

## HAJDUSKA MARIANNA

### *Egyetemista krízisek a változó felsőoktatási rendszerben*

A felsőoktatásba bekerült hallgató ma már nem pusztán az elköteleződés nehézsége és a képzés elhúzhatósága miatt tölt egyre több időt a felnőtt lét eme sajátos, átmeneti állapotában, hanem azért is, mert a rendszer önmaga is *bizonytalan*. A felsőoktatás keretszámainak, finanszírozásának megállapítói sem küldenek egyértelmű üzeneteket. Az elhalasztott serdülőkori feladatok és konfliktusok ötvöződnek a tipikus fiatal felnőttkori krízisekkel, és a rendszer instabilitásával. A leggyakrabban előforduló teljesítményválság és a motivációs problémák egyaránt csorbitják a még amúgy is labilis önértékelést. A tömegoktatás személytelensége, a visszajelzések megcsappanása, szintén nem építik az önbizalmat. A végzés elhúzódik, a felnőtt szerepek fölvállalása egyre hosszadalmasabb és szorongatóbb. Stabil és differenciált személyiség szükséges ahhoz, hogy egy hallgató a mai felsőoktatásból ne megroppant önértékeléssel kerüljön ki. Erre a sajátos társadalmi és pszichológiai helyzetre speciális mentálhigiénés stratégiák és lehetőségek kimunkálása szükséges.

Az *elitoktatásból* fokozatosan a hallgatók *tömegét* befogadni igyekvő felsőoktatás nem pusztán szervezeti, oktatáspolitikai, tudományos dilemmákkal küzd, hanem újfajta mentálhigiénés problémákat is kénytelen kezelni. Az elhúzódó serdülőkori, illetve fiatal felnőttkori életszakasz váltásból eredő konfliktusokat színezi és mélyíti a felsőoktatásba való bejutás (és be nem jutás), a szakválasztás, a beilleszkedés jól - rosszul megoldott kérdésköre. A felsőoktatás többszereplős színpad, a diákok lelki egyensúlya erősen függ az oktatók közérzetétől és szerepértelmezésétől, valamint az intézmény identitásától és a döntéshozók szemléletétől. Az átalakuló rendszerek a maguk – remélhetőleg átmeneti – labilitását közvetítik a résztvevőknek, gyengíthetik az azonosulást, a motivációt, nehezítik a beilleszkedést, mérséklék a teljesítménybeli és az elköteleződési erőfeszítéseket.

### *A tömegoktatásból eredő pszichés problémák*

Egzisztenciális és érvényesülési lehetőségek tekintetében ma már célszerűbb műbútorasztalosnak vagy kárpitosnak tanulni, mint erőfeszítéseket tenni egy - nem biztos, hogy versenyképes - diploma megszerzéséért. Mindezek ellenére társadalmi és gazdasági tényezők sorozata *megnövelte a továbbtanulási motivációkat*. Sajnos az indíttatás ereje gyakran a bejutásra érvényes csupán, tekintve, hogy egyre ritkább az elkötelezett pályaválasztási szándék, az elvégzésre már sokkal csekélyebbek az akarások. A főiskola-, egyetem-, szakválasztás az esetek legnagyobb részében *kontraszelektív*. Nem a „Milyen foglalkozásban tudom elképzelni magam a jövőben?” értékrend mentén születik a döntés, hanem a „Hová tudok készségeim, a realitás, az erőfeszítések, valamint egzisztenciális és presztízs szempontok figyelembevételével bejutni?” elvek döntenek egy-egy diák jövőjéről.

