

Georgia



VOLU-MENT

Mental Health Through Volunteering

NARRATIVE REPORT AND ACTION PLAN THE STATE OF YOUTH VOLUNTEERING IN GEORGIA

30th April, 2026, Youth Association Droni



Co-funded by
the European Union

2026
Youth Association Droni

Author: Ana Katsiashvili
Responsible publisher: Youth Association Droni
Design, layout: Paula Rocha, Embaixada Juventude



This publication was produced with the support of the European Union, within the framework of the project entitled “VOLU-MENT – Mental Health Through Volunteering” (Project ID: 2024-2-HU01- KA220-YOU-000286625).

With funding from the European Union. The information and statements contained herein represent the views of the author(s) and do not necessarily reflect the official opinion of the European Union or the Tempus Public Foundation. Neither the European Union nor the granting authority may be held liable for them.



**Co-funded by
the European Union**

We care for the environment, print only if really needed. The Earth says thank you!

Country-specific narrative report

ENGLISH RESUME

This narrative report presents the Georgia partner sample of the Volu-Ment research and explores the connection between volunteering and young people's mental well-being. The findings show that volunteering is largely experienced as positive and meaningful, especially through belonging, independence, self-confidence and supportive community. At the same time, the Georgia sample highlights important risks, particularly isolation, aimlessness, emotional burden and organisational stress. Educational volunteering appears especially strong in creating a sense of home and energy. The report concludes that volunteering can support mental well-being in a powerful way, but this depends on structure, support, meaningful roles and the quality of the organisational environment.

EXECUTIVE SUMMARY OR INTRODUCTION

წინამდებარე ნარატიული ანგარიში მომზადებულია VOLU-MENT პროექტის ფარგლებში, კვლევის "What Volunteering Gave You?" საქართველოს პარტნიორული ნიმუშის საფუძველზე. ანგარიშის მიზანია აჩვენოს, რა კავშირი იკვეთება ახალგაზრდების მენტალურ კეთილდღეობასა და მოხალისეობრივ გამოცდილებას შორის, როგორია მოხალისეთა საჭიროებები, დამოკიდებულებები და მოტივაცია, და რა გამოწვევები და ძლიერი მხარეები ჩანს საქართველოს პარტნიორულ კონტექსტში.

მნიშვნელოვანია აღინიშნოს, რომ ეს მონაცემები არ ასახავს მხოლოდ საქართველოში მიმდინარე მოხალისეობას ვიწრო გაგებით. ნიმუში მოიცავს როგორც საქართველოს მოქალაქეებს, ისე უცხო ქვეყნის მოქალაქეებს, ასევე იმ ახალგაზრდებს, რომლებსაც საერთაშორისო მოხალისეობის გამოცდილება აქვთ. შესაბამისად, ეს ანგარიში უნდა აღიქმებოდეს, როგორც საქართველოს პარტნიორული ნიმუშის ქვეყანა-ფოკუსირებული ანალიზი, რომელიც აერთიანებს ადგილობრივ და საერთაშორისო გამოცდილებებს, მაგრამ ინტერპრეტაციითა და რეკომენდაციებით მყარად უკავშირდება ქართულ კონტექსტს.

საქართველოს პარტნიორული ნიმუშის ანალიზი აჩვენებს, რომ მოხალისეობა ახალგაზრდებისთვის ძირითადად პოზიტიური გამოცდილებაა. ამავე დროს, მონაცემები

ცხადად მიუთითებს, რომ ეს დადებითი გავლენა ავტომატური არ არის. ის მნიშვნელოვნად არის დამოკიდებული იმაზე, თუ რამდენად ხარისხიანად არის მოწყობილი მოხალისეობრივი პროცესი, რამდენად არსებობს მხარდაჭერა, რამდენად მკაფიოა ამოცანები და რამდენად ახერხებს ორგანიზაცია უსაფრთხო, ადამიანური და აზრიანი გარემოს შექმნას.

