



Kapcsolataink (védő)hálójában

FETA Könyvek 8.





Kapcsolataink (védő)hálójában

Szerkesztette:

Puskás-Vajda Zsuzsa, Bán Judit és Lisznyai Sándor

FETA Könyvek 8.

Budapest, 2013



Szerkesztette: Puskás-Vajda Zsuzsa, Bán Judit és Lisznyai Sándor
Szakmai lektor: Takács Ildikó
Olvasószerkesztő: Halmi Zsófia
Tördelőszerkesztő: Kerülő Tünde

ISSN 1788-9863

ISBN 978-963-88170-6-8

© Balázs Szabina, Balogh Anna, Bán Judit, Berényi András, Engler Ágnes,
Gerencsér Dóra, Hevér Evelin, László Noémi, Lisznyai Sándor, Mester Dolli,
Pásztor Anett, Takács Rita

Kiadja a Felsőoktatási Tanácsadás Egyesület
1064 Budapest, Izabella utca 46.
Honlap: <http://www.feta.hu>, E-mail: feta@feta.hu
E-mail: feta@feta.hu
Telefon: (06 1) 461-2692
Felelős Kiadó: a FETA elnöke

Készült: az Innostart Kft-ben.



TARTALOMJEGYZÉK

Előszó	7
Mester Dolli:	
Hogyan tervezik a fiatalok a jövőjüket a családi szocializáció tükrében?	9
Berényi András – Bán Judit:	
Család, párkapcsolat, házasság – ahogyan az egyetemisták látják.....	27
Engler Ágnes:	
Gyermekekkel abszolválva. Családos hallgatók tanulmányi életpályája	41
Lisznyai Sándor:	
Az egyetemi tanácsadás kompetenciahatárai	53
László Noémi – Gerencsér Dóra – Bán Judit:	
A kortárs segítők közösségfejlesztő szerepe a felsőoktatásban. Eddigi gyakorlatok és további lehetőségek.....	61
Bán Judit – Balázs Szabina – Balogh Anna – Hevér Evelin:	
Ami kortársak közt felmerül... Az ELTE Kortárs Segítő Csoport eseteinek vizsgálata	73
Pásztor Anett – Takács Rita:	
„Kortárs tehetségsegítők a felsőoktatásban” – Tapasztalatok egy kortárs segítő csoport alakulásáról a Nyugat-magyarországi Egyetemen	93





Előszó

Amikor a felsőoktatásban tanuló fiatalokról esik szó, legtöbbször a következő kép jelenik meg előttünk: hátizsákos, épphogy már nem kamasz diákok sietnek az előadásokra és ülnek a könyvek felett. Még szokják az otthontól való távolságot, de élvezik a szabadságot. Minden gondolatuk a vizsgák és a tanulás körül forog. Ha problémáik vannak, akkor csakis ezen a területen, és a segítségre is itt van a legnagyobb szükségük.

A kötetünkben olyan írásokat gyűjtöttünk össze, amelyek segítenek tágitani és árnyalni ezt a képet. A tanulás és a karriertervezés mellett egy másik, szintén ebben a korban már fontossá váló területre, a párkapcsolatra és a családalapításra szeretnénk ráirányítani a figyelmet. Megpróbáljuk feltérképezni, hogy a tanuláson kívül miben és hogyan szükséges még támogatni a fiatalokat, és azt is, ők hogyan tudják egymást segíteni, szem előtt tartva természetesen a lehetőségek mellett a kompetenciahatárokat is.

Mester Dolli vizsgálata figyelmeztet minket arra, hogy a jövőtervezésben bizony nem mindig és nem kizárólag csak a jövő felé kell tekintenünk – fontos információt hordoz az is, hogy milyen fészek az, amelyből kirepülni készülünk. A céljainkat befolyásolhatja, hogy mi magunk milyen mintákat láttunk az életünkben, és a szüleink milyen értékeket közvetítettek a nevelésük során. A cikkben iránymutatást találunk arra, hogy a felsőoktatási intézmények hogyan tudnak segíteni az otthonról hozott értékek és készségek kiegészítésében, áttervezésében.

Berényi András a jövőképen belül kifejezetten a párkapcsolat és a családalapítás témáját boncolgatta debreceni egyetemistákkal. Az általa megkérdezett hallgatók narratíváiban az ideális partnerrel, a jegyesség, a házasság és a válás intézményével, valamint a tervezett saját családdal kapcsolatban ötvöződik a hagyományos és a modern felfogásmód. Cselekvésre szólítja fel a felsőoktatásban dolgozó tanácsadókat a fiatalok interjúélménye: szívesen vettek részt azokon, hiszen nincs alkalmuk erről a témáról beszélgetni, anélkül viszont a véleményüket is nehezen tudják kialakítani. A Debreceni Egyetem Mentálhigiénés és Esélyegyenlőségi Központja már hozzálátott ennek az igénynek a kielégítéséhez, ami talán az ország többi segítőjét is felbátorítja.

Engler Ágnes más oldalról közelítette meg a hallgatók és a család témáját – olyan egyetemi és főiskolai hallgatókat kérdezett, akik már család mellett vágtak bele a felsőfokú tanulmányaikba. Vizsgálata megmutatja, a továbbtanulás egyénileg megtérül az intellektuális, a szociális és a munkaerőpiaci szférában, ugyanakkor a saját család fenntartásához szükséges készségek is segíthetnek az eredményes tanulásban, a hatás tehát kétirányú. Nem beszélve a legértékesebb hozadékról: a hallgató kivívja a családjá büszkeségét, és követendő példát mutat a gyermekeinek.

A család nyújtotta segítségen túl a tanulmányok sorában megjelennek a hallgatótársak támogatásáról érkező írások is. László Noémi, Gerencsér Dóra és Bán Judit cikke a kortárs közösségek témáját járja körbe. Miért és hogyan érdemes a hallgatóknak összefogniuk, mit adhatnak ők és mit tanulhatnak másoktól? Bemutatnak már működő hazai és külföldi kortárs csoportokat, azzal a nem rejtett szándékkal, hogy példákkal és ötletekkel buzdítsák az ország egyetemeit és egyetemistáit a közösségépítésre.

Az ELTE Kortárs Segítő Csoport pszichológushallgatók kortárs közösségeként nyíltan zászlójára tűzte a hallgatótársak segítségét. Bán Judit és szerzőtársai írásukban az utóbbi éveket összegezve betekintést engednek munkájukba, és megmutatják, hogy miben lehet kortárs kortársnak segítségére. Talán nem meglepő, hogy a tanulmányokkal kapcsolatos témák sokszor, de nem kizárólagosan fordulnak elő.

Pásztor Anett és Takács Rita a Nyugat-Magyarországi Egyetem Benedek Elek Pedagógiai Karán a kortárs közösségépítés talán legizgalmasabb fázisának lehetnek szemtanúi és aktív közreműködői – a megalakulásnak és célkitűzéseknek. A speciális, kortárs tehetségsegítő csoport munkáját egy önismereti és szakmai szocializációs tréninggel indították el. Ennek tartalmát és tapasztalatait osztják meg velünk.

A kötetet Lisznya Sándor írása zárja mintegy felkiáltójelként, amellyel a felsőoktatási tanácsadás feladataira és hatáira hívja fel a figyelmünket. A borderline személyiségzavart mutatja be példákon keresztül, és nem véletlenül esett erre a zavarra a választása, hiszen itt is nagy szerepet kapnak a kapcsolatok.

Bízunk benne, hogy kötetünk eléri a célját, és sikerült olyan nézőpontokat bemutatnunk, amelyek segítenek a felsőoktatásban tanuló fiatalok egyetemi éveit megkönnyíteni.

a szerkesztők



Mester Dolli¹

Hogyan tervezik a fiatalok a jövőjüket a családi szocializáció tükrében?

Bevezetés

A serdülő- és ifjúkor olyan életperiódusa az egyénnek, mely egyrészt a test-lelki változások kitüntetett időszaka, másrészt felkészülés a felnőttkorra, a jövőről való gondolkodás, tervezgetés, a felnőtt lét feladatainak előkészítését foglalja magába (Poole és Cooney, 1987; Nurmi, Poole, Kalakoski, 1994). Azok a célok és tervek, valamint az ezekhez kapcsolódó döntések, melyek ebben az időszakban megfogalmazódnak, meghatározó szerepet töltenek be a fiatalok későbbi életében.

Személyiségbeli, szociális és motivációs tényezők játszanak szerepet ezeknek a céloknak a kialakításában és megvalósításában. Kutatásunkban a felsőoktatásban tanuló fiatalokra helyeztük a hangsúlyt, mivel önmagában véve a fiatalkor is számos kihívást támaszt, mindemellett a felsőoktatásban eltöltött időszak szintén intenzív fejlődési szakaszt jelent, melyben az ismeretek elsajátítása, képességfejlesztés, szakmai kompetencia alakulása mellett a személyiség formálódása is új utakat vesz. Ugyanakkor a jövő tervezése egyre sokrétűbb kihívást jelent a fiataloknak. Megnőtt a választási lehetőségek száma, nagyobb szabadsággal rendelkeznek a célok kivitelezésében illetve a mellettük való elköteleződésben. Azzal is szembe kell nézniük, hogy a keresési, kivitelezési folyamat nehézségekkel, siker-kudarcélményekkel teli próbálkozásokkal van tele. Mindezekon túl, az új helyzettel való megküzdés, a családtól való távolság, a beilleszkedéssel, együttélés kényszerével együtt járó stressz, a tanulási képességekbe vetett hit megingása, a siker-kudarc élményekkel teli helyzetek számának növekedése újabb terheket ró a fiatalokra.

Feltételezzük, hogy a jövőkép formálódása szorosan összefügg az egyén szocializációs folyamatával abban az értelemben, hogy befolyást gyakorol az egyénre az a szociális közeg, melyben nevelkedik, fejlődik, és ezek a hatások kihatnak a jövőkép alakulására is. Laurens és Collins (2009) szerint a szülői nevelés a családi környezet szociális-emocionális és kognitív aspektusán keresztül gyakorol közvetett hatást a gyerek jövő-orientációjára. A szülők ötleteket adhatnak, irányt mutathatnak abban,

¹ Eszterházy Károly Főiskola, Pszichológia Tanszék, dolli.mester@gmail.com

hogya a fiatalok milyen jövőbeli célokat, terveket fogalmazzanak meg. Egyes elképzeléseket támogatnak, másokat elvetnek, de a szülői támogatás, segítség megvalósulása mellett konkrétabb, stabilabb képet tudnak a fiatalok kialakítani magukban a jövőjükre vonatkozóan. Ami abból a szempontból különösen fontos, hogy ezekkel a célokkal kapcsolatban pontosabb terveket tudjanak kidolgozni, és mindinkább képesek legyenek ezek megvalósításához igazítani cselekvéseiket, döntéseiket.

Elméleti háttér

A jövő-orientáció sajátosságai

A jövő-orientáció lényegében azt mutatja meg, hogy az emberek hogyan látják a jövőjüket, célkitűzéseiket megoldási terveikkel és stratégiáikkal összefüggésben (Nurmi, 1994). Ezeknek a jövőre vonatkozó elképzeléseknek a lényege, úgy ragadható meg, hogy a jelenben véghez vitt cselekvések, a jelenben meghozott döntések kapcsolódnak a jövőbeli eseményekhez, és ennek a kapcsolatnak a tudatosságára utalnak ezek a kilátások.

Nurmi (1998) elképzelése szerint a jövő-orientáció pszichológiai folyamatában három, egymást követő elem különíthető el: motiváció, tervezés és értékelés. A motiváció lényegében a különböző szükségletek kielégítésére irányuló késztetést jelenti, de olyan húzóerő is egyben, mely céljaikban megjelenik. A tervezés folyamatában végiggondoljuk, melyek azok a tárgyi és személyi feltételek, amelyek a célok megvalósításához elengedhetetlenül szükségesek, és amelyek befolyásolhatják, hogy a tervek mennyire fognak megvalósulni. Az értékelés során pedig kiválasztjuk azokat az eseményeket, alternatívákat, melyek végrehajthatóak, reális szintű kockázattal rendelkeznek és kognitív szinten is értelmezhetőek számunkra (Molnár, 2002).

Nurmi elméletéből kiindulva Seginer és munkatársai (Seginer, Nurmi és Poole, 1991; Seginer, 1995, 2000, 2005) egy olyan háromdimenziós modellt képzeltek el, mely általános, az élet minden területére érvényes és három összetevőből áll, melyek a jövő-orientáció motivációs, kognitív reprezentációs és viselkedési aspektusait írják le. Ebben a modellben a motivációs komponens (érték, várakozás, kontroll) közvetlen hatást gyakorol a kognitív (remények és félelmek) valamint a viselkedési (felderítés és elköteleződés) komponensekre (Seginer, 2009).

A jövő-orientációval kapcsolatos kutatásokat nézve Norman (1999) létrehozott egy integrált modellt, melyben egyesíteni próbálta a különböző megközelítéseket. Eszerint a jövő-orientáció azzal a személyes motivációval függ össze, melynek lényege, hogy az egyénnek sikerüljön elérnie reményeit jövőbeni selfjében valamint, hogy elkerülje selfjének azon vonatkozásait, melyektől valami okból kifolyólag tart. Nor-

man véleménye szerint a jövő-orientáció olyan mögöttes tényezőket foglal magába, melyek megmutatják annak mértékét, hogy mennyire hozzáférhető a jövőbeli self, mennyire része ez az aktuális selfnek, mennyire tekinthető integrált egésznek a jövőbeni self önmagában véve is, és milyen mértékben tartja kontrollálhatónak az egyén ennek a jövőbeni selfnek az elérését vagy elkerülését.

A jövőről való gondolkodás változáson megy keresztül a fejlődéssel összhangban, de a nemek között is kimutatható eltérés a jövő-orientált elképzelések megfogalmazásában. Nurmi (1994) kutatásában azt találta, hogy a lányoknál nagyobb százalékban jelennek meg a jövőképben a családi élettel kapcsolatos remények, a házasság, félelmek is sokszor a jövőbeli családhoz kapcsolódnak, míg a fiúknál a szabadidővel, barátokkal kapcsolatos remények fogalmazódtak meg nagyobb arányban. Újabb kutatások azt mutatják, mindkét nem esetében az oktatással, munkával, családdal kapcsolatos tervek szerepelnek az élen. A lányok családi élettel kapcsolatos reményei és félelmei mellett a fiúknál nem csak a barátokkal, hanem a birtokolni kívánt javakkal kapcsolatos elképzelések is hangsúlyosak voltak (Sallay, 2003; Jámori, 2004). Végül soron elmondható, hogy a lányokat a szociális kérdések, a fiúkat a teljesítmény és a javak érdeklik inkább a jövőbeli célkitűzéseiket tekintve (Salmela-Aro, Nurmi és mtsai, 2000).

Személyes célok rendszere

Kutatásunkban a fiatalok jövőképét személyes jövőre vonatkozó céljainkon keresztül térképeztük fel. A személyes célokra vonatkozóan eltérő terminusokat használtak a különféle elméletalkotók, aszerint, hogy milyen kognitív-motivációs rendszerben elemezték ezeket a célokat. Így például, „jelenlegi érdeklődési körnek” (Klinger, 1977, idézi: Brunstein, Schultheiss és Maier, 1999), „személyes projektnek” (Emmons, 1986), vagy „individualizált életfeladatoknak” (Cantor és Kihlstrom, 1987, idézi: Brunstein, Schultheiss és Maier, 1999) nevezték a személyes célokat. A különböző terminusok ellenére ezen elképzelésekben az embereket olyan előrelátó, optimista beállítódású, motivált lényeknek tekintették, akik képesek megfogalmazni saját vágyaikat, igényeiket, és viselkedésüket úgy alakítják, hogy azok biztosítsák a célok elérését (Smith, 1999).

Brunstein és Maier (1996) szerint a személyes célok olyan jövő-orientált reprezentációként képzelhetők el, melyek elérésére az egyén törekszik, vagy igyekszik azokat elkerülni jelen élethelyzetében. A célok rendszere egy olyan komplex struktúrát alkot, mely magában foglalja a cél elérésére vonatkozó viselkedési tervet, a megvalósításhoz szükséges eszközök kiválasztását, valamint feltételezi, hogy az egyén értékeli saját motívumait, illetve a környezeti elvárásokat, normákat is figyelembe veszi, melyek befolyással lehetnek a kitűzött célok elérésére (Nuttin, 1984).

A családi szocializáció, szülői nevelési dimenziók

Különbéle tipológiák, elméleti modellek születtek, amelyek a nevelési stílusokat próbálták meghatározni. Ha ezeket elemezzük, megállapítható, hogy a két legfontosabb dimenzió, amelyek mentén leggyakrabban jellemezhetőek a különböző nevelési stílusok, az engedékenységszigorúság, amely arra utal, hogy mennyi szabadságot biztosítanak a szülők a gyermeküknek; illetve az érzelmi melegségellenesség, amely arra utal, hogy a szülők gyermekük iránt milyen mértékű szeretetet mutatnak. Becker (1964) és Schaefer (1959) a kontroll és az érzelmi melegség dimenzióját emelik ki a szülői nevelésre vonatkozóan (Jámbori, 2007). Baumrind (1978) a kontroll, a gondoskodás, a világos kommunikációs sémák és a gyerekekkel szemben támasztott követelmények dimenzióiból kiindulva három fő nevelési stílust különböztetett meg: tekintélyelvű, engedékeny és autoritativ nevelésről beszél. Az autoritativ nevelést és jellemzőit vizsgálva Steinberg (1990) úgy véli, hogy a szülői nevelés ezen fajtája három komponensből áll össze: a szülői melegség, strukturáltság és a függetlenedés. Sallay és Münnich (1999) szerint a nevelés három egymástól független dimenzióját különböztethetjük meg: gondoskodás, korlátozás és függetlenségre nevelést. A korlátozás vagy olyan családi légkörre utal, melyben a szabályok betartása kötelező, és ez szigorú neveléssel, valamint konformitással, mint nevelési céllal párosul, vagy egy szabály-orientált családi légkörre utal, melyben az említett konformitás és következetesség érvényesül. Az ilyen légkör sok esetben konfliktusokkal terhelt. A gondoskodás pedig olyan harmonikus légkört takar, mely érzelem orientált, a gyereket nem manipulálják, a szülők következetesek, kiszámíthatóak elveikben, viselkedésükben, nevelési attitűdjük támogató jellegű és segítik a gyerek önállósági törekvéseit (Mester, 2012). Kutatásunkban ezt az elgondolást vettük alapul.

Mint már a bevezetőben említettük, a szülői nevelési hatásokat tekinthetjük a fő szocializációs ágensnek. Tudjuk, hogy a serdülő- ifjúkor időszakában, mikor a fiatal keresi helyét a világban, a megfelelő családi működés, támogatás fontos lehet, és nagy segítséget jelenthet a célok keresésében és kitűzésében. De rögtön szembesülnünk kell több problémával, melyek a családok szerepében bekövetkezett változásokból fakadnak. Nálunk is, mint sok európai országban jelentős átalakuláson ment keresztül a családi élet mintázata (Hess, 1995). Manapság egyre nő a válások száma. Ennek következtében hiányzik a szocializációból az egyik szülői minta (apa vagy az anya szerep), ennek nyomán nem kap teljes képet a gyerek a szülői szerepekről, feladatokról. Az egyedül maradó szülő leterheltsége megnő, érzelmi, fizikai felelőssége fokozódik és bármennyire is szeretné, soha nem fogja tudni teljes mértékben pótolni, helyettesíteni a másik, távol lévő szülőt (Bodonyi, Hegedűs, 2006). Mindezekből következően

feltételezhető, hogy a csonka családokban más jellegű nevelési dimenziók érvényesülnek, alacsonyabb szintű gondoskodás, és nagyobb mértékű kontroll, korlátozás tapasztalható a nevelésben.

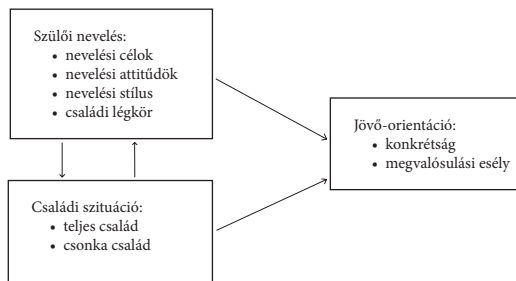
A változások azonban a teljes családokat is érintik. Napjainkban elmondható, hogy az ún. tradicionális család már a múlté, megváltozott a házasság intézményéről vallott felfogás, de a családon belüli szerepek, a felelősség megosztása is változásokon ment keresztül, mert pl. a nőknek is munkába kellett állniuk, a megfelelő életszínvonal fenntartásához vagy megnőtt a magasabb iskolai végzettségre való törekvés. A tanulási idő kitolódott 18-25 éves korig, és a gyerek fő feladata az lett, hogy az iskolára koncentráljon. Mindemellett a tanulmányokat folytató, pálya- és családalapítás előtt álló fiatalok hosszabb ideig szorulnak a szülők segítségére. A meghosszabbodott tanulási, képzési idő következtében, és részben az egyéb társadalmi értékrendbeli változásoknak köszönhetően a családalapítás ideje kitolódott a 20-as évek vége felé. Bár ez nem feltétlenül jelent rosszat, hiszen érettebben, nagyobb felelősséggel tudják nevelni gyermekeiket (Kollega Tarsoly, 1997).

A szülői nevelés hatása a fiatalok jövő-orientációjára

Kutatások támasztják alá, hogy a szülői hatások befolyásolják azt, hogy a serdülők milyen fajta célokat tűznek ki maguk elé. A kevésbé kontrolláló, gondoskodó családokban nevelkedett serdülőknél inkább megfigyelhető a továbbtanulási vágy, foglalkoztatja őket, milyen oktatási, elhelyezkedési lehetőségeik lesznek, és általában optimistábban tekintenek a jövőbe (Nurmi, 2004).

Pulkkinen (1990) vizsgálatában kimutatta, hogy a serdülők terveinek konkrétsága kapcsolatban állt a szülők hivatásával és munka feltételeivel. Scabini, Lanz és Marta (1999) a családi elégedettség szerepét emelték ki a család jövő-orientációra gyakorolt hatásai közül. Seginer (2009) szerint a szülői nevelés az elfogadás és az autonómia biztosítása révén támogatja a serdülők jövőbeli célkitűzéseit. Shoyer (2006) kutatásában megfigyelte, hogy a gyerek személyes céljai vagy az anyák ötleteit, elképzeléseit fejezik ki, vagy a szülői perspektívát foglalják magukba (Seginer és Shoyer, 2012).

A fent említett vizsgálati eredményekből, kutatásokból kiindulva a következő 1. ábrán bemutatott elméleti modell szolgál kiindulási pontként kutatásunkhoz.



1. ábra. Elméleti modell a szülői nevelés, a családi szituáció és a jövő-orientáció összefüggésére

Célkitűzésünk az volt, hogy a családi nevelési légkör, a szülők nevelési stílusának, attitűdjének és a családi szituációnak, melyben a fiatal felnővekedett, szerepét tanulmányozzuk a jövő-orientáció alakulásában. Nemi különbségekkel kapcsolatban feltételezzük, hogy (1) a lányok gyakrabban említenek jövőbeli családi életükkel kapcsolatos célokat, míg a fiúk esetében a hivatás, karrier és a birtokolt tárgyak, javak kerülnek az előtérbe. A családi szituációból kiindulva feltételezzük, hogy (2) a csonka családban felnőtt fiatalok gyakrabban említenek jövőbeli családi élettel kapcsolatos célokat, mivel jövőképüknek hangsúlyosabb eleme a harmonikus, boldog családi élet. (3) A csonka családban felnőtt fiatalok konfliktusosabbnak érzlelik családi környezetüket, míg a teljes családban felnőtt fiatalok családi környezetére inkább a szabályorientáltság és következetesség jellemző. Elméleti modellünkkel összefüggésben a családi szocializáció és a jövő-orientáció összefüggéseire vonatkozóan feltételezzük, hogy (4) a szabályorientált légkörben nevelkedés konkrétabb célok megfogalmazását teszi lehetővé a tanulmányokkal, a jövőbeli családdal és a munkával kapcsolatban, mivel ez a légkör pontosabb célorientációt eredményez. (5) A konfliktusos, korlátozó családi légkörben nevelkedett fiatalok pedig kevésbé tartják megvalósíthatónak a tanulmányokkal, a jövőbeli családdal és a munkával kapcsolatos jövőbeli céljaikat, mivel kevesebb szülői támogatást kapnak célkitűzéseik megvalósításához.

Módszer

Vizsgálati minta

Az adatgyűjtés az egri Eszterházy Károly Főiskola hallgatóinak körében történt. A vizsgálatban való részvétel önkéntes volt, az adatgyűjtés személyenként történt.

A vizsgálatban 493 hallgató vett részt (fiú: 105 fő, lány: 388 fő). A hallgatók átlagéletkora 21,72 év volt (szórás 3,217, medián értéke 21 év).

A vizsgálati személyek közül csonka családban nőtt fel 57 fő. Ebből csak anyá nevelt 50 főt (fiúk: 11 fő, lányok: 39 fő), csak apa nevelt 7 főt (fiúk: 1 fő, lányok: 6 fő). Teljes családban nőtt fel 427 fő (fiúk: 92 fő, lányok: 335 fő) nagyszülők neveltek 6 főt, nevelőszülőknél nevelkedett 2 fő (mind a nyolcan lányok voltak), és rokonok neveltek 1 főt.

Mérőeszközök

A főiskolai hallgatók jövő-orientációját a Jövő-orientáció Kérdőív rövidített változatával (Nurmi, Poole és Seginer, 1992) mértük. Ebben a kérdőívben fel kellett sorolni a hallgatóknak a jövőjükkel kapcsolatos vágyaikat és félelmeiket. Tovább a leírt célokat értékelniük kell egy hétfokú Likert skálán, megjelölve, hogy mennyire látják annak esélyét, hogy céljaik megvalósulnak és mennyire rendelkeznek pontos tervekkel a célok megvalósítására vonatkozóan.

A megfogalmazott célokat, egy előre kidolgozott és már használt (Nurmi, Poole és Seginer, 1995) kategóriarendszer segítségével tartalomelemeztek. A kódrendszer 13 fő kategóriát tartalmazott (pl.: munka, továbbtanulás, család, barátok, egészség, szülőkkkel való kapcsolat, szabadidő, birtokolt javak stb.)

A főiskolai hallgatók családról és a szülői nevelésről kialakított percepcióit a Családi Szocializáció Kérdőív magyar változatával (Dalbert és Goch, 1997) vizsgáltuk. A kérdőív a családi klímát, nevelési célokat, attitűdöket és stílusokat méri fel. A 47 tételes kérdőív családi légkört mérő skálái mellett külön skálák mérik fel az anyai és az apai viselkedést ugyanazokban a nevelési dimenziókban. A következő nyolc skálát alkalmaztuk: szabályorientált/konfliktusos családi légkör, manipulatív/következetes nevelési attitűd, inkonzisztens/támogató/büntető nevelési stílus, autonómia/konformitás mint nevelési cél.

Végül a Háttér Kérdőívben kérdeztünk rá szociodemográfiai jellemzőkre, mint nem, életkor, testvérek száma, szülők legmagasabb iskolai végzettsége és alkalmazási minősége; a szülők együttélésére, válás esetén kivel élt együtt és miért; valamint rákérdeztünk a főiskolai szakra és a lakóhelyre is.

Az adatok feldolgozása több lépésben történt. Az összefüggések feltárására az SPSS programot használtuk. A jövő-orientált félelmek értékelése nagyon sok esetben hiányzott, így az ezekkel kapcsolatos vizsgálatokat kihagytuk az elemzésekből, valamint a családi szituációnál a teljes és a csonka családban nevelkedettek csoportjait vizsgáltuk csak, mivel a nagyszülők illetve rokonok által neveltek kis létszáma miatt nem tudnánk általánosabb következtetéseket levonni. A továbbiakban részletesen bemutatjuk kutatásunk eredményeit.

Eredmények

A jövő-orientáció tartalmi sajátosságai

A vizsgálati személyek által megfogalmazott jövő-orientált célok tartalomelemzését a megadott kategóriarendszer alapján két független kódoló végezte. A két kódoló között igen magas szignifikáns egyezés volt ($r=0,89$, $p\leq 0,001$). A leggyakrabban említett jövő-orientált tartalmak a következő módon oszlottak meg az egyes kategóriákban a nemek és a családi szituáció szempontjából vizsgálva (lásd 1. és 2. táblázat):

1. táblázat: A leírásokban szereplő tartalmi kategóriák átlagos gyakorisága és a vizsgálati minta százalékos megoszlása a nemek szerint

	Remények				Félelmek			
	Fiúk		Lányok		Fiúk		Lányok	
	%	GY	%	GY	%	GY	%	GY
Tanulmányok	45,7	0,69	70	1,36	0	0	2,1	0,02
Munka	79,1	1,45	86,9	1,47	15,2	0,15	13,1	0,14
Család	70,4	0,93	79,1	1,37	8,5	0,08	8	0,10
Kapcsolattartás	14,3	0,16	31,1	0,40	1,9	0,01	4,9	0,05
Életkörülmények	35,3	0,48	26,1	0,30	3,8	0,03	3,9	0,03
Self-releváns jellemzők	29,6	0,40	36,2	0,53	2,9	0,02	6,4	0,07
Egészségi állapot	23,8	0,31	27,7	0,39	4,8	0,05	7,7	0,07
Birtokolt javak	25,7	0,33	34,2	0,35	1	0,01	0	0
Barátok	8,6	0,09	18,3	0,21	0	0	1,3	0,01
Szabadidő	23,8	0,25	21,1	0,25	0	0	0	0

A leggyakrabban említett jövő-orientált célok a munkához („szeretnék egy jól fizető munkahelyet találni”), jövőbeli családhoz („szeretném elérni, hogy családom legyen”, „boldog házasságot, gyerekekkel”), tanulmányokhoz („szeretnék egy újabb diplomát tanulni”), self-releváns jellemzőkhöz („szeretném teljesen megismerni önmagam), és az egészségi állapothoz („nem szeretném, hogy a jövőben bármilyen súlyos betegségem legyen”) kapcsolódtak.

2. táblázat: A leírásokban szereplő tartalmi kategóriák átlagos gyakorisága és a vizsgálati minta százalékos megoszlása a családi szituáció szerint

	Remények				Félelmek			
	teljes (N=427)		csonka (N=57)		teljes (N=427)		csonka (N=57)	
	%	GY	%	GY	%	GY	%	GY
Tanulmányok	72,66	1,25	66,6	1,13	1,6	0,016	1,7	0,017
Munka	85,7	1,52	84,2	1,19	15	0,15	5,2	0,05
Család	78	1,26	70,1	1,44	7,9	0,10	8,7	0,08
Kapcsolattartás	26,7	0,33	33,3	0,49	4,2	0,04	3,5	0,03
Életkörülmények	27	0,33	38,6	0,42	3,3	0,03	8,7	0,08
Self-releváns jellemzők	35,6	0,52	31,6	0,37	5,4	0,05	8,7	0,08
Egészségi állapot	27,4	0,38	3	0,28	7,5	0,07	1,7	0,01
Birtokolt javak	2,6	0,35	21	0,29	0,2	0,002	0	0
Barátok	16,6	0,19	14	0,16	0,9	0,01	1,7	0,017
Szabadidő	20,3	0,24	26,3	0,35	0	0	0	0

Megfigyelhető, hogy a családdal, a függetlenedéssel, a jövőbeli életkörülményekkel és a szabadidős tevékenységekkel kapcsolatban gyakrabban jelentek meg remények a csonka családban felnőtt fiataloknál. Ugyanakkor a tanulmányokkal, a munkával, a self-releváns jellemzőkkel, az egészségi állapottal és a barátokkal kapcsolatban a teljes családban élők fogalmaztak meg nagyobb gyakorisággal ide vágó célokat.

A szülői nevelési dimenziók strukturálódása a családi szituáció szerint

A kutatás során először a családi szocializációs hatások közül a családi légkörnek, a szülők nevelési céljainak, a szülők nevelői attitűdjeinek és nevelési stílusának összefüggéseit vizsgáltuk meg a családi szituáció (teljes/csonka családban nevelkedés) tükrében. Lásd 3. táblázat.

