

A LEGMAGÁNYOSABB GENERÁCIÓ?

– Kiss-Kozma Georgina¹ –

Absztrakt

2019-ben egyes becslések szerint Európa szerte több mint 14 millió 15 és 29 év közötti fiatal küzdött mentális problémákkal, és a Covid19-világjárvány a fiatalok mentális egészségén csak tovább rontott. Az OECD által összeállított „Health at a Glance: Europe című jelentésből kiderült, hogy az európai fiatalok fele számolt be arról, hogy nem kapott megfelelő segítséget a mentális problémái leküzdéséhez (OECD/European Union, 2022). Az UNICEF jelentése szerint a közúti balesetek után az öngyilkosság a második vezető halálok az európai fiatalok körében. A fiatalok mentális egészsége évről évre egyre hangsúlyosabb témává válik hazánkban is, ami nem meglepő annak tükrében, hogy a magyarországi fiatalok egyötöde magányosnak tekinthető, továbbá az elmagányosodás és a közösségek hiánya mellett a bizonytalanságból fakadó frusztrációval is meg kell küzdeniük (Kiss-Kozma – Székely, 2023). A fiatalok magányosságáról szóló kérdés a Covid19-világjárvány idején még inkább a közéleti diskurzusok középpontjába került, s e két trend eredményeképpen a fiatalok társadalomban elfoglalt helye és szerepe egyre komolyabb pozícióra tart igényt a diszkurzív térben. Jelen tanulmány egyik központi kérdése, hogy a magyarországi fiatalok elmagányosodása, valamint mentális egészsége vajon mennyire illeszkedik a nemzetközi trendekbe?

Kulcsszavak: magyarországi fiatalok, mentális egészség, magányosság, társas támasz

Bevezetés

Vajon az egymást erősítő társadalmi változások – legyen szó a technológiai újítások, a globalizáció, vagy a polikrízis hatásairól – miatt valóban korszakhatárhoz értünk? A társadalmak olyan új kihívásokkal szembesülnek, amelynek köszönhetően alapjaitól kell újraépíteniük mindazt, amit eddig a társadalom működéséről, alapvető szabályairól gondoltunk? Kezdve a család intézményének, a tudásszerzés módozatainak, az életszakaszok határainak újradefiniálásától a világhatalmi-, a gazdasági-, valamint a geopolitikai szabályok új alapokra tételétől egészen a jövőbe vetett hitünkig. Az Európai Unió országainak nagyrésze, valamint a nyugati fejlett világ számos régiója demográfiai kihívásokkal néz szembe, az oktatás-, a média- és a politika a 'fake news' jelenségével küzd, a jóléti államok prosperáló időszakainak köszönhetően

a várható élettartam oly mértékben növekedett, hogy az életszakaszok határai továbbra is folyamatosan módosulnak. Mindeközben egyre több nemzetközi kutatási eredmény világít rá arra, hogy az ifjúsági életszakasz válságjeleket mutat. Az ENSZ megbízásából immáron a 12. alkalommal megjelenő *World Happiness Report* 2024-ben már demográfiai csoportokra bontva is közzétette az eredményeit, ezzel a különböző korcsoportokba tartozók boldogságszintjei összehasonlíthatóvá váltak (World Happiness Report, 2024). S mindez nem véletlen: a jelentés azzal kezdődik, hogy míg korábban sokkal inkább úgy gondoltuk – mint ahogy William Shakespeare „*Ahogy tetszik*” című művében is megjelenik –, hogy az idő haladtával egyre kevésbé elégedett és boldog az ember, a 2024-es boldogságkutatás eredményei ennél árnyaltabb és változékonyabb képet mutatnak erről:

¹Ifjúságkutató Intézet, Mathias Corvinus Collegium.

Az adatok szerint globális szinten az 1980 után születettek körében alacsonyabb boldogságszintet látunk.

Az ifjúsági életszakaszt tovább terheli, hogy visszatekintve az elmúlt évekre, évtizedekre, azt láthatjuk, hogy az élet szinte minden területén a válság jelei mutatkoznak: a nyugati embernek a gazdasági-, demográfiai-, migrációs válságok megtapasztalása mellett az elmúlt években át kellett élnie egy világjárványt, majd a háború hátborzongató közelségével is szembe kellett néznie. A lexikográfusok szerint a nyelvünk tükrözi és képes megragadni az adott korszak jellegét, s mindezeket a nagyhatású társadalmi- és technológiai változásokat okozó trendet permakrizisként írják le (Collins English Dictionary, 2022). A permakrízis egy olyan állandósult, elhúzódó időszakra vonatkoztatható, melyet az instabilitás és a bizonytalanság jellemez. Az Ifjúságkutató Intézet – követve a nyelvészeket tömörítő szervezetek gyakorlatát – 2024. év elején megszavaztatta a magyarországi fiatalokkal az év szavát. A kutatásban összesen ezer, reprezentatív mintavétellel kiválasztott 15 és 29 év közötti fiatalot kértünk arra, hogy válassza ki egy listáról a 2023-as évet leginkább leíró kifejezést. Az eredmények szerint a magyarországi fiatalok szerint az előző év elsősorban az „*infláció, a háború és a toxikus*” szavakkal jellemezhető. Az év szavával kapcsolatban érdemes azt is megemlíteni, hogy általában azokra a szavakra asszociálunk, amelyeknek a használati gyakorisága megnövekedett, vagyis feltételezhetjük, hogy a mindennapi beszélgetések során ezen kifejezések használatának gyakorisága megnövekedett.

A polikrízis egyik fontos, a társadalom és a fiatalok szempontjából kiemelt területe a „közösségek válsága”, amely hosszú távon az elmagányosodás útjára terelheti a társadalmakat. Tehát egy olyan átmeneti korszakban élünk, amelyben a szürke hatyúk közül egyre többről derül ki, hogy valójában fekete (Taleb, 2007).

Nemzetközi kitekintés

A fiatalok lelki egészségének kérdése globális kihívás, ugyanis a fiatalok mentális állapotával foglalkozó nemzetközi felmérések az elmúlt években folyamatosan romló tendenciát mutatnak: 2019-ben egyes becslések szerint már több mint 14 millió 15–29 év közötti, az Európai Unió területén élő fiatal küzdött mentális problémákkal, és a Covid19-világjárvány a fiatalok mentális egészségén

csak tovább rontott Európa-szerte (OECD/European Union, 2022). Az OECD által összeállított „Health at a Glance: Europe” című jelentésből kiderült, hogy míg az európai felnőtt lakosság 23 százaléka mondta azt, hogy 2022-ben nem részesült megfelelő mentális ellátásban, addig a fiatalok fele (49 százalék) számolt be ugyanerről (OECD/European Union, 2022). Az UNICEF jelentése pedig felhívta a figyelmet arra, hogy a közúti balesetek után az öngyilkosság a második vezető halálok az európai fiatalok körében, amely rámutat a mentális egészség hiányának súlyos következményeire (United Nations Children’s Fund, 2024). A fiatalok mentális egészségi állapotát tükröző felmérésekre is reagálva az Eu Tanácsban már folyik a munka, az uniós tagállamok elkezdtek dolgozni azon, hogy kialakítsák álláspontjukat azzal kapcsolatban, hogy miképpen lehetne megelőzni a fiatalok körében a mentális problémák kialakulását. Ennek eredményeképpen 27 tagállam 2023. november 23-án a Tanács keretében következtetéseket fogadott el a fiatalok mentális egészségéről, s olyan intézkedéseket javasoltak, mint például az élet- és munkakörülményeik javítása; a fiatalok mentális egészségügyi szolgáltatásokhoz való hozzáféréseinek elősegítése; a fiatalok mentális egészségével kapcsolatos kutatások ösztönzése; a megbélyegzés elleni küzdelem; a legjobb gyakorlatok megosztása az uniós tagállamok között; valamint a biztonságosabb és egészségesebb digitális tér előmozdítása, többek között a gyűlölet, az erőszak és a bántalmazás elleni küzdelem a médiában és a közösségi médiában (Kiss-Kozma – Székely, 2024).

