

**XXXI. Országos Tudományos Diákköri Konferencia
Had- és Rendészettudományi Szekció
Budapest, 2013. április 16-18.
Nemzeti Közsolgálati Egyetem
Hadtudományi és Honvédtisztképző Kar**

**A HONVÉDTISZTJELÖLTEK KÖZÉRZETÉNEK
VIZSGÁLATA**

Jelige: *mosómedve*

Dolgozat lezárásának időpontja: 2012, december

TARTALOMJEGYZÉK

BEVEZETÉS	3
A témaválasztás indoklása	3
1. KUTATÁSMETODOLÓGIAI KÉRDÉSEK	4
1.1 Célkitűzések megfogalmazása	4
1.2 Problémafelvetés	4
1.3 A kutatási hipotézis megfogalmazása	5
1.4 A kutatás stratégiája, fajtája, módszere	5
2. A MENTÁLHIGIÉNÉ FOGALMI MEGHATÁROZÁSA	5
2.1. A mentális egészség védelme	6
2.2. A vezető fontossága a közérzet szempontjából	9
2.3. Egyéb, a közérzetet befolyásoló tényezők	12
3. AZ EMPIRIKUS KUTATÁS BEMUTATÁSA	12
4. A KAPOTT EREDMÉNYEK ÉRTELMEZÉSE	33
5. ÖSSZEGZÉS	35
FELHASZNÁLT IRODALOM	36
MELLÉKLET	37

BEVEZETÉS

A témaválasztás indoklása

Az egyén mentális egészségének védelme össztársadalmi feladat. A mentális egészségvédelem már a születés előtt elkezdődik a szülők családtervezésével, a méhen belüli élet védelmével. Majd folytatódik a szocializáció különböző szakaszaival, a családon belüli és intézményes neveléssel, a munkahellyel, az egyén krízis állapotával szembeni társadalmi toleranciával, az egyént körülvevő társadalmi környezet védelmet, támogatást és elvárást biztosító magatartásával. Az egyén mentális egészségének következménye a közösség és a társadalom mentális egészsége.

A katonai egészségvédelem célja: biztosítani minél több katona számára az optimális intellektuális és érzelmi fejlődést, fenntartani azt a személyiségszerkezetet, ami alkalmassá teszi az embert a katonai feladatai maradéktalan teljesítésére, miközben belső harmóniában él önmagával és közvetlen környezetével.

Témaválasztásom indokálásaként, már régóta megfogalmazódott bennem a kérdés, hogy vajon hogyan érzik magukat a mindennapokban a honvédtisztjelöltek, illetve hogy vajon az évek elteltével csökkenhet-e a motiváció, a kedv, az egyetem, és a zászlóalj megítélése, és ha igen miért!?

Sikerült egy olyan kérdőívet megszerkeszteni, amelynek segítségével általánosan átfogó képet kaphatok a tisztjelöltek mindennapjaival kapcsolatban, illetve ahol ki tudom elemezni az évfolyamonként eltérő válaszokat.

Véleményem szerint ez a munka egyaránt jó lehet hallgatótársaimnak, illetve előjáróimnak, hiszen ők következtetéseket tudnak levonni saját magukra nézve, és úgy tudnak alakítani hozzáállásukon, véleményükön.

1. KUTATÁSMETODOLÓGIAI KÉRDÉSEK

1.1 Célkitűzések megfogalmazása

Dolgozatomban arra vállalkoztam, hogy a honvédtisztjelöltek közérzetét- elégedettségét vizsgáljam, elemezzem.

Munkámban a következő kérdésekre kerestem a választ. A hazai szakirodalom releváns szakirodalmával megpróbáltam körbejárni, elemezni a témát. Kérdőívet készítettem a hallgatók közérzetének vizsgálatára, s majd a kapott eredmények elemzésére vállalkoztam. Többek között az érdekelt: Mennyire szeretnek ebbe az intézménybe járni? Mentálisan mennyire elégedettek magukkal? Mennyire gondolják azt, hogy jó pályát választottak? Szoktak-e rossz lehangoltak lenni? Csökkent-e a motivációjuk amióta itt vannak? Ha újból választhatnának, újra ebbe az intézménybe jelentkeznének-e? Megfelelő-e a tisztek bánásmódja? Mennyire stresszes a hallgatói élet?

A Nemzeti Közszerológati Egyetem Hadtudományi és Honvédtisztképző Kar ¹ másodéves hallgatójaként napról napra szembesülök az egyetemi élet nehézségeivel, buktatóival. Kíváncsi voltam arra, hogy a négy év alatt mennyire változik meg bajtársaim, iskolatársaim mentalitása, miként változik meg a motivációjuk, hogy ítélik meg feletteseik bánásmódját.

1.2 Problémafelvetés

- Mik azok a tényezők, amik a tisztjelöltek motiváltságát befolyásolhatják, jó vagy rossz irányba?
- Hogyan vezetnek le a felgyülemlett feszültségeket a hallgatók?
- Alkalmasnak tartják-e magukat a tisztjelöltek honvédtisztnek?

¹ Továbbiakban: NKE HHK

1.3 A kutatási hipotézis megfogalmazása

- Az évek elteltével rohamosan csökken a tisztjelöltek motiváltsága.
- A tisztek bánásmódja nagymértékben összefügg a hallgatók érzelmi állapotával.
- A tisztjelöltek számára a legnagyobb stresszt a szabadidő hiánya jelenti.

1.4 A kutatás stratégiája, fajtája, módszere

A kutatási stratégia induktív, leíró jellegű, összefüggés-feltáró, fajtája alapkutatás.

Az elemzés kiindulópontja egy kérdőíves felmérés volt, amely 20 kérdést tartalmazott. A kérdőíveket interneten keresztül juttattam el minden évfolyamnak, szakiránytól, és specializációtól függetlenül. A kérdőívek nyitott és zárt kérdéseket egyaránt tartalmaztak.

Az adatok feldolgozása statisztikai módszerekkel történt:

- Grafikus ábrázolás (oszlop- és kördiagram)
- Átlagszámítás

2. A MENTÁLHIGIÉNÉ FOGALMI MEGHATÁROZÁSA

A mentálhigiéné tulajdonképpen lelki egészségvédelmet jelent, a mentálhigiénés tevékenység a mentális betegségek megelőzésére irányul. A mentálhigiéné az egyén, a szervezet, a csoport, az intézmény, a közösség, a társadalom olyan képessége, amely alkalmassá teszi az embereket arra, hogy problémáikat megoldják. Legfőbb célja a lelki egészség megőrzése és fejlesztése. A lelki egészség kritériumai: munkaképesség, megoldott szociális beilleszkedés, örömképesség, önálló életvezetés képessége, és az életszerepeknek megfelelő viselkedés. A mozgalom elindítója egy amerikai üzletember – Clifford Beers (1908) volt, aki kétévi elmekórházi tartózkodás után meggyógyult, és nagy hatású könyvben állt ki a megelőzés fontossága mellett.

Hazánkban a két világháború között a pszichiátria sem fejlődött eléggé, és talán emiatt is alig volt szó a mentálhigiénéről, vagyis itt a mozgalom és a fogalom divata nem nyert teret. A II. világháború után ez a helyzet nem változott. A pszichiátriát a magyar hagyomány a neurológia, az ideggyógyászat részeként tekintette. A helyzetre jellemző volt, hogy önálló pszichiátriai szakmai társaság csak 1980-ban alakulhatott meg.

A politikai rendszerváltozás előtt már a népjóléti kormányzat is előkészületeket tett az egyik javasolt megoldási mód, a mentálhigiénés intézet létrehozására. Így alakult ki, hogy a politikai rendszerváltozás után a mentálhigiéné fogalma a pszichoterápia progresszió, a lelki egészségvédelem, a segítő szakmák fejlesztése, a fejlesztő nevelés és a lelki-szociális bajok korai kezelésbevétele szinonimája és szimbóluma lett.

A mentálhigiéné tehát leginkább a lelki egészség promóció értelmében használt összetett, nehezen meghatározható fogalom, amely egyszerre vonatkozik célokra, módszerekre, megközelítésmódra, szemléletre és konkrét tevékenységi területekre. Magában foglalhat mindent, ami a lelki egészséget javítja, annak minden vetületében és szintjén, az egyén és környezet viszonyának hagyományos megelőzési viszonyától a személyiség fejlődésének elősegítésén át azokig a szociális képességekig és kapcsolatokig, együttműködésekig menően, amelyek a nehéz élethelyzetek, stresszek leküzdését segítik, amely a személyiséget és a szociális segítő hálózatokat aktiválják.

Más értelmezésben, a mentálhigiéné minden olyan tevékenység, melynek célja az egészséges lelki élet kialakítása és megtartása, olyan orvosi tudományág, amely támogatja és elősegíti a mentális egészséget és a mentális betegségek megelőzését a pszichiátria és a pszichológia segítségével. Feladata a lelki egészség elősegítése és megőrzése, illetve azon ismeretek és intézkedések felhasználása, melyek arra irányulnak, hogy megelőzzék a lelki rendellenességeket és javítsák az egyénpszichológiai beilleszkedését a társadalomba, illetve képességeit a harmonikus szociális kapcsolatok kialakítására. Területei: pozitív mentálhigiéné, pozitív pszichológia, lelki- egészség promóció.

2.1. A mentális egészség védelme

Az egyén mentális egészségének védelme össztársadalmi feladat. A mentális egészségvédelem már a születés előtt elkezdődik a szülők családtervezésével, a méhen belüli

élet védelmével. Majd folytatódik a szocializáció különböző szakaszaival, a családon belüli és intézményes neveléssel, a munkahellyel, az egyén krízis állapotával szembeni társadalmi toleranciával, az egyént körülvevő társadalmi környezet védelmet, támogatást és elvárást biztosító magatartásával. Az egyén mentális egészségének következménye a közösség és a társadalom mentális egészsége. A társadalmak és közösségek érezve felelősségüket tagjaik mentális egészségéért, mentálhigiénés programokat hoznak létre. A programok célként jelöli meg az egyének lelki-fizikai jólétének elérését, az élet során szükségszerűen jelentkező krízis helyzetek humánus elhárítását. A szociális tanulás alapvető területe általában a családi élet. Éppen ezért fontos része minden mentálhigiénés programnak a családi élet védelme, hogy a család problémamegoldó, helyzetmegoldó készletben lehetőség szerint az egyén és a társadalom számára kedvezőtlen minta (alkoholizmus, narkománia, drogélvezet stb.) ne forduljon elő. Része ennek a programnak az is, hogy a társadalmi- gazdasági változások hatása arányos legyen az ember tűrő, alkalmazkodó és tanulási képességeivel, hogy az erejét veszített betegek, a haladottabb korban lévők az erejüknek, képességüknek, lehetőségeiknek megfelelő munkát kapjanak.

A fentiek alapján nyilvánvaló, hogy a mentális egészség védelme egyértelműen közösségi feladat, és a közösségek tagjai egész életükön keresztül szükségszerűen igénylik.

A mentális egészség alatt értjük azt a lelki és fizikai állapotot, amikor az egyén rendelkezik azokkal a képességekkel, hogy másokkal harmonikus viszonyt alakítson ki, és a közösség munkájában alkotó módon működjön közre. Az egyén személyisége oly módon fejlődjön, hogy ösztönös hajlamait megtanulja a közösség számára elfogadhatóan kiélni, miközben saját képességeit, lehetőségeit elvárása szintjén realizálhatja. A fentiekből következik, hogy a mentális egészség ugyanúgy, mint a testi-fizikális egészség, állandóan változó állapot. Hiszen gyakran előfordul életünk során, hogy környezetünkhöz alkalmazkodni nem tudunk, vagy csak nagy nehézségek árán vagyunk képesek rá, gyakran érezzük úgy, hogy nem tudunk képességeinknek, lehetőségeinknek megfelelően élni stb.

A mentális egészség feltétele egészséges biológiai háttér (öröklés), valamint egészséges szociális közeg (harmonikus, alkotó családi élet, megfelelő nevelés, jó munkahelyi környezet stb.), tehát a személyiségi- fizikai- szociális egészség feltétele a mentális egészségnek.

