

ATBILDĪBA, LABBŪTĪBA UN STUDIJU ATTIECĪBAS AUGSTĀKAJĀ IZGLĪTĪBĀ

Pētījuma ziņojums

2021



FLPP
FUNDAMENTĀLO UN
LIETIŠĶO PĒTĪJUMU
PROJEKTI



**LATVIJAS
UNIVERSITĀTE**



Pētījuma ziņojums izstrādāts projekta “Stiprinot ģimenes, kopienas un attiecības: antropoloģiska pieeja vardarbības izpētē” ietvaros.

(Projekta Nr. lzp-2018/1-0068).

Pētījuma autori

Alise Krista Lukša,
Annemarija Elīna Dukure,
Artūrs Pokšāns,
Helēna Kubila,
Jēkabs Staris,
Kārlis Lakševics,
Karolīna Auziņa,
Kristiāna Kampare,
Laura Lazdāne,
Marta Marija Rupā,
Rihards Lediņš,
Rita Zariņa,
Stefānija Stepiņa,
Vitālijs Smorodins,
Zane Rāta.

Saturs

1 Ievads	3
2 Metodoloģija	5
Pētījuma dalībnieki un ētika	5
Datu vākšanas metodes un analīze	5
3 Studijas dzīves gājumā	7
Īstās vietas meklējumi	7
Augstākās izglītības prestižs	8
4 Studiju organizācija studentu ikdienas dzīves kontekstā.....	11
Labās prakses	11
Studiju process un infrastruktūra Covid-19 ierobežojumu apstākļos.....	13
Studijas algotā un rūpju darba kontekstā.....	11
5 Labbūtība un studijas kā iemiesotas	20
Studijas kā spriedzes pastiprinātājs	20
Studiju somatiskie izaicinājumi	22
Labbūtības uzlabošanas prakses un atbalsta personas.....	24
6 Studijas kā attiecības	27
Sarežģījumi universitātes attiecībās	27
Pandēmijas ietekme uz attiecībām universitātē.....	29
Studentu izpratne par veiksmīgām attiecībām universitātē.....	31
Studentu iespējas attiecību uzlabošanā	32
Secinājumi	35
Rekomendācijas	36
Izmantotā literatūra.....	38

1 Ievads

Augstu studentu atbirumu kā būtisku problēmu Latvijas augstākās izglītības sistēmā iezīmē gan vietējie eksperti, gan starptautisko organizāciju ziņojumi (Latvijas Universitāšu asociācija 2012; VK 2017; OECD 2019). Atbirums tajā pašā laikā ir tikai statistisks apzīmējums studiju pārtraukšanai no universitāšu pārvaldības viedokļa, kas studentu perspektīvā var būt sarežģīta un pārdzīvojumiem bagāta pieredze. Bieži atbirums tiek skaidrots ar studentu nesagatavotību, nepietiekamu ģimenes atbalstu, kā risinājumu redzot stingrāku uzņemšanas prasību ieviešanu¹, bet šī perspektīva atbildību uzliek uz studenta pleciem. Ne mazāk aktuāls ir jautājums par to, cik atbalstošas Latvijas augstākās izglītības iestādes ir pret studentu vajadzībām, un kādu ietekmi tas atstāj uz studentu spēju kvalitatīvi turpināt un noslēgt studijas ar diploma iegūšanu.

Tā, piemēram, tikai 29% jauniešu uzskata, ka viņiem ir iespējas ietekmēt lēmumu pieņemšanu savā skolā vai augstskolā (LBLT 2019, 12 lpp.), un Latvija ir viena no 2 valstīm Eiropas Savienībā, kur studenti pavada vairāk laika strādājot algotu darbā nekā mācoties vai atpūšoties (Hauschildt, Gwosć, Netz, & Mishra 2015), 2017. gadā paralēli studijām algotu darbu strādājot 61% studentu (Eurostudent IV 2017). Šie dati liek izturēties piesardzīgi pret dažādām aptaujām, kurās studenti pauž savu viedokli par studiju kvalitāti, jo, pastāvot mazam uzticības līmenim studentu vidū attiecībā uz savu spēju ietekmēt lēmumu pieņemšanu un lielai daļai studentu esot aizņemtiem algotā darbā, ir pamats apgalvot, ka lielākā daļa studentu šāda veida aptaujās vai nu nepiedalās vai neuzskata, ka viņu atbildēm ir nozīme, kas var būtiski ietekmēt iegūto atbilžu saturu.

Kvantitatīvie pētījumi uzrāda arī, ka studenta korpēs biežāk nonāk un labāk savu labklājības līmeni novērtē studenti, kuru vecākiem ir augstākā izglītība un augsts materiālais nodrošinājums (Eurostudent IV 2017), norādot uz skaidru nevienlīdzību studiju piekļuvē un uz universitāti kā aktoru nevienlīdzības atražošanā. Vienlaikus, saistībā ar jautājumiem par studentu socioekonomiskajiem apstākļiem un studiju pieredzi nav veikti reprezentatīvi kvalitatīvie pētījumi, kas ļautu dziļāk izvērtēt studentu ikdienas pieredzi un kā tā ietekmē studiju norisi.

Studiju kvalitātes un studentu socioekonomiskā atbalsta nozīme ir īpaši pieaugusi pēdējo 2 mācību gadu laikā SARS-CoV-2 globālās pandēmijas ietekmes dēļ. Lai gan studentu minimālās stipendijas apmērs tika divkāršots un tās varēja saņemt vairāk studentu², atbildība par studentu labklājību lielā mērā joprojām gulās uz pašu studentu pleciem. Pandēmijas laiks līdz ar to atklāj situācijas steidzamību, kad aktualizēt studiju pieredzes problemātiku. Esošais kvalitatīvo datu trūkums par studentu ikdienu kontekstā ar kvantitatīvajiem datiem, kas identificē pastāvošo problēmu saistībā ar studiju turpināšanu, parāda vajadzību pēc padziļināta skatījuma uz izaicinājumiem, ar kuriem studenti saskaras gan pandēmijas laikā, gan kopumā.

Šajā kontekstā un apstākļos arī tapa šis studiju pētījums, kurš tika veikts studiju kursā “Praktiskā pētniecība” Latvijas Universitātes Kultūras un sociālās antropoloģijas bakalaura

¹ <https://www.lsm.lv/raksts/zinas/latvija/oecd-zinojums-latvija-bakalaura-studijas-savlaicigi-beidz-tikai-48.a331560/>

<https://lvportals.lv/norises/195309-22-tukstosi-studentu-bez-grad-un-augstskolas-diploma-2009>

² Studējošajiem dubulto minimālās stipendijas apmēru Covid-19 seku mazināšanai

<https://www.izm.gov.lv/lv/jaunums/studejosajiem-dubulto-minimalas-stipendijas-apmeru-covid-19-seku-mazinasanai>

programmā. Pētījumā antropoloģijas studenti, savstarpēji reflektīvās kvalitatīvajās intervijās intervēja citas programmas studentus par studiju pieredzi.

Pētījuma mērķis bija noskaidrot, ar kāda veida sarežģījumiem studenti saskaras studiju procesā un kādi ir studentiem pieejamie resursi un rīki, lai šos sarežģījumus risinātu. Tā kā etnogrāfiskajā pieejā augstākā izglītība tiek skatīta kā veidojot sociālās attiecības, kurām ir īpaša nozīme jauniešu iztēlē par savu un sabiedrības nākotni (Stambach 2016), īpaša uzmanība tika veltīta studentu izpratnei par augstākās izglītības procesu, atbildībām un attiecībām tā ietvaros un studiju saistībai ar darba un personisko dzīvi kā atbalsta vai ierobežojošu fonu.

Pētījuma jautājumi:

1. Kā augstākās izglītības izpratne veido studentu skaidrojumus motivācijai vai demotivācijai studēt?
2. Kā studiju laika organizācija un infrastruktūra kontekstā ar darbu, sociālo un privāto dzīvi veido studentu laika organizēšanas prakses un pieredzi?
3. Kā studenti raksturo un izprot ar studijām saistītos izaicinājumus savai labbūtībai un kādus resursus studenti izmanto, lai ar tiem tiktu galā?
4. Kā studentu pieredzi ietekmē studentu izpratne par studiju atbildībām, attiecības ar pasniedzējiem un universitātes atbalsta mehānismi?

Atbildes uz šiem četriem jautājumiem veido pētījuma ziņojuma struktūru. Pētījumā akcentējam dažāda veida studiju procesa individualizāciju, kas noved pie studentu sajūtas par zemām iespējām procesu savā ikdienā ietekmēt, rada nopietnus riskus studentu vispārējai labbūtībai un samazina iespējas ieraudzīt attiecības un pieņēmus, kas slēpjas zem studiju procesa. Šis studentu pētījums līdz ar to var tikt uzskatīts kā pilotpētījums studentu veiktai pētniecībai par studiju gaitām universitātē un par studējošo izpratni par iesaistīto pušu atbildībām. Balstoties pētījumā intervēto studentu pieredzē un novērojumos, noslēgumā piedāvājam arī rekomendācijas iesaistītajām pusēm.

2 Metodoloģija

Šajā nodaļā aprakstām pētījuma veidošanā iegūtos un izmantotos datus un to iegūšanas metodes. Pētījums veikts sadarbībā ar vienu no Latvijas augstākās izglītības iestādes bakalaura studiju programmām, antropoloģijas bakalaura studentiem intervējot citas programmas studentus. Lai ievērotu epidemioloģisko drošību, pētījuma metodoloģija balstās divu kvalitatīvo datu vākšanas intervijās – videozvana un tērzētavu.

Pētījuma dalībnieki un ētika

Pieklūve laukam tika iegūta, sazinoties ar izvēlētajās programmas vadību un sniedzot visu nepieciešamo informāciju par pētījuma mērķi un plānoto norisi, izmantojot pētījumu arī kā anonimizētu atgriezenisko saiti vadībai. Tādējādi iegūtie dati reprezentē konkrētas programmas studentu pieredzi, kas citās programmās dažādu faktoru ietekmē var būt atšķirīga. Tajā pašā laikā pētījumā aplūkotie jautājumi aplicējas uz plašu studentu loku un var tikt izmantoti kā pamats noteiktu jautājumu risināšanā. Turklāt kā pētījuma veicēji dažādās formās paši identificējam analīzē aprakstīto problemātiku savā studiju pieredzē.

Tā kā pētījuma fokuss bija vērsts uz studentu pieredzi, aicinājām brīvprātīgi pieteikties studējošos. Pētījuma dalībnieki tika sasniegti izmantojot kursu kopīgos e-pastus, uz kuriem tika nosūtīts aicinājums piedalīties pētījumā un informācija par pētījuma norisi. Kopumā pētījumā piedalījās 25 personas aktīva studenta statusā, no kuriem lielākā daļa (17) studēja neklātienē. Lai gan šādu proporciju sākotnēji uzskatījām par disproporcionālu, intervijās atklājās, ka lielākajai daļai neklātienē studentu ir klātienē studiju pieredze citās programmās, kas ļāva reflektēt par savu pieredzi arī ilgākā laika nogrieznī un bagātinot to ar darbu, ģimenes un dažādu augstākās izglītības programmu pieredzes atšķirībām. No citas perspektīvas, šī situācija atspoguļo arī divas citas nianšes augstākajā izglītībā, ko aprakstām vēlāk – laika ierobežojumu studentiem, kas veica šo pētījumu, kā arī citu studentu aizņemtību, jo daļai pētījuma dalībnieku motivācija piedalīties pētījumā bija arī tas, ka vienojāmies, ka intervijas laiku bija iespējams ieskaitīt pie viena no studiju darbiem.

Lai aizsargātu iesaistītās puses pētījuma norises gaitā un pēc tās, pētījums tika veikts saskaņā ar antropoloģisko ētikas kodeksu pamatprincipiem. Visi dalībnieki tika informēti par pētījuma norisi, mērķi un to, kā tiks izmantoti iegūtie dati. Pētījuma dalībnieki tika informēti par savām tiesībām atteikties no dalības pētījumā jebkurā tā brīdī, kā arī par savām tiesībām neatbildēt uz interviju jautājumiem. Tāpat pētījuma dalībnieki ziņojumā ir tikuši anonimizēti, izvēloties pseidonīmus, un, lai nodrošinātu anonimitātes saglabāšanos, pētījumā netiek norādīta izvēlētajā augstākās izglītības iestāde, studentu vecums vai kurā kursā studenti studē. Pētījuma ziņojumā iekļautie citāti nav mainīti vai rediģēti. Lai gan pētījuma veicējiem no intervijām bija daudz salīdzināma ar savu studiju pieredzi, šī pieredze datu interpretācijā izmantota netika. Tajā pašā laikā tā kalpoja par vadlīnijām labākā studentu pieredzes izpratnē.

Datu vākšanas metodes un analīze

Studenti tika intervēti, izmantojot daļēji strukturētas intervijas, kur intervētājs izmanto iepriekš sagatavotas vadlīnijas, taču neievēro striktu jautājumu secību atbilstoši situācijai. Intervētājs seko līdzī vadlīnijām, lai nodrošinātu, ka tiek uzdoti un atbildēti nepieciešamie jautājumi un dati ir salīdzināmi, taču intervijas gaitā to secība var mainīties (Bernard 2011). Interviju

vadlīnijas tika veidotas, izmantojot galveno tēmu blokus – dalībnieku motivācija uzsākt un turpināt studijas, studentu pieredze savienojot studijas ar ārpusstudiju dzīvi, pieredzētie sarežģījumi, tajā skaitā saistībā ar pandēmijas apstākļiem, un studentu attiecības ar pasniedzējiem un universitātes atbalsta mehānismi.

Ņemot vērā epidemioloģisko situāciju, lai nodrošinātu gan dalībnieku, gan intervētāju drošību, intervijas tika veiktas tiešsaistes vidē. Pētījums tādējādi sevī ietvēra divu veidu daļēji strukturētās intervijas – daļa interviju tika veiktas izmantojot videozvana starpniecību, un daļa – izmantojot tekstā balstītas tērzētavas. Ņemot vērā abu šo metožu relatīvo novitāti Latvijas kontekstā, vēlamies sniegt nelielu ieskatu ar intervēšanu saistītajās niansēs.

Videozvana intervijas

Kaut arī videozvana izmantošana kvalitatīvajā pētniecībā ir tikusi izmantota jau salīdzinoši ilgstoši (Cater 2011; Deakin & Wakefield 2013; Hanna 2012), to aktualitāte būtiski palielinājās līdz ar globālās pandēmijas apstiprināšanu 2020. gada pirmajā pusē. Videozvana izmantošana interviju veikšanai atvieglo atsevišķus intervēšanas aspektus, kas saistīti ar telpu un distanci, taču vienlaikus rada jaunus sarežģījumus, kurus nepieciešams ņemt vērā, izstrādājot pētījuma dizainu. Visbiežākie sarežģījumi saistībā ar tiešsaistes intervijām saistīti ar savienojuma kvalitāti vai grūtībām nodibināt nepieciešamās attiecības starp intervijas dalībniekiem (Weller 2017 p. 2, 4-6), kas gan sagādāja mazāk problēmu šī pētījuma ietvaros. Intervējamie studenti bija pieraduši saziņai tiešsaistes vidē izmantot videozvanus, kas šobrīd sastāda lielu daļu no mācību procesa. Tas mazināja ar intervijām saistīto stresu, kā arī ļāva būt drošiem par savienojuma kvalitāti.

Tērzētavu intervijas

Pētījuma procesā tika veikta ne tikai intervijās iegūto datu analīze, bet arī pārbaudīta antropoloģiskos pētījumos līdz šim maz izmantota metode – tērzētavas intervija. Mūsu pieeja ir lielā mērā balstīta Kerijas Gibsonas (2020) veiktajā pilotpētījumā, kur pētniece izmantoja Whatsapp saziņas lietotni kā rīku, ar kura palīdzību nodrošināt jauniešu pārstāvniecību pētījuma gaitā. Pētniece uzsver, ka, izmantojot rīkus, kurus jaunieši atpazīst un ar kuriem prot rīkoties, ir iespējams mainīt ierasto varas attiecību dinamiku interviju laikā, kas savukārt var palīdzēt jauniešiem rast vēlmi piedalīties pētījumā. Tādējādi šajā pētījumā mēs izvēlējāmies arī īstenot tērzētavu intervijas ar mērķi radīt iespējami drošu un komfortablu vidi, kurā dalībniekiem būtu iespēja paust savu viedokli par studiju procesu, nebaidoties par potenciālajām sekām, vai izjūtot nemieru attiecībā uz intervijas formu. Lai nodrošinātu interviju privātumu, interviju veikšanā tika izmantoti vai nu rīki, kur intervija tiek veikta universitātes pašas sistēmas ietvaros (MS Teams) vai arī tādi, kur sarakstes tiek šifrētas (WhatsApp, Telegram). Pētījuma dalībniekiem tika dota izvēle starp videozvana un tērzētavas interviju, nodrošinot, ka abos gadījumos dalībnieks ir piekritis intervijas norises formai.

Interviju dati tika transkribēti un kodēti kvalitatīvo datu kodēšanas programmā MAXQDA, izmantojot tās studiju atbalsta iniciatīvu. Kodēšanai tika izmantoti transkripti no videointervijām un tērzētavu interviju kopijas. Kodēšanas procesā kolektīvā darbnīcā tika izveidoti 30 kodi, kas tika sadalīti 5 kodu ģimenēs – Attiecības universitātē, Studijas, Labbūtība, Ārpusstudiju dzīve un Aktori. Kodētais materiāls tika izmantots analīzē, kur pētījuma veicēji analizēja kodu ģimenes, identificējot studiju izpratnes, pieredzes, attiecību un praksi savstarpējās sakarības un, balstoties atrastajā, radīja ziņojuma saturu un struktūru.

