

LATVIJAS UNIVERSITĀTE
SOCIĀLO ZINĀTŅU FAKULTĀTE
SOCIOLOĢIJAS NODAĻA

**PAŠREALIZĀCIJAS SKALAS ADAPTĀCIJA UN APROBĀCIJA:
LATVIJAS GADĪJUMS**

BAKALAURA DARBS

Autors: **Elīna Briede**

Studenta apliecības Nr.: eb17095

Darba vadītājs: Dr. sc. soc. Jurijs Ņikišins

RĪGA 2020

ANOTĀCIJA

Bakalaura darba tēma ir “Pašrealizācijas skalas adaptācija un aprobācija: Latvijas gadījums”. Darba mērķis ir Eiropas Sociālā pētījuma pašrealizācijas jautājumu kopas adaptācija un aprobācija Latvijas gadījumam. Darbs sastāv no divām teorētiskajām nodaļām, divām apakšnodaļām, pētījuma metodoloģijas apraksta nodaļas, iegūto empīrisko datu analīzes nodaļas un iegūtajiem secinājumiem.

Darba teorētiskajā daļā tika apskatīta vērtību izpēte un mērīšana socioloģijā, veikts pašrealizācijas raksturojums, iekļaujot pašrealizācijas skaidrojošo teoriju apskatu un iepriekš veiktos pētījumus. Pētījums ir kvantitatīvs, dalībnieku rekrutācija notika ar elektronisko aptaujas anketu.

Pēc iegūtajiem rezultātiem tika secināts, ka Šaloma Švarca un Elīnas Briedes konstruētajām pašrealizācijas jautājumu skalām pastāv vidēji pozitīva savstarpējā saistība.

Interpretējot iegūto informāciju, autore secina, ka tiem respondentiem, kuru vidējās aprēķinātās vērtības Elīnas Briedes pašrealizācijas skalā būs pozitīvākas, arī Šaloma Švarca pašrealizācijas skalā vidējās aprēķinātās vērtības būs pozitīvākas. Citiem vārdiem, tie respondenti, kuri pozitīvāk atbild uz Šaloma Švarca pašrealizācijas skalu, sniegs pozitīvākus vērtējumus arī aizpildot Elīnas Briedes pašrealizācijas skalas jautājumus.

Darbā izvirzītais mērķis – Eiropas Sociālā pētījuma pašrealizācijas jautājumu kopas adaptācija un aprobācija Latvijas gadījumam tika sasniegts.

Atslēgvārdi: skala, vērtības, pašrealizācija, aprobācija, validācija.

ABSTRACT

The topic of bachelor's theses is "Adaption and approbation of self-realization scale: the case of Latvia". The aim of the work is the adoption and approbation of the self-realization scale questions of European Social research for the case of Latvia. The work consists of two theoretical chapters, two sub-chapters, chapters for the description of research methodology, the analysis of the obtained empirical data and conclusions.

In the theoretical part of the work, the research and measurement of values in sociology was examined, carried out a description of self-realization, including an overview of the explanation of self-realization in previous studies. The study is quantitative, the participants were recruited with an electronic questionnaire.

According to the results, it was concluded that there was a slight positive interrelation between the self-realization scales designed by Shalom Schwartz and Elīna Briede. Interpreting the information obtained, the author concludes that those respondents whose average calculated values on the Elīna Briede self-realization scale will be more positive, the average calculated values on the Shalom Schwarz self-realization scale will also be more positive. In other words, those respondents who respond more positively to the Shalom Schwarz self-realization scale will also provide more positive assessments by filling in the questions of the Elīna Briede self-realization scale.

The aim of the work – adoption and approbation of the self-realization scale questions of European Social research for the case of Latvia – was achieved.

Key words: scale, values, self-realization, approbation, validation.

SATURS

IEVADS.....	5
1. VĒRTĪBU IZPĒTE UN MĒRĪŠANA SOCIOLOĢIJĀ	8
2. PAŠREALIZĀCIJAS RAKSTUROJUMS.....	14
2.1. Pašrealizācijas skaidrojošo teoriju apskats.....	14
2.2. Pašrealizācijas mērīšana – citu pētījumu piemēri.....	17
3. METODOLOĢIJA	21
3.1. Skalu un indeksu veidošanas vadlīnijas	21
3.2. Pētījuma ģenerālkopa un izlase	23
3.3. Aptaujas anketas veidošanas pozitīvie un negatīvie aspekti	24
3.4. Darbā ievietotā instrumentārija apraksts.....	26
3.5. Lauka darba apraksts un ētiskie aspekti.....	28
4. IEGŪTO EMPĪRISKO DATU APRAKSTS.....	31
5. IZVEIDOTĀS SKALAS APROBĀCIJA UN SALĪDZINĀJUMS.....	36
6. DISKUSIJA.....	48
7. SECINĀJUMI	50
PATEICĪBA.....	53
IZMANTOTIE INFORMĀCIJAS AVOTI.....	54
PIELIKUMI	56
1. <i>Pielikums</i> Aptaujas anketa latviešu valodā	57
2. <i>Pielikums</i> Eiropas Sociālā pētījuma 6. kārtas (2012./2013. gada) izvēlētie aptaujas anketas jautājumi par pašrealizāciju.....	60
3. <i>Pielikums</i> Datu analīzes aprēķina tabulas	62
4. <i>Pielikums</i> Dokumentārā lapa.....	73

IEVADS

Pašrealizācija ir viena no Šaloma Švarca (*Shalom Schwartz*) definētajām desmit personības pamatvērtībām. “Pašrealizācija izriet no dabiskām vadības un meistarības vajadzībām, autonomijas un neatkarības mijiedarbības prasībām” (Schwartz, 2012, 5). Pašrealizācijas jeb *pašvirziena* (*self-direction*) mērķa noteikšana ir patstāvīga, neatkarīga domāšana un rīcība (turpat), kas izpaužas kā cilvēka darbības izvēle, radīšana un izpēte. Pašrealizācijai tiek piedēvētas tādas īpašības kā radošums, brīvība, savu mērķu izvēle, ziņkārība, neatkarība, kā arī pašcieņa, inteliģence un privātums (Schwartz, 2012, 5).

Ir svarīgi pētīt to, kā cilvēki pašrealizējas dzīvē (tam, ko katrs dara, vai ir apmierināts ar to, ko dara, cik bieži no tā izjūt gandarījumu utml.), jo pašrealizācijas pamatā ir cilvēka iekšējās vērtības, kas ietver sevī uzvedību, attieksmi (Schwartz, 2012, 17) un vispārējo lietu uztveri. Uz to norāda Mahešvara Dajala (*Maheshwar Dayal*) 2016. gada disertācija, kurā ir minēts, ka pašrealizācijas pamatā ir “cilvēka iekšējās vērtības, uz kurām balstās citas dzīves vērtības” (Dayal, 2016, 6;14), rīcība un attieksmes.

Latvijas kontekstā pašrealizācija ir pētīta dažādās jomās un šķautnēs. Viena no tām ir sieviešu pašrealizācijas iespējas politikā, par ko 2009. gadā tika izstrādāts bakalaura darbs “*Sieviešu pašrealizācijas iespējas politikā Latvijā 9. Saeimas laikā*”. Šajā darbā autore “pēta sieviešu iekļaušanu kandidātu sarakstos, kas parāda politisko partiju attieksmi pret sieviešu līdzdalību pārvaldē” (Vorslava, 2009, 5). Darbā tiek pievērsta uzmanība tādām aspektam kā *politiskā pašrealizācija*, kur tā tiek skaidrota kā savu dotību realizācija savas dzīves laikā, kurā tiek paredzēta spēju attīstība tādā līmenī, kas nodrošina sociālos sasniegumus un sociālo statusu (Vorslava, 2009, 14). Darba autore min, ka politiskā pašrealizācija iespējama īstenojot politisko līdzdalību, piemēram, dalību partijās, kandidēšanu vēlēšanās, piedalīšanos diskusijās, iesaistīšanos nevalstiskajās organizācijās u.c. Politiskā līdzdalība ir “individuāla vai kolektīva iesaistīšanās politiskajos procesos, kuru rezultātā notiek politiskā rekrutācija, mainās un attīstās valsts politiskais kurss un top politiskie lēmumi” (turpat).

Pašrealizācija var tikt pētīta saistībā ar cilvēku apmierinātību ar dzīvi kopumā. Tas kā notiek pašrealizācija dzīvē, kas tiek darīts ikdienā, ietekmē to, cik cilvēki ir apmierināti ar dzīvi kopumā. Eirobarometra (*Eurobarometr*) 72 Nacionālajā ziņojumā tika apkopotī dati un informācija par iedzīvotāju kopējo noskaņojumu un apmierinātību ar dzīvi. Šajā pētījumā tika apjautāti 1006 Latvijas pilsoņi, kas uz aptaujas brīdi bija sasnieguši vismaz 15 gadu vecumu. Aptauju veica tirgus un sociālo pētījumu aģentūra “TNS Latvia”. Pētījumā iegūtie dati liecina, ka salīdzinoši liels skaits neapmierināto cilvēku ir Rumānijas (52%), Portugāles (47%),

Lietuvas (45%), Latvijas (43%) un Grieķijas (42%) iedzīvotāju vidū (Priedola & Zolberga, 2009, 4). Turpretī, izteikti augsta apmierinātība ir vērojama Dānijā, Luksemburgā, Zviedrijā, Nīderlandē, Somijā un Lielbritānijā, kur absolūtais vairākums iedzīvotāju (90% un vairāk) kopumā ar savu dzīvi ir apmierināti. Ņemot vērā šos datus un iepriekš minēto informāciju, darba autore izvirza vienu no pētījuma hipotēzēm, – jo biežāk cilvēki izjūt gandarījumu no tā, ko ikdienā dara, jo biežāk viņi ir apmierināti ar to, ko dara.

Apskatot pētījumus par pašrealizāciju, tika konstatēts, ka rodas grūtības atrast pētījumus šajā tēmā, turklāt, Latvijas kontekstā jaunākais atrastais pētījums bija 2009. gadā. Tas liecina, ka šī tēma socioloģiski ir pētīta salīdzinoši maz, īpaši – Latvijas mērogā, tāpēc šī darba fokuss ir vērsts uz pašrealizācijas skalas adaptāciju un aprobāciju, pielāgojot to Latvijas gadījumam.

Šī bakalaura darba **mērķis** ir Eiropas Sociālā pētījuma pašrealizācijas jautājumu kopas adaptācija un aprobācija Latvijas gadījumam. No tā izriet pētījuma **priekšmets**: pašrealizācijas skalas validitāte, un pētījuma **objekts**: Latvijas iedzīvotāji vecumā no 18 – 27 gadiem un 55 – 64 gadiem. Šāds vecuma dalījums tik izvēlēts, lai katrā no grupām tiktu iekļauti 10 vecumi (pilnos gados). Jaunākā vecuma grupa tika izvēlēta, jo bija vēlme strādāt ar jau pilngadīgiem respondentiem, savukārt, pretstatam tika izvēlēti vecāki cilvēki.

Pētījuma empīrisku datu iegūšanai tika izmantota nevarbūtīgā izlase pēc **kvotu izlases** principa. Šajā gadījumā pētnieks izvēlas un nosaka kvotas (*quota*), kas ir noteikts elementu skaits, ko aizpilda atkarībā no tā, vai respondents atbilst noteiktiem kritērijiem, ko sauc par kvotu kontrolmainīgajiem (*quota controls*) (Daniel, 2012, 100-101). Kvotu kontrolmainīgie var tikt iedalīti pēc šādām pazīmēm: demogrāfiski (piemēram, vecums, dzimums, ienākumu līmenis, etniskā piederība u.c.), attieksmes (piemēram, respondents ir apmierināts/neapmierināts, atbalsta/neatbalsta u.c.) un uzvedības (piemēram, balsoja/nebalsoja vēlēšanās, nekad nav izmantojis kādu konkrētu produktu/lieto šo produktu regulāri u.c.) (Daniel, 2012, 101-102). Veidojot kvotu izlases, svarīgi ir atcerēties, ka pētījumā nevajadzētu izmantot vairāk kā trīs kontrolmainīgos (turpat), pretējā gadījumā, tas var sarežģīt nevis atvieglot pētījuma procesu, nesniedzot vēlamus rezultātus. Šajā pētījumā tika izvirzīti divi kontrolmainīgie pēc demogrāfiskām pazīmēm. Tie ir: vecuma grupa, datu salīdzināšanai analīzes laikā un dzimums, kas ir populārākais un visbiežāk izmantotais demogrāfiskais kontrolmainīgais. Kopējais respondentu skaits tiks sasniegts ar elektronisko aptaujas anketu, kas tiks izveidota caur interneta platformu *EUSurvey*.

Pētījumā izvirzītā mērķa sasniegšanai, tika definēti pētījuma **uzdevumi**:

1. Pašrealizācijas skaidrojums (raksturojums);
2. Pašrealizācijas jautājumu atlase un skalas izveide;
3. Instrumentārija adaptācija un aprobācija Latvijas gadījumam;

4. Instrumentārija pilotēšana;
5. Lauka darba veikšana empīrisku datu iegūšanai;
6. Iegūto empīrisku datu apraksta veidošana un to analīze;
7. Hipotēžu pārbaude;
8. Secinājumu izdarīšana.

Darbā tika izvirzītas sekojošas **hipotēzes**:

1. Vecāki cilvēki ir apmierinātāki ar to, ko viņi ikdienā dara kā jaunāki cilvēki;
2. Jo vairāk cilvēki izjūt gandarījumu no tā, ko ikdienā dara, jo vairāk viņi ir apmierinātāki ar to, ko dara;
3. Jo vairāk cilvēks izmanto savu potenciālu ikdienas darbos, jo apmierinātāks viņš ir ar to, ko dara ikdienā;

Izmantotā **pētniecības metode**: Kvantitatīvs validācijas pētījums, pamatojoties uz Eiropas Sociālā pētījuma 6. kārtas (2012./2013. gads) aptaujas anketas pašrealizācijas jautājumu kopas adaptāciju un aprobāciju Latvijas gadījumam.

Šī **pētījuma novitāte** ir Eiropas Sociālā pētījuma 6. kārtas aptaujas anketas izmantošana un tulkošana, jo līdz šim Latvijā tā vēl nav tikusi publiski izmantota vai tulkota. Turklāt, autore ir izveidojusi jaunu pašrealizācijas mērīšanas skalu “*Elīnas Briedes pašrealizācijas skala*”, kas tika izveidota no aptaujas anketā iekļautajiem jautājumiem.

Darbs ir strukturēts četrās daļās: 1) teorētiskā daļa, 2) metodoloģija, 3) empīriskā daļa un 4) iegūtie secinājumi. Teorētiskajā daļā tiek sniegts ieskats vērtību izpētē un to mērīšanā socioloģijā, tai skaitā arī Šaloma Švarca vērtību teorijas galvenajās atziņās, pašrealizācijas raksturojumā, tās skaidrojošajās teorijās un citos pētījumos, kuros pašrealizācija tiek mērīta. Metodoloģijas daļā tiek raksturotas skalu veidošanas (un testēšanas) vadlīnijas, pētījuma ģenerālkopa un izlase, aptaujas anketas veidošana un aprakstīts lauka darbs. Empīriskajā daļā tiks aprakstīti aptaujas laikā iegūtie dati, pārbaudītas hipotēzes un veikta anketu validācija. Secinājumu daļā tiks pausti iegūtie secinājumi un galvenās atziņas.

Darba turpinājumā tiek sniegts ieskats vērtību izpētē un to mērīšanā socioloģijā.

1. VĒRTĪBU IZPĒTE UN MĒRĪŠANA SOCIOLOĢIJĀ

Kopš to rašanās brīža, vērtības ir bijis viens no centrālajiem jēdzieniem sociālajās zinātnēs. Gan E. Dirkema (*E. Durkheim*), gan M. Vēbera (*M. Weber*) pētījumos vērtībām bija izšķiroša nozīme sociālās un personiskās organizācijas un sabiedrības pārmaiņu skaidrošanā (Schwartz, 2012, 3). Vērtības tiek izmantotas, lai raksturotu kultūras grupas, sabiedrības un indivīdus, izsekotu izmaiņas laika gaitā un izskaidrotu attieksmes un izturēšanās motivējošos pamatus (turpat). Vērtības pastāv gan sociālajos institūtos, gan sabiedrības sistēmās. Vērtības piemīt ikvienam cilvēkam. Vērtībām ir liela nozīme gan cilvēka ikdienas gaitās, gan darbā. Vērtības ir kā cilvēka dzīves ceļvedis, kas ved mūs uz turieni, uz kuriem mēs vēlamies nokļūt, turklāt, katram cilvēkam vērtības var atšķirties – vienam tā var būt ģimene, bet citam nauda. Šajā nodaļā tiks skaidrots, kas ir vērtības, kāpēc tās cilvēkam ir svarīgas, kā tās tiek mērītas, kā tās ir saistītas ar pašrealizācijas procesu, par pamatu ņemot Šaloma Švarca vērtību teoriju.

Vērtību konstruēšanas piemērošana sociālajās zinātnēs pagājušajā gadsimtā cieta no tā, ka tai nebija saskaņotas pamatvērtību koncepcijas, šo vērtību attiecību un struktūras ticamu empīrisko metožu mērīšana (Schwartz, 2012, 3). Mūsdienās jaunākie teorētiskie un metodoloģiskie sasniegumi ir atjaunojuši un precizējuši vērtību izpēti. Jaunākās teorijas attiecas uz pamatvērtībām, kuras atpazīst visās kultūrās, neatkarīgi no rases, reliģiskās piederības, dzimuma un citiem faktoriem. Tajā identificē desmit motivēti atšķirīgus vērtību veidus un norāda dinamiskas attiecības, kuras pastāv starp tiem (turpat).

Domājot par vērtībām, katrs indivīds primāri domā par to, kas tieši viņam dzīvē ir svarīgi, jo katrs no mums piešķir atšķirīgu nozīmības pakāpi katrai no izvirzītajām vērtībām. Viena vērtība vienai personai var būt izteikti svarīga, kamēr tā pati vērtība citam cilvēkam var būt mazsvarīga. Švarca vērtību teorija izmanto vērtību koncepciju, kas nosaka sešas galvenās iezīmes, kas netieši ir ietvertas daudzu citu teorētiķu rakstos (Schwartz, 2012, 3). Švarcs ir apkopojis visu vērtību sešas galvenās pazīmes, tās ir:

1. Vērtības ir uzskati, kas ir cieši saistītas ar ietekmi. Kad vērtības tiek “aktivizētas”, tās tiek pārņemtas ar sajūtām un emocijām. Cilvēki, kuriem neatkarība ir svarīga vērtība, izjūt satraukumu, ja viņu neatkarība tiek apdraudēta, izmisuši, ja viņi nespēj šo vērtību aizsargāt un priecīgi, kad var šo neatkarību izbaudīt;
2. Vērtības attiecas uz vēlamajiem mērķiem, kas motivē rīkoties. Cilvēki, kuriem sociālā kārtība, taisnīgums un izpalīdzība ir svarīgas vērtības, ir motivēti sasniegt šos mērķus;

3. Vērtības ir pārākas par īpašām darbībām un situācijām. Piemēram, konformitātes (paklausības) un godīguma vērtības var būt svarīgas darbā vai skolā, uzņēmējdarbībā vai politikā u.c. Šī īpašība atšķir vērtības no normām un attieksmes, kas parasti attiecas uz noteiktām darbībām, objektiem vai situācijām;
4. Vērtības kalpo kā standarti vai kritēriji. Vērtības nosaka darbību, politikas, cilvēku un notikumu atlasīšanu un novērtēšanu. Pamatojoties uz iespējamām sekām cilvēka pieņemtajām un lolotajām vērtībām, cilvēks izlemj, kas ir labs vai slikts, kas ir likumīgs vai nelikumīgs, kā vajadzētu rīkoties vai no kā izvairīties. Vērtības ievieš izpratni un skaidrību, kad apspriestās darbības vai spriedumi ir savstarpēji pretrunīgi;
5. Vērtības ir sakārtotas pēc to nozīmīguma vienai pret otru. Cilvēka vērtības veido sakārtotu prioritāšu sistēmu, kas raksturo viņus kā indivīdus. Vai cilvēks piešķir lielāku nozīmi jaunatklājumiem vai tradīcijām, sasniegumiem vai taisnīgumam? Šī hierarhiskā īpašība atšķir vērtības arī no normām un attieksmēm;
6. Cilvēka darbību nosaka vairāku vērtību relatīvā nozīme. Jebkurai attieksmei vai uzvedībai parasti ir ietekme uz vairāk kā vienu vērtību. Piemēram, baznīcas apmeklēšana var paust un popularizēt tradīcijas uz hedonisma (dzīves baudīšanas) vai konformitātes vērtību pamata. Konkurentējošo vērtību kompromiss nosaka attieksmi un izturēšanos
(Schwartz, 2012, 3-4).

Švarca skatījumā, vērtības nav konkrēti specifiski mērķi, bet gan motivācijas un spriedumu pamats indivīda rīcībai, plašāku, abstraktu mērķu sasniegšanā. Švarca vērtību teorija definē desmit plašas vērtības atbilstoši motivācijai, kas ir katras vērtības pamatā. Šīs vērtības, iespējams, ir universālas, jo tās ir balstītas uz vienu vai vairākiem no trim cilvēka eksistences universālajām prasībām, ar kurās tās palīdz tikt galā (Schwartz, 2012, 4-5). Šīs prasības ir indivīdu kā bioloģisko organismu vajadzības, koordinētas sociālās mijiedarbības priekšnoteikumi, kā arī grupu izdzīvošanas un labklājības vajadzības (turpat).

