

Kako študentsko delo vpliva na študente – duševno zdravje in značilnosti delovnega mesta pri študentskem delu

Jerica Peric, Ivana Risojević, Jona Lara Šrajter Štravs

V raziskavi nas je zanimalo, kako se povezujejo značilnosti delovnega mesta, sociodemografske spremenljivke in duševno zdravje študentskega prebivalstva. Naš vzorec je vseboval 193 oseb (144 žensk, 45 moških in 4 osebe, ki niso opredelile svojega spola), študentov različnih študijskih stopenj. Ugotovile smo, da študentsko delo opravlja večina udeležencev. Večina jih ne dela z namenom razvoja veščin, temveč za preživetje – bodisi za nakup dobrin bodisi aktivnosti, ki izboljšujejo kakovost njihovega življenja. Vzrok za veliko količino dela so visoki življenjski stroški in pomanjkanje socialnih ukrepov, več dela pa študentom v stiski ne prinaša blagostanja, temveč se z njihovim duševnim zdravjem povezuje negativno. K temu prispevajo značilnosti delovnega mesta. Z duševnim zdravjem se najbolj pozitivno povezuje avtonomija, ki so jo študentje ocenili nižje od zaželene, negativno pa psihološki napor, ki so ga ocenili precej visoko. Duševno zdravje najbolj napoveduje socialna podpora na delovnem mestu. Na podlagi rezultatov predlagamo ukrepe na ravni države, ki bi preprečili delo zaradi preživetja ter izboljšali pravice študentov delavcev in zmanjšali možnosti za njihove kršitve. Prav tako predlagamo ukrepe na ravni univerze, ki bi olajšali usklajevanje dela in študija, dodajamo pa tudi predloge za individualno delo s študenti v največji stiski.

Uvod

Mnogi študentje ob študiju delajo, k čemur prispevajo različni dejavniki. Delo jim lahko predstavlja možnost razvijanja veščin, pridobivanja izkušenj in s tem izboljšanja svoje zaposljivosti ob vstopu na trg dela, vendar pa po drugi strani študentsko delo pogosto ni namenjeno kariernemu razvoju, temveč študentom predstavlja vir preživetja. Mnogi ga namreč opravljajo, da si pokrijejo temeljne življenjske stroške v času študija. Delo je zanje nuja, zato pogosto delajo zunaj svojega strokovnega področja. Poleg tega so zaradi atipične oblike zaposlitve in zakonske urejenosti, značilne za Slovenijo, še posebej takšni študentje pogosto podvrženi izkoriščanju in slabim delovnim razmeram, ki jih ne morejo zapustiti. V svoji raziskavi se bomo zato posvetile socialno-ekonomskim okoliščinam študentov in značilnostim njihovega delovnega mesta ter raziskale, kako se to povezuje z njihovim splošnim duševnim zdravjem.

Značilnosti delovnega mesta in duševno zdravje

Delovno mesto večini ljudi predstavlja okolje, kjer večji deli svojega življenja, večino dni v tednu, preživljajo polovico svojega budnega časa, zato ni nenavadno, da imajo lahko značilnosti delovnega okolja pomemben vpliv na posameznika. Karasek (1979) v okviru modela obremenitev na delovnem mestu poudarja dva vidika delovnega mesta, in sicer (psihološke) delovne zahteve na eni ter stopnjo nadzora pri svojem delu na drugi strani. Zahteve zajemajo čustvene, kognitivne ali mentalne pritiske na posameznika, nadzor pa se nanaša na priložnosti za vplivanje na delovne aktivnosti, uporabo ustvarjalnosti in spretnosti ter učenje novih spretnosti. Slednji je sestavljen iz avtonomije (tj. neodvisnost in svoboda pri delu) in avtoritete (tj. možnosti sprejemanja odločitev o svojem delu) ter s spretnostmi podprte presoje (angl. *skill discretion* – tj. raznovrstnost zahtevanih spretnosti in ustvarjalnosti) (Hoang idr., 2013). Karasek (1979) predpostavlja, da so obremenitve večje, če so delovne zahteve večje in stopnja nadzora manjša. Moderatorsko vlogo lahko igra socialna podpora nadrejenih, sodelavcev ali oseb zunaj službe. Podpora nadrejenih zmanjšuje negativne učinke delovnih obremenitev na zadovoljstvo z delom, podpora sodelavcev in zunanjih (prijatelji, družina itn.) pa zmanjšuje tudi negativne učinke na samo izvedbo dela. Pri tem naj spol, stopnja izobrazbe in klasifikacija delovnega mesta ne bi igrali nobene vloge (Sargent in Terry, 2000). Čeprav izvirni model izhaja s konca 70. let prejšnjega stoletja, je vredno poudariti, da ga sprejemajo

in uporabljajo tudi sodobni avtorji (npr. Häusser idr., 2010; Van Veldhoven in Xanthopoulou, 2010).

Siegrist (1996) kot pomembne za psihološke učinke poudarja drugačne vidike delovnega mesta, in sicer govori o odnosu med vloženim trudom in nagradami, kot so višje plače, napredovanja in stabilnost službe. Predpostavlja, da ima visok trud v povezavi z nizkimi nagradami lahko negativne zdravstvene učinke. Dodaja tudi dimenzijo pretirane zavzetosti pri delu, ki lahko predstavlja dodaten dejavnik tveganja.

I. Niedhammer in sodelavci (2006) ugotavljajo, da med psihološkimi zahtevami in duševnim zdravjem ni pomembnih povezav, se pa te kažejo med nizko stopnjo nadzora in negativnimi vplivi na duševno zdravje. Konkretnije, visoke psihološke zahteve se povezujejo z višjo ravno depresivnih simptomov pri moških. Pretekle študije so poleg povezav značilnosti delovnega mesta z duševnim zdravjem potrdile tudi povezave s kasnejšim psihološkim blagostanjem (npr. de Jonge idr., 2001).

Ureditev študentskega dela v Sloveniji

Študentsko delo je oblika začasne zaposlitve tistih, ki ob študiju delajo. V Sloveniji takšno delo lahko opravljajo vsi s statusom dijaka, študenta ali udeleženca izobraževanja odraslih, ki niso prijavljeni na Zavodu za zaposlovanje v evidenci brezposelnih oseb. Delo opravljajo na podlagi študentske napotnice, ki jo lahko dobijo pri enem izmed 16 registriranih študentskih servisov (Mladenović, 2023). Študentsko delo je kot oblika zaposlitve pogosta tako v Sloveniji kot tudi drugod po Evropi. V nekaterih državah imajo študentje glede na zadostno število opravljenih ur pravice, ki pripadajo redno zaposlenim, medtem ko so v Sloveniji brez kakršnihkoli pravic, ki bi jim kot drugim delavcem omogočale varno zaposlitev. Po zadnjih podatkih Ministrstva za izobraževanje, znanost in šport Republike Slovenije število študentov v Sloveniji za študijsko leto 2022/23 znaša 65.130. Leta 2022 je preko študentskega servisa delalo 41.000 oseb, študentje pa so predstavljali 4 % delovno aktivnega prebivalstva.

V raziskavi EUROSTUDENT (v Mladenović, 2023) so ugotovili, da je med letoma 2016 in 2018 kar 70 % anketiranih študentov opravljalo začasno ali redno delo v obsegu od 14 do 30 ur na teden. Študentje delavci imajo torej na trgu dela pomembno vlogo, vlaganje časa v delo pa vpliva tudi na njihov študijski proces. Slednje bo podrobneje opisano v nadaljevanju.

Delo za razvoj večšin

Študentska organizacija Slovenije (2020) povzema ključne razloge, zaradi katerih naj bi se študentje odločili za delo: »Študentsko delo je [...] ena izmed fleksibilnih oblik dela, namenjena specifično mladim, ki so vključeni v proces izobraževanja in si želijo vključitve na trg dela, tako iz finančnih razlogov kot zaradi pridobivanja delovnih izkušenj in kompetenc.« Opis precej točno izraža splošna družbena prepričanja o študentskem delu. Študentje naj bi delo opravljali, da razvijajo svoje kompetence in odkrivajo bodoče priložnosti za neizbežen vstop na trg dela, ob tem pa naj bi jim zaslužek omogočal tudi kritje življenjskih stroškov ali celo omogočil bolj razkošno življenje. Mnogi izmed avtorjev se osredotočajo na študente predvsem kot na delovno silo, ki jo lahko delodajalci razvijajo in uporabijo. Jakubović (2021) je na primer zapisala: »Študentsko delo mladim omogoča, da se seznanijo s trgom dela in tako pridobivajo potrebne izkušnje za svojo prvo zaposlitev po zaključku izobraževanja. Vsak delodajalec, ki je na trgu dela, želi, da je njegova organizacija čim bolj uspešna in učinkovita« (str. 13) Takšen pristop predpostavlja, da študentje na trgu sodelujejo zaradi lastnega interesa, od tega pa imajo korist tudi delodajalci, saj so mladi delavci zavzeti in motivirani. To poročajo tudi nekateri študentje, ki prepoznajo, da so tudi z opravljanjem nekvalificiranih del zunaj svoje stroke povečali svojo zaposljivost zaradi pridobivanja novega znanja, izkušenj in spoznavanja trga dela (Šoltes, 2020).

