

Rīgas Stradiņa universitāte
Psiholoģijas laboratorija
Testu un aptauju reģistrs

1. Instrumenta nosaukums latviešu valodā, autora vārds uzvārds, adaptācijas vai izveides gads:

Īsā versija sportistu automātiskās iekšējās runas aptaujai (ASTQS-LV), adaptāciju latviešu valodā veica Beate Markāne, Viktorija Perepjolkina, 2019, RSU.

2. Instrumenta nosaukums oriģinālvalodā (adaptētajam instrumentam), autora vārds uzvārds, izveides gads:

A short version of the Automatic Self-Talk Questionnaire for Sports; ASTQS, Zourbanos, Hatzigeorgiadis, Chroni, Theodorakis, & Papaioannou, 2009;

3. Instrumenta vispārīgs raksturojums (ko mēra, cik un kādas skalas un jautājumi, atbilžu sniegšanas forma, atslēga jeb atbilžu interpretācija u.c.):

2009.gadā tika izveidota īsā versija sportistu automātiskās iekšējās runas aptaujai, lai varētu novērtēt sportista iekšējo runu. Sākotnējā versija sastāvēja no 40 apgalvojumiem, kas bija iedalīti četrās pozitīvas iekšējās runas dimensijās, kas sastāvēja no 19 apgalvojumiem. Un no četrām negatīvas runas dimensijām, kas sastāvēja no 21 apgalvojuma. Tomēr vēlāk tika izveidota šī testa īsā versija, kas sastāv no četriem pozitīviem apgalvojumiem un četriem negatīviem apgalvojumiem.

Tests sastāv no astoņiem apgalvojumiem, kuri ir iedalīti divās apakšskālās. Negatīva iekšējā runa bieži apstiprina un pastiprina negatīvus uzskatus un attieksmi, piemēram, bailes un viltus centienus, kam ir attiecīgi negatīva ietekme uz indivīda jūtām, piemēram, nevērtības izjūtu un reakcijām, piemēram, demotivācija (APA, 2018). Sportisti tiek apmācīti izmantot pozitīvu iekšējo runu, lai noskaidrotu ķermeņa darbību konkrētos veidos, lai spētu fokusēties, motivētu, pastiprinātu pašefektivitāti un sekmētu ideālas veiktspējas stāvokļa radīšanu (APA, 2018).

Sportistiem tika lūgts novērtēt cik bieži viņi pēdējo 3-4 nedēļu laikā domā par norādītajiem apgalvojumiem sacensību vai treniņu laikā. Apgalvojumi ir jānovērtē Likerta piecu punktu skalā, kur 1 = nekad, 2 = reti, 3 = dažreiz, 4 = bieži, 5 = vienmēr.

Tests attiecas uz pozitīvo un negatīvo iekšējo runu.

Galvenās pielietojuma jomas: sporta psiholoģija.

4. Informācija par instrumenta lietošanas noteikumiem:

Latviskotā aptaujas versija ir mūsu rīcībā. No adaptācijas autores saņemta informācija, ka aptauja ir brīvpieejas nekomerciālām pētnieciskām vajadzībām. Lūdzam pārbaudīt aktuālo oriģināla autora sniegto informāciju par instrumenta izmantošanas nosacījumiem Jūsu intereses brīdī un ja gadījumā instrumenta izmantošanai ir nepieciešama oriģināla autora atļauja, lūdzam Jūs vērsties pie oriģināla autora ar lūgumu izmantot latviski adaptēto instrumentu sava darba vajadzībām. Rakstiski saņemtā atļauja ir jāiesūta Psiholoģijas laboratorijas testu un aptauju reģistra atbildīgajai kontaktpersonai (skat. reģistra web). Jāaizpilda un jāiesūta arī web ievietotais iesniegums. Pēc tam, balstoties uz no oriģināla autora saņemto informāciju un/vai Jūsu iesniegumu, izsniegsim Jums instrumentu.

5. Pamatinformācija par adaptētā vai izveidotā instrumenta psihometriskajiem rādītājiem (piem. Kronbaha alfas koeficients) un/vai izlases raksturojums:

Oriģinālās aptaujas Kronbaha alfas rādītāji pozitīvai iekšējai runai ir 0,72, negatīvai iekšējai runai ir 0,69. Adaptētās versijas Kronbaha alfas rādītāji pozitīvai iekšējai runai ir 0,83, negatīvai iekšējai runai ir 0,39.

Informācija sagatavota RSU Psiholoģijas laboratorijā.

Ja Jums rodas jautājumi par šo aprakstu, interesē RSU adaptētie vai izveidotie instrumenti, to pieejamība, izmantošanas iespējas, kā arī rodas jebkuri jautājumi saistībā ar testu un aptauju reģistru, sazinieties ar Psiholoģijas laboratorijas testu un aptauju reģistra atbildīgo kontaktpersonu. Kontaktinformāciju meklējiet reģistra mājas lapā: <https://www.rsu.lv/psihologijas-laboratorija/testu-aptauju-registrs>