3. táblázat: A szülői nevelési dimenziók faktorai a családi szituáció (teljes/csonka családban nevelkedett) esetében ($I > 0,30$)

	1. faktor		2. faktor		3. faktor		4. faktor	
	CS	T	CS	T	CS	T	CS	T
Anya következetes nevelési stílusa	,820	,692						
Anya büntető nevelési stílusa	,802	,614						
Szabályorientált családi légkör	,659	,655						
Anya inkonzisztens nevelési stílusa	,642							,780
Anya nevelési cél: konformitás	,620	,737						
Apa támogató nevelői attitűdje			,886			,604		
Apa nevelési cél: autonómia			,800			,823		
Apa nevelési cél: konformitás		,714	,619					
Anya nevelési cél: autonómia			,350			,816		
Apa inkonzisztens nevelési stílusa				,825	,870			
Apa következetes nevelési stílusa				,524	,667			
Apa manipulatív nevelési attitűdje				,662	,569			
Apa büntető nevelési stílusa				,526	,565			
Anya támogató nevelői attitűdje						,537	-,808	
Konfliktusorientált családi légkör				,585			,741	
Anya manipulatív nevelési attitűdje							,661	,695

CS-csonka család, T-teljes család

Csonka családban nevelkedett fiatalok esetében egy négyfaktoros megoldás bizonyult a legjobbnak, melyek együttesen a variancia 62,1%-át magyarázzák. Az első dimenzió (saját érték: 2,949) egy szabályorientált légkört ír le, melyben az anya következetes nevelési stílusa mellett a büntető és inkonzisztens nevelési stílus és konformitás irányába mutató nevelési cél érvényesül, a variancia 18,4%-át magyarázva. A második dimenzió (saját érték: 2,543) az önállóságra nevelést helyezi előtérbe, az apa támogató attitűdje és konformitás irányába mutató nevelési célja mellett, további 15,8%-kal növelve a varianciát. A harmadik faktorban (saját érték: 2,430) az apa inkonzisztens

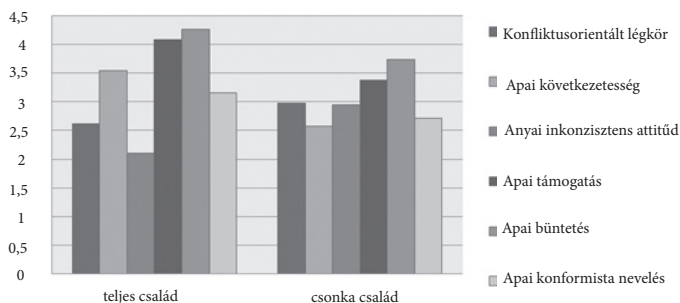
nevelése a domináns, valamint az apa következetes és manipulatív nevelési attitűdje mellett a büntetés érvényesül, a variancia 15,2%-át magyarázva. Az utolsó, negyedik faktor (saját érték: 2,017) egy konfliktusorientált légkört ír le, az anyai manipulatív nevelési attitűd és a támogatás hiánya is ebben a környezetben mutatkozik meg leginkább, a variancia 12,6%-át magyarázva.

Teljes családban felnőtt fiatalok esetében egy négyfaktoros modell magyarázza együttesen a variancia 58,1%-át. Az első faktor (saját érték: 2,941) egy szabályorientált légkört ír le, majdnem a csonka családéhoz hasonlóan, de itt mindkét szülő konformitás irányába mutató nevelési célja megjelenik, a variancia 18,3%-át magyarázva. A második faktor (saját érték: 2,387) egy konfliktusorientált légkört jelez, hasonló nevelési stílusokkal és attitűdökkel, mint a csonka családnál kimutatott harmadik dimenzió, további 14,9%-kal növelve a varianciát. A harmadik faktor (saját érték: 2,149) az önállóságra nevelést írja le, a szülők támogató nevelői attitűdjével társulva, a variancia 13,4%-ban. Az utolsó, negyedik faktorban (saját érték: 1,820) pedig az anyai inkonzisztens és manipulatív attitűd jelenik meg, a variancia 11,3%-át magyarázva (lásd 3. táblázat).

Általános különbségek a szülői nevelési dimenziókban a családi szituáció alapján

A szülői nevelési dimenziók és a családi szituáció közötti összefüggéseket egyszempontos variancia-analízissel tártuk fel. Hat esetben találtunk szignifikáns különbséget: a konfliktusorientált nevelési légkör ($F=3,464$; $p\leq 0,032$), az apai következetes nevelési stílus ($F=10,485$; $p\leq 0,000$), támogató nevelői attitűd ($F=5,500$; $p\leq 0,004$), büntető nevelési stílus ($F=3,314$; $p\leq 0,037$) és konformitásra nevelési cél ($F=3,048$; $p\leq 0,048$), valamint az anyai inkonzisztens nevelési stílus ($F=4,343$; $p\leq 0,012$) megítélésében (lásd 2. ábra).

2. ábra: A szülői nevelési dimenziók különbségei a családi szituáció alapján



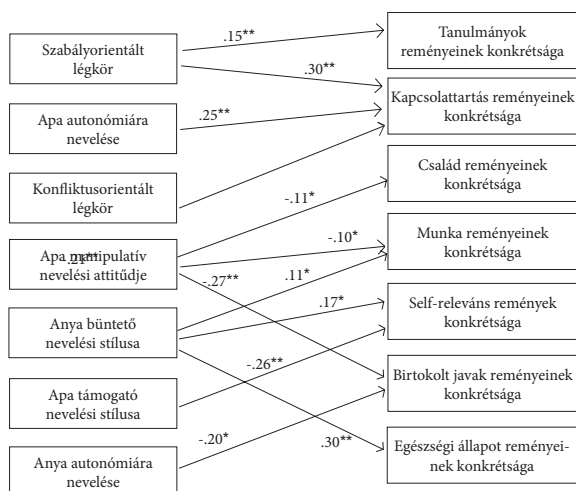
Eszerint a csonka családban nevelkedett fiatalok konfliktusosabbnak tartották a családi légkört, mint a teljes családban felnőttek. A teljes családban felnőttek édesapjukat következetesebbnek találták a nevelésben, úgy érezték, nagyobb támogatást kapnak tőle, de ugyanakkor az apa büntetőbbnek, valamint konformitásra törekvőbbnek, szabályokat támasztó és elváró szülőnek is bizonyult, szemben a csonka családban nevelkedettek apai nevelésével. Az anyai nevelési dimenziók közül csak az inkonzisztens nevelési stílusban találtunk különbséget. Eszerint a csonka családban felnőtt személyek inkonzisztensebbnek vélték édesanyjukat, mint a teljes családban nevelkedettek.

A szülői nevelés, a család típus és a jövő-orientáció összefüggései

Többváltozós regresszió-elemzéssel tártuk fel a lehetséges összefüggéseket a nem, a családi szocializáció változói és a jövő-orientációs tartalmi kategóriák értékelése között. Az elemzéseknél külön-külön történt az egyes jövő-orientációs kategóriák, mint célváltozók vizsgálata. Az összefüggések bemutatásánál a kapcsolatokat a regressziós elemzés β értékei mutatják.

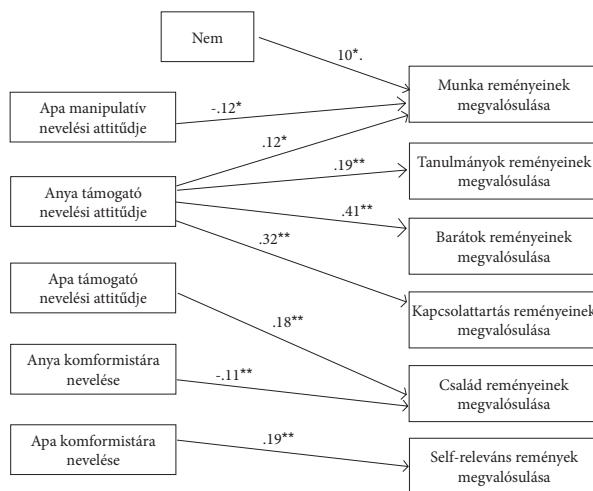
3. ábra: A jövő-orientált célok konkrétságát befolyásoló

tényezők



Egy szabályozott, konfliktusoktól mentes családi nevelési légkör pozitívan befolyásolja a tanulmányokkal és az önálló élet elkezdésével kapcsolatos tervek konkrétabb megfogalmazását. Az utóbbit tovább erősíti az apa autonómiát biztosító nevelése (variancia 20%-át magyarázva). Az anya részéről észlelhető büntető nevelés jó bejósolója volt a munkával, a jövőbeli selffel és egészségi állapottal kapcsolatos elképzelések kidolgozottabb megfogalmazásának. Ezt támogatta az apai manipulációmentes illetve támogató attitűd az első két tartalmi kategóriánál. A kiszámíthatóbb, manipulációmentes apai nevelés megjelent a családdal és a birtokolni kívánt javakkal kapcsolatos célkitűzések hátterében is. Pontosabban tudták, hogyan akarják céljaikat megvalósítani azok a fiatalok, akiket így neveltek, a megszerzendő javakkal kapcsolatos tervek kidolgozottságát az anya önállóságot erősítő nevelése is befolyásolta (együttesen a variancia 10,4%-ban). Lásd 3. ábra.

4. ábra: A jövő-orientált célok megvalósulási esélyét befolyásoló tényezők



A jövő-orientált remények megvalósulási esélyeit vizsgálva kimutathatóan fontos szerepet kapott a szülők, elsősorban az anyai támogató nevelési stílus, mint fő hatás. Az oktatással, a munkával, a családtagokkal való kapcsolattartás és a barátokkal kapcsolatos remények esetében az anyai támogató magatartás, nevelés mellett inkább gondolják megvalósíthatónak a jövőbeli céljaikat a fiatalok. A munkával kapcsolatos remények esetében a lányok nagyobb esélyét látták annak, hogy céljaik megvalósulnak, minél támogatóbb volt az anya és minél kevésbé észlelték az apák nevelési attitűdjét manipulatívnak. A két hatás együttesen a variancia 22,7%-át magyarázta.

A családdal kapcsolatos reményekre vonatkozóan viszont az apák támogatása volt nagyobb hatással a megvalósulási esélyekre. A self-releváns jellemzők reményeinek megvalósulásánál nem a támogató nevelés, hanem az apai konformitás, mint nevelési cél jelentette az egyetlen bejósoló tényezőt, bár ez az attitűd önmagában a variancia 19,8%-át magyarázta csak. Lásd 4. ábra.

Összegzés

Fiatalkorban számos fontos döntést kell meghoznia az egyénnek, melyek kihatással lesznek későbbi felnőtt életére is. Kutatásunkban a főiskolai hallgatók családi szocializációjára irányult a figyelmünk. Fontosnak tarjuk ezeknek az összefüggéseknek a feltárását több okból is. Egyrészt kevés azoknak a hazai kutatásoknak a száma, melyek ebben a témában születtek. Másrészt eredményeink lényegeseek lehetnek abból a szempontból is, hogy nem mindegy, milyen jövőképpel rendelkeznek a hallgatók, mennyire képesek megvalósítható, realizálható célok kialakítására és megvalósítására. Továbbá az oktatók számára is fontos információkat jelenthet már csak azért is, mert a család mellett az iskola játszik jelentős szerepet a jövő-orientáció alakulásában, megfelelő voltában. Éppen ezért kitérünk a felsőoktatásba bekerült hallgatók támogatási, tanácsadási lehetőségeire is, annak érdekében, hogy segítsük őket egy reális, pozitív jövőkép kialakításában, meglévő céljaik megvalósíthatóvá tételében.

A nemi különbségeket vizsgálva azt találtuk, hogy a tanulmányokkal, családdal, kapcsolattartással és barátokkal kapcsolatos remények gyakrabban jelentek meg a lányoknál. Első hipotézisünkkel összhangban tehát a lányok valóban nagyobb százalékban említettek családdal kapcsolatos terveket, ezen témán belül, a párkapcsolat, házasság, saját gyerek vállalása kategóriában is több célt fogalmaztak meg, mint a fiúk. Viszont első hipotézisünk második része nem nyert igazolást, mivel a jövőbeli munkára vonatkozó remények, célok esetében is a lányokban fogalmazódott meg több elképzelés, akár a munka típusát, akár a munkahellyel kapcsolatos reményeket vizsgáltuk.

A családi szituáció hatását elemezve a jövő-orientáció alakulására vonatkozóan azt találtuk, hogy a teljes családban nevelkedett fiatalok nagyobb százaléka fogalmazott meg jövőbeli családi élettel, házassággal kapcsolatos célokat, viszont a családdal kapcsolatos tervek gyakrabban fordulnak elő a csonka családban felnőtt fiataloknál, így második hipotézisünk teljesült. Látható, hogy a csonka családban felnőtt fiataloknál gyakoribbak voltak az olyan tervek is, melyek megvalósulására vágnak az életközvetlen reményekre, az önálló életvitel kialakítására, és a szabadidős tevékenységekre vonatkozóan. A megfelelő egzisztencia kialakítására vonatkozó célok hangsúlyosabbak lehetnek abból a szempontból, hogy a fiatal elkezdhesse önálló életét. S mivel nem számíthat olyan mértékű anyagi támogatásra, mint a teljes családban élők, szembesül

azzal, hogy kénytelen magának megteremteni jövőbeli élete gazdasági feltételeit, így erre vonatkozó tervek nagyobb valószínűséggel jelennek meg náluk.

A családi szituáció szempontjából vizsgálva a nevelési dimenziókat azt tapasztaltuk, hogy a csonka családban nevelkedettek konfliktusosabbnak tartották a családi nevelési légkört, mint a teljes családban nevelkedők. A szülői nevelési dimenziók strukturálódását elemezve kiderült, hogy a konfliktusorientált légkör is más dimenziók mentén képeződik le a két családi szituációban. Csonka családok esetében az anyai támogatás hiányával és az anya manipulatív attitűdjének magasabb fokával társul a konfliktusos légkör, míg a teljes családok esetében ezt a légkört az apa inkonzisztens, manipulatív, de egyben következetes és büntető jellegű nevelési stílusa jellemzi. A szabályorientált klímát pedig mindkét szülő konformitást elváró nevelése jellemzi, valamint az anya következetes, de egyben büntetőbb attitűdje is ebben a környezetben jelenik meg teljes családoknál, a csonka családban nevelkedők esetében ez a légkör az anyai inkonzisztens neveléssel egészül ki. Vizsgálati eredményeink tehát alátámasztották harmadik hipotézisünket.

Negyedik hipotézisünkkel összhangban a konform, szabályozott, ha kell büntető, de kiszámítható nevelés jelent meg főhatásként a jövőbeli remények konkrétságának megítélésénél (tanulmányok, munka, család, birtokolt javak). Egy kiszámítható, következetes nevelés tehát arra készíteti az egyént, hogy alaposabban végiggondolja, mi az, amit szeretne elkerülni a jövőben, legyen szó munkáról vagy családról, jövőben való boldogulásról, és ez kihathat arra, hogy minél pontosabban tudja, milyen akadályok léphetnek fel, annál több lehetősége lesz megkeresni azokat a megvalósítási módokat, melyekkel elkerülhetőek lesznek ezek az akadályok, így végső soron a célok elérhetőbbekké válnak.

Ezzel szemben a konfliktusokkal terhelt családi klímában nevelkedve a fiatalok a legfontosabb célkitűzéseik (tanulmányok, munka, család) megvalósulási esélyének megítélésében kevésbé voltak bizakodóak, ahogy azt ötödik hipotézisünkben feltételeztük. A mögöttes összefüggések feltárása megmutatta, hogy a konfliktusok magas szintje mellett a szülői, főleg az anyai támogatás hiánya ássa alá azt a bizodalmat, hogy a legfontosabb törekvések megvalósításában a jövőben is számíthatnak szüleikre, hiszen a jelenben és a múltban sem álltak mellettük, támogatták őket (ahogy azt a tanulmányok, munka, család, függetlenségi törekvések, és a baráti kapcsolatok reményeinél láthattuk).

Kutatásunk nyomán felmerül a kérdés, hogyan segíthetjük hallgatóinkat abban, hogy jövőképükben világos, elérhető célok jelenjenek meg? A főiskolai képzési rendszerbe beépített önismereti, pályaorientációs, kommunikáció fejlesztő és konfliktuskezelési tréningeken túl az információszolgáltatás, konzultáció és tanácsadás keretein belül a hangsúly nem a családi problémák megoldásra, hanem a tanulmányok befejezésének és a munka világába való sikeres belépésnek a segítésére tevődik át. Természetesen intézményünkben elérhető pszichológiai tanácsadás, ahol tanácsadó-

ink egyrészt különböző relaxációs és meditációs technikák elsajátítása révén nyújtanak segítséget a stressz, szorongás oldásában, csökkentésében, de különböző életkori, párkapcsolati krízisekkel, mentálhigiénés problémákkal is fordulhatnak hozzájuk.

2010 óta Karrier Iroda működik a főiskolán, ahol álláskereséssel, önéletrajzírással kapcsolatos tanácsokat, illetve pályaeorientációs felvilágosítást kérhetnek a hallgatók. Létrehoztak egy adatbázist, mely segítségével a különböző cégek állásajánlatait közzétesítik a regisztrált hallgatóknak. Évente megrendezésre kerülő állásbörzén pedig lehetőség nyílik arra, hogy közvetlenül találkozzanak a diákok a vállalkozások, cégek képviselőivel, betekintést nyerve a tevékenységeikbe.

A pszichológia és a szociálpedagógia tanszék koordinálásával tanulmányi és pályaeorientációs tanácsadás is elérhető, ahol egyrészt segítenek tájékozódni a különböző szakok és szakmák világában, eligazodni abban, milyen iskolán belüli és kívüli további képzési lehetőségek vannak. Emellett hangsúlyt fektetnek a tanulással kapcsolatos problémák megoldásának segítésére. A cél a tanulási hatékonyság növelése (tanulásvizsgálatok révén) annak érdekében, hogy a hallgatók a megfelelő tanulási technikák, stratégiák segítségével sikeresen teljesíthessék tanulmányi feladataikat és értékes, hasznos tapasztalatokkal, tudással léphessenek a munka világába.

Az EKF kutatói kidolgozták a tanulásfejlesztés elméleti modelljét (Dávid, 2010), ezen alapulva pedig egy számítógépes tanulásfejlesztő programot, mely a serdülő, ifjú és felnőtt korosztályban az önálló független tanulás kialakításának támogatására használható.

Fontos szerepet kapnak a kortárs segítők is. Főiskolánkon működik egy kortárssegítő mentálhigiénés iroda is, a KoMeTi, mely abban nyújt segítséget, hogy a felsőoktatásba való bekerüléssel együtt járó változásokkal, stresszhelyzetekkel hatékonyabban tudjanak megbirkózni hallgatóink. Egyéni, csoportos és közösségi programokat kínál az iroda, melyek az önismeret fejlesztését, tanulási praktikák elsajátítását, életpálya tervezését és a hasznos szabadidő eltöltését szolgálják.

Irodalomjegyzék

- BODONYI E., HEGEDŰS J. (2006): A család fogalmának értelmezése. In Hegedűs J. (szerk.) *Család, gyerek, társadalom*. Budapest, ELTE PPK, 9-12.
- BRUNSTEIN, J. C., & MAIER, G. W. (1996): Persönliche Ziele: Ein Überblick zum Stand der Forschung. *Psychologische Rundschau*, 47, 146-160.
- BRUNSTEIN, J. C., SCHULTHEISS, O. C., & MAIER, G. W. (1999): The pursuit of personal goals. A motivational approach to well-being and life adjustment In J. Brandtstädter, & R.M. Lerner (eds.) *Action és Self-development. Theory and research through the life span* London, Sage Publisher.
- DALBERT, C. & GOCH, I. (1997): Gerechtigkeitserleben und familiäre Sozialisation In: Langfeldt, H.-P. (eds.) *Informationen, Programm, Abstracts*. Landau: Verlag Empirische Pädagogik. 60.
- DÁVID Mária (2010): Tanulási tanácsadás a felsőoktatásban – egy empirikus kutatás eredményei In: Puskás-Vajda Zs. és Lisznyai S. (szerk.) *Életszakaszok határán – Közösségi és egyéni tanulási feladatok*. Budapest, FETA Könyvek., 99-120.
- EMMONS, R. A. (1986): Personal strivings: An approach to personality and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1058-1068.
- HESS, L. E. (1995): Changing family patterns in Western Europe: Opportunity and risk factors for adolescent development In Rutter, M. és Smith, D.J. (eds.) *Psychological Disorders in Young People: Time Trends and Their Cause*. Chichester, Wiley, 124-150
- JÁMBORI SZ. (2007): *Hogyan tervezik a serdülők a jövőjüket?* Szeged, SZEK Juhász Gyula Felsőoktatási Kiadó
- KOLLEGA TARSOLY I. (1997): *Magyarország a XX. században*. Szekszárd, Babits Kiadó
- LAURSEN, B., & COLLINS, W. A. (2009): Parent-child relationships during adolescence In: R. M. Lerner & L. Steinberg (eds.) *Handbook of adolescent psychology*. 3rd ed. Vol. 2, Hoboken, NJ, Wiley, 3-42.
- MESTER D. (2012): Impacts of family socialization on young adults' future-oriented goals. *Erdei Pszichológiai Szemle*, 2, 165-190.
- MOLNÁR, P. (2002): Mit jelent a fiatalok jövőképe a második ezredfordulón. In Besenyei L., Tóth A., & Tóth L. (szerk.) *Magyar jövőképek a jövő Európájában*. Budapest, MTA Jövőkutató Bizottsága, 235-244.
- NORMAN, C. C. (1999): Dispositional tendencies and cognitive processes in future-oriented motivation: A proposed model. *Dissertation Abstracts International, Section B: The Sciences and Engineering*, 59 (8B): 4541
- NURMI, J. E. (1994): The development of future-orientation in a life-span context In Zaleski, Z. (eds.) *Psychology of future orientation*. Lublin, Scientific Society of the Catholic University of Lublin, 63-74.
- NURMI, J. E. (2004): Socialization and Self-Development: Channeling, Selection, Adjustment, and Reflection In: R. M. Lerner, & L. Steinberg (eds.) *Handbook of adolescent psychology*. Hoboken, John Wiley and Sons, 85-125.
- NURMI, J. E., POOLE, M.E. & KALAKOSKI, V. (1994): Age differences in adolescent future-oriented goals, concerns and related temporal extension in different sociocultural contexts. *Journal of Youth and Adolescence*. 23 (4), 471-487.

- NURMI, J. E., POOLE, M.E. & SEGNER, R. (1992): *Future Hopes and Feares Questionnaire*. Department of Psychology, University of Helsinki
- NURMI, J. E., POOLE, M. E. & SEGNER, R. (1995): Track and transitions – A comparison of adolescent future-oriented goals, explorations, and commitments in Australia, Israel, and Finland. *Internationa Journal of Psychology*, 30 (3), 355–375.
- NUTTIN, J. (1984): *Motivation, planning, and action*. Hillsdale, NJ, Lawrence Erlbaum.
- POOLE, M. E. & COONEY, G. H. (1987): Orientations to the future: A comparison of adolescents in Australia and Singapore. *Journal of Youth Adolescence*, 16, 129–151.
- PULKKINEN, L. (1990): Home atmosphere and adolescent future orientation. *European Journal of Psychology of Education*, 5 (1), 33–43.
- SALLAY H. (2003): A szülői nevelés hatása serdülők jövő-orientációjának alakulására. *Magyar Pedagógia*, 3, 389–404.
- SALMELA-ARO, K., NURMI, J. E., SAISTO, T., & HALMESMÄKI, E. (2000): Women's and men's personal goals during the transition to parenthood. *Journal of Family Psychology*, 14, 171–186.
- SCABINI, E., LANZ, M. & MARTA, E. (1999): Psychosocial adjustment and family relationships: A typology of Italian families with a late adolescent. *Journal of Youth and Adolescence*, 28 (6), 633–644.
- SEGNER, R. (2009): *Future orientation: Developmental and ecological perspectives*. New York, Springer.
- SEGNER, R. & SHOYER, S. (2012): How mothers affect adolescents' future orientation: A two-source analysis. *Japanese Psychological Research*, 54, 310–320.
- SMITH, J. (1999): Life Planning. Anticipating future life goals and managing personal development In J. Brandtstädter, & R. M. Lerner (eds.) *Action & Self-development. Theory and research through the life span*. London, Sage Publisher, 223–255.



Berényi András¹ – Bán Judit

Család, párkapcsolat, házasság – ahogyan az egyetemisták látják

„Azt hiszem, minden emberben eljön az idő,
miután már csak egy emberre vágyik...”

Bevezetés

2012-ben lehetőségünk nyílt a Faludi Ferenc Akadémia támogatásával egy olyan felmérést készíteni, amely az egyetemista korosztály gondolatait, érzéseit, attitűdjeit mutatja be a családdal, a párkapcsolattal és a házassággal kapcsolatban. Amikor az egyetemista fiatalokról beszélünk, elsősorban legtöbbször a tanuló és pályaválasztó diákokat látjuk bennük, kevésbé a leendő családalapító férjeket és feleségeket, édesanyákat és édesapákat. Ennek oka lehet persze, hogy a mai társadalmi és gazdasági helyzetben a fiatalok egyre később képesek anyagilag önállóssá válni, és így tovább kényszerülnek gyerek szerepbe. Ugyanakkor ez nem jelenti azt, hogy ne legyenek romantikus kapcsolataik, és ezzel együtt véleményük, elképzeléseik, vágyaik, melyek a párkapcsolatokat és a családalapítást érintik.

Úgy látjuk, hogy a felsőoktatási intézményekben kevésbé kap figyelmet a párkapcsolatok és a család kérdése. A legnagyobb hangsúlyt egyértelműen a tanulmányok kapják, még az extrakurrikuláris szolgáltatások is főként ezt a területet érintik.

Ezt a hiányt pótolva a Debreceni Egyetem Mentálhigiénés és Esélyegyenlőségi Központjában (DEMEK) elindítottunk egy kurzust, a Párkapcsolati Szabadegyetemet, ahol ebben a témában tartunk előadásokat, beszélgetéseket, pszichoedukációt. A fiatalokban nagy érdeklődést és közlési vágyat tapasztaltunk a párkapcsolat és a családtervezés témájában, ami arra buzdított minket, hogy minél mélyebben foglalkozzunk ezzel a kérdéssel.

A megkérdezettek

A megkérdezettek mind 18 és 25 év közötti diákok, akik a Debreceni Egyetem hallgatói. Elsősorban azokat a diákokat kértük fel interjúra, akikkel a DEMEK különböző

¹ Debreceni Egyetem Mentálhigiénés és Esélyegyenlőségi Központja (DEMEK), berenyia@delfin.unideb.hu

programjai vagy szolgáltatásai révén már kapcsolatba kerültünk. Kerültek olyan fiatalok is a mintába, akiknek a már meginterjúvált barátaik ajánlották a részvételt.

Összesen 23 nő és 22 férfi hallgatóval beszélgettünk, ami közel 70 órányi hangfelvétel eredményezett. Ez is demonstrálja, hogy olyan témát emeltünk ki, amellyel kapcsolatban minden fiatalnak van részletes és határozott véleménye vagy éppen számos sürgető kétsége.

Kutatási módszer

Mivel a felmérésünk feltáró jellegű, és a DEMEK működése alatt az első nagyobb terjedelmű munka ezen a területen, ezért a félig strukturált interjúk felvétele mellett döntöttünk.

Az interjú megkezdése előtt röviden ismertettük a kutatás célját, és az interjú menetét. A hallgatók előzetes engedélyével a beszélgetéseket diktafonnal rögzítettük, természetesen a titoktartás követelményének betartásával.

Az interjú vezetésére jellemző volt, hogy az interjúalany szabadon fejthette ki a véleményét az adott témáról. Így nehezebb ugyan az objektív elemzés egy kérdőívhez képest, viszont több szubjektív gondolatot, véleményt ismerhet meg a kutató, és új témák és összefüggések is felszínre kerülhettek. Az interjúkérdések mellett két listát is a diákok elé tettünk. Arra kértük őket, hogy rangsorolják az általunk összegyűjtött elemeket tartalmazó listát aszerint, hogy szerintük mi szükséges a sikeres kapcsolathoz, illetve milyen együttélési formát preferálnak.

Az interjú három jól elkülöníthető téma köré szerveződött. A beszélgetés első része a család fogalmával és a származási családdal kapcsolatos élményekkel foglalkozott. A második témakör a párkapcsolat kialakulásáról, a másikkal szembeni elvárásokról, míg a harmadik rész a házassággal kapcsolatos attitűdökről, véleményekről és a saját családdal kapcsolatos elképzelésekről szólt. A Nemzeti Család- és Szociálpolitikai Intézet Családpolitikai Igazgatóságának felméréséből két kérdést is beépítettünk az interjúba. Természetesen a beszélgetések mindig egyediak voltak, mert igyekeztünk alkalmazkodni az interjú alany hangulatához, személyiségéhez. Ez a legtöbb esetben sikerült is.

Az interjúk vázlatát a cikk végén közöljük.

Válaszok

A következőkben bemutatjuk a beszélgetések során felmerülő témákat és a fiatalok ezekkel kapcsolatos véleményeit. Az interjúrészletek kiemelésével igyekszünk bemutatni a huszoneves egyetemi hallgatók gondolatait, érzéseit a párkapcsolattal és

a házassággal kapcsolatban. Az idézetek, reméljük, segítenek abban is, hogy ne csak interjúalanyok ömlesztett csoportját lássuk, hanem magunk elé képzelhessük a hűs-vér fiatalokat élményeikkel, álmaikkal, vágyaikkal, kétségeikkel együtt.

Család

Nagy hangsúlyt kapott a család fogalmának tisztázása, a családdal kapcsolatos érzések és a családról alkotott saját kép megismerése. Hiszen a család az elsődleges szocializációs színtér. Innen hozzuk magunkkal a párkapcsolatról, családról alkotott képünket. Ezért volt fontos, hogy a hallgatók ne tudományos definíciót idézzenek fel, hanem a szubjektív élményeik alapján határozzák meg, hogy mit jelent számukra ebben a pillanatban a család.

„A család egy alapbiztonságot nyújt számomra, amire mindig alapozhatok, ahova mindig tudok fordulni, ahova mindig hazamehetek. Ahova bármilyen szintű segítségért tudok fordulni, ha pénzre van szükségem, ha kérdéseim vannak, amely gondot jelent az életemben. Én itt tanultam meg nagyon sok mindent. Arra neveltek, legyünk önállóak, de nagyon számítanunk kell egymásra.” (K. J., 22 éves, fiú)

„A család nekem a vérszerinti és a házasság révén bekerült rokonokat jelenti. Ünneptélyes dolgot jelent nekem. Mindenféle embertípus megtalálható benne, és meg kell tanulni alkalmazkodni hozzájuk. Így az életben a barátokkal, illetve azokkal az emberekkel, akikkel kapcsolatba kerülök, sokkal jobban tudok boldogulni. Olyan fantasztikus családom van, nagyszájú és kiabálós (nevet).” (B. L., 21 éves lány)

„Olyan közösség, akik azért vannak együtt, hogy jóban-rosszban kitartsanak egymás mellett. De, hozzáteszem, mindenkinek mást jelenthet.” (M. K., 23 éves lány)

„A család nagyon sok mindenben segíthet, szinte majdnem mindenben. Azon felül, hogy mondjuk anyagilag támogatja a gyereket, még erkölcsileg is támaszt nyújt. Én úgy gondolom, hogy egy normális családban, ha a gyerekeknek valami baja van, elsősorban a szüleikhez fordul segítségért, legyen az bármilyen apró-cseprő probléma. Az a jó, ha összefognak és segítenek egymásnak.” (B.A., 19 éves lány)

Párkapcsolat

Úgy tűnt, hogy a fiatalok vagy nehezen árulják el az elvárásait a másikkal, a nagy Ővel szemben, vagy gondot jelentett árnyaltan megfogalmazni, hogy milyen tulajdonságok, személyiségvonások fontosak számukra.

