



LATVIJAS UNIVERSITĀTE
Karjeras centrs



**LATVIJAS
UNIVERSITĀTE**

APTAUJAS ZIŅOJUMS

"Aptauja par studentu emocionālo labsajūtu, 2026 pavasaris"

Pētījuma realizētājs LU Karjeras centrs

2026



Ievads

LU Karjeras centrs 2026. gadā pavasara 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 2026. gada maijā. Aptauja tika organizēta elektroniski, anonīmi.

Aptaujas izlases raksturojums

Bāze: Visi respondenti, n=199

Dzimums

Respondentu skaits: n=199

		Skaitis	%
1.	Sieviete	159	80%
2.	Vīrietis	34	17%
3.	Cits	6	3%
	Kopā	199	100%

Vecums

Respondentu skaits: n=199

Vecums	Skaitis	%
18-24	118	59%
25-30	16	8%
31-34	11	5.5%
35-40	20	10%
41-45	9	4.5%
46-50	12	6%
51+	13	7%
Kopā	199	100%



Fakultātes
Respondentu skaits: n=199

		Skaitis	%
1.	Ekonomikas un sociālo zinātņu fakultāte	43	21%
2.	Eksakto zinātņu un tehnoloģiju fakultāte	26	13%
3.	Humanitāro zinātņu fakultāte	17	9%
4.	Izglītības zinātņu un psiholoģijas fakultāte	67	34%
5.	Juridiskā fakultāte	23	11.5%
6.	Medicīnas un dzīvības zinātņu fakultāte	23	11.5%
	Kopā	199	100%

Vērtējuma skalas izmantojums un interpretācija

Pētījumā galvenokārt dāžādu 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:

1-2 balles

**zems
rādītājs**

3 balles

vidējs rādītājs

4-5 balles

**augsts
rādītājs**



Galvenie pētījuma rezultāti

1. Attieksme pret studiju jomas un programmas izvēli.

Rezultāti kopumā parāda, ka vairākums studentu jūtas apmierināti ar studiju programmas izvēli, jūtas tā, ka izvēlētajā studiju programma ir piemērota viņiem, kā arī jūtas labi informēti par studiju programmas prasībām. Attiecībā uz studiju jomas izvēli, lielākoties studenti jūt augstu apmierinātību ar savu izvēli, studiju atmosfēru un izvēlētajās specialitātes tematiku un negribētu studēt kaut ko citu.

Attiecībā uz izvēlēto studiju jomu, studenti pārsvarā atzīmē augstu apmierinātību. Lielākā studentu daļa augstā mērā piekrīt apgalvojumiem:

"Es jūtos apmierināts/-a ar savu izvēli iegūt izglītību manis izvēlētajā jomā." (72%)

"Es jūtos apmierināts/-a ar studijās valdošo atmosfēru savā specializācijas jomā." (57%)

"Es jūtu sevī entuziasmu attiecībā uz manas izvēlētajās specialitātes tematiku." (55%)

Mazākā studentu daļa augstā mērā piekrīt apgalvojumam: "Es labāk būtu gribējis/-usi studēt kaut ko citu." (21%)

Lielākoties studenti uzrāda augstu apmierinātību savas studiju programmas izvēlē. Augsts vērtējums tika sniegts attiecībā uz apgalvojumiem:

"Mana šī brīža studiju joma ir tā, kuru vēlējos studēt." (75%)

"Es esmu pārliecināts/-a, ka izvēlējos pareizo studiju jomu." (65%)

"Man bija viegli izvēlēties konkrētu studiju programmu." (54%)

"Es domāju, ka manas studijas ir patiesi interesantas." (69%)

"Es esmu pārliecināts/-a, ka izvēlējos pareizo universitāti." (74%)

Attiecībā uz izvēlētajās studiju programmas vērtējumu, augsti rādītāji tika uzrādīti par apgalvojumiem:

"Man ir laba izpratne par to, vai es esmu piemērots/-a savai izvēlētajai programmai." (61%)

"Jūtos informēts/-a par savu izvēlēto studiju programmu." (70%)

"Zinu savas studiju programmas prasības." (80%)

"Es zinu, kāda ir šīs programmas īstenošanas gaita." (55%)

2. Noslodze studiju procesā un studiju prasību slodze.

Vairākums studentu (74%) norāda, ka veiksmīgai izvēlētajās studiju programmas apgūšanai ir jāiegulda daudz laika un pūļu, kā arī stresa līmeni par studijām kopumā lielākā studentu daļa (70%) vērtē kā vidēji augstu vai augstu.



