

Krónikus stressz középiskolások körében

Stromájer Gábor Pál, Dr. Stromájer-Rácz Tímea, Petőné Dr. Csima Melinda

Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar

CÉLKITŰZÉSEK

A mentális és pszichés rendellenességek mind a felnőttek, mind a gyermekek esetében világszerte komoly népegészségügyi problémának számítanak. Számos tanulmány foglalkozott már a középiskolások körében megjelenő mentális stresszel, a szorongással. A szorongás befolyásolja a tanulmányi eredményt, a társas kapcsolatokat és a harmonikus családi életet, súlyos esetben étkezési zavarokhoz, depresszióhoz vagy öngyilkossághoz is vezethet. Célunk középiskolás fiatalok körében különböző mérő-eszközökkel feltérképezni a szorongás mértékét, annak differenciáló tényezőit, valamint azt, hogy milyen összefüggést mutat az egészségmagatartással.

MÓDSZEREK

Kutatásunk longitudinális, follow up elrendezést mutatott. Saját szerkesztésű és validált kérdőíveket használtunk, mint például a HBSC (2010, 2014), Spielberger-féle vonás- és állapotszorongást mérő kérdőív, elsajátítási motiváció, Diener-féle élettel való elégedettség kérdőív. A kortizol szint mérését hajmintákból végeztük ELISA nyál-kortizol kit alkalmazásával.

