

## EGYETEMISTÁK PANDÉMIA ALATTI KONFLIKTUSMEGOLDÁSÁNAK VIZSGÁLATA

GÁL Gyöngyi<sup>1</sup> – KANCZNÉ NAGY Katalin<sup>2</sup>

### ABSTRACT

The period from March to June 2020 will be memorable for the whole world. The analysis of life situations caused by the COVID-19 virus has since become the subject of more explorations. This study is presented our research with 138 students. Our main investigation question was: What problem-solving strategies appear most often among students? The questionnaire time was: June 5-30, 2020. At that time, the restrictive measures imposed in connection with the dangerous situation had already been relaxed, but the respondents still remembered it well. As a method of the research, we used the full 66-item version of the Ways of Coping Questionnaire developed by Lazarus and Folkman (1986), which was supplemented with questions to obtain information on the family background of the respondents.

### KEYWORDS

problem management strategies, conflict resolution questionnaire, coping

### BEVEZETŐ

Bizonyított, hogy az emberi társadalomban bekövetkező legalapvetőbb változások is nagyban befolyásolják, alakítják a társadalom tagjainak testi-lelki egészségét [7]).

A 2020 márciusában kezdődő pandémiás időszak az egész világ számára emlékezetes marad. A COVID-19 vírus által generált új élethelyzet radikálisan megváltoztatta az emberek korábbi életvitelét, társadalmi és szociális kapcsolatrendszerét. Nicholas Christakis társadalomtudós, a Yale Egyetem kutató orvosa szerint: „*a kialakult járványhelyzet arra kényszeríti az embereket, hogy elnyomják azokat a kapcsolattartási ösztöneinket, amelyek az evolúció során emberi mivoltunk lényegévé váltak: a barátainkkal való találkozást, a csoportos összejöveleket vagy egymás érintését.*”

A fentiek alapján elmondható, hogy a pandémia által generált távolságtartás próbára teszi a felsőoktatásban tanulók együttműködési lehetőségeit, ezáltal hatást gyakorol a társas és szociális kapcsolatrendszerük alakulására, társasági viselkedésükre és tanulmányi eredményeikre is.

Ennek a problémának a feltárására egy akciókutatást végeztünk 2020 júniusában, a Selye János Egyetem hallgatóinak részvételével. Fő kutatási kérdésünk, amelyre a választ kerestük: *Milyen problémakezelési stratégiák jelennek meg legnagyobb gyakorisággal az egyetemisták körében?*

A kutatás mérőeszköze: a Folkman és Lazarus-féle Konfliktusmegoldó Kérdőív magyar adaptációja (1986). A mérőeszköz eredeti, 66 tételes változatát egy 138 fős vizsgálati csoporttal vettük fel 2020. június 5. és 30. napja között.

1 Gál Gyöngyi, PhD, Selye János Egyetem Tanárképző Kar, galg@uj.s.sk

2 Kanczné Nagy Katalin, PhD, Selye János Egyetem Tanárképző Kar, kancznenagyk@uj.s.sk

3 [https://mta.hu/mta\\_hirei/a-tarsas-tavolsagartas-ved-a-fertozes-ellen-de-fel-kell-keszulnunk-emberi-hatasaira-110477](https://mta.hu/mta_hirei/a-tarsas-tavolsagartas-ved-a-fertozes-ellen-de-fel-kell-keszulnunk-emberi-hatasaira-110477)

### A konfliktusmegoldó kérdőív bemutatása

A problémamegoldó stratégiák mérésének egyik legismertebb formája az önbeszámolás alapján történő kérdőíves felmérés, mivel lehetőséget ad különböző kitöltési módokra (ismételt, összehasonlító felvételek készítése, meghatározott élethelyzetekkel való megküzdés mérése).

Már az 1970-es évek elejétől számos konfliktusmegoldó kérdőívet készítettek, melyek közül a *Folkman és Lazarus* (1980, 1988) által kifejlesztett Konfliktusmegoldó Kérdőív (Ways of Coping Questionnaire) a legismertebb [12].

A kérdőív kialakításánál a *Lazarus és Launier* [10] korábbi munkáját vették alapul, mely szerint kétféle megküzdési formát különböztettek meg:

1. *Problémaközpontú megküzdés*: amikor a személy az adott helyzetre, a megoldandó problémára összpontosít, ezáltal megpróbálja azt megváltoztatni, hogy a közeljövőben is el tudja kerülni.