Mentális egészségromlás következményeként – amely egyaránt kialakulhat belső (lelki), illetve külső (pl. szociális, fizikai) hatásokra is – a mentális zavar különböző állapotai

alakulhatnak ki. Ezeket az állapotokat nem tekinthetjük betegségnek, hanem ún. betegség megelőző állapotnak. Ilyen az átmeneti állapot, amikor az egyén életvezetése, vagy biológiai állapota miatt különleges helyzetbe kerül (pl. pubertás, öregedés, házasság, válás, munkahely-változtatás stb.). Ezek az állapotok az ember számára sok új, ismeretlen helyzetet, stresszhelyzetet teremtenek, amikor a korábban megszokott és alkalmazott alkalmazkodási formák nem megfelelőek, új alkalmazkodási sémát kell kidolgozni a sikeresség érdekében. Ezek olyan megterhelést jelenthetnek az egyén számára, amikor mentális egészsége bizonytalanná válhat.

Mentális zavart okozhat még az ún. tartós hiányállapot, amikor az egyénnek valamilyen, számára feltétlenül szükséges dologról (pl. szabadság, szeretet, haza-honvágy stb.) le kell mondania. Hogy egyensúlyban tudja tartani magát, nagy lelki tartalékokat kell mozgósítania. Ilyenkor lelki kondíciója nagymértékben meggyengül.

A legsúlyosabb mentális zavar az ún. krízis állapot, amikor az egyén számára egy probléma mindennél fontosabbá válik, és ezt megoldani nem tudja. Egyre inkább beszűkül a számára megoldhatatlan, de feltétlenül megoldani szükséges problémára, s ez lelki tartalékait annyira felemészt, hogy másra gondolni, mással foglalkozni nem tud. E miatt szorong, fél, fokozott nyugtalanság és reménytelenség jellemzi, amely állapot végül – ha segítség nem érkezik – erőszakos cselekményekbe is torkolhat.

Ha a mentális zavar különböző megjelenési formáiban a megfelelő segítséget biztosítani nem tudjuk, mentális betegség alakulhat ki. Ilyenkor már klinikailag jól körülhatárolt tünet együttesel találkozunk, képességvesztést tapasztalunk, és az állapottól függően különböző fokú betegségtudatot észlelünk.

A mentálhigiénés ellátás szempontjából különös jelentősége van a beilleszkedési és alkalmazkodási zavarok, a szenvedélybetegségek felkutatásának, modern ellátásának és rehabilitációjának. A beilleszkedési és alkalmazkodási zavar mögött, az esetek jelentős részében, kóros személyiségfejlődés található, de felfedezhető a deviancia, a társadalmi normákhoz való illeszkedési lehetetlensége, vagy annak tudatos nem vállalása.

A lengyel hadseregben, pl. önálló, az ideg-elme ellátástól független mentálhigiénés rendszer van, amely szorosan összefügg tábori egyházi szervezetekkel. A csehországi hadseregben a parancsnoki állomány és az egészségügyi szolgálat feladata a mentálhigiénés ellátás. Az USA hadseregében, különösen a vietnámi háború idején volt fejlett a mentálhigiénés ellátás rendszere, amelyet a hadseregtől független polgári, egyházi, karitatív

szervezetek, valamint a különböző humán szolgáltatásokat biztosító alapítványok finanszíroztak. A NATO hadseregek jelentős részében az egészségügyi ellátástól független mentálhigiénés rendszer működik. A rendszert orvosok, pszichológusok, jogászok, szociológusok, aktívák üzemeltetik. A szolgálat feladata, hogy segítsen kiválogatni a katonai szervezeteknél a veszélyeztetetteket és felhívni a figyelmet a beilleszkedési zavarokra. Elősegíteni a beválást, a katonai környezethez való alkalmazkodást.

2.2. A vezető fontossága a közérzet szempontjából

A vezető nem csupán döntő, ellenőrző, irányító, bíraskodó feladatokat lát el, hanem az emberi folyamatok pszichológiai szabályozása is feladatkörébe tartozik. Ezt a szabályozást közvetlen részvételen és kommunikáción át végzi, vagyis részt vesz a folyamatokban, nem tarthatja magát azoktól távol. Ehhez le kell vetkőzni a hagyományos, tekintélyelvű vezetői viselkedést, ami nehéz feladat, mivel a tekintélyelvű viselkedésnek nagy hagyománya van, és sok pszichológiai előnyt biztosít a vezetőknek. Ha ettől a vezető csak egyszerűen akarattal próbál megszabadulni, akkor általában egy másik hibás magatartásformát választ, túlzottan engedékennyé válik, ahogyan ezt nevezik, „laissez faire” módon vezet. Ennek során ugyanúgy elkerüli a részvételt, mint az autokratikus módszerrel. A tekintélyelvűséggel azért is nehéz felhagyni, mert a beosztottak is mintegy elvárják, megkövetelik ezt. Az igazi demokratikus vezetési mód problémái és a megfelelő részvétel és kommunikáció elsajátítása miatt kezdték el világszerte a vezetők személyiségfejlesztő képzését. Ennek során többnyire csoportmódszerek segítségével elsősorban az interperszonális érzékenységet igyekeztek fokozni.

A vezetőképző csoportgyakorlatok immár négy évtizedes története során sok vizsgálat állapította meg, hogy a személyiségében fejlesztett vezető jobban képes mozgósítani a szervezet pszichológiai erőforrásait, munkatársait jobban köti a szervezethez. Ez mentálhigiénés szempontból előnyös, ezt is sok adat mutatja. Különösen kedvező a szervezetben dolgozók szempontjából a már említett jó munkahelyi légkör, amit a hatékony katonai vezetés biztosítani tud. Ebben a szervezet tagjai biztonságban érzik magukat, érdekeltségük nő. A jó munkahelyi légkör nem konfliktusmentes, inkább a konfliktusok nyílt vállalása jellemző rá. Az ellentétek, feszültségek megnyilvánulnak a kommunikációban. Ha nincs mód megoldásukra, legalább kezelési módjuk alakul ki. Az ilyen légkör a tapasztalatok

szerint kedvező a nem teljesen integrált, esetleg neurotikus tünetekkel küzdő személyiség számára is. A bizalommal teli munkahelyi légkörben az emberek felnőttként viszonyulnak egymáshoz, önálló jelentőségük van az interakciókban, viselkedésüknek viszonylag nagy mozgás-, illetve döntési tere van, nem érzik magukat elidegenedettnak a munkafolyamatoktól.

Az autokratikus légkörű közösségben sok a destruktív rivalizáció, a nehezen megfogható személyi ellentét, a kommunikációs zavar. Az ilyen légkör a benne dolgozók személyiségét inkább próbára teszi, mentálhigiénés szempontból nem tekinthető hasznosnak. Az informális kiscsoport az autokratikus közegben az esetek többségében rejtőzködve, „illegálisan” működhet csak, ilyenkor a formális keretekkel szemben „ellenzéki” hatású lehet. A hatékony vezetésben az informális csoportviszonyok is láthatóvá válhatnak, a formális csoportok különösképpen vállalhatják egymással szemben saját informális tartalmaikat. Ebből élénk csoportközi kommunikáció, egészséges csoportközi rivalizáció származik.

A katonai vezetés befolyása a hallgatók légkörére sokrétű. Egyrészt a vezetés a letéteményese a szabályok, előírások, normák igazságosságának. Ez a beosztott számára rendkívül fontos, lényegében ez a momentum az, amelyet leginkább tudatosítani képes a munkahelyi viszonyokból, - e viszonyok nagyobb része ugyanis tudattalanul, öntudatlanul érvényesül benne és körülötte –, érthető tehát, hogy ezt hajlamos túlértékelni. Ha a jutalmak és a büntetések elosztása nem igazságos, akkor ez szinte automatikusan csökkenti az azonosulást, akkor a beosztottak csak annyit tesznek, amennyi elkerülhetetlenül szükséges, és inkább a látszatra törekednek, mint a tényleges teljesítményre. „Ha tehát a vezető visszaél az ellenőrzési funkciójában foglalt jogokkal, vagy éppen ebből a jogkörből eredő kötelességeit hanyagul teljesíti, súlyosan károsítja a katonai szervezetet, mert megakadályozza az azonosulást, rontja a légkört.

A katonai vezető irányító és döntő funkciójában a vezetési stílus lényeges a hallgatói légkör szempontjából. Igen finom, gyakran nehezen tudatosítható viselkedésbeli megnyilvánulásokról van a vezetési stílusokban szó. Hatásuk a beosztottakra mégis nagy. Ahogyan a vezető utasításait kiadja, ahogyan információkat kér, milyen módon döntéseit hozza, ahogyan társas helyzetekben viselkedik, az a beosztottak figyelmének reflektorfényében áll. A katonai vezető megnyilvánulásai könnyen okoznak sérelmeket, könnyen teszik a beosztottakat gátlásossá, hamar eléri, hogy a beosztottak nem mernek ellent mondani, hamvában halnak el a jó ötletek, konstruktív javaslatok, mert a beosztottak nem tudják kiszámítani a vezető várható reakcióját. A parancsnok hatalma különböző félelmeket,

gyakran gyanakvást szül a beosztottakban, néha az egész paranoid méretekig erősödhet, ami a szervezeti mentálhigiénét gyengíti.

Ha a katonai vezető ezt a körülményt nem ismeri fel, ha nem tudja beleélni magát beosztottjai helyzetébe, ha nem tud kissé azoknak „fejével is gondolkodni”, észrevétlenül sok hibát véthet. Gyakori, szinte természetszerű hiba alegységparancsnokok részéről a vezetői funkcióban a hatalom gyakorlásának előtérbe helyezése, és az, hogy komolyan veszik, megszokják, majd később természetesnek tartják azt a megkülönböztetett figyelmet, amely pozíciójának és nem személyének szól. A vezetői szerep mögött vagy elvész, vagy torz körvonalakban mutatkozik meg később az ember. A vezető mindinkább a tekintély elvére alapoz, elmulasztja a közvetlen kommunikációt, amelyet minden beosztott igényel, a nézetek szabad cseréjét, amelyre különben a döntések, határozatok érdekében is szükség lenne és az ellenvélemények toleranciáját. Lassanként szakadék támad közte és beosztottjai között, ez a szakadék láthatatlan, de következményei annál súlyosabbak. Azonosulás helyett a beosztottak inkább elidegenednek a szervezettől.

E viszonyok rendszerint a katonai vezetőt is megviselik, túlterhelik, a bajokon – amelyeknek gyökereit felismerni nem képes – fokozott ellenőrzéssel, odafigyeléssel próbál segíteni, érzelmi feszültségekbe jut, sérül, mert beosztottjainak reakcióit érthetetlennek, igazságtalannak tartja. Mentálhigiénés szempontból lényeges lenne a beosztottak között a helyes szervezeten belüli viselkedés valamiféle fejlesztése, kultiválása. Ez olyan szempont, amelynek egyelőre csak a körvonalait és szükségességét tartjuk, megoldási módjait nem. Ez arra vonatkozik, hogy lényegében minden beosztott kevésbé részes a munkahelyi légkör kialakításában, és ezért ezt mindenkinek óvnia kell. Fontos lenne a humán szakemberek továbbképzése, kortárs segítők hálózatának kiépítése.

A szervezetszociológiai kutatások azt mutatták ki, hogy a vezetési viszonyoktól függetlenül a szervezeti szerepek sok megterhelést rónak a személyiségre, jelentős stresszforrások lehetnek. Ez részben a modern munkaszervezetek kommunikációs rendszerének bonyolultságából ered, részben pedig gyorsuló ütemű belső változásból. ROBERT L. KAHN és munkacsoportja (1964) és mások megállapították, hogy ” a szervezeti szerepek egy része bizonytalan körvonalú, így a szerepet betöltő személyiség nehezen tájékozódik, improvizációra kényszerül, bizonytalan abban, hogy helyesen jár-e el.”

2.3. Egyéb, a közérzetet befolyásoló tényezők

Az erre a kérdésre adott válasz a már felvételt nyert hallgatók esetében nagyrészt tanulmányi, szakmai tapasztalatokon, illetve különböző, az adott intézményhez kapcsolódó benyomásokon, élményeken alapszik. Így bizonyos értelemben magában foglalja az összes korábban felvetett szempontot – sőt, az általam nem vizsgáltakat is.

Ezen kívül, mintegy összegzésként, rákérdeztem arra is, hogy a hallgatók mennyire érzik jól magukat az egyetemen, illetve, hogy mennyire kötődnek intézményükhöz.

