

SZAKDOLGOZAT

Drávecz-Ballon Boglárka

2023



Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem

Kaposvári Campus

Neveléstudományi Intézet

Pszichopedagógia szakirányú továbbképzési szak

A pszichopedagógus mint bizalmi személy

Belső konzulens:

Petőné Dr. Csima Melinda

Egyetemi docens

Neveléstudományi intézet

Gyógypedagógiai Tanszék

Készítette:

Drávecz-Ballon Boglárka

B979HN

Pszichopedagógia szakirány

Levelező tagozat

2023

Tartalom

1. Bevezetés.....	1
2. Irodalmi áttekintés.....	4
2.1. A gyermek egészséges lelki fejlődésének jellemzői, feltételei	4
2.1.1. Az egyes életszakaszok meghatározó jellemzői.....	4
2.1.2. Pszichoszociális fejlődés stádiumai	5
2.1.3. A szociális fejlődés szinterei	7
2.2. Szociodemográfiai tényezők befolyása a serdülők mentális egészségére.....	9
2.2.1. A család egészségvédő hatása	9
2.2.2. A nem megfelelő családi háttér hatása	11
2.3. Serdülőkori változások hatása a lelki egészségre.....	15
2.4. Pszichopedagógus szerepe a gyermekek lelki egészségében	16
3. Anyag és módszer	20
4. Eredmények és értékelésük	23
4.1. A bizalmi személy főbb ismérvei.....	23
4.2. A bizalmi személytől várt segítség típusa, jellege	27
4.3. A bizalom elvesztésének főbb ismérvei	33
4.4. Bizalmi személyek a serdülők körében	34
4.5. A segítségnyújtás hatása a serdülőkre	39
5. Következtetések és javaslatok	42
6. Összefoglaló	44
7. Felhasznált irodalom	46
8. Mellékletek.....	49
8.1. Interjúkérdések	49
8.2. Diagramok.....	50

1. BEVEZETÉS

Szakkolgozatom elkészítése során arra keresek választ, hogy mennyire érzik szükségét a mai szakképző iskolai tanulók, hogy felnőtt segítséget kérjenek a problémáik felmerülésekor, mi alapján választanak bizalmi személyt, illetve elfogadják-e a segítséget, ami feléjük irányul. A Kaposvári SZC Barcsi Szakképző Iskolájában dolgozom gyógypedagógusként, és az a tapasztalatom, hogy a nyitottabb diákok gyakran kérnek tanácsot a mindennapi életük kapcsán, kopognak be az ajtón, hogy beszélgethetünk-e, mesélnek és kérdeznek. A zárkózottabb diákok esetén inkább akkor kerül sor beszélgetésre, ha oktatóik úgy tapasztalják, hogy valami nincs rendben a diákkal, illetve, ha diáktársai jelzik, hogy furcsán viselkedik, vagy esetleg rosszul lesz az iskolában és a segítségnyújtás során derül ki, hogy pszichés problémákkal küzd, vagy segísre lenne szüksége valamilyen téren. Nem vagyok mindennapos kapcsolatban az iskola minden tanulójával, a diákok többségét csupán arcról ismerem. Az iskolában nincs iskolapszichológus, így azt tapasztaljuk, hogy a diákok ahhoz az oktatóhoz fordulnak problémás esetben, akit közel éreznek magukhoz, esetleg ahhoz, akiről úgy gondolják, kompetens lehet a segítségnyújtásban. Kértünk már pszichológus segítséget a Somogy Megyei Pedagógiai Szakszolgálat Barcsi Tagintézményétől, illetve mindennapos kapcsolatban vagyunk a Család-és Gyermekjóléti Szolgálat és Központtal, mégis az a leginkább jellemző, hogy a diákok kiöntik a lelküket, és iskolán belül sikerül segítséget nyújtanunk nekik.

Kíváncsi vagyok, hogy van-e összefüggés a diákok hátrányos helyzete, a nehéz szociális környezetük, a szülői elhanyagolás és a kamaszkori problémáik súlyossága, gyakorisága közt. Választ keresek arra, hogy megfogadják-e a tanácsokat, hogy szeretnének-e a jobb iskolai teljesítmény érdekében változtatni a mindennapi szokásaikon, vagy csupán szükségük van a figyelemre, arra, hogy valaki meghallgassa őket.

A szakképző iskolában tanuló diákok gyakran nem alkalmazzák a társadalmilag elfogadott viselkedési normákat, nem ritka körökben a különböző deviáns viselkedési formák megjelenése, előfordul agresszív megnyilvánulás, lopás, korai iskolaelhagyás, fiatalkori terhesség, rossz étkezési szokások, evészavarok stb. Azt gondolom, hogy amíg az otthoni környezet szerint ez nem probléma, addig a diák gyakran nem érti, hogy az iskolában miért az. A mélyszegénység, a szülők munkanélkülisége, a szülők alacsony iskolázottsága, a szülők figyelmének esetleges hiánya, érdektelensége, a családon belüli erőszak, a testvérek száma mind hatással van a diákokra, meghatározza iskolai teljesítményüket, a beilleszkedésüket, a társaikhoz, oktatóikhoz, a tanuláshoz való hozzáállásukat, az alkalmazkodóképességüket,

rugalmasságukat, viselkedésüket. Tapasztalatom szerint a diákok keresik azoknak a felnőtteknek a társaságát, akik meghallgatják őket, akik tanácsot adnak, akik figyelnek rájuk, akik komolyan veszik őket. Mesélnek nekik, megosztják velük problémáikat és örömeiket egyaránt, kíváncsiak a véleményükre, kérdeznek. Azt gondolom, minél támogatóbb egy diák családja, minél több figyelmet kap otthon, minél inkább kíváncsiak rá, annál kevésbé fontos számára, hogy a felnőttek társaságát keresse az iskolai környezetben.

Úgy gondolom, hogy az oktatók rendkívül leterheltek, és gyakran nem jut elég idejük a diákok pszichés állapotának felmérésére, sem a tanulási problémáik okának feltérképezésére. Egyre ritkább a családlátogatás, az osztályfőnökök nem ismerik a diákok otthoni környezetét, így a többi oktatót sem tudják tájékoztatni arról. A szülők gyakran érdektelenek, nem jelennek meg szülői értekezleten, fogadó órán, nem érdeklődnek a gyermekük iskolai haladásával, sem pedig a magatartásával kapcsolatban. Ritka, hogy együttműködően állnának a gyermekük mellett. Sokan engedékenyek az iskolai hiányzás tekintetében, partnerek a gyermekük önpusztító életmódjával kapcsolatban (maguk is gyakran fogyasztanak energiaszállítót, így a gyermeküknek is engedik, nem érzik problémának, hogy a kamasz gyermekük dohányzik, illetve, hogy alkoholt fogyaszt, vagy esetleg kipróbál különböző drogokat). Mindennek következtében gyakori, hogy az oktatók sem tudják partnernek tekinteni a szülőket, lévén nem feltétlenül közös a céljuk. Nyilván a legtöbb szülő szeretné, ha a gyermeke elvégezné az iskolát és szakmát szerezne, de nem feltétlenül tesznek hozzá a sikerhez. Valamint megessék, hogy a tizenéves diáklány tudatosan gyermeket vállal a jobb élet reményében, vagy éppen azért, mert a családban ez teljesen normális. A jó kommunikáció az ilyen esetekben is meghatározó jelentőséggel bír. Attól, hogy egy szülőnek az az érték, hogy a gyermeke minél korábbi életszakaszban gyermeket vállaljon, meg kell próbálnunk a diákot tanulásra ösztönözni, amihez gyakran elengedhetetlen, hogy a szülő szemléletén tudjunk változtatni. Azt gondolom, hogy a pszichopedagógus szerepe az ilyen és hasonló esetekben is meghatározó, lévén empátikus, együttműködő és célja, hogy a diákok diákok lehessenek, hogy megküzdjenek a kamaszkor adta nehézségekkel és a tanulásra koncentráljanak, törekedjenek a szakma megszerzésére. Azt tapasztalom, hogy a kollégáim egy része nem beszélget a diákokkal, megtartják az órájukat a legjobb tudásuk szerint, de sok idő megy el fegyelmezéssel, így nem marad lehetőségük a diákok megismerésére. Rendkívül fontosnak tartom a team munkát, hiszem, hogy ha egy adott problémát több oldalról közelítünk meg, ha megosztjuk egymással a tapasztalatainkat, a véleményünket, ha tudunk együttműködni és következetesen elvárni ugyanazt, akkor nagyobb az esélyünk a cél elérésére. A célunk pedig egyöntetűen ugyanaz, a diákok lemorzsolódását megakadályozni, jó szakembereket képezni, iskolán belül közösséget kovácsolni. Mindehhez elengedhetetlen a diákok mentális jólléte,

nyitottsága, érdeklődése, tanulni és tenni akarása. Mindannyian más egyéniségek különböző képességekkel, nem várhatjuk el mindenkitől ugyanúgy, ugyanazt. A koruk, a képességeik, a szociális háttérük, az érdeklődési körük, a választott szakmájuk követelményének figyelembevételével viszont nagyobb eséllyel érhetjük el a kitűzött célokat, aminek pedig alapvető feltétele, hogy ismerjük őket. Adjunk lehetőséget arra, hogy jól legyenek, hogy tudják, van kitől segítséget kérni és kapják is meg azt, merjenek őszinték lenni, merjenek önmaguk lenni. Akarjanak tanulni, legyenek saját céljaik és tegyenek meg mindent annak elérése érdekében.

Azt gondolom, hogy ahogy tudják, hogy a különböző szakos oktatóiktól mit tanulnak, fontos azt is tudniuk, hogy a pszichopedagógus miben tud a segítségükre lenni. Ismerniük kell a lehetőségeiket, fel kell hívni a figyelmüket arra, hogy a mentális állapotuk milyen nagy befolyással van az iskolai teljesítményükre és tudjanak segítséget kérni, ha úgy érzik, problémájuk akadt, illetve jelezzék, ha úgy látják, valamelyik diáktársuknak van szüksége nagyobb figyelemre, valamint ösztönözzék egymást, hogy nem kényszerüljenek segítséget kérni. Fontos, hogy az oktatóknak lehetősége legyen órát tartani akkor is, ha problémás diák van az osztályban. A kamaszkor önmagában sok nehézséget állít eléjük, keresik az útjukat, próbálgatják a szárnyaikat, feszegetik a határaikat. A szakiskolás diákokra különösen jellemző, hogy ehhez nem mindig választják a legfinomabb megoldásokat. Sokuk még mindig nem veszi elég komolyan a mentális problémákat, bolondnak titulálják egymást, aminek fényében többeknek nehezebbre esik jelezni, ha úgy érzi, bajban van. Ezért is tartom szükségesnek, hogy a pszichopedagógus jól kommunikáljon, találja meg a csatornát a diákokkal, a szülőkkel és az oktatókkal egyaránt. Legyen elhivatott a munkájával kapcsolatban, figyeljen, legyen empátikus, együttműködő és következetes. Ismerje a lehetőségeit, tudja, kihez forduljon, ha egy probléma túlmutat a kompetenciáján.

A témaválasztásom oka, hogy úgy érzem, a diákok és az oktatóik számára egyaránt fontos lenne pszichopedagógus alkalmazása a szakképzésben. Az oktatók egy része nem rendelkezik gyógypedagógiai ismeretekkel, illetve pszichológiai tanulmányokkal, ezért előfordul, hogy nem érzik kompetensnek magukat, ha sajátos nevelési igényű, vagy mentális problémákkal küzdő diák kerül a látókörükbe. Kíváncsi vagyok, hogy élnének-e a lehetőséggel, ha módszertani segítséget kapnának bizonyos helyzetekben, vagy empátikusabban, segítőkészebben állnának-e a nehezebb helyzetekhez, ha tisztában lennének azok kialakulásának oki hátterével. Szeretném több oldalról körül járni a témát, megtudni, hogy a szakiskolás diákok szükségesnek érzik-e a pszichopedagógus jelenlétét, a támogatását, kérnének-e segítséget problémás helyzetekben, ha tudnák, hogy lehetőségük van rá.

2. IRODALMI ÁTTEKINTÉS

2.1. A gyermek egészséges lelki fejlődésének jellemzői, feltételei

2.1.1. Az egyes életszakaszok meghatározó jellemzői

A magzati korban lezajló eseményeknek korábban nem adtak nagy szerepet a személyiségfejlődés szempontjából, de Sigmund Freud teóriájának megszületése óta tisztában vagyunk vele, hogy a magzat már az anyaméhben is szenzitív a különböző környezeti hatásokra, amik az anyán keresztül érik, észleli és érzékeli az anyát érzelmileg befolyásoló tényezőket. Az anyát a terhesség alatt érő magzatkárosító (teratogén) hatások többfélék lehetnek, így az anya által tapasztalt stressz, dohányzás, alkohol stb. mind maradandó nyomot hagynak a gyermek fejlődésének folyamatán, s ezek későbbi életkorokban is éreztetik negatív hatásukat. Így, ha például a gyermek nem kívánt, vagy a várandósság alatt az anya számára nem elérhető az érzelmi és fizikai biztonság, akkor az óhatatlanul is rossz hatást gyakorol a baba fejlődésére (Visontai-Szabó, 2018).

Az első 12 hónapban az édesanyával, és az elsődleges környezettel létrejövő kötődésnek szerepe kimagasló abban, hogy a későbbiekben milyen viszonyt tud kialakítani a gyermek a tágabb környezetével, valamint a számára ismeretlenekkel (Vajda, 1999).

Bár kisgyermekkorban már erősen megmutatkozik a gyermek alaptermészete, jelleme, egyénisége, úgy fog tekinteni magára, ahogy a környezete tekintett rá korábban, valamint úgy fog reagálni a környezetre, ahogy megtapasztalta a vele való viselkedésből, annyira lesz figyelmes, amennyire rá figyeltek, és úgy fog hozzáállni másokhoz, ahogy hozzá álltak a szülei. Ennek megfelelően fogja elhelyezni magát a világban, ennek megfelelően alakul ki az énképe. (Berghauer-Olasz, 2013).

Az iskola megkezdése mérföldkő minden ember életében. Ebben az életszakaszban válik igazán fontossá, hogy barátai, ismerősei, a tágabb környezete elfogadja őt. Azoknál a gyermekeknél, akiket huzamosabb ideig kirekesztenek a társai, akik nem találnak barátot, akik zömében egyedül vannak, a későbbiekben gyakrabban következik be korai iskolaelhagyás, a normától eltérő megnyilvánulások, elszigetelődés, durva viselkedésformák. A kisiskoláskorú gyermekek megingathatatlanul hisznek az őket körülvevő felnőtteknek, ők jelentik számukra a biztonságot. (Visontai-Szabó, 2018; Vajda, 1999).

A kamaszkorral egy rendkívüli átmenet kezdődik meg, lévén ebben a folyamatban a gyermekből testileg és lelkileg egyaránt felnőtt válik. A közvetlen környezet jelentősége egyre kevésbé válik fontossá, míg a társas kapcsolatok szerepe rendkívül nagy teret nyer. A szülők

igénylik, hogy gyermekük vegye ki a részét az otthoni teendőkből, míg a kamaszok szeretnék az önálló elképzeléseik szerint szervezni az életüket. Együkük számára sem könnyű életszakasz ez, megkezdődik a gyermek leválása minek következtében a viszonyuk átrendeződik. Az a szülő, aki túlzóan korlátozza gyermekét, épp annyira megnehezíti ezt az időszakot, mint aki túlzóan engedékeny. Ahhoz, hogy mindenki számára élhető legyen a kamaszkor, a szülők részéről toleranciára, rugalmasságra, ám határozott és követhető szabályokra van szükség. Ebben az életkorban már kevésbé idealizálják szüleiket a kamaszok, amely azért is fontos, hogy felszínre törhessen valós személyiségük, amivel együtt jár, hogy nem értenek egyet feltételek nélkül mindenben. Bár továbbra is fontos, hogy a szülő büszke legyen eredményeikre, fogadja el barátait, esetleg szerelmét, mégis utat tör magának az önértékelés fontossága és a kortárs kapcsolatok véleménye, támogatása, együttérzése. Számít, hogy milyennek látják őt, mit gondolnak róla. A jelenkor hátránya, hogy a digitalizáció robbanásszerű terjedésének következtében a kamaszok kapcsolatai gyakran sekélyesek. Azok a serdülők, akik figyelemre vágynak, de a szülő nem, vagy nem kellő mértékben adja ezt meg neki, illetve aki nem találja meg a helyét a kortárs csoportokban, gyakran az interneten keres vigaszt magának. A virtuális térben könnyen nyílnak meg, bátrabban osztanak meg számukra fontos dolgokat másokkal. Gyakran találkozni azzal, hogy a kamaszok nem mutatnak megbecsülést a szüleik felé, sokszor irreális elvárásaik vannak, túl nagy jelentőséggel bír számukra a pénz, a drága holmik, a márkás elektronikai eszközök. A szülők rohannak, hajtanak a jobb élet reményében, szeretnének minden előteremteni a gyermekeiknek, melynek következtében gyakran elvész a gyermek, nincs rá elég idő, kevés a közös élmény. Tovább nehezíti a kamaszkort, hogy már-már természetes lett a válás, egyre sűrűbben találkozunk egyszülős, illetve mozaik családokkal (Visontai-Szabó, 2018; Vekerdy, 2002).

2.1.2. Pszichoszociális fejlődés stádiumai

A szülők, esetleg a gondozók az elsődleges szociális környezete a gyermeknek, akikkel szemben bizalom kell kibontakozzon az első két évben. Ez az első periódus, mely az ősbizalom, vagy bizalom hiányban a bizalmatlanság ideje. Abban az esetben, ha a szülő kielégíti gyermeke igényeit, jelen van, mikor a gyermek szeretné, spontán kialakul a gyermekben az a fajta bizalom, mely képessé teszi arra, hogy kora előrehaladtával extrovertált, könnyen barátkozó, befogadó, nyílt személyiség váljék belőle. Amikor egy gyermek elhanyagolt, nem figyelnek rá, nem foglalkoznak az igényeivel, nem tud kialakulni az ősbizalom és a gyermekből introvertált, bizalmatlan, zárkózott felnőtt fog válni (József, 2009; Erikson, 1991).

2-3 éves korra tehető az autonómia időszaka, ez a második periódus, mely során önállósodás kezdődik meg. Képesse válik a gyermek a tudatos irányításra, önfegyelmet tud gyakorolni a teste felett, képes koordinálni cselekedeteit. Amennyiben a szülők támogatják ebben, a gyermekek megtanulják fegyelmezni magukat. Amikor viszont nagy jelentőséget tulajdonít a szülő a külső szabályozásnak, a gyermek önkontrollja nem lesz képes kialakulni (József, 2009; Erikson,1991).