Delo zaradi finančne stiske

Študentje so družbena skupina s svojimi značilnostmi, med katere spadajo razvojni izzivi ter finančna in bivanjska negotovost. M. Šilc (2020) je v magistrski nalogi ugotovila, da je kar 61 % anketiranih študentov v preteklosti doživelo finančno stisko. 84 % teh anketarincev meni, da jim je ta povzročilo stres. Študentsko delo ni nujno zgolj poletna aktivnost, kot je to značilno za dijake, temveč posega tudi v čas pedagoškega leta. Avtorica je namreč poročala, da je 79 % anketirancev študentsko delo opravljalo med študijskim procesom na fakulteti, od česar jih je 85 % menilo, da so zaradi usklajevanja študentskega dela in študijskih obveznosti doživljali stres. Tisti, ki prejemajo štipendijo, so vsaj delno finančno razbremenjeni. Državna štipendija v Sloveniji v povprečju znaša 145,7 EUR (min = 62,5 EUR; max = 258,9 EUR) (Gov.si, 2024). Zoisova štipendija znaša 140 EUR, dodatek za bivanje 80 EUR, dodatek za študente s posebnimi potrebami 50 EUR,

dodatek za tujino pa 140 EUR (ŠRIPS, 2024). Vendar višina štipendije pogosto ne pokrije niti stroškov cene sobe v študentskem domu (ŠDL, 2024), če sploh ne upoštevamo drugih oblik bivanja, kot je najemanje na stanovanjskem trgu, študentska prehrana in druge potreščine. Študentsko delo torej ni nujno prostovoljna aktivnost za študente, ki želijo nadgrajevati svoje kompetence. Nasprotno – študentsko delo povečini predstavlja socialni korektiv, torej možnost, da si študentje iz šibkejših okolij z delom nadomestijo ekonomski primanjkljaj, zmanjšajo neenakosti ter si omogočijo financiranje študija in življenja. Ravno socioekonomska neenakost ob koncu mladostništva in v zgodnji odraslosti ima pri depriviligiranih študentih negativen vpliv na osamosvajanje, ki vključuje tudi zaključek študija in bodočo zaposlitev. Slabši materialni pogoji v družini vodijo v neenakost na področju šolanja in s tem v neenakost pri dostopu do služb ter pri stanovanjski problematiki. Vse od navedenega se negativno povezuje z duševnim zdravjem mladih (Podjed, 2022). Ravno v takšnih primerih študentsko delo ne predstavlja več začasnega in občasnega dela za razvijanje kompetenc, temveč redno in stalno delo, ki ga študentje opravljajo za omogočanje normalnega poteka študija in preživetje (Franca, 2019). Leta 2012 je slovenska vlada poleg tega podala odločitev, da tuji študentje nimajo več pravice prejemanja državnih štipendij (Brezar in Radilovič, 2022), s čimer je še dodatno negativno vplivala na njihovo finančno varnost ter posredno na duševno zdravje (Patel in Kleinman, 2003). Ta neprimeren ukrep na srečo ni več v veljavi.

Socialni korektiv ali izkoriščanje?

Kot omenjeno, nekatere analize kažejo, da študentsko delo v resnici opravlja funkcijo socialnega korektiva (Skvarča, 2018). Zaposlitev študentov lahko predstavlja vir socialne vključenosti, saj omogoča finančno neodvisnost, samostojnost, aktivno udeležbo v družbi, osebno izpolnjevanje, identiteto, pripadnost ipd. (Podjed, 2022). Vendar to velja zgolj, če služba omogoča varnost, stabilnost in ne vodi v izkoriščanje, ki študente v stiski potiska še globlje v socialno izključenost. Študije kažejo, da je stanje študentskega dela pogosto ravno takšno. Prva razlika v značilnostih delovnega mesta je očitna. Študentje imajo plačano samo urno postavko brez malice, prevoza, ne dobijo regresa in plačila za bolniško odsotnost ter dopust, pogosto imajo nižjo urno postavko kot redno zaposleni, njihova zaposlitev pa je negotova, saj jih lahko delodajalec kadarkoli odpusti (Mladenovič, 2023).

Marsikaterega izmed študentov ne moti, da mu delodajalec lahko v trenutku da odpoved, kar utemeljujejo s tem, da lahko oni storijo isto. Nismo podatkov o tem, koliko izmed študentov, ki jih velika negotovost dela moti, spada med socialno in ekonomsko ranljive. Študentsko delo ne omogoča nujno varnosti in stabilnosti. V Sloveniji na primer kar polovica študentov še živi pri svojih starših (Šoltes, 2020), čeprav jih dela skoraj 80 % (Šilc, 2020). Mladi so prikrajšani za številne pravice, ki bi jim pripadale, če bi sklenili redno delovno razmerje (Skvarča, 2018). Takšna oblika dela je atipična, nekateri pa jo primerjajo tudi s prekarno zaposlitvijo (Šoltes, 2020).

Študentske pravice so pogosto kršene

Delo ob študiju torej mladim vsaj delno omogoča razvoj veščin in finančno osamosvajanje, vendar je ob prednostih treba opozoriti tudi na izstopajočo problematiko kršenja pravic študentov delavcev. Med najpogostejše kršitve spadajo tiste v zvezi z delovnim časom (npr. nočno delo ali delo, ki presega 40 ur na teden), zaposlovanjem na črno (npr. delo brez napotnic), zapolnitvijo primanjkljajev delovne sile s študenti (npr. v primeru povečanega obsega dela) ali odsotnostjo redno zaposlenih na račun študentov (Antić, 2006). Delodajalci zaradi nižjih stroškov in fleksibilnosti pogosto raje zaposlijo študenta, kar vodi v namišljen ali podaljšan študentski status, ko bi delavcu že morala pripadati redna pogodba o zaposlitvi (Podjed, 2022). V Sloveniji, ki ima specifične značilnosti redne zaposlitvene pogodbe, ni še nihče raziskoval psiholoških dejavnikov, pod vplivom katerih študentje privolijo v takšne pogoje, a ob tem ne smemo zanemarjati dejstva, da marsikdaj nimajo izbire. To je razvidno iz neurejenega stanja in pomanjkljive zakonodaje, na katero v zvezi s študentskim delom opozarjajo strokovnjaki v Sloveniji in zunaj nje. Organi in institucije Evropske unije vse od leta 2011 pozivajo Slovenijo, naj z nacionalnimi programi uredi problem vzporednega trga dela, ki ga ustvarja študentsko delo (Skvarča, 2018).

Študentje prav tako pogosto ne opravljajo del v povezavi s svojim študijem, ki bi povečevala njihovo zaposljivost. Nasprotno, opravljajo manj kvalificirana dela, kot so natakarkstvo, gostinstvo, prodajalstvo ali druga priložnostna dela. Če opravljajo strokovna dela, to počnejo v manjšem obsegu in projektno. Strokovno delo je za študente bodisi preveč zahtevno, da bi ga lahko usklajevali s študijem, ali pa ga opravljajo osebe, ki so že študij že zaključile.

(Šoltes, 2020). Nasprotno pa študentje pogosto opravljajo tudi delo, za katero niso primerno usposobljeni tako kompetenčno (npr. nimajo ustreznih veščin) kot psihološko (npr. ne poznajo ustreznih reakcij v izrednih situacijah) (Franca, 2019). Nekatere raziskave poročajo, da mladi prepoznavajo pomanjkljivo vlogo, ki jo ima študentsko delo pri bodoči zaposlitvi. Menijo, da delovne izkušnje, ki jih pridobijo s študentskim delom, niso ključne za uspešnost pri iskanju dela. Namesto tega v ospredje postavljajo izobrazbo, strokovnost in poznanstva (Pucer, 2020).