Puse no aptaujātiem studentiem norāda, ka viņiem ir daudz no kā jāatsakās, lai veiksmīgi mācītos un gandrīz puse (45%) atzīmē, ka ir grūti izturēt studiju slodzi. Tomēr studentu vērtējums, kas ir saistīts ar atsevišķu studiju pienākumu izpildumu, ir atšķirīgs.

Lielākās grūtības studentiem parādās citu pienākumu apvienošanā ar studiju prasībām. Vidēji augsts un augsts vērtējums tiek sniegts sekojošiem apgalvojumiem:

"Man ir grūti savienot studijas ar citiem pienākumiem ārpus universitātes." (60%)

"Man ir grūti līdzsvarot studēšanu un algotu darbu." (55%)

Savukārt tam, ka ir grūti izpildīt daudzās prasības, nokārtot nākamās eksāmenus, organizēt studijas un mērķtiecīgi mācīties, studenti pārsvarā piekrīt zemā vai vidējā līmenī.

3. Studiju zināšanu praktiskais pielietojums.

46% augstu vērtē apgalvojumu "Studijās es gūstu daudz profesionālās pieredzes." 58% lielā mērā piekrīt, ka "Studijās piedāvātās teorētiskās zināšanas ir būtiskas to praktiskās pielietojamības dēļ".

4. Apmierinātība ar studiju saturu un norisi/organizāciju.

Vairākums studentu sniedz vidēju līdz augstu vērtējumu apgalvojumiem, ka studiju process ir interesants, ka viņi apgūst studiju priekšmetus ar prieku, un lielākā daļa kopumā ir apmierināti ar studijām.

Studiju saturu un organizāciju studenti vērtē kopumā vidējā un augstā līmenī. Vidējs un augsts vērtējums tiek sniegts sekojošiem apgalvojumiem:

"Es jūtos apmierināts ar studijās valdošo atmosfēru savā specializācijas jomā." (vidēji - 24%, augsti - 57%)

"Pārsvarā man patīk kursus uzdotie darbi." (vidēji - 31%, augsti - 47%)

"Es kopumā esmu apmierināts ar savu akadēmisko dzīvi" (vidēji - 29%, augsti - 49%)

"Man patīk intelektuālas piepūles līmenis, kāds tiek piedāvāts apgūstamajos studijuursos" (vidēji - 29%, augsti - 55%)

"Es jūtu sevī entuziasmu attiecībā uz manas izvēlētajā specialitātes tematiku" (vidēji - 26%, augsti - 55%)

"Man patīk, cik daudz es nodarbībās iemācos" (vidēji - 31%, augsti - 51%)

"Prasības ir definētas skaidri un saprotami (vidēji - 28%, augsti - 62%)

"Studiju gaita ir labi strukturēta" (vidēji - 35%, augsti - 49%)

"Docēšanas izglītojošā kvalitāte ir augsta" (vidēji - 21%, augsti - 68%)

"Studiju kursi ir labi organizēti" (vidēji - 36%, augsti - 48%)

"Studiju kursu kvalitāte ir augsta" (vidēji - 28%, augsti - 63%),



"Es apgūstu interesantas tēmas, idejas un jēdzienus" (vidēji - 18%, augsti - 74%)

"Man sniedzu informāciju, ko uzskatu par noderīgu" (vidēji - 26%, augsti - 65%)

"Es apgūstu tās prasmes, ko uzskatu par noderīgām" (vidēji - 26%, augsti - 61%).

