

სოციალური იდენტობისა და სოციალური მხარდაჭერის როლი აკადემიურ სტრესთან გამკლავებაში – პირველკურსელი სტუდენტების გამოცდილება

თამარ გველესიანი

ივანე ჯავახიშვილის სახელობის თბილისის სახელმწიფო უნივერსიტეტი

აბსტრაქტი

კვლევის მიზანს წარმოადგენდა სოციალური ფაქტორების – სოციალური მხარდაჭერისა და სოციალური იდენტობის როლის შესწავლა აკადემიურ სტრესთან გამკლავების პროცესში, უმაღლესი სასწავლებლების პირველკურსელების მაგალითზე. შესწავლილი იქნა პირველკურსელი სტუდენტების აკადემიური სტრესის დონე, სტრესის გამომწვევი მიზეზები, ეფექტური და არა-ეფექტური დაძლევის სტრატეგიები, სოციალური მხარდაჭერისა და სოციალური იდენტობის როლი, სტრესის გავლენა პირველკურსელების აკადემიურ მოტივაციაზე და აკადემიურ მიღწევებზე. კვლევა ჩატარდა თბილისში, სამი უმაღლესი სასწავლებლის (თბილისის სახელმწიფო უნივერსიტეტი, ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტი, საქართველოს ტექნიკური უნივერსიტეტი) პირველკურსელ სტუდენტებთან, რაოდენობრივი და თვისებრივი მეთოდების გამოყენებით. გამოკითხვაში მონაწილეობა მიიღო 252-მა პირველკურსელმა (150 ქალი, 100 კაცი), მათი ასაკი 18-დან 24 წლამდე ვარიირებდა. თსუ-ში ჩატარებულ ორ ფოკუს ჯგუფში კი მონაწილეობა მიიღო 13-მა პირველკურსელმა (10 ქალი, 3 კაცი). კვლევის შედეგად დადგინდა, რომ პირველკურსელს შორის საშუალოზე მაღალია სტრესის დონე, რის მთავარ მიზეზადაც უნივერსიტეტში ჩაბარების შემდგომ საცხოვრებელი და სოციალური გარემოს ცვლილება გამოვლინდა, ხოლო აკადემიურ გარემოში მათთვის ყველაზე სტრესული პრეზენტაციების მომზადება და საჯაროდ წარდგენა აღმოჩნდა. სტრესის დაძლევის სტრატეგიებიდან სტუდენტები ყველაზე ხშირად პოზიტიურ რეინტერპრეტაციასა და დაგეგმვას იყენებენ. კვლევის შედეგად დადასტურდა სოციალური მხარდაჭერისა და სოციალური იდენტობის მნიშვნელობა სტრესთან გამკლავების პროცესში. სტუდენტებს, რომლებიც იღებენ სოციალურ მხარდაჭერას და თავს თანაკურსელების ჯგუფთან მიკუთვნებულად თვლიან, სტრესის ნაკლები დონე და, ამასთანავე, მაღალი აკადემიური მოსწრება ახასიათებთ.

საკვანძო სიტყვები: აკადემიური სტრესი, სოციალური მხარდაჭერა, სოციალური იდენტობა, მოტივაცია, აკადემიური მიღწევა

შესავალი

კვლევის მიზანი იყო სოციალური ფაქტორების, სოციალური იდენტობისა და სოციალური მხარდაჭერის გავლენის შესწავლა, პირველკურსელი სტუდენტების აკადემიურ სტრესთან გამკლავებისა და აკადემიური მიღწევის პროცესში.

უმაღლესი განათლების დაწესებულებაში სწავლის დაწყება მოზარდს მრავალი გამოწვევისა და სირთულის წინაშე აყენებს, რაც საგრძნობლად ზრდის სტრესის დონეს. თანამედროვე კვლევები აჩვენებს, რომ სტუდენტების 60%-ზე მეტს აღენიშნება

სტრესის მაღალი მაჩვენებელი, რაც სხვადასხვა ფაქტორითაა განპირობებული და აკადემიური წარმატების მიღწევაზე უარყოფითად მოქმედებს (Verger et al., 2009).

