

AZ EMBERI KAPCSOLATOK MINT SZOCIÁLIS JÓLLÉTI ELEM VIZSGÁLATA A KÖZÉPISKOLÁSOK KÖRÉBEN

EXAMINATION OF HUMAN RELATIONS OF HIGH SCHOOL STUDENTS, AS PART OF SOCIAL WELLNESS

Boros Tamás

ÖSSZEFOGLALÁS

A tanulmányomban azt vizsgálom, hogy a középiskolások életében jelen vannak-e a jólléthez szükséges emberi kapcsolatok, tehát a kortárskapcsolatok, szülő-gyermek kapcsolatok és egyéb rokoni kapcsolatok.

ADAMS et al. (1997) hat dimenziós jólléti modellje egy dimenziójának, a szociális jólléti dimenzió vizsgálatára koncentrálódik a tanulmányom tartalma. A kutatás során kérdőíves megkérdezés keretében folytattam a kutatásom (N=594).

Eredményeim alapján elsősorban a diákok lelki állapotáról kaptam visszajelzést. Leginkább szülei jelentik a támaszt a diákok számára, őket a kortársak követik. Kiderült, hogy a fiúk majd egyharmada csak egy segítő személlyel rendelkezik, aki a minden napjaiban támaszként szolgál, míg a lányoknál ez az arány jobbnak mondható.

Kulcsszavak: jóllét, szociális jóllét, kortárskapcsolat, szülő-gyermek kapcsolat

ABSTRACT

In the study, the presence of social relations is researched in the high school students' life. This includes peer relations, parent-child relationships and family relationships.

The research is on a basis of the 6 dimension wellness-model of ADAMS et al. (1997). I study one concrete dimension, the social wellness dimension. For the research a questionnaire was used (N=594).

My results are about mental health of the pupils only now. Mostly their parents are the support for the students, their contemporaries followed them. It turned out that almost a third of the boys have only one helper who serves as a support every day, while for girls, this proportion is better.

Keywords: wellness, social wellness, peer relation, parent-child relationship

BEVEZETÉS

Kutatásom célja, hogy rávilágítsak arra, mekkora szerepe van a fiatalok életében az emberi kapcsolatoknak, legyen szó kortárskapcsolatról, szülő-gyermek kapcsolatról, vagy akár más emberi kapcsolatokról.

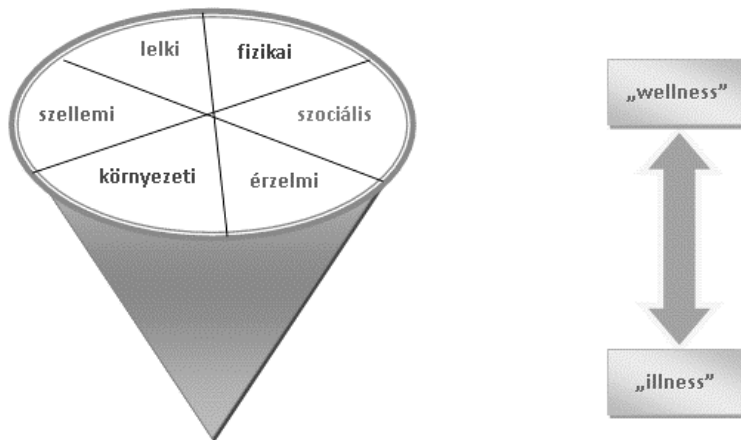
A 15-20 éves korosztály számára a kortárskapcsolatok egyaránt jelenthetnek baráti kapcsolatokat, párkapcsolatot és legtöbb esetben a testvérrel való kapcsolatot is. Ezen kapcsolatok fontossága nem mindig tűnik egyértelműnek, sok esetben hanyagolásra kerülnek, akárcsak a szülő-gyermek kapcsolatok. Ezért vizsgálom, hogy ez a korosztály milyen mértékben támaszkodhat másokra, mennyire érezheti és élvezheti a támogatásukat.