Darba turpinājumā tiek definētas katra no Švarca izvirzītajām desmit vērtībām tā izteiktā vispārīgā mērķa izteiksmē, kā arī atzīmēta vērtību pamatotība universālajās prasībās, atsaucoties uz saistītajām vērtību koncepcijām. Katras vērtības jēgas skaidrībai, iekavās tiks uzskaitīta vērtību vienumu kopa. Jāmin arī tas, ka dažiem svarīgiem vērtību vienumiem, piemēram, pašcieņai, ir vairākas nozīmes, tāpēc, tā izsaka vairāk nekā vienas vērtības motivācijas mērķus. Desmit Švarca pamatvērtību vienumu grupas ir:

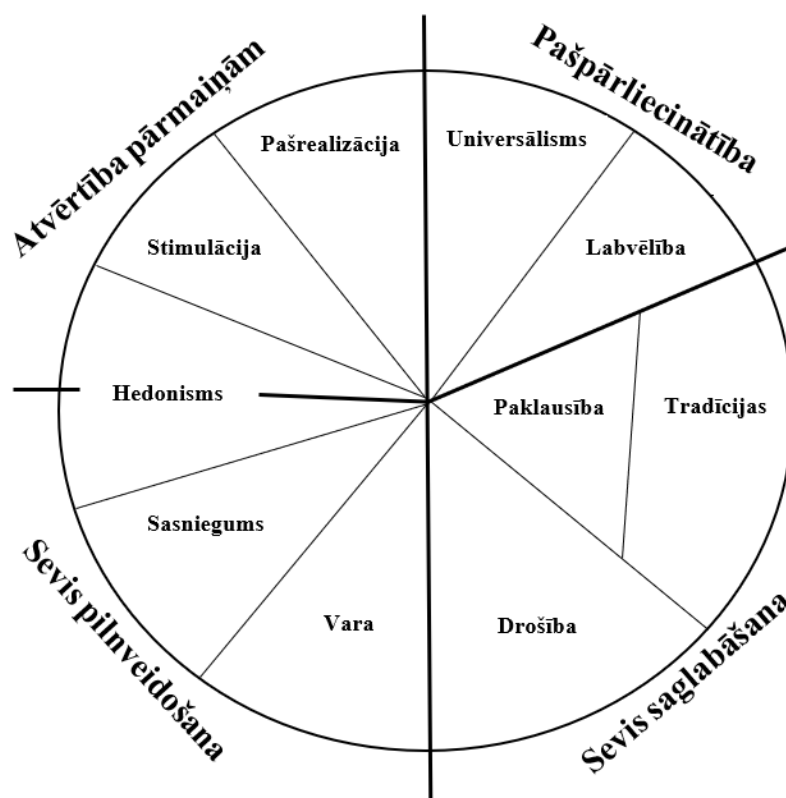
1. **Pašrealizācija jeb pašvirziens** (*Self-Direction*). Mērķa noteikšana: patstāvīga doma un rīcība – izvēle, veidošana, izpēte. Pašrealizācija izriet no organiskām kontroles

un meistarības vajadzībām, autonomijas un neatkarības mijiedarbības prasībām. Pašrealizācijas apakšvērtības – radošums, brīvība, savu mērķi izvēle, zinātkāre, neatkarība, pašcieņa, inteliģence, privātums;

2. **Stimulācija** (*Stimulation*). Mērķa noteikšana: aizraušānās, jaunumi un izaicinājumi dzīvē. Stimulācijas vērtības izriet no organisma nepieciešamības pēc dažādām stimulācijām, lai uzturētu pozitīvu, nevis apkārtējiem draudošu aktivācijas līmeni. Šī vajadzība, iespējams, attiecas uz vajadzībām, kas ir pašrealizācijas vērtību pamatā. Stimulācijas apakšvērtības – daudzveidīga dzīve, aizraujoša dzīve, uzdrīkstēšanās;
3. **Hedonisms** (*Hedonism*). Mērķa noteikšana: prieks vai sevis iepriecināšana. Hedonisma vērtības rodas no organiskām vajadzībām un prieka, kas saistīts ar to apmierināšanu. Hedonisma apakšvērtības – prieks, dzīves baudīšana, sevis lutināšana;
4. **Sasniegums** (*Achievement*). Mērķa noteikšana: personīgi panākumi, demonstrējot kompetenci atbilstoši sociālajiem standartiem. Individīdiem ir nepieciešama kompetenta darbība, kas rada resursus, lai izdzīvotu, kā arī grupām un institūcijām, lai sasniegtu savus mērķus. Sasniegumu vērtības uzsver kompetences demonstrēšanu attiecībā uz dominējošajiem kultūras standartiem, tādējādi iegūstot sociālo apstiprinājumu. Sasniegumu apakšvērtības – ambīcijas, veiksmē, spēja darboties, ietekme, inteliģence, cieņa pret sevi, sociālā atzīšana;
5. **Vara** (*Power*). Mērķa noteikšana: sociālais statuss un prestižs, kontrole vai dominēšana pār cilvēkiem un resursiem. Sociālo institūciju darbībai ir nepieciešama zināma statusa diferenciacija. Dominējošā stāvokļa/pakļaušanās dimensija parādās starppersonu attiecību empīriskā analīzē gan kultūru iekšienē, gan starp tām. Lai attaisnotu šo sociālās dzīves faktu un motivētu grupas dalībniekus to pieņemt, grupām vara jāuztver kā vērtība. Varas vērtības var būt arī individuālo vajadzību pārvērtības par dominēšanu un kontroli. Varas apakšvērtības – autoritāte, bagātība, sociālā vara, personas sabiedriskā tēla saglabāšana, sociālā atzīšana. Varas vērtības uzsver dominējošā stāvokļa iegūšanu vai saglabāšanu sociālajā sistēmā;
6. **Drošība** (*Security*). Mērķa noteikšana: sabiedrības, attiecību un sevis drošība, harmonija un stabilitāte. Drošības vērtības izriet no individuālajām un grupu pamatprasībām. Dažas drošības vērtības galvenokārt kalpo individuālām interesēm (piemēram, personīgajai vai ģimenes drošībai), citas – plašākas grupas interesēm (piemēram, valsts drošībai). Drošības apakšvērtības – sociālā kārtība, ģimenes drošība, valsts drošība, kā arī veselīga, mērena piederības sajūta;

7. **Paklausība jeb konformitāte** (*Conformity*). Mērķa noteikšana: tādu darbību, tieksmju un impulsu ierobežošana, kas var izjaukt vai kaitēt citiem un pārkāpt sociālās gaidas vai normas. Atbilstības vērtības izriet no prasības, ka indivīdi nedrīkst izjaukt un graut vienmērīgu grupas un grupas dalībnieku mijiedarbību un darbību. Švarcs uzsver, ka atbilstības vērtības uzsver ikdienas savaldīšanos, parasti ar kontaktējoties ar citiem cilvēkiem. Atbilstības apakšvērtības – pašdisciplinēts, paklausīgs, pieklājīgs, lojāls, atbildīgs;
8. **Tradīcijas** (*Tradition*). Mērķa noteikšana: cieņa, apņemšanās un tādu tradīciju un ideju pieņemšana, ko nodrošina indivīda kultūra vai reliģija. Grupas visur izstrādā praksi, simbolus, idejas un uzskatus, kas atspoguļo viņu kopīgo pieredzi un likteni, kuras tiek uzskatītas par vērtīgām grupas paražām un tradīcijām. Tas simbolizē grupas solidaritāti, pauž tās unikālo vērtību un veicina tās izdzīvošanu, un bieži izpaužas kā reliģiski rituāli, uzskati un uzvedības normas. Tradīciju apakšvērtības – cieņa pret paradumiem, pazemīga, dievbijīga, savas dzīves daļas pieņemšana, kā arī mērena, mierīga dzīve;
9. **Labvēlība** (*Benevolence*). Mērķa noteikšana: to cilvēku labklājības saglabāšana un uzlabošana, ar kuriem cilvēks bieži kontaktējas. Labvēlības vērtības izriet no pamatprasībām par vienmērīgu grupas darbību un no organiskās piederības nepieciešamības. Vissvarīgākās ir attiecības ģimenē un citās primārajās grupās. Labvēlības apakšvērtības uzsver brīvprātīgas rūpes par citu labklājību, tās ir – izpalīdzība, godīgums, piedošana, atbildība, lojāla, patiesa draudzība, nobriedusi mīlestība, piederības sajūta, dzīves jēga, garīgā dzīve;
10. **Universālisms** (*Universalism*). Mērķa noteikšana: izpratne, izpratne, iecietība un visu cilvēku labklājības un dabas aizsardzība. Universālisma vērtības rodas no indivīdu un grupu izdzīvošanas vajadzībām, bet cilvēki neatpazīst šīs vajadzības, kamēr nav saskārušies ar citiem cilvēkiem ārpus primārās grupas un līdz brīdim, kad viņi uzzina par dabas resursu trūkumu. Pēc tam cilvēki var saprast, ka nespēja aizsargāt dabisko vidi iznīcinās resursus, no kuriem ir atkarīga dzīvība. Universālisms apvieno divus satraukuma apakštipus – par labklājību plašākā sabiedrībā un pasaulē un par dabu, dabas resursiem. Universālisma apakšvērtības – plaši izplatīts sociālais taisnīgums, vienlīdzība, miera pasaule, skaistuma pasaule, vienotība ar dabu, gudrība, vides aizsardzība, iekšējā harmonija, garīgā dzīve (Schwartz, 2012, 5-7).

Švarca izveidotās pamatvērtības postulē, ka pamata līmenī tās veido saistītu motivācijas nepārtrauktību, kas veido cirkulāru, aplveida struktūru (sk. 1.1. att.).



1.1. att. Desmit Švarca motivācijas vērtību tipu attiecību teorētiskais modelis (Schwartz, 2012, 9)

Neskatoties uz to, ka pastāv viena Švarca izveidotā vērtību sistēma, autore uzskata, ka dažas vērtības ir pretrunā viena ar otru, piemēram, labvēlība un vara, turpretī citas vērtības ir savstarpēji savienojamas, piemēram, tradīcijas un drošība. Vērtību “struktūra” attiecas uz konfliktu un vērtību savstarpējo saistību attiecībām, turklāt tās ir līdzīgā veidā strukturētas starp dažādām kultūras grupām, kas liek domāt, ka pastāv universāla cilvēka motivācijas organizācija (Schwartz, 2012, 3). Pieņemot, ka vērtību struktūra un to būtība var būt universāla, indivīdi, indivīdu grupas un sociālās organizācijas visbiežāk atšķiras pēc tā, kādu relatīvo nozīmību tie piešķir šīm universālajām vērtībām. Citiem vārdiem, atšķirīgiem indivīdiem, indivīdu grupām vai organizācijām ir atšķirīgas vērtību prioritātes (ko tās uzskata par svarīgām vai mazāk svarīgām vērtībām) un hierarhijas (kā tās tiek sakārtotas).

Vērtības ir svarīga un īpaši centrāla personības sastāvdaļa, kas atšķiras no attieksmes, uzskatiem, normām un iezīmēm. Vērtības ir uzvedības un attieksmes galvenais motivētājs. Kā norāda Švarcs, Vērtību teorija ir piemērojama populācijām visā pasaulē, un īpaši pārsteidzoša ir tādas pašas apļveida struktūras parādīšanās starp vērtībām dažādās valstīs un mērinstrumentiem (Schwartz, 2012, 16-17). Visbiežāk tiek uzskatīts, ka vērtībām ir izšķiroša loma cilvēku rīcības motivēšanā un vadīšanā, tās ir kā konstitūcijas elementi personiskās un

kolektīvās identitātes veidošanā, tās kalpo kā spēcīgs sociālās integrācijas, kā arī konfliktu un šķelšanās avots (Thome, 2015, 47).

Vērtību mērīšanai Švarcs piedāvā Švarca vērtību aptauju (*Schwartz Value Survey*, turpmāk tekstā – SVS), kas ir izstrādāta balstoties uz viņa teoriju. SVS piedāvā divus vērtību vienību sarakstus. Pirmajā ir 30 vienības, kas lietvārdu formā apraksta potenciāli vēlamos beigu stāvokļus; otrajā ir 26 vai 27 priekšmeti, kas apraksta potenciāli vēlamos darbības veidus īpašības vārda formā (Schwartz, 2012, 10-11). Katrs elements izsaka vienas vērtības motivācijas mērķa aspektu, un skaidrojošā frāze iekavās, precizē tā nozīmi. Piemēram, “vienlīdzība (vienlīdzīgas iespējas visiem)” ir universālisma priekšmets, bet “mīlestība (vēlmju apmierināšana) ir hedonisma priekšmets” (turpat). Respondenti novērtē katras vērtības posteņa nozīmi 9 ballu skalā, kur:

- 7 – visaugstākā nozīme;
- 6 – ļoti svarīga;
- 5, 4 – bez etiķetes;
- 3 – svarīga;
- 2, 1 – bez etiķetes;
- 0 – nav svarīgi;
- 1 – pretstatā manām vērtībām

(Schwartz, 2012, 10).

Autore uzskata, ka visbiežāk skalas tiek iedalītas bez iespējas atzīmēt negatīvu vērtību, tāpēc šo skalu varētu uzskatīt par neierastu un nesimetrisku. Skala arī ļauj respondentam “ziņot” par iebildumiem pret vērtībām, no kurām viņi cenšas izvairīties.

Ņemot vērā šajā nodaļā minētās Šaloma Švarca pašrealizācijas vērtības (radošums, brīvība, savu mērķu izvēle, zinātkāre, neatkarība, pašcieņa, inteliģence, privātums) un viņa piedāvāto vērtību mērīšanu, tika izstrādāts jautājumu bloks, kurš tika iekļauts aptaujas anketā (sk. 1. pielikums, 12. jautājums).

Darba turpinājumā tuvāk tiks apskatīta pašrealizācija, iekļaujot pašrealizācijas skaidrojošo teoriju aprakstu un apskatīti citi pētījumi, kuros ir izmantota pašrealizācijas mērīšana.

2. PAŠREALIZĀCIJAS RAKSTUROJUMS

Līdz šim tika noskaidrots, ka pašrealizācija ir viena no daudzām pastāvošām vērtībām. Tika apskatīta vērtību izšķirošā loma sabiedrībā un cilvēku dzīvēs kopumā. Šīs lietas ir pamats pašrealizācijas izpratnei, taču ar to nepietiek. Padziļinātākai pašrealizācijas izpratnei tiks aprakstītas teorijas, kuras skaidro pašrealizāciju. Jāatzīst, ka šādu teoriju nav daudz, taču katra no tām sniedz skatījumu uz citādu pašrealizācijas šķautni, kopā veidojot daudzpusīgu pašrealizācijas raksturojumu.

Nodaļa sastāv no divām daļām, kur pirmajā tiks sniegts pašrealizācijas skaidrojošo teoriju apskats, un otrajā daļā tiks aprakstīta pašrealizācijas mērīšana citos pētījumos.

2.1. Pašrealizācijas skaidrojošo teoriju apskats

Viena no teorijām, kas skaidro pašrealizāciju ir Abrahama Maslova (*Abraham Maslow*) vajadzību hierarhija, kura ir izstrādāta no psiholoģiskās perspektīvas. Saskaņā ar šo teoriju, cilvēku vajadzības veido noteiktu hierarhiju un aktualizējas pakāpeniski viena pēc otras (Maslow, 1943, citēts pēc McLeod, 2007, 2). Vajadzību hierarhija visbiežāk tiek attēlota kā piramīda, kur piramīdas apakšā ir izdzīvošanai vissvarīgākās vajadzības, kuras cilvēks primāri cenšas apmierināt, tās tiek sauktas arī par cilvēka *pamatvajadzībām*. Maslova vajadzību hierarhijai ir pieci galvenie līmeņi:

1. Fizioloģiskās vajadzības (*Physiological needs*) – gaiss, ūdens, miegs, pārtika, pajumte, siltums, seksuālā dziņa);
2. Vajadzība pēc drošības (*Safety needs*) – aizsardzība no briesmām, kārtība, likums, robežas, stabilitāte, brīvība no bailēm;
3. Sociālās vajadzības (*Social Needs*) – komunikācija, piederība, pieķeršanās un mīlestība – no kolēģiem, ģimenes, draugiem, romantiskām attiecībām);
4. Vajadzība pēc sociālās atzinības (*Esteem needs*) – sasniegumi, meistarība, neatkarība, sociālais statuss, dominēšana, prestižs, pašcieņa, cieņa pret citiem);
5. Vajadzība pēc pašīstenošanās (*Self-Actualization needs*) – personīgā potenciāla realizēšana, pašpiepildīšanās, pašattīstība)

(McLeod, 2007, 3).

Maslova vajadzību hierarhijas teorijā termina “pašrealizācijas” vietā tiek izmantots termins “pašaktualizācija” vai “pašīstenošanās”, kas apzīmē vienu un to pašu. Sekojot Maslova izveidotajai hierarhijai, pašīstenošanās ir piramīdas visaugstākajā punktā. Tātad, lai indivīds

varētu apmierināt vajadzību pēc pašīstenošanās, tam vispirms ir jāapmierina četras citas, zemāk esošas vajadzības.

Autore uzskata, ka vajadzību pēc pašīstenošanās var uzskatīt par pašapliecināšanos, kas cilvēkam ir nepieciešama, lai izmantotu savu iekšējo potenciālu, garīgi attīstītos un tiektos uz izaugsmi. Autore piekrīt A. Maslova vajadzību hierarhijas teorijai un tās galvenajiem izvirzītajiem argumentiem un, neskatoties uz tās psiholoģisko skatījumu, uzskata, ka to var izmantot socioloģiskos pētījumos, kur akcents ir uz cilvēku sadarbību, iekšējā potenciāla izmantošanu, vērtībām. Tomēr, teorijas galvenais akcents ir uz cilvēka psiholoģiskajiem aspektiem, kas sašaurina tās izmantošanu socioloģiskajos pētījumos. Domājot par teorijā izmantotajiem terminiem “pašaktualizācija” vai “pašīstenošanās”, autore priekšroku dod Šaloma Švarca definētajai “pašrealizācijai”.

Vērtības var klasificēt un mērīt dažādi. Viena no pieejām ir darba 1. nodaļā minētā Švarca vērtību teorija, taču tā nav vienīgā. Cits svarīgs un pazīstams autors vērtību pētījumos ir Miltons Rokičs (*Milton Rokeach*), kurš 1972. gadā izveidoja Rokiča vērtību sistēmu (*Rokeach Value Systems*) (turpmāk tekstā RVS). Viņš tiek uzskatīts par vienu no vērtību klasificēšanas aizsācējiem. RVS pamatā ir 1968. gada sējums (ticējumi, attieksmes un vērtības), kas parādīja fizisku pamatu nepamatotu vērtību asociācijai ar uzskatiem un attieksmi (Dayal, 2016, 11). Šī sistēma sastāv no divām vērtību kopām, kur katra no tām satur astoņpadsmit atsevišķus vērtību posteņus. Pirmo kopu sauc par terminālajām vērtībām, kas attiecas uz vēlamajām eksistences galīgajām vērtībām, un otrā kopa sastāv no instrumentālajām vērtībām, kas attiecas uz vēlamajiem uzvedības režīmiem vai līdzekļiem gala vērtību sasniegšanai (Tuulik, Ōunapuu, Kuimet et. al., 2016, 153-154).

Terminālās vērtības (*Terminal values*) norāda uz vēlamajiem eksistences beigu stāvokļiem (Dayal, 2016, 11), citiem vārdiem, tie ir mērķi, kurus cilvēks gribētu sasniegt savas dzīves laikā. Šīs vērtības dažādās cilvēku grupās un dažādās kultūrās ir atšķirīgas. Terminālās vērtības RVS ir:

1. Patiesa draudzība (*true friendship*);
2. Nobriedusi mīlestība (*mature love*);
3. Pašcieņa (*self-respect*);
4. Laime (*happiness*);
5. Iekšējā harmonija (*inner harmony*);
6. Vienlīdzība (*equality*);
7. Brīvība (*freedom*);
8. Bauda (*pleasure*);
9. Sociālā atzīšana (*social recognition*);

10. Gudrība (*wisdom*);
11. Pestīšana (*salvation*);
12. Ģimenes drošība (*family security*);
13. Nacionālā drošība (*national security*);
14. Sasniegumi (*a sense of accomplishment*);
15. Skaistuma pasaule (*a world of beauty*);
16. Miera pasaule (*a world of peace*);
17. Ērta dzīve (*a comfortable life*);
18. Aizraujoša dzīve (*an exciting life*)

(Dayal, 2016, 11-12).

Instrumentālās vērtības, (*Instrumental values*) savukārt, attiecas uz vēlamajiem uzvedības veidiem – tā ir uzvedība vai līdzekļi gala vērtību sasniegšanai. Instrumentālās vērtības ir:

1. Jautrība (*cheerfulness*);
2. Ambīcijas (*ambition*);
3. Mīlestība (*love*);
4. Tīrība (*cleanliness*);
5. Paškontrolē (*self-control*);
6. Iespējas (*capability*);
7. Drosme (*courage*);
8. Pieklājība (*politeness*);
9. Godīgums (*honesty*);
10. Iztēle (*imagination*);
11. Neatkarība (*independence*);
12. Intelekts (*intellect*);
13. Plaša domāšana (*broad-mindedness*);
14. Loģika (*logic*);
15. Paklausība (*obedience*);
16. Palīdzība (*helpfulness*);
17. Atbildība (*responsibility*);
18. Piedošana (*forgiveness*)

(Dayal, 2016, 12-13).

Kā norāda Dajala, starp divu veidu terminālajām un instrumentālajām vērtībām nav vienkārša savienojuma (Dayal, 2016, 13), jo Rokičs ir ierosinājis funkcionālās attiecības starp

instrumentālajām un terminālajām attiecībām. Tas nozīmē, ka instrumentālās vērtības apraksta uzvedību, kas atvieglo terminālo vērtību sasniegšanu.

Apskatot pašrealizācijas skaidrojošās teorijas, tiek secināts, ka Švarca vērtību teorija un Rokīča sociālo vērtību teorijas ir līdzīgākas savā starpā kā Abrahama Maslova vajadzību hierarhija, tāpēc tās divas tiks savstarpēji salīdzinātas, lai noskaidrotu, kura no minētajām teorijām ir atbilstošāka pašrealizācijas mērīšanai.

Autore uzskata, ka Miliona Rokīča izveidotā vērtību sistēma varētu būt atbilstoša pašrealizācijas mērīšanai un pētīšanai, taču tādā gadījumā pašrealizācijai atbilstošās vērtības būtu “jāpiemeklē” no Rokīča izveidotās teorijas. Vērtības, kuras varētu tikt izvēlētas pašrealizācijas pētīšanai ir, piemēram, pašcieņa, iekšējā harmonija, sociālā atzišana, gudrība, sasniegumi, iespējas, intelekts, paklausība, atbildība. No izvēlētajām vērtībām varētu veidot pielāgotu pašrealizācijas indeksu, taču tā atbilstība teorijai nebūtu korekta, jo Rokīča teorijā netiek specifiski izdalīta pašrealizācija kā individuāla, konkrēta vērtība. Tas nozīmē, ka vēl pirms potenciālā pašrealizācijas indeksa veidošanas, tā validitāte un noturība būtu apšaubāma, kas liek domāt – ja sākotnēji šī ideja tiek uzskatīta par neizdevušos, cik loģiski būtu to attīstīt tālāk?

Salīdzinot vērtību ideoloģijas, pēc Švarca, vērtības ir uzskati, kam piemīt ietekme uz indivīdu, vērtības kalpo kā standarti, kritēriji un vērtību mijiedarbība veido indivīda rīcību, turpretī Rokīča vērtību teorija vērtības sākotnēji iedala divās kopās – terminālajās vērtībās (kurās ietilpst vispārēji uzskati, eksistences mērķi pēc kuriem indivīds tiecas savas dzīves laikā) un instrumentālajās vērtībās (tie ir principi vai uzskati, ar kuriem tiek sasniegti indivīda vēlamie dzīves mērķi).

Veicot Šaloma Švarca un Miliona Rokīča vērtību teoriju savstarpējo salīdzināšanu, var secināt, ka šī bakalaura darba pētījuma ietvaros atbilstošāka ir Švarca vērtību teorija, jo tā precīzāk uzsver pašrealizācijas nozīmību kā vērtību indivīda dzīvē.

Darba turpinājumā tiks apskatīti citu pētījumu piemēri pašrealizācijas mērīšanā un izmantošanā.

2.2. Pašrealizācijas mērīšana – citu pētījumu piemēri

Pašrealizāciju var pētīt dažādi un pašrealizācijai var būt dažādas izpausmes. Šajā apakšnodaļā tiks apskatīti daži pētījumi, kuros ir izmantota vai pētīta pašrealizācija.