A fiúk inkább felsorolták a lányokkal kapcsolatos elvárásaikat, míg a lányok nagyobb szerepet tulajdonítanak a megérzésnek, az intuíciónak. Fontos elvárás a hűség, a kommunikatív képesség, az őszinteség a másikkal szemben. Úgy tűnt, mintha a külső megjelenés háttérbe szorult volna.

„Az mindenképp fontos, hogy meg tudjak bízni benne, de ezt ő is ugyanúgy elvárhatja tőlem. De ez nem elég, hogy én megbízzak benne, hanem ugyanúgy ő is bízjon meg bennem. Az is lényeges, hogy elnézze az én hibáimat, és én is elnézzem az ő hibáit, és meg is tudja ezeket bocsátani... néha, ha kell, és én is ugyanúgy. Még ami nagyon fontos, hogy mindent meg lehessen vele beszélni.” (M. K., 24 éves lány)

„Nekem fontos, hogy fel tudjak a partneremre nézni, olyasmit tudjon nekem adni, amire szükségem van. Itt a szeretetre, illetve az intellektusra gondolok. Igen, nekem az is fontos. Nem azt akarom mondani, hogy 6 diplomája legyen, hanem lehessen az élet dolgairól komolyan beszélgetni vele.” (L. A., 23 éves lány)

„Idézőjelben 'igazi' legyen. Ezen azt értem, hogy abban az időszakomban, amikor találkozunk, fizikailag és szellemileg is ki tudjon elégíteni úgy, ahogyan nekem szükségem van rá.” (T. J., 22 éves lány)

„Ha nem is rögtön az elején, de elvárom tőle: ha engem választott a nagy tömegből, akkor legyen olyan szinten hűséges, amely szinten elvárható. Nem várhatom el tőle természetesen, hogy ne szóljon senkihez - nem is vagyok olyan típus - meg ez egyébként is hülyeség lenne. De jó lenne, ha nem csalna meg fűvel-fával. Nekem az is fontos, hogy ne csak hozzám, hanem a leendő gyermekeinkhez is így viszonyuljon, mert ismerek olyan fiúkat, akiknek a gyerek szóra feláll a szőr a hátukon. Látszik, hogy nem lenne belőlük valami szuper családapa, mert annyira csak magukért élnek. Az a céljuk, hogy legyen egy jó állás, kocsí meg egy jó nő. Nekem az is fontos, hogy valamilyen szinten gyerekcentrikus is legyen a párom. Együtt lehessen vele élni. Ha megvan a harmónia, ami kell, akkor nagy baj nem lehet, és ha meg tudok vele mindent beszélni. Természetesen a külső is számít, de én azt mondom, ismerjünk meg valakit először, még mielőtt véleményt nyilvánítunk róla vagy véglegesen leírjuk.” (T. E., 19 éves lány)

„Nem is tudom, de egy kicsit belemagyarázom a vallást. Én úgy gondolom, hogy mindenkinek megvan a párja a világban. De akkor találkozik vele, amikor nem is várja az ember. Én is így voltam vele, pedig nem is vártam, és nem is a szőke herceg érkezett fehér lovon, hanem egy olyan ember, akit legutoljára képzeltem volna magam mellé. Szeretem, és nem tudom, hogy miért. Ez egy megmagyarázhatatlan dolog, és ezzel

szerintem más is így van. Ha megkérdezel valakit, hogy miért szereti a másikat, és tud rá válaszolni, szerintem akkor nem igazi a szeretet, a szerelem.” (P. L., 23 éves lány)

Mitől jó egy párkapcsolat?

A következő témánk a jó kapcsolat ismérveinek összegzése volt. Hogyan látják ezt a diákok, szerintük mitől függ, hogy egy kapcsolat működik vagy nem?

Kulcsszó az *odaadás*: van, aki kölcsönösen mindkét féltől elvárja a feltétel nélküli odaadást, bizalmat. Van, aki inkább fokozatosan képes odaadóvá lenni a kapcsolatban. Valószínű, ha valakit a kapcsolatban kudarcok érnek, akkor sokkal óvatosabban megy bele egy másik kapcsolatba. Lényeges elemként az interjúkban megjelenik a tudatosság a kapcsolat irányításában, és nemcsak az érzelmekre és az ösztönökre hagyatkoznak.

„Kell, hogy legyenek közös célok. Azt mondják, hogy az a jó, ha a partnerek nem egymásra, hanem egy irányba néznek. Szerintem tényleg fontos, hogy legyenek közös célok. Szükséges valamilyen hasonló értékrend is, mert nem mindegy, hogy teljesen különböző vagy azonos dolgokat szeretnének elérni az életükben.” (T. B., 22 éves lány)

„Igazából tényleg most jöttem rá arra, hogy (lassan már 8 hónapja vagyunk együtt a barátommal) a legapróbb dolgot is meg kell mondani neki, ha bánt, és ezt kell megbeszélnünk, hogy javítsunk rajta. A hűség nagyon fontos, mert nálam már a legkisebb dolog is megcsalásnak számít.” (N. É., 21 éves lány)

„Az az érdekes, hogy nekem kell, hogy adjanak valamit, legalább is a párkapcsolatban ahhoz, hogy biztonságban érezzem magam. Tudom, hogy ez hülyén hangzik, de érdemesnek kell látnom arra a másikat, hogy én is tényleg szívvel-lélekkel tudjak neki mindent adni. Ha van valaki, aki érzem, hogy szeret és foglalkozik velem - nem jár mindenféle mellékösvényeken -, és odafigyel rám, akkor ugyanazokat a dolgokat, amiket én is elvárok tőle, azokat tudom biztosítani számára.” (L. I., 22 éves lány)

„Mindent oda kell adni feltétel nélkül. Azt kapom vissza a partneremtől, hogy mennyire figyelmes vagyok hozzá. Korábban ez nem volt jellemző rám fiatalabb koromban. Úgy lehet elkerülni a kapcsolat kihűlését, hogy ha teljesen odaadom magam és igyekszem mindig figyelni a másikra. Mindig olyan barátok vettek körül, akiknek volt párkapcsolata, és nagyon sokat láttam elejétől a végéig. Közben én is elképzeltem, hogy mit tettem volna bizonyos helyzetekben másképpen az adott helyzetben. Szerintem én ennek köszönhetem, hogy jelenleg egy jó kapcsolatban élhetek.” (Sz. J., 22 éves fiú)

Jegyesség

Talán ez a téma volt az, amely a leginkább felborzolta a kedélyeket. Több interjúalany nem is válaszolt erre a kérdésre. Könnyű lenne azt mondani, hogy a jegyesség elvesztette funkcióját a mai világunkban. De az idézett interjúkból is kiderül, hogy a válaszadók ambivalensen viszonyulnak a jegyességhez. Érzik, hogy szükséges, de nem értik és érzik, hogy milyen szerepe lehet a párkapcsolatban. Talán ez azzal magyarázható, hogy többen is az együttjárást és az együttélést tekintik inkább a házasság előfeltételének.

„Akkor már igen komoly a kapcsolat. Van a gyűrűm, már vőlegényem van, és nem barátom. Szerintem a jegyesség ugyanaz, mint az együttjárás. Csak a házasságot ez a hagyomány előzi meg, és azért csinálják az emberek, mert ez így szokás bizonyos idők óta. De lényegében túl sok különbség nincs az együttjárástól.” (M. T., 23 éves lány)

„A jegyesség kifejezés számomra felkavaró, mert nekem egyből a gyűrű jut eszembe róla. Nekem a gyűrű a rabságot jelképezi, mint amikor a madarakat is meggyűrűzik. Attól kezdve követik minden szárnycsapásukat, és elvesztik a szabadságukat. Ez így van az embereknél is.” (H. M., 23 éves lány)

„Most, hogy elgondolkoztam, talán a jegyesség is lehet egy olyan hagyomány, rituálé, mint a házasságkötés. A párok a külvilág felé akarják jelezni azzal a gyűrűvel, hogy egymáshoz tartoznak. De ez még nem olyan komoly, és ezt könnyebb felbontani, mint a házasságot. Ez nem jár olyan nagy procedúrával, mint a válás.” (N. K., 21 éves fiú)

„Ez egy szimbolikus dolog, a nő és a férfi ezzel azt jelzik, hogy tartoznak valakihez. Ennek sincs feltétlen olyan nagy jelentősége, mert ha eljegyzik egymást, ilyen erővel akár össze is házasodhatnának.” (M. P., 23 éves fiú)

Házasság

Az interjúk bizonyították, hogy a ma fiataljai számára a házasság egy nagy esemény az életükben. Bár úgy látszik, hogy a papír - nem papír dilemma továbbra is nehézséget jelent. Érdekes volt megfigyelni, hogy a házasságot mint életformát és az esküvőt gyakran szinonimaként használták a válaszaikban a hallgatók.

„A házasság annyiban más az élettársi kapcsolattól, hogy a papír egy fajta kötelék és ez így jobban összeköti az embereket. Az élettársi kapcsolatból könnyebb kilépni, mert

azt mondom, hogy holnap összepakolok és elmegyek, és nincs a válási herce-hurca. (nevet)” (M. K., 23 éves lány)

„Egy kicsit romantikázok. Nekem az igazi házasság az Isten előtt kötöttetik, az emberek elbújva. Én legszívesebben egy kis falusi kápolnában kelnék egybe a párommal, és csak a pap és senki más nem lenne ott. Nem tudom, hogy a szüleimmel hogyan tudom ezt dűlőre hozni.” (P. E., 21 éves lány)

„Úgy gondolom, hogy ha házasságot köt ember, akkor előtte minimum éljenek együtt legalább néhány hónapot. Ott kijönnek a rejtett dolgok, akkor lehet, hogy azt mondják, hogy ez így nem megy. Én úgy szeretném, ha megtalálom a páromat, és megtehetjük, akkor együtt élünk. Majd amikor jön a gyerek, akkor szeretnék összeházasodni a másikkal. Szerintem a papír csak egy formalitás és a társadalom felé valamiféle egyesség, például azért, hogy a gyerekek legyen egy normális neve.” (M. L., 24 éves fiú)

„Ma már nincsen meg az, mint régen, hogy két fiatal találkozik, együtt vannak, aztán összeházasodnak, majd jönnek a gyerekek és boldogan élnek, amíg meg nem halnak. Ma már ez nem így van, hanem inkább együtt járunk 5-10 évig, akkor meg már minek a papír.” (P. J., 21 éves lány)

„Szeretnék egyházi esküvőt, mert vallásos embernek tartom magam. Talán azért is, mert ezt szoktam meg. A környezetemben mindenki így kötött házasságot. Lehet, hogy ezt láttam és belém rögzült, hogy nekem is legyen már ilyen. De egyébként abszolút nem állnak távol tőlem ezek a vallásos dolgok. Azért nem tartom annyira fontosnak, ha a kedves párom – akit kiválasztok – kézzel-lábbal fog tiltakozni ellene, akkor talán engedek neki, és hagyom magam, hogy lebeszéljen róla.” (M. L., 20 éves lány)

„Azt hiszem, minden emberben eljön az idő, miután már csak egy emberre vágyik. Nagyon sok olyan fiút ismerek, akik nagyon sok nőt szeretnének megkapni. Nem értem, hogy miért van az bennük, hogy kell, hogy mellettük legyen egy nő, aki biztonságot ad, és mellette éljék világukat. Valahol mindenki törekszik arra, hogy társa legyen, és akkor emellett jön az az érzés, hogy tartozni is akarok valakihez, meg nem is. Nem tudom eldönteni, hogy mi a jó nekem, és ekkor ebből fakadóan sok ember ki akar próbálni mást is. Szerintem emiatt is mennek tönkre a kapcsolatok, vagy nem is alakulnak ki valójában.” (N. K., 24 éves lány)

Szereposztás a kapcsolatban

Az idézetekből is kitűnik, hogy a fiatalok elméletben már fontosnak tartják a családon belüli a feladatok elosztását, a feleség tehermentesítését, de még nehezen tudnak elszakadni a családban látott modelltől.

„Nem tartom azt helyesnek, hogy a nőnek a konyhában van a helye, és csak az a feladata, hogy nevelje a gyerekeket. Manapság ugyanúgy a nőnek is el kell járni dolgozni. Még azt sem találom jónak, hogy a férjnél van a kassza, és ő kezeli a pénzügyeket. Szerintem ezekről a dolgokról közösen kell a házaspárnak dönteni. Bár lehet, hogy ebből konfliktusok lesznek. Akkor is, azt nem tartom helyesnek, hogy a feleségnek kell mennie a férjéhez, hogy erre is kellene egy kis pénz, meg arra kellene egy kis pénz.” (P. J., 22 éves lány)

„Csak a klasszikus otthon látott mintát tudom említeni: a nő végzi a házimunkákat, főz, takarít, amiben tud, segít a férfi. Nyilván, ha a feleség dolgozik, a férfi feladata, hogy támogassa, ahol tud, segítsen, ha hazaesik holtfáradtan a munkából, akkor ne várja ölbe tett kézzel, hogy még vacsorát tegyenek elé. Valamilyen szinten önellátóvá kell lennie a férfinak. De ez nem mindig szokott bekövetkezni, és akkor még finoman fogalmaztam.” (T. B., 23 éves fiú)

A sikeres házasság feltételei

A diákokat arra kértük, hogy egy lista 14 elemét rangsorolják aszerint, hogy szerintük melyek a legfontosabb feltételei a sikeres párkapcsolatnak, házasságnak. A megkérdezettek által a szempontokhoz rendelt sorszámokból átlagot képeztünk, amely alapján az alábbi sorrend alakult ki.

	Szempont	Összesített rangsorban elfoglalt hely
1.	Megértés	1.1
2.	Tisztelet	2.8
3.	Hűség	3.2
4.	Szexualitás	4.4
5.	Műveltség	6.2
6.	Közös ízlés	7.7
7.	Önállóság	8.1

	Szempont	Összesített rangsorban elfoglalt hely
8.	Gyermek	8.4
9.	Munkamegosztás	8.9
10.	Jövedelem	9.2
11.	Jó háztartás	10.0
12.	Azonos háttér	10.1
13.	Azonos vallás	12.5
14.	Politikai nézet	13.7

Figyelemre méltó, hogy az első három helyen a megértés, tisztelet és a hűség szerepelnek, amelyek a tartós és stabil kapcsolat feltételeinek számítanak. Ebből is kiderül, hogy az interjúalanyok számára az intimitást kifejező értékek (negyedikként a szexualitással kiegészülve) a megbízhatóság zálogaként kerülnek előtérbe. Illetve kiemelik még a felek hasonló ízlését és intellektuális képességeit, valamint a kapcsolaton belül is megtartott önállóságot.

Úgy tűnik, hogy a hallgatók nem tartják fontos tényezőnek a gyermeket a sikeres házassági kapcsolatban, sem pedig az önálló, felnőtt életvezetéssel kapcsolatos szempontokat (munkamegosztás, jövedelem, háztartás).

Együttélési formák

Az interjú során arra is rákérdeztünk, hogy a fiatalok melyik együttélési formát tudják leginkább elképzelni maguk számára. A különféle életformákra adott átlagosztályzatokból kialakult sorrend alapján látható, hogy a fiatalok a házasságot és az élettársi kapcsolatot választják az egyedül éléssel szemben. Érdekes, hogy a különlakásos partnerkapcsolatot az „Egyedül gyermekkel” opció is megelőzi, amelyből úgy tűnik, hogy a válaszadók arra törekednek, hogy tiszta helyzeteket teremtsenek a párkapcsolatukban. Ez ebben az életszakaszban teljesen érthető, bár később a tapasztalatok azt mutatják, hogy az emberek nagyon szövevényes és bonyolult kapcsolatokat tudnak kialakítani.

	Együttélési forma	Összesített rangsorban elfoglalt hely
1.	Házasságban gyermekkel	1.0
2.	Élettárssal és gyermekkel	2.1

	Együttélési forma	Összesített rangsorban elfoglalt hely
3.	Élettársal gyermek nélkül	3.6
4.	Egyedül gyermekkel	4.1
5.	Élettársi kapcsolat fenntartása különéléssel és osztott gyermekneveléssel	5.0
6.	Egyedül élni	5.2

Gyermekvállalás

A fiatalok a tervezett gyermekszám tekintetében bizonytalanok. A megkérdezettek közel egy harmada még bizonytalan a tervezett gyermekszámban, illetve különböző külső szempontokhoz köti. A feltételek között döntő többségben a megfelelő anyagi biztonság, a lakhatási körülmények és a partner hozzáállása szerepel.

Szinte senki sem mondta, hogy nem akar gyermeket: megközelítően 25% egy gyermeket, 45% két gyermeket, míg 20%-a a válaszadóknak 3 gyermeket tervez. A fennmaradó 10% 4 vagy annál több gyermeket szeretne. Érdekes tapasztalat volt, hogy a magasabb gyermekszámot a lányok mondták, pedig sokszor a férfiak álmodoznak a „focicsapatnyi” gyermekről.

Válás

Mindannyiunk számára ismert adat, hogy hazánkban minden második házasság válással ér véget. Megkérdeztem erről a hallgatókat is, hogy ők vajon milyen okokkal magyarázzák ezt a jelenséget.

A megkérdezettek közül többen megfogalmazták, hogy csak addig akarnak együtt maradni a másik féllel, amíg a kapcsolat harmonikus. Ha gondok jelentkeznek, akkor jobb, ha elválnak, főleg ha megjelenik egy másik. Úgy látszik, hogy a fiatalok elfogadják a válást mint problémamegoldási lehetőséget. Igyekeznek megvédeni magukat ezáltal a csalódástól. Ez valószínűleg abból táplálkozik, hogy a hallgatóknak maguknak is vannak negatív élményei a válással és az azt megelőző és követő nehéz időszakokkal kapcsolatban.

A beszélgetések alkalmával kiderült, hogy a fiatalok vágynak a biztonságra, a gyengédségre és a szeretetre. De ugyanakkor félnek a kudarctól és a sikertelenségtől, és ezért nem vállalják fel a másikat, vagyis a kapcsolatot. Félnek valószínűleg attól, hogy ha valaki fontossá válik számukra, akkor lelkileg érzékennyé, sebezhetővé válnak.

„Szerintem egyesek beleszaladnak a házasságba. Amikor pedig jönnek a problémák, nem tudják az emberek a kapcsolatukat rendezni egymással, és elválnak.” (N. I., 21 éves lány)

„A fiatalok éretlen fejjel mennek bele egy kapcsolatba, és azt gondolják, hogy megvált-hatják a világot. Akkor házasodnak össze, amikor már jön a gyerek. Utána beindul a mókuserék, és belefáradnak, a nagy szabadság miatt pedig kilépnek a házasságból.” (T. T., 24 éves fiú)

„Azzal magyarázható, hogy az igazi szeretetet összekeverik a szenvedéllyel. Az igazi kapcsolathoz szükséges, hogy fizikai és szellemi síkon egyaránt megértsék egymást az emberek. Van, amikor csak a fizikai síkon értik meg egymást, és van, amikor csak szellemi síkon, de ez ritkább. Eljutnak addig, hogy hiányt éreznek, és a másik síkra is szeretnék terelni a kapcsolatukat. Ez nagyon nehéz lehet, a régiből egy újat csinálni. Ha ez nem sikerül, akkor feladják, és a válás mellett döntenek.” (M. K., 23 éves lány)

Ki segít a családoknak?

Ebben a kérdésben a hallgatók bizonytalanok voltak. Az állam feladatvállalását a családok segítségével csak néhányan említették. Néhányan megemlézték a szakemberek bevonását a párok támogatásába, de azonnal hozzá is tették, hogy az emberek nem szívesen, illetve nem mernek segítőkhez fordulni. Az a javaslat is elhangzott, hogy az egyházaknak kellene nagyobb szerepet vállalniuk a családok segítésében. Hiszen az egyházi esküvők előtt a jegyesek már találkoznak az egyházak képviselőivel a jegyesoktatás alkalmával. Az iskolában is helye lenne többek szerint a házasságra való felkészítésnek.

„Tudom magamról, hogy évek óta tudatosan készülök, hogy ha lesz egy kapcsolatom, akkor hogyan fogok viselkedni. Sokat is beszélünk erről a barátnőmmel, hogy olyan buta hibákat ne kövessünk el, amiket másoknál látunk. Sikerül is kiküszöbölni ezeket a hibákat, de van, amikor ugyanabba folyóba mi is belelépünk, mint mások.” (B. K., 25 éves fiú)

„Szerintem az emberekbe valahogy a hitet kellene visszacsempészni, mert egyszerűen nincs az emberekben hit. Nem csak az istenhitre gondolok, úgy tapasztalom, hogy semmiben sem hisznek a fiatalok. Ebből adódik, hogy nem tartanak ki egymás mellett.” (K. A., 21 éves lány)

„Én úgy gondolom, hogy a párkapcsolatról emberéletek szólnak, alkalmazkodunk egymáshoz, a párunkhoz. Szerintem ez ugyanolyan fontos, mint a szexualitás vagy a matematika - már akinek.” (N. D., 19 éves lány)

„Példát jelentenek számomra a nagyszüleim, akiknek most volt az 50. házassági évfordulójuk, és még mindig szeretik egymást. A titkuk az, hogy képesek voltak egymáshoz alkalmazkodni. Mindketten nagyon akaratosak, még egymást is néha-néha alig viselik el, de pont az tartja őket össze, hogy még mindig izgalmasak egymásnak.” (J. K., 20 éves fiú)

A tanácstalanság azzal is magyarázható, hogy a hallgatók nem láttak modellt a segítség módjaira, a családok preventív támogatására, arra, hogyan lehet a családokat segíteni, amikor még nincs krízis helyzet. Nyugat-Európában a marriage encounter mozgalom, a családcsoportok működése és más szolgálatok már lehetőséget nyújtanak arra, hogy a családok, házaspárok még azelőtt kapjanak segítséget, hogy a kapcsolatuk zátonyra futna.

Vélemények az interjúról

A megkérdezettek a kezdeti feszültség után szívesen válaszoltak a feltett kérdésekre. Többen jelezték az interjú végén, hogy jó volt erről a témáról beszélgetni, mert eddig ilyen mélyen nem foglalkoztak ezzel a kérdéssel.

„Jó volt erről beszélni, közben rájöttem bizonyos dolgokra, amiről eddig ilyen formában nem gondolkodtam. Most, hogy ezekről a témákról szó esett, elhatároztam, hogy beszélni fogok ezekről a témákról a barátommal, és megkérdezem az ő véleményét is.” (M. K., 23 éves lány)

„Mindenképpen azt gondolom, hogy egy érdekes beszélgetés volt, egyáltalán nem bántam meg, hogy vállalkoztam rá. Azért tartom érdekesnek, mert nem egy barátal, rokonnal beszéltem most ezekről a dolgokról, ezért egy kicsit furcsa volt ez a helyzet. Tényleg olyan dolgokról volt szó, amit nem mondok el mindenkinek.” (T. P., 21 éves lány)

„Ez érdekes, mert a kérdések 90%-ára úgy válaszoltam, hogy „nem tudom”, „talán”, „esetleg”. De tényleg zsákbamacska az egész kapcsolat, annyira nem lehet megmondani, hogy mi lesz belőle. Ha valakinek határozott elképzelései vannak, lehet, hogy azt a másik teljesen megváltoztatja.” (K. K., 20 éves lány)

„Nagyon örültem, hogy eljöttem, mert rájöttem, hogy nagyon sok mindennel nem vagyok tisztában, például hogy mit gondolok a jövőmről, különös tekintettel a párkapcsolatra. Vannak elképzeléseim, de ezeken a kérdéseken még sokat kell gondolkoznom. Nem töprengtem azon, hogy miért is kell nekem papír, ami bizonyítja, hogy nekem van férjem és házasság ember vagyok. Nekem miért nem elég az, hogy boldogan együtt élünk és kész. És hogy mit gondolok a jegyességről, és szükségesnek tartom-e.”
(M. N., 23 éves lány)

Az interjúkból világosan kiderül, hogy a hallgatók szívesen beszéltek a témáról, hiszen kevés alkalommal esik szó ilyen mélységben a házasságról. Úgy tűnik, hogy maga az interjúzás erősíti a felelősségérzetet és tudatosságot a hallgatókban a párkapcsolatok esetében. Nagy szükség lenne, hogy tudjanak ezekről a kérdésekről beszélgetni egymással, és szakemberekkel is.

Összegző gondolatok

A megkérdezett közel 50 hallgató beszélgetései alapján úgy tűnik, hogy a fiatalok számára fontos és aktuális téma a párkapcsolatok világa. Ugyanakkor sok kérdésben nem látnak tisztán, és nincsen határozott véleményük.

A megkérdezettek megélik azt, hogy a származási családjuk támaszként szolgál, és világos elképzelésük van az ideális társról is, míg a házasság és a gyermekvállalás kérdése még kevésbé körvonalazódott.

Érdekes megfigyelni azt a kettősséget, miszerint a válaszadók többsége a hagyományos családmodellt részesíti előnyben (házasságban két gyermekkel), ugyanakkor nem fogadják el a hagyományos nemi szereposztásokat, és a jegyesség szokását és a házasság intézményét is megkérdőjelezi.

A fiatalok nem ismerik azokat a szervezeteket, szakembereket, akik a családoknak, pároknak segíthetnek, a nehézségeket a környezetükből származó példák segítségével vagy saját erejükből próbálják megoldani. Ez mindenképpen figyelmeztetés a segítő szakmának arra, hogy nagy hangsúlyt fektessen a fiatalok informálására, ismertessen meg velük olyan lehetőségeket, ahová gond esetén fordulhatnak.

Nem szabad elfelejtenünk azt sem, hogy a beszélgetéseken olyan hallgatók vettek részt, akik valamilyen módon kapcsolatba léptek a DEMEK-kel. Ez jelentheti azt, hogy magas fokú önreflexióval bírnak, mivel felismerték, hogy valamilyen segítségre van szükségük, illetve nyitottak az önismeretük mélyítésére. Azoknak, akik nem élnek a központ nyújtotta lehetőségekkel, még kevesebb alkalmuk van arra, hogy ezeket a kérdéseket tisztázzák önmagukban. Ahogyan pedig a megkérdezettek válaszaiból előtűnik, lehetőséget kell teremtenünk arra, hogy a fiatalok átgondolhassák,

kialakíthassák és megoszthassák a családalapítással kapcsolatos véleményüket – hiszen az egyetemi tanulmányaik után ez lesz a következő nagy feladatuk.

Természetesen a leírt tapasztalatok, következtetések nem általános érvényűek, hiszen a megkérdezettek száma sem magas, és a kérdező is főleg a saját szemüvegén keresztül elemzi a tapasztaltakat. De reméljük, hogy a leírtakkal sikerült néhány új szemponttal gazdagítani a család és párkapcsolatos kutatási eredményeket segítve, hogy hazánkban egyre több fiatal válassza és tartsa életének a házasságot: bízzanak benne, hogy sikerül, még annak ellenére is, hogy annyi minden ellene szól mai világunkban.

Az interjú vázlata

A MŰLT: A származási család

Mit jelent számára a család szó?

Milyennek érzi a családjá hangulatát?

Milyennek ítéli meg a szülei párkapcsolatát?

Mennyire érzi példaértékűnek a szülei párkapcsolatát saját maga számára?

II. A JELEN: A párválasztás és a családról alkotott nézetek

Milyen tulajdonságok fontosak számára a másokban?

A párválasztásban milyen szempontokat tart fontosnak?

Milyen tényezők játszanak szerepet a tartós kapcsolatban?

A sikeres házasság, párkapcsolat feltételeinek sorrendbe állítása.

Milyen véleményekkel találkozik a családdal kapcsolatban?

Milyen módon lehetne segíteni a családokat?

Véleménye szerint milyen társadalmi folyamatok hatnak a jelenlegi családokra?

Milyen tényezők okozzák a válások magas számát?

Honnan kapott segítséget illetve információt a párkapcsolatról, házasságról?

III. A JÖVŐ: A saját család

Hogyan tervezi az életét 20 év múlva?

Kik veszik majd akkor körül?

Hány gyermeket szeretne?

Milyen nemű gyerekeket szeretne?

Milyen körülményeket szeretne elérni ekkorra?

Milyen szereposztást tart fontosnak a nő és férfi között?

Mi a véleménye a feminizmusról?

A különböző életformák sorrendbe rendezése.

Az interjúalany véleménye, benyomásai a beszélgetéssel kapcsolatban.



Engler Ágnes¹

Gyermekekkel abszolválva. Családos hallgatók tanulmányi életpályája

Bevezetés

A felsőoktatásban számos hallgatói csoport vizsgálatára sor kerül, ezek között kevés olyan kutatást találunk, amely a felsőfokú tanulmányok és a szülői szerepek összehangolását állítja középpontba. A tanulói eredményesség vizsgálatánál nem lehetnek közömbösek a származási család jellemzői, mint például a szülők iskolai végzettsége és egyéb demográfiai jellemzők. A saját családdal rendelkező hallgatók teljesítményének, tanulmányi nehézségeinek felderítésénél ugyancsak fontos szempont a háttér, az a szűk privát miliő, amely pozitív vagy negatív módon befolyásolhatja a tanulmányi pályafutást. Tanulmányunkban különböző vizsgálatok mentén azokra a hallgatókra figyelünk, akik család és (általában) munka mellett végzik felsőfokú tanulmányaikat. Célunk a tanulási jellemzők, akadályok feltérképezése, valamint bepillantást nyernünk a tanulásba fektett erőforrások munkaerő-piaci megtérülésébe.²

Családos hallgatók a kampuszokon

A hazai felsőoktatási intézmények teljes idejű képzési rendszerében kevés olyan hallgatót találunk, akik gyermek mellett folytatnak tanulmányokat. A hallgatói vizsgálatok ennek ellenére azt mutatják, hogy a fiatalok többsége minél korábban szeretne családot alapítani, és megfelelő feltételek mellett összehangolná a tanulást a gyermekvállalással.³ Gyermekek nevelő hallgatókat jellemzően a részidős képzésekben, ezen belül a levelező tagozaton találunk. Ők a tanulást, a családot és a munkát összehangolva igyekeznek teljesíteni abban a hosszú távú befektetési folyamatban,

¹ Debreceni Egyetem Neveléstudományok Intézete, engler.agnes@arts.unideb.hu

² A tanulmány a Bolyai János Kutatási Ösztöndíj támogatásával készült.

³ Ld. erről a Debreceni Egyetem CHERD kutatócsoportjának vizsgálatait. A kutatócsoport vezetője: Prof. Dr. Pusztai Gabriella. Vonatkozó eredmények: Engler 2011a.

aminek megtérülése – azaz a diploma beváltása a munkaerőpiacon – a tanulási döntés meghozatalának pillanatában bizonytalan.

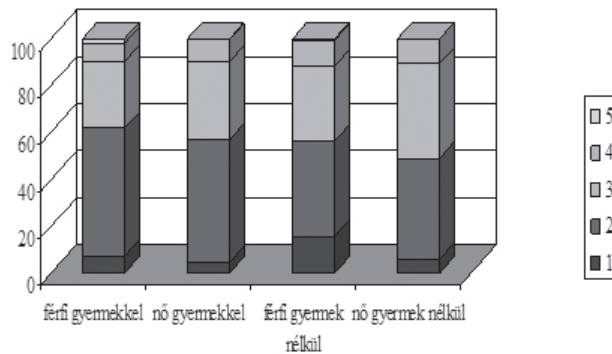
A felnőtt hallgatók (a továbbiakban „kiszajátítjuk” ezt a kifejezést a levelező tagozaton tanulókra) különböző okokból választják az emberi tőkéjükbe történő befektetés gyanánt a továbbtanulást. Általában olyan külső indokokat szokás említeni, amelyek a munkaerő-piaci boldogulás céljából fakadnak, mint például a munkahely megtartása, előléptetés reménye, magasabb jövedelem elnyerése, új pozíció megpályázása. Többen felhívják azonban a figyelmet, hogy a felnőttek tanulási aspirációjában jelentős primer motiváció is megtalálható, illetve a külső motívumok sem kizárólag anyagi szempontból érdekvezéreltek. Morstain és Smart (1977) erős kognitív motívumot figyel meg, továbbá kiemelik a személyes találkozások és a csoporthoz való tartozást igényt. Wolfgang és Dowling (1981) megfigyelése szerint a részidős képzésben résztvevők számára a tudás megszerzése fontos, míg a nappali tagozaton tanulók a kívülről érkező elvárásokat helyezik előtérbe. Sinnett (1993) a tudásvágyat és a kompetenciafejlesztés igényét egyaránt köti a munkaérdekekhez és a személyes tudásvágyhoz. Számos szerző rámutat arra, hogy a közösséghez való tartozás, a társas kapcsolatok igénye is meghatározó tényező a felnőttek tanulásánál (többek között Zrinszky 1996, Durkó 1998, Csoma 2005, Prins et.al. 2009).

