



A felsőoktatási tanácsadás lehetőségei a lemorzsolódás veszélyének csökkentésében

FETA Könyvek 11

A FETA könyvek sorozat korábbi kötetei

Puskás-Vajda Zsuzsa, Lisznayai Sándor (szerk.) 2006 A Felsőoktatási Tanácsadás Egyesület (FETA) első tíz éve. A felsőoktatási diáktanácsadás intézményes kereteinek és szolgáltatásainak kialakulása.
Budapest: FETA Könyvek 1 ISSN 1788-9863

Puskás-Vajda Zsuzsa (szerk.) 2007 Felsőoktatásban tanuló fiatalok problémái, útkeresése, pályafejlődése a 21. század kezdetén, Magyarországon
Budapest: FETA Könyvek 2 ISSN 1788-9863, ISBN 978-963-06-3807-4

Puskás-Vajda Zsuzsa, Lisznayai Sándor (szerk.) 2008 Pályautak. A felsőoktatásban végzettek munkapiacra lépését segítő erőforrások.
Budapest: FETA könyvek 3 ISSN 1788-9863, ISBN 978-963-88170-0-6

Puskás-Vajda Zsuzsa, Lisznayai Sándor (szerk.) 2009 Egy igazolt praxis felé
Budapest: FETA könyvek 4, ISSN 1788-9863, ISBN 978-963-88170-1-3

Puskás-Vajda Zsuzsa, Lisznayai Sándor (szerk.) 2010 Életszakaszok határán. Közösségi és egyéni tanulási feladatok
Budapest: FETA könyvek 5, ISSN 1788-9863, ISBN 978-963-88170-2-0

Puskás-Vajda Zsuzsa és Lisznayai Sándor (szerk.) 2011 Ifjúságkutatás és tanácsadás - A pszichológiai tanácsadás tudományos alapjai
Budapest: FETA könyvek 6, ISSN 1788-9863, ISBN 978-963-88170-3-7

Puskás-Vajda Zsuzsa, Melles Virág Irisz, Lisznayai Sándor (szerk.) 2012 A kortárs segítés kultúrája
Budapest: FETA könyvek 7, ISSN 1788-9863, ISBN 978-963-88170-4-4

Puskás-Vajda Zsuzsa, Bán Judit és Lisznayai Sándor (szerk.) (2013) Kapcsolataink (védő)hálójában
Budapest, FETA könyvek 8, ISSN 1788-9863, ISBN 978-963-88170-6-8

Puskás-Vajda Zsuzsa, László Noémi és Lisznayai Sándor (szerk.) (2014) Sokszínűség és univerzáliai a felsőoktatási tanácsadásban
Budapest, FETA könyvek 9, ISSN 1788-9863, ISBN 978-963-88170-7-5

Puskás-Vajda Zsuzsa, László Noémi, Füleki Beáta és Lisznayai Sándor (szerk.) (2015) Keretek és módszerek a felsőoktatási tanácsadásban
Budapest, FETA könyvek 10, ISSN 1788-9863, ISBN 978-963-88170-8-2

A felsőoktatási tanácsadás lehetőségei a lemorzsolódás veszélyének csökkentésében

*A hallgatók mentálhigiénés állapota, tanácsadási szükségletei és a
szolgáltatási rendszer jellemzői*

Kiss István, László Noémi, Puskás-Vajda Zsuzsa

FETA Könyvek 11

Budapest, 2016

A kutatást az Emberi Erőforrások Minisztériuma támogatta.

© FETA, Kiss István, László Noémi, Puskás-Vajda Zsuzsa

ISSN 1788-9863

ISBN 978-963-88170-9-9

Olvasószerkesztő: Halász Dóra Vera
Tördelőszerkesztő: Varga Szilveszter
Kiadja a Felsőoktatási Tanácsadás Egyesület
1064 Budapest, Izabella utca 46.
Honlap: <http://www.feta.hu>, E-mail: feta@feta.hu
Telefon: 06 1 461 2692
Felelős Kiadó: a FETA elnöke
Készült az Innostart Kft-ben

Tartalomjegyzék

Előszó

A hallgatói élet változásai.....	7
Továbbtanulási, pályaválasztási döntés és élettervek.....	7
Megküzdési képességek, reziliencia.....	8
Tanácsadói szolgáltatási rendszer, hallgatói igények a hazai felsőoktatási intézményekben.....	8

A hallgatók mentálhigiénés állapota, tanácsadói szükségletei és a szolgáltatási rendszer jellemzői

Bevezető.....	11
Hallgatói szükségletek, stresszforrások a hallgatói életvezetés területein.....	12

Vizsgálati célkitűzéseink

A vizsgálat adatgyűjtési módszertana.....	18
Megküzdési eszköztár, reziliencia.....	22

Vizsgálati eredmények

Minta.....	25
Felsőoktatásban töltött időszak, lezárt szemeszterek száma.....	26
A hallgatói minta képzési ágak szerinti megoszlása.....	27
A hallgatók életvezetésével és tanulmányaival összefüggő kihívások, problémák.....	28

A felsőoktatási tanulmányokhoz kapcsolódó hallgatói én-hatékonyság élménye és a tanulmányokra vonatkozó attitűdök.....	37
Tanulmányi idő túllépése, halogatás.....	41
Hallgatók által jelzett segítségigény témakörei.....	41
A felsőoktatási tanácsadó szolgáltatások intézményi láthatósága.....	48
Az életvezetési tanácsadó szolgáltatás hallgatói értékelése.....	57
Miért nem vesznek igénybe tanácsadói segítséget a hallgatók?.....	60
Pálya-adaptabilitás, pályaérettség.....	63
Felsőoktatási hallgatók jövőképe.....	69
Tartalomelemzési kódrendszer a jövőkép vizsgálatához.....	71
A jövőkép vizsgálatának részletes eredményei.....	77
A hallgatók megküzdési eszköztára.....	95
Felsőoktatási hallgatók életpálya-tervezési tudatosságának jellemzői.....	99
Összefoglalás	103

Mellékletek

Előszó

Tanulmányunkban áttekintést nyújtunk a hazai felsőoktatásban tanuló diákok mentálhigiénés állapotát befolyásoló alapvető változókról. Jelen kutatás és a Felsőoktatási Tanácsadás Egyesület rendelkezésre álló korábbi kutatásainak eredményeit összevetve vázoljuk a hallgatói mentálhigiénés státusz alakulásának aktuális tendenciáit.

A hallgatói élet változásai

Az elmúlt két évtizedben jelentős változásokkal szembesültek a felsőoktatási intézmények diákjai. A modulokból építkező, két ciklusú képzési rendszer korábban nem tapasztalt kihívásaival, pl. az alapképzés és mesterképzés között húzódó új felvételi okozta kiélezett versenyhelyzet, a ciklusok időkorlátaiból fakadó időnyomás okozta stressz, az Erasmus biztosította vendég félév, az egyre általánosabb munkavállalás a tanulmányi időszakban stb. kell eredményesen megküzdeniük a jelen kor diákjainak.

További krízishelyzeteket teremt az úgynevezett „nem hagyományos” hallgatói szerep, és a nem hagyományos hallgatók megnövekedett létszáma a rendszerben. Azoké a hallgatóké, akik nem közvetlenül a középiskola után kezdik el a felsőoktatási tanulmányokat. Az úgynevezett „secondchance” hallgatók sajátos élethelyzete a kihívások új kombinációit eredményezi.

Továbbtanulási, pályaválasztási döntés és életervek

A hallgatók mentálhigiénés státuszának fontos befolyásoló tényezője az adekvát pályadöntés, a felsőoktatási tanulmányok irányának kiválasztása. A döntéshez szükséges önismeret részét képezi a célok, értékek meghatározása, a különféle feladatok megoldásához szükséges kompetenciák szintjének azonosítása. Azoknak a lehetőségeknek, hatásoknak számbavétele, amelyek a társas környezetből érkeznek, ajánlásokként fogalmazódnak meg a primer és szekunder szocializáció során.

A megalapozott pályadöntés elengedhetetlen feltétele a kiválasztandó irányok és területek jellemzőinek megismerése. A pályalehetőségek megvitatása a vonatkoztatási személyekkel, információk gyűjtése a célterületen tevékenykedő személyek munkafeladatairól, körülményeiről.

Korábbi vizsgálatok fényében döntéstámogató tényezőnek számít a közvetlen szakmai tapasztalatok, szakmai gyakorlat végzése a kiválasztott irányhoz kapcsoló-

dóan. A felsőoktatási hallgatók pályadöntési jellemzőire vonatkozó kutatási elemek segítségével áttekintjük, hogy a bemutatott, pályadöntést meghatározó elemek milyen összefüggést mutatnak a hallgatók tanulmányokkal kapcsolatban jelzett én-hatékonyság élményével, a tanulmányok során átélt krízishelyzetekkel és a megküzdést segítő tényezőkkel, a rezilienciával. Kutatásunk első témakörként a pályadöntési érettség konstruktivista modelljének hazai adaptációját végeztük el.

A pályatervezéssel kapcsolatos témakört kiegészítettük a hallgatók életpálya-terveire vonatkozó kvalitatív vizsgálati modullal. Elemeztük a hallgatók mentálhigiénés státuszának összefüggését a pályadöntési folyamatban mutatott előrehaladásukkal és jövőterveik kidolgozottságával. A jövőtervek kvalitatív módszerekkel történő elemzése ígéretes, új kutatási irányvonalat jelenthet a jövőben.

Megküzdési képességek, reziliencia

Kutatásunk második témakörként exploratív jellegű vizsgálatot végeztünk a hallgatói életvezetést befolyásoló helyzetek okozta szubjektív terhelés és a megküzdéshez mozgósítható erőforrások, a hallgatói reziliencia jellemzőinek feltárására. A reziliencia fogalmát kutatásunk keretében egy olyan személyes jellemzőként definiáltuk, amely a hallgatók esetében lehetővé teszi a kihívást jelentő szituációkat követően egy új, kielégítő mentálhigiénés egyensúlyhelyzet visszanyerését, a megújulást.

Az életesemények indukálta stressz és a hallgatói reziliencia összefüggéseit a mentálhigiénés státusz jellemzői közül a hallgatók körében mérhető depresszió szintjével és a tanulmányok tervezett ütemével, a hallgatás témájával kapcsolatban is vizsgáltuk. A felsőoktatási tanulmányok sikerességét jelentős mértékben befolyásolja a hallgatók megküzdési eszköztárának gazdagsága, a feladat- és krízishelyzetek esetén mozgósítható reziliencia mértéke.

Tanácsadói szolgáltatási rendszer, hallgatói igények a hazai felsőoktatási intézményekben

A kutatás harmadik témaköre a hallgatói mentálhigiénés-életvezetési és életpálya-tervezés támogatásához szükséges szolgáltatási rendszer jellemzőinek áttekintésére vállalkozik. Tárgyalja a hallgatói igényeket, a szolgáltatórendszerrel kapcsolatos szükségleteket és a rendelkezésre álló források igénybevételéhez kapcsolódó egyéni (szubjektív) szempontokat.

Az elmúlt két évtizedben a Felsőoktatási Tanácsadás Egyesület kiemelten fontos feladatának tartotta, hogy rendszeres időközönként felmérje a felsőoktatásban tanuló fiatal felnőttek igényeit, szükségleteit azzal a szolgáltatásrendszerrel kapcsolatban, amely számukra az említett területeken segítséget tud nyújtani vagy fejlesztési lehetőségeket tud biztosítani.

Jelen kutatásunk során egyik célunk volt minél szélesebb körben feltérképezni az aktuális problémákat és szükségleteket, majd azokra reagálni a szolgáltatásfejlesztési javaslatokkal. Ez előrelépést eredményezhet mind az egyetemi tanácsadói szolgáltatási rendszer, ezen belül a mentálhigiénés-életvezetési felsőoktatási tanácsadók működése, mind a diákok és egyetemi közösségek számára.

Az országos felmérésben számos egyetem vett részt, így az eredmények átfogó képet adnak a tanácsadói és mentálhigiénés szolgáltató-rendszer jelenlegi helyzetéről.

Az eljárás során egy online kompakt kérdőívcsomag segítségével adhattak véleményét a hallgatók. Az eredmények jól illusztrálják a tanácsadói rendszer változatosságát: a fiatalok problémaköre sokszínű, kiemelkednek a hallgatói identitásukkal kapcsolatos nehézségek, igények.

A kutatás során külön témaként vezettük be a hallgatói szolgáltatások igénybevételének hiányát vizsgáló tételeket. Segítségükkel a hallgatók azon csoportját kívántuk elérni, akik a tanácsadói gyakorlat mindennapjai során kiesnek a látókörünkől. Válaszaik alapján értékes információkat nyerhetünk a szolgáltatásfejlesztés számára. Ezek az új adatok lehetővé teszik a Felsőoktatási Tanácsadás Egyesület 2015-ben kiadott, felsőoktatási tanácsadói protokolljának¹ továbbfejlesztését.

A kutatási eredmények megerősítik a mentálhigiénés szolgáltatási rendszer szükségességét, azonban kritikaként fogalmazódott meg, hogy a rendszer kapacitásbeli korlátokkal küzd és a szolgáltatások "láthatósága", különös tekintettel a pszichológiai tanácsadásra, hiányosságokat mutat.

Teljes vizsgálati mintánk 21%-a jelezte, hogy szüksége volt az egyetemi életszakasza alatt pszichológiai, esetleg pszichiátriai támogatás igénybevételére. Közülük azonban mindössze 47,3% juthatott hozzá térítésmentes, intézményen belüli ellátáshoz, saját intézménye kínálatában.

¹ FETA Felsőoktatási tanácsadói protokoll. (http://www.feta.hu/sites/default/files/feta_felsooktatasi_diak-tanacsadas_szakmai_protokollja_2015.pdf)



A hallgatók mentálhigiénés állapota, tanácsadási szükségletei és a szolgáltatási rendszer jellemzői

A felsőoktatási hallgatók mentálhigiénés állapotának felmérését célzó vizsgálat során a Felsőoktatási Tanácsadás Egyesület két évtizedes szakmai tapasztalatára támaszkodtunk. A vizsgálat keretében a hallgatók élethelyzetére vonatkozó adatok mellett a hallgatói szolgáltatási rendszer egyes elemeire vonatkozó véleményeket is összegezni kívánta.

A tanácsadói szolgáltatások térképét a felhasználók szemszögéből, a hallgatói szolgáltatások "láthatósága" alapján kívánta megragadni.

Jelen vizsgálat online adatfelvétel formájában valósult meg, amelyben öt nagy hazai intézmény hallgatóit értük el². A mintanagyság tekintetében reprezentatívnak tekinthető adatfelvételünk közel nyolcszáz fő válaszaira épül.

Bevezető

A Bologna-típusú képzési rendszerre történő átállás új helyzetet hozott a felsőoktatási hallgatók életében. Tanulmányaik két ciklusban zajlanak, ezáltal az osztatlan képzési rendszerhez képest koncentráltabb formában, fokozott kihívást jelentő helyzet elé állítják őket. Az átállást megelőzően jellemzően egy intézmény keretein belül mélyítették el tudásukat, fokozatosan szocializálódva az intézményi működés sajátosságaihoz.

A Bologna-rendszer követelményeinek való megfelelést a közoktatás szervezeti kultúrája nem készíti elő.

A bachelor és master programok rendszerében a diplomák megszerzésének helyszínei még egy tudományterületen belül is elválhatnak egymástól. A diákok új hallgatótársakkal, oktatókkal, szervezeti szabályokkal és az életvezetés számos területén új kihívásokkal szembesülnek.

² A kutatásban való közreműködésért köszönetet mondunk a Szegedi Tudományegyetem, a Budapesti Corvinus Egyetem, az Eszterházy Károly Főiskola, az Eötvös Loránd Tudományegyetem és a Károli Gáspár Református Egyetem munkatársainak.

Hallgatói szükségletek, stresszforrások a hallgatói életvezetés területein

A tanulmányok szervezésével kapcsolatos kihívások

A képzési programok szerkezeti felépítése okozta stressz

A felsőoktatással foglalkozó kutatók a Bologna-típusú átállás kapcsán a hallgatók tanulmányszervezésből adódó túlterhelésére már korán rámutattak. A hallgatói visszajelzésekben a tanulmányok mennyisége mellett problémaként az is kirajzolódott, hogy az indokolatlanul felduzzasztott információmennyiség mellé hiányzik számukra a felkészülés során a tanulmányok szervezéséhez szükséges oktatói visszajelzés. Sem a felkészülés, sem a vizsgatémák és vizsgafeladatok nyomán nem látják meg annak a lehetőségét, hogy a tanultakat leendő szakmai feladataikkal kapcsolatba hozzák. A vizsgahelyzetekben mind az információmennyiség, mind a bizonytalan számonkérési feltételek miatt komoly stresszt élnek át (Schulmeister, Metzger, 2011³).

A rugalmasság és a szabad választás lehetősége a moduláris rendszerű képzési programokban kétélű karddá vált. Miközben a tanegységek kompakt egységként kínált elemekké váltak, eltűnt az átkötés a kurzustartalmak között. A hallgatók magukra maradtak tudásuk rendszerré szervezésének feladatával.

A moduláris rendszerű képzési programok – a variációs lehetőségek szabadságának illúziója ellenére – továbbra is erősen korlátozzák a hallgatók önirányított tanulási folyamatát. Az intézmények kapacitáskorlátaik függvényében az egyes modulokat jellemzően csak meghatározott időszakokban és lehetőségeikhez igazodó sorrendben kínálják fel.

Ennek eredményeként a hallgatók időbeosztása, a tanulmányok ütemezése még nagyobb kihívássá válhat. Különösen olyan esetekben, amikor esetleg eltérő intézményekben folytatott, vagy külön egységekhez tartozó több különböző képzési program elemeit kell egy adott szemeszterben összehangolniuk órarendjükben.

³ Schulmeister, R. & Ch. Metzger (Hrsg.) (2011): Die Workload im Bachelor: Zeitbudget und Studierverhalten. Eine empirische Studie. Münster: Waxmann.

A hallgatói életvezetés egyes területei közötti feszültségből fakadó terhelés

A moduláris rendszerű képzések a tanulmányok és magánélet, munkavállalás vagy szakmai gyakorlatok szervezése szempontjából is fokozott kihívás elé állítják a hallgatókat. A hallgatói élethez kapcsolódó stressz kiváltó tényezőit tehát tágabban, nem csak a tanulmányokhoz kötődő szempontok alapján kell szemlélnünk.

Az oktatásszervezés területére vonatkozó kutatások témái között különös fontossággal bír a hallgatókra nehezedő tanulmányi követelmények (workload) elemzése és ehhez kapcsolódóan az új programok elvégezhetőségének, keretfeltételeinek (studability) meghatározása (Nugent, 2004)⁴.

A felsőoktatási rendszer piacgazdasági érdekek mentén történő átalakítása, a képzési programokhoz kötődő pénzügyi terhek (költségtérítés, tandíj, diákhitel, kollégiumi térítési díjak, albérlet és utazás költségei stb.) tovább szűkítik a hallgatók mozgásterét és növelik a lehetséges stresszforrások körét.

A korábbi évtizedek kutatási eredményei közül továbbra is érvényesnek tekinthetők a hallgatói életszakasz pszichoszociális fejlődési feladataira vonatkozó eredmények. Az eddigiekben tárgyalt külső, környezeti tényezők mellett a személyiségfejlődés, az autonómia, az individualitás és intimitás kérdéseinek megoldása, a pályaorientáció és pályadöntés, valamint a munkaerőpiaci belépés problémái örökzöld témák. Már ez a néhány szempont is rávilágít arra, hogy a hallgatói mentálhigiénés státusz összetett kérdéskört képvisel, amelynek témái szinte kizárólag egymással kapcsolatban értelmezhetők.

A fiatal felnőttek megküzdési mechanizmusai

A felsőoktatásban töltött évek során, jellemzően fiatal felnőttkorban a megküzdési módok alakulása, fejlődése kifejezetten fontos szerepet játszik, hiszen a hallgatók, tanulmányaik során számos kihívással, megmérettetéssel találkoznak, amelyekkel nagy valószínűséggel korábban még nem szembesültek.

Eredeti definíciója szerint "megküzdésnek tekinthető minden olyan kognitív vagy viselkedéses erőfeszítés, amellyel az egyén azokat a külső vagy belső hatásokat próbálja kezelni, amelyeket úgy értékel, hogy azok felülmúlják vagy felemésztik aktuális személyes forrásait" (Lazarus, 1966⁵, 76.old.). Alapvetően kétféle megküzdési módot különíthetünk el egymástól: probléma- és érzelmeközpontú megküzdést – amelyek

⁴ M. Nugent (2004): *The Transformation of the Student Career: University Study in Germany, the Netherlands, and Sweden*, Routledge S.65

⁵ Lazarus, Richard S (1966). *Psychological stress and the coping process*. McGraw-Hill, New York.

további alcsoportokat foglalnak magukban. Számos kutatás bizonyítja, hogy a maladaptív megküzdési módok alkalmazása hosszú távon hangulatzavarokat eredményez (Oláh, 1995⁶; Aldwin, Sutton & Lachman, 1996⁷; Margitics, 2005⁸).

A stresszel járó események sokszor új megoldásokat igényelnek, amelyek azonban nem csupán nehézséget, szorongást válthatnak ki, hanem lehetőséget teremtenek az embernek saját maga jobb megismerésére, saját készségeinek fejlesztésére és arra, hogy a folyamatot pozitív kimenetellel zárja. Lazarus és Folkman (1984)⁹ amellett érveltek, hogy a megküzdési mechanizmusok egy hosszú folyamat során alakulnak ki és fejlődnek egyre adaptívabb formára. Ez egyben azzal is jár, hogy minél több helyzetben tapasztalják meg a fiatalok a megküzdés szükségességét, annál több pozitív visszacsatolásra van lehetőség, nő az önbecsülésük és egyben szélesebb eszköztárral rendelkeznek már, amikor a számukra korábban stresszt okozó élménnyel újra találkozhatnak. Seiffge-Krenke és Beyers (2005)¹⁰ egy hét éven át tartó longitudinális vizsgálatában kimutatta, hogy 14 éves serdülők 21 éves fiatal felnőtt korukra szélesebb megküzdési eszköztárral rendelkeznek – biztonságosan kötődő fiatalok esetében 75%-kal nőtt az aktív megküzdési módok alkalmazása. Ezt többek között azzal magyarázta, hogy ebben az időszakban nő a fiatalok önreflexiós készsége, érzékenyebbek lesznek másokra és a másokkal való viszonyukat is árnyaltabban figyelik, mint korábban.

Aldwin és munkatársai (1996) modellje bemutatja a megküzdési módok fejlődésének alakulását és különböző kimeneteleit. A modell lényege az eltérés felerősítése: egyes változások okozta eltérés pozitív visszacsatolása a válasz megerősítését eredményezi, ez pedig minden alkalommal tovább fokozódik. A stresszel való megküzdésben ez úgy nyilvánul meg, hogy az adott helyzettel való sikeres megküzdés növeli a kompetencia, képesség érzést, amely további erőforrásokat hoz létre, ez pedig hozzájárul a következő helyzetben való sikeres megküzdéshez.

Ugyanez a folyamat negatív irányban is végbemehet. Azaz, egy kudarcélmény az eredeti kihívásban attól a helyzettől való menekülést, alacsony én-hatékonyság élményt, alacsonyabb önbecsülést, depresszív jeleket válthat ki. Aldwin és munkatársai

⁶ Oláh A. (1995). Coping strategies among adolescents: a crosscultural study. *Journal of Adolescence*, 18 (4), 491–512.

⁷ Aldwin, C. M., Sutton, K. J. Lachman, M. (1996). The development of coping resources in adulthood. *Journal of Personality* 64 (4), 837–871.

⁸ Margitics F. (2005). A diszfunkcionális attitűdök, megküzdési stratégiák és az attribúciós stílus összefüggése a szubklinikus depressziós tünetegyüttessel főiskolai hallgatóknál. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 6 (2), 95–122.

⁹ Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing Company.

¹⁰ Seiffge-Krenke, I., Beyers, W. (2005). Coping trajectories from adolescence to young adulthood: Links to attachment state of mind. *Journal of Research on Adolescence*, 15 (4), 561–582.

(1996) egyik vizsgálatuk eredményeit egy útvonalmodellben is ábrázolták, az egyes lépésekkel és összefüggésekkel.

Ezt a folyamatot megerősíti a tapasztalati tanulás modellje is, amely szerint minden egyes tanulási helyzetben az adott élmény feldolgozása után a tapasztalat beépülése történik, amelyet követően a következő hasonló helyzetben már a korábbi tapasztalatok is befolyásolják a reakciót (Kolb, 1984)¹¹. Ezt a kört Kolb-ciklusnak hívják, és a tanulás egy kiemelkedően hatékony formájának bizonyult az élet számos területén.

Mindkét modell fontos pontja az élmény megtapasztalása, beépülése és az azzal való későbbi munka. Mivel kulcsfontosságú a tapasztalás, ez az a pont, ahol a legnagyobb szükség lehet segítségre a megküzdés sikeressége érdekében. Ennek a folyamatnak a pozitív kimenetelét, a tapasztalat beépülését, kamatoztatását támogathatja meg egy tanácsadási folyamat, amelynek eredményeképpen ezen erőforrás fokozott növekedést mutathat.

¹¹ Kolb, D. (1984). *Experiential learning: experience as the science of learning and development*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.



Vizsgálati célkitűzéseink

Jelen tanulmányunkban áttekintjük azokat a szempontokat, amelyek a felsőoktatási hallgatók életvezetésének sikerességét befolyásolják.

Vizsgálatunkban elemezni kívánjuk, hogy

- a tanulmányok mellett a mindennapok milyen kihívásokkal szembesítik a hallgatókat,
- milyen helyzetek és feladatok okoznak stresszt,
- milyen stratégiákat alkalmaznak a problémák megoldására,
- milyen kapcsolatban állnak az életszakaszra jellemző és a helyzetek okozta kihívások, feladatok, a tanulmányok területén várható sikeresség és hatékonyság élményével.
- milyen erőforrásokkal rendelkeznek a hallgatók a problémák megoldásához,
- kitől és milyen formában remélnék támogatást.

Jelen vizsgálatot az teszi lehetővé, hogy a hallgatói életvezetést befolyásoló tényezők és krízispotenciált hordozó helyzetek megoldásában segítséget nyújtó intézményrendszer alapjai megtalálhatóak a hazai felsőoktatási intézményekben (Lisznyai és munkatársai, 2010¹², Kiss és munkatársai, 2009¹³).

Az intézményrendszer működtetése a finanszírozás projektekhez kötöttsége miatt gyakran hullámzó szolgáltatási minőséget és kapacitást eredményez.

Nagyon fontos kérdés ezért a szolgáltatásokhoz való hozzáférés, a láthatóság kérdése, annak ismerete, hogy hogyan gondolkodnak a hallgatók a rendelkezésre álló tanácsadói-szolgáltatói rendszer működéséről, annak minőségéről.

¹² Lisznyai S., Puskás-Vajda Zs., Kiss I., Vida K., Füzi V., Tillmann L., Keserű J., B. Kabai E. (2010) *Felsőoktatási Hallgatói Szolgáltatások Rendszerei, Jellemzői* 2. Bolognai Füzetek, 7. Tempus Közalapítvány, 2010

¹³ Kiss I., Galamb-Kassa G., Murányi I., Katona M., Szenes M., Lisznyai S. (2009) Kutatási beszámoló: *Felsőoktatási Hallgatói Szolgáltatások Rendszerei, Jellemzői*. Bolognai Füzetek, 1. Tempus Közalapítvány

A további fejlesztések irányvonalainak meghatározásához alapvetően fontos, hogy tudjuk:

- Hogyan gondolkodnak a hallgatók a felsőoktatási tanácsadás szolgáltatási rendszeréről
- Milyen területeken és mennyire látható a szolgáltató rendszer
- Amennyiben igénybe vettek egyes szolgáltatásokat, milyen tapasztalatokkal rendelkeznek róluk
- Mivel indokolják a hallgatók a támogatás iránti igényüket és
- Hogyan magyarázzák az igénybevételének elutasítását.

A vizsgálat adatgyűjtési módszertana

A felmérés során online kérdőíves adatgyűjtési módszert alkalmaztunk. A kérdőív összesen 185 tételt tartalmazott számos témakörben, és egyedileg konstruált azonosító segítette a hallgatók hozzáférését a kérdéssorhoz.

Az elemzésbe bevont intézmények:

- Szegedi Tudományegyetem,
- Budapesti Corvinus Egyetem
- Eszterházy Károly Főiskola
- Eötvös Loránd Tudományegyetem
- Károli Gáspár Református Egyetem

Ezen túl részt vettek a felmérésben további hazai felsőoktatási intézmények hallgatói (47 fő), akik az egyes, intézményekre vonatkozó összevetésekben alacsony létszámú, inhomogén csoportként nem szerepelnek.

A hallgatókhoz a vizsgálati eszköz az intézményekben működő diáktanácsadó központok és oktatók segítségével jutott el. Ezúton is köszönetet kívánunk mondani az intézmények munkatársainak, akik lehetővé tették a felmérést, és a hozzáférési útvonalat a hallgatók rendelkezésére bocsátották.

Az alapstatisztikai adatok között a hallgatók életkorát, nemét, felsőoktatási intézménye(ik) nevét és a választott szakot kértük feltüntetni. A több intézményben vagy szakon tanuló hallgatók esetében az elsőként megnevezett intézményt tekintettük anyaintézménynek a további elemzések során.

Rákérdeztünk a felsőoktatásban eltöltött szemeszterek számára, valamint a tanulmányok hatékonyságának mutatójaként a lezárt szemeszterek számára is.

A hallgatók életvezetési területeivel kapcsolatban, az utolsó hat hónapban észlelt problémák felmérése kilenc témakörben történt:

1. partnerkapcsolat,
2. háztartásvezetés,
3. tanulmányok szervezése,
4. pénzügyek,
5. szabadidős tevékenységek,
6. társas kapcsolatok,
7. lakáshelyzet,
8. származási családdal összefüggő problémák,
9. esetleges egészségügyi problémák

Kértük továbbá a három legnagyobb kihívást jelentő esemény megjelölését, amelyek a tanulmányokhoz kapcsolódóan az elmúlt időszakban problémát jelentettek. A válaszokat a vizsgálati személyek leíró válaszok formájában adhatták meg.

A személyes életeseményekkel kapcsolatban átélt érzelmeket és azok intenzitását, a kapcsolódó „mastery” élményt négy változó segítségével képeztük le. Azt vizsgáltuk, hogy az adott esemény

- megzavarta-e a mindennapi életvezetésben,
- átélte-e kontrollvesztést a válaszadó az adott helyzetben, illetve
- ideges, stresszes időszakként számolt-e be a szituációról,
- a történetek ellenére ura volt-e a helyzetnek, saját erejéből megoldotta-e a kihívást jelentő szituációt.

A kihívást jelentő élethelyzetekre vonatkozóan részletes eseménylista osztályozását is kértük a válaszadóktól. Átélték-e az adott helyzetet és milyen mértékű terhelést jelenthetett a szituáció.

A tanulmányokkal kapcsolatban tíz tételt fogalmaztunk meg, amelyek a tanulmányokra vonatkozó értékelést és a tanulmányi terhelés mértékét (subjective workload) voltak hivatottak felmérni.

A tanulmányok szervezésével, a kapcsolódó feladatok megoldásával kapcsolatos eredményesség mutatójaként a tanulmányi idő túlfutására vonatkozó adatot kértünk a félévek számának megadásával.

A következő blokkban a hallgatók által igényelt segítség jellemzőit vizsgáltuk egy, a diáktanácsadói statisztikák alapján összeállított lista segítségével. A tanulmányi és teljesítmény problémák mellett a tanulmányok lezárásával (pl. diplomamun-

ka elkészítése), pszichoszomatikus zavarok, tartós fáradtság, kimerültség, szorongás, depressziós hangulat, alkohol- vagy drogproblémák, túlzott internethasználat, identitásproblémák, társas kapcsolati problémák témájával kapcsolatban kértünk ítéletet egy ötfokú Likert-skála felhasználásával.

Lehetőséget adtunk továbbá szöveges válasz formájában egyéni problématípusok megnevezésére.

A hallgatók támogatását szolgáló intézményrendszer láthatóságát a Felsőoktatási Tanácsadás Egyesület munkatársai által a korábbiakban már felmért (v.ö. Tempus Füzetek 1., 7.) és rendszerezett szolgáltatások alapján kívántuk felmérni.

Kíváncsiak voltunk arra, hogy a hallgatók tudnak-e a rendelkezésre álló szolgáltatásról és adott esetben igénybe vennék-e az elérhető támogatást. A központi diáktanácsadó iroda, tanulmányi tanácsadás, hallgatói önkormányzat irodája, tanárok által kínált konzultációs időpontok, szociális ügyekben elérhető segítség, pszichológiai támogatás, egyházi szervezetek kínálta támogatás, karrier tanácsadás, esélyegyenlőségi és külföldi tanulmányokra vonatkozó tanácsadás, illetve szabad válaszadás lehetőséget kínáltuk fel a válaszadóknak.

Az intézmények külső partnerei által nyújtott egyéb szolgáltatási lehetőségek, pl. alapítványok, munkaügyi szervezet, térítéshez kötött karriertanácsadó szolgáltatás, fizetős orvosi konzultáció és pszichológiai tanácsadás egészítették ki a listát.

A kutatás során arra is kíváncsiak voltunk, hogy a bevont hallgatók csoportjából kik vettek részt tanácsadási folyamatban, és milyen véleményt formáltak a szolgáltatás minőségével kapcsolatban. Vizsgálni kívántuk, mennyire voltak elégedettek a hallgatók a tanácsadói setting jellemzőivel (tanácsadói kapcsolat alapjellemzői, megtartó biztonságos környezet megélése) és hogyan nyilatkoznak a probléma megoldásában való közreműködésről, a probléma megoldásának "hatékonyságáról".

A vizsgálat egyik alapvető feltevése volt, hogy a hallgatók életvezetési problémáinak és tanulmányokkal kapcsolatos nehézségeinek forrása lehet, ha megalapozatlan választást követően, személyiségükhöz, érdeklődésükhöz, értékeikhez és kompetenciáikhoz nem illeszkedő szakon folytatják tanulmányaikat.

Feltételeztük, hogy ebben az esetben a motivációs háttér tisztázatlansága az elérhető tanulmányi teljesítményt rontja, a környezettel, társakkal és tanulmányokkal kapcsolatos elégedettség mértékét hátrányosan befolyásolja és szerencsésebb esetben szakváltással, súlyosabb esetben a felsőoktatási tanulmányok megszakításával járhat, lemorzsolódást eredményezhet.

E témakör vizsgálatára a korábbi évtizedekben már eredményesen alkalmazott "pályaérettség" (Crites, 1969, bemutatja Ritoók, 1985)¹⁴ koncepciójának modern vizs-

¹⁴ Ritoók, M. (szerk) (1985): *Crites-féle pályaérettségi kérdőív. Pszichológiai tanácsadás a pályaválasztásban.* Módszertani füzetek, Budapest: OP

gálati eszközt, Crites és Savickas (2011) Career Maturity Inventory¹⁵ kérdősort, illetve Savickas és Porfelli (2011) Student Career Construction Inventory¹⁶ eszközeit használtuk fel.

Savickas (2005)¹⁷ értelmezésében a pályaegettséget a 21. században úgy definiálhatjuk, mint a folyamatos életpálya építésre való készenlétet (career adaptability), amely abban nyilvánul meg, hogy

- a személy törődik a jövőjével (concern),
- kíváncsi az egyes területekkel kapcsolatos kilátásokra (curiosity),
- megvitatja a számára fontos személyekkel (szülőkkel, tanárokkal, tanácsadókkal, szakterületen tevékenykedő szakemberekkel) a pályával, pályatervezéssel kapcsolatos kérdéseket (consulting),
- a folyamat eredményeként kifejleszti a pályatervezéssel kapcsolatos önbizalom optimális szintjét (confidence), bízik abban, hogy terveit valóra tudja váltani.

A pályaegettség kérdősor (CMI) és karrier-konstrukciós kérdőív (SCCI) e négy tényező különböző aspektusait méri.

A hallgatók életterveinek vizsgálatára egy szabad szöveg formátumú kérdést kínálunk fel, amelyre válaszolva a résztvevők életük 10 év múlva (H. Sas, 1976¹⁸, Kósáné Ormai – Porkolábné Balogh – Ritoók Pálné, 1987¹⁹) várható jellemzőinek leírását adhatták meg.

¹⁵ Crites, J., Savickas M.L. (2011): CMI -C http://www.vocopher.com/ms/cm/cmic/CMI_C_Master.pdf

¹⁶ Savickas, M.L., & Porfelli E.J. (2011): SCCI, forrása http://www.vocopher.com/ms/scci/SCCI_Master.pdf

¹⁷ Savickas, M.L. (2005). The theory and practice of careerconstruction, in Brown, S.D. and Lent, R.W. (eds): *Career Development and Counseling: putting theory and research to work*. New Jersey, USA: John Wiley&Sons Inc.

¹⁸ H. Sas J. (1976): „Egy napom 10 év múlva” in Lux Alfréd (szerk.) Az alakuló ember. Budapest, Gondolat 87-125. old.

¹⁹ Kósáné Ormai V. - Porkolábné Balogh K. - Ritoók Pálné (1987) *Neveléslélektani vizsgálatok*. Budapest, Tankönyvkiadó, 2. kiad.

Megküzdési eszköztár, reziliencia

A pályatervezéssel és életpálya-építéssel kapcsolatos feladatok megoldásában fontos szempontként érvényesül a személy megküzdési módja és eszköztára.

A személy rezilienciáját úgy írhatjuk le (Fonagy és munkatársai, 1992²⁰), mint egy képességekészletet és beállítódást, amelynek eredményeként nehezített körülmények között is képes megőrizni egyensúlyát és a megoldásra koncentrálni a nehézségek ellenére is küzdeni. A környezeti feltételek és kihívástípusok függvényében a reziliencia fogalmának számos értelmezése létezik (v.ö. Fleming, Ledogar 2008²¹).

Kutatásunkban egy bázis-modellt alkalmaztunk, amelyben elemeztük a vizsgálati személyek mentálhigiénés állapotát, én-hatékonyság élményét, megküzdési stratégiáit. Arra voltunk kíváncsiak, hogy a megkérdezettek hogyan észlelik a rendelkezésre álló

- személyes jellemzőiket, önleírásukat (I am),
- személyes és társas kompetenciáikat (I can),
- társas és személyes erőforrásaikat (I have).

(v.ö. Poilpot, 1999 - idézi Canadian Career Development Foundation, 2007)²²

Kiindulási pontként összegyűjtöttük, hogy a hallgatók életvezetésük során milyen problémákat jeleznek (v.ö. észlelt problémák köre feljebb), és ennek függvényében hogyan alakul a hallgatói én-hatékonyság élményük.

A reziliencia-összetevők azonosításához a hallgatók megküzdési stratégiáinak mintázatát vontuk be a felmérésbe. Mérési eszközként a Konfliktusmegoldó Kérdőívet (WOC – Ways of Coping) választottuk.

A WOC eredeti verziója egy 68 tételes lista, amelyet Lazarus és Launier (1978) állított össze. A mérőeszköz célja az egyes megküzdési stratégiák azonosítása, amelyeket az egyének mindennapi életünk során alkalmaznak, amikor stresszel teli eseményeket élnek meg.

²⁰ Fonagy, P., Steele, M., Steele, H., Higgitt, A., Target M. The Emmanuel Miller Memorial Lecture 1992 — The theory and practice of resilience. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*.1994, 35 (2), 231–257.

²¹ Fleming, J., Ledogar, RJ., Resilience, an Evolving Concept: A Review of Literature Relevant to Aboriginal Research. *Pimatisiwin: Journal of Aboriginal and Indigenous Community Health* 2008, 6 (2), 7–23.

²² Applying the Construct of Resilience to Career Development Lessons in Curriculum Development. Nr. 27. – Canadian Career Development Foundation, 2007. ISSN 1704-8435. Forrása: www.millennium-scholarships.ca

Az eredeti kérdőív skálái további felmérések után a következőképpen alakultak (Folkman és munkatársai, 1986):

- konfrontálódás (6 tétel),
- távolítás (6 tétel),
- önkontroll (7 tétel),
- szociális támaszkeresés (6 tétel),
- felelősségvállalás (4 tétel),
- menekülés-elkerülés (8 tétel),
- tervszerű problémamegoldás (6 tétel),
- pozitív ártértékelés (7 tétel)

A WOC kérdőívet magyar populáción Rózsa és munkatársai (2008)²³ validálták, ahol az eredeti 8 helyett az alábbi 7 skálát azonosították:

- pozitív ártértékelés,
- menekülés-elkerülés,
- szociális támaszkeresés,
- távolítás-elfogadás,
- konfrontálódás,
- tervszerű problémamegoldás – önkontroll,
- visszahúzódnak–kontrollvesztés–segítségkérés szakembertől

Jelen kutatás e magyar változat 22 tételes, rövid verzióját alkalmazta. A hallgatók mentálhigiénés állapotának jellemzőit a CES-D (Radloff, 1977²⁴) kérdéssor segítségével elemeztük. A kérdéssor a depresszióval összefüggő tünetek vizsgálatára összeállított 20 tételes lista, amely részben pszichoszomatikus tényezőkre, részben a depressziós információfeldolgozási mód kognitív jellemzőire rákérdező önbecslő kérdéssor. A kérdőív négy depressziós kategóriát különböztet meg: a kognitív, az érzelmi, a viselkedéses, valamint az interperszonális kapcsolatok változását. Emellett fontos információval szolgál a skála összpontszáma az állapot súlyosságára vonatkozóan. A tételek megfogalmazása a vizsgálati minta élethelyzetéhez jól illeszkedik, az eredményként azonosítható kategóriák az elemzés szempontjából jól kezelhetők.

²³ Rózsa, S. Purebl, Gy., Susánszky, É., Kő, N., Szádóczy, E., Réthelyi, J., Danis, I., Skrabski, Á., Kopp, M. (2008). A megküzdés dimenziói. A konfliktusmegoldó kérdőív hazai adaptációja. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 9 (3), 217–241.

²⁴ Radloff, Lenore S. (1977). The CES-D Scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied-Psychological-Measurement*; 1977, 1(3), 385-401.



Vizsgálati eredmények

Minta

A vizsgálati minta képző intézmények szerinti megoszlása

Intézmény	Válaszadók száma (fő)	Válaszadók aránya (%)
EKF	142	17,9
ELTE	97	12,2
KRE	103	13
SZTE	88	11,1
BCE	315	39,8
Intézményhez rendelhető hallgatók (részösszeg)	745	94,1
Intézményi affiliáció tekintetében besorolatlan válaszadók	47	5,9
Összesen	792 fő	100,00%

A vizsgálati személyek életkora

A vizgálati személyek átlag életkora 23,3 év, szórása 5,1 év. Az életkori átlagok intézmények közötti eltéréseinek vizsgálata ($p < 0.003$) szignifikáns különbséget eredményezett.

Intézmény	Válaszadók életkora (év, átlag)	Szórás (év)
BCE	22,6	4,1
EKF	24,1	6,1
ELTE	22,1	4,4
KRE	24,4	5,9
SZTE	22,9	3,5
Teljes minta	23,3	5,1

A mintában az ELTE és a BCE valamint az SZTE hallgatói átlagosan mintegy két évvel fiatalabbak a BKF és a KRE válaszadóinál.

Felsőoktatásban töltött időszak, lezárt szemeszterek száma

A felsőoktatási tapasztalat (összesen felsőoktatási környezetben töltött félévek száma) alapján a minta ($p < 0.000$) szignifikáns különbséget mutat. A KRE és az SZTE hallgatók rendelkeznek több tapasztalattal (átlagosan egy félévvel több a BCE és BKF illetve az ELTE hallgatóival összevetve).

Intézmény	Felsőoktatásban töltött szemeszterek száma (átlag)	Szórás
BCE	5,6	3,7
EKF	5,6	3,9
ELTE	5,5	3,9
KRE	6,2	4,6
SZTE	6,8	4,1
Teljes minta	5,8	3,9

A lezárt szemeszterek számát tekintve nincs szignifikáns különbség a vizsgálatban résztvevő intézmények hallgatói között. Átlagosan öt érvényesen lezárt félévvel rendelkeznek. (5,1 szórása 3,9)

Intézmények	Lezárt szemeszterek (átlag)	Szórás
BCE	5,2	3,6
EKF	4,9	3,7
ELTE	4,6	4,0
KRE	5,3	4,6
SZTE	5,9	4,2
Teljes minta	5,1	3,9

Az eredmények alapján valószínűsíthető, hogy a hallgatók az alapképzés (BA) kimeneti szintjén állnak. Dönteniük kell, hogy tanulmányaikat mesterképzési (MA, Msc) szinten folytatják (osztatlan képzés esetén a megfelelő specializációról döntenek) vagy a munkavállalás kérdésével foglalkozzanak. Az alapképzéses hallgatók ebben az életszakaszban az alapidiploma készítésével, kötelező szakmai gyakorlatának abszolválásával küzdenek.

A hallgatói minta képzési ágak szerinti megoszlása

A minta leírásában a szakonkénti elemzés (a túl alacsony al minta-elemszámok miatt) statisztikai szempontból nem volt kivitelezhető.

Képzési ág	Gyakoriság (fő)	Arány (%)
agrár	104	13,1
bölcsész	108	13,6
gazdasági	133	16,8
informatika	51	6,4
művészeti	16	2,0
orvos-egészségtudományi	31	3,9
pedagógus	87	11
társadalomtudomány	164	20,7
természettudomány	48	6,1
besorolható (részösszeg)	742	93,7
nem besorolható	50	6,3
Mindösszesen	792	100

Ahol az al minta-méretet ezt lehetővé tették, a képzési ágak szerinti besorolás alapján végeztünk összehasonlításokat. A képzési ágak csoportosítása a felvi.hu²⁵ oldalon elérhető.

²⁵ Képzési ágak besorolási rendje: a felvi.hu szakleírások csoportosítási szempontjai alapján: http://www.felvi.hu/felveteli/szakok_kepzesek/szakleirasok/Szakleirasok/index.php/szakleirasok/index

A hallgatók életvezetésével és tanulmányaival összefüggő kihívások, problémák

A hallgatói életvitellel kapcsolatos problémák, jellemzőik

Vizsgálatunkban a résztvevőktől szabad szöveggént kértük az elmúlt félévekre vonatkozóan három megterhelő életesemény megadását. A szövegek szógyakorisági elemzésének összegzése a következő szófelhőben jeleníthető meg:

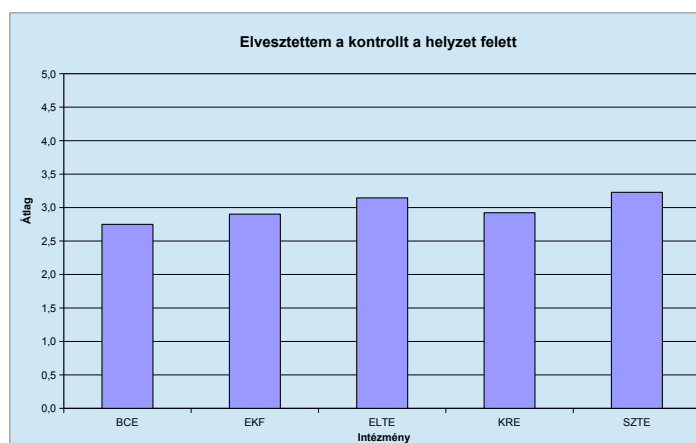


A válaszokban megjelenő egyedi szempontok nagyon változatosak, de a felmérés következő blokkjában hatfokú skálán kérdezett területekkel jól jellemezhetők. Az általunk javasolt kategóriákon kívül megjelenik a problémát jelentő tényezők között a **későbbi elhelyezkedéstől való félelem, a nyelvtanulás és a munka-tanulás összeegyeztethetőségének kérdése**. Ezek a problémák statisztikai szempontból a minta 1-3 százalékát jellemzik.

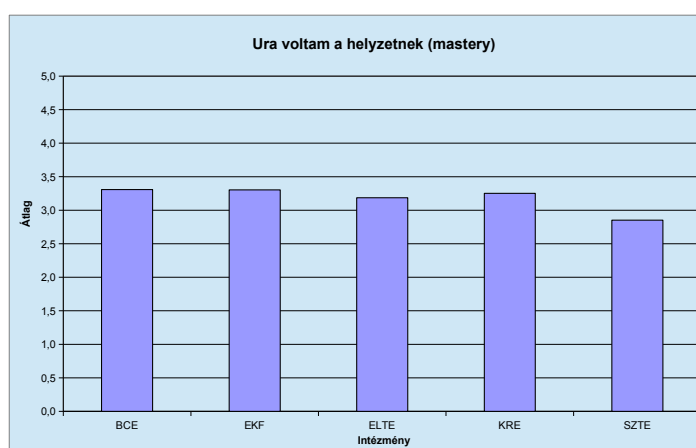
Az egyéni szempontok mentén legsúlyosabbnak ítélt problémák szubjektív fontossága a hallgatók életvezetése szempontjából ötfokú skálán 3,2 pontos átlagértékben (szórás 1,3 pont) jelentenek megterhelést a hallgatók számára. Az intézmények között szignifikáns eltérés nem volt kimutatható.

Az eseményekkel kapcsolatban megélt kontrollvesztés élményéről a teljes minta 2,9 pontos átlag (1,34 pont szórás) értéket jelzett vissza. Az intézmények közötti összehasonlítás szignifikáns különbséget jelzett ($p < 0,05$).

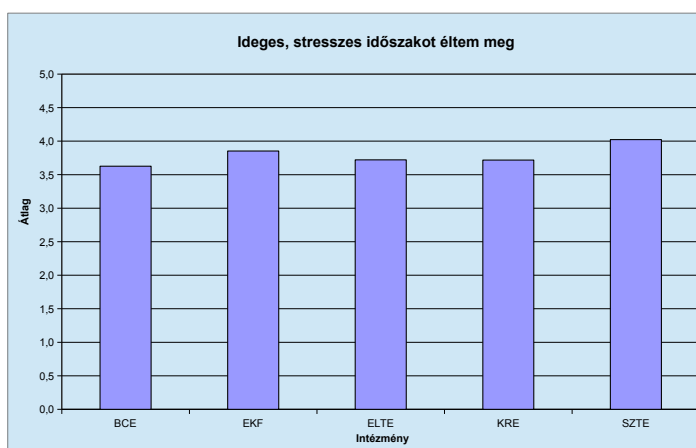
A két nagylétszámú egyetem, az SZTE (átlag=3,23, szórás=1,49) és ELTE (átlag=3,144 szórás=1,2499) esetében az egyedi életesemények során a hallgatók jelentősebb mértékben élték meg a kontrollvesztés élményét.



Az életesemény eltérő mértékben tette feszültté a hallgatókat. Itt is az SZTE (átlag 4,023, szórás 1,2222) hallgatók csoportja jelezte a legmagasabb értéket, őket követi az EKF (átlag 3,852 szórás 1,2545) hallgatók csoportja. Az ELTE ebben az összehasonlításban a harmadik helyre sorolódik. (átlag 3,722, szórás 1,3050) Az intézmények közötti összehasonlítás tendenciaszintű eltérést jelez. ($p < 0,08$)



A problémahelyzetekhez kapcsolódó „mastery” élmény (ura volt a helyzetnek, saját erőből megoldotta a problémát) az intézmények közötti összevetésben szignifikáns különbségeket eredményez ($p < 0,05$). Az SZTE (átlag=2,852, szórás=1,2644) és az ELTE (átlag=3,186, szórás= 1,1024) hallgatói jelezték a „mastery” élmény alacsonyabb szintjét a csoportban.



A hallgatókat érintő problémahelyzetek vizsgálatának kvantitatív eljárásaként egy előre összeállított problémalistával kapcsolatban kértünk visszajelzést hatfokú Likert-skála alkalmazásával. (1=az adott esemény egyáltalán nem jelent meg az elmúlt fél év során, 6=az adott esemény nagyon súlyosan érintett).

A teljes mintára vonatkozó terhelési adatok alapján látható, hogy a legnagyobb megterhelést a tanulmányok (azok mennyisége, követelmények, kilátásai) illetve a szabadidő hiánya, a programok szervezésével kapcsolatos nehézségek okozzák.

Problématípusok	Átlag	Szórás	Válaszadók száma (fő)
Partnerrel kapcsolatos problémák (kommunikációs, szexuális, egyéb)	2,81	1,80	790
Háztartásvezetés (feladatok megosztása, teendők mennyisége, stb.)	2,77	1,45	792
Tanulmányok (mennyisége, követelmények, kilátások, stb.)	3,85	1,38	792
Gyermekekkel kapcsolatos problémák (nevelés, gondozás, viszony hozzájuk)	1,22	0,75	786
Pénzügyi helyzet (pénzhiány, adósságok)	3,12	1,64	789
Szabadidő hiánya, programok szervezésével kapcsolatos gondok	3,56	1,48	792
Társas kapcsolatok (barátok, ismerősök, szomszédok, stb.)	2,94	1,43	788
Lakáshelyzet (pl. lakás mérete, zaj, kedvezőtlen fekvés stb.)	2,48	1,60	784
Családi problémák (szülőkkel, hozzátartozók ápolásával, ellátásával kapcsolatban)	2,74	1,70	790
Egészségügyi problémák (tartós betegségek, balesetek, egyéb eu. problémák)	2,34	1,55	792

Az eredmények a következő területen rajzolnak ki intézményspecifikus eltéréseket:

A partnerkapcsolatok területén a skála elméleti középértéke (3 pont) feletti szint-ről számolnak be az SZTE hallgatói, és szignifikánsan különböznek a résztvevő további intézmények hallgatóitól (ANOVA, $F=3,033$ $p<0,05$).

Partnerrel kapcsolatos problémák (kommunikációs, szexuális, egyéb)	Intézmény	Átlag	Szórás	Válaszadók száma (fő)
	BCE	2,75	1,75	314
	EKF	2,87	1,83	142
	ELTE	2,51	1,71	97
	KRE	2,68	1,74	102
	SZTE	3,35	1,95	88

A hallgatók által fenntartott háztartások működtetése a skála elméleti középértékénél alacsonyabb szinten jelent problémát, az intézmények között nincs szignifikáns különbség.

Háztartásvezetés (feladatok megosztása, teendők mennyisége, stb.)	Intézmény	Átlag	Szórás	Válaszadók száma (fő)
	BCE	2,70	1,43	315
	EKF	2,95	1,50	142
	ELTE	2,64	1,33	97
	KRE	2,85	1,45	103
	SZTE	2,78	1,60	88

A tanulmányi terheléssel kapcsolatban a skála középértékénél magasabb szintet jelölnek meg a vizsgálatba bevont hallgatók. A tanulmányok mennyisége, a követelmények és a pályára lépés lehetőségei tekintetében az SZTE hallgatói jeleznek több problémát. A látogatott szakok tekintetében nem alkotnak homogén mintát a Szegedi Tudományegyetemről válaszoló hallgatók. Az orvosi, a jogi, az állatorvosi vagy a bölcsészettudományi szakokról egyaránt kaptunk visszajelzéseket, így az eredményekből nem következtethetünk arra, hogy egyes képzési területek vagy képzési programok lennének a felelősek a hatásért (ANOVA $F=2,095$, $p<0,05$).

Tanulmányok (mennyisége, követelmények, kilátások, stb.)	Intézmény	Átlag	Szórás	Válaszadók száma (fő)
	BCE	3,90	1,29	315
	EKF	3,76	1,44	142
	ELTE	3,80	1,26	97
	KRE	3,74	1,53	103
	SZTE	4,31	1,40	88

A családi kötelezettségek, azon belül is gyermekneveléssel kapcsolatos nehézségek az EKF és ELTE hallgatói esetében jelentenek problémát. Az összes intézmény hallgatóinak visszajelzése ugyanakkor a skála alsó tartományába esik, ritkán felmerülő problémát jelezve (ANOVA $F=3,006$, $p<0,05$).

Gyermekekkel kapcsolatos problémák (nevelés, gondozás, viszony hozzájuk)	Intézmény	Átlag	Szórás	Válaszadók száma (fő)
	BCE	1,14	0,60	311
	EKF	1,37	0,99	142
	ELTE	1,31	0,89	97
	KRE	1,15	0,50	102
	SZTE	1,21	0,61	87

A pénzügyek tekintetében is szignifikáns eltérést találunk az intézmények hallgatói között. Elsősorban az EKF és KRE hallgatók látják pénzügyi helyzetüket problémásabbnak (ANOVA $F=4,426$, $p<0,05$).

Pénzügyi helyzet (pénzhiány, adósságok)	Intézmény	Átlag	Szórás	Válaszadók száma (fő)
	BCE	2,91	1,59	313
	EKF	3,57	1,73	141
	ELTE	3,04	1,64	97
	KRE	3,30	1,71	103
	SZTE	3,02	1,52	88

A szabadidő hiánya, a szabadidő szervezésével és eltöltésével kapcsolatos problémák, valamint a társas kapcsolatok (barátokkal, ismerősökkel, szomszédokkal való viszony) azonos mértékben jelentenek terhelést a különböző intézmények hallgatóinak. Szignifikáns különbséget nem találtunk a csoportok között.

Szabadidő hiánya, programok szervezésével kapcsolatos gondok	Intézmény	Átlag	Szórás	Válaszadók száma (fő)
	BCE	3,52	1,46	315
	EKF	3,77	1,53	142
	ELTE	3,55	1,40	97
	KRE	3,64	1,45	103
	SZTE	3,47	1,55	88

A hallgatók számára a lakhatás fizikai környezete (lakás mérete, zaj, fekvés stb.) a skála középső értékénél kisebb problémát okoz. A csoportok között nincs szignifikáns eltérés.

Lakáshelyzet (pl. lakás mérete, zaj, kedvezőtlen fekvés stb.)	Intézmény	Átlag	Szórás	Válaszadók száma (fő)
	BCE	2,51	1,62	310
	EKF	2,57	1,65	142
	ELTE	2,40	1,57	96
	KRE	2,73	1,64	102
	SZTE	2,26	1,56	87

Szintén a skála elméleti középértékének tekinthető övezetben mozog a származási családdal kapcsolatos nehézségek köre (pl. szülőkkel, hozzátartozók ápolásával, ellátásával kapcsolatos problémák).