3 Studijas dzīves gājumā

Studiju process studentiem nav atrauts no plašāka viņu dzīves gājuma un navigācijas cīņā par statusu sabiedrībā, kā ietvaros arī veidojas vēlme vai noteiktos kontekstos arī spiediens uzsākt studijas. Lai izprastu, kā cilvēku izvēlē uzsākt studijas, studiju sākšanas posmā, kā arī studentu ikdienā izpaužas plašāki apsvērumi uzlabot savas dzīves kvalitāti, šajā nodaļā aplūkosim, kā pētījuma dalībnieki raksturo motivāciju studēt un kā šī motivācija mijiedarbojas ar izpratni par augstākās izglītības prestižu. Nodaļā argumentējam, ka daudziem studentiem studijas ir saistītas ne vien ar identitātes veidošanu, bet ar savu spēju pierādīšanu, kas pastiprina studiju izaicinājumu individualizāciju.

Īstās vietas meklējumi

Lielākā daļa pētījuma dalībnieku atklāja ilgstošu un dzīves gaitā pieaugošu interesi par pašreizējo studiju nozari, kā arī norādīja uz dažādiem faktoriem, kas viņus sākotnēji atturējuši no studiju uzsākšanas tieši šajā jomā, neskatoties uz interesi par to. Nereti studenti apšaubīja savas spējas tikt galā ar nozares specifiku, jo, piemēram, paši izjuta kādas problēmas, kas būtu risināmas ar aktuālās izglītības palīdzību, vai uzskatīja, ka viņiem pietrūkst kādas rakstura īpašības, lai spētu šajā nozarē studēt vai pēcāk konkurēt darba tirgū.

Vairumam studentu par svarīgu faktoru kļūst studiju programmas un tajā sasniedzamo rezultātu atbilstība personīgajām interesēm, ambīcijām un mērķiem turpmākajā dzīvē. Studenti, kuri dažādu iemeslu dēļ pametuši iepriekšējās studijas, uzsver, ka daudz rūpīgāk pārdomā iemeslus, lai uzsāktu ko jaunu, tomēr studiju pabeigšana ir viens no svarīgākajiem motivācijas balstiem. Līdz ar šo mērķi, studenti stāsta, ka vēlas arī pierādīt savas spējas gan paši sev, gan citiem. Ar studiju pamešanu pētījuma dalībnieki saista pat tādas emocijas kā vilšanās sajūtu – gan pašos, gan apkārtējos. Tomēr gan jauno, gan pieredzējušāko studentu vidū vērojams arī viedoklis, ka studijas nebūtu uzsāktas, ja konkrētā joma nebūtu tā, kas viņiem tiešām interesē.

Ja man tas neinteresētu, es nekad mūžā to nedarītu. Nu, tā tas ir, nu es vispār, es nezinu kā cilvēki var mācīties to, kas viņiem neinteresē. Nu varbūt darba dēļ, lai būtu lielāka alga, jo, ja man neinteresētu, es to vispār nedarītu. Es nezinu kur varētu atrast motivāciju tam vispār.

(Gunita)

Tāpat pētījuma dalībnieki reflektē par brīžiem, kuros pieņēmuši lēmumu pamest iepriekšējās studijas, salīdzinot tos ar savām šībrīža izjūtām, lai pārliecinātos, vai interese joprojām ir patiesa un vai ir vēlme turpināt iesāktu. Līdz ar to var secināt, ka studenti, kuriem ir nepabeigtu studiju pieredze, motivāciju, uzsākot jaunas studiju gaitas, aplūko arī no emocionālā viedokļa.

Nevienā brīdī man nav bijusi sajūta, ka man ir kaut kur jāiet prom. Man ir tikai sajūta, ka man, ka es esmu tur, kur man ir jābūt un, ka vēl ir ilgs ceļš priekšā, lai apgūtu tās visas zināšanas nepieciešamajā līmenī, lai varētu strādāt tajā jomā, bet es noteikti sevi šeit redzu.

(Anita)

Pētījuma dalībnieki pauž, ka motivācija ir nepieciešama visa studiju procesa laikā, nevis tikai studijas uzsākot, un to papildina arī interese nodarboties ar izvēlēto jomu arī profesionāli.

Ja ceļoties no rīta uz lekcijām, tev nav pretīgās domas "atkal jā mācās" vai "šoreiz neaiziešu", tad tās ir veiksmīgas. Ja tevi patiešām interesē 80% no visiem kursiem, un vari pieciest pārējos 20%. Ja studiju vide tevi iedvesmo un kursa biedri arī ir tīri neko, tad tas viss kopā veido veiksmīgas studijas.

(Signe)

Līdz ar faktoriem, kas veiksmīgi motivē studijas nepamest, studentiem nav sveši arī demotivējoši un studiju procesu apgrūtinājoši apstākļi, piemēram, Covid-19 pandēmijas ierobežojumu dēļ pieņemtais attālinātais mācību režīms. Studenti izsakās, ka rutīnas, socializēšanās un citu klātienē studijām raksturīgu procesu iztrūkums brīžiem liek motivācijai zust.

Es ar to saskaros, ka ir tas motivācijas zudums. Tagad ir labāk, nekā tas pirmais semestris, kad bija attālināti, bet still (no angļu val. tāpat) tas ir atstājis tādu iespaidu uz mani, ka nav tik ļoti jācenšas, Ir tas, ka tu vari meklēt atbildes, ja tu nezini, nevis, ka tev ir kaut cik jāzina no visa. Man tas pašai nepatīk. Bet, no otras puses, ir grūti sevi piespiest.

(Emīlija)

Studenti ar lielāku iepriekšējo pieredzi jaunu studiju uzsākšanas iespēju apskata gan no praktiskāka, gan kritiskāka skatu punkta. Lielākoties šī pieredze atspoguļojas atšķirībās tajā, kā pētījuma dalībnieki motivē sevi studiju darbam. Nepilna laika vai neklātienē programmās studējošie bieži vien jau ir ieguvuši vienu vai vairākas augstākās izglītības, strādā pilna laika darbus, kā arī ir jau nodibinājuši savas ģimenes, kas arī aizņem daudz laika no personīgās dzīves. Šie studenti arī atsaucas uz savām pirmajām studiju pieredzēm un atzīst, ka šajās studiju gaitās lielākā nozīme ir viņu, tā sauktajai, iekšējai motivācijai, daudzkārt uzsverot to, ka studē tikai sevis pilnveidošanai, kur pats studiju process ir tikpat svarīgs kā sasniedzamais rezultāts.

Es atgādinu sev, cik ļoti man patīk tas, ko es mācos, atceros to sajūsmu, kad esmu uzzinājusi vai sapratusi kaut ko ļoti interesantu, nedomāju, ka jebkuras citas mācības man sniegtu šādu sajūtu, un es noteikti to gribu piedzīvot vēl un vēl, lai tas notiktu, man ir jāturpina mācīties, ar to man pietiek motivācijai. Kā arī manā ģimenē izglītība vienmēr ir uzsvērtā kā liela vērtība, man ir tāda iekšēja nepieciešamība mācīties, jo tā, ģimenes iemācīta, ir arī mana vērtība.

(Gundega)

Studentu vidū izteikta tieksme pamatmotivācijā, kas saistās ar studiju uzsākšanu, ir kāds personīgs pamatojums. Nereti studentu personīgajās dzīvēs ir kādas jomas, kur zināšanas, kas iegūstamas konkrētajā studiju nozarē, būtu noderīgas, un tas kalpo kā spēcīgs motivācijas avots. Pētījuma dalībnieki ir arī pauduši nevēlēšanos sev un apkārtējiem sagādāt vilšanos, studijas pamatot, tādējādi sevi motivējot mācību procesu turpināt. Fakts, ka studenti asociē studiju pārtraukšanu ar vilšanās sajūtu un pat kaunu, iet roku rokā ar pētījuma dalībnieku pausto pašapziņas celšanos, esot studenta statusā, kā arī saistībā ar domu par pabeigtu augstāko izglītību.

Augstākās izglītības prestižs

Kā galveno motivatoru pētījuma dalībnieki gandrīz vienmēr definē kādu noteiktu, personīgu mērķi. Dažos gadījumos tas saistās vairāk nevis ar profesionālu ievirzi, kas iespējo kādu praktisku izglītības pielietojumu, bet iezīmē iegūtās izglītības prestižu un personas sociālo statusu jeb pozīciju plašākās sabiedrības struktūrās (Ēriksens 2015, 63.lpp).

Laikā, kad sabiedrībā nereti sastopams diskurss par to, ka universitātē iespējams iegūt “tikai diplomu”, studenti apzinās ne tikai iegūto zināšanu vērtību, bet arī sagaida, ka universitāte, ņemot vērā tās sociālo dabu, šim procesam piešķirs padziļinātākas iespējas, piemēram, kontaktu paplašināšanā un karjeras veidošanā. Tomēr svarīgs aspekts šajā kontekstā ir tas, ka studentiem ir nozīmīgi būt daļai no universitātes struktūras, jo šis sociālais statuss pieprasa tādu atdevi, kas ne visiem interesē vai ir pa spēkam.

Ka man vajag to dokumentu, ka es gribu būt. Ka es gribu pabeigt to universitāti, ka es gribu to augstāko izglītību, un tas arī mani motivē. Mani motivē, ka man to vajag, to nevajag otram cilvēkam, to nevajag garām gājējam, to nevajag pasniedzējam, to nevajag citiem kursabiedriem, to vajag tieši man. Tas mani motivē.

(Renāte)

Es zināju, ka augstskola vienkārši paver plašākas iespējas, tu vari dabūt kaut kādus kontaktus, līdz ar to, ja tu ļoti, ļoti labi sevi parādi vai iesaistīties kaut kādās ārpus studiju aktivitātes, tad tev ir iespējams varbūt dabūt kaut kur kādas prakses vietas, kaut kādas vēl iespējas tev paveras, kaut kādi īpaši darba piedāvājumi saistībā ar to profesiju, ko tu esi izvēlējis studēt.

(Maija)

Papildus studentu profesionālajām ambīcijām nāk arī personīgie mērķi, kuri nav tik cieši saistīti ar studiju specifiku, bet kalpo arī kā tīrs statusa simbols, kas norāda, ka ir mērķis iegūt diplomu kopā ar visu, kas tam seko.

Man ir ļoti patiesībā svarīgi iegūt augstāko izglītību, jo es būšu pirmais cilvēks savā dzimtā, kam ir augstākā izglītība. Ne vecvecākiem, ne vecākiem, ne brāļiem vai māsām, nevienam nav augstākās izglītības, un man šis ir tāds ļoti personīgs ceļojums.

(Sintija)

Reizēm pētījuma dalībnieki pauž uzskatu, ka iespēja iegūt augstāko izglītību kopumā ir privilēģija, kuru dzīves apstākļi neļauj baudīt ikvienam. Studentiem jārēķinās ar studiju, darba un ģimenes dzīves apvienošanu, lai iegūtu tūkoto grādu, turklāt studiju procesa laikā bieži nākas sastapties ar neparedzētiem apstākļiem, kas var ietekmēt visas studenta sociālās lomas un to izpildi vienlaicīgi.

Domājot par stāšanos augstskolā, jāņem vērā arī studiju maksas faktors. Lai arī vairumā Latvijas augstskolu daudzās programmās iespējams mācīties ar valsts finansējuma atbalstu, šo budžeta vietu dalījums programmās ir neviennozīmīgs un ļoti mainīgs, tāpēc studentiem bieži vien nākas domāt par papildus līdzekļiem, kas segtu studiju maksu. Lielākā daļa Latvijas studentu vērtē savu ģimeņu materiālo stāvokli kā vidēji turīgu vai zināmā vērā turīgu (LU Filozofijas un socioloģijas institūts, EUROSTUDENT VI 2017), tādēļ var secināt, ka studentu ģimeņu materiālais stāvoklis ir viens no kritērijiem, lai uzsāktu studiju gaitas.

(..) tā realitāte, kad ne visiem vecāki var nodrošināt studijas, ne visiem vecāki var apmaksāt, par nezinu, dzīvošanu, ēšanu, parastos izdevumus, nu tā kā, vēl man liekas, ka ņemot vērā vispār situāciju Latvijā, reti kuram ir, kurš tā var. Ir laimīgie tie, kas tā var un ir jārēķinās ar tiem, kuri atļauties vispār studēt ir ekskluzīvs.

(Asnāte)

Nevar noliegt, ka daļai studiju programmu to prestižu ietekmē nozares ietekme sabiedrībā un turpmākās karjeras perspektīvas, taču arī viedokļi un jomā piedāvātās iespējas mēdz mainīties

laika gaitā. Daži studenti atzīst, ka sākotnēji lēmuši par labu studijām citā jomā, jo sabiedrības un valsts skatījums uz tās vērtību un komplicētību nav bijis īpaši pozitīvs vai kādā citā mērā iedrošinošs. Tomēr progresīvas izmaiņas darba tirgū, likumdošanā vai sabiedriskajā domā var mudināt potenciālos studentus nopietnāk apsvērt pievēršanos jomai, kas izraisījusi ilgstošu interesi.

Īstenībā ir tā, ka es visu dzīvi to gribēju studēt, bet Latvijā tas ir ļoti, eh. Tas bija ļoti reti, ka kaut kur ir kāds nozares pārstāvis, un, ja ir, tad viņš saņem ļoti maz. Drīzāk kaut kāds sociālais darbinieks. Tad tagad jau, nu sanāk jau trešais gads man ir, tad pirms tiem trim gadiem es sapratu, ka nu tas jau kļūst ar vien populārāk. Cilvēki sāk pieņemt, ka ir tāda specialitāte un profesija. Tad ar cerību nākotnei, ka varēs arī ar to nopelnīt naudu. Apvienot gan savu hobiju, gan arī ar to pelnīt. Nu tad es iestājos, jā, un tieši tajā gadā apstiprināja to likumu. (..) Jā, tas arī deva to, ka tā ir specialitāte beidzot.

(Gunita)

Studiju process ir izteikti personiska pieredze. Pētījuma dalībnieku paustie motivācijas balsti lielākoties ir ļoti saistīti ar personiskiem mērķiem, emocijām, pieredzēm un vēlmēm. Piemēram, studentu bažas par iespējamu vilšanās raisīšanu sevī un citos, ja lemtu par labu studiju procesa pārtraukšanai, tikai stiprina viņu vēlmi pēc solīta konkrētās jomas prestiža sabiedrībā. Šāda prestiža pastāvēšana studentiem rada papildu motivāciju studiju turpināšanai, jo, lai arī ikdienā viņiem ir iespējams saskarties ar sarežģījumiem, kas traucē studiju procesam, nepazūd apziņa, ka, līdz ar izglītības iegūšanu, studentiem pavērsies iespējas ne tikai nodarboties ar to, kas viņus patiešām interesē un aizrauj, bet arī saņemt par to pienācīgu atalgojumu.

4 Studiju organizācija studentu ikdienas dzīves kontekstā

Šajā nodaļā pievēršamies studiju organizācijas problemātikai, skatot to kontekstā ar studentu ārpusstudiju dzīvi. Studiju organizācijas novērtējumam pievēršamies gan caur laika, gan infrastruktūras prizmu, kas dažādās formās ir atklājusies kā būtiska Covid-19 kontekstā, kā arī norādām uz studentu norādītajām, viņuprāt, labajām praksēm.

Labās prakses

Studenti, lai gan saskaras ar grūtībām, bieži ievēro arī labās prakses, kuras pamanījuši studiju laikā, kur prakses, kas uzlabo studiju procesu un nāk no pasniedzējiem, tiek traktētas kā potenciāli palielināmas apjomā. Šādas pozitīvās prakses iespējams iedalīt trīs dažādās kategorijās: (a) studiju procesā lietotie rīki, (b) pasniedzēju organizācijas prakses un (c) pašu studentu pielietotās labās prakses.

Kā viena no lielākajām vērtībām studentiem ir ērti pieejami rīki, kuros tiek organizēta skaidra un saprotama komunikācija ar pasniedzējiem vai kursa biedriem. Informācijas apmaiņas ātrums un informācijas saglabāšanās ir divi galvenie kritēriji šo rīku izvēlei. Būtiski, ka lai gan universitātei ir savs rīku klāsts, t.sk. tiešo ziņu nosūtīšanas iespējas, studenti uzsvēra neformālo saziņu ikdienā jau izmantotajās lietotnēs. Piemēram, studenti plaši izmanto saziņas lietotni *WhatsApp*, kur viņi var gan apmainīties ziņām individuāli, gan grupā, tādējādi nodrošinot ne tikai ātri pieejamas atbildes neskaidrību gadījumos, bet arī nostiprinot un veidojot savstarpējās attiecības. Studenti piemin šo kā potenciālu risinājumu komunikācijas problēmām, kas rodas, izmantojot citus saziņas rīkus (piemēram, universitātes e-pasts), un arī iespēju komunicēt ar pasniedzējiem šādā neformālā veidā sauc kā vērtīgu labo praksi.

Grupas čatā citreiz ir forši gūt viedokli vai piemērus no citiem.

(Laimdota)

Populāro lietotņu izmantošana studiju procesā parāda ne vien to, cik sarežģīti ir izveidot rīkus, kas tiek izmantoti ikdienā, bet ka studijas ienāk dziļi studentu ikdienā. Tāpat studenti ar noteiktām lietotnēm saista lielāku vai mazāku formalitāti un izmantošanas vieglumu. Lai gan tas nenozīmē, ka universitātei ir jāīsteno komunikācija šajā rīkā, tas atklāj noteiktus principus, kas studentiem ir būtiski.

Komunikācijas efektīvizēšanai studenti raksturoja arī kolektīvās saziņas risinājums jau eksistējošā praksē. Piemēram, vienā gadījumā tas bija tiešsaistē pieejams dokuments, kura saturu kopīgi veido studenti, uzdodot anonīmi jautājumus par neskaidrībām vai kursa organizāciju, un pasniedzējs, kurš atbild šajā tiešsaistes dokumentā uz jautājumiem. Šis dokuments iespējams varētu ieņemt informatīvas čata sarakstes formātu, kur studentiem saglabājas un ir pieejami visi uzdotie jautājumi un saņemtie paskaidrojumi.

