

Tartu Ülikool  
Sotsiaalteaduste valdkond  
Haridusteaduste instituut  
Põhikooli mitme aine õpetaja õppekava

Rita Grigor  
ÕPILASTE HINNANGUD OMA MINA ASPEKTIDE KOHTA  
Magistritöö

Juhendaja: kaasprofessor Kristi Kõiv

Tartu 2024

## KOKKUVÕTE

### **Õpilaste hinnangud oma mina aspektide kohta.**

Uurimuse eesmärk oli võrrelda 5.-6 klassi ja 7.-8. klassi õpilaste hinnanguid oma mina kolme aspekti (ideaalne, sotsiaalne, tegelik) kohta. Uurimisküsimustele vastuseid leides selgitati välja õpilaste hinnanguid (1) oma tegeliku, ideaalse ja sotsiaalse mina kohta ning (2) oma emotsionaalse mina kohta kolme (ideaalne, sotsiaalne ja tegelik mina) aspekti kohta.

Mõõtevahendina kasutati avatud ja suletud küsimustega ankeeti (Kõiv, 2016) mina aspektide uurimiseks analüüsides andmeid kombineeritult, kusjuures kvantitatiivse induktiivse sisuanalüüsi teel kvalitatiivselt. Nooremad õpilased kirjeldasid vanematest harvem oma isikuomadusi ning enam minaga seotud emotsioone kõigis mina aspektides. Tegeliku ja ideaalse mina kirjeldustes nooremas grupis kajastusid harvem suhteid sõprade ja eakaaslastega ning enam füüsilise mina kirjeldused. Akadeemilist mina kirjeldasid sagedamini nooremad õpilased seoses oma tegeliku minaga. Emotsioonidest peeti iseloomulikuks oma mina kõigis aspektides rõõmu, nõustumist ja optimismi ning vähem iseloomulikuks vastikust, kurbust ja agressiivsust.

**Võtmesõnad:** mina, noorukiiga, emotsionaalne mina, tegelik mina, ideaalne mina, sotsiaalne mina

### **Students' evaluations of aspects of their self.**

The aim of this study was to compare 5th-6th grade and 7th-8th grade students' evaluations of three aspects (ideal, social, real) of their self. Research questions in the study addressed the following: students' evaluations (1) of their actual, ideal, and social selves, and (2) of their emotional self in relation to the three aspects ideal, social, and actual. A questionnaire with both open and closed questions (Kõiv, 2016) was used as a measurement tool to study the aspects of self by analyzing the data in a combined manner, whereby qualitatively through quantitative inductive content analysis. Younger students described their personality traits less and self-related emotions more often than older students in all aspects of the self. In the descriptions of real and ideal self, younger students reflected relationships with friends and peers less and in physical self more than the older students. The academic self was frequently described by younger students as the aspect of their real self. Common emotions in all aspects

of the self were joy, agreeableness, and optimism, while disgust, sadness, and aggression were least characteristic.

**Key words:** self, adolescence, emotional self, real self, ideal self, social self

## SISUKORD

SISSEJUHATUS .....	6
TEOREETILINE ÜLEVAADE.....	7
Mina-kontseptsioon.....	7
Mina kujunemine.....	8
Noorukiealiste tegelik, ideaalne ja sotsiaalne mina .....	9
Uurimuse eesmärk ja uurimisküsimused.....	12
METOODIKA .....	12
Valim.....	12
Mõõtevahendid.....	12
Uuringu protseduur .....	13
Andmeanalüüs.....	14
TULEMUSED .....	15
Tegeliku, ideaalse ja sotsiaalse mina kirjeldused.....	15
Uurimuse piirangud ja rakendamine .....	27
TÄNUSÕNAD.....	29
AUTORSUSE KINNITUS .....	29
KASUTATUD KIRJANDUS .....	30
LISAD.....	35
<b>LISA 1.</b> Kodeerimisjuhend: õpilaste kirjeldused oma tegeliku, ideaalse ja sotsiaalse mina kohta.....	35
<b>Lisa 2.</b> Kodeerimisjuhend: õpilaste kirjeldused tegeliku, ideaalse ja sotsiaalse mina emotsionaalse aspekti kohta.....	42
<b>Lisa 3.</b> Õpilaste tegeliku mina kirjeldavate kategooriate esinemissagedus kahes vanusegrupis.....	44
<b>Lisa 4.</b> Õpilaste ideaalset mina kirjeldavate kategooriate esinemissagedus kahes vanusegrupis.....	46

<b>Lisa 5.</b> Õpilaste sotsiaalset mina kirjeldavate kategooriate esinemissagedus kahes vanusegrupis.....	47
<b>Lisa 6.</b> Õpilaste emotsioonide kirjelduste esinemissagedus oma emotsionaalse tegeliku mina kohta kahes vanusegrupis.....	49
<b>Lisa 7.</b> Õpilaste emotsioonide kirjelduste esinemissagedus oma emotsionaalse ideaalse mina kohta kahes vanusegrupis.....	50
<b>Lisa 8.</b> Õpilaste emotsioonide kirjelduste esinemissagedus oma emotsionaalse sotsiaalse mina kohta kahes vanusegrupis.....	51
<b>Lisa 9.</b> Õpilaste keskmised hinnangud oma emotsionaalsele minale tegeliku mina aspektis kahes vanusegrupis.....	52
<b>Lisa 10.</b> Õpilaste keskmised hinnangud oma emotsionaalsele minale ideaalse mina aspektis kahes vanusegrupis.....	53
<b>Lisa 11.</b> Õpilaste keskmised hinnangud oma emotsionaalsele minale sotsiaalse mina aspektis kahes vanusegrupis.....	54

## SISSEJUHATUS

Noorukieas toimuvad mina-kontseptsioonis suured muutused, mis on mõjutatud nii indiviidist endast tulenevatest teguritest kui interaktsioonist lapsevanemate, eakaaslaste ja õpetajate ning laiemast sotsiokultuurilise taustaga (Harter, 2006). Mina-kontseptsioon ja selle komponendid nagu enesehinnang, on seotud inimese üldise heaolu, sotsiaalse toimetuleku ja vaimse tervisega (OECD, 2003). Selged ja koherentsed teadmised oma mina kohta soodustavad enda aktsepteerimist ja endaga rahulolu, olles vajalikud adekvaatse enesehinnangu kujunemiseks (Weber et al. 2023). Selge arusaam oma minast võimaldab paremat enesekontrolli ja eneseregulatsiooni rakendamist (Fite et al., 2017) ning vastavalt endale sobivate tõhusate õpistrateegiatega valimist (Thomas & Gadbois, 2007), mistõttu Weber et al. (2023) diskuteerisid, et oma mina tundmine on vajalik õppijate pikaajaliste eesmärkide saavutamiseks ning on seega õppijatele edu ja eluga rahulolu eelduseks nii isiklikus kui akadeemilises vallas.

Mina emotsionaalne aspekt väljendub enesehinnangus ning on seotud vaimse tervise ja selle häiretega, nt depressiooniga (Nejad et al., 2013). Negatiivsed enesekohased mõttemustrid mõjutavad enesehinnangut, meeleolu ja käitumist negatiivselt (Lumma et al., 2018). Kõiv (2016) leidis, et tavakooli õpilaste ja alaealiste õigusrikkujate emotsionaalse mina aspektides esinevad erinevused, kusjuures alaealiste õigusrikkujad hindasid negatiivseid emotsioone oma minale iseloomulikumaks võrreldes tavakooli õpilastega. Positiivne hinnang enesele on seotud suurema õnnetunde kogemisega (Baumeister et al., 2003) ning mitmete uurijate väitel ka paremate akadeemiliste tulemustega, andes eelise heade tulemuste püsimiseks ka edaspidi (Marsh & Craven, 2006; Thomas & Gadbois, 2007; Valentine et al., 2004). Samas on Baumeister et al. (2003) juhtinud tähelepanu, et ainult enesehinnangu toetamisest akadeemiliste tulemuste parandamiseks ei piisa ning ka Marsh & Craven (2006) leidsid, et akadeemilist edukust soosivad tõstavad tõhusalt sekkumised, kus toetatakse nii õpilaste enesehinnangut kui tegelikke võimeid, mis on omavahel vastastikmõjus.

Võime eristada oma tegelikke võimeid ja oskuseid (tegelikku mina) nendest, mida soovitakse omada (ideaalne mina) kujuneb välja noorukiea alguseks (Harter, 2006). Samal ajal kasvab sotsiaalne võrdlemine ja nooruk saab teadlikumaks endale kehtivatest suurenevatest ootustest. Tekkinud tegeliku ja ideaalse mina ebakõlad noorkiea vältel suurenevad, millega kaldub kaasnema oma mina nägemine vähem positiivses valguses (Harter, 2012). Raskused muutustega toimetulekul põhjustavad õpilastele inter-ja

intrapersonaalseid probleeme (Harmon-Jones, 2000), mis soodustavad noorukite antisotsiaalset käitumist (Van der Velden et al., 2010).

Koolil on õpilaste selge ja positiivse mina kujundamisel oma osa ning eriti tormiline areng indiviidi mina-kontseptsiooni kujunemises toimub noorukieas, seega on oluline uurida põhikooli II ja III kooliastme õpilaste tegeliku, ideaalse ja sotsiaalse mina kirjeldusi ja emotsioone seoses minaga, et paremini mõista nende toevajadust ning tõhusamalt toetada positiivse mina-kontseptsiooni kujunemist, mida võimaldab ainesisu poolest eriti inimeseõpetuse ainesükkel.

Uurimuse eesmärk on võrrelda 5.-6 klassi ja 7.-8. klassi õpilaste hinnanguid oma mina kolme aspekti (ideaalne, sotsiaalne, tegelik) kohta.

## TEOREETILINE ÜLEVAADE

Inimese mina on kognitiivne ja sotsiaalne konstruktsioon, mis kujuneb aja jooksul toimuvate normatiivsete arenguliste muutustega kaasneva enese-representatsioonide muutumise käigus (Harter, 2006), tuginedes indiviidi võimele end kõrvalt vaadelda ja enda üle reflekteerida (Owens & Samblanet, 2013). Enese-representatsioonid võivad olla positiivsed või negatiivsed, viidata nii praeguse hetke kui mineviku või tuleviku kogemustele ja olla seotud erinevate vaatenurkade ja situatsioonidega (Kõiv, 2016) ning peegeldada seda, milline inimene on, tahab olla, peaks olema või kardab olla (Markus & Wurf, 1987).

Mina kirjeldusega kaasneb subjektiivne hinnang minale, mille kujunemisel on määravaks emotsioonid (Lumma et al., 2018). Erinevad kirjeldused ja hinnangud enda kohta moodustavad inimese mina-kontseptsiooni, tervikliku kujutluse iseenesest, mis moodustub paljude erinevate kogemuse kaudu enda kohta teada saadu lihtsustamise, organiseerimise ja sellele tähenduse andmise teel (Shavelson et al., 1976).

### *Mina-kontseptsioon*

Shavelson et al. (1976) on mina-kontseptsiooni kirjeldamiseks loonud hierarhilise mudeli, mille tipus on üldine mina, mis jaguneb akadeemiliseks ja mitte-akadeemiliseks minaks. Akadeemiline mina jaguneb selles mudelis erinevate õppeainetega seotud minadeks, mitte-akadeemiline aga moodustub sotsiaalsest, füüsilisest ja emotsionaalsest minast ning igas mina valdkonnas eristuvad omakorda spetsiifilisemad madalamate tasemete minad. Erinevad autorid on pakkunud välja alternatiivseid mudeleid. Sirgy (1982) jagab

multidimensionaalse mina-kontseptsiooni kolmeks aspektiks: tegelik mina, ideaalne mina ja sotsiaalne mina. Selle liigituse järgi on tegelik mina inimese taju iseendast käesoleval ajahetkel; ideaalne mina viitab sellele, millisena inimene soovib end tajuda ja sotsiaalne mina viitab sellele, millisena inimene laseb end teistele paista.

Shavelson et al. (1976) mudeli järgi koosneb hierarhiline mina-kontseptsioon igal tasandil nii kirjeldavast kui hinnangulisest komponendist ning hierarhia tipneb üldise mina-kontseptsiooniga, mida nimetatakse ka üldiseks enesehinnanguks (Rosenberg, 1979) ja eneseväärtuseks (Harter, 2006). Üldist enesehinnang on inimese üleüldine tunnetus endast kui väärtuslikust inimesest (Schmitt & Allik, 2005), “tunne, et ollakse piisavalt hea” (Rosenberg, 1965 lk 39), endasse positiivne suhtumine ning enda aktsepteerimine (Weber et al., 2023). Üldine enesehinnang on seotud inimese emotsioonidega, subjektiivsete tunnetega oma mina suhtes tervikuna ja sellele on omased eristuvad, mina valdkondade ülesed tunnused (Harter, 2006) näiteks enesepädevus (O’Mara & Marsh, 2006). Üldine enesehinnang ei sõltu spetsiifilistest võimetest (Robins et al., 2001), ei ole spetsiifiliste enesehinnangute summa (Harter, 2006) ning seos üldise enesehinnangu ja spetsiifiliste enesehinnangute vahel on nõrk (O’Mara & Marsh, 2006, Valentine et al., 2004). Endale antava hinnangu aluseks on võrdlus „ideaaliga“ või suhtelise standardiga, nt võrreldes eakaaslastega või oluliste teiste arvatava hinnanguga indiviidile (Harter, 2006; Shavelson et al., 1976).

Käesolevas töös lähtutakse õpilaste mina uurimisel Kõiv (2016) lähenemisest, kes uuris emotsionaalset mina tegeliku, ideaalse ja sotsiaalse mina aspektidest. Mina käsitletakse kolme mina aspektina - tegelik, ideaalne ja sotsiaalne mina, toetudes Sirgy (1982) mina-kontseptsioonile.

### *Mina kujunemine*

Harter (2006) kirjeldab mina kui kognitiivset ja sotsiaalset konstruktsiooni, mis kujuneb aja jooksul järjepideva protsessina toimuvate normatiivsete arenguliste muutuste ja sellega kaasnevate mina-representatsioonide muutumise käigus. Mina kujunemisele on iseloomulik diferentseerumine ja integreerumine: indiviidil areneb järk-järgult võime hinnata end erinevates kogemuste valdkondades erinevalt, eristada oma tegelikku ja ideaalset mina ning koondada enda kohta käivad üldistused isikuomaduste nimetuste alla. See on kooskõlas Shavelson et al. (1976) multidimensionaalse ja hierarhiline mina-kontseptsiooni mudeliga.

Kognitiivse arengu eripärade tõttu on igale arenguperioodile omased teatud võimed ja piirangud, mis tingivad kvalitatiivsed erinevused mina kirjeldustes ning samas arengujärgus

indiviidide mina kirjelduste vahelised sarnasused (Harter, 2006). Käesolevas töös uuritavad õpilased on noorukiealised ning sellest tulevalt antakse järgnevalt kirjanduse põhjal ülevaade tegeliku, ideaalse ja sotsiaalse mina kujunemisest noorukieas.

### *Noorukiealiste tegelik, ideaalne ja sotsiaalne mina*

Noorukieas toimuvad indiviidi mina-kontseptsioonis suured muutused, mida põhjustavad bioloogilise ja kognitiivse küpsemisega seotud muutused ja üleminek lapseealsetest rollidest täiskasvanu rollidesse (Harter, 2006; Aleksandrov, 2021 jt).

Noorukiea alguses kujuneb abstraktse mõtlemise võime, mis võimaldab indiviidil koondada oma üksikud tunnused abstraktsete iseloomuomaduste nimetuste alla ning nooruki edasises arengus ühildada näiliselt vastukäivad tunnused kõrgema järgu üldistusteks oma mina kohta (Harter, 2006). Võime eristada oma tegelikku ja ideaalset mina hakkab kujunema lapseealsete lõpus, võimaldades paralleelselt hakata konstrueerima enda väärtust inimesena ja üldist enesehinnangut (Harter, 2006). Noorukiealise tegeliku mina tajumine sõltub paranenud perspektiivi võtmise võimest ja suurenenud sotsiaalsest võrdlemisest tulenevalt lapseeaga võrreldes vähem positiivseks ja realistlikumaks: tõuseb teadlikkus teiste inimeste ootustest, standarditest ja hinnangutest enda suhtes, kasvavad ootused iseendale, kujuneb võime võrrelda enda võimeid teiste inimeste võimetega (Harter, 2006; Hollarek & Lee, 2022).

Mina kirjelduste fookus noorukiea alguses on suhetel, sotsiaalseid interaktsioone mõjutavatel sotsiaalsetel oskustel, sotsiaalsel veetlusel ning kompetentsil (Damon & Hart, 1988, viidatud Harter, 2006). Võrreldes lapseealiste konkreetse objektivsete kirjeldustega nt oma välimuse, tegevuste või elukoha kohta, kirjeldatakse end noorukieas abstraktsemate tunnuste kaudu, nagu uskumused, huvid ja isikuomadused, kusjuures varasemale arenguperioodile omased kirjeldused kaovad või integreeritakse keerumate kirjelduste sisse (Montemayor & Eisen, 1977). Ülekaalukad on sel ajal üksikuid abstraktseid tunnuseid sisaldavad enesekirjeldused, mida ei suudeta veel omavahel integreerida või nendevahelisi vastuolusid märgata (Harter, 2006). Enese-representatsioonid on erinevates sotsiaalsetes kontekstides varieeruvad - kirjelduste kattuvus on noorukiea alguses madal ning hiljem langeb veelgi, kusjuures sotsiaalsest kontekstist lähtuvalt varieeruvad ka emotsionaalse mina kirjeldused (Harter, 2006). Mure oma vastukäivate omaduste pärast ilmneb alles keskmises noorukieas, kus see põhjustab segadusetunnet ja distressi (Harter, 2006). Abstraktse mõtlemise võime kujunemisega noorukieas kaasneb võime arutleda õige ja vale üle, hüpoteetiliste olukordade üle ning mõtestada enda väärtuseid (Beutel & Johnson, 2004).

