



დასაქმებული სტუდენტების ჯანმრთელობის მდგომარეობა და სტრესი

თენგიზ ვერულავა¹ ანი ჯოლბორდი²

¹ მედიცინის აკადემიური დოქტორი, ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტის პროფესორი

² ივ. ჯავახიშვილის სახელობის თბილისის სახელმწიფო უნივერსიტეტის სოციალურ და პოლიტიკურ მეცნიერებათა ფაკულტეტი

აბსტრაქტი

შესავალი: ნაშრომი ეხება დასაქმებული სტუდენტების კონკრეტულად - სუპერ-მარკეტებსა და კვების ობიექტებში დასაქმებული სტუდენტების - ჯანმრთელობის მდგომარეობისა და სტრესის შესწავლას. ნაშრომში ძირითადი აქცენტი კეთდება დასაქმებული სტუდენტების იმ პრობლემებზე, რაც დაკავშირებულია, მათ სამუშაოსთან და ზოგადად დატვირთულ გრაფიკთან. განიხილება ძილის, სწავლის, სამუშაო გრაფიკის და ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული პრობლემები. **მეთოდოლოგია:** კვლევა ჩატარდა რაოდენობრივი კვლევის მეთოდის ტექნიკის - ანკეტირების გამოყენებით. შერჩევის მეთოდი: თოვლის გუნდა. კვლევის შედეგად გამოიკითხა 50 რესპონდენტი. **შედეგები, დისკუსია:** სტუდენტების უმრავლესობა ირჩევს მარტივ სამუშაო ადგილებს, რომლებიც არ საჭიროებს სპეციალიზებულ უნარებს. აღნიშნული მეტყველებს, რომ სტუდენტების დასაქმება ძირითადად დაკავშირებულია შემოსავლების მიღებასთან და ხელს არ უწყობს გამოცდილების მიღებას. დასაქმებული სტუდენტებისთვის სირთულეს წარმოადგენს სამუშაოსა და სწავლის შეთავსება. არასასწავლო საქმიანობაზე დიდი დატვირთვა ხელს უშლის სტუდენტებს სასწავლო პროცესში სათანადოდ ჩართულობას. ძილის დარღვევა უარყოფითად ზემოქმედებს სტუდენტების ჯანმრთელობასა და ფსიქიკურ მდგომარეობაზე. **დასკვნა, რეკომენდაციები:** კვლევის შედეგად მიღებული დასკვნები მნიშვნელოვანი

ინფორმაციის წყაროა უნივერსიტეტებისათვის, სამთავრობო და არასამთავრობო ორგანიზაციებისათვის, რომლებიც ჩართულნი არიან სტუდენტთა დასაქმების ხელშეწყობის პოლიტიკის შემუშავებაში.

საკვანძო სიტყვები: სტუდენტების დასაქმება, სტრესი, ძილის დარღვევა.

ციტირება: თენგიზ ვერულავა, ანი ჯოლბორდი. დასაქმებული სტუდენტების ჯანმრთელობის მდგომარეობა და სტრესი. *ჯანდაცვის პოლიტიკა, ეკონომიკა და სოციოლოგია*, 2018; 4.

Tengiz Verulava¹, Ani Jolbord²

Health status and stress of employed students

¹ *Doctor of Medicine, professor of Ilia State University*

² *Faculty of Social and Political Sciences, Iv. Javakhishvili Tbilisi State University*

Abstract

Health status and stress of employed students

Introduction: This work studies the health and stress of students, who work in super-markets and food objects. The work focuses on students' problems related to their job and general load schedule. Considered: sleep, study, work schedule, and health problems. **Methodology:** The method used a quantitative research method technique - questioning. **Sampling Method:** snowball. Result of research 50 respondents were interviewed. **Results, Discussion:** Most students choose simple jobs that do not require specialized skills. This indicates that the student's employment is mainly related to receiving income and does not help to gain experience. Difficulties for employed students constitute work and learning combinations, large loading of non-teaching activities, disturbs students from engaging in the learning process. Sleep disturbance have a negative affects the health and mental condition of students. **Conclusions and Recommendations:** Conclusions received from the research are a source of information for universities, governmental and non-governmental organizations which are involved in the development of student employment support policies.

Keywords: Student's employment, stress, sleep disturbance.

Quote: Tengiz Verulava, Ani Jolbord, Health status and stress of employed students. *Health Policy, Economics and Sociology* 2018; 4.

შესავალი

სიცოცხლის სტუდენტები საქართველოს მოსახლეობის ერთ-ერთი წარმომადგენლობითი ჯგუფია: ამჟამად საქართველოში 140 200-ზე მეტი სტუდენტი სწავლობს (მთლიანი მოსახლეობის 3.8%). სტუდენტები შეიძლება ჩაითვალოს მოსახლეობის ცალკე ჯგუფად, რომელთაც საკუთარი ცხოვრების წესი, განწყობები და ქცევები აქვთ. სტუდენტური ახალგაზრდობის პრობლემები ერთ-ერთ აქტუალურ, ფართოდ და მრავალმხრივად განხილვად საკითხს წარმოადგენს. ამ სოციალურ-დემოგრაფიული ჯგუფის მთავარი პრობლემაა ფიზიკური და ფსიქიკური ჯანმრთელობა.