Mencigar idr. (2024) podajajo zadnjo poglobljeno študijo Ministrstva za znanost, izobraževanje in šport iz leta 2018, v kateri so raziskali nekatere izmed spremenljivk, ki se nanašajo na opisano problematiko. Med drugim so ugotovili, da študentsko delo zaradi finančnih razlogov opravlja približno 50 % študentov, da študentje v povprečju delajo 14 ur na teden, da tretjina študentov ne dela na svojem strokovnem področju in da delo v splošnem opravljajo vse leto. V omenjeni raziskavi pa se niso dotaknili porekla študentov – tuji študentje so namreč posebna skupina, saj jim ne pripadajo enake socialne pravice kot slovenskim študentom, izziv pa jim predstavljajo tudi sociopsihološki dejavniki, kot je pomanjkanje socialne podpore, jezikovne ovire ipd.

Kolegi v sorodni raziskavi (Mencigar idr., 2024) so raziskovali zavzetost in subjektivno blagostanje študentov na delovnem mestu, same pa smo se v raziskavi osredotočile na materialne in sociodemografske značilnosti, ki soustvarjajo psihološke značilnosti študentov na delu. Če se študentje za delo ob študiju odločajo zaradi slabših materialnih pogojev, ga ne moremo dojemati in raziskovati (zgolj) kot nadgradnjo študija. Nasprotno – predstavlja delo, v katerega so študentje prisiljeni zaradi nizke socialne varnosti, ob tem pa postanejo zaradi pomanjkljivih zakonskih ureditev podvrženi izkoriščanju in neprimernim delovnim pogojem. Takšen pogled na študentsko delo je raziskan iz vidika socioekonomskih značilnosti študentov, manj pa poznamo značilnosti dela, za katerega se odločajo študentje v povezavi z njihovimi socioekonomskimi okoliščinami. Za bodočo razpravo o blagostanju študentov in njihovi umeščenosti na trg dela je treba razumeti, kako se značilnosti študentskih poklicev povezujejo z njihovim splošnim duševnim blagostanjem.

Cilji in namen raziskave

Pomembno se nam zdi razumeti, kako se socioekonomski pogoji študentov povezujejo z značilnostmi delovnega mesta in njihovim blagostanjem. S poznavanjem slednjega lahko pojasnimo, zakaj študentje kljub morebitnim slabim delovnim pogojem in/ali neskladnosti delovnega področja s študijsko smerjo vztrajajo v njih. Z raziskavo bomo prispevale k celostnemu razumevanju, zakaj in kako študentje opravljajo študentsko delo in kako lahko z ustrezno ureditvijo študentskega dela poskrbimo za blagostanje študentskega prebivalstva. Prav tako želimo izboljšati vsakdanje delovanje študentov, saj sta izobrazba in delo zelo pomembna dejavnika študentskega življenja. Cilj raziskave je pregledati in preveriti, kako značilnosti in pogoji študentskega dela vplivajo na subjektivno blagostanje študentskega prebivalstva.

Prva postavljena hipoteza (H1) je bila, da obstajajo razlike v številu opravljenih ur dela glede na sociodemografske spremenljivke – glede na bivanjsko situacijo (H1a), nujnost dela za preživetje (H1b) in (ne)prejemanje štipendije (H1c). Pri tem smo sklepale, da je potreben prihodek višji pri tistih, ki morajo za bivanje plačevati najemnino, nujno delati za temeljne življenjske stroške ali pa nadomestiti sredstva, ki jih kdo drug morda pokrije s štipendijo.

Postavile smo tudi neusmerjeno hipotezo, da se nujnost dela pomembno povezuje z duševnim zdravjem (H2), povezavo pa smo pričakovale iz več razlogov. Nujnost dela, da si študent pokrije temeljne življenjske stroške, je izraz šibkejše finančne situacije, ta pa se nadalje povezuje s slabšim duševnim zdravjem (Patel in Kleinman, 2003). Zaradi nuje po delu je tudi verjetnost, da bo študent vztrajal na delovnem mestu s slabšimi pogoji dela, višja, saj si verjetno težje privoščijo krajše obdobje brez dohodka, do česar bi najbrž prišlo ob menjavi dela.

Tretji sklop hipotez, ki smo si ga postavile (H3), se je nanašal na značilnosti dela kot napovednik duševnega zdravja. Predpostavile smo, da se psihološke zahteve z duševnim zdravjem povezujejo negativno (H3a), stopnja nadzora – avtonomija (H3b), socialna podpora na delu (H3c), stopnja nadzora – avtoriteta (H3d) in s spretnostmi podprta presoja (H3e) pa pozitivno. Pri tem smo izhajale iz dejstva, da so psihološke zahteve negativne, preostale tri dimenzije pa pozitivne značilnosti delovnega mesta ter s tem skladnih ugotovitev preteklih raziskav, ki poudarjajo vlogo dotičnih značilnosti za duševno zdravje (npr. Burns idr., 2016; Stansfeld in Candy, 2006).

Oblikovale smo tudi dve raziskovalni vprašanji. Zanimalo nas je, kako se z značilnostmi delovnega mesta povezuje nujnost dela ter kakšen je napovedni model duševnega zdravja na podlagi značilnosti delovnega mesta. Zaradi odsotnosti jasnih teoretičnih izhodišč na tem področju nismo postavile hipotez.

Metoda

Udeleženci

V vzorec smo vključile 193 posameznikov (144 žensk, 45 moških in 4 osebe, ki niso opredelile svojega spola), pri čemer jih je 37 delno izpolnilo vprašalnike. Pri analizi demografskih podatkov smo upoštevale vse udeležence, v analizo duševnega zdravja in značilnosti delovnega mesta pa smo vključile zgolj tiste, ki so izpolnili oba vprašalnika ($N = 157$). Ciljna skupina so bili tako študentje dodiplomske (50,7 %) kot magistrske stopnje (46,2 %) in drugi (3,1 % – npr. doktorat, višja strokovna šola, enoviti magistrski študiji), prihajali pa so iz različnih študijskih smeri – družboslovne (36,8 %), humanistične (22,3 %), naravoslovne (33,2 %) in drugih, npr. interdisciplinarni študiji (7,8 %). Da bi zajele čim bolj raznovrstne perspektive, smo vključile tako domače (91,2 %) kot tuje študente (3,6 %), pa tudi slovenske študente v tujini (5,2 %).

Pripomočki

V spletno anketo 1KA smo vključile dva vprašalnika: Vprašalnik duševnega zdravja MHC-SF (*Mental Health Continuum – Short Form*; Keyes, 2005) in Vprašalnik vsebine dela (*Job content questionnaire – JCQ*; Karasek idr., 1998). Z Vprašalnikom duševnega zdravja MHC-SF smo želele oceniti subjektivno blagostanje udeležencev – čustveno, socialno in psihološko blagostanje. Vrednost Cronbachovega Alfa koeficienta je 0,94, kar kaže na visoko notranjo zanesljivost (Avsec idr., 2022). Udeleženci so na lestvici od 0 (nikoli) do 5 (vsak dan) poročali o pogostosti doživljanja posameznih čustev (primer postavke: »V zadnjem mesecu sem se čutil/a poln/a življenja.«). Na drugi strani smo z Vprašalnikom vsebine dela JCQ preverjale naslednje značilnosti dela: stopnja nadzora, psihološke zahteve in duševna obremenitev, socialna podpora, fizične zahteve in nevarnost dela. Za Vprašalnik JCQ je koeficient notranje zanesljivosti sprejemljiv, in sicer

znaša 0,73 za ženski oz. 0,74 za moški del vzorca (Karasek idr., 1998). Anketiranci so na štiristopenjski lestvici (sploh se ne strinjam; ne strinjam se; strinjam se; popolnoma se strinjam) poročali o pogojih, v katerih delajo, in o priložnostih, ki jih dobijo na delovnem mestu. Primer postavke je: »Moja služba zahteva, da delam zelo hitro.« Vprašalnik smo za potrebe raziskave vzvratno prevedle, na koncu pa so ga preverili trije neodvisni ocenjevalci. Za potrebe izpolnjevanja vprašalnikov smo udeležence prosile, naj odgovarjajo v navezavi na svojo trenutno službo. V kolikor jih opravljajo več, smo jim predlagale, naj se osredotočijo na tisto, ki jo imajo za »glavno« in vanjo vložijo največ časa. S tem smo se želele izogniti dvosmiselnim odgovorom – v primeru, da bi bil določen udeleženec zadovoljen z enim delovnim mestom, z drugim pa ne.

