



LATVIJAS UNIVERSITĀTE  
Karjeras centrs



LATVIJAS  
UNIVERSITĀTE

# APTAUJAS ZIŅOJUMS "Aptauja par studentu emocionālo labsajūtu, 2021 rudens"

Pētījuma realizētājs LU Karjeras centrs

2021



## Ievads

LU Karjeras centrs 2021. gadā rudens semestrī veica studentu aptauju par studentu emocionālo labsajūtu. Aptaujas mērķis ir novērtēt studentu emocionālo labsajūtu, novērtēt dažādus aspektus LU, kas ir svarīgi, lai studiju process būtu gan veiksmīgs, gan pozitīvu emociju piepildīts. Aptaujas mērķis ir arī diagnosticēt iespējamās problēmas LU, kuras būtu jānovērš, lai studentu studiju process būtu vieglāks un pozitīvāks.

Aptauja tika realizēta 2021. gada septembrī/oktobrī. Aptauja tika organizēta elektroniski, anonīmi.

## Aptaujas izlases raksturojums

Bāze: Visi respondenti, n=422

### Dzimums

Bāze: n=407

	Skaitis	%
1. Vīrietis	72	17.69%
2. Sieviete	335	82.31%
<b>Kopā</b>	<b>407</b>	<b>100%</b>

### Vecums

Bāze: n=398

Vecums	Skaitis	%
18-20	170	43
21-25	108	27
26-30	36	9
31-35	28	7
36-40	22	6
41-45	16	4
46-50	9	2
51-55	9	2
<b>Kopā</b>	<b>398</b>	<b>100%</b>



Fakultātes  
Bāze: n=409

		Skaits	%
1.	Teoloģijas fakultāte	2	0.49%
2.	Ķīmijas fakultāte	8	1.96%
3.	Ģeogrāfijas un Zemes zinātņu fakultāte	13	3.18%
4.	Fizikas, matemātikas un optometrijas fakultāte	16	3.91%
5.	Vēstures un filozofijas fakultāte	17	4.16%
6.	Bioloģijas fakultāte	21	5.13%
7.	Datorikas fakultāte	23	5.62%
8.	Juridiskā fakultāte	27	6.60%
9.	Medicīnas fakultāte	39	9.54%
10.	Sociālo zinātņu fakultāte	42	10.27%
11.	Biznesa, vadības un ekonomikas fakultāte	52	12.71%
12.	Humanitāro zinātņu fakultāte	52	12.71%
13.	Pedagoģijas, psiholoģijas un mākslas fakultāte	97	23.72%
	<b>Kopā</b>	<b>409</b>	<b>100%</b>

Studiju programmas  
Bāze: n=413

		Skaits	%
1.	Profesionālā maģistra studiju programma	2	0.48%
2.	Doktorantūras studiju programma	7	1.69%
3.	Koledžas studiju programma – pirmā līmeņa augstākās profesionālās izglītības studiju programma	22	5.33%
4.	Otra līmeņa profesionālā augstākā izglītība	23	5.57%
5.	Profesionālā bakalaura studiju programma	31	7.51%
6.	Maģistra studiju programma	53	12.83%
7.	Bakalaura studiju programma	275	66.59%
	<b>Kopā</b>	<b>413</b>	<b>100%</b>

Vai strādā algotu darbu?  
Bāze: n=383

		Skaits	%
1.	Daļēji	41	10.70%
2.	Jā	166	43.34%
3.	Nē	176	45.95%
	<b>Kopā</b>	<b>383</b>	<b>100%</b>



## Vērtējuma skalas izmantojums un interpretācija

Pētījumā galvenokārt dažādu aspektu vērtēšanai tiek izmantota 5 baļļu skala, kur 0 nozīmē, ka dotajam apgalvojuma students piekrīt vismazākā mērā un 5 – ka dotajam apgalvojumam piekrīt visaugstākā mērā. Datu interpretācijā skalas dati tiek interpretēti sekojoši:

**0-1 balles**

**zems  
rādītājs**

**2-3 balles**

**vidējs rādītājs**

**4-5 balles**

**augsts  
rādītājs**



## Galvenie pētījuma rezultāti

### 1. Motivācija studēt izvēlētajā studiju programmā, nākotnes perspektīve.

Studenti uzrāda augstu motivāciju savas studiju programmas uzvēlē. 67% norāda augstu vērtējumu apgalvojumam "Manas intereses saskan ar tēmām, kas iekļautas studiju programmā". 71% augstā mērā piekrīt, ka pēc konkrētām studijām būs labas peļņas iespējas un stabils un patstāvīgs darbs (74%).