Maija Vorslava 2009. gadā ir izstrādājusi bakalaura darbu, kura mērķis ir “izprast šķēršļus sieviešu ienākšanai politikā un viņu pašrealizācijas iespējas Latvijā augstākā līmeņa politikā - Saeimā” (Vorslava, 2009, 5). Darbā pašrealizācijas definēšanai tiek izmantota iepriekš minētā Abrahama Maslova vērtību hierarhija. Skaidrojot pašrealizācijas iespējas

politikā, M. Vorskla min, ka “politiskā pašrealizācija iespējama īstenojot politisko līdzdalību (dalība partijās, kandidēšana vēlēšanās, piedalīšanās diskusijās, nevalstiskajās organizācijās u.c.)” (Vorskla, 2009, 14), kur ar politisko līdzdalību tiek saprasta “individuāla vai kolektīva iesaistīšanās politiskajos procesos, kuru rezultātā notiek politiskā rekrutācija, mainās un attīstās valsts politiskais kurss un top politiskie lēmumi” (turpat).

Vorskla uzsver, ka sieviešu pašrealizācija politikā ir zema ne tikai nacionālās valdībās, kur to skaits sasniedz no 9% - 30%, bet arī darbības publiskajā sfērā – asociācijās, biedrībās u.c. (Vorskla, 2009, 14). Domājot par sieviešu zemo pašrealizāciju politikā, tiek uzsvērts, ka sieviešu pašrealizācija būtu jāskatās kontekstā ar sieviešu sociālajām lomām sabiedrībā, līderības būtību un motivācijas problēmām, “kā rezultātā sievietes atsakās no līdzdalības politikā, priekšroku dodot ģimenei un, mēģinot sasniegt pašrealizāciju citās dzīves sfērās, piemēram, kultūrā, mākslā u.c.” (Vorskla, 2009, 14). Tiek minēts arī tas, ka sievietēm biežāk kā vīriešiem rodas izteikta nepatika pret nosodījumu vai negatīviem vērtējumiem, un ņemot vērā faktu, ka politika nepārtraukti tiek vērtēta, nereti arī nosodīta, sievietes atsakās piedalīties, tādējādi – pašrealizēties, šajā jomā.

Augstāk minētajā bakalaura darbā galvenā uzmanība tika pievērsta tieši sieviešu pašrealizācijas iespējām politikā, kas izpaudās caur sieviešu politisko līdzdalību. Toties, pēc šī bakalaura darba autores domām, politiskā līdzdalība ir plaša joma, kurā arī pašrealizācija var plaši izpausties. Darbā parādījās tādi jēdzieni kā “motivācija”, “ticība saviem spēkiem”, “vēlēšanās piedalīties”, “vienlīdzība”, kas ir svarīgas cilvēka iekšējās vērtības, kuras atbilst pašrealizācijas mērīšanai politiskajā jomā.

Cits pētījums, kurā tiek pētīta pašrealizācija ir par pusaudžu meiteņu ar invaliditāti autonomija, pašrealizācija un pašpārliecināšanās skolas un karjeras pielāgošanā. Šī darba mērķis bija identificēt pašnoteikšanās elementus, kas var veicināt pozitīvas vai negatīvas karjeras korekcijas pusaudžu meitenēm ar invaliditāti vai ar vairākiem riska faktoriem (Doren & Kang, 2016). Trīs pašnoteikšanās elementi – autonomija, pašrealizācija un sevis aizstāvēšana tika pārbaudītas kopā, lai noskaidrotu gan kumulatīvo, gan unikālo ieguldījumu rādītājos, kas saistīti ar 111 pusaudžu meiteņu pielāgošanu skolai un karjerai (Doren & Kang, 2016). Darba gaitā tika secināts, ka šie trīs komponenti bija nozīmīgi un pozitīvi saistīti ar skolas un karjeras korekcijas rādītājiem. Autonomija bija viskonsekventākais un visvienmērīgākais rādītājs, savukārt, pašrealizācija un sevis aizstāvēšana katra sekmēja pielāgošanās aspektus dažādās skolas un karjeras jomās.

Atsevišķi apskatot pašrealizāciju, pētījuma izlasē iekļautajām pusaudžu sievietēm ar augstāku pašrealizācijas pakāpi bija lielāka pārliecība par iesaistīšanos klasē un sabiedriskās aktivitātēs skolā, turklāt, viņām bija arī lielāka pārliecība par savām profesionālajām zināšanām

un prasmēm (Doren & Kang, 2016). Autore uzskata, ka tie ir pozitīvi rezultāti, jo tika konstatēts, ka patstāvīga iesaistīšanās skolā un arī pēc skolas vidē (pulciņu, nodarbību apmeklēšana u.c.) palielina pusaudžu koledžas un vidusskolas beigšanu un samazina to pusaudžu skaitu, kas pamet mācības vidusskolā (Doren & Kang, 2016).

Autore uzskata, ka šie secinājumi ir labs pierādījums tam, ka, jo vairāk cilvēks pašrealizējas dzīvē, jo lielākus personiskos sasniegumus var gūt. No iepriekš aprakstītā pētījuma autore secina, ka lielāka cilvēka iekšējā potenciāla izmantošana noved pie sasniegumiem, kas sekmē cilvēka apmierinātību. **Apkopojot iepriekš minēto, autore izvirza hipotēzi: jo vairāk cilvēks izmanto savu potenciālu ikdienas darbos, jo apmierinātāks viņš ir ar to, ko dara ikdienā.**

Tas, ko cilvēks dzīvē dara, kā izmanto savu potenciālu un kā pašrealizējas dzīvē, kopumā nosaka cilvēka dzīves kvalitāti. Līdz ar to, nākošais apskatītais pētījums pašrealizācijas pētīšanai ir pētījums par cilvēka dzīves kvalitātes izvērtējuma metodēm un instrumentiem (Vahļina, 2012, 1). Šajā pētījumā autore galveno uzmanību pievērša tieši personīgo ieguvumu indeksam (*personal outcomes index*). Instrumenta pamatā ir – “*Schalock R.* piedāvātais novērtējums, kurš ietver astoņas sfēras, kas kopumā atspoguļo cilvēka dzīves kvalitāti” (Vahļina, 2012, 35), taču piedāvātais modelis lielākoties ir vērsts uz cilvēka labsajūtas izvērtēšanu un mazāk uz dzīves standartu vērtēšanu. Pēc pētījumā iekļautās informācijas, pastāv vairākas dzīves kvalitātes sfēras, kuras izvērtē ar minētā instrumenta palīdzību, tās ir:

- Emocionālā labsajūta – apmierinātība, paš-koncepts, stresa neesamība;
- Starppersonu attiecības – mijiedarbība, attiecības, atbalsts;
- Materiālā labsajūta – finansiālais statuss, nodarbinātība, mājoklis;
- Personīgā attīstība – izglītība, personīgā kompetence, realizācija;
- Fiziskā labsajūta – veselība un veselības aprūpe, ikdienas aktivitātes, brīvais laiks;
- Pašnoteikšanās – autonomija/personīgā kontrole, personīgie mērķi, izvēle;
- Sociālā iekļaušanās – iekļaušanās un līdzdalība vietējā kopienā, lomas, atbalsts;
- Tiesības – juridiskās tiesības, cilvēktiesības (cieņa, vienlīdzība)

(Vahļina, 2012, 36).

Autore uzskata, ka veicot dzīves kvalitātes pētījumu, tiek veikta arī daļēja pašrealizācijas pētīšana, jo tiek pētīti tādi jautājumi kā *personīgā attīstība*, *pašnoteikšanās* un *sociālā iekļaušanās*, kas var tikt un tiek izmantoti pašrealizācijas mērīšanā. Turklāt, jautājumi, kuri tiek izmantoti iepriekš minēto vērtību mērīšanā ir līdzīgi ar tiem, kurus autore izmanto bakalaura darba pētījumā, piemēram, jautājumi par personīgo attīstību.

Vahļinas jautājums “*Vai Jums ir sajūta, ka apgūstat jaunas iemaņas?*” (Vahļina, 2012, 38) ir idejiski līdzīgs ar bakalaura darba autores aptaujas anketā ievietoto “*Lūdzu, atzīmējiet, cik ļoti Jūs piekrītat vai nepiekrītat apgalvojumam: man patīk apgūt jaunas lietas*”. Vahļinas jautājums “*Vai Jūs uzskatāt, ka tas, ko Jūs darāt dienas laikā ir svarīgi?*” (Vahļina, 2012, 38) idejiski ir līdzīgs bakalaura darba autores aptaujas anketā ievietotajam “*Lūdzu, atzīmējiet, cik ļoti Jūs piekrītat vai nepiekrītat apgalvojumam: Es uzskatu, ka ir vērts darīt to, ko es daru dzīvē*”. Līdz ar to, autore secina, ka veicot dzīves kvalitātes pētījumus, tiek veikta arī daļēja pašrealizācijas pētīšana/mērīšana, kas, nozīmē, ka pašrealizācija ietekmē indivīda dzīves kvalitāti kopumā. Indivīdam ir svarīgi pašrealizēties, lai attīstītu personīgo dzīves kvalitāti.

Apskatot pašrealizācijas mērīšanu citos pētījumos, tiek secināts, ka pašrealizāciju var pētīt dažādi un tā var izpausties dažādos veidos. Svarīgi ir piemeklēt atbilstošāko pašrealizācijas mērīšanas instrumentu un formu nepieciešamajam pētījumam.

Pēc darba teorētiskās daļas apskata, darba turpinājumā tiks sniegts pētījuma metodoloģijas apraksts, iekļaujot skalu un indeksu veidošanas vadlīnijas, pētījuma ģenerālkopu un izlasi, aptaujas anketas veidošanas pozitīvos un negatīvos aspektus, darbā iekļautās aptaujas anketas aprakstu, lauka darba aprakstu, dalībnieku rekrutāciju, kā arī pētījumā ievērotos ētikas principus.

3. METODOLOĢIJA

Pētījuma izstrādes procesā liela nozīme ir izvēlētajām pētījuma metodēm, jo neatbilstoša pētījuma metodes izvēle var novest pie neveiksmīga pētījuma. Ņemot vērā šajā bakalaura darbā izvirzīto pētījuma mērķi un fokusu, par galveno pētījuma metodi tika izvēlētas kvantitatīvās metodes.

Pārliecinoša kvantitatīva pētījuma izstrādē, svarīgi ir pievērst uzmanību divām lietām – pētījuma ticamībai (*reliability*) un tā pamatotībai (*validity*). Turklāt, pētījuma ticamība ir cieši saistīta ar tā atkārtojamību (*replicability*) (Scholten, n.d.). Pētījums tiek uzskatīts par atkārtojamu, ja citi, neatkarīgi pētnieki, var to atkārtot, taču pētījumā iegūtie rezultāti tiek uzskatīti par ticamiem, ja atkārtojot pētījumu, iegūst konsekventus rezultātus (turpat). Pētījuma instruments tiek uzskatīts par ticamu, ja tas darbojas noteiktā, iepriekš paredzamā veidā (DeVellis, 2017, 39-40). Nedaudz sarežģītāk ir ar pētījuma pamatotību. Pētījums ir pamatots tad, ja secinājums par hipotētisko attiecību starp mainīgajiem precīzi atspoguļo realitāti (DeVellis, 2017, 83-85), citiem vārdiem – pētījums ir derīgs, ja secinājums, kas balstīts uz rezultātiem ir “paties”. Tomēr, pētījuma pamatotība ir vispārīgs jēdziens, tāpēc darba turpinājumā tiks apskatīti trīs galvenie elementi, kurus ir jāizstrādā un jāpierāda, lai pētījums tiktu uzskatīts par pamatotu (validētu), tie ir konceptuālā, iekšējā un ārējā pamatotība.

Konceptuālā (saukta arī par konstrukta) pamatotība ir svarīga gan iekšējai, gan ārējai pamatotībai. Izvēlētajām metodēm ir augsta konceptuālā pamatotība, ja tās mēra un manipulē ar īpašībām, kuras mēs tām bijām iecerējuši (Scholten, n.d.). No tā var spriest, ka konceptuālā pamatotība norāda uz to, vai pētījumā izmantotās metodes ir pamatotas. Iekšējā pamatotība ir būtiska, ja izvirzītā hipotēze apraksta cēloņsakarību (turpat), proti, pētījums ir iekšēji pamatots, ja novērotā ietekme faktiski rodas no hipotēzes pamata. Savukārt, pētījums ir ārēji derīgs, ja hipotētiskās attiecības, kuras atbalsta iegūtos rezultātus, pastāv arī citās vidēs un grupās (Scholten, n.d.). Citiem vārdiem sakot, ja rezultāti tiek vispārināti dažādiem cilvēkiem, grupām, vidēm un laikiem.

Darba metodoloģiskās daļas turpinājumā tiks aprakstītas skalu veidošanas vadlīnijas, kā arī pētījuma ģenerālkopa un izlase, aptaujas anketas veidošana, kā arī sniegts lauka darba apraksts, iekļaujot pētījumā ievērotos **ētikas principus**.

3.1. Skalu un indeksu veidošanas vadlīnijas

Līdz šim aprakstītās lietas ir bijušas vairāk teorētiskas nekā praktiskas, tāpēc darba turpinājumā tiks aprakstītas praktiski noderīgas skalu veidošanas vadlīnijas, kuras vajadzētu

ievērot kvantitatīvajos pētījumā. Šīs apakšnodaļas pamatā tiek izmantoti Roberta F. DeVellis (*Robert F. DeVellis*) ieteikumi.

Sākot veidot mērīšanas skalas, var rasties neizpratne par to, vai jautājumus veidot, pamatojoties uz dažādām teorijām vai balstīties savos personiskajos novērojumos un pieredzē, cik specifiskus/konkrētus jautājumus veidot, vai kādam aspektam ir jāpievērš lielāka uzmanība kā citam? Lai izvairītos no šādām situācijām, skalu veidošanas pirmajā solī vajadzētu skaidri noteikt un saprast, kas ir tas, ko pētnieks vēlas pētīt, citiem vārdiem, – ko vēlas mērīt (DeVellis, 2012, 73). Sākotnēji tas var šķist pašsaprotami un pētnieki var *domāt*, ka viņiem ir skaidrs ideja, ko tie vēlas pētīt, taču īstā sapratne rodas brīdī, kad tiek veidoti jautājumi un ievākti dati (turpat).

Pēc skaidras sapratnes par to, kas tik mērīts, pētnieks ir gatavs sākt konstruēt nepieciešamo mērīšanas instrumentu (DeVellis, 2017, 109) jeb aptaujas anketu. Aptaujas anketas veidošanas sākumā, vajadzētu izstrādāt dažādus jautājumus, kuri daudzpusīgi mēra interesējošās tēmas lauku. Turklāt, nevajadzētu uztraukties par plašo jautājumu skaitu, jo sākotnēji izstrādātie jautājumi, ar laiku tiktu apstrādāti un “pieslīpēti”, lai vēlāk tie varētu kandidēt uz iekļaušanu instrumentārija gala variantā. Ne vienmēr visi sākumā izveidotie jautājumi tiek iekļauti instrumentārija gala variantā. Jautājumu izstrādes procesā, vajadzētu paturēt prātā sākotnēji izvēlēto mērīšanas mērķi (turpat). Šī procesa nākošajā solī būtu nepieciešams apzināt skalu mērīšanas formātus, lai saprastu, kurš ir atbilstošākais mērķa sasniegšanai.

Pēc tam, kad ir izvēlēts atbilstošais jautājuma mērīšanas formāts, ir iespējams pāriet uz nākošo soli skalu mērīšanā – indeksu veidošanu. Indeksus parasti veic sarežģītākos kvantitatīvajos pētījumos. Indeksus veido no vairākiem, savstarpēji līdzīgiem un papildinošiem jautājumiem, kas kopā veido vienu mērījumu. Kā norāda Jurijs Ņikišins, “ja kāda parādība vai stāvoklis operacionalizējams ar vairākām mērāmām dimensijām, tad šīs dimensijas var apvienot vienā kompleksā rādītājā, veidojot indeksu” (Ņikišins, 2015, 190-191).

J. Ņikišins uzskaita vairākus soļus, ko ir nepieciešams ievērot veiksmīgā indeksu veidošanā. Sākotnēji, būtu jāpārliecinās, ka izvēlētie jautājumi indeksa mērīšanā, loģiski atbilstu mērāmajai pazīmei (Ņikišins, 2015, 197-198). Nākošais solis ir indeksu viendimensionalitāte, kas loģiski izriet no indikatoru atbilstības izvēlētajam indeksam (turpat). Svarīgi ir atcerēties, ka indeksu veidošanu var uzskatīt par lietderīgu tikai tad, ja izvēlētais indekss mēra tikai un vienīgi to pazīmi, kas interesē pētniekus, nevis kādu citu vai vairākas (Ņikišins, 2015, 197-198), pretējā gadījumā, tam zūd loģiskā jēga. Trešajā solī būtu jāizlemj, cik šauru vai plašu pazīmi ir nepieciešams mērīt, izveidotajam indeksam un ceturtais ieteikums attiecas uz indikatoru vērtību izkliedi (Ņikišins, 2015, 197-198), jo to ir nepieciešams nodrošināt.

Domājot par indeksos iekļaujamo jautājumu skaitu, indeksos visbiežāk iekļauj vismaz divus, bet vēlams vairāk, jautājumus, jo lielāks jautājumu skaits padara indeksa izmantošanu lietderīgāku un pamatotāku. Vidējais indeksā iekļaujamo jautājumu skaits ir no trijiem līdz desmit, taču pārāk liels jautājumu skaits var apgrūtināt un sarežģīt indeksa veidošanu. Lai atvieglotu indeksa veidošanu un aprēķināšanu, 1951. gadā Lī Kronbahs (*Lee Kronbach*) ir izveidojis indeksa iekšējās saskaņotības rādītāju – Kronbaha alfu (*Chronbach`s alpha*). Indeksa iekšējā saskaņotības pamatā ir katra jautājuma indeksā iekļauto jautājumu savstarpējā korelācija, kas nosaka, cik savstarpēji saskaņoti ir indeksā iekļautie jautājumi. Kronbaha alfa tiek plaši izmantota kā indeksa ticamības vai noturības mērs (DeVellis, 2012, 34-35). Turklāt, par korelācijas klātbūtni var spriest tad, ja respondentu atbildes uz kādu vienu, konkrētu jautājumu dod iespēju prognozēt respondenta atbildes arī uz citu jautājumu (Nikišins, 2015, 197-198). Indeksu veidošanā nevar iztikt bez indeksa iekšējās saskaņotības rādītāja interpretācijas, un pamatojoties uz kvantitatīvajā socioloģijā iepriekš pieņemtajām vadlīnijām, indeksa iekšējo saskaņotību interpretē šādi:

- 1 – perfekta saskaņotība;
- 0,9 – 0,7 – stipra saskaņotība;
- 0,6 – 0,4 – mērena saskaņotība;
- 0,3 – 0,1 – vāja saskaņotība;
- 0 – nav saskaņotības

(Nikišins, 2015, 197-203).

Citiem vārdiem, jo lielāka ir indeksa vērtība, jo lielāka ir indeksā iekļauto jautājumu savstarpējā saskaņotība.

Darba turpinājumā tiek aprakstīta pētījumā iekļautā izlase un ģenerālkopa.

3.2. Pētījuma ģenerālkopa un izlase

Katrā socioloģiskā pētījumā ir svarīgi definēt to, kas tiek pētīts un cik daudz tiek pētīts. Šādam iemeslam tiek definēta pētījuma ģenerālkopa (kas tiek pētīts?) un izlase (cik daudz tiek pētīts? Kāds ir vēlamais respondentu apjoms?). Šajā apakšnodaļā tiek definēti iepriekš minētie lielumi un aprakstīts darbā iecerētais respondentu apjoms.

Pētījuma ietvaros tika izstrādāta nevarbūtīgā izlase (*nonprobability sampling*) pēc kvotu izlases (*quota sampling*) principa. Šī izlase tika izveidota, lai aizpildītu autora sākotnēji definētās respondentu kvotas un nodrošinātu datu salīdzināšanu. Kvotu izlases priekšrocības ir tādas, ka izlases veidošana neprasa lielus izdevumus, tās veidošana ir salīdzinoši ātra un tā noder gadījumos, kad nepieciešams iegūt rezultātus īsā laika periodā.

Darba autore definēja divus kontrolmainīgos – dzimumu un vecumu. Vecums tika izvēlēts, lai varētu salīdzināt jaunāku un vecāku respondentu sniegtās atbildes. Tika definētas divas vecuma grupas, pirmā – no 18 līdz 27 gadiem un otrā – no 55 līdz 64 gadiem. Vecuma grupa no 18 līdz 27 gadiem tika izvēlēta, jo autorei bija interese strādāt ar jau pilngadīgiem potenciālajiem respondentiem un, pēc Latvijas Republikas likumdošanas, valstī pilngadība tiek iegūta sasniedzot 18 gadu vecumu (Latvija.lv, 2019). Pilngadīgie respondenti no nepilngadīgajiem respondentiem atšķiras ar to, ka pilngadīgie respondenti kļūst oficiāli un juridiski atbildīgi par savu rīcību. Ērtākai datu salīdzināšanai, tika izlemts, ka katrā vecuma grupā ir jābūt iekļauti 10 vecumi, tāpēc pirmā tika identificēta jaunākā respondentu grupa, kas ir vecumā no pilngadības iegūšanas (18 gadiem) 10 vecumus uz priekšu (līdz 27 gadiem). Otrā vecuma grupa tika izvēlēta, lai iekļautu gan cilvēkus, kuri vēl nav pensijas vecumā, gan būtu atvērta arī tiem, kuri potenciāli jau varētu būt pensijas vecumā, tādējādi neizslēdzot pensionārus no iespējām iekļūt izlasē. Pēc Latvijas Republikas likuma, šobrīd pensionēšanās vecums ir 63 gadi un 9 mēneši (Valsts sociālās apdrošināšanas aģentūra, 2014). Ņemot vērā iepriekš minēto informāciju, autore nolēma, ka optimālā otrā respondentu vecuma grupa ir vecumā no 55 līdz 64 gadiem.

Domājot par izlases apjomu, autore uzskata, ka svarīgi ir aizpildīt iepriekš minētās kvotas, kuras dalās kategorijās: sievietes un vīrieši un iepriekš minētā vecuma griezumā. Ņemot vērā faktu, ka pētījuma mērķis nav iegūt reprezentatīvus datus un to vispārināšana uz visiem Latvijas iedzīvotājiem, bet gan iegūto rezultātu salīdzināšana grupu starpā, autore uzskata, ka optimālais izlases apjoms ir 100 respondenti, kurus sastāda 25 sievietes un 25 vīrieši vecumā no 18 – 27 gadiem un 25 sievietes un 25 vīrieši vecumā no 55 – 64 gadiem.

3.3. Aptaujas anketas veidošanas pozitīvie un negatīvie aspekti

Šajā apakšnodaļā tiks sniegta aptaujas definīcija, aptaujas nozīme kvantitatīvajos pētījumos, kā arī aptaujas pozitīvie un negatīvie aspekti.