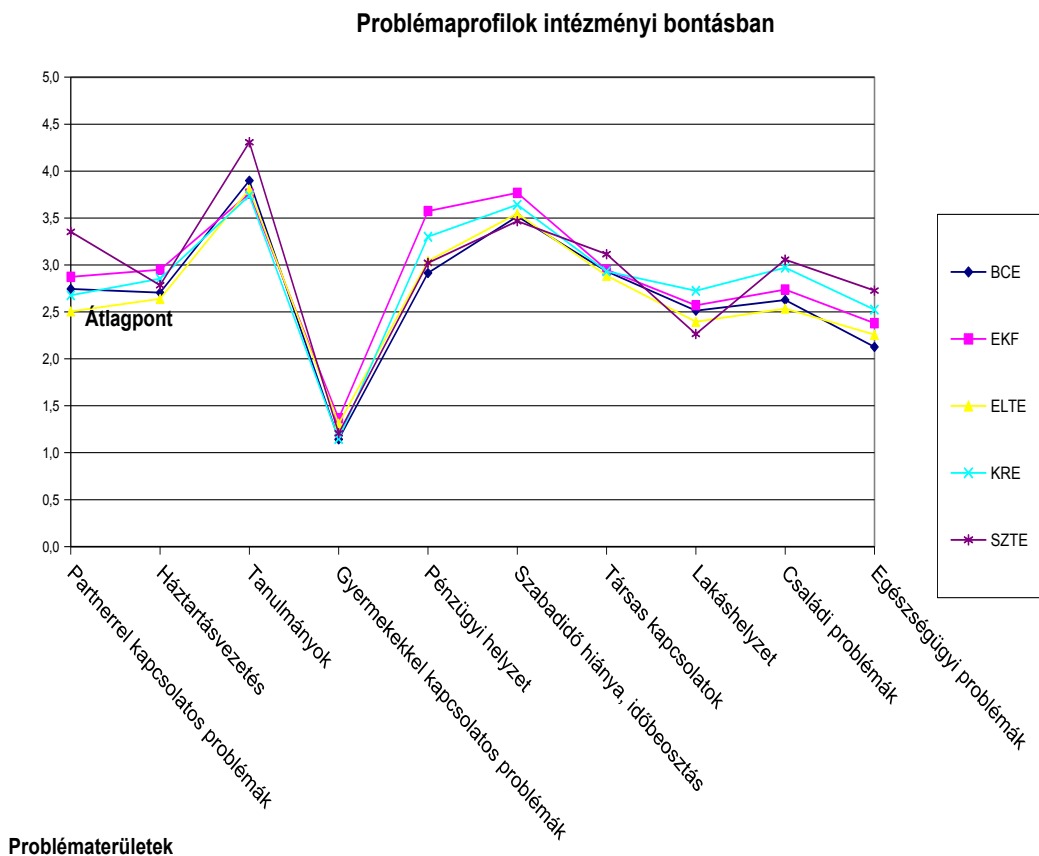
Ezen a téren az SZTE és KRE hallgatói a többi csoporthoz képest tendencia szinten magasabb értéket jeleznek. Legkevésbé szenvednek ettől a problémától az ELTE hallgatói (ANOVA $F=1,959$, $p<0,099$).

Családi problémák (szülőkkel, hozzátartozók ápolásával, ellátásával kapcsolatban)	Intézmény	Átlag	Szórás	Válaszadók száma (fő)
	BCE	2,63	1,62	314
	EKF	2,74	1,70	141
	ELTE	2,54	1,59	97
	KRE	2,97	1,78	103
	SZTE	3,06	1,87	88

Az egészségügyi problémák tekintetében is a skála középértéke alatti mértékről számolnak be a hallgatók. Ugyanakkor a SZTE hallgatói a teljes mintán belül szignifikánsan magasabb szintet jeleznek egészségügyi problémák (tartós betegségek, balesetek és egyéb egészségügyi problémák) területén (ANOVA $F=3,363$, $p<0,05$).

Egészségügyi problémák (tartós betegségek, balesetek, egyéb eu. problémák)	Intézmény	Átlag	Szórás	Válaszadók száma (fő)
	BCE	2,13	1,47	315
	EKF	2,38	1,54	142
	ELTE	2,26	1,48	97
	KRE	2,52	1,63	103
	SZTE	2,73	1,65	88

A vizsgálatban résztvevő felsőoktatási intézmények hallgatói által jelzett problémákat egy összegző profil-ábra formájában is közzétesszük.



A felsőoktatási tanulmányokhoz kapcsolódó hallgatói én-hatékonyság élménye és a tanulmányokra vonatkozó attitűdök

A hallgatók felsőoktatási tanulmányokkal kapcsolatos én-hatékonyság élményének vizsgálatára Schwarzer/Jerusalem (1999, 72) hallgatói én-hatékonyság skálájának adaptált változatát alkalmaztuk. A kérdéssor Cronbach-alfa mutatója 0,838.

Vizsgálatunk keretében a felsőoktatási tanulmányokkal kapcsolatban tíz kérdést fogalmaztunk meg annak feltárására, hogy milyen attitűdökkel viszonyulnak a hallgatók a választott területükhöz, intézményükhöz.

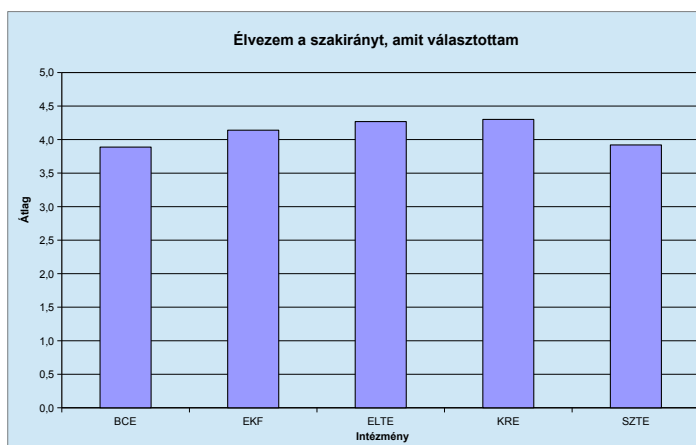
Tanulmányokra vonatkozó attitűdök	N	Átlag	Szórás
Élvezem a szakirányt, amit választottam.	792	4,03	1,03
Gyakran megkérdőjelezem, hogy jó irányt választottam-e.	792	2,41	1,39
Szeretném, ha a tanult tárgyai összeállításában nagyobb szabadságom lenne.	792	3,42	1,31
Szeretném, ha időben rugalmasabban oszthatnám be a tanulmányaim.	792	3,79	1,28
A tanulmányi követelmények teljesíthetők, csak a vizsgaidőszak stresszes.	792	3,59	1,17
A tanulnivaló mennyiségével könnyen megbirkózom.	792	3,18	1,08
Diáktársaimhoz képest többször élek át stresszt, megterhelő helyzeteket.	792	2,72	1,36
Néha félek tőle, hogy meg kell szakítanom a tanulmányaimat.	792	2,26	1,45
Másokkal összevetve eredményesnek tartom magam a tanulmányaimban.	792	3,56	1,12

A hallgatói attitűdökről megállapítható, hogy a hallgatók az elméleti 2,5 pontos átlagnál magasabb értékelést adnak, ha arról kérdezzük őket, mennyire szeretik a szakirányukat, több szabadságot igényelnének-e a tanegységlisájuk összeállításában, szeretnék-e rugalmasabb időbeosztást. Összefoglalóan elmondható továbbá, hogy a nehézségek ellenére a hallgatók a tanulnivaló mennyiségével könnyen megbirkóznak, a vizsgaidőszak terhelését kivéve teljesíthetőnek látják a feltételeket és másokkal összevetve eredményesnek látják magukat a tanulmányaik során.

Intézmények közötti összevetésben a következő témákban találunk szignifikáns eltéréseket:

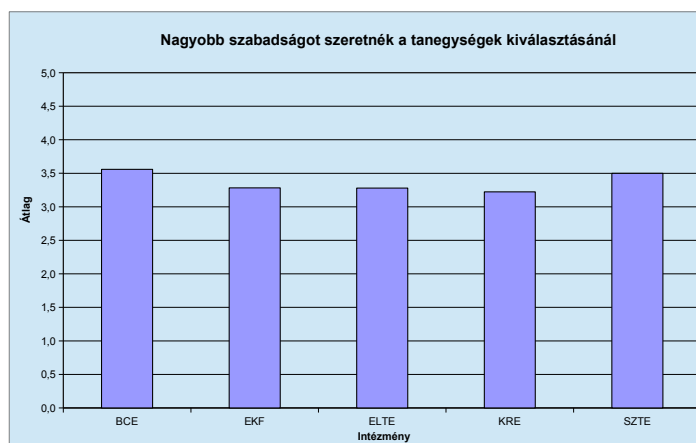
- mennyire élvezik a hallgatók az általuk választott szakirányt (ANOVA $F=5,425$ $p<0,001$)
- tendencia szinten megjelenik, hogy a hallgatók eltérő mértékben igénylik a modulok kiválasztásának lehetőségében a nagyobb kombinációs szabadságot (ANOVA $F=2,270$ $p<0,060$)
- a tanulmányi követelmények teljesíthetők, csak a vizsgaidőszak stresszes (ANOVA $F=3,380$, $p<0,05$)
- tendencia szinten eltér, hogy mennyire tűnik megvalósíthatónak a tananyag mennyiségének feldolgozása (ANOVA $F=2,087$, $p<0,08$)
- eltérő szinten jellemző a hallgatókra, hogy mennyire félnek attól, hogy tanulóanyagukat félbe kell szakítaniuk – a drop-out folyamatát beindító gondolatok megjelenése (ANOVA $F=6,158$, $p<0,001$)

A KRE és az ELTE hallgatói élvezik leginkább a választott szakirányukat. Őket az EKF hallgatók követik és az SZTE és a BCE hallgatói zárják a sort.



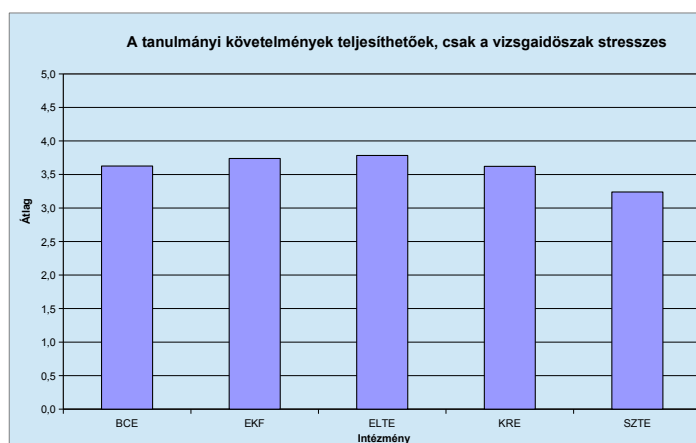
Az intézmények között nincs szignifikáns különbség abban, hogy a hallgatók milyen gyakran kérdőjelezzik meg a szak- és intézményválasztásukat. Az ötfokú skálán átlagosan 2,4-2,7 pont közötti sávban találhatók a vélemények.

Javítana a hallgatók intézményükre vonatkozó értékelésében, ha a tanulmányok során nagyobb szabadságot élveznének a tanegységek/modulok kombinációjában. A BCE és SZTE hallgatók számára különösen fontos (egyben szignifikáns elérést eredményező) szempont lenne az egyénre szabható tanulmányi rend.

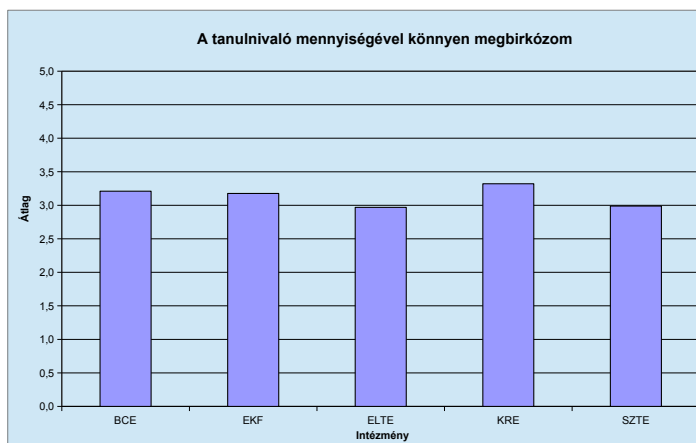


A tanulmányok rugalmasabb beosztásának lehetősége iránti igény mind az öt felsőoktatási intézményben megjelenik, az intézmények közötti összehasonlításban szignifikáns eltérés nem tárható fel.

A tanulmányi terhelés és a vizsgaidőszak stressze tekintetében az ELTE és az EKF hallgatók jeleznek magasabb szintű kihívást, őket a KRE és BCE hallgatók követik, majd az SZTE zárja a sort.

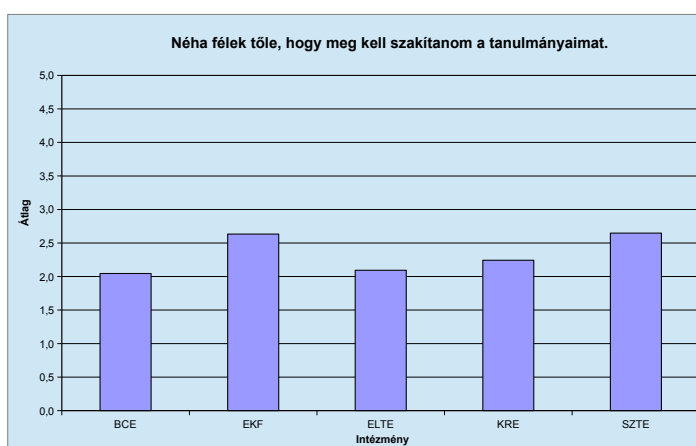


A tanulnivaló mennyiségével saját bevallásuk szerint a KRE hallgatói illetve a BCE és EKF hallgatói birkóznak meg legkönnyebben. Az ELTE és az SZTE hallgatói számára az információmennyiség megterhelőbbnek bizonyul. Az intézmények közötti különbségek csak tendenciajellegűek.



Az átélt stressz mértéke (diáktársakhoz viszonyított, szubjektív érték) szempontjából az intézmények között nem volt szignifikáns eltérés, az eredmények a skála közepes tartománya ("átlag") körül csoportosulnak.

A hallgatói mintán belül szignifikáns különbséget kapunk a lemorzsolódás lehetőségétől való félelem kérdésében. Az SZTE és EKF hallgatói számolnak be erről a gondolatról szignifikánsan magasabb mértékben ($p < 0,001$).

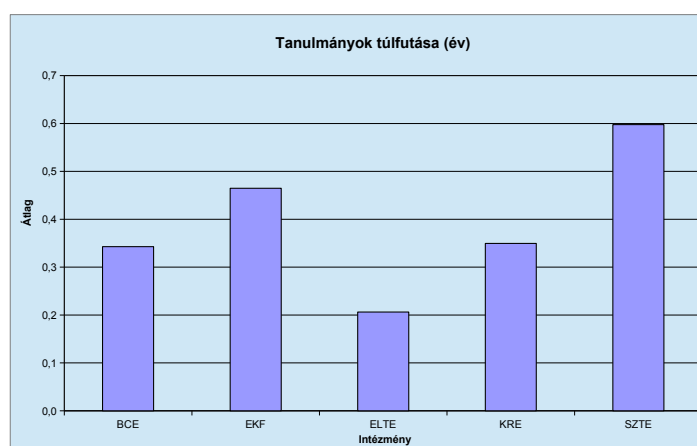


A tanulmányok eredményességére vonatkozó gondolatok tekintetében nincs szignifikáns eltérés a teljes mintán belül az intézmények között. Másokkal összevetve átlagosan eredményesnek tartják magukat az öt felsőoktatási intézményben megkérdezett hallgatók.

Nem mutatható ki szignifikáns különbség a főiskolai/egyetemi társaságba történő integrációt vizsgáló kérdés esetében sem. A skála középső tartományát használták valamennyi intézmény hallgatói a visszajelzéshez.

Tanulmányi idő túllépése, halogatás

A tanulmányi idő túllépése tekintetében szignifikáns különbségeket (ANOVA $F=4,134$ $p<0,05$) találunk az intézmények között. Az SZTE és az EKF hallgatói jeleznek jelentősebb lemaradást a tanulmányok tervezett és valós üteme között. (A lemaradás átlagos értéke fél év körül mozog a teljes mintán.)



Hallgatók által jelzett segítségigény témakörei

A tanulmányi és teljesítményproblémák a teljes mintában a skála középpontjához közeli sávban mozognak. Minden felsőoktatási intézményre jellemzőnek tekinthető, hogy a tanulmányokkal kapcsolatos szervezési feladatok, időgazdálkodás, a vizsgák okozta megterhelés a hallgatók értékelése szerint közepes mértékű támogatást igénylő feladatnak bizonyul. (Összevetve a többi, segítséget igénylő helyzettel ugyanakkor a második legfontosabb témának tekinthető a tanulmányok lezárásával kapcsolatos nehézségek után.) A Likert-skálák segítségével gyűjtött eredmények összhangban állnak

a hallgatók által szabad válaszlehetőségekként leggyakrabban említett problémátípusokkal. Elsősorban az időgazdálkodás és munkaszervezés kérdései képezik a hallgatókat túlterhelő tényezőket.

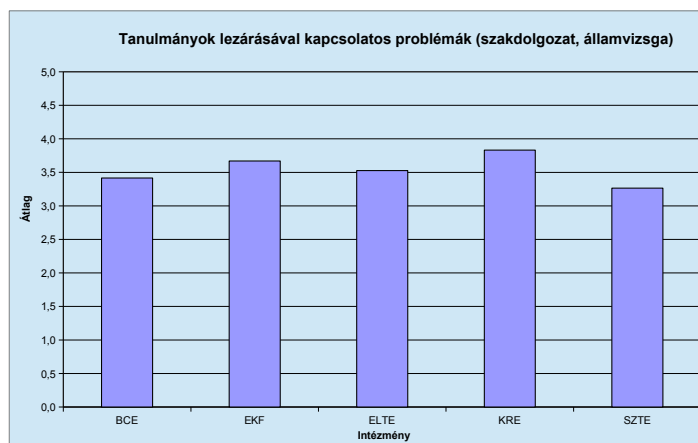
A tanulmányok lezárásával, államvizsgával és szakdolgozattal kapcsolatos problémák jelentik a hallgatók legkritikusabb élethelyzetét.

Hallgatók által jelzett segítségigény	N	Átlag	Szórás
Tanulmányi és teljesítményproblémák	791	2,91	1,44
Tanulmányok lezárásával kapcsolatos problémák	786	3,52	1,29
Pszichoszomatikus zavarok	791	2,62	1,50
Tartós fáradtság, kimerültség	790	2,86	1,47
Szorongás	789	2,87	1,47
Depressziós hangulat	788	2,33	1,47
Alkohol- vagy drogproblémák	788	1,28	0,76
Túlzott internethasználat	788	1,81	1,14
Identitásproblémák, önértékelési gondok	788	2,30	1,41
Társas kapcsolati problémák	784	2,26	1,38

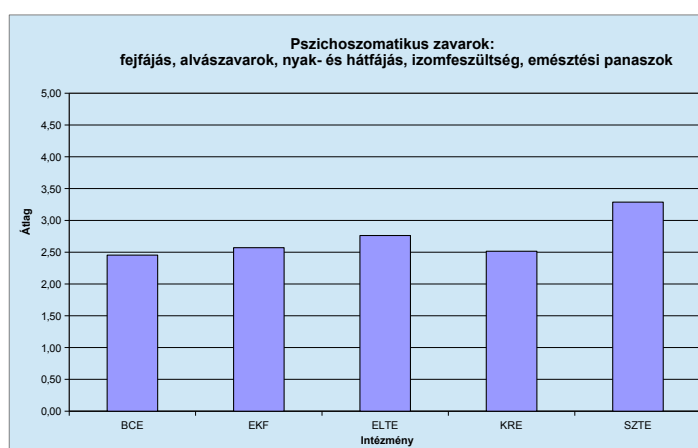
Intézmények közötti szignifikáns eltérést a tanulmányok lezárásával, a szakdolgozattal és államvizsgával (ANOVA $F=3,356$, $p<0,05$), pszichoszomatikus zavarokkal kapcsolatban (ANOVA $F=5,755$, $p<0,05$), tartós fáradtság, kimerültség területén (ANOVA $F=2,784$, $p<0,05$), szorongásos problémák (vizsgákra, jövőre vonatkozóan ANOVA $F=10,535$, $p<0,001$), depressziós tünetek miatt (ANOVA $F=10,692$, $p<0,001$), tendencia szinten alkohol- és szerhasználati problémák miatt (ANOVA $F=2,181$, $p=0,069$), identitásproblémák és önértékelési gondok miatt (ANOVA $F=5,902$, $p<0,001$), társas kapcsolati problémák (szülőkkel, partnerekkel, barátokkal való problémák ANOVA $F=14,993$, $p<0,001$) témakörében mértünk.

Tanulmányi teljesítmény területén igényelt támogatás mértéke a skála elméleti középértéke körül mozog. Az intézmények között nincs szignifikáns eltérés e területen.

A tanulmányok zárásával kapcsolatos segítségigényről a KRE hallgatói az átlagosnál magasabb, az SZTE hallgatói az átlagosnál alacsonyabb szinten számolnak be ($p < 0,05$).



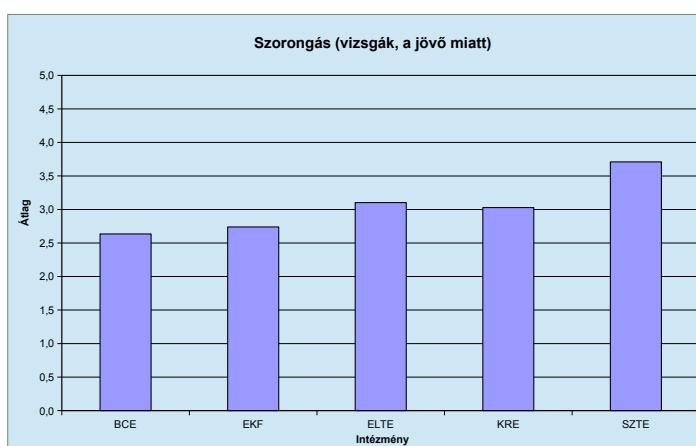
Pszichoszomatikus jellegű problémák (fejfájás, alvászavarok, nyak- és hátfájás, izomfeszülés és emésztési panaszok) tekintetében a minta a skála átlagos övezetét használja, ugyanakkor szignifikánsan nagyobb mértékben keresnének az SZTE hallgatói segítséget ilyen típusú problémáik megoldásában ($p < 0,05$). Az intézmények közötti összevetésben a különbség szignifikáns.



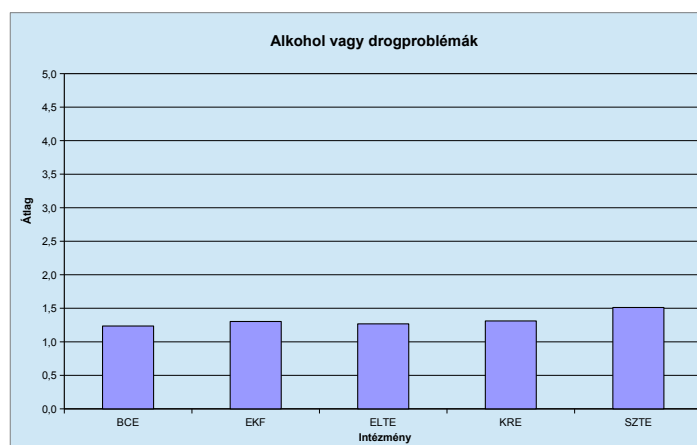
A tartós fáradtság, kimerültség kapcsán is az SZTE hallgatói keresnének támogatást. A második leginkább igénybevett csoport az ELTE hallgatóké. A csoportok közötti különbség szignifikáns ($p < 0,05$). A teljes minta a skála középértéke körüli értékeket jelez vissza.



Hangulati zavarokkal, depressziós tünetekkel kapcsolatban a teljes minta az átlagosnál kisebb valószínűséggel venne igénybe támogatást. A csoportok közötti különbség ugyanakkor szignifikáns ($p < 0,001$). Az SZTE hallgatói jelzik közepes valószínűséggel a szolgáltatástípus iránti igényüket.

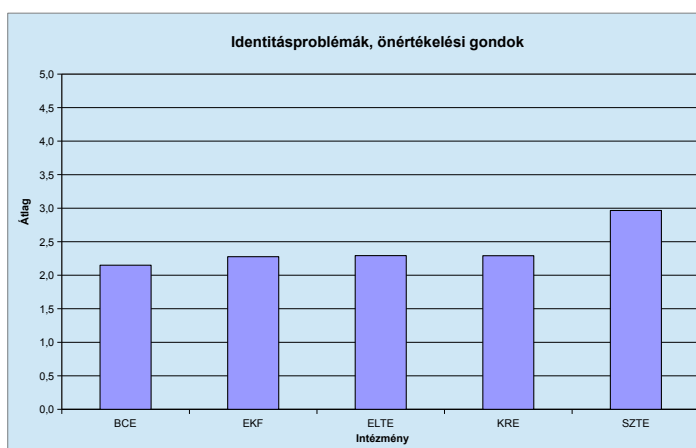


Az alkohol- és drogfogyasztás beavatkozást igénylő problémaként történő megítélése a teljes mintában kevésbé jellemző (az ötfokú skálán átlagosan 1,29 pont, szórása 1,4 pont), az intézmények közötti különbségek a kapcsolódó szolgáltatások iránti igényben ugyanakkor tendenciaszinten jelen vannak ($p=0,069$). Legnagyobb valószínűséggel az SZTE hallgatói vennének igénybe a szerhasználattal kapcsolódó tanácsadó szolgáltatást.



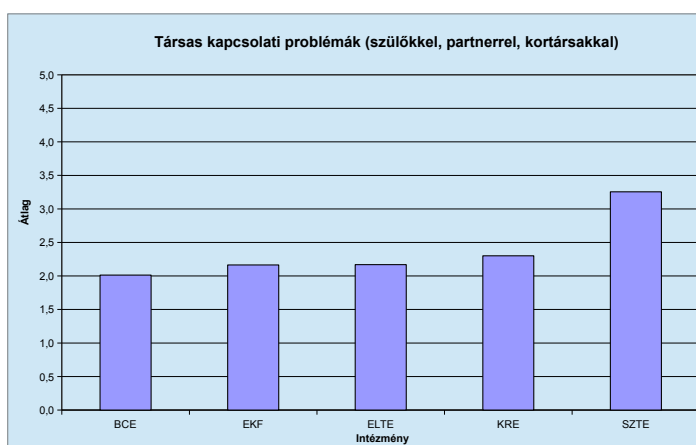
Az internet túlzott használatával kapcsolatos probléma és emiatt tanácsadási segítség igénybevételének szándéka nem jellemző a vizsgált mintára. A csoportok közötti különbség nem igazolható, a probléma miatti segítségigény átlaga 1,8 pont az ötfokú skálán (a szórás 1,14 pont).

Az identitáshoz, önértékeléshez kapcsolódó problémák rendezésében segítség igénybevételének valószínűsége (teljes minta átlaga 2,37 pont, szórása 1,41 pont) a skála középértékénél alacsonyabb, az intézmények közötti különbség ugyanakkor szignifikáns ($p < 0,001$). Az SZTE hallgatói jelzik a szolgáltatás iránti igényüket a többi intézmény hallgatóihoz képest magasabb arányban.



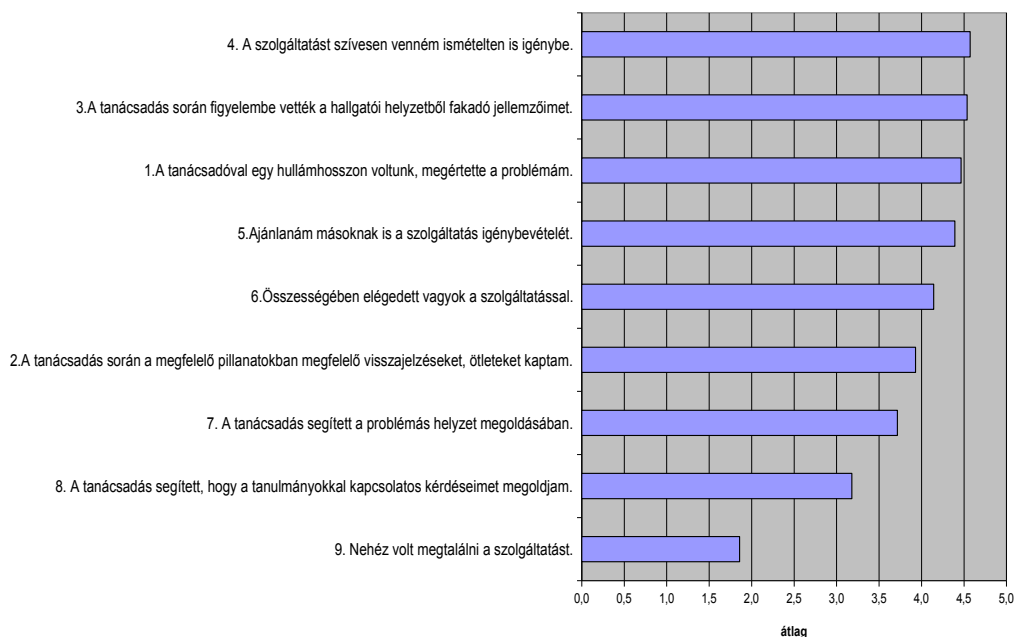
A társas kapcsolati problémák (partnerrel, származási családdal, barátokkal ápoltságok nehézségei) miatt igényelt tanácsadói segítség iránti igény az intézmények között szignifikáns különbségeket eredményez ($p < 0,001$).

Ezúttal is az SZTE hallgatói jeleznek magasabb valószínűséggel igényt a problémára irányuló tanácsadói segítség iránt. A teljes minta átlaga 2,26 pont, szórása 1,37 pont.



Összegezve megállapíthatjuk, hogy a felsőoktatási hallgatók által igényelt segítség a következő mintázatot mutatja:

A pszichológiai tanácsadás értékelése



A hallgatók a tanulmányok lezárásával, illetve a tanulmányokhoz kötődő teljesítményproblémák, valamint szorongás, tartós fáradtság, pszichoszomatikus zavarok miatt vennének igénybe tanácsadói szolgáltatásokat az ötfokú skála közepes értékének megfelelő valószínűséggel.

Ez az eredmény jól magyarázható a hallgatók aktuális élethelyzetével: a megkérdezett hallgatók jellemzően az alapképzési szakasz utolsó fázisában tartanak. Első diplomamunkájuk elkészítésén dolgoznak, a BA és MA átmenet fázisának szorongásait élik át.

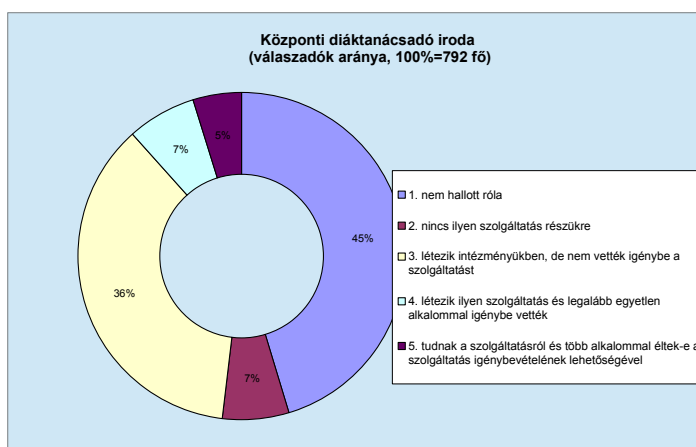
A depresszió, identitásproblémák és társas kapcsolati problémák az átlag alatti, túlzott internethasználat és alkohol vagy drogproblémák miatti segítség igénylése kevéssé jellemző szükségletet takar.

A felsőoktatási tanácsadó szolgáltatások intézményi láthatósága

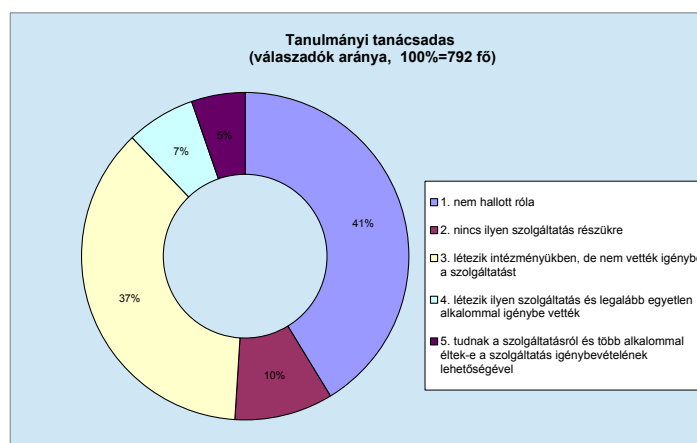
A szolgáltatást nyújtó tanácsadók láthatóságával kapcsolatos kérdéseink arra vonatkoztak, hogy a hallgatók ismerik-e, használják-e a kérdéses tanácsadási szolgáltatásokat:

1. hallottak róla,
2. nincs ilyen szolgáltatás a részükre,
3. létezik az intézményükben, de nem vették igénybe a szolgáltatást,
4. létezik ilyen szolgáltatás és legalább egyetlen alkalommal igénybe vették
5. tudnak a szolgáltatásról és több alkalommal éltek a szolgáltatás igénybevételenek lehetőségével

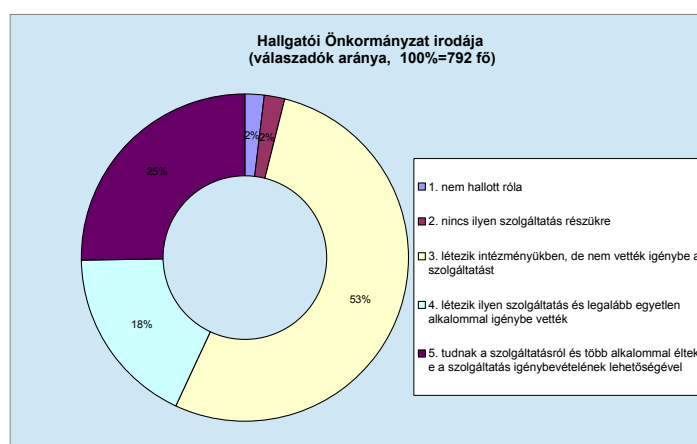
Az eredmények alapján megállapítható, hogy a teljes minta esetében a központi diáktanácsadó szolgáltatásról a megkérdezettek jelentős része nem tud, soha nem is hallott, mindössze elenyésző arányban vette igénybe a központilag biztosított általános jellegű tanácsadási szolgáltatást.



A tanulmányi tanácsadásra vonatkozó kérdés esetében is alacsony a szolgáltatás láthatósága a hallgatók körében. Alig tizedük jelzi, hogy a tanulmányok tervezéséhez kapcsolódóan segítséget vett igénybe a múltban.

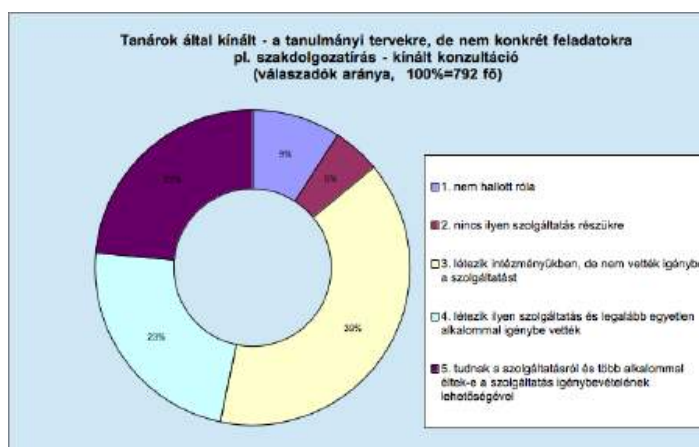


A hallgatói önkormányzat irodája ismertebb a megkérdezettek körében, segítséget ugyanakkor mindössze a megkérdezettek fele kért segítséget a HÖK irodában, és mindössze a hallgatók harmada vette többször igénybe az ott elérhető szolgáltatásokat.

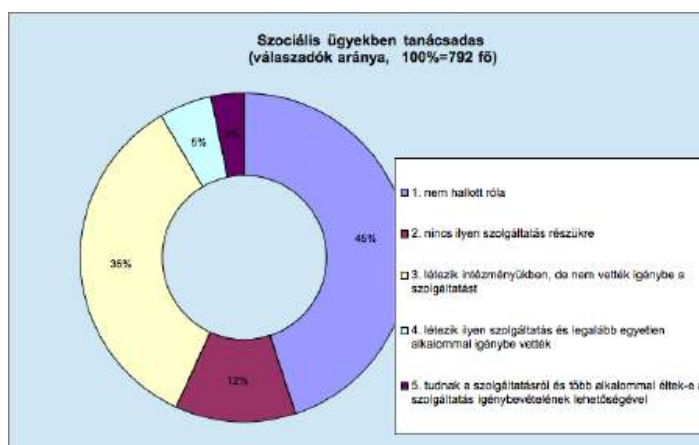


A válaszadók tanulmányaikkal összefüggő problémáikkal elsősorban oktatóiknál keresnek megoldást. A megkérdezettek közel negyede legalább egy alkalommal, szintén egynegyede több alkalommal is kért konzultációs lehetőséget a tanulmányok szervezésével, de nem a konkrét feladatokkal, pl. szakdolgozat megoldásával összefüggésben oktatóinál. Ugyanakkor a hallgatók majd negyven százaléka annak ellenére nem él a lehetőséggel, hogy tud róla, hogy létezik ilyen kínálat az intézmény palettáján.

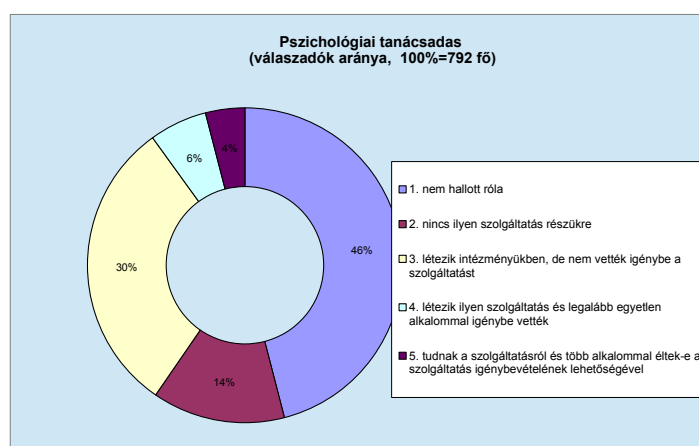
Ez a jelenség a szakdolgozatírás, intenzív kutatási munka és az esetleges szakmai gyakorlatok miatt fokozottan kritikus pályatervezési időszakban nem tekinthető adaptív problémamegoldási stratégiának.



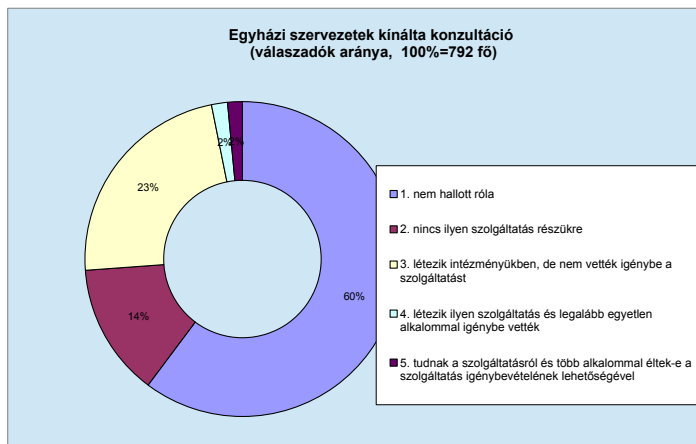
Szociális problémákkal kapcsolatos tanácsadói szolgáltatásról a hallgatóknak majdnem a fele még csak nem is hallott, tizede biztosan állítja, hogy intézményében nincs ilyen szolgáltatás és több mint harmada annak ellenére nem vett igénybe ilyen szolgáltatást, hogy tudja, intézménye felkínálja a lehetőséget. A hallgatók alig öt százaléka próbálta ki legalább egy vagy több alkalommal a tanácsadás e típusát.



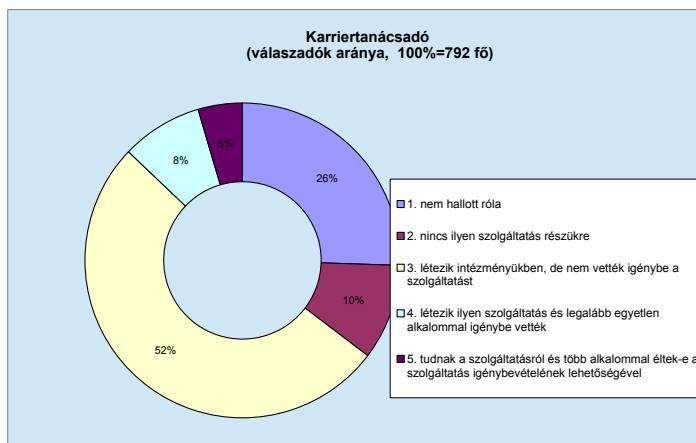
Mintánkban a pszichológiai tanácsadás ismertsége alacsony. A hallgatók szinte fele még soha nem hallott erről a szolgáltatástípusról, harmada szerint az intézményben létezik, de nem vette igénybe. Nagyon alacsony, tíz százalékot sem éri el azoknak az aránya, akik legalább egy alkalommal felkerestek professzionális segítséget életvezetési kérdéseik megoldásában.



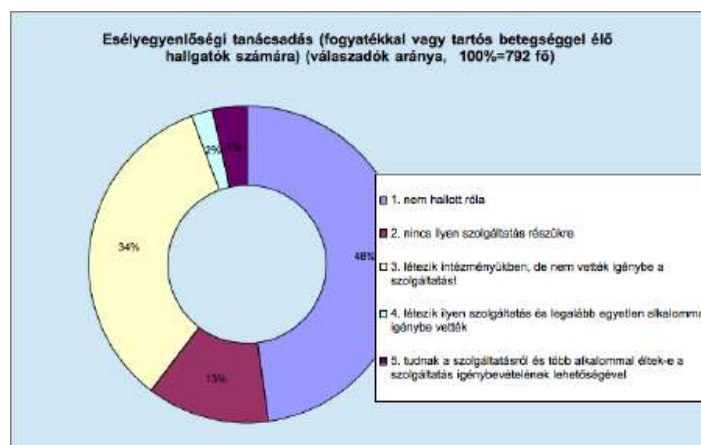
Egyházi szervezetek nyújtotta konzultációs lehetőségről a hallgatók kétharmada nem hallott még intézményével kapcsolatban. Alig több mint egyötödük jelezte, hogy az intézményében van ilyen lehetőség, és csak elenyésző mértékben vannak, akik igénybe is vették.



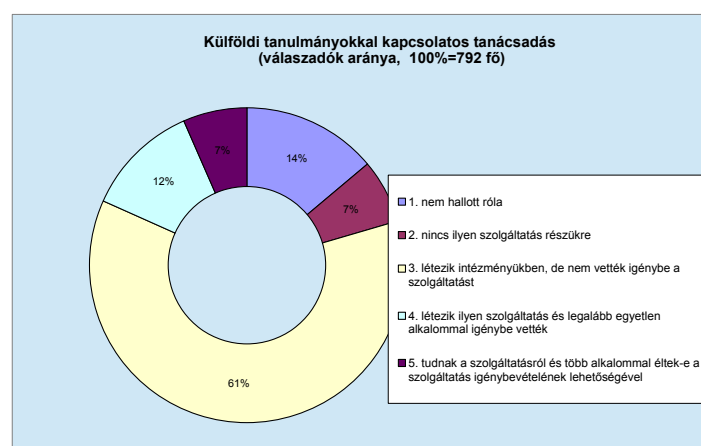
A karriertanácsadó irodák ismertsége a mintán belül viszonylag magasnak tekinthető. A hallgatók több mint fele tudja, hogy van intézményének ilyen szolgáltatása, ugyanakkor nem vette még egyszer sem igénybe. A hallgatók negyede még nem is hallott ilyen szolgáltatásról. A szolgáltatást legalább egy alkalommal kipróbálók aránya alig tíz százalékos a mintában. Az ismételt igénybevétel aránya elenyésző.



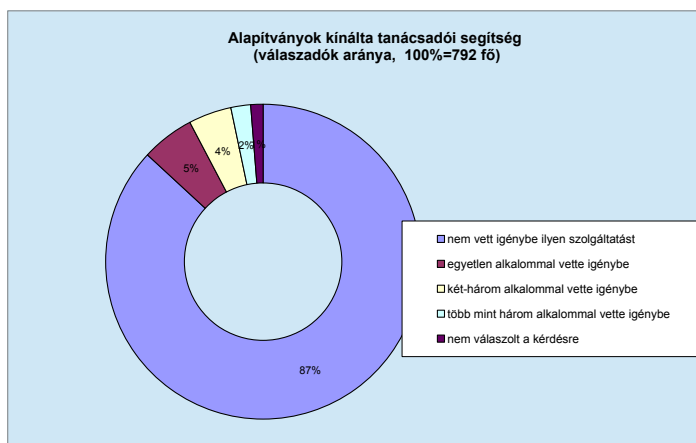
Az esélyegyenlőségi tanácsadók szolgáltatásait a hallgatók majd fele nem ismeri, harmada tudja, hogy létezik az intézményben, de nem vette igénybe. A szolgáltatást használó, esetleg ismételten igénybe vevő hallgatók aránya néhány százalékos.



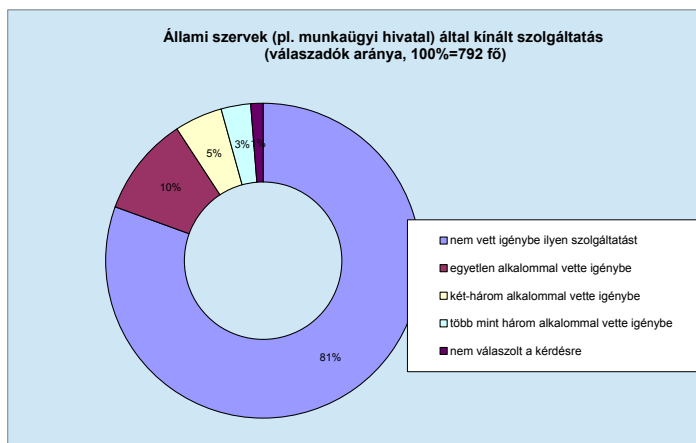
A külföldi tanulmányokkal kapcsolatos tanácsadás ismertsége a mintán belül magasnak tekinthető, a hallgatók majd kétharmada tudja, hogy intézménye kínál ilyen szolgáltatást. Az igénybevétel aránya ugyanakkor alacsonynak tekinthető.



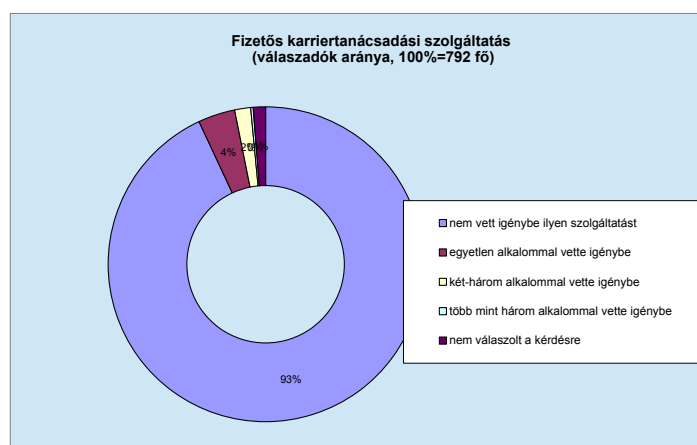
Külső szolgáltatók, például alapítványok kínálta tanácsadási lehetőségekre vonatkozóan a hallgatók jelentős része úgy nyilatkozott, hogy intézményükben ilyen segítség nem érhető el, vagy nem vette igénybe.



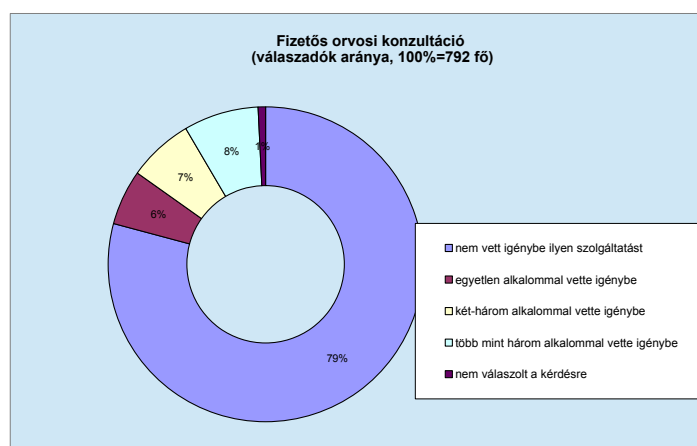
Központi, állami szervek (pl. munkaügyi szervezet) által nyújtott tanácsadási szolgáltatásokkal mérsékelt arányban kerültek kapcsolatba, az intézményekben többnyire nem áll rendelkezésre ilyen típusú együttműködésnek köszönhető szolgáltatás.



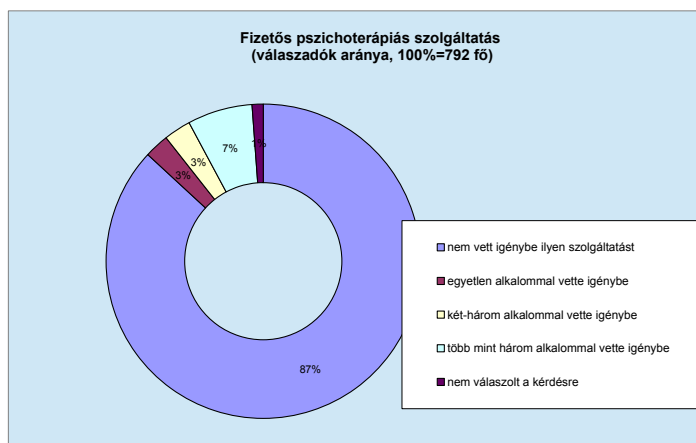
A hallgatók nem találkoztak fizetős karrier-tanácsadói szolgáltatással sem, intézményükben nem létezik, vagy ha kínálják is, nem igénylik a szolgáltatásukat.



A fizetős orvosi konzultáció lehetőségével a hallgatók 21 százaléka élt. Jelentős részük azonban nem tud arról, hogy intézményük ilyen szolgáltatással, szolgáltató partnerrel rendelkezne.



A fizetős pszichoterápiás szolgáltatás lehetőségéről a hallgatók nem számolnak be, nagyon kis létszámban gondolják úgy, hogy létezik ilyen az intézményükben és kevesen vették igénybe ezt a szolgáltatást.



Vizsgálatunk érdekes eredménye, hogy mindösszesen 79 hallgató jelezte a kérdésre, hogy anyaintézménye keretein belül egy vagy több alkalommal igénybe vette a pszichológiai tanácsadás lehetőségét. Egy második ellenőrző kérdésünkre, hogy vett-e részt pszichológiai tanácsadáson. 167 fő válaszolt igennel.

Feltételezhető, hogy 88 válaszadónk külső szakemberhez fordult problémájával. Ez egyben azt is jelzi számunkra, hogy a segítséget kérők mindössze felét tudta támogatni az intézményi tanácsadó hálózat.

Az életvezetési tanácsadó szolgáltatás hallgatói értékelése

A pszichológiai tanácsadást igénybe vevő hallgatók esetében kíváncsiak voltunk arra, hogy milyenek ítélik meg a szolgáltatást. Mennyire elégedettek a segítséggel és hozzájárult-e a támogatás a problémájuk megoldásához, élethelyzetük hatékony rendezéséhez. A vizsgálat során alkalmazott kérdéssor egyetlen faktorba sűríti a tanácsadással kapcsolatos elégedettség és a probléma megoldásában tapasztalt eredményesség kérdéseit, továbbá vizsgálja, hogy a kliensek javasolják-e a szolgáltatás igénybevételét más hallgatótársak számára.



A visszajelzések alapján megállapítható, hogy a pszichológiai tanácsadásban részt vett hallgatók javasolják társaik számára a részvételt, szívesen igénybe vennék a támogatást a későbbiekben is. Összességében elégedettek a szolgáltatással. Speciális, hallgatói helyzetükből fakadó jellemzőiket a tanácsadás során figyelembe vették a szakemberek és képesek voltak egy hullámhosszra kerülni tanácskérőjükkel a munka során.

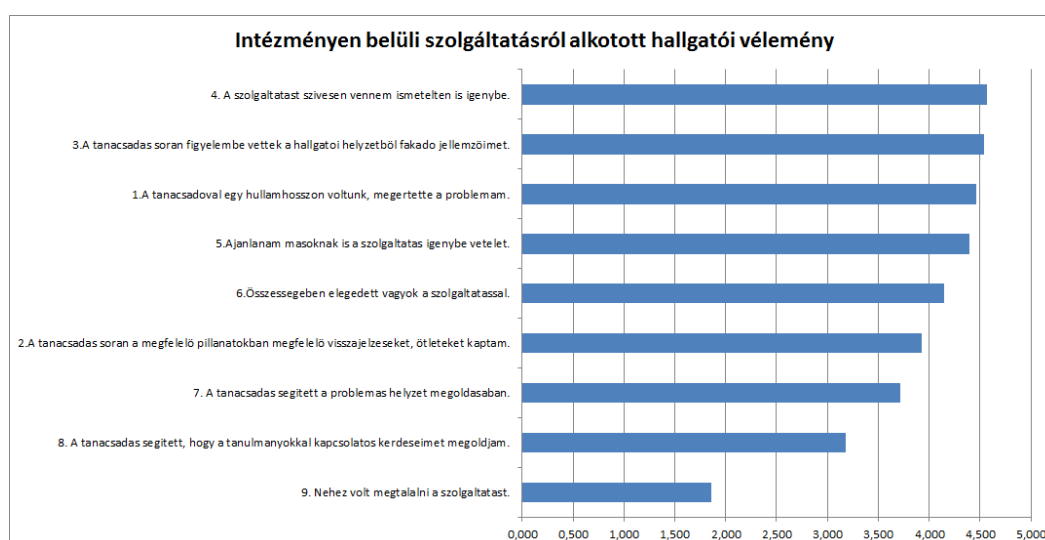
Az ötfokú skála elméleti átlagánál magasabb értéket látunk továbbá azoknál a kérdéseknél is, amelyek a tanácsadói intervenciók időzítésére és a problémás helyzetek megoldására kérdeznak rá.

A pszichológiai tanácsadás hozzájárul ahhoz, hogy a tanulmányokkal kapcsolatos kérdéseket rendezni tudják a hallgatók és sikerrel támogatja életvezetési autonómiájukat.

A pszichológiai tanácsadó szolgáltatások láthatósága ebben a kérdéssorban negatív item formájában szerepel, az ötfokú skálán átlagosan 2,13 pontot elérve jelzik a hallgatók, hogy a szolgáltatáshoz való hozzáférés nem, vagy csak csekély mértékben jelentett kihívást az intézményen belül.

Ezen a ponton még egyszer felhívjuk a figyelmet arra az érdekes eredményre, hogy pszichológiai tanácsadási tapasztalatról a megkérdezettek majdnem fele beszámol, miközben saját intézménye pszichológiai szolgáltatásának igénybevételéről alig hetedük nyilatkozott. Ezért az eredmények értelmezésében figyelembe kell vennünk azt is, hogy az intézményekkel együttműködő, azok székhelyén vagy közvetlen környezetében illetve a hallgatók által egyéb helyszínen elérhető szakemberek munkájának kiváló minősítését is látnunk kell az eredmények mögött.

Szűkítve a válaszadók körét azokra a hallgatókra, akik a korábbi kérdések között a pszichológiai tanácsadó szolgáltatások igénybevételéről számoltak be, 28 főre csökken a vizsgálható almlinta.



Az intézményi tanácsadó szolgálat munkájának értékelése a pszichológiai tanácsadásban részt vett hallgatók teljes mintájának eredményéhez hasonló eloszlást követ. Az intézmény keretein belül segítséget kérők számára a szolgáltatás felkutatása kevésbé okozott nehézséget, mint a külső szolgáltatókat felkereső hallgatók számára. A hallgatói lét sajátosságait figyelembe vevő tanácsadói intervenció jellemzői is előbbre kerülnek a szolgáltatásra vonatkozó értékelésben. Feltételezhető tehát, hogy a hallgatók számára "intézményspecifikus" segítségnyújtás biztosítása lehetséges a rendszert belülről ismerő szakemberek közreműködésével.

A teljes vizsgálati mintából 218 hallgató válaszolt a pszichológiai tanácsadás előnyben részesített formáival kapcsolatos kérdésre.

Igényelt segítségnyújtási formák	Gyakoriság (fő)	Arány (100%=792fő)
egyéni konzultáció	151	19,1
egyéni konzultáció és csoportos tanácsadás	144	18,2
információs anyag és egyéni konzultáció	101	12,8
információs anyag	64	8,1
csoportos tanácsadás	27	3,4
információs anyag és csoportos tanácsadás	23	2,9
információs anyag, egyéni tanácsadás és online-tanácsadás	22	2,8
információs anyag, egyéni tanácsadás, online tanácsadás és csoportos t.a.	19	2,4
nem válaszolt	18	2,3
egyéni tanácsadás, online konzultáció és csoportos tanácsadás	18	2,3
egyéni tanácsadás, online konzultáció	17	2,1
információs anyag és online tanácsadás	15	1,9
online tanácsadás	13	1,6
egyéni tanácsadás, telefonos tanácsadás	9	1,1
egyéni tanácsadás, online tanácsadás, csoportos tanácsadás, telefonos t.a.	9	1,1

Pszichológiai tanácsadás területén a minta legnagyobb alcsoportjára az jellemző, hogy az **egyéni konzultációs** lehetőséget keresnék. A megkérdezettek közel ötöde számára felelne meg a csoportos programokon való részvétel is.