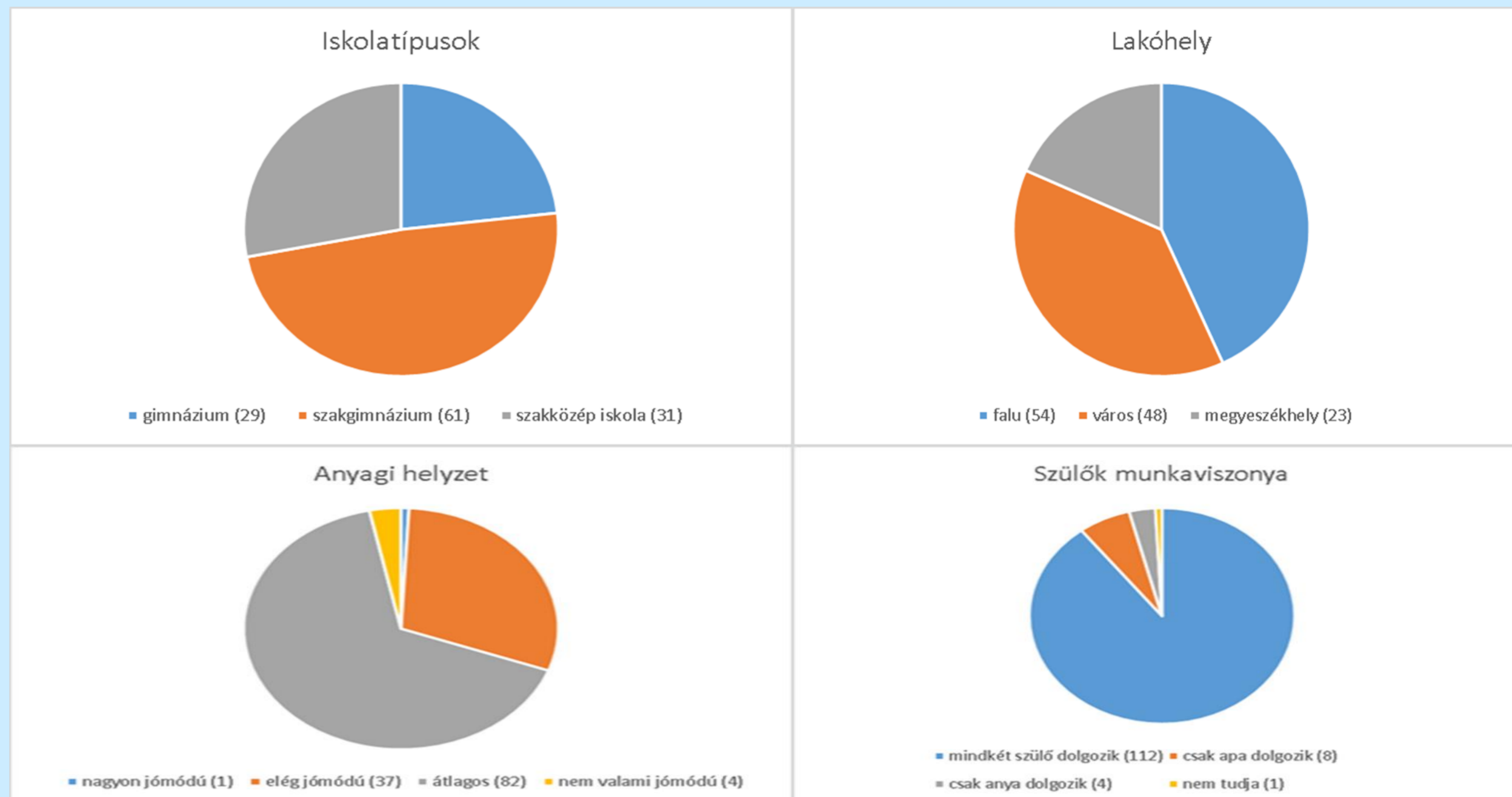
EREDMÉNYEK

Különböző típusú középiskolákban a szorongás különböző szintű. A vonás-és állapotszorongást Kruskal-Wallis teszttel megvizsgálva igazoltuk az eredményt, azaz a szorongás mértéke összefügg az iskolatípussal: minél magasabb fokú a középiskola, annál jobban szoronganak a diákok. Szignifikáns különbség mutatkozott mindkét szorongástípus és az iskolatípusok között. Az is egyértelmű, hogy a szorongáspont értékek alacsonyabbak szeptember elején ($p=0,035$, $p=$, $0,001$ és $p<0,005$)

A gimnazisták szignifikánsan magasabb szintű szorongást mutatnak a többi iskola típusban tanuló diákoknál. A fiúk és lányok körében egyaránt előfordulnak pszichoszomatikus tünetek, azonban a legtöbb esetben a lányok és a fiúk között szignifikáns különbség mutatkozott. A lányoknál nagyobb számban vannak jelen ezek a problémák. Megállapítottuk azt is, hogy a hajban mért kortizol szint alkalmazható módszer lehet az állandó stressz mérésére. Figyelembe kell vennünk, hogy a gimnazisták kivételével a tanulók nyári gyakorlatokon is részt vesznek, melyet a biológiai minták reprezentálnak.

KÖVETKEZTETÉSEK

A szorongás mértéke függ az iskolatípustól. A stressz értékét jelentősen befolyásolják az iskolai feladatok. A kortizol csökkenése a nyári szünetben csak a gimnazistáknál tapasztalható, tehát a nyári gyakorlat jelentős stresszfaktor. A lányoknál gyakrabban jelennek meg pszichoszomatikus tünetek és jobban szoronganak, mint a fiúk.