Aptauja ir “sistemātiska datu vākšana no indivīdiem, uzdodot viņiem jautājumus” (Pipere, 2011, 157). Veicot aptauju, pētnieks uzdod vienādus jautājumus visiem respondentiem ar vienādu mērķi (Pipere, 2011, 159). Aptaujas visbiežāk tiek izmantotas kvantitatīvajos pētījumos, jo “tas ir samērā lēts un ātrs veids kā iegūt datus no liela respondentu skaita” (Pipere, 2011, 157). Pirms aptaujas veikšanas, pētniekam ir jābūt zināmam ko, kā un kāpēc viņš vēlas izziņāt konkrētus jautājumus, kā arī tas, kā tiks izmantota iegūtā informācija (Pipere, 2011, 158). Autore uzskata, ka svarīgi ir ņemt vērā arī to, cik daudz un kādi resursi ir pieejami pētījuma veikšanai, jo izveidojot apjomīgu pētījuma plānu bez nepieciešamajiem laika vai finansiālajiem resursiem nebūtu lietderīgi. Gadījumā, ja pētnieks nolemj izmantot jau izveidotu

aptaujas anketu (arī gatavas anketas iestrādnes), ir rūpīgi jāizsver konkrētās aptaujas anketas atbilstība iepriekšminētajiem aspektiem (Pipere, 2011, 158).

Anketas, kuras izmanto kvantitatīvos pētījumos ir jāveido pēc psihometrijas prasībām, turklāt, klasiskā psihometrijas teorija nosaka, ka “mērinstrumentam ir jāpiemīt vismaz divām īpašībām:

1. **Noturīgumam** (jeb drošumam) (*reliability*);
2. **Pamatotībai** (*validity*)” (Pipere, 2011, 166).

Aptaujas anketas noturīgums nozīmē, ka aptaujas anketas jautājumi ir iekšēji saskaņoti un iegūtajiem mērījumiem piemīt stabilitāte (turpat).

Aptaujas anketas izmantošanai pētījumā ir savi pozitīvie aspekti. Viens no tiem ir jau minētais ekonomiskais aspekts, jo tās veidošana pārsvarā ir ekonomiski izdevīgs process, kas ļauj ietaupīt arī laika un citus resursus (Pipere, 2011, 159), kas atvieglo pētījuma plānošanas procesu un izmaksas kopumā. Vēl viena aptaujas anketu priekšrocība ir savākto datu standartizācijas iespēja, kas tiktu nodrošināta, veicot lielākus pētījumus, kur rūpīgi tiktu izstrādāta varbūtīgā izlase. Aptaujas anketās parasti tiek jautāti vairāki jautājumi par pētniekam interesējošo tēmu, kas norāda uz zināmu aptaujas elastību datu apstrādes procesā (turpat).

Neskatoties uz vairākām priekšrocībām, aptaujas anketas sevī ietver arī dažus negatīvos aspektus. Aptaujas anketās ir zināms virspusīgums un elastības trūkums, jo tās liedz iespēju saskatīt citas, iespējams būtiskākas, lietas, kuras neietilpst iepriekš noformulētajos aptaujas jautājumos. Citējot Aneti Piperi, “ir grūti izmantot aptaujas, lai iegūtu pilnīgu izpratni par sociālajiem procesiem to reālajā vidē, kā to dara, piemēram, ietvertā novērošana” (Pipere, 2011, 159). Apkopojot iepriekš sniegto informāciju par aptaujas anketām, varētu spriest, ka “pētījumi, kuros ir izmantotas aptaujas, ir ar vājāku pamatotību (*validity*), taču augstāku noturīguma līmeni” (Pipere, 2011, 159).

Elektroniskā aptaujas anketa. Aptaujas veidošanai un administrēšanai tiešsaistē jeb *online* platformās ir vairākas praktiskas priekšrocības. Pirmkārt, ja tiešsaistes platforma ir bezmaksas, tad, salīdzinot ar papīra aptaujas anketām, tiek ievērojami samazinātas izmaksas, jo aptaujas anketas nav nepieciešams drukāt, turklāt, tas ir videi draudzīgāks datu ieguves veids – mazina papīra patēriņu (Brenkert-Smith, Dickinson & Flores, 2018). Citas priekšrocības ir tādas, ka pētniekam tiek samazināts datu ievadīšanas laiks, jo respondentu atbildes tiek ievadītas un saglabātas automātiski, tādējādi, vairs nav nepieciešams ievadīt iegūtos datus manuāli. Autore uzskata, ka, veidojot elektroniskās aptaujas anketas, tiek samazināts arī datu ievākšanas periods, jo potenciālajam respondentam elektronisko aptaujas anketu ir iespējams aizpildīt sev ērtā vietā un laikā.

Neskatoties uz elektronisko aptaujas anketu priekšrocībām, tām ir arī negatīvā puse. Tiešsaistes aptaujas anketas nav tik drošticamas kā papīra aptaujas anketas, jo nekad nevar zināt, kas ir “ekrāna otrā pusē” (Brenkert-Smith, Dickinson & Flores, 2018). Autore uzskata, ka veidojot tiešsaistes aptaujas, nevar garantēt to, ka visās elektroniskajās ierīcēs (piemēram, dators, telefons, planšete u.c.), caur kurām tā tiek atvērta, aptauja izskatīsies tāpat kā pētnieka elektroniskajā ierīcē, kas var radīt negatīvas sekas. Tāpat pastāv dažādu zināšanu līmeņi par elektronisko aptaujas anketu veidošanas platformu lietošanu, tāpēc var gadīties, ka pētniekam pirms īstā pētījuma veikšanas, ir nepieciešams veikt pilotpētījumu, lai pārbaudītu kā konkrētā platforma darbojas.

Izsverot visas aptaujas anketas veidošanas priekšrocības un trūkumus, autore nolēma, ka dalībnieku rekrutācija caur interneta platformu, ar tiešsaistes aptauju būs optimālais datu ievākšanas veids bakalaura darba pētījumam. Darba turpinājumā tiks aprakstīta šajā darbā ievietotā aptaujas anketa.

3.4. Darbā ievietotā instrumentārija apraksts

Šajā apakšnodaļā tiek aprakstīts, kas ir Eiropas Sociālais pētījums, darbā ievietotā aptaujas anketa, iekļaujot pamatojumu par to, kāpēc tika izvēlēta tieši šī jautājumu kopa, kā arī tiek detalizētāk aprakstīti aptaujas anketā iekļautie jautājumi.

Eiropas Sociālais pētījums (*European Social Survey*) ir uz akadēmiskiem standartiem balstīts starptautisks salīdzinošs socioloģisks pētījums. Tā pamatā ir vairāki mērķi, taču viens no galvenajiem ir atspoguļot stabilitāti un sociālās struktūras, apstākļu un attieksmes izmaiņas Eiropā un interpretēt to, kā mainās Eiropas sociālā, politiskā un morālā struktūra (*European Social Survey*, n.d.). Vienkāršoti varētu teikt, ka tā mērķis ir izskaidrot un uzkrāt Eiropas valstu iedzīvotāju attieksmes un vērtības.

Ņemot vērā to, ka Eiropas Sociālā pētījuma 6. kārtā Latvija kā dalībvalsts nepiedalījās, pētījuma aptaujas anketa netika tulkota latviešu valodā, tāpēc šeit iezīmējas viena no pētījuma novitātēm – bakalaura darba autore savam pētījumam nepieciešamos jautājumus tulkoja pati – no angļu uz latviešu valodu. Tomēr jānorāda, ka pētījuma autorei nav specifisku zināšanu profesionālo aptaujas anketu tulkošanā, tāpēc tulkojumos var būt neprecizitātes.

Pirms pētījuma veikšanas, autore bija nolēmusi, ka veiks kādas jautājumu kopas adaptāciju un aprobāciju no Eiropas Sociālā pētījuma 6. kārtas aptaujas anketas, taču nebija vēl izlemts, kāds būs darba fokuss. Pirms autore nonāca līdz pašrealizācijas jautājumu kopai, sākotnēji izvēle svārstījās starp vēl diviem citiem, autorei saistošiem, tematiem. Viens no tiem bija politisko jautājumu bloks (*Politics*), tai skaitā: politiskās intereses, uzticēšanās, vēlēšanu un citi līdzdalības veidi, partiju uzticība un sociāli politiskās ievirzes (*European Social Survey*,

2012, 5-12). Tomēr, autore uzskatīja, ka pētījumi par šādām un līdzīgām tēmām Latvijā ir sastopami visai bieži, īpaši bakalaura un maģistra darbos. Cits variants bija indivīda subjektīvā labklājība (*Subjective wellbeing*), tai skaitā: sociālā atstumtība, reliģija, diskriminācijas jautājumi, nacionālā un etniskā identitāte un imigrācija (European Social Survey, 2012. 13-19). Šo jautājumu bloku autore neizvēlējās, jo studiju laikā dažas no šīm tēmām jau bija pētītas, turklāt, nešķita saistošas. Rezultātā, autore izvēlējās jautājumu bloku par personīgo un sociālo labklājību (*Personal and social wellbeing*), kurš sākotnēji sevī iekļauj: palīdzēšanu citiem, jūtas pēdējā nedēļā, gandarījumu par dzīvi un fiziskās aktivitātes (European Social Survey, 2012, 20-26). Vēlāk, adaptējot šajā jautājumu blokā iekļautos jautājumus, autore nonāca pie secinājuma, ka pētījumā izvirzītā mērķa sasniegšanai tika izvēlēta Eiropas Sociālā pētījuma 6. kārtas (2012./2013. gada) aptaujas anketas pašrealizācijas jautājumu kopa.

Veidojot aptaujas anketu, tajā tika ievietoti gan demogrāfiskie, gan saturiskie jautājumi. Kopumā aptaujas anketa sastāv no 5 demogrāfiskajiem un 7 saturiskajiem jautājumiem. Demogrāfiskie jautājumi tika izkārtoti aptaujas anketas sākumā, kas kalpoja arī kā “iesildošie” jautājumi pirms saturiskajiem. Aptaujas anketā tika iekļauti demogrāfiskie jautājumi, lai veiktu respondentu atlasībai dalībai pētījumā, aizpildītu iepriekš definētās respondentu kvotas, kā arī pētījums atbilstu iepriekš izstrādātajam pētījuma dizainam.

Demogrāfiskais jautājums par respondentu vecumu tika jautāts, lai apstiprinātu vai noraidītu pētījumā izvirzīto 1. hipotēzi. Papildus aptaujas anketā tika ievietoti jautājumi par dzimumu, to, kādā valodā respondents galvenokārt runā savā ģimenē, augstāko iegūto izglītības līmeni, kā arī to, kā respondents aprakstītu savu pašreizējo nodarbošanos. Šie jautājumi tika ievietoti, jo sākotnēji tika prognozētas iespējamās atšķirības respondentu dalījumos dažādās kategorijās, kā arī, lai vēlāk, datu analīzes procesā, varētu izveidot raksturīgākā respondenta aprakstu.

Saturiskie jautājumi sastāv galvenokārt no divām grupām. Viena grupa ir jautājumi, kurus autore tulkoja un adaptēja no Eiropas Sociālā pētījuma pašrealizācijas jautājumu kopas. Tādi bija jautājumi Nr. 7.1; 7.2; 7.3 (šis jautājums tika pārveidots no “īkdienā man ir ļoti maz iespēju parādīt uz ko es esmu spējīgs” uz “īkdienā man ir ļoti daudz iespēju parādīt, uz ko es esmu spējīgs”); 7.6; 7.7; 7.10; kā arī jautājumi Nr. 10.1; 10.2; 10.3 (šos un nākošos jautājumus skatīt 1. Pielikumā). Atlikušos jautājumus no 7. jautājumu bloka, proti jautājumus Nr. 7.4; 7.5; 7.8; un 7.9 autore ievietoja aptaujas anketā, jo tie bija līdzīgi citiem 7. bloka jautājumiem, tādējādi iederējās konkrētajā jautājumu blokā.

Jautājums Nr. 6. tika izveidots kā “iesildošais” saturiskais jautājums, taču jautājumi Nr. 8. un 9. tika ievietoti, lai pārbaudītu abas pārējās darbā izvirzītās hipotēzes.

12. jautājumu bloks tika ievietots, lai pārbaudītu un analizētu Šaloma Švarca pašrealizācijas definētās apakšvērtības, par kurām plašāk tika aprakstīts 1. nodaļā.

Pēc darbā ievietotā instrumentārija apraksta seko instrumentārija pielietojums – lauka darba apraksts un darbā ievērotie ētiskie aspekti.

3.5. Lauka darba apraksts un ētiskie aspekti

Ņemot vērā iepriekšējās nodaļās un apakšnodaļās minēto informāciju, tika veikts lauka darbs. Turklāt, veicot lauka darbu, tika ievērota pētījuma ētika. Sīkāk par to tiek aprakstīts darba turpinājumā.

Sākotnēji tika paredzēts, ka pētījumam nepieciešamie empīriskie dati tiks iegūti ar tiešajām papīra pašaizpildes aptaujas anketām, taču, kopš 2020. gada 12. martā (Ministru kabinets, 2020), valstī izsludinātā ārkārtas stāvokļa dēļ, to izdarīt būtu problemātiski. Ņemot vērā iepriekš minēto, aptaujas anketa tika izveidota un publicēta interneta vidē – platformā EUSurvey. Autore izvēlējās ievākt datus tieši ar šo elektroniskās aptaujas platformu, jo tā ir bez maksas un bez respondentu skaita ierobežojumiem. Turklāt, šajā platformā var ērti sekot līdzi datu vākšanas procesam, monitorēt ievāktos datus un pēc datu ievākšanas beigām, tā sniedz iespēju lejupielādēt ievāktos datus *Excel* formātā.

Pirms reālās dalībnieku rekrutācijas, autore veica instrumentārija pārbaudi caur **pilotpētījumu**, kura laikā centās pārbaudīt defektus aptaujas anketā, to, vai potenciālajiem respondentiem nav problēmas ar jautājumu formulējumu uztveri, kā arī tika pārbaudīta pati aptaujas anketas veidošanas un izplatīšanas vietne – EUSurvey. Pilotpētījuma laikā aptaujas anketu pārbaudīja četri potenciālie respondenti – trīs no tiem bija vecuma grupā no 18 – 27 gadiem un viens no tiem vecākajā vecuma grupā – no 55 – 64 gadiem. Aptaujas anketā tika identificētas divas ortogrāfijas kļūdas, taču nevienam no respondentiem nebija grūtības ar aptaujas anketā iekļauto jautājumu saprašanu un atbilžu sniegšanu. Pēc norādīto kļūdu izlabošanas, elektroniskā aptaujas anketa tika uzskatīta par sagatavotu dalībnieku rekrutācijai.

Dalībnieku rekrutācija notika vairākos posmos. Sākotnēji izveidotā aptaujas anketa tika ievietota autores *Facebook* interneta vietnē, kur tika lūgts aizpildīt aptaujas anketu. Ņemot vērā divas krasi atšķirīgās respondentu vecuma grupas, autore jau pētījuma sākumā prognozēja, ka grūtības būs iegūt tieši vecāko respondentu atbildes, tāpēc, datu ievākšanas procesā liels uzsvars tika likts tieši uz šo vecuma grupu. Prognozējot, ka vecākajā vecuma grupā lielāks deficīts būs tieši vīriešu lokā, autore saiti uz elektronisko aptaujas anketu ievietoja Facebook grupās, kur varētu būt lielāks vecāku vīriešu īpatsvars, piemēram, “Copes lietas”, “Krāmu tirgus Jelgavā”, “Jelgavas sludinājumu dēlis”. Tāpat, saite uz elektronisko aptaujas anketu tika ievietota dažādās *Whatsapp* grupās, kurās tika prognozēts sastapt atbilstoša vecuma respondentus. Uzskatot, ka

vecāka gājuma vīrieši būs deficīts, autore veica arī 6 telefona intervijas ar draugu/ paziņu lokā esošiem indivīdiem, kuriem, ievērojot pētnieka ētiku, tiek garantēta anonimitāte sniegtajās atbildēs.

Aptaujas anketa tika veidota un publicēta interneta vidē, kas nozīmē, ka pētniekam ar potenciālo respondentu nav jātiekas reālajā dzīvē, kas palielina respondenta anonimitāti. Iespēja aptaujas anketu aizpildīt ar interneta palīdzību, iespējams, mudināja potenciālos respondentus sniegt savas atbildes.

Ievērojot **ētikas principus**, izveidotajā aptaujas anketā netika prasīts respondenta vārds vai uzvārds, jo aptauja ir anonīma. Turklāt, daloties ar aptaujas anketu vai ievietojot to interneta vidē, pie aicinājuma atkārtoti tika minēta anonimitātes nodrošināšana, kā arī tas, ka iegūtie rezultāti tiks analizēti un publicēti tikai apkopotā veidā. Veicot datu analīzi, ikviena respondenta sniegtās atbildes tika automātiski nokodētas ar unikāliem ID numuriem, kas sniedz papildus anonimitāti.

Pētījumam nepieciešamie dati tika ievākti 12 dienas, laika posmā no 8. līdz 19. maijam. Kopumā tika iegūti dati no 125 respondentiem, taču veicot datu faila tīrīšanu, tika konstatēts, ka četriem respondentiem nav sniegtas atbildes pilnīgi visos jautājumos, tātad, šo četru respondentu atbildes nav pilnvērtīgas un tās nav derīgas analīzei. Vēl vienā gadījumā autore konstatēja, ka respondenta sniegtās atbildes nav savstarpēji loģiskas, tāpēc arī tā respondenta sniegtās atbildes netika izmantotas empīrisku datu tālākai analīzei. Kopumā tika iegūtas derīgas atbildes no 120 respondentiem, kas ir vairāk nekā sākumā tika prognozēts.

No EUSurvey platformas aptaujas anketas datu fails tika lejupielādēts *Microsoft Excel* formātā. Pēc tam tika veikta datu faila apstrāde un kodēšana, lai to varētu izmantot ar statistiskās datu apstrādes programmu *SPSS*. Atverot datu kopu *SPSS* programmā, tika turpināta datu faila apstrāde un noformēšana līdz tika iegūts iztīrīts un pilnībā noformēts datu fails – pilnībā sagatavots datu analīzei. Datorprogrammā *SPSS* tika veidotas dažādas aprēķina tabulas un rēķināti nepieciešamie koeficienti, taču ar *Excel* tika veidotas tabulas un grafiku vizuālai interpretācijai.

Datu detalizētākai analīzei tika izmantotas dažādas datu analīzes metodes. Ņemot vērā to, ka pētījuma objektu sastāda divas dažādas neatkarīgas respondentu grupas, divu mainīgo saistības pārbaudei tika izmantots Pīrsona korelācijas koeficients. Šis aprēķinu veids pārstāv parametrisko metožu saimi. No neparametrisko metožu saimes tika izmantota Spīrmena rangu korelācijas koeficients un Manna – Vitneja U tests. Savukārt, indeksu iekšējās saskaņotības mērīšanai tika izmantots Kronbaha alfas aprēķins.

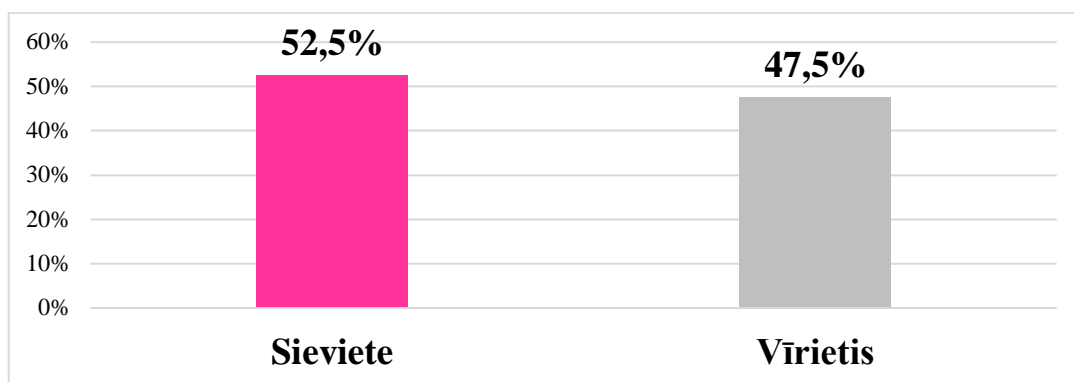
Darba turpinājumā tiks aprakstīti iegūtie empīriskie dati, iekļaujot respondentu dzimuma un vecuma sadalījumu, tiek norādīta informācija par to, kādā valodā respondenti

galvenokārt runā ģimenē, kāda ir respondentu nodarbošanās, kā arī tas, kāds ir respondenta augstākais iegūtais izglītības līmenis.

4. IEGŪTO EMPĪRISKO DATU APRAKSTS

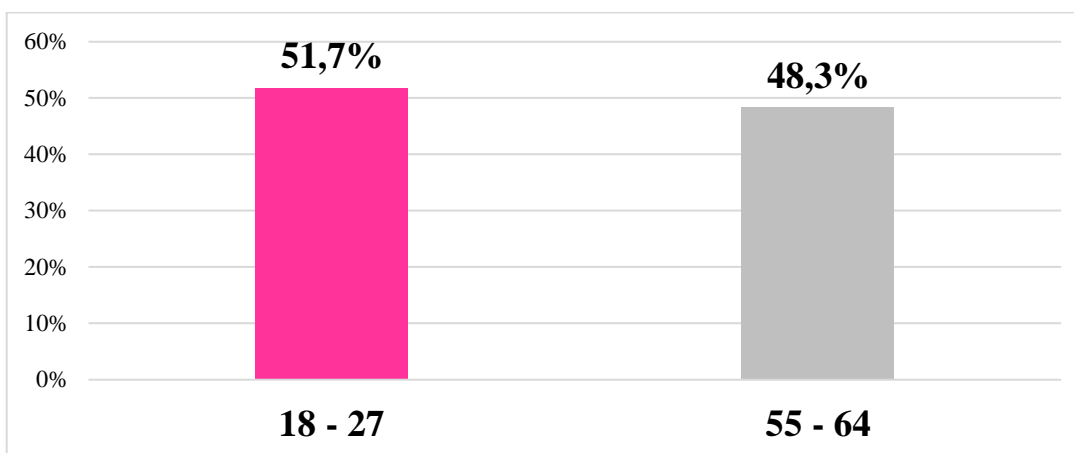
Pilnīgākai un detalizētākai izpratnei par iegūtajiem datiem, šajā nodaļā tie tiks aprakstīti un vizualizēti.

Kā tika minēts iepriekš, kopumā tika iegūti analīzei derīgi dati no 120 respondentiem, kur lielākā daļa bija sievietes – 52,5% (63 respondenti) un nedaudz mazāk bija vīriešu – 47,5% (57 respondenti) (sk. 4.1. att.).