აკადემიური სტრესი გულისხმობს აკადემიურ მიღწევებთან დაკავშირებულ შფოთვას, იმედგაცრუებასა და წნეხს (Bisht, 1989). სტრესის წყაროებად – სტრესორებად განიხილება ყველა ის მოვლენა თუ გარემოება, რომელიც ხელს უშლის ადამიანების ყოველდღიურ ფუნქციონირებასა და მათ ქცევაში ცვლილებების შეტანის საჭიროებას აჩენს (Burstein et al, 2008). სტრესორები წარმოადგენენ შინაგანი ან გარეგანი გარემოს მოთხოვნებს, რომლებიც არღვევს ინდივიდის ბალანსს, შესაბამისადაფერხებს ფიზიკურ და ფსიქოლოგიურ კარგად ყოფნას და ინდივიდისგან მოქმედებას მოითხოვს ბალანსის აღდგენის მიზნით (Lazarus & Cohen, 1977). თუმცა ისინი განსხვავდებიან როგორც ხანგრძლივობით, ასევე ინტენსივობით; ის რაც სტრესულია ერთი პიროვნებისთვის, შესაძლოა ნაკლები მნიშვნელობის მატარებელი იყოს სხვებისთვის. მაგალითად, ლექციების გაცდენა შესაძლოა სტრესული იყოს პირველკურსელისთვის, თუმცა სტრესის წყაროს არ წარმოადგენდეს დამამთავრებელი კურსის სტუდენტისთვის, მისი ცოდნისა და გამოცდილების საფუძველზე. ამავე დროს ლექციის გაცდენა სხვა ცხოვრებისეულ ცვლილებებთან შედარებით ნაკლები ინტენსივობის სტრესის წყარო იქნება ნებისმიერი სტუდენტისთვის, კურსისა და გამოცდილების მიუხედავად (Yumba, 2008).

სტრესის დაძლევის პროცესში გვერდს ვერ ავუვლით სოციალური ფაქტორების მნიშვნელობას, როგორცაა სოციალური იდენტობა და სოციალური მხარდაჭერა. სოციალური გარემო, ოჯახი, მეგობრები და სხვა ფორმალური თუ არაფორმალური ჯგუფები მნიშვნელოვან როლს ასრულებენ სტუდენტების სოციალური იდენტობის ჩამოყალიბების პროცესში. სოციალური იდენტობა კონკრეტული ჯგუფისადმი მიკუთვნებულობის განცდას გულისხმობს ემოციურ და ღირებულებების დონეზე (Tajfel, 1972). სოციალური იდენტობა არ ასახავს მხოლოდ გარკვეულ სოციო-დემოგრაფიულ ჯგუფს (სქესი, ასაკი, რელიგია და ა.შ.), არამედ ინდივიდის მიერ გარკვეულ ჯგუფთან მიკუთვნებულობის მნიშვნელობის ხარისხს, რაც დროთა განმავლობაში შეიძლება შეიცვალოს. სოციალური იდენტობის თეორია გვეხმარება, ავხსნათ თუ რა გავლენა აქვს სოციალურ იდენტობას სტუდენტის აკადემიურ მოსწრებაზე (Haslam et al., 2009).

კვლევების უდიდესი ნაწილი ადასტურებს, რომ სოციალური კონტექსტი, განსაკუთრებით კი ჯგუფისადმი მიკუთვნებულობა და ჯგუფშიდა ურთიერთობები გავლენას ახდენს სტრესის დაძლევის პროცესზე (Haslam, 2004). ამის მთავარ არგუმენტად კი მოჰყავთ ფაქტი, რომ საერთო იდენტობა სოციალური მხარდაჭერის გაცემისა და მიღების საფუძველია. ჯგუფის წევრობა ზრდის ალბათობას, რომ ჩვენ სხვა წევრებს გავუწევთ დახმარებას, ისინი – ჩვენ და ორივე შემთხვევაში მხარდაჭერა კონტექსტის შესაბამისად იქნება აღქმული. აღნიშნულ მოსაზრებას ლევინი და მისი კოლეგები ადასტურებენ მონმის ეფექტის კვლევებში, სადაც უცნობების მიმართ დახმარების განწევის ალბათობა იზრდება, თუ ისინი ერთი და იმავე სოციალური ჯგუფის წევრები არიან და საერთო სოციალური იდენტობა აქვთ (Levine, Prosser, Evans, & Reicher, 2005). სოციალური მხარდაჭერა შეგვიძლია განვიხილოთ, როგორც დამხმარე მექანიზმი, სხვების აქტიური ჩართულობით სტრესის გადასაჭრელად. ტერმინი სოციალური მხარდაჭერა ფართოდ გამოიყენება იმ მექანიზმების აღსაწერად, რომლითაც ინტერ-

პერსონალური ურთიერთობები გვეხმარება გარემო პირობებთან ადაპტაციაში (Cohen & Wills, 1985).