A további kategóriákhoz viszonyítva inkább csak érdekességként említendő meg, hogy az **online tanácsadás** a kapott válaszok alapján a lista végére szorul, mint a pszichológiai tanácsadás lehetséges alternatív szolgáltatási formája. Annak ellenére, hogy maga az adatfelvétel is online formában valósult meg, illetve a megkérdezettek az ún. "digitális nemzedék" tagjainak tekinthetők. Az online szolgáltatások igénybevétele iránti érdeklődés mérsékeltnak tekinthető, illetve a felsőoktatási intézmények online szolgáltatásokkal való ellátottsága nem egyenletes.

Miért nem vesznek igénybe tanácsadói segítséget a hallgatók?

Vizsgálatunk során új témakörként vezettük be azt a kérdést, hogy a hallgatók miért NEM kérnek segítséget életvezetésükkal, tanulmányi és egyéb problémáik megoldásával kapcsolatban.



A vizsgálati személyek a professzionális segítség igénybevételének elutasítását leggyakrabban azzal indokolták, hogy szerintük nem merültek fel olyan problémák, amelyek professzionális segítőt igényeltek volna (40%)

Az esetlegesen felmerülő problémák súlyossága a megkérdezettek 30,6%-a szerint nem érte el azt a szintet, ami külső segítség igénybevételét indokolttá tette volna.

Barátaik vagy más fontos személyek segítségével 46%-uk képes volt a kritikus helyzetek megoldására.

A szolgáltatásokat nem igénylő válaszadók 35,6%-a úgy nyilatkozott, hogy egyedül is tökéletesen képes a problémák megoldására. A vizsgálatban résztvevő hallgatók 8%-a egyértelműen sürgősségnek látja az életvezetési/pszichológiai tanácsadás szolgáltatást.

A válaszadók 10%-a jelölte meg az a lehetőséget, hogy erősen vívódott, de nem tudta rávenni magát a szolgáltatás igénybevételére.

A válaszadók 15,5%-a nem tudta, hogy kihez fordulhatott volna segítségért a nehéz szituációkban.

A hallgatók 16,8%-a azért tartózkodott a pszichológiai tanácsadástól, mert úgy vélte, hogy sokba kerülne a szolgáltatás igénybevétele.

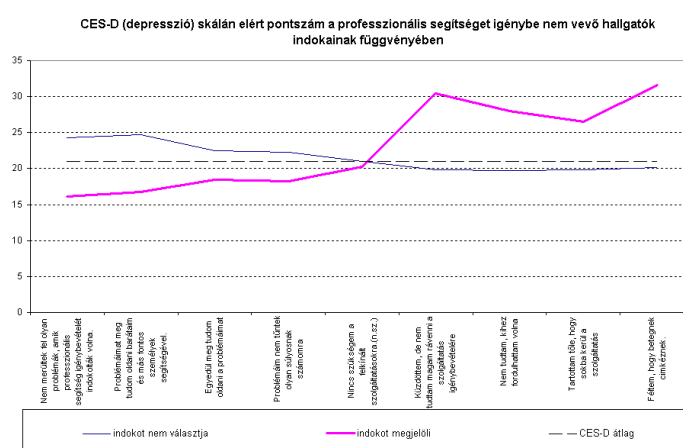
6,9 %-uk pedig attól félt, hogy a pszichológiai tanácsadás igénybevételével együtt jár, hogy betegnek címkézik.

A válaszadók a szolgáltatás nem igénybevételére vonatkozóan több válaszkategóriát is megjelölhettek, ezért a bemutatott arányok nem összegezhetők.

A válaszkategóriák együttes megjelölésének mintázatát elemezve azt látjuk, hogy a szolgáltatás igénybevételének elmaradása két lényeges csomópontra fűzhető fel: azok a hallgatók, akik úgy vélik, hogy nem szembesültek segítséget igénylő problémákkal, önállóan is képesek megoldani a helyzeteket ($r=0,202$, $p<0,001$), illetve barátaik vagy más fontos személyek segítségét igénybe tudják venni a problémamegoldási folyamatban ($r=0,385$, $p<0,001$).

A csoport képviselői egyúttal úgy is vélik, hogy problémáik nem olyan súlyosak, egyedül is megoldják azokat ($r=0,268$, $p<0,001$), vagy a baráti segítség elegendő támaszt jelent számukra ($r=0,353$, $p<0,001$).

Azok a válaszadók, akik kíváncsiak, és a szolgáltatások igénybevételén gondolkodtak, de nem jutottak el a tanácsadókhöz, részben azért maradtak távol, mert nem tudták, kihez fordulhatnának ($r=0,338$, $p<0,001$), részben tartottak attól, hogy az ellátásért sokat kellene fizetniük ($r=0,261$, $p<0,001$) illetve féltek tőle, hogy betegnek címkézik őket ($r=0,219$, $p<0,001$). Sajnálatos módon, akik nem rendelkeztek információval a lehetséges segítségforrásokról, gyakran egyben azt is feltételezték, hogy ez a szolgáltatás drága ($r=0,414$, $p<0,001$) és valószínűbbnek tartották azt is, hogy az igénybevétel a betegség címkével jár együtt ($r=0,294$, $p<0,001$).



A szolgáltatást igénybe nem vevő hallgatók mentálhigiénés állapotát a CES-D depresszió skála átlagpontjával jellemezve megállapíthatjuk, hogy azok a hallgatók, akik az indokok között a problémák hiányát, kevésbé súlyos voltát, vagy a megoldásban önállóságukat és társas erőforrásaikat hangsúlyozták, jobb mentálhigiénés státuszról, a depresszió hiányáról számoltak be. Ábránkon szaggatott vonal jelzi a skála átlagértékét a vizsgálati mintában.

A szolgáltatás igénybevételével kapcsolatban magukban őrlődő hallgatók, azok, akik félnek a betegnek címkézéstől, illetve az aránytalanul magas költségektől és nincsenek tisztában azzal, hova fordulhatnak, a depresszió skálán az átlagnál jelentősen magasabb értékekkel jellemezhetők. Ők azok, akiknek kifejezetten szükségük lenne a támogatásra. Érdekes eredmény, hogy az indokok között csak egyetlen tétel (*“Nincs szükségem az ajánlott szolgáltatásokra”*) nem alkalmas arra, hogy szignifikánsan elkülönítse egymástól a depresszió skálán az átlagnál magasabb, illetve alacsonyabb értéket elérő hallgatók csoportját.

Ezekből az adatokból arra következtethetünk, hogy a mentálhigiénés tanácsadó szolgáltatások láthatósága kulcsfontosságú az igénybevétel szempontjából. A hallgatók mintegy harmada, tévesen úgy jellemzi a szolgáltatást, hogy annak igénybevétele egyrészt drága, másrészt az egészségügyi szolgáltatási rendszer szóhasználatával a betegkarrier kezdetét jelentheti.

Célzott kommunikációs eszközökkel, a szolgáltatás pozitívumainak kiemelésével megnyerhetők az ingadozó, a szolgáltatás igénybevételét mérlegelő hallgatók. Ez a réteg a vizsgálati mintánkban hozzávetőlegesen a megkérdezettek egytizedét jelenti. Tervezési szempontból, a kapacitások kialakítása során ezt a csoportot érdemes, mint a szolgáltatást potenciálisan igénylők körét figyelembe venni. Az életvezetési tanácsadás, pszichológiai támogatás – adataink alapján – legfeljebb minden második hallgató számára képvisel adekvát segítségformát.

A hallgatók mentálhigiénés státuszának javítását az eredmények fényében az életvezetési tanácsadás szolgáltatás pozitív marketingkommunikációjával, illetve a hallgatók társas kapcsolati hálózatának erősítését szolgáló alkalmakkal, rendezvényekkel, szolgáltatásokkal áttételes úton is támogathatják az intézmények.

Pálya-adaptabilitás, pályaérettség

A hallgatók életpálya tervezési készségeinek vizsgálatára két eszközt alkalmaztunk. Mindkét eszköz kidolgozója Savickas, aki Crites (1965) pályaérettség modelljének továbbfejlesztésével alakította ki az ezredforduló karriertervezési kihívásaihoz illeszkedő karrier-adaptabilitás illetve új értelmezésű pályaérettség kérdéssorait. A két kérdéssor hazai adaptációjához a Life Design munkacsoport²⁶ támogatását kaptuk meg.

Karrier-adaptabilitás alatt az egyénnek azt az önszabályozási képességét értjük, hogy terveket készít jövőjére vonatkozóan, amelyek adottságaihoz, jellemzőihez és érdeklődési irányaihoz egyaránt illeszkednek (Savickas, 2009).

Savicas (2009) öt alapvető összetevőt határozott meg a karrier-adaptabilitás fogalmának megalkotásához:

1. a karriertervezés sikerességébe vetett hit, bizalom (career confidence), amelynek értelmében a személy képes jövőbeli céljaira irányuló aktivitások kifejtésére,
2. a karriertervezési folyamat felett érzett kontroll (amely egy belső kontrollal jellemezhető állapot), a jövő formálásához szükséges aktivitások egyik alapvető tényezője (career control),
3. a jövőre irányuló kíváncsiság, amely a lehetséges foglalkozási szelfek és foglalkozási környezet feltárása iránti érdeklődés mutatója (career curiosity)
4. törődés a jövővel – a jövőbeni pályacélok megvalósítása iránt érzett személyes felelősség élménye (career concerns)
5. együttműködés a társas környezettel, a jövőbeni célok megvalósításához kölcsönös akciókban való részvétel, annak szándéka (career cooperation)

A pálya-adaptabilitás modell tartalmában a pályaérettség fogalmából építkezik. Pályaérettnek akkor tekinthető egy személy, ha pályafejlődésének adott szakaszában az önmagára és lehetséges foglalkozási környezeteire, tevékenységére vonatkozó ismeretei folyamatosan bővülnek. A fejlődési folyamat során az egyén nem kizárólag kognitív tényezőktől függően változik (pl. ismeretek mennyisége egy adott foglalkozási területtel kapcsolatban), hanem az egyén saját személyiségjegyeit, a lehetséges pályákkal kapcsolatos érzelmi viszonyulását is felülvizsgálja.

²⁶ Ezúton kívánunk köszönetet mondani a Life Design munkacsoportból Prof. Laura Nota és Prof. Salvatore Soresi részére a Padovai Egyetem Pszichológiai Intézetéből a módszerrel kapcsolatos információkért.

A pályaegettség fogalma Crites és Savickas (2011) értelmezésében tehát a pályával kapcsolatos elképzelések és érzelmi viszonyulás "realitásvizsgálata" minőségeként írható le. A pályaegettség így bármely életszakaszban és életkorban levő személy esetében jó előjelzője az életpálya-tervezés nyitott kérdéseinek, megoldásra, fejlesztésre váró területeinek.

A téma vizsgálatára D. Super munkacsoportja (Career Development Inventory, CDI - 1981²⁷) majd munkájának továbbfejlesztéseként J. Crites (1965)²⁸ állított össze egy kérdésgyűjteményt, amely az életkorspecifikus pályafejlődési feladatok felsorolását tartalmazta. Az elmúlt két évtizedben a pályaegettség fogalomköre tovább gazdagodott: a vizsgálatok középpontjába került a pályatervezéshez kötődő motiváltság, a jövővel való törődés szempontja.

A Crites és Savickas (2011) által átdolgozott Career Maturity Inventory – C változata az előbbieken már részletesen kifejtett önismeret, pályaismeret, döntésképeség növekedését a következő faktorok mentén kívánja megragadni:

1. az egyén törődik jövőjével, gondolkodik a lehetséges foglalkozási szelfjeinek jellemzőiről,
2. jövőjére kíváncsi, a kérdés foglalkoztatja és motiválja,
3. jövőjére vonatkozóan alapvetően magabiztosan nyilatkozik, bizalommal tekint az előtte álló időszakra,
4. pályadöntésének részleteit más, számára fontos vonatkoztatási személyekkel (családtagok, tanárok, professzionális segítők) megvitatja – konzultál az ügyben

Vizsgálati eredményeink a hazai mintán nem erősítik meg a karrier-adaptabilitás eredeti modelljének faktorstruktúráját.

A Student Career Construction Inventory (SCCI; Savickas, Porfelli, 2011) által publikált kérdéseinek faktorelemzése ugyan négy fő faktort eredményez a hazai mintán is, ezek tartalma azonban eltér a szerző által leírtaktól. (Maximum likelihood módszer, 5 varimax rotációval)

Négy faktorunk a variancia 60,128%-át magyarázza. Vizsgálatunkban az új faktorstruktúra által képzett skálákat használtuk a minta leírására.

Az SCCI kérdéssor első faktorán a pályával kapcsolatos döntésre vonatkozó tételeket találjuk. Egy adott szakterület választására vonatkozó döntés meghozatala, az eh-

²⁷ Thompson, A. S., Lindeman, R. H., Super, D. E., Jordaán, J. P. and Myers, R. A. (1981). *Career development inventory. I, user's manual*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

²⁸ Crites, J. O. (1965). Measurement of vocational maturity in adolescence: I. Attitude scale of the vocational development inventory. *Psychological Monographs General and Applied*, 79(2), 1-34.

hez kapcsolódó érzelmi reakció (*“Megnyugtanni magam, hogy helyes döntést hoztam”*) írja le első faktorunk tartalmát.

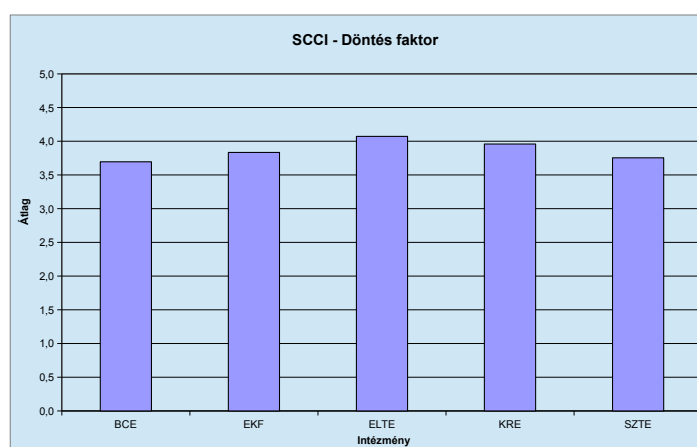
A második SCCI faktor a kiválasztott szakmai területre vonatkozó gyakorlati tapasztalatok megszerzésével foglalkozó kérdéseket tömöríti. Konkrét, a kiválasztott tevékenység elemeire irányuló próbákat, valamint az adott szakma gyakorlásához vezető képzési útvonal megismerését célzó törekvéseket.

A harmadik SCCI faktor a pályadöntéshez szükséges önismeretre vonatkozó kérdéseket tartalmazza a legnagyobb faktorsúllyal. A képességekre, készségekre – alkalmasságra – vonatkozó tételek mellett az értékek és célok megismerésének vágya tükröződik ezekben a tételekben. Érdekes eredménye a faktorelemzésnek, hogy a vonatkoztatási személyektől érkező visszajelzések (*“Tudni, hogy mások hogyan tekintenek rám”*) is ezen a faktoron súlyozódnak. Az eredeti modellben a szociális környezettel folytatott interakcióhoz tartozó itemről van szó.

A negyedik SCCI faktor tartalmazza azokat a tételeket, amelyek a társas környezettel folytatott interakcióra irányulnak azzal a céllal, hogy a vizsgálati személy a kiszemelt foglalkozási terület képviselőjével szorosabb kapcsolatba kerüljön. A területen dolgozó szakemberekkel, illetve tanárokkal és tanácsadókkal folytatott interakció keretében kívánja tisztázni a foglalkozási területre vonatkozó viszonyát.

A vizsgálatba bevont felsőoktatási intézmények hallgatóit az SCCI kérdéssor eredményei alapján a következőképp jellemezhetjük:

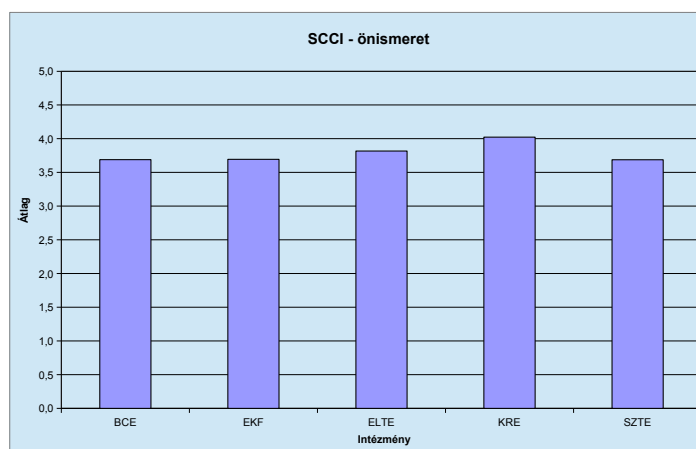
szignifikáns az eltérés az intézmények hallgatói között a döntéshozás ($p < 0,001$) valamint az önismeretre vonatkozó faktor ($p < 0,05$), illetve tendencia szinten az SCCI skála összpontszáma, mint a pálya-adaptabilitás komplex mutatója tekintetében ($p = 0,074$), illetve a konzultáció alfaktor esetében ($p = 0,084$). Nincs eltérés a szakmai gyakorlati tapasztalatok gyűjtése terén ($p = 0,252$).



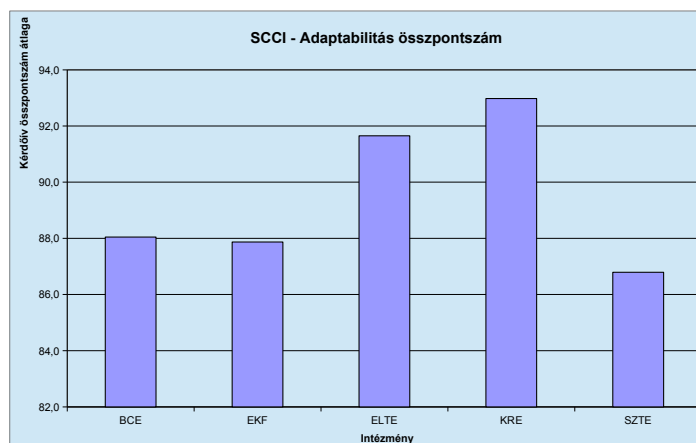
A döntéshozással kapcsolatban az egyetemek sorrendje: ELTE, KRE, EKF, SZTE és BCE.

A szakmai gyakorlatra vonatkozó tapasztalatok gyűjtésében az intézményi összehasonlítás nem hoz szignifikáns különbséget. A hallgatók minden helyszínen a skála elméleti közéértéke (3 pont) körüli értéket választottak.

A pálya-adaptabilitás önismeret faktora tekintetében a KRE hallgatók jeleznek a többi résztvevőtől eltérő, magasabb pontszámot.



A teljes skála összpontszáma tekintetében – ami a pályával kapcsolatos rugalmas beállítódás, alkalmazkodási képesség globális mutatójaként értelmezhető – a következő mintázatot találtuk:



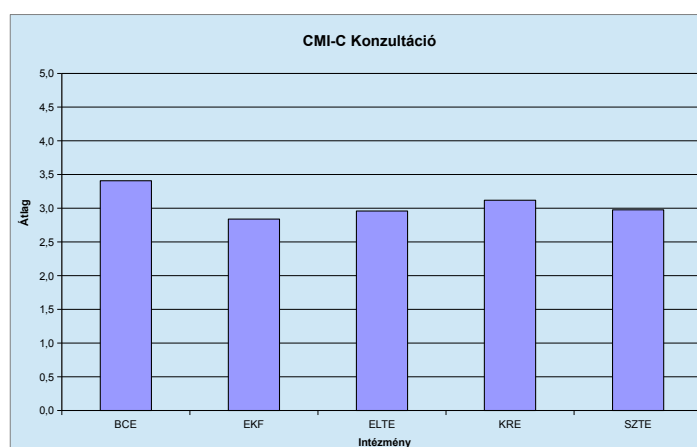
Az eredmények alapján, tendencia szinten a KRE és az ELTE hallgatói foglalkoznak legtöbbet karrierjük építésének kérdéskörével. Őket hozzávetőlegesen azonos szinten követik a BCE és EKF hallgatók, míg a sort a pályaeépítés tudatossága tekintetében az SZTE hallgatói zárják.

A pályaeépíttség mutató tekintetében az intézmények közötti összevetés a következő eredményeket hozta.

Szignifikáns az eltérés a pályatervezéssel kapcsolatban folytatott konzultáció, a fontos vonatkoztatási személyekkel folytatott beszélgetések tekintetében ($p < 0,001$). Eltérést találunk a jövővel kapcsolatos törődés tekintetében ($p < 0,012$) és a pályával kapcsolatos kíváncsiság esetében ($p < 0,05$)

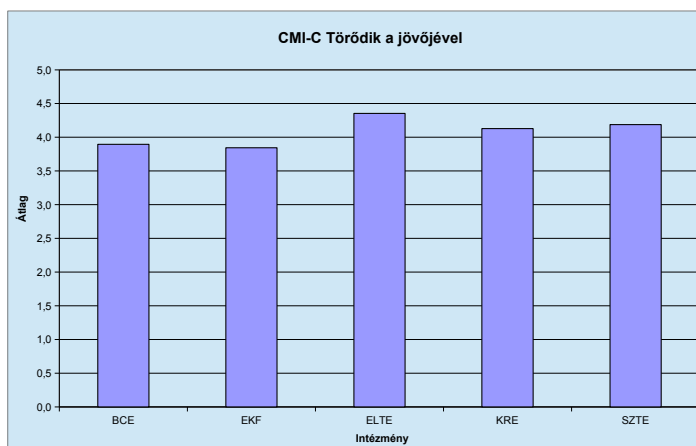
A vizsgálatba bevont intézmények hallgatói között ugyanakkor nincs szignifikáns eltérés a jövőjük, a pályájukkal kapcsolatos önbizalom dimenziójában.

A vonatkoztatási személyek (az adott szakma képviselő, tanárok és tanácsadók) bevonásával, velük folytatott konzultáció során történő tájékozódás alapján az intézmények összevetése a következő eredményeket mutatja:



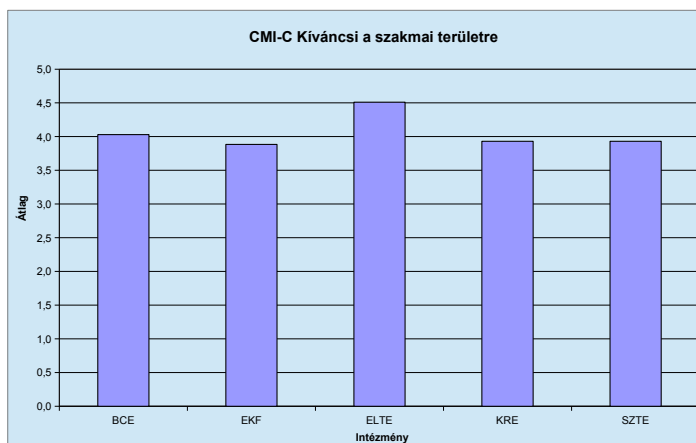
A BCE és a KRE hallgatói intenzívebben keresik a pályatervezéssel kapcsolatos konzultációs lehetőségeket, őket az EKF, az ELTE és az SZTE hallgatói követik.

A saját pályával kapcsolatos személyes lehetőségek elemzése, a törődés a jövőre vonatkozó kérdésekkel az előbbiektől eltérő sorrendet eredményez:



Az ELTE, az SZTE és a KRE valamint a BCE és az EKF hallgatókat eltérő intenzitással foglalkoztatja lehetséges jövőjük.

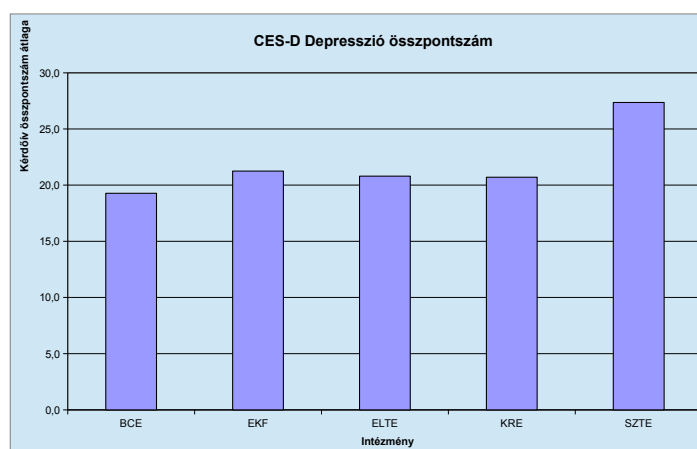
A pályára vonatkozó kíváncsiság tekintetében az eredmények a következőképpen alakulnak:



Itt az ELTE hallgatók jelzik a többi intézményhez viszonyítva kiugró mértékben a jövőjükkel kapcsolatos kíváncsiság jelenlétét. A BCE, KRE és SZTE illetve EKF hozzávetőlegesen azonos sávban mozog a kilátások iránti kíváncsiság tekintetében.

A hallgatók mentálhigiénés státuszát a CES-D kérdősor alkalmazásával kívántuk felmérni. A kérdősor választását az indokolta, hogy a hallgatók életvezetési lehetőségeihez kapcsolódóan jól értelmezhető, világos és rövid tételeket tartalmaz. A hallgatók mentálhigiénés jellemzőit bio-pszicho-szomatikus jegyek mentén írja le. Vizsgálatunkban a CES-D kérdősor (N=727) átlagértéke 20,9574 szórása 12,77 pont.

Az intézmények közötti összevetésben a következő mintázatot találtuk:



Mentálhigiénés státuszukat tekintve az SZTE hallgatók állapota tekinthető a legkritikusabbnak, míg az EKF, ELTE, KRE visszajelzések az átlag körül csoportosulnak. A BCE hallgatói az átlagnál kevesebb bio-pszicho-szociális zavarról számolnak be.

Felsőoktatási hallgatók jövőképe

Az a megállapítás, miszerint az érettségi vizsga belépő a felnőttek világába, ahol és amikortól a fiatalok önállóan eligazodnak a saját társadalom útvesztőiben, mai napig tartja magát a mindennapi gondolkodásban. Ezzel párhuzamosan a nyolcvanas évek végétől Ulrich Beck (1986) *Risikogesellschaft – Auf dem Wegeine andere Moderne (Risk Society)*²⁹ és azt követően Anthony Giddens (2008)³⁰ *Consequences of Modernity* (1990), *Modernity and Self-Identity* (1991) írásai hívják fel a társadalmi változások és megváltozott keretfeltételek között az egyéni életutakkal foglalkozó szakemberek figyelmét a modernitás utáni realitásokra.

²⁹ magyarul Beck U. (2003) *A kockázat-társadalom - Út egy másik modernitásba*, Budapest Századvég Politikai Iskola Alapítvány

³⁰ magyarul Giddens A. (2008) *Szociológia*, Budapest, Osiris Kiadó

Ahogy Leick (2015)³¹ fogalmazott a 2015-ben elhunyt Beck nekrológiájában, a modern kor individuuma már nem egy meglévő (társadalmi) rendbe lép be, az emancipáció és a felszabadulás helyett kreativitásra és önmaga kitalálására van szüksége – folyamatos tapogatódzásra az állandó bizonytalanban.

Beck és szerzőtársai (1995)³² híres könyvében a társadalmi struktúrák, ezen belül a házasság intézménye és a munkaerőpiaci lehetőségek/lehetetlenségek (munkanélküliség) egyéni életutakon keresztül kerültek bemutatásra. Beck és Giddens szociológiai vizsgálatainak megállapításai lassan integrálódnak a humán segítő szolgáltatások megújuló paradigmájába. Savickas jelen kutatásban is használt kérdőívei és a karrier coaching-ban használt Life Design munkafüzete az ágencia, az egyéni életünkért vállalt felelősség felől lett elgondolva.

Jelen kutatásunkban nemcsak Savickas kérdőíveit, hanem a 10 év múlva narratívák elemzésében a Savickas Life Design paradigma fő elemét – a saját élet megcsinálásának megkapott felelősségét³³ – is használjuk. A 10 év múlva narratívák elemzésekor azt a megállapítást is szem előtt tartjuk, hogy amit el tudunk képzelni azt meg is tudjuk valósítani.

A tanácsadás vállalásai felől nézve a kérdés az, hogy a diákok milyen segítséget kapnak, kaphatnának ahhoz, hogy karrier- és életterveiket meg tudják valósítani. Abban elég széleskörű a közmegegyezés – Bieri (2011)³⁴ megfogalmazását idézve –, hogy nagyon nehéz úgy mesélni a saját életünkről, hogy annak mi vagyunk alanya és szerzője egyaránt (Wolf, é.n.)³⁵. A felsőoktatási tanulmányok idejére eső fejlődési feladatok köre nagyon gazdag. Erre utal a narratívákban kapott mintázatok, ill. a jövőképek kidolgozottsága is. Erre az időszakra esik a párkapcsolati, családalapítási döntések ideje is, ahogy azt a narratívák igazolják.

A felsőoktatási hallgatók jövőképét, 10 éves távlatra vonatkozó terveik, elképzeléseik szöveges változatának elemzésével tanulmányoztuk. Vizsgálati személyeink egy szövegmezőben adhatták meg válaszaikat a vonatkozó kérdésre, a válaszadás nem volt tartalmi vagy formai keretekhez kötve. A válaszok elemzése során első lépésben osztályozási kategóriákat alakítottunk ki, amelyek segítségével két független megítélő osztályozta a válaszokat. A válaszok besorolásának konkordancia-mutatója 96%-osnak bizonyult.

³¹ „Das moderne Individuum, das keine vorgegebene Ordnung mehr antrifft, braucht statt Emanzipation und Befreiung Kreativität und Selbsterfindung – einständiges Tasten im Ungefähren.“ (R. Leickin: *Spiegel Online*, 03.01.2015)

³² Beck, U., - Vossenkühl, W., - Ziegler U.E., - Rautert T (1995) *Eigenes Leben, Ausflüge in die unbekannte Gesellschaft, in der wir leben* München, Beck

³³ eredetiben: „eigenes Leben über antwortet bekommen“

³⁴ Bieri P. (2011) *Wie wollen wir leben?* St. Pölten, Residenz Verlag

³⁵ Wolf in <http://www.forum-fuer-politik-und-kultur.de/prof-dr-stefan-wolf/eigenes-leben-aufklarung-40>

Tartalomelemzési kódrendszer a jövőkép vizsgálatához

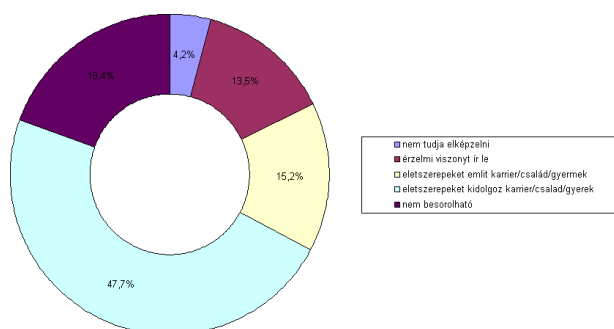
A szöveges válaszok első átolvasását követően az alábbi hat szempont figyelembe vételével készítettük el a tartalomelemzési kódrendszert:

1. Az életterv kidolgozottságának differenciáltsága

Az életterv kidolgozottságának differenciáltságában mutatókozó különbségek mentén a válaszokat négy csoportba soroltuk. Figyelembe vettük azokat a vizsgálati személyeket, akik nem készítették jövőkép leírását. Elkülönítettük azoknak a hallgatóknak a csoportját, akik bár válaszoltak, nem tudják elképzelni jövőjüket. Külön kezeltük azokat a válaszadókat is, akik mindössze érzelmi viszonyulás formájában fogalmaztak. A következő kategóriába azokat a válaszokat soroltuk, amelyek sematikus megfogalmazásban említik a jövőkép elemeiként a család, gyermek, karrier valamelyik vagy mindhárom elemét. Végül az utolsó csoportba azokat a válaszokat soroltuk, amelyek kidolgozottsága komplex.

Életterv kidolgozottságának szintje	Válaszadók száma (fő)	Arány (%)
nem tudja elképzelni	33	4,2
érzelmi viszony pl. el/sikeres lesz	107	13,5
életszerepeket említ karrier/család/gyermekek	120	15,2
életszerepeket kidolgoz karrier/család/gyermekek	378	47,7
nem besorolható	154	19,4
Összesen	792	100

Élettervek kidolgozottságának szintje
(válaszadók aránya, 100%=792 fő)



A kidolgozottság szintjével kapcsolatban öt osztályozási szintet különítettünk el:

1. Kidolgozottság szintje

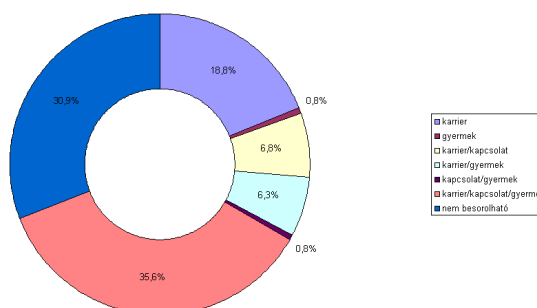
- 0 nem besorolható
- 1 nem tudja elképzelni
- 2 érzelmi viszony pl. él/sikeres lesz
- 3 életszerepeket említ karrier/család/gyermek
- 4 életszerepeket kidolgoz karrier/család/gyerek

2. Teljes élet, szerepek

A szöveges válaszokban a család, a párkapcsolat és a választott pálya elemei jelenhetnek meg. A karrier, gyermekvállalás és párkapcsolat különböző kombinációit külön kategóriákként kezeltünk.

Tartalomelemzési kategóriák	Válaszadók száma (fő)	Arány (%)
Karrier	149	18,8
Gyermek	6	0,8
Karrier/kapcsolat	54	6,8
Karrier/gyermek	50	6,3
Kapcsolat/gyermek	6	0,8
Karrier/kapcsolat/gyermek	282	35,6
Nem besorolható	245	30,9
Mindösszesen	792	100,0

Teljes élet, szerepek
(válaszadók aránya, 100%=792 fő)



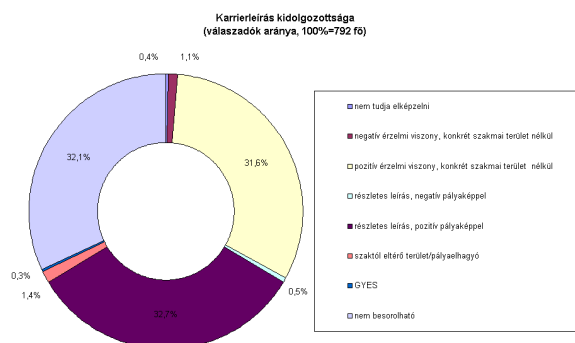
2. Teljes élet - szerepek

- 0 nincs adat
- 1 karrier
- 2 kapcsolat
- 3 gyermek
- 4 karrier/kapcsolat
- 5 karrier/gyermek
- 6 kapcsolat/gyermek
- 7 karrier/kapcsolat/gyermek

3. A karrierleírások kidolgozottsága és a pályatervhez való érzelmi viszonyulás

Az elemzés következő lépéseként külön vizsgáltuk a karrierleírások kidolgozottságát. A klasszifikációs rendszer kategóriáit a tényszerű kidolgozottság, az érzelmi viszonyulás, a negatív ill. pozitív előjelek, valamint a pályaelhagyás említése alapján képeztük. Külön kategóriát képeznek azok a szövegek, amelyek a „nem tudom elképzelni” különböző megszövegezését tartalmazzák. Kevés számú, de létező kategória, akik GYES-en lévő szülőként gondolják el magukat 10 év múlva. A karriertervek kidolgozottságában megfigyelhetők szignifikáns eltérések, a narratívák zöme pozitív pályaképet fogalmaz meg.

Tartalomelemzési kategóriák: kidolgozottság és a pályaképhez való érzelmi viszonyulás	Válaszadók száma (fő)	Arány (%)
Nem tudja	3	,4
Negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül pl. kevés fizetésért vmit	9	1,1
Pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	250	31,6
Részletes leírás, negatív pályakép	4	,5
Részletes leírás, pozitív pályakép	259	32,7
Szaktól eltérő terület, pályaelhagyó	11	1,4
GYES	2	,3
Besorolható esetek összesen	538	67,9
Nem besorolható	254	32,1
Mindösszesen	792	100,0



3. Karrierleírás kidolgozottsága

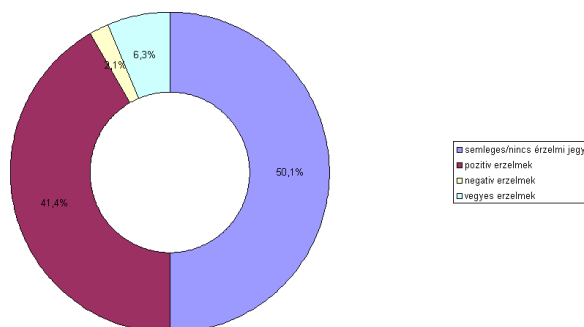
- 0 nincs válasz
- 1 nem tudja
- 2 negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül pl. kevés fizetésért valamit
- 3 pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül pl.sikeres
- 4 részletes leírás negatív pályakép
- 5 részletes leírás pozitív pályakép
- 6 szaktól eltérő terület/pályaelhagyó
- 7 GYES

4. A teljes jövőképhez való érzelmi viszonyulás

Aszerint, hogy az elemzett narratíva összességében milyen érzelmeket jelenített meg, újabb csoportokat képeztünk. A korábbi bontásokhoz képest itt elkülönítettük a semleges, pozitív, negatív és vegyes valamint az ambivalens érzelmeket megjelenítő szövegeket.

Tartalomelemzési kategóriák: érzelmi töltet	Válaszadók száma (fő)	Arány (%)
Érzelem tekintetében nem besorolható esetek	397	50,13
Pozitív érzelmek	328	41,41
Negatív érzelmek	17	2,15
Vegyes érzelmek	50	6,31
Mindösszesen	792	100,0

Érzelmi töltet, viszonyulás
(válaszadók aránya, 100%=792 fő)



4. Érzelmi töltet, viszonyulás

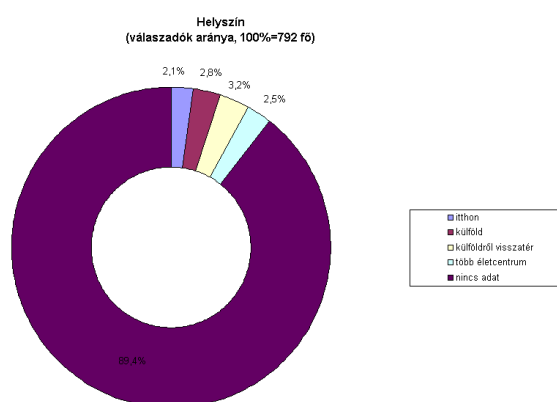
- 0 semleges
- 1 pozitív érzelmek
- 2 negatív érzelmek
- 3 vegyes érzelmek

5. A jövőkép helyszínei

Arra is kíváncsiak voltunk, hogy a narratívák szövegeiben vajon megjelenik-e a helyszín, ahová a fiatalok magukat képzelik. A szövegekben megjelenik az ott, ahol most élek pontos megnevezése. Ritkábban az a kijelentés, hogy a narratíva írója Magyarországon szándékozik maradni. A külföldi munkavállalás, megtelepedés ritkán kötött országhoz. A külföldi tapasztalatszerzés után Magyarországra visszatérést tervezők hangsúlyozzák a peregrináció során szerzett tudás, kompetencia hasznát. És vannak olyan szövegek, amelyeknek írója tervezi a külföldön tanulást, dolgozást. Arról, hogy 10 év múlva éppen hol él a narratíva megfogalmazója, a szövegekben vagy-vagy, ill. is-is elképzelés jelenik meg, ők a több centrumú élet kategóriába kerültek.

Azoknak a narratíváknak az aránya, ahol a külföldi peregrináció, munkavállalás ténye felmerül, 10 % alatti érték.

Tartomelemzési kategóriák: életcentrum	Válaszadók száma (fő)	Arány (%)
Életcentrum tekintetében nem besorolható esetek	706	89,4
Itthon	17	2,1
Külföld	22	2,8
Külföldről visszatér	25	3,2
Több életcentrum	20	2,5
Mindösszesen	792	100,0



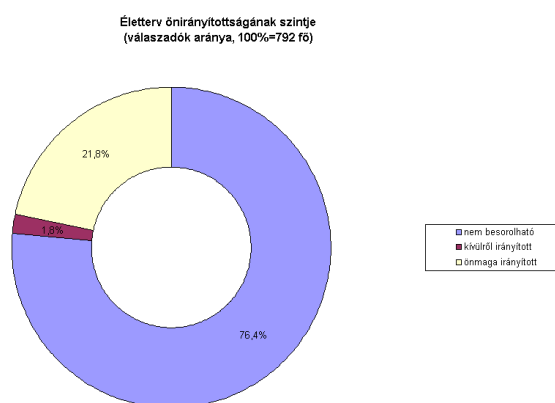
5. Helyszín

- 0 nincs adat
- 1 itthon
- 2 külföld
- 3 külföldről visszatért
- 4 több életcentrum (vagy-vagy, is-is)

6. A pályatervek önirányítottságának szintje

A karriertervezés szempontjából az önirányítottság szintje fontos tényező. Ezért a narratívák igehasználata alapján a cselekvő igéket, a szenvedő igealakokat és a nem besorolhatóakat tartalmazó szövegeket 3 külön csoportba soroltuk. Viszonylag alacsony, nincs 2% azoknak a narratíváknak az aránya, ahol a kívülről irányítottság ténye (véletlen, Isteni segítség) megfogalmazódik.

Tartomelemzési kategóriák: önrányítottság	Válaszadók száma (fő)	Arány (%)
Önrányítottság tekintetében nem besorolható esetek	605	76,4
Kívülről irányított	14	1,8
Önrányított	173	21,8
Mindösszesen	792	100,0



6. Önrányítottság szintje

- 0 nem besorolható
- 1 külső erők: véletlen/Isten
- 2 önmaga

A jövőkép vizsgálatának részletes eredményei

1. Az életszerepek kidolgozottsága

A diákok 19,4%-a nem adott szöveges választ. A szöveges választ író diákok 4,2%-a úgy nyilatkozott, hogy nem tudja elképzelni a jövőjét tíz éves távlatban. A következő csoportba azokat a válaszokat soroltuk, akik érzelmi viszonyulás formában fogalmaztak (13,5%), a harmadik csoportba azokat, akik sematikus megfogalmazásban említik a jövőkép elemeiként a család, gyermek, karrier valamelyik, vagy mindhárom elemét (15,2%), a negyedik csoportba azokat a válaszokat soroltuk, amelyek kidolgozottsága komplex (47,7%).

A jövőkép kidolgozottságának összefüggései a vizsgálati változókkal

A teljes mintára vizsgálva igazolható³⁶ az összefüggés, hogy a depresszió pontszámok növekedése az életterv kidolgozottságának csökkenésével jár (ANOVA $F=9,233$, $p<0,001$).

Ugyancsak az elvárásoknak megfelelően alakul a hallgatói én-hatékonyság élmény mutatója: a részletesebb, élménygazdag jövőtervek magasabb hallgatói én-hatékonysággal párosulnak (ANOVA $F=5,749$, $p<0,001$).

A pályaérettség minden dimenziójára igaz, hogy a részletesebb élettervekkel pozitívan változik (a jövőről való konzultáció ANOVA $F=3,401$, $p<0,05$; a jövővel való törődés ANOVA $F=3,554$, $p<0,05$; a pálya jellemzőire való kíváncsiság ANOVA $F=17,676$, $p<0,001$).

A teljes mintán az érzelmi szálakon előrevetített életterv kicsivel több kíváncsiságot generál, mint a sematikus megfogalmazás és elsősorban a jövőjüket elképzelni nem tudók csoportját különíti el a többi hallgatótól.

A pálya-adaptabilitás mutatója (SCCI kérdéssor összpontszáma) is a jövőkép kidolgozottságának függvényében változik. Több, mint tíz pontos különbséget látunk a jövőjét elképzelni nem tudó, és a részletes életterveket bemutató hallgatók csoportjai között, a kidolgozott élettervvel rendelkezők javára (ANOVA $F=3,128$, $p<0,05$).

A jövőtervek kidolgozottsága az SCCI kérdéssor alsóskálái közül a döntéshozással is az elvárásoknak megfelelő irányban mozog: részletesebb jövőterv a meghozott döntésekhez párosul (ANOVA $F=6,025$, $p<0,001$). A szakterületre vonatkozó szakmai gyakorlat, tapasztalatgyűjtés hatása is megjelenik tendencia szinten (ANOVA $F=2,070$, $p=0,100$).

Az önismeret fejlesztése, illetve a konzultáció hatása az SCCI kérdéssor segítségével – ebben a tartalomelemzési dimenzióban – nem ragadható meg. A megküzdési dimenziók közül (WOC kérdéssor) mindössze az érzelmi indíttatású reakciók hatása igazolható a teljes mintán: ilyen stratégiák alkalmazása a kevésbé kidolgozott jövőtervekkel rendelkezőkre jellemző (ANOVA $F=5,876$, $p<0,001$).

Nemek szerint bontva a mintánkat, az összefüggések egy része megváltozik. Férfiak esetében a pályaterv kidolgozottságának színvonala a pályaérettség pálya iránti kíváncsiság dimenzióján (ANOVA $=4,427$, $p<0,05$), illetve tendencia szinten a pályaérettséggel kapcsolatos önbizalom dimenzióján mérhető (ANOVA $=2,371$, $p=0,073$). Mindkét változó esetében igaz az összefüggés, hogy a jövőt nem, vagy csak sematikusnak elképzelő férfiak csoportja alacsonyabb értékeket ér el az adott skálán, szemben

³⁶ A részletes eredmények bemutatását a melléklet leíró statisztikai és ANOVA táblái tartalmazzák.

azzal, aki érzelmekkel színezett, vagy részletes életszerepekkel jellemezhető jövőképet ír le.

Az érzelmi egyensúly megteremtésére törekvésről, mint jellemző megküzdési stratégiáról beszámoló férfiak esetében a jövőkép kialakítása eltér ettől a mintázattól: a részletes életszerepekről beszámoló férfiak és a jövőt elképzelni nem tudók jeleznek alacsonyabb értékeket, míg az érzelmi színezettel és sematikus életszerepekkel jellemezhető válaszadók e megküzdési dimenzión magasabb értéket választanak. E két csoport számára bizonyul az érzelmi egyensúly fenntartása központi kérdésnek (ANOVA $F=4,034$, $p<0,05$). Feltételezhetjük, hogy a férfiak számára a felkínált társadalmi sztereotípiákhoz való alkalmazkodás akkor jelent problémamegoldási módot, ha általánosságban is lényegesnek ítélik az érzelmi egyensúly biztosítását, és az egyéni megoldások keresésében kevesebb aktivitást mutatnak.

A férfiaknak az a két csoportja értékelte jelentősebbnek a tanácsadási szolgáltatások hatását, akik korábban nem tudták elképzelni a jövőjüket, illetve, akik részletes, kidolgozott jövőtervekről tudtak beszámolni (ANOVA $F=2,648$, $p=0,065$).

Az SCCI kérdéssoron mért eredmények a férfi mintán nem jeleznek szignifikáns különbségeket a jövőterv kidolgozottságának összevetésében.

Nők esetében a depresszió-skála összpontszáma (ANOVA $F=10,519$, $p<0,001$), a hallgatói én-hatékonyság mutatója (ANOVA $F=4,442$, $p<0,05$), a pályaeérettség jövőről való konzultáció faktora (ANOVA $F=2,718$, $p<0,05$), a pályaeérettség jövővel való törődés faktora (ANOVA $F=4,241$, $p<0,05$), a pályaeérettség jövőre vonatkozó kíváncsiság faktora (ANOVA $F=13,809$, $p<0,001$) és a pályaeérettség önbizalom faktora is szignifikáns eléréseket jelez a jövőkép kidolgozottságának függvényében (ANOVA $F=9,226$, $p<0,001$).

A pálya-adaptabilitás SCCI skála összpontszáma (ANOVA $F=3,201$, $p<0,05$), a problémaelemzésen alapuló megküzdés skálán a sematikus szerepeket felvonultató nők esetében a legalacsonyabb (ANOVA $F=6,173$, $p<0,001$). Ők vélhetően az életszerep-sztereotípiákhoz alkalmazkodva gondolkodnak jövőjükéről.

A megküzdési dimenziók közül a problémaelemzés stratégia esetében látunk eltérést (ANOVA $F=4,034$, $p<0,05$). Itt is a sematikus elképzelések megjelenésével jár együtt a legalacsonyabb érték a dimenzión.

Az érzelemindította cselekvés (ANOVA $F=6,161$, $p<0,001$) nők esetében a jövőkép-hiánnyal, illetve a kizárólag érzelmi jegyekkel történő leírással kapcsolódik.

A visszahúzóds megküzdési dimenzió olyan nők esetében jelenik meg megkülönböztető jegyként a jövőkép kidolgozottsága tekintetében (ANOVA $F=2,543$, $p=0,056$), akik a sematikus leírásokat alkalmazzák.

Összefoglalóan megállapítható az eredmények ismeretében, hogy a karriertervek részletesebb változatát írják le 10 év távlatában gondolkozva azok a vizsgálati szemé-

lyek, akik a pálya-adaptabilitás koncepció értelmében jobban felkészültek tekinthetők a pályatervezési feladatok tekintetében.

Az eredmények alapján arra a következtetésre juthatunk, hogy a pályatervezés tekintetében társas kapcsolatokban nyerhető információkra, tapasztalatszerésre és konzultációra építő fiatalok jövőképeben is kiemelt szerephez jutnak a társas kapcsolatok: így jövőképükben is részletesebb kidolgozottsággal fordulnak elő ezek a szociális jellegű elemek, mint pl. a gyermekek nevelése, vagy a partnerkapcsolat. Ugyanakkor ez nem jár feltétlenül együtt a leírásokban a munkatevékenység részletes bemutatásával. Az ötfokú skálán viszont minden válaszkategória esetében a lehetséges középérték (3) és afeletti átlagpontoszám olvasható le a társas környezettel intenzív kapcsolatba lépő válaszadók esetében. A tanácsadási munka számára adekvát eszközt jelenthet a jövőben az SCCI kérdéssor és az új típusú CMI-S pályaérettség kérdéssor alkalmazása, ha a tanácskérők pályatervezési tudatosságának vizsgálata, a karriertervek kidolgozottságának gyors vizsgálata a kérdés. A diagnosztikai munka során ügyelni kell ugyanakkor a nemi különbségek megjelenésére. Férfiak esetében az eszköz alfaktorainak önálló alkalmazása értelmezési korlátokba ütközhet.

Első tartomelemzési szempontcsoporthunk alapján általánosságként megfogalmazható, hogy a narratív módszer alkalmazása az életpálya-tervezési folyamatban kvantitatív eszközökkel is igazolható különbségeket képes felfedni, már pusztán az elbeszélte történet kidolgozottságának függvényében is. A napi konzultációs gyakorlatban a kliensek sematikus jövőtervei esetében, a nemi szerepek okozta hatások feltárásához további diagnosztikai munka indokolt.

2. A teljes élet, életszerepek

Az eltérő életszerepek összeegyeztetése életkortól függetlenül kihívás az egyén számára az adott élethelyzetben. A családi mintákból megismert, nagyrészt tradicionális munkamegosztás, a rugalmatlan munkaidő problémái a kisgyermekes családok esetében és még számos, a két karrierrel együtt járó kihívás megjelenik a narratívákban. Szükségesnek tartottuk arról is adatokat nyerni a narratívákból, hogy milyen szerepeket vizionálnak a fiatalok és azokat milyen kombinációkban képzelik el.

A besorolható szövegek 35,6%-ában megjelent a karrier/kapcsolat/gyermek hármasa. *„10 év múlva sikeres pszichológusként képzelem el magam, aki kurzusokat tart az egyetemen és családanya is egyben. Mindenképpen boldog, harmonikus emberként látom magam, 2 gyermekkel és egy nagyon rendes férjjel. A munkahelyemen elismernek, és megbízható szakemberként dolgozom.”* (425)³⁷.

³⁷ a zárójelben megadott szám a kitöltött kérdőív sorszáma

A kevésbé kidolgozott narratívákban megjelenő „lesz családom” megfogalmazást a magyar nyelvben commonsense-ként értelmezett kapcsolat (férj/feleség) és gyermek jelentéssel kódoltuk. *“10 év múlva szeretnék 2 diplomás, mester szakos, 1-2 gyerekes családaya lenni. Szeretnék még egy nyelvvizsgát orosz nyelvből és szeretnék felsőfokú vizsgát tenni angolból. A munkahelyemen szeretnék felsőbb vezetési pozícióba kerülni, ezáltal szeretném ha fizetésem is növekedne.”* (329).

A teljes élet-életszerepek megjelenését vizsgáló összehasonlításunk során, a teljes mintában a pályaelettség kérdéssor konzultáció dimenziójában találtunk különbséget (ANOVA $F=2,683$, $p<0,05$), illetve az érzelmi egyensúly megteremtésére irányuló megküzdési stratégia hatása jelentkezik szignifikáns formában (ANOVA $F=2,355$, $p<0,05$).

Azok a vizsgálati személyek számolnak be magasabb konzultációs gyakoriságról, akik az életszerepek között a gyermeknevelés témáját is lényegesnek tartják megemlíteni. A visszahúzódas, mint megküzdési stratégia a kizárólag gyermekvállalásról beszámoló csoportját különíti el élesen a kapcsolat-karrier, illetve kapcsolat-karrier-gyermekvállalás témakörben mozgó válaszadóktól.

A narratívák jelentős részében megjelennek a karriertervek. A válaszadók kevesebb, mint 2 százaléka gondol magára kizárólag családayaként. A párkapcsolati nehézségektől való félelem megjelenik a narratívákban. *“Munka: sikeresnek - most azért dolgozom ennyit, hogy a jövőben sikeres legyek és megfelelő életszínvonalat tudjak biztosítani a családom számára. Szabadidő: nem hiszem, hogy több szabadidőm lesz :) Család: párkapcsolati problémák mérséklése, problémamegoldás”* (122).

Explicite alig jelenik meg a szingli élet. A megfogalmazásokban nyomon követhető a kapcsolatban élés direkt “hasznára” vonatkozó megfogalmazás. *“Nagy nehezen találtam munkát, de nem azon a területen, amit most tanulok. Átlagos életminőséget fent tudok tartani, és ez életem azon szakasza amikor feljebb kellene jutnom ezért sokkal nagyobb mértékben lesz rajtam nyomás a saját elvárásaim által. Mindenképpen lesz mellettem valaki akivel együtt sokkal könnyebb, de ez ösztönzően hat rám mert nem csak magamért küzdök. Félelmetes hogy edzem magam, az önbizalommal remélem nem lesz baj”* (348).

Nemek szerinti bontásban vizsgálva az életszerepek teljességének kérdését a férfiak alcsoportjában az érzelmi egyensúly megteremtésére irányuló megküzdési stratégia alkalmazásában látunk eltérést (ANOVA $F=2,650$, $p<0,05$), illetve a tanácsadó szolgáltatás hatékonyságára vonatkozó ítéletben jelentkezik különbség (ANOVA $F=3,377$, $p<0,05$).

A különbségek szembetűnő oka, hogy a férfiak nem fogalmazzák meg csak a gyermekvállalásra vonatkozó szereptervet, illetve az érzelmi egyensúlyra törekvés stratégiája azokra a férfiakra jellemző, akik nem kizárólag a karrier-szerepet említik, hanem

leírásaikban a család és partnerkapcsolat is szerephez jut.

A férfi almintán a teljes életszerepek bontásnál szignifikáns különbség figyelhető meg az életvezetési tanácsadás szolgáltatás hatékonyságának értékelésében:

- azok a férfiak, akik pszichológiai tanácsadói támogatás igénybevételéről számolnak be, elsősorban a karrier és párkapcsolat összeegyeztethetőségének témaköre esetén jeleznek vissza jelentős hatást, nagyobb elégedettséget.
- kiemelt témaként a párkapcsolat–karrier, karrier és a karrier–kapcsolat–gyermek tradicionális kérdéseinek megoldása tűnik eredményesen megvalósíthatónak számukra a pszichológiai tanácsadás keretében.

Azok a férfiak, akik pszichológiai tanácsadáson vettek részt, jövőképükben kizárólagosan a gyermekvállaláson keresztül szintén nem foglalmazták meg lehetséges én-képüket.

A teljes mintán nem jelent meg, de a női almintán tendencia szintű, szignifikáns különbség mutatkozik a depresszió átlagpontszámokban az életszerepek kidolgozottságának függvényében. Azok a nők jelzik a legmagasabb depresszió pontszámot, akik csak a gyermekvállalásban határozzák meg a jövőjüket, míg a legalacsonyabb pontszám a kapcsolat, gyermekvállalás kombinációban mérhető. E kettő között található a gyermekvállalás–karrier–kapcsolat hármashoz tartozó depresszió-érték (ANOVA $F=1,887$, $p=0,096$).

Szignifikáns eltérést találunk a nők csoportjában a pályaérettség szintjében a jövőről történő konzultáció dimenziójában (ANOVA $F=2,877$, $p<0,05$). A kapcsolat és gyermekvállalás témájának megbeszélése – összefüggésben a karrierépítés lehetőségeivel – a nők számára lényeges szempontnak tűnik. A jövőkép leírásokban ezek a szerepek gyakrabban megjelennek azoknál a nőknél, akik a konzultáció lehetőségét választják.