Lai gan pasniedzēju organizācijas prakses ir cieši saistītas ar komunikāciju starp pasniedzējiem un studentiem (vairāk nodaļā Studijas kā attiecības), ir nepieciešams izdalīt jau eksistējošās organizācijas prakses, kuras piekopt pasniedzēji. Tas pārsvarā ir balstīts skaidrās prasībās un tiešos uzdevumos – kur studentu mācību procesu apgrūtina kavēti labojumu termiņi, taču atvieglo skaidri prasību formulējumi jau semestra sākumā. Tāpat studenti novērtē dažāda veida interaktīvus uzdevumus, kas ļauj apgūto teoriju “izspēlēt” un sniedz iespēju studentiem ne tikai iegūt vērtīgus secinājumus par mācību vielu, bet arī šajā procesā veidot ciešākas attiecības ar saviem studiju biedriem.

Tajā pašā laikā studentos novērojama dziņa uzsvērt pašorganizāciju kā vissvarīgāko sastāvdaļu veiksmīgām studijām – pašorganizācija tādējādi top par galveno labo praksi.

Un arī, protams, sava laika plānošana, lai nav tā, ka tev ir kaut kāds konkrēts mājas darbs vai prezentācija un tu to dari iepriekšējā vakarā un tu neesi izgulējies un neesi arī līdz galam izpratis to, ko tu esi darījis, un tas pilnīgi nekam neder, lai gan tā ir skarbā realitāte šobrīd.

(Maija)

Organizētība studentu vidū eksistē nevis kā prakse, kuru iespējams praktizēt skalā – ļoti pievērsties sava darba organizācijai vai mazāk – bet tā drīzāk eksistē kā dihotomija, kur students vai nu ir organizēts un tādējādi var studēt pilnvērtīgi vai arī nav.

Reizēm ir tas, ka sestdienas ir skolas dienas un tā mājas vide ir jāsakārto tā, lai ir miers un klusums un lai es varu piedalīties lekcijās, vai uz to brīdi, kad ir prezentācija, kaut kas kur ir svarīgi koncentrēties un tiem, kas mājās ir jāsaka, ka man ir kas svarīgs un uz kādu brīdi, lai tāds miers mājā. To varu pieskaitīt pie grūtībām.

(Regīna)

Šīs prakses piekropšanas procesā studenti apzināti cenšas atveidot “ideālā studenta” tēlu, kurš sevī ietver pilnvērtīgu mācīšanos, kas iespējama, atrodoties tikai dihotomijas vienā pusē – organizētajā pusē. Caur organizāciju studenti saskata arī izeju uz attaisnoti “neproduktīvu laiku”, kuru iespējams pavadīt sev interesējošās nodarbēs.

Veiksmīgi būtu vienkārši neko neiekavēt, neko neatlikt uz vēlāku un izdarīt visu to, kas ir principā jāizdara, un tad arī var rēķināties, ja tu esi izdarījis pilnīgi visu, kas ir jāizdara, tad tas brīvais laiks, kas tev ir, tad tiešām tu vari darīt, ko gribi.

(Maija)

Šādu attaisnošanas modeli studenti piekopj, jo iespējams neredz iespēju iegūt pamatoti brīvu laiku universitātes sistēmas ietvaros, kur studenti, kuri mācās pilna laika klātienē, provizoriski, atbilstoši KP sadalei, studē 40h nedēļā, taču paralēli lielākā daļa studentu strādā un nespēj sasniegt šo 40h kvotu, tādēļ pat organizējoties zaudē iespēju atbilst ideālā studenta tēlam. Arī nepilna laika programmas studenti, apgūstot vielu atbilstoši KP sadalei, apgūst vidēji 17KP semestrī, kas slodzi samazina, taču, studējot nepilna laika programmās, studentiem jau ir esoša slodze, kas lielākoties ir prioritārāka par studijām (piemēram, ģimene).

Kā universāls faktors, kas kopīgs visām studentu minētajām labajām praksēm, ir vajadzība/vēlme pēc atvieglotāka studiju procesa. Būtiski, ka tas studenti tāpat uzstāj uz kvalitāti un nerunā par prasību samazināšanu. Drīzāk tā ir formulēta kā vajadzība pēc ātrākas un kvalitatīvākas informācijas apmaiņas, citreiz kā vajadzība pēc strukturētiem un viegli pieejamiem mācību materiāliem, taču teju vienmēr šīs vajadzības atspoguļo plūsmas pārtrūkumu studiju procesā. Šādu traucējumu – kā neskaidrības par uzdevumiem, novēlotiem vērtējumiem – pārvarēšanu studenti uzņemas uz sevi to uztverot kā nepieciešamību lielākai organizētībai, kas atspoguļo to, ka arī studenti uztver attiecības ar universitāti kā vienvirziena. Tajā pašā laikā daudzos gadījumos iezīmējas, ka daudzas problēmas izriet no pasniedzēju laika trūkuma mācību procesā.

Studiju process un infrastruktūra Covid-19 ierobežojumu apstākļos

Covid-19 izplatības rezultātā ieviestie ierobežojumi ievērojami mainīja studentu ikdienas rutīnas – lekcijām un semināriem notiekot attālināti, vairs nebija nepieciešamības doties uz savām fakultātēm, kas ietaupa laiku, kā arī naudu, ja pirms tam tika izmantots publiskais transports vai personīgais transportlīdzeklis, it īpaši tiem studentiem, kuri nedzīvo Rīgā un kuri klātienes nodarbību dēļ regulāri uz turieni devās. Tiem studentiem, kuri strādāja pandēmijas visvairāk ietekmētajās sfērās kā apkalpošana un tūrisma pakalpojumu sniegšana, ievērojami saruka darba laiks un ienākumi vai arī tie tika zaudēti pilnībā. Pat esot vairāk brīvam laikam, jo mainījās studentu darba grafiki un pārvietošanās paradumi, ko varētu pavadīt socializējoties ar citiem, tie paši ierobežojumi, kas radīja šīs izmaiņas ikdienas dzīvē, daudzkārt arī samazināja iespējas satikties ārpus studijām gan ar draugiem, gan ar kursabiedriem.

Tā ir vienīgā mana pieredze ārpus Covid, jo šī mācību gada sākumā man bija daudz vairāk brīvā laika, kuru es ļoti cerēju pavadīt ar draugiem, un cerams arī iepazīstot kursa biedrus, bet ierobežojumu dēļ, kaut gan man ir laiks, ko es varētu atvēlēt savai sociālajai dzīvei, man nav bijusi iespēja pavadīt laiku ar cilvēkiem.

(Elīna)

Studenti labi apzinās, ka ierobežojumu dēļ trūkstot iespējām satīkties un komunicēt ar citiem klātienē, tika ietekmēts tas, kādas attiecības ir izveidojušās viņu starpā. Studentiem esot kursos ar lielu cilvēku skaitu, jebkādos apstākļos var būt sarežģīti iepazīt kursabiedrus, bet, kad par tam vienīgo pieejamo vidi kļūst tiešsaistes platformas, kurās jau tā tiek pavadīts ievērojami daudz laika studiju dēļ, tas var kļūt arī fiziski nogurdinoši.

Bet tad visi ir tik noguruši no ekrāniem, ka atkal pie ekrāna sēdēt, lai tikai paskatītos uz mani, nu negrib īsti neviens (iesmejas). Tāds apburtais loks.

(Sintija)

Tāču Covid-19 atstāja sekas ne tikai uz studentu sociālo dzīvi, bet gan arī uz studiju apjomu, kas, viņuprāt, pandēmijas ietekmē pieauga, pielāgojot programmu attālinātajām mācībām. Tā rezultātā studenti studijas saistīja izdegšanu un citām mentāla rakstura problēmām.

Pagājušajā semestrī, oktobrī, es piedzīvoju savu pirmo mūžā izdegšanu, tā kā bija jāņem slimības lapa uz pusotru mēnesi no darba, lai tikai nenojūgtos un izgulētos. Pagājušais semestris visiem, nu tā vienkārši sakrita, visādi traki priekšmeti vienlaicīgi un tā un tad vēl plus darbā kaut kāds sviests sāka notikt, tur vēl stress, un kaut kādas galvassāpes un negulēts, un uzsprāga.

(Sintija)

Šāda veida individuālas pieredzes atstāj dziļu ietekmi uz veselību, bet mācību procesam būtiskākā nianse ir, ka apstākļos, kur studentiem ir citi pienākumi, plānojumam, kas 40 stundu studiju nedēļā var būt izpildāms, lielas studentu daļas dzīves apstākļos var nest smagu nastu.

Attālinātās studijas padarīja studentus atkarīgus no virtuālās studiju infrastruktūras, ko nodrošina universitāte, starp kurām galvenās ir [semināru platforma], [e-studiju platforma], un studentiem piesaistītie elektroniskie pastī, ko arīdzan nodrošina universitātes IT nodaļa. Tehniskās grūtības, ar kurām saskaras studenti, izmantojot šīs platformas, nozīmē arī grūtības mācību procesā. Jāmin, ka tehniskās problēmas ne vienmēr ir “tehniskas”. Viena no studentu biežāk minētajām problēmām ir ne visai veiksmīga komunikācija ar IT nodaļas pārstāvjiem ne tikai tiešajā saziņā, bet arī tehnisku problēmu risināšanā.

Es arī iemācītu IT speciālistiem ar cieņu runāt ar studentiem un risināt viņu situācijas uz vietas, nesakot, ka viņi nezina vai nevar vai pat nezina, kur vērsties (mana problēma nekad netika atrisināta).

(Leokādija)

Studentiem pēkšņi uzsākot mācību procesu attālināti, radās problēmas ar universitātes izmantotajām platformām studiju norisei, kuras netiek sistemātiski atrisinātas, proti, nav dota iespēja apgūt pamatprasmes šo platformu izmantošanai. Tajā laikā universitāte pieņēma kā pašsaprotamu faktu, ka visiem studentiem ir pieejama vismaz viena viedierīce, kur ir iespējams izmantot šīs platformas, lai varētu pilnvērtīgi piedalīties studiju darbā. Tas pats ir attiecināms arī uz stabilu interneta pieslēgumu un pieaugošu elektrības patēriņu – universitāte nesniedz studentiem finansiālu vai cita veida atbalstu, kā arī nav izrādījusi interesi uzzināt, vai studentiem ir nepieciešama palīdzība nodrošināt kādu no šiem aspektiem ne e-pastu, ne kādā citā formā.

No cita veida infrastruktūras dalībnieki nebija apmierināti arī par ierobežotu piekļuvi studiju materiāliem (gan pasniedzēju sagatavotiem, gan pašu iesniegtajiem darbiem) pēc kursa beigšanas, kas turpmākajos studiju gados varētu noderēt. Tas saistāms arī ar nākotnē nepieciešamām pārmaiņām pašas universitātes e-studiju sistēmā, kur šobrīd studentiem pēc semestra beigām nav pieejami visi e-studijās atrodamie materiāli, bet gan tikai pašu saglabātie faili. Šādas pārmaiņas studentiem sniegtu piekļuvi kursu informācijai viscaur mācību procesam, kā rezultātā studenti varētu veiksmīgāk sasaistīt dažādos priekšmetos izmantoto un apgūto materiālu.

Kas ir tas iemesls, tā ideja, ka, pieņemsim, aktīvi studenti, nevarētu izmantot visu iepriekšējo gadu materiālus “studijās”, nu, ja ir nepieciešams.

(Kristīne)

Ārpus Covid-19 konteksta par vērā ņemamu problēmu pētījuma dalībnieki minēja esošās fiziskās mācību infrastruktūras nepietiekamu ergonomiskumu: neērtas mēbeles, mazas auditorijas ar nepietiekamu ventilāciju, grūtības ar elektrības pieslēgumu viedierīcēm, kas nepieciešams mūsdienīgam mācību procesam. Šīs šķietami ne tik nozīmīgas problēmas var būtiski ietekmēt studentu produktivitāti apgūstot mācību vielu. Kā norāda pētniece Līva Asere, veicot pētījumu par gaisa kvalitāti izglītības iestādēs: “Mācību telpās ir nepietiekama gaisa kvalitāte, un ir nepieciešama pastāvīga ventilācija, lai nodrošinātu apmierinošus gaisa kvalitātes parametrus telpās.” (Asere 2020, lpp. 30), līdz ar ko “Ja skolēniem uzlabojas veiktspēja, tad mazāk laika būtu nepieciešams vielas atkārtotai apguvei, papildu nodarbībām, un vērojami arī citi aspekti, kas var samazināt kopējos izdevumus audzēkņu skološanai. Arī biroja darbiniekiem, paveicot darbu ātrāk un kvalitatīvāk, būtu iespējams samazināt izdevumus.” (Asere 2020, lpp. 34). Līdz ar attālināta studiju procesa uzsākšanos, daudzi studenti ir novērtējuši iespēju apgūt daļu no materiāliem bez piesaistes noteiktai vietai un telpām, tādējādi padarot mācību procesu elastīgāku un nereti patīkamāku, bet arī saskaroties ar to, ka daudziem nav pieejas atsevišķai telpai, kur pavadīt lekciju, bet citi lekcijām pieslēdzas darba vietā.

Galvenais maināmais aspekts, kas studentu skatījumā rada studiju apjoma noslogojumu, ir vienlaikus ieplānoti apjomīgi studiju kursu darbi. Tas nozīmē, ka studentiem vienlaikus ir jāapgūst vairāk un sarežģītāka viela nekā tas ir iespējams, neatstājot negatīvu ietekmi uz citām dzīves jomām. Šīs problēmas rodas studentu un pasniedzēju komunikācijas sarežģītumu rezultātā, kā arī jau nostiprinātā vienvirziena attiecību modeļa dēļ, kur jāpielāgojas ir studentiem, nevis universitātei. Covid-19 pandēmija ziņojuma rakstīšanas laikā ir jau ilgusi vairāk nekā gadu, taču universitāte tik un tā nav izveidojusi visaptverošu atbalsta sistēmu, kuras ietvaros tiktu problematizēta attālinātajām studijām nepieciešamā aprīkojuma pieejamība, kā arī notiktu mācību sistēmas pielāgošana tam, lai students varētu apgūt vielu bez personīgās labbūtības mazināšanas.

Par vienu no galvenajiem izaicinājumiem nepilna laika studiju procesā studenti min problēmas ar koncentrēšanos ļoti blīvajās studiju dienās. Šis faktors ir kritisks efektīva mācību procesa norisē. Studentu produktivitāte un kvalitatīvu studiju organizācijā ir arī mācībspēku uzdevums, no kura ir atkarīga veiksmīga mācību procesa izpilde. Kā arī studenti identificē, ka produktivitāte un tāda studiju organizācija, kas nodrošina nevis nomāc produktivitāti, ir atkarīga arī no mācībspēkiem.

...ka mēs kā cilvēki neesam vairs produktīvi, kad no 9:00 – 18:00 sēžam un piedalāmies lekcijās. Ļoti daudzi pasniedzēji to nesaprot un viņiem ir vienalga, ka mums ir seminārs no 12 – 18. Reāli, kāds tu esi tās dienas beigās – tu reāli vairs nefilmē. Tu ceri, ka tev tajā grupiņā būs kāds kurš filtrē kaut ko, kurš varbūt nebija pirmajās lekcijās divās no rīta un kaut kas aizies. Tās garās dienas ir nereāli. Es saprotu, mums ir divas dienas nedēļā un ir jāreķinās ar semināriem un ar visu, bet tas, kā viņus organizē ir cits jautājums.

(Emīlija)

Mācību vides uzlabošana un mācību procesa plānošana un organizācija ir abu, gan studējošo, gan mācībspēku kopīgs darbs, ko nevar efektīvi veikt bez atskates uz studējošo iespējām savienot mācības ar ārpusmācību dzīvi, mācībspēku un studiju procesa pielāgošanās šīm vajadzībām. Studentu izjūta par mācībspēku intereses trūkumu rezultējās spriedzes pieaugumā un negatīvi ietekmē studējošo produktivitāti ne tikai mācībās, bet arī ārpus studijām, jo pārlietu mācību slodze rada iespaidu arī uz citām studējošo sociālām lomām, piemēram, vecāka vai darbinieka.

Studijas algotā un rūpju darba kontekstā

Studijas ir ļoti nozīmīga pieredze studentiem, to laikā iegūstot jaunas zināšanas izvēlētajā nozarē, iepazīstot kursabiedrus un atrodot domubiedrus, taču ir jāņem vērā, ka tās nebūt nav vienīgais dzīvē, ar ko viņiem ir jāreķinās. Daudzi studijas apvieno arī ar darbu, vai nu tāpēc, ka vēlas gūt papildu ienākumus, vai arī tāpēc, ka tas ir nepieciešams dažādiem finansiāliem izdevumiem. Universitātei nav pienākuma sniegt finansiālu atbalstu visiem studentiem, tas darbojas pēc modeļa atbalstīt akadēmiski veiksmīgākos ar stipendijām un noteiktas programmas ar vairāk vai mazāk budžeta vietām, taču nauda ne tikai studijām, bet arī

dzīvošanai ir vajadzīga daudz lielākam skaitam studentu. Tie, kuri nesaņem stipendijas, pārsvarā izvēlas strādāt, taču liela daļa šo studentu saskaras ar problēmām pat pirms viņi ir pieņemti darbā.

Bet ne visiem darba devējiem patīk studenti, vienmēr ir tā, ka, ejot uz darba interviju kādā jaunā vietā, tad apskatās apmēram tavu dzimšanas gadu un tad pajautā, vai tu esi students, jo, ja viņiem vajag tādus ļoti, ļoti nopietnus darbiniekus, uz kuriem viņi varēs paļauties, ka tu vienmēr būsi un tev nebūs nekas paralēli, tad tas ir kā kritērijs tam, vai tevi paņems darbā vai nē. Es patiesībā esmu rakstījusi motivācijas vēstulē to, ka es neesmu students un darbs man ir prioritāte. (...) Ir ļoti, ļoti dažāda attieksme pret to darba devējiem. Ir tādi, kuri to ļoti pieņem un ir tādi, kuriem tomēr gribās, lai tie darbinieki nav studenti, jo, nu, tomēr uz studentiem skatās, kā es esmu ievērojusi, ka viņiem studijas ir prioritāte un viņiem darbs ir tā. Ja vajag nopietnus darbiniekus, es neteiktu, ka nekad, bet studentiem īpaši nedos priekšroku, man šķiet.

