KÖSZÖNTŐ

Azzal a reménnyel hívtuk életre a mai fórumot, hogy jelentős változást tudunk elérni a hallgatók mentális egészsége ügyében. Mert ez mindennek az alapja és feltétele. Az egész életünkre meghatározó egyetemi barátságok és szakmai kapcsolatok alakítására való képességnek, a tanulmányokban való haladásnak és a sikeres pályakezdésnek is feltétele a jó pszichés állapot. Lelki egészség nélkül nincs jól működő család és társadalom. Enélkül nincs jövő. Ezért is van vele dolgunk mindannyiunknak, akik a felnövekvő generációkkal foglalkozunk.

A FETA 1995-ös alapítása óta dolgozik a hallgatóbarát felsőoktatásért, és azért, hogy a felsőoktatási tanácsadási szolgáltatások legyenek kötelezően biztosítandó, ingyenesen elérhető szolgáltatások az egyetemeken. Azonban most első alkalommal találkozunk ennyi területről a döntéshozóktól a hallgatókig, hogy megbeszéljük, mit tudunk tenni a saját szerepünkben és felelősségi körünkben, hogy a hallgatók mentális egészsége javuljon.

Egy nemzetközi szinten is egyedülállóan nagy mintás kutatást végeztünk tavaly novemberben a FETA kutatócsoportjával. 47 egyetemről több mint 10.000 hallgató válaszolta meg országos hallgatói mentális egészség kutatási kérdőívünk kérdéseit, és mondta el nekünk, hogy van. A kutatás eredményeit e-mailben megosztottuk az egyetemi vezetőkkel, és 9 intézmény esetében, ahol a kitöltők száma elérte a teljes hallgatói létszám 5 százalékát, további, intézményi szintű kiértékelést is végeztünk, amelyet javaslatainkkal együtt idén nyáron megküldünk az érintett felsőoktatási intézmények rektorainak.

A legfontosabb eredményeket kutatótársaim nemsokára ismertetik. Ezek megerősítették a pszichológiai, interkulturális, életpálya- és karrier és esélyegyenlőségi tanácsadás területén dolgozó egyetemi kollégáim és az egyetemi kortárs segítő hallgatók személyes tapasztalatait:

Sok az egyetem és emellett a munka elvárásainak egyszerre megfelelni kényszerülő, túlterhelt, kiégésben veszélyeztetett hallgató. Magas a depressziós és az öngyilkossági krízisben lévő egyetemisták száma. Azoké, akik mentális problémákra rendszeresen gyógyszert szednek. Akiknek anyagi nehézségei vannak, ami a tanulmányaikra is hatással van. Akik nem végeznek semmifajta rendszeres testmozgást – hogy csak pár adatot emeljek ki az eredményekből.

Ha a Covid-krízis óta napvilágot látott emelkedő öngyilkossági statisztikákat, vagy a gyermekpszichiátriákon ijesztően felfelé ívelő esetszámokat vagy az alig egy hete a pedagógiai szakszolgálatok pszichológusainak, szakembereinek 20 %-a által aláírt helyzetjelentést és segélykiáltást nézzük, akkor nem meglepőek ezek

az eredmények. Miért is lennének az egyetemisták jobban, mint a fiatalabbak? Hisz ők azok, akik jó része a Covid-járvány alatt érettségizett, akik elballagni sem tudtak a karanténidőszak miatt, akik online kezdték az egyetemi életet, akiknek az alapvető egyetemi szocializációjukból is oly sok minden kimaradt, de leginkább is a kortársakkal való kapcsolódás élménye. És persze tudjuk, tapasztaljuk, hogy minket, egyetemi oktatókat, tanácsadókat, munkatársakat és családtagjainkat, ismerőseinket is érinti mindez a változás, amihez újabb krízishelyzetek adódtak az elmúlt évben a háború és az energiakrízis mindmegannyi következményével.

Tapasztaltuk, hogy a romló hallgatói mentális egészségi helyzetet érzékelve az elmúlt 2 évben egyre több egyetem indított el pszichológiai tanácsadási szolgáltatást a hallgatóknak nem csak magyar, de idegen nyelven is. Tudjuk a kollégáktól és a FETA által is publikált kutatási eredményekből, hogy a járványidőszak negatív hatásai a külföldi hallgatókat még jobban érintették, mint a hazaiakat. Hisz ők a családjuktól, országuktól távol kellet, hogy megküzdjenek ezekkel az addig ismeretlen kihívásokkal. Ki, ha nem az egyetem az, akinek kötelessége ezeknek a hallgatóknak segíteni? Akik idejönnek sokszor egy, a miénktől nagyon távoli kultúrából, akár háborús övezetből tanulni? Akik nem beszélik a nyelvünket? Akiknek egy része fizet is az itteni tanulmányaiért? És akiknek a számát a legtöbb egyetem épp financiális okból növelni szeretné, miközben sok helyen nincs erre kiépítve még mindaz a szolgáltatás, amire a külföldi hallgatóknak szüksége lenne.

