

Mentálhigiéné



A pedagógusok mentálhigiénés ismeretei és attitűdjei egy kérdőíves vizsgálat tükrében

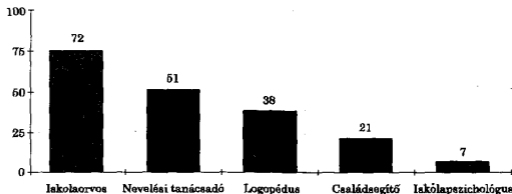
A Mentálhigiénés Programiroda felmérést végzett a pedagógusok mentálhigiénés kultúrájának és attitűdjeinek megismerése céljából. A kutatók vizsgálták a pedagógusok szakmai kapcsolatait mentálhigiénés szakemberekkel, a saját és mások egészségügyi ismereteiről alkotott véleményüket, valamint a mentálhigiénés továbbképzéssel, az egészségességgel mint értékkel és a káros szenvedélyekkel kapcsolatos attitűdjeiket.

A Mentálhigiénés Programiroda 3100 általános iskolához küldte el az önállóan kitölthető kérdőíveket, amelyeket 744 iskola küldött vissza. Ez a visszaküldési arány nagyjából megfelel az önköltéses postai kérdőíves közvélemény-kutatások esetében szokásos 25 százalék körüli átlagos aránynak. A kapott adatok alkalmassak arra, hogy elemzésükből képet nyerjünk a mentálhigiénével kapcsolatban a pedagógusok vélekedésének tendenciájáról. Az adatok feldolgozását és elemzését a Medián Közvélemény- és Piackutató Intézet végezte el. Itt most a kutatási zárótanulmány legfontosabb eredményeit ismertetjük.

A pedagógusok mentálhigiénés szakmai kapcsolatai

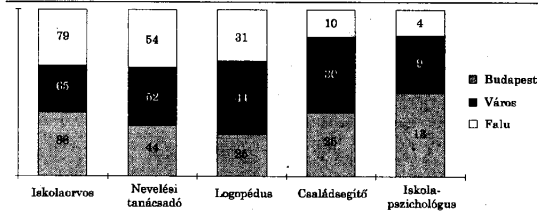
A magyar pedagógusok körében viszonylag kevésbé nyert még teret a mentálhigiénés szemlélet. Ez elsődlegesen a magyar társadalom mentálhigiénés kultúrájának viszonylag alacsony szintjével, a lelki egészség értékévé válásának korlátozottságával magyarázható. Épp ezért különös jelentősége van annak, hogy a pedagógusok a mentálhigiénével foglalkozó különböző területeken dolgozó, különböző jellegű mentálhigiénés tevékenységet végző szakemberek közül kikkel vannak a legszorosabb kapcsolatban. A vizsgálat erre vonatkozó adatait az 1. ábra mutatja.

1. ábra – Rendszeres szakmai kapcsolatok (százalékban)



Eszerint a megkérdezettek legnagyobb gyakorisággal az iskolaorvosokkal tartanak fenn mentálhigiénés szakmai kapcsolatot. Kedvezőnek mondható, hogy a mentálhigiénés kultúra hazai adaptációjában oroszlánrészét vállaló nevelési tanácsadók szakembereivel a megkérdezetteknek több mint fele kapcsolatot tart fenn. A magyar szakemberhelyzet sajátosságaiból következik, hogy a szakmai kapcsolatokban az iskolákban dolgozó logopédusok is fontos mentálhigiénés funkciót töltenek be. Ugyancsak érdekes, hogy a mai, sajátos iskolai viszonyok közepette a családsegítő központok munkatársai is, akik eljutnak az iskolákba, egyfajta mentálhigiénés szemléletformáló, tanácsadó funkciót szereznek. A hazai iskolapszichológiai hálózat fejlődésének hiányosságai magyarázzák, hogy a speciálisan pedagógiai mentálhigiénés szemléletet érvényesítő iskolai szakemberekkel a megkérdezetteknek mindössze 7 százaléka tud kapcsolatot tartani. Az iskolapszichológusokkal a rendszeres kapcsolattartás egyrészt azért lenne fontos, mert ez az a szakértői csoport, amely a legintenzívebben képes a pedagógusok ez irányú kultúrájának fejlesztésére, másrészt ezek a szakemberek tudnak konkrét segítséget adni az iskolai mentálhigiénés gondozáshoz, az egyéni esetkezeléshez. A megkérdezettek iskolájának településtípusa szerinti mutatóiban azt mutatja a 2. ábra, hogy településtípusonként jelentős eltérések mutatkoznak a mentálhigiénés szakmai kapcsolatok kialakításának lehetőségeiben.

