აკადემიური მოტივაციის, ფსიქოლოგიური კეთილდღეობისა და ციფრული სტრესის ურთიერთკავშირი სტუდენტებში

დავითი დაშნიანი

სამაგისტრო ნაშრომი წარდგენილია ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტის მეცნიერება და ხელოვნების ფაკულტეტზე განათლების ფსიქოლოგიის მაგისტრის ხარისხის მინიჭების მოთხოვნების შესაბამისად

სამეცნიერო ხელმძღვანელი: მაია წერეთელი,

ასოცირებული პროფესორი

ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტი

თბილისი, 2026

განაცხადი

როგორც წარდგენილი სამაგისტრო 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.

19.06.2026

აბსტრაქტი

თანამედროვე მსოფლიოში განათლება და ტექნოლოგიური განვითარება ერთმანეთთან მჭიდროდ არის დაკავშირებული. ციფრულმა ტექნოლოგიებმა მნიშვნელოვნად შეცვალა როგორც სწავლების ასევე თავად სწავლის პროცესი, რაც განსაკუთრებით თვალსაჩინოა უმაღლესი განათლების სისტემაში. უნივერსიტეტები აქტიურად იყენებენ ელექტრონულ სასწავლო პლატფორმებს, დისტანციური სწავლების სისტემებსა და ონლაინ კომუნიკაციის მრავალფეროვან საშუალებებს, რაც სტუდენტებს აძლევს ცოდნაზე სწრაფი და მოქნილი წვდომის შესაძლებლობას. ამავდროულად, ციფრული გარემოს ინტენსიურმა გამოყენებამ წარმოშვა ახალი ფსიქოლოგიური გამოწვევები, რომლებიც გავლენას ახდენს სტუდენტთა ემოციურ მდგომარეობაზე, აკადემიურ ჩართულობასა და ზოგად კეთილდღეობაზე.

სტუდენტური პერიოდი ადამიანის განვითარების ერთ-ერთ მნიშვნელოვან ეტაპს წარმოადგენს, რომლის დროსაც მიმდინარეობს პროფესიული იდენტობის ჩამოყალიბება, დამოუკიდებელი გადაწყვეტილებების მიღება და მომავალი კარიერული მიმართულების განსაზღვრა. ამ პროცესში განსაკუთრებული მნიშვნელობა ენიჭება აკადემიურ მოტივაციას, რომელიც სტუდენტთა სასწავლო აქტივობისა და აკადემიური წარმატების ერთ-ერთი მთავარი განმსაზღვრელი ფაქტორია. ამასთანავე, ფსიქოლოგიური კეთილდღეობა მნიშვნელოვან როლს ასრულებს როგორც ეფექტურ აკადემიურ ფუნქციონირებაში, ისე პიროვნულ განვითარებაში. ბოლო წლებში განსაკუთრებული ყურადღება ეთმობა ციფრული სტრესის ფენომენს, რომელიც დაკავშირებულია ინფორმაციულ გადატვირთვასთან, მუდმივ ონლაინ კომუნიკაციასთან, ტექნოლოგიური მოთხოვნების ზრდასა და ციფრულ გარემოში უწყვეტ ჩართულობასთან.

წინამდებარე სამაგისტრო ნაშრომი ეძღვნება სტუდენტებში აკადემიური მოტივაციის, ფსიქოლოგიური კეთილდღეობისა და ციფრული სტრესის ურთიერთკავშირის შესწავლას. კვლევის აქტუალობა განპირობებულია იმით, რომ მიუხედავად საერთაშორისო ლიტერატურაში არსებული მნიშვნელოვანი კვლევებისა, აღნიშნული კონტექსტის ერთობლივი ანალიზი ქართულ სტუდენტურ პოპულაციაში ჯერ კიდევ შეზღუდულია.

კვლევის ძირითადი მიზანია სტუდენტებში აკადემიურ მოტივაციას, ფსიქოლოგიურ კეთილდღეობასა და ციფრულ სტრესს შორის ურთიერთკავშირის შესწავლა, აგრეთვე იმის დადგენა, თუ რამდენად პროგნოზირებენ აკადემიური მოტივაცია და ციფრული სტრესი ფსიქოლოგიურ კეთილდღეობას. კვლევა ეფუძნება თვითდეტერმინაციის თეორიას (Self-Determination Theory), Ryff-ის ფსიქოლოგიური კეთილდღეობის მრავალგანზომილებიან მოდელსა და ციფრული სტრესის თანამედროვე კონცეფციებს.