Tömegek oktatásába belefáradt tanárok az egyik oldalon, alig motivált, a pálya iránt gyakran még csekély mértékben sem érdeklődő hallgatók a másik oldalon. Ez a jelenség csak

fokozódik, ha a *diákok* nem érdeklődésük, hanem praktikus szempontok szerint választanak: pusztán a finanszírozási formát és az elhelyezkedési lehetőségeket veszik figyelembe. Nem csoda, hogy az érettségi és felvételi eredmények nem korrelálnak a felsőoktatásban mutatott teljesítménnyel, elhivatottsággal. A kreditrendszer - sok előnye mellett - konzerválja az indítékszegény, elköteleződési válsággal küszködő hallgatók döntésképtelenségét. Aki a minimumot úgy-ahogy teljesíti, pár évre elodázhathatja pályaválasztási döntésének felülvizsgálatát, teljesítmény problémái okainak elemzését. Eközben az önbizalom megfogyatkozik, az érzelmi azonosulás megcsappan, csökken az esély a sikeres karriermegfogalmazásra.

A *tanárok* is gyorsan alkalmazkodtak a tömegoktatáshoz. Személytelen, kapcsolat nélküli tanítási módszerekkel, ritkuló valódi visszajelzésekkel, a számonkérés, vizsgáztatás tesztelésével egyre nagyobb távolságot tartanak a diákoktól. Százas nagyságrendű hallgatói létszám esetében valóban nehezen megvalósítható a peripatetikus módszer, de a mester inspirálása, lelkesedése, érzelmi bevonódásának megtapasztalása nélkül igen nehéz hitelesen involválódni. Miközben a vonzó álláshirdetések egytől-egyik az elkötelezett kommunikációs zsonglőrköt keresik, a felsőfokú tanulmányok során ritkaságszámba megy a szóbeli vizsgáztatás, a verbális készségek csiszolása, a kötetlen tanár - diák eszmecsere, a vonzó modell megtapasztalásának lehetősége.

### ***Alkalmazkodási zavarok – indítékproblémák és elköteleződési válság***

Az egyetemista tanulmányi időszakának meghosszabbításával saját érzelmi fejlődését,  *felnőtte válását* is megnyújtja. Ezen átmeneti korszak lehetőséget teremt a pubertáskor maradványfeladatainak teljesítésére (szülőkről való leválási folyamat befejezése, az identitás stabilizálása), a felnőtt szerep sajátos, az egyénre jellemző eszközeinek kiépítésére.

A felsőoktatásban hallgatónak lenni önmagában véve is sajátos társadalmi helyzet, hozzáfűződő szereppel. Számos beilleszkedési nehézség forrása a földrajzi és rétegbeli mobilitás. A pubertáskor végén egy községből, kisvárosból nagyobb egyetemi városba beilleszkedni, önállóvá válni, kulturális környezetet váltani nem könnyű feladat. A nehézségek egy része a szerepváltásból, esetleg réteghelyzet- és földrajzi környezetváltásból, a hirtelen önállósodásból ered.

A főiskola-, az egyetem-, az alapszak választás az esetek nagy részében kijelöli a jövőbeli foglalkozási szerepet. Az erre való szocializáció a felsőfokú tanulmányok során indul el. Sok konfliktus forrása lehet e szerephez fűződő elvárások egyeztetése az identitással, a szülői házból hozott értékekkel, az oktatók szerepmegvalósításával valamint a vonatkoztatási csoport (gyakran a kortárs csoport) értékeivel.

A mai hallgatók egyetemet, főiskolát, szakot választanak,  *nem foglalkozást*. Az alkalmazkodási zavarok új formája, a tanulmányok kezdetén való szembesülés azzal, hogy nehéz olyan dologért erőfeszítést tenni, amelynek végkimenetelét valaki nem biztos, hogy szeretné. Az  *elköteleződési válság* már a képzési folyamat elején elindulhat és tartósítható.

PhD hallgatók között is találni olyanokat, akik „jobb híján”, én-megfogalmazási kételyeikből választják ezt az utat, haladékos szeretnének kapni a „mi is leszek” kérdés megválaszolására. A „krónikus” vagy „örök egyetemista” korunk terméke, az elköteleződési, döntési pánik lepleződik tanulásvágygal, burkolódik a tudományos kíváncsiság köntösébe.