2. ábra – A rendszeres szakmai kapcsolatok arányainak különbsége településtípusonként (százalékban)



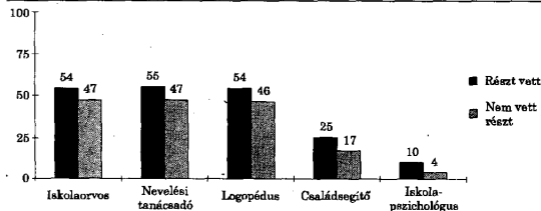
A kapott adatok arra utalnak, hogy a pedagógusok, különösen a falvakban működő iskolákban, elsősorban az iskolaorvosoktól kaphatnak a pedagógiai mentálhigiénés tevékenységükhöz szakmai segítséget. Épp ezért fontos lenne ezeknek a szakembereknek minél sokoldalúbb felkészítése, szakmai továbbképzése a mentálhigiénés tanácsadás összetett feladataira. Az iskolai lelki egészséggondozás összetett feladatrendszere mindenképp megköveteli a pedagógiai folyamatokban részt vevő, azok alakítására érdemben hatni képes iskolai mentálhigiénés szakemberek képzését. Ez nemcsak és nem elsősorban az iskolapszichológusok számának növelését jelenti, hanem olyan aktívan működő pedagógusok iskolai jelenlétét is, akik felkészültek, akikhez tanácsért, egy-egy eset konkrét megoldási módjának megtalálásáért fordulni lehet.

A pedagógusok mentálhigiénés szakmai továbbképzése

A pedagógusok mentálhigiénés kultúrájának fejlesztésében ma az egyik legfontosabb tényező a különböző szervezetek, intézmények, projektek stb. által szervezett ilyen jellegű továbbképzésekben való részvétel. A kutatásban a Mentálhigiénés Programiroda választ keresett arra is, hogy a megkeresett iskolákban milyen arányban került sor a pedagógusok bevonására mentálhigiénés továbbképzésbe. A kép alapvetően kedvező, mivel a megkérdezettek közel fele (48 százalék) vett részt az adott témában valamilyen továbbképzésben. Az adatok arra utalnak, hogy iskolánként átlagosan 7 pedagógus vett részt mentálhigiénés továbbképzésben.

A felmérés nem tette lehetővé a továbbképzések eredményességének mélyebb elemzését, annyi azonban elég egyértelműen „mérhetővé” vált, hogy a továbbképzésben való részvétel jelentősen segíti a mentálhigiénés iskolai tevékenységhez szükséges szakmai kapcsolat kialakítását. Ezt mutatja a 3. ábra.

3. ábra – Rendszeres szakmai kapcsolatok (százalékban)



Amíg a továbbképzésben részt nem vett pedagógusok mindössze 4 százalékának van iskolapszichológussal kapcsolata, addig a továbbképzésben részt vettek körében ez az arány 10 százalék. Azaz a továbbképzés fokozottabbá teszi a pedagógusban a késztetést a mentálhigiénés munkát támogató szakmai kapcsolatok kialakítására.