2. *Érzelemközpontú megküzdés*: a személy arra fókuszál, hogy enyhítse a stresszhelyzet okozta érzelmi reakciókat, és megakadályozza a negatív érzelmek eluralkodását. Abban az esetben is ezt a megküzdési formát használja a személy, ha a kialakult helyzetet nem tudja megváltoztatni.

Az említett két fő csoporton belül 8 stratégia különböztethető meg, amelyből a saját kutatásunkban 7-et részleteztünk, így az alábbiakban ezek kerülnek bemutatásra:

- I. Pozitív átértékelés
- II. Menekülés/elkerülés
- III. Szociális támaszkeresés
- IV. Távolítás
- V. Konfrontálódás
- VI. Tervszerű probléma megoldás – Önkontroll
- VII. Visszahúzódás – Kontrollvesztés [12]

*Lazarus* [8] szerint a fentebb felsorolt stratégiák az egészséges személyiség jellemzői. Ellenkező esetben, az én-védelem mechanizmusa kerül előtérbe és a szorongás csökkentése a cél.

Saját vizsgálatunkban arra kerestünk választ, milyen problémakezelési stratégiák jelentek meg legnagyobb gyakorisággal az egyetemisták körében a pandémia időszakában? Következtetéseink tovább árnyalják a Selye János Egyetem Tanárképző Karán 2017 óta működő Ratio Kutatócsoport egyetemisták körében végzett kutatásainak eredményeit [1] [2] [3] [4] [5] [6] [11] [14] [15] [16].

### A vizsgálati minta

A kérdőív eredeti, 66 tételes változatát 1 vizsgálati csoporttal vettük fel. A kérdőívet kitöltők életkora 18 és 40 év közé esett, nemek szerinti megoszlás szerint: 24 férfi, 113 nő. A megkérdezettek nagy többsége a családi állapotot illetően nőtlen, hajadon (61%).

A kitöltő személyeknek az állítások alapján, egy háromfokú skálán kellett jellemeznie viselkedését, az egyáltalán nem jellemző és a teljesen jellemző közötti intervallumban.