### ***Teljesítménykrízis – önértékelési zavarok***

A tanulmányok sajátossága is számos probléma forrása, kezdve a szövevényes rendszerben való eligazodástól, a tanulás, vizsgázás készségének elsajátításáig. Sok kezdeti kudarc, nem teljesített kreditek, önértékelési zavar ered tájékozódási és tanulási gyakorlatlanságból.

Az első években a tanulmányi krízisek és a párkapcsolati válságok jelentik a legnagyobb problémát. A jelenlegi középiskolai elvárásoktól igencsak elütő a felsőoktatási képzés és a követelmények rendszere. A sikeres beilleszkedés, az önértékelést támogató eredmények több tényezőtől függenek. Az érdeklődés, a szak elvégzésére való motiváció, a teljesítménnyel, tanulási folyamattal, ismeretszerzéssel kialakult viszony, természetesen a tehetség, a képességek, a kontrolláltság mértéke mind-mind meghatározói lesznek egy-egy felsőoktatási karriernek.

Előnyben vannak az *elkötelezettek*, a szociális készségekkel, kommunikációs ügyességgel rendelkezők. Akinek csak a bejutás volt fontos, hamar elvérezhet a számonkérések során. A vizsgaidőszakban halmozódnak a tünetek és a válságok, megmutatva, hogy a hallgatók minden egyéb konfliktushelyzetüket teljesítményzavarrá fordíthatják. Az eredményes tanulás mögött viszonylag harmonikus én-állapot vagy nagyon jó mentális kontroll funkciók húzódnak meg. Vizsgaidőszakban gyakoriak a súlyos önértékelési zavarok, szorongásos tünetek, alvászavarok, szociális fóbiás panaszok, depresszív állapotok, sőt, öngyilkossági kísérletek is gyakrabban fordulnak elő.

Kellő indíttatás, megfelelő tanulási stratégiák esetében is körülbelül két tanévbe kerül az egyénre jellemző eredményes tanulástechnikai készség elsajátítása. Nem ritka, hogy valaki a végzés időszakára sem szerette meg a tanulást, nem alakított ki saját ismeretszerzési stílust, szenvedés marad számára a fölkészülés egy-egy tárgyból. Már a tanulmányok elején kiderülhet a megalapozatlan kar, szakválasztás, de sok hallgató nem elég bátor a váltásra, „inkább végigcsinálja, ha már elkezdte”.

Az *írásbeli számonkérés* dominánssá válása – gyakran előnytelenül – átalakította a tanulási stratégiákat. „A megpróbálom kitalálni, mit is fognak kérdezni”- tanulási stílus rongálja az asszociatív képességet, a kreativitást, az összefüggésekben való gondolkodást és az önállóságot. Ráadásul egy interneten megnézett teszteredmény nem ad valódi visszajelzést a diáknak a teljesítményéről, nem erősíti a motivációját, nem segíti a hibák korrigálását.

A tanulmányi kudarcok, mindig önértékelési zavart eredményeznek, a hallgató intellektuális-, alkalmatlansági deficitként élheti meg ezt, visszahúzódnak, tartós meg nem felelési élmény lehet a következménye. Vizsgaidőszak táján fölerősödnek az egyéb

konfliktusok, érzelmi válságok, növekszik a sebezhetőség. Mindezt fokozza a megfelelő érzelmi-, családi háttér hiánya vagy töredezettsége.

### ***Egzisztenciális és karrierépítési konfliktusok***

A mai egyetemisták nagy része *egzisztenciális gondokkal* is küzd, a súlyosabbaktól az enyhébbekig. A diákhitel jelenleg még nem fedezi a megélhetés, a lakhatás, a tandíj költségeit. Sok család nem képes vagy nem szándékozik teljesen támogatni az esetleg más városban is élő egyetemista nem éppen olcsó életformáját.

A felsőbb évesek nagy része részfoglalkozásban dolgozik, az ügyesebbek jobban fizető, kellemesebb állásokhoz jutnak. Az eljövendő karrier már az egyetemi évek alatt megalapozódhat, tapasztalatszerzéssel, külföldi ösztöndíj lehetőséggel. Az egyre jobban nehezedő egzisztenciális nyomás (tandíj, kollégiumi díj emelkedése, dráguló jegyzetek) újabb és újabb próbatétel elé állítja az egyetemista/főiskolás alkalmazkodási készségét, alig adva felkészülési időt a váltásra, a stratégiák kidolgozására.