4.1. att. Respondentu dzimumu sadalījums, % (N=120)

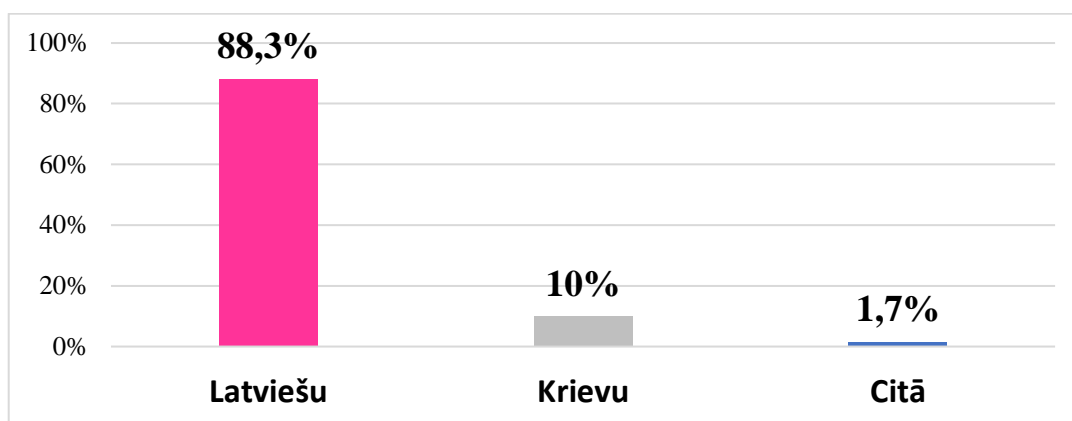
Ņemot vērā šī pētījuma fokusu, bija svarīgi nodrošināt līdzīgu respondentu sadalījumu abās vecuma grupās, tāpēc autore rūpīgi sekoja līdzi datu ievākšanas procesam. Kopumā nedaudz vairāk bija respondentu jaunākajā vecuma grupā – 51,7% (62 respondenti) un 48,3% bija vecākajā vecuma grupā (58 respondenti) (sk. 4.2. att.).



4.2. att. Respondentu vecuma sadalījums, % (N=120)

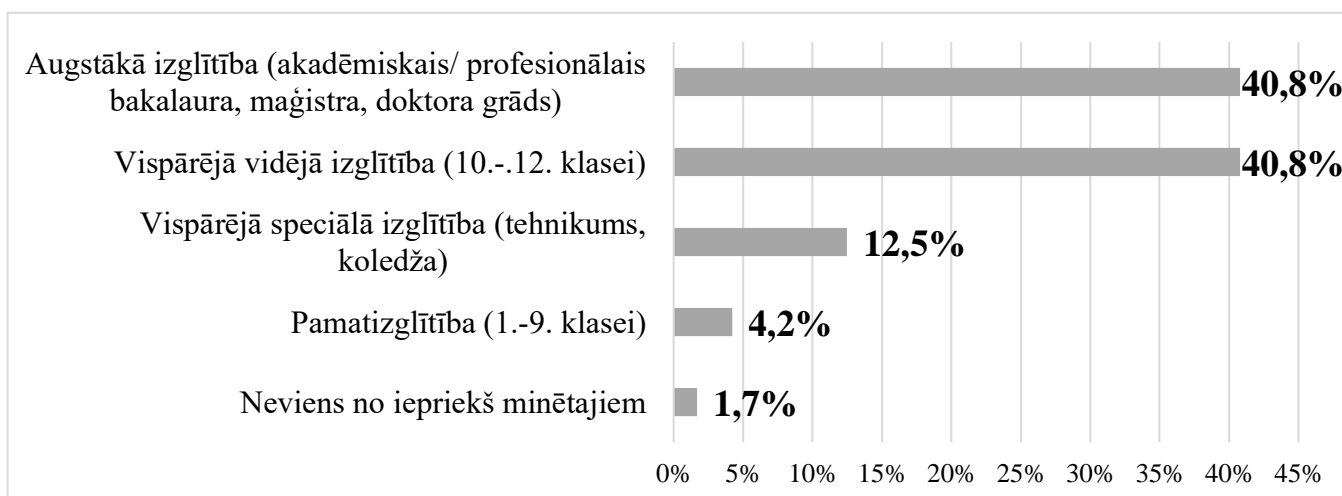
Autore uzskata, ka gan respondentu dzimuma sadalījums, gan dalījums vecuma grupās ir savstarpēji līdzīgs, tāpēc abi šie griezumi tiek uzskatīti par atbilstošiem tālākai datu analīzei. Savukārt, jautājumā par to, kādā valodā respondents galvenokārt ikdienā runā ģimenes lokā, tika konstatētas pārāk lielas atšķirības respondentu atbildēs, tāpēc šis griezums tālākai analīzei netiek izmantots. Lielākā daļa respondentu 88,3% (106 respondenti) ir norādījuši, ka ikdienā

galvenokārt runā latviešu valodā, 10% (12 respondenti) ir norādījuši, ka ikdienā galvenokārt runā krievu valodā un 1,7% (2 respondenti) ir norādījuši, ka runā citā valodā (sk. 4.3. att.).



4.3. att. Respondentu sadalījums jautājumā par to, kādā valodā respondents galvenokārt ikdienā runā ģimenē, % (N=120)

Aptaujas anketā tika uzdots jautājums arī par respondenta augstāko iegūto izglītības līmeni. Iegūstot atbildes uz šo jautājumu, tika konstatēts, ka vienāds atbilžu sadalījums – 40,8% (49 respondenti) ir starp tiem respondentiem, kuri ir ieguvuši vispārējo vidējo izglītību (10. – 12. klasei) un tiem, kuri ir ieguvuši augstāko izglītību (sk. 4.4. att.).

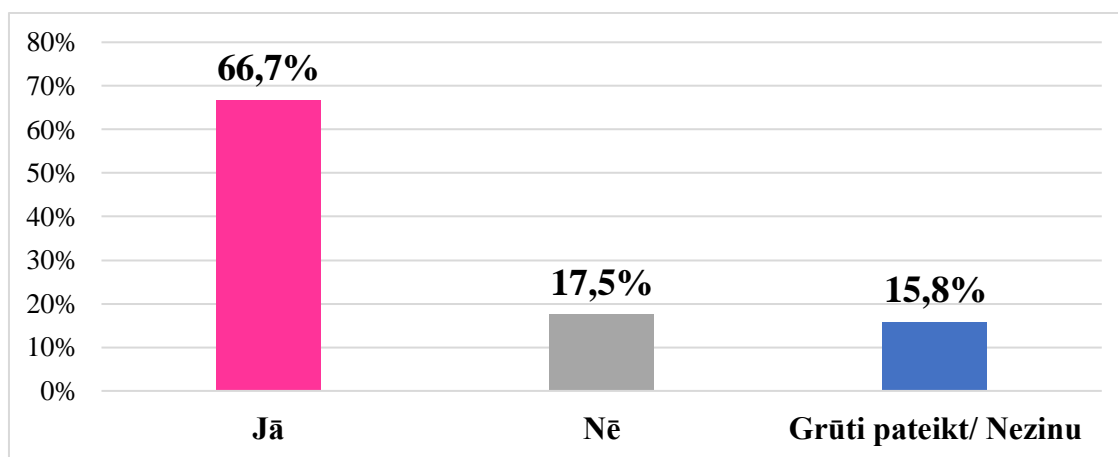


4.4. att. Respondentu atbildes jautājumā “Kāds ir Jūsu augstākais iegūtais izglītības līmenis?”, % (N=120)

Kā nākošais jautājums aptaujas anketā tika ievietots jautājums par respondentu nodarbošanos. Ņemot vērā to, ka šis jautājums bija vairākatbilžu jautājums, lai atvieglotu datu tālāko analīzi, autore pārkodēja šo jautājumu, sadalot to astoņos mazākos jautājumos, ar atbilžu variantiem – “Jā/Nē”. Izveidojot šo formātu, respondentu atbildes tika pārkodētas ar “0 un 1”, kur 0 apzīmē to, ka uz respondentu šī atbilde neattiecas (Nē) un attiecas (Jā). Pēc iegūtajiem rezultātiem tiek secināts, ka puse respondentu – 50% (60 respondenti) bija algoti darbinieki (strādā pusslodzes vai pilnas slodzes darbu) un tieši tikpat neatbilda šai pazīmei (sk. 3. pielikuma 3.5. tab.). Lielākā daļa respondentu 95% (114 respondenti) norādīja, ka nav

uzņēmējs, darba devējs (sk. 3. pielikuma 3.6. tab.). Neliels skaits respondentu 7,5% (9 respondenti) norādīja, ka atbilst pazīmei “Pašnodarbinātais” (sk. 3. pielikuma 3.7. tab.) un tieši tikpat respondentu ir piekrituši pazīmei “Strādāju īslaicīgus/ pagaidu darbus” (sk. 3. pielikuma 3.8. tab.). Nevienam no respondentiem nebija devies bērna kopšanas atvaļinājumā (sk. 3. pielikuma 3.9. tab.). Lielākā daļa respondentu 90,8% (109 respondenti) bija norādījuši, ka neatbilst pazīmei “Nestrādāju (esmu bezdarbnieks vai šobrīd meklēju darbu)” (sk. 3. pielikuma 3.10. tab.). Autore uzskata, ka šī jautājuma atbildes varētu būt sekas no valstī 12. martā pasludinātā ārkārtas stāvokļa, jo tas bija laiks, kad daudzi cilvēki palika bez darba. Tomēr, tas ir tikai subjektīvs minējums un no iegūtajiem datiem nav iespējams iegūt precīzu skaidrojumu. 30% (36 respondenti) ir norādījuši, ka šobrīd studē vai mācās (sk. 3. pielikuma 3.11. tab.) un 5% respondentu (6 indivīdi) norādīja, ka šobrīd saņem vecuma/ izdienas/ invaliditātes pensiju (sk. 3. pielikuma 3.12. tab.).

Pētot pašrealizāciju, ir svarīgi tas, vai indivīds ir apmierināts ar to, ar ko viņš ikdienā nodarbojas, jo tas ir viens no pašrealizācijas izpausmes veidiem. Pēc iegūtajiem datiem tiek secināts, ka lielākajai daļai respondentu – 66,7% (80 respondenti) patīk tas, ar ko ikdienā nodarbojas, taču 17,5% nepatīk (21 respondents) un 15,8% (19 respondenti) nevarēja atbildēt uz šo jautājumu (sk. 4.5. att).



4.5. att. Respondentu atbildes uz jautājumu: “Vai Jums patīk tas, ar ko Jūs ikdienā nodarbojaties?”

Autore uzskata, ka šajā jautājumā ir salīdzinoši liels “Grūti pateikt/ Nezinu” atbilžu īpatsvars. Domājot par iespējamiem iemesliem, autore norāda, ka šis ir diezgan eksistenciāls jautājums, kurš prasa iedziļināšanos, tāpēc, ja indivīds ikdienā nav pilnībā pārliecināts, ka tam patīk tas, ar ko viņš nodarbojas ikdienā, uz šo jautājumu var rasties grūtības atbildēt. Turklāt, jautājums ir vispārīgs, nevis atsevišķi par kādu konkrētu darbību, kas var radīt dažādas pārdomas un grūtības izlemēt.

Apskatot atbildes uz aptaujas anketā ievietotā 7. jautājuma bloku (sk. 1. pielikumu), tiek secināts, ka lielākā daļa respondentu – 76,7% piekrīt (57,5%) vai pilnīgi piekrīt (19,2%) apgalvojumam, ka var brīvi izlemt kā dzīvot savu dzīvi (sk. 3. pielikuma 3.14. tab.).

Pašrealizācijas izpētē ir svarīgs arī gandarījums no padarītā darba. Jautājumā par to, vai respondents visbiežāk izjūt gandarījumu no padarītā darba, lielākoties (68,3%) respondenti ir norādījuši, ka piekrīt (51,7%) vai pilnīgi piekrīt (16,7%) šim apgalvojumam (sk. 3. pielikuma 3.15. tab.). Uz jautājumu par to, vai respondentam ikdienā ir ļoti daudz iespēju parādīt uz ko viņš ir spējīgs, tika saņemtas neviennozīmīgas atbildes. Neskatoties uz to, ka lielākā daļa respondentu (51,7%) ir norādījuši, ka piekrīt (37,5%) vai pilnīgi piekrīt (14,2%) šim apgalvojumam, salīdzinoši liela daļa – 22,5% ir norādījuši, ka “ne piekrīt, ne nepiekrīt šim apgalvojumam” (sk. 3. pielikuma 3.16. tab.). Lielākā daļa respondentu – 70% ir norādījuši, ka viņiem patīk apgūt jaunas lietas (sk. 3. pielikuma 3.17. tab.). Liels pārkums ir arī tiem respondentiem (83,3%), kuri ir norādījuši, ka viņi piekrīt (62,5%) vai pilnībā piekrīt (20,8%) apgalvojumam “Ja kāds man lūdz palīdzību, es neatsaku un palīdzu” (sk. 3. pielikuma 3.18. tab.). Tāpat arī pārlicinošs vairākums respondentu – 74,2% ir norādījuši, ka pēc viņu domām ir vērts darīt to, ko viņi dzīvē dara (sk. 3. pielikuma 3.19. tab.). 75% respondentu ir norādījuši, ka piekrīt (60%) un pilnībā piekrīt (15%) tam, ka ir daudz lietu, kuras viņiem padodas (sk. 3. pielikuma 3.20. tab.). Nedaudz mazāk pozitīvs vērtējums ir jautājumam par to, vai respondentam ir svarīga apkārtējo cilvēku atzinība/ uzslava par to, ko dara, jo kopumā 58,3% respondentu ir norādījuši, ka piekrīt (39,2%) un pilnībā piekrīt šim apgalvojumam (19,2%) (sk. 3. pielikuma 3.21. tab.).

Aptaujas anketas 7. jautājuma bloka noslēgumā tika uzdoti divi jautājumi par neveiksmēm vai neizdošanos. Uz jautājumu par to, vai saskaroties ar neveiksmēm respondents neapstājas un turpina darīt iesākto respondenti kopumā atbildēja visai pozitīvi – 74,2% piekrita vai pilnībā piekrita šim apgalvojumam (sk. 3. pielikuma 3.22. tab.). Uz pēdējo apgalvojumu šajā jautājumu blokā, respondenti domas dalījās – līdzīgs skaits bija respondentiem, kuri piekrīt (26,7%) un tiem, kuri nepiekrīt (29,2%) minētajam apgalvojumam. Turklāt, šie divi aptaujas anketā iekļautie jautājumi bija visai sensitīvi, kas arī varēja ietekmēt respondentu atbildes.

Aptaujas anketā iekļautie jautājumi Nr. 8.; 9.; 10. un 12. detalizētāk tika aprakstīti un analizēti darba 5. nodaļā, tāpēc šajā nodaļā autore tiem nepievērsa tik lielu uzmanību kā citiem jautājumiem.

Pēc iegūtajām respondentu atbildēm uz aptaujas anketā iekļauto 11. jautājumu, tiek secināts, ka respondenti lielākoties (67,5%) izvēlas atbilžu variantu “To, ko var izdarīt šodien, nevajag atstāt uz rītdienu” nevis “Labāk šodien atpūsties un izdarīt rītdien” (sk. 3. pielikuma

3.24. tab.). Turklāt, respondenti labāk izvēlas izdarīt darbu pašu spēkiem, kaut arī tas prasītu vairāk laika (60,8%), nekā lūgt palīdzību citiem, lai izdarītu darbu ātrāk (39,2%) (sk. 3. pielikuma 3.25. tab.).

Pēc iegūto empīrisko datu apraksta seko nodaļa par izveidotās skalas aprobāciju un salīdzinājumu, empīrisko datu analīze un darbā izvirzīto hipotēžu pārbaude.

5. IZVEIDOTĀS SKALAS APROBĀCIJA UN SALĪDZINĀJUMS

Izstrādājot iegūto empīrisko datu aprakstu, tika noskaidrots, kuri demogrāfisko jautājumu griezumā ir derīgi tālākai analīzei un, kuri nav derīgi, tika aprakstīti arī kopējā respondentu vairākuma nostāja dažādos jautājumos. Šajā nodaļā tiek veikta pētījumā izvirzīto hipotēžu pārbaude, padziļinātāka empīrisko datu analīze, kā arī veikta skalu aprobācija un validācija. Analīze tiek veikta secīgi, kur nodaļas sākumā ir darbā izvirzīto hipotēžu pārbaude, kam seko instrumentārija aprobācija un validācija.

Darbā izvirzītās 1. hipotēzes (*“Vecāki cilvēki ir apmierinātāki ar to, ko viņi ikdienā dara kā jaunāki cilvēki”*) pārbaudei tika izmantots Manna – Vitneja U tests respondenta vecuma grupu sadalījumā un jautājumā par to, cik ļoti respondents ir apmierināts ar to, ko dara ikdienā. Veicot aprēķinus, tiek secināts, ka p vērtība = 0,024 (sk. 5.2. tab.), kas ir mazāka par statistiskās nozīmības līmeni 0,05, tātad, pastāv statistiski nozīmīgas atšķirības vecuma grupu vērtējumos par to, cik ļoti respondents ir apmierināts ar to, ko dara ikdienā.

5.1. tabula

Deskriptīvā statistika par to, cik ļoti respondents ir apmierināts ar to, ko ikdienā dara vecuma grupu griezumā

Ranks				
	Lūdzu, atzīmējiet kurai vecuma grupai Jūs piederiet:	N	Vidējās vērtības	Vidējo vērtību summa
Cik ļoti Jūs esat apmierināts ar to, ko Jūs ikdienā darāt:	18-27 gadi	62	53,72	3330,50
	55-64 gadi	58	67,75	3929,50
	Kopā	120		

5.2. tabula

Manna – Vitneja U testa rezultāti jautājumā par to, cik ļoti respondents ir apmierināts ar to, ko ikdienā dara vecuma grupu griezumā

Test Statistics ^a	
	Cik ļoti Jūs esat apmierināts ar to, ko Jūs ikdienā darāt:
Mann-Whitney U	1377,500
Wilcoxon W	3330,500
Z	-2,256
Asymp. Sig. (2-tailed)	,024

a. Grouping Variable: Lūdzu, atzīmējiet kurai vecuma grupai Jūs piederiet:

Iegūtie rezultāti norāda uz mainīgo pozitīvu un vāju saistību (korelāciju). Tātad, jo lielāks ir respondentu vecums, jo apmierinātāks viņš ir ar to, ko dara ikdienā. No tā tiek secināts, ka darbā izvirzītā **1. hipotēze** – *Vecāki cilvēki ir apmierinātāki ar to, ko viņi ikdienā dara kā jaunāki cilvēki, ir apstiprinājies.*

Darbā izvirzītās 2. hipotēzes (“*Jo vairāk cilvēki izjūt gandarījumu no tā, ko ikdienā dara, jo vairāk viņi ir apmierinātāki ar to, ko dara*”) pārbaudei tiek izmantots Pīrsona korelācijas koeficients un divi jautājumi – “Visbiežāk es izjūtu gandarījumu no tā, ko ikdienā daru” un “Cik ļoti Jūs esat apmierināts ar to, ko Jūs ikdienā darāt?”. Pēc iegūtajiem aprēķiniem var secināt, ka p vērtība = 0,000 (sk. 5.3. tab.), kas ir mazāka par pieņemto statistiskās nozīmības līmeni 0,05, tātad, iegūtais korelācijas aprēķins ir statistiski nozīmīgs.

5.3. tabula

Pīrsona korelācijas koeficienta aprēķins jautājumiem: “Visbiežāk es izjūtu gandarījumu no tā, ko ikdienā daru” un “Cik ļoti Jūs esat apmierināts ar to, ko Jūs ikdienā darāt?”

Korelācija		Visbiežāk es izjūtu gandarījumu no tā, ko ikdienā daru	Cik ļoti Jūs esat apmierināts ar to, ko Jūs ikdienā darāt:
Visbiežāk es izjūtu gandarījumu no tā, ko ikdienā daru	Pīrsona korelācija Sig. (2-tailed) N	1 117	-,614** 117
Cik ļoti Jūs esat apmierināts ar to, ko Jūs ikdienā darāt:	Pīrsona korelācija Sig. (2-tailed) N	-,614** 117	1 117

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Pīrsona korelācijas vērtība ir -0,614 liecina par negatīvu un ciešu saistību abu mainīgo starpā. Tātad, tie respondenti, kuri ir atbildējuši, ka visbiežāk neizjūt gandarījumu no tā, ko ikdienā dara, tie ir mazāk apmierināti ar to, ko ikdienā dara. Turklāt, ņemot vērā, ka šis divpusējs aprēķins (uz ko norāda atzīme *2-tailed*), to var interpretēt arī otrādāk. Proti, tie respondenti, kuri ir atbildējuši, ka visbiežāk izjūt gandarījumu no tā, ko ikdienā dara, tie ir vairāk apmierināti ar to, ko dara. No tā izriet, ka darbā izvirzītā **2. hipotēze** – *Jo vairāk cilvēki izjūt gandarījumu no tā, ko ikdienā dara, jo vairāk viņi ir apmierinātāki ar to, ko dara, ir apstiprinājies.*

Datu analīze tiek turpināta ar pēdējās, 3. hipotēzes, (“*Jo vairāk cilvēks izmanto savu potenciālu ikdienas darbos, jo apmierinātāks viņš ir ar to, ko dara ikdienā*”) pārbaudi. Lai pārbaudītu šo hipotēzi, tika veidots Spīrmena rangu korelācijas koeficienta aprēķins jautājumiem “Cik ļoti Jūs ikdienā izmantojat savu potenciālu rīkoties, darīt darbus?” (sk. 5.5. tab.) un “Cik ļoti Jūs esat apmierināts ar to, ko Jūs ikdienā darāt?” (5.6. tab.).

5.5. tabula

Biežuma tabula jautājumam: “Cik ļoti Jūs ikdienā izmantojat savu potenciālu rīkoties, darīt darbus?”

Cik ļoti Jūs ikdienā izmantojat savu potenciālu rīkoties, darīt darbus:

		Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu varianti	1	1	,8	,8	,8
	2	2	1,7	1,7	2,5
	3	6	5,0	5,0	7,5
	4	4	3,3	3,3	10,8
	5	18	15,0	15,0	25,8
	6	26	21,7	21,7	47,5
	7	26	21,7	21,7	69,2
	8	25	20,8	20,8	90,0
	9	12	10,0	10,0	100,0
	Kopā	120	100,0	100,0	

Spīrmena rangu korelācijas koeficienta aprēķins jautājumiem: “Cik ļoti Jūs esat apmierināts ar to, ko Jūs ikdienā darāt?” un “Cik ļoti Jūs ikdienā izmantojat savu potenciālu rīkoties, darīt darbus?”