A már fentebb idézett boldogságindex, vagyis az ENSZ megbízásából 2024-ben már 12. alkalommal megjelentetett World Happiness Report, amely megmutatja, hogy a világ 143 országában mennyire elégedettek az életükkel az emberek, idén először korcsoportokra bontva is tartalmazza az eredményeket. Ennek köszönhetően a különböző korcsoportokba tartozók boldogságszintjének egymáshoz mért eltéréseivel kapcsolatban néhány általános megállapítással élhetünk. Például, hogy a jelentés megállapította, hogy globális szinten alacsonyabb szintű boldogságszintet mértek az 1980 után születettek körében. Azonban fontos megjegyezni, hogy regionális szinten nagy különbségek mutatkoznak: Észak-Amerikában például 2006–2010 óta a fiatalok (15–24 évesek) boldogsága számottevő csökkenést mutat, s ennek köszönhetően ma már boldogtalanabbak, mint az idősebb társaik.

Nyugat-Európában is csökkent a fiatalok szubjektív boldogságszintje, míg Közép- és Kelet-Európában emelkedett, amelynek eredményeképpen a fiatalok ma már Európa mindkét felén egyformán boldogok. Ha a hazai adatokat nézzük, Magyarországon összességében az emberek az előző évi adatokhoz viszonyítva kevésbé elégedettek, amely elsősorban az idősebb korcsoportba tartozók elégedetlenségének köszönhető, ugyanis míg hazánk a 30 év alattiak boldogságindexének listáján a 36. helyen szerepelt, addig a 60 év felettiiek esetében csupán a 70. helyre sikerült felkerülnie. A visszaesés ellenére a 2006–2010-es időszakhoz képest 2021–2023-ra a magyar lakosság szubjektív boldogságszintje az egyik legnagyobb növekedést produkálta: az elmúlt évtizedek növekedését tekintve hazánk a 15. helyen áll. Ugyanakkor hazánk régiós összehasonlításban a térség többi országához képest lemaradt: az élet értékelése szerinti országgrangsorban Románia a 32., Szerbia a 37., Szlovákia pedig a 45. helyen szerepel, miközben Magyarország csak az 56. (Helliwell et al., 2024). Hasonló trendek olvashatók ki az 1988 óta rendszeresen megjelenő, a magyarországi népesség testi és lelki egészségi állapotáról átfogó képet nyújtó Hungarostudy eredményeiből is. Az általános elégedettség mutató, valamint a boldogságmutató 2006 után romlott a 2013-as mérés szerint, ugyanakkor 2021-ben mindkét mutató meghaladta a 2006-os értéket is. Vagyis a lakosság elégedettsége és boldogsága lassan ugyan, de növekvő tendenciát mutat. A korcsoportos összehasonlításból pedig az olvasható ki, hogy az elégedettség és a boldogság egyértelműen csökken az életkor előrehaladtával (Székely et al., 2022).

A fiatalok lelki egészsége évről évre egyre hangsúlyosabb témává válik (Székely és Kiss-Kozma, 2024), amelyet mind a nemzetközi, mind a hazai trendek megerősítenek (Kiss-Kozma és Székely, 2023). A fiataloknak az elmagányosodás és a közösségek hiánya mellett azonban a bizonytalanságból fakadó frusztrációval is meg kell küzdeniük (Székely, 2023).

Változó és elhúzódó ifjúsági életszakasz

A mai fiatalokra, - akik közé általában az 1995 és 2009 között születettek soroljuk (Pál és Törőcsik, 2013; Juhász, 2017) - a szakirodalom számos néven hivatkozik: digitális bennszülötteként (Prensky, 2001), Z generációként, postmillenaristákként, Facebook-generációként, netgenerációként, IGenerációként, zappers-ként, instant

online korosztályként, dotcom gyerekeként (Pál és Törőcsik, 2013), valamint Homo zappiens-ként is (Veen és Vrakking, 2006). Mindezek a kifejezések immanens módon magukban rejtik ennek a korosztálynak két, ok-okozati összefüggésben lévő tulajdonságát: az ifjúság magányosságát és „behuzalozottságát”. A kommunikációjuk jelentős eltérést mutat a korábbi generációkéhoz képest, ugyanis ez az esetek többségében digitális eszközökön történik (Tari, 2011), továbbá társadalmi kapcsolataikat a valós és a virtuális térben egyidejűleg ápolják (McCrindle és Wolfinger, 2010). Mindennek köszönhetően általában azt feltételezik róluk, hogy személyes kapcsolataiktól elidegenedettek. Ugyanakkor számos kutatás cáfolja ezt (McCrindle és Wolfinger, 2010; Selwyn, 2009), vagyis számukra a korábbi generációkhoz hasonlóan fontos a barátokkal, ismerősökkel való személyes kapcsolat.

Az ifjúkor mindig is az állandó és nagy jelentőségű változások időszaka volt, s a fiatalok azok, akik leginkább magukban hordozzák a változás lehetőségét, továbbá a leggyorsabban reagálnak a társadalmi-, gazdasági-, vagy politikai átalakulásokra, s magukban hordozzák annak a lehetőségét, hogy az idősebbekhez képest gyorsabban adaptálódjanak az új helyzetekhez. A társadalmi környezet jelentős hatást gyakorol a fiatal korosztályra, s ennek eredményeképpen az ifjúsági életszakasz folyamatos változásban van. A nyugati kultúrkörben hosszú ideig tapasztalható prosperitás következtében a fiataloknak évtizedeken keresztül lehetőségük volt jobban élni a szüleik nemzedékéhez képest: az orvostudomány folyamatos fejlődésének köszönhetően folyamatosan nőtt a születéskor várható átlagos élettartam, a társadalmi-, gazdasági-, és politikai területen tapasztalható szerencsés konstellációk eredményeképpen pedig egyre tovább ülhetnek a fiatalok az iskolapadban, ezzel a társadalom alapműveltsége is folyamatosan növekedett. Mindezt az is eredményezte, hogy azokat a legfontosabb életeseményeket – mint például a legmagasabb iskolai végzettség megszerzése, a munkaerőpiacra történő belépés, elköltözés a szülői házból, a házasságkötés, valamint a családalapítás – a fiatalok életük egyre későbbi időpontjában élik át, ezzel az ifjúsági életszakasz nemcsak folyamatos átalakuláson megy keresztül, hanem fokozatosan ki is tolódik. Míg korábban jól behatárolt módon a fiatalok tizen-huszoneveit ölelte fel, ma már a legfontosabb életeseményeket a legfiatalabbak harminc év alatt egyre ritkábban élik át. Mindezt felismerve az

Ifjúságkutató Intézet a 2023. év eleji empirikus kutatásában az ifjúsági életszakaszt tágabban meghatározva, az ifjúságkutatások hazai gyakorlatába illeszkedő 15 és 29 év közötti fiatalok helyett a 15 és 39 év közöttieket vizsgálta (Kiss-Kozma és Székely, 2023).