SOURCE OF DATA, LOCAL ANALYSES METHOD

ანგარიში ეფუძნება VOLU-MENT კვლევის ფარგლებში მიღებულ მონაცემებს და მათ ანალიტიკურ შეჯამებას. გამოყენებულია როგორც რაოდენობრივი, ისე თვისებრივი მონაცემები. რაოდენობრივი ნაწილი მოიცავდა მოხალისეთა კმაყოფილებას, განცდებს, მხარდაჭერის საჭიროებებს, მოტივაციას და მოხალისეობის გავლენას სხვადასხვა ცხოვრებისეულ სფეროზე. თვისებრივი ნაწილი ეფუძნებოდა ღია კითხვებზე გაცემულ პასუხებს, სადაც რესპონდენტები საკუთარ სიტყვებში აღწერდნენ ნეგატიურ განცდებს, მათთვის სასარგებლო მხარდაჭერის ფორმებს, მოხალისეობის მთავარ მოტივაციას და მიღებულ სარგებელს.

საქართველოს პარტნიორული ნიმუშის ინტერპრეტაცია და ამ ტექსტის მომზადება განხორციელდა DRONI-ს გუნდის მიერ შიდა სამუშაო პროცესში. ეს გადანყვეტილება ეფუძნებოდა ორგანიზაციის მრავალწლიან გამოცდილებას ახალგაზრდულ მუშაობაში, მოხალისეობრივ პროგრამებში, ESC-ს მასპინძლობასა და გაგზავნის პროცესებში, ასევე ახალგაზრდების ფსიქოსოციალური მხარდაჭერის მიმართულებით დაგროვილ პრაქტიკულ ცოდნას.

ამავე დროს, მნიშვნელოვანია, რომ ეს კვლევა არ არის რეპრეზენტაციული მთლიანად ქვეყნის ყველა მოხალისისთვის. ამიტომ წარმოდგენილი დასკვნები უნდა წავიკითხოთ როგორც საქართველოს პარტნიორული ნიმუშის საფუძვლიანი სურათი და არა როგორც უნივერსალური დასკვნები ქვეყნის ყველა მოხალისეზე.

COUNTRY-SPECIFIC RESULT AND STATEMENTS

საქართველოს პარტნიორული ნიმუშის მონაცემები პირველ რიგში აჩვენებს, რომ მოხალისეობრივი გამოცდილება ახალგაზრდებისთვის ძირითადად პოზიტიურია. მოხალისეები ხშირად საუბრობენ კუთვნილების, ენერგიის, მნიშვნელობის და საკუთარი

შესაძლებლობების განცდაზე. მოხალისეობა მათთვის მხოლოდ საზოგადოებრივი სარგებლის შექმნის საშუალება არ არის. ის ასევე არის სივრცე, სადაც ისინი იძენენ დამოუკიდებლობას, თავდაჯერებულობას, უკეთ იგებენ საკუთარ შესაძლებლობებს და ავითარებენ სოციალურ მგრძნობელობას.

საქართველოს ნიმუშში განსაკუთრებით გამოიკვეთა დამოუკიდებლობის ზრდა, სხვა ადამიანების მდგომარეობის უკეთ გაგება, მხარდამჭერი საზოგადოების პოვნა, საკუთარი თავის უკეთ შეცნობა და საკუთარი საქმიანობის მნიშვნელობის განცდა. ეს მიუთითებს, რომ მოხალისეობას ახალგაზრდებისთვის აქვს არა მხოლოდ პრაქტიკული, არამედ ღრმა პიროვნული და სოციალური მნიშვნელობა.

მოტივაციის ნაწილში გამოიკვეთა, რომ საქართველოში განსაკუთრებით ძლიერია კარიერული განვითარების ფაქტორი. ამასთან ერთად, მოხალისეობაში ჩართვა ხშირად უკავშირდება კულტურულ გაცვლას, სოციალურ კავშირებს, პიროვნულ ზრდას და სურვილს, რომ ადამიანმა თავისი წვლილი შეიტანოს საზოგადოებაში. ეს აჩვენებს, რომ მოხალისეობა ხშირად ერთდროულად არის განვითარება, ურთიერთობა და აზრის პოვნის საშუალება.

საქართველოს ნიმუშში ერთ-ერთი გამოკვეთილი მახასიათებელია საერთაშორისო გამოცდილების მაღალი წილი. ეს ნიშნავს, რომ ბევრი მოხალისის გამოცდილება დაკავშირებულია არა მხოლოდ ადგილობრივ გარემოსთან, არამედ უცხო კულტურებთან, ახალ სოციალურ რეალობებთან და მობილობასთან. ამის გამო, ერთდროულად ჩნდება როგორც ზრდის ძლიერი შესაძლებლობები, ისე დამატებითი ემოციური გამოწვევები.