Vairāk kā 50% augstā mērā piekrīt, ka:

- varēšu atrast darbu, kādu vēlēšos,
- būšu sagatavots darbam studijās apgūtajā jomā,
- varēšu nopelnīt ar savu darbu studijās apgūtajā jomā,
- būšu gatavs/-a sākt savu profesionālo karjeru,
- zināšu, ko varēšu darīt profesionālajā jomā ar iegūto izglītību,
- zināšu, kādu karjeru vēlos veidot.

### 2. Padziļināta dažādu aspektu analīze par izvēlēto studiju programmu.

Studenti kopumā pozitīvi – izvēlas augstākos vērtējumus – vērtē dažādus studiju programmas aspektus. Vairāk kā 50% aptaujāto norāda augstāko vērtējumu apgalvojumiem:

- mana šī brīža studiju joma ir tā, kuru vēlējos studēt,
- es esmu pārliecināts/-a, ka izvēlējos pareizo studiju jomu,
- man bija viegli izvēlēties konkrētu studiju programmu,
- es esmu pārliecināts/-a, ka izvēlējos pareizo universitāti,
- man ir laba izpratne par to, vai es esmu piemērots/-a savai izvēlētajai programmai,
- jūtos informēts/-a par savu izvēlēto studiju programmu,
- zinu savas studiju programmas prasības,
- labi protu novērtēt savas stiprās un vājās puses studiju procesā,
- es domāju, ka manas studijas ir patiesi interesantas,
- es ar patiesu prieku apgūstu studiju priekšmetus,
- kopumā es esmu apmierināts(-a) ar studijām,
- prasības ir definētas skaidri un saprotami,
- studiju gaita ir labi strukturēta,
- docēšanas izglītojošā kvalitāte ir augsta,
- studiju kursi ir labi organizēti,
- studiju kursu kvalitāte ir augsta,
- es apgūstu interesantas tēmas, idejas un jēdzienus,
- man sniedz informāciju, ko uzskatu par noderīgu,
- es apgūstu tās prasmes, ko uzskatu par noderīgām,
- docētāji velta laiku, lai reaģētu uz manām vajadzībām,



- docētāji rūpējas par manu problēmu atrisināšanu,
- docētāji velta pietiekami daudz laika studenta vajadzībām,
- docētāji drīzāk novērtē studentu ieguldītas pūles,
- esmu lepns, ka studēju šajā universitātē,
- manas vērtības un attieksme lielā mērā sakrīt ar universitātes piedāvātajām,
- man universitātē iet labi,
- es jūtu, ka iederos savā studiju programmā,
- es zinu, kāda ir šīs programmas īstenošanas gaita.
- izvēlētā studiju programma sniedz man daudz iespēju kļūt par tādu cilvēku, kāds es vēlos būt (54%),
- izvēlētā studiju programma sniedz man iespēju virzīties uz mērķiem, ko savā dzīvē uzskatu par svarīgiem (63%),
- izvēlētā studiju programma sniedz intelektuālās izaugsmes iespējas (78%),
- izvēlētā studiju programma nodrošina intelektuāli stimulējošu vidi (72%).

### 3. Studiju darba slodzes izvērtējums.

Kopumā studenti norāda, ka studiju process nav viegls.

42% piekrīt augstākā mērā, ka "Man no daudz kā jāatsakās, lai studētu",  
66% piekrīt augstākā mērā, ka "Man jāiegulda daudz laika un pūļu, lai veiksmīgi apgūtu šo(-s) priekšmetu(-s)."

Studenti uzrāda augstu stresa līmeni: **vairāk kā 50% augstā mērā piekrīt, ka studijas rada daudz stresa.**

### 4. Mācīšanās paradumi.

Kopumā studenti norāda, ka ir lielā mērā spējīgi mācību procesā būt elastīgi, pielāgo mācīšanās metodes vielas apguvei, spēj saskatīt būtisko, spēj strādāt tā, lai mācību viela būtu saprotama, spēj identificēt neskaidros jautājumus un ar tiem strādāt īpaši, lai viela būtu saprotama. Koncentrēšanās spējas uz darba uzdevumiem vērtējamās dāžadi – daļa studentu norāda, ka ir grūtības koncentrēties un domās bieži aizklīst kaut kur citur, bet daļa studentu neuzrāda grūtības šajos jautājumos.

### 5. Studiju darba vērtējums.

Kopumā studenti ir apmierināti ar iegūtajām atzīmēm – 58% piekrīt šim apgalvojumam augstākā mērā. Puse no studentiem veiksmīgi iekļaujas studiju grafikā, 41% studenti ir nedaudz atpalikuši no studiju grafika.

### 6. Studentu sajūtu raksturojums.

Jautāti par dažādām sajūtām, studenti sniedza sekojošus vērtējumus:



Vairāk kā puse – 50%- studentu augstākā mērā piekrīt, ka

- viņus ļoti ātri pārņem stress,
- viņi bieži uztraucas ,
- viņi šaubās par daudzām lietām,
- viņi bieži skumst.