A fenti nehézségek sikertelen megoldásából számos *deviáns attitűd* eredhet, amelyet az átalakulóban lévő társadalmi struktúra, labilissá vált értékrendszer is erősít. Az átmeneti vagy tartós deviáns magatartástól (drogfogyasztás, alkoholizálás, szélsőséges csoportokhoz vonzódás, öngyilkossági kísérlet) a kóros viselkedésen keresztül a teljes izolálódásig széles a színskála.

### ***Párkapcsolati krízisek, identitászavarok, magányosság***

Ideális esetben a pubertáskor végére az én-azonosság sokféle szinten stabilizálódik. Kialakulnak az egyénre jellemző, csoport- és réteghovatartozást is tükröző stabil értékek. Megfogalmazódik az eredeti családdhoz való viszony jellege.

Körvonalazódik a nemi szerep sajátos stílusa, kelléktára, amely a párkapcsolati próbálkozások során nyer majd végső formát. A tanulmányi és egzisztenciális akadályok mellett a párkeresés az egyik legégetőbb kérdése ennek az életkornak. Nem a családalapítást megcélzó pártalálás, hanem a kapcsolati tanulást, a nemi szerep megerősödését jelentő szárnypróbálgatások.

Értékbizonytalan korszakokban az intimitás felértékelődik. Míg a hetvenes évek végén, a nyolcvanas évek elején és a rendszerváltást megelőző években a csoporthoz tartozások kitüntetett fontosságúaknak tűntek, jelenleg az intim kapcsolat jelent megújult értéket. Természetesen a különböző csoportokhoz való kapcsolódás jelenleg is értékmérő, személyiségformáló erő, mind a politikai, a társadalmi, mind a baráti, a tanulmányi csoportok esetében. Egy-egy társaság egyben vonatkoztatási csoport is, értékeket, attitűdöt befolyásol, alakít. Aki nehezen tudja elfogadtatni magát, az mintegy leértékelődik, kívülállóvá válhat, és ez súlyos önértékelési zavarok forrása lehet. A kreditrendszer bevezetésével megszűntek a tankörök, a szociálisan ügyetlenebb, szorongóbb hallgatók a végzésig megőrizhetik izolált helyzetüket.

Ebben az életkorban a *kapcsolati kudarcok az identitás egészét érintik*, a válság a teljes személyiséget elönti. A férfi vagy a női szerep még nagyon sebezhető, labilis. Támogató családi vagy csoport háttér hiányában a sérülések komoly krízist indíthatnak el. Ha a kapcsolati tanulás túl korán lezárul, esetleg egy nem kellően megalapozott házassággal, a személyiség érzelmi téren éretlen maradhat, amely későbbi konfliktusok megalapozója lehet.

### ***A szülőkről való leválási folyamat befejezése***

A magyar egyetemisták jó részének nincsen önálló egzisztenciája, szülei tartják el, nem ritka, hogy otthon is lakik. Aki anyagilag a szüleire van utalva, az egy sajátos kontroll alatt él, még akkor is, ha a legliberálisabb felmenőkkel rendelkezik. Másrészt az egyetemista jogilag felnőtt, igényli is ennek kellékeit, lehetőségeit. Mindez az érési folyamat sajátos kelet-közép-európai egyenetlenségeit eredményezi.

Az egyetemista *még nem értelmiségi*, de annak készül, értékeiben igazodni igyekszik jövőendő társadalmi helyzetéhez. A szülők társadalmi réteghelyzete ezzel egyezhet, de nagy távolságra is lehet. A jelentős különbség konfliktusok forrásává válhat, viszont segítheti, gyorsíthatja a leválási folyamatot.

