

A családbarát egyetem értelmezése a hallgatók szemszögéből

Szegedi Krisztina¹, Juhász Tímea², Győri Zsuzsanna³

DOI: [10.29180/978-615-6342-49-2_24](https://doi.org/10.29180/978-615-6342-49-2_24)

Absztrakt

A cikk egy magyar egyetem példáján azt mutatja be, hogy milyen tényezők befolyásolják a hallgatók életminőségét, hogyan értelmezhető a családbarát egyetem a hallgatók szerint, valamint milyen szerepe lehet az intézménynek a hallgatói életminőség javításában. A nagymintás kérdőíves felmérés eredményei azt mutatják, hogy a hallgatók életminősége a fizikai és mentális jólétüktől függ leginkább. A nők és a családos hallgatók számára különösen lényeges a tanulás-munka-család egyensúlya. A családbarát egyetem misszióját akkor tölti be, ha csökkenti a hallgatók tanulási terheit, gyermekelhelyezési szolgáltatást nyújt, családi rendezvényeket szervez a hallgatók számára és jó példákat mutat be a családbarátság fejlesztésére.

Kulcsszavak: egyetemi hallgató, családbarát egyetem, tanulás és magánélet összehangolása

Bevezetés

Az egyetemi hallgatók életminősége (quality of life) az életükkel való elégedettséget fejezi ki, ami jelentősen befolyásolja őket egyetemi sikerességükben. A hallgatók életminősége számos tényezőtől függ, mint például a fizikai és lelki egészség, az önbecsülés, az életszínvonal, a munka, a játék, a tanulás, a kreativitás, a barátságok, a testvéri kapcsolatok, a család, a szomszédok és tágabb közösség (Sugara, 2020).

A szakirodalom az egyetemi hallgatók esetében sok esetben azt vizsgálja, milyen tényezők befolyásolják pozitív és negatív irányban a szubjektív jóllétüket (subjective well-being), és ezek alapján a szerzők gyakran javaslatokat tesznek az egyetemek vagy az állami szervek számára arra, hogy hogyan lehet elősegíteni a jóllét és az életminőség javulását.

Viszonylag kevés cikk foglalkozik közvetlenül a családbarátság és az életminőség kapcsolatával az egyetemi hallgatók körében, Kutatásunk célja annak vizsgálata volt, hogy milyen tényezők befolyásolják a hallgatók életminőségét, hogyan értelmezhető a családbarát egyetem a hallgatók szerint, milyen szerepe lehet az intézménynek az életminőség javításában.

Szakirodalmi háttér

Az egyetemi hallgatók esetében két szempontból is értelmezhető a család, és így a családbarátsággal kapcsolatos elvárások is különböző módokon jelennek meg. Fiatalabb korban a család a szülőkkel és testvérekkel való kapcsolatot jelenti, amelyet egyfelől össze kell egyeztetni a tanulmányokkal, másfelől fontos, az életminőséget meghatározó erőforrásként jelenik meg. Később, a saját párkapcsolat és családalapítás kapcsán a hallgató már szülő szerepbe kerül, amely újabb kötelezettségeket és megoldandó kihívásokat, valamint újabb, az életminőséget pozitívan meghatározó kapcsolatokat is jelent.

Gault és munkatársai (2017) szintén azt hangsúlyozzák, hogy az egyetemeknek lehetőséget kell biztosítani a társadalmi mobilitásra, jobb munkaerőpiaci helyzetbe kerülésre a családos

¹ Budapesti Gazdasági Egyetem, Külkereskedelmi Kar, Nemzetközi Kereskedelem és Logisztika Tanszék, A Fenntarthatóság Gazdasági és Társadalmi Hatásai Kiválósági Központ

² Budapesti Gazdasági Egyetem, Külkereskedelmi Kar, Társadalomtudományi Módszertan Tanszék, A Fenntarthatóság Gazdasági és Társadalmi Hatásai Kiválósági Központ

³ Budapesti Gazdasági Egyetem, Pénzügyi és Számviteli Kar, Menedzsment Tanszék, A Fenntarthatóság Gazdasági és Társadalmi Hatásai Kiválósági Központ, e-mail: gyori.zsuzsanna@uni-bge.hu

hallgatóknak is, ehhez pedig érdemes több dimenzió (pl. lakhatás, szolgáltatások, mentorálás, pénzügyi támogatás, gyermekmegőrzés) összehangolásával felkészülni.