Sok intézményben érhető már el a hallgatók számára életvezetési, karrier- és esélyegyenlőségi tanácsadás magyar és szerencsés esetben idegen nyelven is. Van, de sajnos csak kevés intézményben jól működő kortárs segítő szolgálat, ahol képzett egyetemisták segítenek a hallgatótársaiknak segítő beszélgetés, csoportos alkalmak, közösségi programok keretei között, vagy tesznek azért, hogy közösség épüljön az egyetemek falai között.

De vannak intézmények, ahol ezek a szolgáltatások még mindig nem elérhetőek, vagy ahol félévről félévre kell küzdeni ezek finanszírozásáért. Ahol még mindig bizonygatni kell a tanácsadó kollégáknak a döntéshozók, kuratóriumok számára, hogy a feladat, amit végeznek, pótolhatatlan és finanszírozni szükséges, mert gyakorlatilag nincs az egyetem falain kívül elérhető ingyenes hasonló szolgáltatás, és mert a hallgatói problémák egy jelentős része is az egyetemista léttel, egyetemi tanulmányokkal függ össze.

Ezért is kezdeményezzük újra, hogy a Nemzeti Felsőoktatási Törvényben kötelező elemként nevesítsék ezeket a felsőoktatási tanácsadási szolgáltatásokat,

és az egyetemek költségvetésébe fixen épüljön be a tanácsadók finanszírozására szánt összeg.

Tudjátok, mi volt 2018-ban, még a Covid előtt a Yale Egyetem legsikeresebb kurzusa? A *Pszichológia és a jó élet* c. kurzus, amit pár nap alatt 1200 hallgató vett fel. „Az, hogy ekkora az érdeklődés egy ilyen tárgy iránt, azt mutatja, mennyire belefáradt az ifjúság abba, hogy állandóan el kell nyomnia az érzelmeit – legyenek azok negatívak vagy pozitívak –, mert azt gondolják, csak így tudnak a következő céljukra, munkájukra fókuszálni" – kommentálta egy diák a kurzus sikerét. Az intézmény 316 éves fennállása óta egyetlen kurzusra sem jelentkeztek ennyien, további 24 oktatót kellett felvenniük az órák megtartására.

És tudjátok, mit volt a New York Times bestseller listájának élén az elmúlt hetekben a non-fiction kategóriában? Máté Gábor, a magyar származású Kanadában élő orvos, és fia, Máthé Dániel már magyarul is olvasható könyve: *Normális vagy. Trauma, betegség és gyógyulás mérgező világunkban*.

Végül tudjátok, mi az utóbbi idők legnépszerűbb filozófusa, Byung-Chul Han világszerte népszerű és sokat idézett könyvének a címe? *A kiégés társadalma*.

Mindezek tünetei egy világszerte is tapasztalható negatív tendenciának a mentális egészség terén, amit mi tanácsadókként közvetlenül tapasztalunk a munkákban, és amire a kutatásunk eredményei is rávilágítanak. Van tehát tennivalónk, nem várhatunk a további lépésekkel, és felelős értelmiségiként nem mondhatjuk, hogy ezzel nincs dolgunk.

Köszönöm a magam és a kollégáim, a FETA kutatócsoportja és tagsága nevében is, hogy elfogadta a meghívásunkat a kerekasztal-beszélgetésre és itt üdvözölhetjük Báló Andrást, a Kulturális és Innovációs Minisztérium főosztályvezetőjét; Borhy Lászlót, a Magyar Rektori Konferencia elnökét és az ELTE rektorát; Murai Lászlót, a HÖOK elnökét; és mindazt a rengeteg kollégát, oktatót, hallgatót, akik jelen vannak a BME, a SOTE, a Corvinus, az ELTE, a Pécsi Tudományegyetem, a Debreceni Egyetem, a Soproni Egyetem, a Szegedi Tudományegyetem, a Károli Gáspár Református Egyetem, a Pázmány Péter Katolikus Egyetem, az Andrássy Egyetem, a Budapesti Gazdasági Egyetem, a Színház és Filmművészeti Egyetem, a Miskolci Egyetem, a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem, az Eszterházy Károly Katolikus Egyetem, a Budapesti Metropolitan Egyetem, a Neumann János Egyetem, a Nemzeti Közszolgálati Egyetem, a Pannon Egyetem, az IBS Nemzetközi Üzleti Főiskola, a Széchenyi István Egyetem, a Moholy-Nagy Művészeti Egyetem, a Tomori Pál Főiskola, az Apor Vilmos Katolikus Egyetem, a Kodolányi János Egyetem, a Wekerle Sándor Üzleti Főiskola, a Sapientia Szerzetesi Hittudományi Főiskola, valamint a Végeken Egészséglélektani Alapítvány és a MI Társaság képviseletében.

Jó munkát, közös gondolkodást kívánok a mai napra, és hogy az ennek eredményeképpen megfogalmazódó javaslatokat ki-ki a maga területén vigye tovább és fordítsa át cselekvésbe.

2022. december 8.

Füleki Beáta

ügyvezető elnök, FETA