ქვეყნის სპეციფიკურ მიგნებებში განსაკუთრებით ჩანს, რომ საქართველოში იზოლაციის განცდა, მარტოობა და უკან დაბრუნების სირთულე შედარებით მნიშვნელოვანი თემებია. ასევე გამოიკვეთა უმიზნობრობისა და არასაკმარისად სტრუქტურირებული დროის გამოცდილება, როცა მოხალისეებს უჩნდებათ განცდა, რომ არ იციან დრო როგორ გამოიყენონ ან რამდენად აზრიანია მათი საქმიანობა. ეს მიუთითებს, რომ ძლიერი მოტივაციის მიუხედავად, ყველა მოხალისეობრივი გამოცდილება ვერ ქმნის საკმარისად მკაფიო და მხარდამჭერ ჩარჩოს.

ამავე დროს, საგანმანათლებლო მოხალისეობა საქართველოში განსაკუთრებით ძლიერად უკავშირდება საკუთარი ადგილის, ენერგიის და გაცნობიერების განცდას. გარემოსა და ცხოველების მიმართულებით საქმიანობა ხშირად აღიქმება როგორც უფრო უსაფრთხო და ემოციურად ამაღლებული გარემო, ხოლო შეზღუდული

შესაძლებლობის მქონე პირებთან სოციალური დახმარება აძლიერებს სასარგებლოების და საკუთარი უნარების აღმოჩენის განცდას.

ჯამში, საქართველოს პარტნიორული ნიმუშის სურათი აჩვენებს, რომ მოხალისეობა შეიძლება იყოს ძალიან ძლიერი მენტალურად გამაძლიერებელი გამოცდილება, მაგრამ მისი ხარისხი და შედეგი დიდწილად დამოკიდებულია იმაზე, თუ რამდენად კარგადაა განერილი მხარდაჭერა, რამდენად ღიაა ორგანიზაცია მოხალისეთა იდეებისადმი და რამდენად შეუძლია პროცესის ადამიანურად და სტრუქტურირებულად მართვა.

HIGHLIGHTED CHALLENGES IN REINFORCED VOLUNTEERING

Challenge 1

იზოლაცია და მარტოობის განცდა

საქართველოს ნიმუშში იზოლაცია ერთ-ერთი ყველაზე მნიშვნელოვანი გამოწვევაა. ეს განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია საერთაშორისო გამოცდილების მაღალი წილის ფონზე. უცხო გარემოში ყოფნა, კულტურულ და ენობრივ განსხვავებებთან გამკლავება და უკვე შექმნილი სოციალური წრიდან დროებით მოწყვეტა ზრდის მარტოობის განცდის რისკს. ასეთ პირობებში მოხალისეს ხშირად სჭირდება არა მხოლოდ ფუნქციური მხარდაჭერა, არამედ ადამიანური კავშირი, ჯგუფში ჩასმა და იმის განცდა, რომ მარტო არ არის.

Challenge 2

უმიზნობრობა და არასაკმარისად სტრუქტურირებული ამოცანები

საქართველოს ნიმუშში გამოიკვეთა ისეთი განცდებიც, როგორიცაა დროის უაზროდ გასვლა, საქმიანობის აზრის დაკარგვა და არასაკმარისად მკაფიო დავალებები. ეს ნიშნავს, რომ მოხალისეობრივი გამოცდილების ხარისხი მნიშვნელოვნად სუსტდება მაშინ, როცა მოხალისეს არ აქვს მკაფიო როლი, არ ესმის საკუთარი წვლილის მნიშვნელობა ან ვერ ხედავს კავშირს თავის საქმიანობასა და საერთო მიზანს შორის. ასეთ გარემოში მოტივაცია ადვილად სუსტდება.