Nők esetében is együtt jár az életszerepek teljességének szintjével az érzelmi egyensúly megteremtésére irányuló megküzdési stratégia alkalmazása (ANOVA $F=2,353$, $p<0,05$). A gyermekvállaláson keresztüli önmegvalósítás jellemző a stratégia gyakori alkalmazásának, míg a kapcsolat és gyermekvállalás megjelenése jellemző a stratégia ritkább alkalmazásának helyzetében. A többi kombináció (karrier, karrier–kapcsolat, karrier–gyermek) a stratégia átlagos gyakoriságú alkalmazásával jár együtt.

Az eredmények alapján elmondható, hogy a felsőoktatás intézményeiben eltöltött évek, egy kiemelt időszak a fiatalok életében, amikor kortársaikkal együtt elsajátíthatnák – prevenciós jelleggel – a sikeres párkapcsolatokhoz szükséges készségeket. Ebben a diáktanácsadók kiemelt szerepét szükséges hangsúlyoznunk.

3. A karriertervek kidolgozottsága

Az életterv és a teljes életszerepek kidolgozottsága mellett szükségesnek tartottuk megnézni a karriertervek kidolgozottságát. A coaching módszertana hangsúlyozza, hogy amit el tud az egyén képzelni (és megtalálja a módját annak, hogy a szükséges ismereteket és készségeket is megszerezze), azt meg is tudja valósítani. A karrierterv részletes kidolgozottsága mentén a teljes mintán és a gender alapú almintákon is szignifikáns különbségek figyelhetők meg.

A klasszifikációs rendszer kategóriáit a tényszerű kidolgozottság, az érzelmi viszonyulás, a negatív, illetve pozitív előjelek, valamint a pályaelhagyás említése alapján képeztük. Továbbra is külön kategóriát képeznek azok a szövegek, amelyek a nem tudom elképzelni különböző megszövegezését tartalmazzák. Kevés számú, de létező kategória, akik GYES-en lévő szülőként gondolják el magukat 10 év múlva. A karriertervek kidolgozottságában megfigyelhetők szignifikáns eltérések, a narratívák zöme pozitív pályaképet fogalmaz meg.

A karriertervek kidolgozottságának szintje a CES-D Depresszió-skála összpontszámában is tükröződik (ANOVA $F=2,053$, $p=0,057$). A negatív karrierterveket, sikertelenséget vagy a pályaelhagyás gondolatát leíró személyek esetében megtaláljuk a depresszióra utaló jegyeket, a CES-D Depresszió-skála magasabb pontértékeit.

A hallgatói én-hatékonyság mutatója szignifikáns eltéréseket mutat a karriertervek függvényében (ANOVA $F=2,191$, $p<0,05$). A mintázat hasonló a depressziónál leírtakhoz: a negatív pályatervek, pályaelhagyás jegyei alacsonyabb hallgatói én-hatékonyság élménnyel párosulnak, és jól elkülönülnek a pozitív karriertervektől. Még a jövőt elképzelni nem tudók is a magasabb hatékonyság-sávba tartoznak, elkülönülve a kudarcot elővételezőktől.

A jövőről való konzultáció alapján elkülönülő karrierterv-típusok (ANOVA $F=3,008$, $p<0,05$) érdekessége, hogy a magasabb pontszámok (konzultál másokkal a tervekről) olyan személyekre jellemzők, aki a jövővel kapcsolatban negatív tartalmú részletes leírást vagy a gyermeknevelés/GYES útvonalát írják le. A konzultáció ebben az esetben kifejezett segítségkérésként, preventív beavatkozásként értelmezhető.

A pályaegettség kíváncsiság a pálya jellemzőire faktor pontszámának magasabb értéke (ANOVA $F=6,790$, $p<0,001$) azokra a vizsgálati személyekre jellemző, akik pozitív tartalmú, részletes karriertervet állítanak össze, de a teljes mintát egyben vizsgálva itt találjuk a GYES lehetőségét fontolgató személyeket is. A kíváncsiság paradox módon a jövőtervet megfogalmazni képtelen, vagy a szaktól eltérő jövőképet megfogalmazók csoportjában alacsony érték. Ők a pillanatnyilag "kilátástalannak tűnő" helyzetben nem mutatnak aktivitást a változtatás érdekében.

A pályaelettség önbizalom mutatójának magasabb szintje (ANOVA $F=3,504$, $p<0,05$) a pozitív tartalmú pályaképekre és a GYES leírására jellemző.

A megküzdési módok közül a probléma-elemzés magasabb értéke (ANOVA $F=2,473$, $p<0,05$) a részletes negatív tartalmakkal, illetve részletes pozitív tartalmakkal jellemezhető karriertervek esetében jellemző. Ezt követi az érzelmi viszonyt önmagában és a pályaelhagyást leíró három kategória, majd a pályatervek hiánya és a GYES. Az eredmények alapján úgy tűnik, hogy a problémaközpontú megküzdés valóban a problémás helyzetek esetében jelenik meg nagyobb valószínűséggel. A helyzettel való intenzív foglalkozás jelzésként értelmezhető.

A kognitív átstrukturálás stratégiájának gyakoribb alkalmazását azoknál a válaszadónál találjuk, akik részletes, negatív karriertervet vagy részletes, pozitív leírást készítettek. Az eredmény a jövőterv lehetséges kimeneteivel való intenzívebb foglalkozásra utal (ANOVA $F=2,753$, $p<0,012$).

A pályaaadaptabilitás (SCCI kérdőív) dimenziói közül mindegyik szignifikáns különbséget jelez az egyes karrierterv-variációk függvényében. A döntés esetében (ANOVA $F=5,330$, $p<0,001$) a részletes pozitív, illetve pozitív érzelmi töltetű tervek-nél találunk magasabb pontszámot. Pozitívként jelenik meg a döntéssel kapcsolatban a GYES lehetőségének választása is.

A szakmai gyakorlat, tapasztalatszerzés (ANOVA $F=2,677$, $p<0,05$) esetében ugyanígy elkülönül a pozitív részletes, és pozitív érzelmi tartalmú valamint, GYES lehetőségét tartalmazó válaszok csoportja, a nagyobb mértékű gyakorlati tapasztalathoz köthetően.

A konzultáció, szakmákra vonatkozó ismeretek esetében ez a hatás még markánsabb (ANOVA $F=2,673$, $p<0,05$), mintázata az előbbieken bemutatottal egyezik.

Végül az SCCI skála összpontszámát vizsgálva a karriertervek kidolgozottsági kategóriáinak függvényében is hasonló mintázatú szignifikáns hatásokat találunk (ANOVA $F=3,457$, $p<0,05$). Azok a válaszadók, akik az adaptabilitás magasabb szintjével jellemezhetők, a 25 tételes skálán közel húsz ponttal magasabb összpontszámot érnek el, részletes pozitív karrierterveket, vagy pozitív érzelmi színezetet, esetleg a gyermekvállalás lehetőségét mérlegelő pályaelképzelések esetében.

Nemi különbségek a karrierterv kidolgozottságának függvényében: férfiak esetében a pályatervek kidolgozottságának mutatóját a figyelembe vehető esetszámból adódó torzítások miatt (mindössze 5 nem pozitív karriertervet leíró férfi válaszadónk volt a mintában, szemben a pozitív részletes 55 fős, illetve pozitív tartalmú, de konkrét pályaterület megjelölést nem tartalmazó 43 fős csoporttal), csak fenntartásokkal alkalmazhatjuk.

Tendenciaként jelezhetjük, de az egyéni tanácsadási munkában fontos jelzésként értelmezhetjük a depresszió érték emelkedését a tervek hiányával, illetve az alapve-

tően negatív leírásokkal kapcsolatban (pl. kevés fizetésért valahol robotol) (ANOVA $F=2,146$, $p=0,081$).

A pályaeérettség, jövőről való konzultálás faktorán a férfiak esetében elsősorban a pozitív érzelmi viszonyt konkrét terület nélkül leíró férfiak esetében találunk magas pontszámot, ezt követi a részletes pozitív, pályaterület-megjelöléssel bővített leírás (ANOVA $F=2,546$, $p<0,05$). Ennek fényében a férfiak valószínűsíthetően a sikert jelentő lehetőségekről és kevésbé a rettegett jövőképről folytatnak interakciót.

A pálya jellemzői iránti érdeklődés a pályakép részletességével áll kapcsolatban. Függetlenül az érzelmi színezettől, a részletesebb pályakép a kíváncsiság magasabb szintjében jelentkezik. Itt is megfigyelhető az a paradox helyzet, hogy a pályaelhagyók és a jövőképet elképzelni nem tudók azok, akik a kíváncsiság alacsonyabb értékével jellemezhetők (ANOVA $F=2,652$, $p<0,05$).

A megküzdési módok közül a problémaelemzés férfiak esetében is a negatív érzelmi viszonytalal jellemezhető, de konkrétumokat nem tartalmazó pályaképhez kötődik. Alacsony értéket mértünk a problémaelemzés stratégiájával kapcsolatban a jövőképet bemutató nem tudóknál (ANOVA $F=2,680$, $p<0,05$).

A kognitív átstrukturálás stratégiája a férfiak azon csoportjaira inkább jellemző, akik negatív, vagy pozitív érzelmi színezetű, de konkrétumokat felvonultatni nem tudó pályaképet mutattak be. Ők valószínűsíthetően egyfajta moratórium állapotában vannak, az előnyök és hátrányok mérlegelésének folyamatát végzik. Erre utal, hogy a pozitív részletes pályakép leírói közepes szintű, míg a jövőt elképzelni nem tudó, vagy a pályaelhagyás gondolatával foglalkozó férfiak a skála kifejezetten alacsony értékeit használták (ANOVA $F=3,546$, $p<0,05$).

A megküzdési stratégiák közül férfiak mintáján az érzelemindította cselekvés emelkedett értékeit mértük a negatív viszonyt, konkrétumok nélkül és a pályaelhagyás lehetőségét leírók csoportjaiban (ANOVA $F=2,381$, $p=0,056$).

Tendencia szintűvé gyengültek a különbségek a pálya-adaptabilitás döntés faktorában, és mindössze ez az egy összefüggés található a mérőeszköz alkalmazásával a férfiak alcsoportjában (ANOVA $F=2,024$, $p=0,096$). Az eredmények alapján, a megkérdezettek közül a pályaelhagyást fontolgatók, illetve a részletes pozitív pályaképet leíró férfiak hoztak nagyobb valószínűséggel döntést. Ezt a csoportot követi a pozitív érzelmi színezetű, de pályaterülethez nem kötő ("sikeres leszek") leírásokkal, illetve a negatív érzelmi viszonyt leíró, konkrétumokat nélkülöző modellekkel jellemezhető férfiak csoportja. A sort ebben a dimenzióban azok a férfiak zárják, akik nem tudják elképzelni jövőjüket.

Nők csoportjában a hallgatói én-hatékonyság mutatója mentén találtunk eltéréseket a karrierterv kidolgozottságának függvényében (ANOVA $F=2,980$, $p<0,05$). Az eredmények érdekessége, hogy a hallgatói én-hatékonyság legmagasabb értéke elle-

nére (a tanulmányi kihívásokkal jól megbirkózik) a mintából két hallgató nem tudja elképzelni, hogy mihez kezd a jövőben. E két válaszadó eredményét a későbbi összehasonlítások során a GYES kategóriába sorolt két válaszadóhoz hasonlóan egyedi variációként közöljük. A továbbiakban az elvárásoknak megfelelően, a magasabb értékekkel jellemezhető, tanulmányaikban önmagukat hatékonnak megélő nők részletebb, pozitív töltetű, konkrétumokkal is jellemezhető karrierterveket mutatnak be. Ehhez a körhöz tartozik a GYES lehetőségét fontolgató nők csoportja is. Az alacsonyabb hallgatói én-hatékonyság élmény a negatív színezetű, területhez nem kötődő vagy a szaktól eltérő választások esetében jellemző. Ez fontos diagnosztikai jegyként értelmezhető.

A pályaegettség jegyei közül a pályáról való konzultáció a nők esetében ugyancsak a gyermekvállaláshoz, illetve a részletes, pályaterülethez köthető negatív pályatervezhez kapcsolódik, valamint azoknál a nőknél jellemzően magasabb érték, akik nem tudják elképzelni jövőjüket. A konzultáció ebben az esetben a negatív hatások kompenzálására tett erőfeszítésként is értelmezhető (ANOVA $F=2,370$, $p<0,05$).

A pályaegettség jegyei közül a kíváncsiság – a férfiakhoz hasonlóan – inkább a pozitív, illetve részletesen kidolgozott pályaképet leírók esetében magasabb szintű. Érdekes módon a GYES lehetősége éri el a legmagasabb értéket. Azonban mindössze egyedi variációnak tekinthető, mindössze két válaszadó eredményein alapul (ANOVA $F=5,691$, $p<0,001$).

A pályaegettség önbizalom a pályatervezésben faktora esetében is a már bemutatott mintázat érvényesül: a pozitív illetve pályaterülethez kötődő elemeket tartalmazó pozitív leírások esetében magasabb érték. A GYES lehetősége ezúttal is egyedi variációként vezeti a listát, a két válaszadó véleményét tükrözve (ANOVA $F=3,223$, $p<0,05$).

A megküzdési stratégiák közül a problémaelemzést a nők közül azok alkalmazzák gyakrabban, akik részletes, negatív leírást adnak szakmai jövőjükéről. A középmezőnyben vannak, akik részletes leírást adnak, pozitív színezettel, illetve pozitív, de pályaterület nélküli képet rajzolnak. Ide sorolható a pályaelhagyás lehetősége is. A sort a negatív, konkrétumok nélküli kép, illetve a GYES egyedi lehetősége zárja (ANOVA $F=2,294$, $p<0,05$).

A pálya-adaptabilitás faktorai közül a szakmai gyakorlat pontszámok esetében nőknél is érvényes az összefüggés, hogy a pozitív színezetű, illetve részletesen kidolgozott életterveknél magasabb pontszámot találunk a skálán. Jól elkülönül így a negatív érzelmi viszonyt leírók, illetve a részletes, szakmai területhez negatív viszonnal kapcsolódók csoportja akár a pályaelhagyó, akár a jövőt elképzelni nem tudó nők csoportjától. Ez utóbbi alkotja e tekintetben a középmezőnyt. Esetünkben ésszerű magyarázatnak tűnik, hogy a szakmai tapasztalatszerzés még nem elengedő, vagy elbizonytalanító élményekkel járt, és ezzel a részletes pályatervek kidolgozását nem

támogatta (ANOVA $F=2,202$, $p<0,05$).

A pálya-adaptabilitás konzultáció faktora a nők esetében is a részletes, pozitív képet bemutatók, illetve pozitív érzelmekről beszámoló csoportjában jelez magas értéket. A siker lehetőségeit vitatják meg. A középmezőnyben a jövőképet leírni nem tudók szerepelnek. A negatív, illetve pályaterülethez köthető, negatív képet bemutatók esetében konzultációra ritkábban került sor (ANOVA $F=2,254$, $p<0,05$).

Végül az adaptabilitás összpontszámát tekintve a nők esetében szignifikáns eltéréseket látunk. Elkülönül egymástól a pályaterülethez köthetően, illetve önmagában pozitív pályaleírást készítő (ide értendő a két GYES-re készülő válaszadó is) és a negatív érzelmekről, akár területhez köthetően negatív képet festők csoportja (ANOVA $F=3,060$, $p<0,05$).

A hallgatók életpálya-építési tudatosságának jellemzőit vizsgáló kérdéseink eredményeit (ld. a kapcsolódó fejezetet) figyelembe véve megállapíthatjuk, hogy a mentálhigiénés státusz és a pályatervek kidolgozottsága ("pályaérettség") valamint a pálya-adaptabilitás (SCCI összpontszám) mértéke egymással szoros kapcsolatban van. A magasabb pályaérettség szinttel jellemezhető vizsgálati személyek kevésbé veszélyeztetettek depresszió és pszichoszomatikus tünetek tekintetében. Ez a hatás jelentős mértékben a vonatkoztatási személyekkel folytatott interakcióktól függő eredménynek tekinthető. Lényeges kérdés tehát, hogy a hallgatók konzultáljanak szakemberekkel, számukra fontos személyekkel a jövőjükéről.

A pályaelhagyás lehetősége is értelmezhető lehet a nemi szerep függvényében, mint egy reálisan átgondolt, többféle lehetőséget nyitva tartó pályatervezési megoldás. Nők esetében a gyermekvállalás lehetősége jelent ilyen "alternatív" pályatervezési lehetőséget.

A vizsgálat egyik fontos eredménye, hogy a nők a negatív előjelű, de részletesen kidolgozott pályaterveiket beszélik meg: a vonatkoztatási személyekkel való megbeszélés lehetőségét azok a nők említik gyakrabban, akik pályájukkal kapcsolatban nagyobb arányban feltételezik a negatív előjelű kimeneteket. A társas támogatás (család, barátok, tanácsadók) segítségének igénybevétele számukra jelentős segítségforrás, ha nem rendelkeznek jövőképpel vagy elsősorban negatív jellemzőkben gondolkodnak, illetve a gyerekvállalás alternatívájával foglalkoznak.

A férfiak eközben a pozitív sematikus vagy részletesen kidolgozott karriertervek átbeszéléséhez keresnek beszélgető partnert. Ez a megküzdési mód gender-tipikusnak tekinthető: a férfiak elsősorban a sikerek, erősségek bemutatására koncentrálnak, a nehézségek, gyengeségek és kockázatok átgondolása háttérbe szorul. Ezt a nemi különbséget a szolgáltatások marketingjében érdemes felhasználni, a szolgáltatási paletta bemutatása során.

4. Érzelmi töltet, általános hangvétel

Külön jelentőséget tulajdonítottunk a narratívák érzelmi töltetének, annak, hogy összességében milyen érzelmeket jelenítenek meg. A korábbi bontásokhoz képest itt elkülönítettük a semleges, pozitív, negatív és vegyes, azaz ambivalens érzelmeket megjelenítő szövegeket.

Szükségessé tartjuk kihangsúlyozni, hogy a narratívák több mint 40 százaléka pozitív töltetű. A szarkasztikus megfogalmazású narratívákat is a pozitív töltetű szövegek közé soroltuk, abból a megfontolásból, hogy az elbeszélő eddigi (feltételezzük) hagyományos választási sémákra támaszkodó párkapcsolati kudarcai ellenére egy számára intimitást biztosító kapcsolatot vizionál.

Példa: *“Egy szakmájában elhelyezkedett, keményen dolgozó erős nőnek, aki a nála sokkal butább – de legalább kedves és segítőkész – férjével neveli 1, max. 2 gyermekét egy Budapest lévő kertesi családi házban.” (58)*

A teljes mintát vizsgálva szignifikáns eltérést találtunk a depresszió skála pontszámában a narratíva-kategóriák között (ANOVA $F=16,733$, $p<0,001$).

A negatív és vegyes érzelmi kategóriába tartozó leírások esetében a depresszió skálán jelentősen magasabb értéket mértünk. Az aktuális mentálhigiénés státusz a jövőkép formálására erőteljes hatást gyakorolt.

A hallgatói én-hatékonyság pontszámok vizsgálata során a negatív színezetű jövőképet alkotók csoportja különült el markánsan. Esetükben a hatékonyság szignifikánsan alacsonyabb értékét mértük (ANOVA $F=6,241$, $p<0,001$).

A pályaérettség kérdéssor konzultáció faktorán a semleges és pozitív jövőképek és negatív/vegyes jövőkép változatok csoportját tudtuk megkülönböztetni. Utóbbi szignifikánsan alacsonyabb értéket jelez, ami arra utal, hogy a válaszadó a jövőjével kapcsolatos beszélgetéseket még nem folytatta le (ANOVA $F=4,282$, $p<0,05$).

Pályaérettség kérdéssor kíváncsiság a pálya jövőjére vonatkozó faktora esetében a negatív színezetű jövőkép esetében mértünk szignifikánsan alacsonyabb értékeket (ANOVA $F=5,212$, $p<0,001$).

Hasonló eredményt kaptunk a pályatervezési folyamatba vetett hit, önbizalom faktorának vizsgálatánál is (ANOVA $F=2,857$, $p<0,05$).

A negatív színezetű jövőképek esetében a többi változathoz képest alacsonyabb értéket kaptunk az érzelmi egyensúly megteremtés stratégiájának alkalmazására vonatkozóan (ANOVA $F=3,351$, $p<0,05$), (ANOVA $F=4,748$, $p<0,05$).

Az érzelemindította cselekvés skála összpontszáma viszont éppen a negatív jövőképet megformálókénál magas (ANOVA $F=5,075$, $p<0,05$).

A pálya-adaptabilitás kérdéssor faktorai közül teljes mintán a szakmai tapasztalatszerzés gyakorlata faktorának eltérését láttuk a jövőkép függvényében. A nega-

tív jövőkép esetén szignifikánsan alacsonyabb a faktoron elért pontszám (ANOVA $F=2,329$, $p<0,05$).

A negatív összértékelésű jövőképet leíró válaszadók a konzultáció, szakmákra vonatkozó információk gyűjtésében is a legalacsonyabb pontszámot kapták (ANOVA $F=2,141$, $p=0,094$).

Az adaptabilitás (SCCI) skála összpontszáma is hasonló mintázatot mutat: a 25 tételes mérőeszközhöz mintegy 12 ponttal alacsonyabb értéket gyűjtenek a negatív jövőtervvel jellemezhető személyek (ANOVA $F=2,045$, $p=0,106$).

Gender különbségek a jövőterv érzelmi töltete alapján

A férfiak alcsoportjában a depresszió-skálán mérhető értékekben szignifikáns különbséget találtunk a jövőkép érzelmi színezete alapján. A negatív vagy vegyes érzelmekkel jellemezhető jövőkép-variánsok magasabb depresszió pontszámmal jártak együtt (ANOVA $F=2,931$, $p<0,05$).

A pályaeérettség jövőre irányuló konzultáció faktorán is jól mérhető a jövőkép érzelmi töltete: a semleges vagy pozitív érzelmek megjelenése a leírásokban magasabb pontszámokkal jár együtt a konzultáció faktoron (ANOVA $F=7,723$, $p<0,001$).

Férfiak esetében a negatív illetve pozitív érzelmi töltet megjelenése a jövőképben a megküzdési stratégiák alkalmazkodás faktorán (a helyzetnek való alárendelődés képessége, mint stratégia alkalmazása) magasabb pontszámokat eredményez, mint a semleges vagy vegyes érzelmi töltetű leírások (ANOVA $F=2,495$, $p=0,062$).

Az érzelmi egyensúly megteremtését alkalmazó megküzdési mintázat azoknál a férfiaknál jelenik meg magasabb pontszámmal, akik a jövőtervek leírásában semleges vagy pozitív, esetleg vegyes érzelmeket jelenítenek meg. Szignifikáns különbséget a negatív érzelmi töltetű képet festők csoportjával összevetésben találunk (ANOVA $F=3,015$, $p<0,05$).

A negatív jövőképet vázoló férfiak a visszahúzódás, a megküzdés elhalasztásában jeleznek magasabb pontértéket. Feltételezhetően a konfrontációt kerülő, biztonságkereső stratégia jellemző rájuk (ANOVA $F=2,229$, $p=0,086$).

A pálya-adaptabilitás konstruktuma a jövőkép érzelmi színezetében, férfiak esetén csak a szakmai területtel kapcsolatos gyakorlati tapasztalatok skáláján mutat szignifikáns különbségeket: a negatív vagy vegyes jövőkép esetén alacsonyabb értéket jeleznek a megkérdezettek, vagyis kevésbé jellemző, hogy a jövőbeni foglalkozási területtel kapcsolatos közvetlen tapasztalatokat gyűjtöttek volna (ANOVA $F=2,739$, $p<0,05$).

A női almintán is szignifikáns különbségeket találunk a jövőkép érzelmi töltete és a depresszió kérdéssor összpontszámának függvényében. A negatív vagy vegyes jövőkép leírások magasabb depresszió értékkel járnak együtt (ANOVA $F=15,548$,

$p < 0,001$).

A hallgatói én-hatékonyság mutatójának magasabb értékeit a pozitív, semleges vagy vegyes érzelmi viszonyulást mutató jövőképek esetében találjuk. Szignifikánsan alacsonyabb a negatív leírást készítőik én-hatékonyság élménye. A tanulmányokkal való megküzdés során generalizált hatékonyság-élmény kihatással van a jövőről formált képre (ANOVA $F=8,708$, $p < 0,001$).

Ezzel párhuzamosan, a pályára irányuló kíváncsiság magasabb értékeit is a semleges, pozitív vagy vegyes érzelmi viszonyulású jövőképek esetében találjuk, míg a negatív kép alacsonyabb érdeklődéssel jár együtt (ANOVA $F=6,984$, $p < 0,001$).

A pályaeérettség harmadik dimenziójaként az önbizalom a pályaeépítésben mutat szignifikáns eltéréseket a nők csoportjában. Az előbbieken leírtakhoz hasonlóan a negatív képet bemutatók kapnak szignifikánsan alacsonyabb pontszámot az önbizalom tekintetében (ANOVA $F=3,204$, $p < 0,05$).

A nők kognitív átstrukturálással történő megküzdési stratégiái is a negatív jövőképhez kapcsolódóan mutatnak kiugróan alacsony értéket (ANOVA $F=4,533$, $p < 0,05$). Ezzel ellentétben, a negatív jövőkép leírások az érzelemindította – kevésbé átgondolt – cselekvések alkalmazását valószínűsítik a nők esetében (ANOVA $F=4,489$, $p < 0,05$).

A női al minta konzultációs tevékenysége, a szakmákról való ismeretgyűjtése az utolsó dimenzió, ahol a jövőkép érzelmi színezete alapján különbségeket mérhetünk. A tanácsadók számára nem meglepő módon a negatív leírások esetében kiugróan alacsony a konzultáció faktoron elért eredmény. Azok élnek legkevésbé a konzultáció lehetőségével, akiknek leginkább hasznos lehetne a tapasztalatcsere, az élmények átbeszélése (ANOVA $F=2,308$, $p=0,076$).

5. A hely ahová a válaszadók a jövőben elképzelik magukat

Arra is kíváncsiak voltunk, hogy a narratívák szövegeiben vajon megjelenik-e a helyszín, ahová a fiatalok magukat képzelik. A szövegekben megjelenik az ott, ahol most élek megszövegezése. Ritkábban az a konkrét kijelentés, hogy a narratíva írója Magyarországon szándékozik élni. A külföldi munkavállalás, megtelepedés ritkán kötött országhoz. A külföldi tapasztalatszerzés után a Magyarországra visszatérést tervezők hangsúlyozzák a peregrináció során szerzett tudás, kompetencia hasznát. Vannak olyan szövegek, amelyeknek írója célzottan tervezi a külföldön tanulást, dolgozást.

Azok a válaszadók, akiknek a 10 év múlva szövegében vagy-vagy, illetve is-is elképzelés jelenik meg, a több centrumú élet kategóriába kerültek, de a talán éppen megfogalmazásokat is ide soroltuk. *“Jó kérdés, nem igazán tudom, nem szoktam róla gondolkodni. Remélem, lesz családom, és munkám is, talán épp külföldön leszünk”* (577).

A teljes minta bő 10 %-a specifikálta narratívájában a helymeghatározást, amelynek megoszlása figyelemreméltó. A tapasztalatszerzési lehetőségek iránti érdeklődés kiolvasható a külföldről visszatérők narratíváiban. *“Hát ideális esetben, családom lesz 1-2 gyerekkel, egy nem túl nagy, de praktikus házzal vagy albérlettel (ez a valószínűbb), és talán autóval. 10 év múlva már elmondhatom, hogy jártam/éltem külföldön, majd visszajöttem. Munka szempontjából animációs vagy egyéb grafikai stúdiókban dolgozom. Kevésbé ideális esetben egy kis albérletben élek, egyszerű munkát végzek”*. (364)

A külföldön letelepedni szándékozók is azt tervezik, megmaradnak a hazai kapcsolataik. *“Remélem, külföldön tudok majd végre azzal foglalkozni, azt kutatni, ami valójában érdekel, lehetőség szerint nem elveszítve az itthoni fontos kapcsolataimat. Talán az önértékelési zavaraim is alábbhagynak, meg tudok majd állapodni magammal.”* (590)

Teljes mintán vizsgálva az életterv helyszínének hatását, mindössze a megküzdési stratégiák visszahúzódimenzióján találunk szignifikánsan eltérő értékeket (ANOVA $F=3,271$, $p<0,05$). Általánosságban azt mondhatjuk, hogy az alkalmazkodás dimenzióján a külföldet vagy több életcentrumot megjelölők jellemezhetők a legalacsonyabb értékkel, míg az itthoni életet vagy hazatérést tervezők inkább az alkalmazkodást választók csoportjához tartoznak.

A helyszínválasztás férfiak esetében a hallgatói én-hatékonyság skálán tendencia-szerű eltérésekkel jár együtt (ANOVA $F=2,216$, $p=0,069$). A külföldről visszatérést, a hazai életterveket illetve a külföldet leíró történetek szerzői mutatnak magasabb hallgatói én-hatékonyságot.

Eltérnek a különböző helyszínt választó férfiak a pályatervezés iránti nyitottság, kíváncsiság tekintetében is (ANOVA $F=2,458$, $p<0,05$). Itt a hazai illetve több életcentrumot megnevező férfiak jellemezhetők nagyobb aktivitással. Ők igyekeznek jobban feltárni a lehetőségeket, míg a helyszínek nélküli vagy külföldről visszatérők csoportja alacsonyabb értékekkel jellemezhető ebben a dimenzióban.

Végül a helyszínválasztás alapján feltárható utolsó különbség a megküzdési stratégiák területéről: az érzelmi egyensúly megteremtésével kapcsolatos stratégia változik a helyszínek függvényében tendencia szinten (ANOVA $F=2,371$, $p=0,054$). A helyszínt nem tartalmazó leírásokon kívül a hazai vagy visszatérő mintát tartalmazó leírásokhoz tartozik magasabb érték az érzelmi egyensúly megteremtését célzó stratégia esetén. Ez az eredmény a férfiak jövőtervében az érzelmi kötődés fontosságát jelezheti a szülőföldhöz, társas-kapcsolati mezőhöz.

A nők esetében a depresszió pontszám azoknál a legalacsonyabb, akik külföldön vagy külföldről hazatérve képzelik el 10 év múlva az életüket (ANOVA $F=2,711$, $p<0,05$).

A megküzdési stratégiák közül a visszahúzódás skálán azok érik el a legmagasabb értéket, akik kiemelik a hazai helyszínt (ANOVA $F=3,355$, $p<0,05$).

Az életcentrumok függvényében változik a tanácsadói szolgáltatás igénybevételével kapcsolatos értékelés is (ANOVA $F=2,264$, $p=0,065$). Tendencia szinten magasabb pontszámot jeleznek, a beavatkozás hatékonyságát jelzik azok a válaszadók, akik az itthoni életcentrumot emelik ki a jövőtervben, vagy életcentrum megjelölést nem tartalmazó tervet mutatnak be.

A fentiek alapján kirajzolódik, hogy a diákok hazai vonatkozású kérdéseikkel fordulnak az egyetemi vagy más tanácsadókhöz. Az adatok alapján azt gondolhatjuk, hogy a fiatalok azt feltételezik, hogy a nem magyarországi színtereken más, a hazaitól eltérő kihívásokkal kell majd megbirkózniuk. Az Erasmus ösztöndíj és az ahhoz kapcsolódó felkészítő és a visszatérést segítő tréningek fontosságát e helyen is hangsúlyozzuk.

6. Az életterv önirányítottsági szintje

A karrier tervezés szempontjából az önirányítottság szintje kiemelt tényező. Ezért a 10 év múlva narratívák igehasználata alapján a cselekvő igéket, a szenvedő igealakokat és nem besorolhatóakat tartalmazó szövegeket külön 3 csoportba soroltuk. Viszonylag alacsony, nincs 2% azoknak a narratíváknak az aránya ahol a kívülről irányított tényező (véletlen, Isteni segítség) megfogalmazódik.

A beérkezett válaszok kidolgozottsága, érzelmi töltete heterogén. A válaszadók több mint húsz százaléka jövőképét aktívan megkonstruálja: *“Önálló, saját egzisztenciáját megteremtő céltudatos nő, családanya”* (199).

Nem ritka a narratívák között a szélsőségesen eltérő tartalmú A és B terv megfogalmazása egyazon szövegcsoporton belül: *“Hát ideális esetben családom lesz 1-2 gyerekekkel, egy nem túl nagy, de praktikus házzal vagy albérlettel (ez a valószínűbb), és talán autóval. 10 év múlva már elmondhatom, hogy jártam/éltem külföldön, majd visszajöttem. Munka szempontjából animációs vagy egyéb grafikai stúdiókban dolgozom. Kevésbé ideális esetben egy kis albérletben élek, egyszerű munkát végzek.”* (364)

Fontos hangsúlyoznunk, hogy az önirányítottság tekintetében besorolhatatlan narratívák háromötödében az elképzelt jövő többé-kevésbé kidolgozott elemei megjelennek.

Az életvezetési és karriertanácsadás hallgatói, illetve munkavállalói sikerességhez való egyik lehetséges hozzájárulása az ambivalenciák, illetve a kidolgozatlan és erőtlén karrier- és életpályatervek kidolgozásának segítése.

Az élettervek önirányítottságának szintje alapján különbségeket mértünk a hallgatók mentálhigiénés státuszában. A CES-D Depresszió-skála összpontszáma (ANO-

VA $F=3,044$, $p<0,05$) a kívülről irányított élettervet leírók csoportjában szignifikánsan magasabb volt. Ez az eredmény megfelel a depresszió kognitív triászában leírt jellemzőknek. A kívülről irányítottak csoportja egyértelműen több mentálhigiénés problémával jellemezhető. Miközben az önirányítottság csak csekély előnyt biztosít az életterv nem besorolható típusait szállítókkal szemben.

Érdekes eredménye az önirányítottság alapján történő osztályozásnak, hogy a problémaelemző megküzdési stratégia a kívülről irányított jövőképpel jellemezhető csoportjában éri el a legmagasabb értéket. Az eredmény alapján úgy tűnik, hogy a problémaelemzés egy értelemteremtő akcióként, a helyzet feletti kontroll visszanyerését célzó próbálkozásnak hat (ANOVA $F=3,421$, $p<0,05$).

Az önirányítottság szintjei alapján eltérést találtunk a kognitív átstrukturálás megküzdési stratégiákban is (ANOVA $F=4,583$, $p<0,05$). Az önirányított élettervek esetén gyakrabban alkalmazott stratégiát jelent a helyzetek átértékelésével való megküzdési mód.

Az élettervek önirányítottságának elemzésével kapcsolatban fontos, bár a minta nagyság mérete miatt csak tendencia szintű eredménye, hogy az önirányítottság jegyét viselő élettervek leírói adják a legmagasabb pontszámot a tanácsadói szolgáltatások hatékonyságára. Esetükben a konzultáción való részvétel hozzájárulhatott céljaik tisztázásához és a célelési stratégiák kidolgozásához. Eredményeként a jövőre vonatkozó narratíva is gazdagodott (ANOVA $F=2,279$, $p=0,105$).

Az önirányítottság jegyeit tartalmazó élettervek leírói a pálya-adaptabilitás döntés dimenzióján is magasabb értékről számolnak be (ANOVA $F=2,787$, $p<0,05$).

Az adaptabilitás szakmai gyakorlattal kapcsolatos faktorának eredményeiben is megjelenik az összefüggés: az önirányítottság együtt jár a több tapasztalattal (ANOVA $F=2,135$, $p=0,094$).

Az adaptabilitás konzultáció faktora is az önirányított élettervek esetében magasabb (ANOVA $F=3,413$, $p<0,05$).

Végül, de nem utolsósorban az adaptabilitás skála összpontszáma 13 pont különbséget mutat a 25 tételes skálán az önirányított élettervek esetében (ANOVA $F=2,497$, $p=0,059$).

Az önirányítottság nemek alapján történő vizsgálatának eredményeiből kiemelhetjük, hogy férfiak esetében markánsan elkülönül az önirányított élettervek leíróinak csoportja a kívülről irányított vagy be nem sorolható válaszadók csoportjától, utóbbiak szignifikánsan magasabb depresszió szintről számolva be (ANOVA $F=2,706$, $p=0,070$).

Az önirányított élettervek esetén magasabb a pályaérettség modell konzultáció faktora (ANOVA $F=2,308$, $p=0,102$).

A pályaérettség pálya iránti kíváncsiság faktora is magasabb értéket ér el az önirá-

nyitott élettervet leíró férfiak csoportjában (ANOVA $F=3,169$, $p<0,05$), akárcsak a kognitív átstrukturálás stratégiája (ANOVA $F=3,218$, $p<0,05$), illetve az adaptabilitás konzultáció - szakmai ismeretgyűjtés faktora (ANOVA $F=2,590$, $p=0,078$).

Ezzel szemben az alkalmazkodás (ANOVA $F=2,649$, $p=0,073$) és az érzelmi egyensúly megteremtését középpontba helyező megküzdési stratégia férfiak esetében inkább a külső irányítást mutató élettervekkel jár együtt (ANOVA $F=2,472$, $p=0,087$).

Nők eredményei:

Nők esetében az élettervek önirányítottságának függvényében változik az előnyben részesített megküzdési stratégiák típusa. A problémaelemzés módszerének és az érzelmi egyensúly biztosítását szolgáló stratégiák magasabb értékét a kívülről irányított jövőkép esetében mértük (ANOVA $F=2,462$, $p=0,062$). A kognitív átstrukturálás a belülről irányítottsághoz kapcsolódik (ANOVA $F=2,614$, $p=0,050$).

Ugyancsak a belülről irányítottság esetén várhatunk magasabb pontszámokat az adaptabilitás SCCI mérőeszközének alkalmazásával, a pályával kapcsolatos döntés (ANOVA $F=2,614$, $p=0,050$), a szakmai gyakorlat/tapasztalatok (ANOVA $F=2,405$, $p=0,066$) és az SCCI skála összpontszáma esetében (ANOVA $F=2,179$, $p=0,089$).

Az önirányított jövőtervek és a problémaelemzés módszerének paradox összefüggése esetében további vizsgálat lehet indokolt. A háttérben feltételezhető, hogy a nők sikerfélelemmel jellemezhető stratégiája működik (Horner, 1972)³⁸.

A teljes mintán a pálya-adaptabilitás mutatója, a Savickas–Porfelli féle SCCI (2011) kérdéssor összpontszáma valamint két fontos összetevője, a pályaterülettel összefüggő szakmai gyakorlat keresésére irányuló törekvés, illetve a pályadöntéshez kapcsolódó konzultáció a vonatkoztatási személyekkel (szülőkkel, tanárokkal, professzionális segítőkkel) mutat szignifikáns összefüggést az életterv önirányítottságának mértékével.

Mindhárom esetben megfigyelhető, hogy a kívülről irányított (sematikus, kevésbé reflektált, véletlentől és egyéb külső tényezőktől függő) pályatervek a pálya-adaptabilitás alacsonyabb pontszámaival járnak együtt.

Az eredmények az SCCI kérdéssor diagnosztikai alkalmazhatóságának lehetőségét támogatják. Az önirányítottság tekintetében ugyanakkor nem találunk eltérést az SCCI kérdéssor további két faktora esetében: a döntés és önismeretre irányuló aktivitások tekintetében.

³⁸ Horner, M. S. (1972). Toward an Understanding of Achievement-Related Conflicts in Women. *Journal of Social Issues*, 28(2), 157–175.

A hallgatók megküzdési eszköztára

Az öt résztvevő felsőoktatási intézmény hallgatói megküzdési mechanizmusait számos szempontból vizsgáltuk meg.

A kérdéssorban szereplő tételek esetében négyfokú skálán kértük a hallgatók véleményét, milyen gyakran alkalmazzák az adott stratégiát (0=egyáltalán nem jellemző, 1=alig jellemző, 2=jellemző, 3=nagyon jellemző). A kérdőív tételei három dimenzió mentén csoportosíthatók: problémaközpontú megküzdés, érzelemközpontú megküzdés, valamint támaszkereső megküzdés. Ezeken belül összesen 7 változó volt azonosítható, az alábbiak szerint:

Problémaorientált:	Problémaelemzés
	Kognitív átstrukturálás
	Alkalmazkodás
Érzelmi orientált:	Érzelmi indíttatású cselekvés
	Érzelmi egyensúly keresése
	Visszahúzódas
Támogatást kereső:	Segítségkérés

Az egyes változó leíró statisztikáját az alábbi táblázat foglalja össze.

Változó	N	Átlag	Szórás
Segítségkérés	756	1,4594	0,72380
Problémaelemzés	765	2,0538	0,70853
Kognitív átstrukturálás	763	1,4291	0,75030
Alkalmazkodás	766	1,5119	0,56038
Érzelmi indíttatású cselekvés	763	,9281	0,62901
Érzelmi egyensúly keresése	762	1,4633	0,82022
Visszahúzódas	762	1,5000	0,73975

Az alapvető leíró adatok, Kolmogorov–Smirnov, valamint Shapiro–Wilk tesztek alapján egyértelműen nem normál eloszlás jellemző a megküzdési módok dimenzióra, így nem paraméteres eljárások alkalmazása szükséges az elemzésekhez.

Teljes mintánkra vonatkozóan megállapíthatjuk, hogy a hallgatók jellemzően a problémaközpontú megküzdést, ezen belül pedig a probléma elemzése stratégiát alkalmazzák. Ezt követi a szintén problémaközpontú megküzdéseken belül az alkalmazkodás, majd érzelemközpontú megküzdésként a visszahúzódas és egyensúly keresése, majd a támaszkereső viselkedés. Összességében tehát azt mondhatjuk, hogy kihívást jelentő helyzetekben a problémát jelentő tényezőkre irányul aktivitásuk, amelynek kiegészítésére érzelmi fókusz is előtérbe kerül, illetve alkalmanként társaik, szociális hálózatuk erőforrásait kívánják igénybe venni.

Megküzdési módok alkalmazásában való eltérés férfiak és nők között: Mann–Whitney U teszt.

Változó	Átlag		Z érték	Szignifikanciaszint
	Férfi	Nő		
Problémaelemzés	2,0375	2,0589	0,117	0,907
Kognitív átstrukturálás	1,4588	1,4198	-0,463	0,643
Alkalmazkodás	1,4794	1,5220	0,556	0,578
Érzelmi indíttatású cselekvés	0,9692	0,9154	-0,955	0,339
Érzelmi egyensúly keresése	1,3287	1,5052	2,610	0,009
Visszahúzódas	1,3959	1,5324	2,117	0,034
Segítségkérés	1,2640	1,5196	3,943	0,000

A férfiak és nők közötti eltérések három megküzdési mód esetében mutatkoznak meg: a nők szignifikánsan magasabb arányban alkalmazzák a segítségkérést ($Z=3,943$, $p<0,001$), a visszahúzódas ($Z=2,117$, $p<0,05$) és az érzelmi egyensúly keresését egyaránt ($Z=2,610$, $p<0,05$).

Az egyes megküzdési módokat összehasonlítottuk abból a szempontból is, hogy egyes felsőoktatási intézményekben hogy alakul az arányuk. Az eredményeket az alábbi táblázat foglalja össze.

Intézmények közötti különbség az egyes megküzdési módok alkalmazásában: Kruskal–Wallis teszt.

Változó	Átlag					Z érték	Szignifikancia-szint
	BCE	EKF	ELTE	KRE	SZTE		
Probléma elemzés	2,0219	2,0025	2,2743	2,1089	1,9667	15,183	0,004
Kognitív átstrukturálás	1,4623	1,4426	1,4105	1,4893	1,2490	6,278	0,179
Alkalmazkodás	1,5090	1,5370	1,5408	1,5074	1,5255	0,362	0,985
Érzelmi indíttatású cselekvés	0,9420	0,9925	0,8906	0,8185	0,9216	0,5817	0,213
Érzelmi egyensúly keresése	1,4389	1,4440	1,4895	1,5792	1,3471	4,445	0,379
Visszahúzódás	1,5022	1,3818	1,5860	1,4356	1,5725	6,456	0,168
Segítségkérés	1,4478	1,2960	1,6064	1,5333	1,4706	9,883	0,04

Az intézmények tekintetében is található eltérés. A Kruskal–Wallis teszt azt mutatja, hogy szignifikáns eltérés jelentkezik a problémaelemzés és a segítségkérés változóknál. A Bonferroni és Dunn–Sidak post hoc elemzések azt mutatják, hogy az ELTE hallgatói szignifikánsan magasabb mértékben alkalmazzák a problémaelemzést, mint megküzdési mechanizmust a többi intézmény hallgatóinál, míg az EKF hallgatói kevésbé kérnek segítséget a többi intézmény hallgatóihoz képest. A problémaközpontú megküzdés, illetve az érzelmek szabályozására irányuló stratégiák az egyes intézményekben közel azonos mértékben jellemzőek.

A megküzdés összefüggései egyéb tényezőkkel

Az elemzések során az egyes megküzdési mechanizmusokat összevetettük a depresszió mértékével az esetleges összefüggések feltárása érdekében. Az eredményeket az alábbi táblázat foglalja össze.

Megküzdési módok és a depresszió mértékének összefüggései: Spearman-féle rangkorreláció.

Változók	Énhatékonyság	
	ρ	Szignifikancia-szint
Problémaelemzés	0,225	0,000
Kognitív átstrukturálás	0,284	0,000
Alkalmazkodás	-0,056	0,120
Érzelmi indíttatású cselekvés	-0,160	0,000
Érzelmi egyensúly keresése	0,066	0,071
Visszahúzódás	-0,113	0,002
Segítségkérés	0,060	0,103

Az eredmények alapján számos összefüggés állapítható meg az egyes megküzdések és az én-hatékonyság mutatója között. Az én-hatékonyság szignifikáns pozitív enyhe összefüggésben áll a problémaelemzéssel ($\rho(759)=0,225$, $p<0,001$), a kognitív átstrukturálással ($\rho(757)=0,284$, $p<0,001$) és tendenciaszintű pozitív korreláció található az érzelmi egyensúly keresésével ($\rho(750)=0,066$, $p<0,071$). Szignifikáns negatív összefüggések is fennállnak, az látható, hogy az én-hatékonyság szignifikáns negatív enyhe összefüggésben áll az érzelmi indíttatású cselekvéssel ($\rho(757)=-0,160$, $p<0,001$) és a visszahúzódással egyaránt ($\rho(756)=-0,113$, $p<0,05$).

A megküzdési stratégiák fontos szerepet töltenek be a tanulmányok során, kiemelten döntések, tervek készítése során. Megvizsgáltuk az egyes megküzdési módok összefüggését a jövőkép komplexitásával. Az eredményeket az alábbi táblázat mutatja be.

Megküzdési módok és a jövőkép komplexitásának összefüggései: Spearman-féle rangkorreláció.

Változók	Jövőkép komplexitása	
	ρ	Szignifikancia-szint
Problémaelemzés	0,067	0,093
Kognitív átstrukturálás	0,063	0,113
Alkalmazkodás	-0,015	0,708
Érzelmi indíttatású cselekvés	-0,134	0,001
Érzelmi egyensúly keresése	0,062	0,123
Visszahúzódnás	-0,013	0,743
Segítségkérés	0,043	0,286

Az eredmények alapján szignifikáns negatív enyhe összefüggés található a jövőkép komplexitása és az érzelmi indíttatású cselekvés között ($\rho(628)=-0,134$, $p<0,05$).

Felsőoktatási hallgatók életpálya-tervezési tudatosságának jellemzői

A pályadöntés, a felsőoktatási tanulmányok irányának kiválasztása egy folyamat fontos állomása. A döntéshez szükséges önismeret részét képezi a célok, értékek meghatározása, megfogalmazása, a különféle feladatok megoldásához szükséges kompetenciák szintjének azonosítása, a hiányzó kompetenciák megszerzésének lehetséges útjai. Azoknak a lehetőségeknek, hatásoknak számbavétele, amelyek a társas környezetből érkeznek ajánlásként fogalmazódnak meg a primer és szekunder szocializáció során.

A megalapozott pályadöntés elengedhetetlen feltétele a kiválasztandó irányok és területek jellemzőinek megismerése. A pályalehetőségek megvitatása a vonatkoztatási személyekkel, információk gyűjtése a célterületen tevékenykedő személyek munkafeladatairól, körülményeiről.

Korábbi vizsgálatok fényében döntéstámogató tényezőnek számít a közvetlen szakmai tapasztalatok, szakmai gyakorlat végzése a kiválasztott irányhoz kapcsolódóan. A felsőoktatási hallgatók pályadöntési jellemzőire vonatkozó kutatás eredményei

alapján áttekintjük, hogy a bemutatott, pályadöntést meghatározó elemek milyen összefüggést mutatnak a hallgatók tanulmányokkal kapcsolatban jelzett én-hatékonyság élményével, a tanulmányok során átélt krízishelyzetekkel és a megküzdést segítő tényezőkkel.

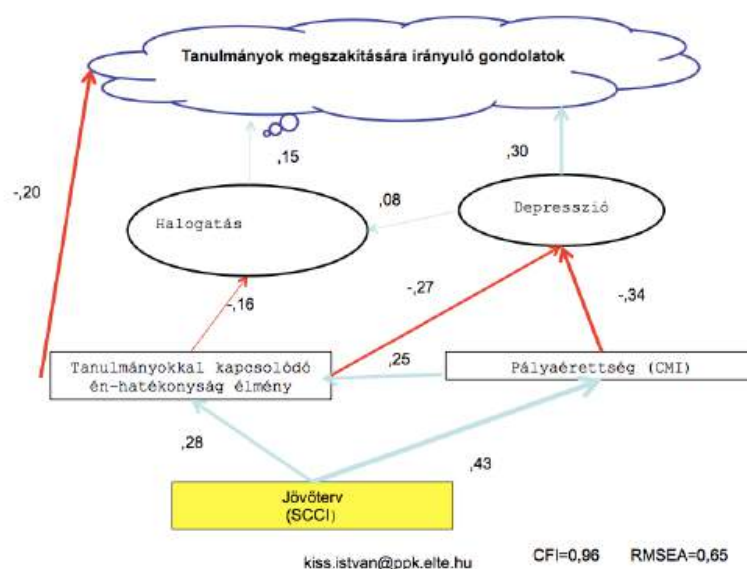
Vizsgálatunk során arra a kérdésre kerestük a választ, vajon a pálya-adaptabilitás és pályaérettség milyen kapcsolatba hozható a hallgatók mentálhigiénés státuszával.

Igaz-e az az elméletileg indokolható összefüggés, hogy a pályadöntésre vonatkozó reflektáltság szintje hatást gyakorol a hallgatók tanulmányokkal kapcsolatos tapasztalatainak minőségére?

Feltételezhető lenne, hogy a tudatosan választott tanulmányi irányok esetében a tanulmányokkal és életvezetéssel kapcsolatban tapasztalható nehézségekkel való megküzdésben, mintegy a reziliencia jegyeként értelmezhető módon nagyobb kitartást mutatnak a hallgatók. Tudják, hogy az átmeneti nehézségek a kiválasztott foglalkozási területre való eljutásban megoldandó kihívások. Értelmet nyernek a problémák és a tanulmányokkal összefüggésben gyakran megjelenő stressz.

A pályatervezés tudatossága, a pálya-adaptabilitás és a pályaérettség magasabb szintje mintegy biztonsági védőhálóként szolgál és a lemorzsolódás és az azt megelőző negatív gondolatok, a tanulmányok félbeszakítására vonatkozó tervek, lehetőségek elvetését eredményezi.

Vizsgálati változóink közül a pálya-adaptabilitás, a pályaérettség, a mentálhigiénés státusz problémajellemzői (CES-D), a tanulmányi én-hatékonyság és a tanulmányok halogatásának indikátoraként a tanulmányi túlfutás változóit használtuk fel útvo-nal-modellünk kialakításában.



Vizsgálatunk eredményei szerint a jövőterv a pályával kapcsolatos jellemzők megbeszélése a vonatkoztatási személyekkel (szülők, tanárok professzionális segítők bevonása, regressziós súlya 0.9) bizonyul a legerősebb hatást kifejtő tényezőnek, amely egyedülként képes közvetlenül befolyásolni a pályaegettség színvonalát a megkérdezett hallgatók csoportjában.

A pályára vonatkozó információk, a megalapozott döntés és a szakmai tapasztalatok megszerzése nincs közvetlen ok-okozati összefüggésben a pályaegettség színvonalával, ugyanakkor hatást gyakorol a hallgatói én-hatékonyság szintjére (átlagosan 0.6-0.7 közötti regressziós súllyal).

Minden esetben pozitív a kapcsolat, így a pályatervezés, az adaptabilitás magasabb szintjével jellemezhető hallgatókról elmondható, hogy a tanulmányokhoz és hallgatói élethez köthető én-hatékonyság élményük is magasabb szintű lehet.

A pályaegettség nagyon erős és fontos hatást gyakorol a hallgatók mentálhigiénés státuszára. Képes preventív tényezőként a depresszióval és pszichoszomatikus tünetképzéssel szemben hatni, illetve erős hatást gyakorol a hallgatói életvezetéssel kapcsolatban megélt hatékonyságra, erősítve, támogatva azt.

Kemény változóként a rendszerbe illeszthető a tanulmányi idő túlfutásának mutatója is. A rosszabb mentálhigiénés állapotban levő hallgatók jellemzően a tervezetthez képest több időt igényelnek felsőoktatási tanulmányaikhoz.

A magasabb hallgatói én-hatékonysággal jellemezhető diákok ellenben kevésbé valószínű, hogy tanulmányaikat elnyújtánák.

A fentiek alapján megállapítható, hogy a hallgatói tanácsadás, különösen a személyes konzultációt is magában foglaló életvezetési és karriertanácsadás megalapozott preventív tényezőnek bizonyul a halogatás problémájának kezelésében. A tanácsadói szolgáltatások fejlesztésébe történő beruházás az átlagos tanulmányi idő rövidülését eredményezheti, ha a hallgatók a tanulmányi idejük alatt meg tudják szerkeszteni életterveiket. Terveik birtokában célirányosabban, jobb mentálhigiénés állapotban készülhetnek a különféle kihívások megoldására.

Modellünk tovább bővíthető a tanulmányok félbeszakítására vonatkozó, negatív gondolatok - a drop-out veszélyt jelentő kognitív összetevők elemével. Az előbbi összefüggést bemutató második útvonalmodellünkről leolvasható, hogy a lemorzsolódás veszélyének csökkentésében a pályaegettséget támogatja a magasabb szintű pályaadaptabilitás, amely a tanulmányokhoz kapcsolódó én-hatékonyság élményt is fokozza.

A pályaegettség pozitív hatást gyakorol a tanulmányokhoz kapcsolódó én-hatékonyság élményre. Ennek magyarázata az lehet, hogy a hallgató pályacéljai ismeretében értelmezni tudja a kihívásokat, tudja mit, miért tesz.

Mentálhigiénés állapotára jótékony hatást gyakorol pályacéljainak ismerete, vala-

mint az, hogy eredményesnek érzi magát tanulmányaival kapcsolatban.

A modell harmadik szintjén elemezhetjük a lemorzsolódás lehetőségével kapcsolatos gondolatok megjelenésének valószínűségét. A rosszabb mentálhigiénés állapotban levő hallgatók (akik megtapasztalják a depressziós állapot jellemzőit, pszichoszomatikus panaszokkal küzdenek stb.) nagyobb valószínűséggel fogalmazzák meg a tanulmányok félbeszakításának gondolatát. Hasonlóképpen negatív hatást jelent, és a lemorzsolódás fontos indikátora lehet a tanulmányok elnyújtása, a halogatás.

A tanulmányokkal kapcsolatban megélt én-hatékonyság közvetlen, preventív hatást is kifejt a folyamatban. Erősségét tekintve a negatív mentálhigiénés állapot, illetve a halogatás okozta negatív hatás közötti, a lemorzsolódásra vonatkozó gondolatok ellen ható erőt képvisel.

Következtetésünk a vizsgálati eredmények alapján: a felsőoktatási diáktanácsadó szolgáltatásokat integrált rendszerben célszerű nyújtani (Esbroeck és Watts, 1998)³⁹. Az életvezetési tanácsadás és karriertanácsadás egymással szoros, komplementer kapcsolatban levő témaköröket képvisel a hallgatók életvezetésében. Mindkét területről indulva a konzultációs lehetőség biztosítása pozitív hatást gyakorol a hallgatók élethelyzetének változtatására. Pályaterveik megkonstruálásának, tisztázásának, valamint életvezetési készségeik mentálhigiénés állapotuk javításának segítségével a diáktanácsadó szolgáltatások hatékonyak lehetnek a lemorzsolódás veszélyének csökkentésében. Hozzájárulhatnak az erőforrásokkal való optimális gazdálkodáshoz: révkalauz szerepet tölthetnek be a tanulmányi irányok kijelölésében, a tanulmányokkal kapcsolatos stressz csökkentésében, a hallgatók életvezetési készségeinek fejlesztésében.

³⁹ Van Esbroeck, R. & Watts, T. (1998). *New Skillsfor New Futures: Higher Education Guidance and Counseling Servicesinthe European Union*. Louvain-la-Neuve: FEDORA

Összefoglalás

***“Fektessünk a tanácsadás minőségének fejlesztésébe,
hogy az oktatásra fordítható forrásainkat ésszerűen tudjuk felhasználni!”***

Vizsgálatunk során abból az alapfeltevésből indultunk ki, hogy azok a hallgatók, akik megalapozott döntést hoztak a felsőoktatási tanulmányok irányának kiválasztásakor, megfelelően reflektáltak saját helyzetükre:

- alapvetően elégedettebbek lesznek élethelyzetükkel,
- kevésbé megterhelőnek érzik a tanulmányok okozta munkaterhelést,
- hatékonyabbnak élik meg magukat a különféle élethelyzetekben és életszerepekben,
- kevesebb stresszről számolnak be a mindennapokban,
- nagyobb kitartást mutatnak és tudják, hogy az átmeneti nehézségek a kiválasztott foglalkozási területre való eljutásban megoldandó kihívások,
- értelmet nyernek számukra a felmerülő problémák és a tanulmányokkal összefüggésben gyakran megjelenő stressz,
- életterveikben alapvetően erőteljesebb identifikáció nyomait látjuk, érzelmi viszonyulásuk és terveik kidolgozottsága az önirányított életvezetésre jellemző jegyeket mutat.