არსებობს ბევრი კითხვა, რომლებიც დაკავშირებულია სტუდენტების ჯანმრთელობის განმტკიცების ახალი მიდგომების ჩამოყალიბებასთან. აუცილებელია გავითვალისწინოთ ის ფაქტი, რომ სტუდენტები წარმოადგენენ ჯგუფს, რომლებიც იმყოფებიან სოციალური და ფიზიოლოგიური სიმწიფის ჩამოყალიბების პერიოდში, პროფესიული განათლების მიღების პერიოდში - ზრდისა და განვითარების გრძელვადიანი პროცესის ეტაპზე. ერთის მხრივ, სტუდენტები ადვილად ადაპტირდებიან სოციალური და ბუნებრივი გარემოს ფაქტორებთან, მაგრამ ამავე დროს აქვთ ჯანმრთელობის მდგომარეობის დაზიანების მაღალი რისკი.

უნივერსიტეტში სწავლის პერიოდში ხდება არა მარტო ცოდნის შეძენა, არამედ ახალგაზრდების აქტიური ჩართვა სხვადასხვა საქმიანობაში (სპორტი, შემოქმედება, მეცნიერება) და მეორადი დასაქმება. მეორადი დასაქმება გულისხმობს ნებისმიერ დამატებით სამუშაოს გარდა ძირითადი საქმიანობისა და სწავლისა. სასწავლო პროცესის გარე ყველა საქმიანობა, მათ შორის მეორადი დასაქმება, წინააღმდეგობაშია საგანმანათლებლო პროცესთან, რომელიც მოიცავს სტუდენტების რეგულარულ დასწრებას და ლექცია-სემინარებისთვის სათანადო მომზადებას.

სტატისტიკის მიხედვით, მსოფლიოში დაახლოებით 75 მილიონი უმუშევარი ახალგაზრდაა, თუმცა ეს ციფრი ყოველწლიურად მატულობს. საქართველოში 20-24 წლის ასაკის ადამიანების 50% უმუშევარია (2012 წლის მონაცემები), თუმცა

აღსანიშნავია, რომ დასაქმების სურვილი ამ ასაკში ყველაზე მაღალია. საქართველოში ახალგაზრდების დაახლოებით 40% სწავლობს უნივერსიტეტში, თუმცა სამწუხაროდ არ გვაქვს სტატისტიკური მონაცემი იმის შესახებ, მათი რა ნაწილი არის დასაქმებული. ზოგადად შეიძლება ითქვას, რომ სტუდენტთა გარკვეული ნაწილი დასაქმებულია სხვადასხვა სუპერ-მარკეტებსა და კვების ობიექტებში, ასეთ დაწესებულებებში მუშაობა საკმაოდ რთულია და ხასიათდება მინიმუმ 8 საათიანი სამუშაო გრაფიკით, ღამის ცვლაში მუშაობით, საჭიროების შემთხვევაში სხვა ტიპის სამუშაოს შეთავსებითა და მუდმივად მდგომარე ან მჯდომარე მდგომარეობაში ყოფნით, აქედან გამომდინარე დასაქმებული შესაძლოა იმყოფებოდეს ფიზიკური და/ან ფსიქიკური დაზიანების მიღების მაღალი რისკის ქვეშ. ეს რისკი კიდევ უფრო მაღალია სტუდენტებში ვინაიდან, ისინი ორმაგად დატვირთულნი არიან.

საქართველოში დასაქმებული სტუდენტების ჯანმრთელობის მდგომარეობა და სტრესი ფაქტობრივად შეუსწავლელი საკითხია, ამ მიმართულებით კვლევები ფაქტობრივად არ ჩატარებულა. პრობლემის არსებობაზე მეტყველებს ცალკეული ადამიანების შეფასებები და კომენტარები, რაც ასახავს დასაქმებული სტუდენტების არასახარბიელო მდგომარეობას, ამიტომ რელევანტურად მიგვაჩნია ამ მიმართულებით კვლევის ჩატარება.

კვლევის მიზანია სტუდენტთა დასაქმების გავლენის შესწავლა მათ ჯანმრთელობის მდგომარეობასა და აკადემიურ მოსწრებაზე.

ლიტერატურის მიმოხილვა

საქართველოში, დასაქმებულ სტუდენტთა ჯანმრთელობის მდგომარეობა და სტრესი, ფაქტობრივად შეუსწავლელი საკითხია, ამიტომ ამ მიმართულებით ლიტერატურა საკმაოდ მცირეა. კონკრეტულად კვებით სექტორში დასაქმებული სტუდენტების ჯანმრთელობის მდგომარეობისა და სტრესის შესახებ, ინფორმაცია ფაქტობრივად არ არსებობს, როგორც ქართულ ისე უცხოენოვან წყაროებში.