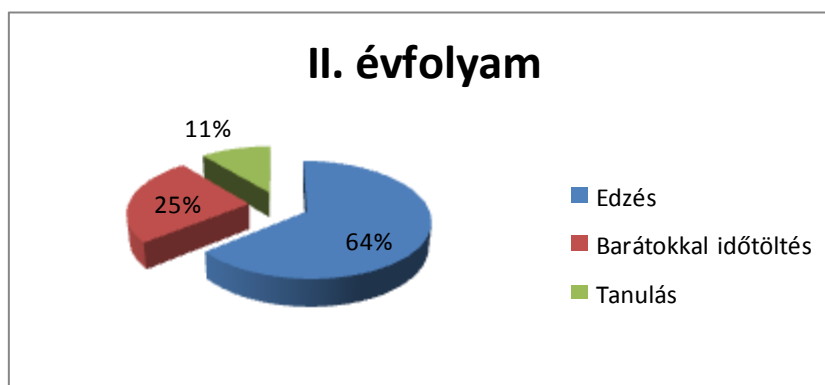
Kérdés persze, hogy ez a viszonylag jónak mondható közérzet milyen mértékben szól konkrétan annak az egyetemnek, ahol tanulnak, és mennyire egy általános, a diáklétből (is) fakadó jó hangulat megnyilvánulása? A vizsgálat során kapott válaszok mindenesetre igazolják a felvetés jogosságát, ugyanis a diákok kisebb arányban kötődnek intézményükhöz mint amennyire jól érzik magukat ott.

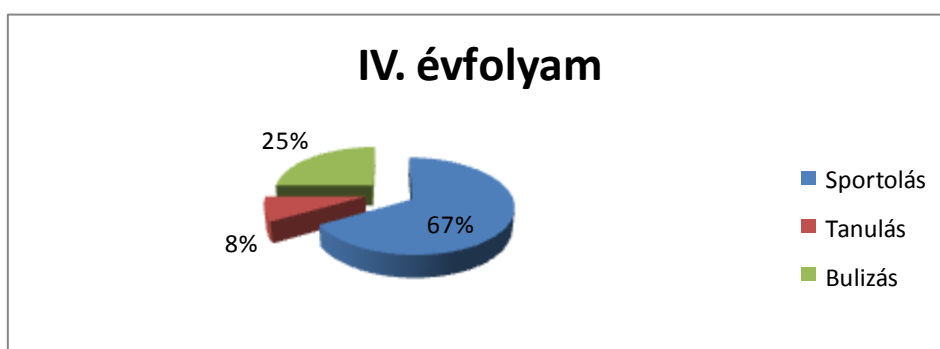
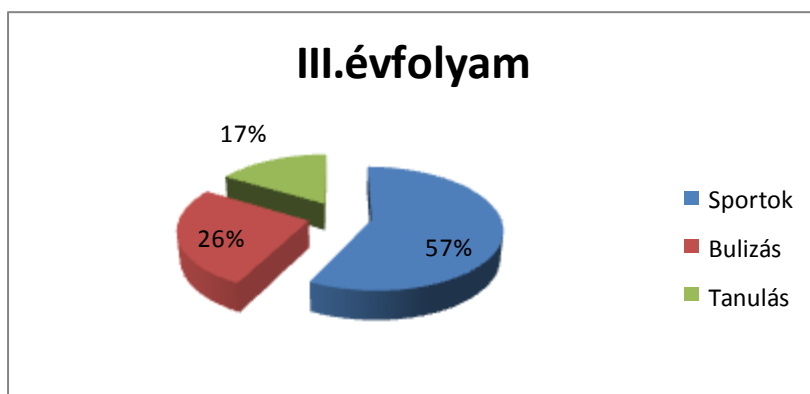
3. AZ EMPIRIKUS KUTATÁS BEMUTATÁSA

Az empirikus kutatásom során kérdőívet töltöttem ki a másod-, harmad-, negyedéves honvédtisztjelöltekkel.

- **Az első kérdésem arra irányult, hogy a honvédtisztjelöltek hogyan töltik el szabadidejüket, és az alábbi eredménnyel zárult:**

1.sz ábra: Tisztjelöltek szabadidő eltöltése





Készítette: a Szerző

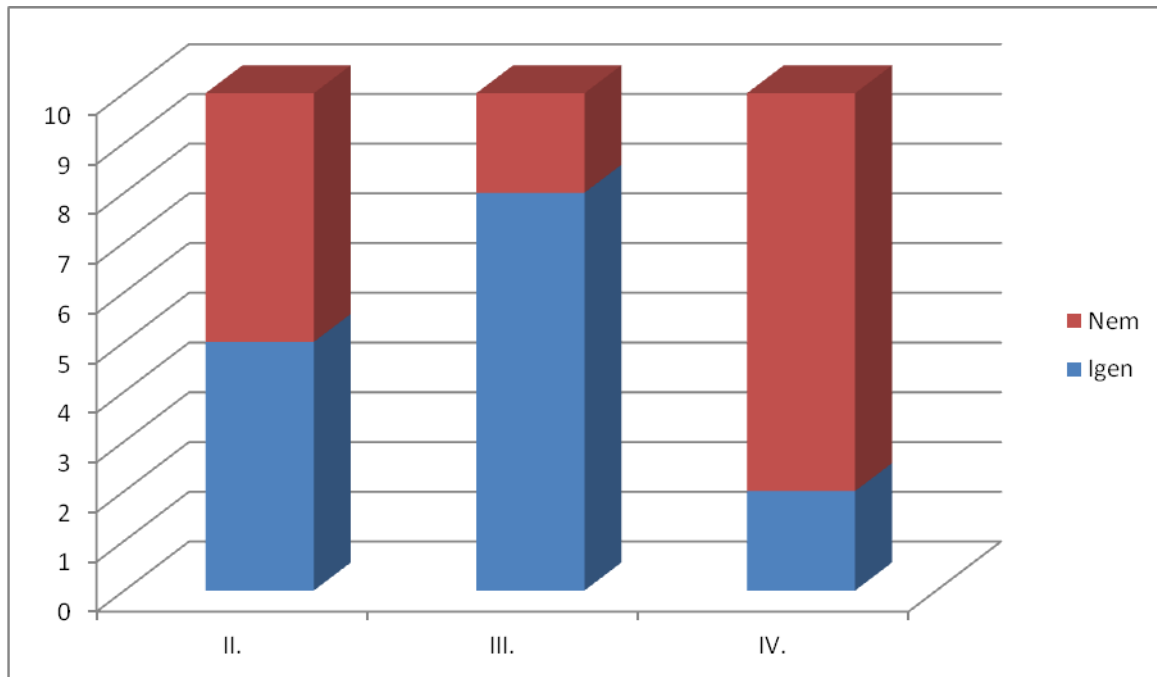
Amint látható a honvédtisztjelöltek szabadidejük legtöbb részét sportolással töltik el. A másodévfolyamnál láthatjuk a legkisebb arányt a sportolás tekintetében, de még így is közel kétharmaduk erre fekteti a legnagyobb hangsúlyt. Ez valószínűleg azért ilyen fontos számukra, mert különböző fizikai felméréseken kell megfelelniük. Láthatjuk, hogy a tanulásra elég kevés hangsúlyt fektetnek a honvédtisztjelöltek. Ennek több oka is lehet. Lehet, hogy sokan olyan előképzettséggel rendelkeznek, hogy nem kell sok időt fordítaniuk a tanulásra. Másik ok lehet például az, hogy az oktatók olyan minőségi színvonalban oktatják le az anyagot, hogy már az előadás közben megtanulják a honvédtisztjelöltek az oktatni kívánt anyagrészt.

A harmadik helyen a barátokkal való időtöltés, és a szórakozás áll. Véleményem szerint nagyon fontos a honvédtisztjelölteknek a kikapcsolódás, mert idejük nagy részét a laktanyában és az iskolapadokban töltik. Ennek a fajta szórakozásnak, vannak pszichológiai vonatkozásai is. Szükségük van a honvédtisztjelölteknek a mindennapok szürkeségéből kiszakadni, hogy a sokszor emberpróbáló feladatokat teljesíteni tudják.

- **A második kérdésem a honvédtisztjelölteket sportolási rendszerességéről faggatta.** Ennél a kérdésnél egyértelműen pozitív visszajelzést kaptam, miszerint minden honvédtisztjelölt heti, sőt napi rendszerességgel űz valamilyen sportot.

- A következő kérdésem arra irányult, hogy a hallgatók hány százalékának van párkapcsolata.

2.sz ábra: Párkapcsolati arány



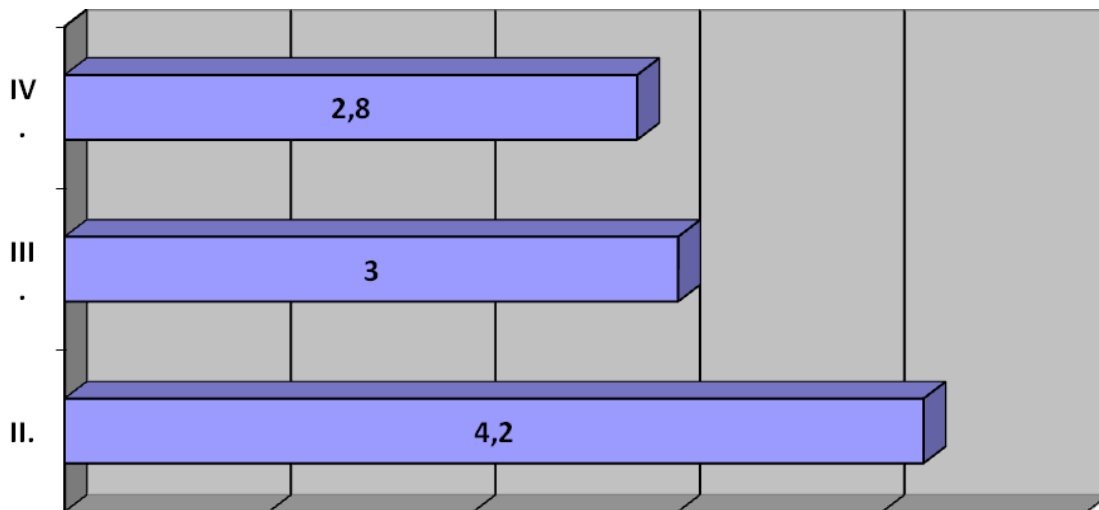
Készítette: a Szerző

Mint azt a diagramon is látható, a kérdőívek kielemezésével arra jutottam, hogy az első évfolyamnak több mint fele, a harmad évfolyam több mint háromnegyede, a negyed évfolyam pedig kevesebb, mint egy negyede él stabil párkapcsolatban. A kielemezés során megfigyelhető volt, hogy azok a honvédtisztjelöltek, akiknek van párja több időt fordítanak tanulásra, és edzésre mint akiknek nincs, illetve alkoholfogyasztás, és bulizás helyett, inkább társuk jelenlétére vágnak. Ebből következtethetünk arra, hogy akinek stabil párkapcsolata van, motiváltabb minden területen. Ilyen tekintetben a legrosszabb arány a negyedéveseknél látható. Ez összefüggésben lehet azzal, hogy a legtöbb honvédtisztjelöltnek „civil” párja van, aki egy idő után nem képes megérteni, és elfogadni azt a tényt, hogy a katonai lét kötöttségekkel jár.