(Maija)

Jau piesakoties kādai darba vakancei, studenti apzinās, ka potenciālo darba devēju vidū ir dažāds viedoklis par to, vai viņi vēlas algot studentus kā darbiniekus. Studijas tiek reizēm uzskatītas par iespējamu sarežģītumu, kas neļaus studentiem veltīt sevi darbam jebkurā laikā. Arī vecumu darba devēji ņem vērā, vērtējot kandidāta atbilstību, to asociējot ar rakstura īpašībām – tādējādi studentus, kuri pārsvarā ir gados jauni, neuzskatot par pietiekami nopietniem, motivētiem un labiem darbiniekiem, lai veiktu kādus pienākumus. Tāpēc jau pat lai tikai atrastu darba vietu, var būt nepieciešams daudz laika un piepūles, bet pēc tam seko nepieciešamība savienot studiju procesu un laiku, kas vajadzīgs tām, ar darba grafiku.

Vienkārši man bija bāru darbalaiki, kas ir no četriem līdz sešiem. Sākās četros vai sešos un tad tagad, par cik tie ierobežojumi bija, tad bija līdz kaut kādiem divpadsmitiem vai diviem, es pat neatceros. Tas bija vienīgais, kā es saskatīju, kā es vispār varu apvienot mācības ar darbu tikai tad, ja man ir darbs vakaros, nu, ja es gribu mācīties pilnā laikā. Jā, es braucu uz lekcijām, un pēc lekcijām es braucu uz darbu.

(Maija)

Lai spētu apvienot studijas ar darbu, studenti bieži vien izvēlas strādāt tādās vietās, kur nav tipiskais darbalaiks no 9:00 rītā līdz 17:00 vakarā, jo tas pārklātos ar lekciju un semināru grafikiem. Bāri, viesnīcas, kafejnīcas, noliktavas u.tml. – šādās vietās tad daudzi studenti arī strādā, jo tur ne vienmēr tiek prasīta iepriekšēja pieredze tajā sfērā vai izglītība, bet svarīgākais ir tas, ka viņi var un ir gatavi strādāt netipiskās stundās vai maiņās, piemēram, vakaros un naktīs. Taču laiks, kas tiek pavadīts darbā, ietekmē ne tikai to, cik laika atliek mājasdarbu pildīšanai vai citām ar studijām saistītām lietām, bet arī to, kas tiek darīts ar atlikušo laiku, vai tas būtu kopīgas izklaides ar draugiem un kursabiedriem vai students to izvēlas veltīt sev.

Studiju plānošana un organizācija ir nozīmīga visiem studentiem, bet tiem, kuri ir aktīvi iesaistīti darba procesā, studiju un darba apvienošana prasa papildu slodzi. Arī intervēto nepilna laika studentu studiju organizācija – nodarbības divās nedēļas dienās kopumā apmierina, tomēr ne bez izņēmumiem, jo izplatītākā nodarbinātība valsts un privātajā sektorā ir no pirmdienas līdz piektdienai, kas nozīmē, ka darbadienās strādājošajam studentam ir jārod kompromiss ar darba devēju, kas ietekmē šādu studentu konkurētspēju, jo darba devējs sagaida no darbinieka sevis veltīšanu darbam, nevis dalītu uzmanību/produktivitāti darbam un studijām.

Pētījuma dalībnieki gan paši šo problēmu apzinās un saredz attālinātajās studijās iespēju sadalīt slodzi, jo dažosursos mācību materiāli ir pieejami bez nepieciešamības obligāti apgūt

nodarbību materiālus noteiktajā laikā un fiziskajā telpā, ja vien šīs nodarbības nav semināru formā un netiek plānotas noteiktā “darba dienā”, jo šī ir darba diena, kurā daži studenti tomēr cenšas strādāt, atstājot lekciju materiālu apgūšanu citos laikos.

Lekcijas jau pēc tam ierakstā varu noklausīties jebkur – kaut vai mašīnā uz darbu braucot. Kopumā apmierina, bet, ja runājam par detaļām – jā, nepatīk, ka seminārus liek [darba dienā – diena anonimizēta]. Priecātos, ja tās, kas ir ar obligātu apmeklējumu drīzāk būtu sestdienās.

(Edgars)

Šāda situācija, kur studenti labprātāk uzskata, ka vēlētos, ka apmeklējamās nodarbības ir nedēļas nogalē, norāda ne vien uz kopējo laika problemātiku, kur studenti individuāli izsaka gatavību studēt jebkurā laikā, no naktīm līdz nedēļas nogalēm, bet arī sarežģītās attiecības starp darba devēju un universitātes studiju procesa elastību.

Lielākā daļa no pētījuma dalībniekiem bija nepilna laika studentes, kuras aktīvi iesaistās darba tirgū, kā arī lielai daļai no studentēm ir ģimenes, kas savukārt nozīmē noteiktas saistības ģimenes ikdienas uzturēšanā, kā arī rūpju un mājsaimniecības darbus. Šis ir noteikts slogs, kas studentu skatījumā bieži vien netiek ņemts vērā, plānojot, organizējot un komunicējot mācību procesu no mācībspēku puses. Šī ir jo īpaši aktuāla problēma mātēm, kurām jāvelta laiks bērnu audzināšanai. Mājsaimniecības darbi sabiedrībā bieži vien tiek uztverti par pašsaprotamām rūpēm, tomēr šis ir arī nealgots darbs, kas prasa vēl vairāk resursu no sievietēm ar bērniem, kuru reproduktīvais nealgotais darbs netiek novērtēts kā pilnvērtīgs slogs. Kā norāda Nensija Freizera (Nancy Fraser), šāds skats ir arī mūsdienu mitloģizēts idealizētās sievišķības tēls (ed. Bhattacharya 2017, lpp. 24). Līdz ar to no mātes, kas apgūst augstāko izglītību, tiek prasīts kas vairāk par atbilstību ideālas studentes tēlam – arī atbilstība ideālās mātes tēlam. Līdzīgi arī darba devēji vēlas, lai nodarbinātie būtu maksimāli efektīvi, izpildot darba pienākumus. Cilvēkresursa pārvaldīšana līdz ar to tiek nostādīta kā personīga lieta, kas jārisina katrai studentei atsevišķi.

Tad sanāk, ka darba dienās es nostrādāju to visu darba dienu, tad es aizeju pakaļ savam dēlam uz bērnu dārzu, parotaļajos ar viņu, pakomunicēju ar vīru arī vispār (smejas) un tad es skatos, kā man tur sakrīt, kad es varu mācīties. Pārsvarā tās tomēr ir diezgan vēlas vakara stundas, jo vienkārši cita laika nav.

(Anita)

Nepilna laika studentiem izaicinājumi atrast laiku studijām izpaužas īpaši izteikti, tomēr arī klātienē studijās atkarībā no nostrādāto stundu apjoma problemātika ir ne mazāk aktuāla. Rezultātā bieži vien studiju darbs, algotais darbs un rūpju darbs ir savstarpējā konfliktā.

Savas sociālās dzīves studenti vērtē dažādi – katram ir savi apstākļi, kas ietekmē viņa laiku un draugu un paziņu loku, kā arī vēlmi komunicēt: strādājošiem studentiem ir darba grafiki, kas ierobežo brīvo laiku, atšķirīgie studiju grafiki nepilna laika un pilna laika studentiem. Nepilna laika studentu vidū daudzi ir tādi, kuri strādā pilna laika darbu, kur studiju dienas, kas var pārklāties ar darbadienām, pārsvarā pēc tam ir jāatstrādā citā laikā. Studijas bieži vien ir tas, kam tiek pakārtots darbs, brīvais laiks sev, socializēšanās ar citiem un arī citas ikdienas lietas, jo tās tiek uzskatītas par ko ļoti svarīgu, kas kļūst par gandrīz galveno dzīvē, ja jau ir izvēlēts uzsākt studijas. Jāņem vērā, ka šo studējošo vidū ir arī vecāki, kuriem bērni ir loģiska prioritāte. Laika pavadīšana ar viņiem ir ļoti svarīga, un, ja bērni ir skolas vecuma, tad Covid-19 laikā var būt arī nepieciešams palīdzēt viņiem ar attālinātajām mācībām. Līdz ar to studentiem īpaši būtiska kļūst vajadzība pavadīt laiku ar kursabiedriem kā draugiem.

Draugu satikšanu lieku augstāk par studijām – ja vien tās nav tiešsaistes lekcijas.

(Sanita)

Studenti apzinās, ka studiju darbi ir jāizdara noteiktā laikā, jo tiem ir savi termiņi, kas ir jāievēro, lai spētu virzīties tālāk kursu apgūšanā, atzīstot, ka arī izmantotais nodarbību formāts (vai tās notiek tiešsaistē vai ir pieejams ieraksts) ietekmē to, cik tās, viņuprāt, ir svarīgas kādā brīdī. Taču sociālās dzīves esamību un tai veltīto laiku nevar uzskatīt kā faktu, ka studenti nepietiekami nopietni uztver savas studijas un ar tām saistītos pienākumus.

Studijas nav iespējams pilnībā atdalīt no ārpusstudiju dzīves, tie ir saistīti elementi, kurus studenti cenšas pēc iespējas veiksmīgāk balansēt, saskaroties ar dažādiem dzīves izaicinājumiem, vai tie būtu saistīti ar finansēm, darbu vai ģimenes stāvokli, vai personīgo labsajūtu. Tiem studentiem, kuri jau strādā vai vēlētos to darīt, ir jāreķinās ar to, ka darba devēji arī apzinās studentu ierobežoto laiku, kas rada priekšstatu par viņiem kā darbiniekiem, kuri ne vienmēr varēs strādāt tad, kad to vajadzēs darba devējam. Studentiem saskaroties ar to, ka universitāte ir pieņēmusi, ka viņiem būs laiks studijām, vienalga, vai studenti arī strādā, vai studē pilna vai nepilna laika formā, vai viņi ir vecāki, bieži nonāk situācijā, ka viss pārējais dzīvē ir jāpakārto studijām, lai spētu izdarīt visu tām nepieciešamo noteiktajā laikā.

Uzsākot studijas, studentiem papildus viņu jau esošajiem ideāliem, kā ideālais darbinieks un ideālais ģimenes loceklis (piemēram, ideālās māmiņas), klāt nāk ideālā studenta tēls, kuru ne tikai kultivē un veido studenti savstarpēji, bet arī pati universitāte. Eksistējošās studentu atbalsta programmas sekmē ideālā studenta tēla nostiprināšanu, jo atbalstu saņem “labākie” studenti, nevis tie, kuriem atbalsts visvairāk ir nepieciešams. Tādējādi šāda universitātē valdošā izcilības kultūra daudziem studentiem rada raizes, jo šādu ideālu sasniegt nav iespējams, neupurējot kādu no “ideālā cilvēka” elementiem, tādēļ studenti nereti nonāk situācijās, kur nākas prioritizēt vienu dzīves jomu pār citām.

Bērni biežāk palika uz sievas uzlikti, lai pieskata. Sieva daudz palīdzēja, no tā viedokļa, ka pieskatīja tos bērnus un padarbojās ar bērniem.

(Edgars)

Studentu skatījumā šobrīd universitātes attiecības ar studentiem funkcionē vienā virzienā, kur studenti pielāgojas universitātei, taču šī pielāgošanās nenotiek no universitātes puses. Studentiem netiek piedāvāts finansiāls atbalsts, tādēļ viņiem ir jāstrādā, kas atkal sniedz jaunu ideālu, kuru iekļaut jau starp esošajiem ideālā cilvēka elementiem, kā arī netiek sniegta fleksibilitāte saistībā ar lekciju grafikiem, studiju darbu termiņiem vai apjomiem, kas vēl vairāk saasina mācību un darba apvienošanas problēmas. Mācībspēkiem tieši tādēļ būtu studentus jāuztver ne tikai pēc to spējām un prasībām studiju kontekstos, bet arī jāņem vērā jau pastāvošā ārpusstudiju dzīves slodze, kuru paralēli studijām risina katrs students. Šāda divvirzienu attiecību ieviešana ir it īpaši nozīmīga brīdī, kad Covid-19 ierobežojumi ir būtiski ietekmējuši studentu iespējas saņemt sociālu atbalstu, lai pārvarētu grūtības, ar kurām studenti saskaras studiju procesā. Šāds atbalsts ir nozīmīgs, jo tā savstarpējā sniegšana palīdz studentiem iegūt kopības sajūtu, apzinoties, ka arī citi studenti saskaras ar līdzīgām grūtībām, kas var ietekmēt kā sociālekonomisko, tā mentālo un fizisko labbūtību.

5 Labbūtība un studijas kā iemiesotas

Šajā nodaļā pievēršamies studentu labbūtībai, īpaši veselības kontekstā, un tam kā studenti redz tās saikni ar izaicinājumiem studiju procesā. Nodaļā argumentējam, ka studijas daudzu studentu skatījumā un pieredzē ievērojami vairo viņu ikdienā izjusto spriedzi, kas nereti rezultējas nopietnās veselības problēmās. Šīs problēmas savukārt lielākoties tiek skatītas kā individuāla problēma, kuru risināšanu iespējami ilgi atlikt, kas mācību procesā ir normalizēta, bet atbalsts, ja tiek, tad lielākoties tiek meklēts starp kursabiedriem un tuvāko lokā, universitātes personālam, t.sk. atbalsta personām, par to neuzzinot.

Studijas kā spriedzes pastiprinātājs

Izglītības process un sasniegumi lielā mērā ietekmē cilvēku labsajūtu. Piemēram, Samuels et al. (2011) atklāja veiksmīgu un neveiksmīgu izglītības sasniegumu un pieredzes ietekmi uz kopēju labbūtības stabilitāti. No intervijām ar studentiem noskaidrots, ka labbūtību studiju kontekstā var ietekmēt dažādi faktori – gan atsevišķi, gan mijiedarbojoties viens ar otru. Ja apskatām, kādus labsajūtas un attiecīgi mentālās un fiziskās veselības pasliktinošos iemeslus min intervētie studenti, tad liela daļa norāda, ka to izraisa studiju apvienošana ar ārpusstudiju dzīvi un jau iepriekš eksistējušas mentālās problēmas, bet studijas un to radītā spriedze šīs iepriekš eksistējušas problēmas ir padarījusi stiprākas.

Man ir ļoti, ļoti izteikta panika. Panika, trauksme, nezinu, ļoti, ļoti daudz stresa, vienkārši dzīvē. Tas nav tieši ar studijām saistīts, ka man tieši tajā brīdī par daudz studijas, bet bija ļoti daudz visādas blakus lietas.

(Maija)

Mentālās veselības problēmas, kas spēcīgi ietekmē kopēju labbūtību, ir jo īpaši aktuāla tēma – ar to saskaras katrs ceturtais cilvēks kādā savas dzīves posmā (World Health Organization 2003). Mentālās veselības un labbūtības jautājumus ietekmē dažādi faktori – liela daļa studentu stāsta par to, ka ikdienā saskaras ar stresu, kas ir gan studiju, gan ārpusstudiju izraisīts, kā arī abu kombinācija. Tie studenti, kurus ietekmē stress, biežāk arī min par cita veida mentālām problēmām. Tiek norādīts uz miega kvalitātes pasliktināšanos, saspringumu, nomāktību, grūtībām mācīties, kā arī dažos gadījumos – fiziskām sāpēm. Šīs mentālās un fiziskās problēmas studentiem, iespējams, pasliktina viena otru no psihosomatiskās perspektīvas. Studenti arī stāsta, ka bieži vien universitātes apstākļu dēļ veselība tiek “atstāta novārtā”, kam seko dažādas veselības problēmas – gan mentālas, gan fiziskas. Kā arī studenti identificē prakses, kuras, viņuprāt, negatīvi ietekmē studiju procesu un labbūtību.

Esmu pamanījusi, ka studenti bieži neglekto (no angļu - neglect) savu veselību studiju dēļ: zaudē miegu, nevelta laiku diētas un balansētu maltīšu izstrādāšanai, nenodarbojas ar sportu, kā arī bieži pakļauj sevi nevajadzīgam stresam, studiju dēļ.

(Elīna)

Būtiska problemātika rodas arī no studentu izpratnes par personīgo izaugsmi studijās. “Normāla fiziskā un garīgā attīstība – balstās uz stingru, lineāru laika attēlu, kas sadalīts skaidri definētu attīstības pagrieziena virknē. Nespēja sasniegt šos atskaites punktus īstajā laikā bieži tiek uzskatīta par nenormālības pazīmi; kaut kā nepietiekami attīstīti vai pat atpalikuši.”

(Helman, 1984, 33. lpp). Helmans kritizē šāda veida pieeju, kura lielā mērā negatīvi ietekmē indivīda labbūtību. Taču, novērojams, ka pētījuma dalībnieki arī lieto šādu izpratnes modeli, aprakstot studiju procesu. Vairāki studenti norāda, ka viens no šiem atskaites punktiem ir vērtējumi. Vērtējumi šajā gadījumā tiek uztverti kā motivators, personīgās izaugsmes indikators, kas nosaka indivīda un viņa izdarītā darba vērtību. Ja šie vērtējumi nav pašam personīgi apmierinoši, tad tas izraisa negatīvas emocijas un paškritiku, kas rezultējas nepatīkamās izjūtās.

Frustrācija ir tas, ka gribas visu izdarīt labāk un gūt labākus vērtējumus. Jo vērtējumi ļoti motivē un tie, kas nesanāk, liek justies diskomfortabli.