სტუდენტთა მეორადი დასაქმების მასშტაბი ხასიათდება ზრდის ტენდენციით. 2000-იანი წლების შუა პერიოდში აშშ-ში სტუდენტთა თითქმის 50% დასაქმებული იყო, მაშინ როდესაც 1970-იან წლებში ისინი შეადგენდნენ მხოლოდ

მესამედს (34%) (2). ანალოგიური სიტუაცია შეინიშნება ევროპაში, სადაც ასეთი სტუდენტების წილი მერყეობს 48%-დან (საფრანგეთში) 77%-მდე (ნიდერლანდებში) (3). ბრიტანეთის ცალკეული უნივერსიტეტების კვლევებით გამოვლინდა, რომ სტუდენტთა 70-80%-ს გააჩნია ანაზღაურებადი სამუშაო. იგი უმთავრესად არა ნებაყოფლობითი არჩევანია, არამედ სწავლების და სხვადასხვა სერვისების ღირებულების გაზრდითაა განპირობებული (4). რუსეთში, სხვადასხვა კვლევების მიხედვით, დასაქმებულ სტუდენტთა რაოდენობა 65-85%-ს აღწევს (5).

ცხადია, მეორადი დასაქმებით მოცული სტუდენტების წილი დამოკიდებულია სწავლების კურსზე, სპეციალობაზე, უმაღლესი სასწავლებლის ტერიტორიულ ადგილმდებარეობაზე (დედაქალაქში და მსხვილ ქალაქებში დასაქმების ბაზარი უფრო მეტი მოცულობისაა). ამასთან, აღსანიშნავია, რომ სტუდენტებს განსხვავებული მოტივაცია აქვთ მეორადი დასაქმების მიმართ. განასხვავებენ მოტივაციების რამდენიმე ჯგუფს. მათ შორის პირველი უპირატესად პრაგმატულია და გულისხმობს მატერიალური მოთხოვნილებების დაკმაყოფილებას. იგი განსაკუთრებით აქტუალურია განვითარებადი ქვეყნებისათვის, სადაც სოციალურ-ეკონომიკური კრიზისის შედეგად ოჯახის მიერ მნიშვნელოვნად შეზღუდულია სტუდენტების ფინანსური დახმარება. სტუდენტების უმრავლესობა მუშაობენ იმიტომ, რომ მიიღონ დამატებითი სახსრები საკუთარი საჭიროებებისათვის. ზოგიერთ დაბალშემოსავლიან ქვეყნებში სტუდენტების დასაქმების უმთავრეს მოტივაციას წარმოადგენს ოჯახის დახმარება. პოსტკომუნისტურ ქვეყნებში ფასიანი უმაღლესი სწავლების განვითარების შედეგად სტუდენტებს გაუჩნდათ მშობლების და საკუთარი თავის დახმარების ახალი მოტივაცია. ევროპის ქვეყნებში სტუდენტების მეორადი დასაქმება უმთავრესად დაკავშირებულია უმაღლესი განათლების მისაღებად დაფინანსების საჭიროებასთან (6).

შეიძლება ითქვას, რომ არსებობს სტუდენტების მეორადი დასაქმების ორი განსხვავებული მოტივაცია. პირველი - ეგოისტური, როდესაც დასაქმების მიზანია მიმდინარე პრობლემების დაკმაყოფილება. მეორე - ეგოისტურ-ოჯახური, როდესაც შემოსავლების ნაწილი გამოიყენება ახლობლების დასახმარებლად. საქართველოში იგი გახდა შესაძლებელი ეკონომიკური ზრდის შემდეგ. ასეთ შემთხვევებში

სტუდენტები იძენენ ფინანსურ დამოუკიდებლობას ოჯახისაგან, რაზეც ღებულობენ მშობლებისგან თანხმობას.

მოტივაციების სხვა ჯგუფი მოიცავს თანამედროვე ახალგაზრდების მისწრაფებას კარიერული ზრდისაკენ, აღიარებისაკენ, პრესტიჟისაკენ, რომლის მიღწევა შესაძლებელია გარკვეული საქმიანობით. იგი განეკუთვნება სოციალური მოტივების ჯგუფს და სტუდენტების მიერ დასაქმების შედეგად არაფულადი აქტივების (არაფულადი რესურსების) მიღებას. სამუშაო, რომელიც მაშინაც კი როდესაც არ ემთხვევა სპეციალიზაციას, იძლევა ურთიერთობების და საქმიანი კონტაქტების გაფართოების, გამოცდილების დაგროვების, ახალი მეგობრების შექმნის და კომუნიკაციის უნარების განვითარების შესაძლებლობას (7). აღნიშნული კი მრავალი პრესტიჟული ორგანიზაციის მიერ სტუდენტის დასაქმების აუცილებელი პირობაა. სტუდენტები აცნობიერებენ დამატებითი საქმიანობის მნიშვნელობას, რომელიც ხელს უწყობს კონტაქტების დამყარებას (8).