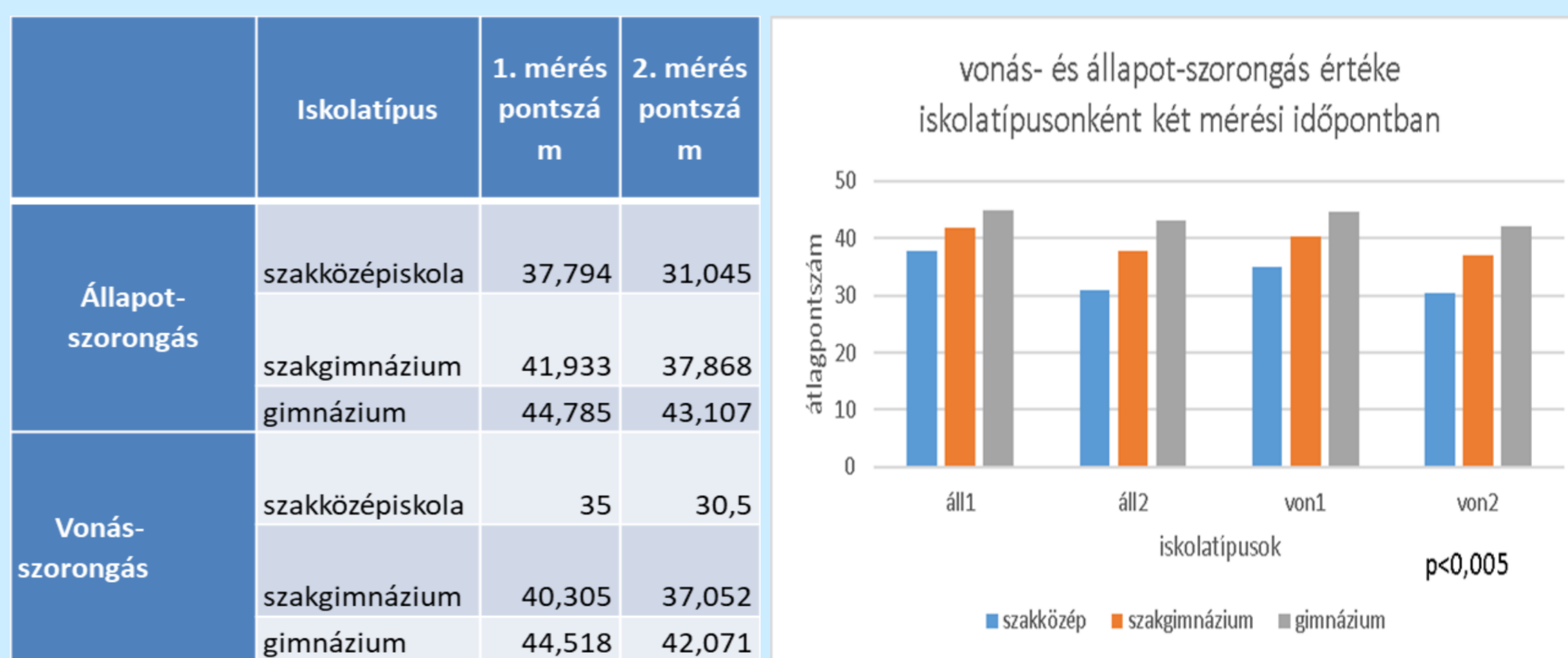
1. Ábra

Szociodemográfiai adatok (n=125)

	Neme	átlag pontszám	t érték	p érték		Neme	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Állapot szorongás, 1. időpont	fiú	38,445	-4,006	$p<0,001$	Állapot_szorongás	fiú	38,4459	9,45956	1,09965
	lány	46,041	-3,856	$p<0,001$		lány	46,0417	11,32303	1,63434
Vonás szorongás, 1. időpont	fiú	35,369	-7,583	$p<0,001$	Állapot_szorongás_2	fiú	32,5385	7,44776	1,03282
	lány	46,553	-7,655	$p<0,001$		lány	45,4722	11,93431	1,98905
Állapot szorongás 2. időpont	fiú	32,538	-6,258	$p<0,001$	Vonás_szorongás	fiú	35,3699	8,01649	,93826
	lány	45,472	-5,771	$p<0,001$		lány	46,5532	7,67777	1,11992
Vonás szorongás 2. időpont	fiú	31,653	-7,340	$p<0,001$	Vonás_szorongás_2	fiú	31,6538	7,97517	1,10596
	lány	44,750	-7,241	$p<0,001$		lány	44,7500	8,58695	1,43116
	fiú				kortizol	fiú	2,2501	1,07251	,15018
	lány					lány	1,5687	,64323	,10300
					kortizol_2	fiú	2,3690	1,13834	,26831
						lány	2,4378	1,46229	,29849