Ebben a korban akár heti 40 órát is töltenek a diákok az iskolában, így a kortárskapcsolatok kialakítására és ápolására jó lehetőségük nyílik. A tanításon kívüli időben pedig az online eszközök is lehetőséget adnak a kapcsolattartásra. A fent megnevezett okokból a szülő-gyermek kapcsolatok hiánya is megjelenhet.

SZAKIRODALMI ÁTTEKINTÉS

A jóllét

A wellnesként ismert kifejezésnek – magyar megfelelője a jóllét – számos értelmezése ismert, ám ADAMS et al 1997-ben megalkotott érzékelt jólléti modellje merül fel talán leggyakrabban a kutatások alapjaként, így itt is. Ebben az esetben az emberi lét hat dimenzióból áll össze: fizikai, szociális, érzelmi, környezeti, szellemi, lelki jóllét (ADAMS et al., 1997).



1. ábra: A jóllét modellje

Forrás: ADAMS et al., 1997

Ahogy az az 1. ábrán is látható, a modell működése vertikálisan és horizontálisan is értelmezhető. Horizontálisan vizsgálva, azt mondhatjuk, hogy a hat dimenzió együtt egy kerek egész. Ez azt jelenti, hogy a dimenziók kiegészítik egymást, így tehát az egyik dimenzió sérülésével – csökkenésével – egészséges esetben egy másik dimenzió növelésének kell együtt járni, hogy a modellünk maximális értékét érje el. Valójában a jóllét sohasem statikus és nem egyenlő részekről szól, hanem az állandó ingadozás kiegyensúlyozásáról, és hogy olyan módon éljünk, hogy ezt a folyamatos ingadozást csillapítani tudjuk, ám megszüntetni lehetetlen.

A modellen való vertikális mozgás úgy értelmezhető, hogy a teljes egészsőtől – amit wellness állapotnak hívunk – a dimenziók sérülése és hiányos kiegészítése okán, az illness (betegség) állapot felé mozdulunk el. Ilyenkor bármelyik dimenzió megerősítésével ismét felfelé irányuló mozgást produkálhatunk (ROTHMANN – EKKERD, 2007).

Az 1. ábrán látható hat dimenziót ROTHMANN és EKKERD (2007) a következőképpen definiálták:

- Fizikai jóllét: A fizikai egészség pozitív észlelése és elvárása.
- Szociális jóllét: Annak észlelése, hogy a szülőktől, vagy barátoktól segítséget kaphatunk szükség esetén, illetve hogy elég megbecsülést kapunk tőlük.
- Érzelmi jóllét: Az általános észlelése annak, hogy a történéseknek a pozitív kimenetelét tapasztaljuk meg, a körülményektől függetlenül.
- Környezeti jóllét: Az észlelése annak, hogy belsőleg feltölt egy intellektuális feladat.
- Szellemi jóllét: Önazonosság és önfogadás megléte. Az önazonosság utal az egyén önmagáról alkotott belső képére, míg az önfogadás az önazonosságon alapuló értékelés.
- Lelki jóllét: Hit az elme és a test közötti egyesítő erőben, vagy a lét és az életcél pozitív észlelése.

Szülő-gyermek kapcsolat

A szülő-gyermek kapcsolat a jólléti modell szociális dimenziójának meghatározó eleme a fent említett definíció alapján.

A gyermekek kapcsolata a szülőkkel nagymértékben befolyásolja, hogy a gyerek milyen életmódot fog a későbbiekben élni, így az ellentétes nemű szülő túlvédelmezése és túlzott engedékenysége, illetve ezzel egyidejűleg az azonos nemű szülő érzelmi távolságtartása, sok esetben a pozitív érzések kimutatásának hiánya, illetve fizikai távolléte is könnyen vezethet káros szenvedélyekhez, például drogproblémákhoz (DEMETROVICS, 2007). PIKÓ és KERESZTES (2007) szerint a kötődési problémákkal küzdő fiatalok hasonló problémákkal szembesülhetnek életük során. Ez természetesen nem csak a szülő-gyermek kapcsolatra, hanem a testvérek, barátok és párkapcsolat szerepénél is hasonlóan működik.