მკვლევართა აზრით, დასაქმებული სტუდენტები ნაკლებად სავარაუდოა წარმატებით სწავლობდნენ უნივერსიტეტში, რადგან მათ სამუშაოს მიაქვს ძალიან დიდი დრო და ენერჯია (10). მეორადი სამუშაო უარყოფით გავლენას ახდენს სწავლების ხარისხზე, განსაკუთრებით იმ სტუდენტებზე, რომლებიც მუშაობენ კვირაში 35 საათზე მეტი (11). აღნიშნული მიუთითებს, რომ მეორადი დასაქმება, რომელიც მოითხოვს დროის დიდ ნაწილს, უარყოფითად მოქმედებს სწავლებაზე. სტუდენტის წარმატების გასაღები მდგომარეობს მის ჩართულობაში საგანმანათლებლო პროცესში სხვა სტუდენტებთან და უნივერსიტეტთან.

სტუდენტების სრული განაკვეთით დასაქმება ხელს უშლის მათ აკადემიურ მოსწრებას (12) და ზღუდავს სწავლებისათვის საჭირო დროს (13). სტუდენტების ნახევარ განაკვეთზე მუშაობას ჰქონდა მცირედ დადებითი ეფექტი სწავლაზე, თუმცა, შეინიშნებოდა ნეგატიური გავლენა როდესაც იგი აღემატებოდა კვირაში 15 საათს (13). ანალოგიურმა კვლევამ აჩვენა, რომ დღეში 4 საათზე ნაკლებ სამუშაოს არ ჰქონდა უარყოფითი გავლენა სტუდენტის აკადემიურ მოსწრებაზე (14).

აშშ-ში ჩატარებული კვლევის მიხედვით (9), სტუდენტების განსაკუთრებით კი პირველკურსელი სტუდენტების ფსიქიკური კეთილდღეობის დონე დაბალია, რაც დაკავშირებულია შემდეგ ძირითად ფაქტორებთან: სამუშაო, არასაკმარისი ძილი და

სოციალური ინტეგრაციის დეფიციტი (დროის დეფიციტის გამო). ნახევარ განაკვეთზე მომუშავე სტუდენტებს ძილისთვის რჩებათ საშუალოდ 6 საათი. თანამედროვე სტუდენტები ოჯახის წევრებთან, მეგობრებთან, შეყვარებულთან, ნათესავებთან ურთიერთობაში ხარჯავენ უფრო ნაკლებ დროს ვიდრე მათი მშობლების თაობა. სტუდენტების აზრით, უძილობა და სამუშაოსთან დაკავშირებული პრობლემები გავლენას ახდენენ სწავლაზე, იწვევენ მუდმივ სტრესს და შფოთვისას. სტუდენტების ნაწილი მიიჩნევს, რომ სოციალური ქსელების მეშვეობით თავად შეუძლია გაუმკლავდეს სტრესს. თუმცა, მკვლევართა აზრით, სოციალურ ქსელებს შეიძლება ჰქონდეს, როგორც დადებითი ასევე უარყოფითი გავლენა.

მეთოდოლოგია

კვლევის მეთოდად გამოყენებულ იქნა რაოდენობრივი კვლევის მეთოდის ტექნიკა ანკეტირება. კვლევის ფარგლებში გამოიკითხა 50 რესპონდენტი - სუპერ-მარკეტებსა და კვების ობიექტებში დასაქმებული სტუდენტები. კვლევისთვის გამოყენებული იყო შერჩევის არაალბათური “თოვლის გუნდის” მეთოდი.

კვლევაში ჩართვის კრიტერიუმი ჩამოყალიბდა შემდეგნაირად: კვლევაში მონაწილეობა შეეძლო ნებისმიერი ასაკის პირს, რომელიც გამოკითხვის მომენტისთვის იმყოფებოდა სწავლების საბაკალავრო ან სამაგისტრო საფეხურზე და ნებაყოფლობით გამოთქვამდა კვლევაში მონაწილეობის სურვილს.

კვლევის შეზღუდვად მივიჩნევთ გამოყენებული შერჩევის არაალბათურ მეთოდს, რომელიც შერჩეული იქნა ნაკლები დანახარჯებით მოკლე დროში გამოკითხვის ჩატარების შესაძლებლობის გამო და ისიც ჩატარდა მხოლოდ თბილისში. თუმცა, შერჩევის მოცულობის დაანგარიშება მოხდა გენერალური ერთობლიობის გათვალისწინებით და დაშვება იყო, რომ თბილისში ბევრი სტუდენტია რეგიონებიდან.

კვლევის შედეგად გამოიკითხა სულ 50 რესპონდენტი, რესპონდენტთა ასაკი მერყეობს 18-დან 25 წლამდე. რესპონდენტთა 56% (28) მდედრობითი, ხოლო 44% (22) მამრობითი სქესის წარმომადგენელია.