Breloer (2001) nem állít fel motivációs csoportokat vagy kategóriákat, hanem a különböző ösztönző hatásokat életeseményekhez köti (pl. szülővé válás, munkahely elvesztése), amelyek során az egyén tanul és tapasztalatokat szerez. Még tovább megy Abrahamsson (1984), aki a családi életben megszerzett képességek fontosságát hangsúlyozza, mivel a gyermeknevelés területén kialakult jártasságok (pl. időmenedzselés, szervezés) a munka világában is jól hasznosíthatók. Ugyanez fordítva is igaz lehet: a felnőttek tanuláshoz való viszonyulását, önképzési hajlandóságát, tanulási aktivitását nagyban befolyásolja a családdal kapcsolatos életesemények sora, így a házasság, a gyermek születése, későbbi iskolába lépése stb. (Aslanian és Bricknell 1980). Jól körülhatárolható tanulói csoportokat azonban nem lehet kialakítani, mert vannak olyanok, akik kikapcsolódást keresnek a tanulásban, például a gyermekgondozási szabadság alatt, mások viszont nem vállalják a formális tanulási módot kisgyermek mellett. A nők esetében a tanulás, karrier versus családalapítás meglehetősen összetett kérdés. A Zerle és munkatársai által megkérdezett német nők és férfiak 85%-a véli úgy, hogy a gyermekvállalás előtt képzettséget kell szerezni, majd néhány évig munkába állni (Zerle et al. 2012). A tanulás, munkavállalás és a termékenység kapcsolatát vizsgálva a magasan képzett olasz nők halasztó magatartására hívja fel a figyelmet Bratti (2002). Kopp Mária (2010) kimutatta, hogy a magyar nők iskolázottságával párhuzamosan emelkedik a nem realizálódott, de tervezett gyermekek száma. A hasonló kutatásokat hosszan lehetne idézni, a család és/vagy karrier kérdésköre Európa-szerte lényegi kérdéssé vált az elnőiesedett felsőoktatásban, kialakítva a 20. század különböző kariertípusait (Koncz 2006).

A fent hivatkozott szakirodalmi megállapításokat saját kutatásaink is alátámasztják. A Diplomás kutatás 2010⁴ adatbázisát felhasználva a levelezős hallgatók eredményességét vizsgáltuk családi állapotuk szerint (Engler 2012). Az adatbázisból (N=4511) leválogattuk a részidős képzésben tanulókat (N=1715). A tanulmányokra és a tanulási attitűdre vonatkozó változókat felhasználva eredményességi mutatót alakítottunk ki, amely a következőket tartalmazta: a felsőfokú tanulmányok befejezésének sikere, a halasztások és passzív félévek, a megszerzett kreditek száma, nyelvvizsga rendelkezésre állása, az államvizsga és a diploma átvétele között eltelt idő hossza, a formális tanulásba történő bekapcsolódás a diploma megszerzését követően, és a további iskolarendszerű tanulás szándéka. Az így kialakított mutató öt értéket vett fel, ahol az első csoportba tartozó hallgatók a legsikeresebbek, az ötödik csoport tagjai mutatkoztak a leggyengébb teljesítményűnek.

A családi állapot tekintében figyelemre méltó kép rajzolódott ki (1. ábra). A gyermeket nevelő nők és férfiak egyaránt sikeresebbek gyermektelen társaiknál. A gyermekes férfiak egy árnyalatnyival eredményesebbek a gyermekes nőknél, a legkevésbé sikeresek a gyermektelen nők. Úgy tűnik tehát, hogy a családban, gyermeknevelésben megszerzett kompetenciák valóban kedvező hatással vannak a tanulmányi teljesítményre és a tanulási hajlandóságra. Hozzá kell tennünk, hogy a család nagyságát tekintve nem találtunk különbséget: az egy vagy két gyermeket nevelők, valamint a nagycsaládok eredményességi mutatói csaknem teljesen azonosak.

1. ábra: Tanulmányi eredményesség családi állapot szerint, százalék (N=1589)



p=0,016

⁴ Educatio Társadalmi Szolgáltató Nonprofit Kft által készített kutatás. TÁMOP 4.1.3. *A felsőoktatási szolgáltatások rendszer szintű fejlesztése* c. kiemelt projekt 2010.

Kisgyermekes nők az iskolapadban

A családós hallgatók közül a három év alatti gyermeket nevelő nők nagy arányban képviselték a gyesen, gyeden lévő kismamákat az egyetemek és főiskolák padjaiban az ezredforduló környékén. Ez annak a rendeletnek volt köszönhető, amely kimondta a gyermeknevelési szabadságon lévőkhöz tandíjmentességet. A mentesség megszűnése (2006) óta számuk jelentősen csökkent. A kisgyermeket nevelő hallgatók tanulási jellemzőit és a tanulás következményeit egy longitudinális kutatásban tártuk fel, a tanulmányuk közben (N=226), majd a végzést követő években (N=119). Minden megkérdezett a Debreceni Egyetemen vagy a Nyíregyházi Főiskolán folytatott tanulmányokat, gyermeknevelési támogatásban részesült (gyed, gyes, gyet), és a végzést követően legalább egy éve munkába állt (a második adatfelvétel esetében).

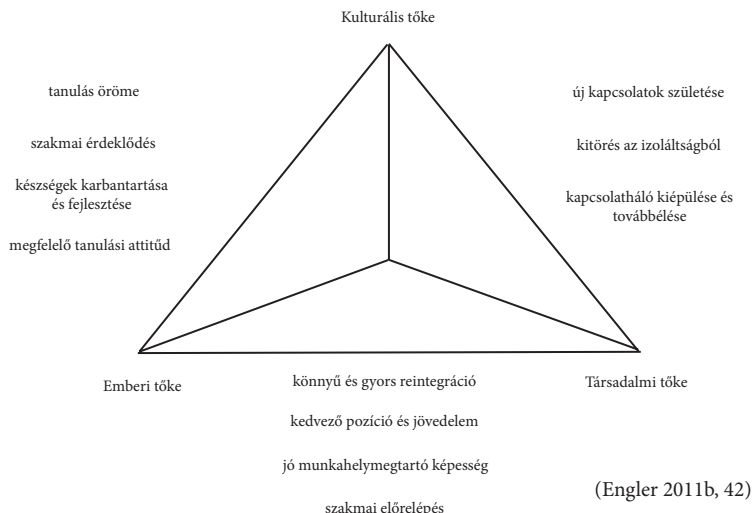
A 2. ábrán látható az az elméleti keret, amelyben a kismamák tanulási beruházásait és megtérüléseit ábrázoltuk. (A kutatás elméleti és empirikus eredményeit bővebben ld. Engler 2011b.) Az intellektuális kibontakozás olyan megtérülési területeket takar, ahol a tanuló egyén a tanulás primer motívumait erősíti. Ezekben a területeken már a tanulmányok alatt tapasztalható volt a megtérülés: a kutatásban résztvevők tanulás iránti vágya növekedni látszott, nagyobb figyelmet fordítottak az önképzésre, és mindenekelőtt sikeresen bekapcsolódtak a szakmai munkába a reintegráció során.

A munkaerő-piaci reintegráció hozammezőjében olyan tényezők szerepelnek, amelyek megjelenése összefüggésben áll a diploma megszerzésével. A reintegrálódás pillanatát firtató kérdésekre adott válaszok alapján kiderült, hogy a megkérdezett nők csaknem fele a korábbi munkahelyére tért vissza, 28%-a váltott munkahelyet saját elhatározásából, 10%-a állás megszűnése miatt. Újabb gyermekvállalás miatt a kismamák 10%-a nem tért vissza a munka világába, és mindössze két hallgató számolt be sikertelen álláskeresésről. A reintegrálódott nők esetében a tanulásba fektetett költségek az alábbiak szerint kezdtek megtérülni: végzettségnek megfelelő munkakör és munkakörülmények, magasabb jövedelem, a munka és magánélet összeegyeztethetősége, a lefelé irányuló mobilitás elkerülése. A nők 70%-a egyértelműen arról számolt be, hogy a felsőfokú tanulmányok révén ért el sikereket a munkaerőpiacon. Erőteljes segítséget jelentett a tanulás abban, hogy a tudás és kompetenciák gyengülését el tudták kerülni, és a visszatérés zökkenőmentesen zajlott. A munkahelyi továbbképzések elvállalásában a nők harmada érezte a tanulás kedvező hatását, s ugyancsak egyharmadukat segítette az olyan problémákban, mint a kollektívába való visszatérés vagy a privát élet átszervezése.

A szociális beágyazódás mezőjében olyan megtérülési területeket találtunk, amelyek az akadémiai közegben szövődött kapcsolatokra utalnak. A hallgatótársakkal, az oktatókkal, a felsőoktatás más szereplőivel létesített ismeretségek számos alkalommal tovább éltek a végzést követően, lényegesebb befolyással azonban a tanulás éveiben

bírtak. A munkából való kiesés ugyanis egyfajta izoláltsággal jár, amelyet ellensúlyozott a felsőoktatás miliójében az új kapcsolatok kialakítása és fenntartása. Az új társadalmi (kapcsolati) tőke sok esetben a munkába való visszatérés során is hasznosnak bizonyult, de a folyamatos interperszonális kommunikáció az egykori kollektívába történő visszatérést is megkönnyítette.

2. ábra: A kisgyermeket nevelő hallgatók tanulmányainak megtérülési területei



A kisgyermeket nevelő hallgatók felsőfokú tanulmányainak pozitív hatásait szemlélve természetesen nem feledkezhetünk meg a tanulási beruházások jellegéről és mértékéről. A vizsgálat erre vonatkozó eredményeiből kiemeljük a családi háttér szerepét, a hallgatók saját családját, illetve a származási családtagjait is ideértve. A tanulmányok során felvett vizsgálatba került hallgatónők számos elemzési területen szignifikáns eltéréseket mutattak az alapvégzettségük szerint. Az első diplomásokat (nem diplomás N=103) és a korábban már felsőfokú oktatásban tapasztalatot szerzetek (diplomás N=123) szinte minden elemzési területen eltérően viselkedtek. Így a családi hatások kérdésében is markánsan különbözött a két hallgatói csoport. Meg kell említenünk, hogy a két almintá demográfiai háttere is szignifikánsan eltérő minden változó mentén, például a diplomával rendelkezők szülei és házastársai magasabban kvalifikáltak, kevesebb gyermeket neveltek a vizsgálat idején, nagyobb településekről érkeztek.

A két vizsgált csoport különböző befektetési stratégiát tanúsított, amely magyarázható az eltérő társadalmi háttérrel, de leginkább a családi környezet tagjainak különböző iskolázottságával. A diplomával még nem rendelkező hallgatókat a szülők,

a házastársak és a barátok egyaránt jobban biztatták a tanulmányok megkezdésében, mint a diplomás nőket. A tanulás megkezdését követően azonban a nem diplomás nők családtagjai „elpártolni” látszottak korábbi támogató magatartásuktól, míg a diplomával már rendelkező hallgatók több segítséget kaptak a vártnál. A kutatás több szempontból vizsgálta ezt a kérdést, jelen tanulmányban egy kérdéskört említünk, a tanulás közben megjelenő problémákat (1. táblázat).

1. táblázat: A tanulmányok alatt felmerülő nehézségek iskolai végzettség szerint (N=226)

Nehézségek	Nem diplomás %	Diplomás %	Összesen %
Családi támogatás hiánya**	37	20	27,1
Gyermek elhelyezésének gondjai*	77	63	69
Anyagi háttér biztosítása***	80	50	62,4
Vizsgastressz***	88	63	73,8

*** sign.=0,000 ** sign.=0,004 *sign.=0,05-0,01

(Engler 2011b, 165)

Úgy tűnik tehát, hogy az első diplomájukat szerző nők családtagjai (akik maguk is jellemzően alsó-vagy középfokú végzettséggel rendelkeznek) kevésbé megfelelően mérték fel a felsőfokú tanulmányokba fektetett költségek nagyságát. Ezalatt nem csupán és nem elsősorban anyagi jellegű befektetéseket értünk, hanem olyan beruházásokat, amelyek a kiesző anya és háziasszony szerepből fakadnak. Értve ezalatt például a gyermek(ek) gondozását és felügyeletét a konzultációk és felkészülések ideje alatt, a háztartási teendők elvégzését, a tanulással kapcsolatos teendőket (pl. könyvek beszerzése, utazás és szállás megoldása, vizsgastressz kezelése stb.). A tanulással járó feladatokat a tanulási döntés idején a diplomás nők környezete mérte fel valóságban, és kezelte hatékonyabban a tanulmányok idején. Ez nem meglepő, hiszen a felsőfokú tanulmányok terén már tapasztalattal rendelkeztek maguk a hallgatók, azok jellemzően diplomás szülei és partnerei is. A nem diplomások befektető közösségének tagjai viszont az értelmiségivé válás folyamatában nem vállalták azokat a többletköltségeket, amelyekkel korábban nem számoltak.

A várt haszon és a jelenben felmerülő befektetések nagysága közötti eltérés következtében felmerülő problémák kihatottak a tanulmányok végzésére, és több területen is konfliktust eredményeztek a család tagjai között. Többek között ez volt az oka an-

nak, hogy a tanulmányi eredményesség, illetve a tanulás és a család összehangolása a diplomás nők esetében mondható kedvezőbbnek. Azonban a utánkövetés eredményei alapján elmondható, hogy a különbségek csökkentek, és a munkaerő-piaci eredményességben, valamint a későbbi tanulási aspirációban ezek a tényezők nem eredményeztek ilyen erőteljes eltérést.

„Nem biztos, hogy megéri, de...”

Az idézet részlet egy levelező tagozatos véleménye, aki a felsőfokú tanulmányok és a családi teendők összeegyeztetéséről nyilatkozik: *„Azt tekintve, hogy mennyi megterhelést jelent nekem is és a családnak is, hát nem biztos, hogy megéri. De végül is csinálunk nagyobb marhaságokat is az életben. És nemsokára vége lesz...”* A továbbiakban egy újabb vizsgálat eredményeinek felhasználásával a felnőtt hallgatók nehézségeit érintjük, különös tekintettel a család mellett tanulók problémáira figyelve.

A *Tanuló régiók Magyarországon* című kutatás a regionális tanulás problematikájával foglalkozik, a tanulás különböző módozataira építve az oktatás, képzés és munka társadalmi és területi összefüggéseit tárja fel.⁵ A kutatás keretein belül az Észak-Alföld régió három nagy felsőoktatási intézményének részidős hallgatói társadalmát vizsgáltuk kvalitatív és kvantitatív eszközökkel. A teljes körű kérdőíves megkeresés során a Debreceni Egyetem, a Nyíregyházi Főiskola és a Szolnoki Főiskola levelező tagozatainak tanulókat értük el 2013 tavaszán. A visszaérkezett, érvényesen kitöltött kérdőívek száma 1092. A kérdőív összeállítását a fókuszcsoportos és egyéni interjúk tapasztalatai segítették, amelyeket 2012 végén és 2013 elején vettünk fel.

A kutatás során arra kerestük a választ, hogy az általában munka és/vagy család mellett felsőfokú tanulmányokat folytató hallgatók milyen tanulási utakon érkeztek a felsőoktatásba, feltérképeztük a tanulmányi jellemzőiket, érdeklődtünk a tanulás során felmerülő akadályokról. A továbbiakban tehát a felsőfokú tanulmányok és a családi háttér kapcsolatára mutatunk rá, a tanulás és a család összehangolására összpontosítva.

A teljes mintából (N=1092) kiválogattuk a család mellett tanulókat, a családra vonatkozó kérdésre válaszoló összes megkérdezett 55,4%-ának van gyermeke (N=478, a fennmaradó megkérdezettek nem válaszoltak a kérdésre). A mintába került hallgatók jellemzően két gyermeket nevelnek (302 fő, egy gyermeket nevel 77 fő, nagycsaládos 99 fő). Magasnak mondható a hat év alatti gyermeket nevelők száma (265 fő), de magas a 18 év feletti gyermek is a hallgatók körében (293 fő esetében). Figyelemre méltó azok aránya, akik nem közvetlenül érettségi után kezdték meg tanulmányaikat

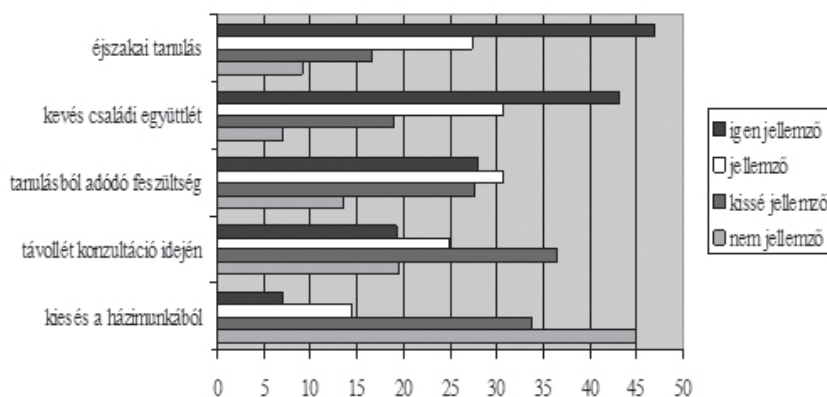
⁵ Tanuló régiók Magyarországon: Az elmélettől a valóságig. OTKA (K-101867) Kutatásvezető: Prof. Dr. Kozma Tamás

(61%), közülük többen a gyermekvállalással indokolták a továbbtanulás elhalasztását (pontos arányt nem tudunk, nyílt válaszban volt lehetőség az indoklásra).

A megkérdezett hallgatók esetében igen erős motiváció a tanulásban a család. Már a továbbtanulás eldöntésében erőteljes a példamutatás szándéka, a válaszadók 40%-a indokolta a felnőttkori tanulást azzal, hogy a gyermekeiknek példát akart mutatni. A tanulmányok alatt szintén erős motiváció érkezett a család részéről, a hallgatók 44%-a vallotta, azért tanul, hogy a családja büszke legyen rá. A „Bebizonyítom magamnak és környezetemnek, mire vagyok képes” válaszlehetőséget a megkérdezettek 67%-a jelölte meg.

A kitartóak motivációja sokféle akadállyal találja szemben magát. A 3. ábrán láthatóak azok a problémák, amelyek a tanulás és család kapcsolatát érintik. A kismamák között végzett korábbi kutatásban is jelentős szerepet kapott az éjszakai tanulás problémaköre. A regionális kutatásban résztvevők is ezt érzik leginkább nehézségnek, amelyet a családdal töltött idővel való elégedetlenség követ. Valószínűleg mindkettő velejárója a tanulásból adódó feszültség. A kérdőív felvételét megelőző interjúk tanulságai egybecsengenek az első három helyen szereplő nehézségekkel. A hallgatók elmondása alapján a család és munka mellett leginkább éjjel jut idejük a tanulásra, az ebből adódó fáradtság azonban kihat mindkét életterre. A családtagokkal töltött idő csökkenése állandó lelkiismeret-furdalással tölti el őket, akárcsak a a munkahelyen való megfelelési igyekezet. Mindehhez társul a vizsgastressz, a határidős tanulmányi feladatok, a konzultációs távollétek munkahelytől és családtól egyaránt.

3. ábra: A tanulás és család összeegyeztetésének problémái, százalék (N=478)



Az idő tényező rendkívül hangsúlyos a tanulás, a munka és a család összeegyeztetésében. A kérdőívben több javaslat is érkezett a hatékonynak vélt tanulásszervezéshez:

„Az úgynevezett tömbösített konzultációt előnyösebbnek tartottam, mint a minden hétvégét igénybe vevőt. Igaz, hogy a konzultációk hete nagyon fárasztó, de a továbbiak jobban tervezhetők.” „Nagyon elégedett vagyok a karral, az időbeosztással, tömbösítés nélkül két gyerek mellett el sem tudnám végezni a szakot. A mai világban az oktatókat elektronikus úton is meg lehet keresni, tanáraink segítőkészek és nagy tudásúak.”

A jelenléti ív és az előfeltételek kapcsán is felmerül a magánéleti vonatkozás:

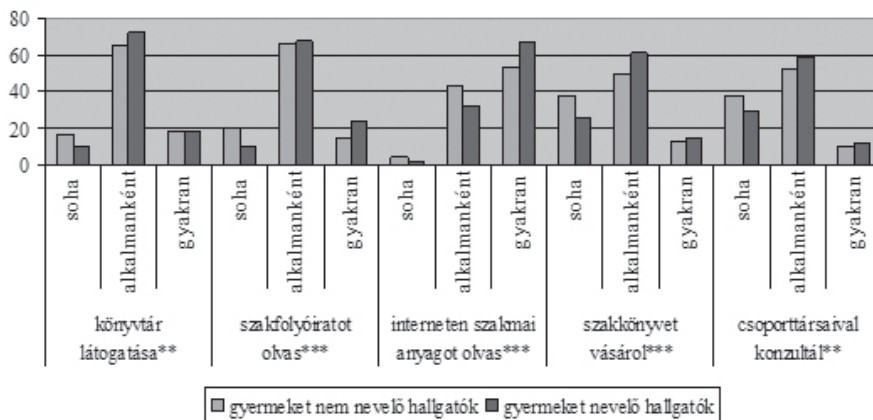
„Levelező tagozaton az órákon való megjelenés ne legyen függvénye annak, hogy valaki mehet-e vizsgázni. Problémát jelent a család vagy a munkahely miatt a megjelenés, ami önhibánkon kívüli, lehetetlen három helyen helytállni, de az iskolát erőn felül el szeretnénk végezni.”

A család mellett tanuló hallgatóknak az időbeosztás mellett a gyermek elhelyezése is gyakorta problémát jelent. A kismamák között végzett kutatásban a megkérdezettek nagy többsége szemben találta magát a konzultációk ideje alatti gyermekfelügyelet gondjával, amihez az intézmények infrastrukturális felszereltségének hiánya is társult (pl. játszósarok, szoptató és pelenkázó helyiség, rámpák, liftek).

A tárgyalt vizsgálatban a nagyobb gyermekeket nevelők is megemlítik a felügyelet problémáját, amely nemcsak az oktatási órák idején merül fel, hanem a könyvtárba járás, a készülés, az utazás időszakában is. *„Egyedül nevelem a gyermekem, éppen ezért a tanulmányaimmal nagyon nehéz összeegyeztetni a gyermekem elhelyezését az iskolai képzés idejére”*- olvasható a kérdőív egyik nyílt válaszában. Egy másik családossal hallgató az internet adta lehetőségek mélyebb kiaknázását javasolja: *„A levelező tagozatos képzéseket érdemes lenne felturbózní a távoktatásos tanulóknak küldött anyagokkal, információkkal. A kettő mixelése nagy mértékben megkönnyítené a levelezősök dolgát, akiknek a napi munka és a család mellett igen nagy megterhelést jelent még pl. a könyvtárba járás is a szakirodalom megszerzéséhez. Ha e-könyvben megkapnánk még több szakirodalmat (akár némi minimális térítéssel) – az nagy segítséget jelentene. Esetleg jól jönne a nappalisoknak tartott előadások online megnézési lehetősége valami zárt láncon, ahonnan nem lehet letölteni.”*

A fentiekhez hasonló vélemények arra sarkallottak minket, hogy vessük össze a tanulmányokhoz kapcsolódó tevékenységek gyakoriságát a gyermekeket nem nevelő hallgatók aktivitásával. Feltételezésünk szerint az egyedülállók gyakrabban kerülnek kapcsolatba a tanulmányaikhoz szükséges irodalmi forrásokkal.

4. ábra: Tanuláshoz kötődő tevékenységek gyakorisága családi állapot szerint, százalék (N=1070)



***p=0,000 **p=0,004; 0,01

A 4. ábrán kirajzolódó eredmények megcáfolták várakozásunkat. Az említett nehézségek ellenére a gyermeket nevelők valamennyivel gyakrabban járnak könyvtárba, illetve gyakrabban vásárolnak a tanulmányaikhoz kapcsolódó könyveket. A szakmai anyagok olvasása inkább rájuk jellemző, különösen az interneten való tájékozódás formájában. A csoporttársakkal történő, szakmai jellegű beszélgetés kevésbé jellemző a hallgatókra, a családosok több alkalommal élnek ezzel a lehetőséggel. Ezek az eredmények összhangban állnak az 1. ábra alapján tett megállapításokkal, a családos hallgatók eredményesebbek, céltudatosabbak, talán éppen a korábban említett megfélemlési törekvések következtében.

Összegzés

Tanulmányunkban a levelező tagozaton tanuló, gyermeket nevelő hallgatók tanulmányi jellegzetességeit és nehézségeit vázoltuk fel több kutatás eredményeinek felhasználásával. A tanulás, a család és a fizetett munkavégzés összehangolása számos problémát felvet a tanulói évek alatt. A nehézségekkel való megküzdésben nagy szerepe van a hallgató személyes környezetének, de felmerül a felsőoktatási intézmények oktatási gyakorlatának rugalmassága, infrastruktúrája, de jelentős szerephez jut a tanulói közösség formálódása is. A család mellett tanulók mindezek ellenére általánosságban eredményesnek mondhatók, nem várt eredmények születtek az egyedülálló hallgatókkal történő összehasonlításban.

A bemutatott vizsgálatokhoz gazdag visszajelzés érkezett, amelyek arról tanúskodnak, hogy a levelezős hallgatók kevés figyelmet kapnak, de azt szívesen veszik: „Örülök, hogy valaki gondol arra, milyen jelentős megterhelést jelent családjának, vezetőnek és tanulóknak lenni egyszerre. Sikerült az évek során ezeket összehangolni. 25 éve élünk kiegyensúlyozott kapcsolatban, miközben a párom is tanult.” Célunk a felsőoktatásban tanuló felnőttek további vizsgálata, különös tekintettel a gyermeket nevelőkre.

„A tanulmány/ az előadás az OTKA (K-101867) által támogatott *Tanuló régiók Magyarországon: Az elmélettől a valóságig* című. kutatás keretében készült. (Kutatásvezető: Prof. Dr. Kozma Tamás)”

Irodalomjegyzék

- ABRAHAMSSON, K. (1984): Does the Adult Majority Create New Patterns of Student Life? Some Experiences of Swedish. *European Journal of Education*, 3 (19), 283-298.
- ASLANIAN, C. B., BRICKNELL, H. M. (1980): *Americans in Transition: life changes as reasons for adults learning*. New York, College Entrance Examination Board.
- BRATTI, M. (2003): Labour Force Participation and Marital Fertility of Italian Women: The Role of Education. *Journal of Population Economics*, 3 (16) 525-554.
- BRELOER, G. (2001): Subjective Faktoren und institutionelle „Granzonen” im Seniorstudium-Probleme und Chancen. In Breloer, G. – Evers, R. – Ladas, H. – Levermann, U. (eds.). *Studium im Alter aus Sicht der Lehrenden und Jüngerer Studierenden*. Berlin-New York-München, Waxmann Münster. 6-15.
- CSOMA Gyula (2005): *Andragógiai szemelvények. Bevezetés a felnőttképzés tanulmányozásába*. Budapest, Nyitott könyv.
- DURKÓ Mátyás (1998): *Társadalom, felnőttnevelés, önnévelés I. Korszerű társadalomelmélet, korszerű művelődés- és nevelélmélet*. Debrecen, Kossuth Egyetemi Kiadó.
- ENGLER Ágnes (2011a): Tanulmányi pályafutás a magánéleti tervek tükrében. *Új Pedagógiai Szemle* 11-12. (11), 173-183.
- ENGLER Ágnes (2011b): *Kisgyermekes nők a felsőoktatásban*. Budapest, Gondolat.
- ENGLER Ágnes (2012): Férfiak és nők a felsőoktatás részidős képzéseiben. *Felsőoktatási Műhely* 2. 95-106.
- KONCZ K. (2006): Női karrieresélyek, karriertípusok s karrierjellemzők. *Munkaügyi Szemle*, 9 (50), 28-35.
- KOPP Mária (2010): A gender kutatások népegészségügyi és demográfiai jelentősége. *Mentálhigiéne és Pszichoszomatika*, 4. 243-254.
- MORSTAIN, B. R. – SMART, J. C. (1977): A Motivational Typology of Adult Learners. *The Journal of Higher Education*, 6 (48), 665-679.
- PRINS, E.-TOSO, B. W.-SCHAFT, K. A. (2009): „It Feels Like a Little Family to Me”. Social Interaction and Support Among Women. *Adult Education Quarterly*. 3 (59), 335-352.

- SINNETT, W. E. (1993): *Basic principles and practices of adult learning – An introduction and outline*. Toronto, Humber College.
- WOLFGANG, M.E.-DOWLING, W.D. (1981): Differences in motivation of adult and younger undergraduates. *The Journal of Higher Education*, 4 (52), 640-648.
- ZERLE, C. – CORNELISSEN, W. – BIEN, W. (2012): Das Timing der Familiengründung und dessen Folgen für Familien. *Zeitschrift für Familienforschung* 1. (24), 46-67.
- ZRINSZKY László (1996): *A felnőttképzés tudománya*. Budapest, OKKER.



Lisznyai Sándor¹

Az egyetemi tanácsadás kompetenciahatárai

Fiatalok borderline krízisei

A fiatal felnőttek krízisei sok esetben egy kettős képet mutatnak az egyetemi tanácsadás praxisában, amely komoly kihívást jelent a tanácsadás és pszichoterápia rendszereinek elhatárolásában. A kettős kép azt jelenti, alapvetően normatív alapon, nem-klinikai, autonóm életvezetés mellett olyan mélységű és összetettségű problémát jeleznek, amely eléri a klinikai pszichoterápiás ellátás szintjét. Ez azt jelenti, hogy a fiatalok olyan problémákat hordoznak, amelyek elvileg betegellátásban kellene hogy jelentkezzenek náluk, de ezeket „lábon” hordják el, a személyiségben meglévő erőforrások egyensúlyban tartják a súlyos terheket cipelő életvezetési rendszert. Az egyetemi tanácsadás egyik fontos feladata ennek a határterületnek a kezelése, és erre mutatunk be egy példát a borderline kríziseken keresztül.

Borderline krízisek

A „borderline” egy pszichopatológiai kategória, a személyiség jellemzője, külön diagnosztikus kategóriát jelent, mint „borderline személyiségzavar”. A borderline személyiségzavar alapvetően kilenc egymástól független, de egymásra ható és adott esetben egymást erősítő kritériumot jelent. A borderline személyiségzavar (az angol rövidítés alapján: borderline personality disorder - BPD), melyet Magyarországon időnként érzelmileg labilis vagy határeseti személyiségzavarnak is szoktak nevezni, egy szorongással és szenvedésekkel teli állapot, amely különösen az interperszonális rendszert, a közösségi hálót, barátokat, párkapcsolatot, családot terheli meg.

Féltékenység, hiány, düh

A borderline állapotot legalapvetőbben a biztonságba, változatlanságba vetett hit hiánya jellemmez. Az egyik leggyakrabban jelentkező borderline helyzet a párkapcsolat-

¹ ELTE Pszichológiai Intézet, Tanácsadás Pszichológiája Tanszék, sandor.lisznyai@gmail.com

tokban jelenik meg. A féltékenységgel és a düh, különösen a még nem teljesen kialakult kötődési sémák mentén, extrém mértékű lehet, amely sokszor meglepő és értelmezhetetlen nem csupán az azt elszenvetű félnek, de a féltékeny oldalon lévő partnernek is. A düh és harag sok esetben rávetül a szakemberre is.