## 7. Mērķtiecīgas darbības raksturojums.

Studenti vērtēja aspektus, kas raksturo mērķtiecīgu mācīšanos. Kopumā studenti uzrāda, ka ir grūtības veikt studiju darbus maksimāli efektīvi.

Ap 60% studentu vidēji un augstā līmenī piekrīt ( izvēlas vērtējumu 3-5 balles), ka

- viņiem ir grūtības uzsākt darbu,
- viņi iznieko laiku,
- viņiem ir vajadzīgs pamudinājums, lai uzsāktu darbu,
- viņi atliek lēmumu pieņemšanu,
- viņi kavējas ķerties klāt pie uzdevumu veikšanas,

Tomēr kopumā studentiem drīzāk ir sajūta, ka viņi virzās uz mērķi. Šim apgalvojumam piekrīt 38% augstā mērā, 44% vidēji.

Kopumā studentiem drīzāk ir sajūta, ka viņi smagi strādā. 47% tam piekrīt lielā mērā, 40% sniedz vidēju vērtējumu.

## 8. Studiju pabeigšana.

Kopumā lielā mērā studenti izjūt un tic, ka varēs pabeigt studijas – 68% tam piekrīt lielā mērā. Studenti mēdz iedomāties par studiju pārtraukšanu, bet tas nav raksturīgi lielākam vairākumam. Ap 30% aptaujāto šo jautājumu ir nopietni apsvēruši vairākkārt, tomēr nopietni pamest studijas plāno retais.

## 9. Attieksme pret izvēlēto jomu.

Vairāk kā puse 50% aptaujāto augstākā mērā piekrīt apgalvojumiem:

- es jūtos apmierināts/-a ar savu izvēli iegūt izglītību manīs izvēlētajā jomā.
- es jūtos apmierināts/-a ar studijās valdošo atmosfēru savā specializācijas jomā,
- es jūtu sevī entuziasmu attiecībā uz manas izvēlētas specialitātes tematiku,
- man patīk, cik daudz es nodarbībās iemācos,

Vairāk kā puse 50% aptaujāto vidēji un augstu piekrīt apgalvojumiem:

- pārsvarā man patīk kursus uzdotie darbi,
- es kopumā esmu apmierināts/-a ar savu akadēmisko dzīvi,
- man patīk intelektuālās piepūles līmenis, kāds tiek piedāvāts apgūstamajos studijuursos.



## 10. Infrastruktūras nodrošinājums LU.

"Kopumā universitāte piedāvā labu infrastruktūru mācībām un studēšanai, piemēram, mācīšanās telpas, tehniskās telpas, bezvadu tīklu, bibliotēkas u.c." Šim apgalvojumam augstākā mērā piekrīt 65% aptaujāto studentu.

## 11. Sadarbības ar citiem studentiem.

Vairāk kā 50% aptaujāto drīzāk nesadarbojas ar citiem studentiem ārpus studijām, pārējie sadarbojas lielākā vai mazākā mērā.

Daļa – apmēram puse – drīzāk ir atraduši sev draugus studijās, bet tikpat liela daļa norāda, ka tas tā nav.

Vairākumam studentu ir viegli iedibināt kontaktus ar citiem studentiem, bet ir arī tādi – 24%, kuri šādam apgalvojumam nepiekrīt.

Vairāk kā puse augstā mērā piekrīt apgalvojumam:

- es dalos ar citiem savas programmas studentiem ar svarīgu informāciju un studiju aktualitātēm,
- ja kaut kas manās studijās nenotiek, kā vajadzētu, es varu palauties uz cilvēkiem, ar ko kopā studēju.

Vaicāti par to, vai sadarbību ar studiju biedriem ietekmēja attālinātā mācīšanās, domas dalās: 41% aptaujāto šim apgalvojumam drīzāk nepiekrīt, 34% piekrīt augstā mērā.

## 12. Sajūtas Latvijas Universitātē.

Aptaujā lūdzām izvērtēt dažādas savas izjūtas, domājot par dzīvi universitātē. 5 ballu skalā vairāk kā 60% uz 3-5 ballēm vērtē sajūtu: esmu...

- laimīgs/-a,
- entuziasma pilns/-a,
- lepns/-a,
- priecīgs/-a,
- satraukts/-a.

## 13. Emocionālais atbalsts ārpus LU.

66% studentu augstā mērā piekrīt, ka saņem emocionālu palīdzību un nepieciešamo atbalstu no savas ģimenes un draugiem ārpus universitātes. 71% ir augstā mērā pārliecināti, ka var palauties uz savu ģimeni un draugiem ārpus universitātes, ja nepieciešams.





