

A felsőoktatásban tanuló elsőéves hallgatók mentális egészségének a vizsgálata a Covid-19 járvány idején a digitális és a jelenléti oktatás vonatkozásában

Szikszai Alexandra Kitti, Labancz Eszter, Kuritárné Szabó Ildikó

Debreceni Egyetem
Általános Orvostudományi Kar
Magatartástudományi Intézet
alexandraszikszai96@gmail.com

Elméleti háttér: A Covid-19 pandémia megjelenése és elterjedése az egész világot új kihívások elé állította. A digitális oktatás bevezetése számos újfajta nehézséget idézett elő, az viszont kevésbé ismert, hogy ez milyen hatást gyakorolt a hallgatók mentális egészségére.

Kutatási cél: Kutatásunk a felsőoktatásban elsőéves hallgatók mentális egészségének változását vizsgálta a jelenléti és a digitális oktatás idején. Jelen elemzés a járvány második hulláma alatt a depresszió és az észlelt stressz mértékét tárta fel a társas támogatottság és a rendszeres sportolás, mint protektív tényezők függvényében.

Módszertan: Az adatgyűjtés online formában történt a digitális oktatás időszakában (2020. november 17. és 2021. január 8. között). A jelenléti oktatás idejére vonatkozó adatokat retrospektíven kérdeztük le. Alkalmazott eszközeink az Észlelt Stressz Kérdőív (PSS), a Beck Depresszió Kérdőív (BDI) rövidített változata és a Társas Támasz mérésére szolgáló kérdőív (MOS SSS) voltak.

Minta: A kutatás 137 elsőéves hallgató adataira támaszkodott, kiknek átlagéletkoruk 19,3 év (SD=3,4). A résztvevők 82,5%-a nő (n=113) volt.

Eredmények: A vizsgálat eredményei azt mutatják, hogy az észlelt stressz mértéke ($p<0,001$) és a depresszió pontszám ($p<0,05$) egyaránt magasabb volt a digitális oktatás időszakában, mint a jelenléti oktatás idején. A társas támogatottság protektív tényezőként funkcionált a jelenléti és a digitális oktatás időszakában az észlelt stressz ($p<0,01$, $\rho=-0,260$; $p<0,001$, $\rho=-0,354$) és a depresszió pontszám ($p<0,001$, $\rho=-0,298$; $p<0,001$, $\rho=-0,416$) kapcsán egyaránt. A rendszeres sportolás protektív szerepét nem sikerült igazolnunk.

Konklúzió: Eredményeink alapján érdemesnek látjuk felmérni azon konkrét nehézségeket, melyeket a digitális oktatás jelent a hallgatók számára. Emellett javasoljuk egy olyan segédanyag kidolgozását, mely a hallgatók segítségére lehet az újonnan megjelenő kihívásokkal való megküzdésben, hangsúlyozva a társas támasz jelentőségét, és lehetővé téve a stressz csökkentésére irányuló technikák elsajátítását.

Kulcsszavak: Covid-19, hallgatói mentális egészség, online oktatás-személyes oktatás