Sotsiaalsed ootused noorukile muutuvad ning erinev kohtlemine (kord täiskasvanuliku, kord lapselikuna) suurendab mina varieeruvust (Harter, 2006). Toimub järkjärguline lapse rollidest eemaldumine ja täiskasvanu rollide omandamine, mis toob kaasa oma tegeliku ja ideaalse mina ümber-konstrueerimise lähtuvalt uutest ootustest (Aleksandrov et al., 2021). Soov vähendada tegeliku ja ideaalse mina ebakõladest tulenevat ebamugavustunnet võib olla tõukejõud enesearenguks (Alessandri et al., 2008) või põhjustada vähem kohanemisvõimeliste noorukitele inter-ja intrapersonaalseid konflikte (Ferguson, 2010; Harmon-Jones, 2000; Harter, 2006), mis takistavad sotsiaalset kohanemist uute ootuste ja rollidega ning mis võivad soodustada noorukite antisotsiaalset käitumist (Van der Velden et al., 2010) - nt madal enesehinnang on suurendab riskikäitumise tõenäosust (Miller & Mulligan, 2002; Özmen & Sümer, 2011). Ferguson koos kolleegidega (2010) uuris ebakõlasid noorukite tegeliku ja ideaalse mina vahel ning leidis, et negatiivsed tagajärjed (kõrgem depressioon, madalam akadeemiline edukus) kaasnesid nii sel juhul, kui ideaalne mina oli tegelikust kõrgem kui ka vastupidisel puhul ning tegeliku-ideaalse mina ebakõlade negatiivne mõju kasvas vanusega. Paralleelselt muutuvad noorukiealise sotsiaalsed suhted laialdasemaks ja keerukamaks (Tanti et al., 2008), klassi- ja koduväliste eakaaslaste grupid olulisemaks (Tropp & Saat, 2010) ja suureneb teiste inimeste hinnangute adekvaatne ennustamine ja olulisus minale, mille tulemusel nähakse end varasemast vähem positiivses valguses (Harter, 2003). Noorukid on eriti haavatavad sotsiaalsete gruppide tagasiside poolt, sest see on nende jaoks oluline. Olulistest teistest sõltub mina hinnanguline aspekt - kas nooruk hakkab end nägema kompetentse ja kiindumust väärivana või mitte, kusjuures vaatamata eakaaslaste hinnangute olulisuse tõusule ei kaota lapsevanema/hooldaja tagasiside oma tähtsust (Harter, 2006).

Sotsiaalne mina kujuneb hinnangutest enda käitumisele erinevates sotsiaalsetes kontekstides (Markus & Wurf, 1987) ja jaotub kaheks: perega seonduv sotsiaalne mina ja kooliga seonduv sotsiaalne mina (Byrne & Shavelson, 1996). Kognitiivne areng võimaldab noorukieas sotsiaalsest kontekstist sõltuvate erinevate mina kirjelduste ja hinnangute kujunemist, kusjuures diferentseeritus noorukiea jooksul suureneb, millega kaasneb erinevate enesehinnangute kujunemine erinevates sotsiaalsetes kontekstides (Harter et al., 1998; Harter, 2006). Samal ajal kui suhted eakaaslastega muutuvad olulisemaks, kujuneb sageli negatiivne hoiak kooli suhtes (Vannatta et al., 2009) ning seotus kooliga noorukieas üldiselt langeb (Bakadoruva et al., 2018). Preckel ja kolleegid (2013) selgitavad, et sotsiaalset mina uuritakse sageli läbi tajutud aktsepteerituse ja tajutud võime end sotsiaalsetes olukordades teistest lugupidaval viisil kehtestada, ning juhivad tähelepanu varasematele uuringutele, millest

selgub, et enda kehtestamine sotsiaalsetes olukordades toetab sisemist kontrollkeset (Iskender & Akin, 2010) ja on seotud akadeemilise edukusega (Anderson et al, 2005).

Varasema eaga võrreldes ei mõjuta akadeemiline kompetentsus noorukieas aktsepteeritust kaaslaste seas sama palju (Vannatta et al., 2009), sest õpetajate ja täiskasvanute positiivne suhtumine akadeemiliselt edukatesse õpilastesse mõjutab vähemal määral nende aktsepteeritust eakaaslaste grupis (Véronneau et al., 2010) ning hõivatus akadeemiliste tegevustega võib isegi langetada nooruki sotsiaalset positsiooni, kusjuures sellest tulenev hirm akadeemilise edukuse ees on suurem noorukiea alguses ja langeb noorukiea lõpuks (Ishiyama & Chabassol, 1985). Preckel et al. (2013) poolt läbi viidud longituduurimusest 5.-8. klassi õpilaste seas ilmnes, et tajutud kõrge aktsepteeritus eakaaslaste seas seostus hilisema akadeemilise mina (kuid mitte õpitulemuste) langusega ning uurijad diskuteerisid, et põhjuseks võib olla varasemates uuringutes (Véronneau et al., 2010) ilmnunud kõrge sotsiaalse minaga õpilaste suurem orienteeritus sotsiaalsetele suhetele, mistõttu panustatakse pigem sotsiaalse suhete edendamisesse kui akadeemilisse tegevusse. Bakadoruva et al. (2019) uurisid noorukite kooliga seotud mina sotsiaalsest ja individuaalsest aspektist ja leidsid, et sotsiaalsele võrdlemisele tuginev hinnang endale on pikemas perspektiivis seotud võistluslikkuse ja hinnetele orienteeritusega ning langetab emotsionaalset ja käitumuslikku seotust kooliga ning Harter (2006) toonitab, et sotsiaalse võrdlemise soosimine koolis langetab nooruki minale antud hinnaguid.

Sotsiaalse mina komponendid toetavad positiivse akadeemilise mina kujunemist, mis on seotud kõrgema akadeemilise edukusega. Järeldub, et sotsiaalne mina ning akadeemilised saavutused on kaudselt seotud ning sotsiaalse mina erinevate külgede toetamine koolis on akadeemilise edu seisukohalt oluline (Preckel et al., 2013), ent sealjuures ei peaks soodustama sotsiaalset võrdlemist (Bakadoruva et al., 2019; Harter, 2006). Noorukieas suureneb elamustejanu ja sellest tulenev riskikäitumine (Schaffhuser et al 2016). Sisemise kontrollkeskme tugevdamine võib olla riskikäitumise kaitsefaktoriks, samas kui madal enesehinnang suureneb riskikäitumise tõenäosust (Miller & Mulligan, 2002; Özmen & Sümer, 2011). Selge arusaam iseenesest on seotud suurema eneseregulatsiooniga, sh impulsikontrolliga (Fite et al., 2017; Weber et al., 2023) ning seega võib positiivse mina toetamine soosida noorukite turvalist käitumist ning seda on oluline koolis toetada.

### *Uurimuse eesmärk ja uurimisküsimused*

Uurimuse eesmärk on võrrelda 5.-6 klassi ja 7.-8. klassi õpilaste hinnanguid oma mina kolme aspekti (ideaalne, sotsiaalne, tegelik) kohta.

Püstitati kaks uurimisküsimust:

1. Millised on 5.-6 klassi ja 7.-8. klassi õpilaste kirjeldused oma tegeliku, ideaalse ja sotsiaalse mina kohta ning millised on erinevused kahe vanusegrupi vahel?
2. Millised on 5.-6 klassi ja 7.-8. klassi õpilaste hinnanguid oma emotsionaalse mina kohta kolme (ideaalne, sotsiaalne ja tegelik mina) aspekti kohta ning millised on erinevused kahe vanusegrupi vahel?

## METOODIKA

Käesolevas uurimistöös kasutati töö eesmärgist ja uurimisküsimusest lähtuvalt kvantitatiivset uurimisviisi, seoses noorukite mina kui inimese sisemist nähtuse uurimisega uurijast eraldiseisvate andmete kogumise ja saadud arvandmete analüüsimise kaudu (Õunapuu, 2014).

### *Valim*

Uuritavad leiti mugavusvalimi põhimõttel, lähtudes uuritavate lihtsast kättesaadavusest ja koostöövalmidusest (Õunapuu, 2014).

Valimisse kuulusid ühe Tartu linna üldhariduskooli 5.-8. klassi õpilased.

Uurimisküsimusest tulenevalt jaotati uuritavad kahte gruppi: noorema vanusegrupi moodustasid 5.-6. kl õpilased (104 vastajat keskmise vanusega 12,0 a, SD=0,69) ning vanema vanusegrupi 7.-8.kl õpilased (101 vastajat keskmise vanusega 13,8 a, SD=0,63). Kokku vastas küsitlusele 205 õpilast vanuses 11-16 a (SD=1,15).

### *Mõõtevahendid*

Uurimistöö mõõtevahendina kasutati avatud ja suletud küsimustega ankeeti.

1. Ankeet mina kolme aspekti kirjeldamiseks.

Õpilaste kolme mina aspekti - tegelik, ideaalne ja sotsiaalne mina - kirjelduste uurimiseks kasutati kolmest avatud küsimusest koosnevat kirjalikku küsimustikku (Kõiv, 2016) seoses kolme mina aspektiga, tuginedes Sirgy (1982) käsitlusele inimese mina kohta. Õpilased vastasid kolmele avatud küsimustele *Kuidas sa ennast iseloomustad?*, *Kuidas sa*

*iseloomustad oma täiuslikku mina?, Kuidas sa ennast iseloomustad ennast seoses teistega?.*

Õpilastel paluti iga aspekti juures kirjeldada minale kõige iseloomulikumaid tegevusi ja omadusi.

2. Ankeet emotsionaalse mina kolme (tegelik, ideaalne, sotsiaalne) aspektide kirjeldamiseks.

Õpilaste emotsionaalse mina kirjeldusi tegeliku, ideaalse ja sotsiaalse mina aspektides uuriti Kõiv (2016) ankeedi kolme avatud küsimuse kaudu: *Millised tunded sul tekivad, kui sa mõtled enda peale?, Millised tunded sul tekivad, kui sa mõtled oma täiusliku mina peale?, Millised tunded sul tekivad, kui sa mõtled enda peale seoses teistega?.*

3. Ankeet emotsionaalse mina kolme (tegelik, ideaalne, sotsiaalne) aspekti hindamiseks. Uuritavate emotsionaalse mina kolme aspekti (tegelik, ideaalne ja sotsiaalne) uurimiseks kasutati Kõiv (2016) reliaabset ja valiidset küsimustikku, mis tugines multidimensionaalsele mudele emotsioonide liigituse (Plutchik, 2001) kohta, kus emotsioonid jagunesid primaarseks emotsiooniks: armastus, alistuvus, aukartus, pettumus, kahetsus, põlgus, agressioon ja optimism ja sekundaarseteks emotsioonideks - nõustumine, hirm, üllatus, kurbus, vastikus, viha, etteaimamine ja rõõm.

Uuritavad hindasid 16 emotsiooni väljendumist iga kolme mina aspektiga (tegelik, ideaalne ja sotsiaalne mina) seoses. Selleks kasutati 10-punktist hinnanguskaalat, kus 1 tähistas “väga iseloomulik mulle” ja 10 tähistas “üldse mitte iseloomulik mulle”. Tegelik mina kohta esitati küsimus: „*Kuidas sa iseloomustad ennast praegu?*“, ideaalset mina uuriti küsimusega „*Kuidas sa iseloomustad oma täiuslikku mina?*“ ning sotsiaalse mina kohta küsiti: „*Kuidas sa iseloomustad ennast seoses teistega?*“ (Kõiv, 2016).

### *Uuringu protseduur*

Uuringu läbiviimisel peeti silmas teadustöö eetika printsiipe: uuringu käigus ei kahjustud osaliste huve, uuritavad olid informeeritud uuringu eesmärkidest, uuringus osalemine oli vabatahtlik, tagatud on kogutud andmete anonüümsus ja konfidentsiaalsus (Eetikaveeb, s.a).

Ankeetküsitluse läbiviimine kooskõlastati kooli juhtkonnaga ning küsiti lapsevanema nõusolekut õpilaste uuringus osalemiseks, kasutades koolis tavapäraseks suhtluskanaliks olevat elektroonilise päeviku Studium veebikeskkonda. Lapsevanemaid informeeriti kirjalikult uuringu eesmärgist, ankeetküsitluse läbiviimise perioodist ja nõusoleku palumisest. Uuringus osalemisest keeldus 2 lapsevanemat ja 1 õpilane.

Küsitlus viidi läbi perioodil 6.02.2024-16.02.2024. Läbiviijaks oli töö autor, kes selgitas õpilastele, et uuringus osalemine on vabatahtlik, anonüümne ja konfidentsiaalne ning tulemusi kasutatakse vaid käesoleva magistritööga seotud eesmärkidel. Õpilased vastasid küsitlusele kooli klassiruumis individuaalselt, kasutades Google Forms keskkonnas vastamiseks arvutihiirega varustatud sülearvuteid. Klassiruumis paiknesid ühekohalised laud paarides ning õpilasi julgustati istuma võimalusel ilma pinginaabrita või laudu üksteisest eraldama, et suurendada privaatsust. Rõhutati, et on oluline vastata küsimustele ausalt ning oma sisetundest lähtuvalt. Enne küsitluse algust tutvustas töö autor õpilastele küsitluse ülesehitust ning vastas õpilaste küsimustele, julgustades vastamise ajal tekkivatest küsimustest käega märku andma (sel puhul läks läbiviija vastaja juurde ning andis lisaselgitusi).

### *Andmeanalüüs*

Andmete sisestamiseks, kodeerimiseks ja kirjeldamiseks kasutati MS Excel programmi.

Avatud küsimustega ankeedi vastuste analüüsimiseks kasutati kvantitatiivset induktiivset sisuanalüüsi. Autor luges avatud küsimustega ankeediga kogutud andmed korduvalt läbi, eemaldades kasutatud vastused (nt “*k*”, “*nah*”, “*ei tea*”, “*mdea*” jmt) ning eraldades pikemad vastused väiksemateks analüüsi seisukohalt tähenduslikeks loendamisühikuteks, ühest või mitmest sõnast koosnevateks maininguteks (Kalmus, 2015). Mainingute kategooriad loodi induktiivselt, lähtuvalt konkreetsest andmetest (Kalmus, Masso, & Linno, 2015). Andmete korduva lugemise käigus esialgseid kategooriaid täiendati, ühendati samatähenduslikud ja koondati sama tasandi alakategooriad ühiste kategooriate alla. Protsessi lõpuks valmis kodeerimisjuhend tegeliku, ideaalse ja sotsiaalse mina kirjelduste kohta (lisa 1) ning emotsionaalse mina iga (tegelik, ideaalne, sotsiaalne) aspekti kohta (lisa 2). Seejärel arvutati mainingute esinemissagedus protsentides kategooriate ja alakategooriate lõikes kõikide mainingute hulgast iga küsimuse puhul eraldi. Reliaabluse suurendamiseks kodeerisid kogutud andmeid nii töö autor kui juhendaja. Kategooriate ja alakategooriate protsentuaalse sageduse võrdlemiseks noorema ja vanema vanusegrupi õpilaste seas kasutati  $\chi^2$  testi.

Suletud küsimustega ankeediga kogutud andme puhul arvutati keskmised hinnanguskaaladel ning noorema ja vanema vanusegrupi õpilaste keskmiste hinnangute võrdlemiseks kasutati paariviisilist *t*-testi.

## TULEMUSED

### *Tegeliku, ideaalse ja sotsiaalse mina kirjeldused*

Mina kirjelduste uurimiseks kasutati avatud küsimustega ankeeti. Uuritavate mina kirjeldused seoses mina kolme aspektiga moodustusid kokku 3505 mainingust (1552 nooremas grupis ning 1953 vanemas grupis). Uurimistulemused esitatakse lisa 2 tabelites 1-3, kus on esitatud kolme mina aspekti kohta mainingute sagedus ( $f$ ), esinemissagedus kõigi mainingute hulgast protsentuaalselt kategooriate ja alakategooriate lõikes ning uuritavate gruppide tulemuste paariviisilisel võrdlemisel sooritatud  $\chi^2$  testi tulemused ja olulisuse määrad ( $p$ ), kusjuures alljärgnevalt tuuakse ära vaid statistiliselt olulised erinevused.