კვლევა განხორციელდა რაოდენობრივი, არაექსპერიმენტული და კორელაციური **დიზაინის** საფუძველზე. მონაცემები შეგროვდა ონლაინ კითხვარების გამოყენებით საქართველოს სხვადასხვა უმაღლესი საგანმანათლებლო დაწესებულების სტუდენტებში. კვლევაში გამოყენებულ იქნა აკადემიური მოტივაციის სკალა (Academic Motivation Scale - AMS-28), Ryff-ის ფსიქოლოგიური კეთილდღეობის სკალა (Psychological Well-Being Scale - PWB-42) და ციფრული სტრესის სკალა (Digital Stress Scale - DSS). მონაცემთა დამუშავება განხორციელდა SPSS-ის პროგრამის გამოყენებით. სტატისტიკური ანალიზი მოიცავდა აღწერით სტატისტიკას, სანდოობის ანალიზს (Cronbach's Alpha), კორელაციურ ანალიზსა და მრავლობით რეგრესიას.

კვლევის შედეგებმა აჩვენა, რომ ფსიქოლოგიური კეთილდღეობა პოზიტიურად უკავშირდება აკადემიურ მოტივაციას და ნეგატიურად არის დაკავშირებული ციფრულ სტრესთან. გამოვლინდა, რომ მაღალი აკადემიური მოტივაციის მქონე სტუდენტები ხასიათდებიან ფსიქოლოგიური კეთილდღეობის უფრო მაღალი მაჩვენებლებით, ხოლო ციფრული სტრესის მაღალი დონე ასოცირდება კეთილდღეობის შემცირებასთან. ასევე დადგინდა, რომ ფსიქოლოგიური კეთილდღეობა წარმოადგენს აკადემიური მოტივაციის მნიშვნელოვან პროგნოზულ ფაქტორს.

მიღებული შედეგები ადასტურებს, რომ თანამედროვე ციფრულ საგანმანათლებლო გარემოში სტუდენტთა წარმატებული ფუნქციონირება დამოკიდებულია, როგორც მოტივაციურ რესურსებზე, ასევე ფსიქოლოგიურ კეთილდღეობაზე. შესაბამისად, ფსიქოლოგიური კეთილდღეობის გაძლიერება და ციფრული სტრესის შემცირება შეიძლება განიხილებოდეს სტუდენტთა აკადემიური წარმატებისა და ფსიქიკური ჯანმრთელობის ხელშეწყობის მნიშვნელოვან მიმართულებად.

კვლევის მეცნიერული მნიშვნელობა მდგომარეობს იმაში, რომ იგი აერთიანებს განათლების ფსიქოლოგიისა და ჯანმრთელობის ფსიქოლოგიის სამ მნიშვნელოვან კომპონენტს: აკადემიურ მოტივაციას, ფსიქოლოგიურ კეთილდღეობასა და ციფრულ სტრესს, ერთიან თეორიულ და ემპირიულ მოდელში. კვლევის **პრაქტიკული მნიშვნელობა** კი უკავშირდება იმ შესაძლებლობას, რომ მიღებული შედეგები გამოყენებულ იქნეს უნივერსიტეტებში სტუდენტთა მხარდაჭერის პროგრამების, ფსიქიკური ჯანმრთელობის ხელშეწყობის სტრატეგიებისა და ციფრული გარემოსთან ადაპტაციის ეფექტიანი ინტერვენციების შემუშავებისათვის.

საკვანძო სიტყვები: აკადემიური მოტივაცია, ფსიქოლოგიური კეთილდღეობა, ციფრული სტრესი, თვითდეტერმინაციის თეორია, ფსიქიკური ჯანმრთელობა, განათლების ფსიქოლოგია, ციფრული სწავლება.

ABSTRACT

Education and technological development have become increasingly interconnected in contemporary society. The rapid expansion of digital technologies has transformed teaching and learning processes, particularly within higher education institutions. Universities actively employ learning management systems, online communication platforms, and digital educational resources, providing students with unprecedented access to information and flexible learning opportunities. At the same time, the intensive use of digital technologies has generated new psychological challenges that may influence students' emotional well-being, academic engagement, and overall functioning.