Postopek

Med načrtovanjem vzorca smo se odločile, da želimo pridobiti udeležence iz različnih slovenskih fakultet in univerz. Določile smo, da okvirno razporejenost po fakultetah ugotavljamo z vprašanjem o študijski smeri (naravoslovna, družboslovna ali humanistična). Želele smo vključiti tako študente, ki delajo, kot tiste, ki ne. Za študentsko delo zunaj Slovenije velja drugačna zakonska ureditev, zato smo želele vključiti samo tiste, ki delajo v Sloveniji. Pri tem smo želele vključiti tudi tuje študente, ki so specifična demografska skupina. Kot zaželeno velikost vzorca smo določile 200 udeležencev.

Postopek zbiranja podatkov je potekal na portalu 1ka.si, in sicer smo vzorec pridobile z oglaševanjem na družbenih omrežjih (Instagram in Facebook) ter na spletni strani Psihologija dela. Povezavo do ankete smo poslale tudi e-Študentskemu servisu, s prošnjo, naj jo posredujejo študentom. Za posredovanje smo posebej prosile Univerzo v Mariboru in Univerzo na Primorskem. Med zbiranjem podatkov smo spremljale razporejenost po študijskih smereh in po metodi snežne kepe prosile študente specifičnih smeri, naj vprašalnik posredujejo svojim študijskim kolegom. Postopek je bil anonimen, vsi podatki pa uporabljeni le za namene te raziskave. Po zaključku zbiranja smo podatke najprej prečistile. Za analizo demografskih in ekonomskih okoliščin smo izbrisale vse tiste udeležence, ki niso izpolnili tega dela vprašalnika. Ustvarile pa smo dodaten filter za nadaljnjo analizo duševnega zdravja in značilnosti delovnega mesta, iz katerega smo izločile vse udeležence z manjkajočimi podatki na enem ali obeh vprašalnikih, in tiste z ekstremnimi vrednostmi. Po pregledu grafov in opisnih statistik, ki

so dali okvirni pregled podatkov, smo izvedle statistično analizo. Za preverjanje večine hipotez smo izvedle korelacijsko analizo, v zadnjem delu pa smo izvedle še hierarhično multiplo regresijo.

Rezultati in razprava

Značilnosti opravljanja dela ter štipendiranje, bivanjska situacija in nujnost dela

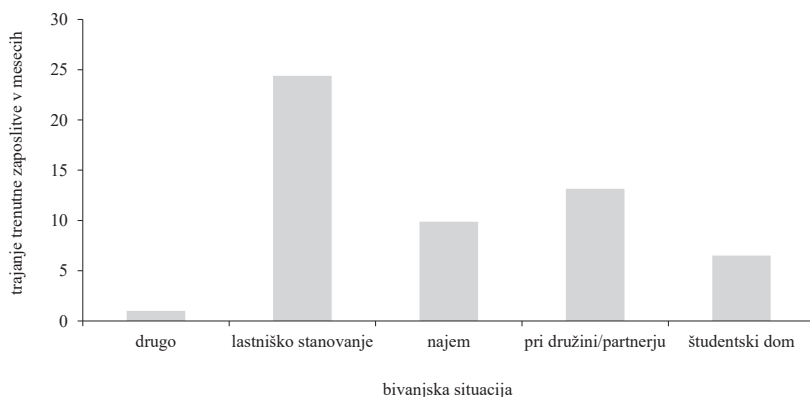
Udeleženci so poročali o štipendijah, ki jih prejema, o nujnosti dela, področju dela (delo znotraj ali zunaj študijske smeri) in bivanjski situaciji (življenje v primarni družini ali pri partnerju, v najemniškem stanovanju ali sobi, študentskem domu, v lastniškem stanovanju). 84,0 % ($N = 187$) študentov trenutno opravlja študentsko delo. Od tega jih 35,3 % dela, da si lahko privoščijo temeljno bivanjsko in finančno varnost, 41,2 %, da si lahko privoščijo življenjsko nenujne dobrine ali aktivnosti, le 7,5 % pa si slednje lahko privoščijo tudi brez dela. Študentje največ delajo poleti ($M = 31,9$ ur; $SD = 15,9$ ur), nekoliko manj med pedagoškim procesom ($M = 20,1$ ur; $SD = 11,6$ ur), najmanj pa med izpitnim obdobjem ($M = 14,5$ ur; $SD = 13,4$ ur).

Rezultati kažejo tudi, da 52 % anketiranih ($N = 157$) dela zunaj svoje stroke oz. študijskega področja. 51 % udeleženih študentov ne prejema štipendije, 38,9 % jih prejema državno štipendijo, 8,3 % Zoisovo štipendijo, 4,1 % pa kadrovske. Največja variabilnost se je pojavljala pri študentih, ki prejema kadrovske štipendije ($SD = 11,8$), ki je ne prejema ($SD = 11,0$) ali ki prejema državno štipendijo ($SD = 10,1$). Nekoliko manj je variiralo število opravljenih ur, ki jih opravijo Zoisovi štipendisti ($SD = 7,9$).

42 % udeležencev živi v najemniškem stanovanju ali sobi, 26,9 % pri primarni družini ali partnerju (kjer ne plačujejo najemnine), 25,9 % v študentskem domu, 4,7 % pa v lastniškem stanovanju (prav tako brez stroškov najemnine). Pri slednjih je bila variabilnost pri številu opravljenih ur največja ($SD = 14,4$). Študentom z lastniškim stanovanjem bodisi ni treba veliko (ali sploh) delati, saj izhajajo iz ekonomsko preskrbljene družine, ki jim pomaga urejati tudi bivanjsko situacijo, bodisi delajo tako veliko, da so si stanovanje lahko kupili sami. Povprečno trajanje opravljanja dela na trenutnem delovnem mestu, za katerega so izpolnjevali vprašalnik, je pri anketiranih študentih znašalo 13,4 meseca. Največ mesecev delovne dobe na trenutnem

delovnem mestu imajo tisti, ki si že lastijo stanovanje. To je skladno z navedenim opažanjem, da študentje z lastniškim stanovanjem tudi več delajo. Na splošno torej lahko daljša doba zaposlitve študentu omogoči več prihrankov, dolgotrajna zaposlitev na istem mestu pa potencialno prinese tudi povišico.

Slika 1: Trajanje delovne dobe na trenutnem delovnem mestu v mesecih glede na bivanjsko situacijo ($N = 139$).



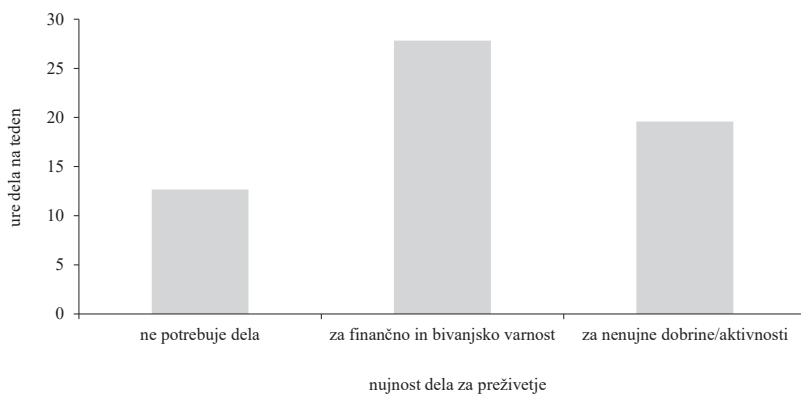
Medskupinske razlike v številu opravljenih ur dela glede na štipendiranje, bivanjsko situacijo in nujnost dela

Za izračun razlik med skupinami smo izračunale vsoto števila vseh ur, ki jih v tednu opravijo študentje med letom (med pedagoškim procesom, izpitnim obdobjem in poletnimi počitnicami). Shapiro-Wilkov test je pokazal, da porazdelitev vsote opravljenih ur ne odstopa pomembno od normalne ($N = 139$; $W = 0,98$; $p = 0,09$), zato smo uporabile enosmerno ANOVO za neparametrične spremenljivke.