- A kérdőív negyedik kérdése az volt, hogy:

Mennyire szeretsz ebbe az intézménybe járni? (1=egyáltalán nem; 5=nagyon)

3.sz ábra: Tisztjelöltek kedveltségi szintje az intézménnyel



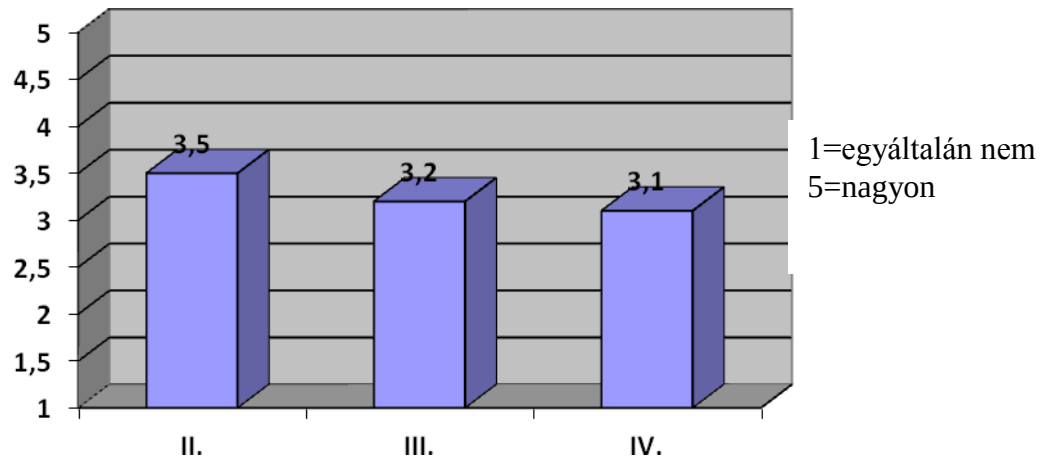
Készítette:a Szerző

A diagramon jól látszik, hogy az évek elteltével a honvédtisztjelöltek egyre kevésbé szeretnek ebbe az intézménybe járni. Ennek több oka is lehet: például pszichológiai, fizikai, tanulmányi. Mint tudjuk a honvédtisztjelöltek kettős jogállású hallgatók. Egyrészt meg kell felelniük tanulmányi kötelezettségeiknek az NKE HHK oktatóinál, illetve a másik oldalról elvárásokat támasztanak feljük a Magyar Honvédség Ludovika Zászlóalj² felől. A hallgatóknak nem egyszerű összeegyeztetni a katonalétet a tanulással. Valószínűleg ennek a kettőségnek való megfelelés miatt csökken az intézmény szeretete az évek elteltével.

² Továbbiakban: MH LZ

- **Az ötödik kérdésben arról kérdeztem a honvédtisztjelölteket, hogy mentálisan mennyire elégedettek magukkal.**

4.sz. ábra: Tisztjelöltek mentális elégedettsége



Készítette: a Szerző

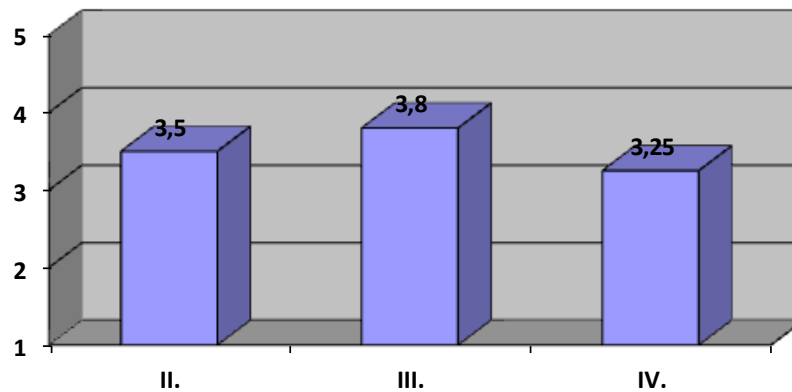
Láthatjuk, hogy ez a kérdés nem nagyon osztotta meg az évfolyamokat, bár itt is az évek elteltével egyre rosszabb eredményeket kaptunk. Átlagolva a válaszokat elmondhatjuk, hogy a honvédtisztjelöltek 1-5-ös skálán 3,3-re tennék megelégedettségüket.

A katonával szemben támasztott követelmények és az alkalmazkodóképesség, a teljesítőképesség között nemegyszer ellentmondás van. Az állandó készenlét, a feszített ütemű tanulás, az ön- és a továbbképzés, a sok munka, a családtól való távollét, a szabályozott alá- és fölérendeltségi viszony, a rosszul szervezett pihenés negatív pszichés feszültséget, stressz állapotot eredményezhetnek.

Véleményem szerint ez nem igazán jó, mert az az ember, aki nem elégedett magával mentálisan az nem tud jól teljesíteni, illetve nem tud eléggé kibontakozni. Ez ismét összefüggésben van a katonaléttel, hiszen itt az egyéniségeket nem hagyják érvényesülni, mert összetartásra, egységességre, egyfajta gondolkodásmódra ösztönzik a honvédtisztjelölteket.

- A következő kérdés arról vélekedett, hogy a hallgatók mennyire gondolják azt, hogy jó pályát választottak?
(1=egyáltalán nem ; 5=nagyon)

5.sz ábra: Pályaválasztási kérdés



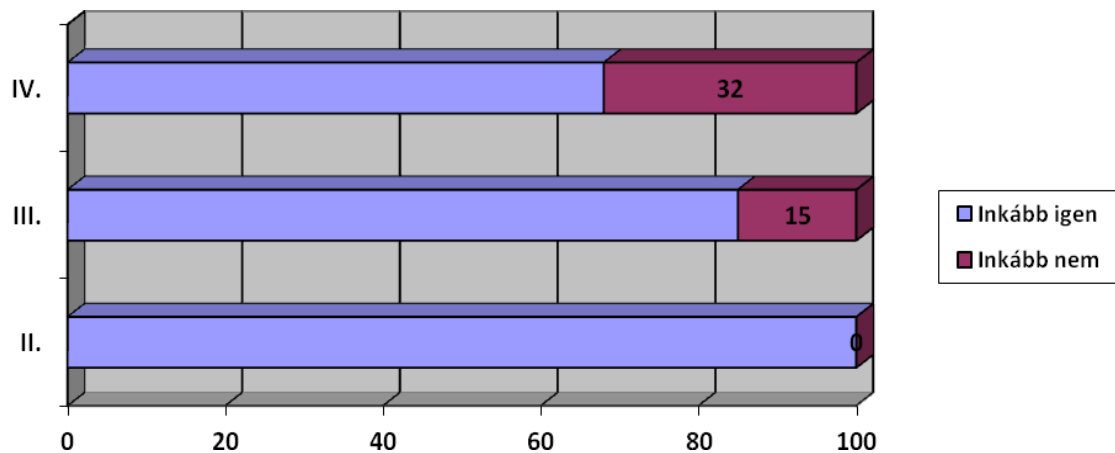
Készítette: a Szerző

Ennél a kérdésnél az évfolyamonként lebontott válaszok nem lineárisan követik egymást, hanem érdekes módon a harmadéveseknél kiugrást láthatunk. Mivel a válaszok nem sokban térnek el egymástól ezért egyként kezelem őket, nem évfolyamra lebontva. Átlagosan azt mondhatjuk, hogy 1-5ös skálán 3,6 lenne az az érték, amit a honvédtisztjelöltek jelölnének. Ha belegondolunk a pályaválasztás előtt biztosan 5ösre értékelték volna ezt a pályát, hiszen ezért jelentkeztek ebbe az intézménybe. Ebből következik az, hogy itt csökkent le a szakma/hivatás iránti elkötelezettség. Feltételezhetően ez annak köszönhető, hogy külső szemmel teljesen másnak tűnik a katonai élet, mint amikor megtapasztalja azt. Sokan csak a kulcsín miatt (pl. egyenruha, fegyverek, harckocsik) jelentkeznek ebbe az intézménybe/választják ezt a hivatást, és fogalmuk sincs arról, hogy a katonalét milyen más kötelezettségekkel jár. Sokaknak nagy gondot jelent hozzászokni a napirend betartásához, az alakias mozgásokhoz, az elöljárókkal való katonai érintkezések szabályainak betartásához.

Az én személyes tapasztalatom az volt, hogy bevonuláskor, és az ezt követő alapkiképzésen közel 10-15-en hagyták el az intézményt, mert nem tudtak szembesülni a katonai megfelelésekkel. Valószínűleg ez is annak tudható be, hogy rosszul mérték fel ennek a hivatásnak a velejáróit.

- **Mennyire fogadod el magadat?**

6.sz. ábra: Tisztjelöltek elfogadottsága



Készítette: a Szerző

Önbizalom nélkül tartós teljesítmény nem képzelhető el. Csakis a kellő önbizalom teremti meg az előfeltételeket ahhoz, hogy valaki a kihívásokkal szembe nézzen. Az önbizalom nagy megterhelés és veszélyes helyzetekben is megadja azt a nyugalmat, amely alapja a józan helyzetmegítélésnek, az elhatározásnak és minden katonai műveletnek.

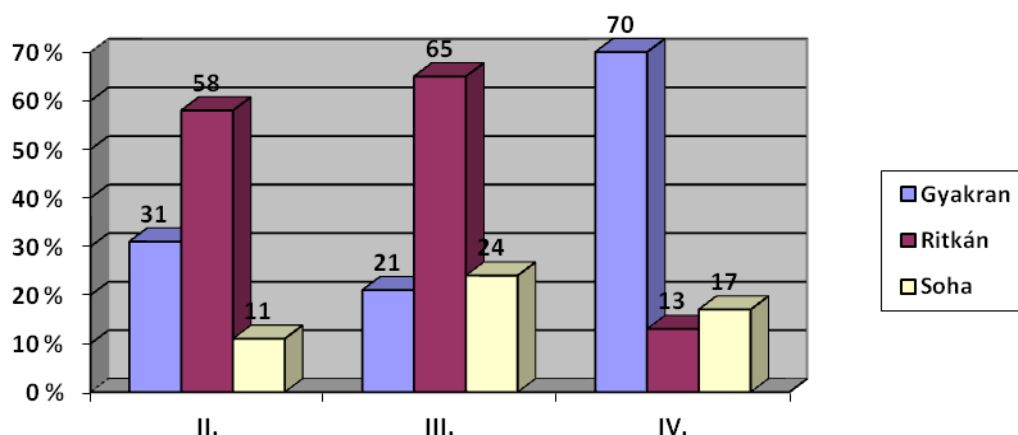
A kiképzés és nevelés során meg kell alapozni és erősíteni a katona önbizalmát. Téves az a sokszor hangoztatott felfogás, hogy először meg kell törni az újonc egyéniségét, hogy majd jó katona válhasson belőle. A sokat emlegetett vezetési elv, a feladat-taktika előfeltétele a bizalom. Az előjáró bízik alárendeltje képességeiben és célratörő akaratában, hogy minden kínálkozó lehetőséget megragadva a közös cél érdekében jár el. Az alárendelt persze csak addig tud ennek megfelelni, amíg teljesítőképességét nem meghaladó feladatokat kap.

A bizalom jelensége bonyolult szövedéket alkot. Összeköti a katonát a bajtársakkal, az előjárókkal és az alárendeltekkel, de a legitimnek elfogadott célokkal és a katonai szervezet működőképességével is. Nagy jelentősége van a bizalom szempontjából a katonai szervezet, illetve a katonai kiscsoport működőképességének. A katonának azonban nem csak a katonai szervezet működőképességében kell bíznia, hanem önmagában is. Ez a kettő ugyanis szorosan összefügg. A csoport nem is fogad be olyat, aki önbizalom hiányában nem tudja a közös ügyet előmozdítani. De az önbizalom nélküli parancsnok sem lehet jó vezető, legfeljebb gyenge előjáró.

Amint a diagramból kiderül itt is az évek elteltével egyre rosszabb eredmények születtek. A másodévesek által kitöltött kérdőívek azt tükrözik vissza, hogy teljesen elégedettek magukkal. A harmadévesek több mint kétharmada azt a választ adta, hogy elégedett magával, a negyedéveseknek pedig kevesebb, mint kétharmada mondta ugyanezt. Valószínűleg a negyedévesek válaszaiban a legnagyobb mértékben befolyásoló tényező a szellemi és fizikai leterheltség volt, ami a négy év alatt felgyülemlett.

- **Milyen gyakorisággal szokott a hallgatóknak rossz kedve lenni?**

7.sz. ábra: Hallgatók kedélyállapota



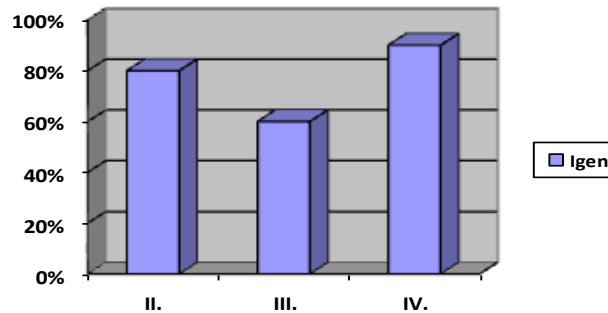
Készítette: a Szerző

Mint a diagram mutatja a negyedévesek közel háromnegyede gyakran rosszkedvű. Úgy gondolom, nagyban közrejátszik az, hogy a negyedéveseknek van a legnehezebb dolga az összes évfolyamban, mert nagyon sok teendőjük van az utolsó évben. Nagy munkát, és sok időt kell befektetniük a diplomamunkájukba, és annak megvédésébe, illetve folyamatosan gyakorlatuk van különböző csapatoknál szerte az országban.