ცხრილი 1:

რესპოდენტთა დემოგრაფიული მონაცემები

	n=50	%
სქესი		
ქალი	28	56%
კაცი	22	44%
ასაკი		
18-19	9	18%
20-21	12	24%
22-23	13	26%
24-25	16	32%

კვლევის შედეგები, დისკუსია

სტუდენტთა დასაქმების მიზეზები. სტუდენტთა 76%-ის აზრით, დასაქმების მთავარი მიზეზია შემოსავლების გაზრდა. სტუდენტთა 46% დასაქმების მეორე მთავარ მიზეზად მიიჩნევს თავისუფალი დროის გამოყენებას დასაქმების მიზნით. ჩვენი კვლევის შედეგები შეესაბამება სხვა კვლევების შედეგებს [17, 18, 19]. შედეგების აღნიშნული მსგავსება მარტივი ასახსნელია. დამატებითი შემოსავლის გამომუშავება საკუთარი ოჯახების მხარდასაჭერად და გაწეული ხარჯების გადახდა ყოველი სტუდენტისათვის უმთავრესი მოთხოვნაა. თუმცა, კვლევა აჩვენებს, რომ ისეთ აუცილებელ ფაქტორებს, როგორცაა პროფესიული განათლება და პიროვნულ-სოციალური უნარ-ჩვევების (soft-skills) ამაღლება სასწავლებლის დამთავრების შემდეგ სასურველი სამუშაოს პოვნის ალბათობის გაზრდის მიზნით, არ ექცევა სათანადო ყურადღება, რაც ცხადყოფს, რომ სტუდენტების ცნობიერება არ არის ორიენტირებული მომავალზე. ამ მხრივ, უნივერსიტეტები უნდა ჰქონდეთ სტუდენტთა დასაქმების ეფექტიანი პოლიტიკა და უნდა ახორციელებდნენ მის მხარდამჭერ ღონისძიებებს. დადებითი ეფექტი მიიღწევა მხოლოდ მაშინ, როდესაც სტუდენტების დასაქმება ხელს უწყობს როგორც შემოსავლების მიღებას, ასევე საჭირო უნარების შეძენას.

ცხრილი 2:

სტუდენტთა დასაქმების მიზეზები

სტუდენტთა დასაქმების მიზეზები	%
შემოსავლების გაზრდა	76%
სოციალური კავშირების ამაღლება	32%
პიროვნულ-სოციალური უნარ ჩვევების (soft-skills) ამაღლება	36%
პროფესიული სწავლება	22%
სასწავლებლის დამთავრების შემდეგ სასურველი სამუშაოს პოვნის ალბათობის გაზრდა	21%
თავისუფალი დროის გამოყენება დასაქმების მიზნით	46%
სხვა	1%

სტუდენტთა სამუშაო პოზიციები. რესპონდენტთა 43% დასაქმებულია ქსელურ-სუპერმარკეტში (ფრესკო, სპარი, ნიკორა, ორი ნაბიჯი, გუდვილი და ა.შ), 33% - სწრაფი კვების ობიექტში (მაკდონალდსი, ვენდისი, KFC, დანკინ დონატსი და ა.შ), 10% - ქსელურ რესტორნებში (მაჭახელა, თალაურა, ხინკლის სახლი და ა.შ), ხოლო დანარჩენი (14%) კერძო სუპერმარკეტებსა და რესტორნებში. დასაქმებულთა ძირითადი პოზიციებია კონსულტანტი (68%) და მოლარე-კონსულტანტი (32%). აღნიშნული ცხადყოფს, რომ სტუდენტები უმრავლესობა ირჩევს მარტივ სამუშაო ადგილებს, რომლებიც არ საჭიროებს სპეციალიზებულ უნარებს. ცხადია, ეს შედეგი შეესაბამება სტუდენტების ნაწილობრივ, არასრულ განაკვეთზე დასაქმებას. აღნიშნული მეტყველებს, რომ ნაწილობრივ, არასრულ განაკვეთზე სტუდენტების დასაქმება ძირითადად დაკავშირებულია შემოსავლების მიღებასთან. შესაბამისად, მათი სამუშაო ადგილები ხელს არ უწყობენ გამოცდილების მიღებას და სასწავლებლის დამთავრების შემდეგ სასურველი სამუშაოს პოვნის ალბათობის გაზრდას.