სტუდენტების სოციალური მხარდაჭერის წყაროები, ერთის მხრივ, გავს ყველა დანარჩენისას: მეგობრები, მშობლები, ოჯახის წევრები. თუმცა ამას ემატება თანაკურსელები, ლექტორები და ფაკულტეტის სხვა წევრები. კონი (2004) სოციალური მხარდაჭერის სამ ძირითად ეფექტს გამოყოფს: პრობლემური სიტუაციის განეიტრალება, ინდივიდის ფიზიკური და ფსიქოლოგიური მდგომარეობის გაუმჯობესება და სტრესის შემცირება. ამასთანავე, სოციალური მხარდაჭერა მნიშვნელოვნად ამცირებს აღქმულ სტრესს, რაც გულისხმობს რომ გარემო სტრესორები შემცირებული ინტენსივობით ან საერთოდ არ აღიქმება მხარდაჭერთა არსებობის შემთხვევაში (Cohen et al., 2004).

სოციალურ მხარდაჭერასა და სტრესს შორის კავშირები ფართოდაა ნარმოადგენილი საგანმანათლებლო სფეროს კონტექსტში. სოციალური მხარდაჭერის დაბალი დონე კავშირშია აკადემიური სტრესორების მიმართ მაღალი ინტენსივობის ემოციურ, კოგნიტიურ და ქცევით რეაქციებთან (Misra et al., 2003). ნაკლები სოციალური მხარდაჭერის მქონე სტუდენტები სტრესულ სიტუაციებში ხშირად მიმართავენ ჯანმრთელობისთვის სახიფათო და რისკის შემცველ ქცევებს. მაგალითად, გამოცდების პერიოდში ნაკლები სოციალური მხარდაჭერის მქონე ქალ სტუდენტებში იზრდება მონევის, ხოლო ორივე სქესის სტუდენტებში – ალკოჰოლის მიღების სიხშირე. მაშინ როდესაც სოციალური მხარდაჭერის მაღალი დონის პირობებში ალკოჰოლის მოხმარება მცირდება (Condren & Greenglass, 2011). გარდა მეგობრებისა და მშობლებისა, სოციალური მხარდაჭერის მნიშვნელოვან წყაროს წარმოადგენენ მასწავლებლები. მასწავლებლების მხრიდან მაღალი მოლოდინების არსებობას, პოზიტიურ სამუშაო გარემოსა და სტრესულ სიტუაციებში სოციალურ მხარდაჭერას დადებითი კავშირი აქვს სტუდენტების სასწავლო პროცესში ჩართულობის დონესთან, რაც, თავის მხრივ, აკადემიური მიღწევის ძირითადი პრედიქტორია (Klem & Connell, 2004).

კვლევის მეთოდოლოგია

გამოკითხვა ჩატარდა საქართველოს სამ უმაღლეს სახელმწიფო სასწავლებელში (თბილისის სახელმწიფო უნივერსიტეტი, ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტი და საქართველოს ტექნიკური უნივერსიტეტი). მასში მონაწილეობა მიიღო 252-მა პირველკურსელმა, რომლებიც შეირჩნენ ხელმისაწვდომი შერჩევის მეთოდის გამოყენებით. 150 (59.5%) მათგანი იყო ქალი, ხოლო 100 (39.7%) კაცი. კვლევის მონაწილეთა ასაკი ვარიირებდა 17-დან 24 წლამდე, ($M=18.62$, $SD=1.06$). კითხვარების შევსება ხდებოდა ინდივიდუალურად უნივერსიტეტებში, სალექციო და სასემინარო გარემოში. კვლევის ფარგლებში ასევე ჩატარდა ორი ფოკუს ჯგუფი, რომელშიც მონაწილეობა მიიღო 13-მა პირველკურსელმა, მათგან 10 იყო გოგო, ხოლო 3 – ბიჭი.

