

Interkulturális
tanácsadás
a hazai
felsőoktatásban

Füleki Beáta

Felsőoktatási
Tanácsadás
Egyesület

www.feta.hu

**„Az ismert és ismeretlen
határvidéke termékeny,
lehetőségekben bővelkedő
terület. A határzónában tett
kalandok során új
tapasztalatokat gyűjthetünk
– kreativitást, örömet,
rácsodálkozást –, és egyéb
újdomságok is felbukkanhatnak.”**

In: Steven D'Souza, Diana Renner:
A nemtudás, 15. o.



Az interkulturális tanácsadás célja a FETA szakmai protokollja alapján



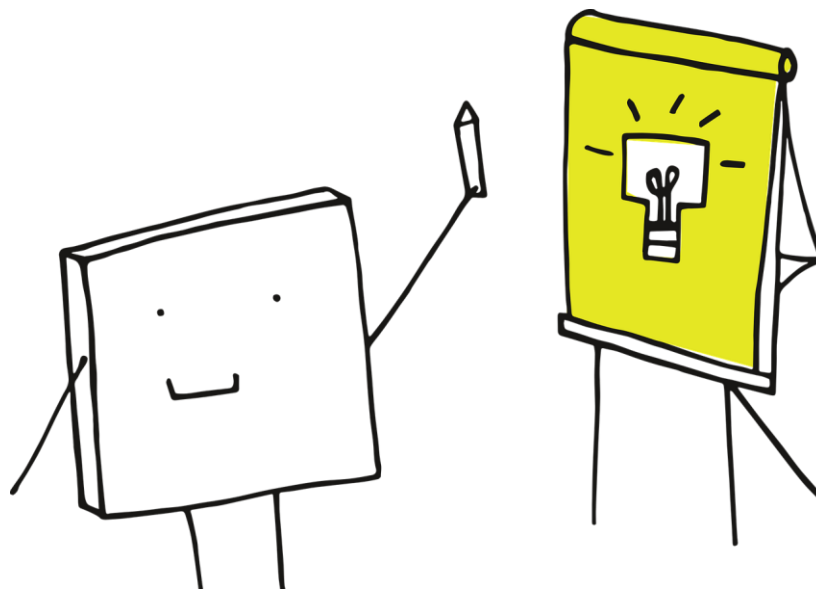
Kimenő és bejövő diákok támogatása abban, hogy

- az interkulturális találkozás és az új szakmai ismeretek, készségek gazdagítsák eddigi **ismereteiket**,
- árnyalják **identitásukat**,
- erősítsék **ágenciájukat**; másrészt
- hogy **felkészítse** a diákokat az **új tapasztalatok**, a találkozások során fellépő kulturális, ill. **selfsokk feldolgozására**,
- **segítse a felmerülő kihívásokkal való megküzdést a lehető leggyorsabban és leghatékonyabban**,
- **visszatérés után segítse** a tapasztalatok integrálását és a megkezdett tanulmányok folytatását.

A felsőoktatási diáktanácsadás szakma irányelvei, szakmai protokollja (in: FETA Könyvek 10., 2015)

További célok

- **Hallgatói szolgáltató egységekben dolgozók és oktatók segítése, felkészítése** a nemzetközi peregrinációval járó kihívásokra, feladatokra.
- **További lehetséges feladatok**
- Együttműködés a tanulmányi osztályokkal
- Kapcsolattartás és mediáció a tanszékek, oktatók, kollégiumi dolgozók és a nemzetközi hallgatók között
- Kapcsolattartás egyetemi esélyegyenlőségi koordinátorokkal
- Kapcsolattartás munkaerő-piaci szereplőkkel
- Oktatók, egyetemi dolgozók segítése, oktatása, tréningje
- Szolgáltatások kialakítása a családtagok ellátására





Módszerek

- Személyes és online tanácsadás egyéni és csoportos formában
- Segítő beszélgetés
- Tréningek
- Információs anyagok készítése különféle platformokra
- Képzés és szupervízió tanácsadóknak és nemzetközi osztályok munkatársainak



- **Mikor?**

- Indulás előtt
- Menetközben
- Visszatérés után

- **Kik?**

- Tanácsadó pszichológusok
- Interkulturális coachok
- Mentálhigiénés segítő szakemberek

