

პოზიტიური განათლების ინტერვენციების გავლენა მოსწავლეთა  
ფსიქოლოგიურ კეთილდღეობაზე, ოპტიმიზმზე, შფოთვისა და  
აკადემიურ მოსწრებაზე

ნათელა რევაზიშვილი

*სამაგისტრო ნაშრომი წარმოდგენილია ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტის  
მეცნიერებათა და ხელოვნების ფაკულტეტზე განათლების ფსიქოლოგიის მაგისტრის  
აკადემიური ხარისხის მინიჭების შესაბამისად*

სამაგისტრო პროგრამა: განათლების ფსიქოლოგია  
სამეცნიერო ხელმძღვანელი: მია წერეთელი,  
ფსიქოლოგიის მეცნიერებათა დოქტორი, ასოცირებული პროფესორი

ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტი  
თბილისი, 2020

## განაცხადი

როგორც წარდგენილი სადისერტაციო ნაშრომის ავტორი, ვაცხადებ, რომ ნაშრომი წარმოადგენს ჩემს ორიგინალურ ნამუშევარს და არ შეიცავს სხვა ავტორების მიერ აქამდე გამოქვეყნებულ, გამოსაქვეყნებლად მიღებულ ან დასაცავად წარდგენილ მასალებს, რომლებიც ნაშრომში არ არის მოხსენიებული ან ციტირებული სათანადო წესების შესაბამისად.

ნათელა რევაზიშვილი

10.07.2020

## აბსტრაქტი

პოზიტიური ფსიქოლოგიის ინტერვენციებმა, მნიშვნელოვანი ადგილი დაიკავა თანამედროვე განათლებაში და 1990 წლიდან, როდესაც მარტინ სელიგმანმა და მისმა გუნდმა პირველად შეიტანეს სკოლებში განათლების სრულიად ახალი პროგრამა, ამ ინტერვენციების გარკვეულ ერთობლიობას, პოზიტიური განათლება დაერქვა. პოზიტიური განათლება, საგანმანათლებლო სივრცეში აკადემიურთან ერთად ფსიქოლოგიური კეთილდღეობის უნარების სწავლებას გულისხმობს და ეს მიდგომა წარმატებით დაინერგა მსოფლიოს სხვადასხვა ქვეყანაში.

წინამდებარე კვლევაში აღწერილია საქართველოში პირველი ნაბიჯები პოზიტიური განათლების დანერგვისა სკოლაში და მისი გავლენა მოსწავლეთა ფსიქოლოგიურ კეთილდღეობაზე, ოპტიმიზმზე, შფოთვისა და აკადემიურ მოსწრებაზე. კვლევაში მონაწილეობა მიიღო თბილისის კერძო, “ათასწლეულის სკოლის” 10-11 წლის 30-მა მოსწავლემ. სასწავლო წლის დასაწყისში და მის ბოლოს ბავშვებმა შეავსეს კეთილდღეობის (The EPOCH Measure of Adolescent Well-being), ოპტიმიზმის (The Children’s Attributional Style Questionnaire (CASQ)) და შფოთვის (Trait Anxiety Inventory (STAI) კითხვარები, და შედეგების შედარება მოხდა ინტერვენციების და საკონტროლო ჯგუფის მონაცემებს შორის.

შედეგებმა აჩვენა, რომ პრეპუბერტატის ასაკში მყოფ ცდის პირებში, ფსიქოლოგიური კეთილდღეობის და ოპტიმიზმის დონე იმაზე დაბალია, ვიდრე სხვა ქვეყნებში აქამდე ჩატარებულ ცდის პირებში. სამაგიეროდ მაღალია პიროვნული შფოთვის დონე. კვლევის ამგვარი შედეგები პოზიტიური ფსიქოლოგიის სასკოლო ინტერვენციების საჭიროებაზე მიუთითებს.

პოზიტიური განათლების ინტერვენციების შემდეგ, შფოთვის, ოპტიმიზმის და ფსიქოლოგიური კეთილდღეობის დონეებს შორის სტატისტიკურად მნიშვნელოვანი განსხვავება არ აღმოჩნდა ექსპერიმენტულ და საკონტროლო ჯგუფებში. თუმცა შედეგებმა მნიშვნელოვანი უარყოფითი კორელაციები აჩვენა, შფოთვისა და ოპტიმიზმს და შფოთვისა და ფსიქოლოგიურ კეთილდღეობას შორის. დადებითი კავშირია, ოპტიმიზმისა და ფსიქოლოგიური კეთილდღეობის დონეებს შორის. მონაცემების ამგვარი გადანაწილება კიდევ ერთხელ ხაზს უსვამს, რომ ოპტიმიზმის

და ფსიქოლოგიური კეთილდროობის სწავლებას სკოლებში მნიშვნელოვანი სარგებლის მოტანა შეუძლია.

კვლევის შედეგებით ჰიპოთეზების ნაწილი არ გამართლდა, რის მიზეზადაც, დიდ წილად ბოლოდროინდელი მოვლენები შეიძლება ჩაითვალოს, რომელიც კოვიდ-19-ის პანდემიის გამო სკოლების მოულოდნელ დაკეტვას უკავშირდება. მიუხედავად ამისა, თავისთავად კვლევა მნიშვნელოვანი პირველი ეტაპია პოზიტიური განათლების პროგრამის დანერგვის გზების ძიებაში. აღნიშნულმა პროგრამამ კიდევ უფრო სერიოზული დატვირთვა შეიძინა გარემოებების გათვალისწინებით და სამომავლო განვითარებაც უფრო სწრაფად გახდა პრიორიტეტული.

საკვანძო სიტყვები: სკოლა, პოზიტიური განათლება, ფსიქოლოგიური კეთილდღეობა, ოპტიმიზმი, ატრიბუციის სტილები, შფოთვა, აკადემიური მოსწრება, პრეპუბერტატის ასაკი.

## **Abstract**

Positive psychology based interventions hold an important place in modern education. Since 1990, when Martin Seligman and his team first introduced a completely new approach to education program in schools, these interventions took a name of positive education. Positive education means teaching both wellbeing and academic skills in an educational setting. This model was successfully implemented across the world.

The present study introduces the first steps of implementing the positive education in Georgian school and its impact on students wellbeing, optimism, anxiety and academic performance. Participants were 30 private „Millennium School“ students. The age of participants was 10-11. They completed wellbeing (The EPOCH Measure of Adolescent Well-being), optimism (The Children's Attributional Style Questionnaire (CASQ)) and anxiety (Trait Anxiety Inventory (STAI)) questionnaires at the beginning and at the end of the school year and the results were compared between experimental and control groups.

The results showed, that children in pre-puberty age had much lower levels of wellbeing and optimism, compared to research done in other countries.. Although the levels of anxiety were

high. These results show the importance of positive psychology interventions practiced in schools.

There was no statistically significant difference between experimental and control groups after the interventions. But the results showed important negative correlations between anxiety and optimism levels and between anxiety and wellbeing levels. These reports confirm, that teaching optimism and wellbeing skills in schools are very beneficial.

Although most of the hypothesis were rejected, the reason of which is likely to be the latest events of school closure due to the Covid -19 pandemic, this study is a very significant for the research of the ways of positive education program implementation. Given the circumstances positive education program is now of even higher priority.

Keywords: school, positive education, wellbeing, optimism, attributional styles, anxiety, academic performance, pre puberty.