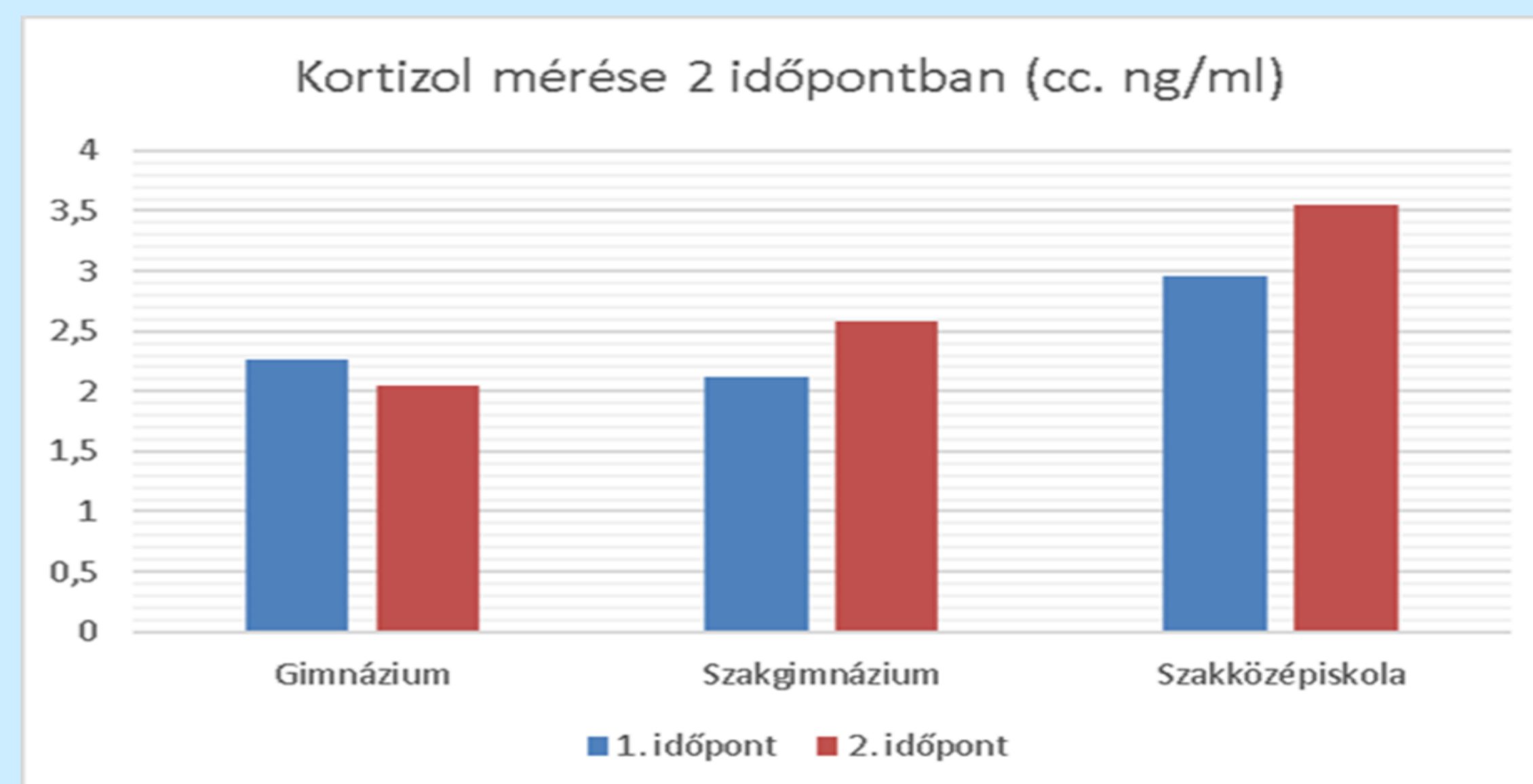
2. Ábra

Állapot és vonásszorongás eredmények, kortizol értékek (n=125) ★ $p=0,01$



3. Ábra

Eredmények összehasonlítása az iskolatípus függvényében (n=125)



4. Ábra

Kortizol, mint objektív biológiai marker eredményei a két mért időpontban (n=100)