Challenge 3

ემოციური გადაღლა და სტრუქტურული სტრესი

მოხალისეობაში ერთ-ერთი მთავარი რისკია ემოციური გადაღლა, რომელსაც ხშირად ემატება გაურკვეველობა, დაძაბულობა, პასუხისმგებლობის სიმძიმე და სუსტი კოორდინაცია. როცა ორგანიზაციული პროცესი არასაკმარისად გამართულია, ეს პირდაპირ აისახება მოხალისის ემოციურ მდგომარეობაზე. შესაბამისად, გადაღლა და სტრესი უნდა განვიხილოთ არა მხოლოდ როგორც ინდივიდუალური პრობლემა, არამედ როგორც ორგანიზაციული პროცესების ხარისხთან დაკავშირებული საკითხი.

STRENGTHS IN VOLUNTEERING AMONG YOUNG PEOPLE

Strengths 1

კავშირის და კუთვნილების განცდა

მოხალისეობის ერთ-ერთი ყველაზე ძლიერი მხარეა ის, რომ ახალგაზრდები თავს ჯგუფის მნიშვნელოვან ნაწილად გრძნობენ. ეს განცდა ქმნის უსაფრთხო სოციალურ გარემოს, აძლიერებს კუთვნილებას და ამცირებს მარტოობის რისკს. სწორედ ეს სოციალური მხარე არის მოხალისეობის მენტალურად გამაძლიერებელი ერთ-ერთი მთავარი ელემენტი.

Strengths 2

დამოუკიდებლობის და თავდაჯერებულობის ზრდა

საქართველოს ნიმუშში ერთ-ერთი ყველაზე ძლიერი შედეგია დამოუკიდებლობის ზრდა. მოხალისეობა ახალგაზრდებს ეხმარება უფრო მეტად ენდონ საკუთარ შესაძლებლობებს, აიღონ პასუხისმგებლობა, მიიღონ გადანყვეტილებები და გაუმკლავდნენ ახალ გამოწვევებს. ამავე დროს იზრდება თავდაჯერებულობა და საკუთარი თავის უკეთ გაცნობიერების უნარი.

Strengths 3

სოციალური მგრძნობელობა და პერსპექტივის გაფართოება

მოხალისეობა ახალგაზრდებს ეხმარება უკეთ გაიგონ სხვა ადამიანების გამოცდილება, სოციალური რეალობა და განსხვავებული ცხოვრებისეული პირობები. ეს განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია ისეთ აქტივობებში, სადაც მოხალისეები უშუალოდ ეხებიან განათლების, სოციალური დახმარების, მონყვლადი ჯგუფების ან საზოგადოებრივი პრობლემების საკითხებს. შედეგად, მოხალისეობა ხდება არა მხოლოდ აქტივობა, არამედ ღრმა სოციალური სწავლა.

Country-specific action plan

ENGLISH RESUME

This action plan translates the findings of the Georgia partner sample into practical steps for Droni and the Georgian partner context. It focuses on protecting the strongest positive elements of volunteering, such as belonging, confidence, meaning and supportive community, while reducing preventable risks such as isolation, aimlessness, emotional burden and organisational stress. The plan recommends clearer expectation-setting, visible mentor support, regular check-ins, stronger group atmosphere, more meaningful task design, extra support for younger volunteers and better handling of practical stressors. Its overall goal is to make mental well-being part of the everyday quality of volunteering.

EXECUTIVE SUMMARY OR INTRODUCTION

წინამდებარე სამოქმედო გეგმა ეფუძნება საქართველოს პარტნიორული ნიმუშის ნარატიული ანგარიშის მიგნებებს და მიზნად ისახავს მოხალისეობრივი გამოცდილების გაძლიერებას მენტალური კეთილდღეობის თვალსაზრისით. გეგმის მთავარი ამოცანაა დაიცვას და გააძლიეროს ის დადებითი ელემენტები, რომლებიც უკვე მკაფიოდ ჩანს მონაცემებში, და ამავე დროს უპასუხოს იმ გამოწვევებს, რომლებიც მოხალისეობის ხარისხსა და ახალგაზრდების ემოციურ მდგომარეობაზე უარყოფითად მოქმედებს.