*Tegeliku mina kirjeldused.* Tegelikku mina kirjelduste uurimiseks küsiti “*Kuidas sa ennast iseloomustad?*”. Vastused sisaldasid kokku 1340 mainingut (615 nooremas grupis ja 725 vanemas grupis), mille põhjal moodustati kaheksa tegelikku mina kirjelduste kategooriat ning 20 alakategooriat loodud kodeerimisjuhendi järgi (lisa 1). Vastused sisaldasid hinnangut enda tegelikku mina kohta, oma tegevuste, isikuomaduste ja nelja tegelikku mina valdkonna kohta ning väärtuste kirjeldusi, mis kajastusid järgmistes kategooriates: *hinnang tegelikku mina kohta, sotsiaalne mina, füüsiline mina, akadeemiline mina, emotsionaalne mina, tegevused seoses minaga, isikuomadused ja väärtused*. Lisaks jäeti andmeanalüüsist välja 10 mainingut nooremas ja 7 vanemas vanusegrupis, mis ei moodustunud ühist kategooriat ega sobitunud olemasolevate kategooriate alla (nt “*prillide puhastamine*”).

Mõlemad uuritavate grupid kirjeldasid kõige sagedamini oma tegelikku mina seoses tegevusega (kategooria *tegevused seoses minaga*: 41% nooremate ja 40% vanemate õpilaste mainingutest). Nooremate õpilaste seas esines sageli ka kategooria *emotsionaalne mina* (14%) ning *hinnang tegelikku mina kohta* (12%), vanemate õpilase puhul esinesid sageli *isikuomadused* (20%) ja *hinnang tegelikku mina kohta* (12%). Kõige harvem kirjeldati end kategooria *väärtused* kaudu (1% mainingutest mõlemas vanusegrupis) (lisa 3).

Õpilaste hinnang oma tegelikule minale sisaldas vastuolulisi kirjeldusi – ühelt poolt alakategooria *positiivne hinnang tegelikule minale* ja teiselt poolt *negatiivne hinnang tegelikule minale*.

Nooremate õpilaste tegelikku mina kirjeldustes esines vanematega võrreldes sagedamini aktiivseid füüsilisi tegevusi ja aktiivseid loovaid tegevusi ning harvem prosotsiaalse käitumise kirjeldusi (statistiliselt olulised erinevused). Teistes alakategooriates *tegevused seoses minaga* kategoorias tervikuna statistiliselt olulisi erinevusi kahe grupi

tegeliku mina kirjelduste vahel ei leitud ning uuritavad tõid välja veel passiivsed tegevused, tervisele kahjulikud tegevused ja konfliktid tegevused seoses oma tegeliku minaga.

Õpilased kirjeldasid oma isikuomadusi, mille sai jaotada alakategooriatesse *positiivsed isikuomadused, negatiivsed isikuomadused ning sotsiaalsus ja sõltumatus*. Enamasti iseloomustati end positiivsete isikuomaduste abil. Vanemad õpilased kirjeldasid *negatiivseid isikuomadusi* nagu kergesti ärrituvus; hajameelsus; laiskus; pessimism ning *sotsiaalsus ja sõltumatus* (sotsiaalsus; loovus, iseseisvus ja vastutustundlikkus) nooremast grupist sagedamini.

Mainingutest moodustati neli mina valdkonna kategooriat koos alakategooriatega, millest kolmes esines statistiliselt olulisi erinevusi nooremate ja vanemate õpilaste vastuste vahel. Sotsiaalse mina kirjeldused jaotati alakategooriateks *positiivsed suhted sõpradega ja positiivsed suhted eakaaslastega*, viimaseid esines rohkem vanemas grupis. Vanemad õpilased kirjeldasid sotsiaalset mina noorematest üldse oluliselt rohkem.

Füüsilise mina puhul moodustati kaks vastandlikku alakategooriat - *positiivne hinnang füüsilisele minale ja negatiivne hinnang füüsilisele minale*. Ilmnes, et noorema vanusegrupi liikmed võrreldes vanema vanusegrupiga kirjeldasid ennast sagedamini vastuoluliselt - *positiivne hinnang füüsilisele minale* (üldine positiivne hinnang; kehaliselt võimekas; atraktiivne kehakuju; hoolitsetud välimus) versus *negatiivne hinnang füüsilisele minale* (üldine negatiivne hinnang; ebaatraktiivne kehakuju; kehaliselt vähem võimekas). Mõlema uuritava grupi füüsilise mina kirjeldused olid sagedamini positiivsed kui negatiivsed. Füüsilist mina kirjeldati nooremas vanusegrupis statistiliselt oluliselt enam kui vanemas vanusegrupis, mis ilmnes ka mõlemas alakategoorias.

Akadeemilise mina kirjelduste alusel moodustati alakategooriad *positiivne hinnang akadeemilisele minale* (üldine positiivne hinnang; õppimisega tegelemine; positiivne hoiak õppimise suhtes) ja *negatiivne hinnang akadeemilisele minale* (üldine negatiivne hinnang; negatiivne hoiak õppimise suhtes). Valdavalt olid õpilaste hinnangud akadeemilisele minale positiivsed, kuid mõlemas grupis esines ka negatiivseid hinnanguid.

Minaga seotud emotsioonid olid vastukäivad ja nende põhjal moodustati emotsionaalse mina alakategooriad *positiivsed emotsioonid seoses minaga ja negatiivsed emotsioonid seoses minaga*, kus õpilased tõid välja eelkõige positiivseid emotsioone (rõõm), kuid nooremas vanusegrupi emotsionaalse mina kirjeldustes esines sagedamini negatiivseid emotsioone (kurbus, viha ja väsimus; hirm; kahetsus ja pettumus) kui vanemas grupis.

Oma väärtuseid kirjeldasid uuritavad suhteliselt vähe, ent esile tulid viisakus, ausus, sallivus ja võrdsus.

*Ideaalse mina kirjeldused.* Ideaalset mina uuriti küsimusega “*Kuidas sa iseloomustad oma täiuslikku mina?*”. Vastused sisaldasid kokku 1191 mainingut (509 nooremas vanusegrupis ja 685 vanemas vanusegrupis), mille põhjal moodustati üheksa kategooriat ning 15 alakategooriat (kodeerimisjuhend: lisa 1). Vastused sisaldasid hinnangut enda ideaalse mina kohta, ideaalse minaga seotud tegevuste, isikuomaduste ning viie ideaalse mina valdkonna kohta ja väärtuste kirjeldusi, mis kajastuvad järgmistes kategooriates: *hinnang tegeliku mina kohta, sotsiaalne mina, füüsiline mina, akadeemiline mina, emotsionaalne mina, materiaalne mina, tegevused seoses minaga, isikuomadused ja väärtused*. Andmeanalüüsist jäeti välja negatiivseid tunnuseid kirjeldavad mainingud (kokku 6 mainingut nooremas ja 7 vanemas vanusegrupis), nt “*Kiiresti solvun*”, kus autori hinnangul ilmnis tervislikust vastusest, et vastaja polnud küsimusest aru saanud.

Õpilaste ideaalse mina kirjeldustest esines kõige sagedamini kategooriaid *tegevused seoses minaga* (nooremas grupis 34%, vanemas grupis 27%) ja *isikuomadused* (15% ja 22%), kõige vähem esines kategooriaid *materiaalne mina* (1% ja 2%) ja *väärtused* (3% ja 2%).

Õpilaste hinnangud oma ideaalsele minale olid positiivsed, sisaldades maininguid nagu üldine positiivne hinnang minale; rahulolu endaga; enesekindlus, mis koondati alakategooriasse *positiivne hinnang ideaalsele minale* (lisa 4).

Õpilaste ideaalne mina kirjeldustest ilmnis viiteid aktiivsetele füüsilistele tegevustele (trennis käimine ja sport; õues/looduses olemine; reisimine; mängimine ja lõbutsemine) ja prosotsiaalsele käitumisele (mainingud nagu jagamine; hoolivus ja lahkus; abivalmidus ja aitamine; kuulamine; kallistamine; empaatilisus; ei ole konfliktne), kuid vähem passiivsetele tegevustele (tegevused telefonis või arvutis; muusika kuulamine; filmi või TV vaatamine; puhkamine). Olulise erinevusena kirjeldasid nooremad õpilased *aktiivseid loovaid tegevusi* (tegevused nagu joonistamine, pillimäng; erinevate loovate huvialadega tegelemine) vanemast grupist rohkem.

Ideaalse mina *isikuomaduste* kategooriasse moodustati alakategooriad *positiivsed isikuomadused* ning *sotsiaalsus ja sõltumatus*. Enamasti toodi välja positiivseid isikuomadusi (huumorimeel, optimism; julgus; töökus, aktiivsus ja motiveeritus; rahulikkus ja mitte-ärrituvus). Vanemad õpilased kirjeldasid oma isikuomadusi noorematest märksa rohkem, sama erinevus ilmnis ka alakategoorias *sotsiaalsus ja sõltumatus*, mis moodustati sellistest mainingutest nagu sotsiaalne; loov ja avatud, iseseisev ja vastutustundlik.

Ideaalse mina kirjeldusest moodustati viis mina valdkonna kategooriat koos alakategooriatega, millest kõige sagedamini mainiti füüsilist mina. Sotsiaalse mina

moodustasid alakategooriad *positiivsed suhted sõpradega* ja *positiivsed suhted eakaaslastega*, millest, sarnaselt tegelikule minale, mainiti sagedamini sõpru. Füüsilise ja akadeemilise mina kirjeldused olid positiivsed, moodustades vastavad alakategooriad *positiivne hinnang füüsilisele minale* (üldine positiivne hinnang; kehaliselt võimekas; atraktiivne kehakuju; hoolitsetud välimus; välimuse kirjeldus) ja *positiivne hinnang akadeemilisele minale* (üldine positiivne hinnang; õppimisega tegelemine). Materiaalse mina moodustas alakategooria *raha, rikkus*, ning seda kirjeldati suhteliselt vähe. Emotsionaalse mina kirjeldused olid valdavalt positiivsed, moodustades alakategooria *positiivsed emotsioonid seoses minaga* (rõõm, armastus). Vastuolulisus kirjeldustes esines vaid nooremas vanusegrupis, kus sai luua ka alakategooria *negatiivsed emotsioonid seoses minaga* (kurbus, viha ja väsimus). Tegu on statistiliselt olulise erinevusega kahe grupi vahel.

Kategooriat *väärtused* (viisakus, ausus) esines uuritavate ideaalse mina kirjeldustes suhteliselt harva.

*Sotsiaalse mina kirjeldused.* Sotsiaalset mina uuriti küsimusega “*Kuidas sa iseloomustad ennast seoses teistega?*”. Vastused sisaldasid kokku 971 mainingut (428 nooremas ja 543 vanemas vanusegrupis), mille põhjal moodustati kaheksa tegeliku mina kirjelduste kategooriat ning 20 alakategooriat (vt kodeerimisjuhend: lisa 1)

Mina kirjeldused sisaldasid hinnangut enda tegeliku mina kohta, minaga seotud tegevuste, isikuomaduste ja väärtuste kirjeldusi ning nelja tegeliku mina valdkonna kirjeldusi, millest moodustati järgnevad kategooriad: *hinnang tegeliku mina kohta*, *sotsiaalne mina*, *füüsiline mina*, *akadeemiline mina*, *emotsionaalne mina*, *tegevused seoses minaga*, *isikuomadused* ja *väärtused* (lisa 5).

Nooremad õpilased kirjeldasid kõige sagedamini oma sotsiaalse minaga seotud tegevusi (31%) ning hinnangut minale (17%), vanemad õpilased aga tegevusi seoses minaga (34%) ja isikuomadusi (22%). Kõige harvem tuli kirjeldustest välja kategooriaid väärtused ja füüsiline mina.

Uuritavate hinnangutest sotsiaalsele minale loodi vastandlikud alakategooriad: *positiivne hinnang sotsiaalsele minale* (üldine positiivne hinnang minale, enesekindlus) ja *negatiivne hinnang sotsiaalsele minale* (üldine negatiivne hinnang minale, ebakindlus ja järeleandlikkus). Valdavalt olid uuritavate hinnangud sotsiaalsele minale positiivsed, ent nooremate õpilaste puhul oluliselt enam kui vanemas grupis.

Mõlemas uuritavate grupis kirjeldati enda sotsiaalset mina kõige rohkem läbi tegevuste, mida sai jaotada kuude alakategooriatesse. Nooremas grupis kirjeldati kõige

sagedamini *prosotsiaalset käitumist ja aktiivseid füüsilisi tegevusi*, vanemas vanusegrupis aga *prosotsiaalset käitumist ja konfliktset käitumist*. Uuritavad kirjeldasid ka passiivseid tegevusi (tegevused telefonis või arvutis; muusika kuulamine; puhkamine). Teistest tegevuste alakategooriatest suhteliselt vähem kirjeldati tervisele kahjulikke tegevusi nagu riskiv käitumine või ebatervislik harjumus ja aktiivseid loovaid tegevusi (loovad tegevused; huvialadega tegelemine).

Enamasti kirjeldasid õpilased oma sotsiaalse mina isikuomadusi positiivsena, näiteks toodi välja selliseid omadusi nagu hea huumorimeel, töökus, aktiivsus, optimism, rahulikkus, ent esines ka negatiivseid isikuomadusi (kergesti ärrituvus; laiskus). Vanemad õpilased kirjeldasid *sotsiaalsust ja sõltumatust* oluliselt sagedamini ning nimetasid isikuomadusi üldse noorematega võrreldes rohkem.

Õpilaste sotsiaalse mina kirjeldusest moodustati neli mina kategooriat koos alakategooriatega. Kategoorias *sotsiaalne mina* oli võimalik moodustada kaks alakategooriat: *positiivsed suhted sõpradega* ja *positiivsed suhted eakaaslastega*, millest suhteid sõpradega kirjeldati suhteliselt rohkem, kusjuures vanemad noorematest üle kahe korra enam. Sotsiaalse mina kirjeldusi esines vanemad grupis üldse nooremast grupist rohkem. Need osutusid statistiliselt olulisteks erinevusteks. Kõigi mina kirjelduste seas kirjeldati kahel korral suhteid vanematega ning mainingute väikese arvu, ent selge eristumise tõttu teistest alakategooriatest, jäeti need andmeanalüüsist välja.

Füüsilise mina kirjeldused olid kahesugused ning neid sai jaotada vastandlikesse alakategooriatesse *positiivne hinnang füüsilisele minale* (üldine positiivne hinnang; kehaliselt võimekas) ja *negatiivne hinnang füüsilisele minale* (üldine negatiivne hinnang; ebaatraktiivne kehakuju; kehaliselt vähem võimekas). Ilmnes oluline erinevus: nooremate õpilaste füüsilise mina kirjeldused olid peamiselt positiivsed, samas kui vanemate õpilase puhul oli hinnang vastuolulisem.

Akadeemilise mina moodustasid vastandlikud alakategooriad *positiivne hinnang akadeemilisele minale* (üldine positiivne hinnang; õppimisega tegelemine; positiivne hoiak õppimise suhtes) ning *negatiivne hinnang akadeemilisele minale* (üldine negatiivne hinnang; negatiivne hoiak õppimise suhtes). Kui vanemad õpilased andsid akadeemilisele minale pigem positiivse hinnangu, siis nooremate õpilaste kirjeldused olid vastuolulisemad. Üldse kirjeldati akadeemilist mina ja mõlemat alakategooriat nooremas grupis oluliselt rohkem kui vanemas grupis.

Emotsionaalne mina kategoorias kirjeldati nii positiivseid (rõõm, kiindumus) kui negatiivseid (nt kurbus, viha, väsimus, pettumus) emotsioone, millest moodustati vastavad

alakategooriad. Uuritavad kirjeldasid positiivseid emotsioone ligikaudu kaks korda sagedamini kui negatiivseid emotsioone. Nooremad õpilased kirjeldasid emotsionaalselt mina ja positiivseid emotsioone vanema grupiga võrreldes rohkem.

Kõige harvem kirjeldati oma sotsiaalset mina väärtuste kaudu, sellesse kategooriasse langesid kirjeldused aususe ja viisakuse kohta.

### *Emotsionaalse mina kolme (tegelik, ideaalne, sotsiaalne) aspekti kirjeldus*

Mina emotsionaalse aspekti kirjelduste uurimiseks kasutati avatud küsimusi, mille vastustest saadi kokku 596 mainingut (306 nooremas, 234 vanemas grupis). Nii tegeliku, ideaalse kui sotsiaalses emotsionaalse mina aspektis sai vastuste põhjal luua kolm kategooriat: *positiivsed emotsioonid, vahelduvad emotsioonid ja negatiivsed emotsioonid*. Alakategooriad moodustati lähtuvalt õpilaste nimetatud emotsioonidest ning need kujunesid mina eri aspektides mõnevõrra erinevad (vt kodeerimisjuhend: lisa 2).

Kategooriate esinemissagedused,  $\chi^2$  testi tulemused ja statistilise olulisuse määr p on esitatud lisades 6, 7 ja 8. Olulisi erinevusi emotsionaalse mina kirjeldustes kahe vanusegrupi võrdluses avatud küsimuste vastuste põhjal ei ilmnenu.