Módszertani háttér

A nagymintás ifjúságkutatás-sorozat, valamint az Ifjúságkutató Intézet 2023-as empirikus kutatásának eredményeire támaszkodva kerül sor a magyarországi fiatalok magányossággal kapcsolatos percepciójának, valamint a társas kapcsolataiknak az elemzésére. A nagymintás ifjúságkutatás az ezredfordulón indult, azóta négyévente megismételték. A kutatási hullámok során 8000 15–29 év közötti magyarországi – az utolsó három adatfelvétel során pedig további 4000 külhoni magyar– fiatalot kérdeztek meg.² Az Ifjúságkutató Intézet kutatását 2022. december és 2023. január között készítette el a 15 és 39 év közötti magyar állampolgárok személyes lekérdezésével (TAPI), országos, reprezentatív 1000 fős mintán.

A baráti társaságok és közösségek szerepe a fiatalok életében a hazai kutatások tükrében

Az elmúlt két évtizedben megtapasztalt válságokkal teli időszak a fiatalok nemzedéki önreflexiójában is tetten érhető. A nagymintás ifjúságkutatás eredményeit elemezve 2008 óta felrajzolható a magyarországi 15 és 29 év közötti fiatalok problématerképe. Az elmúlt évtized távlatában azt tapasztalhatjuk, hogy a fiatalok által érzékelt problémák súlya és sorrendje megváltozott, ugyanis a 2008-as és 2012-es problématerkép még egészen más képet festett le a magyarországi fiatalok környezetéről. A jelen felé közelítve a konkrét problémák helyét egyre inkább átvették az illékonyabb, posztmateriális problémák: a kilátástalanság, a jövővel kapcsolatos bizonytalanság a 2008-as harmadik helyről 2020-ra az első helyre került (2008-ban még csupán a megkérdezett fiatalok egytizede számára jelentett égető problémát, 2020-ra más közel egynegyedik érzekelte kiemelt jelentőségűnek a nemzedékük szempontjából).

A céltalanság pedig egy évtized alatt az ötödik helyről a harmadik helyre kúszott fel. A 2020-as eredmények egy másik, kiemelésre érdemes változást is mutattak: a fiatal nemzedék új problémájaként artikulálódott a baráti társaságok, közösségek hiánya, amely rögtön az élre tört, ugyanis a negyedik helyet foglalta el. Jelentős változás csupán egy dimenzióban nem történt, ez pedig az anyagi biztonság kérdésköre, amely értelemszerűen összefüggésben áll azzal is, hogy jellemzően ezen életszakaszban indulnak el a fiatalok az önállósodás útján, amely folyamatban az anyagi javak kérdése kulcsszerepet kap (a származási családtól való függetlenedés, a saját egzisztencia létrehozása, a családalapítás, mind olyan életesemények, amelyekhez az anyagi forrás szükséges, de nem elégséges feltételként van jelen). Az Ifjúságkutató Intézet 2023-as kutatásának eredményei szerint a fiatalok nemzedékük legjelentősebb problémáinak továbbra is a bizonytalanságot, a kiszámíthatatlan jövőt látják. A problématerkép első részében – az anyagi problémák kivételével – jellemzően olyan problémák kerültek, amelyek alapvetően pszichoszociális jellegűek, mint a már említett bizonytalanság, kiszámíthatatlan jövő, illetve a céltalanság vagy a baráti társaságok, közösségek hiánya (Kiss-Kozma és Székely, 2023). A jövő bizonytalanságából fakadó frusztráció nemzetközi vizsgálatok szerint is növekedett, illetve a fiatalabbak között magasabb volt az elmúlt időszakban (World Economic Forum, 2023). A magyarországi ifjúság nemzedéki problématerképén a bizonytalanság, a kiszámíthatatlanság, valamint a közösségek hiánya ráirányítja a figyelmünket arra, hogy megvizsgáljuk, hogy a fiatalok megküzdési stratégiái között a társas támasz milyen szerepet tölt be.³

² Az utolsó adatfelvételre 2024-ben került sor, amelynek során a célcsoport, valamint a mintaelemszám is közel negyedévszázad után megváltozott. Jelen tanulmány még nem tartalmazza a 2024-es adatokat.

³ Az Ifjúságkutató Intézet 2023-tól minden évben kiadja az Ifjúságügyi jelentését, amely tartalmazza mindazon témákat, ügyeket, eseményeket, amelyek az elemzett évben meghatározóak voltak az ifjúság tekintetében. A 2023-as jelentésben mind a 2023-as évre vonatkozó legfontosabb öt témában, mind a 2024-es évre vonatkozó várakozásokban szerepelt a fiatalok mentális egészségének témakör (Kiss-Kozma – Székely, 2024).



A nagymintás ifjúságkutatás-sorozat legutolsó, 2020 őszén elvégzett adatfelvételének eredményeiből következtethetünk mind a fiatalok biztonságérzetére, mind a közösségek életükben betöltött szerepére is. A kérdőívben arra a kérdésre kellett válaszolniuk, hogy összességében mennyire érzik magukat biztonságban. A válaszok egytől ötig terjedő skálán helyezkedtek el, ahol az egyes azt jelentette, hogy egyáltalán nem, míg az ötös teljes mértékben igen. Az eredmények alapján megállapíthatjuk, hogy a magyarországi 15 és 29 évesek az otthonukban (4,4), a saját településükön (4,23) és a közvetlen lakókörnyezetükben (4,22) érzik leginkább biztonságban magukat, míg a legkevésbé az Európai Unió országain kívüli országokban (3,59) és az interneten (3,68).⁴Vagyis fizikai létükben is minél közelebb vannak a családhoz, a közvetlen személyes kapcsolataikhoz, annál nagyobb biztonságban érzik magukat. A kérdőívben azt a kérdést is feltették a fiataloknak, hogy mennyire tartanak bizonyos események bekövetkezésétől. A válaszadók ennél a kérdésnél is egy ötfokú skálán fejezhették ki véleményüket, ahol az egyes azt jelentette, hogy egyáltalán nem tartanak, míg az ötös azt, hogy nagyon tartanak. Egy következő világháborútól inkább nem tartottak a magyarországi fiatalok (2,76), azonban ez 2022-re megváltozott, ugyanis a koronavírus-jár-