Az óvodáskorra jellemző a kezdeményezés időszaka, ami a harmadik periódus. Ezen időszakban, azaz 3-6 éves kor között a gyermek mindenre kíváncsi válik, egyre jobban függetlenedik szüleitől és dominál benne a tapasztalatszerzésre való vágy. Amennyiben ez a törekvése szabad utat kap, és kedvére kísérletezhet bizonyos helyzetekben, nyitottá válik a világra, kreativitása szárnyalni fog és jóleső érzés lesz számára a saját produktivitása. Ha pedig nem nyer teret a próbálkozásaira, folyamatos lelkiismeret-furdalással fog küzdeni, bizonytalan lesz abban, hogy tevékenysége megfelelő-e mások számára (József, 2009; Erikson,1991).

6-11 éves korra tehető a negyedik periódus, a teljesítmény szakasza. Ezen időszakban a tanulásra, az iskolában való megfelelésre tevődik a hangsúly, a gyermek tevékenységét folyamatosan értékelik, valamint a gyerekek is vetekednek egymással. A gyermek az alapján ítéli meg magát, amilyen visszajelzéseket kap a környezetétől. Ha negatív visszajelzéseket tapasztal, esetleg kipróbálja magát különböző területeken, sportolni kezd, esetleg beiratkozik zeneiskolába, melyek sikerélményt hozhatnak számára. Ha viszont folyamatosan azt érzi, hogy nem elég jó semmiben, akkor frusztrálttá válhat és eluralkodhat rajta a kisebbségi érzése (József, 2009; Erikson,1991).

Identitáskeresés kezdődik az ötödik periódusban, ami a serdülőkor jellegzetessége. A kamasz keresni kezdi erősségeit, tudni akarja miben a legjobb. Komolyabban veszi ezeket a területeket és ennek köszönhetően megtalálja a saját útját. Amennyiben ez akadályokba ütközik, pl. nem érzi kompetensnek magát semmilyen területen, elbizonytalanodhat saját teljesítőképességében és nem fedezi fel saját szerepét a világban (József, 2009; Erikson,1991).

20-40 éves korra tehető a hatodik periódus, az intimitás időszaka. Ekkor jellemzően megjelenik a vágy a fészekrakásra, az ifjú megteremti a saját életét, a számára megfelelő értékrenddel rendelkező emberekkel tölt időt, megéli az intimitást. Amikor mindez akadályokba ütközik, az

egyén elhatárolódik az emberektől, társtalanná válik. Előfordul, hogy valaki önszántából választja a magányt, illetve az is, hogy a karrierjét virágoztatja a magánélete helyett (József, 2009; Erikson,1991).

40-60 éves kor között jelenik meg a hetedik periódus, az alkotóképesség időszaka. Ez a kor megfelelő arra, hogy a bővítsék ismereteiket, sikereket érjenek el a munkájukban, több területen kibontakozhassanak, melynek következtében elégedetté válnak az életükkel. Ezzel ellentétben stagnálás alakulhat ki, ha az egyén úgy érzi, hogy megrekedt az élete egy szinten és nem érzi képesnek magát az újításra (József, 2009; Erikson,1991).

60 éves korban jelenik meg az utolsó periódus, az integritás stádiuma. Ebben az életszakaszban következik a számvetés, a saját élet értékelése. Ha valaki elégedett azzal, ahogy élt, amit létrehozott, akkor nyugalmasan fogja leélni hátralévő életét. Amikor pedig az egyén elégedetlen az életútjával, nem érzi, hogy maradandót hozott volna létre, kétségbeesik, mert szembesül vele, hogy már késő módosítani mindezen (József, 2009; Erikson,1991).

Erikson szerint egy problémás helyzetet képtelenség egy huszárvágással megoldani, ugyanis azok az élet előrehaladtával újra és újra meg fognak jelenni, más és más alakban. Úgy vélekedett, hogy ugyan minden periódusnak megvannak a maga jellegzetességei, de egyik sem múlik el nyomtalanul a következő periódus megjelenésével, hanem valamilyen formában folyamatosan jelen vannak és az összes szakasz közreműködik a személyiségfejlődésben. Az epigenetikus elv szerint minden problémával való szembesülés esetén jelen vannak a korábbi periódusok eseményei, és ha sikerül megoldást találni az adott periódus problémájára, akkor a jövőben bekövetkező kríziseket is jó eséllyel meg fogjuk tudni oldani (József, 2009; Erikson,1991).

2.1.3. A szociális fejlődés színterei

A társadalomtudományokban a XX. század elején vált ismertté a szocializáció fogalma. Durkheim nevéhez kötődik a szocializáció szociológiai elmélete, mely szerint ebben a folyamatban az egyén elsajátítja azt a tudást, képességet, melynek hatására megtalálja önmagát, magabiztossá válik, reálisan látja az őt körülvevő közeget, megtalálja a helyét a világban és ezáltal lehetősége nyílik a társadalom normáit betartva a saját útját járni. A szocializáció folyamata indirekt módon is létrejön, nem csupán szándékos, akaratlagos elsajátítás

következménye lehet. A szocializáció végbe mehet indirekt módon, maga a nevelés viszont tervezett, akaratlagos tevékenység, melynek célja van, mely hatást gyakorol az egyén személyiségfejlődésére. A szocializáció akkor bontakozik ki, mikor az egyén és az őt körülvevő a környezet találkozik és kölcsönhatást gyakorolnak egymásra. A szocializációs folyamatban megfigyelhetjük az egyén szerepét, hogy beleillik-e a társadalomba, megnézhetjük az intézmények rá gyakorolt hatását, illetve megközelíthetjük a társadalom oldaláról, hogy annak szabályrendszere milyen úton elsajátítható számára (Berta és Csabai, 2018).

Vitathatatlan, hogy a szocializáció elsőszámú színtere a család, melynek dinamikája meghatározza a folyamatot. Itt sajátítja el az egyén a lényeges magatartásformákat, tapasztalja meg a bensőséges viszonyokat, információkat ad és kap, kialakul hovatartozása. Ezen a színtéren érik az első benyomások, melyek felkészítik őt a társadalom struktúrájára, megtanítják arra, hogy az elfogadott normarendszer alapján mi helyes és mi nem, valamint hatására képessé válik haladni a saját útján, illetve új utat keresni, ha nem érezné megfelelőnek azt, amin elindult. Itt szembesül többféle szereppel, azok helyével és tapasztalja meg az ezek közötti összefüggéseket, egymásra gyakorolt hatásukat. Itt találkozik a szeretettel, meghittséggel először, itt szembesül saját magával, itt engedhet teret erősségeinek, gyengeségeinek. Itt tanulja meg, mivel ösztönözheti és fékezheti, mivel ismerheti el és mivel szankcionálhatja magát, mivel koordinálhatja cselekedeteit. Megismeri az alapvető kommunikációs eszközöket és saját magát, az igényeit, vágyait, szembesül vele, hogy mi okoz számára problémát. A családban impulzusok segítségével megy végbe a tanulás, a családtagok szerepei pótolhatatlanok. Az itt megtapasztalt ingerekre épül a későbbiekben a világ meghatározása, melyen változtatni az idő előrehaladtával csupán nagy erőfeszítés árán lehetséges (Nagy és Tercsényi, 2012).

Másodlagos szocializációs közegnek tekintjük az iskolát, melynek feladata, hogy a diákok megtanulják, és készség szinten alkalmazni tudják azokat az ismereteket, melyek a társadalom számára elsődlegesek. Ezen a színtéren követelményeket állítanak az egyén elé és hatékonyságától, produktivitásától függően minősítik. Iskolai feladat továbbá a személyiség fejlesztése, a helyes értékrend alakítása, valamint a diákok megtanítása arra, hogy a feladatokból mindenki vegye ki a részét. Mindezek mellett a másodlagos szocializációs színtér feladata az is, hogy az egyén távolodni kezdjen érzelmileg a családjától, valamint alakítson kapcsolatot a vele egyidősekkel. A munkahely is a másodlagos szocializációs térhez tartozik, illetve nem egyértelműen meghatározott, hogy harmadlagos szocializációs térnek mondhatjuk-e a párkapcsolatokat, illetve a baráti kapcsolatokat (Nagy és Tercsényi, 2012).

2.2. Szociodemográfiai tényezők befolyása a serdülők mentális egészségére

2.2.1. A család egészségvédő hatása

Elementáris jelentőséggel bír mindenki számára a család, mely kialakítja hovatartozásunkat, formál, megtanít idomulni bizonyos helyzetekhez, segít megtalálni helyünket a világban, ösztönöz, hogy leküzdjük a mindennaposan elénk gördülő akadályokat. A szülőknek nagy befolyása van a gyermekek felett, példát és irányt mutatnak, alakítják értékrendjüket, megteremtik számukra a nyugodt háttérrel. Ahogy minden, a család funkciója is formálódik, ami hatással van a dinamikájára és az általa közvetített erkölcsrendre is. Bár irányító szerepe továbbra is jelentős, a hagyományos értelemben vett családi séma kevésbé meghatározó napjainkban. A gyermek számára nehézséget okoz a szocializációs folyamatban a szülők válása, mely lelkileg és fizikailag egyaránt befolyással van a rájuk. A család átrendeződése megváltoztathatja a gyermek szüleihez való viszonyulását, megrendülhet biztonságérzete, lazulhat a hozzájuk fűződő érzelmi kapcsolata. A kortársak patronálásának nagy jelentősége van a hétköznapi frusztrációkkal való megbirkózásban (Brassai és Pikó, 2007).

Ahogy módosultak az értékek, úgy módosult az életvitel, vele együtt pedig az egészség megőrzéséhez való hozzáállás is. Kockázati tényezőt jelent, ha a családtagok maguk is fogyasztanak alkoholt, élnek drogokkal, illetve dohányoznak, ugyanis ezek mintaként jelenhetnek meg a gyermek életében, azaz nem törvényszerű, hogy deviáns csoporthoz csatlakozik az egyén és ott ismerkedik meg különböző szerekekkel. A különböző egészségkárosító szerek használata jelenleg az ifjúkor nagy problémája, ugyanis önmagában is veszélyes a fogyasztásuk, ami kiegészül azzal, hogy hatásukra fokozódhatnak a lelki problémák, előhozhatnak reményvesztett állapotot, pánikot, kétségbeesést, reszketést. Azokban az esetekben, ahol a szülők nem túlzóan, de ellenőrizik kamaszkorú gyermekük tevékenységét, valamint határozottan elutasítják a különböző egészségkárosító szerek használatát, ritkábban válik függővé a gyermek. Nyilván ez sem jelent megoldást mindenki esetében, valamint a túlzó ellenőrzéssel a szülő gyakran épp az ellenkezőjét éri el, mint ami szándékában állt. Gyakrabban utasítja el a serdülő a szerhasználatot, ha stabil, meleg családi háttér áll mögötte, melybe ő maga is jól illeszkedik és ha a családja egyértelműen elutasítja az egészségkárosító szerek használatát (Brassai és Pikó, 2007).

Jellemzően 12-13 éves korban kezdenek ismerkedni a gyermekek a különböző szerekekkel, illetve 16 évesen azok illegális változataival. Kutatások bizonyítják, hogy a fiúgyermekek többször és gyakrabban cigarettáznak, valamint fogyasztanak alkohol tartalmú italokat, mint a leánygyermekek. Rizikót jelent a szerhasználat tekintetében, ha a szülők magasan iskolázottak, ha nincsenek anyagi nehézségeik és maguk is szerhasználók. Szintén kutatások eredményei bizonyítják, hogy a városok peremterületein élő kamaszkorúak gyakrabban szerhasználók, mint a városok beljebb lévő részén élő társaik. A kamaszkorúak hajlamosak a csapatszellem értelmében már pusztán azért kipróbálni különféle egészségkárosító szereket, mert ezt látják a többiektől, esetleg mások erre buzdítják őket. A kutatások eredményei szerint a különböző szerek kipróbálása, használata viszonylag ritkán történik otthon, jellemzően inkább a társas kapcsolatok befolyásolják ezirányú kíváncsiságukat (Brassai és Pikó, 2005).

Kovács és Pikó kutatásukban is bebizonyították, hogy a szülőktől érkező patronálás, erősítés, illetve a gyermek és szülei között lévő mély kapcsolat, valamint a család óvó, védő szerepe elengedhetetlen a megfelelő életvezetéshez. Miután a családban sajátítja el a gyermek az alapvető viselkedési mintákat, kétségtelen, hogy a család nagy hatással van a gyermekekre. A család szerepe az értékrend közvetítése, minek segítségével a gyermek képessé válik beilleszkedni a társadalomba. Ahogy az alapvető magatartási formákat és az emberekhez való viszonyulást is az elsődleges szocializációs térben tapasztalja, tanulja meg az egyén, úgy a káros szenvedélyekhez való hozzáállással, viszonyulással is ebben a közegben találkozik először, az onnan érkező ingerek lesznek számára az elsődlegesek. Megfigyelhető, hogy a serdülők körében egyre nagyobb teret nyer az egészségkárosító szerek használata, és ez a szám egyre csak növekszik. A kutatás azt bizonyította, hogy azokban a családokban, ahol a serdülőkorú gyermekek nem számíthatnak megfelelő mértékben a szüleikre, ahol nem elég szoros az érzelmi kötődés, gyakrabban fordul elő szerhasználat, mint a megfelelően funkcionáló családokban. A gyermekek fölötti kontrollnak nélkülözhetetlen óvó, védő szerepe van, mely, ha megfelelő gyakorisággal van jelen, kisebb mértékben következik be deviáns viselkedés. Ritkábban fordul elő azoknál a serdülőknél mentális probléma, ahol támogató családi háttér áll a gyermek mögött, ám a kontrollnak hátulütője lehet, hogy a kamaszkorú gyermek úgy érzi, nem bíznak benne eléggé és ettől meginog a családba vetett hite. A serdülők vágyják a szabadság érzését, úgy érzik, képesek önállóan döntést hozni és teher lehet számukra, hogy a szülő ellenőrzi, esetleg felülbírálja. A monitoring önmagában is feszültséget kelthet a serdülőben, ezért lényeges, hogy szilárd alapokon álljon a kapcsolata a szüleivel és érezze, hogy bíznak benne, támogatják és amit tesznek, kizárólag az ő érdekében történik. Ehhez nélkülözhetetlen, hogy a

szülők valóban bízzanak gyermekükben és ne vigyék túlzásba az ellenőrzések számát és mélységét. A túlzó ellenőrzés is kiválthat frusztrációt, szorongást a gyermekből. A tapasztalatok szerint gyakran fordul elő depresszív tünet olyan serdülők esetében, ahol túlzó a szülői kontroll, de az az elmélet is megállja a helyét, hogy a depresszív tüneteket mutató gyermek nagyobb figyelmet kap a szüleitől a problémái miatt, és ennek következtében magas a szám a depresszív tünetek és a szülők ellenőrzésének mértéke kapcsán. Ennek pontos megállapításához még további kutatások szükségesek. Kovács és Pikó vizsgálata a családból származó támogatásra és ellenőrzésekre, valamint a gyermekek egészségkárosító viselkedésére irányult, illetve kutatta a szülők szerepét a gyermekek körében kialakult egészségkárosító szerek használatában. Kutatásuk eredményeként azt a megállapítást tették, hogy nélkülözhetetlen a kiegyensúlyozott, határozott keretekkel funkcionáló, mégis rugalmas családi háttér, a szoros érzelmi kötelék gyermek és szülei között. Fontos a rendszeres kommunikáció, egymás támogatása, a bizalom, a mély érzelmi kötődés. Amennyiben egy család ennek megfelelően működik, a kisebb a mentális problémák bekövetkeztének kockázata, ritkábban tapasztalható depresszív tünet, azaz a család önmagában képes a mentális jóllét állapotának eléréséhez, megtartásához, ahhoz, hogy a serdülő pozitívan értékelje önmagát és az életét (Kovács és Pikó, 2010).

2.2.2. A nem megfelelő családi háttér hatása

Rizikófaktor jelent a család életében, ha valamelyik szülő mentális problémákkal küzd. Fontos tényező, hogy a probléma milyen hosszan van jelen. Krónikusnak mondható, ha fél évnél hosszabb ideje tart. Megfigyelték, hogy a gyermekek szorongóvá válnak, illetve zavarok mutatkoznak a fejlődésükben már abban az esetben, ha apjuknál vagy anyjuknál három hónapnál hosszabb ideje mentális tünetek tapasztalhatók. A szülőknek gyakran sok időre, évekre van szüksége arra, hogy belássák, emocionálisan, vagy mentálisan problémáik vannak. Míg ez megtörténik, a családban rejtélyes, nyugtalan, ingerült, frusztráló hangulat uralkodik, leginkább abban az esetben, ha a család nem kér segítséget, illetve ha a családtagokon nem veszi észre a tágabb környezet, hogy segítségre van szükségük, és így pl. a gyermek nem kap támogatást a segítő szolgálattól. A következő rizikófaktor, mely további mentális problémákat eredményezhet a családban, amikor a tünetek nem kirívók, ezért a mindennapi életük részévé válik, pl. hosszú időn át fennálló rossz hangulat egy válást követően. Ilyen esetekben is fontos felismernie a szülőnek, hogy támogatást kell kapnia neki és család többi tagjának egyaránt. Rizikót jelenthet a gyermekekre nézve, hogy olyan dolgokat talál normálisnak családon belül, amelyek a társadalmilag elfogadott normáktól távol állnak. Amikor egy gyermek eleve problémákkal küzdő családba születik, köztük nevelkedik, az lesz a természetes számára, amit