A másod- és harmadévfolyamnál a legnagyobb befolyásoló tényező az időhiány, és a kötöttség lehet.

- **A következő kérdésben arról kérdeztem a hallgatókat, hogy csökkent-e a motivációjuk mióta itt vannak?**

8.sz. ábra: Motivációcsökkenés



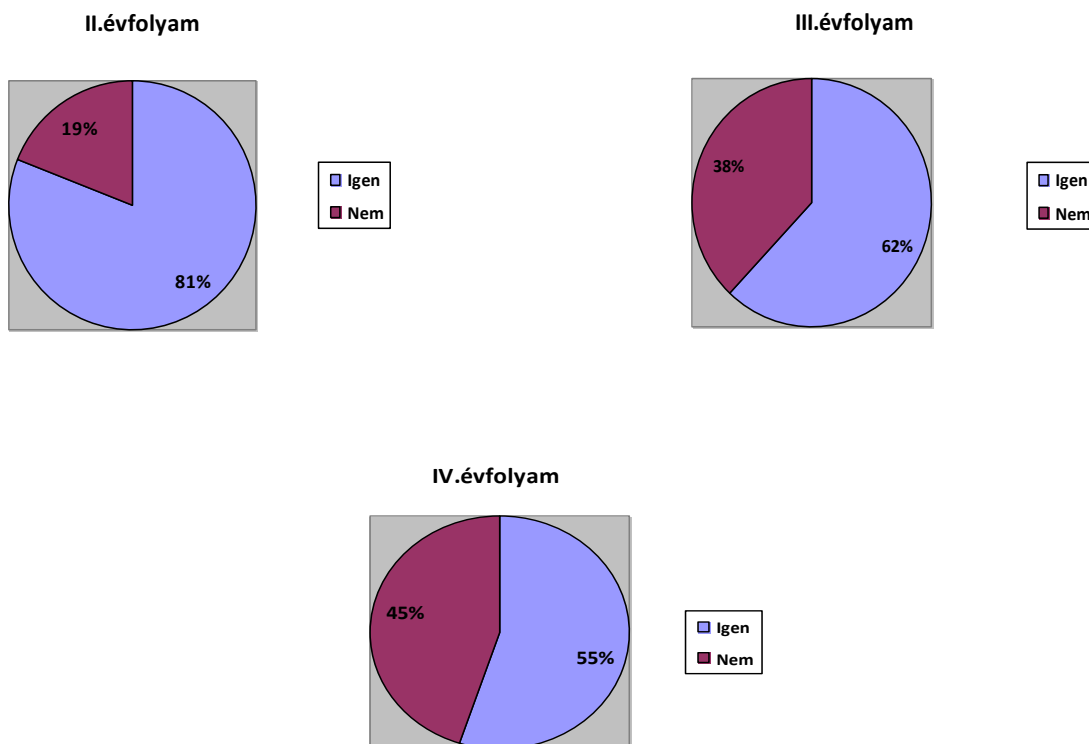
Készítette: a Szerző

A motiváció szó a latin „movere” – mozgás – szóból ered, aminek megfelelőjét megtalálhatjuk a magyar nyelvben is, amikor késztetésről, vagy a viselkedés hajtóerejéről beszélünk. A motivációról szóló elméletek tágabb értelemben azt próbálják magyarázni, miért viselkednek az emberek úgy, ahogy viselkednek. Ha megkeressük egy ember viselkedésének indítékait, tudni fogjuk, miért tanúsít bizonyos helyzetekben bizonyos magatartást. Feltételezzük, hogy ez a magatartás aktívan az adott emberből indul ki, és nem külső körülmények következménye.

Mint láthatjuk ennél a kérdésnél elég rossz arány jött ki, a honvédtisztjelöltek több mint kétharmadának csökkent a motivációja. Ennek sok befolyásoló tényezője lehet. Ilyen lehet például az előző kérdésben kifejtett rosszkedvűség. Hiszen aki kedvetlen, annak általában nincsen motivációja sem. A motiváció fenntartásában véleményem szerint a parancsnokoknak is nagy szerepe van, lehet, hogy erre nagyobb hangsúlyt kellene fektetni. Az évek alatt a motiváció csökkenhet amiatt is, hogy a honvédtisztjelölt belefásul a mindennapokba. Gondolok itt például a napirend egyhangúságára, vagy a terepgyakorlatokra. A terepgyakorlatok alkalmával, félélévente, szinte ugyanazokat a foglalkozásokat kell végrehajtani, nincsen színesebbé téve, így egy idő után unalmassá válik és ez motivációcsökkenéshez vezet.

- **Ennél a kérdésnél arra voltam kíváncsi, hogyha újból választana hallgató, újra ebbe az intézménybe jelentkezne-e?**

9.sz. ábra: Pályaválasztás



Készítette: a Szerző

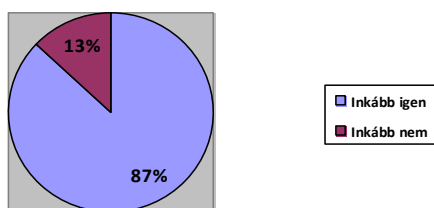
Amint a diagramon látható a tendencia évfolyamról évfolyamra csökken. Ehhez nagymértékben hozzájárulhat az, hogy az intézménybe való jelentkezéskor még nem érzik a jelentkezők ennek a szakmának a nehézségeit. A másik ok az lehet, hogy az évek során egyre közelebb kerülnek a honvédtisztjelöltek az első tiszti beosztásukhoz, és ezáltal, egyre jobban szembesülnek a katonai élet feladataival. Befolyásoló tényező lehet az oktatás színvonala is. Biztos vagyok benne, hogy más egyetemistákkal jó kapcsolatokat ápolnak a honvédtisztjelöltek, és ezáltal tisztában vannak különböző egyetemek oktatási színvonalával. Lehet, hogy sokan nem tartják megfelelő szintűnek a képzést, és ezért vágnak más intézménybe, vagy ezért nem jelentkeznének újra ide. Mindazonáltal úgy gondolom, hogy csak azokból válhat becsületes, és lelkiismeretes honvédtiszt, akik az akadályok ellenére is újra ezt az oktatási intézményt választanák. Az is köztudott, hogy sokan azért jelentkeztek erre

az egyetemre, mert a diploma megszerzése után lesz munkahelyük, így biztos megélhetést biztosíthatnak a majdani családjuknak.

- **A következőkben azt kérdeztem meg, hogy jól érzi-e magát a honvédtisztjelölt az egyetemen?**

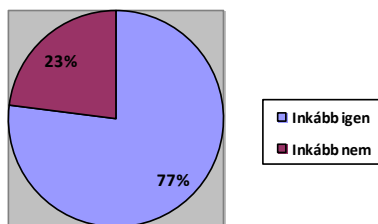
10.sz. ábra: Hallgatók elégedettsége

II.



Az másodévfolyamosok szerint a jó csapat a döntő ebben a kérdésben.

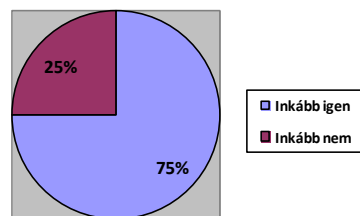
III.



A harmad évfolyamosok szerint mi a fontos?

- társaság
- hivatás
- sportolási lehetőség

IV.



A negyed évfolyamosok kedvére jó hatással van a:

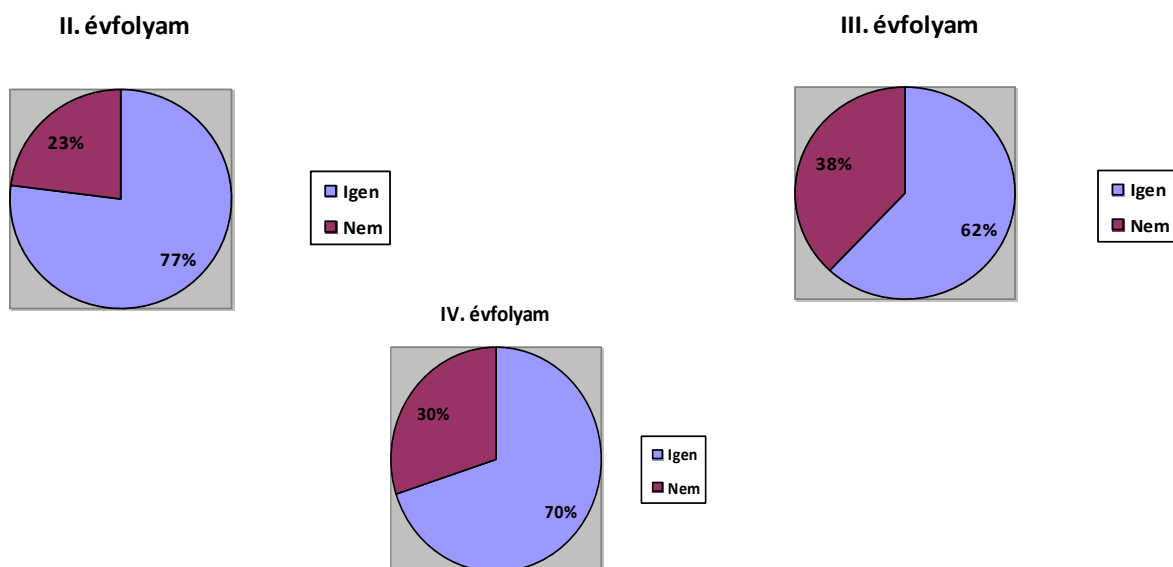
- társaság
- barátok
- környezet

Készítette: a Szerző

Amint az a diagramokról és a mellette levő kis magyarázatból leolvasható, láthatjuk, hogy a honvédtisztjelöltek több mint kétharmada jól érzi magát a Nemzeti Közsolgálati Egyetem Hadtudományi és Honvédtisztképző karán. A kérdőívekből kiderült, hogy ennek legfőbb oka a jó társaság. Ez nem is meglepő, hiszen a bevonulástól kezdve az alapkiképzésen, és az azt követő évek során is arra fektetik a kiképzők a legnagyobb hangsúlyt, hogy egy összekovácsolt, megértő, bajtársi közösséget formáljanak minden évfolyamból. Ez azért fontos, mert a honvédtisztjelöltek a mindennapjaikat egymással töltik szinte a nap 24 órájában, illetve azért mert fel kell készíteni őket arra, hogy háború, vagy harci helyzet esetén egymásra merjék bízni életüket. Ahogy az a válaszokból kiderült, fontos a hallgatók számára a sportolási lehetőség. A sportolás fontosságáról már írtam az előző kérdések kifejtésében is. Úgy gondolom az egyetem szinte minden sportolási lehetőséget megteremt a honvédtisztjelöltek számára, hogy felkészüljenek a különböző fizikai felmérésekre, versenyekre, vagy csak saját kedvtelésükre sportoljanak.