Tegeliku emotsionaalse mina kirjelduste uurimiseks küsiti "*Millised tunded sul tekivad, kui sa mõtled enda peale?*", mille vastuseks saadi kokku 221 mainingut (lisa 6). Õpilased kirjeldasid oma emotsionaalset mina sagedamini positiivsete emotsioonide kaudu, mis moodustasid alakategooriad *hea tunne, rõõm ja rahulolu, uhkus, tänulikkus, armastus, sõbralikkus, lahkus ja abivalmidus* ning *põnevus*. Kõige harvem esines tegeliku minaga seoses vahelduvaid emotsioone. Negatiivsete emotsioonide kategooriasse sai luua alakategooriad *halb tunne, kurbus, viha ja rahulolematus, hirm ja ebakindlus, kahetsus ja pettumus, häbi ja süü, põlgus* ning *üksildus ja tõrjutus*.

Ideaalse emotsionaalse mina kirjelduste uurimiseks küsiti "*Millised tunded sul tekivad, kui sa mõtled oma täiusliku mina peale?*". Saadud 203 mainingu (tulemused: lisa 7) seas olid mõlemas vanusegrupis ülekaalus positiivsed emotsioonid, mis moodustasid alakategooriad *rõõm ja rahulolu, sõbralikkus, lahkus ja abivalmidus, pingutus ja energilisus* ja *kuuluvus*. Kõige vähem esines mõlemas uuritavate grupis vahelduvaid emotsioone. Õpilaste nimetatud negatiivsetest emotsioonidest loodi vastavad alakategooriad *halb tunne, kurbus, viha ja rahulolematus, lootusetus, süü ja alandus* ning *põlgus*.

Sotsiaalse emotsionaalse mina kirjelduste uurimiseks küsiti "*Millised tunded sul tekivad, kui sa mõtled enda peale seoses teistega?*". Kokku 172 mainingus (tulemused: lisa 8)

kirjeldati sotsiaalset mina eelkõige positiivsete emotsioonide kaudu, millest moodustati vastavad alakategooriad *hea tunne, rõõm ja rahulolu, sõbralikkus, lahkus ja abivalmidus, pingutus ja energilisus ning kuuluvus*. Sarnaselt teistele emotsionaalse mina aspektidele, esines ka siin kõige harvem vahelduvaid emotsioone. Negatiivsed emotsioonid moodustasid alakategooriad *halb tunne, kurbus, viha ja rahulolematus, hirm ja ebakindlus, mõjutatavus, kahetsus ja pettumus, häbi ja süü, alaväärsus ning üksildus*, kusjuures alakategooriat *mõjutatavus* esines vaid vanemate õpilaste seas.

Uuritavad kirjeldasid tegeliku, ideaalse ja sotsiaalse emotsionaalse minaga seoses ülekaalukalt positiivseid emotsioone, millest kõigis kolmes mina aspektis esinesid emotsioonid nagu rõõm, rahulolu, sõbralikkus, lahkus ja abivalmidus. Sotsiaalse minaga seoses toodi positiivsest emotsioonidest esile ka kuuluvustunnet, mida teistes mina-aspektides ei kirjeldatud. Negatiivsetest emotsioonidest kordusid kõigis kolmes aspektis üleüldine halb tunne, kurbus, viha ja rahulolematus. Kõige vähem esines kategooriat *vahelduvad emotsioonid* ning olulisi erinevusi kahe vanusegrupi õpilaste emotsionaalse mina kirjeldustes avatud küsimuste vastuste põhjal ei ilmnenu.

#### *Hinnangud emotsionaalse mina kolme (tegelik, ideaalne, sotsiaalne) aspekti kohta*

Õpilaste hinnangut oma tegeliku, ideaalse ja sotsiaalse minaga seonduvate emotsioonide kohta uuriti 16 emotsiooni väljendumise kaudu 10-pallise hinnanguskaalaga abil, kus 1 tähistas “väga iseloomulik mulle” ja 10 tähistas “üldse mitte iseloomulik mulle”. Statistiliselt oluliste erinevuste esinemist noorema ja vanema vanusegrupi õpilaste hinnangutes uuriti paariviisilise *t*-testiga, mille tulemused koos statistilise olulisuse määraga on esitatud lisades 9, 10 ja 11.

Tegelikku emotsionaalset mina uuriti küsimusega „*Kuidas sa iseloomustad ennast praegu?*“. Uuritavad kaldusid iseloomustama oma tegelikku emotsionaalset mina selliste emotsioonidega nagu rõõm, etteaimamine, nõustumine ja kahetsus ning vähem selliste emotsioonidega seoses nagu alistuvus, agressiivsus, hirm ja vastikus. Statistiliselt olulised erinevused kahe uuritava grupi vahel ilmnasid kolme emotsiooni – armastus, aukartus ja pettumus lõikes, kui noorema vanusegrupi hinnangul olid need emotsioonid vähem iseloomulikud nende tegelikule minale võrreldes vanema vanusegrupi antud hinnangutega. Mõlemas uuritud grupis peeti nii positiivseid emotsioone kui ka negatiivseid emotsioone endale iseloomulikumaks.

Ideaalsed emotsionaalsed mina uuriti küsimusega „*Kuidas sa iseloomustad oma täiuslikku mina?*“. Uuritavate emotsionaalsed ideaalsed mina iseloomustasid kõige enam rõõm, optimism, armastus, etteaimamine ja üllatus; kõige vähem aga iseloomustati end selliste emotsioonidega nagu agressiivsus, vastikus, kurbus ja hirm. Negatiivseid emotsioone seostati oma ideaalse minaga suhteliselt vähe.

Statistiliselt olulised erinevused kahe vanusegrupi hinnangutes ilmnisid seoses viie emotsiooniga - armastust, etteaimemist ja aukartust hindasid nooremad õpilased endale vähem iseloomulikuks ning kahetsust ja kurbust rohkem iseloomulikumaks võrreldes vanemate õpilastega.

Sotsiaalse emotsionaalse mina kohta küsiti „*Kuidas sa iseloomustad ennast seoses teistega?*“ ning kõige sagedamini iseloomustasid õpilased end selliste emotsioonidega nagu rõõm, nõustumine ja optimism. Teiste positiivsete emotsioonidega võrreldes peeti suhteliselt vähem iseloomulikuks armastust. Harva iseloomustati oma sotsiaalset emotsionaalsed mina negatiivsete emotsioonidega nagu vastikus, agressiivsus ja kurbus. Statistiliselt olulised erinevused ilmnisid seoses kahe emotsiooniga - nooremad õpilased hindasid rõõmu ja aukartust vanemate õpilastega võrreldes vähem iseloomulikuks.

## ARUTELU

### *Tegeliku, ideaalse ja sotsiaalse mina kirjeldused*

Esimese uurimisküsimusega selgitati välja, millised on õpilaste kirjeldused oma tegeliku, sotsiaalse ja ideaalse mina kohta kahes vanusegrupis: 5-6. klassis (noorem vanusegrupp) ja 7.-8. klassis (vanem vanusegrupp), ning millised erinevused kahe uuritavate rühma vahel esinevad. Selgus, et nooremad ja vanemad uuritavad kirjeldasid oma mina kolme aspekti - tegelikku, ideaalsed ja sotsiaalset mina, järgmiste valdkondade kaudu: üldine hinnang enesele (sh enesekehtestamine ja enesekindlus), enda isikuomadused, oma tegevused, sotsiaalne mina (suhted sõprade ja eakaaslastega), akadeemiline mina (hinnang endale, õppimisega seotud seotud tegevused ja hoiak kooli suhtes), füüsiline mina (välimus ja kehalised võimed), emotsionaalne mina (tundeid oma minaga seoses). Ideaalse mina aspektis kirjeldati ka oma materiaalsed mina.

Nooremate (5.-6. kl) õpilaste hinnangud oma mina kolme aspekti (tegelik, ideaalne ja sotsiaalne) kohta sisaldasid sageli loetelu üksikutest abstraktsetest tunnustest, nt “*Olen ilus, tore ja väga sõbralik*” (tegeliku mina kirjeldus 6. kl), mis võisid olla ka vastuolulised “*Ma*

*olen agressiivne, lahke, väga abivalmis*” (tegeliku mina kirjeldus, 5. kl), ent vastuolude seletustele tähelepanu ei pööratud. Vanemas vanusegrupis (7.-8. kl) sisaldasid kolme mina aspekti puudutavad kirjeldused läbivalt vastanduvaid omadusi, nt “*Ma arvan, ma võin olla nii õnnelik ja armastav, kui ka kange ja pahandav?*” (tegeliku mina kirjeldus, 8. kl), ent selliseid kirjeldusi oli suhteliselt vähe. Vastuolude kirjeldamine ja märkamine seoses oma minaga noorukiea alguses ja keskmises noorukies on tavapärane (Harter, 2006).

Hinnangud enda mina (tegelik, ideaalne, sotsiaalne) aspektide kohta olid mõlemas uuritavate grupis sõnastatud üldist emotsionaalselt komponenti sisaldavate hinnangutena (nt “*Olen tore*” või “*Igav inimene*”), aga kirjeldati ka rahulolu või rahulolematust endaga, enesekindlust ja enda eest seismist või ebakindlust ja järeleandlikkust, mis on mina teiste tunnuste ülesed, st endaga rahulolu või rahulolematust peegeldavad emotsionaalseid hinnangud enda kohta, kuuludes enesehinnangu mõiste (Harter, 2006; Weber et al., 2023) alla. Vanemad õpilased andsid endale negatiivse hinnangu ebakindluse ja järeleandlikkuse kaudu näiteks nii: „*Teen nendega kõike kaasa*“ ja „*Lihtsalt nõustun kõigega, mida öeldakse*“, samas kui nooremad õpilased kirjeldasid vaid üldist negatiivset hinnangut, nt „*Olen tüütu*“ või “*Olen imelik*”. Uuritavate hinnangud oma mina kohta kaldusid olema nii tegeliku, ideaalse kui sotsiaalse mina osas positiivsed. Negatiivseid hinnanguid esines tegeliku ja sotsiaalse mina kohta, kusjuures erinevused uuritavate gruppide vahel ilmnisid sotsiaalses minas - nooremad õpilased kirjeldasid end sagedamini positiivsete hinnangute kaudu ning samas olid vanemate õpilaste hinnangud oma sotsiaalsele minale vastuolulised, sisaldades suhteliselt rohkem negatiivseid hinnanguid. Varasematest uuringutest on teada, et noorukiea alguses toimuv enesehinnangu langus on normatiivne ning seotud kognitiivse arenguga, mis võimaldab paremini tajuda sotsiaalseid ootuseid enda suhtes, enda omadusi ja oskuseid varasemast enam teistega võrrelda ning mõista teiste inimeste hinnanguid iseenda suhtes (Harter, 2006; Hollarek & Lee, 2022) ja samas muutub oluliste teiste arvamus mina kohta tähtsamaks, kujunevad sotsiaalsest kontekstist sõltuvad erinevad minad ja hinnanguline suhtumine endasse (Harter, 2006). Ideaalne mina hinnangutes esines ka sellised enesekirjeldusi nagu „*Ma juba olen täiuslik!*“ (ideaalse mina kirjeldus, 8.kl). Ferguson et al. (2010) on uurinud tegeliku-ideaalse mina ebakõla vaatenurgast, kus tegelik mina ületab ideaalset mina ning leidnud, et võimalikud negatiivsed psühholoogilised tagajärjed noorukile on samasugused nagu vastupidisel juhul – suureneb depressioon, langeb akadeemiline edukus.

Vanemad õpilased kirjeldasid nii tegeliku, ideaalse kui ka sotsiaalse minaga seoses noorematest rohkem oma isikuomadusi, mis on kooskõlas varasemate uuringutega mina

kirjelduste arengulise trajektoori kohta, mille kohaselt seoses kognitiivses arengus toimuva abstraktse mõtlemise võime arenemisega muutuvad noorukieas mina kirjeldused konkreetsemast abstraktsemaks ning enda üksikud tunnused paigutatakse üldisemate isikuomaduste alla (Harter, 2006; Montemayor & Eisen, 1977). Sotsiaalsuse ja sõltumatusega seotud isikuomadusi nagu seltskondlikkus, eneseväljendamine, vastutustunne, kohusetunne, iseseisvus, probleemide lahendamise oskus, tegevuste lõpuni viimine, kellaegadeset kinni pidamine jt eneseregulatsiooni ja suhtlemisoskustega seotud tunnused olid mitmekesised, kuid neid esines isikuomaduste hulgas suhteliselt vähe ning oluliselt rohkem vanemas vanusegrupis. Ideaalse ja sotsiaalse minaga seoses toodi vanemas (kuid mitte nooremas) grupis välja soovi olla vähem nutiseadmetes, näiteks 7. kl õpilased kirjutasid, et ideaalsele minale on iseloomulik „*vähem nutiseadmes olemine*“ ja ideaalne mina oleks „*Keegi, kes ei kasuta meelelahutuseks Netflixit või muud telekast väljuvat plära*“.

Kõige sagedamini kirjeldasid õpilased end igas kolmes mina aspektis läbi oma tegevuste, milleks olid erinevad aktiivsed füüsilised tegevused (peamiselt tegevused nagu sport, tennis käimine, teatud spordialaga tegelemine, aga ka reisimine), aktiivsed loovad tegevused (joonistamine, pillimäng, meisterdamine), passiivsed tegevused (telefonis või arvutis tegutsemine, muusika kuulamine, magamine), konfliktne käitumine, prosotsiaalne käitumine (jagamine, aitamine, toetamine, julgustamine, ära kuulamine, kallistamine jms) ja harvem ka tervist kahjustav käitumine (nt „lollide asjadega tegemine“, kaua üleval olemine või suitsetamine). Tegelikult minaga seoses esines nooremas grupis enam aktiivseid füüsilisi tegevusi ja loovad tegevusi kui vanemas grupis, kes aga kirjeldasid noorematest enam prosotsiaalset käitumist. Varem on leitud, et üleminekul lapseast noorukiikka peetakse kõige olulisemaks sportlikke tegevusi ja füüsilisi mängu ning suhtlemist ja niisama koos olemist (Zarbatany et al., 1990).

Kuigi tegevusi kirjeldati iga kolme (tegelik, ideaalne, sotsiaalne) mina aspektiga seoses kõige enam, ilmselt oluline erinevus ideaalses minas: nooremad kirjeldasid tegevusi – sealhulgas loovad tegevusi, vanematest õpilastest rohkem. Füüsiliste tegevuste kirjeldused sisaldasid nii konkreetsete spordialadega tegelemist kui ka üldistusi enda kohta, nt enda iseloomustamist sportlikuna. Ka Montemayor & Eisen (1977) leidsid, et nooremad õpilased kirjeldavad sageli konkreetset spordiala ja murdeea jooksul üldisusaste selles vallas suureneb.

Nii tegelikult, ideaalse kui sotsiaalse mina kirjeldustes sai eristada selliseid mina aspekte nagu akadeemiline, füüsiline, sotsiaalne ja emotsionaalne mina.

Füüsilise mina kirjeldused sisaldasid hinnangut oma välimusele ja kehalistele võimetele, olles nii positiivsed (tegelikus, ideaalses ja sotsiaalses minas) kui negatiivsed

(tegelikus ja sotsiaalses minas), kusjuures ülekaalus olid positiivsed füüsilise mina kirjeldused. Vanemate ja nooremate uuritavate seas ilmnemise erinevused: tegeliku minaga seoses kirjeldasid nooremad õpilased nii enda positiivseid kui ka negatiivseid füüsilisi tunnuseid vanematest oluliselt enam (kirjeldused olid vastuolulised), sotsiaalse minaga seoses ilmnemise samalaadne tendents positiivsetes kirjeldustes.

Akadeemilist mina kirjeldati suhteliselt vähe ning sotsiaalse minaga seoses toodi akadeemilisi võimeid, õppimisega tegelemist ja hoiakut kooli suhtes sagedamini välja nooremas vanusegrupis, kus need olid ka suhteliselt vastuolisemad. Varem on leitud, et noorukieas kujuneb sageli negatiivne hoiak kooli suhtes (Vannatta et al., 2009) ning seotus kooliga langeb (Bakadoruva et al., 2018).

Sotsiaalse minaga seoses kirjeldati kõigis kolmes mina aspektis peamiselt suhteid sõpradega (heaks sõbraks olemist, sõprade rohkust, sõpradega suhtlemist), vähem eakaaslastega. Eakaaslastega head läbisaamist ja suhtlemist kirjeldati ülekaalukalt vanema vanusegrupi poolt seoses oma tegeliku minaga, samas lisades kirjeldusse ka prosotsiaalse käitumise kirjeldusi. Vanemad õpilased kirjeldasid ka oma sotsiaalse minaga seoses sõpradega suhtlemist oluliselt rohkem kui nooremad õpilased. Tulemus on kooskõlas asjaoluga, et noorukieas jooksul muutuvad suhted sõprade ja eakaaslastega olulisemaks (Harter, 2006; Tropp & Saat, 2010).

On teada, et noorukieas jooksul sotsiaalsed suhted laienevad ja sotsiaalne mina diferentseerub (Harter, 2006). Ka Damon & Hart (1988, viidatud Harter, 2006) leidsid, et noorukiealiste mina kirjeldustes kerkivad esile suhted ja sotsiaalsed oskused. Suhteid vanematega kirjeldati harva (seoses ideaalse minaga 8. klassis). Pomerantz ja kolleegid (2009) leidsid, et noorukieas kahanemine vanemate kaasamine oma mina dialektilisel arengul ning seostasid seda individualiseerumise protsessiga.