Korelācija				
			Cik ļoti Jūs esat apmierināts ar to, ko Jūs ikdienā darāt:	Cik ļoti Jūs ikdienā izmantojat savu potenciālu rīkoties, darīt darbus:
Spīrmena ro	Cik ļoti Jūs esat apmierināts ar to, ko Jūs ikdienā darāt:	Korelācijas koeficients	1,000	,667**
		Sig. (2-tailed)	.	,000
		N	120	120
	Cik ļoti Jūs ikdienā izmantojat savu potenciālu rīkoties, darīt darbus:	Korelācijas koeficients	,667**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,000	.
		N	120	120

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Tā kā p vērtība = 0,000, tā ir mazāka par pieņemto statistiskās nozīmības līmeni 0,05, kas nozīmē, ka korelācija ir statistiski nozīmīga. Spīrmena rangu korelācijas koeficienta vērtība $\rho = 0,667$, kas liecina par ciešu un pozitīvu saistību starp abiem mainīgajiem. Tātad, jo vairāk respondents ikdienā izmanto savu potenciālu rīkoties, darīt darbus, jo apmierinātāks viņš ir ar to, ko ikdienā dara. No tā tiek secināts, ka darbā izvirzītā **3. hipotēze** – *Jo vairāk cilvēks izmanto savu potenciālu ikdienas darbos, jo apmierinātāks viņš ir ar to, ko dara ikdienā, ir apstiprinājies.*

Pēc darbā izvirzīto hipotēžu pārbaudes, darba autore aprakstīs izveidotās skalas aprobāciju un validāciju. Pirms skalu validācijas, ir nepieciešams izveidot indeksu un aprēķināt skalas jautājumu iekšējo saskaņotību, izmantojot Kronbaha alfas aprēķinu. Pirms Kronbaha alfas aprēķina veikšanas, svarīgi ir minēt dažus faktus, kas ir jāņem vērā, veidojot skalu. Pirmkārt, lai datus varētu salīdzināt, būtu jāņem vērā, ka katrā skalā ir jābūt vienādam jautājumu skaitam (DeVellis, 2012, 31-33). Otrkārt, katrā skalā jautājumiem ir jābūt vienādā virzienā vērsti, proti, nedrīkst pieļaut, ka vienā skalā tiek iekļauti jautājumi, kur viena jautājuma atbilžu varianti ir pozitīvi, bet citā – negatīvi. Pretējā gadījumā, nesanāks tikt pie korekta aprēķina. Ņemot vērā šos faktus, kā arī 1., 2., 3. un 4. nodaļā minēto informāciju, autore izveidoja savu pašrealizācijas skalu, par kuru vairāk tiek aprakstīts darba turpinājumā, un salīdzināja to ar Šaloma Švarca piedāvāto pašrealizācijas skalu (sk. 1. pielikuma 12. jaut.).

Ņemot vērā to, ka Šaloma Švarca pašrealizācijas skala sastāv no 6 savstarpēji saistītiem jautājumiem, kuri ir ievietoti šī bakalaura darba aptaujas anketā kā 12. jautājumu bloks, datu salīdzināšanai, autorei nebija iespējams veidot skalu no lielāka jautājumu skaita. Tā kā skalas veidošanai autore aptaujas anketā iekļāva 7. jautājuma bloku (sk. 1. pielikumā), tad no šie seši jautājumi bija jāizveido tieši no šī jautājumu bloka.

Izveidojot Kronbaha alfas aprēķinu Šaloma Švarca piedāvātajai pašrealizācijas skalai, tika iegūta stipra saskaņotība ($\alpha = 0,790$) (sk. 5.7. tab.).

5.7. tabula

Kronbaha alfas aprēķins aptaujas anketā ievietotās Šaloma Švarca pašrealizācijas mērīšanas skalai

Reliability Statistics		
Kronbaha alfa	Kronbaha alfa, kas balstīta uz standartizētiem vienumiem (<i>items</i>)	Vienumu bāze N
,790	,795	6

Ņemot vērā to, ka autores pašrealizācijas skala drīkstēja sastāvēt tikai no sešiem 7. jautājuma bloka jautājumiem, autore veica nepieciešamo un atbilstošāko jautājumu atlasī. Sākotnēji no potenciālās skalas tika izsijāti divi jautājumi – Nr. 7.9 un 7.10. Šie jautājumi netika ievietoti skalā, jo tie nebija atbilstoši – abiem jautājumiem bija negatīvs formulējums, kas potenciāli samazināja šo divu jautājumu iekšējo saskaņotību ar pārējiem jautājumiem. Turpinot skalas izveidi, no skalas tika izņemti vēl jautājumi Nr. 4 un Nr. 8, jo to klātbūtne samazināja jautājumu iekšējo saskaņotību. Proti, no skalas izņemot jautājumu Nr. 4, skalas iekšējā saskaņotība palielinājās līdz 0,751 un izņemot 8. jautājumu, iekšējā saskaņotība palielinājās līdz 0,779. Svarīgi minēt to, ka skalā iekļautie jautājumi lielākoties bija adaptēti no Eiropas Sociālā pētījuma pašrealizācijas jautājumu kopas, tādi bija jautājumi Nr. 7.1, 7.2, 7.6 un 7.7. Toties, jautājums Nr. 7.5 bija autores oriģināli izveidots un jautājums Nr. 7.3 tika adaptēts un pielāgots jautājumu blokam.

Rezultātā, autore izveidoja savu skalu – “Elīnas Briedes pašrealizācijas skalu”, kas sastāv no sešiem jautājumiem (sk. 5.8. tab.).

Elīnas Briedes pašrealizācijas skala

	Pilnībā piekrītu	Piekrītu	Ne piekrītu, ne nepiekrītu	Nepiekrītu	Nemaz nepiekrītu
1. Es uzskatu, ka varu brīvi izlemt kā dzīvot savu dzīvi	1	2	3	4	5
2. Visbiežāk es izjūtu gandarījumu no tā, ko ikdienā daru	1	2	3	4	5
3. Ikdienā man ir ļoti daudz iespēju parādīt, uz ko es esmu spējīgs	1	2	3	4	5
4. Ja kāds man lūdz palīdzību, es neatsaku un palīdzu	1	2	3	4	5
5. Es uzskatu, ka ir vērts darīt to, ko es daru dzīvē	1	2	3	4	5
6. Ir daudz lietu, kuras man labi padodas	1	2	3	4	5

Pēc izveidotās Elīnas Briedes pašrealizācijas skalas iekšējās saskaņotības mērīšanas, tika konstatēts, ka skalai ir stipra iekšējā saskaņotība ($\alpha = 0,792$) (sk. 5.9. tab.).

Kronbaha alfas aprēķins Elīnas Briedes pašrealizācijas skalai

Reliability Statistics		
Kronbaha alfa	Kronbaha alfa, kas balstīta uz standartizētiem vienumiem (<i>items</i>)	Vienumu bāze N
	,792	,791 6

Salīdzinot Šaloma Švarca pašrealizācijas skalas indeksa iekšējās saskaņotības vērtību ($\alpha = 0,790$) un Elīnas Briedes pašrealizācijas skalas indeksa iekšējās saskaņotības vērtību ($\alpha = 0,792$), varētu teikt, ka Elīnas Briedes pašrealizācijas skalai ir pavisam nedaudz lielāka saskaņotība kā Švarca skalai. Tomēr, šīs atšķirības ir pārāk mazas, tāpēc drošāk ir secināt, ka abām pašrealizācijas skalām ir vienādi stipra iekšējā saskaņotība.

Turpinot analizēt Elīnas Briedes pašrealizācijas skalu, autore uzskata, ka tās iekšējo saskaņotību ir iespējams palielināt vēl vairāk. Izveidojot Kronbaha alfas aprēķina tabulu sešiem skalas jautājumiem, tiek secināts, ka izņemot no skalas 7.5. jautājumu, kurš ir par to, ka, ja kāds respondentam lūdz palīdzību, viņš neatsaka un palīdz, tad skalas iekšējās saskaņotības rādītājs palielinās uz $\alpha = 0,801$ (sk. 3. pielikuma 3.27. tab.).

Kronbaha alfas aprēķins tika veikts arī respondentu demogrāfiskajiem rādītājiem – dzimumam un vecumam. Pēc iegūtajiem rezultātiem var secināt, ka lielāka skalas iekšējā saskaņotība ir sievietēm ($\alpha = 0,801$) un vecāko respondentu vidū ($\alpha = 0,858$) (sk. 5.10. tab.).

5.10. tabula

Kronbaha alfas aprēķini demogrāfiskajiem rādītājiem (sk. 3. pielikuma 3.28. – 3.31. tab.)

Demogrāfiskais griezumam		Respondentu skaits	Kronbaha alfa
Dzimums	Vīrieši	57	0,789
	Sievietes	63	0,801
Vecums	18 – 27	62	0,723
	55 – 64	58	0,858

Tomēr, iegūtās atšķirības respondentu demogrāfiskajā griezumā ir salīdzinoši nelielas. No tā var spriest, ka demogrāfiskajos giezumos parādās līdzīgi augsta skalas ticamība/noturība. Citiem vārdiem, izveidotā skala tiešām strādā gan abu dzimumu griezumā, gan izveidotajās vecuma grupās.

Pētījumā iekļautajā aptaujas anketā tika iekļauti vēl trīs jautājumi – Nr. 10.1; 10.2; 10.3, kuri līdz šim nav tikuši analizēti, tāpēc darba turpinājumā tie tiks analizēti un aprakstīti, pārbaudot to noturību atsevišķā, trešajā skalā. Ņemot vērā faktu, ka minimālais jautājumu skaits, no kura ir ieteicams veidot indeksus ir 2, autore nolēma pārbaudīt arī šo trīs vēl neanalizēto jautājumu iekšējo saskaņotību, vēlāk to papildinot ar citiem jautājumiem.

Veicot analīzi, tika secināts, ka iegūtās Kronbaha alfas koeficients ir ļoti augsts – $\alpha = 0,915$ (sk. 5.11. tab.), kas liecina par stipru saskaņotību.

5.11. tabula

Kronbaha alfas aprēķins jautājumiem Nr. 10.1; 10.2; 10.3

Reliability Statistics		
Kronbaha alfa	Kronbaha alfa, kas balstīta uz standartizētiem vienumiem (<i>items</i>)	Vienumu bāze N
,915	,916	3

Tomēr, autore kritiski skatās uz šo aprēķinu, jo tajā tika iekļauti tikai 3 jautājumi. Lai pārbaudītu šīs skalas noturību to būtu jāpapildina ar vairākiem citiem jautājumiem, kuri mērītu citas šīs skalas šķautnes. Turpinot šīs skalas analīzi, autore skalai pievienoja vēl jautājumus ar līdzīgu formātu no pētījumā iekļautās aptaujas anketas. Kopumā šī skala sastāv no jautājumiem Nr. 8; 9; 10.1; 10.2 un 10.3. Aprēķinot Kronbaha alfas vērtību šādai skalai, tika secināts, ka tās vērtība ir ļoti līdzīga kā pirms tam, jo $\alpha = 0,909$ (sk. 5.12. tab.).

Kronbaha alfas aprēķins jautājumiem Nr. 8; 9; 10.1; 10.2 un 10.3

Reliability Statistics		
Kronbaha alfa	Kronbaha alfa, kas balstīta uz standartizētiem vienumiem (<i>items</i>)	Vienumu bāze N
,909	,909	5

Nemot vērā 3. skalā iekļauto jautājumu augsto iekšējo saskaņotību, autore uzskata, ka, ja būtu nepieciešams papildināt Elīnas Briedes pašrealizācijas skalu ar vēl kādiem jautājumiem, tad autore pielāgotu kādu no šajā skalā ievietotajiem jautājumiem uz sevis izveidotās skalas jautājuma formātu, ar mērķi, palielināt skalas iekšējo saskaņotību.

Pēc abu skalu iekšējās saskaņotības pārbaudes, analīzes noslēgumā autore veikts abu līdz šim minēto skalu konstruēšanu – Elīnas Briedes pašrealizācijas skalu un Šaloma Švarca pašrealizācijas skalu, kurām tiks salīdzināti respondentu atbilžu varianti jautājumu vidējās vērtībās. Šo soli ir svarīgi veikt, jo tādējādi tiek pārbaudīts vai abas skalas strādā vai nestrādā līdzīgi.

Lai izveidotu korektu aprēķinu, autorei bija nepieciešams pārkodēt Elīnas Briedes pašrealizācijas skalā iekļauto jautājumu atbilžu variantus, tā, lai tie būtu vērsti vienā virzienā ar Šaloma Švarca pašrealizācijas skalā iekļauto jautājumu atbilžu variantiem. Respektīvi, Elīnas Briedes pašrealizācijas skalā ievietoto jautājumu atbilžu variantus autore pārkodēja tā, lai cipars “1” atbilstu atbilžu variantam “Pilnībā nepiekrītu”, “2” – “Nepiekrītu”, “3” – “Ne piekrītu, ne nepiekrītu”, “4” – “Piekrītu” un “5” – “Pilnībā piekrītu” (sk. 5. 14. tab.). Rezultātā autore ieguva skalu, kur atbilžu varianti tiek ranžēti no negatīvām atbildēm uz pozitīvām, pieaugot respondenta sniegtā cipara vērtībai.

Pēc veiktās atbilžu pārkodēšanas, autore analīzi turpina ar Elīnas Briedes pašrealizācijas skalas konstruēšanu. Elīnas Briedes pašrealizācijas izveides procesā, tiek veiktas dažādas darbības programmā SPSS. Rezultātā, tiek iegūta Elīnas Briedes pašrealizācijas skala ar respondentu sniegto vidējo aritmētisko vērtību aprēķiniem (sk. 5.13. tab.).

Elīnas Briedes pašrealizācijas skala ar respondentu sniegto vērtību vidējo aritmētisko aprēķiniem

		Q7_VidejaisRaditajs			
		Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Valid	1,50	1	,8	,8	,8
	2,17	1	,8	,8	1,7
	2,33	2	1,7	1,7	3,3
	2,50	2	1,7	1,7	5,0
	2,67	1	,8	,8	5,8
	2,75	1	,8	,8	6,7
	2,80	2	1,7	1,7	8,3
	2,83	4	3,3	3,3	11,7
	3,00	3	2,5	2,5	14,2
	3,17	2	1,7	1,7	15,8
	3,20	1	,8	,8	16,7
	3,25	1	,8	,8	17,5
	3,33	5	4,2	4,2	21,7
	3,50	8	6,7	6,7	28,3
	3,60	1	,8	,8	29,2
	3,67	13	10,8	10,8	40,0
	3,75	2	1,7	1,7	41,7
	3,80	2	1,7	1,7	43,3
	3,83	17	14,2	14,2	57,5
	4,00	21	17,5	17,5	75,0
	4,17	6	5,0	5,0	80,0
	4,33	7	5,8	5,8	85,8
	4,50	3	2,5	2,5	88,3
	4,67	6	5,0	5,0	93,3
	4,83	4	3,3	3,3	96,7
	5,00	4	3,3	3,3	100,0
	Kopā	120	100,0	100,0	

Izveidojot minēto skalu, autore secina, ka uz Elīnas Briedes pašrealizācijas skalā ievietotajiem jautājumiem, vidējais atbilžu variants “1,50” tika norādīts 1 reizi (sk. 5.13. tab.). Tātad, tika aprēķināts, ka sniedzot atbildes uz skalā ievietotajiem jautājumiem, 1 respondents vidēji bija norādījis atbilžu variantu 1,5 kas atrodas starp atbilžu variantiem “Pilnībā piekrītu” un “Nepiekrītu”. Pēc līdzīga principa var tikt interpretēti arī pārējie aprēķinātie respondentu vidējo sniegto vērtību aprēķini. Autore norāda, ka datu interpretācijā svarīgi ir atcerēties skalas atbilžu variantu vārdiskos nosaukumus, tāpēc labākai datu vizualizācijai, autore izveidoja

Elīnas Briedes pašrealizācijas skalas jautājumu kopu ar pārkodētiem atbilžu variantiem (sk. 5.14.tab.).

5.14. tabula

Elīnas Briedes pašrealizācijas skalas jautājumu kopa ar pārkodētiem atbilžu variantiem

	Pilnībā nepiekrītu	Nepiekrītu	Ne piekrītu, ne nepiekrītu	Nepiekrītu	Pilnībā piekrītu
1. Es uzskatu, ka varu brīvi izlemēt kā dzīvot savu dzīvi	1	2	3	4	5
2. Visbiežāk es izjūtu gandarījumu no tā, ko ikdienā daru	1	2	3	4	5
3. Ikdienā man ir ļoti daudz iespēju parādīt, uz ko es esmu spējīgs	1	2	3	4	5
4. Ja kāds man lūdz palīdzību, es neatsaku un palīdzu	1	2	3	4	5
5. Es uzskatu, ka ir vērts darīt to, ko es daru dzīvē	1	2	3	4	5

Pēc Elīnas Briedes pašrealizācijas skalas konstruēšanas datorprogrammā SPSS, autore šajā programmā veica līdzīgas darbības, kuru rezultātā tika iegūta Šaloma Švarca pašrealizācijas jautājumu skala ar respondentu sniegto vidējo vērtību aprēķiniem (sk. 5.15. tab.).

Šaloma Švarca pašrealizācijas skala ar respondentu sniegto vērtību vidējo aritmētisko aprēķiniem

		Q12videjaisRadtajs			
		Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Valid	1,50	2	1,7	1,7	1,7
	1,83	1	,8	,8	2,5
	2,33	1	,8	,8	3,3
	2,67	1	,8	,8	4,2
	2,83	1	,8	,8	5,0
	3,00	1	,8	,8	5,8
	3,17	2	1,7	1,7	7,5
	3,33	3	2,5	2,5	10,0
	3,50	4	3,3	3,3	13,3
	3,67	5	4,2	4,2	17,5
	3,83	1	,8	,8	18,3
	4,00	3	2,5	2,5	20,8
	4,17	2	1,7	1,7	22,5
	4,33	4	3,3	3,3	25,8
	4,50	6	5,0	5,0	30,8
	4,67	5	4,2	4,2	35,0
	4,83	7	5,8	5,8	40,8
	5,00	5	4,2	4,2	45,0
	5,17	6	5,0	5,0	50,0
	5,33	5	4,2	4,2	54,2
	5,50	9	7,5	7,5	61,7
	5,67	7	5,8	5,8	67,5
	5,83	8	6,7	6,7	74,2
	6,00	10	8,3	8,3	82,5
	6,17	3	2,5	2,5	85,0
	6,33	5	4,2	4,2	89,2
	6,50	9	7,5	7,5	96,7
	6,83	3	2,5	2,5	99,2
	7,00	1	,8	,8	100,0
	Kopā	120	100,0	100,0	

Uzkonstrējot Šaloma Švarca pašrealizācijas skalu ar respondentu sniegto vidējo aritmētisko vērtību aprēķiniem, tiek secināts, ka Šaloma Švarca pašrealizācijas skalā ievietotajiem jautājumiem, vidējais atbilžu variants “1,50” tika norādīts 2 reizes (sk. 5.15. tab.). Tātad, tika aprēķināts, ka sniedzot atbildes uz skalā ievietotajiem jautājumiem, 2 respondenti

vidēji bija norādījuši vērtējumu 1,5, kas atbilst interpretācijai starp diviem atbilžu variantiem – “1” un “2”.

Analīzes turpinājumā tika izveidots Pīrsona korelācijas koeficients Šaloma Švarca un Elīnas Briedes pašrealizācijas konstruētajām jautājumu skalām, tādējādi, pārbaudot, vai starp abām jautājumu skalām pastāv savstarpēja saistība. Pēc iegūtajiem rezultātiem, autore secina, ka p vērtība = 0,000 (sk. 5.16. tab.), kas ir mazāka par statistiskās nozīmības līmeni 0,05.

5.16. tabula

Pīrsona korelācijas koeficienta aprēķins Elīnas Briedes pašrealizācijas skalai un Šaloma Švarca pašrealizācijas skalai

		Correlations	
		Q7_VidejaisRaditajs	Q12videjaisRaditajs
Q7_VidejaisRaditajs	Pīrsona Korelācija	1	,379**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	120	120
Q12videjaisRaditajs	Pīrsona Korelācija	,379**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	120	120

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Tātad, iegūtā korelācija ir statistiski nozīmīga. Pīrsona korelācijas koeficients = 0,379, liecina par vidēju, pozitīvu saistību (sk. 5.16. tab.). Tātad, respondentiem, kuru vidējās aprēķinātās vērtības Elīnas Briedes pašrealizācijas skalā būs pozitīvākas, arī Šaloma Švarca pašrealizācijas skalā vidējās aprēķinātās vērtības būs pozitīvākas. Citiem vārdiem, tie respondenti, kuri pozitīvāk atbild uz Šaloma Švarca pašrealizācijas skalu, sniegs pozitīvākus vērtējumus arī aizpildot Elīnas Briedes pašrealizācijas skalas jautājumus. Turklāt, izveidotā korelācija ir divpusēja (*2-tailed*), kas nozīmē, ka saistība parādās arī tad, ja respondenti uz kādu no pašrealizācijas skalām sniedz negatīvus vērtējumus, tādējādi, negatīvāki vērtējumi tiks novēroti arī otrā pašrealizācijas skalā.

Pēc iegūto empīrisko datu apraksta, skalu aprobācijas un validācijas, autore diskusijas sadaļā apraksta savas pārdomas, darbā gūtās atziņas un darbā sastopamās teorētiskās informācijas nepieciešamību.

6. DISKUSIJA

Iepazīstoties ar iepriekš veiktajiem pētījumiem, autore secina, ka pašrealizācija var tikt pētīta dažādās jomās un šķautnēs. Latvijas kontekstā tā ir tikusi pētīta caur sieviešu dalību politikā 9. Saeimas laikā, taču pasaules mērogā tā tiek pētīta caur dzīves un kvalitātes pētījumiem visā Eiropā. Tomēr, pētījumam izvēlēta tēma gan Latvijā, gan citur pasaulē ir pētīta salīdzinoši maz, jo pētījumu atrašana sagādāja lielas grūtības, nemaz nedomājot par pētījuma veikšanas gadu.

Apskatot dažādus teorētiskos avotus un teorijas, tiek secināts, ka pašrealizācija ir komplekss jēdziens, kas ietver daudz un dažādas šķautnes. Šo jēdzienu var pētīt no dažādām jomām, taču visbiežāk tas tiek skatīts psiholoģiski vai socioloģiski. Autori pašrealizāciju definē dažādi, tomēr autore uzskata, ka pētniekam būtu jāpieņem kāds viens, konkrēts pašrealizācijas definēšanas fokuss, lai vieglāk būtu attīstīt un veikt pētījumu. Darba autore uzskata, ka vairums piedāvāto pašrealizācijas definīciju ir korektas un ir atbalstāmas, taču šī darba fokusam, ir izvēlējusies Šaloma Švarca piedāvāto pašrealizācijas skaidrojumu un fokusu. Turklāt, pašrealizācija dažādos autoru darbos var tikt saukta arī citādāk, piemēram par “pašaktualizāciju” vai “pašīstenošanos”. Pašrealizāciju skaidro arī dažādas teorijas. Tādas ir piemēram, Šaloma Švarca vērtību teorija, Abrahama Maslova vajadzību hierarhija vai Milтона Rokīča vērtību sistēma.

Veicot darbu, autore secināja, ka pētot pašrealizāciju, liela nozīme ir cilvēka iekšējām, personīgajām vērtībām. Vērtības ir pašrealizācijas neatņemama sastāvdaļa. Tas, kādas ir cilvēka vērtības ir noteicošās cilvēka darbības un rīcības izvēlē. Svarīgi ir saprast, ka katram cilvēkam šīs vērtības ir dažādas. Un pat ja tās ir vienādas, tās var būt atšķirīgi novērtētas – vienam ģimene var tikt uzskatīta par vissvarīgāko vērtību, taču citam kā vissvarīgākā vērtība var būt darbs vai nauda. Agrāk cilvēku vērtības nebija iespējams salīdzināt dažādu kultūru starpā, jo nebija saskaņotas pamatvērtību koncepcijas. Mūsdienās jaunākās teorijas attiecas uz pamatvērtībām, kuras tiek atpazītas un var tikt sastaptas visās kultūrās, neatkarīgi no indivīdu rases, piederības, dzimuma un citiem faktoriem. Turklāt Šaloms Švarcs ir apkopojis visu vērtību sešas galvenās pazīmes. Dažādi autori, tādi kā Šaloms Švarcs, Abrahams Maslovs, Miltons Rokīčs ir izcēlušies ar mēģinājumiem identificēt un klasificēt vērtības. Katrs no viņiem ir piedāvājis savu dalījumu un skatījumu uz to, tāpēc pētniekam ir nepieciešams pašam saprast, kas būs labākā un atbilstošākā pieeja viņa pētījumam.

