

MAGYARORSZÁGON TANULÓ NEMZETKÖZI HALLGATÓK ADAPTÁCIÓJÁNAK, HALLGATÓI SIKERESSÉGÉNEK ÉS JÓLLÉTÉNEK FELMÉRÉSE

Felsőoktatási Tanácsadás Egyesület

Matavovszky Dominika

pszichológus, kutató

matavovszky.dominika@ppk.elte.hu



A KUTATÓCSOPORT

Felsőoktatási Tanácsadás Egyesület-
A hallgatóbarát felsőoktatásért 1995 óta



Gyakorlatban, terepen dolgozó szakemberek- tanácsadók, kutatók

ELTE

- Karner Orsolya
- Nguyen Luu Lan Anh
- Vagdalt Eszter
- Csikai Enikő
- Matavovszky Dominika

KRE

- Füleki Beáta

PTE

- Gács Boróka

Corvinus

- Csikós Tamás
- Török Lilla

Statisztika

- Orvos Lóránt



A KUTATÁS HÁTTERE ÉS INDOKOLTSÁGA

Fejlődéslélektani kihívások

A serdülőkor és felnőttkor közötti, egyedi pszichológiai sajátosságokat hordozó, **új fejlődéslélektani szakasz** (18-28 év)

Egyéni és társadalmi krízisek

Pl.: gazdasági válság, háború, pandémia



Súlyosbodó problémák

A felsőoktatási hallgatók aggasztó mentális egészségmutatói

- Metaanalízis - 28 ország, 98 cikk (Ibrahim et al., 2013), Depresszió- 30%
- Ausztrál (N=6000) kutatás (Stallman, 2010), Mentális zavar - 19,2%, Szubklinikai tünetek - 67,4% (magasabb az átl. populációnál!)
- **Nemzetközi hallgatók még nagyobb kockázatnak vannak kitéve** (Pendse & Inman, 2017).



A KUTATÁS CÉLJA

A Magyarországon tanuló nemzetközi hallgatók mentális egészségének és adaptációjának felmérése

- Problémák azonosítása
- Intervenciók tervezése
- Javaslatok döntéshozók felé
- Helyzet monitorozása és követése (2022-es FETA kutatás)

A hallgatók tanulmányi
sikerességének előfeltétele a
mentális egészség



1. SZOCIODEMOGRÁFIAI JELLEMZŐK



2097 fő

Átlag életkor: 26,5 év

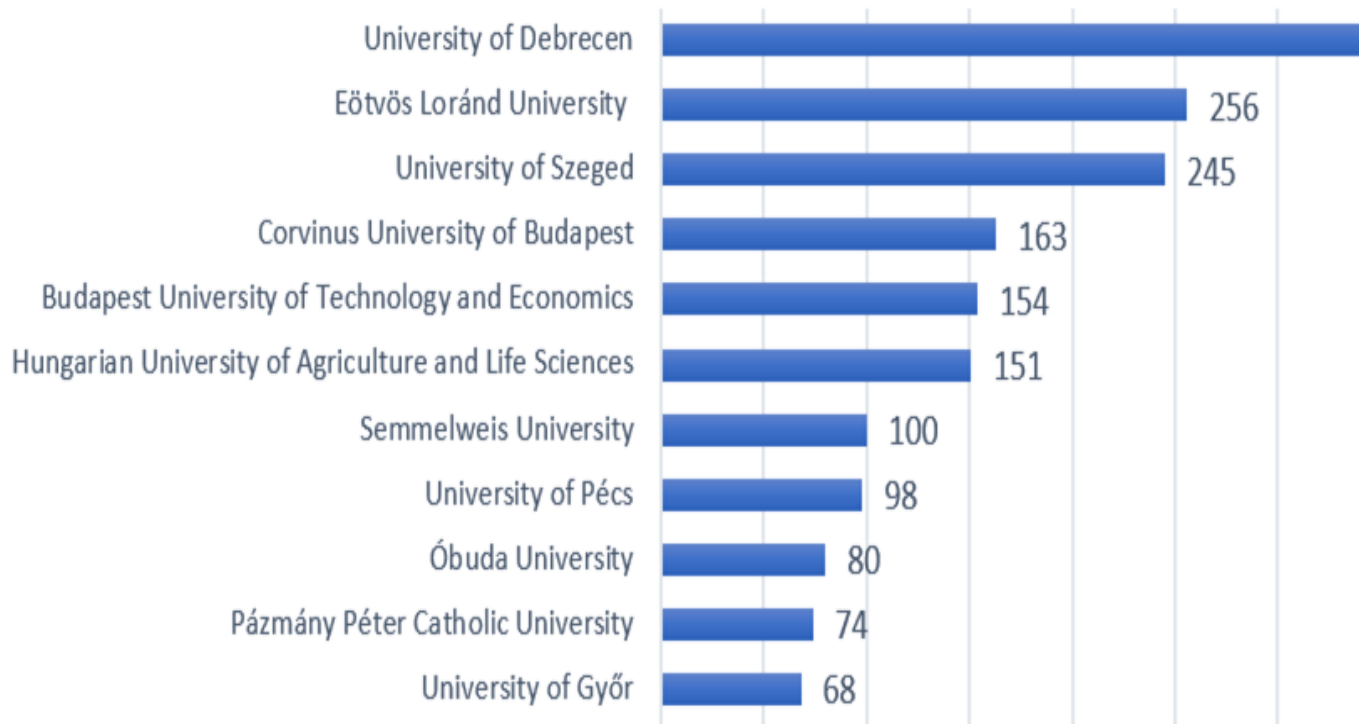
Nemi megoszlás:

1038 férfi, 1252 nő

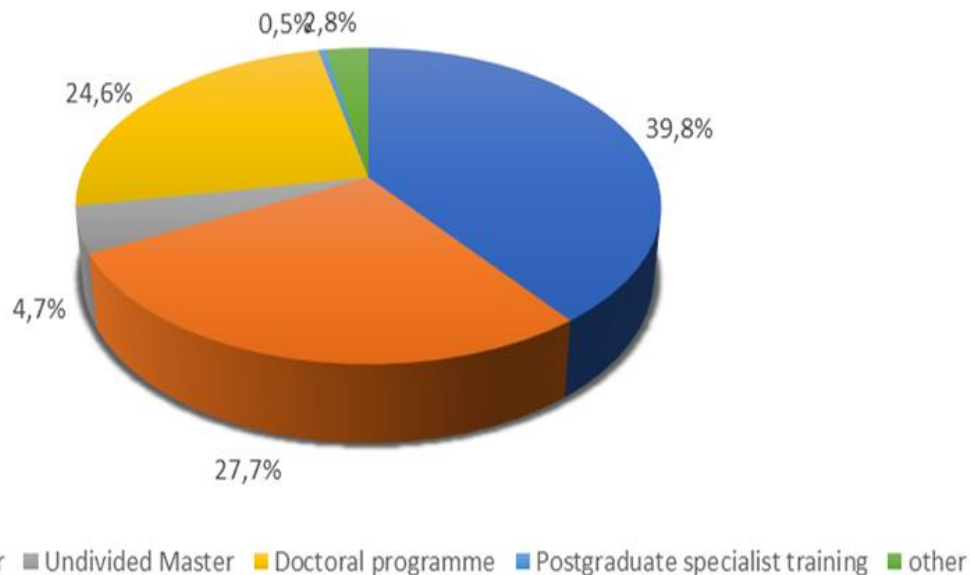
5 egyéb, 35 nem kíván válaszolni



42 intézmény



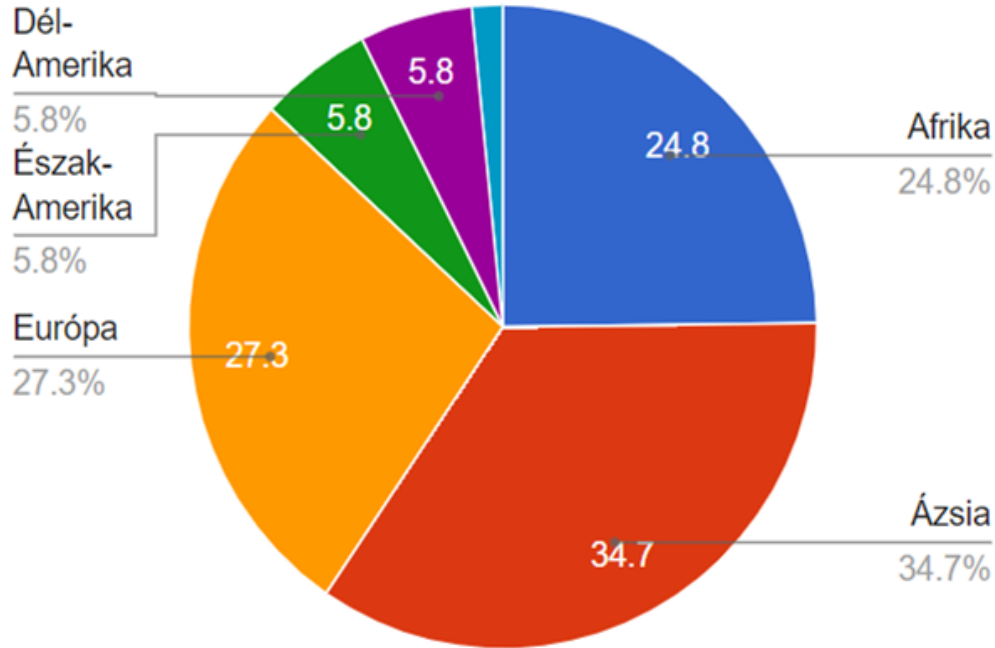
Képzési szint



**A minta nagyrészt (86%)
a képzésük teljes idejét
Magyarországon végző
hallgatókból áll**

Az alapszakos hallgatók magas aránya mellett kb. egyenlő arányban szerepelnek a mintában mesterszakos és doktori tanulmányaikat végző hallgatók