## Rezultātu kopsavilkums

1. Studenti kopumā Latvijas Universitātē jūtas labi – lielākais vairums ir apmierināti ar studiju izvēli, piedāvāto programmu, mācību procesu, docētāju veikumu.
2. Studenti kopumā izjūt, ka vajadzības gadījumā var saņemt atbalstu gan LU iekšienē, gan ārpus tās – draugi, radi.
3. Studenti pozitīvi vērtē LU infrastruktūru.
4. Studenti jūtas motivēti studijām.
5. Studenti jūt pārliecību par savu nākotni – par karjeras iespējām, par stabilu darbu un vēlamajām peļņas iespējām.
6. Studenti uzrāda augstu stresa līmeni.
7. Studenti norāda, ka studijas kopumā rada ikdienā spriedzi, jo ir sajūta, ka smagi jāstrādā, rūpīgi jāorganizē sava ikdiena, jāatsakās no citām svarīgām lietām dzīvē studiju dēļ.
8. Studenti uzrāda mērķtiecīgas mācīšanās grūtības.

## Secinājumi, ieteikumi

1. Kopumā aptaujas dati ļauj secināt, ka procesi un aspekti, kuri ir atkarīgi no universitātes, tiek vērtēti augstu. Tādēļ varam, secināt, ka aptaujā neidentificējam problēmas LU, kuras būtu jārisina vai kaut kas būtiski jāmaina studiju procesu organizēšanā.
2. Uzmanību pievērš dati, ka studenti izjūt lielu stresu. No vienas puses, tas rada bažas par studentu emocionālo labsajūtu, no otras puses - zināms stress ikdienas darbu veikšanā ir normāls un pat nepieciešams.

Tomēr iespējams var domāt, kā novērst negatīvo stresa ietekmi. Karjeras centrs tradicionāli piedāvā apmācības stresa vadībā. Ka arī būtiski piedāvāt psihologa atbalstu. Šīs aktivitātes jau tiek piedāvātas un ierastā prakse jāturpina arī nākotnē.

Iespējams, arī fakultāšu līmenī var piedāvāt pasākumu kopumu, kas palīdz regulēt negatīvo stresa ietekmi. Periodiski sadarbībā ar atsevišķu fakultāšu studentu padomēm jau notiek pasākumi par studentu emocionālo veselību. Piemēram, šī gada pavasarī notika Mentālās veselības seminārs sadarbībā ar SZF, savukārt šoruden LUSP plāno sagatavot informāciju par šiem jautājumiem studentiem ērti saprotamā veidā. Karjeras centrs pirms pandēmijas ieplānoja studentiem piedāvāt Emocionālās labsajūtas dienu. Šo pasākumu ieplānots realizēt, kad būs iespējas tikties brīvi klātienē. Pasākuma mērķis ir aktualizēt jautājumu par emocionālo labsajūtu, mudināt studentus apzināties emocionālā stāvokļa nozīmi efektīvā ikdienas darbībā un piedāvāt metodes, kas palīdz regulēt stresu, apzināties savas emocijas un tās vadīt.



3. Studenti norāda, ka kopumā studiju process rada zināmu spriedzi, ir sajūta par smagu darbu, kas jāveic. Šo aspektu var vērtēt kā zināmu trauksmes signālu. Tomēr no otras puses, iespējams, ka studiju procesam nav obligāti jābūt vieglam un ir tikai normāli, ja studenti izjūt zināmu nogurumu no ikdienas slodzes. Tā nav problēma līdz brīdim, kad zūd atjaunošanās balanss – ja students redz veidus, kā atjaunoties, atpūtai pietiek laika, tad grūtības ir pieņemamas. Bet, ja studiju process šķiet pārāk smags, iespējams jāmeklē risinājumi. Studenti uzrāda, ka vajadzības gadījumā šādas situācijās varētu saņemt atbalstu un izpratni gan no universitātes, gan ārpus tās.
4. Studenti uzrāda grūtības organizēt mērķtiecīgu mācību procesu – ir grūtības mācīties, grūti saņemties uzsākt darbu, notiek vilcināšanās, grūtības sakoncentrēties uz darba uzdevumiem. LU psiholoģe Līga Valinka atzīst, ka šī bieži ir problēma, ar kuru studenti vēršas pie psihologa pēc palīdzības. Kā risinājums uz šo brīdi – tiek piedāvātas psihologa konsultācijas un arī regulāri Karjeras centrs piedāvā semināru par efektīvu laika plānošanu. Semināra zināšanas palīdz gan izprast savus darbības motīvus un stūrakmeņus, gan piedāvā instrumentus, kuri dod iespēju darboties efektīvāk – laika izmantošana ir lietderīgāka. Kā rezultātā arī mazinās stresa līmenis un vairojas emocionāla labsajūta ikdienā. Semināri par laika plānošanu, kā arī psiholoģiskās konsultācijas tiks piedāvātas arī nākotnē.