Kortárskapcsolat

A szülőkkel való kapcsolathoz hasonlóan, a kortárskapcsolatok is meghatározó elemként jelennek meg a szociális jóllét dimenziójában. Az alfejezetben részletezett okok miatt pedig nem csupán a szociális jóllétet befolyásolják a kortárskapcsolatok, hanem az életmódunkat is jelentős mértékben meghatározzák.

A serdülőkorú fiatalok idejük jelentős részét iskolatársaikkal töltik. BAUER és SZABÓ (2009) egyértelműen ki is jelenti, hogy a fiatalok életében nagyobb szereppel bírnak a kortárskapcsolatok, mint az idősebb réteg esetében, így fokozottan szükséges, hogy a fiatalok kortársaikkal a kellő mértékű és minőségű kapcsolatot tartsák.

A kortárskapcsolatok BANDURA 1977-ben alkotott társas tanulási elmélete alapján is nagy jelentőséggel bírnak, miszerint a dohányzó, alkoholt, illetve drogot fogyasztó baráti társaság hatására könnyebben válik a csoport új tagja is fogyasztóvá. A tanulási folyamat 4 szakaszból áll: figyelem, megjegyzés, reprodukció, motiváció. Ennek értelmében úgy zajlik a tanulási folyamat, hogy először felkelti az adott viselkedés az egyén figyelmét, majd már felidézi a látottakat, illetve hallottakat. A harmadik fázisban az egyén elkezd a cselekvést, mondhatni, lemásolja. Amennyiben okot lát, érez az egyén az új cselekvés rendszeresítésére, egyre gyakrabban fogja tenni, majd teljesen beépül az életébe. Ugyanezen tanulási folyamat során pozitív példákat is eltanulhatnak a fiatalok társaiktól (BANDURA, 1977).

Idekapcsolódik a pszichoterror jelensége is. A Jóllét alfejezetben részletezettek alapján a dimenziók sérülhetnek is egyes jelenségek, események hatására. Ilyen az úgynevezett pszichoterror is.

A pszichoterror megfogalmazását DAMBACH használta először 2001-ben a kortársbántalmazás szinonimájaként. Bántalmazásról akkor beszélünk, ha a cselekvés megfelel három kritériumnak: folytonosság, bántó szándék, egyenlőtlen erőviszonyok. Így tehát, akit többször is egy gúnynévvel illetnek, hosszabb időn keresztül kiközösítik, rosszindulatú álhíreket terjesztenek (mivel ebben az esetben sem képes a sértett megvédeni önmagát), vagy durvább esetben az egyén tulajdonát veszik el, esetlegesen fizikailag bántalmazzák, kortársbántalmazás áldozatává válik, úgynevezett pszichoterrorban él. Kimutatható, hogy akiket iskolatársai bántalmazznak – akár verbális, akár fizikai módon – romlani fog a kapcsolatuk szüleikkel, társaikkal és tanáraikkal egyaránt (DAMBACH, 2001).

ANYAG ÉS MÓDSZER

Az adatgyűjtés során a klasszikus- és a marketingkutatás módszertanát használtam.

Az egészséges életmódhoz kapcsolódóan már a 20. század második felében és leginkább a negyedik negyedében számos kutatás eredményeiről lehet olvasni. Ebből kifolyólag először szekunderkutatást végeztem.

Bár kutatásom elsősorban a magyar középiskolások körére irányul, minél szélesebb körű ismeret szerzésére nemzetközi irodalom és más korosztályra jellemző eredmények vizsgálatát is végeztem a szekunderkutatás során.