121 ország



India – 114

Jordánia – 100

Törökország – 91

Irán – 87

Vietnám – 87

Kína – 78

Pakisztán – 72

Kenya – 76

Indonézia – 64

Nigéria – 63

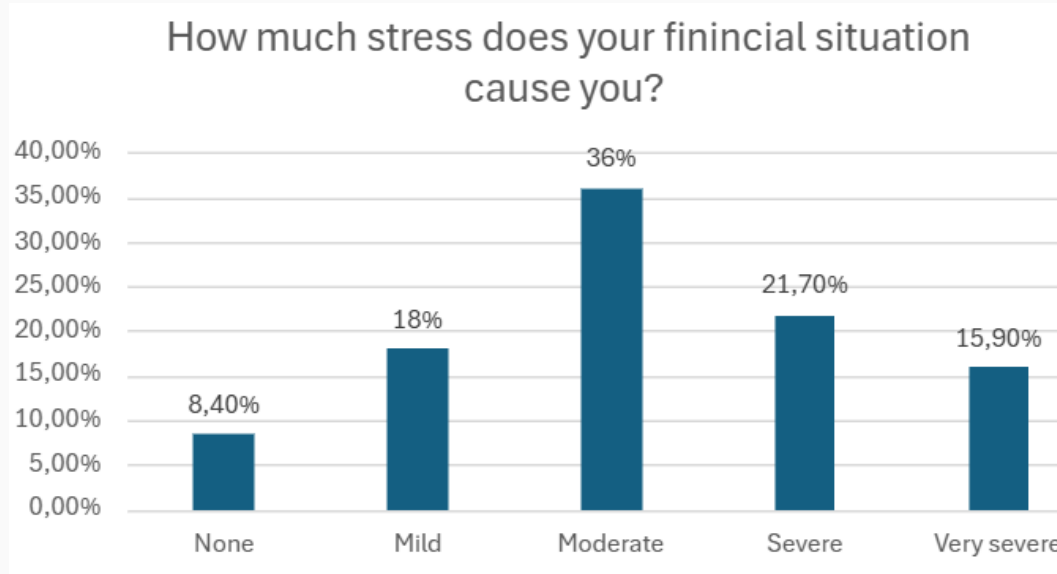
Németország – 60

Irak – 60

Kirgizisztán – 58

Mongólia – 58

ANYAGI HELYZET



54,7%-ának nem áll elegendő összeg a rendelkezésére ahhoz, hogy stabil feltételeket biztosítson a tanulmányaihoz

A hallgatók 37,6%-ának nagymértékű stresszt okoz az anyagi helyzete



MUNKAVÉGZÉS

MUNKAVÉGZÉS

A nemzetközi
hallgatók 36,7%-a
végez munkát a
tanulmányai mellett

A legtöbb diáknak alig
vagy egyáltalán nem
kapcsolódik a
tanulmányaihoz a
munkája

A rendszeres munkát
(39%) vállalók 56,6%-
heti 20 óránál többet
dolgozik



**25,5% kifejezetten negatívan
ítéli meg a munka-magánélet
egyensúlyt az életében.**



**37,8%-a szerint a munkavégzés
negatív következményekkel jár a
tanulmányaira nézve**



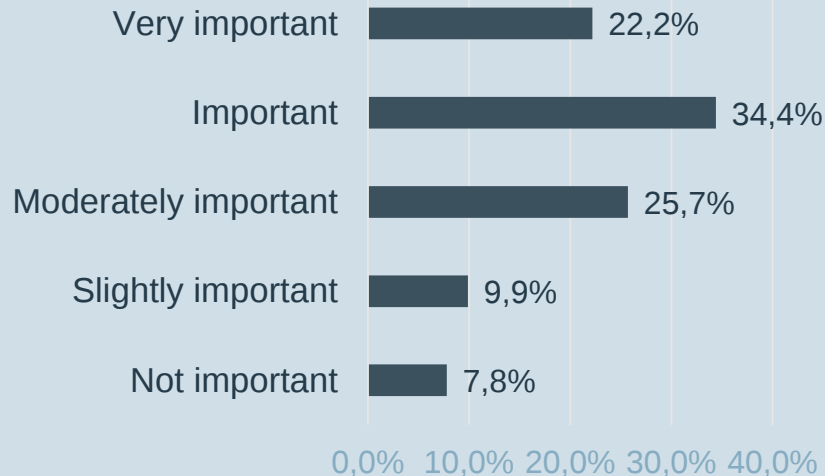
2. A HALLGATÓK ADAPTÁCIÓJA MAGYARORSZÁGON ÉS AZ EGYETEMI KÖRNYEZETBEN

Akkulturációs folyamatok

*Különböző kultúrák találkozásának hatására bekövetkező
pszichológiai változások (Berry, 1997)*

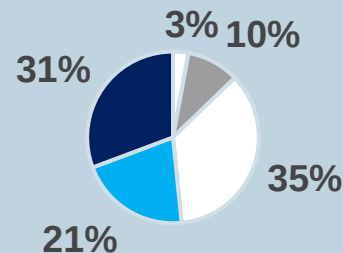
SZOCIOKULTURÁLIS KONTEXTUS

How important is it for you that you are particularly in Hungary?



How do you think Hungarian culture differs from the culture of your country of origin?

- very similar
- somewhat similar
- similar in some ways different in others
- somewhat different
- very different



Az észlelt kulturális távolságot a kitöltők 52%-a nagymértékűnek értékelte



Visszavethet a kezdeményezőkészségükből

SZOCIOKULTURÁLIS ADAPTÁCIÓ

Új társadalmi környezetbe való beilleszkedésre és az új kulturális kompetenciák elsajátítására való képesség

12 terület:

helyi nyelv, barátságok kialakítása, a helyiek társas attitűdjeinek megértése, helyi normák és értékek, étkezési szokások, mindennapi praktikus ügyek, életszínvonal, társadalmi környezet, természeti környezet és klíma.