Első kliens – Marianna, 29 éves (több be nem fejezett egyetem után TTK alapképzés)

Jelenlegi tünetei abból állnak, hogy különböző területeken fáj a hasa a rekeszizom alatti részen. Ez néha annyira erős, hogy nem tud kimozdulni aznap a szobából. Gyakran érez hányingert, amit ő aktuális stresszhatásokkal hoz összefüggésbe. Ez lehet pozitív vagy negatív stressz (negatív pl. munkahelyi stressz, pozitív pl. szexuális izgalom) egyaránt. Néha hány is.

Krónikus fáradtság szindrómában is szenved, ugyanakkor állandó küzdelemben van az egészségüggyel tünetei kapcsán. Néha napokig ki sem mozdul a lakásból, fel sem öltözik, nem kel ki az ágyból, másfelől munkája kapcsán (biciklis futár) néha naponta 30-40 km-t tesz meg biciklivel az egyetemi tanulmányai mellett. Keveset és rendszertelenül eszik, hivatalos diagnózisa van arról, hogy Chron beteg (morbus crohn, reginális bélgyulladás). Ugyanakkor ez a diagnózis nehezen ellenőrizhető az életstílusát tekintve, mert nem csak azért eszik keveset, mert rosszul lenne tőle, hanem mert mindig 2-3 munkahelye van párhuzamosan, és állandóan egyikről a másikra megy, kivéve, mikor nem tud kikelni az ágyból.

A probléma, amivel a Tanácsadónál jelentkezett: állandó munkahelyi konfliktusok. 2-3 havonta vált munkahelyeket, mert mindenhol először marginalizálódik a közösségben, majd konfliktusokba keveredik, ezért valamilyen módon kiközösítik, végül eltávolítják az állásából.

A többiek „rászállnak” (ahogy ő fogalmaz). Marianna megpróbálja kerülni a kommunikációt, mert valamilyen módon mindig agresszíven közelítenek felé (legalábbis ő úgy észleli), amire ő kitörő agresszivitással válaszol. Végül ez törvényszerű kiközösítéshez vezet.

Marianna 3 éves koráig intézetben nevelkedett, majd örökbefogadó szülők nevelték fel. Az örökbefogadó szülők közül apja meghalt. Az apa a kliens elmondása szerint alkoholist volt, de viszonylag jó viszonyban éltek. Örökbefogadó anyjával nagyon rossz a viszonyuk, nem kommunikálnak, Marianna szerint örökbefogadó anyja az „életére tör”.

Megjelenését tekintve rövid hajú, fiús kinézetű, sovány nő, akinek mintha két arca lenne: az egyik egy nem kommunikatív, teljesen visszahúzó, mélyen introvertált személyiség, a másik - amely csak akkor jön elő, hogyha a szituációban lévő agresszió

provokálja, vagy egyébként magabiztosan nyilvánulhat meg (pl. a Tanácsadóban az üléseken) - egy férfias, agresszív, hányaveti hang, amely már-már borízú hanggal, kissé rekedtesen ecseteli, hogy hogyan fog ő elbánni mindenkivel, aki ellene tör.

„Nézze, már negyedszer kérdezem. és már a múltkor is kérdeztem: mond nekem valamit vagy nem mond arról, hogy mi bajom van. Csak beszélek itt össze-vissza, ezerszer elmondtam már, mi értelme van annak, hogy elmondom újra, hogy mekkora ökrök azok, akikkel együtt kell dolgoznom. Mindegyik egy segg. Én nem fogok nyalni nekik, ők meg úgylis kicsinálnak, hogyha nem nyalok nekik. Ez van. Minden ember egy szemét. És nem tudom, mit csináljak. Sokadik alkalommal ülök itt, és még mindig nem tudom, mit csináljak. Maga szerint van ennek értelme?”

A kapcsolatokat tekintve ez a sajátos emlékezeti zavar azt jelenti, hogy a legutolsó találkozás eseményei leképezhetik a kapcsolat egészét. Ha haragban váltak el, gyűlölettel emlékszik a partnerre, és keserűen, haraggal várja a legközelebbi találkozást, vagy „szakít”, nem jön el. Ha az elválás kellemes volt, hőssé magasztosíthatja a partnert vagy éppen a tanácsadót, és alig várja az újabb találkozást.

Ez ugyanakkor meg is fordulhat, és a szakembernek tisztában kell lennie azzal a jelenséggel is, amely a tanácsadó folyamatra vonatkozó értékelés bizonytalanságát, változékonyságát jelenti. A kliens komoly kirohanást produkálhat a legutóbbi ülésen, csak hogy legközelebbi alkalommal a legnagyobb szeretettel és elfogódottsággal, hálával nyilatkozzon a tanácsadóról.

Az emberek természetesen építik a jó kapcsolataik emlékét, és többé-kevésbé egységes, integrált énképet hoznak létre. A korai bizonytalanság, ennek az integratív folyamatnak a korai sérülése is hozzájárulhat ahhoz, hogy nem sikerül ezt az énképet felépíteni. Sem a kapcsolatok biztonsága, sem azok kvalitása nem elég stabil.

A borderline állapot gyakran jelenti az elhagyatástól való extrém félelmet. Nem egyszerűen az elhagyás tényéről, a konkrét elválásról szól ez a félelem, sokkal inkább a másik lelkéből való kiűzetés lehetőségéről.

Második kliens: Márty, 22 éves

Kliens: *„Nem bírom elviselni, ha a párom nincs velem, mert szinte biztos vagyok abban, hogy könnyedén, feloldódva beszélget füvel-fával, és megcsal engem”.*

Tanácsadó: *„Azzal csálja meg, hogy beszélget?”*

Kliens: *„Nem, hanem hogy nincs velem. Egyszerűen nincs velem, nem vagyok a fejében olyankor”.*

Ez a kliensünk nagyon komoly dühvel, frusztrációval, haraggal került hozzánk, düh-rohamokat produkált a párkapcsolatában, ami tettlegességhez is vezetett. Elkeseredetten küzd az ellen, hogy barátja akár csak egy percet is nélküle töltsön el, féltékeny barátokra, rokonokra, még a szomszéd gyerekekre is, ha az lefoglalja a fiút, akit szeret. Márti állapota ebben a féltékenységi örületben nem tekinthető természetesen egy teljes borderline állapotnak még akkor sem, ha egyúttal hirtelen rohamivással, „binge drinkinggel” is asszociálódik akkor, amikor extrém módon szorong a párkapcsolat kimenetele miatt. Kliensünk alapvetően érzi, hogy ez egy számára is kellemetlen állapot, ő maga is irracionálisnak tartja a működését, mégis, újra és újra ismétlődik a kontrollálatlan dühkitörés.

Az elhagyatástól való rettegés miatt a borderline krízisállapotban lévő személy nagyon messzire képes elmenni, hogy elkerülje az elválást, és azonnal robbannak az elutasítás bármilyen jelére.

Szélsőségesen reagálnak, ha valamilyen elkerülhetetlen változás kerül egy tervbe, és elkeserednek vagy dühösen kitörnek, ha lemondanak valamilyen társas eseményt. Sokszor üresnek érzik magukat, unatkoznak, nem bírják önmaguk társaságát. Túl korán vonódnak be mélyen egy kapcsolatba: kiadják magukat és könnyen függővé, sőt „tapadóvá” válnak („clinging attachment”).

Ez egy fontos momentum, ami egyébként jól elkülöníti egymástól a „borderline beteg” és a tanácsadásba kerülő „borderline krízisben lévő” fiatal. A borderline működés kapcsolatromboló hatását a krízisben lévő fiatalok érzik, és gyakran éppen abban kérnek segítséget, hogy megmenthessék a kapcsolatukat, mert tartanak attól, hogy partnerük nem lesz képes sokáig elviselni ezt az állapotot. Erre példa következő kliensünk:

Harmadik. kliens, Móni 26 éves nő (szociális munkás hallgató)

Mónit négy évvel ezelőtt egy nőgyógyászati probléma kapcsán erős antibiotikum kúrára fogták. Ez nagyon rossz hatással volt az emésztésére, állandóan fáj a hasa, felfúvódott, egy-két falat ételtől is rosszul lett, hányingert kapott. Megpróbálkoztak alternatív kezeléssel, de ekkor meg a nőgyógyászati problémája tért vissza. Végül is végigcsinálták az antibiotikumos kúrát, az orvos javasolta, hogy egy fél évig bírja ki ezeket a tüneteket, azok az antibiotikum kúra után el fognak múlni. A tünetek azonban nem múltak el, és végül gyulladásos bélszindrómát (IBD) állapítottak meg nála. A tünetek néha csillapodnak, néha erősebben visszatérnek (hasfájás, puffadás, hasmenés).

Móni azért kereste fel a Tanácsadó Központot, mert – saját értékelése szerint – aggasztónak találta alkoholfogyasztását, alkoholfogyasztási szokásait. E mellett elmondta, hogy nem látja lehetőségét annak, hogy mérsékelje mindennapi italmenyniségét, mely az egyetlen mód arra, hogy szorongásos tüneteit kezelje. Erős testalkatú, sportos, rövid hajú fiatal nő.

Az ülések fókuszában 3 téma állt:

Párkapcsolati problémák: Állandóan kontrollálhatatlan dühöt él át párja miatt, akit szerencsétlennek, felelőtlennek, gyerekesnek tart, s aki mintha provokálná őt azzal, hogy képtelen felnőtt módon viselkedni.

A szorongásos tünetek: Egyfajta sajátos, kietlen szorongás lesz rajta úrrá minden másnap, néha naponta. Egyfajta ürességérzés és kétségbeesés, amelyet nem tud másként kezelni, csak azonnali alkoholfogyasztással.

Családi problémái: Szülei elváltak, édesanyja ma egyedül él, súlyproblémákkal küzd és meglehetősen kritikus az emberekkel. Édesapja – akivel 9 éves koráig éltek együtt anyjával – gyakran bántalmazta őt is és édesanyját is, és most időről-időre fel-tűnik Móni életében azzal az igénnyel, hogy valahogy rendezzék a kapcsolatukat.

Kliens: „Azt hiszem, az lenne a legfontosabb, ha el tudná intézni nekem, hogy gyógyszeres kezelést kapjak. Antidepresszánsok lennének a legjobbak vagy valami szorongásoldó. Egyébként nem tudom elképzelni, hogy hogyan tudnék leállni az alkoholról. Régebben szedtem antidepresszánsokat, és azt hiszem, nálam beváltak.”

A fizikai tünetek gyakran jelentkeznek a borderline krízisállapotban, csakúgy, mint az addikcióra, alkoholizmusra, drogfüggőségre utaló tünetek. Fontos ugyanakkor, hogy a tanácsadó felismerje „gatekeeper”, azaz kapuőr szerepét: felismerje (Feltham és Horton, 2012), hogy a problémák nem klinikai-szomatikus, sem addikciós vonalon keletkeztek, ezért megoldásuk sem ott adekvát. Nem érdemes a klienst a függőség-kezelés és rehabilitáció, sem a szomatikus ellátás útvesztőire terelni.

A borderline tényezők mint tünetek

A mentális megbetegedések diagnosztikus osztályozási rendszere, a DSM IV az alábbi kritériumokba rendezi a borderline állapotot:

Borderline személyiségzavarban szenved valaki, ha kapcsolatai instabilak, állandóan változik az énképe, ingadozik a hangulata, és nem tudja impulzusait ellenőrzése alatt tartani. Ezt a mintázatot az alábbiak közül legalább öt maladaptív vonás megléte fejezi ki:

Identitászavarok

1. A valós vagy elképzelt elhagyatás elkerülése érdekében tett kétségbeesett erőfeszítések.
2. Állandó ürességérzés.
3. Identitásproblémák: állandóan változó érzések azzal kapcsolatban, hogy kicsoda és miben hisz.

Hangulati zavarok

4. Érzelmi labilitás, hangulati ingadozás - intenzív szomorúság, ingerlékenység és szorongás váltakozásával.

5. Intenzív és erősen hullámozó kapcsolatok másokkal, melyeket az idealizálás és a leértékelés szélsőségei közti váltakozás jellemez.

6. A harag mértéke gyakran nincs arányban a kiváltó körülményekkel, a düh kontrollálása nehézségekbe ütközik.

Észlelési és önészlelési zavarok

7. Stressz hatására, paranoid gondolatok (úgy érzi, üldözik), vagy súlyos disszociatív tünetek (úgy érzi, "elkülönül" önmagától, mintha álomban lenne) megjelenése.

Viselkedési zavarok

8. Az esetlegesen önromboló impulzusok (túlköltekezés, óvatlan autóvezetés, falás-rohamok, szex, alkohol, drog) ellenőrzés alatt tartásának nehézségei.

9. Visszatérő öngyilkossági kísérletek, vagy önmegsebzés, öncsonkítás.

Mindezeket túl a mindennapi tanácsadó szóhasználatban a borderline egy család, egy közösség, egy munkahely, egy helyzet, egy krízis jellemzője is lehet. Ez a "rendszer-szintű használat" elsőre nem adekvát, de indokoltnak tűnik. A borderline jellemzők egymást erősítő, könnyen összekapcsolódó faktorok, és könnyen elképzelhető, hogy egy emberi rendszerben, családban, munkahelyen az egyes személyekben meglevő, önmagukban nem személyiségzavar szintű borderline tényezők összekapcsolódnak és krízisbe taszítják az adott rendszert.

Lehetőségek az egyetemi tanácsadásban – rövid dinamikus módszerek

Egy lehetőség: veszteség feldolgozás

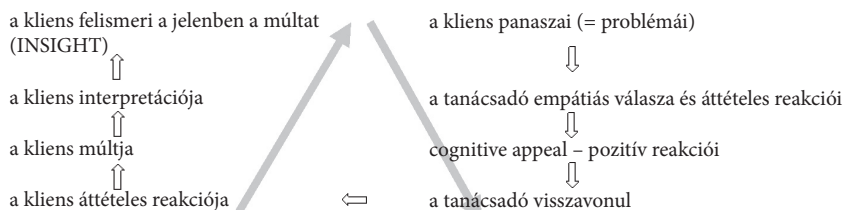
A borderline személyiségműködés sok tekintetben összefügg a veszteségekkel. A feldolgozatlan veszteségek konstans hiányérzetet keltenek, a kliens a veszteségekkel marad, nem lép túl rajtuk, állandóan megélni a hiányokat – ezzel el is jutottunk a borderline düh, hiány, impulzivitás kritériumaihoz.

A borderline állapottal kapcsolatos veszteségeket a legtöbb elmélet nagyon korai időpontra teszi az élettörténetben és csak speciális eszközökkel feldolgozhatónak tartja (Allen és Fonagy, 2004).

A veszteség feldolgozás egy tréning-szemponútú új megközelítésében (James és Friedman, 2011) megkísérlik a veszteségek önsegítő, rövid dinamikus, tanácsadó keretben történő feldolgozását.

Egy másik lehetőség: narratív terápia

A terápiás kapcsolatban a változás dinamikájának egyik szemléletes modellje Karl Menninger (1961) pszichoanalitikus elképzelésén nyugszik. Patton és Meara (1997) a *flow of insight*, azaz a belátás folyam(at)a névvel látták el a modellt, amelyet az alábbi ábra szemléltet:



Karl Menninger (1961) Flow of Insight

Az ábrán illusztrált önmagába visszatérő folyamat a változás ciklikus jellegére utal: minden változáshoz a kliens ellenállásain és a tanácsadó személyes bevonódásának majd „szerepbe való visszatérésének” szakaszain keresztül jutunk el. A tanácsadó folyamat során a változások tehát nem folytonosak, hanem mindig „belátásokon” keresztül halad, ami a résztvevők számára hosszabb „változás nélküli” és gyors „sikeres” periódusok váltakozásának tűnik. Az ábrán látható modell egy pszichodinamikus elképzelésen alapul, azonban jól alkalmazható általában a konzultáció során bekövetkező pszichológiai változásra. A folyamat jobb megértése kedvéért egyes elemeinek magyarázatát részletesen ismertetjük. Az ismertetés során Patton és Meara (1997) rendszerét követjük elsősorban, azonban megmutatjuk a fogalmak érvényességi területét általában a segítő kapcsolatban.

A kliens panaszai. A belépéskor az analitikus elmélet feltételezése szerint a kliens még nincs „ráhangolva” a kapcsolatra, és eltekintve az erre jól szocializált esetektől, még inkább panaszként, tünetként adja elő problémáit: nem „együtt gondolkodik” a tanácsadóval, hanem problémákat prezentál, amelyekre megoldást vár.

A tanácsadó empátiás válasza és áttételes reakciói. A tanácsadó empátiás reakciói segítik a klienst a segítő helyzet és saját maga iránti attitűdje megváltoztatásában: a tanácsadó mintegy segít szembenézni a kliens saját nézőpontjával, érzelmeivel, belső reakcióival.

Cognitive appeal. Azaz pozitív konfrontáció: egy fontos fogalom a pszicho-dinamikus tanácsadásban és minden segítő egyik legfontosabb segítő attitűdje. A cognitive

appeal a tanácsadónak arra a szerepére utal, hogy képes kiemelni a klienst a változásnak ellenálló, önfenntartó magatartásából és nézőpontjából. Mindebben a humor, a provokáció, a meleg, de mégis ironikus hangnem segítheti.

A tanácsadó visszavonul. A „counselors retreat” során a tanácsadó teret enged a kliensnek. Ez egy általános szabály, amelyben – bár a kliens gyakori kíváncsisága és invitálása ellenére – a tanácsadó eltolja az interakció természetes arányait és a kliens problémáit helyezi a fókuszba.

A kliens áttételes reakciója. A kliens áttételes reakciót ad a terápia során: problémáit a tanácsadóval kapcsolatban, neki fogalmazza meg. A tanácsadó számára fontos, hogy egyszerre lehessen felhasználni őt – hiszen a kliens számára ez szükséges konfliktusai megjelenítéséhez – és egyszerre kerülje el saját viszontáttételes reakciónak hasonló megjelenítését. Azaz engednie kell magát felhasználni – de vigyáznia kell, nehogy ő felhasználja a segítségkérőt.

A kliens múltja. A kliens problémái és konfliktusai megjelenítése során – amelyet elsősorban a tanácsadóval való együttműködésben jelenít meg – előbb-utóbb felismeri azok múltbeli eredetét.

Belátás (insight). A kliens megtalálja problémái, konfliktusai múltbeli modelljét.

Összefoglalás

A borderline krízisek a fiatalok körében felvetik a terápiás integráció szükségességét: olyan multidiszciplinárisan képzett szakemberek és teamek megalapításának lehetőségét, amelyek az egyetemi tanácsadó rendszer keretében képesek ellátni a szubklinikus, de mégis terápiás mélységű munkát igénylő, rendszerszemléletben értelmezhető problémákkal jelentkező fiatalokat.

Néhány ilyen modell-team már megalakult és működik Európában (Universitat Hamburg, Szegedi Tudományegyetem), és ezen modellek sikere talán képes lesz ösztönzőleg hatni az ilyen szolgáltatások szélesebb körű megjelenésére Magyarországon is.

Hivatkozások

- ALLEN, J., G., FONAGY P. (2004): *Handbook of mentalization based treatment*. New York: Wiley.
- JAMES, W., J., FRIEDMAN R. (2011): *Gyógyulás a gyászból*. Budapest: Zafir Press.
- FELTHAM, C., HORTON I. (2012): *The SAGE Handbook of Counselling and Psychotherapy*. New York: Sage.
- MENNINGER, K., A. (1961): *Theory of Psychoanalytic Technique*. New York: Science Ed.
- PATTON J., MEARA N. (1997): *Psychoanalytic Counseling*. New York: Wiley.



László Noémi¹ – Gerencsér Dóra – Bán Judit

A kortárs segítők közösségfejlesztő szerepe a felsőoktatásban. Eddigi gyakorlatok és további lehetőségek

Jelen írásunkban körbejárjuk, hogy milyen szerepe lehet a közösségeknek a felsőoktatásban: mit nyerhetnek általuk, illetve mit veszíthetnek nélkülük a hallgatók. A közösségfejlesztésben nagy hangsúlyt kapnak a kortárs segítők, mint azonos élethelyzetben lévő fiatalok. Hazai és nemzetközi példákat hozunk arra, hogy a felsőoktatási intézményekben milyen kortárs közösségépítő programok élnek, és összefoglaljuk, hogy milyen lehetőségeket lehetne még kiaknázni ezen a téren.

Kihívások a felsőoktatásban tanulók számára

Az egyetemi évek mintegy hidat képeznek a serdülőkor és a felnőttkor között, magukba foglalva így mindkét életszakasz kihívásait (Hajduska, 2006). Az eriksoni fejlődésmódelbe helyezve, a fiatal felnőttkor több krízist is magába foglal. Előtérbe kerül az autoritáskrízis (leválás a szülőkről, a társadalmi értékek elfogadása vagy elutasítása, önfenntartás), a teljesítménykrízis (tanulmányi eredmények, tanulással kapcsolatos attitűd, pályaválasztás) és az identitáskrízis (énkép, önbecsülés, énhatékonyosság). Valamint Erikson (1991) szerint ebben az életkorban a leghangsúlyosabb feladat a társas kapcsolatok kialakítása, avagy az intimitás vagy az izoláció kérdése.

Arnett (2000) ezt a 18-25 éves kor közötti életszakaszt pszichoszociális moratóriumnak tartja, egyfajta gondtalan senki földjének. Egyrészt a függetlenedéssel egyre inkább erejüket veszítik a szülői elvárások, ugyanakkor még nem kell felelősségteljes felnőttként megfelelni a társadalom szabályainak.

Ugyanakkor ezek az évek másfajta kihívásokkal járnak, és másfajta alkalmazkodást igényelnek, mint amelyre serdülőkorban volt szüksége a fiataloknak. A nem hatékony megküzdési módok pedig sokszor eredményezhetnek önértékelési zavarokat, szorongást, depressziót, alvászavart, érzelmi zavarokat, tanulási nehézségeket, párkapcsolati, kortárskapcsolati és családi problémákat (Hajduska, 2006; Murányi, 2010).

Elvonatkoztatva a szűken vett felsőoktatási rendszertől, az elhúzóódó válság nehéz éveiben egyre kilátástalanabbnak tűnhet a fiatalok jelenlegi élethelyzete és jövője

¹ Felsőoktatási Tanácsadás Egyesület, Európa 2000 Középiskola, laszlo.noemi@gmail.com

is. Társadalmi szinten a fiatal felnőttek magas szintű anómiát élnek meg, nem érzik azt, hogy a megfelelő életkörülményeket tudnak elérni a saját erejükből, vagy azt, hogy kérhetnek hathatós segítséget. Úgy érezhetik, hogy nincs segítségük, társadalmi szinten hagyták őket magukra, ez pedig nagymértékben meggátolja, hogy a fiatalok elégedetten és optimistán éljék az életüket, és hasonló jövőképpel rendelkezzenek (Murányi, 2010). A társadalmi támogatás hiányában akár elhagyatott nemzedéknek is nevezhetjük ezt a korosztályt.

Segítséget igénylő egyetemisták

A felsőoktatásban résztvevők populációján belül is beszélhetünk „veszélyeztetett”, a támogatást jobban szükségelő csoportokról. Ilyenek például az azok a diákok, akik később, nem közvetlenül a középiskola után kezdték el egyetemi tanulmányaikat. Nehézségeik lehetnek azoknak a hallgatóknak is, akiknél nem elég erős a motiváció és a tanulmányok melletti elköteleződés, vagy a tanuláshoz szükséges készségeik nem megfelelőek – a tanulásszervezés, az önálló munka, a középiskolaitól eltérő módjai a számonkérésnek, az időbeosztás, mind nagyobb hangsúlyt kapnak az egyetemi években. Azoknak a hallgatóknak is szüksége lehet külső segítségre, akik érzelmi és pszichés gondokkal küzdenek (illetve nem rendelkeznek a kézben tartásukhoz szükséges eszközökkel), mint például hangulatzavarok, kimerültség, fokozott stressz. Mindezek mellett kiemelt fontosságúak a diákok családi és kortárs kapcsolatai – ezek megléte, minősége, kiszámíthatósága, valamint a kialakításukat és fenntartásukat biztosító készségek. Azok a hallgatók pedig, akik ezekben hátrányt szenvednek, akadályozottak abban is, hogy összességében minél sikeresebb és hatékonyabb egyetemi éveket tudjanak maguk mögött (Martinez és Munday, 1998).

A sikeres egyetemi évek kulcsa

Az egyetemi évek sikerességének kulcsát Tinto (1996) a hallgatók integrációjában látta, vagyis abban, hogy a diákok mennyire tudnak kötődni az intézményükhöz. Az integráció két pillére a tanulmányok és a társas kapcsolatok. Az első azt takarja, hogy mennyire tudnak bevonódni az órai és a tanórán kívüli tudományos tevékenységekbe, milyen mértékben látják a tanulást értéknek és személyes céljuknak, hogyan teljesítenek és fejlődnek, elsajátították-e a hallgatói identitást. A második csoport azt foglalja össze, hogy mennyire tudnak beilleszkedni a hallgatók közösségébe, milyen kapcsolatot tudnak kialakítani az oktatóikkal, mennyire képesek elköteleződni az egyetem és a hallgatói csoportok által képviselt értékek mellett.

Thomas (2002) e két csoport mellé még három szempontot említ, amelyek mind a hallgatók integrációját elősegítő területek, és amelyekben mind nyújthat támogatást – és kifejezetten feladata is, hogy nyújtson - az adott felsőoktatási intézmény. Ilyenek az anyagi kérdések (alacsony szocioökonómiai státuszú családból érkezők számára ösztöndíj, jó teljesítmény esetén jutalmak stb.) és a társadalmi szerepvállalás, vagyis a demokrácia gyakorlásának lehetősége (hallgatói önkormányzatok, diákképviselők). Az ötödik csoportot a nyíltan és célzottan segítő szolgáltatások teszik ki: karriertervezés, tanulmányi, jogi és mentálhigiénés tanácsadás.

A felsőoktatási intézmények jellemzően csak kis kapacitással tudják kielégíteni ezeket az igényeket. A tanulmányi kérdésekre fektetik a legnagyobb hangsúlyt, míg a társas integráció elősegítésére és a segítő szolgáltatásokra kevesebb erőforrása jut egy-egy egyetemnek. Amennyiben viszont ezek a területek ellátatlanul maradnak, a „magukra hagyott” diákok mentálhigiénés állapota romolhat: rosszabbul teljesíthetnek a tanulmányaik során, életvezetési problémákkal szembesülhetnek, jóllétük alacsony szintre eshet, depresszív tünetek és szorongás jelentkezhet, maladaptív megküzdési módjaik pedig rögzülhetnek (Murányi, 2010). Ez a fiatal felnőttkorban különösen ártalmas, hiszen ekkor születnek meg azok az életre szóló döntések, elköteleződések, melyek a további életüket, szakmai pályájukat, életvezetésüket, közösségi szerepvállalásukat alapozza meg (Arnett, 2000).

Közösségek a felsőoktatásban

A kreditrendszer, majd a bolognai rendszer bevezetésével a felsőoktatás egyre rugalmasabbá, ugyanakkor személytelenebbé vált (Lisznyai, 2003). A hallgatók már nem tagjai tanulócsoportoknak, a szabadabban összeállítható órarend miatt kevésbé marad együtt az évek során egy adott évfolyam. Az alap- és a mesterszakok bevezetésével - ami ugyan nagyban segíti a tanulók mobilitását és több intézmény megismerését - még inkább cserélődnek a hallgatók és válhatnak gyökeretelenné, a kialakult közösségek időszakosak és esetlegesek. Mindezek mellett pedig ugrásszerűen megnőtt a felsőoktatásban részt vevők száma, és egyre ritkábban alakulnak ki igazán motiváló, személyes tanár-diák kapcsolatok (Hajduska, 2006).

Mindez azért kell, hogy figyelmet kapjon, mivel a nagyobb fokban szabályozott középiskolai oktatási rendszer után az egyetemre kerülő fiatal felnőtt korosztály körében válik először hangsúlyossá az elszigetelődés (Hajduska, 2006). Az oktatási rendszer átforgatásával sokszor nem alakulnak ki összetartó csoportok, egyre kevesebb közösségi program található, mely a kortárs kapcsolatok elsívárosodásához, megritkulásához vezet. A fiatalok nem motiváltak, és nem képesek aktívan tenni a saját jóllétük, közösségük építése érdekében. Egyre kevésbé vesznek részt a felsőoktatási

önképviseletben, nem aktív egyetemi polgárok, ez a tanult passzív magatartás pedig rögzülhet a jövőben.

Ez valós veszély, mivel azt tapasztalhatjuk, hogy ma Magyarországon egyre kevésbé jellemzőek az összetartó, egymást segítő közösségek, maga a közösségi lét is ismeretlen sokak számára.

A kortárs segítség

A kortárs csoportok olyan könnyen elérhető, alacsony küszöbű szolgáltatások, melyek az aktivitás, a kohézió és az önszerveződés serkentését, azaz a közösségépítést az egyik leghitelesebb módszerrel, a kortárs segítséssel érik el.

A kortárs segítség fogalma azt jelenti, hogy a segített és a segítő fél hasonló életkorban vannak, s ebből következően a feltételezhetően hasonló élményanyag (tapasztalatok, nehézségek, igények) lehetővé teszi a segítség megvalósulását (D'Andrea és Salovey, 1983). A kortárs segítség rengeteg formában és szervezeti keretben megvalósulhat, az adott szintér jellemzetességeihez igazodva.

Az eddigi szakmai megközelítések a segítség egyéni szintjeit helyezték előtérbe, mikor egy kortárs segítő valamilyen formában (pl. segítő beszélgetés, mentorálás, tutorálás) egy másik diákot egyéni szinten támogatott. A kortárs segítőök közösségfejlesztő szerepe, eddigi gyakorlatai nem kerültek a szakmai diskurzus fókuszába.

Beszélhetünk önszerveződő, vagyis alulról szerveződő, illetve felülről szervezett diákcsoportokról is. A felülről szervezett csoportok jellemzően tanulmányi céllal jönnek létre (mint például a kutatócsoportok), de ide tartoznak az egyetemi sportcsapatok is.

Az egyetemeken kialakult önszerveződő csoportok, - mivel maguk is hallgatókból állnak, - vannak a legközelebb diáktársaikhoz életkorban, élményvilágban egyaránt, a diákok kortársaiként pedig hitelesen tudnak használható tudást és készségeket közvetíteni.

Kortárs közösségfejlesztés

A közösségfejlesztés a közösség saját maga által való fejlesztését jelenti demokratikus szemléletben, ezáltal képesek megjelölni saját fejlődési irányukat, s ennek érdekében cselekedni (Vercseg, 2004). Célja, hogy a közösség tagjaiban pozitív érzelmi viszonyulást keltsen közösségük iránt, s fokozza a közösség ügyeivel kapcsolatos tudatosságot. Támogatja a tagok részvételét a közösséget érintő ügyekben, illetve ezekben való felelősségvállalását. Ezáltal képessé teszi őket az empowerment révén, hogy saját

életük felett átvegyék az irányítást, s javítsák saját és mások életkörülményeit (Adams, Robert, 2003).

A kortárs segítők képzésük által felruházódnak olyan kompetenciákkal, amik használatával segíteni tudják közösségük tagjait saját erőforrásaikhoz való hozzáférésben, s így nagyobb kontrollt tudjanak gyakorolni életük, s tevékenységeik felett. Így közösségi szinten is emelkedik az erőforrásokhoz való hozzáférés aránya (Joubert és Raeburn, 1998). Emellett a kortárs segítők közösségi szinten, közvetlenül is növelhetik az empowerment szintjét, kisközösségek szervezésével, amelyek közvetve hozzájárulnak tagjaik pszichés jóllétéhez. Ezáltal a kortárs segítő csoportok az egyének és a közösségek segítségével, egymásra kölcsönhatást gyakorolva fejtik ki pozitív hatásukat.