კვლევის შედეგები მიუთითებს, რომ მოხალისეობა ხშირად იძლევა დამოუკიდებლობას, თავდაჯერებულობას, ურთიერთობებს, აზრს და კუთვნილების განცდას. თუმცა, ასევე ჩანს, რომ სუსტი კოორდინაცია, არასაკმარისი მხარდაჭერა, მართობა, უმიზნობრობა და ემოციური გადაღლა ამ შედეგებს ასუსტებს. ამიტომ სამოქმედო გეგმის მთავარი პრინციპია, რომ მენტალური კეთილდღეობა უნდა გახდეს მოხალისეობის ყოველდღიური ხარისხის ნაწილი და არა ცალკე დანამატი.

BACKGROUND INFORMATION AND THE RESULTS OF NARRATIVE REPORT

საქართველოს პარტნიორული ნიმუში აჩვენებს, რომ მოხალისეობრივი გამოცდილება ძირითადად პოზიტიურია. მაღალი კმაყოფილება, დამოუკიდებლობის ზრდა, სოციალური მგრძნობელობის განვითარება და მხარდაჭერი საზოგადოების პოვნა მიუთითებს, რომ მოხალისეობა ნამდვილად შეიძლება იყოს მენტალურად გამაძლიერებელი სივრცე. ამავე დროს, მონაცემები ცხადად აჩვენებს რამდენიმე პრობლემურ მიმართულებას, რომლებიც საჭიროებს სისტემურ რეაგირებას.

პირველი არის იზოლაცია და მარტოობა, რაც განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია საერთაშორისო გამოცდილების მაღალი წილის პირობებში. მეორე არის უმიზნობრობა და არასაკმარისად სტრუქტურირებული ამოცანები, რაც ამცირებს ჩართულობის ხარისხს. მესამე არის ემოციური გადაღლა და სტრუქტურული სტრესი, რომელიც ხშირად არა მხოლოდ თვითონ მოხალისეობის შინაარსიდან, არამედ სუსტი ორგანიზაციული გარემოდანაც მოდის.

ნარატიული ანგარიში ასევე აჩვენებს, რომ საქართველოში განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია ისეთი მიმართულებები, როგორიცაა საგანმანათლებლო მოხალისეობა, სადაც ძლიერია ენერგიის, საკუთარი ადგილის და აზრის გაცდა. ამავე დროს, საერთაშორისო გამოცდილების მაღალი წილი აჩენს საჭიროებას უფრო ძლიერი მხარდაჭერის, სოციალური ინტეგრაციის და უკეთესი ემოციური ჩარჩოების მიმართ.

DEVELOPMENT ALTERNATIVES, PRINCIPLES AND OBJECTIVES

სამოქმედო გეგმა ეფუძნება რამდენიმე ძირითად პრინციპს.

პირველი პრინციპია, რომ მხარდაჭერა არის ხარისხიანი მოხალისეობის ნაწილი.

მეორე პრინციპია, რომ პრევენცია უკეთესია, ვიდრე კრიზისულ მდგომარეობაზე რეაგირება.

მესამე პრინციპია, რომ მოხალისეებს ერთნაირი საჭიროებები არ აქვთ და მხარდაჭერაც განსხვავებული უნდა იყოს.

მეოთხე პრინციპია, რომ კუთვნილება, აზრიანი ამოცანები და ღია კომუნიკაცია პირდაპირ უკავშირდება მენტალურ კეთილდღეობას.

მეხუთე პრინციპია, რომ ახალგაზრდებთან, განსაკუთრებით ახალბედა და ნაკლები შესაძლებლობის მქონე მოხალისეებთან, დამატებითი ყურადღებაა საჭირო.

ამ პრინციპებზე დაყრდნობით, სამოქმედო გეგმის მთავარი ამოცანებია:

1. მოხალისეობაში მენტალური კეთილდღეობის კომპონენტის გაძლიერება DRONI-ს პრაქტიკაში
2. თავიდან აცილებადი სტრესის შემცირება უკეთესი ორგანიზაციული პროცესებით
3. კუთვნილების, მხარდაჭერის და მნიშვნელობის განცდის გაძლიერება
4. საერთაშორისო და შედარებით ინტენსიური მოხალისეობის უკეთ მხარდაჭერა
5. ახალგაზრდებისთვის უფრო უსაფრთხო, ადამიანური და აზრიანი მოხალისეობრივი გარემოს შექმნა

STEPS NECESSARY FOR IMPLEMENTATION BY HEART – PROJECT POSSIBILITIES, REFLECTIONS

Step 1

მოლოდინების უკეთ განსაზღვრა მოხალისეობის დაწყებამდე. თითოეული მოხალისისთვის უფრო მკაფიოდ უნდა გაიწეროს, რას მოიცავს მისი როლი, რა ტიპის მხარდაჭერაა ხელმისაწვდომი, ვის უნდა მიმართოს საჭიროების შემთხვევაში და რა გამოწვევები შეიძლება ახლდეს პროცესს. ეს განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია საერთაშორისო და გრძელვადიანი გამოცდილებების შემთხვევაში.