Preckel et al. (2013) leidsid, et sotsiaalse mina komponent (tajatud aktsepteeritus) seostus akadeemilise mina langusega ning põhjendasid seda kõrge sotsiaalse minaga õpilaste orienteeritusega suhetele mitte õppimisele, mida olid varasemalt kirjeldanud uurijad Véronneau ja kolleegid (2010). Käesolevas uuringus ilmnemise, et sotsiaalse minaga seoses mainisid vanemad õpilased akadeemilist mina harvem ning suhteid sõprade ja eakaaslastega rohkem kui nooremad õpilased, kuid ei ilmnemine, et vanemate õpilaste akadeemiline mina kirjeldused (hinnang endale, õppetegevused, hoiak kooli suhtes) oleksid üheski mina aspektis noorematest negatiivsemad.

Mina aspektidega seotud emotsioone kirjeldasid rohkem nooremad õpilased ja kuigi ülekaalus olid positiivsete emotsioonide kirjeldused (rõõm, hea tuju, vähem armastus,

kiindumus), toodi nooremas vanusegrupis sagedamini välja nii vastuolulised kui ka negatiivsed emotsioonid (kurbus, viha, aga ka väsimus, pettumus, kahetsus, üksildus jmt). Mina kirjelduste subjektiivse hinnangu aluseks on endaga seotud emotsioonid (Lumma et al., 2018), ent hinnangutes oma mina aspektidele ei esinenud sarnast tendentsi, mis ilmnes seoses seoses emotsioonidega.

Nii uuritavate tegeliku, ideaalse kui sotsiaalse mina kirjeldustes esinesid vähesed osutused väärtushinnangutele. Näiteks, kõigis kolmes mina aspektis töid uuritavad välja ausust ja viisakust, tegeliku minaga seoses kirjeldasid vanemad õpilased oma väärtustena ka sallivust ja võrdsust, mis annab aimu noorukieas tänu abstraktse mõtlemise võimele arenevast moraalsest identiteedist, mis soosib omakorda prosotsiaalset käitumist - jagamist (Beutel & Johnson, 2004; Sticker et al., 2021).

Ideaalse minaga seonduvalt kirjeldati mõlemas uuritavate vanusegrupis harva veel üht eristuvat mina aspekti - materiaalne mina. Näiteks kirjeldas üks 8. klassi õpilane oma ideaalset mina: „*Rikas mutt, supleb rahas*“.

### *Õpilaste kirjeldused ja hinnangud oma mina kolmele aspektile*

Teise uurimisküsimusega uuriti õpilaste hinnanguid oma emotsionaalse mina kolmele aspektile (tegelik, ideaalne ja sotsiaalne mina) ning selgitati välja, milliseid erinevuseid kahes vanuserühmas esineb.

Õpilaste emotsionaalse mina kolme (tegelik ideaalne, sotsiaalne) aspekti kirjeldustes olid ülekaalus positiivsed emotsioonid (nt rõõm). Harvem kirjeldati emotsioonide vaheldumist ja vastuolulisust, nt nooremad õpilased võisid kirjeldada end „*Vahepeal on tunne, et ma pole piisav*.“ (6. kl, emotsioonid seoses tegeliku minaga), vanemad aga kirjeldasid erinevate emotsioonide esinemist täpsemalt, nt „*Kui olen midagi halvasti teinud, siis tunnen ennast vahel mõni minut, vahel mitu päeva halvasti ja kurvalt, muidu olen rõõmus ja õnnelik*.“ (7. kl, emotsioonid seoses tegeliku minaga). Kirjeldustes esines suhteliselt palju positiivse ja negatiivse valentsiga (positiivne/negatiivne) sõnakasutust võrreldes diskreetse sõnastusega (konkreetse emotsiooni nimetus): maininguid *hea tunne* ja *halb tunne*, mis kirjeldasid üleüldiselt positiivseid või negatiivseid emotsioone, nt kirjutati vanemas grupis „*Sellised head tunded*“, nooremas aga „*Ma ei mõtle enda peale eriti palju, aga kui mõtlen, pole need väga positiivsed [mõtted]*.“ Negatiivsetest emotsioonidest kirjeldati sageli üldist halba tunnet, kurbust, viha, hirmu, ebakindlust, kahetsust, pettumust. Ideaalse minaga seoses kerkis eristuvana esile motiveeritus ja lootus ning lootusetus, sotsiaalse minaga seoses

üksildus ja teistest mõjutatavus, mis esines vaid vanemate õpilaste mina-kirjeldustes, näiteks kirjeldati enda tundeid seoses sotsiaalse minaga nii: "[*Tunne*], et ma võiks olla natukene rohkem selline, nagu ma olen ilma nendeta" (8. kl, emotsioonid seoses sotsiaalse minaga).

Samuti ilmnes uurimusest, et nii noorema (5.-6. kl) kui vanema (7.-8. kl) vanuserühma õpilased pidasid oma tegelikule, ideaalsele ja sotsiaalsele minale iseloomulikuks selliseid positiivseid emotsioone nagu rõõm, nõustumine ja optimism. Tulemused on üldiselt kooskõlas Kõiv (2016) uuringuga, kes leidis, et tavakooli õpilased pidasid endale kõigis emotsionaalse mina (tegelik, ideaalne, sotsiaalne) aspektides iseloomulikumaks rõõmu ja armastust. Käesolevas uuringus peeti armastust teiste positiivsete emotsioonidega võrreldes enda emotsionaalsele minale suhteliselt vähem iseloomulikuks, kuid ilmnes oluline erinevus vanusegruppide vahel: nooremad õpilased hindasid vanematega võrreldes armastust vähem iseloomulikumaks oma tegelikule ja ideaalsele minale, ent mitte sotsiaalsele minale. Ka tegeliku, ideaalse ja sotsiaalse mina kirjeldustes esines sagedamini rõõmu ja harvem kiindumuse või armastuse kirjeldamist. Kõige vähem iseloomulikuks oma emotsionaalsele minale peeti vastikust, kurbust ja agressiivsust, mis on sarnane Kõiv (2016) uurimistulemustega, kus tavakooli õpilased pidasid endale kõige vähem iseloomulikuks vastikust, viha ja agressiivsust. Lisaks ilmnes, et kõigis kolmes emotsionaalse mina aspektis (tegelik, ideaalne, sotsiaalne) pidasid nooremad õpilased endale vanematest vähem iseloomulikuks ka aukartust. Positiivsete emotsioonide iseloomulikkus õpilaste mina aspektidele on paralleelne tulemus Eestis 10-18-aastaste koolilaste seas läbiviidud uuringuga, kus leiti, et suurem osa õpilasi on iseenda ja oma sõpradega üldiselt rahul ning rahulolu on suurim II kooliastmes (Anniste et al., 2018).

### *Uurimuse piirangud ja rakendamine*

Uurimistöö piiranguks on valimi moodustumine vaid ühe kooli õpilastest. Tulevastes uuringutes võiks uurida poiste ja tüdrukute vahelisi erinevuseid mina aspektide kirjeldustes ega hinnangutes oma emotsioonide kohta mitmekesisema valimi põhjal.

Põhikooli riiklik õppekava sätestab, et põhihariduse üks eesmärgi on kujundada üldpädevusena enesemääratuspädevust ehk suutlikust mõista ja hinnata iseendas tugevaid ja nõrku külgi ning põhikoolilõpetaja peaks eriti sotsiaalainete õpetamise kaudu saavutama huvi iseenda arengu vastu, adekvaatse enesehinnangu, eneseusu ja vastutuse oma tuleviku kujundamise eest (Põhikooli riiklik..., 2014). Seda võimaldab ainesisu poolest eriti inimeseõpetuse ainesühkel. Selged ja koherentsed teadmised oma mina kohta on vajalikud

adekvaatse enesehinnangu kujunemiseks, isiklike ja akadeemiliste eesmärkide püstitamiseks ja nende saavutamiseks vajalikuks eneseregulatsiooniks (Weber et al. 2023). Käesoleva uuringu põhjal erinevused 5.-6. klassi ja 7.-8. klassi õpilaste mina aspektide kirjeldustes, näiteks kirjeldasid vanemad õpilased end sagedamini läbi oma mitmekesiste isikuomaduste ning osutasid nende vastuolulisusele. Noorukiea keskpaaigaks tekitavad sellised vastuolud õpilastes distressi, mis väljenduvad nii vaimse tervise kaudu (Nejad et al., 2013) kui käitumuslikult ja suhetes teistega, sest oskus nende vastuoludega toime tulla on alles kujunemas (Harter, 2006). Koolis, eriti inimeseõpetuse õppeaines, on võimalik valida õppetegevusi, mis soodustavad oma erinevate omaduste märkamist läbi eneseanalüüsi ning õpetada enesekohaseid oskuseid inter- ja intrapersonaalsete konfliktidega toimetulekuks, endale sobivate eesmärkise seadmiseks ja nende saavutamiseks. Konkreetsete võimete kujunemist ja õpilase enesehinnangut samas valdkonnas tuleks toetada paraleelselt, sest need on omavahel vastastikmõjus (Marsh & Craven, 2006). Positiivne võimetega seotud mina-kontseptsioon vähendab õppimisega seotud ärevust ja muudab õppimise nauditavamaks (Clem et al., 2020).

Uuritavate mina aspektide kirjeldustes esines rohkelt viiteid suhetele sõpradega ja prosotsiaalsele käitumisele, eriti vanemate õpilaste vastustes, kus mainiti noorematest vähem akadeemilist mina. Sotsiaalse mina komponendid on kaudselt seotud akadeemilise edukusega, näiteks enesekehtestamise oskus sotsiaalsetes suhetes on seotud sisemise kontrollkeskmega (Iskender & Akin, 2010), mis on vajalik ka õppimisega seotud eneseregulatsiooniks ning seostub paremate akadeemiliste tulemustega (Anderson et al, 2005; Fite et al., 2017; Weber et al., 2023) ning vähendab samas riskikäitumise tõenäosust (Miller & Mulligan, 2002; Özmen & Sümer, 2011). Õpilaste omavahelisi sotsiaalseid suhteid koolis ei saa lahutada õppimisest ning sotsiaalsete ja enesekohaste oskuste õpetamine vajalik ka akadeemilise edukuse seisukohalt. Toetada tuleks enesekohaste teadmiste kujunemist igas õppeaines ja õppeainete üleselt, näiteks suunates õpilasi võrdlema oma võimeid iseendaga, mitte teistega (Bakadoruva et al., 2019), sest sotsiaalne võrdlemine noorukieas suureneb niigi (Hollarek & Lee, 2022) ning sellega kaldub kaasnema enesehinnangu langemine (Harter, 2006). On leitud, et sotsiaal-emotsionaalsete oskuste õpetamine on positiivse mina-kontseptsiooni kujundamisel efektiivne (Reicher & Maticsek-Jauk, 2019) ning eriti tõhusad on need sekkumised, mis on suunatud konkreetsele mina-kontseptsiooni aspektile (O'Mara et al., 2006). Oluline on noorukite vajadusi ning tundeid mõistev hooliv sisekliima koolis (Reicher & Maticsek-Jauk, 2019), arvestades, et teiste inimeste tagasiside on noorukite enesehinnangu ja enese kohta käivate kujutluste kujunemisel oluline faktor (Harter, 2006).

## TÄNUSÕNAD

Täna uuritavaid koostöö eest. Aitäh pereliikmetele ja kolleegidele, kes lõputöö kirjutamise protsessil toeks olid ning südamest kaasa elasid. Eriline tänu kuulub lõputöö juhendajale Kristi Kõivule, kes kõige muu kõrval aitas säilitada kainet mõistust, rahu ja järjekindlust.

## AUTORSUSE KINNITUS

Kinnitan, et olen koostanud ise käesoleva lõputöö ning toonud korrektselt välja teiste autorite ja toetajate panuse. Töö on koostatud lähtudes Tartu Ülikooli haridusteaduste instituudi lõputöö nõuetest ning on kooskõlas heade akadeemiliste tavadega.

Rita Grigor /allkirjastatud digitaalselt/ 20.05.2024

## KASUTATUD KIRJANDUS

- Aleksandrov, D., Okhrimenko, I., Rudenko, L., Sprynchuk, S., & Tyshchenko, O. (2021). Psychological Peculiarities of Personal Dissonance of Adolescents in the Sphere of Real and Ideal Self-Image. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 12(4), 139–163. <https://doi.org/10.18662/brain/12.4/242>
- Alessandri, J., Darcheville, J. C., & Zentall, T. R. (2008). Cognitive dissonance in children: justification of effort or contrast? *Psychonomic Bulletin & Review*, 15(3), 673–677. <http://dx.doi.org/10.3758/PBR.15.3.673>
- Anderson, A., Hattie, J., & Hamilton, R. J. (2005). Locus of control, self-efficacy, and motivation in different schools: is moderation the key to success? *Educational Psychology*, 25, 517–535. <http://dx.doi.org/10.1080/01443410500046754>
- Anniste, K., Biin, H., Osila, L., Koppel, K. ja Aaben, L. (2018). Lapse õiguste ja vanemluse uuring 2018. Uuringu aruanne. Tallinn: Poliitikauuringute Keskus Praxis
- Bakadorova, O., Lazarides, R., & Raufelder, D. (2019). Effects of social and individual school self-concepts on school engagement during adolescence. *European Journal of Psychology of Education*, 35(1), 73–91. <https://doi.org/10.1007/s10212-019-00423-x>
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does High Self-Esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, or Healthier Lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4(1), 1–44. <https://doi.org/10.1111/1529-1006.01431>
- Beutel, A. M., & Johnson, M. K. (2004). Gender and Prosocial Values during Adolescence: A Research Note. *The Sociological Quarterly*, 45(2), 379–393. <https://doi.org/10.1525/tsq.2004.45.2.379>
- Byrne, B. M., & Shavelson, R. J. (1996). On the structure of social self-concept for pre-, early, and late adolescents: a test of the Shavelson, Hubner, and Stanton (1976) model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 599–613. <http://dx.doi.org/10.1037//0022-3514.70.3.599>
- Clem, A.-L., Rudasill, K. M., Hirvonen, R., Aunola, K., & Kiuru, N. (2020). The roles of teacher–student relationship quality and self-concept of ability in adolescents’ achievement emotions: temperament as a moderator. *European Journal of Psychology of Education*, 36(2), 263–286. <https://doi.org/10.1007/s10212-020-00473-6>
- Ferguson, G. M., Hafen, C. A., & Laursen, B. (2009). Adolescent Psychological and

- Academic Adjustment as a Function of Discrepancies Between Actual and Ideal Self-Perceptions. *Journal of Youth and Adolescence*, 39(12), 1485–1497.  
<https://doi.org/10.1007/s10964-009-9461-5>
- Fite, R. E., Lindeman, M. I. H., Rogers, A. P., Voyles, E., & Durik, A. M. (2017). Knowing oneself and long-term goal pursuit: Relations among self-concept clarity, conscientiousness, and grit. *Personality and Individual Differences*, 108, 191–194.  
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.12.008>
- Harmon-Jones, E. (2000). Cognitive Dissonance and Experienced Negative Affect: Evidence that Dissonance Increases Experienced Negative Affect Even in the Absence of Aversive Consequences. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(12), 1490-1501. <http://dx.doi.org/10.1177/01461672002612004>
- Harter, S. (2006). The self. In: N. Eisenberg, W. Damon & R. M. Lerner, Eds., *Handbook of Child Psychology, Social, emotional, and personality development* (6th ed.) (pp. 505-570). John Wiley & Sons Inc.
- Harter, S. (2012). Developmental Differences in Self-Representations during Childhood. *The construction of the self: Developmental and sociocultural foundations* (2nd ed.) (pp. 27-71). The Guilford Press.
- Harter, S., Waters, P., & Whitesell, N. R. (1998). Relational self-worth: Differences in perceived worth a person across interpersonal contexts. *Child Development*, 69(3), 756–766. <https://doi.org/10.2307/1132202>
- Hollarek, M., & Lee, N. C. (2022). Current understanding of developmental changes in adolescent perspective taking. *Current Opinion in Psychology*, 45, 101308.  
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101308>
- Ishiyama, F. I., & Chabassol, D. J. (1985). Adolescents' fear of the social consequences of academic success as a function of age and sex. *Journal of Youth and Adolescence*, 14, 37–46. <http://dx.doi.org/10.1007/BF02088645>
- Kõiv, K. (2016). Perceived Multiple Emotional Self-concepts in Groups of Juvenile Delinquents and Nondelinquents. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 217, 49–56. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2016.02.023>
- Kalmus, V. (2015). Standardiseeritud kontentanalüüs. <https://samm.ut.ee/kontentanalyyis/>
- Kalmus, V., Masso, A., & Linno, M. (2015). Kvalitatiivne sisuanalüüs.  
<http://samm.ut.ee/kvalitatiivne-sisuanalyys>
- Lumma, A., Valk, S. L., Böckler, A., Vrtička, P., & Singer, T. (2018). Change in emotional self-concept following socio-cognitive training relates to structural plasticity of the

