ემოციური რეგულაციისა და აღქმული სოციალური მხარდაჭერის მიმართებები მედეგობასთან ადრეულ ზრდასრულობაში

თამარ კილაძე

სამაგისტრო ნაშრომი წარდგენილია ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტის მეცნიერებათა და ხელოვნების ფაკულტეტზე კლინიკური ფსიქოლოგიის მაგისტრის აკადემიური ხარისხის მინიჭების მოთხოვნის შესაბამისად

კლინიკური ფსიქოლოგიის სამაგისტრო პროგრამა

ხელმძღვანელი: ნინო სხირტლაძე

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.

აბსტრაქტი

ადრეული ზრდასრულობის პერიოდი დაკავშირებულია მრავალ ფსიქოლოგიურ და სოციალურ გამოწვევასთან, რომლებიც ინდივიდის ადაპტაციის უნარს კრიტიკულ მნიშვნელობას ანიჭებს. მიუხედავად იმისა, რომ ამ პროცესში ინდივიდის მედეგობის მნიშვნელობა ფართოდ არის აღიარებული, შედარებით მცირეა იმ კვლევების რაოდენობა, რომლებიც მედეგობას ადრეული ზრდასრულობის პერიოდში შეისწავლის. მოცემული კვლევის მიზანს წარმოადგენს ემოციური რეგულაციისა და აღქმული სოციალური მხარდაჭერის კავშირების შესწავლა მედეგობასთან, ადრეული ზრდასრულობის პერიოდში. კვლევაში მონაწილეობა მიიღო 90-მა ადამიანმა, რომელთა ასაკიც მერყეობს 18-დან 25 წლამდე (*M*=22.11; *SD*=2.5). მედეგობის საკვლევად გამოვიყენეთ მედეგობის მოკლე სკალა; ემოციური რეგულაცია გავზომეთ გროსის ემოციური რეგულაციის კითხვარით; აღქმული სოციალური მხარდაჭერის გასაზომად გამოვიყენეთ აღქმული სოციალური მხარდაჭერის მრავალგანზომილებიანი კითხვარი. ყველა ინსტრუმენტი თვითანგარიშის ტიპისაა. სქესის მიხედვით განსხვავებები შევამოწმეთ სტიუდენტის *t* კრიტერიუმით, დამოუკიდებელი შერჩევისთვის. ქალებსა და მამაკაცებს შორის მნიშვნელოვანი განსხვავება არ დაფიქსირდა არცერთ მოცემულ ცვლადთან. სტანდარტული მრავლობითი რეგრესიის მეშვეობით შევამოწმეთ თუ რამდენად შეეძლო და აღქმულ სოციალურ მხარდაჭერასა და ემოციურ რეგულაციას ეწინასწარმეტყველა მედეგობა. ანალიზმა აჩვენა, რომ აღქმული სოციალური მხარდაჭერა და კოგნიტური გადაფასება წარმოადგენს მედეგობის დადებით პრედიქტორს. ემოციური ჩახშობა კი მედეგობის ნეგატიური პრედიქტორია.

საკვანძო სიტყვები: მედეგობა, აღქმული სოციალური მხარდაჭერა, ემოციური რეგულაცია, კოგნიტური გადაფასება, ემოციური ჩახშობა.

Abstract

Emerging adulthood is associated with numerous psychological and social challenges that render an individual's adaptability critically important. Although the significance of resilience in the process of effective adaptation and coping with difficulties is widely recognized, there is a relatively small number of studies examining resilience during emerging adulthood. The purpose of this study is to examine the relationships of emotion regulation and perceived social support with resilience in emerging adulthood. A total of 90 individuals aged 18 to 25 (M = 22.11; SD = 2.5) participated in the study. To assess resilience, we used the Brief Resilience Scale; to assess emotion regulation, we used Gross's Emotion Regulation Questionnaire; and to measure perceived social support, we used the Multidimensional Scale of Perceived Social Support. All instruments are self-report measures. Gender differences were examined using Student's t-test for independent samples. No significant differences were found between women and men across any of the given variables. Standard multiple regression was utilized to examine the extent to which perceived social support and emotion regulation could predict resilience. The analysis revealed that perceived social support and cognitive reappraisal are positive predictors of resilience, whereas emotional suppression is a negative predictor of resilience.

Keywords: Resilience, Perceived Social Support, Emotion Regulation, Cognitive Reappraisal, Expressive Suppression.

მადლობა

გაწეული შრომისა და დახმარებისთვის მინდა მადლობა გადავუხადო ჩემს ხელმძღვანელს, ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტის პროფესორს ნინო სხირტლაძეს, რომელიც აქტიურად იყო ჩართული პროცესში და ყველა კითხვაზე ამომწურავად მპასუხობდა. მისი რეკომენდაციები დამეხმარა სამაგისტრო ნაშრომის დასრულებაში. ასევე, მადლობა მინდა გადავუხადო კვლევაში მონაწილე თითოეულ რესპოდენტს.