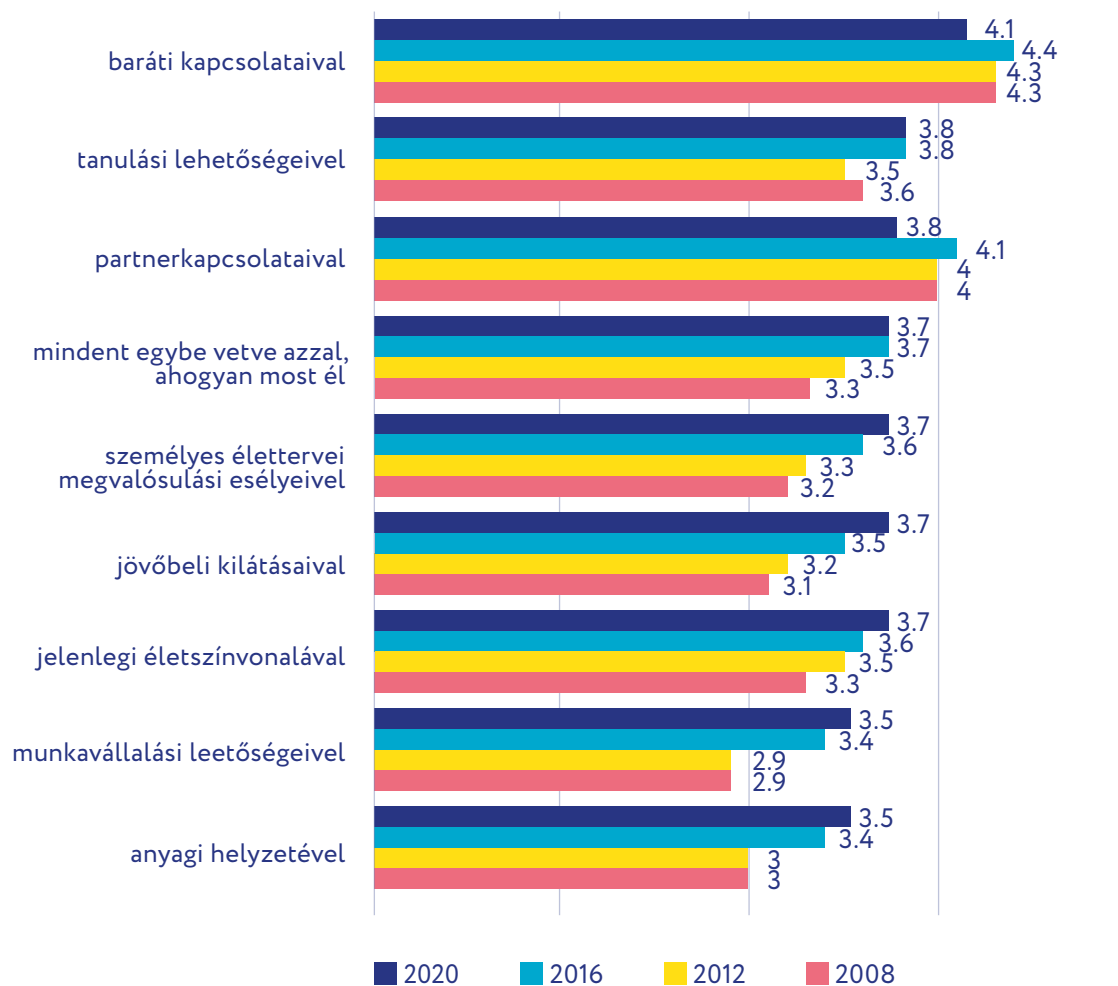
ványtól való félelem helyét elsősorban az inflációtól és az orosz-ukrán háborútól való aggodalom vette át. Az Ifjúságkutató Intézet által vizsgált 18 és 21 év közötti fiatalokat ugyanis ezek a témák foglalkoztatták leginkább, megelőzve például a nyaralási- vagy a (tovább) tanulási, munkavállalási tervekről való beszélgetéseket is. A koronavírus-járványról ekkor már közel hattizedük nem is beszélgetett. Mindebből következtethetünk arra, hogy az ifjúság érzékenyen reagál a körülötte zajló eseményekre. Ezt további eredmények is alátámasztják, a koronavírus-járvány 2020 őszén a fiatalok életét több szempontból is befolyásolta: leginkább az online töltött idő mennyiségét (23 százalék) és az anyagi körülményeket (19 százalék). Míg az utóbbit egyértelműen negatívan befolyásolta (90 százalék), addig a családjukkal való kapcsolatukra (66 százalék), valamint a spiritualitáshoz, valláshoz, Istenhez való kötődésükre (59 százalék) pozitívan hatott. A 2020-as eredmények más dimenzióban is a család és a baráti közösségek fontosságát mutatják: például a magyarországi fiatalok a családjukban bíztak a leginkább, őket pedig az ismerőseik követték a bizalmi skálán. Mindezt tovább erősíti, hogy a szabadidejüket is legszívesebben a családjukkal, barátaikkal töltötték még annak ellenére is, hogy a képernyő előtt töltött idő továbbra is meghatározó a szabadidős tevékenységeik között.

⁴ Skálaátlagok, ahol minél magasabb az átlagérték, annál inkább biztonságban érzik magukat.

A családi- baráti kapcsolataik növekvő fontossága olvasható ki továbbá azokból az eredményekből is, amely szerint, habár a fiatalok szinte az életük minden területével alapvetően elégedettek, a baráti- és partnerkapcsolatukkal való elégedettségük 2008 és 2020 közötti vizsgálati időszakban 2020-ban volt a legalacsonyabb (1. ábra).

A személyes kapcsolatok, vagyis a család és a barátok szerepe tehát a magyarországi fiatalok életében továbbra is fontos, és habár elsősorban közvetve, de a koronavírus-járvány⁵ arra is rámutatott, hogy válság idején a személyes kapcsolatok a fiatalok életében felértékelődnek.

1. ábra: Elégedettség



Forrás: Magyar Ifjúság Kutatás 2020.

(Mennyire elégedett Ön a következő dolgokkal? Kérem, hogy egy egytől ötig terjedő skála segítségével válaszoljon, ahol az 1-es azt jelenti, hogy egyáltalán nem elégedett, míg az 5-ös azt, hogy teljes mértékben elégedett)
(N2008, N2012, N2016, N2020=8000; skálaátlagok)