- prefrontal cortex. *Brain and Behavior*, 8(4). Portico. <https://doi.org/10.1002/brb3.940>
- Markus, H., & Wurf, E. (1987). The dynamic self-concept: a social psychological perspective. *Annual Review of Psychology*, 38, 299–337.  
<http://dx.doi.org/10.1146/annurev.ps.38.020187.001503>
- Marsh, H. W., & Craven, R. G. (2006). Reciprocal Effects of Self-Concept and Performance From a Multidimensional Perspective: Beyond Seductive Pleasure and Unidimensional Perspectives. *Perspectives on Psychological Science*, 1(2), 133–163.  
<https://doi.org/10.1111/j.1745-6916.2006.00010.x>
- Marsh, H. W., & Shavelson, R. (1985). Self-Concept: Its Multifaceted, Hierarchical Structure. *Educational Psychologist*, 20(3), 107–123.  
[https://doi.org/10.1207/s15326985ep2003\\_1](https://doi.org/10.1207/s15326985ep2003_1)
- Miller, R. L., & Mulligan, R. D. (2002). Terror management: the effects of mortality salience and locus of control on risk-taking behaviors. *Personality and Individual Differences*, 33(7), 1203–1214. [https://doi.org/10.1016/s0191-8869\(02\)00009-0](https://doi.org/10.1016/s0191-8869(02)00009-0)
- Montemayor, R., & Eisen, M. (1977). The development of self-conceptions from childhood to adolescence. *Developmental Psychology*, 13(4), 314–319.  
<https://doi.org/10.1037//0012-1649.13.4.314>
- Nejad, A. B., Fossati, P., & Lemogne, C. (2013). Self-Referential Processing, Rumination, and Cortical Midline Structures in Major Depression. *Frontiers in Human Neuroscience*, 7. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2013.00666>
- O'Mara, A. J., Marsh, H. W., Craven, R. G., & Debus, R. L. (2006). Do Self-Concept Interventions Make a Difference? A Synergistic Blend of Construct Validation and Meta-Analysis. *Educational Psychologist*, 41(3), 181–206.  
[https://doi.org/10.1207/s15326985ep4103\\_4](https://doi.org/10.1207/s15326985ep4103_4)
- Owens, T. J., & Samblanet, S. (2013). Self and self-concept. In J. DeLamater & A. Ward (Eds.), *Handbook of social psychology* (pp. 225–249). Springer Science + Business Media.
- Plutchik, R. (2001). The Nature of Emotions: Human emotions have deep evolutionary roots, a fact that may explain their complexity and provide tools for clinical practice. *American Scientist*, 89(4), 344–350. <https://doi.org/10.1511/2001.28.344>
- Pomerantz, E. M., Qin, L., Wang, Q., & Chen, H. (2009). American and Chinese Early Adolescents' Inclusion of Their Relationships With Their Parents in Their Self-Construals. *Child Development*, 80(3), 792–807. Portico.  
<https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2009.01298.x>

- Preckel, F., Niepel, C., Schneider, M., & Brunner, M. (2013). Self-concept in adolescence: A longitudinal study on reciprocal effects of self-perceptions in academic and social domains. *Journal of Adolescence*, *36*(6), 1165–1175. Portico.  
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.09.001>
- Põhikooli riiklik õppekava. (2014) Riigi Teataja I 2014, 9, 29  
<https://www.riigiteataja.ee/aktiivisa/1030/3202/1012/1m%20lisa5.pdf#>
- Reicher, H., & Maticsek-Jauk, M. (2018). Depressive adolescents at risk of social exclusion: The potentials of social-emotional learning in schools. *Improving Schools*, *22*(1), 43–54. <https://doi.org/10.1177/1365480218763845>
- Robins, R. W., Hendin, H. M., & Trzesniewski, K. H. (2001). Measuring global self-esteem: Construct validation of a single-item measure and the rosenberg self-esteem scale. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *27*(2), 151–161.  
<https://doi.org/10.1177/0146167201272002>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton University Press.  
<https://doi.org/10.1515/9781400876136>
- Shavelson, R. J., Hubner, J. J., & Stanton, G. C. (1976). Self-Concept: Validation of Construct Interpretations. *Review of Educational Research*, *46*(3), 407.  
<https://doi.org/10.2307/1170010>
- Sticker, R. M., Christner, N., Pletti, C., & Paulus, M. (2021). The moral self-concept in preschool children: Its dimensions and relation to prosocial behaviors. *Cognitive Development*, *58*, 101033. <https://doi.org/10.1016/j.cogdev.2021.101033>
- Sirgy, M. J. (1982). Self-concept in consumer behavior: a critical review. *Journal of Consumer Research*, *9*(3), 287–300. <https://doi.org/10.1086/208924>
- Schaffhuser, K., Allemand, M., & Schwarz, B. (2016). The Development of Self-Representations During the Transition to Early Adolescence: The Role of Gender, Puberty, and School Transition. *The Journal of Early Adolescence*, *37*(6), 774–804. <https://doi.org/10.1177/0272431615624841>
- Schmitt, D. P., & Allik, J. (2005). Simultaneous Administration of the Rosenberg Self-Esteem Scale in 53 Nations: Exploring the Universal and Culture-Specific Features of Global Self-Esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, *89*(4), 623–642. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.89.4.623>
- Tanti, C., Stukas, A. A., Halloran, M. J., & Foddy, M. (2008). Tripartite Self-concept Change: Shifts in the Individual, Relational, and Collective Self in Adolescence. *Self and Identity*, *7*(4), 360–379. <https://doi.org/10.1080/15298860701665081>

- Tartu Ülikooli Eetikakeskus. (s.a) Teadustöö eetika. <https://eetika.ee/et/sisu/teadustoo-eetika>
- Thomas, C. R., & Gadbois, S. A. (2007). Academic self-handicapping: The role of self-concept clarity and students' learning strategies. *The British Journal of Educational Psychology*, 77( 1), 101–119. <https://doi.org/10.1348/000709905X79644>
- Tropp, K., Saat, H. (2010). Õpilaste suhted eakaaslaste ning täiskasvanutega ja sotsiaalsete oskuste areng. E. Kikas (toim). *Õppimine ja õpetamine esimeses ja teises kooliastmes* (lk 61-89). Eesti Ülikoolide Kirjastuse OÜ.
- Van der Velden, F., Brugman, D., Boom, J., & Koops, W. (2010). Moral cognitive processes explaining antisocial behavior in young adolescents. *International Journal of Behavioral Development*, 34(4), 292-301.  
<http://dx.doi.org/10.1177/0165025409343705>
- Valentine, J. C., DuBois, D. L., & Cooper, H. (2004). The relations between self-beliefs and academic achievement: A systematic review. *Educational Psychologist*, 39, 111–133  
[https://doi.org/10.1207/s15326985ep3902\\_3](https://doi.org/10.1207/s15326985ep3902_3)
- Vannatta, K., Gartsein, M. A., Zeller, M., & Noll, R. B. (2009). Peer acceptance and social behavior during childhood and adolescence: how important are appearance, athleticism, and academic competence? *International Journal of Behavioral Development*, 33, 303–311. <http://dx.doi.org/10.1177/0165025408101275>
- Véronneau, M.-H., Vitario, F., Brendgen, M., Dishion, T. J., & Tremblay, R. E. (2010). Transactional analysis of the reciprocal links between peer experiences and academic achievement from middle childhood to early adolescence. *Developmental Psychology*, 46, 773–790. <http://dx.doi.org/10.1037/a0019816>
- Weber, E., Hopwood, C. J., Nissen, A. T., & Bleidorn, W. (2023). Disentangling self-concept clarity and self-esteem in young adults. *Journal of Personality and Social Psychology*, 125(6), 1420–1441. <https://doi.org/10.1037/pspp0000460>
- Õunapuu, L. (2014). Kvalitatiivne ja kvantitatiivne uurimisviis sotsiaalteadustes. Tartu: Tartu Ülikool.
- Özmen, O., & Sümer, Z. H. (2011). Predictors of risk-taking behaviors among Turkish adolescents. *Personality and Individual Differences*, 50(1), 4–9.  
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.07.015>
- Zarbatany, L., Hartmann, D. P., & Rankin, D. B. (1990). The Psychological Functions of Preadolescent Peer Activities. *Child Development*, 61(4), 1067.  
<https://doi.org/10.2307/1130876>

## LISAD

**LISA 1.** Kodeerimisjuhend: õpilaste kirjeldused oma tegeliku, ideaalse ja sotsiaalse mina kohta.

### I TEGELIKU MINA KIRJELDUSED

Kategooria	Alakategooria	Maining	Näide vastusest
Hinnang tegeliku mina	Positiivne hinnang minale: üldine positiivne hinnang minale, rahulolu endaga, enesekindlus.	tore, lahe, meeldiv, huvitav, normaalne, osav	<i>Üldiselt tore. Ma olen tavaline poiss.</i>
		endaga rahul, armastan ennast	<i>Vahel ma lihtsalt armastan ennast.</i>
		enesekindel, teiste arvamustest mitte hoolimine	<i>Ma olen hakanud üritama teiste inimeste arvamusest mitte hoolima.</i>
	Negatiivne hinnang minale: üldine negatiivne hinnang minale, rahulolematuse endaga, ebakindlus ja järeleandlikkus	igav, tüütu, imelik, rõve, halb sõber, ei oska midagi	<i>Ma pigem ei saa endaga läbi.</i>
		ei ole rahul, ei meeldi endale	<i>Ma pean palju asjadega nõus olema, milles ma ei taha nõus olla.</i>
		kõigege nõus, kahtlen endas, huvitab teiste arvamus, ebakindel	<i>Mulle meeldib jalgpall. Ma teen palju trenni.</i>
Tegevused seoses minaga	Aktiivsed füüsilised tegevused: tennis käimine ja sport; õues/looduses olemine; reisimine; mängimine ja lõbutsemine.	sport, tennis käimine, spordiala	<i>Mulle meeldib looduses olla.</i>
		õues käimine, looduses olemine	
		reisimine mängimine	
	Aktiivsed loovad tegevused: loovad tegevused; huvialadega tegelemine.	laulmine, tantsimine, joonistamine	<i>Küpsetamine, sest mulle meeldib küpsetada. D&amp;D kohta lugemine.</i>
		käsitöö, söögi valmistamine, kalapüük, pilli mängimine	<i>Ma olen heatahtlik kuigi vahest harva ei tule see välja.</i>
		hoolimine, lahkus, heatahtlikkus	<i>Kui keegi on hädas siis pakun ma talle abi.</i>
	Prosotsiaalne käitumine: jagamine; hoolivus ja lahkus; abivalmidus ja aitamine; kuulamine; kallistamine; empaatilisus; ei ole konfliktne, loomadest hoolimine.	aitamine, abivalmidus	<i>kuulan kallistan</i>
		empaatileine, mõistan teisi	<i>Saan teiste probleemidest aru.</i>
		ei kiusa, emotsioonide kontroll	<i>Ei kiusa. Ma proovin enda viha tagasi hoida.</i>
		loomadest hoolimine	<i>Kasside nunnutamine.</i>
	Konfliktne käitumine: konfliktne käitumine; konfliktne käitumine vahel.	agressiivne käitumine	<i>Kiusan venda.</i>
		vahel agressiivne käitumine, vahel solvun, vahel olen kuri, vahel närvis	<i>Vahel võin olla õel, aga see on ka põhjusega.</i>
Passiivsed tegevused: tegevused telefonis või arvutis; muusika	videomängud, arvutis olemine, telefonis olemine	<i>Inimene, kes on 23 ja pool tundi ööpäevast telos ja arvutis.</i>	

	kuulamine; filmi või TV vaatamine; puhkamine.	muusika kuulamine,	<i>Kuulan erinevat stiili muusikat iga päev.</i>
		filmide või TV vaatamine	<i>Teleka vaatamine.</i>
		magamine, puhkamine, voodi	<i>Mulle meeldib magada.</i>
	Tervisele kahjulikud tegevused: riskiv käitumine; ebatervislik harjumus.	teen midagi lolli	<i>Ohtlike asjade tegemine.</i>
		kaua üleval olek	<i>Õhtuti kaua üleval olemine.</i>
Isikuomadused	Positiivsed isikuomadused: huumorimeel; optimism; julgus; töökus, aktiivsus ja motiveeritus; rahulikkus ja mitte-ärrituvus.	naljakas, lõbus, teen nalju, huumorimeel	<i>Ma teen palju nalja.</i>
		optimistlik, positiivne	<i>Usun kõigist head.</i>
		julge, hulljulge, seiklushimuline	
		tegas, ei anna alla, aktiivne, energiline, püüdlük	
		rahulik, ei lähe närvi	
	Negatiivsed isikuomadused: kergesti ärrituvus; hajameelsus; laiskus; pessimism.	kergesti ärrituvus	<i>Saan asjade peale kiiresti vihaseks.</i>
		hajameelne	<i>Mul on haugi mälu.</i>
		laisk	
		pessimistlik	<i>Ma arvan tihti asjadest halvimat, kuid tihti tuleb pärast välja, et muretsemiseks polnud põhjust.</i>
	Sotsiaalsus ja sõltumatus: sotsiaalsus; loovus, iseseisvus ja vastutustundlikkus.	meeldib suhelda, jutukas, vali inimene	
loov		<i>Targalt mõtlemine.</i>	
iseseisev, vastutustundlik			
Sotsiaalne mina	Positiivsed suhted sõpradega: hea sõber; palju sõpru; sõbralikkus; sõpradega suhtlemine.	hea sõber, lojaalne, ustav, usaldusväärne	<i>Oskan saladusi hoida.</i>
		palju sõpru	<i>Sõpru on mul palju.</i>
		sõbralik, suhtlen sõbralikult	<i>Sõbralik sell.</i>
		sõpradega koos olemine, sõpradega suhtlemine, väljas käimine	<i>Mulle meeldib sõpradega olemine. Veedan parima sõbraga aega.</i>
	Positiivsed suhted eakaaslastega: hea läbisaamine, inimestega rääkimine.	Räägin inimestega, saan teistega läbi	<i>Jutu ajamine inimestega keda tean.</i>
Füüsiline mina	Positiivne hinnang füüsilisele minale: üldine positiivne hinnang; kehaliselt võimekas; atraktiivne kehakuju; hoolitsetud välimus; välimuse kirjeldus.	ilus, kena, stiilne, nunnu	<i>Ma olen ilus.</i>
		tugev, kiire	<i>Olen väle põder. Tugevam kui mõned.</i>
		pikk, keskmist kasvu	<i>Ma olen pikk. Ma olen keskmist kasvu.</i>
		välimuse eest hoolitsemine, huvi välimuse vastu, hästi riides, hea lõhn	<i>Kannan enda eest hoolt. Oskan riietada ennast hästi.</i>
		pikad juuksed, prillid	<i>Mul on pikad juuksed.</i>
	Negatiivne hinnang füüsilisele minale: üldine negatiivne hinnang;	kole	<i>Ma olen kole.</i>
		paks, lühike, väike	<i>Paks sõber. Ma olen lühike.</i>

	ebaatraktiivne kehakuju; kehaliselt vähem võimekas.	aeglane	<i>Olen aeglane.</i>
Akadeemiline mina	Positiivne hinnang akadeemilisele minale: üldine positiivne hinnang; õppimisega tegelemine; positiivne hoiak õppimise suhtes.	tark, nutikas, head hinded	<i>Ma olen nutikas. Koolis mu hinded on okeid.</i>
		koolis käimine, õppimine, kodutööd, lugemine, kirjutamine	<i>Olümpiaadidel osalemine. Õpin.</i>
	Negatiivne hinnang akadeemilisele minale: üldine negatiivne hinnang; negatiivne hoiak õppimise suhtes.	koolis meeldib, huvi õppimise vastu	<i>Tunnen ajaloo vastu huvi.</i>
		loll	<i>Ma olen loll.</i>
		ei meeldi kool, tahan koju minna	<i>Mulle ei meeldi kool.</i>
Emotsionaalne mina	Positiivsed emotsioonid seoses minaga: rõõm.	rõõmus, õnnelik, elevil, naermine, ülemeelik, heas tujus, ei ole kurb,	<i>Ma olen rõõmus koos oma sõpradega ja perega. Kurb väga pole.</i>
		Negatiivsed emotsioonid seoses minaga: kurbus, viha ja väsimus; hirm; kahetsus ja pettumus.	<i>Kahjuks olen päris tihti õnnetu. Ma olen vihane ja väsinud ALATI.</i>
	hirm, ärevus, murelikkus, häbelik, stressis, ülemõtleja	<i>Kardan vahel minna kohtadesse. Vahepeal natuke ärev.</i>	
	kahetsus, pettumus	<i>Vahest kahetsen, mida tegin.</i>	
Väärtused	Väärtused: viisakus; ausus; sallivus ja võrdsus.	viisakas	<i>Võõrastega olen hästi viisakas.</i>
		aus	<i>Ma proovin olla aus.</i>
		salliv, võrdsus	