- **A következő kérdés ez volt: Megfelelő-e a tisztek bánásmódja?**

11.sz. ábra: Tisztek bánásmódja



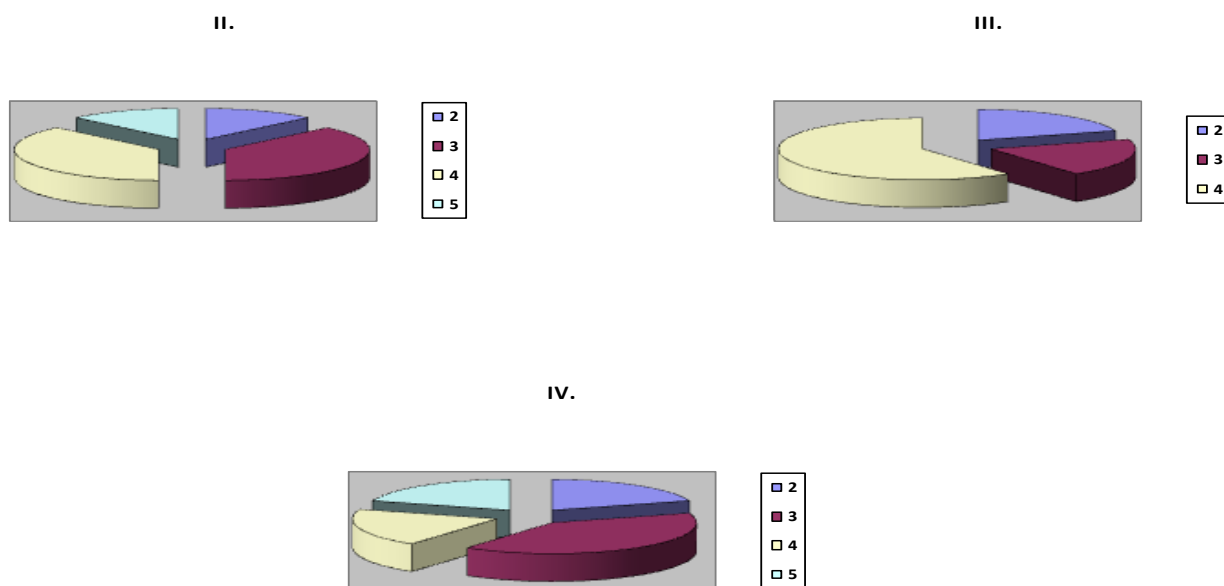
Készítette: a Szerző

Erre a kérdésre a másodévfolyamból a válaszadók több mint háromnegyede, a harmadévfolyam több mint fele, a negyedévfolyam megkérdezettjeinek pedig közel

háromnegyede gondolja úgy, hogy megfelelő a tisztek bánásmódja. Ez valószínűleg azért van, mert bár a tiszteknek nagy szigorral kell bánni a honvédtisztjelöltekkel, belátják, hogy ezt a katonai életmód megkívánja. Úgy gondolom, láthatnak a hallgatók rossz példákat katonai vezetőkre, parancsnokokra. Ilyen lehet például az, hogy véleményem szerint sokszor megerősítésre várnak a hallgatók szidás helyett. Az egyenruha megkövetel bizonyos alaki, formai, és érintkezési szabályokat, amik azt érzékeltethetik, hogy a tisztek távolságtartóak a beosztott állománnyal. Ezt a honvédtisztjelöltek lehet, hogy rossz bánásmódként ítélik meg, ami nem így van, mert a tisztek munkája az, hogy mindenkit megtanítsanak katonához méltó módon viselkedni, bánni a beosztottakkal, vagy éppen előljárótól kapott parancsot végrehajtani.

- **Ennél a kérdésnél a hallgatóknak 1-5-ös skálán kellett megjelölniük, hogy szerintük mennyire stresszes a hallgatói élet. (1=egyáltalán nem ; 5=nagyon)**

12.sz. ábra: Hallgatói élet stresszei



Készítette: a Szerző

Összességében elmondható, hogy a honvédtisztjelöltek átlagosan 1-5-ös skálán hármasra értékeli az egyetemi élet stresszségét. A stressz olyan, mint az orvosság: alapvetően a javunkat szolgálja, nem csak az egészségünkre, de teljesítményünkre, közérzetünkre, kapcsolatainkra is rossz hatással vannak. Úgy gondolom, hogy mindannyiunk

életében vannak periódusok, amikor túl sok teher nehezedik ránk. Túl sok a tennivaló, nagy a felelősség, vagy valami érzelmileg visel meg minket. Ilyenkor vesszük észre, hogy a feszültségek mennyire befolyásolják az életünket. A felgyorsított életmód bizonyos szintig motivál bennünket. Azonban az állandó válaszkényszer teljesítmény- és egészségromláshoz, szellemi és érzelmi kiégéshez vezethet.

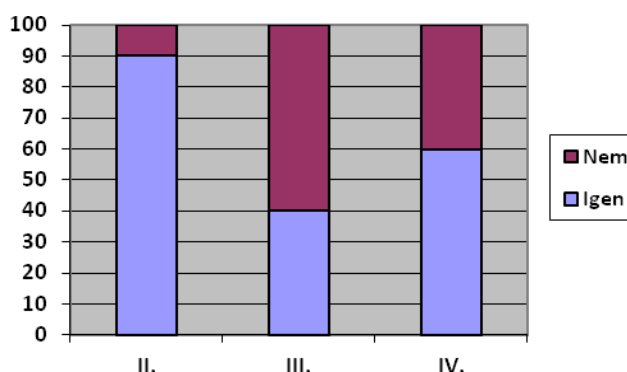
A honvédtisztjelöltek kettős jogállású hallgatók. Az egyetem szigorú követelményeket támaszt a diákok elé, és ha ez még nem lenne elég megterhelő a megmaradó szabadidőt szinte teljes mértékben kitölti a zászlóalj felől történő feladatok végrehajtása. Így már érthető hogy miért tartják a hallgatók stresszesnek az egyetemi életet. Mindemellett más egyetemektől eltérően az NKE HHK-n más az oktatási rendszer is. Ha a honvédtisztjelölt nem teljesíti az adott félév kreditpontjait, elbocsátásra kerül az intézményből. Véleményem szerint ez is hozzájárul a stresszes megítéléshez. Amint láthatjuk a harmadéveseknek a legrosszabb a megítélése. Ez azért lehet, mert harmadévtől van a szakirány- és specializációválasztás, ami nagy változást jelent az eddigi „alapozó” képzéshez képest.

- **Alkalmasnak érzed magadat honvédtisztnek?**

Ezen kérdésre mindhárom évfolyamban a kérdezettek 100 %-a igen választ adott. Úgy gondolom, nagyon pozitív hogy a kérdezettek egyhangúan igen választ adtak.

- **A következő kérdés: Megfelelő, illetve elegendő értékelést kapsz vissza előljáróidtól?**

13.sz ábra: A tisztjelöltek értékelése



Készítette: a Szerző

Ezen kérdésre a másodévesek több mint háromnegyede, másodévesek közel fele, negyedévesek több mint fele igen választ adott.

A parancsnoki tevékenység alapvetően meghatározott, a parancsok és utasítások által beszabályozott, de mégis igen változatos jellegű munka, amely sohasem elhanyagolható igénybevételt tételez fel és okoz.

Nem lehet figyelmen kívül hagyni, hogy egy beosztott katonai vezető rendkívül szerteágazó módon kerül függőségi viszonyba előljáróival, valamint a beosztottakkal. A beosztott közösség tagjainak elvárásai – éppen a személyek felkészültsége, életkora, felfogása, magatartása miatt – jelentős eltéréseket mutathat.

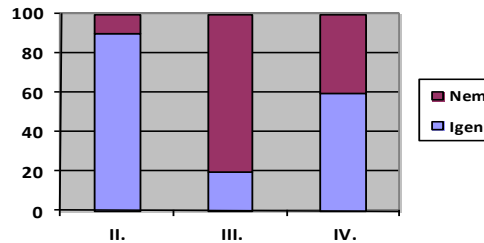
A parancsnok egyes intézkedéseivel maga is konfliktusokat teremthet munkatársai körében. Egyeseknek a szigorúság, másoknak a liberalizmus nem tetszik. Gyakori jelenség, hogy az adott egység, magasabb egység vezetői nem hangolják össze követelményeiket, intézkedéseiket, elvárásaikat. Ennek következményei hatnak magukra a vezetőkre, valamint a vezetettekre, a beosztott parancsnokokra is.

Az ellentmondó követelmények abból is adódhatnak, hogy ugyanez a vezető megpróbál több személlyel, csoporttal barátkozni, velük azonosulni. Vagy pedig teljesen kívülálló, „felettük” álló marad. Ez kiváltja a beosztottak ellenállását. A vezetőnek értenie kell a szakmai szerepének megfelelő viselkedéshez.

Úgy gondolom mind katona, mind hallgató számára nagyon fontos az értékelés. Azért fontos, mert az értékelések által tudjuk meg, hogy jó-e az, amit csinálunk, vagy jó-e az ahogyan végezzük a feladatainkat. Mindig a parancsnokok dolga az, hogy odafigyeljenek beosztottaik lelki állapotára, illetve arra hogy mindig értékeljék őket. Sokan azt gondolhatják, ha valakiről negatív értékelésük van, inkább el sem mondják neki. Szerintem ez nem helyes megoldás, mert a negatív kritika is kritika, és az egyén hasznára válhat, ha megfogadja azt, és megpróbál változtatni rajta. Véleményem szerint a félévenkénti egy parancsnoki elbeszélgetés, illetve parancsnoki kiértékelés nem elég. Több időt kellene rá szánni, hogy a beosztottak munkáját kielemezzük, megtárgyaljuk.

- **Igényelsz-e több megerősítést?**

14.sz. ábra: Hallgatók megerősítése



Készítette: a Szerző

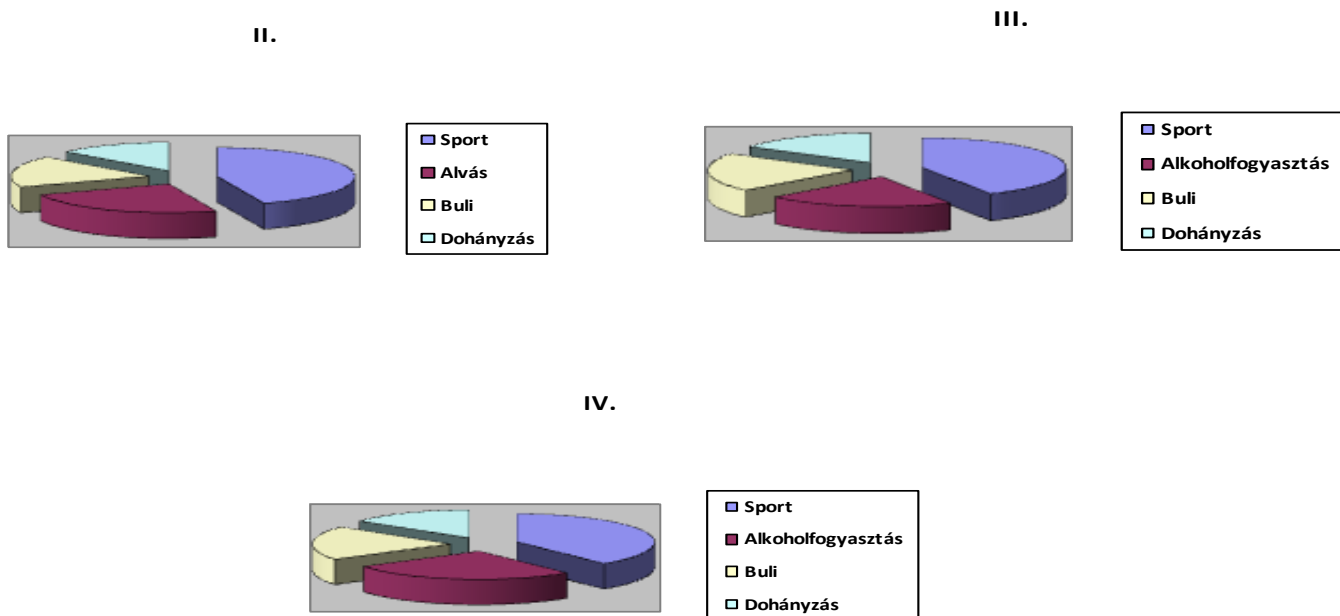
Megerősítésnek nevezünk minden olyan eseményt, amely egy adott válasz megjelenési valószínűségét növeli. Megkülönböztetünk pozitív és negatív megerősítést. A pozitív megerősítés azonos a hétköznapi nyelvben használt jutalom fogalmával.

Negatív megerősítésről akkor beszélünk, ha az adott válasz eredményeképpen az élőlény egy kellemetlen ingert el tud kerülni. (pl. nem élelemhez jut egy pedál lenyomásával, hanem kikapcsolja az áramot).

Ezen kérdésnél a másodévfolyam több, mint háromnegyede, a másodévfolyam kevesebb, mint negyede a negyedévfolyam több, mint fele válaszolt igennel. Ennek a kérdésnek a tárgyalása összefüggésbe tehető az előző kérdéssel. Hiszen aki nem kap elegendő értékelést, az általában több megerősítésre vágyik. Ez a megerősítés többféleképpen is megtörténhet. A legegyszerűbb módja a szóbeli dicséret. Viszont ez lehet négy szemközt, illetve történhet az állomány előtt. Ez utóbbi sokkal nagyobb dicséretet jelenthet a honvédtisztjelölt számára. Kaphatunk megerősítést írásos formában is (pl. zászlóaljparancsnoki-, századparancsnoki-, dékáni dicséret). Ki lehet fejezni a megtett munkáért való köszönetet máshogy is. Gondolok itt pénzbeli jutalmakra (pl. ösztöndíjazás), vagy szabadságolás (pl. véradószabadság), esetleg korai eltávozás, vagy késői kimaradás (századparancsnokok engedélyezésével).