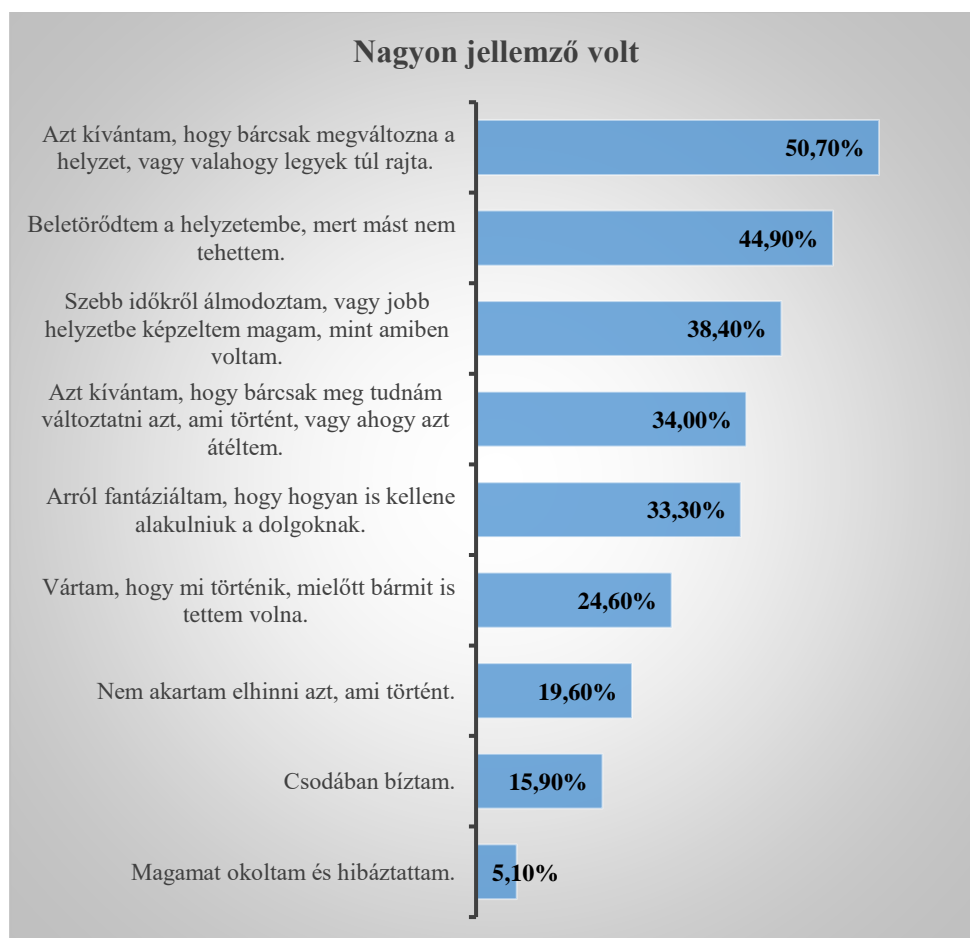
### Eredmények

**I. Pozitív átértékelés**, melynek során az adott személy pozitív jelentőséget tulajdonít a kialakult helyzetnek. A megkérdezettek körében a legmagasabb arányban (49,3%) az „*Újra felfedeztem, hogy mi az, ami fontos az életben*” kijelentés választása jelent meg. 46,4%-uk érezte nagyon jellemzőnek a pandémia időszakában, hogy „*A tapasztalatat gazdagított*”. A hallgatók 44,9%-a fizikai aktivitással is igyekezett a kialakult helyzetben helytállni: „*Kocogtam, vagy valami más testedzést végeztem*”. Nagyon jellemző volt a hallgatók 44,2%-ára, hogy a szituáció jobbá tétele érdekében változásokat hozott létre az életében: „*Valamin változtattam, hogy a dolgok jobbra forduljanak*”. A skála legerősebb fokát jelölte meg a megkérdezettek 40,6%-a az „*Igyekeztem a dolgokat a másik személy szempontjából nézni*” kijelentés tekintetében, ami a konfliktuskezelés hatékony kezelésének egyik jól bevált módszere.

Az adatok elemzése azt mutatja, hogy a karantén időszak a legkevésbé a világnézet változtatására gyakorolt befolyást. Egyáltalán nem volt jellemző válasz érkezett a válaszadók 76,1%-tól arra a kijelentésre, hogy „*Új hitet találtam*”. Magas arányban (69,6%) nem volt jellemző az az

állítás, mely szerint „Elképzelttem, hogy egy általam nagyra tartott személy hogyan viselkedne az adott helyzetben, és ez mintaként szolgált”.

**II. Menekülés/elkerülés** során az adott személy megpróbál szabadulni a problémától, de nem mindig aktív módon. A legerősebben megjelenő érzés (50,7%) a pandémia miatt kialakult szituáció megváltozására vonatkozott: „Azt kívántam, hogy bárcsak megváltozna a helyzet, vagy valahogy legyek túl rajta”. A legkisebb arányban (5,1%) vélték nagyon jellemzőnek a válaszadók a következő állítást: „Magamat okoltam és hibáztattam”, melyből a vírus okozta szituáció jellegének figyelembevételére következtetünk. A 'nagyon jellemző volt'- skálán a legnagyobb és legkisebb gyakorisággal rendelkező válaszok között az alábbi megoszlásban szerepelnek a menekülés/elkerülés dimenzió állításai. (1. ábra)



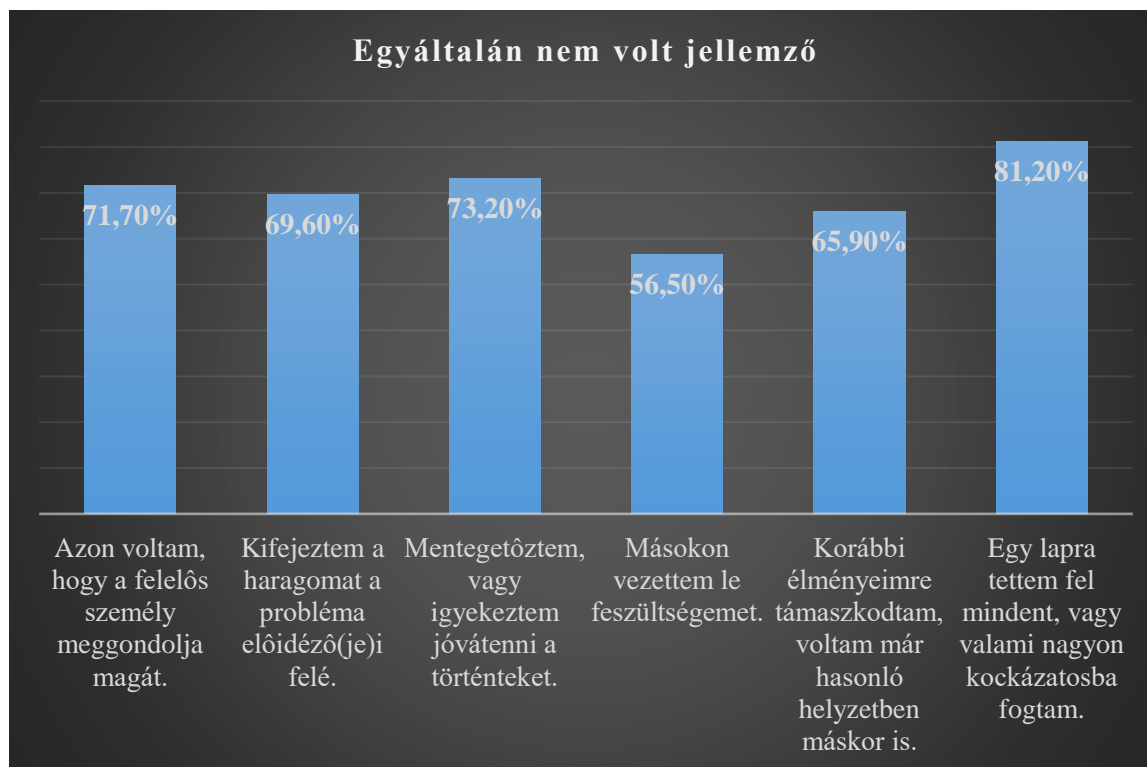
1. ábra: A 'nagyon jellemző volt' - skálaértékek megoszlása a Menekülés/elkerülés stratégia állításainál (forrás: saját szerkesztés)