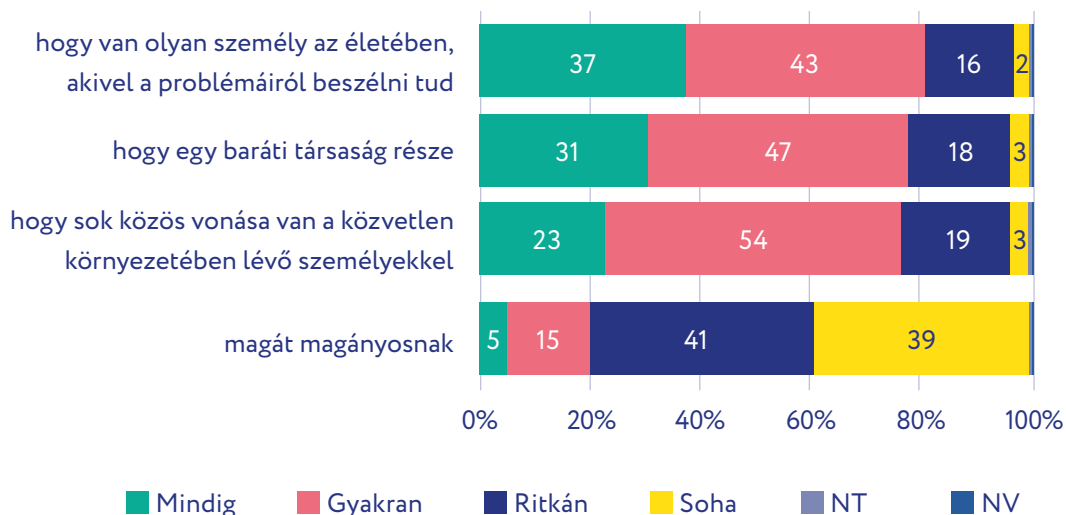
⁵ Például a koronavírus-járvány úgy hatott a fiatalok politikai érdeklődésének növekedésére, hogy a fiatalok a helyzetből fakadóan többet találkoztak közéleti és politikai kérdésekkel a családon belül, illetve a barátaikkal történő kommunikáció során. A fiatalok összességében is érdeklődőbbek lettek, sűrűbb kommunikációs térbe kerültek, amelynek eredményeképpen még a politikailag kevésbé involválódó, a politikát alapvetően elutasító csoportba tartozó fiatalok átlagos politikai kommunikációja is növekedett (Hajdú et al., 2022; Szabó és Oross, 2021).

Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) szerint „az egészség a teljes testi, lelki és társadalmi jóllétet jelöli” (Constitution of the world health organization, 2024). Az életminőségünk részét képezi többek között a testi, a lelki, illetve a társas-szociális és a társadalmi egészség is. A lelki egészség komplexitását mutatja, hogy a meghatározás magába foglalja önmagunk elfogadását, a különböző nehéz helyzetekkel való sikeres megküzdést, a bizalom kérdését, valamint a tartalmas emberi kapcsolatok fenntartására való alkalmasságot is. Az Ifjúságkutató Intézet 2023-as felmérésében ezen tényezők közül a társas kapcsolatok kérdése került a vizsgálódás fókuszába.

A társas támasz az egyik legfontosabb a megküzdési mechanizmusok közül, a közösséghez való tartozás érzésének ezért kiemelt szerepe van a fiatalok lelki és fizikai egészségének megőrzésében. A társas támogatás nem véletlenül helyezkedik el a Maslow-féle szükséglet-hierarchia harmadik szintjén. Ahogy a 2. ábra is mutatja, a magyarországi 15 és 39 év közötti fiatalok közel nyolctizede érezte úgy, hogy van baráti társasága (78 százalék),

amelynek tagjaival érzelmileg is tud azonosulni, továbbá sok közös vonása van a közvetlen környezetében lévő személyekkel (77 százalék). Ennek köszönhetően tízből nyolc fiatal (81 százalék) számára adott a lehetőség, hogy a problémáiról valakivel beszéljen, s mindez olyan háttérrel biztosít számukra, hogy ritkán vagy soha nem érzik magukat magányosnak (80 százalék). Nemek szerinti nagy eltérésekről e tekintetben nem beszélhetünk, ugyanakkor az megállapítható, hogy a nők valamivel magányosabbnak érezték magukat, mint a férfiak (6–4 százalék), emellett míg a nők több mint egyharmada (36 százalék) mondta azt, hogy soha nem érzi magát magányosnak, addig a férfiak valamivel nagyobb arányban érezték ugyanígy (42 százalék). Ugyanakkor jelentős regionális eltérések mutatkoztak a magyar fiatalok magányosság érzésében. A legmagányosabbnak a dél-dunántúli és nyugat-dunántúli fiatalok mutatkoztak: a nyugat-dunántúli fiatalok 41 százaléka és a dél-dunántúli fiatalok 38 százaléka érezte magát mindig vagy gyakran magányosnak, míg a legkevésbé a dél-alföldi (8 százalék), észak-magyarországi (14 százalék) és az észak-alföldi társai (17 százalék) érezték ugyanígy.

2. ábra: Társas kérdések megítélése



Forrás: Magyar Ifjúságkutató Intézet, 2023
(Milyen gyakran érzi Ön, ...?)
(N2023=1000; átlagok)

A társas támasz esetében a legnagyobb különbség az iskolai végzettség szerint jelent meg, ugyanis míg az alapfokú végzettségűek egynegyede (26 százalék) soha, vagy csak ritkán érzi azt, hogy sok közös vonása van a közvetlen környezetében lévő személyekkel, addig a magasán kvalifikált társaik, vagyis a felsőfokú végzettségűek csupán 18 százaléka mondta ugyanezt. Az alacsony végzettségűek egynegyede (24 százalék) soha, vagy csak ritkán érzi azt, hogy egy baráti társaság része lenne, a legmagasabb végzettségűek csupán egyötöde (20 százalék) tekinthető baráti társaság nélkülinek. Az alapfokú végzettségűek 23 százaléka soha, vagy csak ritkán érzi úgy, hogy van olyan személy az életében, akivel a problémáiról tud beszélni, addig a magas iskolai végzettséggel rendelkezők csupán 12 százaléka számára jelent kihívást ilyen típusú közeli kapcsolódást kialakítani. A nemek között túl nagy különbség egy dimenziótól eltekintve e tekintetben sem jelenik meg: míg a nők bő hatoda (17 százalék) soha, vagy csak ritkán érzi azt, hogy van olyan személy, akihez a problémájával fordulhat, addig a férfiak több mint egyötöde (20 százalék) állította azt, hogy nem, vagy csak ritkán tud beszélgetni valakivel a problémáiról. Korosztályi különbségeket tekintve pedig megerősítést nyer az a korábbi kutatások eredményei által már alátámasztott megállapítás, amely szerint a társas kapcsolatok a kamaszkorban a legfontosabbak. A 15 és 19 év közöttiek minden vizsgált szempontból az átlag felett szerepeltek: 84 százalékuk érzi úgy (gyakran vagy mindig), hogy van olyan személy az életében, akivel a problémáiról beszélgetni tud (átlag: 80 százalék). Ennek a korosztálynak 88 százaléka része valamilyen baráti társaságnak (átlag: 78 százalék), 80 százalékuk közös vonásokat is felfedez a közvetlen környezetében lévőkkel (átlag: 77 százalék), valamint 82 százalékuk soha, vagy csak ritkán érzi magát magányosnak (átlag: 80 százalék).

Összefoglalva a magyarországi 15–39 év közötti fiatalok nyolctizede mondta azt, hogy ritkán vagy soha nem érzi magát magányosnak. Arra azonban fel kell hívni a figyelmet, hogy a fiatalok tizenöt százaléka gyakran, míg öt százaléka mindig magányosnak érzi magát. Ez azért is fontos, hiszen számos kutatás megerősítette, hogy azok a személyek, akik gyakran vagy hosszabb ideig magányosak, nagyobb eséllyel válnak sebezhetővé, mint azok, akik „csupán” időszakosan nem elégedettek a másokhoz való kapcsolódásukkal. A krónikussá váló magány pedig már lelki, fizikai, sőt, bizonyos esetekben

orvosi következményekkel jár. Vagyis a fiatalok és fiatal felnőttek egyötöde a magányosság huzamosabb vagy gyakori érzésével veszélyeztetett, sérülékeny és kiszolgáltatott helyzetben van.