Brief Sociocultural Adaptation Scale
(Demes & Geeraert, 2014)

- A tágabb kontextuális tényezőkhöz könnyebben az alkalmazkodás, a társas kapcsolatok kialakítására nehezebb
- **A helyi nyelv elsajátítása, a helyiek megértése és saját maguk megértetése a diákok 57,7% számára kihívást jelent**
- **Minél magasabb az adaptáció mértéke, annál alacsonyabb a depresszió és szorongás**



KULTRUÁLIS INTELLIGENCIA (CQ)

Az egyén képessége arra, hogy hatékonyan működjön a kulturális diverzitással jellemezhető helyzetekben (Ang és Van Dyne, 2008)

4 terület:

- (1) kognitív (kulturális ismeret)
- (2) a kulturális környezetnek megfelelő viselkedés
- (3) motivációs (érdeklődés, fókuszálás a kultúrközi helyzetekre és az ezekben való sikerességre)
- (4) kulturális tudatosság, kulturális önreflexió

- A válaszolók inkább pozitívan nyilatkoznak saját kulturális intelligenciájukról
- **Jobban boldogulnak** az egyetemen és **sikeresebbnek érzik magukat** a tanulmányaikban azok a diákok, **akik magasabb kulturális intelligenciával** rendelkeznek.

AKADÉMIAI ADAPTÁCIÓ

- Inkább eredményesnek látják magukat a válaszoló diákok.
- Az akadémiai adaptáció mérsékeltnek mondható (5 fokozatú skálán, átlag 3,7 pont)
- **A kitöltők közül 79,5% a mintatanterv szerint halad tanulmányaival, 16,3% az előre meghatározott ütemnél lassabban, 4,1% pedig gyorsabban**

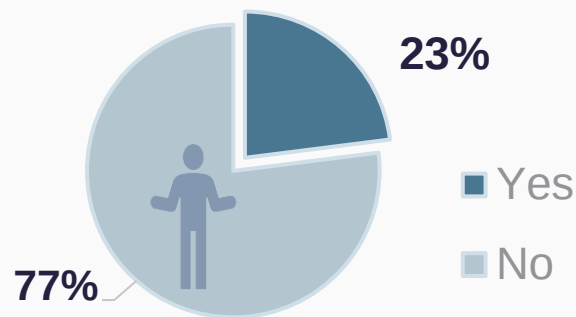


Academic Adaptation Scale (Cemalcilar és mtsai., 2005, Nguyen Luu, 2019)

A BEFOGADÓ INTÉZMÉNY

- A nemzetközi hallgatók mérsékelten látják diákbarátnak és felkészültnek fogadásukra az egyetemi környezetet (átlag 3,33)
- **Távolságtartónak, illetve neutrálisnak érzékelik a magyar diákokat**
- A hallgatók több mint egyharmada kívülállónak magányosnak érzi magát az egyetemen.

Are you a part of any student organization or student community at the university?



- Az egyetemi szervezetekhez való tartozásnak a többség esetében (78%) identitásképző ereje van



HALLGATÓI SZOLGÁLTATÁSOK

Pszichológiai tanácsadás

- A válaszadók fele (51%) nem hallott még az intézmény nyújtotta pszichológiai tanácsadásról
- **64%-nak vannak pszichés problémái**
- 25%-nak diagnózisa is van, nagyrészüket gyógyszerrel szedik



- A szolgáltatások fejlesztése, az **angolul beszélő klinikai pszichológus és pszichiáter foglalkoztatása,** a továbbküldési útvonalak biztosítása szükséges lenne

Karriertanácsadási szolgáltatás

- 51,4% nem hallott róla, 42,2% igen
- 3 % vette igénybe



- A munkavállalási szándék miatt nagy igény lenne ezekre a szolgáltatásokra



HALLGATÓI SZOLGÁLTATÁSOK

Esélyegyenlőségi szolgáltatások

- Az érintett válaszadók csak 24,2% hallott róla
 - A válaszadók 6,4%-a jelezte, hogy speciális igényű hallgató (látás-, hallás-, mozgássérült, diszlexiás, diszgráfiás, diszkalkuliás, ADHD-s stb.)
 - 6,3% nem szeretett volna az erre vonatkozó kérdésre választ adni
- 
- A visszajelzések alapján a speciális szükségletek jelentős befolyást gyakorolnak a mentális jóllétükre, így ezen szolgáltatások ismertségének növelése is fontos lenne



A MAGYAR DIÁKOKKAL VALÓ INTERAKCIÓK

- A hallgatók jelentős része (42,1%) intézményi környezetben soha nem érintkezik magyarokkal, gyakori vagy rendszeres kapcsolatban is csak 10% áll velük
- A képzési nyelv és az elkülönített oktatásszervezés miatt sem adódik sok lehetőség a csoportközi kontaktusra

- A magyarokkal töltött idő és a szociokulturális adaptáció mértéke pozitív összefüggést mutatott