Pokazale so se razlike med študenti glede na nujnost študentskega dela za preživetje, $X^2(2, N = 139; W = 29,0; p < ,001$). Največ razlik je bilo med tistimi, ki delajo za preživetje, in tistimi, ki delajo za nenujne dobrine oz. aktivnosti ($W = 6,27; p < ,001$), pa tudi med tistimi, ki delajo za preživetje, in tistimi, ki ne potrebujejo dela ($W = -5,9; p < ,001$). Študentje, ki delajo za svoje preživetje, med letom na teden opravijo veliko več ur od

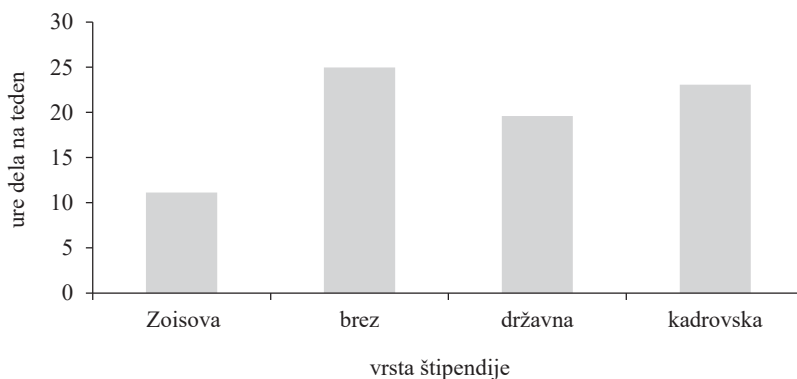
drugih dveh skupin ($M = 27,8$ ure; $SD = 8,6$ ure). Naslednja skupina, ki opravi največ ur, so študentje, ki delajo za nenujne dobrine ali aktivnosti ($M = 19,6$ ure; $SD = 11,1$ ure). Najmanj pa delajo študentje, ki jim dela za življenjsko (ne)nujne stvari ne bi bilo treba opravljati ($M = 12,7$ ure; $SD = 9,7$ ure).

Slika 2: Povprečno število opravljenih ur študentskega dela na teden med letom glede na nujnost dela za preživetje ($N = 139$).



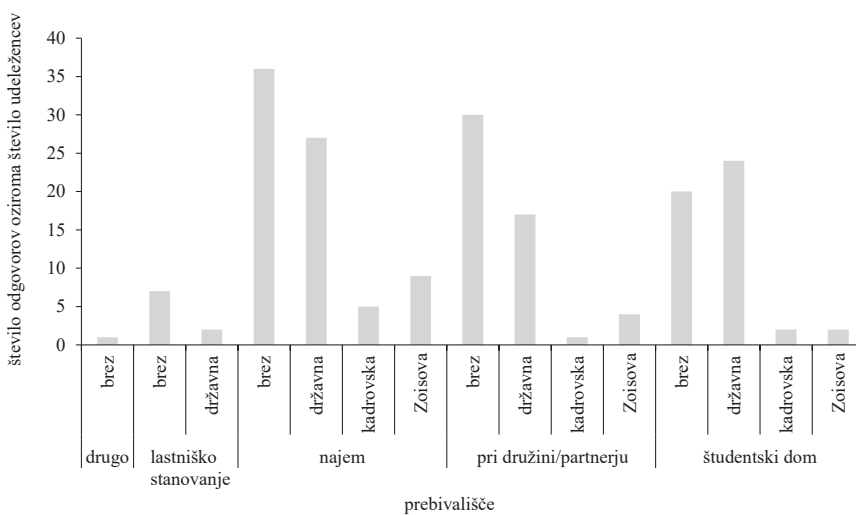
Med študenti so se pokazale tudi pomembne razlike glede prejetja študentskega dela, $\chi^2(3, N = 139) = 19,2; p < ,001$. Največ razlik je bilo med študenti, ki prejema Zoisovo štipendijo, in tistimi, ki sploh ne prejema ($W = -5,2; p < ,001$), in med študenti, ki prejema državno štipendijo, in tistimi, ki ne prejema ($W = -4,1; p = ,02$). Študentje, ki ne prejema študentskega dela, delajo največ ($M = 25,0$ ure; $SD = 11,0$ ure). Nekoliko manj delajo študentje, ki prejema kadrovske štipendije ($M = 23,1$ ure; $SD = 11,8$ ure). Sledijo študentje, ki prejema državno štipendijo ($M = 19,6$ ure; $SD = 10,1$ ure), najmanj pa delajo študentje, ki prejema Zoisovo štipendijo ($M = 11,1$ ure; $SD = 7,9$ ure).

Slika 3: Povprečno število opravljenih ur študentskega dela na teden glede na vrsto štipendije v roku enega leta.



Niso pa se pojavile razlike glede na bivanjsko situacijo, $\chi^2(4, N = 139) = 4,45; p = ,349$.

Slika 4: Število prejemnikov vsake vrste štipendije glede na bivanjsko situacijo.



Preverile smo tudi morebitne razlike na nekaterih drugih področjih. Med spoli se niso pojavile razlike v povprečnem številu opravljenih ur, $\chi^2(2, N = 139) = 3,11$; $p = ,211$. Prav tako nismo odkrile razlik v povprečnem številu opravljenih ur glede na to, ali študentje delajo na svojem študijskem področju ali ne, $\chi^2(1, N = 157) = 0,03$; $p = ,85$.

Značilnosti dela se povezujejo z duševnim zdravjem

Pred analizo smo preverile predpostavke za parametrične preizkuse. Po odstranitvi osamelcev se je skupni rezultat vprašalnika za duševno zdravje MHC-SF porazdeljeval normalno ($N = 151$; $Spl = -,43$; $As = -,02$). Shapiro-Wilkov test je pokazal, da porazdelitev ne odstopa pomembno od normalne ($W = 1,0$; $p = ,39$).

V nasprotju s tem so podatki na dimenzijah vprašalnika JCQ v večini odstopali od normalne porazdelitve, zato smo v nadaljevanju uporabile neparametrične preizkuse. Za preverjanje povezave med spremenljivkami smo uporabile Spearmanov ρ .

Tabela 1: Opisne statistike dimenzij vprašalnika JCQ

	N	M	Med	SD	Min	Max	Shapiro-Wilkov test normalnosti	
							W	p
Avtonomija	151	2,58	2,63	0,60	1,00	4,00	0,99	0,11
Socialna podpora	151	3,00	3,00	0,55	1,50	4,00	0,98	0,03*
Psihološke zahteve	151	2,35	2,38	0,54	1,00	3,88	0,98	0,01**
S spretnostmi podprta presoja	151	2,62	2,60	0,72	1,00	4,00	0,98	0,02*
Avtoriteta	151	2,33	2,25	0,68	1,00	3,75	0,97	0,01**

Opombi. ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$.

Tabela 2: *Korelacijska matrika povezav med skupnim rezultatom na vprašalniku MHC in posameznimi dimenzijami vprašalnika JCQ za testiranje enosmerne hipoteze pozitivne povezanosti*

		Avtonomija	Socialna podpora	S spretnostmi podprta presoja	Avtoriteta
MHC	Pearsonov r	0,34***	0,39***	0,22**	0,30***
	<i>df</i>	149	149	149	149
	<i>p</i>	< 0,001	< 0,001	0,004	< 0,001

Opombi. ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$.

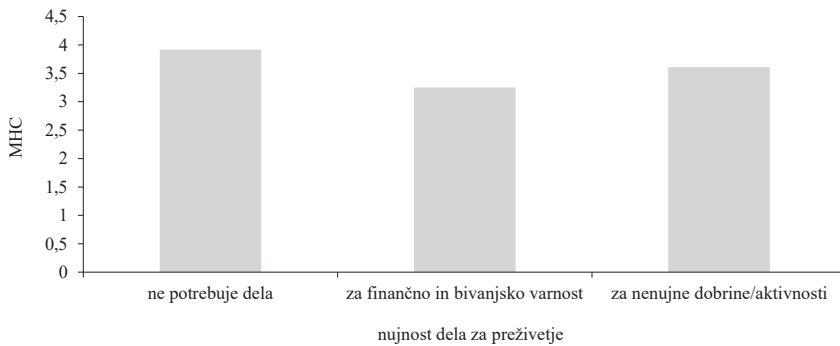
Povezava med vsemi spremenljivkami je statistično pomembna. Z duševnim zdravjem so pozitivno povezane tiste značilnosti delovnega mesta, ki so zaželeno. Duševno zdravje se je najbolj povezovalo s socialno podporo, nekoliko manj z avtonomijo, še manj z avtoriteto in najmanj s spretnostmi podprto presojo. Nasprotno pa se z duševnim zdravjem negativno povezuje dimenzija psihološke zahteve, ki za delavce predstavlja vir stresa. Tudi ta povezava se je izkazala za statistično značilno ($r = -,26$; $p < 0,005$).

Povezava med duševnim zdravjem in nujnostjo dela

Zanimalo nas je tudi, kako se z duševnim zdravjem, številom opravljenih delovnih ur in značilnostmi delovnega mesta povezujejo sociodemografske spremenljivke. Nujnost dela se je v obeh primerih pokazala kot statistično značilna.