ცხრილი 3:

სტუდენტთა დასაქმება და სამუშაო პოზიცია

	n=50	%
დასაქმება		
ქსელურ სუპერმარკეტებში	22	44%
სწრაფი კვების ობიექტებში	16	32%
ქსელურ რესტორნებში	7	14%
კერძო სუპერმარკეტებსა და რესტორნებში	5	10%
სამუშაო პოზიცია		
კონსულტანტი	34	68%
მოლარე კონსულტანტი	16	32%

ზოგიერთი სტუდენტი დასაქმებულია რამოდენიმე სამუშაო ადგილზე. თითოეულ სტუდენტზე სამუშაო ადგილების რაოდენობა მერყეობს 1-დან 3-მდე. სამუშაო ადგილების რაოდენობა შეადგენს საშუალოდ 1.31 სტუდენტზე. კვირაში სამუშაო დროის ხანგრძლივობა მერყეობს 2-დან 70 საათამდე, ხოლო საშუალო ხანგრძლივობა კვირაში 34 საათს შეადგენს. სტუდენტთა უმრავლესობა ნაწილობრივ, არასრულ განაკვეთზე კვირაში 30 საათიდან 50 საათს მუშაობს. კვლევა აჩვენებს, რომ სტუდენტების უმრავლესობა საკმაოდ დატვირთულია ნაწილობრივ, არასრულ განაკვეთზე დასაქმებით. ასევე, ზოგ შემთხვევებში სტუდენტს კვირაში 60-ზე მეტი საათი უწევს მუშაობა.

ცხრილი 4: სტუდენტთა სამუშაო ადგილების რაოდენობა და სამუშაო დროის ხანგრძლივობა

	მინიმუმი	მაქსიმუმი	საშუალო	სტანდარტული გადახრა
სამუშაო ადგილების რაოდენობა	1	3	1.54	.43
კვირაში სამუშაო დროის ხანგრძლივობა	2	70	34	10.34

ცხრილი 5:

სტუდენტთა სამუშაო საათების ხანგრძლივობა კვირაში

სამუშაო საათები კვირაში	N=50	%
10	2	4%
20	4	8%
30	11	22%
40	15	30%
50	13	26%
60	4	8%
70	1	2%

გამოკითხულთა უმრავლესობას (72%-ს) უწევს დამის ცვლაში მუშაობა კვირაში 3-4 ჯერ. სტუდენტთა 66%-ის აზრით დასაქმება გავლენას ახდენს სწავლაზე. არასასწავლო საქმიანობა და მეორადი დასაქმება ხელს უშლიან სასწავლო პროცესში ჩართულობას, რადგან ნაკლები დრო რჩებათ. სტუდენტთა მხოლოდ 32% უთმობს 3 საათზე მეტ დროს სწავლას. სტუდენტთა მხოლოდ 52% ასწრებს ყველა სასწავლო დავალების შესრულებას.

ცხრილი 6:

ნაწილობრივ, არასრულ განაკვეთზე სტუდენტთა დასაქმების შედეგები

	დიახ n=50	%
დამის ცვლაში მიწევს მუშაობა	36	72%
ნაკლები დრო მრჩება სწავლისათვის	33	66%
უკეთ ვისწავლიდი მეტ ყურადღებას რომ ვუთმობდე სწავლას	25	25%
დღეში 3 საათზე მეტ დროს ვუთმობ სწავლას	16	32%
ვერ ვასწრებ ყველა სასწავლო დავალების შესრულებას	26	52%

კვლევის ფოკუსიდან გამომდინარე რელევანტურია ვისაუბროთ კვლევის შედეგების ისეთ მნიშვნელოვან ასპექტებზე, როგორცაა: დასაქმებული

სტუდენტების ძილთან და ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული პრობლემები, სტრესი და მასთან ბრძოლის გზები.

ძილის დეპრივაცია (ძილის პროცესის დარღვევა). კვლევა აჩვენებს, რომ სამუშაოს ტიპიდან გამომდინარე რესპონდენტთა უმრავლესობას უწევს ღამის ცვლაში მუშაობა. აღნიშნული, რა თქმა უნდა, აისახება მათ ძილზე. დასაქმებულ სტუდენტთა 32%-ს დღე-ღამეში ძილისთვის რჩება მხოლოდ 4-5 საათი, ხოლო 44%-ს 6-7 საათი. რესპონდენტთა 84% აცხადებს, რომ არ ყოფნით ძილი, ანუ განიცდენ ძილის დეპრივაციას. რესპოდენტთა მეტი წილი (44%) ძილის დარღვევის მიზეზად ასახელებს სამუშაოს და სწავლის შეთავსების სირთულეს, 38% - სამუშაოს, ხოლო 12% სწავლას (ლექციები, მეცადინეობა), მხოლოდ 6% არ აქვს მსგავსი პრობლემა.

ცხრილი 7:

დასაქმებული სტუდენტების ძილის დარღვევა და მისი მიზეზები

	დიახ n=50	%
დღე-ღამეში მძინავს 4-5 საათი	16	32%
დღე-ღამეში მძინავს 6-7 საათი	22	44%
არ მყოფნის ძილი	42	84%
ძილის დარღვევის მიზეზია სამუშაოს და სწავლის შეთავსების სირთულე	22	44%
ძილის დარღვევის მიზეზია სამუშაო	19	38%
ძილის დარღვევის მიზეზია სწავლა (ლექციები, მეცადინეობა)	6	12%
არ მაქვს ძილის დარღვევის პრობლემა	3	6%