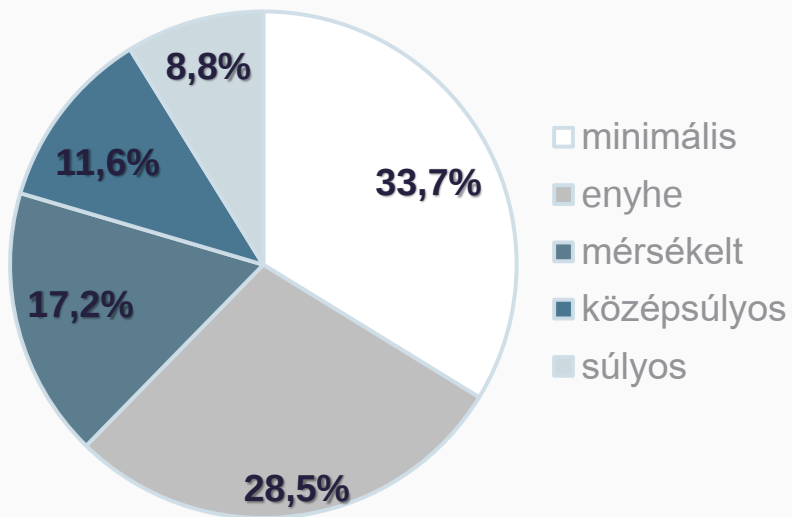


A hallgatók az interakciók hiánya/alacsony mértéke az alkalmazkodásban egy kiaknázatlan lehetőséget eredményez



3. MENTÁLIS EGÉSZSÉG ÉS A NEHÉZSÉGEKKEL VALÓ MEGKÜZDÉS

DEPRESSZIÓ ÉS ÖNGYILKOSSÁG

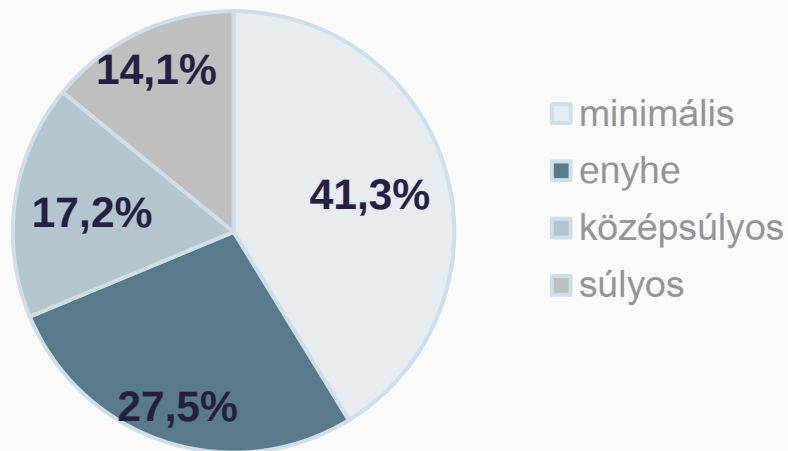


A hallgatók több mint a fele (57%) mutatja a depresszió mérsékelt vagy súlyos tüneteit

A minta 4,6%-a (160 diák!) szinte minden nap gondol az önsértésre, vagy arra, hogy jobb lenne meghalnia

Ezek a tanulók sürgős segítségre, szakszerű mentális támogatásra szorulnak

SZORONGÁS



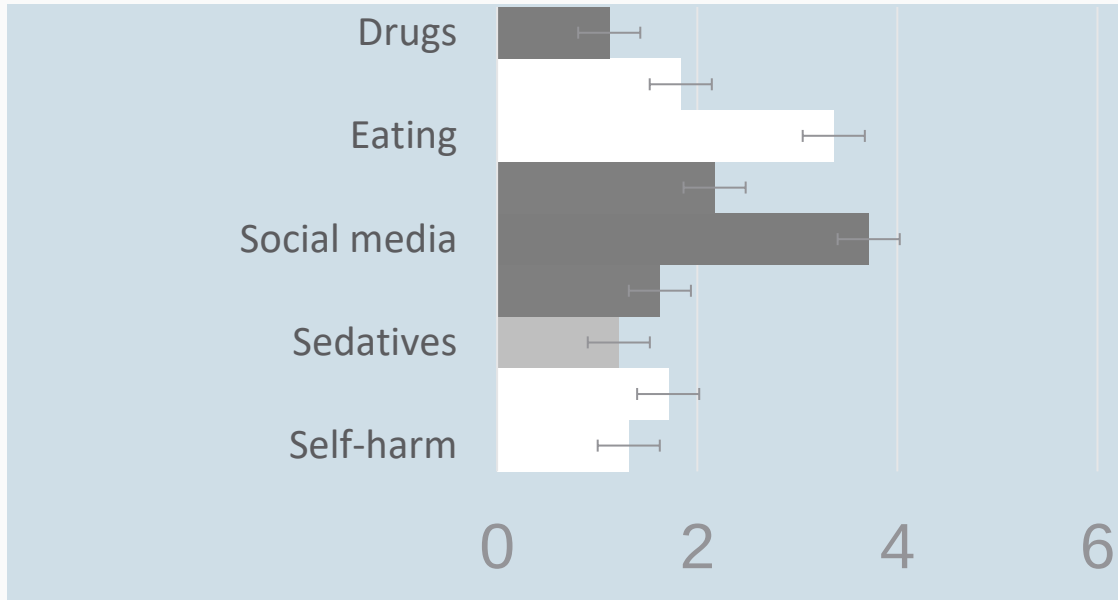
A hallgatók legalább **közel harmada (31%)** számol be **olyan szintű szorongásról, ami megnehezíti, hogy hatékonyan lássa el a hétköznapi feladatait**



SZEMÉLYES ÉS TÁRSADALMI KRÍZISEK

- A hallgatók közel fele (44%) nyilatkozta, hogy az elmúlt időben történt vele olyan negatív életesemény (például szakítás, veszteség, betegség stb.), ami hatással volt a mentális egészségére
- Magasabb pontszámot értek el a depressziót, mind a szorongást mérő kérdőíveken.
- A globális folyamatok közül a jelenlegi gazdasági helyzet aggasztja legjobban a hallgatókat.
- Ezt követi a fegyveres konfliktusok miatti szorongás, majd a környezetváltozással összefüggő nyugtalanság.

