

KÖZÉPPONTBAN A VÉDŐFAKTOROK: KOCKÁZATI MAGATARTÁS ÉS A MENTÁLIS JÓLLÉT ÖSSZEFÜGGÉSEINEK VIZSGÁLATA FELSŐ TAGOZATOS ISKOLÁSOK KÖRÉBEN

T-21

Dudok Réka *, Pikó Bettina **

* Szegedi Tudományegyetem, Neveléstudományi Doktori Iskola

** Szegedi Tudományegyetem, Magatartástudományi Intézet

Kulcsszavak: kockázati magatartás; mentális jóllét; serdülők

A serdülő korosztály optimális egészségi állapota szorosan összefügg a fiatalok mentális egészségi állapotával, ez indokolja a mentális egészség előmozdításának relevanciáját. Azonban a szegényes mentális és lelki egészség nemcsak az egyén fizikai egészségére van negatív hatással, hanem kihat a pszichoszociális működésekre is, mint az egyén pszichológiai jólléte, csökkenti az elégedettség érzését, indikálhatja a társas kapcsolatok minőségi és mennyiségi romlását, kritikus az iskolai működést illetően, valamint növelheti a rizikómagatartás esélyét, a szerrel való visszaélést. A HBSC-kutatások alapján hazánkban a 11-17 éves korosztályban a szerhasználat (dohányzás, alkohol) szignifikánsan magasabb a nemzetközi átlaghoz képest a gyakoriság tekintetében (Németh et al., 2019). A tinédzserek kockázati magatartását többszintű hatások alakítják, amelyek alapján a szerhasználat protektív és rizikófaktorainak megismeréséhez elengedhetetlen az egyéni pszichológiai tényezők és az intrapszichés tényezők vizsgálata is.

Ezért a kutatás célja volt, hogy megvizsgáljuk, az egyén pszichés működését meghatározó konstruktumok bevonásával, hogy a különböző kockázati tényezőknek való kitettség hogyan kapcsolódik a mai serdülők mentális jóllétéhez. Hipotéziseink szerint a szerhasználatot illetően a társas támogatás, az étellel való elégedettség és a jóllét protektív faktornak bizonyulnak. Valamint feltételezzük, hogy a nemek közötti különbségek a szerhasználat és a jóllét vetületében is fellelhetők.

Kutatásunkban 174 felső tagozatos diák vett részt (M=13,34 év, SD=1,14), a fiúk létszáma 96 fő. Kérdőíves vizsgálatot alkalmaztunk, amelyben a rizikómagatartásra vonatkozó kérdések mellett az általános és a pszichológiai jóllét, az étellel való elégedettség, a társas támogatás, az önbecsülés, az önkontroll és a reziliencia mint a pszichés működés tényezői is szerepeltek.

Eredményeink alapján a felső tagozatos diákok 19,5%-a dohányzott már, 12,6%-uk az elmúlt 3 hónapban is. Alkoholt a diákok 56,3%-a fogyasztott már, 48,9%-uk az elmúlt 3 hónapban is. A nemek tekintetében nem találtunk különbséget a használatban ($\chi^2=0,78$). Logisztikus regressziós elemzés alapján a dohányzás és az alkoholfogyasztás esetében protektív tényezőként azonosítottuk az általános jóllétet, az étellel való elégedettséget, a pszichológiai jóllét összetevőit, valamint az önkontroll szintjét. A dohányzás esetében további védőfaktoroként azonosítható a társas támogatás családi szintje, valamint az önbecsülés.

Ezek alapján megállapíthatjuk, hogy a serdülők mentális jólléte és a kockázati magatartás között lehetséges összefüggés tapasztalható. Azonban különös figyelmet kell fordítani további rizikófaktorokra is, mint a társas kapcsolatok hiánya, valamint az egyén pszichés erőforrásainak kihasználtsága. Kutatásunk a pedagógusok és a korosztállyal foglalkozó szakemberek figyelmét hívja fel a mentális jóllét fontosságára a serdülők egészségmagatartása és lelki egészségének megőrzése érdekében.

A kutatás az Innovációs és Technológiai Minisztérium ÚNKP-21-3. kódszámú Új Nemzeti Kiválóság programjának szakmai támogatásával készült.