A kutatásban kitértünk a magányosság társadalmi percepciójának kérdésére is, ugyanis a kedvezőtlen mentális állapotról gyakran negatív kulturális kép él a társadalomban, amely a kérdés társadalmi tabusításához vezethet. Ugyanakkor az utóbbi években, főként a fiatalok lelki, mentális állapotáról szóló folyamatos diskurzusnak köszönhetően némi előrelépés érezhető. Mindazonáltal a stigmatizálástól való félelem még mindig a magányosság érzésének titkolását eredményezheti. Mindez a 23 európai uniós tagállam által 2023. november 23-án elfogadott megállapítások és javasolt intézkedések között is megjelenik a megelégedés elleni küzdelemre való felhívásban (Kiss-Kozma – Székely, 2024).



A magányosság társadalmi percepciójával kapcsolatban elgondolkodtató eredmény, hogy habár vizsgálatba bevontak háromnegyede (76 százalék) állította azt, hogy nem fél beszélni a magányról, ugyanilyen arányban (78 százalék) azzal az állítással is teljesen vagy inkább egyetértettek, hogy az emberek nem beszélnek a magányról. Ebből két, későbbiek során vizsgálatra érdemes lehetséges következtetést vonhatunk le: egyrészt a társadalom nyitottsága a kérdés felé a fiatalabb korosztály körében dinamikusabban nőhetett, vagyis a fiatalok természetesebbnek érezhetik azt, hogy beszéljenek bizonyos lelki nehézségekről, kihívásokról. Másrészt az eredményt magyarázhatja az is, hogy az emberek nem szívesen gondolják magukról azt, hogy bizonyos, társadalmi jelentőségű kérdéseket pont ők tabusítanak.

A válaszokból továbbá arra is következtethetünk, hogy a környezetük állapotára a magyar fiatalok alapvetően figyelnek: minden második megkérdezett (52 százalék) gondolta úgy, hogy egyre többen magányosak a környezetében, s 78 százalékuk szerint felismeri, ha barátai vagy szerettei magányosak. Ugyanakkor a társadalom vagy egyén felelősségvállalásával kapcsolatban inkább az utóbbira tették a voksukat, ugyanis közel kétharmaduk (64 százalék) szerint az egyének múlik, hogy magányos-e vagy sem.

A fiatalok többsége (82 százalék) teljes mértékben vagy inkább egyetértett azzal, hogy akkor is lehet valaki magányos, ha vannak barátai, viszont abban már megoszlottak a vélemények, hogy vajon mennyire természetes az, ha valaki sokat van egyedül (51 százalék szerint természetes, 47 százalék szerint inkább nem természetes) (3. ábra).

3. ábra: Állításokkal való egyetértés



Forrás: Magyar Ifjúságkutató Intézet, 2023

(Kérem, mondja meg, ön inkább egyetért vagy inkább nem ért egyet a következő állításokkal?)

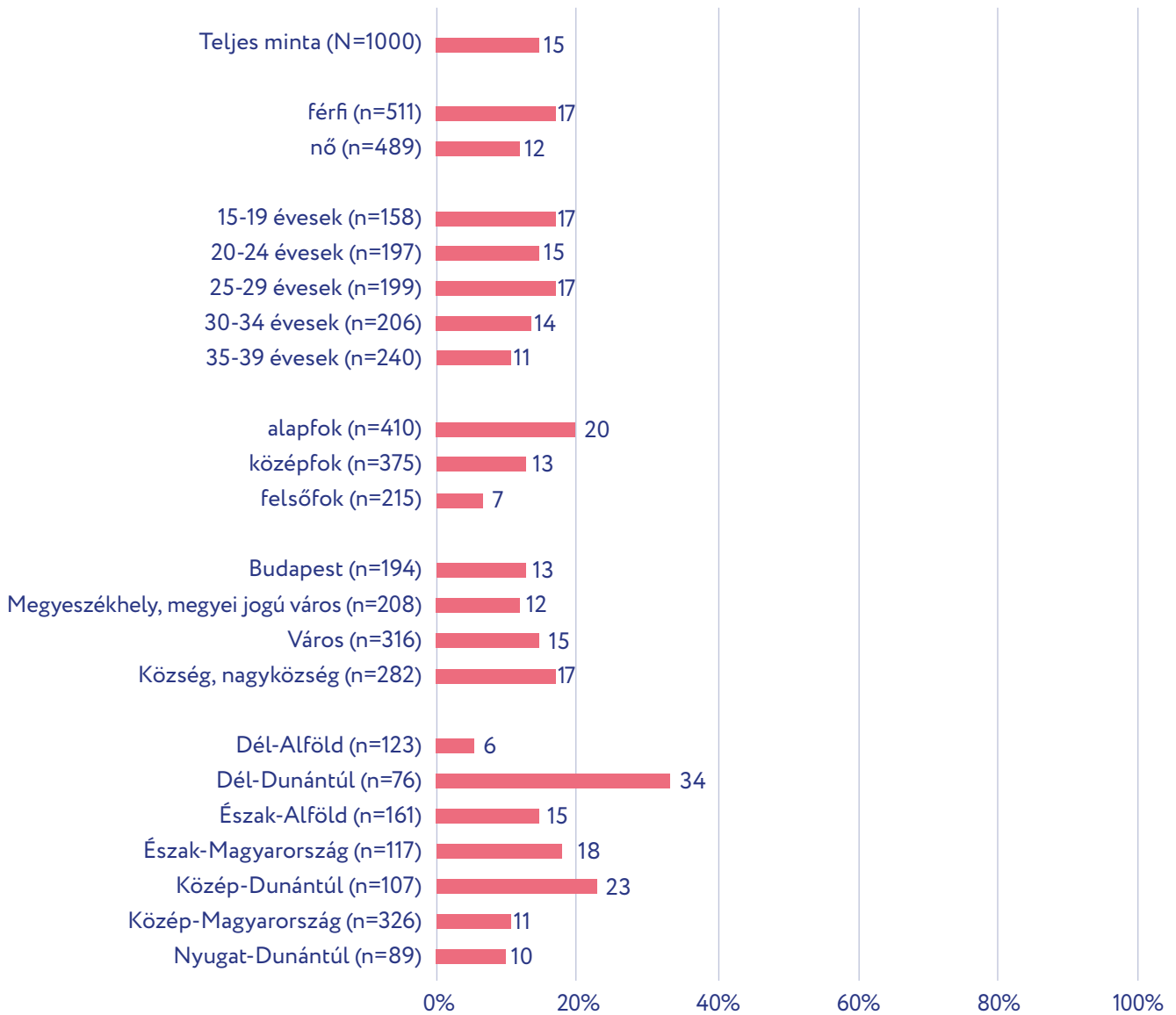
(N2023=1000; átlagok)