Step 2

მენტორის ან კოორდინატორის როლის უფრო თვალსაჩინო გახდება. თითოეულ მოხალისეს თავიდანვე უნდა ჰქონდეს მკაფიო ინფორმაცია, ვინ არის მისი საკონტაქტო პირი, როგორ შეუძლია მასთან დაკავშირება და რა სიხშირით იქნება მხარდაჭერის ან გადამონემების შესაძლებლობა. ეს დაეხმარება როგორც ემოციური დატვირთვის შემცირებას, ისე საერთო პროცესის უფრო უსაფრთხოდ და სტაბილურად გავლას.

Step 3

რეგულარული ჩექ-ინების და რეფლექსიის დანერგვა. განსაკუთრებით გრძელვადიან პროგრამებში საჭიროა ინდივიდუალური და მცირე ჯგუფური შეხვედრები, სადაც მოხალისეები შეძლებენ საკუთარი მდგომარეობის, სირთულეების და გამოცდილების

მოქმედებს მენტალურ კეთილდღეობაზე. ამიტომ საჭიროა ორგანიზაციული პროცესების გადახედვა იმ წერტილებში, სადაც მოხალისე ზედმეტ გაურკვევლობას ან სტრესს იღებს.

TOOLS NECESSARY FOR IMPLEMENTATION BY HEART – INVOLVEMENT OF COUNTRY SPECIFIC NEEDS

Tool 1

მოხალისის მისაღები გზამკვლევი და როლის მოკლე აღწერა, სადაც გასაგებად იქნება განერილი მოლოდინები, პასუხისმგებლობები, მხარდაჭერის ფორმები და საკონტაქტო პირები.

Tool 2

მენტორის ჩექ-ლისტი და ყოველთვიური ჩექ-ინის მარტივი ფორმა, რომელიც დაეხმარება კოორდინატორს ან მენტორს რეგულარულად გადაამოწმოს მოხალისის მდგომარეობა, საჭიროებები და პროცესის ხარისხი.

Tool 3

ინდივიდუალური და ჯგუფური რეფლექსიის კითხვები, ასევე ჯგუფური კავშირის და რეკრეაციული აქტივობების მოკლე გეგმა, რომელიც ხელს შეუწყობს არაფორმალურ კავშირს, გუნდურობას და ემოციური დატვირთვის შემცირებას.

Tool 4

კონფლიქტისა და გადამისამართების მარტივი შიდა პროტოკოლი, რომელიც განსაზღვრავს როგორ უნდა მოხდეს რეაგირება მაშინ, როცა მოხალისეს აქვს დაძაბულობა, გადაღლა, მარტოობის განცდა ან სხვა სირთულე, რომელიც დამატებით ყურადღებას საჭიროებს.

EXPECTED RESULTS

ამ ნაბიჯების განხორციელების შემთხვევაში მოსალოდნელია:

უფრო მკაფიო მოლოდინები მოხალისეობის დასაწყისიდანვე
ნაკლები იმედგაცრუება სუსტი კოორდინაციის ან გაურკვევლობის გამო
უფრო ძლიერი კუთვნილების და მხარდაჭერის განცდა
მარტოობის და იზოლაციის რისკის შემცირება
უფრო მაღალი ჩართულობა და აზრიანი მონაწილეობა
ახალგაზრდა და ახალბედა მოხალისეების უკეთესი მხარდაჭერა
ორგანიზაციის უფრო მაღალი მზადყოფნა მენტალური კეთილდღეობის საკითხების
მიმართ
კვლევის შედეგებზე დაფუძნებული პრაქტიკის, ინსტრუმენტებისა და რეკომენდაციების
საფუძვლის შექმნა

Georgia



Youth volunteering in Georgia: key findings and national action plan