ANOVA je pokazala pomemben učinek nujnosti dela na duševno zdravje ($F(2) = 3,86$; $p = 0,023$). Potrdile smo torej hipotezo H2, da se nujnost dela pomembno povezuje z duševnim zdravjem. Največ delajo študentje, ki potrebujejo finančno in bivanjsko varnost, nekoliko manj tisti, ki delajo za nenujne dobrine in aktivnosti, najmanj pa tisti, ki dela ne potrebujejo (slika 2). Če predpostavljamo, da študentsko delo opravlja funkcijo socialnega korektiva, bi morali študentje, ki zaradi nujnosti več delajo, doseči podobne rezultate kot preostali. Dodatno delo naj bi jim namreč omogočilo finančno in bivanjsko samostojnost, udeležbo v družbi, izpopolnjevanje ipd. (Podjed, 2022; Skvarča, 2018). Vendar rezultati kažejo, da to ne drži. Študentje, ki delajo največ, poročajo o najslabšem duševnem zdravju, tisti, ki delajo najmanj, pa o najboljšem.

Slika 5: Rezultat na lestvici duševnega zdravja glede na nujnost dela.



Ravno nujnost dela zaradi finančne stiske je ena izmed spremenljivk, ki pomembno vpliva na veliko število študentov (Šilc, 2020). Zato očitno študentsko delo ne opravlja funkcije socialnega korektiva v zadostni meri, če sploh. Namesto tega na študentsko prebivalstvo negativno vpliva ne-varna, nestabilna in zahtevna narava delovnega razmerja. Ta morda na njih vpliva intenzivneje, ker zaradi finančne stiske nimajo izbire za (ne) opravljanje dela (Franca; 2019; Skvarča, 2018; Šoltes, 2020). Za razumevanje tega, kaj pri študentskem delu negativno vpliva na študente, ki ga pogosteje opravljajo, smo raziskale tudi povezave med duševnim zdravjem in značilnostmi dela.

Povezava med značilnostmi delovnega mesta in nujnostjo opravljanja dela

Za preverjanje razlik na dimenzijah značilnosti delovnega mesta glede na nujnost opravljanja dela smo uporabile Kruskal-Wallisov H test.

Tabela 3: Dimenzije značilnosti delovnega mesta glede na nujnost opravljanja dela

	χ^2	<i>df</i>	<i>p</i>
Stopnja nadzora – avtonomija	12,731	2	0,002**
Socialna podpora	0,380	2	0,827
Psihološke zahteve	18,082	2	<,001**
S spretnostmi podprta presoja	1,287	2	0,525
Stopnja nadzora – avtoriteta	2,548	2	0,280

Opombi. ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$.

Ugotovile smo, da ima nujnost dela pomemben učinek za značilnosti delovnega mesta: avtonomija in psihološki napor, ne pa za preostale (tabela 3). Zato smo podrobneje preverile porazdelitev dobljenih rezultatov (tabela 4). Izkazalo se je, da tisti, ki delajo za lastno preživetje, doživljajo pomembno več psihološkega napora kot drugi dve skupini, poleg tega pa imajo na delovnem mestu veliko manj avtonomije.

Tabela 4: Opisne spremenljivke nujnosti dela glede na psihološke zahteve in avtonomijo

	Nujnost	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>
Psihološke zahteve	delo za nenujne dobrine/aktivnosti	80	2,23	0,497	1,00	3,38
	delo za finančno in bivanjsko varnost	58	2,59	0,516	1,00	3,88
	ne potrebujejo dela	13	2,04	0,516	1,25	2,75
Avtonomija	delo za nenujne dobrine/aktivnosti	80	2,73	0,512	1,38	3,88
	delo za finančno in bivanjsko varnost	58	2,34	0,661	1,00	3,63
	ne potrebujejo dela	13	2,70	0,483	2,13	4,00

Vemo, da študentje v največji finančni stiski delajo največ ur na teden, prav tako imajo najslabše duševno zdravje. Sklepamo lahko torej, da nimajo vedno časa in zmožnosti za iskanje novega delovnega mesta, zaradi česar pogosteje privolijo v slabše delovne razmere. Manj kvalificirano delo, za katerega so značilne slabše delovne razmere, je poleg tega lažje usklajevati s študijem (Šoltes, 2020). Prav tako marsikateri izmed študentov ne vidi smisla v neprestanem iskanju nove in boljše zaposlitve.

Neugodne delovne razmere so namreč značilne za večino študentskega dela. Raziskovale smo samo trenutno zaposlitev, zato je mogoče, da so študentje v preteklosti že preizkusili različne poklice, pri katerih so imeli nizko urno postavko, negotovo naravo zaposlitve ter slabe delovne pogoje (Mladenović, 2023), dokler se niso preprosto ustalili. Ponovno smo prikazale tudi psihološko zahtevnost dela študentov – ti med študijem še nimajo dovolj razvitih kompetenc za spoprijemanje z obremenitvami dela, zaradi časovne ali kakšne druge stiske pa morda nimajo možnosti za kakovosten strokovni razvoj. Zato pogosto opravljajo podobna dela kot njihovi redno zaposleni sodelavci, kar zaradi pomanjkanja nujnih kompetenc in izkušenj negativno vpliva na njihov psihološki napor (Franca, 2019). To je še posebej pričakovano, če študentje poleg tega na delovnem mestu nimajo avtonomije, ki je ključna za uspešen razvoj strokovnih veščin (Karasek, 1979).

Napovedovanje duševnega zdravja glede na značilnosti delovnega mesta

Izvedle smo tudi hierarhično multiplo regresijo za napoved duševnega zdravja z značilnostmi delovnega mesta (tabeli 5 in 6).

Tabela 5: *Mere privilegija modelov*

Model	R	R ²	Prilagojen R ²	Privilegije			
				F	df1	df2	p
1	0,403	0,162	0,154	19,00	1	98	<,001**
2	0,499	0,249	0,233	16,04	2	97	<,001**
3	0,520	0,270	0,248	11,86	3	96	<,001**
4	0,524	0,275	0,244	8,99	4	95	<,001**
5	0,526	0,276	0,238	7,18	5	94	<,001**
6	0,526	0,276	0,230	5,92	6	93	<,001**
7	0,542	0,294	0,241	5,48	7	92	<,001**

Opombe. ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$; model 1 = socialna podpora, model 2 = z dodatkom avtonomije, model 3 = z dodatkom psiholoških zahtev, model 4 = z dodatkom avtoritete, model 5 = z dodatkom s spretnostmi podprte presoje, model 6 = z dodatkom vsote opravljenih ur na leto, model 7 = z dodatkom delovne dobe.

Tabela 6: Primerjava med modeli

Primerjava							
Model	Model	ΔR^2	F	$df1$	$df2$	p	
1	- 2	0,09	11,13	1	97	0,001**	
2	- 3	0,02	2,88	1	96	0,093	
3	- 4	0,00	0,56	1	95	0,457	
4	- 5	0,00	0,22	1	94	0,642	
5	- 6	0,00	0,01	1	93	0,928	
6	- 7	0,02	2,33	1	92	0,130	

Opombi. ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$.

Variiranje duševnega zdravja med udeleženci lahko najbolje opišemo s socialno podporo na delu in avtonomijo. Ti dve dimenziji sta edini, ki statistično pomembno prispevata k pojasnjevanju variance. Skupaj sta skupaj pojasnili 23,3 % variance spremenljivke duševnega zdravja.

Skladno s pričakovanji se je pokazala povezava med nujnostjo dela in (ne) prejemanjem štipendije ter številom ur dela, kar smo predpostavljale v potrjenih hipotezah H1b in H1c. Tako v povprečju delajo več študentje, ki morajo nujno delati za zagotovitev temeljne bivanjske varnosti, kot tudi tisti, ki ne prejemajo štipendije oz. prejemajo nižjo. To je smiselno, saj ti posamezniki potrebujejo večji prihodek od lastnega dela, manj ali nič priliva pa jim predstavlja štipendija. Pri tem izstopajo študentje, ki prejemajo kadrovske štipendije. V to skupino je spadala večina študentov, ki na trenutnem delovnem mestu dela največ mesecev. Za te študente je torej služba bolj redne narave in opravijo več ur dela na teden.

V nasprotju s pričakovanji pa se niso pojavile razlike v številu ur dela glede na bivanjsko situacijo ($X^2(4, N = 139) = 4,45$; $p = 0,349$). S tem smo ovrgle hipotezo H1a. Študent, ki živi npr. v najemniškem stanovanju, naj bi imel več stroškov, zaradi česar bi potreboval več opravljenih ur dela ter obratno. Vendar analiza rezultatov kaže, da tistih razlik sploh ni ter da količina dela ni odvisna od tega, ali študent živi pri starših ali v najemniški sobi. Na tem področju smo prišle tudi do drugačnih rezultatov kot J. Šoltes (2020), ki je poročala, da večina mladih še vedno živi pri svojih starših. Največ študentov z državno štipendijo najema stanovanje, tako kot to dela največ oseb brez štipendije (slika 4). Najbrž na to vpliva tudi negotova bivanjska situacija v študijskih središčih na splošno, saj je postelj v študentskih domovih

premalo – kapacitete bi bilo treba povečati vsaj za 25 % (STA, 2023). Bolj primerna bi bila torej interpretacija študentskega dela kot socialnega korektiva (Skvarča, 2018). Študentje zaradi višine življenjskih stroškov sploh nimajo možnosti za bivanjsko samostojnost – tako tisti, ki še vedno živijo pri starših, z delom pokrivajo preostale stroške poleg stanovanjskih.

Potrdile smo vseh pet hipotez H3, ki se nanašajo na značilnosti dela kot napovednik duševnega zdravja, naši rezultati pa so skladni z ugotovitvami preteklih raziskav. Stansfeld in Candy (2006) v metaanalizi poudarjata vlogo psihosocialnega delovnega okolja pri posameznikovem duševnem zdravju. Njun pregled kaže, da nizka socialna podpora, nizka stopnja nadzora in visoke psihološke zahteve napovedujejo motnje v duševnem zdravju. Podobno se v literaturi kaže pri s spretnostmi podprti presoji, ki se, v kolikor je majhna, pozitivno povezuje s čustveno izčrpanostjo in depersonalizacijo (Rafferty idr., 2001).

Kakor Sargent in Terry (2000) smo torej tudi same odkrile velik pomen socialne podpore za duševno zdravje delavcev. Kot sta zapisala avtorja, je zadostna socialna podpora zmanjšala druge negativne učinke na delovnem mestu. Socialna podpora je bila v rezultatih tudi najvišje ocenjena značilnost delovnega mesta, ocenjena nekoliko nadpovprečno. Poleg tega ima srednje majhno variabilnost ($M = 3,00$; $SD = 0,54$).

Avtonomija in s spretnostmi podprta presoja sta bili ocenjeni nekoliko nadpovprečno, psihološke zahteve in avtoriteta pa nekoliko podpovprečno. Rezultati v splošnem kažejo, da značilnosti študentskih delovnih mest niso ravno optimalne, saj naj bi bili rezultati na lestvicah z izjemo psiholoških zahtev čim višji (Karasek, 1979). Do odstopanj rezultatov od siceršnjih povprečij najverjetneje prihaja, ker je vprašalnik tipično uporabljen na redno zaposlenih, ki imajo več časa za posvečanje svojemu delu, saj jim ga ni treba usklajevati s študijskimi obveznostmi (Šilc, 2020), prav tako pa študentje, kot omenjeno, večinoma opravljajo dela, ki zahtevajo manjšo kvalificiranost in manj razvoja veščin (Šoltes, 2020). Nizka povprečja pozitivnih značilnosti delovnega mesta kažejo, da študentje delavci s svojimi prepričanji in prepričanji vodstva študentskih servisov pogosto ne pridobivajo veščin in delovnih izkušenj, ki bi v prihodnje izboljšale njihov položaj na trgu dela (Jakubovič, 2021; Šoltes, 2020; ŠOS, 2020). Njihove delovne značilnosti strokovnega razvoja torej ne spodbujajo v zadostni meri.

Prav tako se je izkazalo, da v nasprotju z demografskimi značilnostmi z značilnostmi delovnega mesta ne moremo z gotovostjo napovedati duševnega

zdravja študentov. Kot smo predvidevale, je poskus razlage blagostanja študentskega prebivalstva zgolj preko značilnosti dela skop in nezadosten, saj opravljanja dela ne moremo ločiti od socioekonomske študentske situacije. Psihološke zahteve se torej z duševnim zdravjem študentov povezujejo pomembno negativno, avtonomija pa pomembno pozitivno, vendar s spreminjanjem teh dveh značilnosti najverjetneje ne moremo pomembno vplivati na duševno zdravje. Vpliv značilnosti delovnega mesta lahko nekoliko medijira socialna podpora, ki jo doživljajo študentje delavci (Karasek, 1979), vendar tudi ta služi večinoma kot blažilni dejavnik negativnih bivanjskih in delovnih razmer.

Omejitve raziskovanja

Prva opaznejša omejitev naše raziskave je reprezentativnost vzorca – zaradi nizke udeleženiosti tujih študentov rezultate nanje težko posplošimo. Prav tako bi lahko izbrale boljši način vzorčenja. Obstaja namreč možnost, da ni segel dovolj daleč zunaj naših osebnih krogov prijateljev/znancev ter tako ni zajel študentov v manj ali bolj privilegiranih položajih od nas samih in neposrednih študijskih kolegov. Če bi bilo časa za izvedbo več, bi se vzorčenja lotile širše, tako z vidika bolj reprezentativnega pokrivanja posameznikov vseh socioekonomskih ozadij kot tudi z vidika vključenosti tujih študentov. Omejitev je tudi ta, da nismo nadzorovale morebitnih pomembnih dejavnikov, ki lahko vplivajo na duševno zdravje študentov, kot so stopnja finančne podpore, ki jo prejmejo od družine, ali osebne lastnosti (npr. rezilientnost). Prav tako bi poudarile, da so se udeleženci za potrebe izpolnjevanja osredotočili zgolj na eno službo. Študentsko delo kot oblika dela omogoča opravljanje več služb hkrati, zato je smiselno predpostavljati, da vsaj del udeležencev opravlja več del. S tem, ko smo jih prosile, naj se omejijo le na eno, smo morda zanemarile pomembne značilnosti njihovih drugih delovnih mest, ki lahko igrajo vlogo pri vplivu na duševno zdravje študentov ali zagotavljanju njihove finančne preskrbljenosti.

Zaključek

V raziskavi smo ugotovile, da študentsko delo opravlja velik del študentskega prebivalstva, ki se za delo pogosto odloči zaradi finančne stiske, v povprečju pa dela v obsegu polovičnega delovnika. Za veliko večino študentov je delo bodisi nujno za preživetje bodisi si z njim zagotavljajo tiste dobrine in aktivnosti, ki izboljšujejo kakovost njihovega življenja in pozitivno

vplivajo na njihovo blagostanje. Študentsko delo ne opravlja vloge socialnega korektiva, saj študentje v večji socialni stiski delajo več, kljub temu pa imajo slabše duševno zdravje. Prav tako značilnosti delovnega mesta študentom pretežno ne omogočajo krepitve njihovih veščin, s katerimi bi nadgradili svoje strokovno znanje. Na to najbolj negativno vpliva primanjkljaj avtonomije, ki se sicer z duševnim zdravjem povezuje pozitivno, ter visok psihološki napor, ki se z njim povezuje negativno. Njihovo veliko blagostanje napoveduje socialna podpora, ki je v splošnem prisotna med študenti delavci.

Prenos v prakso

Ob upoštevanju velikega števila študentov, ki hkrati delajo in študirajo, menimo, da bi bilo mogoče – čeprav morajo tudi fakultete slediti pravilom in protokolom – boljše in učinkoviteje uskladiti urnike dela in fakultete. Študentje pogosto niso sposobni izpolniti svojih akademskih obveznosti ali pa so prisiljeni delati manj, da bi jih izpolnili, zaradi česar se pojavlja potreba po ozaveščanju proforskega kadra o nujnosti dela študentskega prebivalstva. Verjamemo, da bi pri študentih, ki delajo za preživetje, kader na fakulteti lahko pokazal več razumevanja in prilagodljivosti, na primer dovolil večje število izostankov študentom, ki potrebujejo delo, še posebej, če bi se jim približala in pojasnila njihova finančna situacija.

Vsaka fakulteta od svojih študentov zahteva omejeno obdobje opravljene prakse, kar tistemu delu prebivalstva, ki hkrati dela, predstavlja še dodatno obveznost, za katero mora nameniti energijo in čas. Zato predlagamo tudi prizadevanje za čim večjo združitev prakse in študentskega dela, v kolikor delo poteka na ustreznem področju. Študentom bi lahko že med študijem pomagali pri iskanju primerne delovnega mesta ter omogočili opravljanje prakse pred zaključkom študija. S tem bi zagotovili finančno podporo in strokovno izpopolnjevanje iz istega vira hkrati ter zajeli več potreb študentov in jim omogočili tako strokovni razvoj kot tudi zaslužek.

