

Szigeti Mónika Veronika (MATE, PTE BTK):

A kiégés és a megelőzésében szerepet játszó protektív faktorok vizsgálata egyetemi hallgatók körében

Kulcsszavak: hallgatói kiégés, pszichológiai immunrendszer, protektív faktor, pszichoe-dukáció

Előadásunk célkitűzése, hogy bemutassa egyetemi hallgatók körében a depresszió és kiégés prevalenciáját, valamint a kialakulásuk megelőzésében szerepet játszó pszichológiai immunkompetenciát és adaptív megküzdési módokat. A nemzetközi szakirodalomban rendszeresen találkozhatunk az egyetemi hallgatók pszichés állapotának vizsgálatával és a veszélyeztető tényezők felmérésével, azzal a céllal, hogy a felsőoktatási tanulmányaik során támogatást kapjanak az életminőségük megtartásához vagy javításához (Campbell és mtsai., 2022; Abrams, 2022; Prince, 2015). Keresztmetszeti vizsgálatunk a nappali tagozatos gyógypedagógus hallgatók körében zajlott 2022-ben. Mivel ez a hallgatói csoport segítő hivatásra készül, különösen fontos annak ismerete, hogy milyen megküzdési erőforrásokkal rendelkeznek a szakmai kihívások megoldására. Vizsgálatunk célja, hogy a kiégés és a depresszió demográfiai és intézményi, rizikó-, valamint védő tényezőinek feltárását és diagnosztizálását elősegítsük. Vizsgálatunk során a depressziót a rövidített Beck Depresszió Kérdőívvel (Kopp és Fóris, 1993), a kiégést a Maslach-féle Kiégés Kérdőívvel (1981) mértük, emellett a Pszichológiai Immunrendszer Felmérést (Oláh, 1997) és a Megküzdési Módot Kérdőívet (Folkman és Lazarus, 1988) alkalmaztuk. Pilot kutatásunk eredményei szerint a vizsgált hallgatói populációnál (N=46) megfigyelhetők a kiégés tünetei, a pszichológiai immunrendszerük a várt eredményekhez képest bizonyos komponensek mentén alulműködik (pl. érzelmi kontroll, szociális alkotóképesség), valamint enyhe vagy közepes fokú depresszióval küzd a hallgatók 76%-a. Leíró statisztikai vizsgálatunk eredményei jelzik, hogy határozott pszichoedukációs beavatkozásra van szüksége hallgatóinknak a jóllétük megtartása és a jövőbeli szakmai hatékonyságuk érdekében.