- A következő kérdés arra irányult, hogy a stresszes állapotot hogyan vezetik le a honvédtisztjelöltek.

15.sz. ábra: Stressz levezetés



Készítette: a Szerző

Stresszről akkor beszélhetünk, mikor valamilyen szervezetünk a kívülről érkező ingerekre, történésekre válaszol. A stresszre adott válaszainkat meghatározza, hogy mennyire értékeljük a helyzetet veszélyesnek és az, hogy képesnek érezzük-e magunkat arra, hogy megbirkózzunk vele. Így egy-egy stresszhelyzet értékelhető lehet akár kihívásként, előremozdító történésnek is.

Nemcsak az alkalmi, intenzív stresszhatásoknak van kiemelt jelentőségük, hanem azoknak a mindennapi – ismétlődő vagy állandósult – helyzeteknek is, melyeket akár észre se veszünk vagy életünk velejárójaként fogadunk el. Gondolati szinten lejátszódó események vagy belső konfliktusaink is válhatnak ki stresszreakciót.

Szervezetünk akaratlanul is készenlétbe helyezkedik. Veszély esetén aktivizálódik a vegetatív idegrendszer, gyorsabban ver a szívünk, szaporábbá válik a légzésünk, megfeszülnek az izmaink.

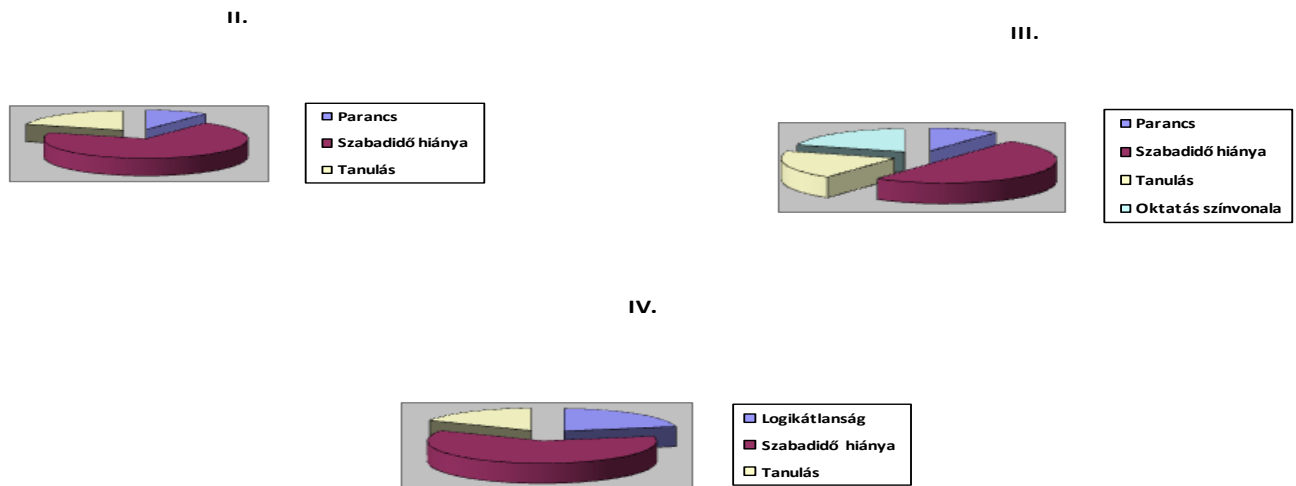
Amint az a diagramokon is látszik, a honvédtisztjelöltek válaszaiból kiderül, hogy stressz levezetésére leggyakrabban a sportot használják. „Ép testben ép lélek.”- szokták mondani. véleményem szerint ez a mondás teljes mértékben kifejezi a sport milyenségét, fontosságát. Edzés közben az ember nem szokott a nap, a hét fáradalmain, nehézségein gondolkodni, hanem csak a gyakorlatokra koncentrálni. Ezért kiválóan alkalmas a stressz levezetésére.

A másodévesek körében a második helyen az alvás áll. Az aktív pihenés mellett nagy hangsúlyt kell fektetni a passzív pihenésre is, hiszen ilyenkor regenerálódik a szervezet, illetve ilyenkor tudjuk magunkat igazán kipihenni. A honvédtisztjelöltek napirendjéhez mérten nem sok idejük van erre a kikapcsolódásra, mert sokszor még takarodó utáni órákban is a könyv felett kell görnyedniük.

A harmad- és negyedéveseknél megfigyelhető hogy a sportolás utáni helyeken az alkoholfogyasztás, bulizás, dohányzás áll. Ez a három fogalom szorosan összefügg egymással, és sokszor az egyetemisták körében elválaszthatatlan egymástól. Véleményem szerint a mértékkel való használata ezeknek az élvezeti szereknek pozitív hatással lehetnek az emberre, hiszen egy megterhelő, hosszú hét után jól eshet elmenni a barátokkal/barátnőkkal meginni valamit, vagy éppen táncolni egyet egy szórakozóhelyen. De sajnos sokszor előfordul az az eset, hogy valaki nem tudja hol a határ, és már mértéktelenül használja ezen szereket. Ez mind fizikailag, mind pszichológiailag negatív hatásokkal jár, és függőséghez vezethet.

- **Mi okozza számodra a legnagyobb stresszt katonaként?- hangzott el a következő kérdés.**

16.sz. ábra: A stressz okai



Készítette: a Szerző

Ebben a kérdésben a szabadidő hiánya töltötte ki a válaszok több mint felét. Ez nem csoda, hiszen már foglalkoztam a honvédtisztjelöltek napirendjével, illetve leterheltségével. Mégis érdekes, hogy nem a teljesítményfelmérőket, vagy a tanulást helyezték előtérbe ennél a kérdésnél. A szabadidőt kétféleképpen lehet eltölteni: aktív, és passzív módon. Ennek mindkét formája nagyon fontos az ember életében. Aki fizikai munkát végez, az inkább passzív, aki szellemi munkát, az inkább aktív pihenésre vágyik. A honvédtisztjelölt számára ebből a szempontból mindkettőre nagy szükség van. A napirend zsúfoltsága, és a tanulmányi elvárásoknak való megfelelés nem teszi lehetővé, hogy elegendő szabadidejük legyen a hallgatóknak. Sokszor, a hétköznapiak úgy érzik magukat, mint akik mókuserékben futnak, nincs megállás egy pillanatra sem. A felüdülést, a pihenést csak a hétvégék jelentik.

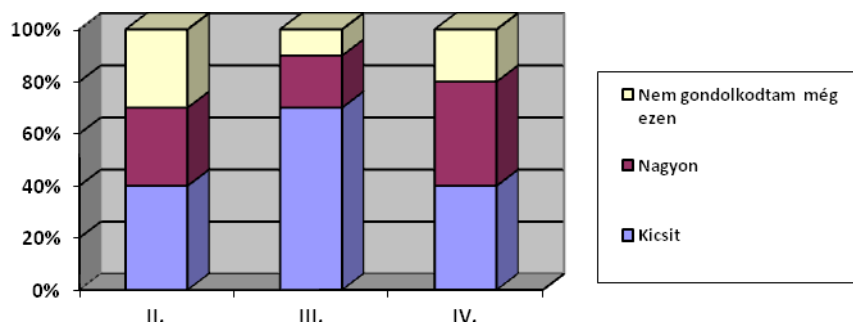
Ide köthető a második helyen végzett tanulás. Ez ismét összefügg a szabadidővel, és a napirenddel. A honvédtisztjelöltek szabadidejének legnagyobb részét a tanulás veszi el.

A következő helyen a parancsok végrehajtása, illetve a logikátlanság áll. A parancs végrehajtása minden beosztott számára a legfontosabb feladat. A honvédtisztjelölteket a négy

év folyamán kellően felkészítik az előljárótól kapott parancsok végrehajtására. Ennek ellenére sokszor mégis megterhelő, nehéz feladat ez. Több szempontból is nehéz lehet. Az egyik ok az lehet, hogy a parancs nem egyértelmű, nem lett világosan megfogalmazva, és a honvédtisztjelölt vagy nem meri, vagy nem akarja ismételtlen megkérdezni, vagy ha megkérdezi még mindig nem érthető. Egy másik ok lehet az, hogy a hallgatóknak túl sok feladatot/parancsot szabnak, ami szinte teljesíthetetlen. Ezáltal stresszes helyzetbe kerül a hallgató, ami miatt negatív hangulata lesz.

- **A következő kérdés arra irányult, hogy mennyire vágynak ki a honvédtisztjelöltek a laktanyából a hétköznapiakon.**

17.sz. ábra: Kimaradás



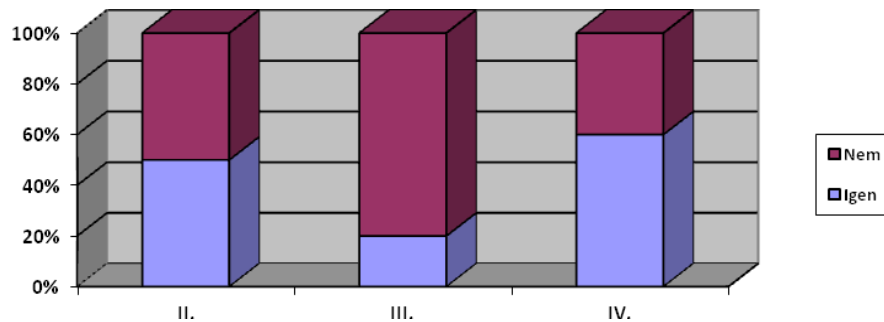
Készítette: a Szerző

A megkérdezettektől kapott válaszok alapján leolvasható a diagramról, hogy ennél a kérdésnél is az előzőekhez hasonló aránnyal állunk szemben. Mégpedig azzal a ténnyel, hogy évről évre egyre jobban vágynak ki a honvédtisztjelöltek a laktanyából. Ez valószínűleg kapcsolatban áll azzal a ténnyel, hogy az idő elteltével a hallgatók telítődnek érzelmiileg, és új ingerekre van szükségük. A laktanyák valamilyen szintű pszichológiai nyomást gyakorolnak az ott élőkre, hiszen ott kötelező betartani a katonai érintkezés szabályait, illetve ott kiemelt módon oda kell figyelni az alaki-, szolgálati-, és öltözködési szabályzat betartására.

Kedvező lehet a szervezetben dolgozók szempontjából a jó munkahelyi légkör, amit a hatékony katonai vezetés biztosítani tud. Ebben a szervezet tagjai biztonságban érzik magukat, érdekeltségük nő. A jó munkahelyi légkör nem konfliktusmentes, inkább a konfliktusok nyílt vállalása jellemző rá. Az ellentétek, feszültségek megnyilvánulnak a kommunikációban. Ha nincs mód megoldásukra, legalább kezelési módjuk alakul ki.

- Szokott-e a honvédtisztjelölteknek depresszív hangulata, esetleg fejfájása lenni?

18.sz. ábra: Depresszív hangulat



Készítette: a Szerző

A depresszió kedélybetegség, melyben szorongásos állapotokkal, belső nyugtalansággal, gondolkodás-, és alvászavarral járó szomorú hangulat figyelhető meg. Gondolkodása lassul és legtöbbször egy téma körül forog; mégpedig hogy milyen rosszul van, milyen kilátástalan a jelenlegi helyzet és a jövő milyen reménytelen.

Az alvás mindezek miatt elégtelen, felületes, és reggel nem ébred frissen. A reggel különben is a legrosszabb időszak a depressziós betegek életében, mivel reggel általában különösen rosszul érzik magukat. Délutánra az állapot javulhat és az esték viszonylag elviselhetővé válhatnak.

Nem minden szomorú hangulat jelent depressziót. A depresszió abban különbözik a szomorúságtól, mivelhogy a depressziós ember képtelen valaminek örülni, és nagyon nehezen hoz döntéseket. Gyakran egyáltalán nem képesek bármit eldönteni és már reggel nem tudják, hogy felkeljenek vagy ágyban maradjanak.

