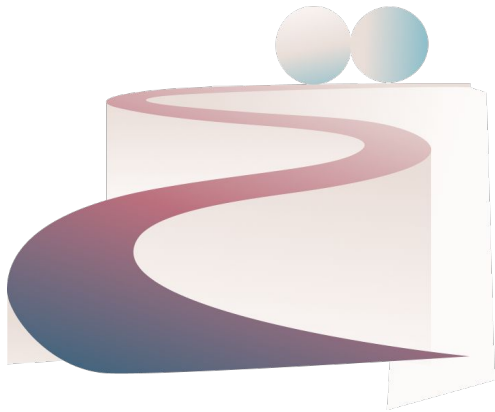


Renginio “Ėjimas” poveikis dalyvių emocinei būklei



Renginio “Ėjimas” tyrimo duomenys patvirtino tikrą aktyvaus laisvalaikio ir bendruomenės efektą gerai savijautai.

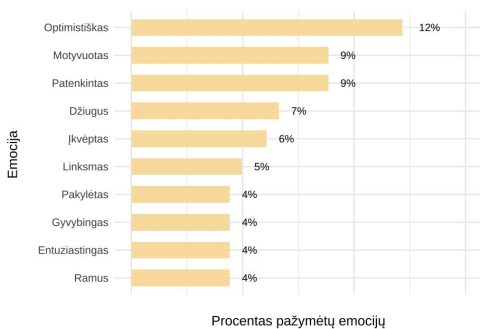
Ėjikai atvyko į renginį puikiai nusiteikę - maloni nuotaika ir aukštas energijos lygis išliko viso ėjimo metu - net 85% visų dalyvių emocijų buvo aukštos Energijos ir aukšto Malonumo kategorijoje!

Nuo ėjimo pradžios iki pabaigos, tokios emocijos pakilo nuo 83% iki 87%.

Didžiausias Malonumo lygis buvo pasiektas dienos viduryje, 12-13 valandą, prasidėjus finišavimo etapui.

Žemiausią Energijos lygį ėjikai jautė apie 16 valandą, ėjimo renginiui einant į pabaigą.

Ėjimo metu labiausiai dominavo optimizmas, motyvacija, entuziazmas



Virš 20% ėjimų jautėsi optimistiškai ir motyvuotai.

Vyravo ir kitos mažiau populiarios emocijos, tokios kaip susikaupimas, dėkingumas, ramybė.

Ėjimo pabaigoje labiausiai išryškėjo pasididžiavimo, džiaugsmo, įkvėpimo jausmai

Net 10% ėjimų jautė pasididžiavimą nueitais kilometrais. Dalyviai taip pat jautėsi linksmi, laimingi, o svarbiausia - įkvėpti ir pakylėti.

Šio tyrimo rezultatai patvirtina, jog ėjimas ir bendruomenė - padeda palaikyti gerą savijautą, įkvėpia energijos, optimizmo ir motyvacijos!