Hipotézisek

A szakirodalmi elemzés során három hipotézist állítottam fel, amelyek a következők:

- H1: A szülőkhöz való aktív kapcsolat nagy szerepet játszik a középiskolás korú fiatalok szerepében.
- H2: A korosztállyal való aktív (baráti és párkapcsolati) kapcsolat jelentős mértékű.
- H3: Sérültek kezelésében nem kapnak elég segítséget a fiatalok hétköznapi kapcsolataikból.

Primerkutatás

Hipotéziseim alátámasztására, vagy megcáfolására, a szekunderkutatás folyamán szerzett ismeretek alapján kérdőíves megkérdezés formájában primerkutatást végeztem. A kérdőívek kitöltésének módja – az intézményvezetők belátása szerint döntve – online és papíralapú volt. A megkérdezést azért tartottam szükségesnek, hogy a szekunder forrásokat friss kutatási eredményekkel támaszthassam alá, esetlegesen a magyarországi Z-generációs középiskolai tanulók specifikus trendjeit tárjam fel a témával kapcsolatban.

A kérdőívek kitöltésekor előzetesen egyeztettem az intézmények vezetőivel. Következő lépésben a vezetők által segítségemre felkért tanárokkal vettem fel a kapcsolatokat, akik segítettek a szülőkhöz eljuttatni a szükséges szülői nyilatkozatot, amivel a szülők írásos engedélyüket adták, hogy kiskorú gyermekük kitölthesse kérdőívemet. A kérdőívek kitöltése anonim jelleggel zajlott.

A kérdőív összeállításakor figyelembe vettem ADAMS et al. (1997), DEMETROVICS (2007), GÁCSI (1994), PIKÓ és KERESZTES (2007), ROTHMANN és EKKERD (2007) és SZAKÁLY (2016) kutatási tevékenységét.

A kiértékeléshez leíró statisztikai, megoszlási mutatók beemelését választottam.

Mintavétel és a minta jellemzői

A kérdőíves megkérdezésem 3 különböző középiskola 594 diákjának eredményeit foglalja magába. Az adatfelvétel 2019. szeptember-október hónapokban történt digitális és papír alapú kérdőívek kitöltésével.

A mintában 2000-2005 közötti születésű középiskolai tanulók szerepelnek. A születési év és nemek szerinti megoszlás az *1. táblázatban* látható.

1. táblázat: **A minta bemutatása nem és születési év szerint (fő)**

Nem	2000	2001	2002	2003	2004	2005	Össz.
Fiú	17	39	40	62	58	10	226
Lány	26	72	56	87	99	28	368
Össz.	43	111	96	149	157	38	594

Forrás: Saját szerkesztés, 2019, N=594

A 3 különböző középiskola Szabolcs-Szatmár-Bereg megye területén található. Az intézmények között 2db gimnázium és 1db szakgimnázium szerepel. A minta nemek és iskolatípus szerinti megoszlásuk a *2. táblázatban* látható.

2. táblázat: A minta bemutatása nem és iskolatípus szerint

Nem	Gimnázium	Szakgimnázium	Összesen
Fiú	174	52	226
Lány	249	119	368
Összesen	423	171	594

Forrás: Saját szerkesztés, 2019, N=594

Eredményeim elemzésére leíró statisztikai módszereket alkalmaztam.

EREDMÉNYEK

A szakirodalmi elemzés alapján felállított hipotéziseim vizsgálatára a következő kérdésre kerestem a választ: „Van-e a környezetében olyan személy, akivel őszintén beszélhet a problémáiról és tanácsot kérhet?” Azért ezt a kérdést tettem fel, mivel ez felelt meg leginkább ROTHMANN és EKKERD (2007) szociális jólléti dimenzió fogalmának.