## II IDEEAALSE MINA KIRJELDUSED

Kategooria	Alakategooria	Maining	Näide vastusest
Hinnang ideaalse mina kohta	Positiivne hinnang minale: üldine positiivne hinnang minale; rahulolu endaga; enesekindlus.	tore, lahe, meeldiv, huvitav, normaalne, ideaalne mina saavutatud, osav	<i>Et minust saaks täiuslik mina ei pea palju muutuma.</i>
		endaga rahul	<i>Enesehinnang on hea.</i>
		enesekindel, seisab enda eest	<i>Ei hooliks kellegi teise arvamusest.</i>
Tegevused seoses minaga	Aktiivsed füüsilised tegevused: tennis käimine ja sport; õues/looduses olemine; reisimine; mängimine ja lõbutsemine.	sport, tennis käimine, spordiala	
		õues käimine, looduses olemine	
		reisimine	
		mängimine	
	Aktiivsed loovad tegevused: loovad tegevused; huvialadega tegelemine.	laulmine, tantsimine, joonistamine	
		huviala	<i>Igasugune nokitsemine mootorite ja asjade kallal.</i>
		jagamine, pole kade	

	Prosotsiaalne käitumine: jagamine; hoolivus ja lahkus; abivalmidus ja aitamine; kuulamine; kallistamine; empaatilisus; ei ole konfliktne.	hoolimine, lahkus, heatahtlikkus aitamine, abivalmidus kuulamine kallistamine kaasaelamine, empaatia ei kiusa, emotsioonide kontroll	<i>Teen kalli-kalli.</i> <i>Vähem hukkamõistev.</i> <i>Ei tekita tüli.</i>
	Passiivsed tegevused: tegevused telefonis või arvutis; muusika kuulamine; filmi või TV vaatamine; puhkamine.	videomängud, nutiseadmes muusika kuulamine filmid, TV magamine, puhkamine,	
Isikuomadused	Positiivsed isikuomadused: huumorimeel; optimism; julgus; töökus, aktiivsus ja motiveeritus; rahulikkus ja mitte-ärrituvus.	naljakas, lõbus, teen nalju, huumorimeel optimistlik, positiivne Julge, hulljulge, seiklushimuline tegus, ei anna alla, aktiivne, energiline, püüdlik rahulik, ei ärritu, ei muretse	<i>Oskan ajada teisi naerma.</i> <i>Ei karda midagi.</i> <i>On motivatsiooni oma eesmärkide poole püüelda.</i> <i>Ei läheks nii kiiresti närvi.</i>
	Sotsiaalsus ja sõltumatus: sotsiaalne; pole nutiseadmes; loovus ja avatus, iseseisvus ja vastutustundlikkus.	meeldib suhelda, jutukas, vali inimene pole telefonis loov, avatud, probleemide lahendamine iseseisev, vastutustundlik, täpne, korralik	<i>Oleks vähe telefonis.</i> <i>Kõige korras hoidmine.</i>
Sotsiaalne mina	Positiivsed suhted sõpradega: hea sõber; palju sõpru; sõbralikkus; sõpradega suhtlemine.	hea sõber, usaldusväärne palju sõpru sõbralik, suhtlen sõbralikult sõpradega koos olemine, sõpradega suhtlemine, väljas käimine	<i>Oleksin kogu aeg sõpradega.</i>
	Positiivsed suhted eakaaslastega: hea läbisaamine ja populaarsus.	populaarne, kuulus, räägin inimestega, saan teistega läbi	<i>Minuga on hea koostööd teha.</i> <i>Natuke populaarne.</i>
Füüsiline mina	Positiivne hinnang füüsilisele minale: üldine positiivne hinnang; kehaliselt võimekas; atraktiivne kehakuju; hoolitsetud välimus.	ilus, kena, stiilne tugev, kiire, painduv pikk, sale, rinnakas hoolitsetud, huvi välimuse vastu, hästi riides, hea lõhn, terve, puhas	<i>Puhas inimene. Perfektse nahaga.</i>
Akadeemiline mina	Positiivne hinnang akadeemilisele minale: üldine positiivne hinnang; õppimisega tegelemine.	tark, head hinded koolis käimine, õppimine, lugemine, kirjutamine	<i>Loeks väga palju raamatuid.</i>
Materiaalne mina	Raha, rikkus: rikkus; ostlemine.	rikas, raha teenimine ostlemine	<i>Supleb rahas.</i> <i>Šoppab palju.</i>

		armastab, armastatud	<i>Ma olen armastatud.</i>
	Negatiivsed emotsioonid seoses minaga: kurbus, viha ja väsimus.	kurbus, viha, väsimus	<i>Vihane ja väsinud.</i>
Väärtused	Väärtused viisakus; ausus.	viisakas, korralik, aus	<i>Ei ropenda. Teistega aus.</i>

### III SOTSIAALSE MINA KIRJELDUSED

Kategooria	Alakategooria	Maining	Näide vastusest
Hinnang sotsiaalse mina kohta	Positiivne hinnang minale: üldine positiivne hinnang minale, enesekindlus.	tore, lahe, meeldiv, huvitav, normaalne, osav  enesekindel	<i>Lahendam kui teised.</i>
	Negatiivne hinnang minale: üldine negatiivne hinnang minale, ebakindlus ja järeleandlikkus.	igav, tüütu, imelik, kuri, halb söber kõigege nõus, ebakindel	<i>Vahel olen ma liiga palju. Ma teen seda, mida nemad tahavad.</i>
Tegevused seoses minaga	Aktiivsed füüsilised tegevused: tennis käimine ja sport; õues käimine; reisimine; mängimine ja lõbutsemine.	sport, tennis käimine, liikumine, spordiala õues käimine reisimine mängimine, lõbutsemine	<i>Mängin teistega koos mänge.</i>
	Aktiivsed loovad tegevused: loovad tegevused; huvialadega tegelemine.	laulmine, tantsimine, joonistamine huviala	<i>Tantsin TikToki tantse.</i>
	Prosotsiaalne käitumine: jagamine; hoolivus ja lahkus; abivalmidus ja aitamine; toetamine; empaatilisus; ei ole konfliktne.	jagamine	<i>Söögi jagamine.</i>
		hoolimine, lahkus, heatahtlikkus	
		abistamine, abivalmidus	<i>Aitan alati kõiki kui nad abi vajavad.</i>
		empaatiline, mõistab	<i>Tean inimeste piire ja ei suru üle neist, et teha mingit lolli nalja.</i>
	kuulab, toetab kallistamine	<i>Ütlen kui olulised nad on.</i>	
ei kiusa, emotsioonide kontroll			
Konfliktne käitumine: konfliktne käitumine; konfliktne käitumine vahel.	agressiivne käitumine, sarkasm vahel agressiivne käitumine, käitumine oleneb	<i>Ütlen asju sarkastiliselt. Oleneb, kellega ma koos olen.</i>	
Passiivsed tegevused: tegevused telefonis või arvutis; muusika kuulamine; puhkamine.	videomängud, arvutis olemine, telefonis olemine muusika kuulamine magamine teen midagi lolli	<i>Telefonis olemine.</i>	

	Tervisele kahjulikud tegevused: riskiv käitumine; ebatervislik harjumus.	kaua üleval olek, uimastid	<i>Suitsetamine.</i>
Isikuomadused	Positiivsed isikuomadused: huumorimeel; optimism; julgus; töökus, aktiivsus ja motiveeritus; rahulikkus ja mitte-ärrituvus.	naljakas, lõbus, teen nalju, huumorimeel	<i>Sõpradega väljaspool kooli naljakas.</i>
		uudishimulik	
		optimistlik, positiivne	
		julge, hulljulge, seiklushimuline	
		tegus, ei anna alla, aktiivne, energiline, püüdlük	<i>Ma proovin anda endast maksimumi.</i>
		rahulik, ei lähe närvi	<i>Olen teistega täitsa rahulik.</i>
	Negatiivsed isikuomadused: kergesti ärrituvus; laiskus.	kergesti ärrituvus laisk	<i>Solvun väga kiiresti.</i>
	Sotsiaalsus ja sõltumatus: sotsiaalsus; pole telefonis; loovus ja avatus, iseseisvus ja vastutustundlikkus.	jutukas, seltskondlik loov	
		iseseisvus, individuaalsus	<i>Üldiselt erinen omavanustest päris palju.</i>
		pole telefonis	<i>Ei ole teiste juuresolekul nii palju telos.</i>
Sotsiaalne mina	Positiivsed suhted sõpradega: hea sõber; palju sõpru; sõbralikkus; sõpradega suhtlemine.	hea sõber	<i>Oskan olla sõbralik.</i>
		palju sõpru	
		sõbralik, suhtlen sõbralikult	
		sõpradega olemine, poes käimine, suhtlemine, väljas käimine	<i>Käin teistega palju linnas. Nendega koos olemine.</i>
	Positiivsed suhted eakaaslastega: hea läbisaamine.	hea läbisaamine	<i>Ma saan kõigiga läbi. Teistele meeldib minuga olla.</i>
Füüsiline mina	Positiivne hinnang füüsilisele minale: üldine positiivne hinnang; kehaliselt võimekas.	ilus, stiilne, armas	<i>Ilus.</i>
		tugev, kiire, painduv	<i>Tugev.</i>
	Negatiivne hinnang füüsilisele minale: üldine negatiivne hinnang; ebaatraktiivne kehakuju; kehaliselt vähem võimekas.	kole aeglane	
		paks, lühike	<i>Paks kits.</i>
Akadeemiline mina	Positiivne hinnang akadeemilisele minale: üldine positiivne hinnang; õppimisega tegelemine; positiivne hoiak õppimise suhtes.	tark, head hinded	
		koolis käimine, õppimine, kodutööd, lugemine, kirjutamine	<i>Keskendun rohkem õppimisele.</i>
		koolis meeldib, huvi õppimise vastu	<i>Keskendun rohkem õppimisele.</i>
	Negatiivne hinnang akadeemilisele minale: üldine negatiivne hinnang;	loll	
		ei meeldi kool, tahab koju	<i>Õpin vähem kui nemad ja olen lahedam.</i>

	negatiivne hoiak õppimise suhtes.		
Emotsionaalne mina	Positiivsed emotsioonid seoses minaga: rõõm; kiindumus.	rõõmus, naermine, ülemeelik kiindumus	<i>Sõpradega olen alati väga rõõmus.</i>
	Negatiivsed emotsioonid seoses minaga: kurbus, viha, kadedus ja väsimus; hirm; kahetsus ja pettumus.	kurbus, kadedus, väsimus, viha, ükskõiksus hirm, ettevaatlik, ei ole seiklushimuline kahetsus, pettumus	<i>Ei ole seiklushimuline. Ma pettun kergelt.</i>
Väärtused	Väärtused: viisakus; ausus.	viisakas aus	<i>Aus mees.</i>

**Lisa 2.** Kodeerimisjuhend: õpilaste kirjeldused tegeliku, ideaalse ja sotsiaalse mina emotsionaalse aspekti kohta.

**I TEGELIK EMOTSIONAALNE MINA**

<b>Kategooria</b>	<b>Alakategooria</b>	<b>Maining</b>	<b>Näide vastusest</b>
Positiivsed tunded	Rõõm, rahulolu	hea, normaalne, tore, rõõmus, lõbus, rahulik, rahulolev	<i>Toredad tunded kuna olen tore inimene.</i>
	Uhkus	uhkus	<i>Tunnen uhkust, et ma olen nii kaugele jõudnud.</i>
	Tänuikkus	tänuikkus	
	Armastus	armastus	
	Sõbralik, lahke, abivalmis	sõbralik, lahke, abivalmis	<i>Sõbralik, kuna mul on head sõbrad.</i>
	Põnevus	üllatus, huvi, põnevus	<i>Huvitav, kuna pole varem niimoodi mõelnud.</i>
Vahelduvad emotsioonid	Vahelduvad emotsioonid	nii ja naa, vahel, erinevad	<i>Sõltub päevast ja tujust, vahel ma vihkan ennast, aga vahepeal ma täiega armastan ennast.</i>
Negatiivsed tunded	Halb tunne, kurbus, viha, rahulolematus	halb, kurb, imelik tunne, viha, igavus,	<i>Mitte kõige parem tunne. Ma olen natuke õnnetu kui vaatan, milline ma tegelt olen, ja milline ma olla tahaksin.</i>
	Hirm, ebakindlus	hirm, murelikkus, ebakindlus	<i>Mure tunne. Ma arvan, et natuke ebakindel.</i>
	Kahetsus, pettumus	kahetsus, pettumus	<i>Tunnen pettumust.</i>
	Häbi, süütunne	häbi, süütunne	<i>Häbi, miks ma niimoodi käitun, see ei ole ju aktsepteeritav enda suhtes.</i>
	Põlgus	põlgus, vastikus	
	Üksildus, tõrjutus	üksildus, tõrjutus	

**II IDEAALNE EMOTSIONAALNE MINA**

<b>Kategooria</b>	<b>Alakategooria</b>	<b>Maining</b>	<b>Näide vastusest</b>
Positiivsed emotsioonid	Rõõm, rahulolu	hea, normaalne, tore, rõõmus, lõbus, rahulik, rahulolev, lahe, enesekindlus, täiuslik saavutatud	<i>Suht head tunded nagu ma oleks on top. Väga head, kuna tahaks selline olla.</i>
	Uhkus, imetlus	uhkus, imetlus, igatsus	<i>Imetlen teda! Tahan nii väga, et ma oleks selline.</i>
	Sõbralik, lahke, abivalmis	sõbralik, hooliv, abivalmis	<i>Hooliv tunne.</i>
	Lootusrikkus, motiveeritus	lootusrikas, motiveeritud, elevel	<i>Mul tekib tunne, et selline ma võin olla ja tean, kuidas sinna jõuda.</i>
Vahelduvad emotsioonid	Vahelduvad emotsioonid	nii ja naa, vahel, erinevad	<i>Vahel lähen kurvaks, et ma nii ei ole.</i>
Negatiivsed tunded	Halb tunne, kurbus, viha, rahulolematus	halb, kurb, imelik tunne, viha, igavus,	<i>Olen kurb selle pärast, et ma ei ole üldse selline.</i>
	Lootusetus	lootusetus	<i>Ma ei jõua eales selleni.</i>
	Süü, alandus	süütunne, alandus	
	Põlgus	põlgus, vastikus	

### III SOTSIAALNE EMOTSIONAALNE MINA

<b>Kategooria</b>	<b>Alakategooria</b>	<b>Maining</b>	<b>Näide vastusest</b>
Positiivsed tunded	Rõõm, rahulolu	hea, normaalne, tore, rõõmus, lõbus, rahulik, rahulolev, lahe, enesekindlus, täiuslik saavutatud	<i>Kõik on korras ja kõik on rahul minuga. Tunnen suhteliselt tavaliselt.</i>
	Sõbralik, lahke, abivalmis	sõbralik, lahke, abivalmis	
	Pingutus, energilisus	pingutus, energilisus	<i>Ma tunnen seda, et mina pingutan alati rohkem.</i>
	Kuuluvus	ei ole kõrvalejäetud	<i>Tunnen ennast harva kõrvalejäetuna.</i>
Vahelduvad emotsioonid	Vahelduvad emotsioonid	nii ja naa, vahel, erinevad	<i>Võin vahel rumalalt ennast tunda kui olen midagi valesti teinud.</i>
Negatiivsed tunded	Halb tunne, kurbus, viha, rahulolematus	halb, kurb, imelik tunne, viha, igavus,	<i>Imelikud, sest ei tea kuidas teised näevad mind.</i>
	Hirm, ebakindlus	hirm, ebakindlus	
	Mõjutatavus	mõjutatavus	<i>Et ma võiks olla natukene rohkem nagu ma olen ilma nendeta.</i>
	Kahetsus, pettumus	kahetsus, pettumus	
	Häbi, süütunne	häbi, süütunne	<i>Mõnikord tekib häbi</i>
	Alaväärsus	alaväärsus	<i>Miks ma ei oska teha nagu tema oskas.</i>
	Üksildus	üksildus	

**Lisa 3.** Õpilaste tegelikku mina kirjeldavate kategooriate esinemissagedus kahes vanusegrupis.

Kategooria	Alakategooria	Noorem grupp		Vanem grupp		$\chi^2$	p
		f	%	f	%		
Hinnang tegeliku mina kohta	Positiivne hinnang tegelikule minale: üldine positiivne hinnang minale; rahulolu endaga; enesekindlus.	56	9	54	7	1,21	0.27
	Negatiivne hinnang tegelikule minale: üldine negatiivne hinnang minale, rahulolematuse endaga, ebakindlus ja järeleandlikkus	19	3	33	5	1.91	0.17
	Kokku:	75	12	87	12	0.01	0.91
Tegevused seoses minaga	Aktiivsed füüsilised tegevused: trennis käimine ja sport; õues/looduses olemine; reisimine; mängimine ja lõbutsemine.	72	12	53	7	7.61	0.01
	Aktiivsed loovad tegevused: loovad tegevused; huvialadega tegelemine.	49	8	38	5	4.07	0.04
	Prosotsiaalne käitumine: jagamine; hoolivus ja lahkus; abivalmidus ja aitamine; kuulamine; kallistamine; empaatilisus; ei ole konfliktne, loomadest hoolimine.	49	8	92	13	7.88	0.00
	Konfliktne käitumine: konfliktne käitumine; konfliktne käitumine vahel.	28	5	45	6	1.77	0.18
	Passiivsed tegevused: tegevused telefonis või arvutis; muusika kuulamine; filmi või TV vaatamine; puhkamine.	50	8	55	8	0.14	0.71
	Tervisele kahjulikud tegevused: riskiv käitumine; ebatervislik harjumus.	2	0	7	1	2.05	0.15
	Kokku:	250	41	290	40	0.06	0.81
Isikuomadused	Positiivsed isikuomadused: huumorimeel; optimism; julgus; töökus, aktiivsus ja motiveeritus; rahulikkus ja mitte-ärrituvus.	59	10	85	12	1.57	0.21
	Negatiivsed isikuomadused: kergesti ärrituvus; hajameelsus; laiskus; pessimism.	2	0	31	4	21.60	0.00
	Sotsiaalsus ja sõltumatus: sotsiaalsus; loovus, iseseisvus ja vastutustundlikkus.	6	1	26	4	9.73	0.00
	Kokku:	67	11	142	20	19.10	0.00
Sotsiaalne mina	Positiivsed suhted sõpradega: hea sõber; palju sõpru; sõbralikkus; sõpradega suhtlemine.	48	8	70	10	1.41	0.23
	Positiivsed suhted eakaaslastega: hea läbisaamine, inimestega rääkimine.	1	0	12	2	7.71	0.01
	Kokku:	49	8	82	11	4.21	0.04
Füüsiline mina	Positiivne hinnang füüsilisele minale: üldine positiivne hinnang; kehaliselt võimekas; atraktiivne kehakuju; hoolitsetud välimus.	27	4	15	2	5.90	0.02
	Negatiivne hinnang füüsilisele minale: üldine negatiivne hinnang; ebaatraktiivne kehakuju; kehaliselt vähem võimekas.	16	3	5	1	7.88	0.00
	Kokku:	43	7	20	3	13.31	0.00
Akadeemiline mina	Positiivne hinnang akadeemilisele minale: üldine positiivne hinnang; õppimisega tegelemine; positiivne hoiak õppimise suhtes.	37	6	32	4	1.75	0.19
	Negatiivne hinnang akadeemilisele minale: üldine negatiivne	4	1	1	0	2.35	0.16

hinnang; negatiivne hoiak õppimise suhtes.