ott tapasztal, pláne, hogy kisgyermekként nincs feltétlenül rálátása más családok szokásaira. Ilyen tünet lehet pl. ha valamelyik szülő nem hagyja el a házat. Ennek következménye lehet, hogy bár életük zavartalan, a gyermek mégsem tapasztal meg olyan alapvető viselkedési szokásokat, melyre a társadalomba való beilleszkedésének idején szüksége lesz, ami a későbbiekben őt is megpróbáltatások elé vezethetik, aminek következtében megjelenhetnek mentális vagy emocionális problémák. Különbség aközött, hogy szomatikus vagy mentálisan beteg egyén él a családban, hogy a mentális problémákat gyakran rejtve tartják a családtagok, nem beszélnek róla, nem fordulnak szakemberhez. A gyermekben feszültséget kelt a szülője problémája és gyakran magát okolja a kialakult helyzet miatt. Erre ráerősíthet a szülő, ha olyan kijelentésekkel bünteti gyermekét, melyek magukban foglalják a gyermek bűnösségét. A gyermeknek lelkiismeret-furdalása lesz ennek következtében, mely a későbbiekben depresszív tüneteket idézhet elő. A mentális problémák rejtett fennállásának eredményeként zavar keletkezhet a gyermekben, ha érzékeli, hogy nem funkcionál a család jól, bár nincs kimondva, hogy probléma lenne, illetve akkor is, ha a gyermek egyedül érzi magát, de mivel nem beszélhet az otthoni helyzetről, nem kap támogatást senkitől. A rizikó erőssége a tünetek minőségétől, erősségétől függ. Az erős tünetek, a deviáns viselkedési formák negatívan befolyásolják a gyermek érzelmi állapotát, személyiségfejlődését. Megjelenhetnek PTSD-re jellemző tünetek, ha a gyermek bipoláris zavaros, skizofrén, esetleg borderline szindrómás szülő mellett nevelkedik. Tovább nehezítheti a helyzetet, ha szülő kivetíti gyermekére a problémát és bántalmazza, vagy nem foglalkozik vele. A bántalmazott gyermekek gyakran küzdenek mentális problémákkal a koruk előrehaladtával. Nem elhanyagolható tényező, hogy mennyi idős a gyermek, aki mentális tüneteket tapasztal a családban. Egy kisgyermek kevésbé képes megvédeni magát mind testileg, mind lelkileg, illetve a félelem, a frusztráció megbetegítheti, hátráltathatja az egészséges fejlődésben. Tovább nehezítheti a gyermek helyzetét, ha mind a kettő szülőjénél mentális problémák tapasztalhatók. Ilyenkor 40-50% esélye van annak hogy a gyermek örökölte a hajlamot. Természetesen az öröklődés, mint rizikófaktor már akkor is fennáll, ha csupán az egyik szülő érintett mentális problémával. Mentális problémák nem csupán örökletes úton alakulhatnak ki. Ha az egyén folyamatos stressznek van kitéve, ha a teher, amit cipel, túl nő rajta, akkor megjelenhetnek a mentális problémákra utaló tünetek. Az a gyermek, akinek a szülője mentálisan sérülékeny, gyakran frusztrált és fiatal kora ellenére olyan feladati vannak, olyan helyzetekkel találkozik, amire nincs érzelmileg felkészülve, minek következtében maga is esélyesebben kezd tüneteket produkálni, mint az egészségesen funkcionáló családban nevelkedő társai. A szülők, mind, aki problémákkal küzd, mind aki a társát támogatja gyakran nem veszik elég komolyan, hogy a gyermekük minek van kitéve az

ilyen történetekben. Úgy vélekednek, hogy a gyermek semmit nem tapasztal a szülő problémájából, lévén eltitkolják előle. A gyermekek a szülők hiedelmeivel ellentétben pontosan érzik, hogy probléma áll fenn a családban, és mivel nem tud kire támaszkodni ebben a számára is nehéz időben, magányosnak érezheti magát. Ebből kifolyólag elsődleges feladat kell legyen megértetni a szülőkkel, hogy gyermekük hátrányt szenved és ha a saját problémájuk mellett nehéz is, de fókuszálniuk kell a gyermekigényeire. A szülők mentális problémái következtében a gyermek hosszan tartó, már-már általánosan fennálló frusztrációkkal, feszültséggel, illetve számtalan más tünettől reagálhat. Mivel a tünetek sokfajta, egymástól egészen eltérőek lehetnek, gyakran még a szakemberek számára sem egyszerű feladat felismerni, hogy mi áll a gyermek tüneteinek hátterében. Az egészen kicsi gyermek pl. sokat sír és késés tapasztalható a beszédfejlődésében, esetleg a kognitív fejlődésében is, valamint nem kötődik biztonságosan a szülőjéhez. A nagyobb, 3-14 éves gyermekek esetében a viselkedésükben tapasztalhatunk problémát, illetve gyakran nem képesek a koruknak megfelelően teljesíteni az óvodában, iskolában. A kamaszkorú gyermekek tünetei hasonlóak a koruknak megfelelő, és normálisnak tekinthető tünetekhez, ám ha túlzottan izolálja magát egy kamasz, ha hirtelen távolodik el a családjától, gyanítható, hogy valamiféle probléma húzódik a háttérben. A gyermek lelki stabilitása érdekében segíteni kell őket abban, hogy megértsék, a szülei viselkedése nem ellen irányul, hanem a betegség következménye. Valamint lehetőséget kell teremteni számukra, hogy megfogalmazhassa és megélhesse bánatát, dühét, amit a családja miatt érez. Fontos, hogy a gyermek segítséget kapjon a környezetétől, tanáraitól, szakemberektől. Minden gyermeknek igénye van a békés, biztonságot gyújtó családi háttérre. A szakembernek fel kell mérnie, hogy mit tud tenni annak érdekében, hogy a család megfelelő módon közelítsen a gyermek felé a problémás időszakban is, tájékoztatnia kell a szülőket, hogy gyermekük igényeit a nehéz pillanatokban is szem előtt kell tartaniuk. A gyermek vágyja, hogy szükségletei kielégítésre kerüljenek, amit ha a szakember sem tud megértetni a szülőkkel, be kell vonjon esetleg segítő szolgálatot. Minden gyermeknek megvan a maga dolga, tennivalója minden életszakaszban, és nem egészséges, ha a gyermeknek a szülei problémáival kell küzdenie, amikor felcserélődnek a szerepek és a gyermekek olyan dolgokban lesznek akaratlanul illetékesek, melyekre nem értek meg, ennek következtében pedig a legkevésbé sincs lehetőségük gyerekek lenni. (Lassú, Glauber és mtsai, 2011; Pál, 2012).

A válás hatása

Amikor válás következik be egy családban, elkerülhetetlen, hogy a gyermek sérüljön, lévén a családban történő szakadás hatást gyakorol rá, akármennyi idős is. A válást megelőző időszakban a gyermekek már érzékelik a feszült légkört, a megváltozott hangulatot, a szülei nyugtalanságát, feszélyezettségét abban az esetben is, ha a szülők nem veszekednek hangosan, illetve ha nem kommunikálnak gyermekeikkel a problémáikról. Ez az állapot legalább annyira megterhelő a gyermekek számára, mint az egyik fél elköltözése, esetleg a válás bekövetkezése. A kutatók nem értenek egyet abban, hogy a válás gyerekekre gyakorolt hatását befolyásolja-e, hogy hány évesek. A gyermekek gyakran talajvesztett állapotba kerülnek a szülei válásakor, haragot érezhetnek, felháborodást, veszteséget, bánatot, akár hosszú időn keresztül is. Annak érdekében, hogy a gyermekek minél előbb elfogadják szülei döntését és emocionálisan felépülhessenek, elengedhetetlen, hogy őszintén, koruknak megfelelően kommunikáljanak velük a szülei. Válaszoljanak a kérdéseikre még akkor is, ha azok esetleg fájdalmasak, vagy kellemetlenek. A kisgyermekek viselkedésére jellemző a válás bekövetkeztével, hogy tartani kezdenek a magánytól, ami stresszt okoz számukra. Ez a reakció nem ad okot pánikra, természetes, hogy a gyermek reagál a változásra. Komolyabb problémát jelent, ha visszaesést tapasztal a szülő a fejlődésben, esetleg evészavar tüneteit észleli, vagy pszichoszomatikus betegségek ütnek fel a fejüket. A kisiskolás gyermekek esetén gyakran fordul elő, hogy alul teljesít a válás hatására. Ez az állapot általában nem áll fenn hosszú ideig. Aggasztóbb tünet, ha a gyermek magatartása nagymértékben romlik, ha dühét agresszív megnyilvánulásokkal vezeti le, illetve ha elzárkózik a kortársaitól, kirekeszti saját magát, esetleg depresszív tüneteket produkál. A serdülőkorú gyermekek gyakran kíméletlenül nyilatkoznak a válás hatására szüleikről, vagy éppen szüleikkel. A kamaszkorú gyermek indulatossá válik és mérges szüeleire, ami szintén természetes reakciónak számít. Nagyobb mértékben mutatkoznak depresszív tünetek az elvált szülők gyermekei körében, mint az egészséges családokban nevelkedő gyermekek közt, illetve közülük is a leánygyermekek érintettek inkább. Válás esetén nagy problémát jelenthet, hogy a serdülő alkoholfogyasztóvá, vagy drogfogyasztóvá válik. Figyelemfelkeltő, ha egy kamaszkorú gyermek a szülei válását követően elfordul a másik nemtől, vagy éppen a másik véglet következik be, és szexuális kalandokban keres vigaszt. A válás következménye lehet a későbbiekben, hogy a fiúgyermek felnőtt korában nehezen tud megállapodni, fél elköteleződni. A leánygyermekek esetében jellemzőbb, hogy társfüggőség alakul ki. Kutatások történtek az irányba, hogy hat a válás a kamaszkorú gyermek önállóságának fejlődésére, együttérző képességére, türelmére, és a testvérek közötti kapcsolatra. A vizsgálatok eredménye azt mutatja, hogy ezeken a területeken pozitív irányba történik változás. Mindezek a személyiségfejlődés normális velejárói is, így nem lehet egyértelműen a szülők válásának

tulajdonítani, de szerepet játszik benne, hogy egy külső tényező felgyorsítja, vagy felerősíti a folyamatot. A szülő természete, jelleme, a gyermekeihez és az életéhez való hozzáállása, illetve a másik szülővel való kapcsolata alapvetőbb, mint a válás bekövetkezése. Ha a szülők a válás során és esetleg még utána is harcban állnak egymással, alapjaiban ingathatja meg a gyermekben a hovatartozás érzését és a személyiségfejlődésében fontos szerepet játszó éveket vehetnek el tőle a folyamatosan fenntartott idegeskedéssel, ingerültséggel. A serdülőkor feladata többek között, hogy szembesüljön önmagával, nemi szerepeivel, igényeivel, azzal, hogy milyen módon tud kapcsolatot alakítani. Mindez elengedhetetlen ahhoz, hogy a kor előrehaladtával megtalálják azt a társat, akit megfelelőnek érznek maguk mellett. Válskor éppen ezen a területen érznek erős frusztrációt a serdülők, kilátástalannak tűnhet számukra a jövő, elbizonytalanodnak, hogy ezek után ők maguk szeretnék-e egyáltalán családot alapítani. Ez annak a következménye, hogy nem szeretnék kitenni magukat annak, amin a szülei végig mentek, megkímélnék saját magukat és a még meg sem született gyermekeiket azoktól az ártalmaktól, amit ők maguk elszenvedtek. Válast követően fontos, hogy határokat szabjunk az esetlegesen újraszerveződő családban. Ez elengedhetetlen ahhoz, hogy szilárd, megingathatatlan és összetartó legyen az új család, legyen szó bármilyen jellegűről is. Mindenkinek megvannak a maga szokásai és épp elég nagy feladat összeegyeztetni, a korábban működő szabályokat az új tagokkal is elfogadtatni, esetlegesen új szabályokat alkotni. A serdülő számára különösen nehéz feladat elfogadni, hogy a szülőjének új társa van, pláne, ha annak az új társnak gyerekei is. Fontos, hogy az elvált szülők túl tudják tenni magukat kettejük történetén és a közös gyermekeik érdekében mindenki számára elfogadható kapcsolatot tartsanak fent egymással. A válast követően a legfontosabb, hogy a szülők ne rivalizáljanak egymással, hogy mindenkinek sikerüljön feldolgoznia a veszteséget és a gyermek szoros érzelmi kapcsolatban tudjon maradni az anyjával és az apjával egyaránt (Stipkovits, 2020).

2.3. Serdülőkori változások hatása a lelki egészségre

Kamaszkorban hangsúlyossá válik az önállóság és a valahova tartozás egyensúlyának megtalálása. Annak érdekében, hogy hatékonyan támogatni tudjuk ennek a korosztálynak az adaptációját, tisztában kell lennünk a szokásokkal, melyben a serdülő nevelkedett, tapasztalatokat szerzett. Ennek érdekében érdemes körül járni, hogy a kamaszok mennyire látják reálisan magukat, mi a véleményük a lelki egészségükről, milyen kapcsolatot ápolnak a kortársaikkal, a családjukkal, mennyire elhivatottak bizonyos területeken, milyen hatással vannak rájuk a szociális különbségek. A serdülőkorban fennálló viselkedési problémákat okozhatja többek közt erőszakos habitus, zárkózottság, egészségkárosító szerek használata, beilleszkedési probléma, a tananyag elsajátításának nehézsége, az alacsony életkorban gyakorolt, illetve a rizikós szexuális élet. Mindezek mögött örökletes tényezők, illetve az egyént

körülvevő szűkebb, illetve tágabb környezetének szokásrendszere is állhat. Annak ellenére, hogy a családon belüli viszonyok átrendeződnek serdülőkorban, az apa és az anya változatlanul nagy jelentőséggel bír a gyermek számára. Az érzelmi kötelék kamaszkorban kevésbé kiszámítható, mint az azt megelőző életkorokban, hatása mégis jelentős. Érzelmi jóllét szempontjából a szociális kapcsolatok szerepe elementáris minden életszakaszban, de nem mindig ugyanaz a rendeltetése. Serdülőkorban leginkább a tudásszerzés, az önismeret elérése, saját határaik megtalálása a cél, a társas viszonyokban is a kíváncsiság, az új ismeretek, ingerek keresése az elsődleges. Kimagasló szerepe van kamaszkorban a baráti kapcsolatoknak, melyek a számtalan pozitív hatásuk mellett gyakran veszélyforrást is jelentenek. Azt, hogy milyen módon reagál egy kamasz az őt ért nehézségekre, a saját habitusa, a környezetéből érkező ingerek, és a baráti kapcsolataik összessége befolyásolja. Azok a serdülők, akik rendelkeznek kellő magabiztossággal, tisztában vannak képességeikkel, a baráti kapcsolataikban is kevésbé befolyásolhatók. A nemek tekintetében a fiúk esetében gyakrabban fordul elő, hogy figyelmen kívül hagyják a társadalmi kötelezettségeket, nehéz számukra a beilleszkedés, többször mutatnak rendellenes viselkedést, a lányok esetében pedig sűrűbben találkozni kedvetlenséggel, elkeseredettséggel, reményvesztett állapottal. Serdülőkorban fontossá válik az anyagi helyzet, a szülők státusza. Azok a kamaszok, akik nehéz anyagi körülmények közt élnek, ahol a szülőknek nincs munkája, gyakrabban mutatnak deviáns megnyilvánulásokat, kevésbé látják derűsen az életüket és a jövőképeket. Fontos számukra a környezetük róluk alkotott véleménye, mellyel kapcsolatban a megjelenésük, a magukról mutatott látszat nagy jelentőséggel bír. A jó tanulmányi átlag sikerélményt jelenthet számukra, sokuknak lehet kapaszkodó a nehéz helyzetekben. Pozitívan hat a serdülőkorú diákokra, ha jó kapcsolatot ápolnak pedagógusaikkal, ha tudnak kihez fordulni az iskolán belül, mikor nehézségük akad. A fiúk tekintetében inkább az a jellemző, hogy a szüleikkel kommunikálnak bizonyos családi programok keretein belül spontán, nem tervezetten, míg a lányok keresik a lehetőséget a társalgásra mind otthon, mind az iskolában (Pikó, 2012).

2.4. Pszichopedagógus szerepe a gyermekek lelki egészségében

A serdülők számára a legnagyobb stresszt az iskola okozza. A végeláthatatlan megfelelési kényszer, az egymást támogató társas kapcsolatok hiánya, az oktatási rendszer diktálta elvárások mind hozzájárulnak ahhoz, hogy mentálisan leterheltnek érezzék magukat. A közismereti tudásukra kíváncsi az iskola, számít a fizikumuk, a sporteredményeik, a versenyek során megszerzett elismerések száma, de egyre kevesebb figyelmet szentelnek a diákok mentális egészségének megőrzésére. Pedig az iskolának nagy szerepe van a lelki egészség kialakulásában, megőrzésében. Elsődleges cél kéne legyen, hogy a tanulók, a tanárok, az iskola teljes személyzete jól érezze magát az iskolai közegben, és a szülők is biztosak legyenek benne, hogy gyermekük a számára leginkább megfelelő intézményben végzi tanulmányait (Balogh és Tóth, 2005).

A nehezen beilleszkedő diákok kommunikációs képességeiben gyakran ugyanúgy elmaradás tapasztalható, mint a szociális vagy a tanulási képességeikben. Sokakra jellemző a korai iskolaelhagyás, melynek legnagyobb hátránya, hogy végzettség nélkül kezdik meg önálló életüket, melynek következtében gyakran nem találnak számukra megfelelő munkát, megélhetésük bizonytalansága okán pedig gyakran kerülnek az igazságszolgáltatás rendszerének látókörébe, illetve nehezítetté válik a társadalomba való beilleszkedésük. A többségi pedagógiával szemben a pszichopedagógia következetesen alkalmazott eszközei nagyban hozzájárulhatnak a nehézségek leküzdéséhez. Az én megerősítése, a gyógyító nevelés, a tanulás során mutatkozó elmaradások korrigálása, a pszichés traumák feldolgozásának segítése, a helyes életvezetés és a reális önértékelés alakítása nagyban hozzájárul ahhoz, hogy a nehezen beilleszkedő gyermek helyzete pozitív irányba változzon.

Nemzetközi viszonylatokat tekintve például Spanyolországban az alapozó tanárképzésre épül a pszichopedagógia oktatása, mely végzettség megszerzése után a pszichopedagógus az oktatásban nyújt tájékoztatást a diákok, pedagógusok és szülők számára. Spanyolországban a pszichopedagógia képzés során a nevelés és oktatás módszertana tölt be meghatározó szerepet. Argentínában, a pedagógiai munka során alkalmazandó pszichológiai ismeretek miatt alapképzésen oktatnak pszichopedagógiát a pszichológia karon. A hallgatók a tanulással kapcsolatos nehézségek felismeréséről, az elkerülés fontosságáról és javaslatokról, iránymutatásról szereznek ismereteket. A képzés során a pszichopedagógus hallgatók gyakran vesznek részt a pszichológia szakot hallgató diákokkal ugyanazon előadásokon. Argentínában a pszichopedagógia egy független terület, a diploma megszerzése után a pszichopedagógusok általában iskolában vagy kórházban kapnak állást, akárcsak Brazíliában. Magyarországon hosszú út vezetett odáig, hogy a pszichopedagógia fontosságát a közoktatásban tevékenykedő pedagógusok is felismerjék, lévén a magatartási problémákkal, valamint a tanulási nehézségekkel küzdő gyermekek az ő munkájuk során is jelen voltak, vannak. Napjainkban leghangsúlyosabban a felismerés és az ellátás a feladatuk, leginkább az alkalmazkodási készség zavarával küzdő gyermekek körében, valamint azoknál, akiknek oktatása, nevelése problémákba ütközik. Fontos feladatuk a prevenció és a támogatás, az önbizalom kialakítása, a nevelési hiányosságok redukálása, a biztatás, a felzárkóztatás. Segítséget kapnak általuk az érintett gyermekek az őket ért megrázkódtatások feldolgozásában, a személyiségük további épülésében, tanulási nehézségeik felismerésében, azok korrekciójában. Magyarországon jelenleg pszichopedagógust alkalmazhatnak óvodákban, iskolákban, kollégiumokban, ezeken túl egészségügyi, gyermekvédelmi, szociális, valamint gyermekjóléti feladatokkal foglalkozó területeken (Kereki és Pichler, 2017).