Domājot par zinātnisko ieguldījumu pētījumā, autore uzsver Eiropas Sociālā pētījuma 6. kārtas aptaujas anketas pašrealizācijas jautājumu kopas jautājumu tulkošanu, adaptāciju un

aprobāciju Latvijas gadījumam, jo pirms tam tas Latvijā vēl nebija darīts. Turklāt, autore izveidoja savu pašrealizācijas mērīšanas skalu – Elīnas Briedes pašrealizācijas skala, kurai, pēc iegūtajiem rezultātiem, ir stipra iekšējā saskaņotība, un, kā pierādījās darba gaitā, jaunizveidotajai skalai ir vāja, negatīva korelācija ar Šaloma Švarca izveidoto pašrealizācijas skalu. Tātad, Elīnas Briedes pašrealizācijas mērīšanas skala tiešām strādā. No otras puses, lai precīzi varētu spriest par skalas noturību un pamatotību, tai būtu vēl jāiziet cauri daudziem un dažādiem pārbaudes mehānismiem un pētījumiem.

Veidojot, aprobējot un validējot skalu, svarīgi ir lielu uzmanību pievērst to noturīgumam un pamatotībai. Ņemot vērā šos aspektus, pētījuma dati iegūst lielāku *ticamību*, tie kļūst drošticamāki. Turklāt, kvalitatīvākus rezultātus var iegūt, izmantojot papīra tiešās pašreizpildes aptaujas anketas, kuras autore sākotnēji gribēja izmantot, taču neatkarīgu apstākļu dēļ, to nebija iespējams izdarīt. Rezultātā, autore veica dalībnieku rekrutāciju ar elektronisko internetā pieejamu aptaujas anketu. Nav zināms kādi būtu bijuši rezultāti un vai būtu bijusi atšķirība respondentu atbildēs. Autore uzskata, ka tas būtu viens no pētījuma virzieniem, kā šo pētījumu varētu attīstīt tālāk.

Domājot par citiem pētījuma virzieniem nākotnē, autore uzskata, ka vērtīgi būtu pētīt pašrealizācijas izpausmes, veidojot skalu no vairāk kā sešiem aptaujas jautājumiem. Tas sniegtu plašāku skatījumu uz pētāmo dimensiju un izpētītu interesējošā jautājuma dažādās šķautnes. Turklāt, attīstot šo pētījumu nākotnē, vajadzētu sasniegt lielāku respondentu skaitu, kas varētu sniegt precīzākus rezultātus. Vēl viens ieteikums nākotnei būtu atstāt respondenta vecumu kā atvērto jautājumu, lai pētnieks, analizējot datus, pats varētu izveidot sev vēlamās datu grupas, kas atvieglotu un padarītu ērtāku datu analīzi. Papildus tam, autore uzskata, ka būtu svarīgi arī turpināt pārbaudīt un strādāt ar jaunizveidoto Elīnas Briedes pašrealizācijas skalu, lai pārbaudītu tās pamatotību un noturību.

Kopumā autore uzskata, ka šis ir plašs pētniecībai atvēlēts lauks, kurā vēl ir daudz kā neizpētīta un neatklāta. Autore uzskata, ka ir vērts fokusēties uz autores augstāk norādītajiem pētījuma virzieniem un veidiem, kā šo pētījumu varētu uzlabot.

7. SECINĀJUMI

Pētījuma mērķis bija veikt Eiropas Sociālā pētījuma pašrealizācijas jautājumu kopas adaptācija un aprobācija Latvijas gadījumam.

Veicot pētījumu, tika izpildīti visi iepriekš definētie uzdevumi:

1. Tika veikts pašrealizācijas skaidrojums (raksturojums);
2. Tika veikta pašrealizācijas jautājumu kopas atlase un skalas izveide;
3. Tika veikta instrumentārija adaptācija un aprobācija Latvijas gadījumam;
4. Tika veikta instrumentārija pilotēšana;
5. Tika veikts lauka darbs empīrisko datu iegūšanai;
6. Tika veikta iegūto empīrisko datu apraksta veidošana un to analīze;
7. Tika pārbaudītas darbā izvirzītās hipotēzes;
8. Tika izdarīti secinājumi.

Pētījuma laikā tika secināts, ka vērtības ir bijis viens no centrālajiem jēdzieniem sociālajās zinātnēs un tas, ka vērtības ir svarīga cilvēku dzīves sastāvdaļa arī mūsdienās. Tika noskaidrots, ka ir dažādi veidi kā mērīt pašrealizāciju un, ka pastāv dažādas pašrealizācijas skaidrojošās teorijas. Veicot teoriju savstarpējo salīdzināšanu, autore secināja, ka bakalaura darba pētījuma ietvaros atbilstošākā ir Šaloma Švarca vērtību teorija, jo tā precīzāk uzsver pašrealizācijas nozīmību kā vērtību indivīda dzīvē. Turklāt, autore secināja, ka dažādās teorijās pašrealizācija tiek dēvēta dažādi, piemēram, par “pašīstenošanos” vai “pašaktualizāciju”. Kopumā tika noskaidrots, ka pašrealizācijai ir dažādas izpausmes veidi, kur tās dažādi var pētīt un mērīt, svarīgākais ir atrast pētījuma fokusam atbilstošāko.

Veicot darbu tika secināts, ka dalībnieku rekrutācija ar aptaujas anketām ir salīdzinoši lēts un ātrs datu ievākšanas veids. Tika apzināti arī aptaujas anketu pozitīvie un negatīvie aspekti.

Tika secināts, ka skalu veidošanā liela loma ir indeksiem un indeksu veidošanai.

Pēc iegūto empīrisko datu apraksta, tiek secināts, pētījumā tika iegūts lielāks respondentu īpatsvars kā sākotnēji bija plānots, jo pētījumā piedalījās nevis 100 respondenti, bet gan 125. Datu apstrādes procesā tika konstatēts, ka 5 respondentu atbildes ir nederīgas, tāpēc kopējais respondentu apjoms sasniedz 120 respondentus. Respondentu dzimumu sadalījums pētījumā ir visai līdzīgs – 52,5% sieviešu un 47,5% vīriešu. Tāpat tika secināts, ka līdzīgs ir arī respondentu vecuma sadalījums – 51,7% bija vecuma grupā no 18 – 27 gadiem un 48,3% bija vecumā no 55 – 64 gadiem. Jautājumā par respondenta augstāko iegūto izglītības līmeni, tika konstatēts, ka vienāds atbilžu sadalījums – 40,8% (49 respondenti) ir starp tiem

respondentiem, kuri ir ieguvuši vispārējo vidējo izglītību (10. – 12. klasei) un tiem, kuri ir ieguvuši augstāko izglītību. Tika secināts, ka lielākā respondentu daļā (88,3%) galvenokārt ikdienā ģimenē runā latviski.

Pēc iegūtajiem rezultātiem tiek secināts, ka lielākajai daļai respondentu – 66,7% (80 respondenti) patīk tas, ar ko ikdienā nodarbojas, taču 17,5% nepatīk (21 respondents) un 15,8% (19 respondenti) bija grūtības atbildēt uz šo jautājumu.

Tiek secināts, ka respondenti lielākoties (67,5%) izvēlas atbilžu variantu “To, ko var izdarīt šodien, nevajag atstāt uz rītdienu” nevis “Labāk šodien atpūsties un izdarīt rītdien”, un respondenti labāk izvēlas izdarīt darbu pašu spēkiem, kaut arī tas prasītu vairāk laika (60,8%), nekā lūgt palīdzību citiem, lai izdarītu darbu ātrāk (39,2%)

Veicot skalu aprobāciju un validāciju, tika secināts, ka no potenciālās skalas tiek izņemti divi jautājumi – Nr. 7.9 un 7.10, jo šie jautājumi nebija atbilstoši – abiem jautājumiem bija negatīvs formulējums, kas potenciāli samazināja šo divu jautājumu iekšējo saskaņotību ar pārējiem jautājumiem. Turpinot skalas izveidi, no skalas tika izņemti vēl jautājumi Nr. 4 un Nr. 8, jo to klātbūtne samazināja jautājumu iekšējo saskaņotību.

Svarīgi ir minēt, ka skalā iekļautie jautājumi lielākoties bija adaptēti no Eiropas Sociālā pētījuma pašrealizācijas jautājumu kopas, tādi bija jautājumi Nr. 7.1, 7.2, 7.6 un 7.7. Toties, jautājums Nr. 7.5 bija autores oriģināli izveidots un jautājums Nr. 7.3 tika adaptēts un pielāgots jautājumu blokam. Rezultātā, tika izveidota “Elīnas Briedes pašrealizācijas skala”, kas sastāv no sešiem jautājumiem.

Pēc Elīnas Briedes pašrealizācijas skalas iekšējās saskaņotības mērīšanas, tika konstatēts, ka skalai ir stipra iekšējā saskaņotība ($\alpha = 0,792$). Turklāt, izveidojot Kronbaha alfas aprēķinu Šaloma Švarca piedāvātajai pašrealizācijas skalai, arī tika iegūta stipra saskaņotība ($\alpha = 0,790$). Salīdzinot Šaloma Švarca pašrealizācijas skalas indeksa iekšējās saskaņotības vērtību ($\alpha = 0,790$) un Elīnas Briedes pašrealizācijas skalas indeksa iekšējās saskaņotības vērtību ($\alpha = 0,792$), varētu teikt, ka Elīnas Briedes pašrealizācijas skalai ir pavisam nedaudz lielāka saskaņotība kā Švarca skalai. Tomēr, šīs atšķirības ir pārāk mazas, tāpēc drošāk ir secināt, ka abām pašrealizācijas skalām ir stipra iekšējā saskaņotība. Elīnas Briedes pašrealizācijas skalas iekšējo saskaņotību ir iespējams palielināt, izņemot no skalas 7.5. jautājumu, kurš ir par to, ka, ja kāds respondentam lūdz palīdzību, viņš neatsaka un palīdz, tad skalas iekšējās saskaņotības rādītājs palielinās uz $\alpha = 0,801$.

Pārbaudot Elīnas Briedes pašrealizācijas skalas Kronbaha alfas aprēķinu respondentu demogrāfiskajiem rādītājiem – dzimumam un vecumam, tika secināts, ka šajos griezumos parādās līdzīgi augsta ticamība/ noturība. Tātad, šajos griezumos skala patiešām strādā.

Tika secināts, ka starp abām – Šaloma Švarca un Elīnas Briedes pašrealizācijas konstruētajām jautājumu skalām pastāv vidēji pozitīva savstarpējā saistība. Interpretējot iegūto informāciju, autore secina, ka respondentiem, kuru vidējās aprēķinātās vērtības Elīnas Briedes pašrealizācijas skalā būs pozitīvākas, arī Šaloma Švarca pašrealizācijas skalā vidējās aprēķinātās vērtības būs pozitīvākas. Citiem vārdiem, tie respondenti, kuri pozitīvāk atbild uz Šaloma Švarca pašrealizācijas skalu, sniegs pozitīvākus vērtējumus arī aizpildot Elīnas Briedes pašrealizācijas skalas jautājumus.

Tika apstiprinātas arī visas pētījumā izvirzītās hipotēzes, tāpēc tiek secināts, ka pēc pētījumā iegūtajiem rezultātiem:

1. Vecāki cilvēki ir apmierinātāki ar to, ko viņi ikdienā dara kā jaunāki cilvēki;
2. Jo vairāk cilvēki izjūt gandarījumu no tā, ko ikdienā dara, jo vairāk viņi ir apmierinātāki ar to, ko dara;
3. Jo vairāk cilvēks izmanto savu potenciālu ikdienas darbos, jo apmierinātāks viņš ir ar to, ko dara ikdienā.

Pamatojoties uz visu iepriekš minēto informāciju, pētījumā **ir sasniegts izvirzītais mērķis** – tika veikta Eiropas Sociālā pētījuma pašrealizācijas jautājumu kopas adaptācija un aprobācija Latvijas gadījumam.

PATEICĪBA

Darba autore izsaka vislielāko un dziļāko pateicību bakalaura darba vadītājam **Jurijam Nikišinam** par darba izstrādes procesā sniegtajiem vērtīgajiem padomiem un ieteikumiem. Autore ļoti novērtē darba vadītāja ieinteresētību šajā darbā un pētāmajā tēmā, darba uzlabošanā ieguldīto laiku, kā arī ļoti labo sadarbību/ komunikāciju, bez kuras darbu nebūtu bijis iespējams uzrakstīt. Autore ļoti novērtē darba vadītāja spēju vadīt pētījumu, neļaujot pārlietu izplūst “ārpus pētījuma fokusa rāmjiem”, taču tajā pašā laikā, sniedzot brīvību ideju ģenerēšanā un pētījuma attīstīšanā. Paldies par patīkamo un tik ļoti noderīgo sadarbību!

Lielum lielais PALDIES ir jāsaka arī **Laimutei Briedei**. Paldies tev par emocionālo, finansiālo un visiem pārējiem atbalsta veidiem ne tikai bakalaura darba rakstīšanas laikā, bet arī visā pirms tam, jo, lai tiktu līdz bakalaura darba uzrakstīšanai, bija jānoiet daudz vairāk kā 3 studiju gadi. Paldies par Tavu sniegto zināšanu vācelīti. Paldies par vārdiem, kurus atkārtotju sev kā mantru: “Nepadara tas, kurš nedara”.

Vissirsnīgāko un siltāko paldies autore izsaka **Andrai Gravai**, kura vienmēr bija līdzās, kad bija nepieciešams morālais atbalsts. Paldies, ka sniedzi man motivāciju turpināt izstrādāt darbu pat tad, kad ejot pa kvantitatīvās socioloģijas skaitļu mežiem, sanāk pielasīt pilnu spaini ar vilšanos un doties mājās ar rūgtumu sirdī. Tu biji mans motivējošais mainīgais, kuru es nevēlos mainīt. Cerams, ka arī tu par mani domā tāpat, jo maģistra studijas ir tepat aiz stūra...

Pēdējo paldies vēlos izteikt **Laurim Bresim**, jo brīžos, kad tik ļoti gribējās padoties, kad gribējās atmet visam ar roku un “izkrist” no šī trīs studiju gadu ilgā karuseļa, Tu turēji mani aiz rokas un teici: “Kriti, ja tev tā tīk, bet es turēšu Tevi un viss būs labi”. Paldies, ka esi man.

IZMANTOTIE INFORMĀCIJAS AVOTI

- Bradburn, N., Wansink, B., & Sudman, S. (2004). *Asking questions: The definitive guide to questionnaire design – for market research, political polls, and social and health questionnaires*. San Francisco: Jossey-Bass, 117-150.
- Daniel, J. (2012). Choosing the type of nonprobability sampling. In Daniel, J. *Sampling essentials: Practical guidelines for making sampling choices* (pp. 81-124). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, Inc. doi: 10.4135/9781452272047
- Dayal, M. (2016). *Study of Value System in the Organization and Its Impact*. ProQuest Dissertations and Theses. Retrieved from http://primolatvija.hosted.exlibrisgroup.com/permalink/f/fi3266/TN_proquest2314524953
- DeVellis, R. F. (2012). *Scale Development: Theory and Applications (Applied Social Research Methods)* (Third ed.). Thousand Oaks, Canada: SAGE Publications
- DeVellis, R. F. (2017). *Scale Development: Theory and Applications (Applied Social Research Methods)* (Fourth ed.). Thousand Oaks, Canada: SAGE Publications
- Latvija.lv. (2019.). *Pilngadības iestāšanās*. Izgūts no <https://www.latvija.lv/lv/DzivesSituacijas/gimene/Pilngadiba>
- Ministru kabinets. (2020). *Par ārkārtējās situācijas izsludināšanu*. Izgūts no <https://mk.gov.lv/lv/aktualitates/par-arkartejas-situacijas-izsludinasanu>
- Pipere, A. (2011). *Datu ieguves metodes pētījumā un to raksturojums*. Grāmatā: Mārtinsone, K. & Pipere, A. (līdz.red.). (2011). Ievads pētniecībā: stratēģijas, dizaini, metodes. Rīga: Izdevniecība Raka, 49-169.
- Priedola, I. & Zolberga, D. (2009). *Nacionālais ziņojums Latvija, Eurobarometr 72*. Izgūts no https://ec.europa.eu/commfrontoffice/publicopinion/archives/eb/eb72/eb72_lv_lv_nat.pdf
- Scholten, A. Z. (n.d.). *Quantitative methods, module 2.03 Scientific method: Criteria*. [Online course 1 of 5] in the Methods and Statistics in Social Sciences Specialization. University of Amsterdam. Retrieved from <https://www.coursera.org/lecture/quantitative-methods/2-03-criteria-HFVih>
- Schwartz, S. H. (2012). *An Overview of the Schwartz Theory of Basic Values*. Online Readings in Psychology and Culture, 2(1). <https://doi.org/10.9707/2307-0919.1116>

- Thome, H. (2015). *Values, Sociology of International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*. 2nd edition, Volume 25. <http://dx.doi.org/10.1016/B978-0-08-097086-8.32167-5>
- Valsts sociālās apdrošināšanas aģentūra. (2014). *Pensijas vecuma paaugstināšana no 62 līdz 65 gadu vecumam*. Izgūts no <https://www.vsaa.gov.lv/pakalpojumi/pensionariemsenioriem/vecumapensija/pensijas-vecuma-paaugstinasana-no-62-lidz-65-gadu-vecumam/>
- Vorslava, M. (2009). *Sieviešu pašrealizācijas iespējas politikā Latvijā 9. Saeimas laikā*. (Bakalaura darbs). Rīga: Latvijas Universitātes Sociālo zinātņu fakultātes Politikas zinātnes nodaļa.
- McLeod, S. A. (2007). *Maslow's Hierarchy of Needs*, 1-8. Retrieved from <http://highgatecounselling.org.uk/members/certificate/CT2%20Paper%201.pdf>
- Tuulik, K., Õunapuu, T., Kuimet, K., & Titov, E. (2016). *Rokeach's instrumental and terminal values as descriptors of modern organisation values*. *International Journal of Organizational Leadership*, 5(2), 151-161. Retrieved from <https://datubazes.lanet.lv:4975/docview/1794647394?accountid=27169>
- Doren, B., & Kang, H. J. (2016). *Autonomy, Self-Realization, and Self-Advocacy and the School- and Career-Related Adjustment of Adolescent Girls With Disabilities*. *Career Development and Transition for Exceptional Individuals*, 39(3), 132–143. <https://doi.org/10.1177/2165143415574875>
- Vahļina, T. (2012). *Pētījums par dzīves kvalitātes izvērtējuma metodēm un instrumentiem (2.daļa)*. Izgūts no https://www.sif.gov.lv/nodevumi/nodevumi/4881/petijums_dz_kvalit_2.pdf
- Ņikišins, J. *Indeksu veidošana un izmantošana sociālajos pētījumos*. Grāmatā: Bela, B., Cimdiņš, R., Ijabs, I., Ikstens, J., Krūmiņa, L., Misāne, A., ... Zobena, A. (2015). *Jaunas pieejas sociālās attīstības mērīšanā: cilvēki, teritorijas, pašvaldības*. Rīga. Apgāds Mansards, 190-201.
- Brenkert-Smith, H., Dickinson, K., & Flores, N. (2018). *Relevant recruiting for online survey participation*. *SAGE Research Methods Cases*. Doi:10.4135/9781526438027
- European Social Survey, (2012). *ESS Round 6 Source Questionnaire*. London: Centre for Comparative Social Surveys, City University London
- European Social Survey. (n.d.). *About the European Social Survey European Research Infrastructure – ESS ERIC*. Retrieved from <https://www.europeansocialsurvey.org/about/>

PIELIKUMI

Aptaujas anketa latviešu valodā

Labdien!

Esmu Latvijas Universitātes 3. kursa studente Elīna Briede. Bakalaura darba ietvaros veicu pētīju par to, cik cilvēki ir apmierināti ar sevi un savu dzīvi.

Ja Jūs esat vecumā no 18 – 27 gadiem vai 55 – 64 gadiem, aicinu aizpildīt aptaujas anketu, kuras aizpildīšanas laiks ir aptuveni 10 minūtes. Šī aptauja ir anonīma un iegūtie rezultāti tiks izmantoti tikai apkopotā veidā.

1) Kāds ir Jūsu dzimums?

1. Sieviete
2. Vīrietis

2) Lūdzu, atzīmējiet kurai vecuma grupai Jūs piederiet

1. 18 – 27 gadi
2. 55 – 64 gadi

3) Kādā valodā Jūs galvenokārt ikdienā runājat ģimenē? (Iespējams viens atbilžu variants)

1. Latviešu
2. Krievu
3. Citā

4) Kāds ir Jūsu augstākais iegūtais izglītības līmenis?

1. Pamatizglītība (1.–9. klasei)
2. Vidējā speciālā izglītība (tehnikums, koledža)
3. Vispārējā vidējā izglītība (10.–12. klasei)
4. Augstākā izglītība (akadēmiskais/profesionālais bakalaura, maģistra, doktora grāds)
5. Neviens no iepriekš minētajiem

5) Kā Jūs aprakstītu savu pašreizējo nodarbošanos? (Iespējamās vairākas atbildes)

1. Algots darbinieks (strādāju pusslodzes vai pilnas slodzes darbu)
2. Uzņēmējs, darba devējs
3. Pašnodarbinātais
4. Strādāju īslaicīgus/pagaidu darbus
5. Esmu bērna kopšanas atvaļinājumā
6. Nestrādāju (esmu bezdarbnieks/šobrīd meklēju darbu)
7. Studēju/mācos
8. Saņemu vecuma/izdienas/invaliditātes pensiju
9. Cits/Ne viens no iepriekš minētajiem

6) Vai Jums patīk tas, ar ko Jūs ikdienā nodarbojaties?

1. Jā
2. Nē
3. Grūti pateikt/Nezinu

7) Lūdzu, atzīmējiet, cik ļoti Jūs piekrītat vai nepiekrītat zemāk minētajiem apgalvojumiem...

	Pilnībā piekrītu	Piekrītu	Ne piekrītu, ne nepiekrītu	Nepiekrītu	Pilnībā nepiekrītu	Grūti pateikt
7.1 Es uzskatu, ka varu brīvi izlemēt kā dzīvot savu dzīvi	1	2	3	4	5	88
7.2 Visbiežāk es izjūtu gandarījumu no tā, ko ikdienā daru	1	2	3	4	5	88
7.3 Ikdienā man ir ļoti daudz iespēju parādīt, uz ko es esmu spējīgs	1	2	3	4	5	88
7.4 Man patīk apgūt jaunas lietas	1	2	3	4	5	88
7.5 Ja kāds man lūdz palīdzību, es neatsaku un palīdzu	1	2	3	4	5	88
7.6 Es uzskatu, ka ir vērts darīt to, ko es daru dzīvē	1	2	3	4	5	88
7.7 Ir daudz lietu, kuras man labi padodas	1	2	3	4	5	88
7.8 Man ir svarīga apkārtējo cilvēku atzinība/uzslava par to, ko daru	1	2	3	4	5	88
7.9 Saskaņoties ar neveiksmēm, es neapstājos un turpinu darīt iesākto	1	2	3	4	5	88
7.10 Reizēm es jūtos kā neveiksminieks	1	2	3	4	5	88

8) Lūdzu, atzīmējiet skalā no 0 (nemas apmierināts) līdz 10 (esmu ļoti apmierināts), cik ļoti Jūs esat apmierināts ar to, ko Jūs ikdienā darāt.