**III. Szociális támaszkeresés** olyan erőfeszítés, melynek során a személy problémáinak megoldása végett próbál segítséget kérni barátaitól, ismerőseitől vagy szakembertől. A hallgatók nagy többségére nagyon jellemző volt, hogy az érzéseit megosztotta másokkal: „Beszéltem az érzéseimről valakivel (51,4%)”, illetve „Elfogadtam mások együttérzését és megértését” (42%). A szociális támaszkeresés jelenléte kimutatható abból is, hogy a megkérdezettek 59,4%-ára egyáltalán nem volt jellemző az alábbi kijelentés: „Nem akartam, hogy mások megtudják, milyen nehéz helyzetbe kerültem”, és 54,3%-uk érezte úgy, hogy egyáltalán nem jellemezte viselkedését a következő állítás: „Megpróbáltam érzéseimet magamban tartani”.

**IV. Távolítás** olyan tudatos erőfeszítés, melynek során a személy eltávolítja magát a stresszt keltő helyzettől, és megpróbálja csökkenteni a helyzet jelentőségét. A hallgatók jelentős többsége (63%) a saját hozzáállását a következő kijelentés tartalmával vélte a legjellemzőbbnek: „Eszembe jutott, hogy a dolgok mennyivel rosszabbak is lehetnének”. 57,2%-ban érezték nagyon jellemzőnek a

gondolatot: „Úgy gondoltam, hogy az idő mindent megoldhat, csak ki kell várni” és 50,70%-ban „Vigasztaló dolgokra gondoltam”.

**V. Konfrontálódás** során az egyén agresszív, ellenségeskedő és kockázatvállaló. Ezzel az attitűddel többnyire a stresszt kiváltó helyzetet próbálja megszüntetni vagy átalakítani. A konfrontálódás azonban a hallgatók jelentős többségére egyáltalán nem volt jellemző. (2. ábra)



2. ábra: Az 'egyáltalán nem volt jellemző' - skálaértékek megoszlása a Konfrontálódás stratégia állításainál (forrás: saját szerkesztés)

**VI. Tervszerű probléma megoldás – önkontroll** átgondolt, problémamegoldó erőfeszítéseket, tervezéseket tartalmaz. A stratégiához tartozó állítások közül az alábbiakat érezték magukra nézve nagyon jellemzőnek a megkérdezettek:

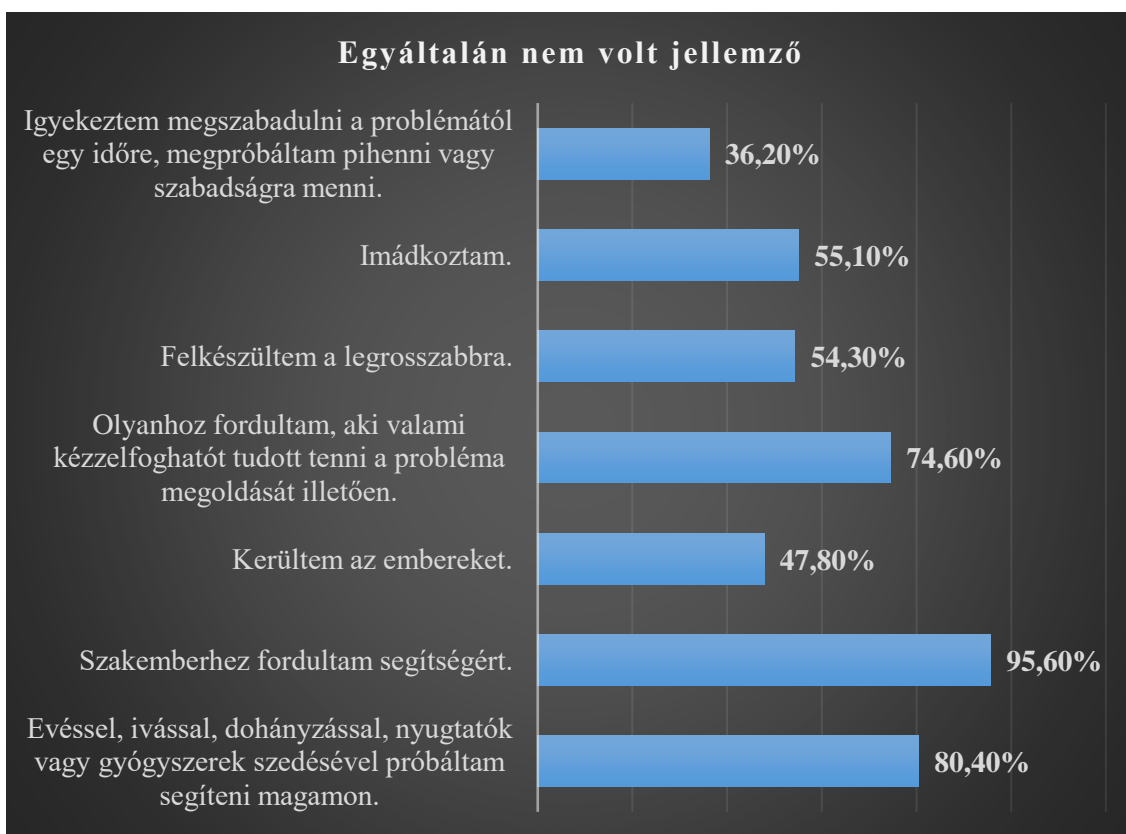
47,8% - „Megpróbáltam elemezni a problémát, hogy jobban megértsem”.

45,7% - „Nem hátráltam meg, küzdöttem azért, amit akartam”.

45,7% - „A helyzet valamilyen kreatív, alkotói tevékenységre ösztönzött”.

39,9% - „Arra koncentráltam, hogy mit kell majd tennem, azaz a következő lépésre ügyeltem”.

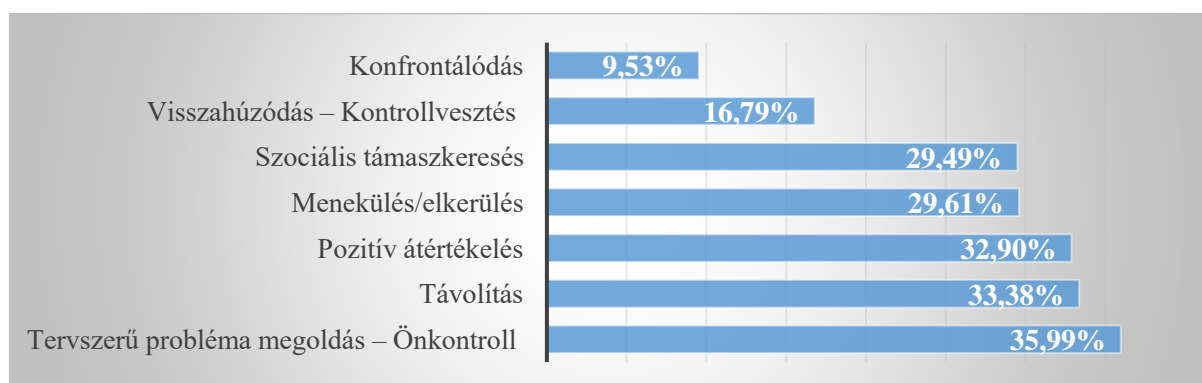
**VII. Visszahúzóadás – Kontrollvesztés** stratégiája segítségkérés egy szakembertől. Ebben az esetben a kontrollvesztés, elidegenedés jellemzi a személyt. Ez a stratégia nagy arányban nem volt jellemző a megkérdezett hallgatókra. (3. ábra)



3. ábra: Az 'egyáltalán nem volt jellemző' - skálaértékek megoszlása a Visszahúzóds – Kontrollvesztés stratégia állításainál