Liebhardt és munkatársai (2011) ulmi orvostanhallgatók esetén vizsgálták a gyermekvállalásnak a karrierre való hatását, Goulden és munkatársai (2011) pedig azt, hogy Amerikában milyen eszközökkel lehet a kutató nőket az akadémiai pályán tartani. Mint az előbbiek, ezek a források is kiemelik, hogy egyfelől az egyéni boldogulás meghatározó tényezője, másfelől társadalmi érdek is az egyetemi tanulmányok családbarátságának növelése. Ha a hallgatók nem tudják összeegyeztetni tanulmányaikat a családi kötelezettségekkel – és az említett kutatások szerint ez a probléma elsősorban a nőket érinti –, akkor karrierlehetőségeik beszűkülnek, amely társadalmi szinten is csökkenti a humán erőforrást.

A hallgatók életminőségét jelentősen befolyásolja a stressz, amely kiégéshez vezethet. A hallgatók kiégése következtében rosszabb lesz a teljesítményük, sokszor hiányoznak vagy teljesen kimaradnak az iskolából (Bask és Salmela-Aro, 2013). Az egyetemi hallgatók életminőségét és a stressz összefüggését vizsgáló szisztematikus szakirodalmi elemzésükben Ribeiro és szerzőtársai (2018) megállapították, hogy a stressz negatívan hat az életminőségre és összefüggésbe hozható az alvásproblémákkal és a kiégéssel.

Kleiveland és szerzőtársai (2015) norvég nővérképzésben résztvevő egyetemistákat vizsgálva megállapították, hogy 33%-uk közepes vagy magas stressz-szintet élt át, ami negatív kapcsolatban állt az életminőségükkel, különösen felsőbb évfolyamon. Portugál pszichológus hallgatók vizsgaidőszakban mért adata ennél még magasabb volt, 55%-uk értékelte stresszesnek a vizsgaidőszakot az értékelés és a túlterhelés miatt (Simões et al., 2023). Paro és szerzőtársai (2014) orvostanhallgatók esetén állapították meg, hogy a női hallgatók életminősége alacsonyabb, mint a férfiaké és a kiégés területén is különbség mutatkozott, mivel a nőknél magasabb volt az érzelmi kimerültség, a férfiaknál pedig a személytelenné válás (deperszonalizáció) értéke volt a magasabb.

Van Vendeloo és szerzőtársai (2014) holland ortopéd gyakornokokat kérdeztek meg és az derült ki, hogy 18%-uknak volt rossz az életminősége, 47%-uk elégedetlen volt a munka és a magánélet egyensúlyával és a rezidensek 28%-ánál mutatkoztak a kiégés tünetei. Taylor és szerzőtársai (2013) 1074 alapképzésben résztvevő amerikai hallgatót bevonva a felmérésbe, 9,5%-uknál tapasztalták, hogy krónikus álmatlanságban szenvednek, ők szignifikánsan rosszabb alvásról, fáradtságról, depresszióról, szorongásról, stresszről és életminőségről számoltak be. 1086 iráni orvostanhallgató esetén azt állapították meg, hogy a férfi hallgatók, valamint azok, akik a családjukkal élnek és azok, akik naponta végeznek fizikai tevékenységet mind fizikailag, mind mentálisan jobb életminőséggel rendelkeznek (Jamali et al., 2013). A szülőkkel élő hallgatók jobb egészségi életminőségét megerősítette 1624 belgrádi, különböző területen tanuló egyetemista felmérése is (Pekmezovics et al., 2011).

A covid járvány hatásait vizsgálva az Egyesült Arab Emirátusban 1400 hallgatót vizsgálva megállapították, hogy a betegség és az egyetemek bezárása miatti bizonytalanság növelte a stresszt és a szorongást, ez különösen igaz volt a női hallgatókra, ugyanakkor az online tanulással járó új értékelési megközelítéssel kapcsolatban a megkérdezettek csaknem fele úgy vélte, hogy ez csökkentette az otthoni terhelést és a stresszt (Mosleh et al., 2022).

A szakirodalom vizsgálta azt is, hogy milyen tényezők befolyásolják a kiégést, illetve hatnak a kiégés megelőzésre. Egy libanoni orvostanhallgatók körében folytatott tanulmány célja az volt, hogy megvizsgálja az érzelmi intelligencia közvetítő szerepét a személyiségjegyek és az életminőség között. Az eredmények azt mutatják, hogy a magasabb lelkiismeretesség szignifikánsan összefügg a nagyobb érzelmi intelligenciával és az alacsonyabb életminőséggel (Maalouf et al., 2022). A családi társadalmi-gazdasági státusz szintén fontos tényező, mivel a magasabb családi társadalmi státusszal rendelkezők magasabb jövedelemmel és társadalmi tőkével rendelkeznek, lelkesebbek, pozitívabb a hozzáállásuk, így kevésbé jellemzi őket a kiégés (Luo et al., 2016). Shankland és szerzőtársai (2018) rámutattak arra, hogy a hallgatói

kiegés megelőzéséhez fontos az optimista beállítottság, de még attól is lényegesebb az összetartozás érzése.

CohenMiller és munkatársai (2018) kazahsztáni vizsgálatukban arra a kérdésre keresték a választ, mitől lesz családbarát egy egyetem a nemzetközi oktatók és hallgatók számára. Bevonáson alapuló kutatásukban azt találták, hogy a legfontosabb négy összetevő a közösségi érzés, a biztonság, a pénzügyi támogatás és a nyújtott szolgáltatások, rendelkezésre álló infrastruktúra. Ez a négy tényező határozza meg, hogy könnyen és biztonságosan összeegyeztethető-e a munka vagy tanulás és a magánélet.

A kutatás módszere

A Budapesti Gazdasági Egyetemen 2021 nyarán indult az a kutatás, amely azzal foglalkozott, hogy miképpen tudják az egyetemi polgárok, dolgozók és diákok a tanulást és a munkát összehangolni. A hallgatói kutatást megelőzte egy mélyinterjú alapuló felmérés, amely során a kutatók az intézetben dolgozó vezetőkkel, oktató-kutató kollégákkal, és az oktatást segítő munkatársakkal beszélgettek. Ebben a kutatásban 31 dolgozó vett részt. A vizsgálatban alapvetően arra voltak a kutatók kíváncsiak, hogy miképpen értékelik a megkérdezettek az életminőség kérdését, hogyan vélekednek a munka és magánélet összehangolásának a problematikájáról. A kutatásban résztvevők az életminőségi aspektusaiból leginkább az egészséget és a családot jelölték meg leggyakrabban a fontosság szempontjából. Továbbá a vezetőket említették a munka és magánélet összehangolás problematikájának leginkább kitett egyéneknek. Felvetették azonban a hallgatók érintettségét is.

A második vizsgálat kvantitatív felmérés volt, amelyen a hallgatók önkéntesen és anonim módon vehettek részt.

A kérdőív jellemzően zárt kérdésekből állt, amelyek minimális és metrikus változókra épültek, az utóbbiak 5 fokozatú Likert-skálák voltak, ahol az egyes az egyáltalán nem, míg az ötös érték a teljes megfelelést, egyetértést jelentette.