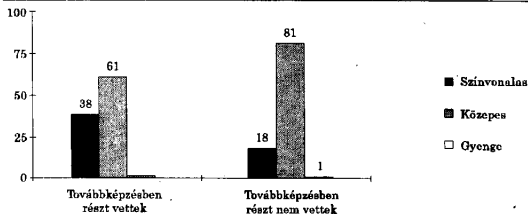
4. ábra – Milyen a pedagógusok felkészültsége, tájékozottsága a testi egészségről?



A mentálhigiénés tevékenység fontos előfeltétele a testi-lelki egészségre vonatkozó ismeretek birtoklása. A vizsgálat egyik fő kérdésköre volt annak feltárása, hogy milyenek tartják a megkérdezettek a magyar pedagógusok, illetve önmaguk erre vonatkozó felkészültségét. A válaszoló tanárok többsége mind a magyar pedagógusok, mind a saját testi-lelki egészségre vonatkozó ismereteit közepesnek értékelte.

A mentálhigiénés tanártovábbképzések valamelyik formájában részt vett pedagógusok körében érezhetően nagyobb azoknak az aránya, akik a saját idevontatkozó ismereteiket színvonalasabbnak tartják az átlagnál.

5. ábra – Milyenek tartja saját ismereteit a testi egészségről? (százalékban)



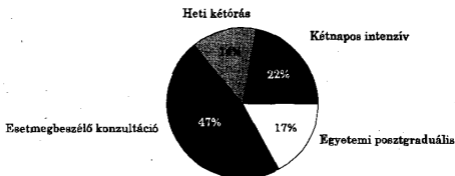
Az elmúlt években jelentős erőfeszítések történtek a mentálhigiénés programok iskolai terjesztésének meggyorsítása érdekében. Az iskolák jelentős hányadában alkalmazták a magyar viszonyokra adaptált két mentálhigiénés nevelési modellt, az „Életvezetési ismeretek és készségek”, valamint az „Egészséggel testben-lélelben” programokat¹. Ezekről a Mentálhigiénés Programiroda által támogatott programokról a kérdőívre válaszoló pedagógusok egyharmada hallott. A továbbképzések tájékoztató funkciójának eredményeként azok körében, akik a továbbképzésben részt vettek, mindkét program ismertsége nagyobb. Az Életvezetési ismeretek és készségek program esetében a továbbképzettek több mint 40 százaléka, az Egészséggel testben-lélelben program esetében 44 százaléka hallott.

Feltételezhető, hogy azok a tanárok, akik ezekkel a programokkal megismerkedtek, szélesebb körű mentálhigiénés tudás birtokába jutnak, mint azok, akik ezeket a programokat nem ismerik. Ez arra hívja fel a figyelmet, hogy a mentálhigiénés ismeretek terjesztése akkor válhat igazán hatékonná, ha a pedagógusok nem általában mentálhigiénés ismereteket sajátítanak el, hanem egy-egy konkrét nemzetközi vagy hazai mentálhigiénés nevelési program keretei között kapnak információkat, ismereteket.

A felmérés adatai azt mutatják, hogy a pedagógusok döntő többsége, 86 százaléka, szívesen venne (vesz) részt mentálhigiénés továbbképzésben. A kérdőíven négy különböző fajta továbbképzési forma közül kellett a pedagógusoknak kiválasztaniuk a számukra leginkább megfelelő továbbképzési módot.

¹ Az életvezetési ismeretek és készségek programról szóló ismertetést lásd 1996/7–8. számunk 178. oldalán, az Egészséggel testben-lélelben programról 1996/9. számunk 85. oldalán.

6. ábra – Melyik továbbképzési formát választaná szívesen?



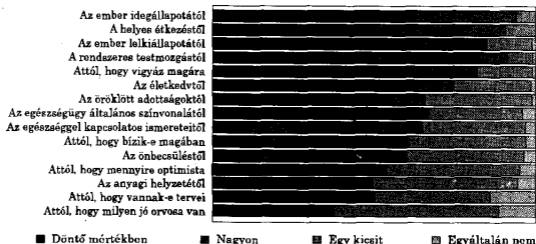
Az adatokból kitűnik, hogy a pedagógusok legszívesebben az esetmegbeszélő konzultációkat választanák, mivel nyilvánvalóan ettől a továbbképzési formától remélik azt, hogy gyakorlati és azonnal hasznosítható ismereteket ad számukra.

A kérdőív egyik kérdésében arra kértek választ a kutatók, hogy mivel kellene ösztönözni a pedagógusokat a mentálhigiénés továbbképzésben való részvételre. Az egyik lehetséges válasz szerint a továbbképzésben részt vevőket előnyben kellene részesíteni a tanári állások elnyerésekor. A megkérdezett pedagógusok túlnyomó többsége helyeselné ezt az ösztönzési formát.

A pedagógusok mentálhigiénés attitűdjei

A vizsgálat – az önkitaltásos kérdőíves módszer adta lehetőségek keretein belül – kísérletet tett a pedagógusok mentálhigiénés attitűdjeinek feltárására. A kérdőív egyik kérdésében arra kértek választ, hogy a felsorolt 15 tényező milyen mértékben határozza meg az ember egészségi állapotát.

7. ábra – Milyen tényezőtől mennyire függ az ember egészségi állapota? (százalékban, az átlagok csökkenő sorrendjében)



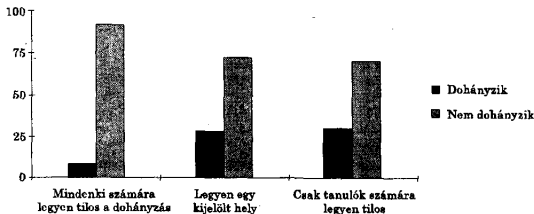
A válaszoló pedagógusok az ember egészségi állapota szempontjából a legfontosabb meghatározó tényezőnek az idegállapotot tartják, de fontos szerepet tulajdonítanak az étkezésnek és a lelkiállapotnak, a rendszeres testmozgásnak. Ugyanakkor a válaszolók ennél lényegesen csekélyebb fontosságot tulajdonítanak olyan, egyébként a mentálhigiénés szemlélet szempontjából nagyon is jelentős tényezőknak, mint az ember bízni tudása önmagában, önbecsülése, optimista beállítódása. Különösen feltűnő, hogy a személyiség önmaga elé kitűzött céljait, terveit a testi jóllét szempontjából milyen csekély súlyú tényezőnek ítélik az előttünk álló évtizedekben aktívvá váló generációkat nevelő pedagógusok. Mindez azt mutatja, hogy a személyiség értékévé válását elősegíteni kívánó mentálhigiénés szemléletmód terjedése, terjesztése szempontjából a pedagógusok körében is jelentős felvilágosító, ismeretterjesztő tevékenységre, a beállítódások közvetett formálására irányuló fejlesztő programokra van szükség.

A káros szenvedélyek megítélése

A vizsgálat egyik fő kérdésköre a pedagógusok káros szenvedélyekkel szembeni beállítódásának megismerése volt. Emellett a kérdőívben a kutatók a tanulók körében kialakuló szenvedélybetegségek, függőségek megítélésére vonatkozóan is tettek fel kérdéseket.

A tanárok iskolai dohányzásáról meglehetősen megoszlott a válaszolók álláspontja, de jelentős a legszigorúbb megoldás – a teljes tilalom – híveinek tábora. E véleményt vallók óriási többsége nem dohányzik. A dohányzók leginkább a kijelölt helyen való dohányzást tekintik a helyes megoldásnak.