Ob dejstvu, da študentsko delo opravlja velika večina študentov v obsegu polovičnega rednega delovnika, ti rezultati nikakor niso zanemarljivi in podpirajo pozive, da je študentsko delo področje, ki ga je nujno treba urejati na nacionalni ravni in ki ne sme biti prepuščeno vsakemu delodajalcu posebej. Pristojne državne institucije bi morale vrniti štipendije tujim študentom, ki jim je trenutno popolnoma odvzeta kakršnakoli možnost finančne podpore države, zaradi česar se jih več odloči za delo v večjem časovnem

obsegu. Ustrezno bi morale skrbeti tudi za višino štipendije, ki zadošča življenjskim stroškom, in za usklajevanje štipendij z inflacijo. Prav tako bi bilo treba ustrezneje prilagoditi in/ali znižati cene namestitev in zagotoviti zadostno število postelj v študentskih domovih.

Če pogledamo sosednje države v EU, lahko opazimo, da se njihovi zakoni o študentskem delu precej razlikujejo od slovenskih – študentje uživajo vse pravice redno zaposlenih, hkrati pa ohranjajo status študenta. Takšna ureditev mladim nudi občutek varnosti, kar ima lahko pozitiven učinek na njihovo blagostanje in splošno vsakodnevno delovanje. Država bi morala ne le opredeliti pravice, ki pripadajo študentom, temveč tudi povečati nadzor nad delodajalci in poskrbeti za zmanjševanje kršitev v odnosu do študentov delavcev. Nazadnje bi bilo ustrezno delati v smeri prehoda iz študentskega dela kot agencijskega v ukinitve študentskih servisov in sprejetje ustrežnejše ureditve.

Ob sistemskem reševanju problemov študentov delavcev predlagamo ukrepe za blaženje negativnih posledic. Mednje spada ozaveščanje mladih o praktičnih vidikih in večinah za obvladovanje svoje finančne situacije, hkrati pa ustrezno brezplačno psihološko pomoč, npr. v obliki študentske svetovalnice, ki bi minimizirala negativne učinke finančne stiske na duševno zdravje.

Literatura

- Antić, K. (2006). Študentsko delo in zaposlovanje mladih [diplomsko delo]. <http://dk.fdv.uni-lj.si/dela/Antic-Katarina.PDF>
- Avsec, A., Kavčič, T. in Zager Kocjan, G. (2022). *Psihologija subjektivnega blagostanja: znanstvena spoznanja o sreči*. Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta.
- Bakker, A. B., Van Veldhoven, M. in Xanthopoulou, D. (2010). Beyond the Demand-Control model. *Journal of Personnel Psychology*, 9(1), 3–16. <https://doi.org/10.1027/1866-5888/a000006>
- Franca, V. (2019). Tveganja za prekarnost pri študentskem delu. *Delavci in delodajalci*, 19(2/3), 299–318. <http://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:doc-NAGXQC98>
- Franca, V. (2020). Študentsko delo. V Šoltes idr., *Prekarno delo. Multidisciplinarna analiza*. Pravna fakulteta.
- Gov.si. (2024). *Državna štipendija*. <https://www.gov.si/teme/drzavna-stipendija/>
- Hoang, G. T., Corbière, M., Negrini, A., Khue, P. M. in Reinharz, D. (2013). Validation of the Karasek-Job content Questionnaire to measure job strain in Vietnam. *Psychological Reports*, 113(2), 363–379. <https://doi.org/10.2466/01.03.pr0.113x20z3>
- Häusser, J. A., Mojzisch, A., Niesel, M. in Schulz-Hardt, S. (2010). Ten years on: A review of recent research on the Job Demand–Control (-Support) model and psychological well-being. *Work & Stress*, 24(1), 1–35. <https://doi.org/10.1080/02678371003683747>

- De Jonge, J., Dormann, C., Janssen, P. P., Dollard, M. F., Landeweerd, J. A. in Nijhuis, F. J. (2001). Testing reciprocal relationships between job characteristics and psychological well-being: A cross-lagged structural equation model. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 74(1), 29–46. <https://doi.org/10.1348/096317901167217>
- Karasek, R. A. (1979). Job demands, job decision latitude, and mental strain: Implications for job redesign. *Administrative Science Quarterly*, 24(2), 285–308. <https://doi.org/10.2307/2392498>
- Mladenović, J. (2023). »Študirati ali delati?« Profilm mladib, ki opravljajo študentsko delo [magistrsko delo]. <https://revis.openscience.si/IzpisGradiva.php?id=9790&clang=slv>
- Niedhammer, I., David, S. in Degioanni, S. (2006). Association between workplace bullying and depressive symptoms in the French working population. *Journal of Psychosomatic Research*, 61(2), 251–259. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2006.03.051>
- Podjed, K. (2022). Vloga študentskega dela v povezavi z družbeno ranljivo-stjo študentov [diplomsko delo]. <https://repozitorij.uni-lj.si/Dokument.php?id=159351&clang=slv>
- Pucer, K. (2020). Študentsko delo da ali ne: Primerjava kompetenc pri študentih [diplomsko delo]. https://www.ediplome.fm-kp.si/Pucer_Kristina_20200204.pdf
- Radilovič, H. in Brezar, B. (2022). »Čigavi študenti smo, če ne vaši«: Sodobni boj za pravice »tujih« študentov v Sloveniji. *Andragoška spoznanja*, 28(2), 65–85. <https://doi.org/10.4312/as/11172>
- Sargent, L. D. in Terry, D. J. (2000). The moderating role of social support in Karasek's job strain model. *Work & Stress*, 14(3), 245–261. <https://doi.org/10.1080/02678370010025568>
- Siegrist, J. (1996). Adverse health effects of high-effort/low-reward conditions. *Journal of Occupational Health Psychology*, 1(1), 27–41. <https://doi.org/10.1037/1076-8998.1.1.27>
- Skvarča, N. (2018). *Obstoj delovnega razmerja in študentsko delo* [magistrsko delo]. <https://revis.openscience.si/IzpisGradiva.php?id=5533>
- STA. (2023). Študentskih postelj premalo: obnove in novogradnje, a kdaj in kje? 24 ur. <https://www.24ur.com/novice/slovenija/studentskih-postelj-premalo-obnove-in-novogradnje-a-kdaj-in-kje.html>
- Stansfeld, S. in Candy, B. (2006). Psychosocial work environment and mental health—a meta-analytic review. *Scandinavian Journal of Work, Environment & Health*, 32(6), 443–462. <https://doi.org/10.5271/sjweh.1050>
- ŠDL. (2024). *Ceniki stroškov bivanja*. <https://www.stud-dom-lj.si/lokacije-in-ceniki/ceniki-stroskov-bivanja/>
- Šilc, M. (2020). Povezanost med doživljanjem finančne stiske in doživljanjem stresa med študentsko populacijo [diplomsko delo]. <https://egradiva.fsd.uni-lj.si/ediplome/senddoc/2782>
- Šilc, M. (2022). Stres med študentsko populacijo [diplomsko delo]. <https://repozitorij.uni-lj.si/Dokument.php?id=157445&clang=slv>
- Šoltes, J. (2020). Študentsko delo kot primer prekarnega dela [diplomsko delo]. <https://repozitorij.uni-lj.si/Dokument.php?id=131148&clang=slv>
- ŠRIPS. (2024). *Zoisova štipendija*. <https://www.srips-rs.si/stipendije/zois>

HOW DOES STUDENT WORK AFFECT STUDENTS – MENTAL HEALTH AND JOB CHARACTERISTICS IN STUDENT WORK

In our research, we were interested in how the characteristics of the workplace, sociodemographic variables, and the mental health of the student population are interconnected. Our sample consisted of 193 individuals (144 women, 45 men, and four individuals who did not identify their gender), all students from various academic levels and fields of study. We found that most of the student population has a job, with most not working for skills development but rather to cover either the basic costs of living or additional goods or activities that enhance their quality of life. The primary reasons for extensive work are high living costs and a lack of social measures. However, for students in financial hardship, increased work does not contribute to well-being, but instead correlates negatively with their mental health. This is influenced by the characteristics of the job. Autonomy had the most positive association with mental health, rated lower than desired by students, whereas psychological demands were negatively associated and were rated considerably high. The best predictor of mental health is social support in the workplace. Based on the results, we propose state-level measures to prevent students being forced to work to cover basic necessities, enhance the rights of student workers, and reduce the likelihood of the violation of these rights. Additionally, we suggest university-level measures to facilitate the work-study balance and recommendations for individual support for students facing the most severe financial challenges.