სტრესის დონის გასაზომად გამოყენებული იქნა ჰოლმისა და რეიჰის (Holmes & Rahe, 1967) სტრესულ მოვლენათა სკალა, რომელიც 43 დებულებისგან შედგება, რომელთაგან თითოეულს საკუთარი ქულა აქვს მინიჭებული. მაგალითად „მეუღლის გარდაცვალებას“ მაქსიმალური 100 ქულა ენიჭება, ხოლო „კანონის უმნიშვნელო დარღვევას“ მინიმალური 11 ქულა. აღქმული სტრესის დონე გაიზომა კოჰენისა და კოლე-

სოციალური იდენტობისა და სოციალური მხარდაჭერის როლი აკადემიურ სტრესთან...

გების (Cohen, Kamarck & Mermelstein, 1994) მიერ შემუშავებული 10-დებულებიანი აღქმული სტრესის სკალით.

სტრესის დაძლევის სტრატეგიების გასაზომად გამოყენებული იქნა 60-დებულებიანი, დაძლევის სტრატეგიების შეფასების ლიკერტის ტიპის სკალა – COPE (Carver, Scheier & Weintraub, 1989). ინსტრუმენტი 15 სკალას მოიცავს, რომლებიც სტრესის დაძლევის სხვადასხვა სტრატეგიებს წარმოადგენენ. აკადემიური მოტივაციის, სოციალური მხარდაჭერისა და სოციალური იდენტობის გასაზომად გამოყენებულია კვლევისთვის შექმნილი სკალები, რომლებზეც დებულებების შეფასება ასევე ლიკერტის 5-ბალიან სკალაზე ხდება, ხოლო აკადემიური მიღწევა გაზომილია სტუდენტების GPA-ს (საშუალო ჯამური ქულა) მაჩვენებლის საშუალებით.

შედეგების აღწერა და ანალიზი

კვლევის შედეგები დამუშავდა სტატისტიკური პროგრამის SPSS 24-ის საშუალებით და გამოყენებულ იქნა შემდეგი სტატისტიკური ოპერაციები: T-კრიტერიუმი დამოუკიდებელ ჯგუფთა შედარებისთვის, პირსონის კორელაციური ანალიზი, ნრფივი რეგრესიული ანალიზი, დისპერსიული ანალიზი (ANOVA) და ხი კვადრატი, სკალების შინაგანი კონსისტენტობის საკვლევად კრონბახის ალფა კოეფიციენტი. ხოლო ფოკუს ჯგუფების თვისებრივი მონაცემები კონტენტ ანალიზის საშუალებით დამუშავდა.

სტრესულ მოვლენათა სკალის შედეგები სტრესის საშუალო და საშუალოზე მაღალ დონეს ადასტურებს პირველკურსელ სტუდენტებს შორის. გამოკითხულთა 38%-ის სტრესის დონე 0-დან 150 ქულამდე მერყეობს, რაც სტრესის საშუალოზე დაბალ დონეზე მიუთითებს. მაშინ როდესაც პირველკურსელების ნახევარზე მეტს (54%) სტრესის საშუალო მაჩვენებლი (150-299 ქულა) აღენიშნება, ხოლო სტუდენტების 8%-ს ძალზედ მაღალი სტრესი აქვს (300 ქულაზე მეტი).

გამოკითხულ პირველკურსელ სტუდენტებს სტრესის სტატისტიკურად მნიშვნელოვანი $t(251)=9.251, p=.000$ საშუალოზე მაღალი დონე აქვთ ($M=18.44, SD=7.2$) აღქმული სტრესის სკალაზეც, სადაც სტანდარტიზებული მონაცემების მიხედვით 18-29 წლის ახალგაზრდებისთვის ნორმას 14.2 ქულა წარმოადგენს. დაძლევის სტრატეგიებს შორის, რომელთაც სტუდენტები ყველაზე ხშირად მიმართავენ სტრესთან გამკლავების მცდელობის დროს რამდენიმე ძირითადი სტრატეგია გამოიკვეთა. ისინი ყველაზე აქტიურად გამოიყენებენ პოზიტიურ რეინტერპრეტაციასა და ზრდას ($M=12.11, SD=2.18$), დაგეგმვას ($M=11.52, SD=2.35$), აქტიურ დაძლევას ($M=11.29, SD=2.12$) და ინსტრუმენტულ სოციალურ მხარდაჭერას ($M=10.79, SD=2.49$). ხოლო ყველაზე ნაკლებად მოქმედების განხორციელებისგან თავის არიდებისა ($M=6.68, SD=2.28$) და ნივთიერებათა მოხმარების ($M=6.13, SD=2.94$) სტრატეგიებს მიმართავენ.

