

სწავლა-მუშობის ბალანსი და მასთან ასოცირებული სტრესი ქართველ
სტუდენტებში

ლაშა ელიაშვილი

*სამაგისტრო ნაშრომი წარდგენილია ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტის
ფსიქოლოგიის ფაკულტეტზე კლინიკური ფსიქოლოგიის მაგისტრის აკადემიური
ხარისხის მინიჭების მოთხოვნების შესაბამისად*

კლინიკური ფსიქოლოგია

სამეცნიერო ხელმძღვანელი: ქეთევან მაცაშვილი, პროფესორი

ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტი

თბილისი, 2024

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

ლაშა ელიაშვილი

20.06.2024

აბსტრაქტი

უკანასკნელ წლებში გაიზარდა ისეთი სტუდენტების რაოდენობა, რომლებიც სწავლის პარალელურად მუშაობას იწყებენ. მოცემული როლების შეთავსებამ შესაძლოა სტუდენტებში აღქმული სტრესის დონე აამაღლოს, რაც თავის მხრივ მნიშვნელოვან გავლენს ახდენს როგორც აკადემიურ მოსწრებაზე, ასევე სამსახურეობრივი მოვალეობების შესრულებაზე. მოცემული კვლევის მიზანი იყო შეესწავლა ქართველ სტუდენტებში სწავლასა და მუშაობას შორის არსებული ბალანსი და მასთან ასოცირებული აღქმული სტრესი. კვლევა ჩატარდა რაოდენობრივი კვლევის მეთოდის გამოყენებით. მონაწილეების რაოდენობა 104-ს შეადგენდა და ასაკი გადანაწილებული იყო 17-სა და 29 წლებს შორის. გამოკითხვას ჰქონდა ანკეტირების ფორმა, რომელიც ონლაინ გადაეგზავნათ სტუდენტებს. სტრესის გასაზომად გამოყენებული იქნა „აღქმული სტრესის სკალა“. შედეგებში გამოიკვეთა, რომ მუშაობისთვის და სწავლისთვის დათმობილ საათების რაოდენობას არ აქვს გავლენა აღქმულ სტრესზე როგორც ცალკე-ცალკე, ასევე ერთად. გარდა ამისა, აღქმული სტრესი არ კორელირებს სამუშაო აკადემიურ მოსწრებასთან. ასევე კვლევაში გამოჩნდა, რომ ის სტუდენტები, რომლებიც დასაქმებულნი არიან საკუთარი პროფესიით, უფრო დაბალ აღქმულ სტრესს განიცდიან, ვიდრე სტუდენტები, რომლებიც დასაქმებულნი არიან, მაგრამ არა საკუთარი პროფესიით. კვლევის შედეგები მიუთითებს რელევანტური სამუშაოს მნიშვნელოვნებაზე სტრესის სამართავად და მნიშვნელოვან რეკომენდაციებს იძლევა როგორც სტუდენტებისთვის, ასევე საგანმანათლებლო ინსტიტუტებისთვისა და დამსაქმებლებისთვის.

ძირითადი საძიებო სიტყვები: აღქმული სტრესი, სწავლა-მუშაობის ბალანსი, აკადემიური მოსწრება, საკუთარი პროფესიით დასაქმება.

Abstract

In recent years, the number of students who start working alongside their studies has increased. Balancing these roles may raise perceived stress levels among students, which, in turn, significantly impacts both academic performance and job duties. This study aimed to examine the balance between study and work and the associated perceived stress among Georgian students. The study was conducted using a quantitative research method. The number of participants was 104, and their ages ranged from 17 to 29. The survey was conducted in the form of a questionnaire sent online to students. The "Perceived Stress Scale" was used to measure stress. The results revealed that the number of hours dedicated to work and study does not affect perceived stress, either separately or together. Additionally, perceived stress does not correlate with average academic performance. The study also showed that students employed in their field of study experience lower perceived stress compared to those employed in unrelated fields. The findings of the study highlight that in order to manage stress it is important to be employed in the same field as your education. The study gives essential recommendations for students, educational institutions, and employers.

Key Words: Perceived stress, Study-work balance, Academic grades, Field-related employment.