(Ieva)

Intervēto studentu vidū parādās tendence vainot sevi, citas dzīvē notiekošās lietas, nevis, piemēram, universitāti slodzes daudzuma un elastības kontekstā. Daudzi identificē, ka viens no galvenajiem stresa izraisītājiem ir lielā slodze, kas ir universitātes, privātās dzīves, darba u.c. apstākļu kombinācija. Šīs slodzes jautājumā universitātei un citiem slodzes faktoriem netiek pievienota atbildība, bet studenti lielākoties atbildību uzņemas uz sevi. Ir pierādīts, ka atbildība par mācīšanos ir būtiska akadēmiskajai, personiskajai un profesionālajai izaugsmei un panākumiem (Ning & Downing 2012). Piemēram, personiskās atbildības attīstīšana ietekmē cilvēka labklājību un pašcieņu (Cho & Hongsik 2015; Deveci & Ayish 2017). Šis naratīvs parādās arī studentu refleksijā par savu pieredzi saistītā ar atbildību – universitāte un pasniedzēji tiek saistīti ar atbildību pret mācību saturu, kamēr studenti savu mentālo veselību un labklājību saista ar savu personīgo atbildību. Kā arī daudzkārt studenti normalizē sajūtu, ka studiju laikā būt nogurušam ir normāli, kā arī ir normāli, ka studentam vienlaikus pārklājas ļoti daudz pienākumi un darbi. Norādot, ka ārpusuniversitātes dzīve ļoti bieži traucē universitātes darbu kvalitātei, bet universitātes darbi bieži atņem laiku un enerģiju, ko vajadzētu veltīt citām dzīves sfērām.

Un tas ir tas, kas man īstenībā to paniku tā kā nomazināja, ka es sapratu, ka kursa darbs ir pakaļā, bet tas pagaidīs. Šobrīd man ir [tas darbs] jānodod, un es gribēju viņu prezentēt nevis ķipa tā, bet es nevaru. Man vajag izdarīt līdz galam. Tas man palīdz. Palīdz savu prātu tā kā salikt.

(Guste)

Lai gan stresa jautājumos universitāte netiek vainota, studenti norāda, ka tādas mācību procesa daļas kā kontroldarbi, mājasdarbi, pasniedzēju mācīšanas prakses u.c. ir vieni no lielākajiem stresoriem. Lai nu kā, pēdējā laika norises, kas saistītas ar Covid-19 pandēmiju, arī ir ievērojami ietekmējušas studentu labbūtību. Piemēram, Rīgas Stradiņa universitātes pētnieku jūlijā veiktā aptauja atklāj, ka gandrīz 14% iedzīvotāju pandēmijas pirmā uzliesmojuma laikā piedzīvojuši stresu vai pat depresiju (Runce 2021). Veicot vairākus neseno literatūru apskatus saistībā ar psihosociālo citu pandēmiju ietekmi, atklāts, ka bailes, stress un depresija ir bijušas bieži sastopamas sekas arī citās pandēmijās. Lielākoties kā iemesli tam tiek norādīta neaizsargātības sajūta, izjaukta rutīna, nenoteiktība par darbu, finansēm un nākotni un bailes par savu un tuvinieku drošību un labklājību (Che et al. 2020). Arī šajā pētījumā studenti stāsta par to, kā pandēmija ir negatīvi ietekmējusi viņu labbūtību, kā sarežģītumu un stresa izraisītājus minot diskomforta izjūtas saistībā ar lekciju norisi pandēmijas laikā video zvanu formātā, sociālo izolāciju un citām pandēmijas radītajām izmaiņām.

Vienīgais izaicinājums Covid laikā ir video zvani un lekcijas, kas man izraisa trauksmi, jo man nekad nav paticis runāt pa telefonu, un tagad tas ir jādara astoņas stundas dienā.

(Elīna)

Intervijās vērojams, ka studentu mentālo veselību un labklājību ietekmē ļoti dažādi faktori, kas saistīti gan ar universitāti, gan dzīvi kopumā. Universitātes kontekstā lielākoties tiek minēts stress par kontroldarbiem un mājas darbiem, nepietiekami augsti vērtējumi, pasniedzēju attieksme un citi faktori. Studenti kā noslogojuma iemeslus apraksta pašu pieņemtus lēmumus apvienot studijas ar citiem pienākumiem. Šī slodze bieži vien, kā intervētie norāda, izraisa arī dažādas fiziskās veselības problēmas un arī mentālās problēmas kā panika, trauksme u.c. Apskatot šo, ir svarīgi vērst uzmanību - kā iemeslu mentālās un fiziskās veselības problēmām studenti neuztver universitāti kā kopumu. Visbiežāk tiek minēti citi dzīves apstākļi, pats students un universitātes kontekstā iepriekšminētie faktori. Šīs studentu prakses un izjūtas ir svarīgi ievērot, jo tās iezīmē neoliberalas tendences. Studenti mēdz arvien biežāk izjust atbildību tikai uz saviem pleciem, izjutot nepārtrauktu nepieciešamību uzlabot savu produktivitāti, efektivitāti un attīstību gan studiju, gan darba kontekstā. Brīžos, kad netiek darīts viss iespējamais, lai palielinātu savu produktivitāti un vērtību darba tirgū, tā tiek uztverta kā "nedabiska" rīcība un tādējādi nepareiza rīcība. (Persic 2021, 4-5. lpp) Tādējādi redzams, ka studenti, paši to neapzinoties, kļūst par daļu no lielākas struktūras, kurā viņi izjūt lielu atbildību un slodzi uz saviem pleciem, bet uzskata to par normālu un "pareizu" veidu, kā studentam studiju laikā justies.

Studiju somatiskie izaicinājumi

Vairāki studenti sniegtajās intervijās sasaistīja mentālo un fizisko veselību studiju kontekstā. Daži studenti minēja, ka tajos semestra periodos, kuri rada sevišķu noslogojumu un stresu, parādās arī fiziskas problēmas. Tiek minēts bezmiegs, nogurums, galvassāpes, iekaisumi un citu fiziskās veselības problēmu rašanās. Šādi un līdzīgi procesi norāda uz somatizāciju, kura, kā Lipovskis to definē ir "tendence izjust un komunicēt ar citiem psiholoģisku stresu fizisku simptomu formā un meklēt medicīnisku palīdzību to uzlabošanai" (Lipowski, 1987, 161. lpp). Vadoties pēc šī autora, somatizāciju var iedalīt īslaicīgā un pastāvīgā somatizācijā. Tieši pirmais iedalījums raksturo studentu intervijās minēto. Tas parasti rodas, ja cilvēka dzīvē ir daudz stresa faktoru vai notikusi kāda stresu izraisoša situācija (Lipowski, 1987, 162. lpp). Studentiem šīs īpaši stresu izraisošās situācijas rodas semestra laikā, kad ir daudz uzdoto uzdevumu, it īpaši brīžos, kad studijās un ārpus studiju dzīvē vienlaikus rodas daudz darāmā. Šo radīto problēmu rezultātā, vēl papildus stresa radītajām grūtībām, var tikt apgrūtināts mācību process.

"Mēs atklājam, ka pagātnes (fiziskajai) veselībai ir būtiska (Ohrnberger 2017, 48. lpp) tieša un netieša ietekme uz fizisko (garīgo) veselību. Iepriekšējās garīgās veselības netiešo ietekmi uz fizisko veselību ietekmē dzīvesveida izvēle un sociālā mijiedarbība. Iepriekšējās fiziskās veselības saistību ar pašreizējo garīgo veselību nosaka tikai iepriekšējās fiziskās aktivitātes." Mentālā veselība un fiziskā veselība iet roku rokā. Piemēram, arī Pasauls Veselības Organizācija norāda, ka mazkustīgs dzīvesveids un zems fiziskās aktivitātes līmenis var negatīvi ietekmēt indivīda veselību, labsajūtu un dzīves kvalitāti. Arī intervētie studenti identificē šādu pieredzi norādot, ka stress un universitātes slodze bieži vien izraisa dažādas fiziskās veselības problēmas.

Ar studijām vairāk ir bezmiegs, nogurums, aizkaitināmība psiholoģiski. Somatiski ir – galvassāpes, fiziskās izjūtas, ir bijis, ka veidojas iekaisumi, aktivizējas muguras sāpes, parādās iepriekš nekad nebijušas kaites, piemēram, asinsizplūdums acī, kas pāriet burtiski 1-2 dienu laikā pēc stresa.

(Reinis)

Mūsdienu Rietumu pasaule no cilvēkiem prasa daudz, un šis paātrinātais dzīves ritms, un tas, kā mēs to pieredzam, liek dot priekšroku tādiem produktiem un cilvēkiem, kas ātri reaģē uz situācijas prasībām un efektīvi strādā, lai optimizētu kvalitāti. Un šī *laika bada* (time famine) mentalitāte ir izmainījusi, ka tādas gaidas kā punktualitāte un “visa izdarīšana” nāk ne tikai no, piemēram, darba devējiem, bet arī no ģimenes, draugiem un pašiem indivīdiem pret sevi. Šīs pašas izdarības un rezultātu gaidas ir arī no veselības un veselības uzlabojumiem, tajā skaitā medicīnas, kas pēdējā laikā arvien vairāk ir aizvirzījusies fizikālās medicīnas virzienā un pieprasa redzamus un ātrus rezultātus (Vuckovic, 1999). Arī mūsu intervēto studentu vidū parādījās medikamentu lietošana, vēlams straujai veselības problēmu uzlabošanai.

Man ir radusies sociālā trauksme studiju laikā. Tad kad man ir lielāki stresi, kurus es pat nesaprotu, tad mana mugura par to signalizē. Man bija studiju laikā, es gāju pie neirologa un man lika, taisīja, špricēja blokādes un deva zāles dzert. Antidepresantus es dzēru, no kuriem man pieauga svars par 10 kilogramiem, un tad es no viņiem mēģināju vaļā.

(Gunita)

Šeit ir ļoti būtiski norādīt arī to, ka ne tikai mentālā veselība un studiju izraisītais stress vai nogurums izraisa fiziskās veselības problēmas. Sabiedrības izolācijas un karantīnas, kas tiek īstenotas, lai ierobežotu COVID-19 izplatīšanos, veicina fizisku neaktivitāti un neveselīgākas pārtikas patērišanu, kas var palielināt vielmaiņas slimību risku (Jiménez-Pavón, Carbonell-Baeza un Lavie 2020; un Narici et al. 2020). Pētījumi ir pierādījuši, ka samazināta fiziskā aktivitāte un ilgstoša mazkustīga uzvedība ir saistīta ar sliktiem fiziskās un garīgās veselības rezultātiem (Korczak, Madigan un Colasanto 2017). Un patiesi arī šajā pētījumā intervētie norāda, ka pandēmijas laikā, kad studijas notiek attālināti un pilnīgi viss notiek digitālajā vidē, studentiem daudz laika sanāk pavadīt pie datora sēdus pozīcijā. Daudzu ierasto aktivitāšu ierobežojumu dēļ kopumā dzīvesveids šajā laika posmā daudziem ir bijis diezgan mazkustīgs.

Intensīvajās studiju dienās man bieži sanāk sēdēt pie datora, kādas 12 stundas bez pārtraukuma, un brīvajās dienās man ir ļoti grūti strukturēt laiku, un pat ar jogu vai vingrošanu ir grūti salabot ķermeni pēc ilgās sēdēšanas pie datora.

(Elīna)

Lai arī daudzi studenti norāda, ka studijas ir pasliktinājušas viņu fizisko veselību, parādās arī tas, ka studenti, kuriem ir aktīvs un veselīgs dzīvesveids, ar fiziskās veselības pasliktināšanos nav saskārušies. Studenti norāda, ka aktīvs dzīvesveids ir viena no atslēgām, lai fiziskais un attiecīgi arī mentālais ķermenis justos labi un veselīgi, pat ja noslodze un stresoru līmenis ir salīdzinoši augsts. Labāka sākotnējā (Ohrnberger 2017, 46. lpp) fiziskā veselība pozitīvi korelē ar fiziskām aktivitātēm, kas pozitīvi ietekmē pašreizējo garīgo veselību.

Fiziskās veselības problēmas arī man nav bijušas, jo jā, es, kā jau iepriekš minēju, piekopju tāpat aktīvu un nosacīti nu veselīgu dzīvesveidu.

(Anita)

Pēc studentu teiktā stress ietekmē ne tikai psiholoģisko labbūtību, bet arī fizisko. Stress studentu definējumā kā bezmiega, galvassāpju vai kādu citu fizisko problēmu izraisītājs tiek minēts vairākkārt. Tomēr ir redzams, ka šādām fiziskām problēmām studenti bieži nepievērš uzmanību un turpina mācīties, strādāt vai veikt citus pienākumus, atpūšoties tikai tad, kad tas ir neizbēgami nepieciešams. Tas netieši norāda uz studijām un darbam piešķirto augstāko prioritāti, salīdzinājumā ar veselību un labbūtību. Intervijās parādās idejas par to, ka nav laika slimot un atļauties justies slikti vai atpūsties, jo tādējādi tiek zaudēts mācībām paredzētais laiks.

Vienā no intervijām pat izskan sašutums par to, ka daži studenti nepieslēdzas lekcijai, tikai tāpēc, ka ir noguruši vai nejutās labi. Šeit parādās fizisko un psiholoģisko problēmu sociāla konstruēšana atbilstoši sabiedrībā pieņemtiem standartiem un to, kas tiek uzvertas kā nopietnas problēmas un kā ir pieņemts uzvesties saskaroties ar šīm grūtībām (Helman, 1990), konkrētajā piemērā, redzot, ka nelielas fiziskas vai mentālas problēmas netiek skatītas kā nopietns pamats satraukumam. Tādēļ to Helmana aprakstītā sāpju uzvedība (pain behaviour) izpaužas problēmu neizrādīšanā. Rīkojoties citādi, tā var pat tikt uzverta, kā “slikta” uzvedība, jo neatbilst standartiem par to, kā savas izjūtas un problēmas jāizpauž (Helman 1990). Sociālais ķermenis šajos piemēros kļūst par būtisku ķermeņa sastāvdaļu. Tas nosaka, kā fiziskajam ķermenim reaģēt, rīkoties, just. Sociālais ķermenis veido pamatu tam, kā studenti uztver un interpretē fizisko un psiholoģisko pieredzi (Helman 2007).

Slimība man vismaz nenāk pēkšņi, es parasti jūtu, būs slikti, un es veicu visus profilaktiskos pasākumus, un pa lielam es neslimoju. Nu, es nevaru atļauties. Kā es varu slimot, ja man ir dzīvnieki un man ir bērni? Viņiem tak vienalga, vai es slimoju vai neslimoju. Man ir jāiet tāpat.
(Alise)

Kopumā intervijās iegūtajos datos mentālo problēmu ietekme uz fizisko veselību parādās bieži. Studenti nereti piedzīvo fiziskās veselības problēmas, piemēram, galvassāpes, bezmiegu u.c. Ņemot vērā, ka somatizācija parasti rodas īpaši augstos stresa apstākļos (Lipowski, 1987, 162. lpp), vērojams, ka studenti noslogotākajos studiju posmos izjūt augstu stresa līmeni, jo vienlaikus ir jāspēj izpildīt visi mājas darbi un uzdevumi universitātē, kā arī jāveic citās dzīves jomās nepieciešamie darbi un pienākumi. Lai visu tomēr pagūtu izdarīt, daudzi studenti labbūtību prioritizē mazāk nekā studijas, darbu vai citus pienākumus, kā rezultātā var ciest viņu mentālā un fiziskā veselība. Kā arī pandēmijas radītie apstākļi daļai studentu situāciju var pasliktināt, jo tās rezultātā studiju procesa norise ir mainījusies, kas izraisa papildus stresorus vai, ja studenti īpaši nepievērš tam uzmanību, atstāj negatīvu iespaidu uz fizisko veselību.

Labbūtības uzlabošanas prakses un atbalsta personas

Veiktajās intervijās liela daļa studentu brīžos, kad jūtas noguruši, izmisuši vai kā citādi, savai labbūtības uzlabošanai kā vienu no mehānismiem min “laika paņemšanu sev” vai kādu brīdi atslodzei un atpūtai.

Es tajā brīdī sev ļoti par to pārmetu, par to, ka es esmu iekavējusi un tā tālāk, bet pēc tam es paņēmu kaut kādu vienu, divas dienas, kur es nekoncentrējos vispār uz studijām, kur es vairāk koncentrējos tieši uz sevi, kad es vienkārši atpūtos. Es vispār par neko nedomāju un centos sevi tā kā mazliet palutināt, mazliet sakopt, apēst kaut ko garšīgu, paskatīties kaut kādu seriālu, vienkārši atpūsties un paņemt pašai priekš sevis kaut kādu brīvo laiku.

(Maija)

Daudzi studenti stāsta par savām personīgās “labsajūtas receptēm” jeb praksēm, kas liek viņiem justies labāk. Lielākoties parādās sportošana, būšana svaigā gaisā un pastaigas, dažādas elpošanas prakses un joga, ēdiena gatavošana u.c. Kā arī studenti uzskata, ka būtisks mentālai un fiziskai veselībai ir labs dienas režīms, piemēram, pietiekami daudz stundu miega un plānotas ēdienreizes. “Pētījumi norāda, ka veselīgs uzturs kopā ar fiziskām aktivitātēm un kvalitatīvu miegu, var stiprināt neironu sinapses smadzenēs un tā rezultātā radīt kognitīvus ieguvumus” (Wald, et. al. 2014, 303. lpp). Šīs darbības, kā studenti norāda, dod viņiem enerģiju un spēku turpināt ikdienas pienākumus, studiju uzdevumus. Studenti arī atzīmē, cik būtiski ir

uzturēt sevī pozitīvu attieksmi un patīkamas emocijas, un izvairīties no tādām kompulsīvām darbībām, kā pārēšanās, alkohola lietošana vai smēķēšana, kas, lai gan var uz mirkli sniegt mierinājumu, kopumā veselībai un labsajūtai kaitē.

Tad noteikti noder elpošanas tehnikas, būšana šeit un tagad. Jādara tas, kas katram raisa patīkamas emocijas, Protams, vajadzētu izvairīties no kompulsīvām darbībām, tādām kā konstanta ēšana, dzeršana vai smēķēšana.