ყველაზე ეფექტურ დაძლევის სტრატეგიებს შორის (ცხრილი 1) პოზიტიური რეინტერპრეტაცია და ზრდა გამოიკვეთა, რომელიც დადებით კორელაციაშია აკადემიურ მოტივაციასთან ($r=.293^{**}, n=252, p<.01$) და უარყოფით კორელაციაშია აღქმული სტრესის დონესთან ($r=-.250^{**}, n=252, p<.01$). რაც გულისხმობს, რომ ზრდაზე ორიენტირებულ სტუდენტებში აკადემიური მოტივაციის დონე მაღალია, ხოლო აღქმული სტრესის დონე დაბალი. აკადემიურ მოტივაციასა ($r=.453^{**}, n=252, p<.01$) და სტუდენტთა GPA-

თამარ გველესიანი

სთან ($r = .230^{**}$, $n=252$, $p < .01$) ასევე დადებითი კავშირი აქვს აქტიურ დაძლევას, რომლის ზრდასთან ერთადაც სტუდენტების სტრესის დონეც ($r = -.169^{**}$, $n=252$, $p < .01$) მცირდება. თუმცა დაძლევის სტრატეგიებს შორის აკადემიურ მოსწრებასთან ყველაზე ძლიერი კორელაცია დაგეგმვას აქვს ($r = .178^{**}$, $n=252$ $p < .01$).

რაც შეეხება დაძლევის სტრატეგიებს, რომლებიც უარყოფითად მოქმედებენ როგორც სტრესის შემცირებაზე, ასევე სწავლის ხარისხზე, რამდენიმე მათგანი გამოიკვეთა: ნივთიერებათა მოხმარებასთან ერთად იზრდება როგორც სტრესის, ასევე ალკმული სტრესის დონე ($r = .283^{**}$, $n=252$ $p < .01$), ამავე დროს მცირდება აკადემიური მოტივაცია ($r = -.347^{**}$, $n=252$ $p < .01$) და აკადემიური მოსწრება ($r = -.207^{**}$, $n=252$ $p < .01$). მსგავსი ტენდენციები გამოიკვეთა ემოციებზე ფოკუსირებისა და უარყოფის სტრატეგიების გამოყენების შემთხვევებშიც. ემოციებზე ფოკუსირების დროს სტუდენტებს შორის იზრდება ალკმული სტრესის დონე ($r = .406^{**}$, $n=252$ $p < .01$) და მცირდება შინაგანი მოტივაცია ($r = -.229^{**}$, $n=252$ $p < .01$).

ცხრილი 1

	სტრესი	ალკმული სტრესი	სოციალური იდენტობა	სოციალური მხარდაჭერა	GPA
პოზიტიური რეინტერპრეტაცია და ზრდა	.011	-.250**	.013	.130*	.089
ფიქრების სხვა საკითხზე გადატანა	-.012	.179**	-.254**	.054	.002
ემოციებზე ფოკუსირება და ვენტილაცია	.162*	.406**	-.128*	.024	-.032
ინსტრუმენტალური სოციალური მხარდაჭერა	-.107	-.026	-.039	.227**	.140*
აქტიური დაძლევა	-.169**	-.253**	.103	.222**	.230**
უარყოფა	.149*	.096	-.139*	.018	-.204**
რელიგიური დაძლევა	.079	-.080	-.034	.051	-.065
იუმორი	.093	.056	-.126*	.063	-.127*
მოქმედებების განხორციელებისგან თავის არიდება	.101	.307**	-.143*	-.061	-.202**
თავშეკავებულობა	-.074	-.180**	.014	.217**	.044
ემოციური მხარდაჭერის გამოყენება	.030	.082	-.034	.130*	.086
ნივთიერებების მოხმარება	.283**	.283**	-.210**	-.045	-.207**
მიღება/აღიარება	.018	.046	-.066	-.052	-.110
სხვა აქტივობების ჩახშობა	-.085	-.169**	-.009	.243**	.172**
დაგეგმვა	-.061	-.224**	.110	.118	.178**

** $p \leq .01$; * $p \leq .05$

სოციალური იდენტობისა და სოციალური მხარდაჭერის როლი აკადემიურ სტრესთან...