		Kokku:	41	7	33	5	2.86	0.09
Emotsionaalne	Positiivsed emotsioonid seoses minaga: rõõm.		44	7	35	5	3.24	0.07
mina	Negatiivsed emotsioonid seoses minaga: kurbus, viha ja väsimus; hirm; kahetsus ja pettumus.		40	7	26	4	6.70	0.01
		Kokku:	84	14	61	8	9.48	0.00
Väärtused	Väärtused: viisakus; ausus; sallivus ja võrdsus.		6	1	10	1	0.39	0.53

**Lisa 4.** Õpilaste ideaalset mina kirjeldavate kategooriate esinemissagedus kahe vanusegrupis.

Kategooria	Alakategooria	Noorem grupp		Vanem grupp		$\chi^2$	p
		f	%	f	%		
Hinnang	Positiivne hinnang ideaalsele minale: üldine positiivne hinnang minale; rahulolu endaga; enesekindlus.	69	14	105	15	0.73	0.39
Tegevused	Aktiivsed füüsilised tegevused: trennis käimine ja sport; õues/looduses olemine; reisimine; mängimine ja lõbutsemine.	63	12	66	10	2.28	0.13
	Aktiivsed loovad tegevused: loovad tegevused; huvialadega tegelemine.	38	7	17	2	16.51	0.00
	Prosotsiaalne käitumine: jagamine; hoolivus ja lahkus; abivalmidus ja aitamine; kuulamine; kallistamine; empaatilisus; ei ole konfliktset.	54	11	82	12	0.54	0.46
	Passiivsed tegevused: tegevused telefonis või arvutis; muusika kuulamine; filmi või TV vaatamine; puhkamine.	19	4	18	3	1.19	0.28
	Kokku:	174	34	183	27	7.77	0.01
Isikuomadused	Positiivsed isikuomadused: huumorimeel, optimism; julgus; töökus, aktiivsus ja motiveeritus; rahulikkus ja mitte-ärrituvus.	67	13	104	15	0.42	0.52
	Sotsiaalsus ja sõltumatus: sotsiaalne; pole nutiseadmes; loov ja avatud, iseseisev ja vastutustundlik.	11	2	45	7	12.70	0.00
	Kokku:	78	15	149	22	7.84	0.01
Sotsiaalne mina	Positiivsed suhted sõpradega: hea sõber; palju sõpru; sõbralikkus; sõpradega suhtlemine.	38	7	62	9	0.96	0.33
	Positiivsed suhted eakaaslastega: hea läbisaamine ja populaarsus.	4	1	13	2	2.57	0.11
	Kokku:	42	8	75	11	2.40	0.12
Füüsiline mina	Positiivne hinnang füüsilisele minale: üldine positiivne hinnang; kehaliselt võimekas; atraktiivne kehakuju; hoolitsetud välimus; välimuse kirjeldus.	50	10	55	8	1.17	0.28
Akadeemiline mina	Positiivne hinnang akadeemilisele minale: üldine positiivne hinnang; õppimisega tegelemine.	31	6	43	6	0.02	0.90
Materiaalne mina	Raha, rikkus	5	1	12	2	1.23	0.27
Emotsionaalne mina	Positiivsed emotsioonid seoses minaga: rõõm; armastus.	39	8	49	7	0.11	0.74
	Negatiivsed emotsioonid seoses minaga: kurbus, viha ja väsimus.	7	1	0	0	6.64	0.01
	Kokku:	46	9	49	7	1.42	0.23
Väärtused	Väärtused: viisakus, ausus.	14	3	14	2	0.64	0.42

**Lisa 5.** Õpilaste sotsiaalset mina kirjeldavate kategooriate esinemissagedus kahes vanusegrupis.

Kategooria	Alakategooria	Noorem grupp		Vanem grupp		$\chi^2$	p
		f	%	f	%		
Hinnang sotsiaalse mina kohta	Positiivne hinnang minale: üldine positiivne hinnang minale, enesekindlus.	56	13	48	9	4.51	0.03
	Negatiivne hinnang minale: üldine negatiivne hinnang minale, ebakindlus ja järeleandlikkus.	18	4	35	6	2.33	0.13
	Kokku:	74	17	83	15	0.71	0.40
Tegevused seoses minaga	Aktiivsed füüsilised tegevused: trennis käimine ja sport; õues käimine; reisimine; mängimine ja lõbutsemine.	41	10	35	6	3.26	0.07
	Aktiivsed loovad tegevused: loovad tegevused; huvialadega tegelemine.	8	2	5	1	1.63	0.20
	Prosotsiaalne käitumine: jagamine; hoolivus ja lahkus; abivalmidus ja aitamine; toetamine; empaatilisus; ei ole konfliktne.	49	11	79	15	2.01	0.16
	Konfliktne käitumine: konfliktne käitumine; konfliktne käitumine vahel.	25	6	44	8	1.86	0.17
	Passiivsed tegevused: tegevused telefonis või arvutis; muusika kuulamine; puhkamine.	10	2	17	3	0.56	0.46
	Tervisele kahjulikud tegevused: riskiv käitumine; ebatervislik harjumus.	1	0	7	1	3.26	0.07
	Kokku:	134	31	187	34	1.06	0.30
Isikuomadused	Positiivsed isikuomadused: huumorimeel; optimism; julgus; töökus, aktiivsus ja motiveeritus; rahulikkus ja mitte-ärrituvus.	55	13	94	17	3.67	0.06
	Negatiivsed isikuomadused: kergesti ärrituvus; laiskus.	4	1	3	1	0.49	0.48
	Sotsiaalsus ja sõltumatus: sotsiaalsus; pole nutiseadmes; loovus ja avatus, iseseisvus ja vastutustundlikkus.	5	1	23	4	8.04	0.00
	Kokku:	64	15	120	22	8.00	0.00
Sotsiaalne mina	Positiivsed suhted sõpradega: hea sõber; palju sõpru; sõbralikkus; sõpradega suhtlemine.	35	8	80	15	9.90	0.00
	Positiivsed suhted eakaaslastega: hea läbisaamine.	2	0	7	0	1.76	0.18
	Kokku:	37	9	87	16	11.70	0.00
Füüsiline mina	Positiivne hinnang füüsilisele minale: üldine positiivne hinnang; kehaliselt võimekas.	13	3	6	1	4.66	0.03
	Negatiivne hinnang füüsilisele minale: üldine negatiivne hinnang; ebaatraktiivne kehakuju; kehaliselt vähem võimekas.	3	1	7	1	0.81	0.37
	Kokku:	16	4	13	2	1.50	0.22
Akadeemiline mina	Positiivne hinnang akadeemilisele minale: üldine positiivne hinnang; õppimisega tegelemine; positiivne hoiak õppimise suhtes.	26	6	9	2	13.44	0.00
	Negatiivne hinnang akadeemilisele minale: üldine negatiivne hinnang; negatiivne hoiak õppimise suhtes.	21	5	2	0	21.31	0.00
	Kokku:	47	11	11	2	34.18	0.00

Emotsionaalne	Positiivsed emotsioonid seoses minaga: rõõm;	32	7	22	4	5.35	0.02
mina	kiindumus.						
	Negatiivsed emotsioonid seoses minaga: kurbus, viha,	17	4	13	2	1.99	0.16
	kadedus ja väsimus; hirm; kahetsus ja pettumus.						
	Kokku:	49	11	35	6	7.58	0.01
Väärtused	Väärtused: viisakus; ausus.	7	2	7	1	0.20	0.65

**Lisa 6.** Õpilaste emotsioonide kirjelduste esinemissagedus oma emotsionaalse tegeliku mina kohta kahes vanusegrupis.

Kategooria	Alakategooria	Noorem grupp		Vanem grupp		$\chi^2$	<i>p</i>
		<i>f</i>	%	<i>f</i>	%		
Positiivsed emotsioonid	Hea tunne, rõõm ja rahulolu						
	Uhkus						
	Tänulikkus	62	54	63	59	0.68	0.41
	Armastus						
	Sõbralikkus, lahkus ja abivalmidus						
	Põnevus						
Vahelduvad emotsioonid	Vahelduvad emotsioonid	11	10	7	7	0.65	0.42
Negatiivsed emotsioonid	Halb tunne, kurbus, viha ja rahulolematus						
	Hirm ja ebakindlus						
	Kahetsus ja pettumus	42	37	36	34	0.16	0.69
	Häbi ja süü						
	Põlgus						
	Üksildus ja tõrjutus						
Kokku:		115	100	106	100		

**Lisa 7.** Õpilaste emotsioonide kirjelduste esinemissagedus oma emotsionaalse ideaalse mina kohta kahes vanusegrupis.

Kategooria	Alakategooria	Noorem grupp		Vanem grupp		$\chi^2$	<i>p</i>
		<i>f</i>	%	<i>f</i>	%		
Positiivsed emotsioonid	Hea tunne, rõõm ja rahulolu						
	Uhkus ja imetus	81	79	87	86	1.61	0.20
	Sõbralikkus, lahkus ja abivalmidus Lootusrikkus ja motiveeritus						
Vahelduvad emotsioonid	Vahelduvad emotsioonid	4	4	1	0	1.81	0.18
Negatiivsed emotsioonid	Halb tunne, kurbus, viha ja rahulolematus						
	Lootusetus	17	17	13	13	0.58	0.45
	Süü ja alandus Põlgus						
Kokku:		102	100	101	100		

**Lisa 8.** Õpilaste emotsioonide kirjelduste esinemissagedus oma emotsionaalse sotsiaalse mina kohta kahes vanusegrupis.

Kategooria	Alakategooria	Noorem grupp		Vanem grupp		$\chi^2$	<i>p</i>
		<i>f</i>	%	<i>f</i>	%		
Positiivsed emotsioonid	Hea tunne, rõõm ja rahulolu	60	67	52	63	0.43	0.51
	Sõbralikkus, lahkus ja abivalmidus						
	Pingutus ja energilisus						
	Kuuluvus						
Vahelduvad emotsioonid	Vahelduvad emotsioonid	2	2	4	5	0.84	0.36
Negatiivsed emotsioonid	Halb tunne, kurbus, viha ja rahulolematus	27	30	27	33	0.10	0.76
	Hirm ja ebakindlus						
	Mõjutatavus						
	Kahetsus ja pettumus						
	Häbi ja süü						
	Alaväärsus						
	Üksildus						
Kokku:		89	100	83	100		

**Lisa 9.** Õpilaste keskmised hinnangud oma emotsionaalsele minale tegeliku mina aspektis kahes vanusegrupis.

<b>Emotsioon</b>	<b>Noorema vanusegrupi õpilaste keskmine hinnang</b>	<b>Vanema vanusegrupi õpilaste keskmine hinnang</b>	<b><i>t</i>- väärtused</b>	<b><i>p</i></b>
Agressiivsus	6.35	6.1	0.92	0.179
Alistuvus	6.43	6.7	0.79	0.215
Armastus	5.35	4.7	1.82	0.035
Aukartus	6.29	5.5	1.82	0.006
Etteaimamine	4.89	4.5	1.31	0.095
Hirm	6.09	6.1	0.11	0.455
Kahetsus	5.22	4.7	1.49	0.068
Kurbus	5.82	5.5	1.05	0.147
Nõustumine	4.82	4.7	0.52	0.300
Optimism	5.25	5.1	0.64	0.262
Pettumus	5.99	5.3	2.41	0.008
Põlgus	6.25	6.0	0.75	0.226
Rõõm	4.12	4.2	0.11	0.458
Vastikus	6.30	6.2	0.44	0.330
Viha	5.81	5.3	1.35	0.089
Üllatus	5.36	5.2	0.45	0.327

*Märkus.* Hinnangud alaskaalal: 1="väga iseloomulik mulle" kuni 10="üldse mitte iseloomulik mulle".

**Lisa 10.** Õpilaste keskmised hinnangud oma emotsionaalsele minale ideaalse mina aspektis kahes vanusegrupis.

<b>Emotsioon</b>	<b>Noorema vanusegrupi õpilaste keskmine hinnang</b>	<b>Vanema vanusegrupi õpilaste keskmine hinnang</b>	<b><i>t</i>- väärtused</b>	<b><i>p</i></b>
Agressiivsus	7.9	7.4	1.63	0.05
Alistuvus	7.1	7.3	0.69	0.25
Armastus	4.4	3.6	1.96	0.03
Aukartus	7.2	6.6	1.74	0.05
Etteaimamine	5.1	4.4	1.74	0.04
Hirm	7.8	8.1	0.80	0.21
Kahetsus	6.8	7.4	1.70	0.05
Kurbus	7.5	8.1	2.06	0.02
Nõustumine	4.8	4.9	0.50	0.31
Optimism	4.4	3.8	1.59	0.06
Pettumus	7.6	7.4	0.81	0.21
Põlgus	7.3	7.5	0.85	0.20
Rõõm	2.6	2.3	0.95	0.17
Vastikus	7.9	7.9	0.20	0.42
Viha	7.5	7.6	0.34	0.37
Üllatus	5.1	4.6	1.39	0.08

*Märkus.* Hinnangud alaskaalal: 1="väga iseloomulik mulle" kuni 10="üldse mitte iseloomulik mulle".

**Lisa 11.** Õpilaste keskmised hinnangud oma emotsionaalsele minale sotsiaalse mina aspektis kahes vanusegrupis.

<b>Emotsioon</b>	<b>Noorema vanusegrupi õpilaste keskmine hinnang</b>	<b>Vanema vanusegrupi õpilaste keskmine hinnang</b>	<b><i>t</i>- väärtused</b>	<b><i>p</i></b>
Agressiivsus	6.9	6.6	0.96	0.169
Alistuvus	6.3	6.0	0.79	0.216
Armastus	5.6	5.1	1.36	0.088
Aukartus	6.5	5.9	1.91	0.029
Etteaimamine	5.1	4.9	0.67	0.252
Hirm	6.8	6.5	0.91	0.182
Kahetsus	6.1	6.1	0.18	0.430
Kurbus	6.7	7.0	0.98	0.165
Nõustumine	4.7	4.6	0.08	0.468
Optimism	4.7	4.5	0.61	0.270
Pettumus	6.7	6.3	1.30	0.098
Põlgus	6.8	6.7	0.17	0.432
Rõõm	4.0	3.3	2.30	0.011
Vastikus	6.9	7.1	0.40	0.346
Viha	6.6	6.8	0.52	0.301
Üllatus	5.5	5.4	0.32	0.375

*Märkus.* Hinnangud alaskaalal: 1="väga iseloomulik mulle" kuni 10="üldse mitte iseloomulik mulle".

## **Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja üldsusele kättesaadavaks tegemiseks**

Mina, Rita Grigor

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) minu loodud teose „Õpilaste hinnangud oma mina aspektide kohta“ mille juhendaja on Kristi Kõiv, reprodutseerimiseks eesmärgiga seda säilitada, sealhulgas lisada digitaalarhiivi DSpace kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.
2. Annan Tartu Ülikoolile loa teha punktis 1 nimetatud teos üldsusele kättesaadavaks Tartu Ülikooli veebikeskkonna, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace kaudu Creative Commons'i litsentsiga CC BY NC ND 3.0, mis lubab autorile viidates teost reprodutseerida, levitada ja üldsusele suunata ning keelab luua tuletatud teost ja kasutada teost ärieesmärgil, kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.
3. Olen teadlik, et punktides 1 ja 2 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.
4. Kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei riku ma teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse õigusaktidest tulenevaid õigusi.

*Rita Grigor*

*20.05.2024*