1. táblázat: A kérdőív a következő szerkezetet követte:

Hallgatói specifikáció	Az életminőség kérdései	Tanulás és magánélet összehangolása a felsőoktatási tanulmányok során
Nem Életkor Milyen évfolyamon tanul az egyetemen? Van-e gyermeke? Van-e gondozást igénylő hozzátartozója?	Az életminőség kategóriáinak fontossági sorrendje Az intézmény szerepe az életminőség javításában	A tanulás és a magánélet összehangolási lehetőségei Milyen a családbarát egyetemi kultúra? Milyen eszközöket biztosít az egyetem az összehangolásához? kellenek az összehangoláshoz?

Forrás: saját kutatás

A minta elemzéséhez egy- és többváltozós statisztikai módszereket használtak a szerzők és az SPSS 28-as programot.

A kérdőíves felmérésre 2022 tavaszán került sor, a megkérdezett hallgatók száma 1188 fő. 31,8%-a a megkérdezetteknek férfi volt, 68,2%-a nő. Évfolyam alapján 17,8%-a első-, 27,6%-

a másod-, 50,0%-a harmad-, 2,5%-a negyed- és 2.1%-a ötödéves volt. A válaszolóknak a 97,2%-ának nem volt gyermeke.

Eredmények

A kutatás rákérdezett arra, hogy mely életminőségi tényezőket tartanak fontosnak a válaszadók. A felsorolt aspektusok közül a hallgatók legtöbben az egészségügyi jólétre és a pszichés állapotra szavaztak. Legkevésbé volt fontos számukra a karrier és az anyagi jólét. Ez utóbbiak leginkább az ötödévesek számára voltak kardinálisak, valószínűleg azért, mert ők már a munkavállalás kapujában állnak. Az ANOVA vizsgálatok azt is igazolták, hogy a személyes jólét és az egészség a nők számára fontosabb volt, mint a férfiaknak, és ugyanígy a családosok életében erőteljesebb szerepet játszottak, mint a nem családosok esetében. Nem volt meglepő az az eredmény sem, hogy a családi élet a nőknek és a családosoknak volt lényeges. A kutatások azt igazolták, hogy nemenként, évfolyamonként, és a családi kötöttségek alapján lehet számos életminőségi aspektus fontosságát különbözőként értékelni.

A vizsgálatok arra is fókuszáltak, hogy a tanulmányok során érezhetnek-e a hallgatók kiégést és stresszt. Ezzel az állítással a megkérdezettek mintegy 66%-a értett egyet. Természetesen az elemzések azt is igazolták, hogy a kiégés egyik forrása lehet, ha a tanulmányi elvárások erősödnek. Ezzel párhuzamosan az is igaz, hogy a követelmények emelkedésével a megkérdezettek kevésbé tudnak odafigyelni olyan lehetőségekre, mint a hobbi, a kikapcsolódás, és ezek csökkenése és hiánya növelheti a kiégés veszélyét. A kötetlenebb tanulás a felmérésben résztvevő diákok közel 63%-a szerint elősegíti a munka és a magánélet egyensúlyát. Minden harmadik válaszadó szerint a tanulmányok mellett nehéz a családra is odafigyelni.

A tanulás és a magánélet minél optimálisabb összehangolásához mindenképpen fontos a diákok szerint, hogy jók legyenek az időmenedzsmentben, az együttműködésben. Persze rugalmasnak és motivátnak is kell lenniük az összeegyeztetéshez. Többek között ezek a tulajdonságok kellene ahhoz, hogy jól össze tudják hangolni a tanulást és a családot a hallgatók, amelyek megítélésében elsősorban a nemek alapján lehetett különbséget azonosítani.

A válaszok alapján az egyetem a tanulás, a munka és a magánélet összehangolás tekintetében segíteni tud a diákoknak például a gyermekelhelyezés biztosításában, a családi rendezvények szervezésében, ahol megjelennek a hallgatók családtagjai is. Továbbá fontosnak vélték a kérdésben a megkérdezettek az oktatási terhelés átcsoportosítását (30,5%), és pozitív vállalati gyakorlatok bemutatását (37,4%) is.

Végezetül a hallgatók úgy gondolják, hogy a kérdésben egyrészt a HÖK (Hallgatói Önkormányzat) képviselheti a hallgatókat, fontos a nyitott ajtó politikája, továbbá az is, ha saját maguk is kiállhatnak a kérdéseikkel, illetve anonim módon is megoszthatják véleményüket.

Összegzés

Kutatásunk során az egyetemi hallgatók életminőségének és jóllétének vizsgálata alapján megállapítottuk, hogy az leginkább az egészségi jóléttől és a pszichés állapottól függ. A fizikai és lelki egészség fontossága a korábbi kutatásokban is erőteljesen jelen volt (Sugara, 2020). A hallgatóknak ugyanakkor több, mint fele érzi magát stresszesnek, ez magasabb arány, mint a hasonló külföldi felmérésekben mért arány (Kleiveland et al., (2015); (Simões et al., 2023).

A hallgatók jólléte kapcsán különbség fedezhető fel a hallgatók neme alapján, a nők számára ugyanis fontosabb a tanulás, a munka és a magánélet összehangolása. A nők nagyobb érintettsége összecseng Goulden és munkatársai (2011) valamint Paro és szerzőtársai (2014) kutatási eredményével. A kutatási eredményeink azt mutatják, hogy nemcsak a nők számára, hanem a családosok számára is lényeges a munka és a magánélet egyensúlya. Eredményeink alapján megállapítható, hogy a női hallgatók számára az egészség és a család az életminőség

két legfontosabb tényezője, ez megegyezik az egyetemi oktatók és nem oktató kollégák preferenciáival.

A magyar hallgatók a családbarát egyetemről elsősorban a tanulási terhek csökkentését, gyermekelhelyezési szolgáltatást, családi rendezvények szervezését és jó példák bemutatását várják el. Az elvárt szolgáltatás és a közösségi érzés megegyezik korábbi kutatási eredményekkel, (CohenMiller et al., 2018) de érdekes módon a biztonság és a pénzügyi támogatás jelen felmérésünkben nem jelent meg hallgatói elvárásként.

Irodalomjegyzék

1. Bask, M., and Salmela Aro, K. (2013). Burned out to drop out: exploring the relationship between school burnout and school dropout. *European Journal of Psychology of Education* volume 28, pages511–528 doi: 10.1007/s10212-012-0126-5
2. CohenMiller, A.S., Sagitova, R., Ogay, S., Tselenko, Y., Shakhmanova, A. and Saburova, A. (2018). What is a Family-Friendly University Campus? A Pilot Study to Develop Student Research and Provide Practical Results. *American Journal of Qualitative Research* December 2018, Vol.2, No.2, pp. 103-119
3. Gault, B., Noll, E. and Reichlin, L. (2017). Discussion Papers 2016 Invitational Symposium The Family-friendly campus imperative, supporting success among community college students with children. Association of Community College Trustees
4. Goulden, M., Mason, M. A. and Frasc, K. (2011). Keeping Women in the Science Pipeline. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science* Vol. 638, Work, Family, and Workplace Flexibility (November 2011), pp. 141-162.
5. Jamali, A., Tofangchiha, S., Jamali, R., Nedjat, S., Jan, D., Narimani, A., Montazeri, A. (2013). *Medical Education*, 47 (10), pp. 1001-1012. doi: 10.1111/medu.12247
6. Kleiveland, B., Natvig, G. K., Jepsen, R. (2015), Stress, sense of coherence and quality of life among Norwegian nurse students after a period of clinical practice. *PeerJ* 3:e1286; DOI 10.7717/peerj.1286
7. Liebhardt, H., Stolz, K., Mörtl, K., Prospero, K., Niehues, J. and Fegert, J. (2011). Starting a family during medical studies? Results of a pilot study on family friendliness in the study of medicine at the University of Ulm. *GMS Zeitschrift für Medizinische Ausbildung* 2011, Vol. 28, No. 1. ISSN 1860-3572 doi: 10.3205/zma000726
8. Luo, Y., Chen, A., & Wang, Z. (2016). Effect of parental rearing styles on learning burnout of middle school students: The mediating role of self-concept. *Psychological Development and Education*, 32(1), 65-72.
9. Maalouf, E., Hallit, S., Obeid, S. (2022). Personality traits and quality of life among Lebanese medical students: any mediating effect of emotional intelligence? A path analysis approach. *BMC Psychology* (2022) 10:28 <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00739-2>
10. Mosleh, S.M., Shudifat, R.M., Dalky, H.F., Almalik, M.M., Alnajjar, M.K. (2022). Mental health, learning behaviour and perceived fatigue among university students

during the COVID-19 outbreak: a cross-sectional multicentric study in the UAE. *BMC Psychology* (2022) 10:47 <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00758-z>

11. Paro, H. B. M. S., Silveira, P. S. P., Perotta, B., Gannam, S., Enns, S. C., Giaxa, R. R. B., Bonito, R. F., Martins, M. A., Tempski, P. Z. (2014). Empathy among Medical Students: Is There a Relation with Quality of Life and Burnout? *PLoS ONE* 9(4): e94133. doi:10.1371/journal.pone.0094133
12. Pekmezovic, T., Popovic, A., Kisic, T. P., Gazibara, T., Paunic, M. (2011). Factors associated with health-related quality of life among belgrade university students. *Quality of Life Research* Volume 20, Issue 3, pp. 391 – 397. 10.1007/s11136-010-9754-x
13. Ribeiro, Í. J. S., Pereira, R., Freire, I. V., de Oliveira, B. G., Casotti, C. A., Boery, E. N. (2018). Stress and Quality of Life Among University Students: A Systematic Literature Review. *Health Professions Education*. Volume 4, Issue 2, June 2018, pp. 70-77. <https://doi.org/10.1016/j.hpe.2017.03.002>
14. Simões, C., Costa, A., Morais, C., Gomes, A.R. (2023). Adaptation to Stress in Psychology Graduate Students. In: , et al. *Occupational and Environmental Safety and Health IV. Studies in Systems, Decision and Control*, vol 449. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-031-12547-8_27
15. Shankland, R., Kotsou, I., Vallet, F., Bouteyre, E. Dantzer, C., Leys, C. (2018). Burnout in university students: the mediating role of sense of coherence on the relationship between daily hassles and burnout. *Higher Education* 78, 91–113 (2019). <https://doi.org/10.1007/s10734-018-0332-4>
16. Sugara, G. S., Rakhmat, C., Nurihsan, J., Ilfiandra, I. (2020). Quality of Life and Burnout among University Students. *Universal Journal of Educational Research*, 8(8), 3742 - 3750. DOI: 10.13189/ujer.2020.080855.
17. Taylor, D. J., Bramoweth, A.D., Grieser, E.A., Tatum, J.I., Roane, B.M. (2013). Epidemiology of insomnia in college students: relationship with mental health, quality of life, and substance use difficulties. *Behavior Therapy*. Volume 44, Issue 3, Pages 339 – 348. 10.1016/j.beth.2012.12.001
18. van Vendeloo, S. N., Brand, P. L. P., Verheyen, C. C. P. M. (2014). Burnout and quality of life among orthopaedic trainees in a modern educational programme: importance of the learning climate. *The Bone & Joint Journal* Vol. 96-B, No. 8. pp. 1133-1138. <https://doi.org/10.1302/0301-620X.96B8.33609>