Abban az esetben, ha a fiatalok kezében nincs megfelelő eszköz arra, hogy a magányosság érzése ne maradjon tartós az életükben, akkor ez az állapot kórossá is válhat. A megküzdési stratégiák egyik legfontosabb típusa a társas támogatás, amely egészségvédő tényező, meglétével a patológikus lelki-testi következmények megelőzhetők. A felmérés adataiból kiderül, hogy a vizsgált fiatalok túlnyomó többsége (82 százalék) tesz azért, hogy ne legyen magányos. A legtöbben a családjukkal vannak (31 százalék) vagy pedig a kortársaikhoz fordulnak (26 százalék). A társas támaszt az olyan aktív megküzdési stratégiák követik a gyakorisági sorrendben, mint például a sportolás (20 százalék), valamint a kirándulás és túrázás (20 százalék). A hagyományos megküzdési stratégiák mellett azonban a digitális technológia nyújtotta lehetőségek is megjelennek, a magyarországi 15–39 év közöttiek közel egyötöde a magány elűzéséhez a digitális

eszközöket hívja segítségül, ugyanis 19 százalék aaudiovizuális tartalmat fogyaszt (tévét, videót néz, zenét hallgat), ugyanilyen arányban fordulnak a számítógép, a telefon, illetve a közösségi média használatához, 17 százalék pedig felveszi a kapcsolatot egy ismerőssel a közösségi médián keresztül. Az életkor függvényében változik a különböző kapcsolatok fontossága is: minél fiatalabb valaki, annál fontosabbak számára a baráti kapcsolatai, míg a kor előrehaladtával ismét inkább a családtagok felé fordulnak a magány leküzdése érdekében. A magányossággal kapcsolatos passzív attitűd inkább a férfiakat, az alapfokú végzettségűeket, a községben, nagyközségben élőket, valamint a dél-dunántúli és a közép-dunántúli fiatalokat jellemzi. Ők azok, akik legkevésbé tesznek a magányosság érzése ellen. (lásd. 4. ábra).

4. ábra: Magány esetén semmit sem tesz



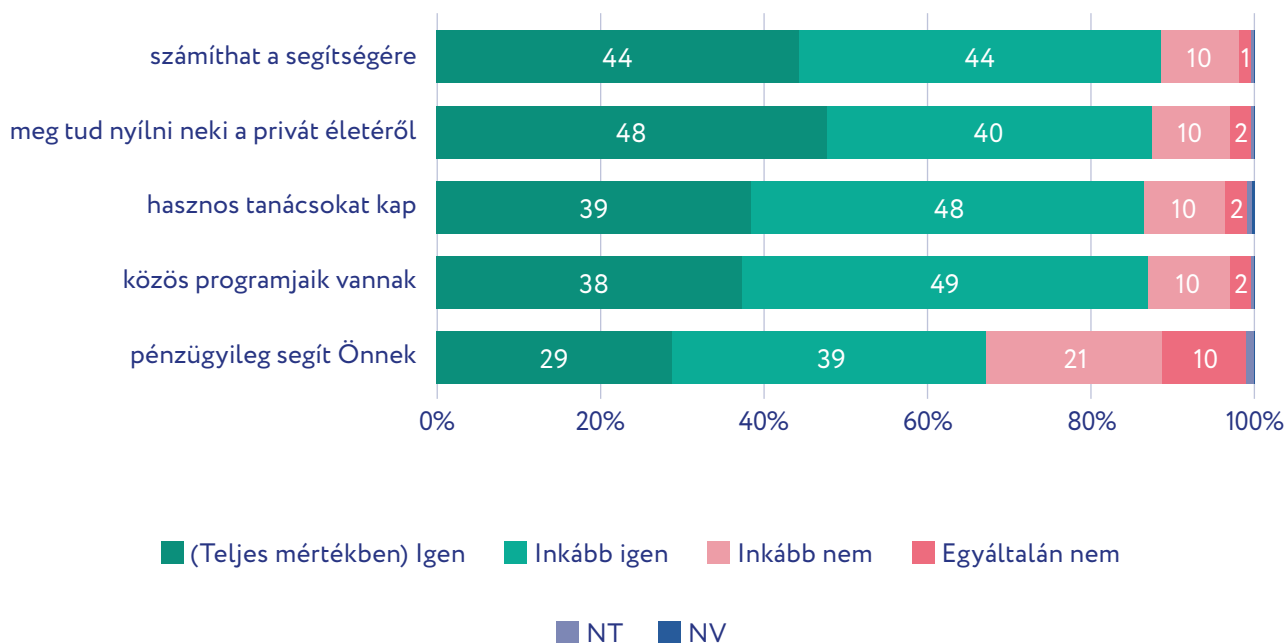
*Forrás: Magyar Ifjúságkutató Intézet, 2023
(Mit tesz Ön, ha magányosnak érzi magát? Semmit)
(N2023=1000; átlagok)*

A társas támasz kiemelkedő szerepe más dimenzió mentén is megmutatkozik, hiszen minden második fiatal úgy érezte, hogy mind a családjára, mind pedig a barátaira is számíthat (51 százalék), egyharmaduk (32 százalék) inkább a családjára, egyhatodik (15 százalék) pedig inkább a barátokra támaszkodik.

hasznos tanácsot kap, és végül, de nem utolsó sorban, ha minőségi időt tud eltölteni vele, vagyis, ha vannak közös programjaik. A legkevésbé fontos szempont az anyagi segítség, csupán a megkérdezettek héttizede érez közel magához valakit akkor, ha az pénzügyileg segít neki (lásd 5. ábra).

A kapcsolatok minőségét számos tényező befolyásolja, 10-ből 9 fiatal azonban akkor érez közel magához valakit, ha számíthat a segítségére, ha meg tud nyílni előtte, ha

5. ábra: Közel érez magához valakit, ha...



Forrás: Magyar Ifjúságkutató Intézet, 2023
 (Ön olyankor érez magához közel valakit, ha ... ?)
 (N2023=1000; átlagok)

A magyarországi fiatalok környezetében átlagban négy olyan személy van, akikkel közös programokat tudnak szervezni, közel három olyan ember, akiket megölelhetnek, akik lelkiileg támogatják, ha szükségük van rá, akik hasznos tanácsokkal látják el, vagy segítenek a feladataik elvégzésében. Továbbá átlagban két olyan személyt tudnának megnevezni, akik pénzügyileg is segítenék őket, ha megszorulnának.

Összefoglalás és következtetések

Mind a nemzetközi, mind a hazai adatok azt mutatják, hogy az ifjúsági életszakasz egyrésztől kitolódik, másrésztől át is alakul. Számos mély társadalmi változás hat az ifjúsági életszakaszra, ezek közül a globalizáció hatása, a digitális kultúra felemelkedése és térnyerése, valamint az elmúlt évtized válságsorozata az ifjúság elmagányosodásának kérdésére is még inkább ráirányítják a figyelmet. Az elmúlt évek válságai, valamint az olyan társadalmi trendek, mint például a korosztályi behuzalozottság a fiatalok életén mind közvetlenül, mind közvetve nyomot hagyott.