A vizsgálati eredmények szerint a felsőoktatási tanulmányok megalapozott választása, a pályatervezés tudatossága, a *pálya-adaptabilitás* (Savickas & Porfelli, 2011) hozzájárul a pályaeérettség magasabb szintjének eléréséhez, az életpálya sikeréhez, a felsőoktatási időszak megterheléseivel való megküzdéshez.

Ebben a folyamatban kulcstényezőt jelent a hallgatók alkalmazkodóképessége, a jövővel való törődés, az aktív információgyűjtés, a saját hatóképességbe vetett hit és a rendszeres konzultáció a kiválasztott terület képviselővel, tanácsadókkal, szülőkkel és más vonatkoztatási személyekkel. A koncepcióban a pályaeérettség színvonala a hallgatók döntésképességének mértékét jelzi.

A pálya-adaptabilitás felsorolt elemei a felsőoktatási hallgatók esetében biztonsági védőhálóként szolgálnak. A lemorzsolódás esélyét csökkentik, mégpedig úgy, hogy az azt megelőző negatív gondolatok, a tanulmányok félbeszakítására vonatkozó tervek, lehetőségek elvetését eredményezik. Egyúttal csökkentik a halogatás valószínűségét, átlagosan mintegy három félévvel rövidítve a tanulmányokra fordított összidőt.

A diáktanácsadás különböző típusainak mindegyike alapján az önirányítottság szintjét igyekszik megtámogatni eltérő módszerekkel. Azzal a céllal, hogy a tanács-

adási folyamat közben, annak lezárásával a hallgató a végigbeszélt döntéshelyzetekből tudjon tovább lépni. A folyamat során megtanulható az a rutin is, amivel egy következő döntéshelyzetben önállóan tud dönteni, az adottságai, lehetőségei ismeretében. A vizsgált mintánkban szignifikáns különbség van az önirányítás szintje valamint a hozzá rendelhető depresszió pontszámok és a hallgatói én-hatékonyság között.

Teljes vizsgálati mintánkra igaz, hogy az életvezetési tanácsadás szolgáltatás hatékonyságának értékelése terén szignifikáns különbség figyelhető meg: az önmagukat döntési helyzetben elképzelők értékelik a szolgáltatás hatékonyságát jelentősebbnek. Számukra a tanácsadási, konzultációs keretben nyújtott segítség könnyebben hasznosíthatónak bizonyul. És annak eredményeként a jövőre vonatkozó narratíva is gazdagodott. A belülről irányítottsághoz kapcsolóan válik lehetővé a kognitív átstrukturálás, a helyzetekhez kapcsolódó nézőpontváltás.

Az életerv önirányítottsága és az alkalmazott megküzdési módok tekintetében is jól értelmezhető különbségek mutatkoznak. A nőknél egy paradox összefüggés figyelhető meg, amelynek további vizsgálata indokolt lehet. Háttérben feltételezhető, hogy a nők *sikerfélelemmel* jellemezhető stratégiája működik. Ebben a témában (is) a diáktanácsadás új feladatai körvonalazódnak.

A válaszadók 6 százalékánál jelenik meg életerveikben a külföldön élés lehetősége vagy 10 év múlva már az onnan való visszatérés ténye. A narratívák szövegéből körvonalazódik, hogy többségük a karrierépítés, a peregrináció hagyományos lehetőségeként tekint a külföldi munkavállalásra.

A diáktanácsadás tanácsadási palettáján hiányosan, de létező tanácsadási forma, az *interkulturális tanácsadás* fontos segítséget tudna biztosítani abban, hogy a diákok a választott országban ne csak a vállalt munka során, hanem az inklúzió skilljeinek gyakorlásában is gazdagodjanak.

Teljes mintánkban vizsgálva az életerv helyszínének hatását, mindössze a megküzdési stratégiák visszahúzódimenzióján találunk szignifikánsan eltérő értékeket. Általánosságban azt mondhatjuk, hogy az alkalmazkodás dimenzióján a külföldet vagy több életcentrumot megjelölők jellemezhetők a legalacsonyabb értékkel, míg az itthoni életet vagy hazatérést tervezők inkább az alkalmazkodást választók csoportjához tartoznak.

A jövőtervekre vonatkozó feltevésünk, hogy a 10 év múlva szövegek érzelmi színezete a válaszadók depresszió pontszámaiban is megmutatkozik. A teljes mintát vizsgálva szignifikáns eltérést találtunk a depresszió skála pontszámában a narratíva kategóriák között. A negatív és vegyes érzelmi kategóriába tartozó leírások esetében a depresszió skálán jelentősen magasabb értéket mértünk. Az aktuális mentálhigiénés státusz a jövőkép formálására erőteljes hatást gyakorol.

Mindezek az apró jelek a diáktanácsadó kollégák számára evidenciák a hétköznapi praxis színterein. Fontos adat viszont a hallgatói szolgáltatások (tanulmányi osztály, mentor tanár, kortárs mentor) egyéb színterein dolgozó kollégák, önkéntesek számára egyrészt a továbbküldési döntés meghozatalához, másrészt, a továbbképzések témáinak kidolgozásához. A mentor tanárok, mentor diákok valamint a tanulmányi osztályok face to face dolgozó szakembereinek továbbképzése alapozza meg, teszi lehetővé, hogy a paraprofessionális tanácsadók helyett a minőségbiztosítás rendszerében is látható professzionális szakemberek dolgozzanak együtt.

Fontos, és a lemorzsolódás szempontjából is megtérül a pozitív életervek, reményteli hozzáállások (szövegek) megalkotásának segítése a tanácsadás eszközeivel: az adataink azt mutatják, hogy a hallgatói hatékonyság élménye a pozitív érzelmeket visszatükröző életerv szövegeknél a legmagasabb.

A pályaeérettség és az életerv kidolgozottsága a teljes mintán szignifikáns különbségeket mutat: a részleteiben kidolgozott életervről beszámoló pontszáma a legmagasabb. Ez a tanácsadási praxisból jól ismert közhelyre erősít rá. Az életvezetési és pályatanácsadás eszközeivel tudjuk segíteni az életervek kidolgozásának komplexitását.

Adataink bizonyítják, hogy a depresszió pontszámok az életerv kidolgozottságával elmozdulnak. A teljes minta pontjaihoz képest szignifikáns eltérést mutat a nők almintája. A konkrétumok nélküli érzelmi szinten megfogalmazott életerv a nőknél jóval magasabb depresszió pontszámmal jár együtt. Míg a differenciáltan és sematikus kidolgozott életerv közel azonos depressziópontszámmal jár együtt.

A diáktanácsadás folyamatában felkínált segítő kapcsolatban az önbizalom megkonstruálásának támogatása és megerősítése egy központi kincskereső feladat. Pintér Gábor⁴⁰ Ritoók Magda módszerét az alábbiak szerint foglalta össze:

“Elmondok erre egy példát, amit a személyközpontú pszichoterápiás képzéseinken ma is első helyen emlegetek: egy 15 éves lány komoly nehézségekkel küzdött szinte minden tantárgyban, előnytelenül öltözött, az alakja, arca sem volt szépnek mondható. Még ennél is sokkal rosszabbakat gondolt magáról, minek következtében meglehetősen depressziós volt. Magdi nem ezekben a tényekben vigasztalta nem-hiteles módon (ahogy szülei, tanárai tették reménytelenül), hanem egy alkalommal egyszerűen ezt mondta a csoporton: „De te beszélsz mindnyájunk közül a legszebben magyarul”. Döbrent, hosszú csend következett. Mert ez igaz volt. Ezt mindenki elismerte. De csak Magdi ismerte fel, s tudta hitelesen vissza-

⁴⁰ Pintér G. (2016). Monodrámá az egyéni pszichoterápia és tanácsadás területén In Kissné Viszket M. - Puskás-Vajda Zs. - Rác J.- Tóth V. (szerk.): *A pszichológiai tanácsadás perspektívái*. Budapest: L'Harmattan, 81-97.

jelezni. Csoda történt: innentől felfelé ívelt a lány sorsa a csoportban és az életben. Néhány hónap alatt kifejezetten meg is szépült. Ha jól tudom, később sikeresen épp a magyar szakon végzett. Itt vált tudatossá bennem, hogy az elfogadó és hiteles pszichoterápiás kapcsolat milyen mértékben értéktéremtés, helyesebben fogalmazva „értékbányászat”, vagy ahogy ezt a jelenséget később elneveztem magamnak: közös „kincskeresés”. S hogy a nagy dolgok mennyire egyszerűek.

A kincskeresés segítségének szükségét aláhúzza az a tény is, hogy a teljes mintán az önbizalom a pályatervezésben szignifikáns különbségeket mutat az életterv kidolgozottságával összefüggésben. A differenciált élettervet leíró hallgatók csoportja mellett azok a válaszadók tekinthetők a pályára vonatkozó döntés tekintetében “érettebbnek”, akik legalább a jövőjükre vonatkozó érzelmeik megfogalmazására képesek. Ezek az érzelmeik (vágyott vagy rettegett lehetséges scenáriók) fontos motivációs tényezőt képviselnek a jövőterv építésében.

A diáktanácsadó szolgáltatások módszertani kidolgozásához fontos adat, hogy a karriertervek részletesebb változatát írják le 10 év távlatában gondolkozva azok a vizsgálati személyek, akik a pálya-adaptabilitás koncepció értelmében jobban felkészültek tekinthetők a pályatervezési feladatok tekintetében. A tanácsadási munka számára így adekvát eszközt jelenthet a jövőben a Savickas, Porfelli (2011) SCCI kérdéssor alkalmazása, ha a tanácskérők pályatervezési tudatosságának vizsgálata a kérdés.

A karrier/kapcsolat/gyermek szerepelvárások hármásának összeegyeztetése életkortól függetlenül kihívás az egyén számára az adott élethelyzetben. A fiatalok számára a családi mintákból megismert nagyrészt tradicionális munkamegosztás, a munkaadók, a kisgyermekes családokra tekintettel nem lévő rugalmatlan munkaidő elvárásai és még számos, a két karrierrel együtt járó kihívás megjelenik a narratívákban, mint elkerülhetetlen velejáró. A diáktanácsadó szolgáltatások ajánlatában sporadikusan megjelenő idő- és erőforrás menedzsment, másrészt a párkapcsolati ill. együttműködési skillek csoportos tanácsadás keretében történő fejlesztése újabb feladat kijelölés. Hogy a fiataloknak a munkaerőpiac és a társas viszonyok folyamatos változásai közepette legyen ereje és kitartása tapogatódzni az állandó bizonytalanban.

A karrier tervek kidolgozottságának vizsgálata, megerősíti, számszerű adatokkal alátámasztja a pálya- és karriertanácsadás szükségességét. Azok, akik pozitív, részletesen kidolgozott vagy legalább sematikus karriertervről számolnak be, erőfeszítéseket tesznek a választott pálya megismerésére. Ez az összefüggés nők és férfiak esetében is hasonló mintázatot mutat. A pályatervezéshez kapcsolódó önbizalom a pozitív karriertervvel, legyen az sematikus vagy differenciáltan kidolgozott, együtt jár.

A döntéshozással kapcsolatban a teljes mintán kiemelkedik a differenciáltan kidolgozott pozitív karriertervek pontszáma. A negatív érzelmi viszony a pályaelhagyásnál is passzívabbá teszi a tervezőt.

A karriertervek kidolgozottságának és a narratívák érzelmi kontextusának elemzése során körvonalazódtak a segítségkérés gender jellemzői. Egyik, a tanácsadó szakemberek számára fontos eredmény, hogy míg a nők a negatív előjelű, de részletesen kidolgozott pályaterveiket beszélik meg, addig a férfiak a pozitív sematikus vagy részletesen kidolgozott karriertervek átbeszéléséhez keresnek beszélgető partnereket.

Az elemzések során nyilvánvalóvá vált, hogy Szalai Sándor Amerikában használt, fogalmazásvizsgálatként számon tartott „*Hogyan képzeled el az életedet 10 év múlva?*”⁴¹ eszköze, a fiatal felnőttek pályá és életterv sajátosságainak kutatási célú megismerésére évtizedekkel később is pontos, kiváló eszköz. A tartalomelemzés során kialakított 6 osztályozási kategória:

1. az életterv kidolgozottságának differenciáltsága,
2. teljes élet, szerepek: család, párkapcsolat, pálya a jövőtervben,
3. a karrierleírások kidolgozottsága és a pályatervhez való érzelmi viszonyulás,
4. a teljes jövőképhez való érzelmi viszonyulás,
5. a jövőkép helyszínei,
6. a pályatervek önirányítottságának szintje,

és azok változói pontosan térképezik fel a jövőkép elemeinek rendszerét.

Általánosságként megfogalmazható, hogy a narratív módszer alkalmazása az életpálya-tervezési folyamatban kvantitatív eszközökkel is igazolható különbségeket képes felfedni, már pusztán az elbeszélte történet kidolgozottságának és érzelmi dimenzióinak függvényében is. A napi konzultációs gyakorlatban a kliensek sematikus jövőtervei esetében további diagnosztikai munka indokolt a nemi szerepek okozta hatások feltárásához.

A hallgatók sikeressége szempontjából alapvető bemeneti tényezőnek számít, hogy biztosak legyenek jövőterveikben. Tudják, hogy a számukra ideális tanulmányi útvonalat választották. Gyűjtsenek a területre vonatkozó ismereteket, információkat, gyakorlati tapasztalatokat, amelyek a döntésüket megerősítik. Ismerjék önmagukat, céljaikat, értékeiket és képességeiket.

A jövőterv alkotóelemei közül hatásában legerősebbnek bizonyuló tényező: hogy választásukkal kapcsolatban folytassanak párbeszédet társas környezetükkel. Beszél-

⁴¹ H. Sas J. (1976) „Egy napom 10 év múlva” in Lux Alfréd (szerk.) *Az alakuló ember* Budapest, Gondolat 87-125. old.

jék meg a kérdést a **professzionális segítőkkel**, a családban, a kiválasztott szakterület képviselőivel, barátaikkal.

Jövőtervük egyrészt meghatározza, hogy a hallgatók mennyire érzik magukat kompetensnek a tanulmányi területen. Ennél jelentősebb azonban az a hatás, amit a pályaérettség szintjén keresztül fejt ki a tudatos életpályaépítés.

A megfelelő – *professzionális segítség igénybevételével* – tisztázott jövőtervek ugyanis közvetetten, a pályaérettség szintjén keresztül megerősítik a hallgatók én-hatékonyságba vetett hitét. Támogatják a problémahelyzetekkel való megküzdést a tanulmányok során.

Az érettség magasabb szintjén álló hallgatók kisebb valószínűséggel mutatnak depresszióra, túlterhelésre, kiegészésre mutató jegyeket. Mentálhigiénés állapotuk egyértelműen jobbnak tekinthető. Ez a hatás, amit a pályaérettség színvonala kifejt – az a tény, hogy a személy *felelős döntést* hozott *a jövőre vonatkozóan* – erősebbnek bizonyult, mint az a hatás, ami a sikeres tanulmányok folytatásához kapcsolódó én-hatékonyság élményből ered. Ez ugyanis a másik jelentős tényező, amely a mentálhigiénés státusz szempontjából meghatározó. A követelmények teljesítése, a tanulmányokkal kapcsolatos kihívások megoldásának eredményeként születő pozitív élmény.

Ez utóbbi pozitív élmény – *“jól haladok a tanulmányaimban”* – képessé teszi a hallgatókat arra, hogy az előírt tanulmányi ütemterv szerint haladjanak. Csökkenti a halogatást, a tanulmányi idő túllépésének valószínűségét.

A megalapozott választás, a pozitív jövőkép, a pályaérettség megfelelő színvonala és a tanulmányokhoz kötődő pozitív hatékonyságélmény átlagosan három félévnyi időmegtakarítást eredményezhet a felsőoktatási tanulmányok időtartamában.

A tanulmányok félbeszakítását, a lemorzsolódást megelőzi a jövőre és pályatervre vonatkozó negatív gondolatoknak a megjelenése. Ezek a negatív gondolatok, a kudarc esélye valószínűbb azoknál a hallgatóknál, akik rosszabb mentálhigiénés állapotban vannak: ők azok, akik depressziós jegyeket, a kiegészés tüneteit, pszichoszomatikus problémákat jeleznek. Rosszul érzik magukat a bőrükben és azon a helyszínen, ahol tanulnak. A külföldre utazásban is ez az egyik motívum: de önmagában attól, hogy valaki külföldre távozik, még nem lesz jobb (Lisznyai és munkatársai, 2010)⁴². Kudarcokat élnek át a tanulmányok során, én-hatékonyság érzésük csorbul, a külföldön töltött időszak pedig tovább súlyosbíthatja mentális problémáikat. Immár az elszigetelődés, izoláció veszélyét is megában hordozva az idegen nyelvű környezetben.

Tanulmányi eredményeik romlása, a vizsgaalkalmak tologatása, a tanulmányok lezárásának halogatása valószínűbbé válik esetükben, amelynek eredménye szintén a lemorzsolódást segítő negatív gondolatok megjelenése lesz.

⁴² Lisznyai S., Puskás-Vajda Zs., Kiss I., Vida K., Füzi V., Tillmann L., Keserű J., B. Kabai E. (2010) *Felsőoktatási hallgatói szolgáltatások rendszerei, jellemzői* 2. Bolognai Füzetek, 7. Tempus Közalapítvány, Budapest.

Vizsgálati eredményeink adatokkal is alátámasztják az életvezetési és karriertanácsadási hallgatói szolgáltatások szükségességét. Mindezek alapján javasoljuk a felsőoktatási diáktanácsadó szolgáltatások integrált rendszerbe szervezését, mivel az életvezetési tanácsadás és karriertanácsadás egymással szoros, komplementer kapcsolatban levő témaköröket képviselnek a hallgatók életvezetésében.

Mindkét területről indulva gyakorolhat a felsőoktatási tanácsadás, a konzultációs lehetőségek biztosítása pozitív hatást a hallgatók élethelyzetének változtatására:

- A hallgatók pályaterveinek tisztázásában valamint életvezetési készségeik fejlesztésében és mentálhigiénés állapotuk javításában nyújtott segítségükkel a diáktanácsadó szolgáltatások hatékonyak lehetnek a lemorzsolódás veszélyének csökkentésében.
- Hozzájárulnak az egyéni és társadalmi szintű erőforrásokkal való optimális gazdálkodáshoz: révkalauz szerepet tölthetnek be a hallgatók tanulmányi irányainak kijelölésében, a tanulmányokkal kapcsolatos stressz csökkentésében, a hallgatók életvezetési készségeinek fejlesztésében.

A felsőoktatási tanácsadáshoz kapcsolódó költségek már néhány tucat hallgató lemorzsolódásának megakadályozása esetén megtérülnek. Egyrészt a félbehagyott tanulmányok miatti egyéni (családi) és társadalmi szintű költségek hiánya, másrészt a rossz választás miatt szenvedő hallgatók mentálhigiénés ellátásának járulékos költségeinek elmaradása miatt jelentős társadalmi szintű megtakarítást jelenthet a felsőoktatási szolgáltatásokba, különös tekintettel a mentálhigiénés tanácsadásba és integrált jellegű felsőoktatási szolgáltatásokba (tanulmányi, pályaorientációs- és karriertanácsadás) történő beruházás.

Kutatásunk eredményei igazolják, hogy integrált tanácsadó szolgáltatásokkal a lemorzsolódás prevenciójában hatékony eredményeket érhetünk el.

A lemorzsolódás veszélyét csökkenthetjük a hallgatók tíz százaléka esetében már mindössze azzal, ha a rendelkezésre álló tanácsadói segítség jellemzőit, a szolgáltatási pontok elérhetőségét és a beavatkozások által elérhető változások leírását megfelelően közvetítjük számukra. Sajnálatos módon ugyanis a leginkább rászoruló hallgatók azok, akik távol maradnak a tanácsadási helyzettől, mert úgy gondolják, a segítség számukra nem elérhető, túlságosan sokba kerülne, illetve betegségcímkével járhat.

Egy komplex felsőoktatási szolgáltatási rendszer elemeit az alábbi szolgáltatások alkotják:

- mentálhigiénés tanácsadás,
- pályatanácsadás és karriertervezés,
- kortárs segítő hálózat,
- mentortanári hálózat,
- információk közvetítése a képzésekről (tanulmányi tanácsadás) és pályalehetőségekről.

Ha a hallgatók konzultálnak professzionális segítőkkal, tanáraikkal, szüleikkel és kortársaikkal, jelentős mértékben javul mentálhigiénés állapotuk, mérsékelhető a halogatás, a tanulmányi idő túlfutása és csökken a tanulmányok félbeszakításának valószínűsége.

Mellékletek

1. tábla: Léíró statisztika jövőkép kidolgozottság (teljes minta)									
	N	Átlag	Szórás	St. Hiba	95%-megbízhatartomány		Minimum	Maximum	
					alsó határ	felső határ			
CES-D Depresszió-skála összpontszáma	nem tudja elképzelni	30	30,1333	15,79990	2,88465	24,2336	36,0331	6,00	60,00
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	101	24,2475	13,55242	1,34852	21,5721	26,9229	2,00	50,00
	életszerepeket említi karrier/család/gyerek	114	20,4912	12,12636	1,13574	18,2411	22,7413	0,00	50,00
	életszerepeket kidolgoz karrier/család/gyerek	346	19,5925	11,84630	0,63686	18,3399	20,8451	0,00	51,00
	összesen	591	21,0964	12,68360	0,52173	20,0718	22,1211	0,00	60,00
Hallgatói én-hatékonyaság mutatója	nem tudja elképzelni	32	15,1250	3,83322	0,67762	13,7430	16,5070	4,00	20,00
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	106	15,9006	3,90968	0,37574	15,2376	16,7435	4,00	20,00
	életszerepeket említi karrier/család/gyerek	119	16,1092	3,12396	0,28637	15,5421	16,6763	7,00	20,00
	életszerepeket kidolgoz karrier/család/gyerek	366	16,9044	2,74269	0,14336	16,6225	17,1863	4,00	20,00
	összesen	623	16,5056	3,13771	0,12571	16,2588	16,7525	4,00	20,00
Pályaerőteltség - konzultál a jövőjéről	nem tudja elképzelni	32	3,3125	1,49055	0,26350	2,7751	3,8499	1,00	6,00
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	104	2,9038	1,45628	0,14300	2,6202	3,1874	0,00	6,00
	életszerepeket említi karrier/család/gyerek	119	3,4790	1,45468	0,13335	3,2149	3,7431	0,00	6,00
	életszerepeket kidolgoz karrier/család/gyerek	371	3,1186	1,37623	0,07145	2,9781	3,2591	0,00	6,00
	összesen	626	3,1613	1,41913	0,05672	3,0520	3,2727	0,00	6,00
Pályaerőteltség - tördök a jövőjével	nem tudja elképzelni	32	3,5625	1,29359	0,22868	3,0961	4,0289	1,00	6,00
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	105	3,8571	1,28922	0,12581	3,6076	4,1066	0,00	6,00
	életszerepeket említi karrier/család/gyerek	118	3,8475	1,36267	0,12544	3,5990	4,0959	0,00	6,00
	életszerepeket kidolgoz karrier/család/gyerek	368	4,4895	1,34962	0,07037	4,0111	4,9878	0,00	6,00
	összesen	623	4,0128	1,34780	0,05400	3,9068	4,1199	0,00	6,00
Pályaerőteltség - kíváncsi a pálya jellemzőire	nem tudja elképzelni	32	2,1875	1,63505	0,28904	1,5980	2,7770	0,00	6,00
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	104	3,9231	1,69918	0,16662	3,5926	4,2535	0,00	6,00
	életszerepeket említi karrier/család/gyerek	119	3,8403	1,76108	0,16144	3,5206	4,1600	0,00	6,00
	életszerepeket kidolgoz karrier/család/gyerek	371	4,2511	1,54968	0,08046	4,1329	4,4493	0,00	6,00
	összesen	626	4,0367	1,68483	0,06734	3,9045	4,1690	0,00	6,00
Pályaerőteltség - önbizalom a pályatervvezetésben	nem tudja elképzelni	31	2,5806	1,82161	0,32717	1,9125	3,2488	0,00	6,00
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	106	3,5377	1,89322	0,18389	3,1731	3,9023	0,00	6,00
	életszerepeket említi karrier/család/gyerek	118	3,4068	1,68055	0,15472	3,1004	3,7132	0,00	6,00
	életszerepeket kidolgoz karrier/család/gyerek	371	3,9973	1,57943	0,08200	3,8361	4,1585	0,00	6,00
	összesen	626	3,7380	1,70319	0,06807	3,6043	3,8717	0,00	6,00
Megküzdés - problémaelemzés	nem tudja elképzelni	32	1,9479	0,78567	0,13889	1,6647	2,2312	0,00	3,00
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	104	2,9929	0,73902	0,07257	1,9494	2,2365	0,00	3,00
	életszerepeket említi karrier/család/gyerek	119	1,8908	0,73532	0,06741	1,7573	2,0242	0,00	3,00
	életszerepeket kidolgoz karrier/család/gyerek	368	2,1141	0,67420	0,03515	2,0450	2,1832	0,00	3,00
	összesen	623	2,0594	0,70695	0,02832	2,0038	2,1150	0,00	3,00
Megküzdés - kognitív átstrukturálás	nem tudja elképzelni	32	1,9523	0,82973	0,14658	0,9862	1,4945	0,00	2,75
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	103	1,4126	0,79559	0,07879	1,2563	1,5689	0,00	3,00
	életszerepeket említi karrier/család/gyerek	119	1,4006	0,75969	0,06964	1,2627	1,5385	0,00	3,00
	életszerepeket kidolgoz karrier/család/gyerek	367	1,4871	0,73730	0,03849	1,4114	1,5627	0,00	3,00
	összesen	621	1,4431	0,75929	0,03043	1,3833	1,5029	0,00	3,00
Megküzdés - alkalmazkodás	nem tudja elképzelni	33	1,5152	0,57282	0,09968	1,3121	1,7182	0,50	2,50
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	104	1,5689	0,63310	0,06208	1,4458	1,6920	0,00	3,00
	életszerepeket említi karrier/család/gyerek	119	1,5294	0,54284	0,04976	1,4309	1,6280	0,00	3,00
	életszerepeket kidolgoz karrier/család/gyerek	368	1,5186	0,54405	0,02836	1,4630	1,5746	0,00	3,00
	összesen	624	1,5290	0,55902	0,02242	1,4850	1,5730	0,00	3,00
Megküzdés - érzelmindított cselekvés	nem tudja elképzelni	31	1,0000	0,59861	0,10751	0,7804	1,2196	0,00	2,25
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	104	1,1402	0,70856	0,06948	1,0024	1,2780	0,00	3,00
	életszerepeket említi karrier/család/gyerek	119	0,9482	0,63973	0,05864	0,8320	1,0643	0,00	2,50
	életszerepeket kidolgoz karrier/család/gyerek	367	0,8581	0,58025	0,03029	0,7985	0,9178	0,00	3,00
	összesen	621	0,9297	0,62303	0,02500	0,8806	0,9788	0,00	3,00
Megküzdés - érzelmi egyensúly megteremtés	nem tudja elképzelni	31	1,4355	0,91962	0,16517	1,0982	1,7728	0,00	3,00
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	103	1,3301	0,83005	0,08179	1,1679	1,4923	0,00	3,00
	életszerepeket említi karrier/család/gyerek	119	1,5126	0,80112	0,07344	1,3672	1,6580	0,00	3,00
	életszerepeket kidolgoz karrier/család/gyerek	367	1,5068	0,81856	0,04273	1,4228	1,5908	0,00	3,00
	összesen	620	1,4750	0,82309	0,03306	1,4101	1,5399	0,00	3,00
Megküzdés - visszahúzóds	nem tudja elképzelni	31	1,6882	0,59588	0,10702	1,4696	1,9067	0,33	2,67
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	105	1,5518	0,73432	0,07236	1,4083	1,6953	0,00	3,00
	életszerepeket említi karrier/család/gyerek	119	1,4370	0,64913	0,05951	1,3191	1,5548	0,00	3,00
	életszerepeket kidolgoz karrier/család/gyerek	367	1,5163	0,77032	0,04021	1,4373	1,5954	0,00	3,00
	összesen	620	1,5156	0,73495	0,02952	1,4576	1,5736	0,00	3,00
Életvezetési tanácsadás hatékonyságának értékelése	nem tudja elképzelni	10	26,4000	10,27519	3,24962	19,0489	33,7511	7,00	35,00
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	29	24,7241	8,75825	1,62637	21,3927	28,0556	7,00	35,00
	életszerepeket említi karrier/család/gyerek	32	23,9063	8,18874	1,44758	20,9539	26,8586	7,00	35,00
	életszerepeket kidolgoz karrier/család/gyerek	101	24,1287	8,94278	0,88984	22,3633	25,8941	7,00	35,00
	összesen	172	24,3198	8,79640	0,67072	22,3958	25,6437	7,00	35,00
SCCI - Döntés	nem tudja elképzelni	31	3,2581	1,02182	0,18352	2,8833	3,6329	1,29	5,00
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	104	3,7706	0,87960	0,08625	3,5995	3,9417	1,00	5,00
	életszerepeket említi karrier/család/gyerek	117	3,6703	0,98822	0,09136	3,4894	3,8513	1,00	5,00
	életszerepeket kidolgoz karrier/család/gyerek	369	3,6253	0,97171	0,05059	3,6258	4,0248	1,00	5,00
	összesen	621	3,6180	0,97428	0,03910	3,7413	3,8948	1,00	5,00
SCCI-szakmai gyakorlat	nem tudja elképzelni	32	2,9688	0,78794	0,13929	2,6847	3,2528	1,33	4,67
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	102	3,2533	0,94361	0,09343	3,0679	3,4386	1,00	5,00
	életszerepeket említi karrier/család/gyerek	117	3,3091	0,90079	0,08328	3,1442	3,4741	1,00	5,00
	életszerepeket kidolgoz karrier/család/gyerek	375	3,3146	0,82869	0,04292	3,2302	3,3990	1,00	5,00
	összesen	624	3,2858	0,86175	0,03450	3,2180	3,3535	1,00	5,00
SCCI - önismeret	nem tudja elképzelni	31	3,5430	0,85523	0,15360	3,2293	3,8567	1,67	5,00
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	106	3,7610	0,81293	0,07896	3,6044	3,9176	1,00	5,00
	életszerepeket említi karrier/család/gyerek	118	3,7006	0,86741	0,07895	3,5424	3,8587	1,00	5,00
	életszerepeket kidolgoz karrier/család/gyerek	375	3,7844	0,81137	0,04190	3,7021	3,8668	1,00	5,00
	összesen	630	3,7529	0,82455	0,03285	3,6884	3,8174	1,00	5,00
SCCI-konzultáció, szakmaismeret	nem tudja elképzelni	32	3,0188	0,94132	0,16640	2,6794	3,3581	1,40	5,00
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	107	3,1252	0,97304	0,09407	2,9387	3,3117	1,00	5,00
	életszerepeket említi karrier/család/gyerek	117	3,2479	0,95976	0,08873	3,0721	3,4236	1,00	5,00
	életszerepeket kidolgoz karrier/család/gyerek	370	3,3416	1,02545	0,05331	3,2368	3,4465	1,00	5,00
	összesen	626	3,2706	1,00313	0,04009	3,1919	3,3493	1,00	5,00
SCCI - összpontszám/adaptabilitás	nem tudja elképzelni	29	79,9310	19,51910	3,62460	72,5064	87,3557	43,00	109,00
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	98	87,2653	18,73227	1,89225	83,5097	91,0209	25,00	125,00
	életszerepeket említi karrier/család/gyerek	107	88,2991	19,36941	1,87251	84,5866	92,0115	25,00	123,00
	életszerepeket kidolgoz karrier/család/gyerek	360	90,2750	18,57423	0,97895	88,3498	92,2002	29,00	125,00
	összesen	594	88,9175	18,89185	0,77514	87,3952	90,4399	25,00	125,00

Mellékletek

1.a tábla: Leíró statisztika jóvőkép kidolgozottság férfiak almintá									
		N	Átlag	Szórás	St. Hiba	95% megbízhatartomány		Minimum	Maximum
						alsó határ	felső határ		
CES-D Depresszió-skála összpontszáma	nem tudja elképzelni	8	26,2500	14,88767	5,26359	13,8036	38,6964	7,00	43,00
	érzelmi viszony pl. élsikeres lesz	38	19,3158	12,63865	2,05026	15,1616	23,4700	2,00	42,00
	életerepeket említi karrier/család/gyerekek	25	20,8400	12,34888	2,46974	15,5427	25,7373	3,00	48,00
	életerepeket kidolgoz karrier/család/gyerekek	68	16,8382	12,02188	1,45787	13,9283	19,7482	0,00	51,00
	összesen	139	18,7410	12,51222	1,06127	16,6425	20,8395	0,00	51,00
Hallgatói én-hatékonyaság mutatója	nem tudja elképzelni	9	14,2222	3,19287	1,06429	11,7880	16,6785	11,00	19,00
	érzelmi viszony pl. élsikeres lesz	40	16,1500	3,77950	0,59759	14,9413	17,3587	4,00	20,00
	életerepeket említi karrier/család/gyerekek	27	16,2963	3,46204	0,65627	14,9268	17,6658	7,00	20,00
	életerepeket kidolgoz karrier/család/gyerekek	72	16,7639	3,10607	0,36605	16,0340	17,4938	5,00	20,00
	összesen	148	16,3581	3,39088	0,27871	15,8073	16,9089	4,00	20,00
Pályaerőtség - konzultál a jövőjéről	nem tudja elképzelni	8	3,0000	1,51186	0,53453	1,7361	4,2639	1,00	5,00
	érzelmi viszony pl. élsikeres lesz	38	2,8421	1,46170	0,23712	2,3617	3,3226	1,00	6,00
	életerepeket említi karrier/család/gyerekek	28	3,3929	1,49912	0,28331	2,8116	3,9742	0,00	6,00
	életerepeket kidolgoz karrier/család/gyerekek	72	3,0972	1,51201	0,17819	2,7419	3,4525	0,00	6,00
	összesen	146	3,0822	1,49254	0,12552	2,8381	3,3263	0,00	6,00
Pályaerőtség - tördök a jövőjével	nem tudja elképzelni	8	4,0000	1,19523	0,42256	3,0008	4,9992	2,00	5,00
	érzelmi viszony pl. élsikeres lesz	39	3,5641	1,20950	0,19367	3,1720	3,9562	1,00	6,00
	életerepeket említi karrier/család/gyerekek	27	3,7037	1,70553	0,32823	3,0290	4,3784	0,00	6,00
	életerepeket kidolgoz karrier/család/gyerekek	71	3,7746	1,49473	0,17739	3,4209	4,1284	0,00	6,00
	összesen	145	3,7172	1,44195	0,11975	3,4805	3,9539	0,00	6,00
Pályaerőtség - kíváncsi a pálya jellemzőire	nem tudja elképzelni	8	2,1250	2,03101	0,71807	0,4270	3,8230	0,00	6,00
	érzelmi viszony pl. élsikeres lesz	37	4,1622	1,69170	0,27811	3,5981	4,7282	1,00	6,00
	életerepeket említi karrier/család/gyerekek	28	3,6071	2,02465	0,38262	2,8221	4,3922	0,00	6,00
	életerepeket kidolgoz karrier/család/gyerekek	73	4,3014	1,65045	0,18780	3,9270	4,6757	0,00	6,00
	összesen	146	4,0137	1,79650	0,14888	3,7198	4,3076	0,00	6,00
Pályaerőtség - önbizalom a pályatervezésben	nem tudja elképzelni	8	3,2500	1,83225	0,64780	1,7182	4,7818	1,00	6,00
	érzelmi viszony pl. élsikeres lesz	39	3,9487	1,62138	0,25963	3,4231	4,4743	1,00	6,00
	életerepeket említi karrier/család/gyerekek	28	3,3214	1,70024	0,32143	2,3619	3,8809	0,00	6,00
	életerepeket kidolgoz karrier/család/gyerekek	72	4,1389	1,39724	0,16467	3,8106	4,4672	1,00	6,00
	összesen	147	3,8844	1,56379	0,12898	3,6294	4,1393	0,00	6,00
Megküzdés - problémaelemzés	nem tudja elképzelni	9	1,6296	0,88889	0,29630	0,9454	2,3129	0,67	3,00
	érzelmi viszony pl. élsikeres lesz	39	2,1111	1,65045	0,19415	1,9003	2,3219	0,33	3,00
	életerepeket említi karrier/család/gyerekek	27	2,1111	0,64051	0,12327	1,8577	2,3645	0,67	3,00
	életerepeket kidolgoz karrier/család/gyerekek	72	2,0949	0,67762	0,07986	1,8357	2,2541	0,33	3,00
	összesen	147	2,0737	0,68026	0,09611	1,9628	2,1846	0,33	3,00
Megküzdés - kognitív ástrukturálás	nem tudja elképzelni	9	1,1944	1,93395	0,31119	0,4768	1,9120	0,00	5,50
	érzelmi viszony pl. élsikeres lesz	39	1,4295	0,74549	0,11937	1,1878	1,6711	0,00	3,00
	életerepeket említi karrier/család/gyerekek	27	1,5370	0,79573	0,15314	1,2223	1,8518	0,25	3,00
	életerepeket kidolgoz karrier/család/gyerekek	72	1,4985	0,72209	0,08510	1,3268	1,6662	0,00	3,00
	összesen	147	1,4677	0,75186	0,06200	1,3452	1,5902	0,00	3,00
Megküzdés - alkalmazkodás	nem tudja elképzelni	9	1,3889	0,57434	0,19145	0,9474	1,8304	0,50	2,25
	érzelmi viszony pl. élsikeres lesz	39	1,5641	0,53101	0,08503	1,3920	1,7362	0,00	2,50
	életerepeket említi karrier/család/gyerekek	27	1,7222	0,56896	0,10950	1,4971	1,9473	0,50	3,00
	életerepeket kidolgoz karrier/család/gyerekek	72	1,5162	0,57133	0,06733	1,3819	1,6505	0,00	2,75
	összesen	147	1,5590	0,56167	0,04633	1,4505	1,6505	0,00	3,00
Megküzdés - érzelminditotta cselekvés	nem tudja elképzelni	8	0,9688	0,55802	0,19729	0,5022	1,4353	0,00	1,75
	érzelmi viszony pl. élsikeres lesz	39	1,0577	0,67974	0,10885	0,8373	1,2780	0,00	2,50
	életerepeket említi karrier/család/gyerekek	27	1,1019	0,63847	0,12249	0,8501	1,3536	0,25	2,50
	életerepeket kidolgoz karrier/család/gyerekek	72	0,9491	0,70024	0,06683	0,8096	1,0883	0,00	2,25
	összesen	146	1,0074	0,62029	0,05134	0,9060	1,1089	0,00	2,50
Megküzdés - érzelmi egyensúly megteremtés	nem tudja elképzelni	8	1,5625	0,67810	0,23975	0,9956	2,1294	1,00	3,00
	érzelmi viszony pl. élsikeres lesz	39	1,0000	0,56195	0,08998	0,8178	1,1822	0,00	2,00
	életerepeket említi karrier/család/gyerekek	27	1,5925	0,71508	0,11508	1,2327	1,9525	0,00	3,00
	életerepeket kidolgoz karrier/család/gyerekek	72	1,3611	0,75630	0,08913	1,1834	1,5388	0,00	3,00
	összesen	146	1,3185	0,76085	0,06297	1,1940	1,4429	0,00	3,00
Megküzdés - visszahúzódás	nem tudja elképzelni	8	1,6667	0,56344	0,19920	1,1956	2,1377	1,00	2,67
	érzelmi viszony pl. élsikeres lesz	39	1,3077	0,79573	0,11315	1,1388	1,4766	0,00	2,67
	életerepeket említi karrier/család/gyerekek	27	1,5802	0,59525	0,10763	1,3590	1,8015	0,33	3,00
	életerepeket kidolgoz karrier/család/gyerekek	72	1,4306	0,77609	0,09146	1,2482	1,6129	0,00	3,00
	összesen	146	1,4384	0,71305	0,05901	1,3217	1,5550	0,00	3,00
Életerepeket kidolgozottságának értékelése	nem tudja elképzelni	28	26,6667	2,16581	0,26169	24,5552	28,7182	25,00	33,00
	érzelmi viszony pl. élsikeres lesz	3	19,2222	8,24284	2,74761	11,8862	24,5552	7,00	32,00
	életerepeket említi karrier/család/gyerekek	8	23,1250	9,07803	3,20957	15,5356	30,7144	7,00	35,00
	életerepeket kidolgoz karrier/család/gyerekek	17	26,2353	6,81478	1,65283	22,7315	29,7391	7,00	35,00
	összesen	57	23,8108	8,07547	1,32760	21,1183	26,5033	7,00	35,00
SCCI - Döntés	nem tudja elképzelni	8	3,5000	1,02163	0,36120	2,8450	4,3541	1,71	5,00
	érzelmi viszony pl. élsikeres lesz	40	3,7250	0,91923	0,14534	3,4310	4,0190	1,29	5,00
	életerepeket említi karrier/család/gyerekek	27	3,9085	0,96533	0,18578	3,2266	3,9903	1,00	5,00
	életerepeket kidolgoz karrier/család/gyerekek	73	3,7852	1,02557	0,12003	3,3259	4,0044	1,14	5,00
	összesen	148	3,7114	0,97966	0,06953	3,3522	3,8705	1,00	5,00
SCCI-szakma gyakorlata	nem tudja elképzelni	8	3,0208	0,91477	0,32342	2,2561	3,7856	1,33	4,33
	érzelmi viszony pl. élsikeres lesz	40	3,3042	0,90573	0,14321	3,0145	3,5938	1,50	5,00
	életerepeket említi karrier/család/gyerekek	27	3,2469	0,88720	0,17074	2,8960	3,5979	1,00	5,00
	életerepeket kidolgoz karrier/család/gyerekek	75	3,3200	0,92786	0,10714	3,1065	3,5335	1,17	5,00
	összesen	150	3,2867	0,90757	0,07410	3,1402	3,4331	1,00	5,00
SCCI - önismeret	nem tudja elképzelni	8	3,7083	0,84398	0,29839	3,0027	4,4139	2,17	4,83
	érzelmi viszony pl. élsikeres lesz	40	3,8167	0,75088	0,11872	3,5765	4,0568	1,50	5,00
	életerepeket említi karrier/család/gyerekek	28	3,6389	1,00005	0,18899	3,2491	4,0247	1,00	5,00
	életerepeket kidolgoz karrier/család/gyerekek	75	3,7111	0,81665	0,09430	3,5232	3,8990	1,33	5,00
	összesen	151	3,7252	0,83227	0,06773	3,5913	3,8590	1,00	5,00
SCCI-konzultáció, szakmaismeret	nem tudja elképzelni	8	3,0000	1,03648	0,38645	2,1335	3,8665	1,60	4,60
	érzelmi viszony pl. élsikeres lesz	40	3,0300	0,94947	0,14997	2,7267	3,3333	1,00	5,00
	életerepeket említi karrier/család/gyerekek	27	3,2741	1,03053	0,19833	2,8664	3,6817	1,00	5,00
	életerepeket kidolgoz karrier/család/gyerekek	73	3,2795	0,98372	0,11631	3,0476	3,5113	1,00	5,00
	összesen	148	3,1959	0,98767	0,08119	3,0355	3,3564	1,00	5,00
SCCI - összpontszám/adaptabilitás	nem tudja elképzelni	7	83,5714	21,50558	8,12946	63,6793	103,4635	43,00	109,00
	érzelmi viszony pl. élsikeres lesz	40	87,0500	18,20249	2,87807	81,2286	92,8714	45,00	124,00
	életerepeket említi karrier/család/gyerekek	25	86,6400	21,56749	4,31350	77,7374	95,5426	25,00	121,00
	életerepeket kidolgoz karrier/család/gyerekek	71	88,2817	20,07214	2,38213	83,5307	93,0327	38,00	125,00
	összesen	143	87,4195	18,72359	1,64937	84,1591	90,6801	25,00	125,00

1.a tábla: Leíró statisztika jóvőkép kidolgozottság nők almintá									
		N	Átlag	Szórás	St. Hiba	95% megbízhatartomány		Minimum	Maximum
						alsó határ	felső határ		
CES-D Depresszió-skála összpontszáma	nem tudja elképzelni	22	31,5455	16,21794	3,45768	24,3548	38,7361	5,00	60,00
	érzelmi viszony pl. élsikeres lesz	63	27,2222	13,30467	1,67823	23,8715	30,5730	4,00	50,00
	életerepeket említi karrier/család/gyerekek	89	20,4494	12,13374	1,28617	17,8934	23,0054	0,00	59,00
	életerepeket kidolgoz karrier/család/gyerekek	278	20,2662	11,72647	0,70331	18,8817	21,6507	0,00	51,00
	összesen	452	21,8208	12,66159	0,58555	20,6504	22,9912	0,00	60,00
Hallgatói én-hatékonyaság mutatója	nem tudja elképzelni	23	15,4783	4,06615	0,84785	13,7199	17,2366	4,00	20,00
	érzelmi viszony pl. élsikeres lesz	66	15,8939	4,01202	0,49385	14,9077	16,8802	5,00	20,00
	életerepeket említi karrier/család/gyerekek	92	16,0543	3,03592	0,31652	15,4256	16,6831	8,00	20,00

A felsőoktatási tanácsadás lehetőségei a lemorzsolódás veszélyének csökkentésében

	életszerepeket kidőgöz karrier/család/gyerek	299	3,1237	1,34417	0,07774	2,9708	3,2767	0,00	6,00
	összesen	480	3,1854	1,39678	0,06375	3,0001	3,3107	0,00	6,00
Pályaerőteltség - törődik a jövőjével	nem tudja elképzelni	24	3,4167	1,31601	0,26863	2,8610	3,9724	1,00	6,00
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	66	4,0303	1,31231	0,16153	3,7077	4,3529	0,00	6,00
	életszerepeket emilit karrier/család/gyerek	91	3,8901	1,25123	0,13116	3,6295	4,1507	0,00	6,00
	életszerepeket kidőgöz karrier/család/gyerek	297	4,2391	1,29972	0,07942	4,0906	4,3875	0,00	6,00
	összesen	478	4,1025	1,30631	0,05975	3,9851	4,2199	0,00	6,00
Pályaerőteltség - kíváncsi a pálya jellemzőire	nem tudja elképzelni	24	2,2083	1,53167	0,31265	1,5616	2,8551	0,00	6,00
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	67	3,7910	1,70149	0,20787	3,3760	4,2061	0,00	6,00
	életszerepeket emilit karrier/család/gyerek	91	3,9121	1,67762	0,17586	3,5627	4,2615	0,00	6,00
	életszerepeket kidőgöz karrier/család/gyerek	298	4,2886	1,53871	0,08913	4,1132	4,4840	0,00	6,00
	összesen	480	4,0438	1,65127	0,07537	3,8957	4,1918	0,00	6,00
Pályaerőteltség - önbizalom a pályatervvezetésben	nem tudja elképzelni	23	2,3478	1,79921	0,37516	1,5698	3,1259	0,00	6,00
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	67	3,2985	2,00767	0,24528	2,8088	3,7862	0,00	6,00
	életszerepeket emilit karrier/család/gyerek	90	3,4333	1,68030	0,17741	3,0908	3,7858	0,00	6,00
	életszerepeket kidőgöz karrier/család/gyerek	299	3,9632	1,62054	0,09372	3,7788	4,1476	0,00	6,00
	összesen	479	3,6931	1,74282	0,07963	3,5366	3,8496	0,00	6,00
Megküzdés - problémaelemzés	nem tudja elképzelni	23	2,0725	0,72444	0,15108	1,7592	2,3857	0,00	3,00
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	65	2,0821	0,79054	0,09807	1,8861	2,2780	0,00	3,00
	életszerepeket emilit karrier/család/gyerek	92	1,8261	0,75184	0,07839	1,6704	1,9818	0,00	3,00
	életszerepeket kidőgöz karrier/család/gyerek	296	2,1188	0,67443	0,03920	2,0417	2,1960	0,00	3,00
	összesen	476	2,0550	0,71562	0,03280	1,9805	2,1194	0,00	3,00
Megküzdés - kognitív átstrukturálás	nem tudja elképzelni	23	1,1957	0,80818	0,16852	0,8462	1,5451	0,00	2,75
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	64	1,4023	0,83644	0,10456	1,1934	1,6113	0,00	2,75
	életszerepeket emilit karrier/család/gyerek	92	1,3605	0,74853	0,07804	1,2055	1,5155	0,00	3,00
	életszerepeket kidőgöz karrier/család/gyerek	295	1,4847	0,74215	0,04321	1,3997	1,5698	0,00	3,00
	összesen	474	1,4355	0,76108	0,03496	1,3688	1,5042	0,00	3,00
Megküzdés - alkalmazkodás	nem tudja elképzelni	24	1,5625	0,57696	0,11777	1,3189	1,8061	0,50	2,50
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	65	1,5718	0,69110	0,08572	1,4005	1,7430	0,25	3,00
	életszerepeket emilit karrier/család/gyerek	92	1,4728	0,52474	0,05471	1,3642	1,5815	0,00	2,75
	életszerepeket kidőgöz karrier/család/gyerek	296	1,5194	0,53820	0,03128	1,5810	1,6579	0,00	3,00
	összesen	477	1,5197	0,55978	0,02563	1,4694	1,5701	0,00	3,00
Megküzdés - érzelemindította cselekvés	nem tudja elképzelni	23	1,0109	0,62376	0,13006	0,7411	1,2806	0,00	2,25
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	65	1,1897	0,72596	0,09004	1,0099	1,3696	0,00	3,00
	életszerepeket emilit karrier/család/gyerek	92	1,0301	0,63708	0,06942	0,7711	1,0350	0,00	2,50
	életszerepeket kidőgöz karrier/család/gyerek	295	0,8509	0,57905	0,03554	0,7899	0,9019	0,00	3,00
	összesen	475	0,9058	0,62257	0,02857	0,8497	0,9619	0,00	3,00
Megküzdés - érzelmi egyensúly megteremtés	nem tudja elképzelni	23	1,3913	0,99951	0,20841	0,9591	1,8235	0,00	3,00
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	64	1,5313	0,90359	0,11295	1,1750	1,5070	0,00	3,00
	életszerepeket emilit karrier/család/gyerek	92	1,4891	0,77025	0,08330	1,3296	1,6466	0,00	3,00
	életszerepeket kidőgöz karrier/család/gyerek	295	1,5424	0,83038	0,04835	1,4472	1,6375	0,00	3,00
	összesen	474	1,5232	0,83621	0,03841	1,4477	1,5987	0,00	3,00
Megküzdés - visszahúzóddás	nem tudja elképzelni	23	1,8957	0,61884	0,12504	1,4280	1,9633	0,33	2,67
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	64	1,7005	0,71589	0,08949	1,2917	1,8793	0,00	3,00
	életszerepeket emilit karrier/család/gyerek	92	1,3949	0,67019	0,06987	1,2561	1,5337	0,00	3,00
	életszerepeket kidőgöz karrier/család/gyerek	295	1,5373	0,76877	0,04476	1,4492	1,6254	0,00	3,00
	összesen	474	1,5394	0,74067	0,03402	1,4725	1,6062	0,00	3,00
Életvezetési tanácsadás hatékonyságának értékelése	nem tudja elképzelni	7	25,4986	12,24560	4,62657	14,304	36,7538	7,00	35,00
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	20	27,6500	7,44294	1,66429	24,1666	31,1334	7,00	35,00
	életszerepeket emilit karrier/család/gyerek	24	24,1667	8,06316	1,64588	20,7619	27,5714	7,00	35,00
	életszerepeket kidőgöz karrier/család/gyerek	84	23,7024	9,29021	1,01384	21,6863	25,7185	7,00	35,00
	összesen	135	24,4939	8,07726	1,77522	22,0260	25,9825	7,00	35,00
SOCC - Döntés	nem tudja elképzelni	23	3,1739	1,03102	0,21498	2,7281	3,6198	1,29	5,00
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	64	3,7991	0,86006	0,10751	3,5843	4,0139	1,00	5,00
	életszerepeket emilit karrier/család/gyerek	90	3,8889	0,99956	0,10536	3,4795	3,8982	1,14	5,00
	életszerepeket kidőgöz karrier/család/gyerek	296	3,9646	0,95554	0,05555	3,5471	4,0741	0,00	5,00
	összesen	473	3,8514	0,97123	0,04466	3,7527	3,9392	1,00	5,00
SOCC-szakma gyakorlata	nem tudja elképzelni	24	2,9514	0,76215	0,15557	2,6296	3,2732	1,67	4,67
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	62	3,2204	0,97312	0,12359	2,9733	3,4676	1,00	5,00
	életszerepeket emilit karrier/család/gyerek	90	3,3278	0,90981	0,13174	3,5161	3,9333	1,00	5,00
	életszerepeket kidőgöz karrier/család/gyerek	296	3,3132	0,80389	0,04657	3,2216	3,4048	1,00	5,00
	összesen	474	3,2855	0,84773	0,03894	3,2090	3,3620	1,00	5,00
SOCC - önismeret	nem tudja elképzelni	23	3,4855	0,87026	0,18146	3,1092	3,8618	1,67	5,00
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	66	3,7273	0,85216	0,10469	3,5178	3,9368	1,00	5,00
	életszerepeket emilit karrier/család/gyerek	90	3,7204	0,82707	0,08718	3,5471	3,8936	1,67	5,00
	életszerepeket kidőgöz karrier/család/gyerek	300	3,8028	0,81038	0,04679	3,7107	3,8949	1,00	5,00
	összesen	479	3,7617	0,82279	0,03759	3,6878	3,8355	1,00	5,00
SOCC-konzultáció, szakmaiismeret	nem tudja elképzelni	24	3,0250	0,93122	0,19008	2,6318	3,4182	1,40	5,00
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	67	3,1821	0,99009	0,12096	2,9408	3,4298	1,00	5,00
	életszerepeket emilit karrier/család/gyerek	90	3,2400	0,94343	0,09945	3,0424	3,4376	1,20	5,00
	életszerepeket kidőgöz karrier/család/gyerek	297	3,3569	1,03416	0,06001	3,2388	3,4750	1,00	5,00
	összesen	478	3,2937	1,00777	0,04609	3,2032	3,3843	1,00	5,00
SOCC - összpontszám/adaptabilitás	nem tudja elképzelni	22	78,7277	19,23522	4,10096	70,2443	87,3011	49,00	107,00
	érzelmi viszony pl. é/iskeres lesz	58	87,4138	19,24545	2,52705	82,3535	92,4741	25,00	125,00
	életszerepeket emilit karrier/család/gyerek	82	88,8049	18,76261	2,07198	84,6823	92,9275	44,00	123,00
	életszerepeket kidőgöz karrier/család/gyerek	289	90,7647	18,19092	1,07005	88,6586	92,8708	29,00	123,00
	összesen	451	89,3925	18,61777	0,87898	87,6696	91,1153	25,00	125,00

2. tábla: Leíró statisztika Teljes éleltszerepek (teljes minta)									
		N	Átlag	Std.hiba	95% megbízhatartomány	Minimum	Maximum		
CES-D Depresszió-skála összpontszáma	karrier	138	20,9420	13,03158	1,10932	18,7484	23,1356	0,00	59,00
	gyermek	6	21,6667	16,50051	6,73630	4,3504	38,9829	6,00	38,00
	karrier/kapcsolat	52	22,0192	11,81971	1,63910	18,7286	25,3099	3,00	50,00
	karrier/gyermek	48	21,0458	13,04573	1,88299	17,8577	25,4339	3,00	51,00
	kapcsolat/gyermek	6	18,3333	12,42041	5,07061	5,2889	31,3678	4,00	35,00
	karrier/kapcsolat/gyermek	257	19,1323	11,10664	0,69281	17,7680	20,4966	0,00	49,00
Hajlatgató éh-hatékonyaság mutatója	összesen	507	20,1795	11,99281	0,53262	19,1331	21,2259	0,00	59,00
	karrier/kapcsolat	144	16,6111	3,02232	0,25196	16,1133	17,1090	5,00	20,00
	gyermek	6	17,5000	2,42869	0,99163	14,9509	20,0461	13,00	20,00
	karrier/kapcsolat	53	16,4151	2,88520	0,39631	15,6198	17,2104	8,00	20,00
	karrier/gyermek	49	16,8980	2,64768	0,37804	16,1375	17,6585	11,00	20,00
	kapcsolat/gyermek	6	15,0000	3,74166	1,52753	11,0734	18,9266	9,00	19,00
Pályaerőteltség - konzultál a jövőjéről	karrier/kapcsolat/gyermek	275	16,7273	2,95004	0,17789	16,3771	17,0775	4,00	20,00
	összesen	533	16,6698	2,93664	0,12720	16,4199	16,9197	4,00	20,00
	karrier	146	3,0342	1,45467	0,12039	2,7963	3,2722	0,00	6,00
	gyermek	6	3,8333	1,47196	0,60093	2,2886	5,3781	1,00	5,00
	karrier/kapcsolat	53	2,9057	1,30479	0,17923	2,5460	3,2653	0,00	6,00
	karrier/gyermek	49	3,5714	1,32288	0,18898	3,1915	3,9514	1,00	6,00
Pályaerőteltség - törődik a jövőjével	kapcsolat/gyermek	6	4,3333	1,36626	0,55777	2,8995	5,7671	2,00	6,00
	karrier/kapcsolat/gyermek	277	3,2527	1,39657	0,06391	3,0875	3,4179	0,00	6,00
	összesen	537	3,2067	1,40696	0,06060	3,0973	3,3261	0,00	6,00
	karrier	145	4,0207	1,37674	0,11433	3,7947	4,2467	0,00	6,00
	gyermek	6	3,1667	1,16905	0,47726	1,9398	4,3935	1,00	4,00
	karrier/kapcsolat	52	4,3654	1,44207	0,19998	3,9639	4,7669	0,00	6,00
Pályaerőteltség - kíváncsi a pálya jellemzőire	karrier/gyermek	48	4,0208	1,24609	0,19196	3,6590	4,3827	1,00	6,00
	kapcsolat/gyermek	6	3,3333	0,81650	0,33333	2,4765	4,1902	2,00	4,00
	karrier/kapcsolat/gyermek	276	4,0580	1,33631	0,08044	3,8996	4,2163	0,00	6,00
	összesen	533	4,0563	1,34773	0,05838	3,9416	4,1710	0,00	6,00</