Gyakran az iskolára hárul a feladat, hogy segítse a gyermeket azon hiányosságok csökkentésében, melyek a családtól elvárt, ám esetenként elmaradt nevelésből adódóan alakulnak ki. A szülők és az intézmény között gyakran nincs kellően erős, illetve sok esetben semmilyen kapcsolat. A család dinamikáját a viselkedésével jelképező diákokkal nem minden esetben tud hatékonyan boldogulni egy ezen a területen kevésbé jártas tanár. Ha biztosítjuk a feltételeket, a diákok sok esetben reálisan tudják szemlélni a környezetüket, illetve saját magukat. A kamaszok elhatározásai általában az önismeretükön múlnak. A tanár pozitív hatást gyakorolhat a diákokra azzal, ha támogatja önmaguk megismerésében, elfogadásában, illetve az ok-okozati viszonyok megértésében. Jó, ha a diákoknak lehetősége van kifejezni érzéseiket, megfogalmazni gondolataikat. A tanárnak nem feladata megmondani a diáknak, hogy annak melyik tervét véli kívánatosnak, ellenben segítse a diákot az erősségeinek felismerésében, hogy azokon keresztül ő maga találja meg az útját. Fontos, hogy a diákok felismerjék, hogy minden döntésüknek következménye van, és azokért maguknak kell felelniük. Ehhez segítséget nyújthat a tanár azzal, ha időt szán rájuk, meghallgatja és motiválja őket, valamint a valós véleményét reagálja a diákok felismeréseivel kapcsolatban. Tradicionálisan a tanár elsődleges célja a tudás átadása, és gyakran nem biztosítja a diákok számára az érzelmi megerősítést, mely segítség lenne számukra a jobb eredmény elérése érdekében. Az ilyen esetekben nem elvárható, hogy érzelmileg befogadó, önmaga előre jutását szervezni tudó, az előtte álló feladatokhoz megfelelően viszonyuló személyiség kerüljön ki az iskola falai közül. A pszichopedagógus átfogóan, teljes körűen nézi a diákot, annak minden erősségével és nehézségével és azok szem előtt tartásával segíti önmaga megismerésében. Fontos, hogy érdeklődéssel forduljon a diákokhoz, felismerje, hogy miben tud a segítségükre lenni, legyen empátikus, támogató. Bátorítsa őket, amikor bizonytalanok magukban, vagy egy helyzetben, de ne irányítsa őket döntéshozatal esetén. Legyen ideje a diákokra, figyelemmel hallgassa őket, kommunikáljon egyértelműen és lényegre törően. Célravezető, ha bizonyos időközönként, vagy ha lehetőség van rá, akkor sorozatosan lehetőséget biztosít arra, hogy a diákok elmondhassák problémáikat, beszélhetnek nehézségeikről, és ha beszélgetések, kérdések, játékok segítségével megismerik saját magukat. Fontos, hogy minden téren életszerű célokat tűzzön ki maga elé a diák. Ha a tanulás szemszögéből közelítjük a dolgot, nagy jelentősége van a diák jövőjének tervezése kapcsán annak, hogy olyan szakmát válasszon magának, ami érdeklődési körének megfelelő, valamint az azzal kapcsolatos tervei összhangban legyen képességeivel, készségeivel. Sajnos nem ritka, hogy a diákok nem tulajdonítanak kellő jelentőséget a saját érdeklődési körük, nehézségeik, képességeik felismerésére, amik nagyban befolyásolnák döntéseiket,

elhatározásaikat, céljaikat. Ilyen, és hasonló helyzetekkel szemben is segítséget jelenthet a pszichopedagógussal történő társalgás, tanácskozás, a diákok erősségeinek és gyengeségeinek feltárása, az átgondolt, irányított beszélgetések segítségével önmaguk megismerése. Nagy jelentősége van a diákok jövője szempontjából, ha a számukra szükséges támogatás segítségével képessé válnak reális célok kitűzésére, azok produktív módon való elérésére mind rövid, mind hosszútávon. Azt, hogy mennyire érzik majd elégedettnek magukat nagyban befolyásolja, hogy rálelnek-e önmagukra, a számukra testhezálló foglalkozásra (Bagdy és Telkes, 2002).

3. ANYAG ÉS MÓDSZER

Kutatásomhoz, hogy széleskörben választ kapjak a kérdéseimre, az interjúkészítést éreztem a legalkalmasabbnak. Szerettem volna megtudni, hogy milyen problémákkal találkozhatnak a szakképző iskolában tanuló diákok a mindennapokban, és hogy mi az oka annak, hogy gyakran fordulnak az oktatóikhoz tanácsért olyan kérdésekben, ami jó esetben otthon, családi körben kellene felmerülni. Kíváncsi voltam, hogy mi alapján választanak bizalmi személyt az iskolában, hogy megfogadják-e a tanácsokat, amiket kapnak, hogy szeretnék-e fejlődni, önismeretre szert tenni, vagy az általuk igényelt beszélgetések célja inkább a tanóra alóli kéretőzés lehetősége, esetleg a figyelem középpontjába kerülés. Összefüggést kerestem az szülői érdektelenség, az elhanyagoltság és az iskolai segítségkérés számának összefüggésében. Feltételeztem, hogy azok a diákok, akik mögött érdeklődő, támogató családi háttér áll, ritkábban keresik a felnőttek társaságát az iskolában, illetve kevesebb esetben fordulnak problémával az oktatóikhoz.

Kutatási kérdéseim a következők voltak:

1. Mitől válik valaki segítőtvé, bizalmi személlyé a serdülők szemében?
2. Milyen jellegű segítséget szeretnének kapni a serdülők a környezetüktől?
3. Melyek azok a tényezők, melyekkel elveszítheti egy felnőtt a serdülők bizalmát?
4. Kit tekintenek elsősorú bizalmi személynek a serdülők?
5. Milyen jellegű változást tapasztaltak a serdülők, miután segítségért fordultak felnőtthöz?

Az interjú fő kérdéscsoportjai a következők:

1. A bizalmi személy főbb ismérvei
2. A bizalmi személytől várt segítség típusa, jellege
3. A bizalom elvesztésének főbb ismérvei
4. Bizalmi személyek a serdülők körében
5. A segítségnyújtás hatása a serdülőkre

Kutatásom során tizenkettő szakiskolás diákkal készítettem interjút, az interjúalanyok közül nyolc fő sajátos nevelési igényű. Hat fő lány és hat fő fiú, közülük öt fő gyermekvédelmi

támogatásban részesül, akik közül két fő hátrányos helyzetű és egy fő halmozottan hátrányos helyzetű. Öt fő helyi lakos, egy fő kollégista, hat fő a környező települések valamelyikéből jár iskolába, tömegközlekedéssel.

Az interjú alanyok mindegyike családban él, közülük két fő esetén váltak el a szülők, illetve egy fő esetén az édesapa meghalt. Ők az édesanyjukkal és nevelőapával, illetve testvérekkel, féltestvérekkel élnek. Az interjúalanyok közül öt főnek van idősebb testvére, akik már nem élnek a családdal, közülük négy fő rendszeresnek érzi a kapcsolattartást a már elköltözött testvérrel. A tizenkét főből három fő esetében fordul elő, hogy egy háztartásban élnek nagyszülővel, unokatestvérrel, illetve egyéb rokonsági fokú személlyel.

Az interjú alanyok közül két fő orientációs osztályba jár, két fő 9. évfolyamon, négy fő 10. évfolyamon, három fő 11. évfolyamon és egy fő 13. évfolyamon, érettségiző osztályban tanul. Közülük egy fő 10. évfolyamos tanuló másodszakmai képzésen vesz részt, illetve egy fő 10. évfolyamon tanuló diák évisméltó. Szakmákat tekintve az interjú alanyok közül két fő gépjármű mechatronikusnak, két fő szakácsnak, egy fő pincérnek, egy fő cukrásznak, egy fő festőnek, egy fő asztalosnak, egy fő karosszéria lakatosnak tanul. Az érettségi előtt álló diák asztalosként végzett korábban iskolánkban, illetve a két fő orientáció osztályos diák a következő tanévben kezdi meg szakképző iskolai tanulmányait.

Az interjúalanyok kiválasztása során arra törekedtem, hogy minél különbözőbb területeken tanuló, más-más érdeklődési körből, különböző szociális helyzetből ékező tanulók válaszait rögzítsem. A fiúk és lányok aránya tudatosan lett ugyanaz.

Az interjút megelőzően mindegyiküktől megkérdeztem, hogy lenne-e kedvük válaszolni kérdésekre, nagy vonalakban vázoltam, hogy milyen témában, és elmondtam, hogy a beszélgetésünkről felvételt készítenék. Biztosítottam róla őket, hogy a nevük nem fog szerepelni sehol, a személyük nem lesz beazonosítható az interjúból készült írásos dokumentációból, a felvételt pedig nem mutatom meg harmadik félnek. Elmondtam, hogy milyen célból készülne az interjú, illetve tájékoztattam őket, hogy nagyjából mennyi időt vesz igénybe. Mindegyikük készségesen állt a feladathoz. A kiskorúaknak szülői beleegyező nyilatkozatot osztottam és megkértem őket, hogy beszéljenek a szülőkkel otthon mindarról, amit elmondtam nekik és amennyiben a szülők nem érzik akadályát az interjúnak, aláírva legyenek kedvesek visszaküldeni a nyomtatványt. Időpontot egyeztettünk mindannyiukkal és a 12 interjú nagyjából 2 hét alatt bonyolódott le a diákok különböző elfoglaltságának köszönhetően. Az interjúk a fejlesztő szobában valósultak meg, zavaró tényezők nélkül. Néhány diákot az első percekben még feszélyezett, hogy felvétel készül a beszélgetésünkről, de ők is oldódtak viszonylag gyorsan. Az interjút követően mindegyikükkel belehallgattunk a

felvételbe, mosolyogtak a hangszínükön, többen mondták, hogy meg sem ismerik a saját hangjukat.

A kérdéseket és a válaszaikat táblázatba gyűjtöttem és az alapján vontam le következtetéseket.

4. EREDMÉNYEK ÉS ÉRTÉKELÉSÜK

4.1. A bizalmi személy főbb ismérvei

„Egy mai tizenéves nagy bajban lehet, ha nincs rendes, stabil családi háttere vagy egy olyan közeg, ahol kapaszkodókat kereshetne, találhatna. Egy fiatal ma lépten-nyomon arról szerezhet tapasztalatot, hogy bármit meg lehet tenni, bármit meg lehet úszni. Tizenévesen nagyon könnyen, pillanatok alatt el lehet tűnni a süllyesztőben, ilyenkor mindig feltehetjük a kérdést mi, felnőttek, hogy kinek a felelőssége lenne megmenteni ezeket a kallódó kamaszokat?”(Stipkovits, 2020, 11. o.)

A diákok számára fontos, hogy olyan felnőttet válasszanak bizalmi személynek, aki rájuk tud hangolódni, akit érdekel a sorsuk, a problémájuk, akiben megbízhatnak, aki irányt tud mutatni számukra. Kezelje őket partnerként a bizalmi személy, legyen nyitott, empátikus és támogató. Az 1. kérdéscsoport első kérdésével arra kerestem választ, hogy számít-e a serdülők körében a bizalmi személy kora. Ez a kérdés megosztja a diákokat.

„Számít a kor. Fontos, hogy már felnőtt legyen, azaz elmúlt 18 éves, de ne legyen idősebb 30 évesnél. Legyen idősebb nálam, de ne legyen idős.” Így vélekedik erről a kérdésről az egyik 17 éves diáklány, aki olyannyira korban magához közel álló személlyel tudja elképzelni a nyílt, őszinte beszélgetést, hogy viszonylag korai életszakaszban határozza meg a felső korhatárt is. Ennek az az oka, hogy úgy érzi, megérett az önállóságra, szeretné minden területen kibontakoztatni magát és ugyan vannak az életében olyan területek, melyekkel kapcsolatban szívesen fogad tanácsot és örömmel beszélget róluk, de úgy gondolja, az idősebb korosztály túl határozottan mutat irányt, és mondja meg, hogy mi a helyes és mi nem. *„Ne mondja meg senki, hogy mit kell csinálnom. Nem baj, ha mond lehetőségeket, vagy elmeséli, hogy csinálta ő, de nem kell papolnia.”* Ennek a diáklánynak idős szülei vannak, illetve 5 testvére, akik közül ő a legfiatalabb, és akik közül már senki nem él velük, ellenben már többet családot alapítottak. A szülei sokat tapasztaltak a nagyobb testvérei mellett, és neki már nem hagyják, hogy a maga tempójában bontogassa a szárnyait, hanem rendszeresen elmondják a véleményüket, irányítani próbálják, ami a lány számára teher. A szigorúan meghatározott kor, melyet egészségesnek érez a bizalmi személy tekintetében, a testvérei korát testesíti meg.

„Legyen fiatal, nem is tudnék csak úgy beszélgetni egy öreggel.” Egy 16 éves fiú válaszolt így a az 1. kérdéscsoport első kérdésére. Kérdeztem róla, hogy nem gondolja-e, hogy egy idősebb felnőtt már többet tapasztalt, és esetleg több szempontból van rálátása az adott helyzetre, mire

azt válaszolta, hogy „*lehet, de nekem ez nem számít*”. Édesanyja még kiskorú volt, mikor az említett diákot világra hozta. Az édesapja elhagyta őket, mikor a fiú 2 éves volt, és évekig nem volt komoly párkapcsolata az édesanyjának. Az édesanya fiatal életkora meghatározó a fiú számára.

„*Valamilyen szinten nekem nem számít, hogy mennyi idős. Persze ne legyen hű, de idős, mert könnyebben beszélek úgy, ha a felnőtt mindent ért, amit mondok, de szerintem nem ezen múlik a legjobban, hogy megbízok-e benne.*” Ezt a választ egy 16 éves diáklánytól kaptam, aki úgy gondolja, hogy alapvetően nem a felnőtt korán múlik, hogy bizalmi személlyé választaná-e, mégis hozzáfűzte, hogy megkönnyítené a kommunikációt számára, ha a felnőtt korban közelebb lenne hozzá. Számára ennek az az oka, hogy úgy véli, az idősebb korosztály nem feltétlenül naprakész a ma kamaszainak világában és megnehezítené a beszélgetést, ha be kéne mutatnia az adott felnőttnek a szokásaikat, a számára természetes mindennapjaikat.

Egy fő válaszolta azt, hogy számára fontos, hogy sokat tapasztalt legyen az a felnőtt, akitől tanácsot kér, akihez bizalommal fordul. Nyugdíjas, féltő szülei vannak, ő a legfiatalabb a családban, idősebb testvérei már nem élnek velük. Ő így fogalmazott: „*Szerintem jó, ha idősebb embertől kérünk tanácsot. Egy fiatalabb még nem tud annyit, lehet, hogy nem is figyel annyira arra, amit mondunk neki. Szerintem az idősebbeknek több idejük van és jobb tanácsokat is adnak.*” Válasza jól tükrözi a családjuk dinamikáját. Az idősebb testvérek távol élnek, ritkán látogatják őket, ennek okán a szülők minden szeretetükkel a 19 éves fiút halmozzák el. Autóval hozzák iskolába minden reggel és gyakran jönnek is érte, hogy ne kelljen sétálnia. Figyelnek rá, mindig van rá idejük. A fiú az iskolán kívül nem is ápol kapcsolatot kortársaival, így nem meglepő, hogy elképzelhetetlen számára, hogy egy korban hozzá közelebb álló személynek bizalmat szavazzon. A serdülőkör jellegzetessége az identitáskeresés, ebben a korban kellene megtalálnia az erősségeit, a saját útját. (József, 2009) Ennek a fiúnak az esetében a túlféltő szülőknek köszönhetően a fiú nem keresi, hogy miben a legjobb, nem érzi magát kompetensnek semmilyen téren, nem kíváncsi a saját szerepére a világban, nem keresi a saját útját.

Az 1. kérdéscsoport első kérdésére adott válaszok alapján a diákok egy részének számít, hogy milyen korú a felnőtt, akihez fordulnak, de többségüknek nem.

A 12 interjúalany közül 8 főnek egyáltalán nem mérvadó a bizalmi személy kora, az ő válaszaik között több átfedést is találtam.

3 fő véleménye az, hogy könnyebben találják meg a közös hangot a korban hozzájuk közelebb álló személyekkel.

A válaszadók közül egy fő számára fontos, hogy a bizalmi személy idős legyen.

Vannak, akik úgy érzik, könnyebben értenek szót egy korban inkább hozzájuk közelálló felnőttel, míg valaki úgy gondolja, hogy az idősebb korosztálynak több a tapasztalata, ezért hitelesebbek számára, de a diákok többségének nem számít a bizalmi személy kora. Vannak ellenpéldák, de a többség számára nem fontos, hogy mennyi idős az a személy, akivel bizalmasan, őszintén beszélgethetnek.

Az 1. kérdéscsoport második kérdésével arra kerestem választ, hogy számít-e a bizalmi személy neve a serdülők körében.

A 12 interjúalany közül 11 fő azt válaszolta, hogy teljes mértékben mellékes, hogy fiú vagy lány az a személy, akinek bizalmat szavaznak. A legtöbb példa alapján sokkal fontosabb tulajdonságok dominálnak a bizalmi személy kiválasztásakor a szakképzésben tanulók számára az általam készített interjúk alapján, mint a nemük.

Az egyik 16 éves diáklány így fogalmazott: „*nem fontos a neme, de azért jobban meg tudnék bízni egy nőben.*” Az ő válasza alapján talákoztam azzal a példával, hogy valaki könnyebben teremtené bizalmi kapcsolatot a saját nemével megegyező személlyel.

Az 1. kérdéscsoport harmadik kérdésével arra kerestem választ, hogy számít-e a bizalmi személy beosztása a serdülők számára.

A 12 főből 11 fő azt válaszolta, hogy nem számít. A diákok többségének nincs ilyen jellegű elvárása a bizalmi személlyel szemben. „*Szerintem azokkal a felnőttekkel jó beszélgetni, akivel el lehet bolondozni. Mindegy, mi a munkája, csak legyen jó fej.*” Közülük 2 fő kiemelte, hogy ugyan számukra nem fontos, hogy mi a bizalmi személy státusza, de mindketten megemlézték, hogy a portással nagyon kellemesen el lehet beszélgetni.

Egy fő vélekedett úgy erről a kérdésről, hogy számára fontos, hogy akihez tanácsért fordul, tanár legyen. „*Nem osztanám meg bárkivel a problémámat. Tanároktól szívesen kérek tanácsot, mert tanultak ilyeneket, meg biztos találkoztak már sok mindennel. A takarítónővel például nem beszélgetnék problémákról.*” Ő volt az egyetlen válaszadó, aki számára jelentőséggel bír, hogy magasabb iskolai végzettsége legyen annak a személynek, akihez tanácsért fordul.

Meglepő volt számomra, hogy a 12 fő válaszadó közül csupán egy fő számára van jelentősége annak, hogy az iskola valamely tanárától kérjen tanácsot, segítséget a számára problémás helyzetben. Ugyanakkor az is meglepetés volt számomra, hogy a 12 főből ketten is kiemelték a portást, mint bizalmi személyt. Mivel a portás a további kérdések alkalmával is megemlézésre került, a vele kapcsolatos következtetésemre a későbbiekben térek ki.

Az 1. kérdéscsoport negyedik kérdésével arra kerestem választ, hogy a serdülők szerint milyen személyiségjegyek jellemzőek a bizalmi személyre.

„Az én szememben olyan ember lehet bizalmi személy, aki semmilyen információt nem ad át rólam senkinek, olyat sem, ami még nekem sem fontos, nem lényeges. Nem mondja el olyan embernek sem, akinek mindent el szokott mondani, még akkor sem, ha megkérdezik tőle, hogy miket meséltem el neki. Semmi más nem számít, csak hogy hallgasson meg és senkinek ne árulja el a titkaimat. Legyen őszinte, kedves, megértő, más nekem nem számít.” Ezt a választ egy 16 éves lány adta, akinek a szavaiból egyértelműen kiderül, hogy zéró toleranciával áll az áruláshoz, és frusztrálja a tudat is, hogy esetleg beszél róla valaki, akit ő a bizalmába fogadott, akár olyan dologgal kapcsolatban is, ami még szerinte sem fontos.

Az egyik hátrányos helyzetű, 16 éves fiú válaszai alapján szintén kiderül, hogy rossz tapasztalatai vannak az emberekkel. Ő egy nem támogató családban él szüleivel és 2 testvérével, akik közül ő a legidősebb. Gyakran lesz dühös, indulatos, de könnyen visszazökkenthető, ha figyelmet szentelnek neki és elmondhatja mi bántja. *„Édesmindegy milyen az az ember, akinek elmondom a problémáimat, csak ne legyen flegma. Ha nem úgy kezel azonnal, hogy milyen szerencsétlen vagyok, hanem úgy, hogy ezt oldjuk meg és segít mindenben, normális, próbál segíteni, hogy gyorsabban elérjem a célom, akkor nekem már nem lesz vele bajom.”* Ez a vélemény jól tükrözi, hogy a fiú az odafigyelés helyett sok negatív kritikát, és sok elutasítást kapott. Úgy érzi, nem támogatják a céljai elérésében és nem is fontos számára, hogy figyelmes, empátikus, érdeklődő legyen az a személy, akinek bizalmat szavaz, hanem beéri azzal, ha nem ellenséges vele, nem bántja őt. Kortárs kapcsolatai az iskolai életre redukálódnak, de ott is gyakran keveredik konfliktusba. Igazságérzete magas, valamint sűrűn fordul elő, hogy vélt sérelmek miatt dühös, ingerült, és ilyen esetekben nem, vagy nehezen meggyőzhető azok ellenkezőjéről. A fiú az online térben talált vígaszt, barátainak tekint számára teljes mértékben ismertlen embereket. Eltántoríthatatlanul kapaszkodik a közös játékidőkhöz, melyek gyakran belenyúlnak az éjszakába. A szülőket ez nem zavarja, hiába az iskola, valamint a gyermekjóléti szolgálat munkatársának többszöri felhívása az online tér veszélyeire. A fiú számára nincs jelentősége, hogy kivel osztja meg a problémáit, illetve ez számára nem is kitárulkozást jelent, hanem inkább az aktuális konfliktus megosztását valakivel. Az egyik fiúnak egészen konkrét válasza volt arra, hogy milyen személyiségjegyeket hordozzon az az ember, akiben ő bizalmi személyt láthat. *„Elsősorban a személyisége, hogy hogy viszonyul másokhoz, leginkább ismeretlen emberekhez. Hogy amikor látja, hogy valaki bajban van, oda megy-e segíteni, vagy inkább elkerüli azt az embert. Ha valaki segít a bajban lévő idegeneken, akkor biztos azokon is segít, akiket ismer. Szerintem az ilyen emberekben meg lehet bízni.”* A

meghatározás alapján ő egy konkrét személyről beszélt általánosítva. A szimpátia megjelenése után kapcsolatba került az említett személlyel, akit azóta a bizalmasának tud és aki nem okozott csalódást neki.

A válaszadók véleményében vannak átfedések azzal kapcsolatban, hogy milyen személyiségjegyek alapján választanak maguknak bizalmi személyt, ám ami legtöbbször került említésre, az az, hogy a bizalmi személy legfontosabb tulajdonsága a kedvessége. „*Csak az számít, hogy kedves legyen. Jó, meg legyen megbízható is, de leginkább kedves.*” Válaszaik megmutatják, hogy mennyire ki vannak éhezve a figyelemre, a törődésre, arra, hogy foglalkozzanak velük, a problémáikkal, és mindezt úgy, hogy partnernek tekintik őket és nem okoznak csalódást. Nem okítják folyamatosan, nem akarnak velük harcolni, nem hangoztatják, hogy nem elég jók, hogy mit kellett volna másként csinálniuk, hanem kedvesek, megértőek velük. „*Legyen megértő és kedves.*” A kamaszkorúak keresik az útjukat, próbálgatják a szárnyaikat, és gyakran megbotlanak, irányt tévesztenek. „*Fontos, hogy megbízható legyen és segítsen, ha bajban vagyok.*” Ebben a helyzetben nagy segítség számukra, ha nem szembesítik folyton a botlásaikkal őket, hanem empátikus, megértő hozzáállást tanúsítanak velük szemben, és előlépnek a háttérből, ha szükség van rájuk. Ugyanakkor veszélyforrás is, hogy a kamaszok könnyen megbíznak abban, akik kedvesek velük. Egy fiatal, aki tele van kétségekkel, és csupán arra vágyik, hogy valaki kedves legyen vele, könnyen rossz útra téríthető. Nem ritka, hogy deviáns magatartást mutató szubkultúrával kezd szimpatizálni, amelynek akár rövidtávon, akár a későbbiekre nézve negatív következményei lehetnek számára.

4.2. A bizalmi személytől várt segítség típusa, jellege

„A fejlődésünknek a kulcsa pedig az, hogy megtanulunk szólni akkor, amikor nem megy. Persze ezzel látszólag még kiszolgáltatottabbá tesszük magunkat, mert a szavak távolságot teremtenek, megadják a félreérthetőség és kigúnyolhatóság lehetőségét. Ezért is van az, hogy amikor valaki bajban van, gyakran nem szól. Nem kér segítséget.” (Pál, 2012, 361. o.)

A 2. kérdéscsoport első kérdésével arra kerestem választ, hogy a szakképző iskolában tanuló serdülők a bizalmi személlyel való folyamatos kapcsolattartást igénylik, vagy inkább arra vágnak, hogy legyen kihez fordulniuk, amikor problémájuk adódik.

A diákok véleménye ebben a kérdéskörben sem egységes. Sok múlik a habitusukon, a problémákhoz való hozzáállásukon, a szociális háttérükön.

A diákok többsége megkönnyebbül, ha figyelmet kap problémás helyzetben egy felnőttől. Legtöbbjüknek pillanatnyi segítségnyújtásra van szüksége, fontos számukra, hogy érezzék, van

kire számítaniuk mikor gondjuk van, van, aki meghallgatja őket, aki támogatást nyújt, tanácsot ad, irányt mutat.

Vannak ugyanakkor olyan diákok is, akik az iskola falain belül kapnak tanácsokat, akik az életük több területén is találkoznak nehéz helyzetekkel, és fontos számukra, hogy mélyen, őszintén beszéljenek ezekről. Számukra támaszt nyújthat egy-egy beszélgetés, egy figyelmes oktató, osztályfőnök, gyógypedagógus, védőnő. Örülnek, ha van lehetőségük rendszeresen kommunikálni az adott személlyel, ha folyamatos a kapcsolattartás. *„Szeretek többször beszélgetni azzal az emberrel, aki már ismer.”*

A 2. kérdéscsoport második kérdésével arra kerestem választ, hogy arra vágnak a szakképző iskolában tanuló serdülők, hogy meghallgassák őket, vagy szeretnének tanácsot kapni? Találkoztam olyan válasszal, ahol a diáklány pontosan megfogalmazta, hogy ő iránymutatást vár a bizalmi személytől, neki tanácsokra lenne szüksége az életvezetésével kapcsolatban. *„Azért mondom el a problémámat, mert nem tudom egyedül megoldani, vagy, mert mondjuk nem tudom, hogy jól csinálom, vagy nem. Nekem jó, ha adnak tanácsokat, mondanak mondjuk olyat, hogy ők hogy csinálták.”* Ő még nem elég magabiztos, támogatásra, megerősítésre van szüksége. A szüleitől is kap támogatást, de sokszor nem egyezik a véleményük és a lány szeretne nekik megfelelni, de közben érvényesíteni is szeretné a saját akaratát. Ez gyakran szül vitát otthon, mely helyzetekben a lány inkább megadja magát. A válaszából is érződik, hogy felnéz arra a személyre, aki figyelmet szentel neki, kíváncsi az ő példájára, arra, hogy más hogy reagálna, mit tenne egy bizonyos szituációban.

Egy másik diák hasonlóan vélekedett a kérdésről, ő is vágyja, hogy irányt mutassanak neki, de ő már attól is jobban érzi magát, ha meghallgatják. *„Leginkább azt szeretném, hogy tanácsot adjon, de ha véletlen csak meghallgat, és ki tudom adni neki minden problémámat, de nem tud adni tanácsot, akkor sem haragudnék meg rá, mert lehet nem tud tanácsot adni az ilyen problémákban, ami nekem van.”* Számára fontos, hogy figyelmet kapjon. Úgy érzi, sok problémával áll szemben az életének ezen szakaszán, és örül, ha segíti valaki ezen az úton. Szüksége lenne tanácsokra, támogatásra, de már az is megnyugtató, ha egy beszélgetéssel könnyíthet a lelkén.

Hasonlóan vélekedett az egyik 16 éves diáklány, akinek támogató családi háttere van, felnéz a szüleire, de nagyon ad az oktatói szavára is. *„Tanácsot kérek, vagy azt szeretném, hogy meghallgassanak. Néha jól esik csak úgy kiadni magamból, amit bánt.”* Ő egy nyugodt, szorgalmas diák, aki elsősorban magának szeretne megfelelni.

Vannak olyan diákok, akiknek jól esik kibeszélni magukból, ami bántja őket, és ezzel megnyugszik a lelkük, nem igénylik, hogy rendszeresen sor kerüljön az ilyen jellegű beszélgetésekre. *„Egyszeri alkalom, nincs rá szükség, hogy visszatérjünk olyan problémához, ami már nincs.”* Ezt a választ egy fiútól kaptam, aki könnyen túl tud lépni a dolgokon. Fontos neki, hogy legyen kire számítania ha problémája akad, de nem ragad bele a helyzetbe. Úgy gondolja, a problémák azért vannak, hogy megoldjuk őket. Tanácsot kér, tanul az esetből és nem foglalkozik vele a továbbiakban. Hasonlóan vélekedett erről a kérdésről egy másik fiú is. *„Csak hallgasson meg valaki, valakinek mondhasam el mi bánt, kicsit könnyebbüljek meg és utána tudjak magamon segíteni.”* Ő sem igényli, hogy rendszeresen megerősítsék, nem találja magát gyakran szembe problémákkal. Jól esik neki, ha kiadhatja magából az aktuális nehézségeit, mert már ettől sokkal jobban érzi magát. Nem várja, hogy tanácsokkal lássák el, maga szeretne ráérezni a megoldásra.

Az imént idézett fiú válaszából kiindulva térnék rá a 2. kérdéscsoport harmadik, illetve negyedik kérdésére, mely kérdésekkel arra kerestem választ, hogy milyen témában fordulnak segítségért felnőttekhez a szakképző iskolába járó diákok, illetve szeretnék-e, ha problémás helyzetben valaki intézkedne helyettük, vagy maguk oldanák-e meg inkább a problémáikat? Ő úgy fogalmazott: *„tudjak magamon segíteni”*. Ebben az életszakaszban különösen fontos, hogy önállóan cselekedjenek, hozzanak döntéseket, teremtsenek kapcsolatokat a maguk elvárásai szerint, és senki ne oldjon meg helyettük semmit, amire ők is képesek. *„Az intézkedést azt nem várom el, mármint hogy más csináljon bármit helyettem, inkább tanácsot szoktam kérni, hogy mit rontottam el. Ritkán, de néha azért megkérek tanárokat, hogy csak hallgassanak meg.”* Ezt a választ az egyik 16 éves fiú adta, akinek fontos, hogy legyen kire számítania, elfogad útmutatást, ötleteket, de a saját életében maga akar helyzeteket megoldani, legyenek azok a helyzetek akármilyen jellegűek is.

„Azt nem akarom, hogy bárki intézkedjen helyettem, csak adjon tanácsot. Hosszasan szeretnék beszélgetni, hogy elmondhasam részletesen, hogy mi a bajom, és szeretnék válaszokat is kapni. Nem szükséges, hogy többször is beszélgessünk a helyzetről, ha megoldódik. Ha megkérdeneznek, elmondom mi lett végül, de nem biztos, hogy magamtól is elmondanám.” A fiú, aki így vélekedett, fontosnak tartja, hogy a bizalmi személy alaposan ismerje a fennálló probléma alapját, hátterét, és a helyzet teljes ismeretében mutasson neki irányt, adjon tanácsot. Pillanatnyi megoldásra vágyik ilyenkor.

Iskolánk egyik tanulója, akinek szoros a kapcsolata a családjával, úgy gondolja, hogy vannak dolgok, amikről beszél az iskolában és vannak, amiket családon belül intéz. *„Hogy mit kéne*

csinálni egyes szituációkban, arról szoktam tanácsot kérni egyes tanároktól, de például az egészségről, vagy csajozás miatt nem.” Arra utalt, hogy olyan témákban, amelyek az iskolán belül történnek, ott keres megoldást, ott kér tanácsot, de nem viszi az iskola falai közé azokat a témákat, amik szerinte nem oda valók. Említette, hogy nem beszél az egészségről az iskolában. Erre kitértünk, miután fontosnak tartom az egészségnevelést, és az állandó felhívások, szemléltetések mellett minden tanéveben szervezünk egészségnapot, melynek keretein belül sok információhoz jutnak tanulóink. Megbeszéltük az interjút követően, hogy tudja, hogy az iskolában is kérhet segítséget, ha szükségesnek érzi, a védőnő is készségesen áll a diákok problémáihoz, de ő abban a szerencsés helyzetben van, hogy otthon mindenről tudnak beszélgetni, kap támogatást, és nem érzi szükségét, hogy az iskolában ilyen témákat érintsen. Többen kitértek arra, hogy az iskolában felmerülő konfliktusokat nem feltétlenül szeretnék önállóan megoldani. Az már az a terep, ahol jó, ha van felnőtt segítség, pláne, hogy ezek a konfliktusok tettelegességig fajulhatnak és nem szeretnék kitenni magukat egy ilyen helyzetnek. *„Nem szoktam itt segítséget kérni senkitől, mert nincs miért. Ha mondjuk valaki piszkálna, vagy bántana, akkor kérnék és akkor azt kérném, hogy csináljanak is valamit, de semmi másért nem kérnék itt segítséget.”* A fiúnak, aki ezt a választ adta, szerető, gondoskodó családja van. Ő megkapja azt a minőségű és mennyiségű támogatást otthon, amittől kiegyensúlyozottnak érzi magát az iskolában. Nem szeretne konfliktushelyzetbe keveredni és a válasza alapján azt gondolhatjuk, hogy ennek veszélye nem is áll fenn, lévén feltételes módon beszél egy ilyen szituációról, de azt belátja, hogy nem szeretne áldozatául esni egyik felbátorodott iskolatársának sem, ezért ha úgy érezné, hogy valaki kikezd, segítséget kérne iskolán belül és azt várná, hogy helyben oldják is meg a helyzetet. Miután az oktatók elvárása is az, hogy jelezzék a diákok, ha valaki kötözködik velük, ne önállósítsa magát senki egy ilyen szituációban, hagyják, hogy az osztályfőnök, vagy az iskola vezetése járjon el az ügyben, így a válaszadó fiú elvárása maximálisan megállja a helyét.

Egy másik diák is megemlítette, hogy az iskolai konfliktusok más górcső alá kerülnek. *„Ne intézkedjen senki helyettem. Ha az iskolában, valamelyik gyerekkel van probléma, akkor azért igen, mert itt nem intézkedhetek én egyedül, mert ez egy más helyzet.”* Ő nem azért kérne segítséget, mert ne tudná, vagy ne akarná maga intézni a helyzetet, hanem inkább azért, hogy ne kerüljön bajba az iskolában. Mivel úgy gondolja, hogy *„ez egy más helyzet”*, azaz az iskolán kívül nem kerülne el a konfliktust.

Az egyik diáklány azt emelte ki, hogy jóleső érzés számára, ha beszélhet egy felnőttel a családjáról, arról, hogy milyen problémákkal kell megküzdenie nap mint nap. *„A családi problémáimról szoktam beszélgetni, mert néha úgy érzem, hogy teljesen kicsinálnak otthon.*

Tudom, hogy nem változik tőle semmi, de nekem könnyebb, ha panaszkodhatok kicsit. Jó volt beszélni róla, hogy ahogy betöltöm a tizennyolcat, elköltözöm otthonról. Ezt otthon még nem tudják, de jó ezt már tervezgetni." Fontos számára, hogy segítse a jövője tervezésében egy felnőtt. Tudja, hogy a probléma forrásán nem tud változtatni, az édesapja alkoholizmusa megnehezíti az ő életét is, és az egyetlen lehetősége, hogy ezt a problémát ne kelljen tovább cipelnie az, ha elköltözik otthonról, miután nagykorúvá válik. Fontos számára a támogatás, amit az iskola falain belül kap. Tudatos, előrelátó diák, aki vágyja, hogy legyen kinek mesélnie a nehézségeiről, a terveiről. Sajnos számára nem adatik meg, hogy otthon támogatásban részesüljön. Az ő esetében az iskolában tapasztalt támogatás különösen nagy jelentőséggel bír. Az egyik fiútól azt a választ kaptam, hogy ő minden témában megtalálja azt az embert, akit leginkább kompetensnek érez az adott területen. *„Mindenkivel más dolgokról beszélgetek. Van olyan szakmai tanárom, akivel sokat beszélgetünk a céljaimról és hogy mit kéne tennem azért, hogy elérjem őket. De olyan tanárom is van, akivel arról szoktam beszélgetni, hogy mi van velem.”* Ő egy nyitott diák, közvetlen, szívesen társalog diákokkal, felnőttekkel egyaránt. Felismerte, hogy nem ért mindenki mindenhez, ezért ő azt az utat választotta, hogy több személytől kér tanácsot, többeknek mesél az élete különböző területeiről. Az ő esetében, illetve a hasonló esetekben a team munka különösen nagy jelentőséggel bír.

Mint már korábban, annál a kérdésnél is, hogy milyen témában fordulnának felnőtthez tanácsért, felmerült a portás neve. *„A portással sokat beszélgetek, mert ő is gamer, mint én, és ő mindig érti amiről beszélek, meg tanácsokat is ad, hogy hogyan kell kivinni egyes pályákat.”* Közös az érdeklődési körük, így a diák rendre kérdez tőle, amire a portás készségesen válaszol is. Jártas azokban a témákban, amik a kamaszkorú gyerekeket foglalkoztatják, így közkedvelt személy az iskolában. *"Tudja, szoktam gyúrni. Nem járok edzőterembe, de a portás szokott ötleteket adni, hogy miket csináljak."* Iskolánk portása személyi edzőként dolgozik másodállásban, ami szintén egy olyan terület, ami érdekes a serdülők számára, gyakran kérnek tanácsot, ő pedig szívesen osztja meg velük tapasztalatait, örül, hogy érdeklődnek a téma iránt. *"Szoktam beszélgetni a portással, tanácsot is kérek tőle, hogy mondjuk csesztetnek, és hogy mit írjak már nekik, hogy leszálljanak rólam."* A portás harminc év körüli, nyugodt habitusú férfi. Korban nem áll mesze a diákoktól, de mégis felnőtt. Komolyan veszi a diákokat, segít nekik, tanácsokkal látja el őket, azaz az egész személyisége válasz arra, hogy miért fordul sok diák hozzá, ha könnyítene a lelkén egy beszélgetéssel, vagy ha problémája akad.

A 2. kérdéscsoport ötödik kérdése arra irányult, hogy tudnak-e várni egy olyan időpontra a szakképző iskolában tanuló serdülők a beszélgetéssel, ami a másik fél számára megfelelőbb, a

legtöbbször azt válaszolták, hogy tudnak. „*Tudok várni egy jobb időpontra, nem mondom el másnak a problémámat, inkább annak, aki már amúgy is ismer. Igen, tudok várni.*” A tanulók nehézségeinek a megjelenése nincs szünetekhez, vagy lyukas órákhoz igazítva, ezért különösen fontos, hogy a helyzet komolyságától függően lehessen a bizalmi személlyel történő beszélgetést késleltetni egy olyan időpontig, amely mindkettőjüknek megfelel. Ha a szakképző iskolákat veszem alapul, az oktatók rendkívül leterheltek. A tanórákon túl az adminisztrációs tevékenységek, a tanórákra való felkészülés, a dolgozatok javítása, a diákok különböző versenyekre való felkészítése, az iskolai programok, ünnepségek szervezése mind-mind sok idejüket köti le. Nyilván mindenki szem előtt tartja a diákok érdekeit, de sajnos nem életszerű, hogy bárki szabadon tudja tenni magát a nap bármely pillanatában.

Iskolánk egyik tanulója, aki nehezen tartja kordában az indulatait és magas az igazságérzete, gyakran keveredik konfliktushelyzetbe az iskolán belül. Nem szokta kezdeményezni ezeket a helyzeteket, de gyakran hozzák ki a sodrából és ilyenkor hirtelen tud lenni. Ennek köszönhetően keveredett már verekezésbe, illetve több alkalommal azért nem fajult el annyira a helyzet, mert valaki közbeavatkozott az indulatos szóváltáskor. „*Vannak olyan problémák, amikkel nem lehet várni. Ha például van egy verekezés és én bepöccenek, akkor muszáj beszélgetnem, hogy lehiggadjak.*” Ez a fiú ismeri már magát annyira, hogy tudja, nyugalomra, figyelemre van szüksége, ha felbosszantják. Az ilyen, és hasonló esetekben úgy érzi, hogy azonnali segítségnyújtást igényel, nem tud megnyugodni önállóan, szüksége van rá, hogy valakivel beszélgethessen. Egy-egy ilyen eset felülír több mindent. Az említett fiú példája megmutatja, hogy vannak helyzetek, amikor a diákok igényeihez alkalmazkodva kell cselekednünk, mely rugalmasságot igényel tőlünk.

Miután ennél a kérdésnél is felmerült a portás, összeállt a kép a fejemben vele kapcsolatban. „*Tudok várni, de például ott van a portás, akivel mindig lehet beszélgetni, ő mindig ráér, vele szoktam a legtöbbet beszélgetni.*” A portás az esetek többségében ráér. Ott van reggel, ott van szünetekben, ott van, ha valakit kiküldenek óráról. Nem kell rá várni, rögtön ki tudja önteni neki a lelkét a diák, mikor problémája akad. A szünetekben nyüzsgés jellemző az iskolára, mély dolgokról olyankor nincs lehetőség beszélgetni. Ellenben reggel, mikor még csend van, és egészen az első tanóra való becsengetésig alig lézeng valaki az épületben, lehetőség van úgy megosztani a portással a gondolataikat, hogy nem igényel szervezést, időpontegyeztetést. A portás az első ember, akivel találkozik az iskolába belépő személy. Nincs portásfülke, éppen csak egy pult választja el őket egymástól. Elég részéről egy kedves szó, egy kérdés ahhoz, hogy a diák megálljon és beszédbe elegyedjen akkor is, ha nem nyomja semmi a lelkét.

Nagy segítség a diákoknak, ha van valaki, aki mindig elérhető, akihez fordulhatnak, aki meghallgatja őket, aki nem nevelési célzattal hallgat, aki nem okít. Korban közel áll hozzájuk, jártas olyan területeken, ami a kamaszkorúakat is gyakran érdekli.

4.3. A bizalom elvesztésének főbb ismérvei

„Minden interakciós partner befolyásol valamilyen érdekünket, és ha az interakciós partnerrel nem sikerül a megfelelő viszonyt kialakítani, félelem támad, hogy érdekünk veszélybe kerül.” (Buda, 1993, 290. o.)

A 3. kérdéscsoporttal arra kerestem választ, hogy mivel veszítheti el egy felnőtt a serdülők bizalmát, és közel ugyanazt a választ kaptam mindenkitől. *„Ha én valamit elmondok neki és ő elmondja másoknak.”*

A diákok számára rendkívül fontos, hogy a bizalmi személy ne okozzon csalódást, a rábízott információk nem kerüljenek ki harmadik fél számára. *„Hát, hogyha elárulja, amiket mondtam neki, ha továbbadja a titkaimat.”* Ezek a válaszok nem okoztak meglepetést, kortól függetlenül a kapcsolataink alapja a bizalom, ami egy sérülékeny terület. A serdülők körében gyakran megesik, hogy nem elég óvatosak egymással, könnyen osztanak meg olyan információt maguk közt, ami diszkréciót kívánna, majd jön egy félreértés, egy konfliktus és bosszúból a bizalmi személy továbbadja a rábízott információkat, titkokat. Az egyik interjúalany válasza egy konkrét esetet ír körül. *„Ha valaki engem ítél meg, mikor nem is én csináltam amiről szó van, amikor nem jár utána az igazságnak, csak elhiszi amit hall, és rosszul cselekszik.”* A válaszadó tanuló arckifejezése megváltozott, mikor ehhez a kérdéshez értünk. Kapkodva válaszolt, érezhető volt, hogy rossz emlékeket idéz fel benne ez a kérdés. Egy ilyen csalódás után nehéz lehet ismét megbízni bárkiben, pláne egy felnőttben. Az a felnőtt, az a tanár, akire felnéz a diák, aki tanácsot ad, aki értük van ott, olyan hibát követ el, hogy nem járja körül a problémás helyzetet alaposan, nem kérdez meg minden érintett felet, hanem döntés hoz félinformációk alapján, csalódást okoz. Nehéz minden helyzetben a maximumot hozni, nehéz mindig jól dönteni, pláne mikor egyazon helyzetről szöges ellentétei egymásnak az állítások. A legfontosabb, hogy ne veszítsük el a diákok bizalmát, ne okozzunk csalódást, ne érezzék úgy, hogy igazságtalanság érte őket. Legyen igényünk körül járni a témákat, amiben érintettek vagyunk valamilyen okból.

Az egyik válaszadó diák azt fogalmazta meg, hogy számára sokat jelent, hogy érez-e szimpátiát a felnőttel szemben, hogy a felnőtt jó példával jár-e előtte. Számára már azzal bizalomvesztés történik, ha felnőtt nem azokat az értékeket közvetíti, melyeket elvár a diákoktól. *„Hát azzal,*

ha nem úgy viszonyul hozzám, mint én hozzá, nem adja meg a tiszteletet, tőlem meg megköveteli, meg, ha olyat csinál, amit nem szabadna.” A diákok figyelik az őket körülvevő felnőtteket, tanárokat. A példánkkal nevelünk, ezért rendkívül fontosnak találom, hogy azokat a viselkedési formákat közvetítsük feléjük, amit magunk is helyesnek találunk és amit tőlük is elvárunk.

Az egyik diák egy kényes témára tapintott azzal kapcsolatban, hogy mivel veszítheti el a felnőtt a bizalmát. *„Talán abban, ha elmondanék olyat, amit még a szüleim sem tudnak, és elmondanám a szüleimnek vagy más tanároknak, vagy például egy gyermekvédelmisnek.”* A bizalmuk, a titkaik fontosak, ám vannak olyan témák, melyek megkövetelik, hogy további segítséget kérjen a felnőtt, a tanár. Ehhez ismernie kell a kompetenciahatárait, és szakemberhez fordulni, ha a diák problémája, nehézségei, gondolata túlmutatnak azon. A jó kommunikáció elengedhetetlen ahhoz, hogy a diák megértse, hogy vannak olyan problémák, melyek túlmutatnak egy oktató, egy osztályfőnök, egy portás kompetenciaterületein, mindezt úgy, hogy ne veszítsen bizalmat. Ha családon belüli erőszakról szerzünk információt, ha egy diákunknak olyan jellegű negatív gondolatai vannak, melyek veszélyt jelenthetnek önmagára, vagy a társaira nézve, ha megtudjuk, hogy valamelyik diákunk gyermeket vár, amiről a szüleinek nem szólt, nem tarthatjuk magunkban az információt akkor sem, ha a diák nem szeretne mással beszélni az adott helyzetről. Fontos, hogy tisztában legyünk vele, kihez kell irányítanunk a tanulót a bizonyos problémák tekintetében, illetve elsődleges feladat, hogy a diák fogadja el, hogy a bizalmi személye a javát akarja, azért irányítja szakemberhez, mert olyan jellegű segítségre van szüksége, melyet ő nem tud biztosítani a számára. Jó kapcsolatot ápolunk a helyi szakszolgálattal, akik rögtön biztosítanak pszichológus időpontot a diákjaink számára, ha jelezzük feléjük, hogy nagy szükség lenne rá. Mindig számíthatunk az iskolai szociális munkásra, aki sajnos hetente csak egy napot tölt iskolánk falai közt, de folyamatos a kapcsolattartás közte és köztünk. Elsődleges feladatunk mégis az, hogy a tanuló elfogadja a segítséget, hiszen hiába minden igyekezetünk, ha ő ellenáll. Megesett már, hogy a diák nem ment el az időpontra, amit a pszichológus biztosított számára, a szülővel közösen sem tudtuk rábeszélni, hogy fogadja el a segítséget. Olyan is előfordult, hogy miután az iskolai szociális munkás kapcsolatba került a diákkal, akiről megtudtuk, hogy családon belüli erőszak áldozata, a diák egy szerető, támogató családot vázolt fel számára, melyben nincs helye erőszaknak.

4.4. Bizalmi személyek a serdülők körében

„A kamasz hihetetlenül nagy őszinteséget igényel az összes többi embertől, és hihetetlenül nagy őszinteséget tud adni részben idegeneknek, a külvilágnak, részben barátainak- csak éppen a szüleinek nem.” (Vekerdy, 2002, 15. o.)

A kamaszkorú gyerekek számára rendkívül fontosak a barátok, a kortárs csoportok. Számít a véleményük, illetve hogy megbízhatnak egymásban. Emellett pedig vágyják a szerető, támogató családi háttérrel, hogy legyen rájuk idő otthon. A szakképző iskolás diákok egy része esetén nehezítő körülmény lehet a szülők esetleges alacsony iskolázottsága, a testvérek nagy száma, a mélyszegénység, a hátrányos, illetve a halmozottan hátrányos helyzet. Azok a diákok, akik olyan családból származnak, ahol kevésbé kíváncsiak egymásra a családtagok, ahol a szülők aktív társadalmi életet élnek, gyakrabban fordul elő, hogy a gyermek a családon túl keres magának bizalmi személyt.

A 4. kérdéscsoport első kérdéseivel arra kerestem választ, hogy van-e lehetőségük beszélgetni a szüleikkel a szakképző iskolában tanuló diákoknak, hogy kapnak-e segítséget otthon, ha problémájuk akad, illetve milyen reakciókat tapasztalnak, ha őszintén megnyilvánulnak otthon? Az 12 fő interjúalany közül 10 fő úgy gondolja, hogy kap támogatást otthonról, hogy tud beszélgetni a szüleivel, vagy legalább az egyik szülőjével. *„Anyával és apával is tudok beszélgetni. Ha valami rosszat csináltam, akkor mérgesek, ha meg jól, akkor örülnek.”* Többen kiemelték, hogy nem osztanak meg mindent a szüleikkel, de alapvetően tudnak egymásról és úgy érzik, számíthatnak a támogatásukra. *„Anyukámmal szoktam nagyon sokat beszélgetni. Ha nem értünk egyet, hagyunk egy kis időt és újra beszélünk. Én meggyőzhető vagyok, ő annyira nem. Sokszor segít nekem és örül, ha mesélek neki. Nem mondom, hogy mindent elmesélek neki, de azért sok mindent.”* Érdeklődő, támogató családja vannak annak a diáklánynak, akitől ezt a választ kaptam. Kiegyensúlyozott, szorgalmas, a választott szakma irányába elhivatott diák, fontos számára, hogy elégedettek legyen vele otthon, de a szorgalmának, a mindenben megmutatkozó hozzáállásának nem ez az alapvető mozgatórugója. Ő jó alapokkal indult otthonról és ennek következménye az iskolában is tapasztalható eredmény.

„Az édesapukámmal bármit meg tudok beszélni, de vannak olyan dolgok, amiket nem akarok elmondani neki így se. Megdöbben néha, ha például szerelmi témáról beszélek neki, de mindenben támogat.” Nincs azzal semmi baj, ha nem beszélnek meg a kamaszkorú gyerekek mindent a szüleikkel, amíg ezzel nem veszélyeztetik magukat, vagy társaikat. Nem baj, ha vannak titkaik, fontos, hogy megoldásokat keressenek a felmerülő problémákra, és hogy a maguk tempójában, fokozatosan váljanak le a szüleikről. Jó, ha van lehetőségük megosztani a szüleikkel, amit szeretnének, ha tudják, hogy számíthatnak rájuk, de fontos, hogy már önállóan is cselekedjenek, hogy nem várjanak minden döntésükkel kapcsolatban jóváhagyást. Amikor

nem mesélnék el valamit a szüleiknek, vagy nem tőlük kérnek tanácsot egy adott helyzetben, akkor már a saját autonómiájukat építgetik, a határaikat állítják fel.

„Anyukámban megbízom. Csak akkor segít, ha kérem a segítségét, különben hagyja, hogy egyedül csináljam. Általában megértően áll hozzám, ha elmesélek neki valamit, de nem mindig.” Két fontos részt emelnék ki ennek a diáklánynak a válaszából. Az egyik, hogy az anyukája akkor segít neki, ha ő kéri rá. Rendkívül fontos, hogy a szülő elég teret biztosítson a gyermeke számára és hagyja, hogy megtapasztalja a világot a maga igényei szerint. Ott van a háttérben és bármikor segít, ha a gyermekének szüksége van rá, de a háttérben tud maradni egészen addig, amíg a gyermek önállóan hozna döntéseket, önállóan oldana meg problémákat. Miután a tanulóink habitusában, a tanuláshoz, diáktársakhoz, oktatókhoz való hozzáállásában nagy eltérések tapasztalhatók, úgy gondolom, hogy ezt a fajta nevelési stílust sem lehet mindenkinél alkalmazni. Van, akinek nagyobb szülői jelenlétre van, vagy lenne szüksége ahhoz, hogy a társadalmilag elfogadott normák szerint élje az életét, illetve olyan esettel is találkozunk, ahol a szülőhöz fordul a már nagykorú tanuló minden nehézséggel, és ha a szülő akarna se tud a háttérben maradni. *„Anyukámmal szoktam beszélgetni. Segít a tanulásban is, meg mindenben. Ad tanácsot, kiáll mellettem minidig. Mondja, hogy ne törődjek vele, ha valaki piszkál, meg ilynek. Nincs olyan téma, amit ne tudnánk megbeszélni. Mással nem tudok mindenről beszélgetni, csak vele.”*-válaszolta egy fiú, aki mindenben az édesanyjára támaszkodik, és nem is szeretne változtatni ezen.

A másik, amit kiemelnék a diáklány válaszából, hogy az édesanyja nem minidig megértő. Nem lenne életszerű, ha egy sokat tapasztalt, több gyermeket felnevelt szülő minden esetben egyetértene a serdülő gyermekével. Adott eleve egy generációs különbség, ami az esetek többségében eredményez a másik fél számára logikátlan, érthetetlen cselekedeteket, elméleteket. Ezen felül a szülő sok esetben félti a gyermekét, ennek okán szintén előfordulhat, hogy bizonyos kérdésekben nem tudnak egyetérteni. Ebben a korban már kevésbé idealizálják a szülőket a kamaszok, aminek abból a szempontból is nagy jelentősége van, hogy felszínre törhessen valós személyiségük, amivel együtt jár, hogy nem értenek egyet mindenben. (Vekerdy, 2002)

Az interjúalanyok közül ketten nem érzik úgy, hogy támogatást kapnának a családban. Egyiküknek annyi rossz tapasztalata volt már otthon a beszélgetéseket követően, hogy jobbnak látja, ha inkább elkerülik egymást házon belül. *„Otthon mi nem szoktunk beszélgetni egymással, apámmal csak néha. Mindenki elvonul és csinálja a maga dolgát, tévéznek, én meg játszom. Ők nem kérdezik meg, hogy mi van velem, én meg nem mondom magamtól. Szerintem nincs rá idejük. Nem érint meg, hogy így élünk, nem vált ki belőlem semmit. Ha beszélgettünk*

régen, mindig veszekedés lett belőle, az meg nekem nem kell.” A válaszadó fiúval gyakran vannak problémák az iskolában, sokszor dühös, gyakran kialvatlan. Hátrányokkal jár, ha egy szülő nem nyújt kellő figyelmet a gyermekének, valamint megnehezíti a kamaszkorát azzal, hogy nincsenek szabályok az életében (Visontai-Szabó, 2018). A fiú azt állítja, hogy a családban uralkodó légkör nincs már hatással rá, ami az iskolában tapasztalható viselkedésével nincs összhangban. Ez a diák mindig keresi a felnőttek társaságát, sokat beszélget, közben pedig kevés a kortárs kapcsolata. Az osztálytársaival nem jön ki, gyakran keveredik konfliktushelyzetbe. A szülővel próbáltunk beszélni a helyzetről, de az ő állítása szerint otthon minden rendben van, figyelnek egymásra, tudnak a másikról, mindenki kiveszi a részét az otthoni feladatokból, megünneplik a születésnapokat, és támogatják egymást. Nyilvánvaló volt számunkra, hogy a szülő szépíti a történetet, így abból az irányból közelítve, hogy gyermekének alvászavara lehet, végül aláírta a pszichológus iránti kérelmet.