Mind a nagymintás ifjúságkutatás, mind pedig az Ifjúságkutató Intézet kutatási eredményei azt mutatják, hogy a fiatalok életében a család és a baráti kapcsolatok meghatározó jelentőséggel bírnak. A fiatalok nemzedéki önreflexiója is megerősíti ezt, ugyanis 2020-ban a fiatal nemzedék új problémájaként artikulálódott a baráti társaságok, közösségek hiánya, amely rögtön a negyedik helyet foglalta el a sorban. Az adatok a szocializáció elsődleges színterének, a családnak a kiemelt szerepéről is árulkodnak: a magyarországi fiatalok a családjukban bíztak a leginkább, őket pedig az ismerőseik követték a bizalmi skálán, s a szabadidejüket is legszívesebben a családjukkal, barátaikkal töltötték.

A magyarországi fiatalok és fiatal felnőttek (15–39 évesek) elmagányosodását fókuszba helyező empirikus kutatás eredményei ki is jelölik a következő, lehetséges kutatási irányvonalakat. Fontos lenne megvizsgálni, hogy a regionális különbségek mögött milyen okok húzódnak, vagyis mi a magyarázata annak, hogy míg tízből nyolc megkérdezett ritkán vagy szinte soha nem érzi magányosnak magát, addig a nyugat-dunántúli fiatalok 41 százaléka, a dél-dunántúli fiatalok 38 százaléka érezte magát mindig vagy gyakran magányosnak. Ez összefüggésben állhat azal is, hogy míg a megkérdezett fiatalok nyolctizede tesz azért, hogy ne legyen magányos, addig a dél-dunántúli fiatalok egyharmada nem tesz semmit a magány elűzése érdekében. Szintén fontos lenne mélyebben megismerni a fiatalok magányossággal kapcsolatos percepcióit, s feloldani azt az elsőre ellentmondásosnak tűnő eredményt, hogy habár a fiatalok háromnegyede mondta azt, hogy nem fél a magányról beszélni, ugyanilyen arányban gondolják azt is, hogy az emberek általánosságban véve nem beszélnek a magányról. Mindezen kérdések tisztázása közelebb vihetnének ahhoz, hogy megértsük, hogy milyen mértékben van jelen a fiatalok életében a magányosság, mit gondolnak a környezetükről, illetve mennyire tekintik nyitottnak a magányosság kérdésének tekintetében a társadalmat, amelyben élnek.



Irodalomjegyzék

- Collins English Dictionary, 2022: <https://blog.collinsdictionary.com/language-lovers/a-year-of-permacrisis/> (Letöltve: 2024.09.01.)
- Constitution of the World Health Organization (n.d.). <https://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd47/EN/constitution-en.pdf?ua=1> (Letöltve: 2024.09.01.)
- Hajdú A. – Székely L. – Kiss-Kozma (2022): Stabilitás a járvány árnyékában. In: Gallai, S. (szerk.): Szélmolnárok viharos éve: Magyar Politika, 2021. Budapest, Magyarország: MCC Press, 139-160.
- Juhász, Cs. (2017): Z generációs hallgatók felsőoktatási motivációjának vizsgálata. Közép-Európai Közlemények 10(2), 131–41. <https://www.iskolakultura.hu/index.php/vikekkek/article/view/12434/12293> (Letöltve: 2024.09.01.)
- Kiss-Kozma, G. – Székely, L. (2023): Ifjúság+: Öt kérdésben a magyarországi 15-39 évesekről. Ifjúságkutató Intézet, Mathias Corvinus Collegium.
- Kiss-Kozma, G. – Székely, L. (szerk.) (2024): Ifjúság'23 - Jelentés az ifjúságügyről. Ifjúságkutató Intézet, Mathias Corvinus Collegium.
- McCrindle, M. – Wolfinger, E. (2010): Az XYZ ábécéje. A nemzedékek meghatározása. (Keszeg, A. ford). Korunk. 21(11), 13–18.
- OECD és Európai Unió (2023): Health at a Glance. Europe, State of Health in the EU Cycle . OECD Publishing.
- Oross, D. – Szabó, A. (2021): Változó világ – állandó értékek: Az ifjúság politikai érdeklődésének és politikai értékrendjének változása. In: Székely, Levente (szerk.) Magyar fiatalok a koronavírus-járvány idején: Tanulmánykötet a Magyar Ifjúság Kutatás 2020 eredményeiről. Budapest, Magyarország: Enigma 2001, 185-209.
- Pál, E. – Törőcsik, M. (2013): Irodalmi áttekintés a Z generációról. Pécsi Tudományegyetem: Pécs
- Prensky, M. (2001): Digital Natives, Digital Immigrants Part 1. On the Horizon. 9(5), 1–6.
- Prievara, T. – Lénárd, A. – Katona, N. (2020): Digitális pedagógia a közoktatásban. Eszterházy Károly Egyetem. ISBN 978-615-6257-00-0
- Lloyd's Register Foundation (2023). Safety perceptions index – Understanding the impact of risk around the world. <https://www.visionofhumanity.org/wp-content/uploads/2023/02/SPI-2023-2.pdf> (Letöltve: 2024.09.01.)
- Selwyn, N. (2009): The digital native – myth and reality. Aslib Proceedings. 61/4. 364–379. DOI:10.1108/00012530910973776.
- Székely, L. (2023): Young People in the Age of Uncertainty. In: Pillók, P. – Székely, L. (szerk.) Hard Times Create Strong Youth: The Impact of the Era of Crisis on Future Generations. Budapest: Nemzeti Ifjúsági Tanács, 63–78.
- Székely, L. – Kiss-Kozma, G. (2024): HOT5 – Legfontosabbak a 2023-as évben. In: Kiss-Kozma, G. – Székely, L. (szerk.) Ifjúság'23 - Jelentés az ifjúságügyről. Budapest: Ifjúságkutató Intézet, Mathias Corvinus Collegium, 4–9.
- Helliwell, J. F. – Layard – R., Sachs, J. D. – De Neve, J.-E. – Aknin, L. B. – Wang, S. (szerk.). (2024): World Happiness Report 2024. University of Oxford: Wellbeing Research Centre. doi.org/10.18724/whr-kk3m-b586
- Székely, A. – Kovács, K. T. – Székely, B. A. (2022): A vallásosság és a lelki egészség összefüggéseinek alakulása a Hungarostudy kutatások tükrében. In: Engler, Á. – Purebl, Gy. – Susánszky, É. – Székely, A. (szerk.) Magyar Lelkiállapot 2021. Család- egészség - közösség: Hungarostudy 2021 tanulmányok. Budapest: Kopp Mária Intézet a Családokért KINCS, 375-395.
- Taleb, N. N. (2007): The black swan: the impact of the highly improbable. Random House: New York.
- Tari, A. (2011): Z generáció: klinikai pszichológiai jelenségek és társadalom-lélektani szempontok az információs korban. Tericum Kiadó: Budapest
- United Nations Children's Fund (2024): Child and adolescent mental health: The State of Children in the European Union 2024. Policy Brief 2
- Veen, W. – Vrakking, B. (2006): Homo Zappiens: Growing up in a digital age. Continuum: London
- World Happiness Report, 2023: <https://worldhappiness.report/ed/2024/> (Letöltve: 2024.09.01.)