"Mana studiju programma:

- sniedz man daudz iespēju kļūt par tādu cilvēku, kāds es vēlos būt (vidēji - 32%, augsti - 51%)

- sniedz man iespēju virzīties uz mērķiem, ko savā dzīvē uzskatu par svarīgiem (vidēji - 24%, augsti - 63%)

- sniedz intelektuālas izaugsmes iespējas (vidēji - 16%, augsti - 79%)

- nodrošina intelektuāli stimulējošu vidi (vidēji - 21%, augsti - 69%)."

Aptuveni trešā daļa (31%) studentu vērtē savas iespējas izvēlēties kursus atbilstoši savām interesēm kā zemu, trešdaļa (31%) – vidēju, un trešdaļa (38%) sniedz augstu vērtējumu šim aspektam.

Studenti kopumā drīzāk izjūt, ka ir paši atbildīgi par savu studiju organizēšanu - 80% šo aspektu vērtē vidēji un augstu. Iespējas organizēt patstāvīgi savas studijas studenti vērtē līdzīgi – 73% sniedz vidēju un augstu novērtējumu.

Docētāju mijiedarbība ar studentiem kopumā tiek vērtēta vidēji un augstu:

"Docētāji velta laiku, lai reaģētu uz manām vajadzībām" - 86% (vidēji - 32%, augsti - 54%)

"Docētāji rūpējas par manu vajadzību atrisināšanu" - 86% (vidēji - 37%, augsti - 49%)

"Docētāji, cik daudz vien iespējams, cenšas rēķināties ar manām vēlmēm" - 78% (vidēji - 40%, augsti - 38%).

Mazākā studentu daļa, 17%, augstā mērā piekrīt, ka "Bieži vien docētāji nenovērtē manas ieguldītās pūles", savukārt vidēji un zemu šo apgalvojumu novērtē 83%.

LU infrastruktūru kopumā (mācīšanās telpas, tehniskās telpas, bezvadu tīklu, bibliotēkas u.c.) vairākums vērtē vidēji un augstu - 76%. Attiecīgi, ceturtdaļa aptaujāto šo aspektu vērtē zemu.

5. Savas mērķtiecīgas darbības vērtējums.

Aptaujā tika lūgts novērtēt aspektus, kas raksturo mērķtiecīgu darbošanos, lielākoties, mācīšanos. Aptaujātie atzīmē dažādas pakāpes grūtības veikt studiju darbu maksimāli efektīvi.

Vērtējums sekojošiem apgalvojumiem par nepieciešamā darba veikšanu ir sadalījies salīdzinoši vienmērīgi 5 punktu vērtēšanas skalā, ar mazāku "pilnīgi nepiekrītu" vērtējuma īpatsvaru:



"Man ir grūti uzsākt darbu",
"Es izniekoju laiku",
"Man vajadzīgs pamudinājums, lai es sāktu strādāt",
"Man ir grūti sākt pildīt uzdevumus",
"Es atlieku lēmumu pieņemšanu".

Studenti atzīmē, ka darbu usākšana ir tas, kas ir grūtais. Tikai 22% augstu vērtē apgalvojumus "Es uzreiz sāku strādāt" un 20% "Es ķeros pie uzdevumiem bez kavēšanās".

Tomēr lielākoties savu darbību studenti izvērtē kā drīzāk mērķtiecīgu - 83% vidēji un augstu piekrīt apgalvojumam "Es eju precīzi uz mērķi".

Studentiem drīzāk ir motivācija gūt panākumus – 73% zemu un vidēji piekrīt apgalvojumam "Man nav īpašas motivācijas gūt panākumus", 79% zemu un vidēji piekrīt apgalvojumam "Es izdaru tikai tik daudz, lai skaitītos nokārtots."

Kopumā aptaujātie atzīmē to, ka labi prot novērtēt savas stiprās un vājās puses studiju procesā – 91% šo spēju vērtē kā vidēju līdz augstu. Tas liek domāt, ka lielākā respondentu daļa redz sevi kā spējīgus labi reflektēt.

6. Studentu sajūtas universitātē studiju procesā.

Kopumā lielākā studentu daļa norāda, ka izjūt stresu un satraukumu augstā pakāpē. Savukārt, tikpat augsti rādītāji ir tam, ka universitātē studentiem iet labi. Entuziasmu, prieku un lepnumu saistībā ar universitāti respondenti atzīmē augstā pakāpē, bet bezcerīgi vai garlaikoti jūtās mazākā studentu daļa. Vērtējums par laimes izjūtu, domājot par universitāti, ir sadalījies salīdzinoši vienmērīgi 5 punktu vērtēšanas skalā.

Studenti vērtē apgalvojumus, ka, domājot par universitāti, jūtas:

- laimīgi (zemā līmenī - 24%, vidēji - 35%, augstā mērā - 41%)
- entuziasma pilni (zemā līmenī - 27%, vidēji - 32%, augstā mērā - 41%)
- lepmi (zemā līmenī - 15%, vidēji - 24%, augstā mērā - 61%)
- priecīgi (zemā līmenī - 26%, vidēji - 28%, augstā mērā - 46%)
- satraukti (zemā līmenī - 21%, vidēji - 28%, augstā mērā - 51%)
- nemierīgi (zemā līmenī - 35%, vidēji - 26%, augstā mērā - 39%)
- bezcerīgi (zemā līmenī - 66%, vidēji - 17%, augstā mērā - 17%)
- garlaikoti (zemā līmenī - 66%, vidēji - 17%, augstā mērā - 17%).

"Man studijas rada daudz stresa." (zemā līmenī - 8%, vidēji - 22%, augstā mērā - 70%).

"Man universitātē iet labi." (zemā līmenī - 14%, vidēji - 19%, augstā mērā - 67%).

7. Studiju pabeigšana un universitātes absolvēšanas nozīmība.

Studenti kopumā norāda, ka viņiem ir svarīgi pabeigt studijas. Aptaujātie mēdz iedomāties par studiju pārtraukšanu, lai gan nopietni pamest studijas plāno ļoti reti.

83% aptaujāto atzīmē, ka viņiem lielākā mērā ir svarīgi absolvēt universitāti. Savukārt, 77% respondentiem lielākā mērā ir svarīgi pabeigt izvēlēto studiju programmu.

67% aptaujāto vairāk nekā vienu reizi ir apsvēruši pamest studijas, taču par to nopietnu pamešanu domā tikai ap 9%.

8. Sadarbība ar studiju biedriem.

Ap 44% aptaujāto drīzāk nesadarbojās ar citiem studentiem ārpus studijām, pārējie norāda, ka sadarbojās lielākā vai mazākā mērā. 12% respondentu atzīmēja, ka nav atraduši sev draugus studijās, savukārt, lielākā daļa – 59% augstā mērā piekrīt, ka draugus studijās ir atraduši.

Vairākums studentu norādījuši, la viņiem bija viegli vai vidēji viegli nodibināt kontaktus ar citiem studentiem, savukārt 16% respondentu šādam apgalvojumam pilnībā nepiekrīt.

Vairāk kā puse augstā mērā piekrīt apgalvojumam:

- es dalos ar citiem savas programmas studentiem ar svarīgu informāciju un studiju aktualitātēm (63%)
- ja kaut kas manās studijās nenotiek, kā vajadzētu, es varu palauties uz cilvēkiem, ar ko kopā studēju (65%).

9. Izjūtas par savas karjeras veidošanas iespējām pēc universitātes.

Kopumā vairākums (virs 75%) vidēji un augstā mērā piekrīt apgalvojumiem par veiksmīgas karjeras veidošanas iespējām:

“Es varēšu atrast darbu, kādu vēlēšos” (77%)

“Varēšu nopelnīt ar savu darbu studijās apgūtajā jomā” (78%)

“Būšu sagatavots darbam studijās apgūtajā jomā” (80%)

“Būšu gatavs sākt savu profesionālo karjeru” (80%)

“Zināšu, ko varēšu darīt profesionālajā jomā ar iegūto izglītību” (82%)

“Zināšu, kādu karjeru vēlos veidot” (78%).

17-23% šiem apgalvojumiem piekrīt zemā līmenī vai nepiekrīt.



10. Piederības sajūta universitātei, programmai.

Lielākā daļa studentu augstu vai vidēji vērtē aspektus, kas saistīti ar piederības sajūtu Latvijas universitātei:

"Esmu lepns, ka studēju šajā universitātē" - 87% (vidēji - 13%, augsti - 74%)

"Manas vērtības un attieksme lielā mērā sakrīt ar universitātes piedāvātajām" - 86% (vidēji - 22%, augsti - 65%)

"Es jūtu, ka iederos savā studiju programmā" - 78% (vidēji - 16%, augsti - 62%)

"Cilvēkiem manā studiju programmā ir tādas pašas vērtības un attieksme kā man" - 75% (vidēji - 29%, augsti - 48%).

11. Studentu atbalsta sistēma ārpus LU.

64% studentu augstā mērā piekrīt, ka saņem emocionālu palīdzību un nepieciešamo atbalstu no savas ģimenes un draugiem ārpus universitātes un 70% ir augstā mērā pārliecināti, ka var paļauties uz savu ģimeni un draugiem ārpus universitātes, ja nepieciešams. Savukārt, tikai puse no aptaujātiem augstā mērā piekrīt, ka viņiem ir pieejams nepieciešamais finansiālais atbalsts studijām. 33% atzīmē, ka mazākā mērā piekrīt apgalvojumam "Man ir nepieciešamais finansiālais atbalsts studiju finansēšanai".



Rezultātu kopsavilkums

1. Studenti lielākoties izjūt augstu apmierinātību ar studijām Latvijas Universitātē - programmas izvēli, izvēlētajās specialitātes tematiku, studiju atmosfēru. Aptaujātie pamatā vērtē studiju procesu kā interesantu un negribētu studēt kaut ko citu.
2. Studējošie kopumā jūtas motivēti studijām un tic, ka pabeigs studijas.
3. Aptaujātie uzrāda augstu entuziasmu, prieku un lepnumu saistībā ar universitāti.
4. Lielākā daļa studentu izjūt piederības sajūtu Latvijas Universitātei.
5. Lielākoties studenti jūt pārliecību par savu nākotni pēc LU absolvēšanas (par saņemto zināšanu praktisko pielietojamību, karjeras iespējām, stabilu darbu un vēlamajām peļņas iespējām).
6. Studenti uzrāda mērķtiecīgas mācīšanās grūtības dažādā pakāpē, lielākoties izvērtējot mācīšanos kā mērķtiecīgu. Tomēr, lielākai daļai grūtības sagādā tieši darbu uzsākšana.
7. Vairākumam studentu studijas rada ikdienā spriedzi un satraukumu. Puse no aptaujātajiem norāda, ka ir jāatsakās no citām svarīgām lietām dzīvē studiju dēļ un ir grūti izturēt slodzi.
8. Studenti kopumā izjūt, ka vajadzības gadījumā var saņemt nepieciešamo atbalstu gan LU iekšienē, gan ārpus tās – no tuviniekiem un draugiem.
9. Lielākā daļa aptaujāto norāda, ka universitātē nodibinājuši kontaktus ar citiem un atraduši draugus.
10. Studenti pozitīvi vērtē LU infrastruktūru.

Secinājumi, ieteikumi

1. Aptaujas rezultāti kopumā ļauj secināt, ka procesi un aspekti, kas ir universitātes kompetencē, – studiju procesu organizācija, mācībspēku kompetence un infrastruktūra – pārsvarā tiek vērtēti pozitīvi.
Salīdzinājumā ar iepriekšējā studiju gada rezultātiem vērojams neliels ļoti augstu un augstu vērtējumu īpatsvara samazinājums, savukārt, samazinājās arī neapmierinošu un mazāk apmierinošu vērtējumu skaits. Tas liecina par mērenas apmierinātības pieaugumu studentu vidū, ko kopumā var interpretēt kā pozitīvu tendenci.
2. Vairums studentu pozitīvi novērtē gan izvēlēto studiju programmu un studiju procesu, gan karjeras perspektīvas. Vienlaikus salīdzinoši mazāka daļa studentu attiecībā uz šiem aspektiem pauž negatīvu attieksmi. Tas var nelabvēlīgi ietekmēt gan psihoemocionālo labklājību, gan studiju procesa efektivitāti.
Šādas grūtības var būt saistītas ar nepietiekami pārdomātu studiju programmas izvēli, ierobežotu izpratni par sev piemērotākajām profesionālajām jomām vai karjeras attīstības iespējām, kā arī ar pašizziņas procesu attīstību un profesionālās identitātes veidošanos studiju laikā. Minēto izaicinājumu risinājumā nozīmīgs resurss ir LU Karjeras centra sniegtās iespējas. Ņemot vērā šo pakalpojumu ieguldījumu studentu attīstībā, ir būtiski nodrošināt to pieejamību un turpināt attīstīt šo atbalsta virzienu.