Amennyiben a szülő nem alkalmas az azonosításra, könnyebb az *önállósodás*, de nehezebb az identitásépítés. A szülők oldaláról nézve is igen kritikus időszak ez, főleg ha nincsen fiatalabb gyermek a családban. Sok családi válság indul el a leválni akaró fiatal révén, a szülő vagy szülőpár egyedül maradván nem mindig tud megújult értékeket találni. A család saját értékei, intimitása, a szülői ház aktuális konfliktusai (válás, krízisek, munkanélküliség) tovább színezik az önállósodási folyamatot. Az egyszülős vagy túlságosan zárt családok problémái kiéleződnek, a rejtetten szétesett, kifelé harmónia látszatát nyújtó család konfliktusai felszínre kerülnek.

Az egyetemista/főiskolás küzd önállóságáért, amelyben családja vagy partner vagy nem, de annak semmiképpen nem örül, ha a szülők megkímélik ettől, és ők maguk válnak le róla. Szükség van a valahova tartozás kereteire, amelyet - pillanatnyi igényeinek megfelelően - tetszés szerint harci tereppé, avagy biztonságos mezővé alakíthat a fiatal. A szétesett, nemtörődöm családok ugyan kényszergyors felnőttősödést eredményeznek, de az érzelmi érési időszak sérülését, elakadását is kiválthatják.

A rosszul vagy nem végigvitt leválási folyamat érzelmi éretlenséget, dependens kötődés igényt, intimitástól való félelmet, alacsony színvonalú konfliktus megoldási stílust, de akár személyiségzavart is okozhat.

## ***Beavatkozási stratégiák***

Az egyetemista fiatal felnőtt, sérülékeny személyiséggel, labilis identitással, változékony érzelmekkel, ingatag önbizalommal. A segítség kérése, gyakran a szenvedés mérséklésére szolgáló pillanatnyi elszántság eredménye, a motiváció nem a dinamika megértésére, csupán a kiváltó okok megszüntetésére, a fájdalomcsillapításra irányul. Mindez a segítő kapcsolat, attitűd sajátos vonásait is megrajzolja.

A kliens motivációja, valamint a probléma jellege szerint a beavatkozás eszköze lehet krízisintervenció, konzultáció, pszichológiai tanácsadás, rövid vagy hosszú pszichoterápia, de mindenképpen érdemes jól körvonalazott tanácsadást tervezni.

A segítő, tanácsadó személy megértő, elfogadó, de a realitást képviselő attitűdje gyorsíthatja az aktuális konfliktus feldolgozását. Az elfogadás mellett, a korrekciós beavatkozások, az én-erősítés, a felnőtt én-résszel való kommunikáció, a reális önértékelés építése és támogatása, a megküzdési stratégiák színvonalának és differenciáltságának növelése lehet az általános cél. Akár teljesítménykonfliktus, akár párkapcsolati törés, származási családról való leválási nehézségek, elköteleződési gondok állnak a beavatkozás tengelyében, a személyiség érettségének növelése támogatja a diákot, hogy önálló megoldást találjon problematikus helyzetére.

A segítő nem feltétlenül szakember, lehet egyetemi oktató, kortárstanácsadó, egy olyan bizalmi személy, akit a hallgató problémájával megkeres. A lezárás utáni laza „konzultációs követés” nem pusztán megnyugtató kontrollját jelenti a siker tartósságának, hanem elfogadó, megengedő, kötetlen keretet is teremt a további önálló fejlődéshez. Fontos, hogy ezt a követést már az alany szabályozza, igényei szerint.

Ma már a legtöbb felsőoktatási intézményben létezik valamilyen tanácsadó szolgálat, kortárssegítők közreműködésével. Sajnos a mentálhigiénés háttér, a pszichoterápiás segítség finanszírozott lehetősége a felsőoktatásban tanulók számára nem megoldott. A felsőoktatásba való bekerüléskor, az ott eltöltött évek során, valamint a kikerülés időszakában gondokkal küszködő hallgatók szervezett mentálhigiénés segítése fontos feladata kellene, hogy legyen a huszonegyedik század felsőoktatásának.