რაც შეეხება სხვადასხვა წყაროებიდან სოციალური მხარდაჭერის მიღებას, სტუდენტები სტრესულ სიტუაციებში ყველაზე დიდ მხარდაჭერას მშობლებისა ($M=3.88$, $SD=1.14$) და მეგობრებისგან ($M=3.53$, $SD=1.11$) იღებენ. საშუალოზე დაბალი შეფასება აქვს აკადემიურ სივრცეში მიღებულ მხარდაჭერას, თუმცა განსხვავებები აქაც დაფიქსირდა, მაგალითად, ლექტორებისგან მიღებული სოციალური მხარდაჭერა ($M=2.32$, $SD=1.14$) სტუდენტების აზრით აღემატება ადმინისტრაციული პერსონალისგან მიღებულ მხარდაჭერას ($M=1.59$, $SD=0.91$).

კვლევის ფარგლებში ასევე შესწავლილი იქნა სტუდენტების სოციალური იდენტობის საკითხი. სოციალური იდენტობის სკალების საშუალოების შედარებამ აჩვენა სტატისტიკურად სანდო, თუმცა ძალზედ მცირე განსხვავებები საკუთარი თავის შეფასებასა ($M=40.48$, $SD=5.56$) და თანაკურსელების შეფასებებს შორის ($M=39.44$, $SD=40.48$), $t(251)=-2.734$, $p=.007$. შედეგები მსგავსია სკალაზე მოცემული თითოეული მახასიათებლის მიხედვითაც. მიუხედავად მცირე განსხვავებებისა, სტუდენტები საკუთარ თავსა და თანაკურსელებს ამა თუ იმ თვისებას თანაბრად მიაწერენ. მონაცემები საშუალებას გვაძლევს დავასკვნათ, რომ პირველკურსელები არ ხედავენ არსებით განსხვავებებს საკუთარ თავსა და თანაკურსელებს შორის, შესაბამისად, თავს საერთო ჯგუფის ნაწილად და მსგავსად წარმოიდგენენ.

კიდევ ერთი მნიშვნელოვანი ცვლადი, რომელიც კვლევის ფარგლებში შევისწავლეთ სტუდენტების აკადემიური მიღწევა იყო. მისი შეფასებისთვის ქულების საშუალო მაჩვენებელი GPA გამოვიყენეთ. აღსანიშნავია, რომ სტუდენტების 46%-ს საშუალოზე მაღალი GPA აქვს (2.75 ქულაზე მეტი).

სტატისტიკურად მნიშვნელოვანია სქესთაშორისი განსხვავებები აკადემიური მიღწევის დონის მიხედვით, სადაც გოგონებს ($M=2.76$, $SD=.93$), ბიჭებთან შედარებით ($M=2.02$, $SD=1.05$) უფრო მაღალი GPA აქვთ $t(249)=-5.690$, $p=.000$. ამასთანავე, ქალი სტუდენტების ნახევარი (48%) 3-დან 4-მდე GPA კატეგორიაშია. მაშინ როდესაც კაცი სტუდენტების ყველაზე დიდი ჯგუფი (36%) 1-დან 2-მდე GPA-ს მქონე სტუდენტების კატეგორიაში ხვდება, $X^2(6, N=252) = 32.387$, $p=.000$.

ძირითად საკვლევ ცვლადებს შორის, როგორებიცაა: სტრესი, სოციალური იდენტობა, სოციალური მხარდაჭერა, აკადემიური მოტივაცია და აკადემიური მიღწევა (GPA), პირსონის კორელაციის შედეგად შემდგომი კავშირები გამოვლინდა (ცხრილი 2): სტრესის დონესა და სოციალურ მხარდაჭერას შორის უარყოფითი კავშირი ($r = -.242^{**}$, $n=252$, $p < .01$), ხოლო სოციალურ მხარდაჭერასა და აკადემიურ მოსწრებას შორის დადებითი კორელაცია ($r = .251^{**}$, $n=252$, $p < .01$). მათ ვისაც ოჯახის წევრები და ახლობლები აქტიურად უჭერენ მხარს მეტად აქვთ სწავლის მოტივაცია და მეტად წარმატებულნი არიან აკადემიურ სივრცეში, ასევე აღენიშნებათ სტრესის შედარებით დაბალი დონე.