A kérdésre a 3. táblázatban található válaszlehetőségek közül kellett választani, több válaszlehetőség is megjelölhető volt. A „Valaki a fent említetteken túl” válaszlehetőség mellé részletezési lehetősége volt a kitöltőnek. Legtöbb esetben a testvért írták mellé, de előfordult keresztszülő, nagynéni/nagybácsi, illetve nagyszülő is.

3. táblázat: Támogatók jelenléte a diákok életében – problémák, tanácsok

Támogatószemély típusa	Százalék	
	Fiú	Lány
A szüleim/valamelyik szülőm	72,57%	72,28%
Barátom/barátnőm (Párkapcsolatra értendő)	22,12%	35,33%
Legalább egy közeli barátom	62,39%	58,15%
Valaki a fent említetteken túl	44,69%	51,63%
Nincs ilyen személy	2,65%	1,36%

Forrás: Saját szerkesztés, 2019, N=594

A 3. táblázatban ismertetett eredmények alapján egyértelműen látszik, hogy a középiskolás korú fiatalok közel háromnegyede számíthat legalább az egyik szülőjére bizalmas problémák esetében. Emellett a válaszadók több mint fele jelölte meg legalább egy közeli barátját mint olyan személyt, akivel őszintén beszélhet a problémáiról és tanácsot kérhet tőle. Itt is megjelenik a szakirodalmi elemzésben tárgyalt két fontos szociális jólléti elem: a szülő-gyerek kapcsolat és a kortárskapcsolatok. A kortárskapcsolatokat tekintve viszont sokkal kisebb szerepe van ebben a korosztályban a párkapcsolatoknak. Hiszen a fenti eredményéből az látható, hogy minden más kapcsolatnál kisebb szerepe van a párkapcsolatnak, sokkal kisebb mértékben számíthatnak a fiatalok párjukra, mint családjukra, illetve barátaikra. Ez a kisebb jelentőségű szerep adódhat viszont abból is, hogy ebben a korban még a fiatalok egy részének nem volt tartós párkapcsolata.

A középiskolás korú fiataloknak nagyon kis hányada (az 594 megkérdezett 1,85%-a) nyilatkozott úgy, hogy nincs olyan személy az életében, akivel őszintén beszélhetne és tanácsot kérhetne tőle.

4. táblázat: Az egy választ megjelölő diákok – problémák, tanácsok

Támogató személy típusa	Százalék	
	Fiú	Lány
A szüleim/valamelyik szülőm	12,83%	6,52%
Barátom/barátnóm (Párkapcsolatra értendő)	3,54%	5,16%
Legalább egy közeli barátom	10,18%	8,15%
Valaki a fent említetteken túl	4,87%	4,62%
Összesen	31,42%	24,46%

Forrás: Saját szerkesztés, 2019, N=594

A 4. táblázatban azon diákok aránya látható, akik csak az egyik válaszlehetőséget jelölték meg. Ez 161 főt érint, a teljes minta 27,1% százalékát. Az így válaszolók között is vannak olyan fiatalok, akik életében nem csak egy ilyen támogató személy van, mivel egy-egy pont több főt is takar (pl.: több barát, mindkét szülő, vagy akár egyszerre látható a testvér és nagynéni megjelölése), de az kijelenthető, hogy a fiatalok minimum 71%-a több személyre is támaszkodhat problémák esetén.

KÖVETKEZTETÉSEK ÉS JAVASLATOK

Az állítások vizsgálatai alapján a hipotéziseimről a következőket állítom:

H1: A hipotézisemet alátámasztják a 3. táblázat adatai. Fiúk és lányok egyaránt 72-73%-ban jelölték meg a szüleiket olyan személyként, akikkel őszintén beszélhetnek és tanácsot kérhetnek tőlük. Ebből az eredményből – és a szakirodalomban olvasottakból – az következik, hogy a fiatalok egy jelentős részének a szülői támogatásnak meghatározó szerepe van az életükben.