8. ábra – Az iskolai dohányzásról alkotott vélemények megoszlása (százalékban)



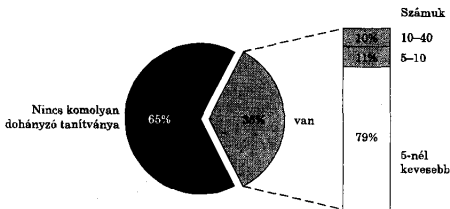
A fiatal generációk dohányzási és alkoholizálási szokásainak kialakulásában jelentős szerepe van a tanárok magatartásának. A tanárok ebben a vonatkozásban mutatott mintái ugyanis erőteljesebben hatnak a tanulók szokásaira, magatartására, mint a szavakban megfogalmazott esetleges elítélő, tiltó álláspontok. Ezért van jelentősége a tanárok dohányzással és alkoholfogyasztással kapcsolatos magatartásában érvényesülő esetleges szankcióknak. A kérdőívben a kutatók választ kértek a megkérdezettektől arra, hogy helyeselnék-e, ha a tanítói-tanári állások elnyerésénél előnyben részesítenék a nem dohányzókat. A válaszolók többsége – 53 százalék – nem támogatná a nem dohányzók ilyen jellegű preferálását, annak

ellenére, hogy a válaszolók többsége – 79 százaléka! – nem dohányzik. Egyébként míg a nem dohányzók 46 százaléka, addig a dohányzók 81 százaléka tartozik az előny biztosítását elutasítók táborába.

A vizsgálat eredményei azt mutatják, hogy a dohányzásnál lényegesen szigorúbban ítélik meg a megkérdezettek a tanárok iskolai alkoholizálását. A válaszoló pedagógusok háromnegyede úgy véli, hogy helyes lenne, ha a tanárok számára tilos volna az alkoholfogyasztás az iskolai rendezvényeken, kirándulásokon. Ugyanilyen mértékű az egyetértés abban is, hogy az iskolai alkoholfogyasztás tilalmát megszegő tanárokkal szemben a lehető legszigorúbb fegyelmi büntetést kell alkalmazni.

A tanárok saját megítélésük szerint tájékozottak tanítványaik dohányzással, alkoholizálással és droggal kapcsolatos beállítódásairól, e szenvedélyfüggőségek elterjedtségéről a tanulók körében. A megkérdezett általános iskolai pedagógusok 35 százaléka állítja, hogy tanítványai között van rendszeresen dohányzó.

9. ábra – Komolyan dohányzó tanulók aránya



Az ábrán szereplő adatok szerint a dohányzó tanulókról tudó tanárok 10 százaléka számolt be arról, hogy több mint 10 komolyan dohányzót ismer tanítványai közül.

A tanároknak mindössze 6 százaléka állította azt, hogy tanítványai között van komolyan alkoholizáló diák. Azoknak a tanároknak, akik tudnak rendszeresen alkoholt fogyasztó tanulókról, 27 százaléka 3-5, 73 százalékuk 1-2 alkoholizáló diákot ismer. A megkérdezett tanároknak mindössze 1 százaléka számolt be arról, hogy tanítványai között ismer rendszeresen drogot fogyasztó általános iskolást.

Ezek az adatok valamivel szelídebb képet mutatnak azoknak a vizsgálatoknak az adatainál, amelyek az általános iskolások dohányzási, alkohol- és drogfogyasztási szokásait tárták fel. Ebben szerepe lehet e kutatás alacsony reprezentativitási szintjének, de annak is, hogy az esetek jelentős hányadában nem vagy csak nagyon későn szereznek tudomást a pedagógusok diákjaik szenvedélybetegségéről, elsősorban drog- és alkoholfüggőségéről. Ez a drog- és alkoholfogyasztóvá válás tüneteinek felismerését segítő mentálhigiénés ismeretek fontosságára, az ez irányú képzés intenzívebbé tételére hívja fel a figyelmet.

(A MEDIÁN Közvélemény és Piackutató Intézet tanulmánya alapján szerkesztette Schüttler Tamás)