(Asnāte)

“Sociālā mijiedarbība ir svarīga mācību procesā” (Finnegan 2021 (Dewey 1938), 17. lpp) un “jēgpilna mācīšanās visbiežāk notiek, kad indivīdi ir iesaistīti sociālās aktivitātēs, kā piemēram mijiedarbībā ar citiem un sadarbībā” (Finnegan 2021 (Vygotsky 1978), 17. lpp). Sociālā mijiedarbība pandēmijas laikā ir kļuvusi citādāka, lekcijām un saskarei ar citiem studentiem notiekot tiešsaistes lekcijās. Tas var izraisīt papildus spiedienu uz studentiem, kā arī raisīt sociālas izolētības izjūtas (Finnegan 2021 (Adnan & Anwar. 2020; Elmer et al. 2020; Marelli et al. 2021), 17-18. lpp). Lai šādas izjūtas mazinātu, redzams, ka arī intervētie studenti cenšas uzturēt kontaktus un mijiedarbību ar citiem studentiem šajā pandēmijas laikā. Studenti piemin savstarpēju apspriešanos par studiju darbiem, kopīgu mācīšanās grupiņu organizēšanu, savstarpēju atbalstu un motivēšanu, u.c. Viņi norāda, ka ir labi, ka ir kursabiedri, ar kuriem var dalīties savās sajūtās un kuri sniedz atbalstu, jo cilvēki, kas nav iekšā studiju procesā nesaprot, kā tas ir, attiecīgi – nespēj sniegt patiesu atbalstu, kas balstīts uz abpusēju sapratni un refleksiju. Raksturojot attiecības ar kursabiedriem, tiek izmantoti tādi vārdi kā “cīņubiedri” vai “komandas biedri”, kas tikai vēl vairāk apstiprina to, ka patiesi tieši citos kursabiedros ir iespējams saņemt vislabāko atbalstu caur būšanu studiju procesā kopā.

Man vispār ir nu savā ziņā noveicies, jo man ir viens kursabiedrs, ar ko es arī kopā strādāju un varu runāt par visu. Jo mēs tā kā saprotam, ka, ja mēs netiekam līdzī studijām, jo mums ir darbā daudz ko darīt, varam parunāt par kaut kādām lekcijām, kas liekas vai nu pētījumu metodēm, kas man drausmīgi nepatīk. Nu tie cilvēki nekad nesapratīs, bet tie, kas ir iekšā saprot, un tas kaut kādā veidā palīdz, zinot, ka neesi viena.

(Anete)

Lai gan kursabiedri daudz labāk spēj reflektēt uz grūtībām, tādējādi liekot citiem justies labāk (vairāk tieši studiju jautājumos), daudzi norāda, ka psiholoģisko un motivējošo atbalstu, kas ne vienmēr ir saistīts tieši ar studijām, meklē pie saviem partneriem un ģimenes locekļiem. Román et al. (2008) atklāja, ka ģimenes atbalsts ir ievērojami saistīts ar studentu pašcieņu un noteiktiem mācību pieejas aspektiem, kas pozitīvi korelē ar akadēmiskajiem sasniegumiem. Arī pētījumā veiktajās intervijās vērojams, ka tas studentus pozitīvi motivē, tādējādi uzlabojot studentu sniegumu studijās un mentālo veselību.

Mani bērni ļoti mani atbalsta, dažkārt, kad nolaižas rokas, meitas saka: “Mammu, tu visu vari! Es zinu, ka tu vari!” un tā ir tāda baigā motivācija.

(Ieva)

Kāds no studentiem norāda, ka izmanto studentiem piedāvāto iespēju doties uz terapijas sesijām pie psiholoģijas magistratūras studentiem. Šī ir lieliska iespēja, jo terapijas sesijas ir dārgas un daudzi, kuriem tas ir nepieciešams, to nevar atļauties, tāpēc šī iespēja “pa lēto” saņemt atbalstu ir novērtēta studentu vidū, kas par šo iespēju zina. Tomēr jānorāda, ka daudzi neizmanto šo iespēju vai universitātes piedāvāto terapijas atbalstu dažādu apsvērumu dēļ. Līdzīgas tendences studentu vidū parādās arī citos veiktos pētījumos, piemēram, 2016. gadā

veiktā pētījumā 60% aptaujāto studentu norādīja, ka palīdzību, saskaroties ar mentālās labbūtības problēmām, meklētu pie ģimenes locekļiem un draugiem, bet tikai 1% aptaujāto meklētu palīdzību universitātes piedāvātajos atbalsta mehānismos (Aceijas, et. al. 2017, 229. lpp).

Studentiem runājot par labbūtības uzlabošanas praksēm un mehānismiem, vērojams, ka pie universitātes piedāvātajiem atbalsta mehānismiem visbiežāk netiek meklēta palīdzība vai atbalsts. Ģimenes locekļi, partneri un kursabiedri ir tie, pie kuriem studenti vēršas pēc psiholoģiska atbalsta, palīdzības vai motivācijas. Līdz ar to par to, ka studenti saskaras ar dažādām veselības problēmām, kas varētu būt saistītas ar mācībām, lielākoties nav informācijas arī mācībspēkiem. Intervētajiem studentiem ir tendence labbūtības uzturēšanu raksturot kā savu pienākumu, kuru var īstenot ievērojot “pareizas” labbūtības prakses, kā piemēram aktīvs dzīvesveids, sabalansēts uzturs, bet izvairoties no “nepareizajām”, piemēram, alkohola lietošana, kas gan arī ir populārs līdzeklis. Tas parāda, ka arī šajā ziņā tiek konstruēts “pareizais” un “nepareizais”, un students pats ir atbildīgs rīkoties atbilstoši, lai šī labbūtība tiktu uzturēta, tādējādi, ja tas neizdodas, intervētie studenti to bieži izjūt kā savu vainu.

6 Studijas kā attiecības

Šajā noslēdzošajā nodaļā pievēršamies studijām kā veidotām attiecībās. Nodaļā argumentējam, ka attiecības studiju procesā bieži vien tiek veidotas pēc noklusējuma, kur tiek pieņemta un stimulēta konkurence, bezpersoniskums un hierarhijas, bet netiek adresētas problemātiskas konfliktsituācijas, atrisināti studentu ieteikumi un veidojas plaša starp studiju prasībām un studentu izpratni par pasniedzēju gaidām.

Sarežģījumi universitātes attiecībās

Studiju vidē pastāv sīva cīņa par valsts piedāvātajām budžeta vietām. Šī konkurence studentu starpā ir iemesls nepatīkamām konfliktsituācijām, kas bieži vien demotivē studentus mācīties un sabojā attiecības kursa ietvaros. Moderno tehnoloģiju plašā pieejamība ir padarījusi šos konfliktus vēl asākus; it īpaši pandēmijas laikā, kad studenti izjūt lielāku spiedienu kā parasti.

Kaut kā mēģināt uzturēt kopības garu kursā attālināti, tas ir vislielākais izaicinājums (...), var just, ka cilvēki ir vairāk asāki, mazliet vairāk, ātrāk "sacepjas" vai aizvainojas kopējā čatā viens ar otru. Mēs tad paliekam tādi anonīmi viens otram, un tad jau nav brīnums, ka nav tā siltuma vai tās tuvības, kas bija klātienēs studijās.

(Sintija)

Pandēmijas uzliktais spiediens uz studentiem arī parādās šajās konfliktsituācijās. Lai gan kursa čatu esamība ir noderīgs atbalsta mehānisms studentu starpā, tā var izrādīties par vidi konfliktu risināšanai.

Mums tur bija līderu cīņas un nepatīkami komentāri savā starpā. (...) mums bija viena meitene kas vienkārši pajautāja lekcijas beigās skolotājam vienu (...) pilnīgi normālu jautājumu. Pēc tam viņai pēc tam čatā cita meitene viņai uzrakstīja "tu varētu neuzdot tik bērnišķīgus jautājumus?"

(Gunita)

Konkurence studentu starpā ir demotivējoša un var novest pie kursa biedru noniecināšanas vai pazemošanas. Edgars, viens no intervētajiem studentiem, izteica izteiktu vēlmi neizcelties un neizteikties pasniedzēju priekšā, jo tas var novest pie ķircināšanas kursa biedru starpā, tātad savstarpējās attiecības kursā var arī ietekmēt studentu vēlmi sekot līdzī un piedalīties lekcijās.

Ne vienmēr nepatīkama gaisotne kursā rodas no ar studijām saistītām situācijām un konfliktiem. Intervētie studenti stāstīja par kādu pieredzi ar kursabiedru, kura personīgie uzskati daudziem šķita nepieņemami. Pēc studentu domām, pasniedzējam vajadzēja iejaukties un konfliktu atrisināt, tomēr tas netika darīts.

Bet mēs daudzi vērsāmies reizē. Mums kursā ir viens cilvēks homofobs. Tāds atklāts homofobs un stāsta, ka tā ir mental illness (...) un bērni traumēti un viss kaut kas (...). Nebija tā, ka pasniedzējs kaut ko aizrādītu vai pateiktu. Arī runāt ar viņu nav vērts, jo tas ir kā runāt ar sienu.

(Emīlija)

Lai gan studenti, runājot par varas attiecībām starp pasniedzēju un studentu, norāda, ka tās bieži vien nelabvēlīgi ietekmē studiju apguves procesu, tie redz nepieciešamību pēc pasniedzēja

autoritātes klases telpā – virtuālā vai klātienes. Pienākums izšķirt konfliktus, pēc studentu domām, ir pasniedzējam kā autoritātei klases telpā.

Tomēr, runājot par pasniedzēja autoritāti, studenti norāda, ka problēmas sagādā arī pasniedzēju attieksme pret viņiem. Lai gan reti kurš students izsakās, ka jūt pārākuma sajūtu pasniedzēju attieksmē, lielākā daļa studentu atzīst, ka problēmas ar pasniedzēju attieksmi ir galvenais iemesls motivācijas zudumam.

Pasniedzējiem (citam mazāk, citam vairāk), bet tomēr visiem patīk, ka ar viņiem runā kā ar augstākiem, kā ar pasniedzējiem, kā ar visu zinošiem.

(Sanita)

Lai gan par pasniedzēja autoritāti bieži vien izsakās negatīvi, pēc šī citāta var novērot, ka pastāv uzskats, ka pasniedzēja statuss tomēr ir prestižs. Guste min, ka, lai gan pati ir bijusi pasniedzēja lomā, nonākot situācijā, kad pati atkal ir students, izjūt pasniedzēju kā pārāku un savu studenta pozīciju kā zemāku. Pārējie studenti par esošajām varas attiecībām mācību vidē vairāk runā tieši caur to izpausmēm: komunikāciju problēmas ar pasniedzēju, ieskaitot pasniedzēju atteikšanos atbildēt uz studentu jautājumiem; atgriezeniskās saites trūkums, kas nedod studentiem iespēju uzlabot zināšanas un mācīties no kļūdām, kā arī darbu nelabošana laikā; vēsums no pasniedzēja puses; neiejūtība vai nevēlēšanās ieklausīties studentu ieteikumos.

Es nezinu, tagad arī pasniedzējs zina to, ka studentiem patīk, ka lekcijas tiek ierakstītas, viņš principiāli, nu, neieraksta.

(Kristīne)

No (...) pasniedzējiem es sagaidīju sapratni un, godīgi sakot, tajā nedaudz vīlos, jo saskāros ar tādu neiejūtību.

(Ieva)

Kāda intervētā studente minēja gadījumu, kad pasniedzējs esot licis viņai justies neērti, atklājot arī seksualitātes un dzimtes problemātiku. Kad tika uzdots jautājums par attiecībām ar pasniedzējiem, studente izteicās, ka jautājums būtu jāpārfrāzē jo “ar pasniedzēju jau neveido attiecības”. Intervētā studente atsauc atmiņā gadījumu, kad sarunas laikā ar pasniedzēju viņai radās iespaids, ka pasniedzējs ar viņu flirtē:

(...) viņš lūr uz mani, tu saproti. Nu, tāds manā vecumā. Un viņš stāsta, stāsta, un es jūtu, ka viņš flirtē ar mani. Velns, nu kas tas tāds par sviestu.

(Guste)

Lai gan studenti bieži izsakās, ka novērtē draudzīgas attiecības ar pasniedzēju, pēc intervijām var novērot, ka tomēr studentu vidū pastāv uzskats, ka pasniedzējs ir kas svešs un nesasniedzams un ka draudzīgas un vienlīdzīgas attiecības ar pasniedzējiem izveidot nevar.

Labvēlīga gaisotne kursā ir nepieciešama, lai students justos motivēts sasniegt labākus studiju rezultātus. Konkurēnce kursa biedru starpā noved pie konfliktsituācijām – kursa biedru un viņu darbu apsmiešana, kas samazina studentu vēlmi piedalīties aktīvi lekcijās un būt “redzamiem”. Pasniedzēja atrašanās varas pozīcijā lielākajā daļā gadījumu netiek pamanīta vai skaļi apspriesta, tomēr tās efektus studenti jūt un apraksta to kā pasniedzēja nespēju vai nevēlēšanos uzklaut un saprast studentu. Lai gan studenti izsakās, ka varas attiecību izpausmes starp pasniedzēju un studentu bieži noved pie nepatīkamām situācijām, pasniedzēja autoritāte klases telpā tiek novērtēta un sagaidīta. Studenti uzskata, ka lekciju laikā izcēlušos konfliktu

izšķiršana studentu starpā ir pasniedzēja atbildība. Pētījuma dalībnieki bieži uzsver, ka sagaida no pasniedzējiem draudzīgu attieksmi, tomēr tajā pašā laikā redz pasniedzēju kā ko svešu un neaizsniedzamu.

Pandēmijas ietekme uz attiecībām universitātē

Attālināto mācību dēļ COVID-19 pandēmijas laikā studenti ievērojuši izmaiņas attiecībās gan ar pasniedzējiem, gan ar kursa biedriem. Studenti raksturo attiecības ar pasniedzējiem kā bezpersoniskas un anonīmas. Studenti raksturo, ka arī lekciju laikā attiecības ar pasniedzējiem ir atsvešinātas, jo studenti redz pasniedzēju, bet pasniedzējs neredz studentus, jo studenti izvēlas neieslēgt video kameras nodarbību laikā. Attiecības ar pasniedzējiem, pēc studentu domām, nav brīvas un ir formālas salīdzinājumā ar komunikāciju un attiecībām klātienē, kuras tika raksturotas kā brīvas un ar labāku sadarbību.

Šobrīd reizēm pietrūkst tā attieksme no pasniedzēju puses, ka viņi runā ar cilvēkiem, ne datoru, bet tas ir kaut kas nekontrolējams, šaubos vai ir uzlabojams pie šībrīža situācijas.

(Gundega)

Bezpersoniskās attiecības ar pasniedzējiem ietekmē arī studentu darbību un aktivitāti nodarbību laikā. Studenti pauž, ka iepriekš, klātienē studijās, aktīvi piedalījušies diskusijās un labprātīgi uzdevuši jautājumus pasniedzējiem, taču tagad šie studenti vairs nav tik aktīvi un labāk izvēlas neslēgt iekšā mikrofonu, jo ir radies nogurums no studijām attālināti. Viens no studentu minētajiem iemesliem neieslēgt mikrofonus un neuzdot jautājumus pasniedzējiem ir tas, ka trūkst kontakts ar pasniedzējiem. Studenti neredz vai tas, ko viņi saka nodarbībās tiek atzīmēts no pasniedzēju puses. Mācībās ir iekļauti kursi, kur ir svarīgs kontakts un komunikācija starp kursa biedriem vai ar kādu citu cilvēku, kas tagad ir grūti izpildāms pandēmijas dēļ. Ir studenti, kuri ir arī aktīvi runātāji attālināti, bet tāpat izvēlas kameru neslēgt iekšā, jo tā jūtas ērtāk. Sākumā bijis neērti runāt, jo tagad visi redz, kas runā lekcijas laikā, bet ar laiku pie tā jau studenti ir pieraduši.

Man liekas, tie ir būtiski aspekti. Attālinātajās mācībās man grūti to pateikt, jo es neredzu pasniedzējus klātienē. Bet lekcijās, piemēram, es arī īpaši nerādos, es izslēdzu kameru un neesmu ļoti aktīva jautājot vai slēdzot iekšā kameru, runājot.

(Dagne)

Pandēmija ietekmē attiecības arī starp studentiem kursā. Pētījuma dalībniekiem ir savas metodes, kā mēģināt uzturēt attiecības ar kursa biedriem. Daži studenti ir atraduši veidu, kā mācīties kopā, kas viņiem liekas kā ieguvums. Tomēr paši studenti atklāj, ka veidot un uzturēt attiecības ar kursa biedriem ir grūti attālināto studiju dēļ, kā arī ir grūti atrast īsto veidu, kā šīs attiecības uzturēt. Starp kursa biedriem pietrūkstot brīvs kontakts un komunikācija, studenti pauž, ka tieši attiecības ar kursa biedriem bijis viens no mērķiem, pēc kā tiekties, stājoties universitātē, taču tās pirms Covid-19 pandēmijas nav tikušas kārtīgi izveidotas. Attālinātajās studijās reizēm starp kursa biedriem ātrāk veidojoties saasinātas situācijas kursa čatos. Konfliktsituācijas mēdzot veidoties starp studentiem, ja tiek rakstīta pārāk apjomīga informācija, kam visi studenti var nepievērst uzmanību. Kā cēlonis var arī būt studentu atšķirīgie viedokļi vai materiālu sūtīšana, kas nav saistīti ar studijām un citiem studentiem varētu izraisīt aizkaitinājumu (Baishya, Maheshwari 2019).

Saistībā ar attālinātajām mācībām, es domāju, ja man būtu vairāk kontakti tieši ar kursabiedriem, tas vēl kaut kādā ziņā to visu mainītu, jo tad man būtu kaut kāds cits loks ar cilvēkiem, ar kuriem es kontaktējos, un tas arī ir tieši tas, ko es gribēju.