სტუდენტების სოციალურ იდენტობას უარყოფითი კავშირი აქვს მხოლოდ აღქმული სტრესის სკალასთან ($r = -.241^{**}$, $n=252$, $p < .01$). ისინი, ვინც საკუთარ თავს ჯგუფის მსგავსად და ნაწილად აღიქვამენ, საკუთარი სტრესის დონეს შედარებით ნაკლები ხარისხით აფასებენ.

შედეგები ასევე გვარჩვენებს, ძლიერ უარყოფით კორელაციას ($r = -.651^{**}$, $n = 252$, $p < .01$) სტრესის დონესა და აკადემიურ მიღწევას შორის. სტუდენტებს, რომელთა სტრესის დონე მაღალია, დაბალი აკადემიური მოსწრება აქვთ.

ცხრილი 2

	სტრესი	აღქმული სტრესი	სოციალური იდენტობა	სოციალური მხარდაჭერა	GPA
სტრესი	-				
აღქმული სტრესი	.341**	-			
სოციალური იდენტობა	.055	-.241**	-		
სოციალური მხარდაჭერა	-.242**	-.224**	-.157*	-	
GPA	-.651**	-.292**	.032	.251**	-

** $p \leq .01$; * $p \leq .05$

კორელაციური კავშირების დადგენის შემდგომ ჩატარდა მონაცემთა მარტივი ნრფივი რეგრესიული ანალიზი, რომელმაც აჩვენა, რომ აკადემიური მოსწრების ყველაზე მაღალი პრედიქტორი სტუდენტების სტრესის დონეა: პირველკურსელების სტრესის დონის მაჩვენებელი აკადემიური მიღწევის ვარიაბელობის 42,4%-ს ხსნის ($R^2_{ADJ}=.421$, $F(1,250)=183.79$, $p<.01$) და სტუდენტების GPA-ს სანდო პრედიქტორია ($\beta = -.65$, $p<.01$); შედარებით ნაკლებ – 6,3%-ს ხსნის სოციალური მხარდაჭერის დონე ($R^2_{ADJ}=.059$, $F(1,250)=16.74$, $p<.01$), თუმცა ასევე სტუდენტთა GPA-ს პრედიქტორია ($\beta = -.25$, $p<.01$).

დასკვნები

კვლევის შედეგებმა აჩვენა, რომ საქართველოს სამი ძირითადი უნივერსიტეტის პირველკურსელების ნახევარზე მეტს სტრესის საშუალო ან საშუალოზე მაღალი მაჩვენებელი აქვს. აღნიშნული სტრესის მთავარი მიზეზი საცხოვრებელი პირობებისა და სოციალური გარემოს შეცვლაა.

სტრესთანბრძოლის პროცესში კვლევის მონაწილეები განსხვავებულ სტრატეგიებს მიმართავენ. მათ შორის ყველაზე აქტიურად პოზიტიურ რეინტერპრეტაციასა და ზრდას, დაგეგმვასა და ინსტრუმენტული სოციალური მხარდაჭერის ძიებას იყენებენ. ორივე მათგანი, სოციალურ მხარდაჭერასთან ერთად, ეფექტური დაძლევის მექანიზმებია, ხოლო არაეფექტურ სტრატეგიებს შორისაა პრობლემების უარყოფა, მოქმედებების განხორციელებისგან თავის არიდება, ფიქრების სხვა საკითხზე გადატანა და ნივთიერებების მოხმარება. მათი გამოყენების დროს არათუ არ მცირდება, არამედ იზრდება სტრესის დონე და, შესაბამისად, უარყოფითი გავლენა აქვს სტუდენტების აკადემიურ მოტივაციასა და მოსწრებაზე.

კვლევის შედეგები აჩვენებს, რომ სოციალური მხარდაჭერა, სოციალური იდენტობა და აკადემიური სტრესი ერთმანეთთან მჭიდრო კავშირშია. დაბალი აკადემიური სტრესის

სოციალური იდენტობისა და სოციალური მხარდაჭერის როლი აკადემიურ სტრესთან...