Mellékletek

	karrier/kapcsolat	53	3,8491	1,58595	0,21785	3,4119	4,2862	1,00	6,00
	karrier/gyermek	49	3,7551	1,65240	0,23606	3,2605	4,2297	0,00	6,00
	kapcsolat/gyermek	6	3,8333	1,83485	0,74907	1,9078	5,7589	1,00	6,00
	karrier/kapcsolat/gyermek	277	4,2635	1,60136	0,09622	4,0741	4,4529	0,00	6,00
	összesen	538	4,1487	1,62734	0,07016	4,0109	4,2865	0,00	6,00
Pályaelettség - önbizalom a pályatervezésben	karrier	148	3,9392	1,74662	0,14357	3,6555	4,2229	0,00	6,00
	gyermek	5	2,6000	1,34164	0,60000	0,9341	4,2659	1,00	4,00
	karrier/kapcsolat	51	3,3922	1,61342	0,22592	2,9384	3,8459	0,00	6,00
	karrier/gyermek	50	3,7000	1,52864	0,21618	3,2656	4,1344	0,00	6,00
	kapcsolat/gyermek	6	3,3333	2,33809	0,95452	0,6797	5,7870	0,00	6,00
	karrier/kapcsolat/gyermek	277	3,8412	1,64695	0,09911	3,9460	4,0365	0,00	6,00
	összesen	537	3,7952	1,67258	0,07218	3,6534	3,9369	0,00	6,00
	karrier	144	2,0683	0,74703	0,06225	1,9452	2,1913	0,00	3,00
	gyermek	6	2,5000	0,54772	0,22361	1,9252	3,0748	2,00	3,00
	karrier/kapcsolat	53	2,1195	0,54731	0,07518	1,9696	2,2704	1,00	3,00
Megküzdés - problémaelemzés	karrier/gyermek	49	2,0680	0,72642	0,10377	1,8594	2,2767	0,00	3,00
	kapcsolat/gyermek	6	1,7222	0,71233	0,29081	0,9747	2,4698	1,00	3,00
	karrier/kapcsolat/gyermek	277	2,0487	0,70549	0,04239	1,9653	2,1322	0,00	3,00
	összesen	535	2,0642	0,70337	0,03041	2,0044	2,1239	0,00	3,00
	karrier	144	1,5538	0,84654	0,07055	1,4144	1,6933	0,00	3,00
	gyermek	6	1,4167	1,12546	0,45947	0,2356	2,5978	0,00	2,50
	karrier/kapcsolat	53	1,4575	0,64252	0,08625	1,2804	1,5346	0,25	3,00
	karrier/gyermek	48	1,5000	0,69190	0,09667	1,2291	1,7009	0,00	3,00
	kapcsolat/gyermek	6	1,1250	0,58630	0,23936	0,5097	1,7403	0,00	1,50
	karrier/kapcsolat/gyermek	277	1,4067	0,72854	0,04377	1,3206	1,4929	0,00	3,00
Megküzdés - alkalmazkodás	összesen	534	1,4568	0,70497	0,03267	1,3926	1,5210	0,00	3,00
	karrier	144	1,5127	0,65027	0,05011	1,4137	1,6116	0,00	3,00
	gyermek	6	1,5000	0,65192	0,28615	0,8159	2,1841	0,75	2,50
	karrier/kapcsolat	53	1,5236	0,51015	0,07007	1,3830	1,6642	0,00	2,75
	karrier/gyermek	49	1,5765	0,49530	0,07076	1,4343	1,7188	0,50	2,75
	kapcsolat/gyermek	6	1,0417	0,33209	0,13558	0,6929	1,3894	0,50	1,50
	karrier/kapcsolat/gyermek	277	1,5199	0,54761	0,03290	1,4551	1,5846	0,00	3,00
	összesen	535	1,5179	0,55416	0,02396	1,4708	1,5650	0,00	3,00
	karrier	144	0,9259	0,65662	0,05472	0,8178	1,0341	0,00	3,00
	gyermek	6	1,0417	0,71443	0,29167	0,2919	1,7914	0,00	2,00
Megküzdés - érzelmindtötta cselekvés	karrier/kapcsolat	53	1,0330	0,58227	0,07996	0,8725	1,1935	0,00	2,50
	karrier/gyermek	48	1,0156	0,66326	0,09573	0,8230	1,2082	0,00	2,25
	kapcsolat/gyermek	6	0,8750	0,51841	0,21164	0,3310	1,4190	0,25	1,50
	karrier/kapcsolat/gyermek	277	0,8381	0,56941	0,03415	0,7709	0,9054	0,00	2,75
	összesen	534	0,8998	0,60204	0,02623	0,9483	0,9513	0,00	3,00
	karrier	144	1,3854	0,77712	0,06476	1,2574	1,5134	0,00	3,00
	gyermek	6	2,0000	1,37840	0,56273	0,5535	3,4465	0,00	3,00
	karrier/kapcsolat	53	1,3396	0,85919	0,11802	1,1028	1,5764	0,00	3,00
	karrier/gyermek	48	1,4886	0,87816	0,13676	1,2346	1,7446	0,00	3,00
	kapcsolat/gyermek	6	1,0000	0,77460	0,31623	0,1871	1,8129	0,00	1,50
Megküzdés - visszahúzóds	karrier/kapcsolat/gyermek	277	1,5758	0,80061	0,04810	1,4811	1,6705	0,00	3,00
	összesen	534	1,4916	0,81980	0,03548	1,4219	1,5613	0,00	3,00
	karrier	144	1,4201	0,89911	0,05911	1,3033	1,5370	0,00	3,00
	gyermek	6	1,8333	0,45947	0,18758	1,3512	2,3155	1,00	2,33
	karrier/kapcsolat	53	1,6164	0,78282	0,10753	1,4006	1,8321	0,00	3,00
	karrier/gyermek	48	1,5833	0,70627	0,10194	1,3783	1,7684	0,33	3,00
	kapcsolat/gyermek	6	1,3333	0,58486	0,42111	2,2455	3,0000	0,00	2,33
	karrier/kapcsolat/gyermek	277	1,5181	0,75566	0,04546	1,4286	1,6075	0,00	3,00
	összesen	534	1,5087	0,74138	0,03208	1,4457	1,5718	0,00	3,00
	karrier	37	24,2432	8,32134	1,36802	21,4688	27,0177	7,00	35,00
Élevezetési tanácsadás hatékonyságának értékelése	gyermek	2	33,0000	2,22943	2,00000	7,5076	58,4124	7,00	35,00
	karrier/kapcsolat	12	24,4167	7,95955	2,29775	19,3563	29,4740	7,00	35,00
	karrier/gyermek	13	25,3077	9,47263	2,62724	19,5834	31,0319	7,00	35,00
	kapcsolat/gyermek	1	15,0000					15,00	15,00
	karrier/kapcsolat/gyermek	79	23,6935	8,97553	1,00994	21,6729	25,6942	7,00	35,00
	összesen	144	24,1042	8,70473	0,72539	22,6703	25,5380	7,00	35,00
	karrier	145	3,8522	1,01762	0,08451	3,6852	4,0193	1,00	5,00
	gyermek	6	3,5476	1,14791	0,46883	2,3430	4,7523	1,29	4,57
	karrier/kapcsolat	53	3,7763	0,79367	0,10602	3,5075	3,9950	1,71	5,00
	karrier/gyermek	50	3,8800	0,87039	0,13521	3,6083	4,1517	1,29	5,00
SOCÍ-szakma gyakorlata	kapcsolat/gyermek	6	3,5000	0,97625	0,39655	2,4755	4,5245	2,29	4,86
	karrier/kapcsolat/gyermek	274	3,8707	0,97909	0,05915	3,7543	3,9871	1,00	5,00
	összesen	534	3,8494	0,96996	0,04197	3,7669	3,9318	1,00	5,00
	karrier	148	3,3395	0,88709	0,07342	3,1814	3,4716	1,17	5,00
	gyermek	6	3,5278	1,08739	0,44392	2,3866	4,6689	1,50	4,67
	karrier/kapcsolat	53	3,2673	0,75768	0,10408	3,0585	3,4761	1,00	5,00
	karrier/gyermek	50	3,2233	0,80574	0,11395	2,9943	3,4523	1,33	5,00
	kapcsolat/gyermek	6	3,1944	0,93927	0,38349	2,2086	4,1802	2,00	4,58
	karrier/kapcsolat/gyermek	276	3,3255	0,85519	0,05148	3,2241	3,4268	1,00	5,00
	összesen	537	3,3113	0,85098	0,03672	3,2392	3,3834	1,00	5,00
SOCÍ - önismeret	karrier	147	3,6553	0,89384	0,07372	3,5096	3,8010	1,00	5,00
	gyermek	6	3,4167	1,09418	0,44670	2,2684	4,5649	2,00	4,67
	karrier/kapcsolat	53	3,9088	0,75502	0,10371	3,7007	4,1169	1,33	5,00
	karrier/gyermek	49	3,8197	0,77939	0,11134	3,5959	4,0436	1,67	5,00
	kapcsolat/gyermek	6	3,8333	0,78174	0,31914	3,0130	4,6537	2,67	4,67
	karrier/kapcsolat/gyermek	280	3,7726	0,79930	0,04771	3,6787	3,8695	1,00	5,00
	összesen	541	3,7551	0,82330	0,03540	3,6855	3,8246	1,00	5,00
	karrier	148	3,2257	1,08277	0,08900	3,0498	3,4016	1,00	5,00
	gyermek	6	3,4000	1,12428	0,45898	2,2201	4,5799	1,80	5,00
	karrier/kapcsolat	52	3,3423	0,86058	0,12212	3,0972	3,5875	1,40	5,00
SOCÍ - öszpontszám/adaptabilitás	karrier/gyermek	48	3,5167	1,03128	0,14685	3,2172	3,8161	1,20	5,00
	kapcsolat/gyermek	6	3,0000	0,97160	0,39655	1,9804	4,0196	1,80	4,20
	karrier/kapcsolat/gyermek	276	3,3152	0,99536	0,05991	3,1973	3,4332	1,00	5,00
	összesen	536	3,3086	1,01315	0,04375	3,2226	3,3945	1,00	5,00
	karrier	138	88,8188	19,69002	1,67615	85,5044	92,1333	28,00	123,00
	gyermek	6	87,0000	22,96955	9,37728	62,8949	111,1051	44,00	109,00
	karrier/kapcsolat	48	90,5000	15,66674	2,26130	85,9509	95,0491	36,00	121,00
	karrier/gyermek	48	90,7917	18,23483	2,63197	85,4968	96,0865	42,00	123,00
	kapcsolat/gyermek	6	84,1867	20,31174	8,29223	62,8508	105,4825	57,00	115,00
	karrier/kapcsolat/gyermek	266	89,7368	18,87072	1,15704	87,4587	92,0150	25,00	125,00
	összesen	612	89,5625	18,75582	0,82890	87,8340	91,1910	25,00	125,00

2.a tábla: Leíró statisztika Teljes életsterepek, férfiak almintá									
		N	Átlag	Szórás	St. Hiba	95% megbízhatósági tartomány		Minimum	Maximum
CES-D Depresszió-skála öszpontszáma	karrier	33	14,4545	10,64510	1,85307	10,6800	18,2291	0,00	41,00
	gyermek	1	7,0000					7,00	7,00
	karrier/kapcsolat	11	21,1818	13,40760	4,04254	12,1745	30,1892	4,00	48,00
	karrier/gyermek	9	21,8889	16,98856	5,66285	8,8303	34,9475	5,00	51,00
	kapcsolat/gyermek	2	19,5000	21,92031	15,50000	-177,4482	216,4482	4,00	35,00
	összesen	50	19,2400	11,87101	1,67881	15,8663	22,6137	0,00	48,00
Hallgatói én-hatékonyság mutatója	karrier	106	18,0660	12,33753	1,19833	15,6900	20,4421	0,00	51,00
	gyermek	34	16,8529	3,29492	0,56507	15,7033	18,0026	5,00	20,00
	karrier/kapcsolat	1	18,0000					18,00	18,00
	karrier/gyermek	12	17,3333	2,18910	0,63166	15,9431	18,7236	14,00	20,00
	kapcsolat/gyermek	9	16,3333	3,31662	1,10554	13,7839	18,8827	12,00	19,00
	összesen								

A felsőoktatási tanácsadás lehetőségei a lemorzsolódás veszélyének csökkentésében

Pályaelrettés - konzultál a jövőjéről	kapcsolat/gyermek	2	14,0000	2,82843	2,00000	-11,4124	39,4124	12,00	16,00
	kariert/gyermek	54	16,5000	3,35199	0,45515	15,5851	17,4149	5,00	20,00
	összesen	112	16,5018	3,18699	0,30114	16,0551	17,2485	5,00	20,00
	kariert	35	3,2000	1,47129	0,24869	2,6946	3,7054	1,00	5,00
Pályaelrettés - törődik a jövőjével	gyermek	1	4,0000					4,00	4,00
	kariert/gyermek	12	2,9167	1,37895	0,39807	2,0405	3,7928	0,00	5,00
	összesen	8	3,1250	1,35620	0,47949	1,9912	4,2588	1,00	5,00
	kariert/gyermek	2	4,0000	0,00000	0,00000	4,0000	4,0000	4,00	4,00
Pályaelrettés - kíváncsi a pálya jellemzőire	kapcsolat/gyermek	54	3,1852	1,61449	0,21970	2,7445	3,6259	0,00	6,00
	összesen	112	3,1786	1,49603	0,14136	2,8985	3,4587	0,00	6,00
	kariert	35	3,7429	1,46213	0,24714	3,2406	4,2451	1,00	6,00
	gyermek	1	1,0000					1,00	1,00
Pályaelrettés - önbizalom a pályavezetésben	kariert/gyermek	11	4,0000	1,41421	0,42840	3,0499	4,9501	1,00	6,00
	összesen	9	3,8250	0,91613	0,32390	2,8591	4,3909	2,00	5,00
	kariert/gyermek	2	3,0000	1,41421	0,00000	-3,7982	15,7982	2,00	4,00
	összesen	53	3,7547	1,63972	0,22523	3,3028	4,2067	0,00	6,00
Megküzdés - problémamegoldás	kapcsolat/gyermek	110	3,7273	1,51391	0,14435	3,4412	4,0134	0,00	6,00
	összesen	35	4,2571	1,78791	0,30221	3,6430	4,8713	1,00	6,00
	kariert	1	6,0000					6,00	6,00
	gyermek	12	3,8333	1,46680	0,42343	2,9014	4,7653	2,00	6,00
Megküzdés - kognitív ástrukturálás	kariert/gyermek	9	3,7778	2,22381	0,74120	2,0688	5,4870	0,00	6,00
	összesen	2	4,5000	2,12132	1,50000	-14,5593	23,5593	3,00	6,00
	kariert/gyermek	54	4,0741	1,74571	0,23770	3,5973	4,5568	0,00	6,00
	összesen	113	4,1062	1,75440	0,16504	3,7792	4,4332	0,00	6,00
Megküzdés - alkalmazkodás	kariert	35	3,9429	1,57074	0,26550	3,4033	4,4824	0,00	6,00
	gyermek	1	2,0000					2,00	2,00
	kariert/gyermek	11	3,9182	0,98165	0,29598	3,1587	4,4777	3,00	6,00
	összesen	9	3,5556	1,23603	0,41201	2,6055	4,5057	2,00	5,00
Megküzdés - problémamelemzés	kapcsolat/gyermek	2	4,0000	2,82843	2,00000	-21,4124	29,4124	2,00	6,00
	összesen	54	4,0185	1,61935	0,22037	3,5765	4,4805	0,00	6,00
	kariert	34	3,9186	1,44414	0,25253	3,6540	4,2553	0,00	6,00
	gyermek	34	1,9651	0,80454	0,13798	1,7144	2,2758	0,33	3,00
Megküzdés - érzelmindulata cselekvés	gyermek	1	2,0000					2,00	2,00
	kariert/gyermek	12	2,1667	0,52223	0,15076	1,8349	2,4985	1,33	3,00
	összesen	9	1,8889	0,92796	0,30932	1,1756	2,6022	0,33	2,87
	kariert/gyermek	2	2,1667	1,17851	0,83533	-4,4218	12,7550	1,33	3,00
Megküzdés - érzelm egyensúly megteremtés	kapcsolat/gyermek	54	2,1667	0,59611	0,08112	2,0040	2,3294	0,33	3,00
	összesen	112	2,0908	0,68805	0,06501	1,9619	2,2196	0,33	3,00
	kariert	34	1,8883	0,87691	0,15039	1,3803	1,9922	0,00	3,00
	gyermek	1	2,0000					2,00	2,00
Megküzdés - érzelmindulata cselekvés	kariert/gyermek	12	1,4792	0,75723	0,21859	0,9980	1,9603	0,50	2,50
	összesen	9	1,5000	0,53033	0,17678	1,0924	1,9076	0,75	2,50
	kariert/gyermek	2	1,5000	0,00000	0,00000	1,5000	1,5000	1,50	1,50
	összesen	54	1,5781	0,73057	0,09942	1,1787	1,5775	0,00	3,00
Megküzdés - érzelmindulata cselekvés	kapcsolat/gyermek	112	1,5000	0,76204	0,07201	1,3573	1,6427	0,00	3,00
	összesen	34	1,4240	0,57236	0,09816	1,2243	1,6237	0,00	2,50
	kariert	1	1,0000					1,00	1,00
	gyermek	12	1,3333	0,50377	0,14543	1,0133	1,6534	0,00	1,75
Megküzdés - érzelmindulata cselekvés	kariert/gyermek	9	1,6389	0,57434	0,19145	1,1974	2,0804	0,50	2,50
	összesen	2	1,2500	0,35355	0,25000	-1,9266	4,4266	1,00	1,50
	kariert/gyermek	54	1,8620	0,59510	0,08098	1,4996	1,8245	0,50	3,00
	összesen	112	1,5394	0,58901	0,05469	1,5482	1,9482	0,00	3,00
Megküzdés - érzelmindulata cselekvés	kariert	34	0,9044	0,57740	0,09902	0,7029	1,1059	0,00	2,25
	gyermek	1	0,5000					0,50	0,50
	kariert/gyermek	12	1,2292	0,58832	0,16883	0,8554	1,6030	0,25	2,25
	összesen	9	1,6667	0,70711	0,23570	-1,7102	2,2521	0,25	2,25
Megküzdés - érzelm egyensúly megteremtés	kapcsolat/gyermek	2	0,8750	0,88388	0,62500	-7,0664	8,8164	0,25	1,50
	összesen	54	1,0154	0,64936	0,08837	0,8382	1,1927	0,00	2,50
	kariert/gyermek	112	1,0097	0,62539	0,05909	0,8926	1,1268	0,00	2,50
	összesen	34	1,2059	0,74993	0,12861	0,9442	1,4675	0,00	3,00
Megküzdés - érzelm egyensúly megteremtés	gyermek	1	0,0000					0,00	0,00
	kariert/gyermek	12	0,9167	0,79296	0,22891	0,4128	1,4205	0,00	2,50
	összesen	9	1,5556	0,91667	0,30556	0,8509	2,2602	0,50	3,00
	kariert/gyermek	2	1,5000	0,00000	0,00000	1,5000	1,5000	1,50	1,50
Megküzdés - visszahúzóds	kapcsolat/gyermek	54	1,5648	0,74000	0,10070	1,7668	1,7668	0,00	3,00
	összesen	112	1,3705	0,78770	0,07443	1,2230	1,5180	0,00	3,00
	kariert	34	1,3627	0,68837	0,11805	1,1226	1,6029	0,00	3,00
	gyermek	1	2,0000					2,00	2,00
Élvezetési tanácsadás hatékonyságának értékelése	kariert/gyermek	12	1,5278	0,86990	0,25112	0,9751	2,0805	0,33	3,00
	összesen	9	1,4444	0,76376	0,25459	0,8574	2,0315	0,33	2,67
	kariert/gyermek	2	0,6667	0,94281	0,66667	-7,8041	9,1375	0,00	1,33
	összesen	54	1,5370	0,74793	0,10178	1,3329	1,7412	0,00	3,00
SCCI - Döntés	összesen	112	1,4643	0,74362	0,07028	1,3250	1,6038	0,00	3,00
	kariert	6	23,1667	9,47453	3,86796	13,2238	33,1096	7,00	35,00
	gyermek	0							
	kariert/gyermek	3	31,3333	3,51188	2,02759	22,6093	40,0573	28,00	35,00
SCCI - szakma gyakorlata	kariert/gyermek	1	7,0000					7,00	7,00
	összesen	16	25,8875	5,49811	1,37453	22,7578	28,6172	15,00	35,00
	kariert	27	24,6667	7,58541	1,45981	21,6660	27,6674	7,00	35,00
	gyermek	35	3,7114	0,99903	0,16380	3,4386	4,1043	4,00	4,00
SCCI - önismeret	kariert/gyermek	12	3,8095	0,65418	0,18885	3,3939	4,2252	2,29	4,71
	összesen	9	3,6825	0,93344	0,31115	2,9650	4,4000	2,29	5,00
	kariert/gyermek	2	4,2657	0,80812	0,57143	-2,9750	11,5464	3,71	4,86
	összesen	54	3,6940	1,10821	0,15078	3,3616	3,9665	1,00	5,00
SCCI - önismeret	összesen	113	3,7282	0,96286	0,09340	3,5431	3,9133	1,00	5,00
	kariert	36	3,3704	0,90335	0,15056	3,0647	3,6760	1,17	5,00
	gyermek	1	3,3333					3,33	3,33
	kariert/gyermek	13	3,2179	0,72132	0,20006	2,7821	3,6538	2,17	4,50
SCCI - önismeret	kariert/gyermek	9	3,0000	0,69722	0,23241	2,4641	3,5359	2,17	4,17
	összesen	2	3,7500	1,06066	0,75000	-5,7797	13,2797	3,00	4,50
	kariert/gyermek	54	3,3673	0,99705	0,13568	3,0951	3,6394	1,00	5,00
	összesen	115	3,3290	0,90871	0,08474	3,1611	3,4969	1,00	5,00
SCCI - önismeret	kariert	36	3,7130	0,86704	0,14451	3,4198	4,0063	1,33	5,00
	gyermek	1	2,3333					2,33	2,33
	kariert/gyermek	13	4,1154	0,56267	0,15806	3,7754	4,4554	3,17	5,00
	összesen	9	3,3148	0,38590	0,12863	3,0182	3,6114	2,83	3,83
SCCI - önismeret	kapcsolat/gyermek	2	3,9167	1,06066	0,75000	-5,6130	13,4463	3,17	4,67
	összesen	55	3,6697	0,91371	0,12320	3,4227	3,9167	1,00	5,00
	kariert/gyermek	116	3,6983	0,85010	0,07893	3,5419	3,8546	1,00	5,00
	gyermek	35	3,0711	0,99217	0,16771	2,7563	3,4380	1,00	4,80
SCCI - önismeret	gyermek	1	5,0000					5,00	5,00
	kariert/gyermek	12	3,2500	0,87438	0,25241	2,6944	3,8056	2,20	4,80
	összesen	8	3,3000	0,60474	0,21381	2,7944	3,8056	2,40	4,00
	kariert/gyermek	2	3,7000	0,70711	0,50000	-2,6531	10,0531	3,20	4,20
SCCI - önismeret	kapcsolat/gyermek	55	3,3200	1,07331	0,14473	3,0298	3,6102	1,00	5,00
	összesen	113	3,2637	0,99867	0,09395	3,0776	3,4499	1,00	5,00
	kariert	34	87,6882	19,97782	3,42617	80,1176	94,0588	38,00	117,00
	gyermek	92	82,0000					92,00	92,00
SCCI - önismeret	kariert/gyermek	11	83,2727	12,32957	3,71750	84,9896	101,5558	80,00	119,00
	összesen	8	83,1250	13,60081	4,80861	77,1544	94,4956	64,00	101,00
	kariert/gyermek	2	99,0000	22,62742	16,00000	-104,2993	302,2993	83,00	115,00

Mellékletek

karrier/kapcsolat/gyermek	53	87,8679	22,68686	3,11628	81,6147	94,1212	25,00	125,00
összesen	109	88,0642	20,19455	1,93429	84,2301	91,8993	25,00	125,00

2.a tábla: Leíró statisztika Teljes életszerepek, nők almintá								
	N	Átlag	Szórás	St. Hiba	95% megbíz.h. tartomány		Minimum	Maximum
					alsó határ	felső határ		
CES-D Depresszió-skála összpontszáma	karrier	105	22,9810	13,08771	1,27723	20,4482	25,5137	3,00
	gyermek	5	24,6000	16,60723	7,42698	3,9794	45,2206	6,00
	karrier/kapcsolat	41	22,2439	11,52992	1,80067	18,6046	25,8832	3,00
	karrier/gyermek	39	21,5897	12,25609	1,95934	17,6235	25,5562	3,00
	kapcsolat/gyermek	4	17,7500	9,77667	4,88834	2,1931	33,3069	9,00
	karrier/kapcsolat/gyermek	207	19,1063	10,94418	0,76067	17,6066	20,6060	0,00
	összesen	401	20,7382	11,85280	0,59190	19,5745	21,9018	0,00
Haligatól-én-hatékonyaság mutatója	karrier	110	16,5384	2,94499	0,28079	15,9798	17,0929	5,00
	gyermek	5	17,4000	2,70185	1,20830	14,0452	20,7548	13,00
	karrier/kapcsolat	41	16,1463	3,02953	0,47313	15,1901	17,1028	8,00
	karrier/gyermek	40	17,0250	2,50627	0,39628	16,2235	17,8265	11,00
	kapcsolat/gyermek	4	15,5000	4,43471	2,21736	8,4434	22,5596	9,00
	karrier/kapcsolat/gyermek	221	16,7858	2,84680	0,19164	16,4051	17,1655	4,00
	összesen	421	16,6746	2,87038	0,13989	16,3996	16,9496	4,00
Pályaeirrettség - konzultál a jövőéről	karrier	111	2,9820	1,45216	0,13783	2,7088	3,2551	0,00
	gyermek	5	3,8000	1,64317	0,73485	1,7597	5,8403	1,00
	karrier/kapcsolat	41	2,9004	1,38986	0,09727	2,4921	3,3128	1,00
	karrier/gyermek	41	3,6585	1,31548	0,20544	3,2433	4,0738	1,00
	kapcsolat/gyermek	4	4,5000	1,73205	0,86603	1,7439	7,2561	2,00
	karrier/kapcsolat/gyermek	223	3,2691	1,34207	0,08987	3,0919	3,4462	0,00
	összesen	425	3,2141	1,38929	0,06727	3,0819	3,3463	0,00
Pályaeirrettség - tördök a jövővel	karrier	110	4,1091	1,34332	0,12808	3,8552	4,3629	0,00
	gyermek	5	3,6000	0,54772	0,24495	2,9199	4,2801	3,00
	karrier/kapcsolat	41	4,4634	1,45082	0,22658	4,0055	4,9213	0,00
	karrier/gyermek	40	4,1000	1,29694	0,20506	3,6952	4,5148	1,00
	kapcsolat/gyermek	4	3,5000	0,57735	0,28868	2,5813	4,4187	3,00
	karrier/kapcsolat/gyermek	223	4,1300	1,24703	0,08351	3,9655	4,2946	1,00
	összesen	423	4,1418	1,28930	0,06269	4,0186	4,2651	0,00
Pályaeirrettség - kíváncsi a pálya jellemzőire	karrier	112	4,1429	1,59220	0,15423	3,8372	4,4485	0,00
	gyermek	5	4,2000	1,64317	0,73485	2,1597	6,2403	3,00
	karrier/kapcsolat	41	3,8537	1,63647	0,25557	3,3371	4,3702	1,00
	karrier/gyermek	40	3,7500	1,53172	0,24219	3,2601	4,2399	0,00
	kapcsolat/gyermek	4	3,5000	1,95475	0,95743	0,4530	5,5470	0,00
	karrier/kapcsolat/gyermek	223	4,3004	1,58489	0,10479	4,1026	4,5159	0,00
	összesen	425	4,1600	1,59386	0,07731	4,0080	4,3120	0,00
Pályaeirrettség - önbizalom a pályatervezésben	karrier	113	3,9381	1,80418	0,16972	3,6018	4,2743	0,00
	gyermek	4	2,7500	1,53000	0,75000	0,3632	5,1368	1,00
	karrier/kapcsolat	40	3,2750	1,73925	0,27500	2,7186	3,8312	0,00
	karrier/gyermek	41	3,7317	1,59725	0,24945	3,2276	4,2359	0,00
	kapcsolat/gyermek	4	3,0000	2,44949	1,22474	-0,8977	6,8977	0,00
	karrier/kapcsolat/gyermek	223	3,7982	1,65752	0,11100	3,5795	4,0169	0,00
	összesen	425	3,7654	1,70943	0,08292	3,5994	3,9293	0,00
Megküzdés - problémaelemzés	karrier	110	2,0909	0,73073	0,06967	1,9528	2,2290	0,00
	gyermek	5	2,6000	0,54772	0,24495	1,9199	3,2801	2,00
	karrier/kapcsolat	41	2,1057	0,55996	0,08745	1,9289	2,2624	1,00
	karrier/gyermek	40	2,1085	0,58909	0,10767	1,8905	2,3261	0,00
	kapcsolat/gyermek	4	1,5000	0,43033	0,21517	0,8152	2,1848	1,00
	karrier/kapcsolat/gyermek	223	2,0202	0,72794	0,04874	1,9241	2,1162	0,00
	összesen	423	2,0571	0,70800	0,03442	1,9895	2,1248	0,00
Megküzdés - kognitív ástrukturálás	karrier	110	1,5129	0,07978	0,00447	1,5710	1,4548	0,00
	gyermek	5	1,3000	1,21707	0,54429	-0,2112	2,8112	0,00
	karrier/kapcsolat	41	1,4512	0,61548	0,09612	1,2570	1,6455	0,25
	karrier/gyermek	39	1,5000	0,73000	0,11699	1,2634	1,7366	0,00
	kapcsolat/gyermek	4	0,9375	0,63074	0,32874	1,3837	0,4917	0,00
	karrier/kapcsolat/gyermek	223	1,4137	0,72953	0,04885	1,3174	1,5100	0,00
	összesen	422	1,4453	0,75358	0,03668	1,3732	1,5174	0,00
Megküzdés - alkalmazkodás	karrier	110	1,5402	0,60984	0,05815	1,4249	1,6554	0,00
	gyermek	5	1,6000	0,67546	0,36208	0,7613	2,4387	0,75
	karrier/kapcsolat	41	1,5703	0,50448	0,07879	1,4200	1,7385	0,75
	karrier/gyermek	40	1,5625	0,48288	0,07635	1,4081	1,7169	0,50
	kapcsolat/gyermek	4	0,9375	0,31458	0,15729	0,4369	1,4381	0,50
	karrier/kapcsolat/gyermek	223	1,4854	0,53119	0,03557	1,4153	1,5555	0,00
	összesen	423	1,5152	0,54743	0,02662	1,4599	1,5645	0,00
Megküzdés - érzelmindította cselekvés	karrier	110	0,9326	0,68155	0,06498	0,8038	1,0614	0,00
	gyermek	5	1,1500	0,74162	0,33166	0,2292	2,0708	0,00
	karrier/kapcsolat	41	0,9756	0,57501	0,08980	0,7941	1,1571	0,00
	karrier/gyermek	39	0,9808	0,65741	0,10527	0,7677	1,1939	0,00
	kapcsolat/gyermek	4	0,8750	0,43301	0,21651	0,1860	1,5640	0,50
	karrier/kapcsolat/gyermek	223	0,7952	0,53993	0,03616	0,7240	0,8665	0,00
	összesen	422	0,8707	0,59843	0,02913	0,8134	0,9279	0,00
Megküzdés - érzelmi egyensúly megteremtés	karrier	110	1,4409	0,78030	0,07440	1,2935	1,5894	0,00
	gyermek	5	2,4000	1,08397	0,48477	1,0541	3,7459	0,50
	karrier/kapcsolat	41	1,4634	0,84698	0,13228	1,1961	1,7308	0,00
	karrier/gyermek	39	1,4744	0,88070	0,14103	1,1889	1,7599	0,00
	kapcsolat/gyermek	4	0,7500	0,86603	0,43301	-0,6280	2,1280	0,00
	karrier/kapcsolat/gyermek	223	1,5785	0,81616	0,05465	1,4708	1,6862	0,00
	összesen	422	1,5237	0,82604	0,04021	1,4447	1,6027	0,00
Megküzdés - visszahúzóds	karrier	110	1,4379	0,71779	0,06844	1,3022	1,5735	0,00
	gyermek	5	1,8000	0,50553	0,22505	1,1723	2,4277	1,00
	karrier/kapcsolat	41	1,6423	0,76518	0,11950	1,4008	1,8838	0,00
	karrier/gyermek	39	1,6154	0,69895	0,11192	1,3888	1,8420	0,33
	kapcsolat/gyermek	4	1,6667	0,72008	0,36004	0,5209	2,8125	0,67
	karrier/kapcsolat/gyermek	223	1,5135	0,76036	0,05062	1,4131	1,6138	0,00
	összesen	422	1,5205	0,74117	0,03698	1,4496	1,5915	0,00
Élvezetési tanácsadás hatékonyságának értékelése	karrier	31	24,4516	8,23747	1,47949	21,4301	27,4731	7,00
	gyermek	2	33,0000	2,82843	2,00000	7,5876	58,4124	31,00
	karrier/kapcsolat	9	22,1111	7,75314	2,58438	16,1515	28,0707	7,00
	karrier/gyermek	12	26,8333	8,05474	2,32520	21,7156	31,9511	9,00
	kapcsolat/gyermek	0						
	karrier/kapcsolat/gyermek	63	23,1746	9,63117	1,21341	20,7490	25,6002	7,00
	összesen	117	23,9744	8,96782	0,82908	22,3323	25,8164	7,00
SOCI - Döntés	karrier	110	3,8779	1,03557	0,09874	3,6622	4,0786	1,00
	gyermek	5	3,4571	1,25925	0,56315	1,8936	5,0207	1,29
	karrier/kapcsolat	41	3,7666	0,83712	0,13074	3,5023	4,0308	1,71
	karrier/gyermek	41	3,9233	0,96685	0,15100	3,6182	4,2285	1,29
	kapcsolat/gyermek	4	3,1071	0,89799	0,43399	1,7260	4,4893	2,29
	karrier/kapcsolat/gyermek	220	3,9214	0,94062	0,06342	3,7964	4,0464	1,29
	összesen	421	3,8819	0,96232	0,04690	3,7897	3,9741	1,00
SOCI-szakma gyakoriata	karrier	110	3,3121	0,88541	0,08442	3,1448	3,4794	1,17
	gyermek	5	3,5667	1,21106	0,54160	2,0629	5,0704	1,50
	karrier/kapcsolat	40	3,2833	0,77735	0,12291	3,0347	3,5319	1,00
	karrier/gyermek	41	3,2724	0,82727	0,12920	3,0112	3,5335	1,33
	kapcsolat/gyermek	4	2,9167	0,88715	0,44358	1,5050	4,3283	2,00
	karrier/kapcsolat/gyermek	222	3,3153	0,81922	0,05498	3,2070	3,4237	1,17
	összesen	422	3,3065	0,83563	0,04058	3,2265	3,3864	1,00

A felsőoktatási tanácsadás lehetőségei a lemorzsolódás veszélyének csökkentésében

SCCI - önismeret	karrier	111	3,6366	0,90543	0,08594	3,4663	3,8069	1,00	5,00
	gyermek	5	3,9333	1,06979	0,47842	2,3050	4,9616	2,00	4,97
	karrier/kapcsolat	40	3,8417	0,80237	0,12687	3,5851	4,0983	1,33	5,00
	karrier/gyermek	40	3,9333	0,80313	0,12699	3,6765	4,1902	1,67	5,00
	kapcsolat/gyermek	4	3,7917	0,79786	0,39893	2,5221	5,0612	2,67	4,50
SCCI-konzultáció, szakmaismeret	karrier/kapcsolat/gyermek	225	3,7978	0,76763	0,05118	3,6969	3,8886	1,17	5,00
	összesen	425	3,7706	0,81617	0,03959	3,6928	3,8484	1,00	5,00
	karrier	113	3,2655	1,11048	0,10447	3,0585	3,4725	1,00	5,00
	gyermek	5	3,0800	0,90111	0,40299	1,9611	4,1989	1,80	4,00
	karrier/kapcsolat	40	3,3700	0,89161	0,14098	3,0848	3,6552	1,40	5,00
SCCI - összpontszám/adaptabilitás	karrier/gyermek	40	3,5600	1,09750	0,17353	3,2090	3,6110	1,20	5,00
	kapcsolat/gyermek	4	2,6500	0,95743	0,47871	1,1265	4,1735	1,80	4,00
	karrier/kapcsolat/gyermek	221	3,3140	0,97758	0,05576	3,1844	3,4436	1,00	5,00
	összesen	423	3,3206	1,01782	0,04949	3,2233	3,4178	1,00	5,00
	karrier	104	89,3846	16,65938	1,92776	85,5814	93,2079	29,00	123,00
	gyermek	5	86,0000	25,53429	11,41928	54,2950	117,7050	44,00	109,00
	karrier/kapcsolat	37	89,6757	16,58824	2,72709	84,1449	95,2065	36,00	121,00
	karrier/gyermek	40	92,3250	18,78951	2,97088	86,3158	96,3342	42,00	123,00
	kapcsolat/gyermek	4	76,7500	17,23127	8,61554	49,3312	104,1688	57,00	94,00
	karrier/kapcsolat/gyermek	213	90,2019	17,82678	1,22147	87,7941	92,6097	36,00	122,00
	összesen	403	89,9677	18,35286	0,91422	88,1705	91,7650	29,00	123,00

3. tábla Leíró statisztika karriertervek kidolgozottsága (teljes minta)									
	N	Átlag	St. Hiba	95% megbizh. tartomány alsó határ	95% megbizh. tartomány felső határ	Minimum	Maximum		
CES-D Depresszió-skála összpontszáma	nem tudja	3	28,6667	15,30795	8,83805	-9,3604	66,6937	11,00	38,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	9	30,1111	9,77809	3,25836	22,5950	37,6272	10,00	42,00
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	236	20,8983	11,76210	0,75565	19,3899	22,4067	0,00	59,00
	részletes leírás negatív pályakép	3	18,3333	9,29157	5,36449	-4,7482	41,4149	8,00	26,00
	részletes leírás pozitív pályakép	235	19,1532	11,90785	0,77678	17,6228	20,6836	0,00	51,00
	szakolt eltérő terület/pályahagyó	11	24,4545	16,61544	5,00974	13,2921	35,6169	9,00	50,00
	GYES	2	14,0000	7,07107	5,00000	-49,5310	77,5310	9,00	19,00
	összesen	496	20,3246	11,99560	0,53700	19,2696	21,3797	0,00	59,00
	nem tudja	3	17,0000	5,19615	3,00000	4,0920	29,9080	11,00	20,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	9	14,5556	5,52519	1,84173	10,3085	18,8026	5,00	20,00
Hatalgatól én-hatekonyaság mutatója	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	248	16,5685	2,93163	0,18616	16,2019	16,9352	7,00	20,00
	részletes leírás negatív pályakép	4	14,2500	3,68556	1,84278	8,3855	20,1145	10,00	19,00
	részletes leírás pozitív pályakép	247	16,8638	2,78347	0,17711	16,3850	17,3326	4,00	20,00
	szakolt eltérő terület/pályahagyó	11	15,9636	2,61812	0,76839	13,6048	17,1225	10,00	18,00
	GYES	2	18,0000	1,41421	1,00000	5,2938	30,7062	17,00	19,00
	összesen	524	16,8947	2,94991	0,12887	16,4415	16,9478	4,00	20,00
	nem tudja	3	3,3333	1,52753	0,88192	-0,4612	7,1279	2,00	5,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	8	3,2500	1,58114	0,55902	1,9281	4,5719	1,00	5,00
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	248	3,3508	1,41778	0,09003	3,1735	3,5281	0,00	6,00
	részletes leírás negatív pályakép	4	4,2500	1,50000	0,75000	1,8632	6,6368	2,00	5,00
Pályaelettség - konzultál a jövőjéről	részletes leírás pozitív pályakép	252	2,9563	1,37786	0,08680	2,7854	3,1273	0,00	5,00
	szakolt eltérő terület/pályahagyó	11	3,1818	1,25045	0,37703	2,3418	4,0219	1,00	5,00
	GYES	2	5,5000	0,70713	0,50000	-0,8531	11,8531	5,00	6,00
	összesen	528	3,1723	1,41375	0,06153	3,0515	3,2932	0,00	6,00
	nem tudja	3	3,0000	1,73205	1,00000	-1,3027	7,3027	1,00	4,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	8	3,8750	1,64208	0,58056	2,5022	5,2478	1,00	6,00
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	249	4,0442	1,34181	0,08503	3,8767	4,2117	0,00	6,00
	részletes leírás negatív pályakép	3	3,6667	2,08167	1,20185	-1,5045	8,8378	2,00	6,00
	részletes leírás pozitív pályakép	248	4,1168	1,31575	0,08355	3,9524	4,2815	0,00	6,00
	szakolt eltérő terület/pályahagyó	11	3,8182	1,40130	0,42251	2,8768	4,7596	1,00	6,00
Pályaelettség - kíváncsi a pálya jellemzőire	GYES	2	4,0000	0,00000	0,00000	4,0000	4,0000	4,00	4,00
	összesen	524	4,0630	1,33559	0,05835	3,9484	4,1776	0,00	6,00
	nem tudja	3	2,3333	2,08167	1,20185	-2,8378	7,5045	0,00	4,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	8	3,2500	1,90863	0,67480	1,6543	4,8457	1,00	6,00
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	248	4,0202	1,60830	0,10213	3,8190	4,2213	0,00	6,00
	részletes leírás negatív pályakép	4	3,0000	2,16025	1,08012	-0,4374	6,4374	1,00	6,00
	részletes leírás pozitív pályakép	253	4,4387	1,46642	0,09408	4,2535	4,6240	0,00	6,00
	szakolt eltérő terület/pályahagyó	11	2,0000	1,41421	0,42640	1,0499	2,9501	0,00	5,00
	GYES	2	5,0000	0,00000	0,00000	5,0000	5,0000	5,00	5,00
	összesen	529	4,1531	1,61116	0,07005	4,0155	4,2907	0,00	6,00
Pályaelettség - önbizalom a pályavezetésben	nem tudja	3	3,0000	1,73205	1,00000	-1,3027	7,3027	2,00	5,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	8	3,3750	2,26385	0,80039	1,4824	5,2676	0,00	6,00
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	249	3,8064	1,68177	0,10658	3,3965	3,8163	0,00	6,00
	részletes leírás negatív pályakép	4	2,5000	2,38048	1,19024	-1,2879	6,2879	1,00	6,00
	részletes leírás pozitív pályakép	252	4,1071	1,55365	0,09769	3,9144	4,2999	0,00	6,00
	szakolt eltérő terület/pályahagyó	11	2,7273	1,95402	0,58916	1,1415	4,0400	0,00	6,00
	GYES	2	4,5000	2,12132	1,50000	-14,5593	23,5593	3,00	6,00
	összesen	529	3,8147	1,66620	0,07244	3,6724	3,9571	0,00	6,00
	nem tudja	3	1,7778	1,17063	0,67586	-1,1302	4,6858	0,67	3,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	9	2,1481	0,94444	0,31481	1,4222	2,8741	0,33	3,00
Megküzdés - problémamelemzés	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	248	1,9476	0,71764	0,04557	1,8578	2,0373	0,00	3,00
	részletes leírás negatív pályakép	3	2,4444	0,38490	0,22222	1,4883	3,4006	2,00	2,67
	részletes leírás pozitív pályakép	250	2,1693	0,65484	0,04142	2,0878	2,2509	0,00	3,00
	szakolt eltérő terület/pályahagyó	11	2,0000	0,90676	0,27340	1,3908	2,6092	0,00	3,00
	GYES	2	1,6667	0,47140	0,33333	2,5687	5,9021	1,33	2,00
	összesen	526	2,0683	0,70349	0,03067	1,9980	2,1186	0,00	3,00
	nem tudja	3	0,6667	1,15470	0,66667	-2,2018	3,5351	0,00	2,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	9	1,2500	1,00000	0,33333	0,4813	2,0187	0,00	3,00
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	248	1,3515	0,76170	0,04837	1,2562	1,4467	0,00	3,00
	részletes leírás negatív pályakép	3	1,9167	0,94648	0,54645	-0,4345	4,2679	1,25	3,00
Megküzdés - kognitív átstrukturálás	részletes leírás pozitív pályakép	249	1,5673	0,72650	0,04604	1,4766	1,6579	0,00	3,00
	szakolt eltérő terület/pályahagyó	11	1,2273	0,71985	0,21704	0,7437	1,7109	0,00	2,00
	GYES	2	1,2500	0,35355	0,25000	-1,9266	4,4266	1,00	1,50
	összesen	525	1,4484	0,75826	0,03309	1,3834	1,5134	0,00	3,00
	nem tudja	3	1,2500	0,25000	0,14434	0,6290	1,8710	1,00	1,50
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	9	1,5000	0,68465	0,22822	0,9737	2,0263	0,50	2,50
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	248	1,4980	0,56911	0,03614	1,4268	1,5692	0,00	3,00
	részletes leírás negatív pályakép	3	1,4167	1,01036	0,58333	-1,0932	3,9265	0,25	2,00
	részletes leírás pozitív pályakép	250	1,5517	0,52148	0,03298	1,4867	1,6166	0,00	3,00
	szakolt eltérő terület/pályahagyó	11	1,4545	0,65972	0,19891	1,0113	1,8977	0,00	2,25

Mellékletek

Megküzdés - érzelmindította cselekvés	GYES	2	0,8750	0,53033	0,37500	-3,8998	5,6398	0,50	1,25
	összesen	526	1,5184	0,55185	0,03405	1,4714	1,5656	0,00	3,00
	nem tudja	3	0,8333	0,38188	0,22048	-0,1153	1,7820	0,50	1,25
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	9	1,1944	0,73716	0,24572	0,6278	1,7611	0,00	2,25
	pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	248	0,9237	0,63569	0,04037	0,8442	1,0032	0,00	3,00
	részletes leírás negatív pályakép	3	1,5000	0,75000	0,43301	-0,3631	3,3631	0,75	2,25
	részletes leírás pozitív pályakép	249	0,8712	0,57408	0,03638	0,7995	0,9428	0,00	3,00
	szakmai eltérő terület/pályaelhagyó	11	1,2275	0,78625	0,23706	0,6991	1,7555	0,00	2,50
	GYES	2	0,6250	0,17678	0,12500	-0,9633	2,2133	0,50	0,75
	összesen	525	0,9114	0,61316	0,02876	0,8589	0,9640	0,00	3,00
Megküzdés - érzelmi egyensúly megteremtés	nem tudja	3	1,6667	1,15470	0,66667	-1,2018	4,5351	1,00	3,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	9	1,0000	0,75000	0,25000	0,4235	1,5765	0,00	2,00
	pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	248	1,5161	0,79963	0,05078	1,4161	1,6161	0,00	3,00
	részletes leírás negatív pályakép	3	1,1667	1,25831	0,72648	-1,9591	4,2925	0,00	2,50
	részletes leírás pozitív pályakép	249	1,5080	0,82056	0,05200	1,4056	1,6105	0,00	3,00
	szakmai eltérő terület/pályaelhagyó	11	1,2727	0,87646	0,26426	0,6839	1,8615	0,00	2,50
	GYES	2	0,7500	1,06066	0,75000	-8,7797	10,2797	0,00	1,50
	összesen	525	1,4945	0,81520	0,03559	1,4244	1,5642	0,00	3,00
	nem tudja	3	0,8889	0,19245	0,11111	0,4108	1,3670	0,67	1,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	9	1,8519	0,66898	0,22299	1,3376	2,3661	0,67	2,67
Megküzdés - visszahúzóds	pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	248	1,4953	0,70014	0,04446	1,4077	1,5829	0,00	3,00
	részletes leírás negatív pályakép	3	1,4444	0,38490	0,22222	0,4883	2,4006	1,00	1,67
	részletes leírás pozitív pályakép	249	1,5147	0,04989	0,04989	1,4165	1,6130	0,00	3,00
	szakmai eltérő terület/pályaelhagyó	11	1,3030	0,73718	0,22227	0,8078	1,7983	0,00	2,67
	GYES	2	1,3333	0,94281	0,66667	-7,1375	9,8041	0,67	2,00
	összesen	525	1,5022	0,74118	0,03235	1,4387	1,5658	0,00	3,00
	nem tudja	0							
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	1	17,0000					17,00	17,00
	pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	61	25,8689	7,17745	0,91898	24,0306	27,7071	7,00	35,00
	részletes leírás negatív pályakép	0							
Életvezetési tanácsadás hatékonyságának értékelése	részletes leírás pozitív pályakép	72	22,8333	9,64584	1,13677	20,5667	25,1000	7,00	35,00
	szakmai eltérő terület/pályaelhagyó	6	24,5000	7,73951	3,15964	16,3779	32,6221	14,00	33,00
	GYES	0							
	összesen	140	24,1857	8,63037	0,72940	22,7436	25,6279	7,00	35,00
	nem tudja	2	2,7857	1,51523	1,07143	-10,8281	16,3995	1,71	3,86
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	9	3,2063	1,16740	0,38913	2,3090	4,1037	1,71	4,86
	pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	247	3,7478	0,95417	0,06071	3,6282	3,6674	1,00	5,00
	részletes leírás negatív pályakép	4	3,4286	0,77372	0,38686	2,1974	4,6597	2,86	4,57
	részletes leírás pozitív pályakép	250	4,0411	0,93451	0,05910	3,3247	4,1575	1,00	5,00
	szakmai eltérő terület/pályaelhagyó	11	2,8831	0,90985	0,27433	2,2719	3,4944	1,29	4,14
SCCI - Döntés	GYES	2	3,8571	0,00000	0,00000	3,8571	3,8571	3,86	3,86
	összesen	525	3,8544	0,97035	0,04235	3,7712	3,9376	1,00	5,00
	nem tudja	3	2,4444	1,36778	0,80123	-1,0030	5,8919	1,33	4,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	8	2,6667	1,08745	0,38447	1,7575	3,5758	1,33	4,50
	pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	246	3,2818	0,85678	0,05463	3,1742	3,3894	1,00	5,00
	részletes leírás negatív pályakép	4	2,7083	0,83194	0,41597	1,3845	4,0321	2,00	3,83
	részletes leírás pozitív pályakép	254	3,3904	0,81617	0,05121	3,2896	3,4913	1,00	5,00
	szakmai eltérő terület/pályaelhagyó	11	2,8636	0,59075	0,17812	2,4668	3,2605	1,67	3,67
	GYES	2	3,6667	0,23570	0,16667	1,5490	5,7844	3,50	3,83
	összesen	528	3,3084	0,84627	0,03683	3,2360	3,3807	1,00	5,00
SCCI - önismeret	nem tudja	3	3,1667	1,32288	0,76376	-0,1195	6,4529	2,17	4,67
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	9	3,8519	0,75666	0,25222	3,2702	4,4335	2,50	4,67
	pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	248	3,7171	0,85605	0,05436	3,6100	3,8241	1,00	5,00
	részletes leírás negatív pályakép	4	2,9167	0,87665	0,43833	1,5217	4,3116	1,67	3,67
	részletes leírás pozitív pályakép	256	3,8249	0,78842	0,04928	3,7276	3,9219	1,00	5,00
	szakmai eltérő terület/pályaelhagyó	10	3,5000	0,57198	0,18088	3,0908	3,9092	2,50	4,33
	GYES	2	4,0000	0,23570	0,16667	1,8823	6,1177	3,83	4,17
	összesen	532	3,7591	0,82248	0,03566	3,6890	3,8291	1,00	5,00
	nem tudja	3	2,5333	0,83267	0,48074	0,4649	4,8018	1,60	3,20
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	9	2,8222	1,06510	0,35503	2,0035	3,6409	1,20	4,80
SCCI-konzultáció, szakmaismeret	pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	246	3,2829	0,99252	0,06328	3,1583	3,4076	1,00	5,00
	részletes leírás negatív pályakép	4	2,5000	0,82462	0,41231	1,1878	3,8122	1,60	3,20
	részletes leírás pozitív pályakép	252	3,3960	1,01376	0,06386	3,2703	3,5218	1,00	5,00
	szakmai eltérő terület/pályaelhagyó	11	2,4909	0,71198	0,21467	2,0126	2,9692	1,60	3,80
	GYES	2	3,3000	0,98995	0,70000	-5,5943	12,1943	2,60	4,00
	összesen	527	3,3025	1,00741	0,04388	3,2163	3,3887	1,00	5,00
	nem tudja	2	70,0000	38,18377	27,00000	-273,0675	413,0675	43,00	97,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	8	78,8750	22,39539	7,91797	60,1520	97,5980	48,00	112,00
	pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	235	88,1787	18,94600	1,23590	85,7438	90,6136	25,00	123,00
	részletes leírás negatív pályakép	4	72,2500	16,93961	8,46631	45,2969	99,2031	56,00	96,00
SCCI - összpontszám/adaptabilitás	részletes leírás pozitív pályakép	242	92,2975	18,09342	1,16309	90,0064	94,5886	29,00	125,00
	szakmai eltérő terület/pályaelhagyó	10	75,6000	9,68619	3,06304	68,6709	82,5291	62,00	95,00
	GYES	2	91,0000	4,24264	3,00000	52,8814	129,1186	88,00	94,00
	összesen	503	89,5746	18,76012	0,83647	87,9311	91,2180	25,00	125,00

3.a. tábla Leíró statisztika karriertervek kidolgozottsága férfiak almintá									
	N	Átlag	Szórás	St. Hiba	95% megbízhatósági tartomány		Minimum	Maximum	
					alsó határ	felső határ			
GES-D Depresszió-skála összpontszáma	nem tudja	1	37,0000						37,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	3	30,3333	17,67295	10,20349	-13,5687	74,2354	10,00	42,00
	pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	43	19,8372	11,76745	1,79452	16,2157	23,4587	2,00	48,00
	részletes leírás pozitív pályakép	55	16,2182	11,68838	1,57606	13,0584	19,3780	0,00	45,00
	szakmai eltérő terület/pályaelhagyó	1	9,0000					9,00	9,00
	összesen	103	18,2718	12,13825	1,19602	15,8995	20,6441	0,00	48,00
Hallgatói én-hatékonyság mutatója	nem tudja	1	11,0000					11,00	11,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	3	16,6667	4,16333	2,40370	6,3244	27,0090	12,00	20,00
	pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	45	16,3556	3,22036	0,48006	15,3881	17,3231	7,00	20,00
	részletes leírás pozitív pályakép	59	16,9661	3,13471	0,40810	16,1492	17,7830	5,00	20,00
	szakmai eltérő terület/pályaelhagyó	1	15,0000					15,00	15,00
	összesen	109	16,6330	3,19913	0,30642	16,0256	17,2404	5,00	20,00
Pályaelérhetőség - konzultál a jövőjéről	nem tudja	1	2,0000					2,00	2,00

A felsőoktatási tanácsadás lehetőségei a lemorzsolódás veszélyének csökkentésében