Mit tanulhatunk a kortárs közösségekben?

A kortárs közösségek több területen is segítik a csoporttagokat, sőt, a kortársak azok, akik a leginkább hatnak egymás fejlődésére a felsőoktatásban eltöltött évek alatt (Astin, 1993). Ez többek között annak köszönhető, hogy a hallgatók mind más-más háttérrel és képességekkel érkeznek az egyetemre, és amivel egy diáknak nehézsége akad – akár a tanulmányokkal, akár a társas kapcsolatokkal vagy az életvezetéssel kapcsolatban –, azt eltanulhatja más, ebben tapasztaltabb, sikeresebb társától (Nelson, Quinn és mtsai, 2011; Thomas, 2002).

Egy csoportban szükségszerűen előtérbe kerülnek az interperszonális készségek: együttműködés, meggyőzés, az egyéni érdekek képviselése, hatékony kommunikáció, a vezetői készségek (Kezar és Moriarty, 2000; Martin, 2000).

Az önszerveződés és csoportkohézió révén fejlődnek a hallgatók olyan készségei, mint az aktív szerepvállalás az érdekképviselésben, az életkörülményeik kialakításában és a társadalmi anómia leküzdésében.

A csoportban a tagok elköteleződhetnek egy közös cél mellett, kialakíthatják a saját szokásaikat, megoszthatják a feladataikat. Így a kortárs közösségek megadják a valahová tartozás érzését, ezzel is segítve a hallgatók integrációját (Tinto, 1996).

Egy kortárs közösség egyfajta tükör is a diákoknak: segít pontosítani az önreflexiójukat, láttatni a fiatal egyetemista identitását és formálni azt (Boud, 2001). Emellett példát ad arra is, hogyan él a többi egyetemista, milyen nehézségekkel küzd, milyen megküzdési stratégiákat használ. Mivel a legtöbben osztoznak ezeken az élethelyzetükből eredő nehézségeken, a problémák legitimé válnak és normalizálódnak, a tapasztalatok kicserélésével pedig többféle nézőponttal és coping stratégiával ismerkedhetnek meg a fiatalok (Martin, 2000).

Whitt és munkatársai (1999) kiemelik, hogy a többféle szemlélettel, értékrenddel, véleménnyel való találkozás nemcsak a diákok világképét színesíti és tágítja, hanem közvetve hat a tanulási képességekre is, mégpedig az intellektuális „igénybevétel” által.

A kortárs közösségben létezés képes jótékonyan hatni a személyiségfejlődésre. Segít az önbecsülés, az élnéhatékonyosság, az autonómia növelésében (Whitt és mtsai, 1999).

Az itt megalakult közösséghez csatlakozó fiatalok mentálhigiénés állapotában pozitív irányú változás várható, úgymint a jóllét, a depresszió, a szorongás, a diszfunkcionális attitűdök, a társadalmi anómia és a megküzdés sikerességének mutatóiban (Puskás-Vajda, Susánszky és Kopp, 2009).

A közösségfejlesztés gyakorlatai

A gyakorlatok begyűjtése során kifejezetten arra kértük a csoportokat, hogy saját értelmezésük szerint sorolják fel a közösségfejlesztés érdekében szervezett programokat.

Hazai gyakorlatok

Szegedi Tudományegyetem - Mediwell Kortárs Segítő Csoport

A szegedi orvostanhallgató kortárs segítők elsősorban a szakmaiságon keresztül szólítják meg hallgatótársaikat. Ennek érdekében junior Bálint csoportot szerveznek minden év elején, ami állandó tagokkal, havi rendszerességgel működik. A csoporttagok között tartós kapcsolat épül ki, s a csoport többi rendezvényén együtt jelennek meg.

Minden hónapban szerveznek filmklubot az orvosláshoz kapcsolódó témákban, illetve kerekasztal beszélgetéseket, ahol az egyetemen dolgozó szakemberek mutatják be speciális területüket, pályáorientációs céllal.

A papír alapú információáramlás (pl. plakátok, szórólapok) tapasztalatuk szerint nem hatásos, helyette inkább online csatornákat használnak, mint: facebook, SZOE hírlevél, HÖK hírlevél, csoportvezetőknek körlevél.

Budapesti Műszaki és Gazdaságtudományi Egyetem Vegyész-mérnöki és Biomérnöki Kar – Mentor Kör

A műszaki egyetemi hallgatókból álló önszerveződő Mentor Kör célja kifejezetten az elsőéves diákok segítése a beilleszkedésben. Ez megvalósul a tanulmányok területén, ahol tankörökre osztva kalauzolják őket végig az első év nehézségein a felsőbb éves

hallgatók. A tankörök rendszeresen, 1-2 hetente találkoznak, egyébként pedig online tartják a kapcsolatot.

Ugyanakkor kiemelik a közösségépítés fontosságát is, ezzel támogatva az egyetemi életbe való beilleszkedést. Tartanak gólyahetet (közel 300 diákkal), egyetembejárást, a tanköröket összemérő játékos gólyacsatát, illetve számos szórakoztató rendezvényt. Az év során pedig információs előadásokkal is szolgálnak.

Debreceni Egyetem – Mentálhigiénés és Esélyegyenlőségi Központ

A Mentálhigiénés és Esélyegyenlőségi Központ az egyéni mentálhigiénés konzultáción kívül számos csoportos szolgáltatást nyújt. Vannak kurzusként tartott programjaik: a Mentálhigiénés Filmklub és a Párkapcsolati Szabadegyetem (60-70 fő számára), illetve rendszeres tematikus klubok (10 fő számára, például Identity, Író társak klubja, Át-mozgató).

A rendszeres találkozók lehetővé teszik a kortárs kapcsolatok kialakítását a hallgatók között, ami a munkatársak számára lényeges szempont, a lelki egészség egy fontos része. A kapcsolatok hozzájárulnak, hogy a hallgatók valóban azt éljék meg, hogy tartoznak valahová, új szerepeket próbáljanak ki, kezdjenek el felelősséget vállalni, nyitni a hallgatótársaik felé és közösségben élni. A közösség és a találkozások erejét használja fel a Központ arra is, hogy mélyítse a hallgatók nyitottságát, empátiáját és elfogadását a speciális igényű diáktársaik irányába.

Eötvös Loránd Tudományegyetem – ELTE Kortárs Segítő Csoport

A pszichológus hallgatókból álló kortárs segítők az egyéni segítő beszélgetések mellett az egyetemisták csoportjával is foglalkoznak. Rendszeres programok az Identity játékkalkalmak, ahol kiscsoportban mélyíthetik a diákok az önismeretüket, valamint a FilmKlub, ahol a közös filmnézés élménye és az azt követő beszélgetés visszatérő hallgatókat vonz. Tartanak tréningalkalmakat is, amelyeken egy-egy területre fókuszálva segítenek a diákoknak pszichoedukációval, illetve a résztvevők segítenek saját maguknak és egymásnak az eddigi tapasztalataik alapján. Olyan témaköröket érintenek, mint például párkapcsolatok, vizsgaszorongás, felkészülés a külföldi tanulmányokra.

Szintén fontos tere a közösségfejlesztésnek a csoport a saját tagjai számára is. Mivel ez alapjaiban alulról szerveződő, önszabályozó módon működő csoport, a kortárs segítők megtapasztalják, hogy hogyan lehet másokkal együtt dolgozni, közös szabályokat alkotni a sikeres munka érdekében, képviselni a saját érdekeinket. Az ELTE Kortárs Segítő Csoportban ezek az értékek explicit módon is megjelennek: projekt-munkákban dolgoznak, külön programok szolgálnak a csapatépítésre, az új tagok integrálására, illetve tere van annak is, hogy képzések és intervíziók segítségével a tapasztaltabb segítők támogassák a többieket.

Nemzetközi gyakorlatok

Nelson Mandela University, Dél-Afrika - How2@nmmu program

A How2@nmmu komplex közösségfejlesztői program, mely az egyetemre frissen felvételizett első hallgatókra koncentrál, és melynek egy elemét képzik a kortárs segítők által biztosított szolgáltatás. Ők az úgynevezett buddy-k (haverok, cimborák), akik egy 20 főből álló csoportot mentorálnak egy féléven keresztül, akik különböző kurzusokon vesznek részt, amelyek segítik a sikeres akadémiai beilleszkedést. A buddy-k ezenkívül informális programokat szerveznek csoportjaik számára, illetve meghívják, szervezik a tagokat a nagy egyetemi eseményekre és csapatversenyekre.

A buddy-k kiválasztása az oktatók ajánlása alapján történik, az interperszonális készségek mellett figyelembe veszik a tanulmányi eredményeket is. Feladataikra kommunikációs és szervezési tréning által készülnek fel, amit a korábbi buddy-k tartanak nekik.

Universidad de Málaga - Grupo de Orientación Universitaria

A Malagai Egyetem egy országos elismerésű, oktatási innovációs díjat nyert projektje rendkívül előremutató példa lehet a magyar kortárs segítő és közösségfejlesztő programok számára (Muñoz, Fernández, García, Sánchez, Escobar, Bernedo, Portillo, García & González, 2010a).

Egy minimum fél éven át tartó program, amelynek célja, hogy segítse az elsőéves hallgatók integrációját az egyetemi rendszerbe és a hallgatói életbe (Muñoz, Fernández, García, Sánchez, Escobar, Bernedo, Portillo, García & González, 2010b). Különlegessége, hogy minden évfolyamból bevon hallgatókat, akik a program eltérő pontjain tudnak segítséget kapni vagy adni.

Az elsőéves hallgatók az év elején több kommunikációs csatornán keresztül is értesülnek a programban való részvételi lehetőségről, és az első hónapban lehetőségük van jelentkezni. A program elején szükségletfelmérő kérdőív kitöltése által tudják jelezni, hogy milyen szolgáltatásokra és segítségre van igényük, a programban dolgozó munkatársak ehhez illesztik a féléves tervet. A frissen egyetemre került hallgatók 4-6 fős csoportokba kerülnek, amelyet egy animátor koordinál. Az egyes csapatok havi rendszerességgel találkoznak közösségi programokon, műhelyfoglalkozásokon, csapatversenyeken és információs napokon egyaránt, az animátor folyamatos kapcsolatot tart a csoporttagokkal és közös eseményeket szervez számukra.

Az animátorok másodéves hallgatók, akik már részt vettek a kortárs segítői programban az előző év során. Ismerik a projekt tevékenységeit és vezetőit, az egy év után úgy döntöttek, hogy szeretnének kortárs segítővé válni és animátorként első évesek-

nek utat mutatni, apróbb kérdésekre válaszolni és általánosságban információt adni az egyetemről, adminisztrációról és alapvető elvárásokról.

A harmadévesek segítik a másodévesek munkáját, a másodévesek hozzájuk fordulhatnak segítségért olyan kérdésekben, amikre főként diákok tudhatják a választ. Emellett részt vehetnek az elsőéveseknek tartott műhelyfoglalkozásokon felsőbb éves hallgatók segítőjeként.

Felsőbb évek során. A 4-5. éves hallgatók, illetve a mesterképzésben résztvevő hallgatók egy kortárs segítség választható tárgy felvételével kerülhetnek a projektbe (Muñoz, Lino, Bernedo & González, 2011). A kurzus során a kortárs segítség elméletéről és gyakorlatáról tanulnak, valamint párokban kidolgoznak egy-egy műhelyfoglalkozást adott témakörökben. Ezt a foglalkozást a félév során meghatározott sorrendben megtartják az elsős hallgatóknak, kérdéseikkel az oktatók felé fordulhatnak.

Összegzés

Elsősorban a felsőoktatásban tanuló diákok lehetnek egymás segítői. Mivel ugyanabban a közegben mozognak, naprakész információik és hiteles tapasztalataik vannak arról, hogy milyen kihívásokkal kell megküzdeniük a hallgatóknak, milyen erőforrásaik lehetnek, milyen változásokhoz kell alkalmazkodniuk. Egy kortárs közösség magába foglalja a sokfelől és sokféle értékkel, képességgel érkező fiatalokat, akik így egy sokszínű csoportot tudnak létrehozni, és sok diákot tudnak megszólítani. Mindezek mellett még nagy ereje a kortárs csoportoknak, hogy ha már felismerték, hogy diák-társaiknak milyen segítségre vagy szolgáltatásra van szükségük, és ennek ők hogyan tudnak eleget tenni, az önmaguk által meghatározott célok mellett nagymértékben elköteleződnek, egymás motivációját folyamatosan erősítik. Ezzel párhuzamosan pedig maga a kortárs segítő önszerveződő csoport is vonatkoztatási csoportként szolgál, hozzájárulva tagjainak kiegyensúlyozott mentálhigiénés állapotához és készségeinek fejlődéséhez.

Annak beható ismerete, hogy pontosan milyen területen és milyen segítségre van szüksége a diákoknak, valamint a nagyfokú motiváció, mind az alulról szerveződő csoportok előnyei közé tartoznak. Ugyanakkor az igények felismerése és a lelkesedés önmagában sokszor nem elég egy csoport hosszú távú és zökkenőmentes működéséhez: szükséges az intézmények vezetősége részéről a legitímálás, a szervezeti és az anyagi támogatás is. Ilyen például a lehetőség biztosítása a hallgatók elérésére a tanulmányi rendszeren keresztül, helybiztosítás, reklámtevékenységek finanszírozása, lehetőség a széleskörű igényfelmérésre. Illetve fontos vetület még a szakmai támogatás nyújtása, amely segíti a csoportot abban, hogy a kompetenciahatárain belül minél hatékonyabban működhessen, bármilyen szakon tanuló hallgatókból álljanak, és bár-

milyen cél köré is szerveződjének (tanulmányok segítése, pszichológiai konzultáció, beilleszkedés segítése, pályaorientáció).

Fontosnak tartjuk, hogy szorosabb együttműködés alakuljon ki a kortárs csoportok és az intézmények vezetői, döntéshozói között. Mint bemutattuk, a közösségfejlesztés az egyetemek érdeke is, amennyiben elkötelezett, jól teljesítő, motivált, testileg-lelkileg egészséges diákokat szeretnének tudni a falaik között. De a közösségek megalapítása mellett a közösségek életben tartása is fontos, ami belső, szervezeti támogatás nélkül könnyen elhalhat.

A bemutatott példák főként az elsőéves egyetemistákra fókuszálnak. Ez jól mutatja, hogy az intézmények már felismerték, hogy segítségre van szükség ahhoz, hogy a felsőoktatásba lépés minél zökkenőmentesebben történjen. Ugyanakkor nem szabad elfeledkeznünk a felsőbb évfolyamokról sem, akiknek szintén szüksége van az építő közösségi élményekre. A példáinkban a felsőbb évfolyamokat a pályaorientáció és a pszichoedukáció révén érték el. Illetve úgy kapcsolódtak még ezek a diákok különböző közösségekhez, hogy ők maguk váltak a későbbi évfolyamok kortárs segítőivé.

Úgy tartjuk, hogy az egyes egyetemeken működő kortárs csoportok jó gyakorlatát célszerű lenne szélesebb körben is ismertetni és átadni. Első lépésként egy-egy intézményen belül lenne érdemes az egy karon megalakult csoport példáját követni, és – természetesen az adott karok igényeihez igazítva – kiaknázni és építeni a kortársak kreativitására és lelkesedésére az egész egyetemen.

A kört tágitva pedig a különböző intézmények csoportjai közötti tapasztalatcserét is szorgalmazzuk. Szakmai műhelyek biztosíthatnának alkalmat arra, hogy a kortárs csoportok egymás felépítését, működését, tapasztalatait, módszereit megismerjék, kérdéseiket és kételyeiket megosszák. Ezen szakmai egyeztetések eredményeként létrejöhét egy közös protokoll, amely abban segítséget adna a már létező kortárs csoportok működésében, illetve támpontot nyújtana a megalakuló közösségeknek. Szintén szakmai egyeztetés tárgyának tartjuk a kortárs csoportok és közösségek utánkövetését, ennek módszertani kidolgozását. Ezzel monitorozható lenne a csoportok megalakulása, hatékonyságuk a kitűzött célok terén, illetve hatásuk az adott egyetemi közösségre.

Biztató, hogy az ország egyetemein egyre több kortárs csoport alakul, ez tükrözi az alulról jövő szolgáltatások iránti belső igényt a felsőoktatásban lévő diákok részéről is. A példákban is látható, hogy a csoportok sok esetben saját erőből, motivációból és szakmai tudásból táplálkozva fejlődnek, egymást megismerve, egymástól tanulva mindegyik csoport sikeresen meg tudja találni az adott intézményhez és az ott tanuló diákokhoz legjobban illő célokat és működési módokat. A jelenlegi helyzet fenntartása és további fejlesztése érdekében a jövőben elengedhetetlen a hasonló csoportok működésének módszertani megalapozása, az igények felmérése és az ezekhez illeszkedő szolgáltatások biztosítása, szakmai támogatása az adott szervezet, egyetem részéről is.

Felhasznált irodalom

- ADAMS, R. (2003): *Social Work and Empowerment*. London, Macmillan.
- ARNETT, J. J. (2000): Emerging Adulthood: A Theory of Development From the Late Teens Through the Twenties. *American Psychologist*, 55 (5), 469-480. letöltve: 2013. 07.05. DOI: 10.1037//003-066X.55.5.469
- ASTIN, A. (1993): *What matters in college? Four critical years revisited*. San Francisco, Jossey-Bass.
- BOUD, D. (2001): Introduction: Making the move to peer learning. In D. Boud, R. Cohen, & J. Sampson. *Peer Learning for Higher Education*. (pp. 1–20). London: Kogan Page Limited.
- D'ANDREA, V. J., SALOVEY, P. (1983): *Peer Counseling Skills and Perspectives*. Palo Alto, Calif.: Science and Behavior Books Inc.
- HAJDUSKA Marianna (2006): Felsőoktatási krízisek. *Alkalmazott Pszichológia*, 8 (1), 32-38.
- JOUBERT, N., RAEBURN, J. (1998). Mental health promotion: People, power and passion. *The International Journal of Mental Health Promotion*. Inaugural Issue. 15-22.
- KEZAR, A., MORIARITY, D. (2000): Expanding our understanding of student leadership development: A study explaining gender and ethnic identity. *Journal of College Student Development*, 41, 55-69.
- Lisznyai Sándor (2003): Rossz közérzet a magyar universitasban. A hallgatói rossz közérzet okai és a tanácsadás lehetőségei. In Takács Ildikó (szerk.) *Diáktanácsadás a felsőoktatásban*. BME, Budapest. 58-62.
- MACARI, M., DRANE, D. (2011): Intimidation in small learning groups: The roles of social-comparison concern, comfort, and individual characteristics in student academic outcomes. *Active Learning in Higher Education*, 12 (3), 175–187.
- MARTIN, L. (2000): The relationship of college experiences to psychosocial outcomes in students. *Journal of College Student Development*, 41, 292-301.
- MUÑOZ, A., FERNÁNDEZ, F.J., GARCÍA, B., SÁNCHEZ, A. M., ESCOBAR, M., BERNEDO, I.M., PORTILLO, R., GARCÍA, A., Y GONZÁLEZ, C. (2010a): ¿Cómo orientar a estudiantes de educación superior? Actividades desarrolladas por el Grupo de Orientación Universitaria (GOU) En I. Barcía (Ed.), *La Innovación educativa en el contexto actual de la educación superior*, pp. 145-149. Universidad de Vigo: Vicerreitoría de Formación e Innovación Educativa.
- MUÑOZ, A., FERNÁNDEZ, F.J., GARCÍA, B., SÁNCHEZ, A. M., ESCOBAR, M., BERNEDO, I.M., PORTILLO, R., GARCÍA, A., Y GONZÁLEZ, C. (2010b): ¿Qué necesitan saber los y las estudiantes de psicología cuando ingresan en la universidad? En I. Barcía (Ed.), *La Innovación educativa en el contexto actual de la educación superior*. pp. 149-155. Universidad de Vigo: Vicerreitoría de Formación e Innovación Educativa.
- MUÑOZ, A., LINO, R., BERNEDO, I.M. Y GONZÁLEZ, C. (2011): La Orientación en la Universidad: Un programa basado en la ayuda entre iguales en la facultad de Psicología. En Cobos, A. (Ed.), *I Jornadas andaluzas de orientación educativa los retos de la orientación en el ss. XXI: hacia una sociedad inclusiva*. pp. 193-204. Sevilla: Editorial Mad.
- MURÁNYI István (2010): Egyetemisták szabadidős tevékenysége és mentális státusa. *Educatio*, 19 (2), 203-213.

- NELSON, K., QUINN, C., MARRINGTON, A., CLARKE, J. (2011): Good practice for enhancing the engagement and success of commencing students. *Higher Education*. <http://eprints.qut.edu.au/40257/1/41122.pdf>, letöltve: 2013.07.16.
- PUSKÁS-VAJDA, ZS., SUSÁNSZKY, É., KOPP, M. (2009): A hazai önkéntes társulások tagságának szocio-demográfiai és pszichés jellemzői, valamint a társulások dinamikájának elemzése egy országos reprezentatív felmérés alapján. *Mentálhigiéne és Pszichoszomatika*, 10(2), 119–137.
- THOMAS, E. A. M. (2002): Student retention in Higher Education: The role of institutional habitus. *Journal of Educational Policy* 17 (4), 423-432.
- TINTO, V. (1996): Reconstructing the first year of college. *Planning for Higher Education* 25, 16.
- VERCSEG I. (2004): *Közösségfejlesztő leckék kezdőknek és haladóknak. Módszertani füzet*. Községfejlesztők Egyesülete, Budapest.
- WHITT, E., EDISON, M., PASCARELLA, E., NORA, A., TEREZINI, P. (1999): Interaction with peers and objective and self-reported cognitive outcomes across three years of college. *Journal of College Student Development*, 40, 61-78.



Bán Judit¹ – Balázs Szabina – Balogh Anna – Hevér Evelin

Ami kortársak közt felmerül... Az ELTE Kortárs Segítő Csoport eseteinek vizsgálata²

Bevezetés

Az ELTE Kortárs Segítő Csoportban, bár mindig is volt, két éve nyerte el egységes és kiforrott formáját a kliensekkel való munka dokumentációja, az úgynevezett esetregisztráció. Kíváncsiak vagyunk arra, hogy ez a legutolsó rendszer betölti-e a hozzá fűzött reményeket: megkönnyíti-e az esetek elemzését, feldolgozását és összesítését. Az elmúlt három befejezett szemeszter esetregisztrációit tekintettük át annak érdekében, hogy világosan lássuk, mi jellemzi a klienseinket és az általuk hozott problémákat. Célunk természetesen az is, hogy ezen eredmények tudatában a hallgatók igényeire jobban válaszoló szolgáltatásokat és munkamódot dolgozzunk ki.

Kortárs segítés a felsőoktatásban

Az egyetemista korba lépés minden ember számára különleges és megpróbáltatásokkal teli időszak, így még inkább fontos, hogy a fiatal felnőtt hallgatók mindig tudjanak kihez segítségért fordulni. A felsőoktatásban tanuló fiatalok problémái jól körvonalazhatóak. Arnett (2007) szerint ez az életpálya leginkább heterogén szakasza, amelyet erősen jellemez az „önreflektív üzemmód” és az ezzel együtt járó bizonytalan, állandóan változó identitás. Sokszor éppen a rengeteg lehetőség, a felsőoktatási intézményekben átélt átalakítások, az egyetemi légkör hangulatának fluktuáló jellege növelik a hallgatókban a szorongást és bizonytalanság érzését.

A felsőoktatási életvezetési tanácsadás fő feladatai közé tartozik a fiatalok támogatása a hatékony életvezetésben, a pályaválasztásban, a munkában való helytállásban, párválasztásban és családtervezésben (Ritoók, 2006). Egy hasonló szervezetnek felkészültnek kell lenni tanulmányi ügyekben, karrier-, információs és jogi tanácsadás területén is. Emellett gyakran kérnek tőlük tanácsot fogyatékkal élők, külföldi hall-

¹ Felsőoktatási Tanácsadás Egyesület, ban.judit11@gmail.com

² A felmérés főbb eredményeit a FETA 2013 májusában tartott Karrier- és életúttervezés a diploma előtt és diploma után című szakmai napján mutattuk be.

gatók, amely esetekben szintén elengedhetetlenül fontos a közvetlen kapcsolat, a jelenlét és a segítség iránti igény felismerése. Erre egy jó színtér a kortárs segítség, amely napjainkra egyre népszerűbbé válik a felsőoktatási intézményekben.

A kortárs segítség (vagy angolul peer counseling) alatt több eltérő szolgáltatástípust tartunk számon, melyeket különbözőképpen sorolhatunk csoportokba. Alapvetően kétféle felosztást alkalmazunk a szolgáltatásnyújtásra (Varenhorst, 1992). Az egyik felosztás szerint kortárs segítsésként tekintjük, ha a segítséget nyújtó és a segítséget kérő személy között korbéli hasonlóság van, a másik szerint pedig a hasonlóságot egy adott körülmény, helyzet teremti. Az előbbi típus középiskolákban és felsőoktatási intézményekben jellemző leginkább (Rácz és Lackó, 2008), ahol tanulók vagy hallgatók nyújtanak segítséget diáktársaiknak, míg a másodikként leírt segítségnyújtás gyakrabban jelentkezik többek között volt droghasználók vagy mentális betegséggel küzdő emberek között.

Ezek a segítő csoportok azért is érdekesek, mivel a segítségnyújtók nem rendelkeznek hivatalos végzettséggel, képesítéssel (Varenhorst, 1992), sőt, bizonyos szituációkban a kortárs segítő akár még fiatalkorú is lehet. Ezáltal kevésbé vonakodhatnak a segítségre szorulóknak hozzájuk fordulni, mint például egy végzett pszichológushoz, pszichiáterhez. A közelség, akár térben, akár életkorban gyakran megkönnyíti a kliens és a kortárs segítő közötti kapcsolatfelvételt. A kortárs segítő a felmerülő problémákat nem utolsó sorban még azelőtt tudják megoldani, hogy súlyosabbá válna, sok esetben a lelkesedésükkel, önkéntes segítőkézségükkel, hogy könnyen elérhetőek az egyetemisták, velük egykorúak számára.

A kortárs tanácsadás különbözik a mentorálástól vagy tutorálástól, mivel nem direkt segítséget jelent, hanem egyfajta út- és iránymutatást. A gondolatok, érzelmek, illetve a különböző választási lehetőségek tisztázása segít abban, hogy a kliens végül önállóan találja meg a megfelelő megoldást úgy, hogy közben megkapja a szükséges támogató légkört.

E munka során a kortárs segítő sokat tudnak adni egy-egy probléma megoldásához, ugyanakkor önmaguk számára is hidat jelent e tevékenység a hallgatói segítő lét és a professzionális tanácsadói munka között, különösen az egészségügyi és szociális szférába készülőknek (Szenes és Katona, 2006).

Magyarországon több felsőoktatási intézményben is fordulhatnak kortárs segítő csoportokhoz a hallgatók. Ilyen csoportok megtalálhatók például a Szegedi Tudományegyetem Egyetemi Életvezetési Tanácsadó Központjában, a Debreceni Egyetem Mentálhigiénés és Esélyegyenlőségi Központjában, a Corvinus Egyetem Diáktanácsadó Központjában vagy a Pázmány Péter Katolikus Egyetem Pszichológiai Intézetében.

Az ELTE Kortárs Segítő Csoport

Az ELTE Kortárs Segítő Csoport, amelynek története 1993-ig nyúlik vissza, az Eötvös Loránd Tudományegyetem pszichológia alap- és mesterképzésére járó hallgatókból álló önkéntes szervezet. Működését az Életvezetési Diáktanácsadó szakmai felügyelete mellett végzi, annak önálló szolgáltatásaként. A csoportból mindenki tagja a Felsoóktatási Tanácsadás Egyesület Ifjúsági Tagozatának is.

A minket megkereső hallgatóknak segítő beszélgetést nyújtunk, törekszünk a hallgatók mentálhigiénés egészségének fenntartására, a pszichológia kultúrájának népszerűsítésére. Fontosnak tartjuk továbbá az egyetemi közösségépítés és a hallgatók támogatását az egyetemi évek alatt, különböző programlehetőségekkel.

A csoport projektekből áll, melyek különböző szolgáltatásokért (FilmKlub, Identity játékalkalmak, Tandem nyelvtanuló program a külföldi diákoknak, ismeretterjesztő rendezvények, tréningek) és feladatokért (reklámozás, sajtómegjelenések az egyetemen belül, pályázás, belső képzés) felelősek.

Az ELTE Kortárs Segítő Csoport felépítésével és a kortárs segítővé válással részletesen Dóka Ádám (2012) írása foglalkozik.

Egy kliens útja

Kapcsolatfelvétel

A csoportot felkereső diákok egy több év alatt kidolgozott, végső formáját két éve elnyerő adminisztrációs rendszerbe kerülnek. A kliensek két úton kereshetnek meg minket: ügyeleti időnkben vagy e-mailen. Az ügyeleti rendünket minden félév elején összeállítjuk, az ELTE valamennyi karán felvesszük a kapcsolatot az illetékesekkel, akik rendelkezésünkre bocsátanak hetente egyszer több órára a karukon egy irodát, ahol várjuk a betérő, beszélgetni vágyó hallgatókat. Az ügyeleti időben a kérdéseikkel beérkező hallgatókkal megismertetjük a csoport működését, valamint a csoport honlapján megmutatjuk az aktuális csoporttagokat, és azokat a személyeket, akik az adott félévben vállalnak, vállalhatnak segítő beszélgetést. Feltétel, hogy már egy éve legyen a csoport tagja, vegyen részt a projektek munkájában, illetve végezze el a többlépcsős kortársképzést.

Mivel a honlapunkon minden tagunk feltünteteti elérhetőségét, ezért a hallgatóknak lehetőségük van kiválasztani, ki az a személy, akivel szívesen felvennék a kapcsolatot, és ha megszületett bennük az elhatározás, akkor meg is tehetik az első lépést. Mivel számítunk rá, hogy több hallgató is felkeres minket az ügyeleti időpontokban, ezért ügyeletben soha nem tartunk segítő beszélgetést, csupán segítünk a választásban, a folyamat megismerésében.

A kortárs segítőkkel e-mailen keresztül is fel lehet venni a kapcsolatot. Számos esetben az érdeklődők a központi e-mail címünkön keresztül keresnek meg minket. Ebben az esetben a kliens nevét kizárólag a csoportkoordinátorok olvassák, nekik van ugyanis hozzáférésük a csoport központi e-mail fiókjához. A csoport koordinátorai egy tájékoztató körlevélben értesítik a csoportot arról, hogy segítő beszélgetésre jelentkezett egy hallgató, és várják a csoportból azon tagok jelentkezését, akik a csoport működési szabálya alapján már vállalhatnak kortárs segítő beszélgetést, és emellett van szabad kapacitásuk. A kliens elérhetőségét és nevét csak az a csoporttag tudja meg, aki vállalja az esetvezetést, és felveszi a kapcsolatot a jelentkezővel.

Előfordul sok esetben az is, hogy az e-mail a már kiválasztott kortárs segítő e-mail címére érkezik, így ugyan a koordinátorok közvetítése nélkül elindul egy segítő folyamat, de a kortárs segítő köteles jelezni a csoportkoordinátoroknak, hogy új esetvezetést vállal.

Az első találkozás

A személyes találkozás a keretek lefektetésével, tisztázásával, valamint a két fél közötti szerződés megkötésével telik. A kortárs segítő biztosítja a klienst a titoktartásáról, ugyanakkor tájékoztatja, hogy munkáját szakmai felügyelet mellett végzi, így szupervíziós alkalmakon olykor beszámol a folyamat állapotáról, állomásairól a kliens anonimitását megőrizve. A kliens problémájának ismeretében érdemes az első, legfeljebb a második ülés alkalmával tisztázni, hogy hány ülés erejéig szerződnek a felek. Ennek elengedhetetlen feltétele a folyamat céljának közös megfogalmazása, kitűzése. A cél meghatározása fontos motivációs forrásként funkcionál a segítő folyamat során, mind a segítő, mind a kliens munkáját definiált keretek közé helyezi, segít fókuszálni a figyelmet és az erőforrásokat az eredményes munka érdekében.