H2: A második hipotézisemet csak részben támasztották alá a 3. táblázatban látható eredményeim. A kortárskapcsolatok a baráti körben jelentősebb szerepben élnek, mint párkapcsolatok terén. A baráti kapcsolatok a fiúk és a lányok életében – csak úgy, mint a szülői kapcsolatok – hasonlóan fontosak.

H3: A pszichoterror jelenségéről szerzett ismereteim alapján felállított harmadik hipotézisemet a 3. táblázat adatai nem támasztják alá. A középiskolás korú fiatalok csekély arányánál nincs olyan személy az életében, akikre bizalommal támaszkodhatnak. Így kijelenthető, annak ellenére, hogy a kortársbántalmazás egy negatív jelenséggé válhat a fiatalok életében, a szociális jólléti dimenzió sérülését részben, vagy teljes mértékben korrigálni tudják azzal, hogy van az életükben számukra megbízható és segítő személy.

Továbbá abból, hogy a 15-20 éves korú középiskolai diákok 98%-ának jelen van az életében egy olyan személy, akitől kellő támogatást kap, látható, hogy ezen korosztály számára nagy jelentőséggel bír a támogató személy jelenléte.

Az eredményeim és a szociális jólléti dimenzió fent ismertetett definíciója alapján kijelenthető, hogy a középiskolában tanuló fiatalok szociális jólléte legtöbb esetben biztosított a szociális kapcsolatok, ám érdemes kiemelni, hogy majd egyharmaduk csupán egy embert érez magához elég közelnek mindennapjai problémáinak megoldására. Ez pedig fokozott érzelmi kiszolgáltatottságot jelenthet. Ahhoz, hogy ez a dimenzió – a támogató személyek jelenléte ellenére – teljes mértékben jólléti állapotot érjen el, szükséges elkerülni, vagy legalább minimalizálni az ártó tényezőket, mint a kortársbántalmazás.

A további kutatásokban a további egészségmagatartást érintő tényezők beemelését fogom elvégezni már magasabb szintű statisztikai elemzések bevonásával.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- (1) ADAMS, T. – BEZNER, J. – STEINHARDT, M. (1997): The Conceptualization and Measurement of Perceived Wellness: Integrating Balance across and within Dimensions. *American Journal of Health Promotion*, 11, 208-218. (2) BANDURA, A. (1977): *Social learning theory*. General Learning Press, New York. (3) BAUER B. – SZABÓ A. (szerk.) (2009): *Ifjúság 2008 gyorsjelentés*, Szociálpolitikai és Munka Intézet, Budapest. (4) DAMBACH, K.E. (2001): *Pszichoterror (mobbing) az iskolában*. Akkord Kiadó, Budapest. (5) DEMETROVICS, ZS. (2007): *A droghasználatfunkciói*. Akadémiai Kiadó, Budapest. (6) GÁCSI E. (1994): *Középiskolás kollégisták értékrendje ma*. József Attila Tudományegyetem, Bölcsészettudományi kar, doktori értekezés. (7) PIKÓ B. – KERESZTES N. (2007): Serdülők egészségmagatartása két szociális megküzdési (coping) mechanizmus tükrében. *Magyar Pszichológia Szemle*, 62, 2, 203-214. (8) ROTHMANN S. – EKKERD J. (2007): The validation of the perceived wellness survey in the South African Police Service. 33, 3, 35-42. (9) SZAKÁLY Z. (2016): *Egységmagatartás, viselkedésváltozás és személyre szabott táplálkozás: az élethosszig tartó egészség koncepciója*. XXII. Országos Konferencia, 5-25.

SZERZŐ:**Boros Tamás**

Gazdálkodási és Menedzsment BSc szakos hallgató
Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar
borostomi13@gmail.com

*A publikáció elkészítését az EFOP-3.6.1-16-2016-00022 számú
Debrecen Venture Catapult Program. c. projekt támogatta. A projekt az Európai Unió
támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósult meg.*