„Az apám iszik, az anyám meg tűri. Régebben anyámmal még beszélgettem, mindig ígérte, hogy elköltöztünk, meg hogy jobb lesz. Egyszer el is költöztünk, aztán meg visszamentünk. Most már nem szoktunk beszélgetni, szerintem anyám szégyelli.” Van az az élethelyzet, amikor egy gyermek nem tud lojális maradni a szülőjéhez. Amikor annyiszor nem voltak fontosak az ő érdekei, annyiszor okoztak neki csalódást a szerettei, hogy besokall és visszafordíthatatlanul kiábrándul. Ő egyedül van a családban a szüleivel, a testvérei elköltöztek otthonról amint lehetőségük nyílt rá. Úgy véli, nincs a családban senki, akire támaszkodhatna. *„Nincs senki a családban, akivel beszélgetnék. A testóimmal sincs köztünk bizalom”* Ez a diák túl korán szembesült azzal, hogy csak magára számíthat. Kér segítséget az iskolában, illetve a mai napig van olyan bizalmi személye, akit még az általános iskolából ismer és rendszeresen tartják a kapcsolatot. A felnőtteken túl pedig van egy barátnője, aki az élete mindennapos része és sok nehézségen segítette már át a támogatásával. *„Van egy gyerekkori barátom, találkozunk is mindennaposan, mindent megbeszélünk egymással. Nem is tudom, mi lenne velem nélküle”* Azt gondolom, számára különösen fontos, hogy megkapja azt a minőségű és mennyiségű támogatást, ami otthon nem adatik meg neki.

Kockázati tényezőt jelent, ha a családtagok maguk is fogyasztanak alkoholt, élnek drogokkal, illetve dohányoznak, ugyanis ezek mintaként jelenhetnek meg a gyermek életében. (Brassai és Pikó, 2007) Az interjúalany világszemlélete követendő példa lehet olyan kamaszoknak, akik családjában előfordul szenvedélybeteg családtag. Ő nem keseredett bele a helyzetébe, nem csapódott deviáns csoporthoz, nem követte az édesapja példáját, hanem kiutat keres az általa nem befolyásolható negatív körülményekből.

A 4. kérdéscsoport második kérdésével arra kerestem választ, hogy van-e olyan személy a serdülők családjában a szülők mellett, vagy a szülőkön kívül, akivel lehetőségük nyílik beszélgetni. A válaszadók többsége úgy gondolja, hogy szoros a kapcsolata valamelyik testvérével, kölcsönösen számíthatnak egymásra. *„A testvéremben is meg tudok bízni, sokat beszélgetünk.”* Akinek idősebb testvére van, ők többen felnéznek a tapasztaltabb testvérrre és elfogadják a tanácsaikat. *„A nővéremmel sokat beszélgetünk. Ő vitt el először konditerembe is, mert azt mondta, jó lenne nekem.”* Volt, aki a nagyszüleit emelte ki bizalmi személynek, bár nem mindennapos a kapcsolattartás közöttük. *„A mamámmal és a nagypapámmal is tudok bizalmasan beszélgetni, de nem találkozunk olyan sűrűn.”* Van olyan diák az interjúalanyok között, aki valamelyik közeli hozzátartozójával tud bizalmasan beszélgetni. *„A nenémmel sokat beszélek, ő jobban gondolkodik, mint anyukám.”* Akár a szűkebb, akár a tágabb családból érkező tanácsok is különös jelentőséggel bírnak a serdülők számára. Fontos számukra, hogy azt érzik, számíthatnak azokra az személyekre, akikhez tartoznak.

A 4. kérdéscsoport harmadik kérdésével azt szerettem volna megtudni, hogy úgy érzik-e a serdülők, hogy vannak baráti kapcsolataik. A válaszadók mindegyike úgy érzi, hogy vannak barátai. *„Barátaim vannak, ők osztálytársaim, de van, aki már általánosban is az volt. Hétfégen nem szoktunk találkozni, csak írogatni. Délután néha átmegyek egy barátomhoz, vagy ő hozzám. Inkább hülyéskedni szoktunk, meg focizni, beszélgetni annyira nem.”* Különböző mennyiségű és minőségű időt töltenek együtt, de egyikük sem érzi úgy, hogy egyedül lenne a világban, vagy ne lenne, akikre számíthat. *„Vannak barátaim az iskolában is, meg otthon is. El szoktunk menni például kosarazni a régi osztálytársaimmal. Bármiről tudunk beszélgetni, de inkább csak meghallgatjuk egymást.”*

Az iskola egy meghatározó színtér, a válaszadó 12 főből 11 fő úgy gondolja, hogy az iskolán belül is vannak barátai. *„Az iskolában vannak barátaim, néha délután is szoktunk találkozni és hétfégen is. Online meg egyfolytában tartjuk a kapcsolatot.”* Jellemző a mai serdülőkre, hogy online mindig elérhetőek, ott a különböző üzenetküldő felületeken, illetve a közösségi médiában is sok mindent osztanak meg egymással. Ennek megvan a maga pozitív, de annál is több negatív oldala, amire most nem térnék ki.

Egy diák esetében tapasztaltam a válaszadók közül, hogy a barátai mindegyike online játékok során szerzett kapcsolat, akikkel sosem találkozott. *„Vannak barátaim, együtt játszunk. Bejelentkezünk délután, és el szoktuk mesélni, hogy kívül mi történt aznap. Én nem nagyon mesélek, a többiekkel jobb dolgok történnek, mint velem.”* A fiúnak már az a tudat is megnyugtató, hogy tartozik valakihez. Ritkán mesél nekik magáról, mert úgy érzi, silány az

élete és nincs mit megosztania a napi történésekkel kapcsolatosan, ellenben jó hallgatóság, valamint az említett barátainak ugyanaz az érdeklődési köre, mint neki, így van közös témájuk. Az iskolában is van 1-2 diák, akikkel a szüneteket tölti, de nem tartják a kapcsolatot az iskolán túl, vagy csak online, ha valami iskolával kapcsolatos kérdésük lenne a másikhöz. Azok a kamaszok, akik nem kapják meg a számukra szükséges figyelmet otthon, gyakran az internet világában keresnek vigaszt maguknak. (Visontai-Szabó, 2018)

Az egyik diáklány, aki alapvetően bizalmatlan a kortársaival szemben, úgy érzi, hogy vannak barátai, sőt akad köztük olyan is, akit a többiekénél közelebb érez magához, de úgy véli, egy barátságban sem lehet elég biztos az ember soha. *„A legjobb barátnőm mindenben mellettem van. A barátság ott kezdődik, hogy mindent megosztunk egymással, de mindig figyelni kell, hogy a másik nem fordít-e hátat nekünk, vagy nem mondja-e el a titkainkat.”* Ez a diáklány szorong az árulás gondolatától és valószínűsíthető, hogy bár úgy véli, a barátok mindent megosztanak egymással, ő mégis óvatosan közelít és féltve őrzi a legmélyebb gondolatait, érzéseit. Többször okozhattak már neki csalódást és úgy gondolom, hogy inkább nem mutatja meg minden oldalát azoknak sem, akiket a legközelebb érez magához, mint hogy ismét meg kelljen tapasztalnia a csalódás érzését.

A 4. kérdéscsoport negyedik kérdésével arra kerestem választ, hogy van-e olyan felnőtt az iskolában, akihez fordulni tudnak, ha szükségesnek érzik. A 12 interjúalany mindegyike úgy érzi, hogy van olyan felnőtt az iskola falain belül, akire számíthat, akit megkereshet, ha problémája adódik, illetve többen mondták, hogy nem is egy. A legfontosabb, hogy tudják, van kire számítaniuk az iskola falain belül is. Érzik, hogy miattuk vagyunk ott, hogy a tanításuk mellett a lelki jóllétük is fontos számunkra és mindenre találunk közösen megoldást.

4.5. A segítségnyújtás hatása a serdülőkre

„A fejlesztő beszélgetések során a cél az, hogy időszakosan, ha mód van rá akkor rendszeres lehetőséget adjunk a tanítványainknak a szisztematikus önvizsgálatra, amelynek során szabadon kifejezhetik szükségleteiket, megbeszélhetik érdeklődésüket és személyes gondjaikat, dilemmáikat és feszültségeiket, megvizsgálhatják erősségeiket, végiggondolhatják céljaikat és lehetséges választásaikat.” (Bagdy és Telkes, 2002, 116. o.)

Az interjúalanyok mindegyike fordult már oktatóhoz segítségért valamilyen témában a válaszaik alapján. Ezeknek a megkereséseknek a többsége nem véletlenszerűen történik, hanem

eleve egy olyan oktatót keres meg a problémájával, nehézségével a tanuló, akit valamilyen okból kifolyólag közel érez magához, akivel szimpatizál.

Az 5. kérdéscsoport kérdéseivel arra kerestem választ, hogy milyen benyomások érték őket, ha felnőttökhöz fordultak segítségért.

A válaszadók többségének pozitív tapasztalatai vannak azzal kapcsolatban, ha segítségért fordulnak egy tanárhoz. *„Teljes mértékben pozitív tapasztalataim vannak, nagyon sok mindenben segítenek. Meghallgatnak és tanácsot adnak, megpróbálnak segíteni, hogy nekem mindenben jó legyen.”* A többség úgy érzi, hogy számíthat az iskola dolgozóira, hogy sokat tesznek azért, hogy megkönnyítsék a diákok mindennapjait. *„Meghallgatott, adott tanácsot és én azt megfogadtam. Segített nekem, igazából közösen oldottuk meg a helyzetet.”* Ha egy diák bizalommal fordul az iskola bármely dolgozójához, akkor az megpróbál a lehető legtöbbet tenni a diák ügyében. Ha nem érzi kompetensnek magát az ügyben, akkor további segítséget kér, a legkevesbé sem zárkózik el a segítségnyújtás elől. *„A legtöbb tanár normálisan adott útmutatást, hogy mi lehet a megoldása a problémának. Volt olyan tanács, ami segített és volt, ami nem. Azt gondolom, hogy az itteni tanárok és dolgozók mindent, ami tőlük telik, azt megteszik. Vannak persze kivételek, de nekem nincs negatív tapasztalatom.”* A válaszadó fiú megemlítette, hogy vannak kivételek. Ahogy diákok mindegyikétől nem várhatunk el mindent ugyanúgy, úgy az oktatóktól sem. Nem mindenki jó hallgatóság, nem mindenki alkalmas bizalmi személynek, segítőnek lenni, miközben lehet, hogy rendkívül jó oktató a maga szakterületén.

A 12 fő interjúalany közül 2 fő említett negatív példát a segítségnyújtással kapcsolatban. Mindkét negatív tapasztalat az általános iskolában érte őket, bár ennek nincs különösebb jelentősége. *„Jó lett volna, ha meghallgatott volna engem is és a másik gyereket büntette volna meg.”* Az ő esetében a pedagógus nem járta alaposan körbe a problémás helyzetet és a fiú úgy érzi, igazságtalanul büntették meg őt. Azt mondta, helyre tette már magában ezt a történetet, de nagy csalódást okozott akkor számára. Nem vesztette el a felnőttekbe vetett hitét, máig megesik, hogy tanácsot kér felnőttektől, jelenleg az oktatóitól is, de a korábbi években tapasztalt negatív élményének köszönhetően a végletekig kerüli a konfliktusokat.

A másik negatív tapasztalatról egy diáklány mesélt. *„Sokszor segítettek már nekem, kaptam tanácsokat, de nem minidig volt pozitív a tapasztalatom. Volt, aki meghallgatott, de úgy éreztem, hogy nem figyelt rám eléggé, nem éreztem azt, hogy akarna segíteni.”* Ő gyakran beszélget az oktatóival, rendszeresen kér tanácsot az osztályon belül kialakult konfliktusok miatt akkor is, ha ő nem részesen ezeknek a helyzeteknek. Az iskolai eseteken túl gyakran mesél a családjáról, az életéről, azaz a korábbi negatív tapasztalat őt sem vetette vissza. Az ő

példájával is alátámasztható, hogy nem mindenki alkalmas arra, hogy a diákok az életük nehézségeiről beszélgessenek vele. Az oktatók egy részénél a kiégés tünetei tapasztalhatók, illetve vannak, akik úgy vélik, mindenki a saját életének kovácsa, az iskolában az a feladat, hogy a diákok tanuljanak, az oktatók pedig, hogy oktassanak. Nem mindenki tekinti szívügyének a diákok mentális támogatását.

5. KÖVETKEZTETÉSEK ÉS JAVASLATOK

A szakiskolába járó diákok többségének fontos, hogy bizalmi kapcsolatot tudjon magáénak, akár diáktárssal, akár felnőttel. Fontos számukra, hogy a szülő büszke legyen eredményeikre, fogadja el barátaikat, esetleg szerelmüket, mégis utat tör magának az önértékelés fontossága és a kortárs kapcsolatok véleménye, támogatása, együttérzése (Vekerdy, 2002). Az önérvényesítésük része az is, hogy maguk találjanak bizalmi személyt, aki felnőtt esetében nem feltétlenül a szülő. A felnőtt bizalmi személy kiválasztásánál a szimpátia, a példamutatás, a felnőtt által közvetített értékrenddel való azonosulási szándék a mérvadó. Fontos számukra, hogy figyeljen rájuk az a személy, akinek bizalmat szavaznak, ne okozzon csalódást, őrizze a rábízott titkokat, adjon tanácsot a kérdéses helyzetekben, lehetőleg többet, hogy a serdülőkorú gyermek azt érezze, van választási lehetősége. Ne intézkedjen helyette semmiben senki egészen addig, amíg azt ő maga is képes megtenni. Legyen elérhető, érdeklődő, de ne tolazkodó. A diákok többségének nem számít, a bizalmi személy státusza, sem a neme, sem az életkora, ellenben számít a habitusa, a segítőkészsége. Az interjúk kérdéseire kapott válaszok alapján azt a következtetést állapítottam meg, hogy a nehéz szociális környezetből érkező diákok gyakrabban kérnek segítséget, tanácsot az iskolában, mint azok a diákok, akik támogató családi körben élnek. A családnak, mint a szocializáció elsősorú színterének rendkívül nagy jelentősége van mindenki életében. A szülőknek nagy befolyása van a gyermekek felett, példát és irányt mutatnak, alakítják értékrendjüket, megteremtik számukra a nyugodt háttérrel. A szülőktől érkező patronálás, erősítés, illetve a gyermek és szülei között lévő mély kapcsolat, valamint a család óvó, védő szerepe elengedhetetlen a megfelelő életvezetéshez. A család szerepe az értékrend közvetítése, minek segítségével a gyermek képessé válik beilleszkedni a társadalomba (Berta és Csabai, 2018). A szülők esetleges alacsony iskolai végzettsége, illetve elhanyagoló magatartása mellett a kamaszkorú gyermek nem kapja meg a mentális jóllétéhez szükséges támogatást, motivációt, valamint a szülők estenként nem tájékozottak kellően ahhoz, hogy a megfelelő irányba tereljék gyermeküket. Az általuk képviselt értékrend, melyet a gyermekük is elsajátít a szocializáció során, gyakran nem elfogadható az iskolai környezetben. A viszonylag gyakran előforduló deviáns megnyilvánulások konfliktushelyzeteket eredményeznek az iskolában, melyek tovább nehezítik a diák mindennapjait.

Az, hogy kibeszélik magukból a problémáikat, hogy segítséget, tanácsot kérnek azt mutatja, hogy szeretnék javítani a helyzetükön, tesznek azért, hogy mind mentálisan, mind a tanulmányaikat tekintve előrelépést tapasztalhassanak. Többen mondták, hogy megfogadták a felnőttől kapott tanácsot, azaz nem csupán az volt a céljuk, hogy könnyítsenek a lelkükön egy-

egy beszélgetés alkalmával, hanem valóban megoldást kerestek egy számukra nehéz helyzetben, választ a bennük felmerülő kérdésekre.

Fontosnak tartom pszichopedagógus alkalmazását, lévén tanulmányai során ismeretet szerez a megfelelő és problémamegoldó kommunikáció fontosságáról, annak alkalmazásáról, mely elengedhetetlen a tanulókkal és az oktatókkal való mindennapi munkája során, valamint szükséges a szülőkkel, hozzátartozókkal való kapcsolattartáshoz. A sajátos nevelési igényű gyermekek számára rehabilitációs foglalkozást tart, a beilleszkedési, tanulási és magatartási zavarokkal küzdő gyermekek komplex ellátására képes. Külön figyelmet fordít a hátrányos helyzetű, valamint a halmozottan hátrányos helyzetű diákokra. A tanulók érdekeit szem előtt tartva kapcsolatot tart a különböző intézmények szakembereivel. Fontos, hogy legyen tisztában a kompetenciahatáraival és szigorúan tartsa is be azt. Tudja, hogy milyen jellegű problémák mutatnak túl a kompetenciahatárán és melyik esetben kihez kell fordulnia, illetve mely szakemberhez kell irányítani a diákot annak boldogulása, előre jutása, fejlődése érdekében. Az álláspontomat a szakirodalmi feldolgozás során olvasottak is alátámasztják, miszerint segítséget kapnak a pszichopedagógusok által az érintett gyermekek az őket ért megrázkódtatások feldolgozásában, a személyiségük további ép fejlődésében, tanulási nehézségeik felismerésében, azok korrekciójában. Fontos feladatuk a prevenció és a támogatás, az önbizalom kialakítása, a nevelési hiányosságok redukálása, a biztatás, a felzárkóztatás, az én megerősítése, a gyógyító nevelés, a tanulás során mutatkozó elmaradások korrigálása, a pszichés traumák feldolgozásának segítése, a helyes életvezetés és a reális önértékelés alakítása. Mindez nagyban hozzájárul ahhoz, hogy a nehezen beilleszkedő gyermek helyzete pozitív irányba változzon (Kereki és Pichler, 2017).

Az oktatók támogatása nagy hatással van a tanulók mentális egészségére, valamint az iskolához fűződő viszonyukra. Célunk, hogy a szakképző iskolában tanuló diákok kötődjenek az intézményhez, ahol tanulmányaikat folytatják, érezzék ott jól magukat, lévén ez az egyik alapfeltétele annak, hogy sikeresen vegyék az ott felmerülő akadályokat és szakmát szerezzenek (Dudok és Pikó, 2023).