Nemas apmierināts 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Esmu ļoti apmierināts

9) Lūdzu, novērtējiet skalā no 0 (nemaz neizmantoju savu potenciālu) līdz 10 (pilnībā izmantoju savu potenciālu), cik ļoti Jūs ikdienā izmantojat savu potenciālu rīkoties, darīt darbus.

Nemaz neizmantoju savu potenciālu 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Pilnībā izmantoju savu potenciālu

10) Lūdzu, atzīmējiet skalā no 0 (nekad) līdz 10 (visu laiku), cik bieži Jūs esat...

	Nekad											Visu laiku	Grūti pateikt
10.1 ieinteresēts tajā, ko darāt	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	88	
10.2 aizrāvēs ar to, ko darāt	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	88	
10.3 sajūsmināts par to, ko darāt	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	88	

11) Lūdzu, atzīmējiet vienu no diviem apgalvojumiem, kurš vislabāk atbilst tieši Jums

1.1	To, ko var izdarīt šodien, nevajag atstāt uz rītdienu
1.2	Labāk šodien atpūsties un izdarīt rītdien
2.1	Izdarīšu darbu pats, kaut arī tas prasīs daudz vairāk laika
2.2	Lūgšu palīdzību, lai izdarītu darbu ātrāk

12) Lūdzu, novērtējiet skalā no -1 (pretstatā manām vērtībām) līdz 7 (visaugstākā nozīme), cik ļoti nozīmīgas Jums ir zemāk minētās vērtības

	7 – Visaugstākā nozīme	6 – Ļoti svarīga	5	4	3 – Svarīga	2	1	0 – nav svarīgi	-1 – pretstatā manām vērtībām	88 Grūti pateikt
12.1 Radošums	7	6	5	4	3	2	1	0	-1	88
12.2 Brīvība	7	6	5	4	3	2	1	0	-1	88
12.3 Zinātkāre	7	6	5	4	3	2	1	0	-1	88
12.4 Pašcieņa	7	6	5	4	3	2	1	0	-1	88
12.5 Intelīgences	7	6	5	4	3	2	1	0	-1	88
12.6 Privātums	7	6	5	4	3	2	1	0	-1	88

Paldies par Jūsu veltīto laiku!

**Eiropas Sociālā pētījuma 6. kārtas (2012./2013. gada) izvēlētie aptaujas anketas
jautājumi par pašrealizāciju**

Now we want to ask you some questions about how you feel about yourself and your life.

CARD 24 Using this card, please say how much you agree or disagree with each of the following statements. **READ OUT EACH STATEMENT AND CODE IN GRID**

		Agree strongly	Agree	Neither agree nor disagree	Disagree	Disagree strongly	(Don't know)
D2	I'm always optimistic about my ³⁰ future.	1	2	3	4	5	8
D3	In general I feel very positive about myself.	1	2	3	4	5	8
D4	At times I feel as if I am a failure.	1	2	3	4	5	8

CARD 26 Using this card, please tell me to what extent you agree or disagree with each of the following statements. **READ OUT EACH STATEMENT AND CODE IN GRID**

		Agree strongly	Agree	Neither agree nor disagree	Disagree	Disagree strongly	(Don't know)
D16	I feel I am free to decide for myself how to live my life.	1	2	3	4	5	8
D17	In my daily life I get very little chance to show how capable I am.	1	2	3	4	5	8
D18	Most days I feel a sense of accomplishment from what I do.	1	2	3	4	5	8
D19	When things go wrong in my life, it generally takes me a long time to get back to normal.	1	2	3	4	5	8

CARD 28 Using this card, please say to what extent you agree or disagree with each of the following statements. **READ OUT EACH STATEMENT AND CODE IN GRID**

		Agree strongly	Agree	Neither agree nor disagree	Disagree	Disagree strongly	(Don't know)
D23	I generally feel that what I do in my life is valuable and worthwhile ³⁴ .	1	2	3	4	5	8
D24	The way things are now, I find it hard to be hopeful about the future of the world.	1	2	3	4	5	8
D25	There are lots of things I feel I am good at.	1	2	3	4	5	8
D26	For most people in [country] life is getting worse rather than better.	1	2	3	4	5	8
D27	I feel close to ³⁵ the people in my local area.	1	2	3	4	5	8

Please use **CARD 31** for the next three questions. How much of the time would you generally say you are...**READ OUT...**

		None of the time										All of (Don't the know) time	
D31	...interested in what you are doing?	00	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	88
D32	...absorbed ⁴³ in what you are doing?	00	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	88
D33	...enthusiastic about what you are doing?	00	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	88

Datu analīzes aprēķina tabulas

3.1. tabula

Biežuma aprēķina tabula jautājumam: “Kāds ir Jūsu dzimums?”

Kāds ir Jūsu dzimums?

	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu varianti Sieviete	63	52,5	52,5	52,5
Vīrietis	57	47,5	47,5	100,0
Kopā	120	100,0	100,0	

3.2. tabula

Biežuma sadalījums jautājumam: “Lūdzu, atzīmējiet kurai vecuma grupai Jūs piederiet”

Lūdzu, atzīmējiet kurai vecuma grupai Jūs piederiet:

	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu varianti 18-27 gadi	62	51,7	51,7	51,7
55-64 gadi	58	48,3	48,3	100,0
Kopā	120	100,0	100,0	

3.3. tabula

Biežuma sadalījums jautājumam “Kādā valodā Jūs galvenokārt ikdienā runājat ģimenē?”

Kādā valodā Jūs galvenokārt ikdienā runājat ģimenē?

	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu varianti Latviešu	106	88,3	88,3	88,3
Krievu	12	10,0	10,0	98,3
Citā	2	1,7	1,7	100,0
Kopā	120	100,0	100,0	

Biežuma sadalījums jautājumam: “Kāds ir Jūsu augstākais iegūtais izglītības līmenis?”

Kāds ir Jūsu augstākais iegūtais izglītības līmenis?

	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu varianti Pamatizglītība (1.-9. klasei)	5	4,2	4,2	4,2
Vidējā speciālā izglītība (tehnikums, koledža)	15	12,5	12,5	16,7
Vispārējā vidējā izglītība (10.-12. klasei)	49	40,8	40,8	57,5
Augstākā izglītība (akadēmiskais/ profesionālais bakalaura, maģistra, doktora grāds)	49	40,8	40,8	98,3
Neviens no iepriekš minētajiem	2	1,7	1,7	100,0
Kopā	120	100,0	100,0	

3.5. tabula

Biežuma tabula jautājumam: “Kā Jūs aprakstītu savu pašreizējo nodarbošanos: Algots darbinieks (strādāju pusslodzes vai pilnas slodzes darbu)”

Kā Jūs aprakstītu savu pašreizējo nodarbošanos: Algots darbinieks (strādāju pusslodzes vai pilnas slodzes darbu)

	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu varianti Nē	60	50,0	50,0	50,0
Jā	60	50,0	50,0	100,0
Kopā	120	100,0	100,0	

3.6. tabula

Biežuma tabula jautājumam: “Kā Jūs aprakstītu savu pašreizējo nodarbošanos: Uzņēmējs darba devējs”

Kā Jūs aprakstītu savu pašreizējo nodarbošanos: Uzņēmējs darba devējs

	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu varianti Nē	114	95,0	95,0	95,0
Jā	6	5,0	5,0	100,0
Kopā	120	100,0	100,0	

Biežuma tabula jautājumam: “Kā Jūs aprakstītu savu pašreizējo nodarbošanos: Pašnodarbinātais”

Kā Jūs aprakstītu savu pašreizējo nodarbošanos: Pašnodarbinātais

	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu Nē	111	92,5	92,5	92,5
varianti Jā	9	7,5	7,5	100,0
Kopā	120	100,0	100,0	

3.8. tabula.

Biežuma tabula jautājumam: “Kā Jūs aprakstītu savu pašreizējo nodarbošanos: Strādāju īslaicīgus/ pagaidu darbus”

Kā Jūs aprakstītu savu pašreizējo nodarbošanos: Strādāju īslaicīgus/ pagaidu darbus

	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu Nē	111	92,5	92,5	92,5
varianti Jā	9	7,5	7,5	100,0
Kopā	120	100,0	100,0	

3.9. tabula

Biežuma tabula jautājumam: “Kā Jūs aprakstītu savu pašreizējo nodarbošanos: Esmu bērna kopšanas atvaļinājumā”

Kā Jūs aprakstītu savu pašreizējo nodarbošanos: Esmu bērna kopšanas atvaļinājumā

	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu Nē	120	100,0	100,0	100,0
varianti				

Biežuma tabula jautājumam: “Kā Jūs aprakstītu savu pašreizējo nodarbošanos: Nestrādāju (esmu bezdarbnieks/ šobrīd meklēju darbu)”

Kā Jūs aprakstītu savu pašreizējo nodarbošanos: Nestrādāju (esmu bezdarbnieks/ šobrīd meklēju darbu)

	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu Nē	109	90,8	90,8	90,8
varianti Jā	11	9,2	9,2	100,0
Kopā	120	100,0	100,0	

3.11. tabula

Biežuma tabula jautājumam: “Kā Jūs aprakstītu savu pašreizējo nodarbošanos: Studēju/ mācos”

Kā Jūs aprakstītu savu pašreizējo nodarbošanos: Studēju/ mācos

	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu Nē	84	70,0	70,0	70,0
varianti Jā	36	30,0	30,0	100,0
Kopā	120	100,0	100,0	

3.12. tabula

Biežuma tabula jautājumam: “Kā Jūs aprakstītu savu pašreizējo nodarbošanos: Saņemu vecuma/ izdienas/ invaliditātes pensiju”

Kā Jūs aprakstītu savu pašreizējo nodarbošanos: Saņemu vecuma/ izdienas/ invaliditātes pensiju

	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu Nē	114	95,0	95,0	95,0
varianti Jā	6	5,0	5,0	100,0
Kopā	120	100,0	100,0	

3.13. tabula

Respondentu atbildes uz jautājumu: “Vai Jums patīk tas, ar ko Jūs ikdienā nodarbojaties?”

Vai Jums patīk tas, ar ko Jūs ikdienā nodarbojaties?

	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu Jā	80	66,7	66,7	66,7
varianti Nē	21	17,5	17,5	84,2
Grūti pateikt/Nezinu	19	15,8	15,8	100,0
Kopā	120	100,0	100,0	

Respondentu atbildes uz jautājumu: “Es uzskatu, ka varu brīvi izlemt kā dzīvot savu dzīvi”

Es uzskatu, ka varu brīvi izlemt kā dzīvot savu dzīvi

	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu varianti Pilnībā piekrītu	23	19,2	19,2	19,2
Piekrītu	69	57,5	57,5	76,7
Ne piekrītu, ne nepiekrītu	17	14,2	14,2	90,8
Nepiekrītu	9	7,5	7,5	98,3
Pilnībā nepiekrītu	1	,8	,8	99,2
Grūti pateikt	1	,8	,8	100,0
Kopā	120	100,0	100,0	

Respondentu atbildes uz jautājumu: “Visbiežāk es izjūtu gandarījumu no tā, ko ikdienā daru”

Visbiežāk es izjūtu gandarījumu no tā, ko ikdienā daru

	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu varianti Pilnībā piekrītu	20	16,7	16,7	16,7
Piekrītu	62	51,7	51,7	68,3
Ne piekrītu, ne nepiekrītu	21	17,5	17,5	85,8
Nepiekrītu	14	11,7	11,7	97,5
Grūti pateikt	3	2,5	2,5	100,0
Kopā	120	100,0	100,0	

Respondentu atbildes uz jautājumu: “Ikdienā man ir ļoti daudz iespēju parādīt, uz ko es esmu spējīgs”

Ikdienā man ir ļoti daudz iespēju parādīt, uz ko es esmu spējīgs

	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu varianti Pilnībā piekrītu	17	14,2	14,2	14,2
Piekrītu	45	37,5	37,5	51,7
Ne piekrītu, ne nepiekrītu	27	22,5	22,5	74,2
Nepiekrītu	23	19,2	19,2	93,3
Pilnībā nepiekrītu	2	1,7	1,7	95,0
Grūti pateikt	6	5,0	5,0	100,0
Kopā	120	100,0	100,0	

Respondentu atbildes uz jautājumu: "Man patīk apgūt jaunas lietas"

Man patīk apgūt jaunas lietas				
	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu varianti	Pilnībā piekrītu	27	22,5	22,5
	Piekrītu	57	47,5	70,0
	Ne piekrītu, ne nepiekrītu	11	9,2	79,2
	Nepiekrītu	21	17,5	96,7
	Pilnībā nepiekrītu	2	1,7	98,3
	Grūti pateikt	2	1,7	100,0
	Kopā	120	100,0	100,0

Respondentu atbildes uz jautājumu: "Ja kāds man lūdz palīdzību, es neatsaku un palīdzu"

Ja kāds man lūdz palīdzību, es neatsaku un palīdzu				
	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu varianti	Pilnībā piekrītu	25	20,8	20,8
	Piekrītu	75	62,5	83,3
	Ne piekrītu, ne nepiekrītu	8	6,7	90,0
	Nepiekrītu	8	6,7	96,7
	Pilnībā nepiekrītu	2	1,7	98,3
	Grūti pateikt	2	1,7	100,0
	Kopā	120	100,0	100,0

Respondentu atbildes uz jautājumu: "Es uzskatu, ka ir vērts darīt to, ko es daru dzīvē"

Es uzskatu, ka ir vērts darīt to, ko es daru dzīvē				
	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu varianti	Pilnībā piekrītu	26	21,7	21,7
	Piekrītu	63	52,5	74,2
	Ne piekrītu, ne nepiekrītu	17	14,2	88,3
	Nepiekrītu	4	3,3	91,7
	Pilnībā nepiekrītu	2	1,7	93,3
	Grūti pateikt	8	6,7	100,0
	Kopā	120	100,0	100,0

Respondentu atbildes uz jautājumu: “Ir daudz lietu, kuras man labi padodas”

Ir daudz lietu, kuras man labi padodas

	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu varianti Pilnībā piekrītu	18	15,0	15,0	15,0
Piekrītu	72	60,0	60,0	75,0
Ne piekrītu, ne nepiekrītu	10	8,3	8,3	83,3
Nepiekrītu	17	14,2	14,2	97,5
Pilnībā nepiekrītu	1	,8	,8	98,3
Grūti pateikt	2	1,7	1,7	100,0
Kopā	120	100,0	100,0	

3.21. tabula

Respondentu atbildes uz jautājumu: “Man ir svarīga apkārtējo cilvēku atzinība/uzslava par to, ko daru”

Man ir svarīga apkārtējo cilvēku atzinība/uzslava par to, ko daru

	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu varianti Pilnībā piekrītu	23	19,2	19,2	19,2
Piekrītu	47	39,2	39,2	58,3
Ne piekrītu, ne nepiekrītu	16	13,3	13,3	71,7
Nepiekrītu	23	19,2	19,2	90,8
Pilnībā nepiekrītu	10	8,3	8,3	99,2
Grūti pateikt	1	,8	,8	100,0
Kopā	120	100,0	100,0	

3.22. tabula

Respondentu atbildes uz jautājumu: “Saskaroties ar neveiksmēm, es neapstājos un turpinu darīt iesākto”

Saskaroties ar neveiksmēm, es neapstājos un turpinu darīt iesākto

	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu varianti Pilnībā piekrītu	13	10,8	10,8	10,8
Piekrītu	76	63,3	63,3	74,2
Ne piekrītu, ne nepiekrītu	16	13,3	13,3	87,5
Nepiekrītu	10	8,3	8,3	95,8
Pilnībā nepiekrītu	2	1,7	1,7	97,5
Grūti pateikt	3	2,5	2,5	100,0
Kopā	120	100,0	100,0	

Respondentu atbildes uz jautājumu: "Reizēm es jūtos kā neveiksminieks"

Reizēm es jūtos kā neveiksminieks

	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu varianti Pilnībā piekrītu	14	11,7	11,7	11,7
Piekrītu	32	26,7	26,7	38,3
Ne piekrītu, ne nepiekrītu	17	14,2	14,2	52,5
Nepiekrītu	35	29,2	29,2	81,7
Pilnībā nepiekrītu	20	16,7	16,7	98,3
Grūti pateikt	2	1,7	1,7	100,0
Kopā	120	100,0	100,0	

Respondentu atbildes uz jautājumu: "Lūdzu, atzīmējiet vienu no diviem apgalvojumiem, kurš vislabāk atbilst tieši Jums: To, ko var izdarīt šodien, nevajag atstāt uz rītdienu vai Labāk šodien atpūsties un izdarīt rītdien"

Lūdzu, atzīmējiet vienu no diviem apgalvojumiem, kurš vislabāk atbilst tieši Jums:

	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu varianti To, ko var izdarīt šodien, nevajag atstāt uz rītdienu	81	67,5	67,5	67,5
Labāk šodien atpūsties un izdarīt rītdien	39	32,5	32,5	100,0
Kopā	120	100,0	100,0	

Respondentu atbildes uz jautājumu: "Lūdzu, atzīmējiet vienu no diviem apgalvojumiem, kurš vislabāk atbilst tieši Jums: Izdarišu darbu pats, kaut arī tas prasīs daudz vairāk laika vai Lūgšu palīdzību, lai izdarītu darbu ātrāk"

Lūdzu, atzīmējiet vienu no diviem apgalvojumiem, kurš vislabāk atbilst tieši Jums:

	Biežums	Procenti	Derīgie procenti	Kumulatīvais procents
Atbilžu varianti Izdarišu darbu pats, kaut arī tas prasīs daudz vairāk laika	73	60,8	60,8	60,8
Lūgšu palīdzību, lai izdarītu darbu ātrāk	47	39,2	39,2	100,0
Kopā	120	100,0	100,0	

**Kronbaha alfas deskriptīvā aprēķina tabula Elīnas Briedes pašrealizācijas skalai no 8.
jautājumiem**

Item-Total Statistics

	Skalas vidējā vērtība, ja vienums ir dzēsts	Mēroga dispersija, ja vienums ir izdzēsts	Izlabotā vienuma kopsummas korelācija	Daudzkāršā kvadrāta korelācija	Kronbaha alfa, ja vienums ir dzēsts
Es uzskatu, ka varu brīvi izlemt kā dzīvot savu dzīvi	16,73	24,403	,546	,419	,723
Visbiežāk es izjūtu gandarījumu no tā, ko ikdienā daru	16,54	23,494	,543	,454	,720
Ikdienā man ir ļoti daudz iespēju parādīt, uz ko es esmu spējīgs	16,17	21,585	,595	,423	,707
Man patīk apgūt jaunas lietas	16,55	24,619	,364	,256	,751
Ja kāds man lūdz palīdzību, es neatsaku un palīdzu	16,78	25,134	,412	,239	,742
Es uzskatu, ka ir vērts darīt to, ko es daru dzīvē	16,58	21,524	,589	,506	,708
Ir daudz lietu, kuras man labi padodas	16,58	24,532	,445	,359	,737
Man ir svarīga apkārtējo cilvēku atzinība/uzslava par to, ko daru	16,28	25,529	,231	,129	,779

**Kronbaha alfas deskriptīvā aprēķina tabula Elīnas Briedes pašrealizācijas skalai no 6.
jautājumiem**

Item-Total Statistics					
	Skalas vidējā vērtība, ja vienums ir dzēsts	Mēroga dispersija, ja vienums ir izdzēsts	Izlabotā vienuma kopsummas korelācija	Daudzkāršā kvadrāta korelācija	Kronbaha alfa, ja vienums ir dzēsts
Es uzskatu, ka varu brīvi izlemt kā dzīvot savu dzīvi	11,78	16,003	,577	,411	,756
Visbiežāk es izjūtu gandarījumu no tā, ko ikdienā daru	11,60	15,032	,600	,453	,747
Ikdienā man ir ļoti daudz iespēju parādīt, uz ko es esmu spējīgs	11,23	13,840	,597	,401	,748
Ja kāds man lūdz palīdzību, es neatsaku un palīdzu	11,83	17,232	,348	,143	,801
Es uzskatu, ka ir vērts darīt to, ko es daru dzīvē	11,63	13,226	,664	,505	,729
Ir daudz lietu, kuras man labi padodas	11,63	15,864	,500	,359	,770

Kronbaha alfas aprēķins sievietēm (N = 63)

Reliability Statistics		
Kronbaha alfa	Kronbaha alfa, kas balstīta uz standartizētiem vienumiem (<i>items</i>)	Vienumu bāze N
,801	,798	6

Kronbaha alfas aprēķins vīriešiem (N = 57)

Reliability Statistics		
Kronbaha alfa	Kronbaha alfa, kas balstīta uz standartizētiem vienumiem (<i>items</i>)	Vienumu bāze N
,789	,794	6

3.30. tabula

Kronbaha alfas aprēķins vecuma grupai 18 – 27 gadi (N = 62)

Reliability Statistics

Kronbaha alfa	Kronbaha alfa, kas balstīta uz standartizētiem vienumiem (<i>items</i>)	Vienumu bāze N
,723	,713	6

3.31. tabula

Kronbaha alfas aprēķins vecuma grupai 55 – 64 gadi (N = 58)

Reliability Statistics

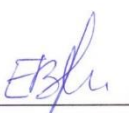
Kronbaha alfa	Kronbaha alfa, kas balstīta uz standartizētiem vienumiem (<i>items</i>)	Vienumu bāze N
,858	,862	6

Dokumentārā lapa

Bakalaura darbs "Pašrealizācijas skalas adaptācija un aprobācija: Latvijas gadījums"
izstrādāts LU Sociālo zinātņu fakultātē.

Ar savu parakstu apliecinu, ka pētījums veikts patstāvīgi, izmantoti tikai tajā norādītie
informācijas avoti un iesniegtā darba elektroniskā kopija atbilst izdrukai.

Darba apjoms (no ievada līdz secinājumiem ieskaitot) ir 102, 493 rakstzīmes (ieskaitot
intervālus, bet neieskaitot zemsvītras atsaucis).

Autors:  Elīna Briede
(paraksts)

Rekomendēju/nerekomendēju darbu aizstāvēšanai.

Vadītājs: docents Dr. sc. soc. Jurijs Ņikišins _____
(paraksts)

04.06.2020.

Recenzents: docents Dr. soc. Mareks Niklass _____
(paraksts)

Darbs iesniegts Socioloģijas nodaļā 04.06.2020.

Dekāna pilnvarotā persona: metodiķe Inga Poļaka _____
(paraksts)

Darbs aizstāvēts bakalaura gala pārbaudījuma komisijas sēdē

16.06.2020. prot. Nr. _____

Komisijas sekretārs: docents Mareks Niklass _____
(paraksts)