(Maija)

Strādājot ar intervijās iegūtajiem datiem, bieži novērojams, ka studenti izsaka viedokli par studiju materiāla apjomu. Dažos gadījumos studenti izsakās, ka pasniedzēju gaidas ir saprotamas un pamatotas. Tomēr vairākus gadījumus studenti pauž viedokli, ka pasniedzēji sagaida par daudz no studentiem un ka arī paši pasniedzēji netiek galā ar daudzajiem darbiem, kas vēlāk ir jālabo. Pēc studentu domām, mācību apjoms ir pārāk liels, lai visu pabeigtu laicīgi un neiegūtu akadēmiskos parādusursos. Vēl viena no izteiktajām problēmām ir paši kursi – studenti stāstīja, ka ir kursi, kur galvenais ir kontakts ar cilvēku, kas attālinātajās mācībās pašlaik ir gandrīz neiespējami. Studenti arī pauž, ka pietrūkst praktisko darbu, kas tika darīti iepriekš klātienē.

Nu ļoti individuāli no pasniedzēja uz pasniedzēju. Ir tādi, kas ir saprotoši un rēķinās ko un kā spējām izdarīt, ņemot vērā situāciju, bet ir, protams, pasniedzēji kuriem, šķietami, neinteresē studenti un sagaida no mums vairāk nekā spējām.

(Laimdota)

Komunikācija ar pasniedzējiem, pēc studentu domām, ir pasliktinājusies. Tiek minēti pasniedzēji, kas uzņemas pārāk lielu apjoma darbu un nevar paspēt atbildēt uz studentu e-pastiem, bet studenti arī pauž sapratni par to, ka arī pasniedzējiem pandēmija ir ievērojami sarežģījusi darbu. Tiek minēti arī gadījumi, kad pasniedzēji izvairās un kad atbilde uz studenta vēstuli tiek uzrakstīta pēc nedēļas vai arī studenti uz sevis rakstītajiem e-pastiem atbildi nesaņem vispār. Salīdzinājumā ar studijām klātienē, studenti izsakās, ka komunikācija iepriekš noritēja raitāk un problemātiskas situācijas tika risinātas vieglāk. Studenti atklāj, ka trūkumi komunikācijā ir noveduši līdz situācijām, kad studenta un pasniedzēja interpretācijas nesakrīt. Kā vienu alternatīvu komunikācijas veidu e-pastiem minēja lietotni WhatsApp. Pēc studentu domām un iepriekšējās pieredzes ar kādu pasniedzēju, kur šī metode tikusi izmantota, atbildes uz jautājumiem tika saņemtas dažu stundu laikā un komunikācija nav likusies formāla.

Viena lieta, ko es esmu ievērojis – ir tas pats covid laiks un atsevišķi pasniedzēji daudz mīl uzņemties – tādi darba rūķi ir – un ar kovidu tas viss vēl sarežģās, tad viņiem vienkārši laika trūkst. Ir pasniedzēji, kuriem tu vari uzrakstīt e-pastu un vai nu neatbild vai nu pēc piecām dienām atraksta vai vēl vēlāk. Varbūt tādēļ pietrūkst.

(Edgars)

Kopumā pandēmijas ietekme uz studiju attiecībām ir vairāk negatīva nekā pozitīva. Studenti uzskata, ka attālinātais režīms neļauj veidot attiecības ar kursa biedriem un ka uzturēt esošās attiecības ir grūti. Pēc pētījuma dalībnieku domām, attiecības ar pasniedzējiem ir pārāk formālas un gandrīz neeksistē. Studenti uzsver, ka klātienē attiecības ar pasniedzējiem bijušas brīvākas, kas arī ietekmējis komunikāciju starp pasniedzējiem un studentiem. Pētījuma dalībnieku viedoklis ir, ka attālinātajās mācībās komunikācija ir pasliktinājusies.

Studentu izpratne par veiksmīgām attiecībām universitātē

Studenti universitātes attiecībās saskaras un izceļ dažādus sarežģījumus, bet tiek arī izceltas un novērtētas veiksmīgas prakses, kas veicina labvēlīgu studiju norisi. Tas, ko studenti pozitīvi vērtē universitātes attiecībās, ir cilvēciskā attieksme no pasniedzējiem un universitātes personāla – komunicēšana ar studentiem kā ar līdzvērtīgiem cilvēkiem, interesēšanās par studiju procesu, pretimnākšana sarežģītākos brīžos, brīva komunikācija ar pasniedzējiem – kas arī veicina uz sadarbību vērstas attiecības starp studentiem un universitātes personālu. Studentuprāt, katrs pasniedzējs ir indivīds ar savām personības iezīmēm, kas arī ietekmē to, kādas attiecības veidosies ar kursu un katru studentu.

Jau no pirmās studiju dienas viņi [pasniedzēji] pret mums ir izturējušies ļoti jauki – komunicē ar mums kā līdzvērtīgiem cilvēkiem, interesējas par to, kā mums iet ar studiju procesu, un cenšas būt pretimnākoši. Mēs kolektīvi atbildam uz to ar cieņu, un cenšamies arī saprast pasniedzējus pašus.

(Elīna)

Pašā studiju procesā studenti pozitīvi vērtē profesionālo attieksmi pret studijām no pasniedzējiem un universitātes personāla. Studenti uzteic pasniedzēju spēju būt skaidriem tajā, ko viņi sagaida no studentiem savosursos, spēju atbildēt uz jautājumiem un dalīties savā profesionālajā pieredzē, ātru komunikāciju un spēju kopā ar metodiķiem un studentiem saskaņot studiju organizatoriskos jautājumus. Kā motivējošu faktoru studenti min atgriezenisko saiti – pasniedzēju komentāri ir palīdzējuši studentiem labāk izprast vielu, kā arī sajūties sadzirdētiem. Arī šeit studenti norāda, ka pasniedzēji māca ļoti lielam skaitam studentu un spēt ātri atbildēt un dot produktīvu atgriezenisko saiti ne vienmēr ir iespējams.

Par visiem mājasdarbiem ir komentāri – gan labie, gan sliktie – ka tu tiešām jūties, ka tiešām mēģina tev individuāli paskaidrot tev lietas, ja redz, ka tu nesaproti lietas.

(Emīlija)

Ne tikai veiksmīga komunikācija starp studentiem un personālu, bet arī veiksmīga komunikācija un sadarbība kursabiedru vidū veicina pozitīvu studiju norisi. Tie studenti, kuri ir kursā izveidojuši draugu grupas, novērtē morālo atbalstu, ko sniedz kursabiedri sarežģītākos studiju posmos un novērtē iespēju socializēties ārpus studijām. Studenti apgalvo, ka iekļaušanās studiju vidē ir paplašinājusi viņu kontaktu loku un devusi iespēju uzlabot savas komunikācijas spējas balstoties uz to, ka ir nepieciešams biežāk komunicēt ar nepazīstamiem cilvēkiem. Kurša grupas ietvaros pozitīvi arī tiek vērtēta sadarbība – dalīšanās ar materiāliem un konspektiem, kopīga jautājumu risināšana, vēlme un spēja viens otram palīdzēt. Šī ciešā sadarbība, iespējams, balstās tajā, ka daļa intervējamo ir nepilna laika studenti, un, kā minēja viena pētījuma dalībiece, nepastāv risks izrotēt no budžeta vietas.

Tā ir ļoti svarīga lieta, tā komūna, jo šāda pieredze man nekad nav bijusi, kad ir bijusi tik cieša sadarbība vienam ar otru.

(Renāte)

Šajos attiecību vērtējumos ir novērojama vēlme, lai studenti būtu līdztiesīgi pasniedzējiem – studenti sagaida, ka viņi tiks uzklausi un ņemti vērā. Ja attiecības tiek vērtētas kā pozitīvas starp studentu un pasniedzēju, ir novērojama atbildības sajūta no studentu puses saprast pasniedzēju un cienīt uzskatus, kuros pasniedzēji nepiekāpjas. Pozitīvi attiecības tiek vērtētas, ja ir manāmi redzams, ka universitātes personāls cenšas palīdzēt un būt pretīmnākošiem, kas norāda, ka attiecībām ne obligāti jābūt veiksmīgām, lai tās tiktu vērtētas pozitīvi.

Studenti studiju procesā arī sagaida individuālu pieeju no pasniedzējiem – atgriezeniskās saites un ātra komunikācija vienmēr tiek vērtētas pozitīvi, it īpaši, ja kursā ir liels skaits studentu. No universitātes personāla arī tiek sagaidīta profesionāla attieksme pret studentu un savu darbu, kas bieži vien ir sasaistīts ar studiju organizācijas precizitāti, skaidrību un elastību. Profesionāla attieksme ietver arī to, ka personāls rīkosies atbilstoši savam statusam, kur izpildās pieņemtie uzskati par to, kādām ir jābūt universitātes attiecībām. Kā rezultātā studenti nokļūst pretrunīgā situācijā – vienlaikus mēģinot veidot draudzīgas attiecības ar pasniedzējiem, ir jāīsteno sava loma sociālajā hierarhijā.

Nepilna laika studentu vidū dažu studentu refleksijā ir novērojamas ciešākas attiecības – nepastāv konkurence par budžeta vietām, kas ļauj kursā brīvi dalīties ar informāciju, kā rezultātā pieeja studijām ir vairāk vērsta uz komandas darbu. Vienlaikus budžeta vietas tiek arī vērtētas kā motivējošs iemesls uzlabot studiju rezultātus.

Universitāte ir arī vide, kurā studentiem ir iespēja izveidot jaunus kontaktus, it īpaši, ja ir iziruši kontakti no iepriekšējām izglītības programmām vai students strādā vai dzīvo vidē, kurā ir sarežģītāk veidot attiecības. Bieži vien morāls atbalsts primāri tiek meklēts tieši draugu grupās, kas ir izveidojušās studiju procesā, kas arī kļūst par motivējošu iemeslu nepamest studijas.

Studentu iespējas attiecību uzlabošanā

Lai gan daļu problēmu attiecībās starp pasniedzējiem un studentiem radījušas pandēmijas sekas, tomēr vairāki studenti atzīst, ka iespēja uzlabot attiecības krietni mazinās pasniedzēju attieksmes dēļ. Protams, neizlabotie darbi, kā arī atgriezeniskās saites neesamība traucē veiksmīgi apgūt mācību materiālu, taču, kā redzams, tas arī veido nestabilas attiecības studiju vidē. Līdz ar to, studenti, kas vēlas uzlabot attiecības, cenšoties to darīt, nonāk “strupceļā”.

Tu kaut ko nesaproti un pasniedzējam ir arī vienalga, ka tu nesaproti – pats vainīgs, ja. It kā ir tās konsultācijas, kurās tu varētu, tā kā uzdot jautājumus, bet tad, kad tu uzdod viņu tev pretī pasaka: “šito mēs jau tad un tad mācījāmies, šitam bija jau jābūt skaidram” Tad ir tāds next time I’m not coming here.

(Emīlija)

Tā kā studentu iespējas vērsties pie pasniedzējiem, lai kaut ko uzlabotu bieži vien ir ierobežotas gan komunikācijas, gan iespēju neesamības dēļ, rodas jautājums – pie kā vēl studenti var vērsties, lai attiecības universitātē tiešām tiktu uzlabotas? Viens no veiksmes piemēriem, ko min studenti, ir vērsšanās pie metodiķiem, kā arī individuāla vērsšanās pie pasniedzējiem ar atklātību par savām problēmām.

Tad es izstāstīju, ka jā, visiem ir traki un es pat paņēmu slimības lapu, un nav viegli, neviens nav īpaši priecīgs. Beigās bija tā, ka viņa samazināja par 1 patstāvīgo darbu savā kursā mūsu darba slodzi.

(Sintija)

Šis piemērs pierāda, ka tomēr iespējas vērsties pie pasniedzējiem ir. Lai gan tās ir ierobežotas un atšķiras atkarībā no pasniedzēja, tomēr ir vairāki veidi, kā šīs problēmas risināt, konsultējoties gan ar kursu, lai noskaidrotu pamatproblēmas, gan meklējot atbilstošāku pieeju pasniedzēja sasniegšanai. Lai gan Sintijas piemērs parāda, ka sadarbība ar pasniedzējiem ir, lielākā daļa studentu intervijās tomēr atzīst, un kā arī tas redzams Emīlijas piemērā, ka pasniedzēju vēlme iesaistīties attiecību uzlabošanā studentu skatījumā ir krietni mazāka. Tā kā studentu iesaiste attiecību un studiju procesā ir vienpusēja, un pasniedzēju pretimnākšana ir iztrūkstošs elements, lielākajā daļā gadījumu centieni kaut ko uzlabot nav veiksmīgi.

Viens no iemesliem iespēju trūcumā attiecību uzlabošanā ir komunikācijas trūkums, taču šeit parādās arī problemātika studentu un pasniedzēju hierarhijā. Šī hierarhija veidojas neapzināti, jo nav oficiāli reģlamentēta, bet tiek reproducēta pasniedzēju varas nostādīšanā un reprezentācijā studiju gaitā, piemēram, neuzklausot studentus, neizrādot vēlmi palīdzēt, kā arī uzlabot attiecības ar studējošajiem. Šīs varas attiecības samazina studentu vēlmi un iespējas vērsties pie pasniedzējiem problēmjaucējumos.

Tā kā sadarbības iespējas ar pasniedzējiem ir apgrūtinātas, studentiem ir jāsadarbojas, lai šīs problēmas ne tikai definētu, bet arī risinātu, jo bieži vien studenti atrod veidus, kā tikt galā ar neesošo attiecību sekām, nemaz neatrisinot pašas problēmas. Šādā veidā kursa biedru tuvās attiecības kalpo gan par veidu pasniedzēju-studentu attiecību neesamības risināšanai, gan par veidu, kā veicināt pašu studentu savstarpējās attiecības.

Studenti raksturo kursa savstarpējās attiecības kā vērtīgu atbalsta sistēmu, taču pētījuma gaitā izskan arī citi piemēri, kas veicina gan savstarpējo attiecību veidošanu, gan arī kalpo kā atbalsta mehānisms studiju gaitā.

Kad es sāku mācīties pirmajā kursā, man bija ļoti svarīga mentora tā programma, ka man bija kursabiedrs no viena kursa vecāks. Es vēl joprojām ar viņu kontaktējos, kad man kaut kas nav skaidrs. Es tā īstenībā jutos drošāk un man tas ir baigi svarīgi.

(Guste)

Tātad studentu dzīvē svarīgas ir ne tikai attiecības sava kursa ietvaros, kā arī ar pasniedzējiem, bet arī attiecības ar citiem studiju biedriem, piemēram, mentoriem. Vēl studenti min arī Pašpārvaldi kā atbalsta sistēmu studiju laikā, kas arī ir veids, kā studenti veido savstarpējās attiecības ar citiem studiju biedriem. Mentoru programma un Studentu pašpārvalde arī var būt viens no veidiem, kā studenti var iesaistīties situācijas uzlabošanā.

Vēl viens no veidiem, kas atspoguļo, ka studenti iesaistās studiju procesa veidošanā un, ka studentiem ir rīcībspēja (agency) mainīt un uzlabot situāciju, ir semestra beigās pildītās aptaujas.

Kas man liekas jocīgi, ka viņi bieži prasa aizpildīt aptaujas – kas apmierina, kas nepmierina, ko varētu savādāk. Es nezinu, mainās darbinieki, bet nekādas atgriezeniskās saites nav, bet viņi tikai uztaisa jaunu aptauju un atkal jautā to pašu. Nekas jau nemainās no tā, ko studenti ierosina, bet viņi turpina prasīt.

(Edgars)

Šis piemērs parāda, ka studentiem patiesībā nav izpratnes par to, kā šīs aptaujas tiek pēc tam izmantotas praksē, jo anketās sniegtā informācija netiek adresēta, kā arī studenti min, ka situācija nemainās arī pēc šo anketu aizpildīšanas un atklātas problēmu izklāstīšanas. Pat ja situācija tiek mainīta, studenti netiek par to informēti, jo nākamā semestra studiju saturs ir pavisam cits, bet par pagājušā semestra problēmu risinājumu informāciju var saņemt no jaunajiem studentiem vai atsevišķi interesējoties vērstoties, piemēram, pie pasniedzējiem. Šī

neziņa par anketu vērtīgumu un reālo devumu studiju procesā arī var mazināt studentu vēlmi atklāti paust savu viedokli.

Tas, ka mums ir iespēja tās anketas pildīt un pateikt tās savas domas, gan tās labās, gan ne tik labās, nevis pa tiešo...

(Guste)

Par spīti šaubām par anketu devumu studiju procesā, tomēr studenti tās izmanto, lai nebūtu jāvēršas pie pasniedzējiem, jo, kā jau tika minēts, tas ir apgrūtināts un bieži beidzas neveiksmīgi. Anketas ir nosacīti anonīms veids, kā izteikties, taču, kā min Guste, tas ir veids, kā ar universitātes starpniecību censties iesaistīties labākas studiju vides veidošanā, nevēršoties pie pasniedzējiem.

Secinājumi

Pētījuma dati liecina, ka studenti studiju procesu pieredz kā izteikti individuālu – gan kā sevis realizāciju un daļu no identitātes veidošanas, gan vērstu uz konkurenci darba tirgū. Šādi daudziem studijas kļūst par veidu, kā sevi pierādīt ģimenes un pažiņu lokā, kas pastiprina atbildības individualizāciju un bažas par vilšanās izraisīšanu apkārtējos. Tādējādi sarežģītās situācijās potenciāli retāk var tikt meklēts atbalsts gan no pasniedzēju, gan atbalsta personu puses. Vienlaikus studentiem studijas ir tikai viens no izaicinājumiem, mijoties ar ģimenes rūpju un algotu darbu, kā arī veselības problēmām.

Studentu skatījumā universitātes mācībspēku un administrācijas noklusētais pieņēmums ir, ka mācības studējošiem ir prioritāte, organizējot studiju procesu un mācīšanās uzstādījumus, neņemot vērā studējošo slodzi ārpus mācību procesa. Šādas vienvirziena attiecības kļūst problemātiskas gadījumos, kad studenti nejūt atbalstu, lai varētu līdzsvarot kā mācības, tā ārpusstudiju dzīvi. Būtiski, ka studentu labbūtību – gan mentālo un fizisko veselību, gan sociomateriālos apstākļus, ietekmē mijiedarbībā esoši universitātes ietvaros un kopumā dzīvē aktuālie faktori, daudziem studentiem saistot mācību procesu ar negatīvu ietekmi uz viņu veselību. Savukārt atbildību par labbūtību, ko studenti identificē kā neatņemamu veiksmīgām studijām, studenti identificē kā savu atbildību. Šādi studijas arī gadījumos, kad studentam tām nav iespējams veltīt daudz laika, veido pastiprinātu slodzes un negatīvas vērtēšanas izjūtu, kamēr augstākajā izglītībā tas pastiprina dažādas nevienlīdzības studiju pieejamībā.