დასაქმებული სტუდენტები თვლიან, რომ ძილის ნაკლებობა უარყოფითად აისახება, მათ ჯანმრთელობასა და ფსიქიკურ მდგომარეობაზე. უძილობის მიერ გამოწვეულ პრობლემებს შორის ყველაზე ხშირია დესინქრონოზი, რაც გულისხმობს ორგანიზმის სხვადასხვა ფიზიოლოგიური და ფსიქიური ფუნქციების ცვლილებას დღეღამური რიტმების დარღვევის გამო. რესპონდენტები, რომლებსაც დღე-ღამეში სძინავთ საშუალოდ 4-5 საათი, აცხადებენ, რომ ძილის დეპრივაცია მათში იწვევს

ჯანმრთელობის სერიოზულ პრობლემებს: გაღიზიანება და უხასიათობა (46%), ყურადღების კონცენტრაციის დაქვეითება (52%), შემცივნება და უსიამოვნო შეგრძენებები (32%), თავის ტკივილი (38%), მოთენთილობა (44%), ქრონიკული დაღლილობის სინდრომი (48%), მეხსიერების დაქვეითება (40%), ნერვული სისტემის მიშლა (33.3%), სტრესი, (56%), გულისწასვლა (6%), შრომისუნარიანობის დაქვეითება (46%), არტერიული წნევის მატება (12%).

ცხრილი 8:

ძილის დარღვევის გავლენა ჯანმრთელობაზე

ძილის დარღვევის გამო აღნიშნება ჯანმრთელობის შემდეგი პრობლემები	დიახ n=50	%
გაღიზიანება და უხასიათობა	23	46%
მიჭირს ყურადღების კონცენტრაცია	26	52%
თავის ტკივილი	19	38%
მოთენთილობა	22	44%
შემცივნება, უსიამოვნო შეგრძენებები	16	32%
ქრონიკული დაღლილობის სინდრომი	24	48%
მეხსიერების დაქვეითება	20	40%
ნერვული სისტემის პრობლემები	16	32%
სტრესი	28	56%
არტერიული წნევის მატება	6	12%
გულისწასვლა	3	6%
შრომისუნარიანობის დაქვეითება	23	46%

კვლევით დასტურდება, რომ სტუდენტები, რომლებსაც დღე-ღამეში მხოლოდ 4-5 საათი სძინავთ, უფრო მეტად აღნიშნავენ ჯანმრთელობის პრობლემებს, ვიდრე ისინი, ვისაც დღე-ღამეში 6-7 საათი სძინავთ. რესპონდენტთა მიერ დასახელებული ჯანმრთელობის პრობლემები ნაწილობრივ დაკავშირებულია სამუშაოზე არსებულ ფიზიკურ დატვირთვასთან. დასაქმებული სტუდენტები ვალდებულნი არიან შეინარჩუნონ მუშაობისთვის საჭირო პოზიცია, მდგომარე (43.3%) ან მჯდომარე

(10%) მდგომარეობა, იმოდროს მუდმივად (20%) ან/და ზიდონ მძიმე ტვირთი (13.3%).

დასაქმებული სტუდენტები იშვითად მიმართავენ ექიმს პროფილაქტიკის მიზნით (უმრავლესობა 2-3 წელიწადში ერთხელ).

დასაქმებული სტუდენტები აღნიშნავენ, რომ უძილობა უარყოფითად აისახება სწავლის პროცესზე, ხშირ შემთხვევაში ვერ ახდენენ ლექციებზე დასწრებას და საშინაო დავალებების სათანადოდ მომზადებას.

სტუდენტთა 86.7% აცხადებს, რომ სტრესი უარყოფითად მოქმედებს, მათ სწავლასა და პირად ცხოვრებაზე. დატვირთული გრაფიკის გამო ვერ ახერხებენ მეგობრებთან და ოჯახის წევრებთან ინტენსიურ ურთიერთობას. სოციალური იზოლაცია და ინტეგრაციის დეფიციტი აფერხებს სტრესთან გამკლავების პროცესს. რაც შეეხება სტრესთან გამკლავების გზებს, სტუდენტების 30% ამჯობინებს დასვენებასა და განმარტობას, 24% მეგობრებთან ერთად დროის გატარებას, 7% იღებს ანტიდეპრესანტებს სტრესთან გამკლავების მიზნით, 8% კავდება რაიმე საქმიანობით (ჰობი), 7% მისდევს სპორტს (დარბის, ცურავს, ატარებს ველოსიპედს), მხოლოდ 9%-ს არ აქვს მსგავსი პრობლემა.

დასკვნა

კვლევის შედეგად გამოვლინდა, რომ სტუდენტების უმრავლესობა ირჩევს მარტივ სამუშაო ადგილებს, რომლებიც არ საჭიროებს სპეციალიზებულ უნარებს. აღნიშნული მეტყველებს, რომ სტუდენტების დასაქმება ძირითადად დაკავშირებულია შემოსავლების მიღებასთან და ხელს არ უწყობს გამოცდილების მიღებას.