SZORONGÁSCSÖKKENTÉS

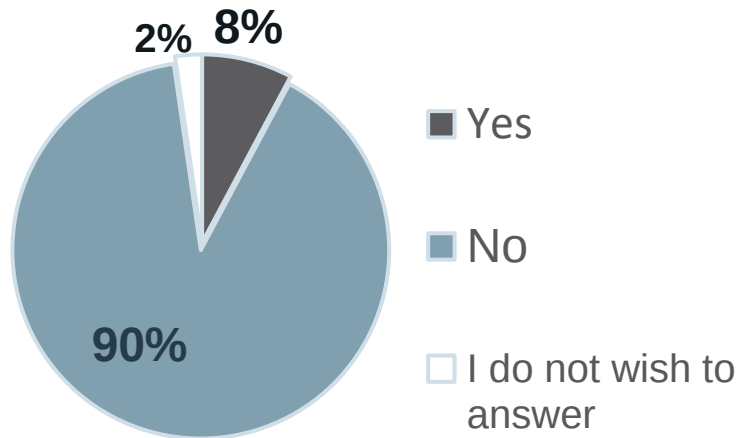


A leggyakoribb maladaptív megküzdési formák: **közösségi média használat** és **stresszevés**

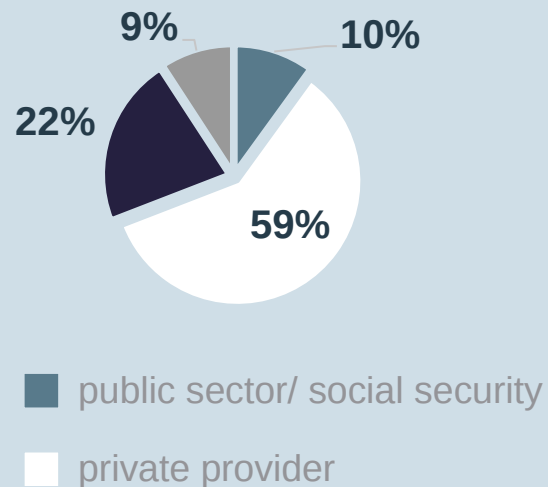
Minél magányosabb egy hallgató, annál nagyobb valószínűséggel alkalmaz valamilyen maladaptív megküzdési módszert.

PSZICHÉS ELLÁTÁS

Are you currently involved in any support/mental health process (counseling, therapy, psychiatric treatment, etc.)?



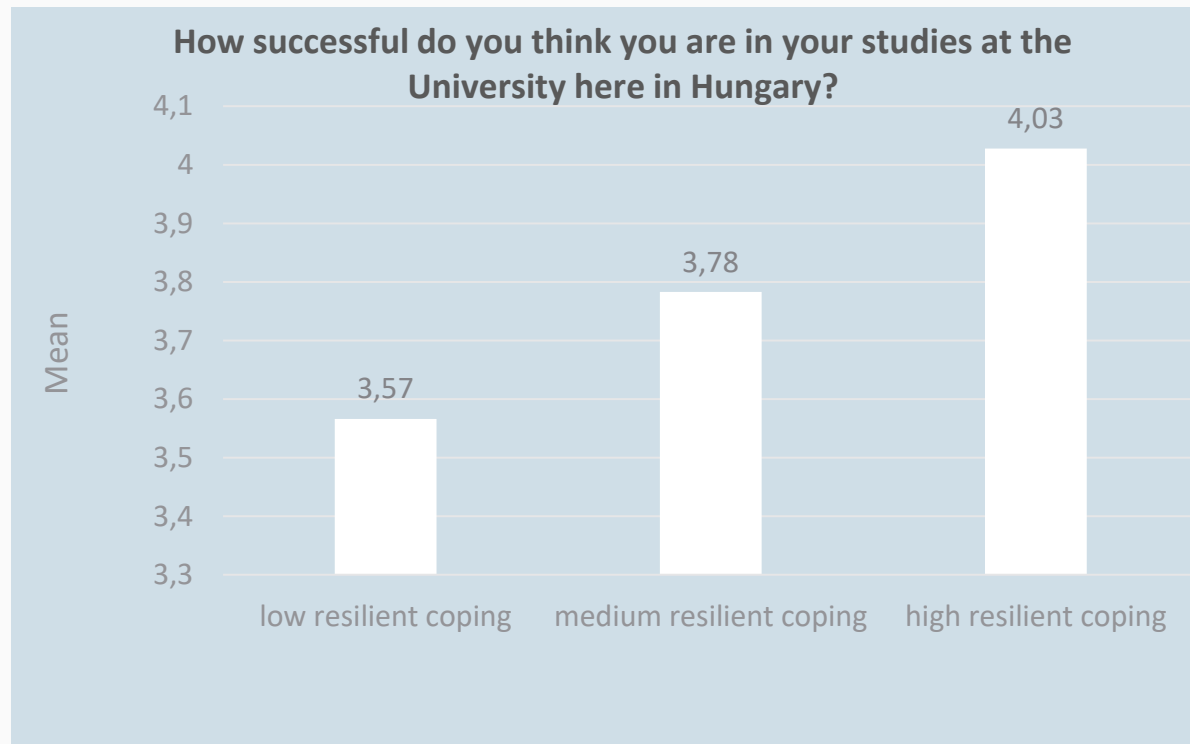
If yes, where?