A diákokon túl az oktatók számára is segítséget jelent, ha van olyan szakember a környezetükben, aki módszertani segítséget nyújt a beilleszkedési, tanulási, magatartási zavarral küzdő, valamint a nehéz szociális környezetből érkező, illetve a sajátos nevelési igényű tanulók oktatásában, nevelésében.

Fontos, hogy a szakma megszerzését követően a munka világában is megtalálják helyüket a diákjaink (Szélesné, 2015). Mindehhez elengedhetetlen, hogy a tanulmányaikon túl a mentális jóllétükre is hangsúlyt fektessünk az iskola falai közt.

6. ÖSSZEFOGLALÓ

Dolgozatom témaválasztására a munkahelyemen megélt események inspiráltak. Azt tapasztaltam, hogy a szakképzésben tanuló diákok többségének szüksége van az iskolán belül felnőtt bizalmi személyt találni, akihez fordulhat, ha nehézsége adódik akár a tanulással kapcsolatban, akár az iskolai közösségben, akár az otthonában. Azt feltételeztem, hogy a nehéz szociális környezetben élő diákok gyakrabban kérnek segítséget az iskolán belül, mint a támogató családból érkező társaik.

Fontosnak tartom, hogy az a személy, akitől a diákok tanácsot, segítséget várnak, pozitívan hasson a mentális egészségükre.

A dolgozatom témájának kutatásához interjút készítettem 12 serdülőkorú gyermekkel.

A válaszaik alapján a diákok többségének nem számít a bizalmi személy kora, sem a neme, sem a beosztása, de legyen kedves, megbízható és segítőkész.

Vannak diákok, akik probléma esetén pillanatnyi megoldásra vágnak, és vannak, akik szeretnék rendszeresen beszámolni a velük történetekről. A diákok többsége arra vágyik, hogy kapjon tanácsot, ha nehézsége, kérdése, problémája akad, de ne cselekedjenek helyette. Kivételt képeznek ez alól az iskolában kialakuló konfliktushelyzetek, több válasz alapján. A dolgozatnak ezen részén nevezték meg többen a bizalmi személyüknek az iskola portását. Szimpatikus számukra, ha ugyan felnőtt az illető, de jártas olyan témákban, mely az ő érdeklődési körüknek is része, valamint ha általában elérhető. A bizalmukat azzal veszítheti el a felnőtt, ha kiadja a titkait. A diákok többsége kap támogatást otthonról, tud beszélgetni a szüleivel, vagy legalább az egyikükkel.

Az interjúalanyoknak vannak barátai, illetve mindegyikük azt mondta, van olyan felnőtt az iskola falai közt, akihez fordulni tudna, ha problémája, nehézsége adódna.

Az interjúalanyok mindegyike fordult már felnőtthez segítségért, és zömében pozitív tapasztalataik voltak.

A pszichopedagógus alkalmas arra, hogy segítő, bizalmi szerepet töltsön be a diákok körében. Kiemelt szerepe lehet az iskolában azzal kapcsolatosan, hogy a diákok mentális jóllétéért tegyen, hogy figyeljen rájuk, meghallgassa őket, támogatást nyújtson nekik. Figyeljen az iskolai teljesítményeikre, a kortárs kapcsolataikra, az iskolai hiányzásokra, azok okaira. Motiválja őket, adjon tanácsot, de nem oldjon meg helyettük olyan helyzeteket, melyekre önmaguk is képesek. Hallgassa meg őket, beszélgessen velük, legyen elérhető. Tartsa a kapcsolatot a szülők és az iskola között, kommunikáljon megfelelően. Adjon módszertani tanácsot az oktatóknak, azzal megkönnyítve a munkájukat a beilleszkedési, magatartási, tanulási nehézségekkel, illetve

zavarral küzdő, valamint a sajátos nevelési igényű tanulókkal szemben. A pszichopedagógus a diákok problémás helyzeteit tanulmányozva képes felismerni, ha egy szituáció túlmutat a kompetenciáin. Ismeri a lehetőségeket, tudja, hogy melyik problémával melyik szakemberhez célravezető irányítani a nehéz helyzetben lévő diákot.

7. FELHASZNÁLT IRODALOM

- Bagdy E., Telkes J. (2002) Személyiségfejlesztő módszerek az iskolában. Budapest: Nemzeti Tankönyvkiadó.
- Balogh L., Tóth L. (2005) Fejezetek a pedagógiai pszichológia köréből. Budapest: Neumann Kht.
- Berghauer-Olasz E. (2013) Fejlődéslélektan I. - Jegyzet. Beregszász: II. Rákóczi Ferenc Kárpátaljai Magyar Főiskola Pedagógiai és Pszichológiai Tanszék.
- Berta J., Csabai K. (2018) Szocializáció gyermek- és serdülőkorban. Budapest: Akadémiai Kiadó.
- Brassai L., Pikó B. (2005) Szociodemográfiai, egyéni és viselkedési változók hatása a serdülőkorú szerfogyasztásra. Mentálhigiéné és Pszichoszomatika 6 (2005) 2, 77-93
- Brassai L., Pikó B. (2007) Protektív pszichológiai jellemzők szerepe a serdülők egészséggel kapcsolatos magatartásában. Mentálhigiéné és Pszichoszomatika, 8 (3) 211–227.
- Buda B. (1993) Empátia... a beleélés lélektana. Budapest: Ego School Bt.
- Dudok R., Pikó B. (2023) Az iskolai kötődés kapcsolata a serdülők jóllétével és rizikómagatartásával. Iskolakultúra, 33. évfolyam, 2023/4. szám
- Erikson, E. (1991). Az életciklus: az identitás epigenezise. In: Erikson, E.: A fiatal Luther és más írások. Budapest: Gondolat Kiadó.
- F. Lassú Zs., Glauber A., Hajdu K., Kolosai N., Rózsáné Czigány E. (2011) Gyermekek mentálisan sérülékeny családokban. Kézikönyv pedagógusoknak. Budapest: Eltev Eötvös Kiadó.

József I. (2009) Fejlődépszichológia. Letöltés dátuma: 2023.04.10. Forrás: http://janus.ttk.pte.hu/tamop/kaposvari_anyag/jozsef_istvan/index.html

Kereki J., Pichler Zs. (2017) A pszichopedagógia jelenlegi helyzete és perspektívái. Gyógypedagógiai szemle, 45. évf. 4. sz. (2017. október-december) (241-258.pp)

Kovács E., Pikó B. (2010) A család egészségvédő hatása serdülők körében. In: Pikó B. (szerk.) Védőfaktorok nyomában. Budapest: L'Harmattan Kiadó. 131-143.

Lányiné Engelmayer Á. (2017) Intellektuális képességzavar és pszichés fejlődés. Budapest: Medicina Könyvkiadó Zrt.

L. Stipkovits E. (2020) Szeretetre éhezve - 11 tévhit a kamaszokról, nem csak szülőknek. Budapest: HVG Könyvek kiadó.

Nagy Á., Trencsényi L. (2012) Szocializációs közegek a változó társadalomban. A nevelés esélyei: család, iskola, szabadidő, média. Budapest: ISZT Alapítvány.

Pál F. (2012) A szorongástól az önbecsülésig. Budapest: Kulcslyuk Kiadó.

Pikó B. (2012) Fiatalok lelki egészsége és problémaviselkedése a rizikó-és protektív elmélet, a pozitív pszichológiai és a társadalomlélektan tükrében. Doktori értekezés. Szeged.

Szélesné Ferencz E. (2015) Serdülők mentális egészségfejlesztése az iskolában. in: Katona Gy. (szerk.) A Szakmai Tanárképzés Múltja És Jelene, tanulmánykötet. Sopron: Nyugat-magyarországi Egyetem Kiadó.

Szunyog B. (2020) Mentális egészségünk fejlesztése az iskolában. Letöltés dátuma: 2023.05.15. Forrás: http://hivatal.szentgotthard.hu/content/hirdetmeny_fajlok/szunyog-borbala-mentalis-egeszsegunk-fejlesztese-az-iskolaban-54789.pdf

Vajda Zs. (1999) A gyermek pszichológiai fejlődése. Budapest: Helikon Kiadó.

Vekerdy T. (2002) Kamaszkor körül. Budapest: Holnap Kiadó.

Visontai-Szabó K. (2018) Fejlődéslélektani alapismeretek. Letöltés dátuma: 2023.04.10.

Forrás: <https://www.juris.u-szeged.hu/download.php?docID=82029>

Winkler Zs., Zsolnai A. (2022) Szociális és érzelmi jóllét biztosítása az iskolában. Nemzetközi SEL programok bemutatása. Neveléstudomány. 5-23. 10.21549/NTNY.38.2022.3.1.

Zsiros, E., Arnold, P., Huhn, Z., Költő, A., Simon, D., & Németh, Á. (2013). Egészség és társas kapcsolatok kamaszkorban. KAPOCS, 12(4), 22–39.

8. MELLÉKLETEK

8.1. Interjúkérdések

1. Vizsgálati kérdés: Mi tesz valakit segítővé, bizalmi személlyé a szemedben?
 - Számít-e a kor, ha igen, miért?
 - Számít-e a nemük, ha igen, miért?
 - Számít-e a beosztása? Ha igen, miért?
 - Számít-e a személyisége- milyen személyiségjegyek, tulajdonságok jellemezzék?
2. Vizsgálati kérdés: Milyen jellegű és minőségű segítséget szeretnél kapni?
 - Azt szeretnéd, hogy meghallgasson valaki, ha problémád adódik, vagy több alkalommal szeretnél beszélgetni?
 - Csak szeretnéd kibeszélni magadból a problémád, vagy tanácsot szeretnél kérni?
 - Milyen témában fordulsz felnőtthez segítségért?
 - Szeretnéd, ha intézkedne a segítő személy a felmerülő problémád miatt?
 - Ha akut a probléma, tudsz-e várni a beszélgetésre egy megfelelőbb időpontig?
3. Vizsgálati kérdés: Mivel veszítheti el egy felnőtt a bizalmadat?
4. Vizsgálati kérdés: Ki számít elsődleges bizalmi személynek az esetekben?
 - Tudsz-e beszélni otthon a szüleiddel? Segítenek-e? Milyen reakciókat kapsz, ha kitárulkozol otthon?
 - Akár a szülőkön túl, akár a szülők helyett van-e bárki a családban, akivel tudsz beszélgetni?
 - Vannak-e barátaid, akikkel tudsz beszélgetni?
 - Az iskolában van olyan felnőtt, akihez fordulhatsz?
5. Vizsgálati kérdés: Ha fordultál már pedagógushoz tanácsért, akkor tapasztaltál-e változást?
 - Ha kaptál tanácsot, akkor pozitív tapasztalataid voltak-e?
 - Segített-e a tanács, útmutatás?

- Ha nem segített, akkor szerinted mit kellett volna másként csinálni, hogy lett volna hatékonyabb számodra a segítségnyújtás?

8.2. Diagramok

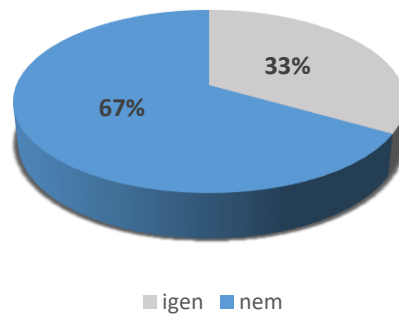


1. ábra - A bizalmi személy státuszának fontossága (n=12)



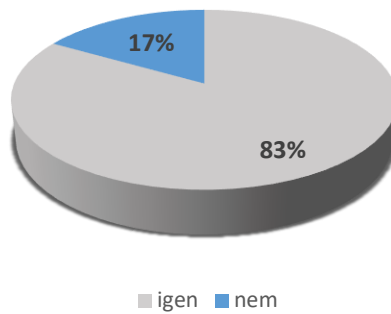
2. ábra - A bizalmi személy nemének fontossága (n=12)

Számít-e a bizalmi személy kora?



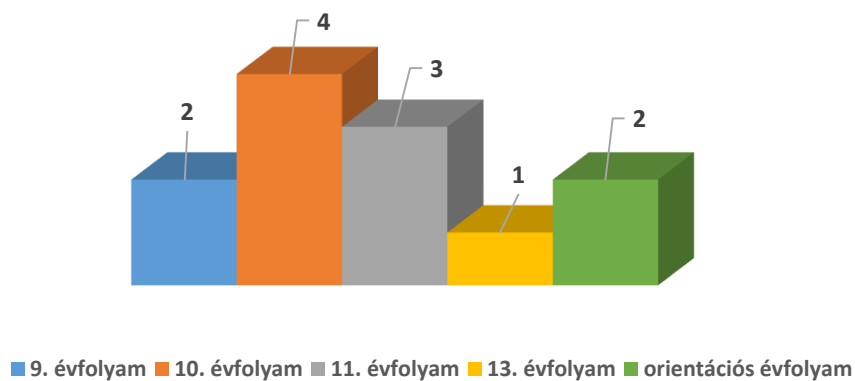
3. ábra - Az egyes bizalmi személy korának fontossága a megkérdezettek körében (n=12)

Úgy érzi, hogy támogató családi háttérrel rendelkezik?



4. ábra Támogató családi háttér megléte (n=12)

Az interjúalanyok évfolyam szerinti megoszlása évfolyam/fő



5. ábra- Az interjúalanyok évfolyam szerinti megoszlása (n=12)

NYILATKOZAT

a szakdolgozat nyilvános hozzáféréséről és eredetiségéről

A hallgató neve: Drávecz-Ballon Boglárka
A Hallgató Neptun kódja: B979HN
A dolgozat címe: A pszichopedagógus mint bizalmi személy
A megjelenés éve: 2023
A konzulens intézetének neve: Neveléstudományi intézet
A konzulens tanszékének a neve: Gyógypedagógiai tanszék

Kijelentem, hogy az általam benyújtott szakdolgozat egyéni, eredeti jellegű, saját szellemi alkotásom. Azon részeket, melyeket más szerzők munkájából vettem át, egyértelműen megjelöltem, és az irodalomjegyzékben szerepeltettem.

Ha a fenti nyilatkozattal valótlanul állítottam, tudomásul veszem, hogy a záróvizsga-bizottság a záróvizsgából kizár és a záróvizsgát csak új dolgozat készítése után tehetek.

A leadott dolgozat, mely PDF dokumentum, szerkesztését nem, megtekintését és nyomtatását engedélyezem.

Tudomásul veszem, hogy az általam készített dolgozatra, mint szellemi alkotás felhasználására, hasznosítására a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem mindenkori szellemi tulajdon-kezelési szabályzatában megfogalmazottak érvényesek.

Tudomásul veszem, hogy dolgozatom elektronikus változata feltöltésre kerül a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem könyvtári repozitori rendszerébe. Tudomásul veszem, hogy a megvédett és

- nem titkosított dolgozat a védést követően
- titkosításra engedélyezett dolgozat a benyújtásától számított 5 év eltelte után nyilvánosan elérhető és kereshető lesz az Egyetem könyvtári repozitori rendszerében.

Kelt: Barcs, 2023. 10. 26.


Hallgató aláírása

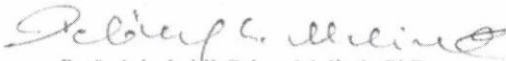
NYILATKOZAT

Petőné Dr. Csima Melinda (hallgató Neptun azonosítója: B979HN) konzulenseként nyilatkozom arról, hogy a záródolgozatot/szakdolgozatot/diplomadolgozatot/portfóliót¹ áttekintettem, a hallgatót az irodalmi források korrekt kezelésének követelményeiről, jogi és etikai szabályairól tájékoztattam.

A záródolgozatot/szakdolgozatot/diplomadolgozatot/portfóliót a záróvizsgán történő védésre **javaslom / nem javaslom**²:

A dolgozat állam- vagy szolgálati titkot tartalmaz: igen **nem**³

Kelt: Kaposvár, 2023. november 3.


Petőné dr. habil Csima Melinda PhD

egyetemi docens

¹ A megfelelő dolgozattípus meghagyása mellett a többi típus törölendő.

² A megfelelő aláhúzendő.

³ A megfelelő aláhúzendő.

SZAKDOLGOZAT

KIVONAT

Drávecz-Ballon Boglárka

2023

A pszichopedagógus mint bizalmi személy

Drávecz-Ballon Boglárka

Pszichopedagógia szakirányú továbbképzés, levelező tagozat

Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem Kaposvári Campus Neveléstudományi Intézet

Belső témavezető: Petőné Dr. Csima Melinda, egyetemi docens, Neveléstudományi Intézet
Gyógypedagógiai Tanszék

A serdülők mentális egészségét befolyásolja az iskola, az iskolán belüli kapcsolataik. A diákok többsége az iskolán belül is talál felnőtt bizalmi személyt, akihez fordulhat, ha nehézsége adódik. Fontos, hogy ez a személy pozitívan hasson a diák mentális egészségére.

A dolgozatom elkészítéséhez interjút készítettem 12 serdülőkorú gyermekkel. A válaszaik alapján a diákok többségének nem számít a bizalmi személy kora, sem a neme, sem a beosztása, de legyen kedves, megbízható és segítőkész. Egyes diákok probléma esetén pillanatnyi megoldásra, tanácsra vágnak, míg mások szeretnének rendszeresen beszámolni a velük történekről. A diákok többségének tanácsra van szüksége, ha nehézsége, kérdése, problémája akad, de nem várja, hogy cselekedjenek helyette. Kivételt képeznek ez alól az iskolában kialakuló konfliktushelyzetek. Szimpatikus számukra, ha ugyan felnőtt az illető, de jártas olyan témákban, mely az ő érdeklődési körüknek is része. A bizalmukat azzal veszítheti el a felnőtt, ha kiadja a titkait. A diákok többsége kap támogatást otthonról, tud beszélgetni a szüleivel, vagy legalább az egyikükkel. Az interjúalanyoknak vannak barátai, illetve mindegyikük azt mondta, van olyan felnőtt az iskola falai közt, akihez fordulni tudna, ha problémája, nehézsége adódna. Az interjúalanyok mindegyike fordult már felnőtthez segítségért, és zömében pozitív tapasztalataik voltak.

A pszichopedagógus ügyel a diákok iskolai teljesítményeikre, a kortárs kapcsolataikra, az iskolai hiányzásokra, azok okaira. Motiválja őket, tanácsot ad, de nem old meg helyettük olyan helyzeteket, melyekre önmaguk is képesek. Tartja a kapcsolatot a szülők és az iskola között, megfelelően kommunikál. Módszertani tanácsot ad az oktatóknak, azzal megkönnyítve a munkájukat a beilleszkedési, tanulási, magatartási nehézségekkel, illetve zavarral küzdő, valamint a sajátos nevelési igényű tanulókkal szemben.