(forrás: saját szerkesztés)

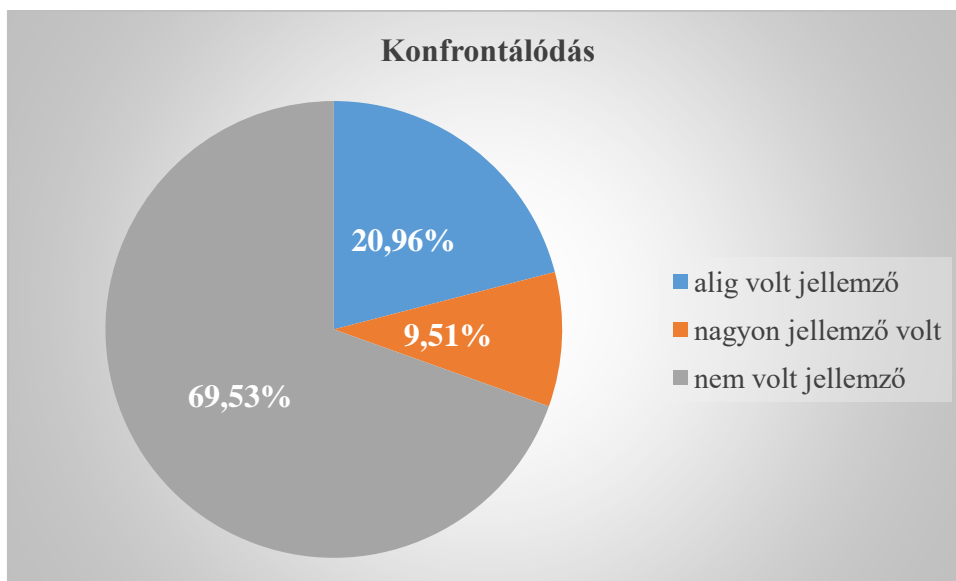
Folkman és Lazarus Konfliktusmegoldó Kérdőívének 7 stratégiája a 'nagyon jellemző' – skálaértékre adott válaszok alapján az alábbi módon oszlanak meg a hallgatók válaszai alapján. (4. ábra)



4. ábra: A stratégiák megoszlása a 'nagyon jellemző' – skálaérték szempontjából

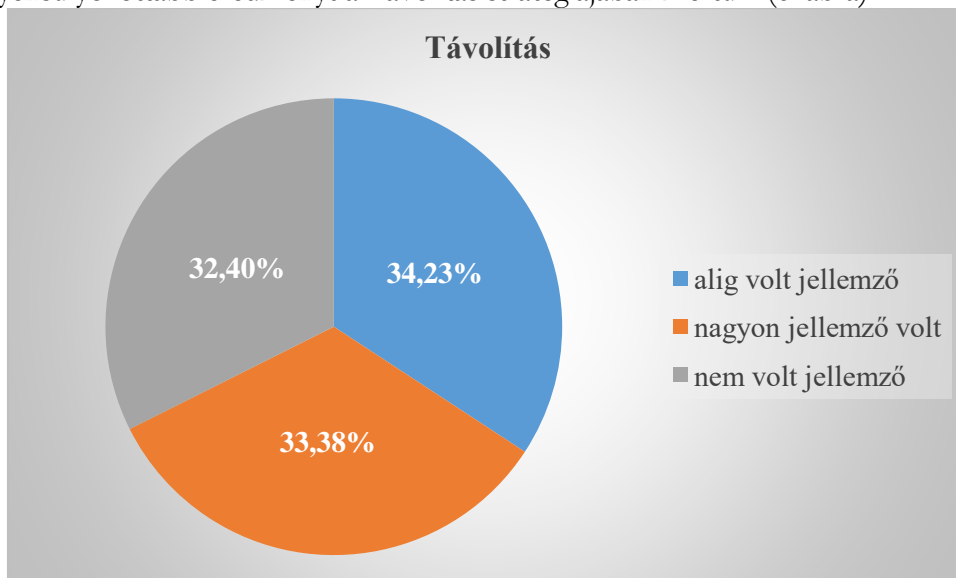
(forrás: saját szerkesztés)

A legnagyobb különbséget a Konfrontálódás stratégiáján belül tártuk fel. Az egyes skálaértékek választásainak arányát az 5. ábra szemlélteti.



5. ábra: A Konfrontálódás stratégia skálaértékeinek megoszlása  
(forrás: saját szerkesztés)

A legkiegyensúlyozottabb eredményt a Távolítás stratégiájában mértük. (6. ábra)



6. ábra: A Távolítás stratégia skálaértékeinek megoszlása  
(forrás: saját szerkesztés)

## ÖSSZEGZÉS

Kutatásunk során arra kerestünk választ, milyen problémakezelési stratégiák jelentek meg legnagyobb gyakorisággal az egyetemisták körében a pandémia időszakában.

Figyelembe véve a stratégiák megoszlását - a 'nagyon jellemző' – skálaérték szempontjából, elmondhatjuk, hogy a *Tervezésű probléma megoldás – önkontroll* kategóriában kaptunk a legmagasabb értékelést (47,8%), mely szerint a hallgatók megpróbálták elemezni a problémát, hogy jobban megértsék a kialakult helyzetet.

Ugyanezen a skálán a *Konfrontálódás* kategóriában a konfrontálódás különböző módozatai a hallgatók jelentős többségére egyáltalán nem volt jellemző (9,53%). Elmondható, hogy a kialakult helyzet által generált feszült időszakban, a hallgatók viselkedésére nem volt jellemző az agresszív, ellenségeskedő és kockázatvállaló magatartás.

A legkiegyensúlyozottabb eredményt a *Távolítás* kategórián belül mértük. A hallgatók jelentős többsége (63%) a saját hozzáállását a következő kijelentés tartalmával vélte a legjellemzőbbnek: „*Észembe jutott, hogy a dolgok mennyivel rosszabbak is lehetnének*”. A fentiek alapján elmondható, hogy a hallgatók tudatosan próbálták eltávolítani magukat a stresszt keltő helyzettől, és ezáltal csökkenti a kialakult állapot jelentőségét.

A *Menekülés-elkerülés* kategóriában jelent meg leginkább (50,7%) az érzelemközpontú megküzdés formája, mely szerint a hallgatók enyhíteni próbálták a stresszhelyzet okozta negatív érzelmek eluralkodását: „*Azt kívántam, hogy bárcsak megváltozna a helyzet, vagy valahogy legyen túl rajta*”.

A hallgatók szociális támaszkeresését illetően elmondható, hogy nagy többségük (51,4%) próbálta megosztani az érzéseit másokkal, ezáltal külső segítséget kérve: „*Beszéltem az érzéseimről valakivel*”.

A kapott eredmények azt mutatják, hogy a hallgatók megküzdési stratégiái leginkább a problémaközpontú megküzdés irányába tolódtak el, mivel önmagukon próbálták változtatni, ilyen módon is alkalmazkodva a kialakult helyzethez. Vizsgálatunk eredményeinek összegzéseként azt is megállapíthatjuk, hogy a karantén időszak nem befolyásolta a hallgatók világnézetét.

## FELHASZNÁLT IRODALOM

- [1] CSEHIOVÁ, Agáta – Katalin KANCZNÉ NAGY, 2019, *Az élménypedagógia helye és szerepe a felsőoktatásban*, In: Neveléstudományi kutatások a Kárpát-medencei oktatási térben: A 4. Kárpát-medencei Oktatási Konferencia tanulmánykötete: A 4. Kárpát-medencei Oktatási Konferencia tanulmánykötete, Pedagogical Research in the Carpathian Basin Educational Space. 4th Carpathian Basin Educational Conference. Oradea. P. 362-374. ISBN 978-80-8122-310-5
- [2] CSEHIOVÁ, Agáta – Katalin, KANCZNÉ NAGY (2019) *Élmény-foglalkozások a Selye János Egyetemen: "Művészet-PEdagógia-PSZIchológia"*. DOI 10.36007/3334.2019.09-17 In: 11. International Conference of J. Selye University : Pedagogical Sections: Pedagogical Sections. Bukor József, Nagy Melinda, Pukánszki Béla István, Csehiová Agáta, Józsa Krisztián, Szőköl István. Komárno: Univerzita J. Selyeho, 2019, online, s. 9-17. ISBN 978-80-8122-333-4
- [3] CSEHIOVÁ, Agáta, 2014, *Interdiszciplináris vonatkozások a művészeti és a zenei nevelés területén*, In: Zborník z medzinárodnej vedeckej konferencie Univerzity J. Selyeho - 2014: "Vzdelávanie a veda na začiatku XXI. storočia" - Sekcie pedagogických vied, Komárno: Univerzita J. Selyeho, CD-ROM, s. 59-67. ISBN 978-80-8122-103-3
- [4] KANCZNÉ NAGY Katalin - CSEHI Agáta (2018) *Elsőéves tanár szakos hallgatók egyetemi képzéssel kapcsolatos előzetes elvárásainak és félelmeinek vizsgálata, körében*, In: Tóth Péter – Simonics István – Manojlovic Heléna – Duchon Jenő (szerk.): Új kihívások és pedagógiai innovációk a szakképzésben és a felsőoktatásban, A VIII. Trefort Ágoston Szakképzés- és Felsőoktatás-pedagógiai Konferencia tanulmánykötete, ISBN 978-963-449-148-4, 77-88
- [5] KANCZNÉ NAGY Katalin - TÓTH Péter (2018): „*Azért vannak a jóbarátok...*” *avagy, a lemorzsolódás-kutatás pilot vizsgálatának eredményei a Selye János Egyetemen*, In: Tóth Péter – Maior Enikő – Horváth Kinga – Kautnik András Duchon Jenő – Sass Bálint (szerk.): *Kutatás és innováció a Kárpátmedencei oktatási térben*, ISBN 978-963-449-115-6
- [6] KANCZNÉ NAGY Katalin (2019): „*Minden új ember egy rejtély, amelyen dolgoznunk kell.*” HERA ÉVKÖNYVEK VI. OKTATÁS – GAZDASÁG – TÁRSADALOM. Szerk: Juhász Erika – Endrődy Orsolya. Magyar Nevelés- és Oktatókutatók Egyesülete ISBN 978-615-5657-03-0
- [7] KOPP, M. - SKRABSKI, Á. (2002): *A magyarság társadalmi és erkölcsi tőkége*. Valóság, 45 (9): 11—19.
- [8] LAZARUS, R. S. (1990): *Stress, coping and illness*. In: Friedman H. S. (szerk.): *Personality and disease*. Wiley, New York. 84—86.
- [9] LAZARUS, R. S., FOLKMAN, S. (1984): *Stress, Appraisal, and Coping*. New York, Springer

- [10] LAZARUS, R. S., LAUNIER, R. (1978): *Stress-related transactions between person and environment*. In Pervin, L. A., Lewis, M. (eds): *Perspectives in Interactional Psychology*. Plenum, New York, 287—327. [https://doi.org/10.1007/978-1-4613-3997-7\\_12](https://doi.org/10.1007/978-1-4613-3997-7_12)
- [11] NAGY Melinda, SZABÓOVÁ Edita, HORVÁTH Kinga, KANCZNÉ Nagy Katalin, TÓTH-BAKOS Anita, ORSOVICS Yvette, STRÉDL Terézia (2018): *A lemorzsolódás okainak vizsgálata a harmadéves óvopedagógus hallgatók körében*, In: Tóth Péter – Maior Enikő – Horváth Kinga – Kautnik András Duchon Jenő – Sass Bálint (szerk.): *Kutatás és innováció a Kárpát-medencei oktatási térben*, ISBN 978-963-449-115-6
- [12] RÓZSA, S., PUREBL, Gy., SUSÁNSZKY, É., KŐ, N., SZÁDOCZKY, E., RÉTHELYI, J., DANIS, I., SKRABSKI, Á., KOPP, M. (2008): *A megküzdés dimenziói: a konfliktusmegoldó kérdőív hazai adaptációja*. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika* 9 (2008) 3, 217—241.
- [13] RÓZSA, S., RÉTHELYI, J., STAUDER, A., SUSÁNSZKY, É., MÉSZÁROS, E., SKRABSKI, Á., KOPP M. (2003): *A középkorú magyar népesség egészségi állapota: a Hugarostudy 2002 országos reprezentatív felmérés módszertana és a minta leíró jellemzői*. *Psychiatria Hungarica*, 18 (2): 83—94.
- [14] TÓTH-BAKOS, A. – TÓTH, P. (2018): *A lemorzsolódás-kutatás pilot vizsgálatának eredményei a Selye János Egyetemen*. In: Tóth, P. – Maior, E. – Horváth, K. – Kautnik, A. – Duchon, J. – Sass, B. (szerk.): *Kutatás és innováció a Kárpátmedencei oktatási térben*, ISBN 978-963-449-115-6;
- [15] TÓTH-BAKOS Anita: *Výsledky analýzy hodnotenia vybraných webových aplikácií*, Komárom : KOMPRESS Nyomdaipari Kft., 2018. - ISBN 978-615-00-2597-1
- [16] TÓTH-BAKOS Anita: *On-line nástenky a aplikácia padlet vo vzdelávaní budúcich pedagógov*, *Trendy ve vzdelávaní: Informační technologie a technické vzdělávání*. - ISSN 1805-8949, 11éfv/2