Az ülések számának meghatározása hasonló célokat szolgál, mindkét fél számára útmutatásként segít egy „problémafókuszú” mederben tartani a folyamatot, így a segítő folyamat nem csúszik túl az idői és szerződéses kereteken. Természetesen lehetőség van arra, hogy az előzetesen meghatározott üléseken túl újra találkozzanak még a felek, ebben az esetben azonban ismét szerződni kell: definiálni kell az új célt, új fókuszot kell találni, és újabb ülésszámot érdemes meghatározni. Számos esetvezető kortársnak az a tapasztalata, hogy ha idői keretek közé van szorítva a kliens, és közösen meghatározott cél elérésén dolgoznak, az képes meggyorsítani a változás folyamatát, eltökéltebb munkára ösztönzi mind a segítőt, és ami ennél is fontosabb, magát a klienst is.

Az első néhány alkalom tehát a szerződéskötésről, a keretek tisztázásáról, valamint a hozott probléma megismeréséről szól. Mindeközben a segítő kapcsolatban résztvevő két fél dolgozik a kapcsolat megteremtésén, a bizalmas, meghitt légkör kialakításán,

egymás megismerésén. Az első alkalmak során a probléma jellegét is fel kell mérni, és a segítőnek mérlegelnie kell bizonyos esetben a továbbítás lehetőségét a megfelelő intézménybe, kompetensebb szakemberhez. Ehhez a döntéshez szupervízor tanácsát is kikéri.

Fókuszba kerülő problémák

Általános jelenségnek mondható, hogy amint a rapport kialakult, úgy a hozott probléma mellett megjelennek más problémák is, esetleg hangsúlyosabbá is válhatnak, mint az eredeti kérdés, amivel megkeresett minket a kliens. A segítő mérlegelésén múlik, hogy amennyiben egy ilyen helyzet alakul ki, hogyan folytatja tovább a segítő folyamatot. Ezen a ponton nagy segítséget tudnak jelenteni a csoportunk tagjai számára rendelkezésre álló egyéni vagy csoportos szupervíziós alkalmak. (A kortárs segítő köteles mindegyik kliensével kapcsolatban legalább egyszer egyéni illetve csoportos szupervíziót igénybe venni.)

A kitűzött cél elérése megkívánja a folyamat lezárását, amelyet érdemes jelezni a kliensnek, és időben felkészíteni a leválásra. A segítő belátása szerint dönt, hogy hány alkalmat szán a folyamat lezárására, a történetek összefoglalására, a tanulságok, konklúziók levonására, illetve minderről kikéri a kliens véleményét is. A folyamat lezárásakor a kliens igényei szerint fel lehet vetni az újabb szerződés-kötés lehetőségét, illetve biztosítani lehet arról, hogy később is visszatérhet a csoport bármely más tagjához, ha szükségét érzi.

Szupervízió

Az ELTE Kortárs Segítő Csoportban hagyományosan kétféle szupervízió áll a kortárs segítők rendelkezésére. Az egyik az egyéni szupervízió, melyet az Életvezetési Diáktanácsadó szakembere biztosít számunkra. A csoportban az etikus esetvezetés kötelező eleme az új eseteket legalább egy alkalommal egyéni szupervízióba vinni, a szakmai vezetőnket ezúton is értesíteni a beérkező hallgatókról. Az egyéni szupervízióban lehetőségünk van átgondolni a klienshez és a problémájához való viszonyunkat, az általunk elképzelhetőnek tartott fejlődési utakat, illetve megosztani a bennünk felmerülő kérdéseket, kételyeket. A szupervíziós alkalmak segítenek rámutatni arra is, ha egy-egy probléma már túlmutat a kortárs segítő kompetenciáin. Igény szerint fordulhatunk a szakmai vezetőnkhez; jellemzően a segítő kapcsolat elején és lezárásakor illetve megakadásokkor.

Csoportos szupervízió is rendelkezésére áll a kortárs segítőknél, aki egy mindannyiunk által elfogadott külső szakember. Az ülésekre körülbelül háromhetente kerül sor, melyen legfeljebb 15 ember vehet részt. Egy alkalom két eset bemutatására és fel-

dolgozására ad lehetőséget, melynek a menete a következő: az esethezók bemutatják a kliensüket, beszámolnak az eddigi munkájukról, megosztják a klienshez kapcsolódó érzéseiket, gondolataikat, és megfogalmaznak egy kérdést a csoport felé, amelyben segítséget vagy visszajelzést kérnek. A szupervízió részt vevők ezután különböző módszerekkel elmondják és összegzik a bemutatott esettel kapcsolatban felmerülő gondolataikat, érzéseiket, ötleteiket, véleményeiket.

A szupervíziót tartó szakemberek korlátozott terhelhetősége miatt a csoportban megfogalmazódott az intervíziós alkalmak iránti igény is. Természetesen eddig is tudott egyik kortárs segítő a másikhoz fordulni, ha külső nézőpontra volt szüksége egy esetével kapcsolatban. Ezeknek a beszélgetéseknek szeretnénk most szervezett formát adni, és lehetőséget biztosítani arra, hogy a kortársak egymás közt, akár a tapasztaltabb kortárs segítők facilitálása mellett tudjanak együttgondolkodni a kliensekkel való munkáról.

Esetregisztráció

A segítő folyamat másik oldala, amely a segítőt érinti, az esetregisztráció. A beérkezett esetek egy kidolgozott adminisztrációs rendszerbe kerülnek be. A kliens beazonosíthatóságát elkerülendő az esetregisztrációs lapon a kliens egy kóddal szerepel, mely a kortárs segítőnévének rövidített formájából és az eset sorszámból áll. Így könnyen beazonosítható, hogy ki vezeti a segítő beszélgetést, és hogy az illetőnek hányadik kliense a jelenlegi. Az esetregisztrációs lap olyan információkat is tartalmaz, mint a kliens egyetemi kara, szakja, évfolyama, hogy melyik szemeszterben és annak melyik felében jelentkezett segítő beszélgetésre, igényelt-e szupervíziót a segítő, igényelt-e továbbküldést az eset, valamint hány ülés történt a folyamat során. Az űrlap második részében a segítőnek az egyes ülések történéseiről kell beszámolnia, röviden összefoglalnia a teljes folyamatot, annak dinamikáját, fontosabb állomásait, fordulópontjait. Emellett a szupervíziós alkalmak tanulságait, a felmerülő nehézségeket, megoldásokat is összegzi.

Az esetregisztrációs laphoz tartozik egy beazonosító lap, amelyen a segítő megadja, hogy melyik kódhoz melyik kliens tartozik és melyek az elérhetőségei. Ezen információkhoz csak a csoportvezető koordinátorok férnek hozzá szükség esetén, amire eddig még nem volt példa.

Felmérés

A felmérés céljai

A vizsgálatunk célja az, hogy választ kapjunk arra a kérdésre, hogy milyen problémákkal jelentkeznek a hallgatók, mely problémakörök merülnek fel leginkább a segítő beszélgetések során. Fontosnak tartjuk azt a kérdést is, hogy vajon a hozott nehézségekben vannak-e nemi eltérések, illetve van-e különbség a segítő beszélgetésre jelentkezés idejében és módjában: őszi vagy tavaszi félévben, a szemeszter elején, közepén, végén keresi-e meg a hallgató a csoportot, személyesen az ügyeleti időben vagy pedig e-mailben. A regisztrációs űrlapok vizsgálatával arról is információt szertettünk volna kapni, hogy a problémák hogyan társulnak egymáshoz, mely problémák válnak hangsúlyossá az egyéni foglalkozások során, a hozott probléma mellett milyen kérdések merülnek fel. Ezeknek a kérdéseknek a megválaszolása a csoport jövőbeni munkája szempontjából elengedhetetlen, hiszen fontos támpontot nyújt annak ahhoz, hogy mely irányba érdemes továbbfejlődnünk.

Módszer

Vizsgálatunkban a kérdések megválaszolásához az elmúlt 3 félév (2011. szeptember-2013. január) esetregisztrációs adatlapjait használtuk fel, ami 59 eset feldolgozását jelenti. Az adatokat tartalomelemzéssel vizsgáltuk: összesítettük, hogy a segítő beszélgetések során egy-egy ülés milyen témát járt körbe. Meghatároztuk még a hozott, a leghangsúlyosabbá váló és a társuló problémákat is. A hozott probléma az a kérdés, amellyel a kliens felkereste a kortárs segítő, amelyet a közös munkájuk fókuszába helyeztek. Hangsúlyossá vált problémának azt tekintjük, amely téma az adott klienssel tartott összes ülés során a legtöbbször merült fel, ez pedig lehet a hozott probléma, de akár egy más kérdés is. Társuló problémának azt tekintjük, amely eltér a hozott problémától, viszont nem ezzel foglalkozott az adott kliens a legtöbbet az ülések során.

Ezt követően kliensekre lebontva néztük meg, hogy a már meghatározott kérdéskörök hány kliens esetében jelennek meg a segítő folyamat alatt. Kíváncsiak voltunk arra, hogy az egyes témákkal mennyi ülést töltenek el a felek. Vizsgálatunk kitért arra is, hogy milyen kapcsolatfelvételi mód a legnépszerűbb az esetek körében. Hisz ez informálja a csoportot is, hogy mely információs csatornáink működnek a leghatékonyabban, és melyeket kell még fejlesztenünk, valamint az, hogy a szemeszter mely harmadában jelentkeznek legtöbbször, visszatükrözi, hogy a csoport mely időszakokban van jobban leterhelve. Végül a felmerülő problémaköröket egyenként megvizsgáltuk aszerint, hogy milyen járulékos problémákkal társultak.

A kategóriák kialakítása

A segítő beszélgetések során felmerülő összes problémát öt kategóriába soroltuk:

párkapcsolat: párkapcsolat hiánya, problémás párkapcsolat, szakítás, közeledési szándék, szexuális problémák;

családi kapcsolatok: konfliktus a szülőkkel, válás, szülők hiánya, támogatás hiánya, leválás, függetlenedés;

kortárs kapcsolatok: kortárs kapcsolatok kialakításában tapasztalt nehézség, kortárs kapcsolatok hiánya;

tanulmányi kérdések: szakválasztás, kurzusteljesítés, vizsgázás nehézsége, szakdolgozatírás, végzés, álláskeresés, pályatervezés, időbeosztás;

önbizalommal kapcsolatos problémák: önbizalom erősítése, önismeret mélyítése, egyéni döntéshozás képessége.

A besorolásnál ez utolsó kategória és ennek elnevezése okozott némi nehézséget az ide tartozó problémák sokszínűsége miatt. Az eseteírásokra támaszkodva választottuk végül az önbizalom kategórianevet, mivel a dokumentációból kitűnt, hogy ezek a problémák ilyen módon állhatnak kapcsolatban.

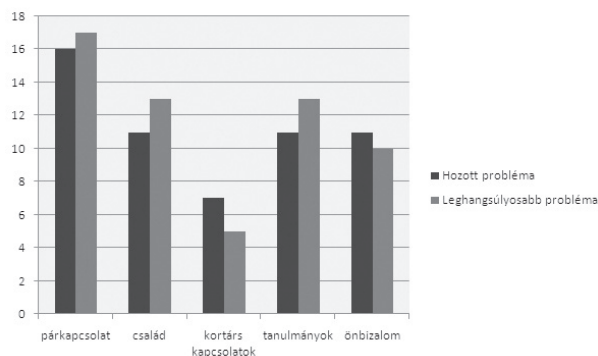
Eredmények

A problémák előfordulása

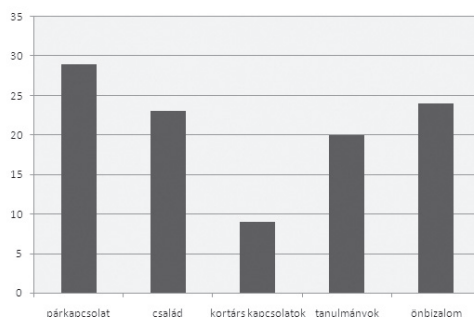
56 esettel dolgoztunk az adatok feldolgozásakor, mivel három dokumentáció nem volt alkalmas az egyértelmű adatnyerésre.

A hallgatók leginkább párkapcsolati problémákkal kerestek fel minket (16 fő), őket követik azonos esetszámmal (11 fő) a családi kapcsolatokat, a tanulmányokat és az önbizalmat érintő kérdések, és végül legkevesebben (7 fő) a kortárs kapcsolatokban tapasztalt nehézségekkel fordultak hozzánk.

Az ülések során hangsúlyossá vált problémák eltérő mintázatot mutatnak a hozott problémákétól. Itt is kiemelték a párkapcsolati kérdések (17 fő), ezeket a családi gondok és a tanulmányi nehézségek követik (13 fő), majd az önbizalommal (10 fő) és a kortársakkal (5 fő) kapcsolatos témák. A két mintázatot az 1. diagram mutatja.



Attól függetlenül, hogy egy probléma hozott probléma, hangsúlyossá váló probléma vagy társult probléma (eltér a hozott problémától, de nem ezzel foglalkozik az ülések többsége) volt-e, összesítettük, hogy hány kliens esetében merültek fel az öt kategóriába sorolt kérdések. A 2. diagramon jól látszik, hogy az eloszlás követi a hozott problémák eloszlását: a párkapcsolati kérdések jelentkeztek a legtöbb kliensnél, ezt követte az önbizalommal és családi kapcsolatokkal összefüggő kérdések. Közel ugyanannyi klienssel foglalkoztunk a tanulmányi problémákkal is, míg a kortárs kapcsolatok fele ennyi hallgató esetében merültek fel.

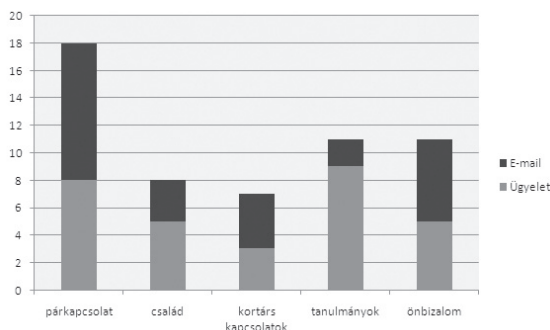


Összegeztük az egyes kérdésekkel foglalkozó ülések számát is. A legtöbb ülés (305) a tanulmányokról szólt. A párkapcsolat és a család mintegy fele ennyi ülés fókuszában állt (174 és 170 ülés). Kissé kevesebb találkozó szólt összesen az önbizalom kérdésével (152 ülés), míg a kortárs kapcsolatokkal összesen 69 ülés foglalkozott a vizsgált esetekben.

Mintázatok a jelentkezők neme, ideje és módja szerint

Kíváncsiak voltunk arra, hogy a hallgatók milyen kérdésekkel fordulnak hozzánk a különböző elérhetőségeinken. Főként, mivel az e-mailben és a személyesen történő jelentkezés, bár közel ugyanannyi bátorságot igényelnek, mégis a személyességnek és az anonimitásnak más-más lehetőségeit nyújtják.

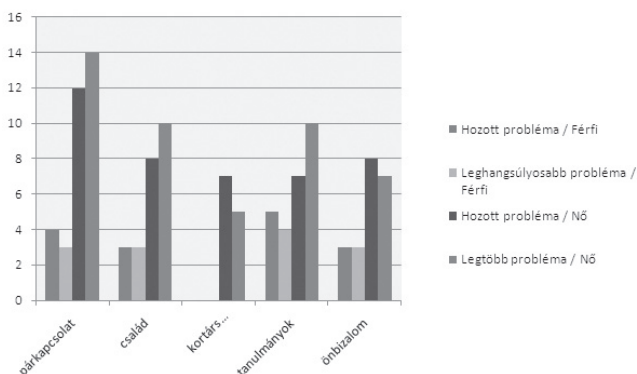
A 3. diagram mutatja be, hogy a kliensek milyen problémákkal jelentkeztek e-mailben illetve személyesen az ügyeletben.



A párkapcsolati, a kortárs kapcsolati és az önbizalmat érintő kérdésekben az arány közel azonos, míg a családot és a tanulmányokat érintő kérdésekben a személyes jelentkezés volt a jellemzőbb.

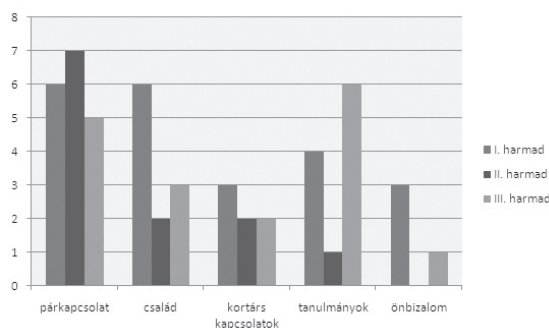
A hangsúlyossá vált problémák hasonló mintázatot mutatnak a jelentkezés módjában. Annyi eltérés tapasztalható, hogy azok, akiknél a párkapcsolati kérdések kerülnek leginkább a fókuszba a segítő beszélgetések során, azok egyharmadnyi többséggel inkább személyesen jelentkeznek, míg akiknél a család lesz a fő téma, inkább e-mailben jelentkeznek.

A nemek szerinti eloszlást a 4. diagramon ábrázoljuk.



Ebből látszik, hogy a férfi hallgatók kevesebb, mint egyharmadát teszik ki a csoport klienseinek. A vizsgált három szemeszter esetei között a férfiaknál nem merült fel a kortárs kapcsolatokat érintő probléma. A nőknél a kortárs kapcsolatok és az önbizalom témája volt az, amelynél több kliens jelentkezett ezzel a kérdéssel, mint ahány esetben ez hangsúlyos problémává vált.

Vizsgáltuk azt is, hogy a jelentkezés ideje szerint (őszai vagy tavaszi félév, annak mely harmada) milyen mintázatot mutatnak a hozott problémák. Az eddigi évek tapasztalatai alapján elmondható, hogy az őszi félévben sokszorosa a kliensek száma a tavasszal érkezőkénél. Ugyanakkor ebben a vizsgálatban a szemeszterek eltérő reprezentáltsága miatt csak azt vetettük össze, hogy a szemesztereken belül van-e eltérés a jelentkezés idejében. Ezeket az eredményeket az 5. diagram összegzi.



A családi és az önbizalommal kapcsolatos problémáknál is jellemző a félév elején történő jelentkezés. A párkapcsolati és kortárs kapcsolati nehézségekkel küzdő kliensek megjelenése a szemeszter során viszonylag kiegyensúlyozott. Érdekes a tanulmányi gondokkal érkező kliensek eloszlása, akik a félév elején és kiemelkedően a félév végén keresnek meg minket.

Társuló problémák

Az esetregisztrációs lapok alapján megvizsgáltuk, hogy a kliensek által hozott problémákhoz milyen egyéb kérdések társulnak, azaz milyen témák merülnek még fel a kliensekkel folytatott munka során.

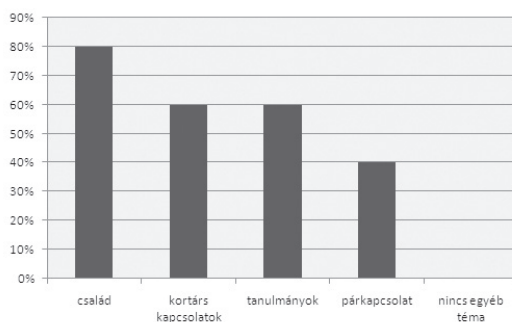
Azoknak, akik eredetileg párkapcsolati kérdéssel kerestek minket, a közös munka során fontos témává vált az önbizalom témaköre (az esetek 40%-ában), illetve a családi nehézségek (24%). Az esetek tizenhárom százalékában merültek fel kortárs kapcsolatok és tanulmányi kérdések. A párkapcsolati problémát hozóknak csak alig tíz százaléka maradt szigorúan ennél a kérdésnél a segítő beszélgetések alatt.

A családi kérdésekkel érkezők egyharmadánál merültek fel az önbizalommal kapcsolatos kérdések, és egyötödüknél jöttek elő párkapcsolati és tanulmányi nehézségek, illetve ugyanennyien maradtak a család témakörénél. Tíz százalékuk foglalkozott a kortárs kapcsolatokkal is.

Azok közül, akik kortárs kapcsolati nehézségekkel kerestek fel minket, legtöbben az önbizalommal (36%), a tanulmányokkal (29%) és a családdal (21%) kapcsolatos témákat érintettek a segítő folyamatban. Töredéküknél társult a párkapcsolat témaköre vagy maradtak kizárólag a családi nehézségeknél (7%).

A tanulmányi problémákhoz legtöbb esetben az önbizalommal kapcsolatos kérdések társultak (36%), de megjelentek a családi (23%), a párkapcsolati (19%) és a kortárs kapcsolati (13%) nehézségek is. A tanulmányi kérdésekkel bejelentkezők egytizedével nem tértek ki a kortárs segítő más témára a beszélgetések során.

Mint látható, az önbizalommal kapcsolatos kérdések az összes többi kategória esetén nemcsak, hogy felmerültek, de a leggyakrabban társuló témakörre is váltak. Érdekes lehet ezért egy pillantást vetni a 6. diagramra, mely megmutatja, hogy az önbizalommal kapcsolatban álló problémával érkező hallgatóknál milyen arányban merültek fel egyéb kérdések.



Ez a témakör az esetregisztrációk alapján egyetlen esetben sem állt egyedüli témaként a segítő beszélgetések fókuszában: legtöbbször a családi kérdések társultak hozzá (80%), de többször is felmerült a kortárs kapcsolatok és a tanulmányok problémája (60%), valamint a párkapcsolati nehézségek is (40%).

Az eredmények értelmezése

Párkapcsolat és kortársak

Az eredmények alapján a vizsgált három szemeszterben a hallgatók elsősorban párkapcsolati témákban kértek az ELTE Kortárs Segítő Csoporttól segítséget, legkevesebben pedig a kortárs kapcsolati nehézségek kapcsán kerestek fel minket. Ez az arány Erikson (1991) fejlődésmódeljével összevetve teljesen helyénvaló: a serdülőkor szolt főként az identitás kialakításáról a kortársak segítségével, míg a fiatal felnőttkor (18-25 év) feladata az intimitás, az érett párkapcsolat kialakítása. Az, hogy ezen a területen nehézségek tapasztalhatók, utalhat arra is, hogy az előző életciklus feladatát, az identitásalakulást nem sikerült megfelelően teljesíteni, külső segítségre van szükség. Hozzáteve természetesen még azt is, hogy a család a leválás és felnőtté válás időszakában egyre kevésbé tud segítséget nyújtani a párkapcsolati kérdésekben.

A kortárs kapcsolati nehézséggel jelentkezők kis aránya mutathatja azt, hogy ebben az életszakaszban a kortárs csoportok által való elfogadottság, a beilleszkedés kisebb jelentőségű, mint serdülőkorban. Elképzelhető, hogy az egyetemre már a kamaszkorban kialakult barátságokkal, baráti társaságokkal érkeznek, így kevésbé lehet szó őket megviselő beilleszkedési zavarokról. Illetve azt a lehetőséget is figyelembe kell vennünk, hogy azok, akiknek a kortársakkal való kapcsolat kialakításában van nehézségük, valószínűleg nehezebben szánják rá magukat arra is, hogy kortárs segítőkhöz forduljanak, akár a szükséges szociális kompetenciák hiányából kifolyólag.

Tanulmányi kérdések

A tanulmányi kérdések hasonló gyakorisággal kerültek elő hozott, hangsúlyossá vált és társuló problémaként, mint a családdal és az önbizalommal kapcsolatos kérdések. Ugyanakkor ez a téma merült fel összesen a legtöbb ülésen. Ez jól mutatja, hogy többek között a kurzusok, a vizsgák, a szakdolgozatírás és az álláskeresés mennyire meghatározza az egyetemisták életét, mennyire megkerülhetetlen ez a téma. Ugyanakkor mégsem válnak a tanulmányi kérdések az egyetlen fontos témává, nem szűkül csak erre a kliensek figyelme, és nem csak ezen a területen igényelnek segítséget, sőt. Ezért is fontos, hogy létezzenek olyan felsőoktatási fórumok, ahová a nem tanulmányokat érintő problémákkal is fordulhatnak a hallgatók.

A jelentkezés módja

A klienseink az önbizalmukat és a párkapcsolat kérdését érintő problémákkal kis elteréssel inkább e-mailen keresztül jelentkeztek, mint személyesen. Ezen eredmények

értelmezésénél, mint ahogyan már írtuk, figyelembe kell venni a kétféle jelentkezés közti eltérést az anonimitásban és a „bátorságban”. Ugyanakkor nem szabad figyelmen kívül hagynunk azt sem, hogy az e-mail nagyon széles körben elterjedt, könnyen hozzáférhető, megszokott és kényelmes útja a kommunikációnak, különösen az egyetemista korosztály számára, ami szintén okozhatja az e-mailen történő jelentkezések túlsúlyát.

Az ügyeleten személyesen jellemzően azok a kliensek jelentkeztek, akik a tanulmányaikkal és a családdal kapcsolatos problémákban kértek segítséget. Érdekesség, hogy az arányokat tekintve a családi nehézségek jobban vállalhatóak, mint a párkapcsolati gondok. (Árnyalja a képet, hogy azokban az esetekben, amikor a családi problémák később váltak hangsúlyos témává, az e-mailen és a személyesen történő jelentkezés aránya közel azonos, csakúgy, mint a párkapcsolati gondok esetében.) Úgy tűnik, hogy a tanulmányokkal kapcsolatos nehézségek könnyebben vállalhatóak személyesen, mint a többi probléma. A kategóriák közül ez talán a legkevésbé személyes téma (már amennyire bármilyen segítő helyzetben beszélhetünk ilyenről), amelyről valóban bátran feltételezhetik a hallgatók, hogy az azonos egyetemre járó kortárs segítők jól megértik. Illetve számíthat az is, hogy a tanulmányi gondok olyannyira természetes nehézségek az egyetemi élet során, hogy az ez ügyben segítségért forduló hallgatót a legritkább esetben ítélik el a környezetében. A segítői kapcsolatban pedig, amennyiben az megfelelően biztonságosnak bizonyul, más témák is felmerülhetnek.

Férfi és nő kliensek

A férfi hallgatók körülbelül egynegyedét teszik ki a csoport klienseinek. Ők leginkább tanulmányi és párkapcsolati kérdésekkel fordultak hozzánk, míg kortárs problémák egyáltalán nem merültek fel körükben. Náluk kevesebb téma vált hangsúlyossá a beszélgetések alatt, jellemzően arról a kérdésről volt szó, amellyel érkeztek.

A nő kliensek esetében a párkapcsolati kérdések voltak a leggyakoribbak, amelyet a családot és a tanulmányokat érintő problémák követtek. A minta korlátozottsága miatt korai lenne messzemenő következtetéseket levonni. De az elmondható, hogy összességében a nő hallgatók nyitottabbak a segítségkérésre, és főleg párkapcsolati kérdésekben, míg a férfi kliensek inkább tanulmányi ügyekben fordulnak hozzánk.

A jelentkezés ideje

A klienseink a félév első harmadában jelentkeznek főleg a családjukat és kortárs kapcsolataikat, valamint a tanulmányaikat és az önbizalmukat érintő kérdésekkel. Ennek oka lehet a féléveket megelőző, otthon töltött szünetek tapasztalatai, a félévkezdéssel

vagy akár iskolakezdéssel együtt járó beilleszkedési és tanulásszervezési nehézségek, a szembesülés a félév feladataival.

A félév közepén, érdekes módon inkább a párkapcsolatoké a főszerep, míg az összes többi téma hanyatlást mutat. Ekkorra megtörténhet a beilleszkedés az egyetemi környezetbe és a kortársak közé, a figyelem a romantikus kapcsolatokra irányulhat.

A félév végén újra megemelkedik a családi gondokkal érkezők száma, és jelentősen kiugrik a tanulmányi nehézségekkel küzdők aránya. Ennek kézenfekvőnek tűnő magyarázata a vizsgaidőszak közeledte, az ebből származó feszültebb légkör.

Társuló problémák

Mind a négy témakörrel elmondható, hogy azon kliensek körében, akik ezek valamelyikével keresnek fel minket, legtöbbször az önbizalommal kapcsolatos kérdések merülnek még fel a segítő beszélgetések során. Ez utalhat arra, hogy az önbizalom kategóriájába tartozó problémák nem is önálló kérdések, hanem a másik négy nagyobb témával (párkapcsolat, család, kortársak, tanulmányok) kapcsolatos nehézségeknek egy jellemző megnyilvánulása. Vagyis amikor a hallgatók a négy témakör bármelyikében problémákkal találkoznak, a nehézségeiket az önbizalom, az egyéni döntéshozás és az önismeret kérdéseivel lehet összefoglalni. A többi négy problémakör együtthárása érdekes mintázatot mutat.

A párkapcsolati problémákkal érkezők esetében legtöbbször családi nehézségek jelennek még meg a segítő folyamatban. Ez jól mutatja, hogy a párkapcsolati problémák gyökere sokszor lehet a kötődés zavara, amelynek elsődleges és a fiatal felnőttkorig a leginkább kiemelt szintére a család. Amikor pedig a fiatalok romantikus kapcsolatokat kialakítására törekednek, elkerülhetetlen a származási családban tapasztalt élmények feldolgozása, átgondolása.

Ezt az összefüggést támasztja alá az is, hogy akik eredetileg családi problémával keresik fel a kortárs segítőket, később nagy arányban foglalkoznak párkapcsolati kérdésekkel. Emellett pedig a családi nehézségekkel érkezők esetében ugyanilyen arányban merülnek fel tanulmányi kérdések, vagyis a családi szintér kapcsolatban áll az egyetemi lét ezen jelentős területével is. Gondolhatunk itt például a család által a kliens felé támasztott elvárásokra, a család teljesítményre és elismerésre vonatkozó „szabályaira”, vagy akár a család karrieréről kialakított elképzeléseire.

A kortárs kapcsolati nehézségekkel küzdők esetében gyakran került elő a tanulmányok kérdése is, ezzel is rámutatva arra, hogy az egyetem világa mekkora hangsúlyt bír a fiatal felnőttek életében. Kevés kliensnél merül fel ebben a kategóriában a párkapcsolatok problémaköre, vagyis itt akár a szociális készségek és a kötődés nehézségéről is beszélhetünk. Illetve érdemes arra is figyelmet fordítani, hogy a kliensek kortárs kapcsolati gondjaival az esetek több mint egynegyedében együtt járnak

tanulmányi nehézségek is, duplán megnehezítve így az egyetemi éveket, és kétszeresen is kiemelve a segítségkérés és -nyújtás fontosságát.

A tanulmányokat érintő kérdésekkel érkező hallgatók főként családi és párkapcsolati témákra eveztek át a segítő beszélgetésekkor. Ezt összevetve azzal az adattal, hogy az ügyeletben, személyesen leginkább tanulmányi kérdésekkel keresnek fel minket, felmerülhet bennünk, hogy ez a problémakör néhány esetben mintegy fedezékként, beugró problémaként szolgálhat. Mivel ez egy olyan téma, amely könnyen vállalható, a legbiztosabban jelen van a kortárs segítő életében is (hiszen egy egyetemre járnak), amellyel biztonságosan ki lehet próbálni a segítő kapcsolatot.

Azok a hallgatók, akik az önbizalmukkal kapcsolatos gondokkal kerestek fel minket, később főként családi témákkal foglalkoztak még a közös munka során. Ez szintűgy alátámasztja a származási család fontosságát a fiatalok életében, ami érthető, főleg annak a fényében, hogy az egyetemi években egyre nagyobb szerepet kap és egyre inkább meg is valósul a szülőkről való leválás és függetlenedés.

Hogyan tovább?

A vizsgálatunkból nyert eredmények számos ponton mutatnak rá arra, hogy a kortárs segítségnyújtás milyen területeken, milyen módon és milyen eszközökkel lehet a legcélravezetőbb a hallgatók számára.