3. Studenti norāda uz grūtībām, kas saistītas ar efektīvu iesaisti studiju procesā, īpaši akcentējot motivācijas trūkumu un studiju uzdevumu radīto psiholoģisko spriedzi. Salīdzinājumā ar iepriekšējo studiju ir nedaudz pieaudzis studentu subjektīvi uztvertais ar studijām saistītais stresa līmenis. Vienlaikus ir palielinājies arī to respondentu īpatsvars, kuri savu sniegumu studijās kopumā vērtē pozitīvi. Šo vienlaikus novērojamo tendenču interpretācijai nepieciešama padziļināta datu analīze, turpmākie novērojumi un izpēte.
4. Salīdzinoši ar iepriekšējo gadu rādītājiem, ir samazinājies respondentu skaits, kas augstā mērā saredz emocionālā atbalsta iespējas no ģimenes un draugiem ārpus universitātes.

Nemot vērā pētījumu rezultātus par studentu emocionālo labklājību, kas apliecina ģimenes un draugu emocionālā atbalsta nozīmi drošības sajūtas stiprināšanā, pašapziņas veicināšanā un ar studijām saistītā stresa pārvarēšanā (īpaši pirmajā studiju gadā), būtiska nozīme ir pastāvīgi pieejamam atbalstam studiju laikā. Tas var būtiski veicināt studentu emocionālās noturības attīstību un sekmēt veiksmīgāku adaptāciju studiju vidē. Lai nodrošinātu šāda atbalsta pieejamību, būtiski ir saglabāt un nepieciešamības gadījumā paplašināt psiholoģiskā atbalsta iespējas, vienlaikus veicinot studentu informētību par pieejamajiem atbalsta resursiem un to izmantošanas iespējām.
5. Lai gan lielākā daļa studentu studiju laikā veido sociālos kontaktus, aptuveni ceturtdaļa norāda, ka nav spējuši atrast draugus. Šis rādītājs ir nedaudz pieaudzis salīdzinājumā ar iepriekšējiem gadiem, norādot uz iespējamu sociālās izolācijas pieauguma tendenci. Sociāli atbalstoša studiju vide ir būtisks priekšnoteikums studentu emocionālajai labklājībai un sekmīgai studiju norisei.

LU psihologu novērojumi liecina, ka sociālā izolācija ir viens no iemesliem, kādēļ studenti vērsas pēc psiholoģiskās palīdzības, turklāt tā var negatīvi ietekmēt gan pašsajūtu, gan studiju efektivitāti. Tas izceļ to, ka ir būtiski turpināt nodrošināt piekļuvi psiholoģiskajam atbalstam, veicināt informētību par šiem pakalpojumiem un attīstīt psihosociālās palīdzības pakalpojumus universitātes vidū. Vienlaikus ieteicams fakultātēm un mācībspēkiem attīstīt studentu savstarpējās mijiedarbības veicināšanas pasākumus, lai stiprinātu sociālo integrāciju studiju vidē.
6. Studenti studiju procesā piedzīvo plašu emociju spektru dažādā intensitātē, tostarp augstu stresa līmeni. Lai gan pārmērīgs stress var apdraudēt emocionālo labklājību, atbilstošam stresa līmenim ir adaptīva funkcija, tas veicina iesaisti un sniegumu studiju procesā. Tādēļ būtiski izvērtēt stresa intensitāti un tā ietekmi, lai savlaicīgi reaģētu uz pārmērīgu slodzi, vienlaikus saglabājot adaptīvu saspringuma līmeni.