Pályaerősség - törődik a jövőjével	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	2	2,0000	1,41421	1,00000	-10,7062	14,7062	1,00	3,00
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	45	3,6222	1,43478	0,21388	3,1912	4,0533	0,00	6,00
	részletes leírás pozitív pályakép	60	2,8167	1,48999	0,19236	2,4318	3,2016	0,00	5,00
	szakról eltérő terület/pályaelemező	1	2,0000					2,00	2,00
	összesen	109	3,1193	1,50754	0,14440	2,8330	3,4055	0,00	6,00
	nem tudja	1	4,0000					4,00	4,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	2	2,5000	2,12132	1,50000	-16,5593	21,5593	1,00	4,00
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	45	3,6444	1,63978	0,24444	3,1518	4,1371	0,00	6,00
	részletes leírás pozitív pályakép	58	3,8103	1,39494	0,18316	3,4436	4,1771	0,00	6,00
	szakról eltérő terület/pályaelemező	1	4,0000					4,00	4,00
Pályaerősség - kíváncsi a pálya jellemzőire	összesen	107	3,7196	1,49713	0,14473	3,4327	4,0066	0,00	6,00
	nem tudja	1	0,0000					0,00	0,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	2	3,5000	0,70711	0,50000	-2,8531	9,8531	3,00	4,00
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	44	3,7727	1,66864	0,25156	3,2654	4,2800	1,00	6,00
	részletes leírás pozitív pályakép	62	4,3548	1,71872	0,21828	3,9184	4,7913	0,00	6,00
	szakról eltérő terület/pályaelemező	1	2,0000					2,00	2,00
	összesen	110	4,0455	1,74201	0,16809	3,7163	4,3746	0,00	6,00
	nem tudja	1	2,0000					2,00	2,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	2	4,5000	2,12132	1,50000	-14,5593	23,5593	3,00	6,00
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	45	3,7778	1,49071	0,22222	3,3299	4,2256	1,00	6,00
Pályaerősség - önbizalom a pályavezetésben	részletes leírás pozitív pályakép	60	4,0667	1,53895	0,19868	3,6691	4,4642	0,00	6,00
	szakról eltérő terület/pályaelemező	1	3,0000					3,00	3,00
	összesen	109	3,9266	1,51966	0,14556	3,6381	4,2151	0,00	6,00
	nem tudja	1	0,6667					0,67	0,67
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	3	2,8889	0,19245	0,11111	2,4108	3,3670	2,67	3,00
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	45	1,9852	0,73840	0,11007	1,7633	2,2070	0,33	3,00
	részletes leírás pozitív pályakép	59	2,1554	0,60874	0,07925	1,9967	2,3140	0,33	3,00
	szakról eltérő terület/pályaelemező	1	2,0000					2,00	2,00
	összesen	109	2,0902	0,68212	0,06534	1,9607	2,2197	0,33	3,00
	nem tudja	1	0,0000					0,00	0,00
Megküzdés - problémamelemzés	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	3	1,8333	1,04083	0,60093	-0,7522	4,4189	1,00	3,00
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	45	1,2556	0,86519	0,12897	0,9956	1,5155	0,00	3,00
	részletes leírás pozitív pályakép	59	1,6695	0,62819	0,08178	1,5058	1,8332	0,00	3,00
	szakról eltérő terület/pályaelemező	1	0,5000					0,50	0,50
	összesen	109	1,4771	0,78115	0,07482	1,3288	1,6254	0,00	3,00
	nem tudja	1	1,0000					1,00	1,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	3	2,0633	0,52042	0,30046	0,7905	3,3761	1,50	2,50
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	45	1,5333	0,62975	0,09388	1,3441	1,7225	0,00	3,00
	részletes leírás pozitív pályakép	59	1,5452	0,56016	0,07293	1,3992	1,6912	0,00	2,75
	szakról eltérő terület/pályaelemező	1	1,7500					1,75	1,75
Megküzdés - kognitív átstrukturálás	összesen	109	1,5520	0,58847	0,05637	1,4403	1,6637	0,00	3,00
	nem tudja	1	0,5000					0,50	0,50
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	3	2,0000	0,25000	0,14434	1,3790	2,6210	1,75	2,25
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	45	1,0167	0,63827	0,09515	0,8249	1,2084	0,00	2,50
	részletes leírás pozitív pályakép	59	0,9760	0,58927	0,07672	0,8224	1,1296	0,00	2,25
	szakról eltérő terület/pályaelemező	1	1,5000					1,50	1,50
	összesen	109	1,0214	0,62128	0,05951	0,9035	1,1394	0,00	2,50
	nem tudja	1	1,0000					1,00	1,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	3	0,5000	0,00000	0,00000	0,5000	0,5000	0,50	0,50
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	45	1,5111	0,88220	0,13151	1,2461	1,7762	0,00	3,00
Megküzdés - érzelmi egyensúly megteremtés	részletes leírás pozitív pályakép	59	1,3051	0,68868	0,08966	1,1256	1,4846	0,00	3,00
	szakról eltérő terület/pályaelemező	1	1,0000					1,00	1,00
	összesen	109	1,3624	0,77839	0,07456	1,2146	1,5102	0,00	3,00
	nem tudja	1	1,0000					1,00	1,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	3	1,8889	1,07152	0,61864	-0,7729	4,5507	0,67	2,67
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	45	1,5185	0,65349	0,09742	1,3222	1,7148	0,00	3,00
	részletes leírás pozitív pályakép	59	1,4124	0,77395	0,10076	1,2107	1,6141	0,00	3,00
	szakról eltérő terület/pályaelemező	1	1,3333					1,33	1,33
	összesen	109	1,4648	0,72580	0,06952	1,3270	1,6026	0,00	3,00
	nem tudja	0							
Életvezetési tanácsadás hatékonyságának értékelése	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	0							
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	9	27,5556	5,19882	1,73294	23,5594	31,5517	20,00	35,00
	részletes leírás pozitív pályakép	17	23,7059	8,27470	2,00691	19,4514	27,9603	7,00	35,00
	szakról eltérő terület/pályaelemező	0							
	összesen	26	25,0985	7,48054	1,46705	22,0170	28,0599	7,00	35,00
	nem tudja	1	1,7143					1,71	1,71
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	3	2,9624	1,40840	0,81371	-0,5488	6,4535	2,00	4,57
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	44	3,5325	1,05681	0,15917	3,2115	3,8535	1,00	5,00
	részletes leírás pozitív pályakép	61	3,8501	0,95348	0,12208	3,6059	4,0943	1,14	5,00
	szakról eltérő terület/pályaelemező	1	3,8571					3,86	3,86
SCCI - Döntés	összesen	110	3,5792	1,02564	0,09779	3,4854	3,8730	1,00	5,00
	nem tudja	1	1,3333					1,33	1,33
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	3	2,9444	0,94771	0,54716	0,5902	5,2987	2,17	4,00
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	44	3,2348	0,90528	0,13648	2,9596	3,5101	1,00	5,00
	részletes leírás pozitív pályakép	63	3,3466	0,90958	0,11460	3,1175	3,5756	1,17	5,00
	szakról eltérő terület/pályaelemező	1	2,8333					2,83	2,83
	összesen	112	3,2693	0,91540	0,08650	3,0979	3,4407	1,00	5,00
	nem tudja	1	2,1667					2,17	2,17
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	3	3,5556	0,58531	0,33793	2,1016	5,0096	3,00	4,17
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	45	3,6111	0,94815	0,14134	3,3263	3,8960	1,00	5,00
SCCI-szakma gyakorlat	részletes leírás pozitív pályakép	63	3,7751	0,77550	0,09770	3,5798	3,9704	1,33	5,00
	szakról eltérő terület/pályaelemező	1	3,8667					3,87	3,87
	összesen	113	3,6889	0,84852	0,07982	3,5306	3,8469	1,00	5,00
	nem tudja	1	1,6000					1,60	1,60
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	3	2,9333	0,83267	0,48074	0,8649	5,0018	2,00	3,60
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	44	3,2091	0,99014	0,14927	2,9081	3,5101	1,00	5,00

Mellékletek

	részletes leírás pozitív pályakép	61	3,2754	0,96344	0,12336	3,0287	3,5222	1,60	5,00
	szaktől eltérő terület/pályaelhagyó	1	2,2000					2,20	2,20
	összesen	110	3,2145	0,97368	0,09284	3,0305	3,3985	1,00	5,00
SCCI - összpontszám/adaptabilitás	nem tudja	1	43,0000					43,00	43,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	3	77,3333	23,09401	13,33333	19,9646	134,7020	64,00	104,00
	pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	42	85,1429	21,86050	3,37315	78,3306	91,9551	25,00	119,00
	részletes leírás pozitív pályakép	59	89,5593	18,99117	2,47244	84,6102	94,5084	38,00	125,00
	szaktől eltérő terület/pályaelhagyó	1	80,0000					80,00	80,00
	összesen	106	86,9340	20,55759	1,99673	82,9748	90,8931	25,00	125,00

3.b. tábla Leíró statisztika kamriertervek kidolgozottsága nők almintá									
		N	Átlag	Szórás	St. Hiba	95% megítélési tartomány		Minimum	Maximum
						alsó határ	felső határ		
CES-D Depresszió-skála összpontszáma	nem tudja	2	24,5000	19,09188	13,50000	-147,0338	196,0338	11,00	38,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	6	30,0000	5,29150	2,16025	24,4469	35,5531	21,00	35,00
	pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	193	21,1347	11,77844	0,84783	19,4625	22,8070	0,00	59,00
	részletes leírás negatív pályakép	3	19,3333	9,29137	5,36448	-4,7482	41,4149	8,00	26,00
	részletes leírás pozitív pályakép	180	20,0500	11,86153	0,88411	18,3054	21,7946	0,00	51,00
	szaktől eltérő terület/pályaelhagyó	10	26,0000	16,66000	5,26835	14,0822	37,9178	11,00	50,00
	GYES	2	14,0000	7,07107	5,00000	-49,5310	77,5310	9,00	19,00
	összesen	396	20,8586	11,91575	0,59879	19,6814	22,0358	0,00	59,00
	nem tudja	2	20,0000	0,00000	0,00000	20,0000	20,0000	20,00	20,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	6	13,5000	6,15630	2,51330	7,0394	19,9606	5,00	20,00
Hallgatói én-hatékonyaság mutatója	pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	203	16,6158	2,87015	0,20145	16,2186	17,0130	8,00	20,00
	részletes leírás negatív pályakép	4	14,2500	3,68556	1,84278	8,3855	20,1145	10,00	19,00
	részletes leírás pozitív pályakép	188	16,9894	2,67288	0,19494	16,6048	17,3739	4,00	20,00
	szaktől eltérő terület/pályaelhagyó	10	15,4000	2,75681	0,87178	13,4279	17,3721	10,00	18,00
	GYES	2	18,0000	1,41421	1,00000	5,2938	30,7062	0,00	19,00
	összesen	415	16,7108	2,88478	0,14161	16,4325	16,9892	4,00	20,00
	nem tudja	2	4,0000	1,41421	1,00000	-8,7062	16,7062	3,00	5,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	6	3,6667	1,50555	0,61464	2,0867	5,2466	1,00	5,00
	pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	203	3,2906	1,41045	0,09899	3,0954	3,4858	0,00	6,00
	részletes leírás negatív pályakép	4	4,2500	1,50000	0,75000	1,8632	6,6368	2,00	5,00
Pályaelértettség - konzultál a jövőjéről	részletes leírás pozitív pályakép	192	3,0000	1,34203	0,09685	2,8090	3,1910	0,00	5,00
	szaktől eltérő terület/pályaelhagyó	10	3,3000	1,25167	0,39581	2,4046	4,1954	1,00	5,00
	GYES	2	5,5000	0,70711	0,50000	-0,8531	11,8531	5,00	6,00
	összesen	419	3,1862	1,38988	0,06790	3,0527	3,3186	0,00	6,00
	nem tudja	2	2,5000	2,12132	1,50000	-16,5593	21,5593	1,00	4,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	6	4,3333	1,36626	0,55777	2,8995	5,7671	2,00	6,00
	pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	204	4,1324	1,25440	0,08783	3,9592	4,3055	0,00	6,00
	részletes leírás negatív pályakép	3	3,6667	2,08167	1,20185	-1,5045	8,8378	2,00	6,00
	részletes leírás pozitív pályakép	190	4,2105	1,27984	0,09285	4,0274	4,3937	0,00	6,00
	szaktől eltérő terület/pályaelhagyó	10	3,8000	1,47573	0,46667	2,7443	4,8557	1,00	6,00
Pályaelértettség - tördök a jövőjével	GYES	2	4,0000	0,00000	0,00000	4,0000	4,0000	4,00	4,00
	összesen	417	4,1511	1,27803	0,06259	4,0281	4,2741	0,00	6,00
	nem tudja	2	3,5000	0,70711	0,50000	-2,8531	9,8531	3,00	4,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	6	3,1667	2,22860	0,90982	0,8279	5,5054	1,00	6,00
	pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	204	4,0735	1,59417	0,11161	3,8535	4,2936	0,00	6,00
	részletes leírás negatív pályakép	4	3,0000	2,16025	1,08012	-0,4374	6,4374	1,00	6,00
	részletes leírás pozitív pályakép	191	4,4660	1,42076	0,10280	4,2632	4,6688	0,00	6,00
	szaktől eltérő terület/pályaelhagyó	10	2,0000	1,49071	0,47140	0,9336	3,0664	0,00	5,00
	GYES	2	5,0000	0,00000	0,00000	5,0000	5,0000	5,00	5,00
	összesen	419	4,1814	1,57600	0,07699	4,0300	4,3327	0,00	6,00
Pályaelértettség - kíváncsi a pálya jellemzőire	nem tudja	2	3,5000	0,70711	0,50000	-2,8531	9,8531	3,00	4,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	6	3,1667	2,22860	0,90982	0,8279	5,5054	1,00	6,00
	pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	204	4,0735	1,59417	0,11161	3,8535	4,2936	0,00	6,00
	részletes leírás negatív pályakép	4	3,0000	2,16025	1,08012	-0,4374	6,4374	1,00	6,00
	részletes leírás pozitív pályakép	191	4,4660	1,42076	0,10280	4,2632	4,6688	0,00	6,00
	szaktől eltérő terület/pályaelhagyó	10	2,0000	1,49071	0,47140	0,9336	3,0664	0,00	5,00
	GYES	2	5,0000	0,00000	0,00000	5,0000	5,0000	5,00	5,00
	összesen	419	4,1814	1,57600	0,07699	4,0300	4,3327	0,00	6,00
	nem tudja	2	3,5000	2,12132	1,50000	-15,5593	22,5593	2,00	5,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	6	3,0000	2,36643	0,98609	0,5166	5,4834	0,00	6,00
Pályaelértettség - önbizalom a pályatervezésben	pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	204	3,5686	1,72212	0,12057	3,3309	3,8064	0,00	6,00
	részletes leírás negatív pályakép	4	2,5000	2,38048	1,19024	-1,2879	6,2879	1,00	6,00
	részletes leírás pozitív pályakép	192	4,1198	1,56239	0,11276	3,8974	4,3422	0,00	6,00
	szaktől eltérő terület/pályaelhagyó	10	2,7000	2,05751	0,60264	1,2281	4,1719	0,00	6,00
	GYES	2	4,5000	2,12132	1,50000	-14,5593	23,5593	3,00	6,00
	összesen	420	3,7857	1,70267	0,08308	3,6224	3,9490	0,00	6,00
	nem tudja	2	2,3333	0,94281	0,66667	-6,1375	10,8041	1,67	3,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	6	1,7778	0,95839	0,39126	0,7720	2,7836	0,33	3,00
	pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	203	1,9392	0,71456	0,05015	1,8404	2,0381	0,00	3,00
	részletes leírás negatív pályakép	3	2,4444	0,38490	0,22222	1,4883	3,4006	2,00	2,67
Megküzdés - problémamegoldás	részletes leírás pozitív pályakép	191	2,1736	0,66991	0,04847	2,0780	2,2693	0,00	3,00
	szaktől eltérő terület/pályaelhagyó	10	2,0000	0,95581	0,30225	1,3163	2,6837	0,00	3,00
	GYES	2	1,6667	0,47140	0,33333	-2,5897	5,9021	1,33	2,00
	összesen	417	2,0500	0,70554	0,03475	1,9817	2,1183	0,00	3,00
	nem tudja	2	1,0000	1,41421	1,00000	-11,7082	13,7082	0,00	2,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	6	0,9583	0,82759	0,37869	-0,0151	1,9318	0,00	2,50
	pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	203	1,3727	0,73749	0,05176	1,2707	1,4748	0,00	3,00
	részletes leírás negatív pályakép	3	1,9167	0,94648	0,54645	-0,4345	4,2679	1,25	3,00
	részletes leírás pozitív pályakép	190	1,5355	0,75312	0,05464	1,4278	1,6433	0,00	3,00
	szaktől eltérő terület/pályaelhagyó	10	1,3000	0,71492	0,22698	0,7886	1,8114	0,00	2,00
Megküzdés - alkalmazkodás	GYES	2	1,2500	0,35355	0,25000	-1,9266	4,4266	1,00	1,50
	összesen	416	1,4409	0,75293	0,03692	1,3683	1,5135	0,00	3,00
	nem tudja	2	1,3750	1,17678	0,12500	-0,2133	2,9633	1,25	1,50
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	6	1,2083	0,57915	0,23644	0,6006	1,8161	0,50	2,00
	pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	203	1,4901	0,55616	0,03903	1,4132	1,5671	0,00	3,00
	részletes leírás negatív pályakép	3	1,4167	1,01036	0,58333	-1,0932	3,9265	0,25	2,00
	részletes leírás pozitív pályakép	191	1,5537	0,51048	0,03694	1,4808	1,6265	0,25	3,00
	szaktől eltérő terület/pályaelhagyó	10	1,4250	0,68789	0,21747	0,8331	1,9169	0,00	2,25
	GYES	2	0,8750	0,50303	0,37500	-3,8998	5,6398	0,50	1,25
	összesen	417	1,5096	0,54201	0,02854	1,4574	1,5618	0,00	3,00
Megküzdés - érzelemindította cselekvés	nem tudja	2	1,0000	0,35355	0,25000	-2,1766	4,1766	0,75	1,25
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	6	0,7917	0,51031	0,20833	0,2561	1,3272	0,00	1,50
	pozitív érzelmi viszony konkrét szakmai terület nélkül (pl. sikeres)	203	0,9031	0,63485	0,04456	0,8153	0,9910	0,00	3,00
	részletes leírás negatív pályakép	3	1,5000	0,75000	0,43301	-0,3631	3,3631	0,75	2,25
	részletes leírás pozitív pályakép	190	0,8386	0,56692	0,04113	0,7575	0,9197	0,00	3,00
	szaktől eltérő terület/pályaelhagyó	10	1,2000	0,82327	0,28034	0,6111	1,7889	0,00	2,50

A felsőoktatási tanácsadás lehetőségei a lemorzsolódás veszélyének csökkentésében

Megküzdés - érzelmi egyensúly megteremtés	GYES	2	0,6250	0,17678	0,12500	-0,9633	2,2135	0,50	0,75
	összesen	416	0,8826	0,60849	0,02963	0,8240	0,9413	0,00	3,00
	nem tudja	2	2,0000	1,41421	1,00000	-10,7062	14,7062	1,00	3,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	6	1,2500	0,82158	0,33541	0,3878	2,1122	0,00	2,00
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	203	1,5172	0,78251	0,05492	1,4089	1,6255	0,00	3,00
	részletes leírás negatív pályakép	3	1,1667	1,25831	0,72648	-1,9591	4,2925	0,00	2,50
	részletes leírás pozitív pályakép	190	1,5711	0,84919	0,06161	1,4495	1,6926	0,00	3,00
	szaklól eltérő terület/pályaválgató	10	1,3000	0,91694	0,29059	0,6429	1,9574	0,00	2,50
	GYES	2	0,7500	1,06066	0,75000	-8,7797	10,2797	0,00	1,50
	összesen	416	1,5288	0,82236	0,04032	1,4496	1,6081	0,00	3,00
Megküzdés - viszályozódás	nem tudja	2	0,8333	0,23570	0,16667	-1,2844	2,9510	0,67	1,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	6	1,8333	0,50553	0,20638	1,3028	2,3638	1,33	2,67
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	203	1,4901	0,71150	0,04994	1,3917	1,5886	0,00	3,00
	részletes leírás negatív pályakép	3	1,4444	0,38490	0,22222	0,4883	2,4006	1,00	1,67
	részletes leírás pozitív pályakép	190	1,5465	0,79073	0,05737	1,4333	1,6597	0,00	3,00
	szaklól eltérő terület/pályaválgató	10	1,3000	0,77698	0,24570	0,7442	1,8558	0,00	2,67
	GYES	2	1,3333	0,94281	0,66667	-7,1375	9,8041	0,67	2,00
	összesen	416	1,5120	0,74571	0,03656	1,4402	1,5839	0,00	3,00
	nem tudja	0							
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	1	17,0000					17,00	17,00
Életvezetési tanácsadás hatékonyságának értékelése	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	52	25,5769	7,46849	1,03569	23,4977	27,6562	7,00	35,00
	részletes leírás negatív pályakép	0							
	részletes leírás pozitív pályakép	55	22,5636	10,08623	1,36003	19,8369	25,2903	7,00	35,00
	szaklól eltérő terület/pályaválgató	6	24,5000	7,73951	3,15964	16,3779	32,6221	14,00	33,00
	GYES	0							
	összesen	114	23,9912	8,89018	0,83264	22,3416	25,6408	7,00	35,00
	nem tudja	1	3,8571					3,86	3,86
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	6	3,3333	1,15234	0,47044	2,1240	4,5426	1,71	4,86
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	203	3,7945	0,92691	0,05906	3,6662	3,9228	1,29	5,00
	részletes leírás negatív pályakép	4	3,4286	0,77372	0,38686	2,1974	4,6597	2,86	4,57
SOCÍ - Döntés	részletes leírás pozitív pályakép	189	4,1028	0,92242	0,06710	3,9704	4,2352	1,00	5,00
	szaklól eltérő terület/pályaválgató	10	2,7857	0,89658	0,28352	2,1443	3,4271	1,29	4,14
	GYES	2	3,8571	0,00000	0,00000	3,8571	3,8571	3,86	3,86
	összesen	415	3,9009	0,95104	0,04668	3,8991	3,9926	1,00	5,00
	nem tudja	2	3,0000	1,41421	1,00000	-9,7062	15,7062	2,00	4,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	5	2,5000	1,23603	0,55277	0,9653	4,0347	1,33	4,50
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	202	3,2921	0,84785	0,05965	3,1744	3,4097	1,17	5,00
	részletes leírás negatív pályakép	4	2,7083	0,83194	0,41597	1,3845	4,0321	2,00	3,83
	részletes leírás pozitív pályakép	191	3,4048	0,78499	0,05860	3,3258	3,5169	1,00	5,00
	szaklól eltérő terület/pályaválgató	10	2,8667	0,62262	0,19689	2,4213	3,3121	1,67	3,67
SOCÍ - szakma gyakorlása	GYES	2	3,6667	0,23570	0,16667	1,5490	5,7844	3,50	3,83
	összesen	416	3,3189	0,82753	0,04057	3,2392	3,3987	1,00	5,00
	nem tudja	2	3,6667	1,41421	1,00000	-9,0395	16,3729	2,67	4,87
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	6	4,0000	0,83666	0,34157	3,1220	4,8780	2,50	4,67
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	203	3,7406	0,83499	0,05860	3,6250	3,8561	1,17	5,00
	részletes leírás negatív pályakép	4	2,9167	0,87665	0,43833	1,5217	4,3116	1,67	3,67
	részletes leírás pozitív pályakép	193	3,8411	0,79391	0,05715	3,7284	3,9538	1,00	5,00
	szaklól eltérő terület/pályaválgató	9	3,4815	0,60349	0,20116	3,0176	3,9454	2,50	4,33
	GYES	2	4,0000	0,23570	0,16667	1,5490	5,7844	3,50	3,83
	összesen	419	3,7780	0,81531	0,03983	3,6997	3,8563	1,00	5,00
SOCÍ - önismeret	nem tudja	2	3,0000	0,28284	0,20000	0,4588	5,5412	2,80	3,20
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	6	2,7667	1,23558	0,50442	1,4700	4,0633	1,20	4,60
	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	202	3,2990	0,99476	0,09999	3,1610	3,4370	1,00	5,00
	részletes leírás negatív pályakép	4	2,5000	0,82462	0,41231	1,1878	3,8122	1,60	3,20
	részletes leírás pozitív pályakép	191	3,4348	1,02877	0,07444	3,5814	3,8277	1,00	5,00
	szaklól eltérő terület/pályaválgató	10	2,5200	0,74356	0,23514	1,9881	3,0519	1,60	3,80
	GYES	2	3,3000	0,98995	0,70000	-5,5943	12,1943	2,60	4,00
	összesen	417	3,3257	1,01600	0,04875	3,2279	3,4235	1,00	5,00
	nem tudja	1	97,0000					97,00	97,00
	negatív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. kevés fizetésért)	5	79,8000	24,66171	11,02905	49,1784	110,4216	48,00	112,00
SOCÍ - konzultáció, szakmaismeret	pozitív érzelmi viszony konkrétum nélkül (pl. sikeres)	193	88,8394	18,24743	1,31348	86,2487	91,4301	36,00	123,00
	részletes leírás negatív pályakép	4	72,2500	16,93861	8,46931	45,2969	99,2031	56,00	96,00
	részletes leírás pozitív pályakép	183	93,1803	17,75800	1,31271	90,5902	95,7704	29,00	123,00
	szaklól eltérő terület/pályaválgató	9	75,1111	10,14205	3,38068	67,3152	82,9070	62,00	95,00
	GYES	2	91,0000	4,24054	3,00000	52,9814	129,1186	88,00	94,00
	összesen	397	90,2796	18,21338	0,91410	88,4825	92,0767	29,00	123,00

4. tábla: Leíró statisztika: Érzelmi létet (teljes minta)									
	N	Átlag	Szórás	St. Hiba	95% megbízható tartomány		Minimum	Maximum	
CES-D Depresszió-skála összpontszáma	352	19,9378	12,71904	0,67793	18,6042	21,2708	0,00	60,00	
	307	19,9186	11,85330	0,67667	18,5870	21,2501	0,00	51,00	
	17	33,8824	11,02771	2,67461	28,2124	39,5523	20,00	50,00	
	47	30,3404	13,33886	1,94567	26,4240	34,2569	4,00	53,00	
	723	20,9336	12,76263	0,47465	20,0018	21,8655	0,00	60,00	
Hallgatói éh-hatékonysság mutatója	373	16,3995	3,10717	0,16088	16,0831	16,7138	4,00	20,00	
	321	16,7632	3,02267	0,16878	16,4312	17,0953	4,00	20,00	
	17	13,5294	4,47378	1,08505	11,2292	15,8296	5,00	20,00	
	50	16,0800	3,50999	0,49639	15,0825	17,0775	8,00	20,00	
	761	16,4678	3,16757	0,11482	16,2424	16,6932	4,00	20,00	
Pályaelettség - konzultál a jövőjéről	382	3,1675	1,40295	0,07270	3,0246	3,3105	0,00	6,00	
	320	3,2625	1,39406	0,07793	3,1092	3,4158	0,00	6,00	
	17	2,6471	1,57881	0,38292	1,8353	3,4588	1,00	5,00	
	49	2,5510	1,56872	0,22410	2,1004	3,0016	0,00	6,00	
	768	3,1563	1,43219	0,05168	3,0548	3,2577	0,00	6,00	
Pályaelettség - tördök a jövőjével	378	4,0265	1,33285	0,06855	3,8917	4,1613	0,00	6,00	
	319	3,9687	1,36175	0,07624	3,8186	4,1187	0,00	6,00	
	16	4,1250	1,08781	0,27195	3,5453	4,7047	2,00	6,00	
	50	3,9600	1,38694	0,19370	3,5708	4,3492	1,00	6,00	
	763	4,0000	1,34095	0,04854	3,9047	4,0953	0,00	6,00	
Pályaelettség - kíváncsi a pálya jellemzőire	381	4,0341	1,75211	0,08976	3,8576	4,2106	0,00	6,00	
	320	4,1813	1,59494	0,08916	4,0058	4,3567	0,00	6,00	
	17	2,6471	1,93459	0,48921	1,6524	3,6417	0,00	6,00	
	49	3,7347	1,48290	0,21184	3,3088	4,1606	1,00	6,00	
	767	4,0456	1,68986	0,06102	3,9259	4,1654	0,00	6,00	
Pályaelettség - önbizalom a pályatervezésben	378	3,7910	1,75146	0,09009	3,6139	3,9681	0,00	6,00	
	321	3,7975	1,69174	0,09442	3,6117	3,9833	0,00	6,00	

			negatív érzelmek	17	2.7647	1.75105	0.42469	1.8644	3.6650	0.00	6.00
			pozitív érzelmek	50	3.3600	1.88741	0.23864	2.8804	3.8396	0.00	6.00
			összesen	786	3.7428	1.78058	0.06346	3.6202	3.8564	0.00	6.00
Megkülönb. - problémamegoldás			semleges	374	2.0406	0.68642	0.03549	1.9708	2.1103	0.00	3.00
			pozitív érzelmek	320	2.0786	0.70215	0.03925	2.0014	2.1559	0.00	3.00
			negatív érzelmek	17	1.8824	0.88930	0.21569	1.4251	2.3396	0.00	3.00
			pozitív érzelmek	50	2.0367	0.85932	0.12153	1.7925	2.2809	0.00	3.00
			összesen	781	2.0508	0.70955	0.02872	2.0023	2.1033	0.00	3.00
Megkülönb. - kognitív ástrukturálás			semleges	374	1.4305	0.72610	0.03755	1.3567	1.5043	0.00	3.00
			pozitív érzelmek	318	1.4929	0.76558	0.04293	1.4085	1.5774	0.00	3.00
			negatív érzelmek	17	0.9265	0.61723	0.04770	0.6091	1.2438	0.00	2.00
			pozitív érzelmek	50	1.2135	0.79596	0.11257	0.9871	1.4395	0.00	3.00
			összesen	759	1.4310	0.75099	0.02826	1.3775	1.4846	0.00	3.00
Megkülönb. - alkalmazkodás			semleges	375	1.4771	0.53381	0.02757	1.4229	1.5313	0.00	3.00
			pozitív érzelmek	320	1.5438	0.56376	0.03152	1.4817	1.6058	0.00	3.00
			negatív érzelmek	17	1.5147	0.76782	0.13575	1.1252	1.9042	0.00	2.75
			vezéyes érzelmek	50	1.5933	0.64468	0.09121	1.4100	1.7766	0.00	2.75
			összesen	762	1.5136	0.55999	0.02029	1.4737	1.5534	0.00	3.00
Megkülönb. - érzelmindította cselekvés			semleges	373	0.8943	0.61803	0.03200	0.8314	0.9573	0.00	2.75
			pozitív érzelmek	319	0.9154	0.61982	0.03469	0.9471	0.9835	0.00	2.75
			negatív érzelmek	17	1.4412	0.79890	0.19357	1.0308	1.8515	0.00	2.50
			vezéyes érzelmek	50	1.0667	0.61882	0.08751	0.8908	1.2425	0.00	2.75
			összesen	759	0.9298	0.62811	0.02280	0.8820	0.9715	0.00	2.75
Megkülönb. - érzelmi egyensúly megteremtés			semleges	373	1.4745	0.86741	0.04181	1.3923	1.5587	0.00	3.00
			pozitív érzelmek	318	1.5031	0.82546	0.04629	1.4121	1.5942	0.00	3.00
			negatív érzelmek	17	1.0000	0.86603	0.21004	0.5547	1.4453	0.00	2.50
			vezéyes érzelmek	50	1.2400	0.79693	0.11270	1.0135	1.4665	0.00	3.00
			összesen	758	1.4604	0.81944	0.02975	1.4020	1.5189	0.00	3.00
Megkülönb. - visszahúzódnás			semleges	373	1.4897	0.75152	0.03891	1.4132	1.5662	0.00	3.00
			pozitív érzelmek	318	1.4790	0.72552	0.04068	1.3990	1.5591	0.00	3.00
			negatív érzelmek	17	1.7647	0.65367	0.15854	1.4286	2.1008	1.00	3.00
			vezéyes érzelmek	50	1.6400	0.77909	0.11018	1.4186	1.8614	0.00	3.00
			összesen	761	1.5013	0.71421	0.02892	1.4485	1.5542	0.00	3.00
Értéketlenül tanácsadás hatékonyságának értékelése			semleges	94	23.0638	9.22340	0.95132	21.1747	24.9530	7.00	35.00
			pozitív érzelmek	92	25.0109	8.51694	0.88795	23.2471	26.7747	15.00	35.00
		negatív érzelmek	4	23.2500	8.85544	4.37772	9.4773	37.0227	15.00	33.00	
		vezéyes érzelmek	16	28.0000	7.84077	1.96002	21.8223	30.1777	9.00	35.00	
		összesen	206	24.1650	8.80587	6.15353	22.9554	25.3747	7.00	35.00	
SCCI - Döntés			semleges	373	3.8468	0.94096	0.04872	3.7510	3.9426	1.00	5.00
			pozitív érzelmek	320	3.7759	1.00213	0.05708	3.6936	3.8882	1.00	5.00
			negatív érzelmek	17	3.5042	1.03571	0.29118	2.9713	4.0371	1.71	5.00
			vezéyes érzelmek	50	3.9457	0.80880	0.11399	3.7167	4.1748	1.71	5.00
			összesen	760	3.8158	0.97016	0.03519	3.7467	3.8849	1.00	5.00
SCCI-azakma gyakorlata			semleges	378	3.3170	0.87172	0.04484	3.2289	3.4052	1.00	5.00
			pozitív érzelmek	322	3.3313	0.85034	0.04738	3.2850	3.4245	1.00	5.00
			negatív érzelmek	15	2.7889	1.03215	0.29620	2.2173	3.3820	1.67	5.00
			vezéyes érzelmek	50	3.1600	0.96712	0.13677	2.8851	3.4349	1.17	5.00
			összesen	765	3.3024	0.87479	0.03163	3.2403	3.3645	1.00	5.00
SCCI - önismeret			semleges	378	3.7897	0.81220	0.04178	3.7075	3.8718	1.17	5.00
			pozitív érzelmek	326	3.7342	0.86271	0.04795	3.6386	3.8285	1.00	5.00
			negatív érzelmek	17	3.4216	0.86425	0.20961	2.9772	3.8659	1.83	4.67
			vezéyes érzelmek	50	3.8033	0.66214	0.09364	3.6152	3.9915	2.17	4.83
			összesen	771	3.7590	0.82231	0.02985	3.7004	3.8175	1.00	5.00
SCCI-konzultáció, szakmaismeret			semleges	373	3.3187	1.05377	0.09166	3.2172	3.4203	1.00	5.00
			pozitív érzelmek	323	3.2483	1.00292	0.05692	3.1363	3.3603	1.00	5.00
			negatív érzelmek	17	2.7059	0.96467	0.23397	2.2099	3.2019	1.40	4.60
			vezéyes érzelmek	49	3.3143	0.98219	0.12903	3.0408	3.5878	1.40	4.60
			összesen	768	3.2755	1.01148	0.03649	3.2036	3.3485	1.00	5.00
SCCI - összorszázm/adaptabilitás			semleges	352	90.0426	18.46012	0.98393	88.1075	91.9777	36.00	125.00
			pozitív érzelmek	313	88.5911	18.85699	1.12238	86.3827	90.7995	25.00	125.00
			negatív érzelmek	15	78.0667	19.30972	4.99091	67.3622	88.7711	48.00	119.00
			vezéyes érzelmek	48	98.0625	17.30592	2.50078	94.0316	98.0934	64.00	119.00
			összesen	728	89.1071	19.06312	0.70653	87.7201	90.4942	25.00	125.00

4.a tábla: Létszám statisztika: Erőseim töltött férfiak adatai										
	N	Átlag		St. Hiba	95% megbízható tartomány		Minimium	Maximum		
		abszolút	relatív		abszolút	relatív				
CEIS-D Depresszió-skála összpontszáma	sermies	81	12,47796	18,8168	1,38085	21,56270	1,00	46,00		
	pozitív érzelmek	71	17,39494	11,91935	1,41547	14,5731	20,2156	0,00	51,00	
	negatív érzelmek	5	27,6000	9,86103	4,00749	16,4734	38,7826	20,00	42,00	
	vegyes érzelmek	16	26,0000	14,25015	3,56254	18,4066	33,5934	0,00	45,00	
	összesen	173	19,1503	12,55009	0,95024	17,2699	21,0307	0,00	51,00	
Háttérítő éné-hatékonyssg mutatója	sermies	87	16,0000	3,51409	0,37675	15,2510	16,7490	4,00	20,00	
	pozitív érzelmek	74	16,6486	3,62802	0,42175	15,8081	17,4892	4,00	20,00	
	negatív érzelmek	5	16,2000	3,34664	1,49666	12,0446	20,3543	12,00	20,00	
	vegyes érzelmek	17	16,4709	3,00245	0,72620	14,9269	18,0143	9,00	20,00	
	összesen	183	16,3115	3,49980	0,29871	15,8010	16,8210	4,00	20,00	
Pályaterettség - konzultai a jövőjérl	sermies	89	3,1461	1,41080	0,14952	2,8489	3,4432	0,00	6,00	
	pozitív érzelmek	71	3,3239	1,43203	0,16995	2,9850	3,6629	1,00	6,00	
	negatív érzelmek	5	1,0000	0,00000	0,00000	1,0000	1,0000	0,00	1,00	
	vegyes érzelmek	17	2,0000	1,45774	0,35355	1,2505	2,7495	0,00	5,00	
	összesen	182	3,0495	1,48330	0,10999	2,8324	3,2665	0,00	6,00	
Pályaterettség - tördők a jövőjévl	sermies	89	3,8652	1,36674	0,14487	3,5773	4,1531	0,00	6,00	
	pozitív érzelmek	70	3,6288	1,49581	0,17876	3,2720	3,9852	0,00	6,00	
	negatív érzelmek	5	3,6000	0,00000	0,59290	2,1843	5,0157	0,00	6,00	
	vegyes érzelmek	17	3,6471	1,32009	0,32017	2,9683	4,3258	1,00	6,00	
	összesen	181	3,7459	1,40299	0,10428	3,5401	3,9516	0,00	6,00	
Pályaterettség - kíváncsi a pályá jellemzőire	sermies	89	3,8090	1,80829	0,19168	3,4281	4,1899	0,00	6,00	
	pozitív érzelmek	72	4,1667	1,71160	0,20171	3,7645	4,5889	0,00	6,00	
	negatív érzelmek	5	4,0000	2,12132	0,94468	1,8690	6,6340	1,00	6,00	
	vegyes érzelmek	16	3,8750	1,78419	0,44605	2,9243	4,8257	1,00	6,00	
	összesen	182	3,9615	1,76949	0,13116	3,7027	4,2203	0,00	6,00	
Pályaterettség - önbizalom a pályatervezésben	sermies	90	3,8222	1,69592	0,17918	3,4682	4,1852	0,00	6,00	
	pozitív érzelmek	71	4,0141	1,61681	0,19188	3,6314	4,3969	0,00	6,00	
	negatív érzelmek	5	3,4000	1,14018	0,50990	1,9843	4,7187	2,00	5,00	
	vegyes érzelmek	17	3,7647	1,39326	0,33792	3,0484	4,4811	2,00	6,00	
	összesen	183	3,8798	1,65290	0,11997	3,6431	4,1165	0,00	6,00	
Megküzdés - problémaelemzés	sermies	86	1,9612	0,75220	0,08111	1,8000	2,1222	0,00	3,00	
	pozitív érzelmek	73	2,1553	0,68286	0,07992	1,9959	2,3146	0,33	3,00	
	negatív érzelmek	5	1,8667	0,90002	0,40277	0,7484	2,9849	1,00	3,00	
	vegyes érzelmek	17	1,9708	0,76688	0,08290	1,5611	2,3751	0,33	3,00	
	összesen	181	2,0376	0,75298	0,05444	1,9370	2,4452	0,00	3,00	
Megküzdés - kognitív ástrukturálás	sermies	86	1,4864	0,76918	0,08294	1,3215	1,6513	0,00	3,00	
	pozitív érzelmek	73	1,5000	0,78947	0,09240	1,3158	1,6842	0,00	3,00	
	negatív érzelmek	5	1,2000	0,64711	0,28940	0,3965	2,0035	0,25	2,00	
	vegyes érzelmek	17	1,2598	0,70208	0,17662	0,8854	1,6342	0,00	3,00	
	összesen	181	1,4627	0,76927	0,05718	1,3499	1,5755	0,00	3,00	
Megküzdés - alkalmazkodás	sermies	86	1,3672	0,59729	0,06441	1,2392	1,4953	0,00	2,50	
	pozitív érzelmek	73	1,6130	0,50007	0,05853	1,4963	1,7297	0,25	3,00	
	negatív érzelmek	5	1,6500	0,54772	0,24495	0,9699	2,3301	1,00	2,50	
	vegyes érzelmek	17	1,4804	0,70748	0,15533	1,0700	1,8909	0,00	2,50	
	összesen	181	1,4804	0,54772	0,05853	1,4963	1,7297	0,25	3,00	

A felsőoktatási tanácsadás lehetőségei a lemorzsolódás veszélyének csökkentésében

Megküzdés - érzelmindította cselekvés	összesen	181	1,4846	0,58804	0,04371	1,3986	1,5711	0,00	3,00
	semleges	85	0,8775	0,62063	0,06732	0,7436	1,0113	0,00	2,50
	pozitív érzelmek	73	0,9009	0,63852	0,07473	0,8419	1,1398	0,00	2,50
	negatív érzelmek	5	1,2000	1,10962	0,49624	-0,1778	2,5778	0,00	2,25
	vegyes érzelmek	17	1,2059	0,64490	0,15641	0,8743	1,5375	0,00	2,25
Megküzdés - érzelmi egyensúly megteremtés	összesen	180	0,9634	0,64639	0,04633	0,8691	1,0588	0,00	2,50
	semleges	85	1,4520	0,77006	0,08353	1,2868	1,6190	0,00	3,00
	pozitív érzelmek	73	1,2877	0,82881	0,09701	1,0943	1,4810	0,00	3,00
	negatív érzelmek	5	0,5000	0,35355	0,15811	0,0610	0,9390	0,00	1,00
	vegyes érzelmek	17	1,1471	0,69534	0,14796	0,8353	1,4588	0,00	2,00
Megküzdés - visszahúzóds	összesen	180	1,3306	0,78776	0,05872	1,2147	1,4464	0,00	3,00
	semleges	85	1,2902	0,70858	0,07686	1,1374	1,4430	0,00	2,67
	pozitív érzelmek	73	1,4429	0,70065	0,08200	1,2794	1,6064	0,00	3,00
	negatív érzelmek	5	2,0000	0,66667	0,29814	1,1722	2,8278	1,33	2,67
	vegyes érzelmek	17	1,5686	0,83968	0,20365	1,1369	2,0004	0,00	3,00
Élvezetési tanácsadás hatékonyságának értékelése	összesen	180	1,3981	0,72475	0,05402	1,2916	1,5047	0,00	3,00
	semleges	25	22,4800	8,40198	1,68040	19,0118	25,9482	7,00	35,00
	pozitív érzelmek	16	22,1250	9,84463	2,46116	18,6792	27,3708	7,00	35,00
	negatív érzelmek	0	-	-	-	-	-	-	-
	vegyes érzelmek	5	26,4000	4,82701	2,15870	20,4065	32,3935	24,00	35,00
SCCI - Döntés	összesen	46	22,7826	8,58400	1,26564	20,2335	25,3317	7,00	35,00
	semleges	85	3,9244	0,88052	0,09551	3,7344	4,1143	1,00	5,00
	pozitív érzelmek	74	3,6718	1,07445	0,12490	3,4229	3,9207	1,00	5,00
	negatív érzelmek	5	3,5429	1,33018	0,59488	1,8912	5,1945	2,00	5,00
	vegyes érzelmek	7	3,5462	1,03908	0,25201	3,0120	4,0805	1,71	5,00
SCCI-szakma gyakorlata	összesen	181	3,7751	0,99330	0,07383	3,6294	3,9207	1,00	5,00
	semleges	89	3,5150	0,84149	0,08620	3,3377	3,6922	1,33	5,00
	pozitív érzelmek	75	3,3378	0,93801	0,10831	3,1220	3,5536	1,00	5,00
	negatív érzelmek	5	2,8667	1,20991	0,54109	1,3644	4,3690	1,67	4,67
	vegyes érzelmek	17	2,9118	1,03097	0,25005	2,3817	3,4418	1,33	5,00
SCCI - önismeret	összesen	186	3,3710	0,92143	0,06756	3,2543	3,5043	1,00	5,00
	semleges	88	3,8049	0,83361	0,08886	3,6283	3,9815	1,33	5,00
	pozitív érzelmek	75	3,7889	0,93414	0,10787	3,5740	4,0038	1,00	5,00
	negatív érzelmek	5	3,1333	0,96032	0,42947	1,9409	4,3257	2,00	4,67
	vegyes érzelmek	17	3,5784	0,65117	0,15793	3,2436	3,9132	2,17	4,67
SCCI-konzultáció, szakmaismeret	összesen	185	3,7593	0,86687	0,06373	3,6937	3,8852	1,00	5,00
	semleges	89	3,4045	1,00090	0,10610	3,1937	3,6153	1,20	5,00
	pozitív érzelmek	74	3,1595	0,99697	0,11590	2,9285	3,3904	1,00	5,00
	negatív érzelmek	5	3,0000	1,30384	0,58310	1,3811	4,6189	1,40	4,60
	vegyes érzelmek	16	2,9876	0,83736	0,20334	2,5413	3,4337	1,60	4,40
SCCI - összpontszám/adaptabilitás	összesen	184	3,2587	0,99772	0,07355	3,1136	3,4038	1,00	5,00
	semleges	82	92,1220	18,47614	2,04035	88,0623	96,1816	43,00	125,00
	pozitív érzelmek	73	88,0274	21,40416	2,50517	83,0334	93,0214	25,00	125,00
	negatív érzelmek	5	78,8000	26,40455	11,89847	46,01144	111,5866	53,00	119,00
	vegyes érzelmek	16	81,2500	19,47135	4,86784	70,8745	91,6255	48,00	116,00
	összesen	176	89,0568	20,20770	1,52321	86,0506	92,0630	25,00	125,00

4.b tábla: Leíró statisztika: Érzelmi töltet nők mintája									
	N	Átlag	Szórás	St. Hiba	95% megbíz. tartomány		Minimum	Maximum	
					alsó határ	felső határ			
CES-D Depresszió-skála összpontszáma	semleges	271	20,2731	12,80624	0,77805	18,7413	21,8049	0,00	60,00
	pozitív érzelmek	236	20,5780	0,76529	19,1703	22,1857	0,00	51,00	
	negatív érzelmek	12	36,5000	11,05770	3,19208	29,4743	43,5257	21,00	50,00
	vegyes érzelmek	31	32,5806	12,49206	2,24364	27,9985	37,1628	5,00	53,00
	összesen	550	21,4945	12,79483	0,54557	20,4229	22,5662	0,00	60,00
Halgatói én-hatékonyság mutatója	semleges	286	16,5210	2,96847	0,17553	16,1755	16,8665	4,00	20,00
	pozitív érzelmek	247	16,7976	2,82546	0,17878	16,4435	17,1517	4,00	20,00
	negatív érzelmek	12	12,4167	4,52183	1,30534	9,5436	15,2897	5,00	19,00
	vegyes érzelmek	33	15,8788	3,77291	0,65678	14,5410	17,2166	8,00	20,00
	összesen	578	16,5173	3,05647	0,12713	16,2676	16,7870	4,00	20,00
Pályaeztetés - konzultál a jövőjéről	semleges	293	3,1741	1,42642	0,08333	3,0101	3,3381	0,00	6,00
	pozitív érzelmek	249	3,2450	1,38549	0,08780	3,0720	3,4179	0,00	6,00
	negatív érzelmek	12	3,3333	1,37069	0,39568	2,4624	4,2042	1,00	5,00
	vegyes érzelmek	32	2,8438	1,58601	0,27719	2,2784	3,4091	0,00	6,00
	összesen	586	3,1894	1,41541	0,08847	3,0746	3,3043	0,00	6,00
Pályaeztetés - tördök a jövőjével	semleges	289	4,0761	1,32068	0,07769	3,9232	4,2290	0,00	6,00
	pozitív érzelmek	249	4,0643	1,30904	0,08296	3,9009	4,2276	0,00	6,00
	negatív érzelmek	11	4,9636	1,02691	0,30963	3,6737	5,0535	2,00	6,00
	vegyes érzelmek	33	4,1212	1,38495	0,24136	3,6296	4,6128	1,00	6,00
	összesen	582	4,0790	1,31217	0,05439	3,9722	4,1859	0,00	6,00
Pályaeztetés - kíváncsi a jellemezőre	semleges	292	4,1027	1,73197	0,10136	3,9033	4,3022	0,00	6,00
	pozitív érzelmek	248	4,1855	1,56307	0,09926	3,9900	4,3810	0,00	6,00
	negatív érzelmek	12	2,9833	1,62135	0,46804	1,0532	3,1135	0,00	6,00
	vegyes érzelmek	33	3,6667	1,33853	0,23301	3,1920	4,1413	1,00	6,00
	összesen	585	4,0718	1,66500	0,06884	3,9366	4,2070	0,00	6,00
Pályaeztetés - önbizalom a pályatervvezetésben	semleges	288	3,7813	1,77008	0,10430	3,5760	3,9865	0,00	6,00
	pozitív érzelmek	250	3,7860	1,71056	0,10819	3,5229	3,9491	0,00	6,00
	negatív érzelmek	12	2,5000	1,93061	0,55732	1,2733	3,7267	0,00	6,00
	vegyes érzelmek	33	3,1515	1,80488	0,31419	2,5115	3,7915	0,00	6,00
	összesen	583	3,6998	1,75984	0,07289	3,5567	3,8430	0,00	6,00
Megküzdés - problémamelezés	semleges	288	2,0642	0,66508	0,03919	1,9871	2,1414	0,00	3,00
	pozitív érzelmek	247	2,0650	0,70751	0,04502	1,9673	2,1447	0,00	3,00
	negatív érzelmek	12	1,8889	0,92478	0,26696	1,3013	2,4765	0,00	3,00
	vegyes érzelmek	33	2,0707	0,90430	0,15742	1,7501	2,3914	0,00	3,00
	összesen	580	2,0575	0,70295	0,02916	2,0002	2,1148	0,00	3,00
Megküzdés - kognitív átstrukturálás	semleges	288	1,4138	0,71327	0,04203	1,3310	1,4965	0,00	3,00
	pozitív érzelmek	245	1,4908	0,75995	0,04855	1,3952	1,5865	0,00	3,00
	negatív érzelmek	12	0,8125	0,59472	0,17168	0,4346	1,1904	0,00	1,50
	vegyes érzelmek	33	1,1894	0,83660	0,14598	0,8920	1,4867	0,00	3,00
	összesen	578	1,4211	0,74558	0,03101	1,3602	1,4820	0,00	3,00
Megküzdés - alkalmazkodás	semleges	289	1,5098	0,50998	0,03000	1,4508	1,5688	0,00	3,00
	pozitív érzelmek	247	1,5233	0,58061	0,03694	1,4505	1,5960	0,00	3,00
	negatív érzelmek	12	1,4683	0,84499	0,24393	0,9214	1,9952	0,25	2,75
	vegyes érzelmek	33	1,6516	0,55330	0,08667	1,4546	1,8484	0,50	2,75
	összesen	581	1,5225	0,55117	0,02287	1,4776	1,5674	0,00	3,00
Megküzdés - érzelmindította cselekvés	semleges	288	0,8993	0,61826	0,03643	0,8276	0,9710	0,00	2,75
	pozitív érzelmek	246	0,8930	0,61344	0,03911	0,8159	0,9700	0,00	3,00
	negatív érzelmek	12	1,5417	0,66430	0,19177	1,1196	1,9637	0,50	2,50
	vegyes érzelmek	33	0,9949	0,60235	0,10486	0,7814	1,2085	0,25	2,75
	összesen	579	0,9154	0,62180	0,02584	0,8646	0,9661	0,00	3,00
Megküzdés - érzelmi egyensúly megteremtés	semleges	288	1,4809	0,81929	0,04828	1,3859	1,5759	0,00	3,00
	pozitív érzelmek	245	1,5673	0,81517	0,05208	1,4648	1,6699	0,00	3,00
	negatív érzelmek	12	1,2083	0,94046	0,27149	0,6108	1,8059	0,00	2,50
	vegyes érzelmek	33	1,2879	0,88415	0,15391	0,9744	1,6014	0,00	3,00
	összesen	578	1,5009	0,82556	0,03434	1,4334	1,5683	0,00	3,00
Megküzdés - visszahúzóds	semleges	288	1,5486	0,75487	0,04448	1,4611	1,6362	0,00	3,00
	pozitív érzelmek	245	1,4898	0,73382	0,04688	1,3975	1,5821	0,00	3,00
	negatív érzelmek	12	1,6667	0,65134	0,18803	1,2528	2,0805	1,00	3,00
	vegyes érzelmek	33	1,6768	0,75684	0,13175	1,4084	1,9451	0,00	3,00
	összesen	578	1,5334	0,74396	0,03094	1,4727	1,5942	0,00	3,00
Élvezetési tanácsadás hatékonyságának értékelése	semleges	69	23,2754	8,55338	1,15006	20,9805	25,5703	7,00	35,00

Mellékletek

	pozitív érzelmek	76	25,6184	8,15347	0,93527	23,7553	27,4816	7,00	35,00
	negatív érzelmek	4	23,2500	8,85544	4,32772	9,4773	37,0227	15,00	33,00
	vegyes érzelmek	11	25,8182	9,09745	2,74299	19,7064	31,9299	9,00	35,00
	összesen	160	24,5625	8,85501	0,70005	23,1799	25,9451	7,00	35,00
SOCl - Döntés	semleges	288	3,8239	0,95833	0,05647	3,7128	3,9351	1,00	5,00
	pozitív érzelmek	246	3,8072	1,00489	0,06406	3,8810	3,9334	1,00	5,00
	negatív érzelmek	12	3,4881	0,95823	0,27662	2,8793	4,0969	1,71	5,00
	vegyes érzelmek	33	4,1515	0,57136	0,09946	3,9489	4,3541	2,71	5,00
	összesen	579	3,8285	0,96333	0,04003	3,7499	3,9072	1,00	5,00
SOCl-szakma gyakorlata	semleges	289	3,2581	0,87323	0,05137	3,1550	3,3572	1,00	5,00
	pozitív érzelmek	247	3,3200	0,88382	0,05242	3,2260	3,4325	1,00	5,00
	negatív érzelmek	10	2,7500	1,00077	0,31647	2,0341	3,4659	1,67	5,00
	vegyes érzelmek	33	3,2879	0,92259	0,16060	2,9607	3,6150	1,17	4,67
	összesen	579	3,2804	0,85894	0,03570	3,2103	3,3505	1,00	5,00
SOCl - öniismeret	semleges	290	3,7851	0,80700	0,04738	3,6916	3,8763	1,17	5,00
	pozitív érzelmek	251	3,7178	0,84547	0,05337	3,6127	3,8229	1,00	5,00
	negatív érzelmek	12	3,5417	0,83523	0,24111	3,0110	4,0723	1,83	4,67
	vegyes érzelmek	33	3,9192	0,64700	0,11263	3,8898	4,1486	2,33	4,63
	összesen	586	3,7586	0,81652	0,03373	3,6626	3,8251	1,00	5,00
SOCl-konzultáció, szakmaiismeret	semleges	290	3,2924	1,00752	0,05916	3,1760	3,4089	1,00	5,00
	pozitív érzelmek	249	3,2747	1,03099	0,06534	3,1460	3,4034	1,00	5,00
	negatív érzelmek	12	2,5833	0,82444	0,23799	2,0595	3,1072	1,60	4,40
	vegyes érzelmek	33	3,4727	0,97573	0,16885	3,1287	3,8187	1,40	5,00
	összesen	584	3,2805	1,01618	0,04205	3,1979	3,3631	1,00	5,00
SOCl - összpontszám/adaptabilitás	semleges	270	89,4111	18,44306	1,12241	87,2013	91,6209	36,00	125,00
	pozitív érzelmek	240	88,7625	19,40588	1,25265	86,2949	91,2301	25,00	125,00
	negatív érzelmek	10	77,7000	16,45904	5,20481	89,4741	48,00	107,00	
	vegyes érzelmek	32	92,9588	14,9800	2,64822	87,5677	98,3698	62,00	114,00
	összesen	552	89,1232	18,70254	0,78503	87,5596	90,6868	25,00	125,00