A legtöbb kliens esetében párkapcsolati nehézségek jelentek meg, a tanulmányi kérdések merültek fel a legtöbb ülésen, míg az önbizalom témája, úgy látszik, szinte minden egyes esetet át- meg átvárt. Ezt a gyakoriságot látva érdemes azon dolgoznunk, hogy ezekben a témákban szélesebb körben is segítséget tudjunk nyújtani a hallgatóknak, ne csak az kapjon támogatást, aki rászánja magát az egyéni munkára. A párkapcsolatot tekintve elképzelhetőek például a párkeresést, a párválasztást, a szexualitást körbejáró csoportos készségfejlesztő tréningek vagy ismeretterjesztő előadások, workshopok.

Ugyancsak lehet készségfejlesztő tréningekben gondolkozni a tanulmányokkal kapcsolatban többek között például a vizsgázás, a szakdolgoztatás, az időszervezés, a karrierépítés témájában, a gyakorlati segítséget nyújtani képes egyetemi szervezettel is összefogva. Ahogyan már írtuk, következtethetünk arra, hogy a tanulmányi gondok a segítő kapcsolat elején mintegy fedezékként, biztonságos terepként jelennek meg, amelyektől aztán (a kortárs segítővel és a segítő beszélgetéssel kapcsolatos) megnyugtató tapasztalatok után el lehet térni egyéb hangsúlyos és mélyebb témák felé. Ezért is lehet fontos tanulmányi témájú foglalkozásokkal megszólítani a hallgatókat, kapcsolatba lépni velük és megismertetni velük a kortárs segítség világát,

elősegítve így azt, hogy egyéb problémáik esetén a kortárs segítő csoportra valós és megbízható opcióként tekintsenek.

A felmérés alapján helye lehet akár tematikus önismereti csoportoknak is. (Kérdés persze, hogy vannak-e olyan diákok, akik ezekben a témákban inkább motiváltak a csoportos munkára, mint az egyénire.) Ezeket a pár alkalmas tréningeket pedig lehetne úgy időzíteni a szemeszterek során, mint ahogyan az eddigi adataink alapján ezekre a legnagyobb szükség van: a félév elején és végén a tanulmányokkal, a félév elején a családdal, míg a félév közepén a párkapcsolatokkal foglalkozva.

Azon túl, hogy milyen témákban tanácsos segítséget nyújtanunk, arra is figyelniünk kell, hogy kiket szólítunk meg. Az adatok alapján a férfi kliensek töredékét teszik ki az összes esetnek. Azt feltételezhetjük, hogy a női hallgatókhoz közelebb áll az általunk nyújtott kétszemélyes segítő munka, hogy érzékenyebbek a saját problémáikra, és hogy könnyebben fordulnak segítségért. Ugyanakkor nem gondoljuk, hogy kevesebb férfi egyetemista tudná hasznosítani a segítségünket, mint a nők. Célunk lehet tehát olyan utakat és módszereket találnunk a férfi kliensek elérésére és segítésére, amely számukra is elfogadható és célravezető.

A hozott, a hangsúlyossá vált és a társuló problémákat vizsgálva világossá válik, hogy a kliensek és a kortárs segítőik csak az esetek elenyésző részében foglalkoznak kizárólag egy témával. Az önbizalom, a tanulmányok, a párkapcsolatok, a kortárs kapcsolatok és a család mind fontos aspektusai a fiatal felnőttek életének, nehézségeik sokszor együtt járnak, így sikeres megoldásuk kulcsa lehet, hogy mindegyik területéről essen szó. Érdemes a kortárs segítőiknek erre figyelniük a segítő beszélgetések alatt, és amennyiben szükségét látják, helyet adni a segítő folyamatban a hozott problémáktól eltérő, mégis odatartozó kérdéseknek is.

A felmérés korlátai

Bár a vizsgálatunk eredményei tanulságosak és sok útmutatást adnak számunkra a jövőbeli munkánkhoz, érdemes figyelembe vennünk a felmérésünk korlátait is.

Az adatokat három szemeszter esetregisztrációiból gyűjtöttük, innentől él a régi-re építő, de praktikusabb, pontosabb elektronikus rendszer. A korábbiól származó, papír alapú esetregisztrációkhoz nem férünk hozzá teljes mértékben, ebből adódik a korlátozott perspektíva. Az új, egységesített rendszer sajnos önmagában nem biztosítja, hogy ugyanolyan módon adatnyerésre alkalmas minden egyes esetregisztráció. Ahogyan a személyiségünk, a segítői attitűdünk és a munkamódszerünk eltérő és sokszínű, úgy a dokumentációk is. Így az összesítéseknél sok múltott az általunk, a felmérést végzők által kialakított rendszeren.

A kategóriarendszer tűnhet túl általánosnak és elnagyoltnak, de számunkra fontos volt, hogy a változatos egyéni példákat, az üléseken felmerülő témákat könnyen kezelhető és egységes csoportokba soroljuk. További kibontást és továbbgondolást igényel az önbizalom kategóriája, amely a maga kevésbé megfogható módján a legtöbb kliensnél felmerült.

Fontos szem előtt tartani azt is, hogy az általunk hozottnak, lehangsúlyosabbnak és társulónak nevezett problémák besorolása pusztán objektív kapaszkodók mentén történt. Ilyen szempont az, hogy mivel jelentkezett először a kliens, milyen témával foglalkozott a legtöbb ülés, illetve, hogy milyen egyéb kérdések merültek még fel a hozotton és a lehangsúlyosabban túl. Könnyen elképzelhető, hogy a klienseink más-más kérdést neveznének meg a segítő beszélgetések fő témájának; nem törvényszerű, hogy a hozott problémák más kérdéseknek adják át a helyüket, illetve, hogy minden esetben csak „álcaként” szolgálnak a kapcsolat kialakítását megkönnyítendő. Ugyanakkor az is megeshet, hogy a kliensek esetleg olyan témát tartanak kiemelt fontosságúnak a beszélgetések során, amellyel csak kevés ülésen foglalkoztak, mégis nagy változást, felismerést hozott számukra. Mivel a csoportunkban fontos a kliensek és problémáik tiszteletben tartása, ezért csak a kortárs segítőket esetdokumentációjára és szubjektív meglátásaira támaszkodhattunk a felmérés során, nem kutattuk fel a volt klienseinket.

A társuló problémák vizsgálatánál is figyelembe kell vennünk azt, hogy minden egyes kliens és minden egyes kortárs segítő egyedi, csakúgy, mint a közös munkájuk. Így beszélhetünk olyan kliensről, aki a saját maga által megnevezett problémán kívül minden egyéb témától elzárkózik, vagy például olyan kortárs segítőről, aki szívesebben dolgozik tágabb összefüggésekkel. A különböző kliensek és kortársak találkozásából pedig minden részletében egyedi kapcsolat születik.

Az ELTE Kortárs Segítő Csoport 2013 májusában készített felmérése alapján az elmúlt három félév során jellemzően tanulmányi problémákkal fordultak hozzánk a hallgatók, amelyeket ügyeleti időnkben, személyes megkeresésekkel vázoltak fel nekünk. E-mailen túlnyomórészt párkapcsolati és önértékelési problémákkal találnak meg minket a diákok, amelyek nem egyszer családi, illetve kortárs kapcsolati problémákkal is párosulnak. Az önbizalom(hiány) és az egyéni döntés képessége szinte minden esetben előkerül. Az említett témák és kérdések rendszerint összefonódnak, gyökereik találkoznak, ezért a komplex segítség lehet a legcélravezetőbb.

Sokszor azonban elegendő, ha a beszélgetés során olyan témákat csomagolunk ki, amelyek a kliensünk előtt eddig tisztázatlanul maradtak, amelyekről esetleg nem mert, nem tudott vagy nem is jutott eszébe beszélni. A tér, az elérhetőség, és a jelenlét legtöbbször elegendő előmozdítója lehet annak, hogy aztán a hallgatók képesek legyenek az önálló és megfelelő életvezetésre.

Irodalomjegyzék

- ARNETT, J. J. (2007): Emerging adulthood: What Is It, and What Is It Good For? *Child Development Perspectives*, 1, 68-73.
- DÓKA Á. (2012): Az ELTE Kortárs Segítő Modell. Egy kortárs segítő szakmai útja az egyetemi évek alatt. In Puskás-Vajda Zs., Melles V. és Lisznyai S. (szerk.) *A kortárs segítés kultúrája*, Budapest, FETA Könyvek.
- ERIKSON, E.H. (1991): Az életciklus: Az identitás epigenezise. In Erikson, E.H. *A fiatal Luther és más írások*. Budapest, Gondolat, 437-497.
- RÁCZ J., LACKO Zs. (2008): Peer Helpers in Hungary: A Qualitative Analysis. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 30, 1-14.
- RITOÓK M. (2006): Javaslat a felsőoktatási tanácsadó rendszer létrehozására. In Lisznyai S. és Puskás-Vajda Zs. (szerk.) *A Felsőoktatási Tanácsadás Egyesület (FETA) első tíz éve*. 61-69. Budapest, FETA Könyvek.
- SZENES M., KATONA M. (2006): A kortárs segítés szerepe a diáktanácsadók működésében. In Lisznyai S. és Puskás-Vajda Zs. (szerk.) *A Felsőoktatási Tanácsadás Egyesület (FETA) első tíz éve*. 61-69. Budapest, FETA Könyvek.
- VARENHORST, B. B. (1992): Why Peer Helping? *The Peer Facilitator Quarterly*, 10, 13-17.





Pásztor Anett¹ – Takács Rita

„Kortárs tehetségsegítők a felsőoktatásban” – Tapasztalatok egy kortárs segítő csoport alakulásáról a Nyugat-magyarországi Egyetemen

Bevezetés

A kortárs segítés hazánkban már 20 éve létező tanácsadási forma. Napjainkban kezd azonban csak egyre ismertebbé és elfogadottabbá válni, elsősorban a felsőoktatásban és a középiskolák körében van jelen.

A kortárs segítés az intézmények életében alacsony küszöbű, azaz nagyon könnyen hozzáférhető, elsőfokú mentálhigiénés szolgáltatásként szerepelhet, hiszen a „kortárság” lényege a közvetlen segítségben rejlik, a segítők elvegyülnek a társaik között, így sokkal könnyebben elérhetőek számukra. A segítő és segített kortársai egymásnak, ugyanabban a közegben és hasonló élethelyzetben vannak, ezáltal a kapcsolat hierarchia mentesnek mondható.

Ez a segítési forma egy intézmény, mint rendszer életében olyan lehetőségeket rejt magában, amely a fentiek alapján más szolgáltatással nem helyettesíthető, s egy kortárs segítő csoport ún. szűrőfunkciót is betölt, továbbá hidat képez a segítségre szoruló és a professzionális segítőik között. Ezekből a korábbi tapasztalatokból arra a következtetésre jutottak a soproni egyetem hallgatói és tanárai, hogy szükségesnek tartják egy kortárs segítő csoport megalakulását. A Felsőoktatási Tanácsadás Egyesület támogatásával, a Nyugat-magyarországi Egyetemen egy pályázati úton megvalósuló képzés keretében egy új kortárs segítő csoport jött létre, amelynek tapasztalatairól, szakmai reflexióiról szól e cikkünk.

A pályázati alapok

A Felsőoktatási Tanácsadás Egyesület (FETA) 2010-ben regisztrált Esély TehetségPont keretében végzett munkájának eredményeképpen 2012-ben kapta meg az akkreditált kiváló Tehetségpont minősítést. A soproni Benedek Elek Pedagógiai Kar (BPK)

¹ Felsőoktatási Tanácsadás Egyesület, netti.pasztor@gmail.com

hallgatóinak kortárs tehetségsegítővé válásának támogatására az Egyesület az Emberi Erőforrások Minisztériuma megbízásából az Oktatáskutató és Fejlesztő Intézet és az Emberi Erőforrás Támogatáskezelő nyílt pályázatának keretében kapott lehetőséget.

A Nemzeti Tehetség Program céljai között szerepel a tehetséges fiatalok közösségformálásának és társadalmi felelősségvállalásának támogatása. A 2011-2012. évi cselekvési program IV.2. pontja értelmében: „Támogatni kell a Tehetségsegítő programokban korábban vagy jelenleg részt vevő tehetséges fiatalok tehetségsegítővé válását”. A meghirdetett pályázati feltételeket és a FETA, mint Esély TehetségPont célkitűzéseit könnyű volt összekötni, így egy három napos kortárs tehetségsegítőket kiképző tábor kidolgozására került sor, amelynek megvalósulását a fent említett pályázat biztosította.

A program célja és felépítése

Szakmai együttműködésünk során a Nyugat-magyarországi Egyetemmel tapasztaltuk egy olyan szakmai tábor hiányát, amihez keretet a kortárs tehetségsegítőket fejlesztő pályázat keretében találtunk, ezért elhatároztuk ennek a tábornak a megtervezését a kortárs segítő, szakkollégiumi hallgatói felelősök és az érdeklődő diákok képzésében. A Nyugat-magyarországi Egyetem Benedek Elek Pedagógiai Karával való közös munka, illetve a pályázatban megfogalmazott szakmai programunk kettős célt valósít meg: egyrészt kiemelten fontosnak tartottuk olyan kortárs tehetségsegítőket kiképzését, akik hatékonyan tudnak közreműködni kortársaik tehetségfejlődésében, másrészt szakmai tervezetünk részét képezte maguk a kortárs tehetségsegítők megerősítése saját segítői, szakmai identitásukban. Kitűztük, hogy a projekt keretében a résztvevők olyan konvertálható, új ismeretekre tegyenek szert, amit később az egyetemi vagy a munka világában is tovább tudnak kamatoztatni, s kezdeményezőkésségük is fejlődjön. Az érdeklődők a Benedek Elek Pedagógiai Kar hallgatói közül kerültek ki, mindannyian önkéntes motivációval rendelkeztek. A lehetőségről a FETA honlapján tájékozódhattak.

A képzés résztvevői hallgatók, akik eddigi iskolai/egyetemi pályafutásuk során vélhetően különféle előadókat, tanárokat, oktatókat hallgattak már, s vettek részt számtalan csoportfoglalkozáson. Saját programunk összeállításakor törekedtünk arra, hogy az általunk tartott képzés kiemelkedjen az eddigiek közül. Az elméleti alapok mellett minden esetben változatos kiegészítő, szemléltető gyakorlati feladatokkal és különböző célzatú (bemelegítő, serkentő, bizalom- és csapatépítő) gyakorlatokkal is készültünk.

A képzési anyag összeállításakor egy három napos intenzív hétvégét terveztünk meg, azonban tudtuk, hogy mivel a figyelmünk és memóriánk kapacitása véges, így

az idői keretekre, a szünetekre, előre gondosan ügyelnünk kell, kevesebb nagyobb egységre bontottuk a napokat.

A tagok egyetemi háttere, illetve lelkesedése közös volt, azonban korábbi tanulmányaikban, ismereteikben, illetve a kortárs segítésre irányuló tapasztalataikban eltérés mutatkozott. Az összeállított tábor kellő alapot nyújtott a hallgatók számára, hogy közös képzésben részesüljenek, hogy aktív kortárs tehetségsegítővé váljanak, így hatékonyan közreműködve kortársaik tehetségfejlődésében. A program során olyan új képességekre tettek szert, amit gyakorlattal és saját élménnyel támasztottunk alá, így segítve elő a tudás készségszintre emelését. Az önismeret és kompetenciahatárok megtalálására szintén nagy hangsúlyt fektettünk, hogy elmélyítsük a saját segítői attitűdök fejlődését.

A tábor tematikája szerint alapvetően három fő részre oszlott:

a) A program első felében az önismeretre koncentráltunk, hiszen a kortárs tehetségsegítők céljainak, kompetenciáinak, tevékenységi körüknek behatárolásánál nagy szükség van az önismeretre, ami együtt fejlődik a kortárs segítő eszközrendszerének elsajátításával. Az önismeret elmélyítéséhez olyan gyakorlati feladatokat alkalmaztunk, amelyek az önismereti folyamat mélyülését a szakmára való felkészülés során több területen érintik. A résztvevők saját élményeket szereztek, megtapasztalhatták a saját határaikat és képességeiket az önreflexió gyakorlásán keresztül.

b) A második részben a kortárs segítés alapjaival, a segítő beszélgetés módszertanával és egy kortárs segítő csoport szervezeti jellemzőivel foglalkoztunk. Nagy hangsúlyt fektettünk a kommunikációt, empátiát és kongruenciát fejlesztő feladatokra, ezeket két, illetve három személyes helyzetgyakorlatokon keresztül érzékeltettük, gyakoroltuk, hogyan tudják érzékeny figyelemmel és segítői attitűddel kísérni a hozzájuk fordulót.

c) A harmadik rész a szervezetfejlesztés köré szerveződött, összegeztük a csoportalakulással kapcsolatos félelmeket és elvárásokat, majd a megoldási lehetőségek mentén a lehetséges célokat kerestük meg, hogy a csoport milyen profillal tud hatékonyan működni.

A képzésre való felkészüléskor előzetes ismeretekre támaszkodtunk a célcsoportról, aminek nagy jelentősége volt a tréning összeállításában. A soproni egyetem, a küldő kar működési sajátosságairól, illetve a hallgatók korábbi kortárs segítői összefogásáról fontos információkat kaptunk Dr. habil. Bodnár Gabriella PhD egyetemi docenstől, a Nyugat-Magyarországi Egyetem Benedek Elek Karának intézetvezető-jétől, amit felkészülésünk során szem előtt tartottunk. Megtudtuk, hogy történt már kezdeményezés egy kortárs segítő csoport létrehozására a karon, ez azonban nem maradt fenn, így az ebből származó tapasztalatokat, esetleges negatív élményeket már a képzés kezdetén elengedhetetlennek láttuk megbeszélni, s kezelni.

A hallgatói visszajelzések

A csoportban célunk volt az egyéni készségek fejlesztése, ezen belül a reflektivitási készség fejlődésének elősegítése. Ennek érdekében minden egyes feladat után visszajelző kört tartottuk, illetve minden nap végén írásbeli és szóbeli visszajelzést kértünk a csoporttagoktól. Az írásban kapott értékeléseket feldolgoztuk, s a következő alkalommal mi magunk is reflektáltunk ezekre. A minden nap végén kitöltött értékelő lapok kérdései között szerepelt a feladatok újszerűségére vonatkozó skála, illetve hogy mennyire voltak elégedettek az adott napon elhangzott információkkal (elméleti tudásanyaggal). A csoport összetételének különbözősége itt nem egyszer számokban is megmutatkozott.

A programban résztvevő hallgatóktól továbbá ún. élménynapló írását kértük, amely a tábor ideje alatt megélt új tapasztalatokról, illetve új ismeretekről mind önmagukkal, s a témával kapcsolatban kellett, hogy szóljon. Külön kiemeltük a feladatokban való elmerülést, bevonódást, esetleges kívülmaradás pontos leírását, ezáltal is előidézve a saját magukra való reflektálás képességét. Az élménynaplók megírásának is a saját élményekre való odafigyelés, a képzésben megtapasztaltakra való visszajelzés volt a célja, hiszen a későbbiek során a visszajelzés egyik fő segítői eszközük lesz.

Az élménynaplók mindegyike beszámol arról a folyamatról, ahogyan egyre inkább sikerült megnyílni a csoporttagoknak egymás felé, valamennyien ezt az eltöltött idővel, a csoportszabályokkal magyarázták, mivel a csoportban elsőrendű szabály volt a titoktartás, így könnyebben beszélhettek önmagukról. Másrészt nagyon fontos volt az alapvető motivációjuk, a közös cél felé haladás, hiszen a segítsérről - különbözőségeik ellenére -, meg tudtak egyezni céljaikban, így közös fejlődési irányt szabhattak meg a csoportjuknak. Trénerként igyekeztünk végig aktívan figyelni és a visszajelzések mentén módosítani a programon, felcserélni a feladatokat, hogy tudatosítsuk bennük, hogy saját szakmai fejlődésük alakulásáért ők maguk a felelősek és kompetensek ennek irányításában. A későbbi összefogás és csoporttevékenységek szempontjából ezt elengedhetetlennek gondoltuk.

Hasonlóan vélekedtek az identitásuk megerősödéséről, hiszen sikerült átfogóan foglalkoznunk a segítő hatékonyságával, illetve mindenki - korábbi tudásától függetlenül - részesült és fejlődni tudott segítői készségeiben. A hallgatói visszajelzések és megfigyeléseink alapján a résztvevők gazdagodtak nemcsak szakmai tudástárukban, de önismeretük és társas készségeik is látványosan fejlődtek.

Szakmai reflexió

A kortárs segítség nagyon változatos formákat ölthet, s nagyon eltérő mélységben közelíthet célcsoportjai felé, mindez az eszközeit is meghatározza. A kortárs segítség

magában foglalja a mentori tevékenységet, a segítő és a tanácsadói szerepet is. Létezhet mindez együttesen, egy intézményen vagy programon belül, illetve elkülönült formában is (Ritter, Mike, 2010). A magyar felsőoktatásban több és többféle profilú diáktanácsadó alakult idáig, így a képzés során fontosnak találtuk körülhatárolni, hogy a nyugat-magyarországi egyetemi kortárs segítő csoport milyen célkitűzéseket fogalmaz meg. Minden esetben vannak helyi sajátosságok, szükségletek, speciális igények, amikre építheti egy hallgatókból álló kortárs segítő csoport a szolgáltatásait. Egyik ilyen volt a kari öntudat erősítése, amelyet egyöntetűen elfogadott és magáénak érzett minden csoporttag, s beemelték kortárs segítő programjukba.

Szakmai reflexiónk során kiemelnénk, hogy nemzetközi viszonylatban is sokféle kortárs segítő csoportmodellel találkozhatunk. A csoport összetétele lehet homogén (pl.: ELTE Kortárs Segítő Csoport, Hotel Mentál, debreceni kortárs segítő csoport) avagy heterogén (Oxford University Peer Support Programme) (Boncz, 2009). A Nyugat-magyarországi Egyetem kortárs segítői heterogén csoportot képeznek, különböző szakról, illetve más-más évfolyamból érkeztek. Ez azt jelentette, hogy képzésükkor az alapoktól indultunk, hiszen nem tudhattuk előre, kiknek és miben jelent újat az adott információ/gyakorlat. Ezt folyamatosan figyelemmel kísértük az értékelő lapok segítségével. Általánosság, hogy a kortárs segítő csoportok kidolgozott képzési struktúrákkal rendelkeznek a segítővé válás érdekében (Boncz, 2009), ami nem csak hazai, de nemzetközi viszonylatban is így van (Gerencsér, Takács, 2012). Ez azt jelenti, hogy minden csoportban fontos a közös alapok lefektetése, ám az eltérő háttérű csoportunk esetében ez fokozottan igaz volt, jobban kellett ügyelnünk arra, hogy közös tudásbázis és csoportidentitás alakuljon ki.

Jól megfigyelhető volt már eleinte, hogy a feladatok és játékok alatt a korábbi ismeretsegeknek, barátságoknak megfelelően alakulnak a páros vagy kiscsoportok. Ez természetesnek tekinthető, hogy kezdetben a bizonytalanság és nagyobb feszültség elkerülése érdekében így tesznek (Dávid, 2011). Vezetőként mi következetesen a változatosság, a többi csoporttag megismerése, a sikeres együttműködés érdekében a véletlenszerű pár- és csoportképzésre kértük a hallgatókat. A csoportban voltak szoros barátságok is, amik a trénerek szempontjából is kihívást jelentettek, azaz hogy a klikkesedést feloldjuk, erre irányultak instrukcióink, hogy minden feladatnál igyekezzenek olyan embert választani, akivel még nem voltak együtt, ezáltal erősítve a csoport homogenitását. Ennek eredményeképpen egyre inkább kiegyenlítődték a viszonyok.

A csoportszabályokat, mint szilárd kereteit a közös munkának és a későbbiekben a helyi kortárs segítő működésének, már az első nap elején természetesen megvitatuk. Ez tette lehetővé a biztonságos légkör megteremtését a csoportban, hiszen egy készségfejlesztő, lélektani csoportmunkára készültünk, ahol a személyiség mélyebb rétegei is érintődhetnek a feladatok során. A csoportszabályok közül a legfontosabb a titoktartás szabálya volt, azaz, hogy a csoporttárból semmilyen információ ne kerül-

hessen ki, így a tagok valamennyien bátran vehettek részt a folyamatban. *(“Az egyik csoport szabályrend rendkívül tetszett nekem: titoktartás. Így tudtam, hogy könnyebben megnyílhatok majd mindenki felé és hatásos lesz a mai önismereti nap.”, Részlet az 1. élménynaplóból)*

Továbbá fontosnak tartottuk kiemelni a részvétel önkéntességét, amelynek kapcsán felmerült a *“Mindenkinek annyit vesz ki a csoportból, amennyit beletesz!”* alapvető közgazdaságtani tétele. A csoporttagok egyre inkább megtapasztalták saját bőrükön is, hogy minél aktívabbak, minél többet nyilatkoznak meg a csoport előtt, annál több lesz a profitjuk, s annál több visszajelzést kaphatnak egymástól. *(“Név választás folyamata, ötletek nagyon tetszettek, mert csapatként tudtunk összedolgozni, és mindenki igyekezett maximálisan részt venni benne.”, Részlet az 1. élménynaplóból)*

A megszólalás szabálya szerint minden tagnak vállalnia kellett az egyes szám első személyben való kommunikáció felelősségét, illetve, hogy minden nyílt legyen, a csoport előtt hangozzék el. Ehhez kapcsolódott a következő szabály, amely szerint mások véleményének, érzéseinek meghallgatása és elfogadása, tiszteletben tartása elengedhetetlen. Ezeknek a szabályoknak a betartása azt a célt is szolgálta, hogy a csoport demokratikus működése kialakuljon, mindenki véleménye elhangozhasson, és egymásra odafigyeljenek, amely egy kortárs segítő csoport esetében, ahol minden tagnak egyforma jogai vannak, s nincs kiemelkedő vezető a hallgatók közül (itt nem egy tapasztalt szakmai vezető hiányára gondolunk, illetve elképzelhető koordinátori, vezetői szerep egy csoportban, ez a csoport azonban nem ezt a működést választotta). A csoportszabályokat szigorúan igyekeztünk betartani és betartatni, majd később tapasztaltuk, hogy a csoportban megjelent egy önszabályozó mechanizmus, vagyis egymást figyelmeztették a tagok a szabályok betartására. Gyakran ezt személyes megjegyzéssel kísérve, érvelve személyes indokaik mellett, belsőleg váltak a tagok motíválttá, hogy a másik is betartsa ezeket a szabályokat.

Egy kortárs segítő csoportban a segítség alapja a saját élmény, az önismeret, ezért elkerülhetetlen volt, hogy saját, egyéni kérdések is felmerüljenek a képzés során, ezeket itt bizonyos keretek között tárgyaltuk meg. Az ilyen esetekkel minden hasonló csoportban számítani lehet és kell trénerként, s gondosan ügyelni a megfogalmazásra, a helyzet kezelésére, hiszen akár negatív irányba is befolyásolhatja a csoport hangulatát, dinamikáját. Azonban a kortárs segítő csoport valóban az önismeretre alapul, és ezekkel a kérdésekkel további lehetőségeket keresnek a tagok, hiszen a szakmaiságuk erősítésére szolgálnak. A kortárs segítő csoportokba a hallgatók gyakran azzal a nem titkolt motivációval érkeznek, hogy a segítői szerepbe helyezkedhessenek, gyakorlati tapasztalatot szerezhessenek és felfedezzék személyes és szakmai kompetenciáikat (Szenes és Katona, 2006), fontos szempont a szakmai identitásukra való hatás. A kortárs segítség révén szerzett tapasztalat beépül a szakmai identitásba, olyan pozitív megerősítéseket kínál, amelyek a paraprofesszionális szintről a későbbi professzionális szintre való átlépést magabiztosabbá tehetik (Gerencsér, 2012). *(“A szakmai*

identitással kapcsolatos feladatok segítettek kicsit abban, hogy tisztábban lássam erre a kérdésemre a választ. Megerősített az elképzeléseimben, szociálpedagógusként szeretnék dolgozni.”, Részlet a 10. élménynaplóból.)

Az alakuló csoportoknál fontosnak tartjuk a képzés végeztével is a kapcsolat fennmaradását, mi ezt utánkövetéssel biztosítjuk, fontos, hogy elérhetővé tettük számukra, hogy kérdéseket tehetnek fel a csoport működésével és jövőjével kapcsolatban. Továbbá rendszeres írásbeli beszámolót kértünk a csoport által megvalósított tervek-ről és előrehaladásról.

Megfigyeléseink szerint a csoport folyamatosan alakult, fejlődött. Igyekeztünk a résztvevőkben tudatosítani, hogy a képzés után nekik együtt kell majd dolgozniuk és egymást segíteniük kell abban, hogy végezni tudják a munkájukat. Újabb és újabb baráti kapcsolatokra tettek szert és egyre inkább megnyíltak egymásnak az önismeretet mozgósító feladatokban is. Észrevehető volt az a változás, hogy egy idő után nem a megszokott barátaikkal ültek le a feladatot végezni, hanem igyekeztek megismerni azt is, akit esetleg még nem láttak.

A képzés sikerességében nagy szerepet játszott a vezetők és a csoport közötti kétoldalú kommunikáció. Az első nap alkalmával megfogalmazott elvárásokat komolyan véve igyekeztünk a tréning menetébe az igényeknek megfelelő elemeket is tenni, új információkkal kiegészíteni a tervezetet. Továbbá megkerülhetetlen volt a csoport aktuális érzelmi, fizikai állapotát, mélységét is figyelembe venni, s ennek megfelelően a szakmai szempontokon, kereteken belül módosítani, megcserélni részeket, amivel új lendületet kaphatott a csoport.

Összefoglalás

Szemtanúi lehettünk trénerekként egy kortárs segítő csoport alakulásának, láthatuk a küzdelmeiket, félelmeiket a csoporttal szemben, de azokat a pillanatokat is megélhettük, amikor ők egyre inkább egymásra hangoltan, empatikusan közelítve megértik a másikat, és kialakult a csoportidentitásuk a segítség mentén, hiszen ők az egyetlenek jelenleg a Nyugat-magyarországi Egyetemen, akik célul tűzték ki, hogy segítenek a kortárs segítés eszköztárával hallgatótársaikon és megpróbálják erősíteni a kari öntudatot.

Irodalomjegyzék

- BONCZ Á. (2009): Kortárs segítés a felsőoktatásban – egy szimpózium tapasztalatai. In Puskás-Vajda, Zs. Lisznyai, S., (szerk.) *Egy igazolt praxis felé. Újabb eredmények a pszichológiai és a felsőoktatási tanácsadás hazai kutatásaiból.* 89-98. Budapest, FETA Könyvek.
- DÁVID Imre (2011): „Jó szóval is oktasd....!” Módszertani kézikönyv oktatóknak. Magyar Génius Program. Génius Könyvtár sorozat, Budapest
- GERENCSÉR, D. (2012): A jövő segítői: A kortárs segítői tapasztalat szerepe a segítői identitás kialakulásában. In Puskás-Vajda, Zs. Lisznyai, S., Melles Virág Írisz (szerk.) *A kortárs segítés kultúrája. Kreatív és előremutató példák a hazai felsőoktatási intézményekben 2012-ben.* Budapest, FETA könyvek, 45-50.
- GERENCSÉR, D., TAKÁCS, R. (2012): A kortárs segítés nemzetközi irányzatai. In Puskás-Vajda, Zs. Lisznyai, S., Melles Virág Írisz (szerk.) *A kortárs segítés kultúrája. Kreatív és előremutató példák a hazai felsőoktatási intézményekben 2012-ben.* Budapest, FETA könyvek, 51-58.
- RITTER I., MIKE T. (2010): *Deviánsokból kortárssegítők.* Módszertani útmutató. www.kef.vac.hu Deviansbol kortarssegito modszerani anyag 2010.docx (letöltve: 2012. november 2.)
- SZENES M., KATONA M. (2006): A kortárs segítés szerepe a diáktanácsadók működésében. In Lisznyai, S., Puskás-Vajda, Zs. (szerk.) *A felsőoktatási Tanácsadás Egyesület (FETA) első tíz éve.* Budapest, FETA könyvek, 61–69.