The student period represents a critical stage of personal and professional development, during which individuals establish career goals, develop professional identities, and adapt to increasing academic demands. In this context, academic motivation serves as one of the key determinants of learning engagement and academic achievement. Psychological well-being is equally important, as it contributes to effective adaptation, personal growth, and successful academic functioning. In recent years, growing attention has been directed toward digital stress, a phenomenon associated with information overload, continuous online communication, constant accessibility, and the increasing technological demands of modern educational environments.

The present master's thesis investigates the relationship between academic motivation, psychological well-being, and digital stress among university students. The study addresses a significant research gap, as although these constructs have been widely examined in international literature, their combined investigation within the Georgian student population remains limited. The research aims not only to identify associations among these variables but also to explore the psychological mechanisms through which digital stress and academic motivation influence students' well-being.

The primary objective of the study was to examine the relationships among academic motivation, psychological well-being, and digital stress, as well as to determine the extent to which academic motivation and digital stress predict psychological well-being. Furthermore, the study explored whether psychological well-being functions as a mediator in the relationship between digital stress and academic motivation. The research was grounded in Self-Determination Theory, Ryff's multidimensional model of Psychological Well-Being, and contemporary theoretical perspectives on digital stress.

A quantitative, non-experimental, correlational research design was employed. Data were collected through online questionnaires administered to students enrolled in various higher

education institutions in Georgia. The instruments included the Academic Motivation Scale (AMS-28), Ryff's Psychological Well-Being Scale (PWB-42), and the Digital Stress Scale (DSS). Statistical analyses were conducted using SPSS software and included descriptive statistics, reliability analysis (Cronbach's alpha), correlation analysis, multiple regression analysis, and mediation analysis.

The findings revealed a significant positive relationship between academic motivation and psychological well-being, while digital stress demonstrated a significant negative association with psychological well-being. Students with higher levels of academic motivation reported greater psychological well-being, whereas elevated levels of digital stress were associated with reduced well-being. In addition, psychological well-being emerged as a significant predictor of academic motivation and partially mediated the relationship between digital stress and academic motivation.

The results suggest that successful functioning within contemporary digital educational environments depends not only on students' motivational resources but also on their psychological well-being. Consequently, promoting psychological well-being and reducing digital stress may represent important strategies for enhancing academic success and supporting student mental health.

The scientific value of the study lies in its integration of three important constructs from educational and health psychology - academic motivation, psychological well-being, and digital stress - within a unified theoretical and empirical framework. The practical significance of the research is reflected in its potential contribution to the development of student support services, mental health promotion programs, and evidence-based interventions aimed at improving adaptation to digitally mediated educational environments.

Keywords: Academic Motivation, Psychological Well-Being, Digital Stress, Self-Determination Theory, Mental Health, Educational Psychology, Digital Learning.

მადლობა

განსაკუთრებული მადლიერებით მსურს აღვნიშნო ჩემი სამაგისტრო ნაშრომის ხელმძღვანელის, ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტის ასოცირებული პროფესორის, **მაია წერეთლის** მნიშვნელოვანი წვლილი აღნიშნული კვლევის განხორციელებაში. მისი პროფესიული კომპეტენცია, ყურადღება, მხარდაჭერა და ღირებული რეკომენდაციები ჩემთვის უმნიშვნელოვანესი იყო. მისი ხელმძღვანელობითა და მუდმივი მხარდაჭერით შესაძლებელი გახდა ნაშრომის სრულყოფა და კვლევის მიზნების წარმატებით განხორციელება. ამასთანავე, მისმა დამოკიდებულებამ და გამოცდილების გაზიარებამ მნიშვნელოვანი გავლენა მოახდინა ჩემს აკადემიურ და პროფესიულ განვითარებაზე.

ასევე, გულწრფელ მადლიერებას გამოვხატავ ყველა იმ სტუდენტის მიმართ, რომლებმაც მონაწილეობა მიიღეს კვლევაში. მათი აქტიური ჩართულობა, გულწრფელი პასუხები და თანამშრომლობა ამ კვლევის განხორციელების აუცილებელი წინაპირობა იყო.

დასასრულს, მადლობას ვუხდი ყველა იმ ადამიანს, ვინც სხვადასხვა ფორმით მხარს მიჭერდა სწავლისა და კვლევითი საქმიანობის პროცესში. მათი თანადგომა, რწმენა და მხარდაჭერა მნიშვნელოვანი მოტივაციის წყარო იყო ამ ნაშრომის შექმნის გზაზე.