5. tábla: Leíró statisztika: Eletcentrum (teljes minta)									
	N	Átlag	Szórás	St. Hiba	95% megbízhatartomány		Minimum	Maximum	
					alsó határ	felső határ			
CES-D Depresszió-skála összpontszáma	nincs adat	649	20,9784	12,87773	0,50550	19,9658	21,9710	0,00	60,00
	ittthon?	16	21,3125	10,72517	2,98129	15,5975	27,0275	8,00	41,00
	külföld	21	16,0000	10,91788	2,38248	11,0302	20,9698	0,00	35,00
	külföldről visszatér	20	20,5500	11,47755	2,56646	15,1783	25,9217	0,00	41,00
	4,00	19	26,1053	13,59287	3,11842	19,5537	32,6588	8,00	50,00
	összesen	725	20,9641	12,78947	0,47499	20,0316	21,8967	0,00	60,00
Hallgatói én-hatékonyaság mutatója	nincs adat	681	16,4611	3,17416	0,12163	16,2223	16,6999	4,00	20,00
	ittthon?	17	15,6471	3,46304	0,83991	13,8665	17,4276	10,00	20,00
	külföld	22	17,5455	1,89554	0,40413	16,7050	18,3859	14,00	20,00
	külföldről visszatér	24	16,4167	3,87029	0,74919	14,8668	17,9665	4,00	20,00
	4,00	19	15,8947	3,25806	0,75663	14,3051	17,4844	8,00	20,00
	összesen	763	16,4587	3,17211	0,11484	16,2333	16,6842	4,00	20,00
Pályaértelesség - konzultai a jövőjéről	nincs adat	687	3,1805	1,43855	0,05488	3,0727	3,2883	0,00	6,00
	ittthon?	16	2,8125	1,27639	0,31910	2,1324	3,4926	1,00	5,00
	külföld	22	3,1818	1,40192	0,29889	2,5602	3,8034	0,00	6,00
	külföldről visszatér	25	3,1600	1,34412	0,26882	2,6052	3,7148	0,00	6,00
	4,00	20	2,6500	1,42441	0,31851	1,9834	3,3166	0,00	5,00
	összesen	770	3,1584	1,43097	0,05157	3,0572	3,2597	0,00	6,00
Pályaértelesség - tördök a jövőjével	nincs adat	683	4,0146	1,35321	0,05109	3,9143	4,1150	0,00	6,00
	ittthon?	16	4,3125	0,87321	0,21830	3,8472	4,7778	3,00	6,00
	külföld	22	4,1364	1,48950	0,31756	3,4760	4,7968	1,00	6,00
	külföldről visszatér	25	3,7200	1,36991	0,27398	3,1545	4,2655	1,00	6,00
	4,00	19	4,4737	1,61136	0,36897	2,8970	4,2503	0,00	6,00
	összesen	765	4,0013	1,34154	0,04850	3,9061	4,0955	0,00	6,00
Pályaértelesség - kíváncsi a pálya jellemzőire	nincs adat	685	4,0292	1,70114	0,06500	3,9016	4,1568	0,00	6,00
	ittthon?	17	4,1176	1,93289	0,46875	3,1239	5,1113	0,00	6,00
	külföld	22	4,4091	1,70878	0,36431	3,6515	5,1687	0,00	6,00
	külföldről visszatér	25	4,1200	1,36382	0,27276	3,5570	4,6830	1,00	6,00
	4,00	20	4,0500	1,57196	0,35150	3,3143	4,7857	0,00	6,00
	összesen	769	4,0455	1,69074	0,06097	3,9258	4,1652	0,00	6,00
Pályaértelesség - önbizalom a pályatervezésben	nincs adat	686	3,7289	1,75073	0,06684	3,5976	3,8601	0,00	6,00
	ittthon?	17	3,8205	1,42457	0,34551	3,0911	4,5560	1,00	6,00
	külföld	20	4,0000	1,62221	0,36274	3,2408	4,7592	0,00	6,00
	külföldről visszatér	25	4,0000	1,47196	0,29439	3,3924	4,6076	1,00	6,00
	4,00	20	3,6000	1,60263	0,35836	2,8499	4,3501	1,00	6,00
	összesen	768	3,7435	1,72657	0,06230	3,6212	3,8658	0,00	6,00
Megküzdés - problémaelemzés	nincs adat	681	2,0487	0,71116	0,02725	1,9952	2,1022	0,00	3,00
	ittthon?	17	2,1961	0,62428	0,15141	1,8751	2,5170	1,00	3,00
	külföld	22	2,0455	0,78542	0,16745	1,6972	2,3937	0,33	3,00
	külföldről visszatér	24	2,2361	0,67013	0,13679	1,9531	2,5191	0,67	3,00
	4,00	19	1,8947	0,68541	0,15724	1,5644	2,2251	0,00	3,00
	összesen	763	2,0540	0,70945	0,02568	2,0035	2,1044	0,00	3,00
Megküzdés - kognitív átstrukturálás	nincs adat	679	1,4340	0,75297	0,02890	1,3772	1,4907	0,00	3,00
	ittthon?	17	1,2353	0,79780	0,19350	0,8251	1,9455	0,00	2,50
	külföld	22	1,5455	0,77011	0,16419	1,2040	1,8869	0,00	2,75
	külföldről visszatér	24	1,5729	0,64471	0,13160	1,3007	1,8452	0,50	2,50
	4,00	19	1,1316	0,69406	0,15923	0,7971	1,4661	0,00	3,00
	összesen	761	1,4296	0,75079	0,02722	1,3762	1,4830	0,00	3,00
Megküzdés - alkalmazkodás	nincs adat	682	1,5181	0,57022	0,02183	1,4752	1,5610	0,00	3,00
	ittthon?	17	1,5147	0,46326	0,11236	1,2765	1,7529	0,75	2,50
	külföld	22	1,3638	0,43457	0,09265	1,1710	1,5563	0,25	2,25
	külföldről visszatér	24	1,5938	0,55596	0,11342	1,2591	1,8284	0,75	2,50
	4,00	19	1,3816	0,33715	0,07735	1,2191	1,5441	0,75	2,00
	összesen	764	1,5125	0,55964	0,02025	1,4728	1,5523	0,00	3,00
Megküzdés - érzelmi intelligencia tesztelése	nincs adat	679	0,9298	0,63901	0,02452	0,8816	0,9779	0,00	3,00
	ittthon?	17	0,8382	0,64917	0,15745	0,5045	1,1720	0,00	2,25
	külföld	22	0,8750	0,44152	0,08413	0,6792	1,0708	0,00	1,75
	külföldről visszatér	24	0,9201	0,53245	0,10869	0,6953	1,1450	0,00	2,25
	4,00	19	0,9474	0,56874	0,13048	0,6732	1,2215	0,00	2,25
	összesen	761	0,9263	0,62853	0,02278	0,8816	0,9710	0,00	3,00
Megküzdés - érzelmi egyensúly megteremtése	nincs adat	678	1,4764	0,82127	0,03154	1,4145	1,5385	0,00	3,00
	ittthon?	17	1,2647	0,84996	0,20614	0,8277	1,7017	0,00	2,50
	külföld	22	1,2727	0,90931	0,19386	0,8696	1,6789	0,00	3,00
	külföldről visszatér	24	1,5417	0,76495	0,15614	1,2187	1,8647	0,50	3,00
	4,00	19	1,3158	0,67598	0,11610	0,9458	1,6888	0,00	3,00
	összesen	760	1,4638	0,82113	0,02979	1,4053	1,5223	0,00	3,00
Megküzdés - visszahúzódnak	nincs adat	678	1,5197	0,73935	0,02839	1,4639	1,5754	0,00	3,00
	ittthon?	17	1,7451	0,75947	0,18420	1,3546	2,1356	0,67	3,00
	külföld	22	1,1364	0,67188	0,14324	0,8385	1,4343	0,00	2,33
	külföldről visszatér	24	1,1528	0,79842	0,16298	0,8156	1,4899	0,00	3,00
	4,00	19	1,4912	0,54849	0,12583	1,2269	1,7556	0,67	3,00
	összesen	760	1,5013	0,74028	0,02885	1,4486	1,5540	0,00	3,00
Élethetvesztési tanácsadás hatékonyságának értékelése	nincs adat	189	24,4497	8,89740	0,64719	23,1730	25,7294	7,00	35,00
	ittthon?	6	28,0000	4,19524	1,71270	23,5974	32,4026	23,00	33,00
	külföld	4	16,2500	9,97914	4,98957	0,3710	32,1290	7,00	28,00
	külföldről visszatér	5	18,2000	6,37966	2,85307	10,2786	26,1214	10,00	27,00
	4,00	3	22,3333	3,05505	1,76353	17,4442	29,9225	19,00	25,00
	összesen	207	24,2126	8,81103	0,61241	23,0052	25,4200	7,00	35,00

A felsőoktatási tanácsadás lehetőségei a lemorzsolódás veszélyének csökkentésében

SCCI - Döntés	nincs adat	682	3,8002	0,99070	0,03794	3,7257	3,8747	1,00	5,00
	ittthon?	16	3,9911	0,80723	0,20181	3,5809	4,4212	2,43	5,00
	külföld	22	3,8701	1,01678	0,21678	3,4193	4,3209	1,00	5,00
	külföldről visszatér	23	3,8944	0,67450	0,14064	3,6027	4,1861	1,86	5,00
SCCI-szakma gyakorlata	4,00	19	4,0075	0,60511	0,13882	3,7159	4,2992	2,57	4,88
	összesen	762	3,8142	0,97137	0,03519	3,7451	3,8833	1,00	5,00
	nincs adat	685	3,2839	0,80096	0,03404	3,2171	3,3508	1,00	5,00
	ittthon?	17	3,3627	0,61868	0,15005	3,0447	3,6808	2,17	4,50
SCCI - öniismeret	külföld	21	3,4395	0,88109	0,19227	3,0354	3,8376	1,67	5,00
	külföldről visszatér	24	3,5903	0,73224	0,14947	3,0811	3,8995	1,50	5,00
	4,00	20	3,3500	0,63572	0,13991	3,0572	3,6426	2,17	4,50
	összesen	767	3,3012	0,87547	0,03161	3,2391	3,3632	1,00	5,00
SCCI - öniismeret	nincs adat	689	3,7463	0,83623	0,03186	3,6837	3,8088	1,00	5,00
	ittthon?	17	3,8431	0,73236	0,17762	3,4666	4,2197	2,50	4,83
	külföld	22	3,7424	0,94383	0,20122	3,3240	4,1609	1,00	5,00
	külföldről visszatér	25	3,9333	0,56108	0,11222	3,7017	4,1649	2,83	4,67
SCCI-konzultáció, szakmaiismeret	4,00	20	3,8583	0,85031	0,19013	3,4604	4,2563	2,17	5,00
	összesen	773	3,7572	0,82926	0,02983	3,6987	3,8158	1,00	5,00
	nincs adat	687	3,2843	1,01701	0,03884	3,1881	3,3408	1,00	5,00
	ittthon?	17	3,3647	0,84922	0,20597	2,9281	3,8013	1,60	4,80
SCCI - összpontszám/adaptabilitás	külföld	22	3,2909	1,14929	0,24503	2,7813	3,8005	1,00	5,00
	külföldről visszatér	24	3,5417	0,84128	0,17173	3,1854	3,8969	1,80	5,00
	4,00	20	3,1100	0,99149	0,22170	2,6460	3,5740	1,40	5,00
	összesen	770	3,2719	1,01195	0,03647	3,2004	3,3435	1,00	5,00
SCCI - összpontszám/adaptabilitás	nincs adat	653	88,8025	19,44212	0,76083	87,3085	90,2964	25,00	125,00
	ittthon?	16	90,5000	12,22656	0,35914	83,9796	97,0204	70,00	106,00
	külföld	21	90,9552	21,33068	4,65674	80,3814	99,8930	29,00	125,00
	külföldről visszatér	21	92,7619	14,76450	3,22188	86,0412	99,4826	61,00	112,00
SCCI - összpontszám/adaptabilitás	4,00	19	91,3158	13,06842	2,99810	85,0170	97,6146	67,00	112,00
	összesen	730	89,0562	19,09203	0,70663	87,6689	90,4434	25,00	125,00

5.a tábla: Leíró statisztika: Élelcentrum férfiak alcsoport									
		N	Átlag	Std. Hiba	95% megbízhatósági tartomány				
					alsó határ	felső határ	Minimum	Maximum	
CES-D Depresszió-skála összpontszámja	nincs adat	152	19,6776	12,79482	1,03899	17,6388	21,7355	0,00	51,00
	ittthon?	4	12,5000	4,79583	2,39792	4,8688	20,1312	8,00	18,00
	külföld	6	14,6667	11,57008	4,72346	2,5246	26,8087	3,00	33,00
	külföldről visszatér	5	19,4000	15,53383	6,94694	0,1122	38,6878	0,00	41,00
Hallgatói én-hatékonytág mutatója	4,00	5	14,5000	5,48609	2,23234	8,7616	20,2384	8,00	22,00
	összesen	173	19,1503	12,53999	0,85984	17,2999	21,0307	0,00	51,00
	nincs adat	160	16,1125	3,58541	0,28345	15,5527	16,6723	4,00	20,00
	ittthon?	4	18,5000	17,3205	0,86603	15,7439	21,2581	17,00	20,00
Pályaeirrettség - konzultál a jövőéről	külföld	7	18,1429	1,77281	0,67008	16,5033	19,7824	15,00	20,00
	külföldről visszatér	6	19,1667	0,98319	0,40139	18,1349	20,1985	18,00	20,00
	4,00	6	15,1667	3,06050	1,24944	11,9549	18,3785	9,00	17,00
	összesen	183	16,3115	3,49980	0,25871	15,8010	16,8219	4,00	20,00
Pályaeirrettség - konzultál a jövőéről	nincs adat	159	3,0692	1,50577	0,11942	2,8333	3,3050	0,00	6,00
	ittthon?	3	2,0000	1,00000	0,57755	-0,4841	4,4841	1,00	3,00
	külföld	7	3,1429	1,34519	0,50843	1,8988	4,3869	1,00	5,00
	külföldről visszatér	6	3,5000	1,51658	0,61914	1,9085	5,0915	2,00	6,00
Pályaeirrettség - tördök a jövőével	4,00	7	2,5714	1,27242	0,48093	1,3946	3,7482	1,00	4,00
	összesen	182	3,0495	1,46306	0,10959	2,8324	3,2665	0,00	6,00
	nincs adat	157	3,7834	1,41566	0,11298	3,5603	4,0096	0,00	6,00
	ittthon?	4	4,0000	0,81650	0,40825	2,7008	5,2992	3,00	5,00
Pályaeirrettség - kíváncsi a pálya jellemzőire	külföld	7	3,4286	1,71825	0,64944	1,8395	5,0177	1,00	6,00
	külföldről visszatér	6	3,3333	1,21106	0,49441	2,0624	4,6043	2,00	5,00
	4,00	7	3,4286	1,39728	0,52812	2,1363	4,7208	1,00	5,00
	összesen	181	3,7459	1,40299	0,10428	3,5401	3,9516	0,00	6,00
Pályaeirrettség - kíváncsi a pálya jellemzőire	nincs adat	158	3,8228	1,80769	0,14381	3,5387	4,1068	0,00	6,00
	ittthon?	4	5,5000	0,95444	0,25000	4,6548	6,3500	5,00	6,00
	külföld	7	4,7143	0,95119	0,35952	3,8346	5,5940	3,00	6,00
	külföldről visszatér	6	4,1667	1,32916	0,54263	2,7718	5,5615	2,00	6,00
Pályaeirrettség - önbizalom a pályatervezésben	4,00	7	5,1429	2,14499	0,45922	4,0192	6,2665	3,00	6,00
	összesen	182	3,9615	1,78949	0,13116	3,7027	4,2203	0,00	6,00
	nincs adat	160	3,8500	1,68953	0,13887	3,6874	4,0176	0,00	6,00
	ittthon?	4	4,2500	0,95743	0,47871	2,7265	5,7735	3,00	5,00
Megküzdés - problémamelezés	külföld	6	3,8333	0,98319	0,40139	2,8015	4,8651	3,00	5,00
	külföldről visszatér	6	4,6667	1,21106	0,49441	3,3957	5,9376	3,00	6,00
	4,00	7	4,2857	1,26357	0,47380	3,1264	5,4451	3,00	6,00
	összesen	183	3,8798	1,62290	0,11907	3,6431	4,1165	0,00	6,00
Megküzdés - problémamelezés	nincs adat	158	2,0222	0,74704	0,05943	1,9048	2,1395	0,00	3,00
	ittthon?	4	2,1667	0,69369	0,34694	1,0625	3,2708	1,33	3,00
	külföld	7	1,9048	0,87590	0,33106	1,0947	2,7148	0,33	2,67
	külföldről visszatér	6	2,5000	0,34960	0,14272	2,1331	2,8669	2,00	3,00
Megküzdés - kognitív átstrukturálás	4,00	6	2,0556	0,38968	0,15909	1,6466	2,4645	1,67	2,67
	összesen	181	2,0378	0,72328	0,05444	1,9303	2,1452	0,00	3,00
	nincs adat	158	1,4684	0,78217	0,06223	1,3454	1,5913	0,00	3,00
	ittthon?	4	1,6250	0,66144	0,33072	0,5725	2,6775	1,00	2,50
Megküzdés - alkalmazkodás	külföld	7	1,3571	0,78868	0,29809	0,6277	2,0866	0,00	2,50
	külföldről visszatér	6	1,7500	0,83666	0,34157	0,8720	2,6280	0,50	2,50
	4,00	6	1,0417	0,18919	0,07883	0,8442	1,2392	0,75	1,25
	összesen	181	1,4627	0,76927	0,05718	1,3499	1,5755	0,00	3,00
Megküzdés - alkalmazkodás	nincs adat	158	1,5016	0,60272	0,04795	1,4069	1,5963	0,00	3,00
	ittthon?	4	1,2500	0,20412	0,10206	0,9252	1,5748	1,00	1,50
	külföld	7	1,1429	0,45316	0,17126	0,7238	1,5620	0,25	1,50
	külföldről visszatér	6	1,7917	0,57915	0,23644	1,1639	2,3994	0,75	2,25
Megküzdés - érzelminidította cselekvés	4,00	6	1,2917	0,24580	0,10035	1,0337	1,5496	1,00	1,50
	összesen	181	1,4848	0,58804	0,04371	1,3986	1,5711	0,00	3,00
	nincs adat	157	0,9639	0,65635	0,05254	0,8601	1,0677	0,00	2,50
	ittthon?	4	0,5000	0,20412	0,10206	0,1752	0,8248	0,25	0,75
Megküzdés - érzelmi egyensúly megteremtés	külföld	7	1,0714	0,57217	0,21626	0,5423	1,6006	0,25	1,75
	külföldről visszatér	6	1,1806	0,86348	0,35252	0,2744	2,0867	0,00	2,25
	4,00	6	0,9167	0,34157	0,13944	0,5582	1,2751	0,50	1,25
	összesen	180	0,9634	0,64639	0,04833	0,8881	1,0588	0,00	2,50
Megküzdés - érzelmi egyensúly megteremtés	nincs adat	157	1,3917	0,79526	0,06347	1,2664	1,5171	0,00	3,00
	ittthon?	4	1,1250	0,62915	0,31458	0,1239	2,1281	0,50	2,00
	külföld	7	0,6429	0,69007	0,26082	0,0047	1,2811	0,00	1,50
	külföldről visszatér	6	1,1667	0,60553	0,24721	0,5312	1,8021	0,50	2,00
Megküzdés - visszahúzóds	4,00	6	0,8333	0,40825	0,16667	0,4049	1,2618	0,50	1,50
	összesen	180	1,3306	0,78776	0,05872	1,2147	1,4484	0,00	3,00
	nincs adat	157	1,4055	0,71743	0,05726	1,2924	1,5186	0,00	3,00
	ittthon?	4	1,5833	0,91793	0,45896	0,1227	3,0440	0,67	2,67
Élevezetési tanácsadás hatékonyságának értékelése	külföld	7	1,1905	0,71640	0,27077	0,5279	1,8530	0,33	2,33
	külföldről visszatér	6	1,3333	1,11555	0,45542	0,1626	2,5040	0,00	3,00
	4,00	6	1,3889	0,53403	0,21802	0,8285	1,9493	1,00	2,33
	összesen	180	1,3981	0,72475	0,05402	1,2916	1,5047	0,00	3,00
Élevezetési tanácsadás hatékonyságának értékelése	nincs adat	43	22,7907	8,76019	1,33592	20,0947	25,4867	7,00	35,00
	ittthon?	0	-	-	-	-	-	-	-
	külföld	1	28,0000	-	-	-	-	28,00	28,00
	külföldről visszatér	1	15,0000	-	-	-	-	15,00	15,00
Élevezetési tanácsadás hatékonyságának értékelése	4,00	1	25,0000	-	-	-	-	25,00	25,00

Mellékletek

SCCI - Döntés	összesen	46	22,7826	8,58400	1,26564	20,2335	25,3317	7,00	35,00
nincs adat	nincs adat	156	3,7425	1,03525	0,06295	3,5796	3,9050	1,00	5,00
ittthon?	ittthon?	3	3,7619	0,86110	0,49716	1,6228	5,9010	2,86	4,57
külföld	külföld	7	3,8367	0,70676	0,26713	3,1831	4,4904	2,43	4,71
külföldről visszatér	külföldről visszatér	6	4,1905	0,44873	0,18319	3,7196	4,6614	3,86	5,00
4,00	4,00	7	4,1020	0,55786	0,21077	3,5863	4,6178	3,43	4,86
összesen	összesen	181	3,7751	0,99330	0,07383	3,6294	3,9207	1,00	5,00
SCCI-szakma gyakorlata	nincs adat	162	3,3447	0,95844	0,07530	3,1959	3,4934	1,00	5,00
ittthon?	ittthon?	4	3,4167	0,79931	0,39965	2,1448	4,6885	2,67	4,50
külföld	külföld	7	3,5476	0,83174	0,31437	2,7784	4,3169	2,17	4,50
külföldről visszatér	külföldről visszatér	6	3,6389	0,42729	0,11436	3,1907	4,9871	3,00	4,17
4,00	4,00	7	3,5476	0,44840	0,16948	3,1329	3,9623	2,83	4,33
összesen	összesen	186	3,3710	0,92143	0,06756	3,2377	3,5043	1,00	5,00
SCCI - önismeret	nincs adat	161	3,7298	0,89033	0,07017	3,5912	3,9684	1,00	5,00
ittthon?	ittthon?	4	4,1667	0,60958	0,30429	3,1983	5,1351	3,50	4,83
külföld	külföld	7	3,8810	0,71824	0,27147	3,2167	4,5452	2,83	5,00
külföldről visszatér	külföldről visszatér	6	4,0278	0,60934	0,24876	3,3883	4,6672	3,00	4,67
4,00	4,00	7	3,6571	0,81325	0,30738	3,1050	4,6093	3,00	4,67
összesen	összesen	185	3,7595	0,86687	0,06373	3,6337	3,8852	1,00	5,00
SCCI-konzultáció, szakmaismeret	nincs adat	160	3,2400	1,01034	0,07987	3,0822	3,3978	1,00	5,00
ittthon?	ittthon?	4	3,1500	0,83865	0,41932	1,8155	4,4845	2,00	4,00
külföld	külföld	7	3,4286	1,26190	0,47695	2,2615	4,5956	1,00	4,80
külföldről visszatér	külföldről visszatér	6	3,6667	0,82624	0,33751	2,7696	4,5337	2,20	4,40
4,00	4,00	7	3,2286	0,76095	0,28761	2,5248	3,9323	1,80	4,20
összesen	összesen	184	3,2587	0,99772	0,07355	3,1136	3,4038	1,00	5,00
SCCI - öszpontszám/adaptabilitás	nincs adat	153	88,5294	21,12309	1,70770	85,1555	91,9033	25,00	125,00
ittthon?	ittthon?	3	85,0000	10,14889	5,85947	80,7688	111,2112	77,00	97,00
külföld	külföld	7	92,0000	16,66333	6,29615	76,5890	107,4110	72,00	119,00
külföldről visszatér	külföldről visszatér	6	97,1667	1,7424	3,74537	87,5389	106,7944	85,00	112,00
4,00	4,00	7	92,0000	11,26943	4,25944	81,5775	102,4225	77,00	108,00
összesen	összesen	176	89,0568	20,20770	1,52321	86,0506	92,0630	25,00	125,00

5.b tábla: Leíró statisztika: Élekcetrum nők alcsoport									
	N	Átlag	Szórás	St.hiba	95% megbízhatósági tartomány		Minimum	Maximum	
					alsó határ	felső határ			
CES-D Depresszió-skála öszpontszáma	nincs adat	497	21,3783	12,89280	0,57831	20,2400	22,5125	0,00	60,00
ittthon?	ittthon?	12	24,2500	10,62694	3,06773	17,4980	31,0020	11,00	41,00
külföld	külföld	15	16,5333	11,01860	2,84499	10,4314	22,6332	0,00	35,00
külföldről visszatér	külföldről visszatér	15	20,9333	10,45034	2,99827	15,1461	26,7205	6,00	36,00
4,00	4,00	13	31,4615	12,89454	3,57630	23,6694	39,2536	10,00	50,00
összesen	összesen	552	21,5326	12,82815	0,54600	20,4601	22,6051	0,00	60,00
Hallgatói én-hatékonyssá mutatója	nincs adat	521	16,5681	3,03246	0,13285	16,3071	16,8291	4,00	20,00
ittthon?	ittthon?	13	14,7692	3,41940	0,94837	12,7029	16,8356	10,00	19,00
külföld	külföld	15	17,2667	1,94447	0,50206	16,1696	18,3435	14,00	20,00
külföldről visszatér	külföldről visszatér	18	15,5000	3,79241	0,89388	13,6141	17,3859	4,00	20,00
4,00	4,00	13	16,2308	3,46780	0,96179	14,1352	18,3263	8,00	20,00
összesen	összesen	580	16,5052	3,06323	0,12719	16,2554	16,7550	4,00	20,00
Pályarészttség - konzultál a jövőjéről	nincs adat	526	3,2140	1,41744	0,06169	3,0928	3,3352	0,00	6,00
ittthon?	ittthon?	13	3,0000	1,29099	0,35806	2,2199	3,7801	1,00	5,00
külföld	külföld	15	3,2000	1,47358	0,38048	2,3840	4,0160	0,00	5,00
külföldről visszatér	külföldről visszatér	19	3,0526	1,31122	0,30081	2,4206	3,6846	0,00	6,00
4,00	4,00	13	2,8923	1,54837	0,42944	1,7566	3,6286	0,00	5,00
összesen	összesen	588	3,1922	1,41378	0,05830	3,0777	3,3067	0,00	6,00
Pályarészttség - tördök a jövőjével	nincs adat	526	4,0837	1,30371	0,05684	3,9720	4,1953	0,00	6,00
ittthon?	ittthon?	12	4,4167	0,90034	0,25990	3,8446	4,9887	3,00	6,00
külföld	külföld	15	4,4667	1,30201	0,33618	3,7455	5,1877	2,00	6,00
külföldről visszatér	külföldről visszatér	19	3,8421	1,42451	0,32681	3,1555	4,5267	1,00	6,00
4,00	4,00	12	3,5000	1,78377	0,51493	2,3666	4,6334	1,00	6,00
összesen	összesen	584	4,0805	1,31309	0,05434	3,9738	4,1872	0,00	6,00
Pályarészttség - kíváncsi a pálya jellemzőire	nincs adat	527	4,0911	1,56468	0,07251	3,9486	4,2335	0,00	6,00
ittthon?	ittthon?	13	3,6154	1,93815	0,53755	2,4442	4,7866	0,00	6,00
külföld	külföld	15	4,2667	1,98086	0,51146	3,1697	5,3636	0,00	6,00
külföldről visszatér	külföldről visszatér	19	4,1053	1,41007	0,32349	3,4256	4,7849	1,00	6,00
4,00	4,00	13	3,4615	1,45002	0,40215	2,5853	4,3378	0,00	6,00
összesen	összesen	587	4,0716	1,66627	0,06877	3,9365	4,2066	0,00	6,00
Pályarészttség - önzimlamo a pályatervezésben	nincs adat	526	3,6996	1,77203	0,07726	3,5478	3,8514	0,00	6,00
ittthon?	ittthon?	13	3,6923	1,54837	0,42944	2,7566	4,6280	1,00	6,00
külföld	külföld	14	4,0714	1,85904	0,49685	2,9690	5,1448	0,00	6,00
külföldről visszatér	külföldről visszatér	19	3,7885	1,51213	0,34691	3,0606	4,5183	0,00	6,00
4,00	4,00	13	3,2308	1,69085	0,46896	2,2090	4,2525	1,00	5,00
összesen	összesen	585	3,7009	1,75691	0,07264	3,5582	3,8435	0,00	6,00
Megküzdés - problémamelezés	nincs adat	523	2,0567	0,70051	0,03063	1,9965	2,1169	0,00	3,00
ittthon?	ittthon?	13	2,2091	0,63155	0,17516	1,8235	2,5869	1,00	3,00
külföld	külföld	15	2,1111	0,76290	0,19698	1,6886	2,5336	0,33	3,00
külföldről visszatér	külföldről visszatér	18	2,1481	0,73407	0,17302	1,7831	2,5132	0,67	3,00
4,00	4,00	13	1,8205	0,78899	0,21883	1,3437	2,2973	0,00	3,00
összesen	összesen	582	2,0590	0,70274	0,02913	2,0016	2,1152	0,00	3,00
Megküzdés - kognitív átstrukturálás	nincs adat	521	1,4235	0,74435	0,03261	1,3595	1,4876	0,00	3,00
ittthon?	ittthon?	13	1,1154	0,82041	0,22754	0,6196	1,6112	0,00	2,25
külföld	külföld	15	1,6333	0,77267	0,19950	1,2054	2,0612	0,00	2,75
külföldről visszatér	külföldről visszatér	18	1,5139	0,58456	0,13778	1,2232	1,8046	0,50	2,50
4,00	4,00	13	1,1731	0,83781	0,23237	0,6668	1,6794	0,00	3,00
összesen	összesen	580	1,4193	0,74530	0,03095	1,3585	1,4800	0,00	3,00
Megküzdés - alkalmazkodás	nincs adat	524	1,5231	0,56056	0,02449	1,4750	1,5712	0,00	3,00
ittthon?	ittthon?	13	1,5982	0,49517	0,13734	1,2869	1,8594	0,75	2,50
külföld	külföld	15	1,4667	0,39940	0,10313	1,2455	1,6878	0,75	2,25
külföldről visszatér	külföldről visszatér	18	1,5278	0,54832	0,12924	1,2551	1,8005	0,75	2,50
4,00	4,00	13	1,4231	0,37339	0,10356	1,1974	1,6487	0,75	2,00
összesen	összesen	583	1,5212	0,55076	0,02281	1,4764	1,5690	0,00	3,00
Megküzdés - érzelmindítottá cselekvés	nincs adat	522	0,9156	0,63336	0,02772	0,8651	0,9740	0,00	3,00
ittthon?	ittthon?	13	0,9423	0,70824	0,19643	0,5143	1,3703	0,00	2,25
külföld	külföld	15	0,7833	0,35187	0,09085	0,5885	0,9782	0,00	1,50
külföldről visszatér	külföldről visszatér	18	0,8333	0,36380	0,08575	0,6524	1,0142	0,25	1,25
4,00	4,00	13	0,9615	0,66023	0,18311	0,5626	1,3605	0,00	2,25
összesen	összesen	581	0,9148	0,62237	0,02582	0,8641	0,9655	0,00	3,00
Megküzdés - érzelmi egyensúly megteremtés	nincs adat	521	1,5019	0,82799	0,03628	1,4307	1,5732	0,00	3,00
ittthon?	ittthon?	13	1,3077	0,92508	0,25657	0,7487	1,8667	0,00	2,50
külföld	külföld	15	1,6667	0,86327	0,22290	1,0886	2,0447	0,00	3,00
külföldről visszatér	külföldről visszatér	18	1,6667	0,78591	0,18524	1,2758	2,0575	0,50	3,00
4,00	4,00	13	1,5385	0,80264	0,22261	1,0534	2,0235	0,00	3,00
összesen	összesen	580	1,5052	0,82751	0,03436	1,4377	1,5727	0,00	3,00
Megküzdés - visszahúzódás	nincs adat	521	1,5541	0,74307	0,03255	1,4901	1,6180	0,00	3,00
ittthon?	ittthon?	13	1,7949	0,73960	0,20513	1,3479	2,2418	0,67	3,00
külföld	külföld	15	1,1111	0,67456	0,17417	0,7376	1,4847	0,00	2,33
külföldről visszatér	külföldről visszatér	18	1,0926	0,69383	0,16349	0,7477	1,4375	0,00	2,33
4,00	4,00	13	1,5385	0,59990	0,19806	1,1941	1,8628	0,67	3,00
összesen	összesen	580	1,5333	0,74274	0,03084	1,4728	1,5939	0,00	3,00
Élelvezetési tanácsadás hatékonysságának értékelése	nincs adat	146	24,9384	8,90813	0,73724	23,4812	26,3955	7,00	35,00
ittthon?	ittthon?	6	28,0000	4,19524	1,71270	23,5974	32,4026	23,00	33,00
külföld	külföld	5	12,3333	7,57188	4,37163	-6,4933	31,1429	7,00	21,00
külföldről visszatér	külföldről visszatér	4	19,0000	7,07107	3,53553	7,7484	30,2516	10,00	27,00

A felsőoktatási tanácsadás lehetőségei a lemorzsolódás veszélyének csökkentésében

	4,00	2	21,0000	2,82843	2,00000	-4,4124	46,4124	19,00	23,00
	összesen	161	24,6211	8,85857	0,68815	23,2423	25,9989	7,00	35,00
SCCI - Döntés	nincs adat	524	3,8176	0,97722	0,04269	3,7337	3,9015	1,00	5,00
	ittthon?	13	4,0440	0,82145	0,22783	3,5476	4,5404	2,43	5,00
	külföld	15	3,8857	1,15579	0,29842	3,2457	4,5258	1,00	5,00
	külföldről visszatér	17	3,7699	0,71983	0,17458	3,4198	4,1600	1,86	4,71
	4,00	12	3,9524	0,64848	0,18720	3,5404	4,3644	2,57	4,86
	összesen	581	3,8264	0,96498	0,04003	3,7478	3,9050	1,00	5,00
SCCI-szakma gyakorlata	nincs adat	523	3,2651	0,86911	0,03800	3,1905	3,3398	1,00	5,00
	ittthon?	13	3,3462	0,59107	0,16393	2,9890	3,7033	2,17	4,17
	külföld	14	3,3810	0,93010	0,24658	2,8439	3,9180	1,67	5,00
	külföldről visszatér	18	3,5741	0,81894	0,19303	3,1668	3,9813	1,50	5,00
	4,00	13	3,2436	0,69594	0,19302	2,8230	3,6641	2,17	4,50
	összesen	581	3,2788	0,85986	0,03957	3,2088	3,3469	1,00	5,00
SCCI - önismeret	nincs adat	528	3,7513	0,81985	0,03568	3,6912	3,8514	1,00	5,00
	ittthon?	13	3,7436	0,75955	0,21066	3,2846	4,2026	2,50	4,83
	külföld	15	3,6778	1,04931	0,27093	3,0967	4,2589	1,00	5,00
	külföldről visszatér	19	3,9035	0,55620	0,12629	3,6340	4,1730	2,83	4,67
	4,00	13	3,8590	0,90228	0,25025	3,3137	4,4042	2,17	5,00
	összesen	588	3,7565	0,81783	0,03373	3,6903	3,8228	1,00	5,00
SCCI-konzultáció, szakmaismeret	nincs adat	527	3,2717	1,02104	0,04448	3,1844	3,3591	1,00	5,00
	ittthon?	13	3,4308	0,87501	0,24258	2,9020	3,9955	1,80	4,80
	külföld	15	3,2267	1,13056	0,29258	2,5989	3,8544	1,00	5,00
	külföldről visszatér	18	3,5000	0,86569	0,20404	3,0695	3,9505	1,80	5,00
	4,00	13	3,0462	1,11998	0,31063	2,3694	3,7230	1,40	5,00
	összesen	586	3,2761	1,01719	0,04202	3,1936	3,3586	1,00	5,00
SCCI - összpontszám/adaptabilitás	nincs adat	500	89,8860	18,9191	0,84611	87,2236	90,5484	25,00	125,00
	ittthon?	13	91,5385	12,7924	3,54931	83,8052	99,2718	70,00	106,00
	külföld	14	89,1429	23,86454	6,37807	75,3639	102,9218	29,00	125,00
	külföldről visszatér	15	91,0000	16,42298	4,24040	81,9053	100,0947	61,00	112,00
	4,00	12	90,9167	14,48171	4,18051	87,1154	100,1179	67,00	112,00
	összesen	554	89,0560	18,74273	0,79630	87,4918	90,6201	25,00	125,00

6. tábla: Leirő statisztika önrányítottság méréké, teljes minta									
		N	Átlag	Szórás	St. Hiba	95% mezőhöz tartozó első határ	95% mezőhöz tartozó felső határ	Minimum	Maximum
CES-D Depresszió-skála összpontszáma	nem besorolható	556	21,2104	13,06618	0,55413	20,1220	22,2989	0,00	60,00
	külvirő irányított	11	29,8182	13,30277	4,01094	20,8813	38,7551	11,00	49,00
	önmagá irányított	157	19,4015	11,46391	0,91492	17,5840	21,2085	0,00	51,00
Hallgatói én-hatékonysság mutatója	összesen	724	20,8439	12,79172	0,47540	20,0156	21,8822	0,00	60,00
	nem besorolható	580	16,3310	3,28881	0,13660	16,0627	16,5993	4,00	20,00
	külvirő irányított	14	16,0000	2,88231	0,77033	14,3358	17,6642	10,00	20,00
Pályaeirőttesség - konzultál a jövővel	önmagá irányított	168	16,9345	2,72742	0,21042	16,5191	17,3500	4,00	20,00
	összesen	762	16,4690	3,17143	0,11469	16,2323	16,6837	4,00	20,00
	nem besorolható	586	3,1980	1,42807	0,05899	3,0821	3,3138	0,00	6,00
Pályaeirőttesség - tördök a jövővel	külvirő irányított	14	2,9286	1,38477	0,37009	2,1290	3,7281	1,00	5,00
	önmagá irányított	169	3,0296	1,44101	0,11085	2,8108	3,2484	0,00	6,00
	összesen	769	3,1560	1,43038	0,05158	3,0548	3,2573	0,00	6,00
Pályaeirőttesség - tördök a jövővel	nem besorolható	581	3,9829	1,31426	0,05452	3,8757	4,0899	0,00	6,00
	külvirő irányított	14	3,5714	1,74154	0,46545	2,5659	4,5770	1,00	6,00
	önmagá irányított	169	4,0888	1,39230	0,10710	3,8773	4,3002	0,00	6,00
Pályaeirőttesség - kíváncsi a pályajellemzőre	összesen	764	3,9997	1,34607	0,04650	3,9028	4,0928	0,00	6,00
	nem besorolható	586	3,9899	1,73350	0,07161	3,8491	4,1304	0,00	6,00
	külvirő irányított	13	3,6154	1,75777	0,48752	2,5532	4,6776	1,00	6,00
Pályaeirőttesség - önbizalom a pályatervezésben	önmagá irányított	169	4,2663	1,51779	0,11675	4,0358	4,4968	0,00	6,00
	összesen	768	4,0443	1,69149	0,05104	3,9245	4,1841	0,00	6,00
	nem besorolható	585	3,6991	1,75320	0,07249	3,5568	3,8415	0,00	6,00
Megküzdés - problémamelezés	külvirő irányított	14	3,5714	1,98898	0,53158	2,4230	4,7198	0,00	6,00
	önmagá irányított	168	3,9107	1,61145	0,12433	3,6653	4,1562	0,00	6,00
	összesen	767	3,7432	1,72277	0,06029	3,6207	3,8658	0,00	6,00
Megküzdés - kognitív átstrukturálás	nem besorolható	581	2,0176	0,70028	0,02905	1,9607	2,0748	0,00	3,00
	külvirő irányított	13	2,4103	0,58557	0,16518	2,0504	2,7702	1,00	3,00
	önmagá irányított	168	2,1538	0,73660	0,05683	2,0416	2,2660	0,00	3,00
Megküzdés - alkalmazkodás	összesen	762	2,0545	0,70978	0,02571	2,0040	2,1049	0,00	3,00
	nem besorolható	580	1,9797	0,73571	0,03051	1,9367	2,0367	0,00	3,00
	külvirő irányított	13	1,4423	0,56967	0,15800	1,0981	1,7866	0,50	2,25
Megküzdés - érzelmindított cselekvés	önmagá irányított	167	1,6133	0,79085	0,06120	1,4924	1,7341	0,00	3,00
	összesen	760	1,4298	0,75126	0,02725	1,3763	1,4833	0,00	3,00
	nem besorolható	582	1,6396	0,57030	0,02076	1,4569	1,5603	0,00	3,00
Megküzdés - érzelmindított cselekvés	külvirő irányított	13	1,7115	0,61106	0,16948	1,3423	2,0808	0,75	2,50
	önmagá irányított	168	1,5288	0,50672	0,03909	1,4496	1,6040	0,00	3,00
	összesen	763	1,5122	0,55994	0,02027	1,4724	1,5520	0,00	3,00
Megküzdés - érzelmindított cselekvés	nem besorolható	580	0,9524	0,63144	0,02622	0,8719	0,9749	0,00	3,00
	külvirő irányított	13	1,2885	0,78293	0,21715	0,8153	1,7616	0,00	2,25
	önmagá irányított	167	0,9002	0,59338	0,04592	0,8095	0,9909	0,00	3,00
Megküzdés - érzelmindított cselekvés	összesen	760	0,9246	0,62710	0,02275	0,8799	0,9692	0,00	3,00
	nem besorolható	579	1,4335	0,81581	0,03590	1,3669	1,5001	0,00	3,00
	külvirő irányított	13	1,3846	0,96077	0,26547	0,8040	1,9652	0,00	3,00
Megküzdés - visszahúzóds	önmagá irányított	167	1,5719	0,82556	0,06388	1,4457	1,6980	0,00	3,00
	összesen	759	1,4631	0,82144	0,02982	1,4046	1,5216	0,00	3,00
	nem besorolható	579	1,5029	0,73241	0,03044	1,4431	1,5627	0,00	3,00
Életvezetési tanácsadás hatékonyságának értékelése	külvirő irányított	13	1,4615	0,58592	0,16251	1,1075	1,8156	0,67	2,67
	önmagá irányított	167	1,5000	0,78281	0,06058	1,3804	1,6196	0,00	3,00
	összesen	759	1,5015	0,74074	0,02869	1,4488	1,5543	0,00	3,00
SCCI - Döntés	nem besorolható	159	23,5157	9,05608	0,71635	22,0969	24,9345	7,00	35,00
	külvirő irányított	5	24,8000	7,62889	3,41174	15,3275	34,2725	17,00	33,00
	önmagá irányított	43	26,7209	7,63240	1,16393	24,3720	29,0698	7,00	35,00
SCCI - szakma gyakorlata	összesen	207	24,2126	8,81103	0,61241	23,0052	25,4200	7,00	35,00
	nem besorolható	580	3,8138	0,95177	0,03952	3,7362	3,8914	1,00	5,00
	külvirő irányított	13	3,4945	0,86908	0,27432	2,8968	4,0922	2,00	5,00
SCCI - önismeret	önmagá irányított	168	3,8401	1,03923	0,08018	3,6818	3,9984	1,00	5,00
	összesen	761	3,8142	0,97200	0,03524	3,7450	3,8833	1,00	5,00
	nem besorolható	581	3,3015	0,89238	0,03702	3,2288	3,3742	1,00	5,00
SCCI - konzultáció, szakmaismeret	külvirő irányított	14	2,9167	0,93083	0,24676	2,3792	3,4541	1,33	4,67
	önmagá irányított	171	3,3304	0,81057	0,06199	3,2080	3,4528	1,17	5,00
	összesen	766	3,3009	0,87601	0,03165	3,2388	3,3630	1,00	5,00
SCCI - összpontszám/adaptabilitás	nem besorolható	587	3,7686	0,81996	0,03384	3,7021	3,8351	1,00	5,00
	külvirő irányított	14	3,5000	1,01274	0,27067	2,9153	4,0947	1,67	4,67
	önmagá irányított	171	3,7417	0,84833	0,06487	3,6137	3,8698	1,00	5,00
SCCI - összpontszám/adaptabilitás	összesen	772	3,7578	0,82966	0,02986	3,6992	3,8164	1,00	5,00
	nem besorolható	587	3,2429	0,99572	0,04110	3,1622	3,3236	1,00	5,00
	külvirő irányított	14	2,7143	1,14412	0,30576	2,0537	3,3749	1,20	4,60
SCCI - összpontszám/adaptabilitás	önmagá irányított	168	3,4155	1,04004	0,08024	3,2571	3,5739	1,00	5,00
	összesen	769	3,2710	1,01227	0,03650	3,1993	3,3427	1,00	5,00
	nem besorolható	555	89,8892	18,85370	0,80029	87,4172	90,5612	25,00	125,00
SCCI - összpontszám/adaptabilitás	külvirő irányított	12	77,8333	19,73844	5,69800	65,2921	90,3745	53,00	119,00
	önmagá irányított	162	90,1049	19,75270	1,55192	87,0402	93,1697	29,00	125,00
	összesen	729	89,0535	19,10501	0,70759	87,6643	90,4427	25,00	125,00

6.a tábla: Leirő statisztika önrányítottság méréké, férfiak alcsoport

Mellékletek

		N	Átlag	Szórás	St. Hiba	95% megbízhatartomány		Minimum	Maximum
						alsó határ	felső határ		
CES-D Depresszió-skála összpontszáma	nem besorolható	131	19,9024	12,92314	1,12910	17,7586	22,2252	2,00	51,00
	külvüli irányított	3	28,3333	9,45163	5,45690	4,8542	51,8125	21,00	39,00
	önmagá irányította	39	15,6154	10,61433	1,69965	12,1746	19,0562	0,00	41,00
	összesen	173	18,1503	12,52999	0,95264	17,2699	21,0307	0,00	51,00
Hallgatói én-hatékonyaság mutatója	nem besorolható	136	16,0074	3,65249	0,31320	15,3870	16,6298	4,00	20,00
	külvüli irányított	4	16,2500	3,30404	1,65202	10,9925	21,5075	13,00	20,00
	önmagá irányította	43	17,2791	2,85628	0,43558	16,4000	18,1581	5,00	20,00
	összesen	183	16,3115	3,49980	0,25871	15,8010	16,8219	4,00	20,00
Pályaértelesség - konzultál a jövőjéről	nem besorolható	136	3,1109	1,48713	0,12765	2,8607	3,3551	0,00	6,00
	külvüli irányított	4	1,5000	1,00000	0,50000	-0,0912	3,0912	1,00	3,00
	önmagá irányította	42	3,0238	1,45649	0,22474	2,5699	3,4777	1,00	6,00
	összesen	182	3,0495	1,46390	0,10999	2,8324	3,2665	0,00	6,00
Pályaértelesség - tördök a jövőjével	nem besorolható	135	3,6889	1,36844	0,11778	3,4559	3,9218	0,00	6,00
	külvüli irányított	4	3,0000	1,41421	0,70711	0,7497	5,2503	1,00	4,00
	önmagá irányította	42	4,0000	1,49797	0,23114	3,5332	4,4668	0,00	6,00
	összesen	181	3,7459	1,40299	0,10428	3,5401	3,9516	0,00	6,00
Pályaértelesség - kíváncsi a pálya jellemzőire	nem besorolható	137	3,7956	1,80334	0,15407	3,4909	4,1003	0,00	6,00
	külvüli irányított	3	3,3333	2,51661	1,45297	-2,9183	9,5849	1,00	6,00
	önmagá irányította	42	4,5476	1,50126	0,23165	4,0798	5,0154	1,00	6,00
	összesen	182	3,9615	1,76949	0,13116	3,7027	4,2203	0,00	6,00
Pályaértelesség - önbizalom a pályatervezésben	nem besorolható	138	3,8116	1,70251	0,14493	3,5250	4,0982	0,00	6,00
	külvüli irányított	4	4,7500	1,89297	0,94648	1,7379	7,7621	2,00	6,00
	önmagá irányította	41	4,0244	1,29398	0,20209	3,6160	4,4328	1,00	6,00
	összesen	183	3,8798	1,62290	0,11997	3,6431	4,1165	0,00	6,00
Megküzdés - problémaelemzés	nem besorolható	134	0,9714	0,76158	0,06575	0,8415	2,1015	0,00	3,00
	külvüli irányított	4	2,2500	0,95743	0,47871	0,7265	3,7735	1,00	3,00
	önmagá irányította	43	2,2248	0,58518	0,08924	2,0447	2,4049	0,33	3,00
	összesen	181	2,0378	0,73238	0,05444	1,9303	2,1452	0,00	3,00
Megküzdés - kognitív ástrukturálás	nem besorolható	134	1,3812	0,75519	0,06524	1,2522	1,5103	0,00	3,00
	külvüli irányított	4	1,4375	0,46286	0,21348	0,7681	2,1069	1,00	2,00
	önmagá irányította	43	1,7190	0,79287	0,12091	1,4750	1,9630	0,00	3,00
	összesen	181	1,4627	0,76927	0,05718	1,3499	1,5755	0,00	3,00
Megküzdés - alkalmazkodás	nem besorolható	134	1,4326	0,83197	0,05498	1,3249	1,5408	0,00	3,00
	külvüli irányított	4	1,8375	0,51539	0,25769	1,1174	2,7576	1,50	2,50
	önmagá irányította	43	1,6047	0,39428	0,06013	1,4833	1,7260	0,75	2,50
	összesen	181	1,4848	0,58804	0,04371	1,3986	1,5711	0,00	3,00
Megküzdés - érzelmeindítóttá cselekvés	nem besorolható	133	0,9762	0,65781	0,05704	0,8634	1,0890	0,00	2,50
	külvüli irányított	4	1,3750	0,94648	0,47324	-0,1311	2,8811	0,00	2,00
	önmagá irányította	43	0,8857	0,56729	0,08956	0,7049	1,0664	0,00	2,25
	összesen	180	0,9634	0,64839	0,04833	0,8681	1,0588	0,00	2,50
Megküzdés - érzelmi egyensúly megteremtés	nem besorolható	133	1,3684	0,80926	0,07017	1,2296	1,5072	0,00	3,00
	külvüli irányított	4	0,5000	0,40825	0,20412	-0,1496	1,1496	0,00	1,00
	önmagá irányította	43	1,2907	0,70906	0,10813	1,0725	1,5089	0,00	3,00
	összesen	180	1,3306	0,78776	0,05872	1,2147	1,4464	0,00	3,00
Megküzdés - visszahúzóds	nem besorolható	133	1,3709	0,73473	0,06371	1,2449	1,4969	0,00	3,00
	külvüli irányított	4	1,5000	0,85887	0,41944	0,1652	2,8548	0,67	2,67
	önmagá irányította	43	1,4729	0,68477	0,10595	1,2590	1,6867	0,00	3,00
	összesen	180	1,3981	0,72475	0,05402	1,2916	1,5047	0,00	3,00
Élevezetési tanácsadás hatékonyságának értékelése	nem besorolható	39	22,3077	8,44535	1,35234	19,5700	25,0454	7,00	35,00
	külvüli irányított	0							
	önmagá irányította	7	25,4286	9,55436	3,61121	16,5923	34,2649	7,00	35,00
	összesen	46	22,7826	8,58400	1,26564	20,2335	25,3317	7,00	35,00
SOCÍ - Döntés	nem besorolható	134	3,7846	0,97250	0,08401	3,6185	3,9508	1,00	5,00
	külvüli irányított	4	3,3571	1,56436	0,79218	0,8361	5,8782	2,00	5,00
	önmagá irányította	43	3,7841	1,01847	0,15332	3,4706	4,0975	1,14	5,00
	összesen	181	3,7751	0,99330	0,07383	3,6294	3,9207	1,00	5,00
SOCÍ-szakma gyakorlata	nem besorolható	138	3,3430	0,91769	0,07812	3,1885	3,4975	1,00	5,00
	külvüli irányított	4	3,2917	1,03972	0,51986	1,8372	4,9461	2,33	4,67
	önmagá irányította	44	3,4659	0,99309	0,14157	3,1804	3,7514	1,17	5,00
	összesen	186	3,3710	0,92143	0,06756	3,2377	3,5043	1,00	5,00
SOCÍ - önismeret	nem besorolható	137	3,7482	0,87544	0,07479	3,6003	3,8961	1,00	5,00
	külvüli irányított	4	3,4583	1,10029	0,55015	1,7075	5,2091	2,00	4,67
	önmagá irányította	44	3,8220	0,86335	0,12562	3,5696	4,0763	1,33	5,00
	összesen	185	3,7595	0,86687	0,06373	3,6337	3,8852	1,00	5,00
SOCÍ-konzultáció, szakmaismeret	nem besorolható	138	3,2130	0,98580	0,08392	3,0471	3,3790	1,00	5,00
	külvüli irányított	4	2,4500	1,48212	0,74106	0,0916	4,8084	1,20	4,60
	önmagá irányította	42	3,4857	0,95472	0,14732	3,1882	3,7832	1,60	5,00
	összesen	184	3,2587	0,99772	0,07355	3,1136	3,4038	1,00	5,00
SOCÍ - összpontszám/adaptabilitás	nem besorolható	131	88,5573	19,89633	1,73835	85,1181	91,9964	25,00	125,00
	külvüli irányított	4	80,0000	28,99425	14,49713	33,8637	126,1363	53,00	119,00
	önmagá irányította	41	91,5386	20,53302	3,20672	85,0566	98,0176	38,00	125,00
	összesen	176	89,0568	20,20770	1,52321	86,0506	92,0630	25,00	125,00

6.b tábla: Leíró statisztika önirányítottaság mérése, nők alcsoport									
		N	Átlag	Szórás	St. Hiba	95% megbízhatósági tartomány		Minimum	Maximum
						alsó határ	felső határ		
CES-D Depresszió-skála összpontszáma	nem besorolható	425	21,5859	13,10220	0,63555	20,3367	22,8351	0,00	60,00
	külvüli irányított	8	30,3750	15,03270	5,31486	17,8073	42,9427	11,00	49,00
	önmagá irányította	116	20,6525	11,50130	1,05876	18,5557	22,7494	0,00	51,00
	összesen	551	21,5136	12,83204	0,54666	20,4386	22,5874	0,00	60,00
Hallgatói én-hatékonyaság mutatója	nem besorolható	444	16,4302	3,16828	0,15036	16,1347	16,7257	4,00	20,00
	külvüli irányított	10	15,9000	2,88483	0,91226	13,8363	17,9637	10,00	19,00
	önmagá irányította	125	16,8180	2,66323	0,24000	16,3410	17,2910	4,00	20,00
	összesen	579	16,5043	3,06581	0,12741	16,2641	16,7546	4,00	20,00
Pályaértelesség - konzultál a jövőjéről	nem besorolható	450	3,2267	1,41018	0,06648	3,0960	3,3573	0,00	6,00
	külvüli irányított	10	3,5000	1,08012	0,34157	2,7273	4,2727	2,00	5,00
	önmagá irányította	127	3,0315	1,44165	0,12793	2,7783	3,2847	0,00	6,00
	összesen	587	3,1891	1,41301	0,06832	3,0746	3,3036	0,00	6,00
Pályaértelesség - tördök a jövőjével	nem besorolható	446	4,0717	1,28579	0,06088	3,9521	4,1914	0,00	6,00
	külvüli irányított	10	3,8000	1,87380	0,59255	2,4596	5,1404	1,00	6,00
	önmagá irányította	127	4,1181	1,36052	0,12073	3,8792	4,3570	0,00	6,00
	összesen	583	4,0772	1,31181	0,05433	3,9705	4,1839	0,00	6,00
Pályaértelesség - kíváncsi a pálya jellemzőire	nem besorolható	449	4,0490	1,70930	0,08067	3,8905	4,2075	0,00	6,00
	külvüli irányított	10	3,7000	1,63639	0,51747	2,5294	4,8706	1,00	6,00
	önmagá irányította	127	4,1732	1,51759	0,13466	3,9067	4,4397	0,00	6,00
	összesen	586	4,0700	1,69726	0,08867	3,9347	4,2052	0,00	6,00
Pályaértelesség - önbizalom a pályatervezésben	nem besorolható	447	3,6644	1,76898	0,08367	3,5000	3,8289	0,00	6,00
	külvüli irányított	10	3,1000	1,91195	0,60461	1,7323	4,4677	0,00	6,00
	önmagá irányította	127	3,8740	1,70430	0,15123	3,5747	4,1733	0,00	6,00
	összesen	584	3,7003	1,75837	0,07276	3,5574	3,8432	0,00	6,00
Megküzdés - problémaelemzés	nem besorolható	447	2,0317	0,68112	0,03222	1,9684	2,0950	0,00	3,00
	külvüli irányított	9	2,4815	0,41201	0,13734	2,1648	2,7982	2,00	3,00
	önmagá irányította	125	2,1293	0,78256	0,06999	1,9608	2,2679	0,00	3,00
	összesen	581	2,0597	0,70315	0,02917	2,0024	2,1170	0,00	3,00
Megküzdés - kognitív ástrukturálás	nem besorolható	446	1,3754	0,73051	0,03460	1,3074	1,4434	0,00	3,00
	külvüli irányított	9	1,4444	0,64684	0,21561	0,8472	1,9417	0,50	2,25
	önmagá irányította	124	1,5766	0,79004	0,07095	1,4362	1,7170	0,00	3,00
	összesen	579	1,4195	0,74591	0,03100	1,3587	1,4804	0,00	3,00
Megküzdés - alkalmazkodás	nem besorolható	448	1,5247	0,55335	0,02615	1,4733	1,5761	0,00	3,00

A felsőoktatási tanácsadás lehetőségei a lemorzsolódás veszélyének csökkentésében

	kivárdi irányított	9	1,8111	0,65085	0,21695	1,1108	2,1114	0,75	2,50
	önmagá irányított	125	1,5000	0,53882	0,04819	1,4046	1,5954	0,00	3,00
	összesen	582	1,5208	0,55116	0,02285	1,4759	1,5656	0,00	3,00
Megküzdés - érzelemindította cselekvés	nem besorolható	447	0,9077	0,62327	0,02948	0,8498	0,9657	0,00	3,00
	kivárdi irányított	9	1,2500	0,78035	0,25345	0,6655	1,8345	0,25	2,25
	önmagá irányított	124	0,9052	0,59775	0,05368	0,7990	1,0115	0,00	3,00
	összesen	580	0,9125	0,62042	0,02576	0,8619	0,9631	0,00	3,00
Megküzdés - érzelmi egyensúly megteremtés	nem besorolható	446	1,4529	0,81766	0,03872	1,3768	1,5290	0,00	3,00
	kivárdi irányított	9	1,7778	0,87003	0,29001	1,1090	2,4465	0,00	3,00
	önmagá irányított	124	1,8894	0,84316	0,07572	1,5195	1,8192	0,00	3,00
	összesen	579	1,5043	0,82797	0,03441	1,4367	1,5719	0,00	3,00
Megküzdés - visszahúzódis	nem besorolható	446	1,5422	0,72792	0,03447	1,4745	1,6100	0,00	3,00
	kivárdi irányított	9	1,4444	0,50000	0,16667	1,0601	1,8288	1,00	2,67
	önmagá irányított	124	1,5094	0,81353	0,07306	1,3648	1,6540	0,00	3,00
	összesen	579	1,5337	0,74333	0,03969	1,4730	1,5944	0,00	3,00
Életvezetési tanácsadás hatékonyságának értékelése	nem besorolható	120	23,9083	9,24821	0,84424	22,2366	25,5800	7,00	35,00
	kivárdi irányított	5	24,8000	7,62889	3,41174	15,3275	34,2725	17,00	33,00
	önmagá irányított	36	26,9722	7,33699	1,22311	24,4892	29,4553	7,00	35,00
	összesen	161	24,9211	8,85857	0,69815	23,2423	25,9999	7,00	35,00
SCCI - Döntés	nem besorolható	446	3,8225	0,94639	0,04481	3,7345	3,9106	1,00	5,00
	kivárdi irányított	9	3,5556	0,71587	0,23862	3,0053	4,1058	2,57	4,57
	önmagá irányított	125	3,8594	1,04962	0,09388	3,6736	4,0452	1,00	5,00
	összesen	580	3,8264	0,96581	0,04010	3,7476	3,9051	1,00	5,00
SCCI-szakma gyakorlata	nem besorolható	443	3,2886	0,88501	0,04205	3,2059	3,3712	1,00	5,00
	kivárdi irányított	10	2,7667	0,89650	0,28350	2,1254	3,4080	1,33	4,33
	önmagá irányított	127	3,2835	0,75951	0,06740	3,1501	3,4168	1,33	5,00
	összesen	580	3,2784	0,89055	0,03573	3,2363	3,3486	1,00	5,00
SCCI - önismeret	nem besorolható	450	3,7748	0,80322	0,03786	3,7004	3,8492	1,00	5,00
	kivárdi irányított	10	3,5167	1,03771	0,32815	2,7743	4,2590	1,67	4,67
	önmagá irányított	127	3,7139	0,85498	0,07587	3,5638	3,8641	1,00	5,00
	összesen	587	3,7572	0,81824	0,03376	3,6909	3,8236	1,00	5,00
SCCI-konzultáció, szakmaismeret	nem besorolható	449	3,3921	0,99967	0,04718	3,1594	3,3448	1,00	5,00
	kivárdi irányított	10	2,8200	1,05599	0,33393	2,0646	3,5754	1,60	4,20
	önmagá irányított	126	3,3921	1,06955	0,09528	3,2035	3,5806	1,00	5,00
	összesen	585	3,2749	1,01762	0,04207	3,1922	3,3575	1,00	5,00
SCCI - összpontszám/adaptibilitás	nem besorolható	424	89,1226	18,54211	0,90048	87,3527	90,8526	25,00	125,00
	kivárdi irányított	8	76,7500	15,74575	5,56696	63,5862	89,9138	56,00	103,00
	önmagá irányított	121	89,6198	19,54493	1,77681	86,1019	93,1378	29,00	123,00
	összesen	553	89,0524	18,75951	0,79774	87,4855	90,6184	25,00	125,00