Covid-19 pandēmija 2020.-2021. gadā krasi izmainīja studiju norisi un citus dzīves apstākļus un ieradumus. Lielākā daļa studentu norāda, ka studiju laikā bieži jūtas noguruši, ar pārslodzi u.c., kas norāda, ka studiju process gandrīz vai automātiski tiek saistīts ar negatīvām izjūtām un pieredzi un slodzi. Lai savu labbūtību uzlabotu, studenti bieži vēršas pie atbalsta personām, piemēram, ģimenes locekļiem un citiem kursabiedriem jeb “cīņubiedriem” vai arī īsteno personīgus labbūtības uzlabošanas mehānismus kā pastaigas svaigā gaisā vai joga. Studenti arī identificē nošķirumu starp labajām un sliktajām labbūtības uzlabošanas praksēm. Universitātes atbalsta mehānismu izmantošana savukārt studentu vidū ir nepopulāra un neveicina tās redzēšanu kā atbalstošu.

Studentu un pasniedzēju attiecības studenti pieredz kā hierarhiskas, pasniedzējam esot augstākā pozīcijā, kas var radīt sarežģījumus pasniedzēju-studentu attiecību veidošanā. No vienas puses, studenti to kritizē. No otras puses, studentiem ir arī augstas gaidas. Kopumā hierarhijas izjūta ietekmē arī studiju procesu un kvalitāti, jo studenti neredz iespējas attiecības uzlabot, kas savukārt samazina studentu vēlmi vērsties pie pasniedzējiem pēc palīdzības vai ar konkrētiem viņu skatījumā vajadzīgiem studiju procesa uzlabojumiem. Pandēmija ir pastiprinoši ierobežojošs faktors studentu iespējām vērsties pie pasniedzējiem problēmu gadījumā, jo ne tikai pasniedzēju-studentu hierarhija, bet arī attālinātās studijas tika redzētas kā samazinot komunikācijas iespējas. Šādos apstākļos studenti kā galveno resursu redz sadarbību un attiecību veidošanu ar kursabiedriem, lai kopīgi sekmētu studiju pieredzi, kā arī dalītos problemātiskajās situācijās. Līdzīgi – panākt uzlabojumus studentiem vislabāk izdodas kolektīvi.

Rekomendācijas

Tā kā pētījumā tika iezīmēti vairāki problēmpunkti, kas samazina studentu labbūtību un veicina nevienlīdzības augstākajā izglītībā un sabiedrībā kopumā, ziņojuma noslēgumā piedāvājam vairākas procesa virzības rekomendācijas, kuros virzienos strādāt, lai studiju procesu kvalitatīvi uzlabotu. Rekomendācijas attiecas gan uz universitāšu pārvaldību, gan uz mācību procesa organizāciju un komunikāciju no mācībspēku puses, gan uz augstākās izglītības izpratnes maiņu studentu starpā.

- 1) **Veicināt studentu iesaisti mācību procesa dizainā un problēmu risināšanā.** Ir atbalstāma studentu iesaiste, nosakot dažādu darbu termiņus un rīcības modeļus, lai saņemtu to pagarinājumus neparedzētos apstākļos. Studentiem ir jābūt skaidriem algoritmiem, ko darīt situācijās, kad trūkst noteiktas informācijas, attiecības ar pasniedzējiem veidojas problemātiskas, ir kolektīva pārslodzes sajūta noteiktos studiju periodos un neapmierina noteiktas prasības.
- 2) **Mazināt attiecību hierarhijas.** Lai gan studentu starpā ir pieprasījums pēc augstas profesionalitātes un zināšanu un pieredzes autoritātes no mācībspēkiem, studenti kā negatīvu iezīmi saskata attiecību formalizāciju, bezpersoniskumu, nievājošus komentārus, mazu elastību un nevērīgu attieksmi. Pasniedzēju apmācībā ir jāietver līdzvērtīgas un nevardarbīgas komunikācijas treniņš, kas dažādās mācību un dzīves sarežģītumu situācijās ļauj tikt uzlūkotiem no studentu puses kā pretimnākošiem.
- 3) **Pastiprināt stipendiju atbalstu pēc kritērijiem, kas nav tikai par kursu vērtējumu izcilību.** Tā kā lielākā daļa studentu strādā, kas mazina viņu iespējas konkurēt par budžeta vietām, ko nosaka izcilības kritēriji, ir jādomā veidi, kā atbalstīt plašāka mēroga studentus nevienlīdzības mazināšanai.
- 4) **Paplašināt studiju atbalstu strādājošajiem un vecākiem.** Apstākļos, kur studenti strādā, lai nodrošinātu savas studijas, kā arī paralēli veido ģimenes, ir jābūt skaidriem atbalsta pasākumiem vai vismaz dažāda nepieciešamajai informācijai strādājošajiem un vecākiem. Tam būtu jāietver informāciju un proaktīvu universitātes atbalstu par to, kā studenti var ietekmēt lekciju un semināru grafikus, kāda elastība ir iespējama dažādās situācijās un semestra griezumā, kādi pasākumi ir pieejami vecākiem, piemēram, laiks un vieta, kur ar bērnu universitātes telpās pavadīt laiku.
- 5) **Problemātizēt izcilības kultūras negatīvās tendences.** Studiju vērtēšana atzīmēs, ņirgāšanās par aplūkoto jautājumu neizpratni studentu starpā, tiekšanās pēc sevis pierādīšanas un prestiža un konkurence par budžeta vietām veicina toksiskas vides veidošanos universitātē. Šādos apstākļos nevienlīdzības veidojas ne vien sociomateriālajos apstākļos, bet studenti var šādas nevienlīdzības sākt uztvert kā viņu rakstura īpašības. No pasniedzēju puses, būtu jāveicina, ka lekciju un semināru ietvaros neveidojas šāda vide un mazināt studentu sajūtu, ka, piemēram, sliktai atzīmei ir negatīvas sekas vai seko emocionāla neizpratne.
- 6) **Mazināt studiju “neveselības” normalizēšanu.** Ņemot vērā pārslodzi un konfliktsituācijas starp studijām, darbu un ģimenes dzīvi, studentu starpā ir normalizētas dažāda veida grūtības un pastiprināta slodze mentālajai un fiziskajai veselībai. Studentus problemātiskās situācijās ir jāaicina vērsties pēc palīdzības, kā arī kolektīvi par to ziņot mācībspēkiem, jo tas bieži var būt

arī saistīts ar paralēli nododamiem darbiem. Ir jāapsver informatīvās kampaņas, kurās tiek problematizēta izpratne, ka tādas prakses kā piemēram, mācīties naktīs, ir normāli.

- 7) **Vairāk psiholoģiskā atbalsta studentiem un tā popularizēšana.** Studiju process bieži saistīts ar psiholoģiskās slodzes pieaugumu. Taču līdzīgi kā studiju “neveselīgums” šī slodze tiek normalizēta un pieņemta par pašsaprotamu. Tādējādi rekomendējams gan veicināt psiholoģiskā atbalsta pieejamību studentu vidū, gan veikt tā popularizēšanu. Kaut arī jau šobrīd pētāmā universitāte piedāvā dažāda veida nodarbības un pasākumus ar mērķi uzlabot, piemēram, laika plānošanas prasmes, studenti tās intervijās nepieminēja, kas parāda, ka tās netiek skatītas kā noderīgas.
- 8) **Uzlabot savstarpējās saziņas kultūru.** Viens no apstākļiem kas būtiski ietekmē studentu labklājību ir saziņa ar mācībspēkiem. Lai to uzlabotu nepieciešams uzlabot gan saziņas rīkus, gan kultūru. Lai veicinātu pasniedzējus atbildēt uz studentu ziņām laicīgāk, nepieciešams gan apsvērt kā pozitīvi motivēt pasniedzējus, gan veikt uzlabojumus izmantotajos risinājumos. Tāpat nepieciešams veicināt studentu savstarpējo saziņu, it īpaši attālināto studiju laikā. Pētījuma dati rāda, ka studentu savstarpējais atbalsts ir būtisks studentu labklājības nodrošināšanai, taču studentiem trūkst rīku un iespēju šīs attiecības veidot pandēmijas apstākļos. Ieteicams apzināt studentu vidū pastāvošās labās prakses un tās popularizēt.
- 9) **Cirkulēt labās prakses starp pasniedzējiem.** Studenti identificēja dažādas labās prakses kuras īsteno daļa no pasniedzējiem. Lai veicinātu studiju procesa kvalitāti un studentu labklājību rekomendējams radīt iespējas pasniedzējiem apmainīties ar informāciju un labajām praksēm, izceļot un novērtējot to mācībspēku darbu, kurš var kalpot par iedvesmu pārējiem.
- 10) **Veicināt iesaistošus un uz sadarbību vērstus attālināto studiju formātus.** Lai uzlabotu attālināto studiju pieredzi vēlams strādāt pie prasmju līmeņa uzlabošanas pasniedzēju vidū, kas šobrīd ir ļoti dažāds. Tāpat nepieciešams ieviest un veicināt uzdevumus, kas veicina studentu savstarpējo sadarbību, tādējādi veicinot studentu savstarpējo attiecību veidošanos un atbalsta tīkla izveidi. Visbeidzot, rekomendējam rast veidus kā stimulēt saskarsmi starp pasniedzējiem un studentiem, lai mazinātu iespaidu par studijām kā hierarhiskām un bezpersoniskām, it īpaši attālināto studiju laikā.

Izmantotā literatūra

- Aceijas, C., Waldhäusl, S., Lambert, N., Cassar, S. and Bello-Corassa, R. (2016). Determinants of Health-Related Lifestyles among University Students. *Perspectives in Public Health* 137, 4:227–236. <https://doi.org/10.1177/1757913916666875>
- Asere, L. (2020). *Energoefektivitātes un iekštelpu gaisa kvalitātes dilemma izglītības iestāžu ēkās*. Promocijas darbs. Rīga: RTU
- Russell, B.H. (2006). *Research Methods in Anthropology: Qualitative and Quantitative Approaches*. 4th ed. Lanham: AltaMiraPress.
- Bhattacharya, T. ed. (2017). *Social Reproduction Theory: Remapping Class, Recentering Oppression*. London: Pluto Press
- Cater, J. K. (2011). Skype: A cost-effective method for qualitative research. *Rehabilitation Counselors & Educators Journal* 4, 2: 3
- Chew, QH., Wei, KC., Vasoo, S., Chua, HC., Sim, K. (2020). Narrative Synthesis of Psychological and Coping Responses towards Emerging Infectious Disease Outbreaks in the General Population: Practical Considerations for the COVID-19 Pandemic. *Singapore Medical Journal* 61, 7: 350–356. <https://doi.org/10.11622/smedj.2020046>
- Cho, J., Yu, H. (2014.). Roles of university support for international students in the United States: Analysis of a systematic model of university identification, university support, and psychological well-being. *Journal of Studies in International Education* 19, 1: 11-27. <https://doi.org/10.1177/1028315314533606>
- Latvijas Universitāšu Asociācija. (2012). *Universitāšu ieguldījums Latvijas tautsaimniecībā*. Liepājas Universitāte: Rīga
- Deakin, H., Wakefield, K. (2013). Skype Interviewing: Reflections of Two PhD Researchers.” *Qualitative Research* 14, 5: 603–616 <https://doi.org/10.1177/1468794113488126>
- Deveci, T., Ayish, N. (2017). Engineering students' well-being experiences: A freshman year experience program. *Transformative Dialogues: Teaching & Learning Journal*, 9, 3:1-20
- Eriksen, T. H. (2015). *Small Places, Large Issues: an Introduction to Social and Cultural Anthropology*. 4th ed. London: Pluto Press
- Finnegan, M. (2021). The Impact on Student Performance and Experience of the Move from Face-to-face to Online Delivery in Response to COVID-19: A Case Study in an Irish Higher Education Institute. *AISHE-J: The All Ireland Journal of Teaching & Learning in Higher Education*, 13, 1: 1–23
- Gibson, K. (2020). Bridging the Digital Divide: Reflections on Using WhatsApp Instant Messenger Interviews in Youth Research. *Qualitative Research in Psychology*, 1–21. <https://doi.org/10.1080/14780887.2020.1751902>

- Paul, H. (2012). Using Internet Technologies (Such as Skype) as a Research Medium: a Research Note. *Qualitative Research* 12, 2:239–242. <https://doi.org/10.1177/1468794111426607>
- Hauschildt, K., Gwośc, C., Netz, N., Mishra, S. (2015). *Social and Economic Conditions of Student Life in Europe: EUROSTUDENT V 2012–2015; Synopsis of Indicators*
- Helman, C.G. (1984). *Culture, Health and Illness*. 1st ed. Bristol: John Wright & Sons Ltd
- Helman, C.G. (2007). *Culture, Health and Illness*. 5th ed. London: CRC Press
- Ifeagwazi C.M., Chika Chukwuorji J.B., Zacchaeus, E.A. (2015). Alienation and psychological wellbeing: Moderation by resilience. *Social Indicators Research*, 120, 2: 525–544. <https://doi.org/10.1007/s11205-014-0602-1>
- Jiménez-Pavón, D., Carbonell-Baeza, A., Lavie, C.J. (2020). Physical Exercise as Therapy to Fight against the Mental and Physical Consequences of COVID-19 Quarantine: Special Focus in Older People. *Progress in Cardiovascular Diseases* 63, 3: 386–388. <https://doi.org/10.1016/j.pcad.2020.03.009>
- Korczak, D. J., Madigan, S. Colasanto, M. (2017). Children's Physical Activity and Depression: A Meta-Analysis. *Pediatrics* 139, 4. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2266>
- Latvijas Bērnu labklājības tīkls. (2019). Jauniešu labbūtība Baltijas valstīs: pētījuma kopsavilkums Pieejams: http://www.bernulabklajiba.lv/wp-content/uploads/2019/04/Well-being-of-Young-People-in-the-Baltic-States_2018_LAT_Kopsavilkums.pdf
- Latvijas Republikas Valsts kontrole. (2016). Vai augstākās izglītības finansēšanas sistēma ir efektīva? Pieejams: <https://lrvk.gov.lv/lv/revizijas/revizijas/noslegtas-revizijas/vai-augstakas-izglitibas-sistema-ir-efektiva>
- Lipowski, Z. J. (1987). Somatization: The Experience and Communication of Psychological Distress as Somatic Symptoms. *Psychotherapy and Psychosomatics* 47, 3-4:160–167. <https://doi.org/10.1159/000288013>
- Maheshwari, S., Baishya, D. (2019). WhatsApp Groups in Academic Context: Exploring the Academic Uses of WhatsApp Groups among the Students. *Contemporary Educational Technology* 11, 1. <https://doi.org/10.30935/cet.641765>
- Ning, H. K., Downing, K. (2012). Influence of Student Learning Experience on Academic Performance: the Mediator and Moderator Effects of Self-Regulation and Motivation. *British Educational Research Journal* 38, 2: 219–237. <https://doi.org/10.1080/01411926.2010.538468>
- The Organisation for Economic Cooperation and Development. (2019). *Education at a Glance 2019: OECD Indicators*. Paris: OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/f8d7880d-en>
- Ohrnberger, J., Fichera, E., Sutton, M. (2017). The Relationship between Physical and Mental Health: A Mediation Analysis. *Social Science & Medicine* 195: 42–49. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2017.11.008>

Perisic, A. (2021). How to Get a Life: Humanities Education in the Age of Neoliberal Exhaustion. *Critical Education*, 12, 3: 1–14

Roman, S., Cuestas, P.J., Fenollar, P. (2008). An Examination of the Interrelationships between Self-Esteem, Others' Expectations, Family Support, Learning Approaches and Academic Achievement. *Studies in Higher Education* 33, 2: 127–138.
<https://doi.org/10.1080/03075070801915882>

Runce, B. (2021). *Pandēmija uz iedzīvotāju psihisko veselību atstāj dramatiskas sekas. Vai valsts palīdzības plāns būs efektīvs?* Pieejams:
<https://www.lsm.lv/raksts/zinas/latvija/pandemija-uz-iedzivotaju-psihisko-veselibu-atstaj-dramatiskas-sekas-vai-valsts-palidzibas-plans-bus-efektivs.a392472>

Samuel, R., Hupka-Brunner, S., Stalder, B.E., Bergman, M.M. (2011). Successful and unsuccessful intergenerational transfer of educational attainment on wellbeing in the Swiss youth cohort TREE. *Swiss Journal of Sociology*, 37, 1.

Vuckovic, N. (1999). Fast Relief: Buying Time with Medications. *Medical Anthropology Quarterly* 13, 1: 51–68. <https://doi.org/10.1525/maq.1999.13.1.51>

Wald, A., Muennig, P.A., O'Connell, K.A., Ewing Garber, C. (2014). Associations between Healthy Lifestyle Behaviors and Academic Performance in U.S. Undergraduates: A Secondary Analysis of the American College Health Association's National College Health Assessment II. *American Journal of Health Promotion* 28, 5: 298–305.
<https://doi.org/10.4278/ajhp.120518-quant-265>

Weller, S. (2016). Using Internet Video Calls in Qualitative (Longitudinal) Interviews: Some Implications for Rapport. *International Journal of Social Research Methodology* 20, 6: 613–625. <https://doi.org/10.1080/13645579.2016.1269505>

World Health Organization. (2005). *Atlas on Child and Adolescent Mental Health Resources – Global Concerns: Implications for the Future 2005*. Geneva: World Health Organization. Pieejams: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/43307>

World Health Organization. (2021). *Stay physically active during self-quarantine*. Pieejams: <https://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/publications-and-technical-guidance/noncommunicable-diseases/stay-physically-active-during-self-quarantine>