მქონე სტუდენტები გამოირჩევიან მაღალი მოტივაციითა და აკადემიური მიღწევებისა და GPA-ს. მაღალი სოციალური იდენტობა და ჯგუფისადმი მიკუთვნებულობის განცდა ასევე აკადემიური წარმატების პრედიქტორია. ხოლო სტუდენტები, რომლებიც აქტიურად იღებენ სოციალურ მხარდაჭერას სტრესის დაბალი მაჩვენებლითა და მაღალი აკადემიური მოტივაციით გამოირჩევიან, მათი აკადემიური მოსწრების დონე კი მხარდაჭერის არმქონე სტუდენტებთან შედარებით საგრძნობლად მაღალია.

გამოყენებული ლიტერატურა:

- Bernstein, D.A; Penner, L.A; Stewart, A.C and Roy, E.J (2008). Psychology (8th edition). Houghton Mifflin Company Boston New York.
- Bisht, A.R. (1989). A study of stress in relation to school climate and academic achievement (age group 13-17). Doctoral thesis, Education, Kumaon University.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.
- Cohen, S. (2004). Social relationships and health. *American Psychologist*, 59(8): 676- 684.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2): 310-357.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1994). Perceived stress scale. *Measuring stress: A guide for health and social scientists*.
- Condren, M., & Greenglass, E. (2011). Optimism, emotional support, and depression among first-year university students: Implications for psychological functioning within the educational setting. In, G. Reevy & E. Frydenberg (Eds.), *Personality, Stress, and Coping: Implications for Education*. (pp. 133-152).
- Charlotte, North Carolina: Information Age Publishing, Inc.
- Haslam, S.A. (2004). Psychology in organizations: The social identity approach (2nd ed.). London: Sage.
- Haslam, S.A., Jetten, J., Postmes, P., & Haslam, C. (2009). Social Identity, Health and Well-Being: An Emerging Agenda for Applied Psychology. *Applied Psychology: An International Review*, 58 (1), 1–23.
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of psychosomatic research*, 11(2), 213-218.
- Klem, A. M., & Connell, J. P. (2004). Relationships matter: Linking teacher support to student engagement and achievement. *Journal of school health*, 74(7), 262-273.
- Lazarus, R.S. & Cohen, J.B. (1977). "Environmental Stress". In I. Altman and J.F. Wohlwill (eds.), *Human Behavior and Environment*. (Vol 2) New York: Plenum.
- Levine, R. M., Prosser, A., Evans, D., & Reicher, S. D. (2005). Identity and emergency intervention: How social group membership and inclusiveness of group boundaries shape helping behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31: 443-453.
- Misra, R., Crist, M., & Burant, C. J. (2003). Relationships Among Life Stress, Social Support, Academic Stressors, and Reactions to Stressors of International Students in the United States. *International Journal of Stress Management*, 10(2): 137- 157.

- Tajfel, H. (1972). The context of social psychology: A critical assessment (pp. 69–119). London: Academic Press.
- Verger, P., Combes, J.B., Kovess-Masfety, V., Choquet, M., Guagliardo, V., Rouillon, F., & Peretti-Wattel, P. (2009). Psychological distress in first year university students: socioeconomic and academic stressors, mastery and social support in young men and women. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 44, 643-6.
- Yumba, W. (2008). *Academic Stress: A Case of the Undergraduate student*

THE ROLE OF SOCIAL IDENTITY AND SOCIAL SUPPORT IN OVERCOMING ACADEMIC STRESS – FIRST YEAR STUDENTS’ EXPERIENCE

Tamar Gvelesiani

Ivane Javakhishvili Tbilisi State University

Summary

The main goal of this research was to determine the role of social support and social identity in overcoming academic stress, based on the experiences of first year university students. The research explores variables, such as first year students’ academic stress levels, their stressors, effective and ineffective coping strategies, role of social identity and social support, influence of stress on academic motivation and achievement. The research was conducted among first year students of the three largest Georgian universities (Tbilisi State University, Iliia State University and Georgian Technical University). Both quantitative and qualitative methods were applied, with 252 survey respondents (150 girls, 100 boys) aged between 17 to 24 and 13 focus group participants (10 girls, 3 boys) aged between 18 to 20 years. The results show, that academic stress level among freshmen students is higher than average. The main reason of said stress is new living and social conditions, though preparing and publicly presenting their work is the biggest stressor in an academic setting. Among coping strategies, students use positive reinterpretation and growth and planning most often. Analysis show, that major predictor of academic success is low level of stress, with academic motivation and social support also being the key factors.

Key words: *Stress, Social Support, Social Identity, Motivation, Academic Success*