A többség magánellátásba jár (59%), ezt követi az egyetemi tanácsadó központ (22%), állami ellátást pedig 10% kap



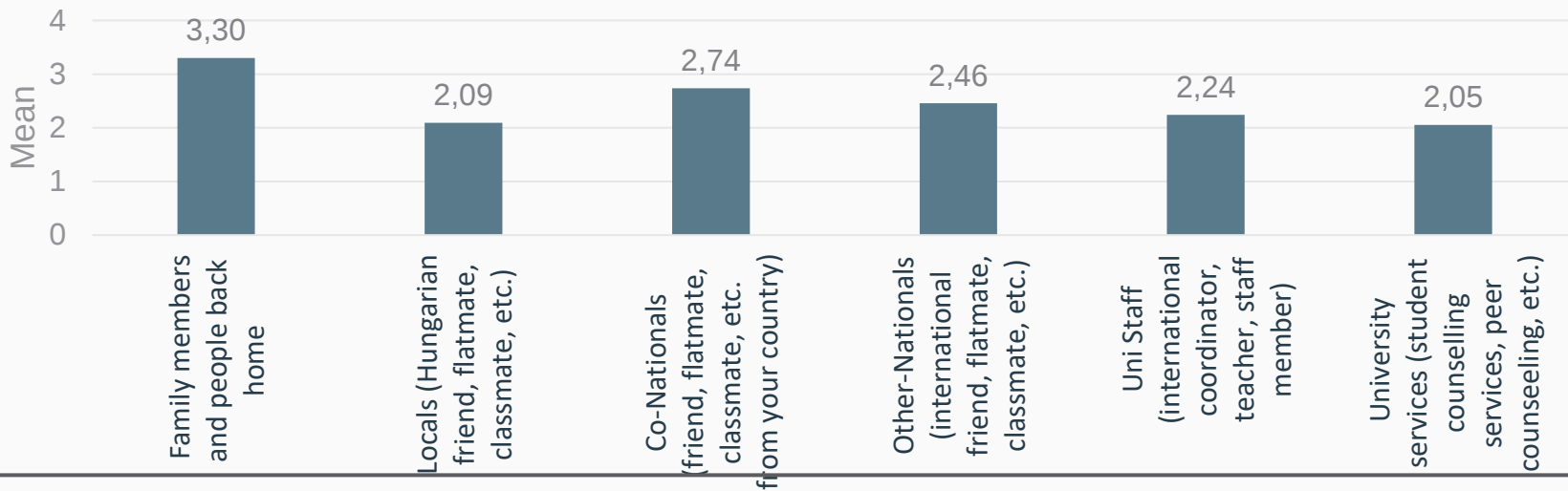
A REZILIENCIA SZEREPE A TANULMÁNYOKBAN





TÁRSAS TÁMOGATÁS, MINT VÉDŐFAKTOR

In difficult life situations, how much help can you count on from the following people?

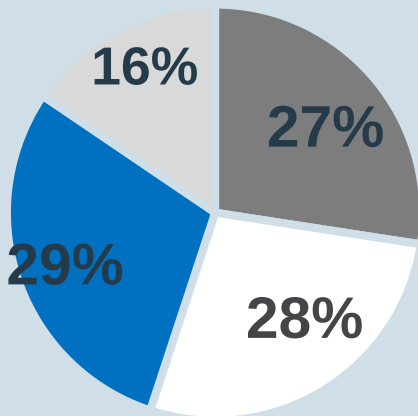


Azok, akik erős és széleskörű társas támogatási hálózattal rendelkeznek, jobb mentális egészség mutatókkal jellemezhetők, beleértve az alacsonyabb szintű szorongást, depressziót és testi tüneteket.

TESTMOZGÁS

A rendszeresen sportolók **magasabb szintű társas támogatással** és **magasabb szintű megküzdési képességekkel** jellemezhetők

- nem
- heti 1-szer
- heti 2-3-szor
- heti 4-szer vagy gyakrabban



A testmozgás kapcsolatban állt a **ritkább közösségi média** használattal és a **kevésbé gyakori stresszevéssel**





A KUTATÁS LEGFONTOSABB KONKLÚZIÓI

- A külföldről érkező hallgatók többsége a teljes képzését itt tölti
- Sok hallgató küzd anyagi nehézséggel, és vállal másodállásban munkát, amely nagyfokú leterheltséget eredményez
- A saját és a helyi kultúrát eltérőnek érzékelik, az alkalmazkodásban a nyelv jelenti a legnagyobb korlátot
- A fogadó intézményt nem érzik kellően felkészültnek és diákbarátnak
- A helybeliekkel való érdemi kapcsolat egy beteljesületlen vágy marad
- A hallgatók mentális egészségi mutatói aggasztóak és nem jutnak megfelelő ellátáshoz
- A társas támogatás, a reziliencia és a sport van a legjelentősebb pozitív hatással a mentális egészségre