Mint az a diagramon látható, a honvédtisztjelöltek körében sajnos eléggé népszerű a depresszív hangulat, és a fejfájás. A másodévesek közel felének, a harmadévesek kevesebb, mint $\frac{1}{4}$ -nek, a negyedévfolyamosok több mint felének szokott ez a kedélybetegség gyakran előfordulni. A fejfájás, és a depresszív hangulat visszavezethet a stresszes, hajcsár életmódra, amit már többször fejtegettem munkám során.

4. A KAPOTT EREDMÉNYEK ÉRTELMEZÉSE

Mint az a fenti kutatásból és a kielemezésből már nyilvánvalóan kiderült, a honvédtisztjelöltek motivációja az évek elteltével egyre inkább csökken, a stresszes helyzetek egyre inkább uralják hétköznapiikat.

Az első hipotézisemben azt állítottam, hogy „Az évek elteltével rohamosan csökken a tisztjelöltek motiváltsága.” Ez a hipotézisem beigazolódott, hiszen a kilencedig kérdésnél láthattuk azt, hogy elég rossz arány jött ki, a honvédtisztjelöltek több mint kétharmadának csökkent a motivációja. Ennek sok befolyásoló tényezője lehet. Ilyen lehet például az előző kérdésben kifejtett rosszkedvűség. Hiszen aki kedvetlen, annak általában nincsen motivációja sem. A motiváció fenntartásában véleményem szerint a parancsnokoknak is nagy szerepe van, lehet, hogy erre nagyobb hangsúlyt kellene fektetni. Befolyásoló tényező lehet a már említett napirend, illetve a terepgyakorlatok egyhangúsága.

A második hipotézisem így szólt: „A tisztek bánásmódja nagymértékben összefügg a hallgatók érzelmi állapotával.” Ez az állításom is megerősítést nyert, hiszen a tizenkettedik kérdés erről faggatta a tisztjelölteket, és a következő eredmény született. Az egyenruha megkövetel bizonyos alaki, formai, és érintkezési szabályokat, amik azt érzékeltethetik, hogy a tisztek távolságtartóak a beosztott állománnyal. Ezt a honvédtisztjelöltek lehet, hogy rossz bánásmódként ítélik meg, ami nem így van, mert a tisztek munkája az, hogy mindenkit megtanítsanak katonához méltó módon viselkedni, bánni a beosztottakkal, vagy éppen előljárótól kapott parancsot végrehajtani. A hadseregben a mentális egészségvédelem célja az idegrendszerter erő terhelések csökkentése. Ennek érdekében – s ez a parancsnoki állomány döntő részére vonatkozik – a lelkiileg egészséges beosztottak pszichikai épségének megőrzésére törekszik. A jól képzett parancsnok tisztában van azzal, hogy a beosztott életében előfordulhatnak bizonyos kritikus szakaszok. Ezek lehetnek érzelmi krízisek, egzisztenciális válságok, különböző okokból eredő pszichés sérülések, ritkább esetben heveny konfliktusok, amelyekhez az idegrendszernek alkalmazkodnia kell, hogy az egyensúlyi állapot megmaradjon. Számolni kell a különböző frusztrációs jelenségekkel is.

A katonai tevékenység – főleg a hivatásos állománynál, mely hosszú ideig végzi ezt a nehéz munkát – rendkívül megterhelő. A katona idegrendszere különböző igénybevételnek, megterhelésnek van kitéve, ezekhez a terhelésekhez alkalmazkodni kell. Ennek az

alkalmazkodóképességnek a megteremtésében is nagymértékben hozzá kell járulni a parancsnokoknak. A konfliktusmentes alkalmazkodás feltételeinek megteremtése az a mentálhigiénés feladat, melynek sikeres megválasztása a harmonikus katonai élet egyik lényeges előfeltétele.

Harmadik hipotézisem erről tanakodott: „A tisztjelöltek számára a legnagyobb stresszt a szabadidő hiánya jelenti.” Ezt az állításomat is alátámasztottam. A stressz eredetileg a túlélés hatásos eszköze: veszélyhelyzetben villámgyorsan felkészíti a szervezetet a „támadj vagy fuss” állapotra. A stressznek lehetnek pozitív hatásai is. Például ha valaki képes stresszhelyzetben megoldani különböző feladatokat, érzelmileg nyugodt állapotban még könnyebben teszi meg ugyanezt. A katonát fel kell készíteni, hogy ilyen helyzetben is képes legyen parancsok végrehajtására, feladatok kiszabására (gondoljunk itt a missziós szolgálatokra).

A szabadidőt kétféleképpen lehet eltölteni: aktív, és passzív módon. Ennek mindkét formája nagyon fontos az ember életében. Aki fizikai munkát végez, az inkább passzív, aki szellemi munkát, az inkább aktív pihenésre vágyik. A honvédtisztjelölt számára ebből a szempontból mindkettőre nagy szükség van. A napirend zsúfoltsága, és a tanulmányi elvárásoknak való megfelelés nem teszi lehetővé, hogy elegendő szabadidejük legyen a hallgatóknak. Sokszor, a hétköznapiakon úgy érzik magukat, mint akik mókuserékben futnak, nincs megállás egy pillanatra sem. A felüdülést, a pihenést csak a hétvégék jelentik.

5. ÖSSZEGZÉS

A kényelemben felnőtt, fizikai és pszichikai terheléshez nem szokott ember szervezetének ilyen irányú képessége beszűkül, s így az idegi, pszichikai és fizikai teherbíró képességének alkalmazkodása nem tud megfelelni már a szerényebb igényeknek sem. Ezért bármilyen kis terhelés viszonylagos túlterhelést okozhat, így van ez az idegrendszerénél is. A fizikai aktivitás megfelelő szintje nélkül hiányzik a kiegyenlítő tényező, s ez által az egész szervezet alkalmazkodása felborul. Az állandó stressz, a kiegyensúlyozatlan pszichés állapot tartós fennállása következtében testi megbetegedések keletkezhetnek, amelyek szervi elváltozásokat például gyomorfekélyt, magas vérnyomást, pajzsmirigy-túltengést okozhatnak. Előfordulhat szervi elváltozás nélküli, kóros lelki tünetekkel járó idegbetegség, ilyenkor a bajok csak a beteg képzeletében léteznek.

A pszichés élet zavarainak egy részét úgynevezett lelki eredetű tényezők okozzák, más részük a külvilágból származó hatásokra alakul ki, és öröklött hajlamok is társulhatnak hozzá. Ismerjük meg, mit takar a stressz szó.

A rendszeres testedzés nemcsak az izomzatot erősíti, a csontok szilárdságát, az ízületek mozgékonyágát növeli, hanem elsősorban az állóképességet fokozza, a szív izomerejét, a szív keringését javítja. A jól edzett személy alappulzusa alacsonyabb, így a stresszhelyzetekben nyugodtam tud maradni, és jobban uralkodik az érzelmein. Ezzel együtt nő a belső szervek munkabírása, és az egész szervezet védekezőképessége magasabb szintre emelkedik.

Ma már tudjuk, hogy bármilyen fizikai terhelésnél súlyosabb tehet az állandó belső feszültség, az érzelmi állapotunkból, indítékainkból fakadó lelki zűrzavar. Az emberi kapcsolatainkban támadt zavaroktól (például felülkerekedés, féltékenység, csalódás, csökkentértékűség, mellőzöttség stb.) általában sokkal jobban szenvedünk, mint a fizika viszontagságoktól, s ezek nemegyszer fekélybetegség, alkoholizmus, kábítószer-fogyasztás, migrénszerű fejfájás, magas vérnyomás, szívroham vagy öngyilkosság okozói lehetnek.

Ezért fontos hogy az előjárók a honvédtisztjelöltekkel minél jobb kapcsolatot ápoljanak, rájuk mind fizikai mind pszichológiai szempontból ösztönzőek legyenek, illetve példát mutassanak.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Ádám György (1971): Tanulás, motiváció, tudat. In: Pszichológia. Gondolat Kiadó, Bp., 5-22.
- Allport, G.W.(1980): A személyiség alakulása. Gondolat Kiadó, Bp.
- Atkinson, R. L. - Atkinson, R. - Smith, E. - Bem, D. J. (1997): Pszichológia. Osiris Kiadó, Bp. 402-403.
- Barkóczi Ilona - Putnoky Jenő (1980): Tanulás és motiváció. Tankönyvkiadó, Bp.
- Buda Béla (1986): A személyiségfejlődés és a nevelés szociálpszichológiája. Nemzetközi Tankönyvkiadó. Bp. 73-81.
- Carver, C. S. - Scheier, M. F. (1998): Személyiségpszichológia. Osiris Kiadó, Bp. 386-392.
- H. Maslow, (1983): Elmélet az emberi motivációról. In: Szöveggyűjtemény az általános és személyiségpszichológiához. (Szerk.: Oláh Attila - Pléh Csaba) Tankönyvkiadó, Bp., 373-392.
- Kozéki Béla (1972): A motiváció pedagógiai pszichológiai fogalmáról. Magyar Pszichológiai Szemle, 3-4. sz. 570-573.
- Molnár Mária (1989): A motivációról felülnézetben. Ma és Holnap, 17 évf. No 2 29.
- Molnár Mária (1989): A motivációról felülnézetben. Ma és Holnap, 17 évf. No 2 29.
- Nagy Katalin (1982): Szocializáció. Szöveggyűjtemény, OPI.
- Réthy Endéréné (1989): Teljesítményértékelés és tanulási motiváció. Tankönyvkiadó, Bp.
- Stellar, Eliot (1972): Késztetés és motiváció. In: Pszichológia. (Vál.: Ádám György) Gondolat Könyvkiadó, Bp., 265-287.
- Szőgyi György (1988): Szocializáció - reszocializáció. In: Tanulmányok a társadalmi beilleszkedési zavarok köréből. Statisztikai Kiadó, Bp. 125-126.

MELLÉKLET

A honvédtisztjelöltek közérzetének vizsgálata

Szia!

XY vagyok, és azzal a kéréssel szeretnék hozzád fordulni, hogy segíts nekem egy kérdőív kitöltésével elkészíteni a TDK munkámat. Természetesen a kérdőív kitöltéséhez semmilyen személyes adattal nem kell hozzájárulni. Szeretnék megkérni, hogy teljesen őszinte válaszokat adj!

Válaszodat aláhúzással, karikázással jelöld!

1. Mi a hobbid?

.....

2. Sportolsz-e rendszeresen?

igen

nem

3. Van-e párkapcsolatod?

igen

nem

4. Mennyire szeretsz ebbe az intézménybe járni? (1=egyáltalán nem ; 5=nagyon)

1

2

3

4

5

5. Mentálisan mennyire vagy elégedett magaddal? (1=egyáltalán nem ; 5=nagyon)

1

2

3

4

5

6. Mennyire gondold azt, hogy jó pályát választottál? (1=egyáltalán nem ; 5=nagyon)

1

2

3

4

5

7. Mennyire fogadod el magadat?

inkább igen

inkább nem

8. Szokott-e rossz kedved lenni?

gyakran

ritkán

soha

9. Csökkent-e a motivációd amióta itt vagy?

igen

nem

10. Ha újból választhatnál, újra ebbe az intézménybe jelentkeznél?

igen

nem

11. Jól érzed magad itt?

igen

nem

Ha igen mi ennek az oka?

.....

Ha nem mi ennek az oka?

.....

12. Megfelelő-e szerinted a tisztek bánásmódja?

igen

nem

13. Mennyire stresszes a hallgatói élet? (1=egyáltalán nem ; 5=nagyon)

1

2

3

4

5

ennek oka:

14. Alkalmasnak érzed magadat honvédtisztnek?

igen

nem

15. Megfelelő, illetve elegendő értékelést kapsz vissza előljáróidtól?

igen

nem

16. Igényelsz-e több megerősítést?

igen

nem

17. Ha stresszes vagy általában hogyan szoktad levezetni? (több válaszlehetőség is)

evés

alvás

sportolás

alkoholfogyasztás

dohányzás

bulizás

egyéb:

18. Mi okozza számodra a legnagyobb stresszt katonaként? (több válaszlehetőség is)

bezártság tanulás parancsok kevés szabadidő egyenruha

egyéb:

19. Mennyire vágysz ki a hétköznapi életből a laktanyából?

nagyon kicsit egyáltalán nem gondolkoztam még ezen

20. Szokott-e depresszív hangulatod, esetleg fejfájásod lenni?

igen nem

Még egyszer nagyon szépen köszönöm segítségedet!!