დასაქმებული სტუდენტებისთვის სირთულეს წარმოადგენს სამუშაოსა და სწავლის შეთავსება. არასასწავლო საქმიანობაზე დიდი დატვირთვა ხელს უშლის სტუდენტებს სასწავლო პროცესში სათანადოდ ჩართულობას. ძილის დარღვევა უარყოფითად ზემოქმედებს სტუდენტების ჯანმრთელობასა და ფსიქიკურ მდგომარეობაზე. დატვირთული გრაფიკის გამო სტუდენტები ვერ ახერხებენ მეგობრებთან და ოჯახის წევრებთან ინტენსიურ ურთიერთობას. სოციალური იზოლაცია და ინტეგრაციის დეფიციტი აფერხებს სტრესთან გამკლავების პროცესს.

კვლევის შედეგად მიღებული დასკვნები მნიშვნელოვანი ინფორმაციის წყაროა უნივერსიტეტებისათვის, სამთავრობო და არასამთავრობო ორგანიზაციებისათვის, რომლებიც ჩართულნი არიან სტუდენტთა დასაქმების ხელშეწყობი პოლიტიკის შემუშავებაში. გამომდინარე იქიდან, რომ საქართველოში, როგორც დასაქმებული სტუდენტების, ასევე ზოგადად სტუდენტების ჯანმრთელობის მდგომარეობასთან და სტრესთან დაკავშირებული საკითხი ფაქტობრივად შეუსწავლელია, მნიშვნელოვნად მიგვაჩნია კვლევების ჩატარება ამ მიმართულებით.

გამოყენებული ლიტერატურა

1. საქართველოს სტატისტიკის ეროვნული სამსახური (საქსტატი). უმაღლესი განათლება. 2017. <http://www.geostat.ge/index.php?action=0&lang=eng>
2. Riggert S.C., Boyle, M., Petrosko, J.M., Ash, D., Rude-Parkins, C. Student employment and higher education: empiricism and contradiction. *Review of Educational Research*. 2006. Vol. 76 (1).
3. Hakkinen I. Working while enrolled in a university: Does it pay? Working paper. Department of Economics, Uppsala University. 2004.
4. Hodgson A. Spours K. Part-time Work and Full-time Education in The UK: the emergence of a curriculum and policy issue. *Journal of Education and Work*. 2001. Vol. 14 (3).
5. Лелекина И.А. Социально-экономический статус молодежи в трансформирующемся Российском социуме. *Социология управления*. Майкоп, 2007.
6. Callender C. Kempson, E. Student Finances: Income, Expenditure and Take-up of Student Loans. London : PSI Publishing, 1996.
7. Curtis S. Lucas R. A coincidence of needs? Employers and full-time students. *Employee Relations*. 2001. Vol. 23 (1). 38–54.
8. Lucas R. Lammont N. Combining Work and Study: an Empirical Study of Full-Time Students in School, College and University. *Journal of Education and Work*. 1998. Vol. 11 (1). 41–56
9. Eagan, M. K., Stolzenberg, E. B., Zimmerman, H. B., Aragon, M. C., Whang Sayson, H., & Rios-Aguilar, C. (2017). *The American freshman: National norms fall 2016*. Los Angeles: Higher Education Research Institute, UCLA.
10. Astin, A. W. (1984). Student involvement: A developmental theory for higher education. *Journal of College Student Personnel*, 25, 297–308.
11. Pascarella, E. T., & Terenzini, P. T. (1991). *How college affects students*. San Francisco: Jossey-Bass.
12. Astin, A. W. (1993). *What matters in college: Four critical years revisited*. San Francisco: Jossey-Bass.
13. Pascarella, E. T., Edison, M. I., Nora, A., Hagedorn, L. S., & Terenzini, P. T. (1998). Does work inhibit cognitive development during college? *Educational Evaluation and Policy Analysis*, 20 (2).
14. Hood, A. G., Craig, A. R., & Ferguson, B. W. (1992). The impact of athletics, part-time employment, and other activities on academic achievement. *Journal of College Student Development*, 35, 364.
15. 2008 წელის მონაცემი- ახალგაზრდა სოციალისტები პროექტი „ახალგაზრდული დასაქმება“ რეკომენდაციები

16. ლელა ჩახაია, ვინ იღებს და ვინ აფინანსებს უმაღლეს განათლებას საქართველოში, 22.02.2016, URL:<http://netgazeti.ge/opinion/96629/>
17. Robotham, A. D. Student part-time employment: characteristics and consequences," *Education and Training*, vol. 54, no. 1, pp. 65–75, 2012.
18. S. A. Nonis and G. I. Hudson, "Academic performance of college students: Influence of time spent studying and working," *J. Educ. Bus.*, vol. 81, no. 3, pp. 151–159, 2006.
19. P. Barron and C. Anastasiadou. Student part-time employment: Implications, challenges and opportunities for higher education, *International Journal of Contemporary Hospitality Management*, vol. 21, no. 2, pp. 140–153, 2009.