JAVASLATOK A HALLGATÓI VISSZAJELZÉSEK ALAPÁN

1. Több közös program magyar hallgatókkal

az izoláció elkerülése, az új kultúra megismerése, új kapcsolatok létesítésének lehetősége, az integráció elősegítése (pl. közös kurzusok, szabadidős és kulturális programok)

2. Magasabb ösztöndíj (és időben történő utalásra) és több anyagi támogatás

3. A nemzetközi hallgatókat célzó szolgáltatások fejlesztése

a tanulmányi rendszer, a követelmények, a helyi kultúra és szokások megismerése, a pályaorientáció elősegítése (pl. orientációs programok, angol nyelvű kiadványok a beiratkozáskor, kortárs és oktatói mentorálás, könnyen, well-being workshopok, karrier-tanácsadás, nemzetközi hallgatókat összegyűjtő platform)

2. Angol nyelvű kommunikáció fejlesztése

az oktatók és admin munkatársak nyelvi készségeinek fejlesztése, angol (mint idegen nyelv) kurzus, a honlapon legyen minden fontos információ angolul is elérhető



JAVASLATOK A HALLGATÓI VISSZAJELZÉSEK ALAPÁN

5. **Egyenlő bánásmód, diszkrimináció csökkentése, multikulturális mindset**
(pl. hasonló lehetőségeket és kurzusokat kínáljon az egyetem, mint ami a magyar hallgatóknak elérhető; az oktatók, egyetemi dolgozók érzékenyítése, az interkulturális kompetenciák fejlesztése)
6. **Kollégiumi férőhely biztosítása, kollégiumi szolgáltatások fejlesztése**
7. **Nagyobb rugalmasság a tárgyak felvételénél, tanulmányok szervezésében**
(pl. sok tantárgy angol nyelven nem felvehető, nem megoldott más csoportba/kurzusra való átjelentkezés, nehéz a képzésváltás stb.)
8. **Infrastrukturális fejlesztések**
(pl. közösségi terek, elérhető árú egyetemi menza, étkezésre alkalmas helyiség, jó minőségű vezeték nélküli internetkapcsolat stb.)

REFERENCIÁK

- Ang, S., Van Dyne, L. (Ed.), (2008). Handbook on cultural intelligence: Theory, measurement and applications. Armonk: M.E. Sharpe. Babiker, I.
- Arends-Tóth, J., & Van de Vijver, F. J. (2007). Acculturation attitudes: A comparison of measurement methods 1. Journal of Applied Social Psychology, 37(7), 1462-1488.
- Arnett, J. J. (2000): Emerging Adulthood. A Theory of Development from the Late Teens Through the Twenties. American Psychologist, 55(5), 469–80.
- Berry, J. W., & Sam, D. L. (1997). Acculturation and adaptation. Handbook of cross-cultural psychology, 3(2), 291-326.
- E., Cox, J. L., Miller, P. M. (1980). The measurement of cultural distance and its relationship to medical consultations, symptomatology and examination performance of overseas students at Edinburgh University. Social Psychiatry, 15(3), 109–116.
- Cemalcilar, Z., Falbo, T., Stapleton, L. M. (2005). Cyber communication: A new opportunity for international students' adaptation? International Journal of Intercultural Relations, 29(1), 91– 110
- Ibrahim, A. K., Kelly, S. J., Adams, C. E., & Glazebrook, C. (2013). A systematic review of studies of depression prevalence in university students. Journal of psychiatric research, 47(3), 391-400
- Kowalski, A.M. (2021). Global South-Global North Differences. In: Leal Filho, W., Azul, A.M., Brandli, L., Lange Salvia, A., Özuyar, P.G., Wall, T. (eds) No Poverty. Encyclopedia of the UN Sustainable Development Goals. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-957142_68
- Nguyen Luu, L. A. (2019). A nemzetközi felsőoktatási mobilitás pszichológiai aspektusai. Budapest: ELTE Eötvös Kiadó.
- Pendse, A., & Inman, A. G. (2017). International student-focused counseling research: A 34year content analysis. Counselling Psychology Quarterly, 30(1), 20-47.
- Stallman, H. M. (2010). Psychological distress in university students: A comparison with general population data. Australian psychologist, 45(4), 249-257.
- Wang, K. T., Heppner, P. P., Wang, L., Zhu, F. (2015). Cultural intelligence trajectories in new international students: Implications for the development of cross-cultural competence. International Perspectives in Psychology: Research, Practice, Consultation, 4(1), 51.
- Wang, K. T., Li, F., Wang, Y., Hunt, E. N., Yan, G. C., Currey, D. E. (2014). The international friendly campus scale: Development and psychometric evaluation. International Journal of Intercultural Relations, 42, 118–128.
- Zhang, J., & Goodson, P. (2011). Predictors of international students' psychosocial adjustment to life in the United States: A systematic review. International journal of intercultural relations, 35(2), 139-162.

Köszönöm a figyelmet!

matavovszky.dominika@ppk.elte.hu

A kutatás további eredményei:

