti gribam, lai viņu oreintācija būtu nopietna un dižena.

A. Z. Manuprāt, mūsdienu jaunieši tiecās pēc patērētājsabiedrības attieksmes pret dzīvi. Par to liecina jauno cilvēku vēlēšanās pārvaldīt materiālos labumus – tehniku, mašīnas, drēbes, atpūtu, izklaidi utt.

Pētījuma autors pēc ekspertu intervijas secina, ka karatē eksperti paši ir sākuši nodarboties ar šo cīņas mākslu, jo tas ir viņu aicinājums. Sākotnējā etapā, tā bija interese par kaut ko jaunu vai bija kādu daļu iepazinuši militārajā dienestā, vēlme fiziski attīstīties un apgūt paš aizsardzības iemaņas un vecāku izvēle un lēmuma pieņemšana. Visi eksperti atzina, ka nenožēlo kādreizējo izvēli un turpinātu nodarboties ar karatē, kādam tas ir otrs darbs – iztikas avots, un viņš redz sevi kā treneri un karatē mākslas skolotāju, kādam tā ir misija un piemērotākā fiziskās un garīgās attīstības sistēma, jo norūda raksturu un morāli pilnveido, kādam tas ir izaicinājums sasniegt visaugstākos mērķus un izcelt Latvijas sportistus pasaules līmenī.

Trīs eksperti atzīst, ka karatē sniedz pārliecību par sevi, viņi jūtas droši par savām fiziskām un garīgām spējām. Fiziski pilnveidojas spēks, ātrums, izturība, veiklība, lokanība un ķermeņa norūdīšana. Garīgi pilnveidojas gribasspēks, personības raksturs, attīstītās komunikācijas un sadarbības prasmes, cilvēka psiholoģijas – sevis un citu izprašana, kā arī cieņa. Tas palīdz arī citās profesijās, piemēram, politikas jomā, daudzi politiķi nodarbojas ar karatē un ir meistari. Kādam ekspertam karatē treneris apliecināja, ka spēcīga motivācija, apzinīgs un neatlaidīgs darbs un spēju attīstīšana vienmēr attaisnojas ar panākumiem un augstiem rezultātiem, piemēram, sportā.

Par to, ko visvērtīgāko karatē sniedz cilvēkam, eksperti atzina, ka tā ir pašpārliecība par savām spējām, intelekta attīstīšana, dod iespēju komunicēt globālā līmenī. Karatē norūda raksturu, iemāca pārvaldīt cilvēkam pašam sevi, sniedz prasmi aizstāvēt sevi un citus. Vēl eksperti min tādus ieguldījumus personības pilnveidošanā, ka karatē iemāca disciplīnu un filosofija neļauj apstāties un padoties, tā liek turpināt, cīnīties, censties un nepadoties, bet pārvarēt grūtības. Karatē attīsta prātu un, ar gadiem iedziļinoties filosofijā, cilvēka gudrība transformējas viedumā.

Trīs eksperti ir pazīstami ar karatē principiem, jo uzskata, ka, ja cilvēks nopietni nodarbojas ar karatē, tad zina tos. Ir minimālas atšķirības stilos un skolās, ir modifikācijas, bet par pamatu ir ņemtas karatē pamatlicēju un meistara izveidotie noteikumi, uz kuriem balstoties, veidojas kāda karatē stila, skolas, sporta kluba ētikas kodekss. Viens eksperts tieši ar Funakoši „Dodzo Kun” nebija saskāries, bet principi ir zināmi. Visi karatē eksperti ievēro šos principus, māca tos saviem audzēkņiem, viņi tos ir iemācījušies no saviem treneriem un skolotājiem, kuri ir bijuši stingri attiecībā par karatē principu ieaudzinašanu. Tādēļ intervētie eksperti rāda piemēru un stāsta par galvenajiem principiem un filosofiju, jo tie pilnveido karatistus, padarot tos cilvēkus un pilnveido viņu personības. Jautājumā par jauno karatistu paaudzi, vai viņi ir pazīstami ar „Dodzo Kun” un vai viņi saprot un ievēro tos, karatē ekspertu atbildes pauda, ka par tiem treniņos tiek runāts, stāstīts un skaidrots, viņi ir ar tiem pazīstami un ievēro, bet periodiski gadās arī pārkāpumi, tad tiek pārrunāts un atkārtots, kas ir karatē principi. Daži eksperti uzsver, ka ietekme ir ārpus karatē nodarbības videi – ģimene, skola, sabiedrība. „Dodzo Kun” ir ideāli, uz ko cilvēkam tiekties, bet neviens nevar tos absolūti izpildīt, tie var likt cilvēkam uzlaboties, vismaz ārēji. Viens eksperts noliedz, ka jaunā karatē paaudze ir pazīstama ar „Dodzo Kun”, bet viss ir atkarīgs no trenera, ja viņš to uzskata par svarīgu nodot tālāk un ja pats ievēro, tad arī skolēni līdzināsies, taču mūsdienīgā laikmetā ir daudz grūtību un šķēršļu, lai tos ievērotu karatisti.

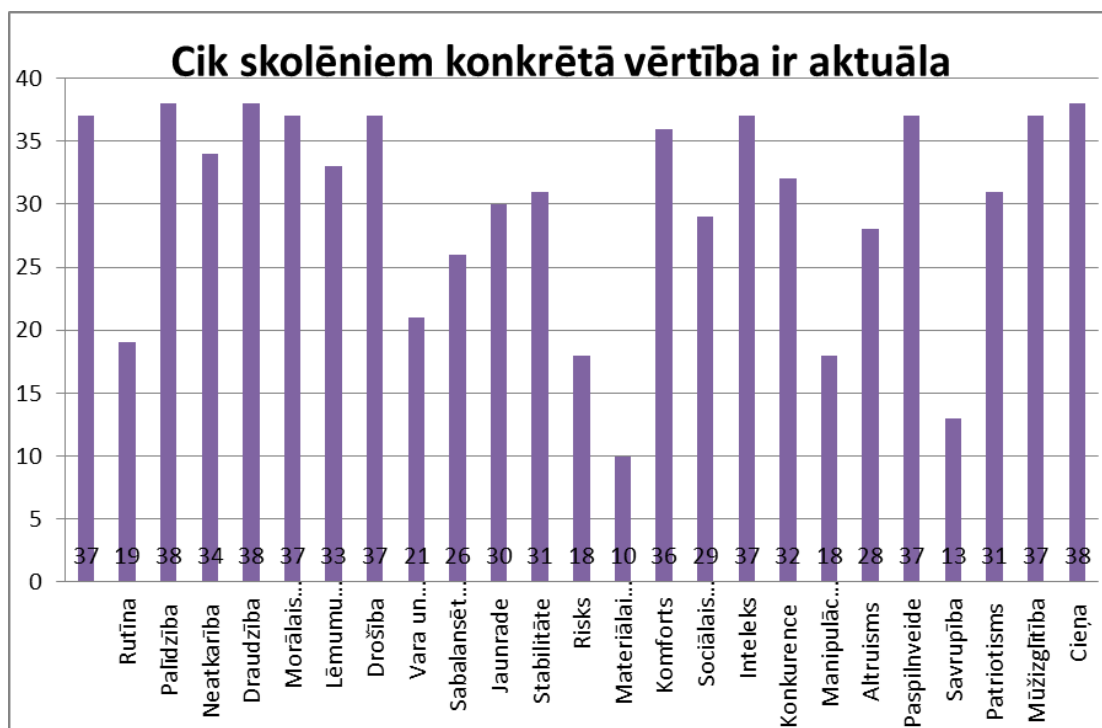
Ko vēl karatē var sniegt bez fiziskās attīstības un veselības nostiprināšanas? Uz šo jautājumu eksperti atbildēja, ka tā ir garīgā attīstība, komunikācijas prasmes, koncentrēšanās prasmes, pārvarēt sarežģītas situācijas, būt par komandas biedru visplašākajā nozīmē. Kā arī psiholoģisko elastību, spēju pielāgoties dažādām situācijām, rakstura norūdīšana, gribasspēka attīstīšana, puišos tā audzina vīrišķību, īpaši, kuriem ģimenē ir tikai sievietes. Viens eksperts atzīmēja sportisko motivāciju, kas reducējas tikai uz rezultātu un sasniegumiem, līdz ar to materiālo labumu, un, ja netiek līdzsvarots ar karatē filosofiju, tad pazūd karatē būtība.

Karatē eksperti intervijas beigās raksturoja skolēnu vērtīborientāciju dažādi. Kāds uzskata, ka jaunā paaudze tiecās uz patērētājsabiedrības dzīves modeli, ka viņi vēlas savā īpašumā turēt materiālos labumus. Cits pauda viedokli, ka viņiem vērtības ir mainīgas vecumposma ietekmē, viņi vēlas izpausties un apliecināt savu sociālo statusu, taču ar laiku veselība un izglītība tiek augstu vērtēta. Vēl kāds eksperts

minēja, ka augsti sportiskie sasniegumi tiek ar mērķi ieaudzināti viņos. Eksperts, kurš ilgu gadu strādā arī skolā, raksturo jauniešus uz tirgus sabiedrību tendētus, ka izglītība ir līdzeklis, lai iekārtotos augsti apmaksātā profesijā. Taču min, ka sabiedrības kustība ir progresa virzienā, jo ir kļuvusi humānāka un tolerantāka, ekonomiskāka, novērtē veselību, kārtību un tīrību, jaunajai paaudzei ir iespēja darboties pašiem, uzņemties iniciatīvu, piemēram, izglītības jomā, izmantojot attīstītās komunikācijas un informācijas tehnoloģijas.

Karatē audzēkņu vērtību klasifikācijas testēšana tika veikta pirms ekspertu intervēšanas, lai noskaidrotu skolēnu, kuri nodarbojas ar karatē, šī brīža vērtīborientāciju. Testos kopā piedalījās dažāda vecuma un dzimuma skolēni no Jūrmalas pilsētas Austrumu cīņas kluba „Neguss” un Rīgas karatē sporta kluba „Ippon.lv” karatē audzēkņi, respondentu skaits – 38 cilvēki. Vērtību klasifikācijas tests tika adaptēts un modificēts no dažādiem autoriem (skatīt 15. pielikumu). Tas sastāvēja no divdesmit piecām vērtībām, kuras skolēniem vajadzēja atzīmēt ar „+” vai „-”, attiecīgi, kā tieši viņi novērtē konkrēto vērtību, kā svarīgu vai nesvarīgu. Pēc tam skolēniem vajadzēja ranžēt savas vissvarīgākās un visnesvarīgākās vērtības, veidojot izlasi „top pieci” plusiem un mīnusiem. Visi testi tika aizpildīti, un visi tiek uzskatīti par derīgiem. Datu apstrādei tika izmantota *Microsoft Office* programma *Excel 2010*.

Pētot karatē audzēkņu vērtīborientāciju, tika noskaidrots, cik respondentiem konkrētā vērtība ir svarīga (skatīt 4.2.1. attēlu), tika noskaidrots, ka no 38 skolēniem 37 ir atzīmējuši, ka dažādība viņiem ir svarīga, 19 atzīmēja, ka rutīnas darbība ir svarīga, visi 38 atzīmēja palīdzību citiem, 34 atzīmēja neatkarības svarīgumu, visi 38 skolēni atzīmēja draudzību, 37 atzīmēja morālo piepildījumu, 33 atzīmēja lēmumu pieņemšanu, 37 atzīmēja drošības svarīgumu, 21 atzīmēja varu kā savu vērtību, 26 atzīmēja sabalansētas lomas, 30 atzīmēja radošumu, 31 atzīmēja stabilitāti, 18 atzīmēja risku, 10 atzīmēja materiālo labumu, 36 atzīmēja komfortu, 29 atzīmēja sociālo statusu, 37 atzīmēja intelektu, 32 atzīmēja konkurenci, 18 atzīmēja cilvēku manipulācijas, 28 atzīmēja altruismu, 37 atzīmēja pašpilnveidošanos, 13 atzīmēja savrupību, 31 atzīmēja patriotismu, 37 atzīmēja mūžizglītību, un visi 38 respondenti norādīja uz cieņas vērtību. No šiem skaitļiem var secināt, ka testā piedāvātās vērtības skolēniem ir aktuālas.



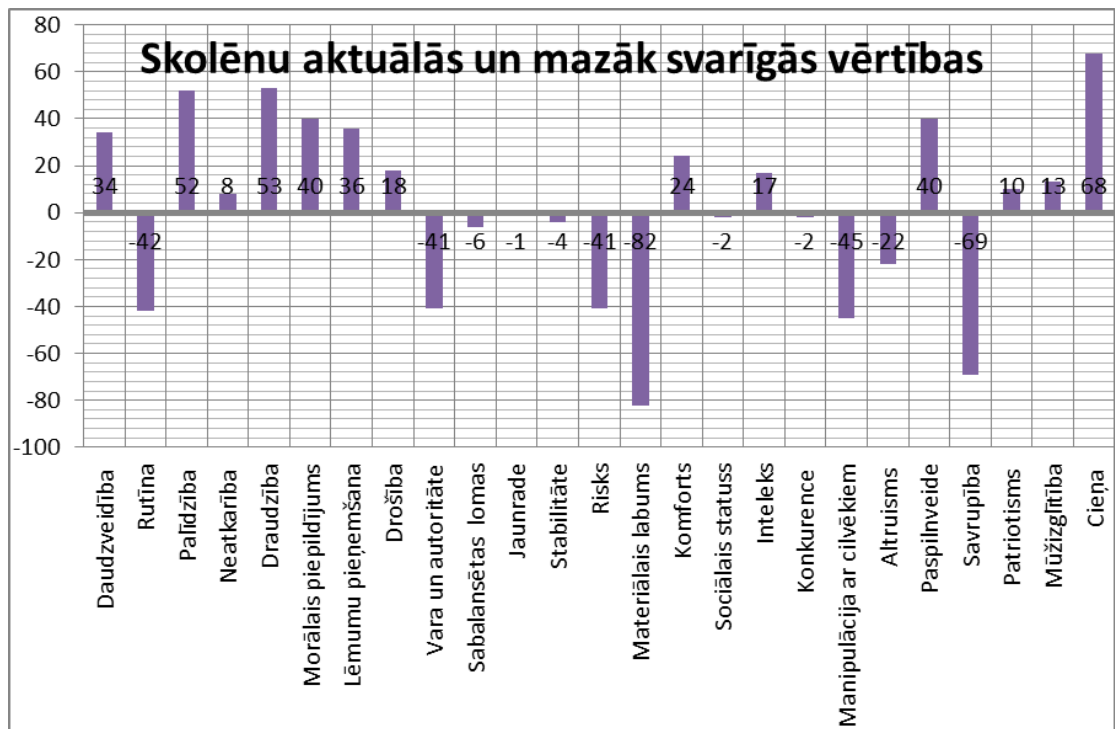
4.2.1. attēls „Cik skolēniem konkrētā vērtība ir svarīga”

Testa rezultāti (skatīt 4.2.2. attēlu) parāda pretējo, cik skolēniem konkrētā vērtība ir mazsvarīga. Tikai 1 respondents atzīmē draudzību, puse jeb 19 atzīmē rutīnas darbības, neviens neatzīmē palīdzību citiem, 4 atzīmē neatkarību, neviens neatzīmē draudzību, 1 atzīmē morālo piepildījumu, 5 atzīmē lēmumu pieņemšanu, 1 atzīmē drošību, 17 atzīmē varu, 12 atzīmē saskaņotību, 8 atzīmēja radošumu, 7 atzīmēja stabilitāti, 20 atzīmēja risku, 28 atzīmēja materiālo labumu, 2 atzīmēja komfortu, 9 atzīmēja sociālo statusu, 1 atzīmēja intelektu, 6 atzīmēja konkurenci, 20 atzīmēja cilvēku manipulācijas, 10 atzīmēja altruismu, 1 atzīmēja pašpilnveidošanos, 25 atzīmēja savrupību, 7 atzīmēja patriotismu, 1 atzīmēja mūžizglītību, neviens no respondentiem nenorādīja cieņu. Iegūtie dati liecina, ka skolēni atzīmēja ar „ – ” tās vērtības, kuras viņiem uz doto brīdi nav aktuālas.



4.2.2. attēls „Cik respondentiem konkrētā vērtība ir neaktuāla”

Pētot skolēnu sarakstētās populārākās vai vadošākās vērtības (skatīt 4.2.3. attēlu), noskaidrojās, ka pirmajā vietā ir cieņa, otrajā vietā ir draudzība, trešajā vietā ir palīdzība citiem, ceturtajā vietā ir gan morālais papildījums, gan pašpilnveide, un piektajā vietā lēmumu pieņemšana. Savukārt skolēnu sarakstētās mazāk aktuālās vērtības rezultāti liecina, ka respondentiem pirmā nesvarīgākā vērtība ir materiālais labums, otrajā vietā ir savrupība, trešajā vietā cilvēku manipulācijas, ceturtajā vietā ir rutīnas darbības, un pēdējā nesvarīgākā ir gan vara, gan risks. No balsojuma datiem var secināt, ka testētie respondenti atzina par vissvarīgāko vērtību cieņu un kā visnesvarīgākais tika atzīts materiālais labums.



4.2.3. attēls „Skolēnu vissvarīgākās un nesusvarīgākās vērtības”

SECINĀJUMI

Pētot un analizējot zinātnieku un praktiķu atziņas, kas publicētas dažādos rakstos, apkopojumos, rokasgrāmatās, mācību grāmatās, periodikā un interneta resursos, tika veikti secinājumi par ētisko vērtību un vērtīborientāciju jēdzienu formulējumu, attīstību ietekmējošiem faktoriem, vērtīborientāciju Austrumu cīņas mākslā karatē un sportā.

1. Vārds „ētika” atvasināts no grieķu cilmes vārda *ethos*, kas nozīmē tikums, paraža, raksturs, domu veids. Šo terminu 4. gs. p. m. ē. ieviesa sengrieķu filozofs Aristotelis (384. – 322. g. p. m. ē.) – enciklopēdiski izglītots cilvēks, daudzu zinātņu pamatlicējs. Viņš saprata ētiku kā mācību par tikumiem, kā praktisku dzīves filozofiju. Aristotelis savā darbā „Nikomaha ētika” izdala ētiskos tikumus, t. i., tikumus, kas attiecas uz cilvēka raksturu (augstsirdība, devīgums, taisnīgums, pašcieņa, vīrišķība u.c.), un dianoētiskos tikumus, t. i. tikumus, kas attiecas uz cilvēka prātu (gudrība, saprātība, apdomība u.c.). Par pamatu ņemot jēdzienu *ethos*, viņš izveido jaunu jēdzienu *ethicos*, kas nozīmē tikumiskais, un ar šo jēdzienu Aristotelis apzīmēja ētiskos tikumus. Zinātni, kas pēta ētiskos tikumus, to lomu laimes sasniegšanā, Aristotelis nosauca par ētiku. Vērtības ir cilvēka iekšējs idealizēts, relatīvs un mainīgs objekts, kuru nosaka vajadzības, un tas izpaužas cilvēka attieksmē un rīcībā.
2. Vērtīborientācija ir subjekta tendence, kas dod priekšroku vienām lietām pār citām. Vērtīborientācija ir viens no indivīda virzības komponentiem, kuru determinē cilvēka individuāli psiholoģiskās īpatnības, viņa personības attīstības process un vēsturiskie apstākļi.
3. Vērtīborientāciju nosaka sabiedrībā dominējošās vērtības, paaudžu maiņa, vecumposma psihiskās attīstības īpatnības, paļaušanās uz ideāliem, emocijas, ko izraisa vajadzības, gribas audzināšana, savu mērķu, uzdevumu un dzīves jēgas apzināšana, kā arī indivīda personības rakstura attīstība.
4. No trim garīgo prakšu veidiem - klasiskā daoisma, budisma un jogas meditatīvo prakšu sajaukuma radās karate filozofiskais un psiholoģiskais pamats – *dzen (čān)*.

Karatē filozofijas avoti iekļauj sevī galvenos karatē principus – audzināt raksturu, cīnīties un sargāt taisnību, censties sasniegt pilnību, ievērot etiķeti, atteikties

no rupjas uzvedības. Kā arī tradicionālā karatē pamatlicēja, meistara G. Funakoši 20 pamācības – karatē sākas un beidzas ar cieņu, karatē nav pirmā uzbrukuma, karatē audzina taisnīgumu, iepazīt vispirms sevi, tikai tad citus, prāta meistarība svarīgāka par ķermeņa, ļaut prātam būt brīvam, paviršība rada neveiksmes, ar karatē nodarbojas ne tikai Dodzjo, karatē ir mūža darbs, viss ir karatē, karatē nepārtraukti ir jāpraktizē, nedomāt par uzvaru, bet kā nezaudēt, darboties atbilstoši pretinieka darbībām, cīnīties dabiski, apzināties savu bīstamību, dzīvot pašreizējā realitātē, apgūstot atcerēties par dabiskā stāvokļa nozīmīgumu, vienmēr pareizi izpildīt kata, novērtēt savas spējas, vingrināt savu prātu. Karatē filosofijas avoti balstās arī uz Budo (cīņas ceļa) likumiem – stingri ievērot Budo likumus katru dienu, netraucējot apkārtējiem, katru dienu vingrināt savu garu un ķermeni, apgūt visu pamatīgi, īpaši to, kas nepadodas, nevērtēt sevi pārāk augstu – būt pazemīgam, cienīt citu paradumus, ja tie nav pretrunā ar sabiedrības normām un neuzspiest savējos, necensties būt pārākam par apkārtējiem – censties pilnveidot sevi, nedemonstrēt publiski bez vajadzības karatē paņēmienus, nerunāt necienīgi par cilvēkiem – būt savaldīgiem, nekļūt par neaicinātu padomdevēju, ja vērtējums nav būtisks par nepareizu rīcību, nealkt pēc sadursmēm – no konfliktiem izvairīties ar laipnību, necīnīties personiskā apvainojuma dēļ, nepamest nelaimē biedrus, nekad neuzbrukt pirmajam, taisnīgu cīņu uzvarēt ar godīgiem līdzekļiem, drošsirdīgi cīnīties ar ļaundariem – slikti audzinātu nepāraudzināt, cīnīties ar pilnu atdevi, neielaisties strīdos un derībās par karatē pārākumu, apvaldīti skaidrot karatē mērķi – miermīlīgi celt gaismā pseidokaratistus.

Karatē filosofija ietver morālos principus, kas balstās uz cīnītāja personības pašpilnveides priekšnosacījumiem – audzināt raksturu, sargāt taisnību, tiekties sasniegt pilnību, ievērot etiķeti, godāt tradīcijas, atturēties no rupjas uzvedības. Ievērojot šos principus, patiesa karatista vērtīborientācija sliecās būt ētiska un ir tikumiska.

5. Ētiskās vērtības sportā ir veselība, godīgas spēles princips, cieņa, uzticība, atbildība, taisnīgums, pilsoniskums, drošība, vienlīdzība. To ievērošana veicina vispusīgu un harmoniski attīstītu sportistu personību veidošanos, līdz ar to saskaņotu sabiedrību un pilsonisko līdzatbildību.
6. Par skolēnu rakstura veidošanos ētisko vērtību kontekstā var secināt, ka svarīga nozīme ir skolotāja un skolēna sadarbībai. Audzināšanas procesā ņemt vērā skolēnu vecumposma īpatnības, zīmīgi arī salīdzināt

dažādas audzināšanas pieejas. Attīstīts prāts, bagāta jūtu pasaule, izkopta pašrefleksija un jēgpilnas radošas darbības spēja padara personību vajadzīgu sabiedrībai un saudzīgu pret vidi.

Pētījuma praktiskajā daļā izdarīti šādi secinājumi:

1. Ekspertu intervijas liecina, ka karatē sniedz cilvēkam pārlicību par sevi, viņi jūtas droši par savām fiziskām un garīgām spējām. Fiziski pilnveidojas spēks, ātrums, izturība, veiklība, lokanība un ķermeņa norūdīšana. Garīgi pilnveidojas gribasspēks, personības raksturs, attīstītās komunikācijas un sadarbības prasmes, cilvēka psiholoģijas – sevis un citu izprašana, kā arī cieņa. Karatē palīdz un atbalsta cilvēku iekšēji arī citās profesijās, piemēram, politikas jomā – daudzi politiķi nodarbojas ar karatē un ir meistari. Karatē var dot spēcīgu motivāciju, apzinīgs un neatlaidīgs darbs un spēju attīstīšana vienmēr attaisnosies ar panākumiem un augstiem rezultātiem, piemēram, amatieru vai profesionālajā sportā. Visvērtīgākais karatē ieguldījums cilvēkam, kā atzīst eksperti, ir pašpārlicinātība par savām spējām, intelekta attīstīšana, iespēja komunicēt globālā līmenī. Karatē norūda raksturu, iemāca pārvaldīt un savaldīt pašam sevi, sniedz prasmi aizstāvēt sevi un citus. Eksperti min tādus ieguldījumus personības pilnveidošanā, kā piemēram, karatē iemāca disciplīnu, un filosofija neļauj apstāties un padoties, tā liek turpināt, cīnīties, censties un nepadoties un pārvarēt grūtības. Karatē attīsta koncentrēšanās prasmes, prasmi pārvarēt sarežģītas situācijas – emocionāli būt gatavam ekstremālām situācijām, būt par komandas biedru visplašākajā nozīmē. Tā veicina psiholoģisko elastību, spēju pielāgoties dažādām situācijām, puīšos tā audzina vīrišķību, īpaši, kuriem ģimenē ir tikai sievietes. Sportiskā motivācija, kas reducējas tikai uz rezultātu un sasniegumiem, līdz ar to materiālo labumu, un ja netiek līdzsvarots ar karatē filosofiju, tad pazūd karatē būtība. Karatē attīsta prātu un ar gadiem, iedziļinoties filosofijā, cilvēka gudrību transformē viedumā.
2. Eksperti raksturoja jaunās paaudzes vērtīboreintāciju kā tiekšanos uz patērētājsabiedrības dzīves modeli, ka skolēni vēlas savā īpašumā gūt materiālos labumus. Skolēnu vērtības ir mainīgas vecumposma ietekmē, viņi vēlas izpausties un apliecināt savu sociālo statusu, taču ar laiku veselība un izglītība tiek augstu vērtēta. Augsti sportiskie sasniegumi tiek ar mērķi

ieaudzināti viņos. Uz tirgus sabiedrību tendētus, ka izglītība ir līdzeklis, lai iekārtotos augsti apmaksātā profesijā. Bet kopumā sabiedrības kustība ir progresa virzienā, jo ir kļuvusi humānāka un tolerantāka, ekonomiskāka, novērtē veselību, kārtību un tīrību, jaunajai paaudzei ir iespēja darboties pašiem, uzņemties iniciatīvu, piemēram, izglītības jomā, izmantojot attīstītās komunikācijas un informācijas tehnoloģijas.

3. Karatē skolēnu vērtību klasificēšanas tests liecina, ka visiem 38 respondentiem piedāvātās 25 vērtības ir aktuālas. Šīs vērtības var izdalīt pēc izvietojuma vērtīborientācijā:

I vietā – cieņa (no 38 respondentiem 38 atzīmē);

II vietā – draudzība (no 38 respondentiem 37 atzīmē);

III vietā – palīdzība citiem (no 38 respondentiem 38 atzīmē);

IV vietā – morālais papildījums un pašpilnveide (no 38 respondentiem 37 atzīmē);

V vietā – lēmumu pieņemšana (no 38 respondentiem 33 atzīmē).

Mazāk aktuālas vērtības pēc izvietojuma vērtīborientācijā:

I vietā – materiālais labums (no 38 respondentiem 28 atzīmē);

II vietā – savrupība (no 38 respondentiem 25 atzīmē);

III vietā – cilvēku manipulācijas (no 38 respondentiem 38 atzīmē 20);

IV vietā – rupjības darbības (no 38 respondentiem 19 atzīmē);

V vietā – vara un risks (no 38 respondentiem 17 un 7 atzīmē).

No iegūtiem datiem var secināt, ka visi 38 respondenti par vissvarīgāko vērtību atzīst cieņu un kā vismazāk svarīgākais tiek atzīts materiālais labums.

Ņemot vērā, ka karatē pamatvērtības izriet no galvenajiem principiem, kas ir: audzināt raksturu, sargāt taisnību, tiekšanās pēc pilnības, etiķetes ievērošana, atturēšanās no rupjas uzvedības un visi tiek uztverti vienlīdzsvarīgi, tad skolēniem ir aktuālas etiķetes ievērošana, kas ietver sevī ne tikai pieklājību treniņos un tradīciju godāšanu, bet atspoguļojas arī cieņā pret apkārtējiem cilvēkiem, pieņemot viņu atšķirības un dzīves veidu, pieņemot cieņu pret citiem kā savu dzīves stilu. Skolēniem ir aktuāla atturēšanās no rupjas uzvedības, kas izpaužas tolerancē, atbrīvošanās no rupjām un nekontrolētām vēlmēm, karatē izmanto ārkārtas situācijās nevainīgo aizsargāšanā, kas autoraprāt, ir palīdzības un draudzīgu attiecību izpaušana. Skolēniem ir aktuāla rakstura audzināšana, kas izpaužas gribas veidošanā, kā arī

tiekšanās pēc pilnības vērtībām, kas ir nepārtraukta centība, uzstājība un trūkumu novēršana, kas atspoguļojas pašpilnveidē. Skolēniem ir aktuāla cīņa un taisnības sargāšana, kas ir sekošana patiesībai, būt godīgam pret sevi un apkārtējiem. Godīgums un taisnīgums norāda par drosmi un izlēmību, kas, autoraprāt, izpaužas morālajā piepildījumā.

Atbildot uz pētījuma trešo jautājumu, tika atklātas zināmas mījsakarības starp treneri un audzēkni, kā arī starp karatē un vērtīborientācijas veidošanos. Treneris ar savu personīgo paraugu, ar savu attieksmi un stingru pieturēšanos pie galvenajiem karatē principiem var sekmēt audzēkņu vērtīborientācijas attīstīšanos un veidošanos. Tajā pašā laikā, karatē filosofija ir universāla un pielietojama dažādās dzīves sfērās – sportā, karjeras izglītībā, saskarsmes psiholoģijā, politikā, drošībā u.c. Galvenie karatē principi, ja cilvēks nopietni tos ievēro, veicina harmoniski veidotas personības un rakstura attīstīšanos. Karatē filosofija kļūst par cilvēka dzīves veidu, un tas būtiski ietekmē viņa vērtīborientāciju.

Pētījuma gaitā tika realizēti un īstenoti pētījuma darba uzdevumi, līdz ar to sasniegts pētījuma mērķis, kā arī rastas atbildes uz izvirzītajiem pētījuma jautājumiem. Vajadzētu turpināt pētījumu, lai redzētu izmaiņas karatē nodarbību procesā, treneru un audzēkņu vērtīborientācijā. Turpmāk būtu nepieciešams pastiprinātāks pētījums par karatē integrēšanas iespējām sporta izglītībā. Karatē apguves process ir ilgstošs, tādēļ būtu nepieciešams apjomīgāks laika periods un padziļinātāks darbs pētījuma veikšanai, lai to izvirzītu novada vai valsts līmenī.

BIBLIOGRĀFIJA:

1. Albrehta, D. Pētīšanas metodes pedagoģijā. Rīga: Mācību grāmata, 1998.
2. Barets, R. Vērtīborientētas organizācijas izveide. Rīga: Domu spēks, 2008.
3. Batņa, V. Rosinot bērna iekšējo pasaul., Rīga: RaKa, 2001.
4. Geske, A., Grīnfelds, A., Izglītības pētniecība . Rīga: Latvijas Universitāte, 2006.
5. Gulbe, K., Kreišmane, I., Valgere, R. Ievads psiholoģijā. Rīga: Izdevniecība Pētergailis, 2000.
6. Ideju vārdnīca. Rīga: Izdevniecība Zvaigzne ABC, 1999.
7. Karjeras izglītība profesionālās vidējās iestādēs. Skolotāja rokasgrāmata, PIAA, 2006.
8. Karpova, Ā. Personība. Teorijas un radītāji. Rīga: Apgāds Zvaigzne ABC, 1998.
9. Kristapsone, S. Zinātniskā pētniecība studiju procesā. Rīga: Turība, 2008.
10. Kuzņecova, A. Profesionālās ētikas pamati. Rīga: RaKa, 2003.
11. Kūle, M., Kūlis, R. Filosofija. Rīga: Apgāds Burtnieks, 1996, 1997.
12. Lieģeniece, D. Kopveseluma pieeja audzināšanā. Rīga: RaKa, 1999.
13. Mārtinsone, K., Pipere, A. Ievads pētniecībā: startēģijas, dizaini, metodes. Rīga: RaKa, 2011.
14. Mellepe, Z. Dzenbudistu stāsti. Rīga: Izdevniecība Likteņstāsti. 2006.
15. Mens – Taņš, Č. Meklē sevī. 2013.
16. Petroviča, T., Štāle, L. Ētisko un tikumisko pamatvērtību audzināšana skolā. Skolotājs 6(30), 2001.
17. Raščevska, M. Psiholoģisko testu un aptauju konstruēšana un adaptācija. Rīga: Raka, 2005.
18. Spodra A, Mūsdienu sabiedrības vērtību transformācija skolas jauniešu vidē. Latvijas Universitātes Raksti, 795, 2014.
19. Sporta ētikas kodekss. Rīga: LOK, 1994.
20. Students, J. A. Bērna, pusaudža un jaunieša psiholoģija. Rīga: autora izdevumā, 1935.
21. Špona, A. Audzināšanas process teorijā un praksē. Rīga: RaKa, 2006.
22. Šteinberga, A., Tunne, I. Jauniešu pašizjūta un vērtības. Rīga: RaKa, 1999.
23. Urbāne, D., Zods, E. Pedagoģija un skolotāju izglītība. Latvijas Universitātes Raksti, 802, Karatē izvēles sporta veids mācību priekšmetā Sports. 2014.

24. Zods, E. Karatē – izvēles sporta veids mācību priekšmetā Sports. 2014.
25. Fretwell, D. DŌDŌ KARATE DŌ: KARATE DŌ LIFE OF TRAINING. AuthorHouse, 2012.
26. Funakoshi, G. TWENTY GUIDING PRINCIPLES OF KARATE: THE SPIRITUAL LEGACY OF THE MASTER. (J. Teramoto, Trans) Tokyo: Kodansha International, 2003.
27. Hill, C., P., Hood, Jr., W., R., MEASURES OF RELIGIOSITY. Religious Education Press Birmingham, Alabama, 1999.

Interneta resursi:

28. Karatē filosofija pieejams: <http://okinawakarate.lv/karate-filosofija/> (skatīts 07.05.2015., 16:11)
29. Karatē vēsture pieejams: <http://www.ltkf.lv/index.php?sadala=17&id=12> (skatīts 07. 05. 2015., 14:33)
30. Karatē filosofija pieejams: <http://www.karatedo.uocz.lv/publ/karate/1-1-0-2> (skatīts 07. 05. 2015., 14:14)
31. Karatē Budo likumi pieejams: <http://www.ltkf.lv/index.php?sadala=17&id=10> (skatīts 07. 05. 2015., 14:26)
32. Latvijas Universitātes Raksti. Pieejams: www.lu.lv (skatīts: 14.01.2015.)
33. Sporta Likums 18. pants. Pieejams: <http://likumi.lv/doc.php?id=68294> (skatīts 12.05.2015. 23:50)

PIELIKUMI

Jēdzieni:

ētika (gr. *ēthos* – raksturs, tikums, paraža) – filozofiska mācība par tikumību un morāli.

ideāls (gr. *idea* – jēdziens, priekšstats) – paraugs, pilnība, augstākais mērķis, kas nosaka cilvēka centienus un uzvedību (10; 196).

morāle (lat. *moralis* – tikumīgs) – uzskatu un priekšstatu, normu, ideālu ētisko vērtību sistēma, kas regulē cilvēka uzvedību (10; 197).

personība – konkrēti vēsturisks, individuāls pašapziņas un sociālās darbības subjekts; indivīds kā sabiedrisko attiecību un apzinātas darbības subjekts, neatkārtojama būtne; stabila sociāli un bioloģiski nosacītu pazīmju sistēma, kas indivīdu raksturo kā sabiedrības locekli, sociālais mērs cilvēka individuālajā attīstībā; cilvēks kā aktīvas darbības subjekts; cilvēks ar savām individuālajām rakstura, intelekta un emociju īpatnībām (10; 200).

tikumi – no sabiedriskās psiholoģijas atkarīgas īpatnības, kas raksturo cilvēku izturēšanos, savdabīgas paražas, kas pastāv attiecīgajā sabiedrībā vai raksturīga kādai nācijai, kolektīvam vai grupējumam (10; 202).

vērtība – nozīme, ko cilvēks piešķir lietām, parādībām un visam, kas apmierina vajadzības; apkārtējās pasaules objektu specifiski sociāli raksturojumi, kas parāda šo objektu pozitīvo vai negatīvo nozīmi cilvēkam un sabiedrībai (10; 202).

„Dodzo Kun”:

1. Audzini raksturu! Rakstura audzināšana ir darbs ar sevi bez apstājas. Kad cilvēks būs apstājies savā izaugsmē, iekšējo enerģiju (ciņu), līdzīgi kā ir ar laiku, plūsma sāk nest atpakaļ. Svarīgi ir veidot audzēkņa raksturu un gribu, nevis pievērst uzmanību tikai spēkam, tehniskām un cīņas prasmēm. „Karatē galamērķis ir nevis uzvara, nevis zaudējums, bet gan sava rakstura pilnveidošana.” (Funakoshi, 2003).

1. Cīnies un sargā taisnību! Sekot patiesībai nozīmē sargāt taisnību un būt godīgam kā pret sevi, tā arī pret citiem. Godīgums un taisnīgums liecina par izlēmību un drosmi.

1. Centies sasniegt pilnību! Savu gribu ir jāstiprina nepārtraukti. Sevī ir jāaudzina centība un tieksme pēc pilnības, jāattīsta ir uzstājība. Karatē nodarbību mērķis ir iepazīt un pilnveidot sevi. Galvenā uzvara ir pār saviem trūkumiem, nepilnībām – sevi. „Gars ir primārs, bet tehnika sekundāra.”

1. Ievērojiet etiķeti! Cienīt citus cilvēkus un viņu dzīves veidu, ne tikai būt vienkārši pieklājīgiem treniņos. Pieņemt cieņu pret citiem cilvēkiem kā savu dzīves dispozīciju.

1. Atturieties no rupjas uzvedības! Jāatbrīvojas no rupjībām un nekontrolētām vēlmēm, jāmācas būt iecietīgam. Karatē pielieto tikai un vienīgi ekstremālās situācijās. Spēku drīkst pielietot paš aizsardzības vai nevainīgo aizstāvēšanas nolukā. Taču nenotikusi cīņa ir vislabākā (25; 35).

Skolotāja Funakoši 20 pamācības:

1. Karatē sākas un beidzas ar cieņu. Cilvēkam ir jācieņa mācība, skolotājs, biedri, jācieņa un jāgodā dzīve. Viena no īpašībām, kas atšķir cilvēku no pārējām dzīvām būtnēm ir cieņa.
2. Karatists neuzbrūk pirmais. Aizsargājoties neveikt atbildes uzbrukumu un pretinieks pats sevi pieveiks. Pacietība un gara spēks, nevis agresija to paveic. Žēlsirdība ir īsta karatē meistara pazīme.
3. Karatē ir palīgs taisnprātībai. Kad cilvēks ir godīgs pret sevi pašu, tikai tad viņš var dot labumu sabiedrībai.
4. Pirms centies kontrolēt citus, iemācies kontrolēt sevi. Galvenais pretinieks atrodas cilvēkā iekšā. Jāuzvar ir pašam sevi.
5. Vispirms gara spēks, pēc tam tehnika. Cilvēks veido tehniku, nevis tehnika cilvēku. Cilvēks krājot iekšējo pieredzi, iegūst tīru un skaidru prātu, un pielāgojasniecīgām pārmaiņām, līdz ar to jēdziens „neparedzēts” pārstāj pastāvēt.
6. Vienmēr esi gatavs likt lietā savu prātu. Ļaut savam prātam būt brīvam. Brīvs, kustīgs un plašs prāts ir jāpieņem kā ideāls. Savas intereses jāizvērtē kritiski un jāatbrīvojas no negatīvā un kaitīgā. Tad cilvēks spēj atjaunot zaudēto iekšējo enerģiju (ciņu), un var atteikties no sava svarīguma izjūtas, un kļūst par apkārtējās pasaules būtisku sastāvdaļu.
7. Neuzmanība un paviršība rada neveiksmes. Nelaiemes gadījumi rodas no nevērības, nolaidības, paviršas attieksmes pret apkārtējiem un sava slinkuma dēļ.
8. Nedomā, ka karatē apgūst vienīgi nodarbību zālē. Dodzjo (karatē nodarbību zāle) ir ne tikai vieta, kur notiek nodarbība un apgūta karatē cīņas māksla, bet arī pasaules un savu iespēju izpratnes vieta.
9. Karatē apgūšana aizņems visu mūžu, tam nav robežu. Karatē ir visa mūža darbs. Meistars Funakoši pēc sešdesmit gadu ilgstošas karatē kustību pilnveidošanas atzina, ka viņam ir izdevies saprast karatē galveno ideju un pat savas dzīves norietā vēl turpināja izpildīt *Kata*, mēģinot pilnveidot tās izpildījumu.
10. Dzīvo ikvienu dienu saskaņā ar karatē principiem, un tu uzzināsi tā būtību. Viss dzīvē ir karatē aspekts, karatē ir dzīves asmens un jēga.
11. Karatē ir kā ūdens vārīšana. Ja to nepārtraukti nekarsē, tas atdziest. G. Funakoši saviem mācekļiem ir teicis, ka liekvārdība nodarbībās ir zaudēts treniņš un izlaista treniņa diena ir zaudēts trīs treniņu dienu rezultāts. Tādēļ plānveidīgs un pastāvīgs garīgais un fizisks darbs ir ļoti svarīgs karatē.
12. Nedomā par uzvaru, domā, ka tu nedrīksti zaudēt. Vēlme uzvarēt var veicināt nepareizu rīcību un sevis iznīcināšanu, turpretī nevēlēšanās zaudēt audzina uzmanīšanos un veselo saprātu.

13. Darboties atbilstoši pretinieka darbībām. Uzvara ir atkarīga no spējas atšķirt savas vājās puses no stiprajām. Ja pretinieks ir ātrs, tad viņam tiek pretstatīts spēks. Ja pretinieks ir spēcīgs, tad pretstatīta tiek veiklība un manevrējamība. Ja pretinieks ir gudrs, tad ir jāizliekas par muļķi. Ja pretinieks ir spēcīgs, gudrs un ātrs, tad ir jāklūst par viņa draugu. Cīnītājs neseko pretiniekam, bet savam veselajam saprātam.

14. Vadīt cīņu atbilstoši dabiskai stratēģijai. Cīņa ir atkarīga no tā, vai tu izdari savu gājieni, sagatavojies vai nē. Ir jāuzvedas dabiski, pielāgojoties pretiniekiem, neļaut pielāgoties sev.

15. Domā par savām rokām un kājām kā par zobeniem (ieročiem). Tam, kurš nodarbojas ar karatē, vienmēr jāpzinās savas potences.

16. Izejot ārā, satiksies ar tūkstošiem ienaidnieku. Atstājot māju, padomā, ka tevi gaida neskaitāmi pretinieki. Tā ir tava uzvedība, kas var izraisīt nepatīkšanas ar tiem. Cilvēkam vienmēr ir jābūt modram, neuztvert visu kā pašsaprotamu. Nedzīvot pagātnē – tās vairs nav, nedzīvot nākotnē – tās var nebūt, samierināties ar tagadni – šeit un tagad ir vienīgā realitāte.

17. Iesācējiem ir jāapgūst zema stāja. Dabisks ķermeņa stāvoklis ir domāts tiem, kuriem jau ir pieredze. Visa tehnika – aizsardzība, uzbrukumi, stājas ir karatē komponenti, un iesācējiem ir ļoti svarīgi to apgūt. Pieredzējis audzēknis pārspēj visus tehniskos ierobežojumus un pielieto to, kas tieši viņam ir dabisks.

18. Centies pareizi izpildīt Kata. Katas apgūšana ir viena lieta, bet iesaistīšanās reālā cīņā ir pavisam kas cits. Kata ir cilvēka garīgo un fizisko īpašību attīstības līdzeklis. Kata kustības pārsvarā neizmanto reālā tuvciņā, taču Katas izpildīšana sekmē uzvaru.

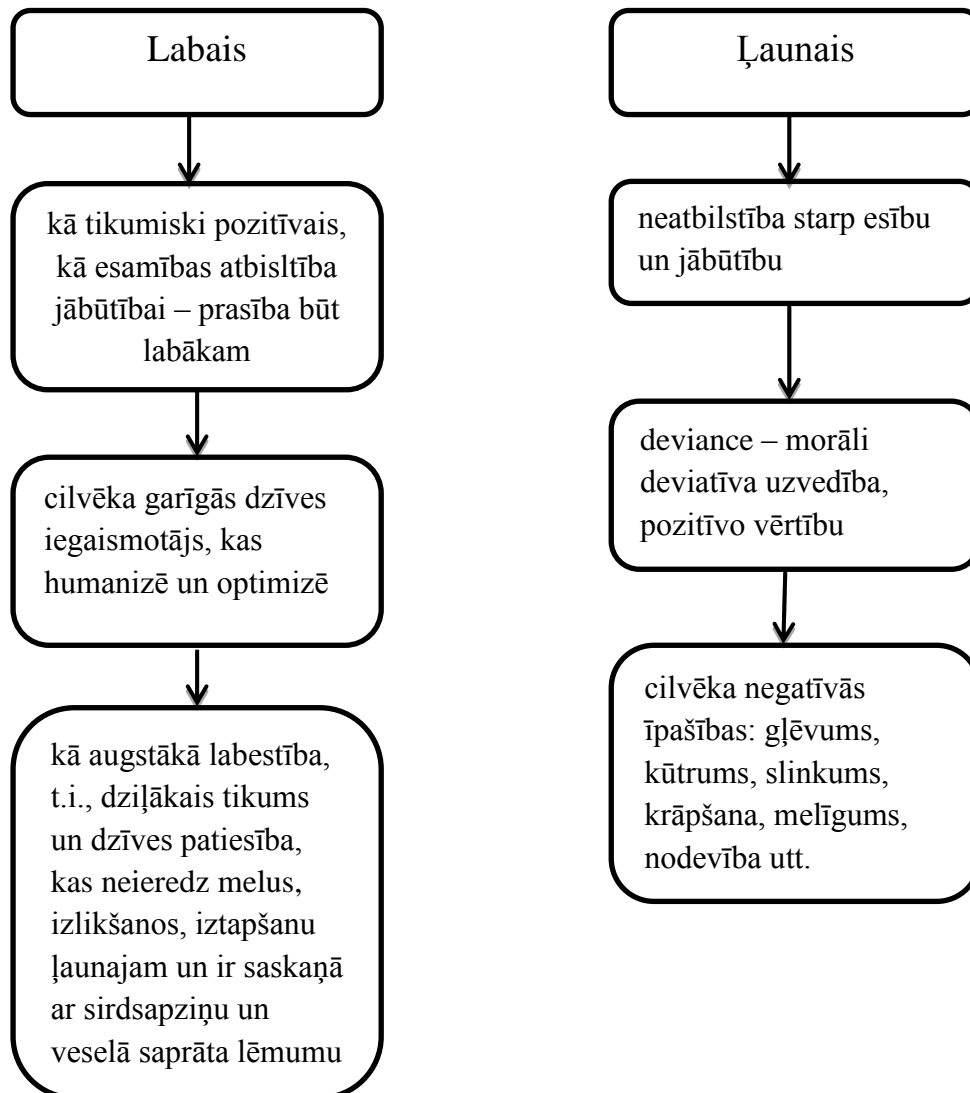
19. Atcerēties savās stiprās un vājās puses. Sevis izpratne palīdz uzvarēt, saprotot to, tas palīdz nezaudēt. Karatē meistars pareizi novērtē savas iespējas. Neaizmirsti pareizi pielietot: ķermeņa sasprindzināšanos un atslābināšanos, izplešanos un savilkšanos, tehnikas dažādus ātrumus.

20. Nepārtraukti asināt savu prātu. Vienmēr pārdomā šīs pamācības un izdomā kā tās ievērot katru dienu. Vēlme iepazīt lietu dabu aizrauj cilvēku, sasprindzina piepūli, un ļauj cilvēkam uzveikt iekšējos un ārējos šķēršļus sastaptos dzīves gājumā (26; 19).

Budo (cīņas ceļa) likumi:

1. Stingri ievērot Budo likumus un uzvedības normas ikdienā, ja tie netraucē apkārtējos.
2. Katru dienu vingrināt savu garu un ķermeni.
3. Apgūt visu pamatīgi, neko nedarīt pavisā, vai vienpusēji. Īpaši centīgi strādāt pie tā, kas visgrūtāk padodas.
4. Neaizmirst pazemību, un nevērtēt pārāk augstu savu personu un savas spējas.
5. Cienīt citu cilvēku paradumus, ja tie nav pretrunā ar sabiedrībā pieņemtām normām, un neuzspiest citiem savus.
6. Necensties būt pārākam par citiem, bet censties pilnveidot sevi, un sajust gandarījumu par to, ka pārvarot savas nepilnības un trūkumus mēs pievienojamies Budo saimei.
7. Nedemonstrēt bez vajadzības karatē paņēmienu publikai.
8. Nerunāt necienīgi par paziņām, it īpaši par kluba biedriem. Pat par pretiniekiem, vai necienjamiem cilvēkiem izteikt savus uzskatus savaldīgā formā.
9. Nekļūt par neaicinātu soģi, bet, ja šim vērtējumam ir būtiska nozīme, neslēpt savus uzskatus par nepareizu rīcību.
10. Nealkt pēc sadursmēm, no konflikta izvairīties ar laipnību, un pat zināmu piekāpību. Nestaigāt ar domu: "Lai tikai mani aizskar, tad es..."
11. Necīnīties tikai personiska apvainojuma dēļ – Karatistam jāstāv pāri apvainojumam.
12. Nepamest nelaimē savus draugus un kluba biedrus.
13. Nekad neuzbrūc pirmais! Tāds ir viens no svarīgākajiem karatē pamatlikumiem. Tas nav jāsaprot burtiski, jo arī aizsardzība var būt, apsteidzot pretinieka uzbrukumu. Ārēji liekas, ka pirmais sit karatists, bet patiesībā, tā ir reakcija uz pretinieka uzsāktu uzbrukumu, vai arī nodomu uzbrukt.
14. Taisnīgi sāktu cīņu uzvarēt ar jebkuriem godīgiem līdzekļiem.
15. Bezbailīgi cīnīties ar ļaundari vai slikti audzinātu cilvēku, ja tas apdraud mūsu vai mūsu līdzcilvēku veselību vai dzīvību. Slikti audzinātu, bet neagresīvu cilvēku fiziski nepāraudzināt. Neriskēt ar cilvēka veselību.
16. Cīņā cīnīties ar pilnu atdevi, bet nedarīt to pavisā. Nekad nenovērtēt par zemu arī šķietami vājāku pretinieku. Nav tāda meistara, kurš varētu uzvarēt cīnoties pavisā.
17. Neieļauties strīdos un derībās par karatē vai citas cīņas pārākumu. Nekādā gadījumā nesākt šajā sakarā cīņu.
18. Izturēti paskaidrot karatē mērķus un miermīlīgi atmaskot "pseido karatistus", kuri pārvalda tehniku, bet nevadās pēc Budo likumiem un neievēro vispārējos ētikas principus (31).

Ētiskās vērtības – labais un ļaunais (10; 63)



Sporta ētikas kodekss

Sporta ētikas kodeksu pieņēmusi Eiropas Padomes Ministru komiteja 1992. gada 24. septembrī. Tas rekomendē valdībām:

- atbalstīt tālāk izklāstīto Sporta ētikas kodeksu;
- tulkot šo kodeksu nacionālajās valodās, izplatīt sporta organizācijās un visur tur, kur noris darbs ar jaunatni;
- izmantot Sporta ētikas kodeksā izklāstītos principus, veidojot fiziskās audzināšanas programmas skolās un ārpusskolas apmācībai;
- rosināt reģionālās, nacionālās un starptautiskās sporta organizācijas savos centienos stiprināt sporta ētiku, ievērot kodeksa principus.

Latvijas Olimpiskā komiteja nolēmusi Sporta ētikas kodeksu ieviest visas sportiskās kustības ietvaros:

- Latvijas Olimpiskā komitejā, Sporta pārvaldē, sporta klubos un federācijās, skolās un augstskolās, reģionālajās un citās biedrībās;
- Latvijas Olimpiskā komiteja aicina visus vadītājus personīgi pievienoties šim Sporta ētikas kodeksam, tādējādi panākot, lai godīgas spēles princips vienmēr un visur kļūst par galveno sportā.

Sporta ētikas kodeksa mērķis balstās uz to, ka godīgas spēles pamatā esošie ētiskie apsvērumi nav mazsvarīgs faktors, bet būtisks elements visās sporta aktivitātēs, sporta dzīves politikā un vadīšanā, tie piemērojami visos līmeņos, kā izklaides sporta veidos, tā sporta sacīkstēs.

Kodekss sniedz nopietnu ētisku palīdzību cīņā pret pieaugošajām tendencēm mūsdienu sabiedrībā, kas apdraud tradicionālā sporta pamatprincipus – godīgu spēli, sportisku garu un labo gribu.

Galvenais ir godīga spēle bērnu starpā un jauniešu vidū, kas nākotnē būs pieredzējuši sportisti vai pat sporta slavenības. Kodekss domāts iestādēm un visiem, kam tieša vai netieša ietekme uz jauniešiem sportā.

Godīgas spēles definīcija – tas ir daudz vairāk nekā vienkārša likumu ievērošana. Tā ietver sevī savstarpēju cieņu, sportiska gara un draudzības jēdzienus. Tas ir domāšanas veids, ne tikai uzvedība. Tās koncepts ietver vairāku problēmu kopumu: cīņu pret negodīgumu, pret viltīgu likumu apiešanu, pret dopinga lietošanu, pret fizisku un morālu rupjību, pret nevienlīdzīgu cīņu, pret iedzīvošanos uz sportista rēķina, pret korupciju un pieaugošo tendenci komercializēt sportu. Godīga spēle – tas ir pozitīvs koncepts.

Sports ir kultūras sastāvdaļa, kas bagātina sabiedrību un vairo draudzību starp tautām, ja vien tiek ievērots goda prāts. Nodarbojoties godprātīgi ar sportu, indivīds var sevi labāk iepazīt, izteikt, attīstīt, papildīt un parādīt savas spējas, pat sasniegt meistarību. Tas pieejams visiem sabiedrības slāņiem, tas ir prieka, labsajūtas un veselības avots.

Atbildība, ko paredz jēdziens „godīga spēle”, ja jēdzienu neuzskatīs par pakārtotu, bet gan izvirzīs par galveno priekšnoteikumu, tad indivīds un visa sabiedrība kopumā gūs pilnībā visu, ko sniedz sports. Visiem, kas tieši un netieši ietekmē jauniešu sportiskās pieredzes veidošanu, šis princips ir jāizvirza savā darbā par noteicošo, tās ir:

- valsts iestādes, ar tām saistītās un to pakļautībā esošās organizācijas visos līmeņos, visiem, kas darbojas oficiālās izglītības un audzināšanas iestādēs, jāuzņemas īpaša atbildība;
- sporta un ar to saistītās organizācijas, īpaši sporta federācijas un asociācijas, biedrības un sporta skolas, kur rit fiziskās audzināšanas un treniņu darbs, ar medicīnu un farmāciju saistītās profesijas, kā arī masu medijus;
- komercstruktūras, tai skaitā sporta preču ražotāji, tirgotāji un mārketinga speciālisti tāpat tiek aicināti uzņemties saistības, lai popularizētu godīgas spēles ideju;
- indivīdi, īpaši vecāki, skolotāji, treneri, pasniedzēji, tiesneši, vadošie darbinieki, žurnālisti, mediķi, farmaceiti, augstas klases sportisti kā piemērs pārējiem, kā arī citas personas profesionālā vai sabiedriskā kārtā.

Indivīds – skatītājs uzņemas papildus saistības. Ikviena iestāde un ikviens indivīds uzņemas noteiktu atbildību un noteiktu lomu. Pastāvošais Sporta ētikas kodekss ir domāts visiem. Tas būs efektīvs tikai tad, kad visi ar sporta pasauli saistītie būs gatavi uzņemties atbildību, ko tas prasa.

Valsts iestāžu saistības:

- sekmēt minēto ētikas kritēriju apgūšanu visur, kur ir saskarsme ar sportu;
- mudināt un atbalstīt ar sportu saistītās organizācijas, kas savās sporta aktivitātēs ievēro veselīgu ētiku;
- rosināt pasniedzējus un skolotājus, veidojot skolu fiziskās audzināšanas programmas, uzsvērt to, lai audzēkņi pievērstos sportam un darītu to godīgi;
- atbalstīt jebkuru iniciatīvu, kas veicina godīgu spēli sportā, īpaši jaunatnes vidū, un mudināt, lai institūcijas to atbalsta īpašā veidā;
- ierosināt veikt pētījumus vietējā un starptautiskā mērogā, lai palīdzētu pārvarēt problēmas, kas rodas jauniešiem, nodarbojoties ar sportu, lai samazinātu nevēlamu rīcību un lai sekmētu godīgu attieksmi.

Sporta un ar sportu saistīto organizāciju atbildība:

- norīkot personas, kas atbild par ētikas normu ievērošanu;

- izplatīt norādījumus, kuros skaidri formulēta ētikai atbilstoša vai neatbilstoša izturēšanās, un sekot, lai apstiprinātais atzinības vai soda sankciju mērs un forma tiktu principiāli piemēroti neatkarīgi no sporta nodarbību līmeņa;

- rūpēties, lai visi norādījumi atbilst Eiropā (arī Latvijā) pieņemtajām konkrētā sporta veida ētikas normām;

- ar pedagoģisku un izglītojošu metožu palīdzību, ar atzinību un uzslavu panākt, lai visās sporta aktivitātēs tiek ievērots pamatprincips – godīga spēle;

- izveidot sistēmu, kas veicinātu godīgu spēli, stimulētu sportistu personīgo izaugsmi un ļautu sasniegt arvien labākus rezultātus sacīkšu laikā;

- sniegt palīdzību un atbalstu godīgas spēles popularizēšanai masu medijos.

Darbā ar jaunatni sporta un ar to saistīto iestāžu uzdevums:

- sekot, lai jaunatnes sacensību struktūra atbilstu augošu bērnu un pusaudžu spējām un ļautu piedalīties dažādu pakāpju sacensībās, sākot no veselību stiprinošām, izklaides, un beidzot ar augstas klases sporta sacensībām;

- atbalstīt nolikumu variēšanu, lai tie pilnīgi atbilstu vecumam un, galvenais, tajos dominētu nevis mērķis tikai uzvarēt, bet gan godīga spēle;

- tiekties pēc tā, lai visi, kas darbojas ar bērniem un jauniešiem, būtu atbilstoši kvalificēti, lai to apmācītu, veidotu, audzinātu un trenētu, ievērojot bioloģiskās un psiholoģiskās pārvērtības, kas noris bērnu organismā augšanas procesā.

Indivīdiem (pieaugušajiem) jāuzņemas saistības:

- būt par pozitīvu piemēru bērniem un jauniešiem, nekādos apstākļos neatbalstīt personīgi un nepievērt acis negodīgas rīcības gadījumā, pret to jāpielieto attiecīgas sankcijas;

- sekot tam, lai katrā konkrētā treniņu procesā bērnu vecumam atbilstošajā stadijā būtu attiecīgās apmācības līmenis un kvalifikācija.

Pieaugušo pienākumi darbā ar jaunatni:

- rūpēties galvenokārt par bērnu un jauno sportistu veselību, drošību un labsajūtu, nevis par personiskajiem sasniegumiem, skolas, sporta kluba, treneru vai vecāku prestiža celšanu;

- nodot bērniem sportisko pieredzi, ieaudzināt viņos vēlmi pēc veselīgām fiziskām nodarbībām;

- neuztvert bērnus kā mazus pieaugušos, vienmēr ņemt vērā fiziskās un psiholoģiskās pārmaiņas bērnu attīstībā un to ietekmi uz sportisko izaugsmi;

- nekad neprasīt no bērna, to, ko viņš nespēj;

- pirmā vietā likt sportot prieku, vardarbīgi neuzspiest un ļaut brīvi bērnam izlemt par piedalīšanos sporta nodarbībās;

- pievērst vienādu uzmanību gan apdāvinātajiem, gan ne tik spējīgiem audzēkņiem, uzteikt un atzinīgi novērtēt viņu darbu, neaprobežojoties tikai ar reizēm, kad paaugstināta meistarība, personiskā izaugsme un sasniegumi sacīkstēs;

- rosināt jaunos sportistus izdomāt savus sacensību veidus un to noteikumus, uzņemties ne tikai dalībnieka, bet arī trenera, spēles vadītāja vai arbitra lomu, tāpat pašiem izteikt atzinību par godīgu rīcību un lemt soda mēru par nepiedienīgu izturēšanos un uzņemties atbildību par to;

- būt ciešā kontaktā ar jauniešiem un viņu vecākiem, lai tie pēc iespējas pilnīgāk apzinātos gan riska iespējas, gan iespējamus panākumus sportā.

Godīga spēle ir galvenais priekšnoteikums, lai veicinātu sporta attīstību un sportiskās kustības izplatību. Godprātība sportā – godīga spēle – dara labu visiem – sportistam, indivīdam, organizācijām un visai sabiedrībai kopumā. Mūsu pienākums veicināt šādu sportisku garu – godīga spēle – uzvaras ķīla (19; 2-7).

D. Elkoņina izstrādātais vecumposmu raksturojums (12; 46)

Vecums (gadi)	Vadošā darbība	Uz ko tā virzīta	Attīstāmā psihes sfēra	Jaunveido jumi
0 – 1	Tiešā intīmā saskare	Attiecību izzināšana (emociju aspektā)	Vajadzību motīvu sfēra	Vajadzība pēc emocionālā kontakta
1 – 3	Priekšmet iskā manipulācija	Lietu un priekšmetu izzināšana	Izziņas procesi	Runa, uzskatāmi tēlainā domāšana
3 – 7	Sīžētiskā rotaļu spēle	Attiecību izzināšana	Vajadzību un motīvu sfēra	Iekšējā regulācija, tīšie procesi (tīšā uzmanība, tīšā iegaumēšana)
7 – 11	Mācības	Zinātņu pamatu izzināšana	Intelekti	Darbības iekšējā plānošana, paškontrole, kuras pamatā ir pašanalīze, introspekcija
11 – 15	Saskarsm e, sabiedriski nozīmīga darbība (mācības, ārpusstundas nodarbības)	Attiecības	Vajadzību un motīvu sfēra	Pašapziņa , pieauguša cilvēka izjūta
15 – 17	Mācību profesionālā darbīb	Profesiju darbības veidu apguve	Prāts	Pasaules uzskats

G. Koula audzināšanas un mācīšanas teoriju salīdzinājums (12; 80)

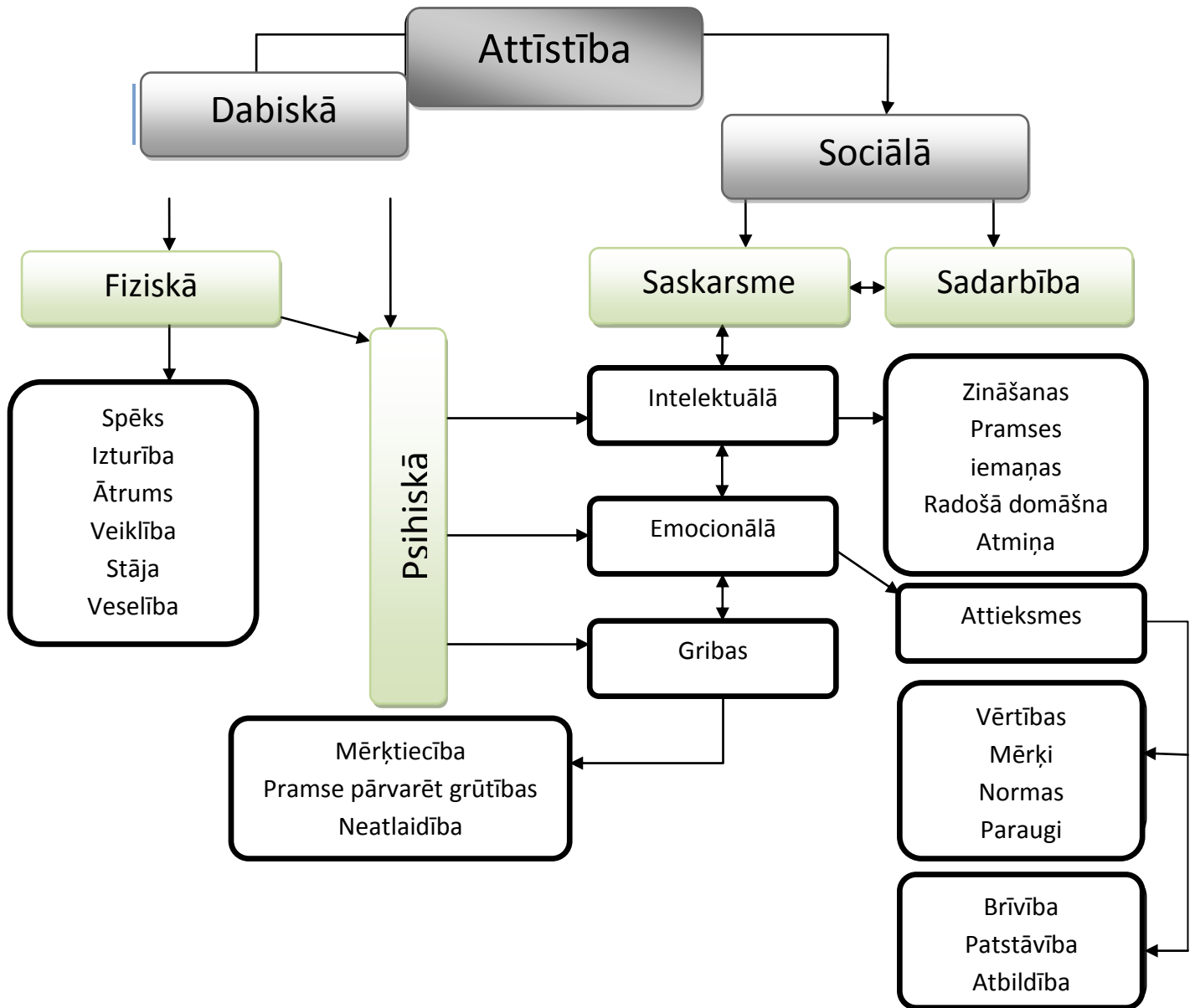
Pārstāvji	Kas tiek akcentēts audzināšanā	Kādi uzskati par cilvēku likti pieejas pamatā
Platons Aristotelis	Garīgo spēju (saprāta, atmiņas utt.) vingrināšana. Pamatojas uz pieņēmumu, ka saprāts ir galvenais cilvēku raksturotājs	Domājošs cilvēks
Ruso Pestalocijs	Pieļaujama indivīda jūtu un nodomu izmantošana. Pamatojas uz pieņēmumu, ka cilvēks pamatos ir labs, aktīvs un brīvs	Jūtošs cilvēks
Torndaiks Skiners	Novērotā uzvedība ir vienīgais kritērijs, kas apliecina zināšanas. Pamatojas uz apgalvojumu, ka zināšanas ir uzvedība (uzvešanās)	Strādājošs cilvēks
Vertheimers Koehlers	Akcentēta indivīda uztvere un iekšējā darbība audzināšanas un mācību procesā. Pamatojas uz pieņēmumu, ka audzināšana un mācīšana ir atkarīga no darbības iekšējās plānošanas	Cilvēks ir uztveroša un komplicēta būtne

Ē. Eriksona izstrādātais vecumposmu raksturojums (5; 151)

Attīstības stadija	Krīze: jāizvēlas viena no divām pretējām iespējām	Progresīvas attīstības rezultāts
1. Zīdaiņa vecums (0 – 1 gads)	uzticēšanās/neuzticēšanās	<ul style="list-style-type: none"> • optimisms • cerīgums • enerģija • uzticība pasaulei • dzīvesprieks
2. Agrīnā bērnība (1 – 3 gadi)	patstāvība/kauns šaubas	<ul style="list-style-type: none"> • patstāvība • paškontrole • pašcieņa • neatkarība
3. Pirmskolas vecums (3 – 6 gadi)	iniciatīva/vainas izjūta	<ul style="list-style-type: none"> • mērķtiecība • atbildības izjūta un sirdsapziņa
4. Pamatskolas vecums (6 – 12 gadi)	darba prieks, panākumi/mazvērtības izjūta	<ul style="list-style-type: none"> • vēlēšanās apgūt jaunas zināšanas un prasmes • pārliecība, ka ar dzīves sastaptām grūtībām būs iespējams tikt galā
5. Pusaudžu vecums (13 – 18 gadi)	identitāte/identitātes sajukums (lomu difūzija)	<ul style="list-style-type: none"> • nostiprinās pašpaļāvība • drošības izjūta, ka nākotne būs laba • savas vietas atrašana dzīvē

6. Jaunība (19 – 30 gadi)	intimitāte/izolācija	<ul style="list-style-type: none"> • spēja veidot tuvas, intīmas attiecības ar citiem • spēja uzticēties, dot un saņemt mīlestību
7. Personības brieduma gadi (30 – 60 gadi)	produktivitāte, radoša darbība/stagnācija	<ul style="list-style-type: none"> • spēja radīt un dot nākamai paaudzei • cilvēks kļūst iejūtīgs, iesaistās sabiedriskās norisēs
8. Vecums	saskaņa ar sevi/izmisums	<ul style="list-style-type: none"> • harmonija ar sevi un dzīvi • cilvēks pieņem sevi un dzīvi tādu, kāda tā ir

A. Šponas shematiski attēlotā cilvēka attīstības struktūra (21; 21)



_____ pamatskolas

_____ klases

KĀRTĪBAS RULLIS (21; 63)

1. Piecelties, kad klasē ienāk skolotājs.
2. Stundai sākoties, būt gataviem darbam.
3. Stundā, ja kaut kas sakāms, pacelt roku.
4. Stundai beidzoties, piestumt krēslu pie galda, pārbaudīt, vai darba vietā nav papīru, salasīt tos.
5. Kārtīgi izpildīt mājas uzdevumus un strādāt stundā.
6. Savas košļenes papīru vai konfekšu papīru iemest atkritumu grozā.
7. Kopt un sargāt klases puķes.
8. Vienreiz mēnesī nomazgāt savu solu.
9. Zēniem atļaut, lai meitenes pirmās izvēlas vietas, ieiet klasē, kad tiek mainītas telpas, garderobē vai ēdamtelpā.
10. Piedalīties visos klases vakaros.
11. Apsveikt kādu savu klasesbiedru dzimšanas un vārda dienā.
12. Piedalīties pēc izvēles skolas pasākumos un apkārtnes sakopšanas dienās.
13. Zēniem cienīt meitenes. Meitenēm cienīt zēnus.
14. Sveicināt skolotājus un klasesbiedrus, būt pieklājīgiem.
15. Problēmas atrisināt uzreiz savā starpā, runāt normālā balsī.
16. Visi noteikumi attiecas uz _____ klases skolēniem un audzinātāju.

(Visu skolēnu un audzinātāja paraksti)

Pieņemts: _____ gada 1. septembrī

Audzinātāja un audzēkņu sadarbība (21; 105)

Darbības posmi	Audzinātāja darbība	Audzēkņu darbība	Audzināšanas darbības efektivitātes rādītājs
Psiholoģiskā sagatavošana	Uzdevuma izskaidrošana, darbības priekšmeta raksturojums	Darbības nozīmīguma izpratne, priekšmeta pieņemšana, subjektīva mērķa izvirzīšana	Uzdevuma nozīmības pārdzīvojums, interese par priekšmetu, vajadzība sasniegt mērķi
Praktiskā sagatavošana	Plānošanas prasmju mācīšana, līdzekļu variantu piedāvāšana, formu un metožu izvēles ieteikumi	Līdzekļu variantu apguve, plānošanas prasmju, uzskaites un kontroles prasmju apguve	Pieredzes bagātināšanās, jaunu zināšanu apgūšana, savstarpējo attiecību bagātināšanās
Darbības realizācijas	Pieredzes nodošana, savstarpēju attieksmju bagātināšanās vadība	Dažādu līdzekļu, metodisko paņēmieni pielietošana, sadarbības organizēšana, kolektīvā darba veikšan	Savstarpējo attiecību bagātināšanās, jaunu zināšanu un prasmju apguve
Analīze un novērtēšana	Rezultāta un uzdevuma salīdzināšana, darbības procesa un produkta, audzēkņu pozīciju novērtēšana	Pašanalīze, zināšanu, prasmju un savstarpējo attiecību novērtēšana un pašnovērtēšana	Pašanalīzes un novērtēšanas prasmes, darbības motivācija, apmierinātība vai neapmierinātība ar darbu

Ekspertu intervijas jautājumi:

Labdien! Paldies, ka piekritāt sniegt interviju!

1. Cik sen Jūs nodarbojaties ar Austrumu cīņas mākslu – karatē?
2. Kāpēc izvēlējāties veltīt savu darba dzīvi šai Japānas kaujas mākslai? Kas Jūs pamudināja izdarīt šādu izvēli?
Ja būtu iespēja atgriezties un vēlreiz izvēlēties, vai joprojām izvēlētos karatē? Kāpēc?
3. Ko karatē Jums deva toreiz, kad sākāt apgūt, un ko tagad, pēc daudziem gadiem?
4. Nosauciet lūdzu, Jūsaprāt, vērtīgākās 3 – 5 lietas, ko karatē sniedz cilvēkiem, kas ar to nodarbojas?
5. Vai Jūs esat pazīstami ar G.Funakoši „Dodzo Kun” 5 karatē noteikumiem? Ja ir piemirsies:
 1. Audzini raksturu!
 - 1.Cīnies un sargā taisnību!
 - 1.Centies sasniegt pilnību!
 1. Ievērojiet etiķeti!
 1. Atturieties no rupjas uzvedības!²
6. Vai Jūs ievērojāt šos principus, kad sākāt apgūt karatē?
*Ja, jā – kas uz to pamudināja?
*Ja, nē – kāpēc?
Vai ievērojat tos tagad? Kāpēc?
7. Vai jaunie karatekas ir pazīstami ar „Dodzo Kun”,vai tas ir saprotams mūsdienu jaunajai paaudzei? Varbūt pastāv specifiski Jūsu zāles noteikumi, ētikas kodekss, kas ir papildinājums „Dodzo Kun”? Vai viņi, Jūsaprāt, tos ievēro?
8. Kā Jūs domājat, ko vēl bez fiziskās attīstības un veselības nostiprināšanas sekmē karatē? Vai Jūsu audzēkņi tam piekrīt? Kas par to liecina?
 9. Raksturojiet, kāda, Jūsaprāt, ir mūsdienu jauniešu vērtīborientācija? Kas par to liecina?

² G. Funakoši, tradicionālā karatē pamatlicējs uzskatīja un uzsvēra, ka visi 5 principi ir vienlīdz svarīgi, aut. piez.

Ekspertu atlases kritēriji:

Nr.p.k.	Vārds, uzvārds	Ar A cīņas mākslas nodarbošanās ilgums(stāžs)	Pakāpes (Dan, licenses, sertifikāti)	Izglītība
1.	Gunārs Buls	26 gadi	2. Dans	Pedagoģijas maģistrs
2.	Edgars Strēlis	20 gadi	1. Dans	Pedagoģijas maģistrs
3.	Andrejs Ozerovs	21 gadu	2. Dans	Bakalaura finasēs; C kategorijas karatē treneris
4.	Aleksandrs Zikovs	36 gadi	4. Dans	Tartu Valsts universitāte, sporta speciālists – treneris; 7. kategorijas karatē treneris

Ekspertu intervijas publicēšanas akcepts:

Nr.p.k.	Vārds, uzvārds	Datums	Piekrītu	Nepiekrītu
1.	Gunārs Buls	13.04.2015	x	
2.	Aleksandrs Zikovs	15.04.2015.	x	
3.	Edgars Strēlis	16.04. 2015.	x	
4.	Andrejs Ozerovs	16.04.2015.	x	

Karatē skolēnu vērtību klasificēšanas tests

Vērtību klasificēšanas vingrinājums (adaptēts no Brown and Brooks, 1991 un karjeras izglītības profesionālās vidējās izglītības iestādēs, PIAA, 2006)

Sveicināti! Esmu Latvijas Universitātes Pedagoģijas, psiholoģijas un mākslas fakultātes students. Vērtību klasificēšanas tests ir anonīms un tiek veikts maģistra darba izstrādes ietvaros, lai pētītu skolēnu vērtīborientāciju karatē nodarbībās. Pētījuma dati tiks izmantoti apkopotā veidā.

Lūdzu atzīmējiet ar „+” zemāk tabulā Jums svarīgās un ar „-” nesvarīgās vērtības!

Nr.	Vērtības	Personīgais novērtējums
1.	Daudzveidība (dažādība) dzīvē (veikt dažādus darbus sportā)	
2.	Rufīnas(ieradums, ierasta darbība, vienmuļība) darbības	
3.	Palīdzība citiem	
4.	Neatkarība (patstāvība, brīvība sporta nodarbībā, sadzīvē)	
5.	Draudzība	
6.	Morālais papildījums(tikumisku – gudrība, taisnība, mērenība, drosme, veselība, mīlestība, labvēlība, laime u.c. vēlmju sasniegšana)	
7.	Lēmumu pieņemšana	
8.	Drošība	
9.	Vara un autoritāte(kontrole, spēks, valdīšana, ietekme)	
10.	Sabalansētas (saskaņotas) lomas	
11.	Mākslinieciska kreativāte(radoša aktivitāte, spēja uz jaunradi)	
12.	Stabilitāte(patstāvīga, nemainīga noturība)	
13.	Risks, satraukums(briesmas, bīstamība, pādroša rīcība ar neveiksmes varbūtību)	
14.	Materiālais labums, nauda (izturēšanās pret īstenību tikai no izdevīguma, labuma, praktiskuma viedokļa)	
15.	Patīkama vide, gaisotne	

16.	Sociālais stāvoklis(loma, vieta, ietekme sabiedrībā)	
17.	Intelektuālais stāvoklis (vispārējās prāta spējas, saprašana)	
18.	Konkurence (sacensība par iespējām, priekšrocībām, labākiem sasniegumiem)	
19.	Ietekme uz citiem cilvēkiem	
20.	Altruisms (nesavtīga gādība par citiem, gatavība uzpurēties citu labā)	
21.	Personības pilnveidošanās (tiekties pēc jaunām prasmēm, attīstīt sevi)	
22.	Strādāt vienatnē (darīt lietas patstāvīgi, bez citu līdzdalības)	
23.	Patriotisms (būt lepnam par savas tautas kultūras un vēstures mantojumu, izzināt to)	
24.	Zinātkāre (iegūt izglītību un turpināt tālākizglītību)	
25.	Cieņa (tās izrādīšana pret sabiedrību, likumiem un līdzcilvēkiem)	

No vērtībām, kas atzīmētas ar „+”, izvelieties 5 vissvarīgākās:	Uzrakstiet 5 vērtības, kas atzīmētas ar „-”, sāciet ar visnesvarīgāko:

Paldies par atsaucību!