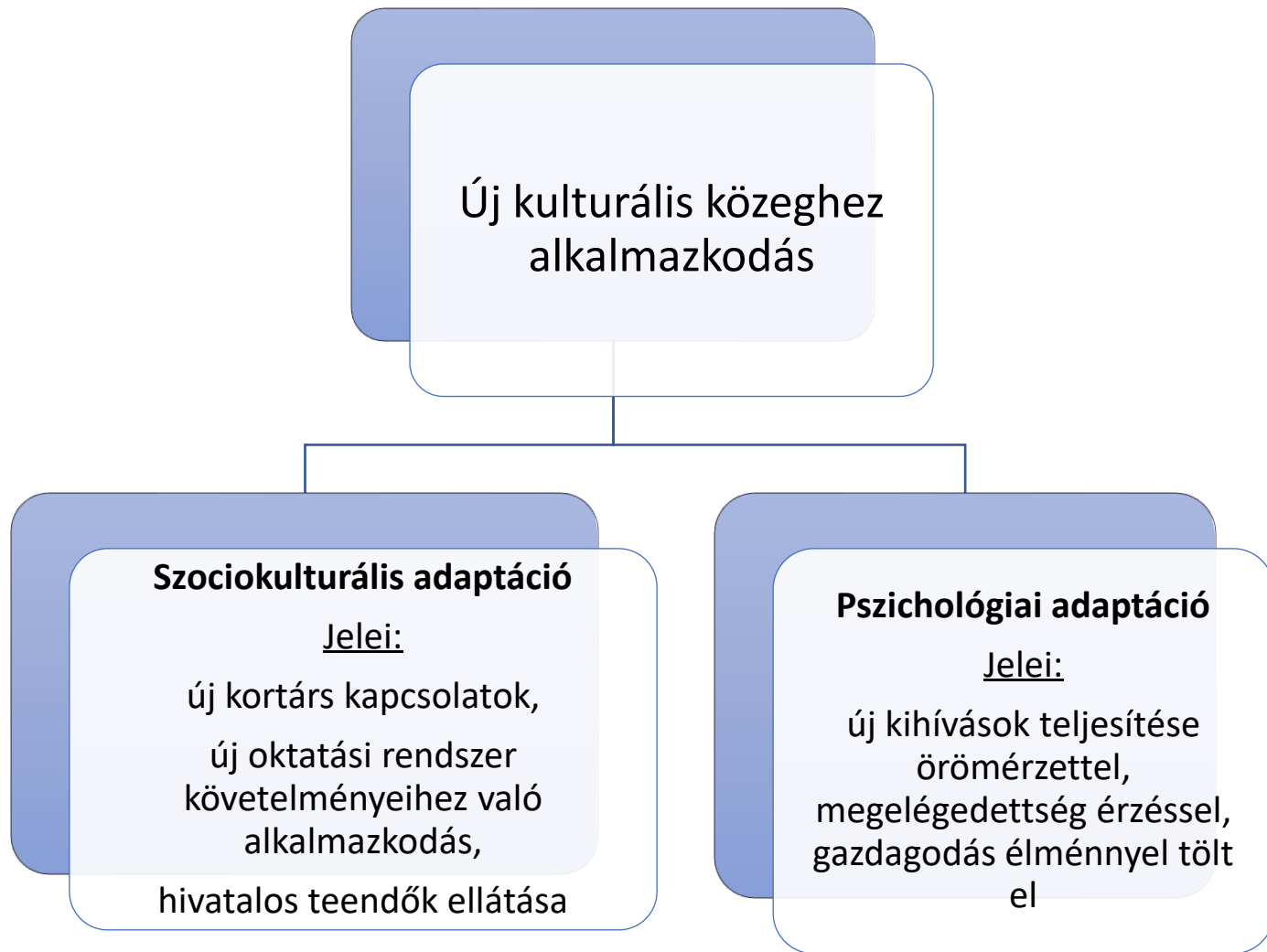
+ Kortárs segítő, lelkészek, mentorok segítő beszélgetés, mentorálás formájában

**„Amikor elérünk tudásunk
végére, ösztönösen meglévő
tudásunkba kapaszkodunk,
azonnali megoldásokat keresünk,
vagy teljes egészében kerüljük a
helyzetet.”**

In: Steven D'Souza, Diana Renner:
A nemtudás, 14. o.



Akkulturációs folyamat



Pszichológiai adaptáció nehézségei

- **Kulturális sokk** - Kognitív, érzelmi és viselkedéses dezorientáció az új kultúrával találkozás kezdeti szakaszában (Akkulturáció ABC modellje, Ward, 2001)

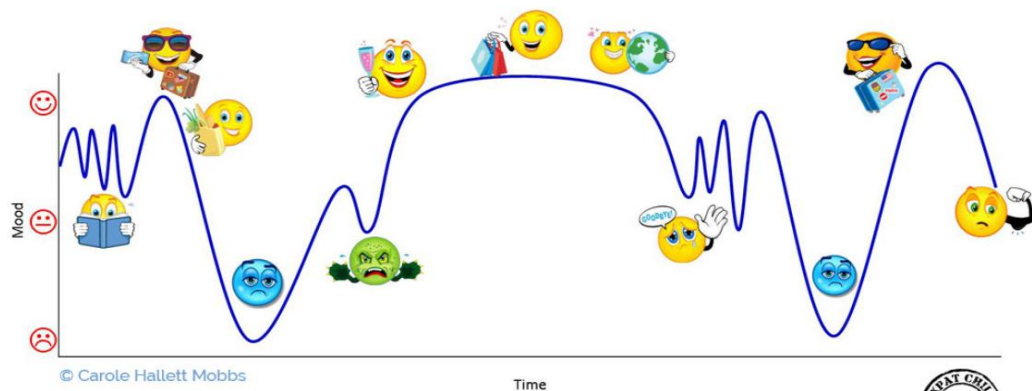
- Lefolyása egyéni!

- **Honvágy**

- A társas kapcsolatokban megélt támogatás moderálhatja
- Nehezítheti: pl. tapasztalt idegengyűlölet



A kulturális sokk W modellje, Gullahorn, J. T., Gullahorn, J. E. (1963)



© Carole Hallett Mobbs

Time





Kép forrása: Verywell / Emily Roberts

A változásokkal való megküzdés pszichológiai tényezői (Lisznyai, S., 2010)

- Adaptív megküzdési stratégiák (Covid alatt a kognitív átstrukturálás képessége protektív tényező volt)
- Kapcsolati készségek és kompetenciák optimális szintje (társas támogatás kiemelt szerepe a Covid alatt is)
- Önértékelés alapvetően pozitív jellege
- Pályaérettség és identitás magas szintje
- Döntésképeség megléte
- Kontroll
- Önirányítás

A változásokkal való megküzdés nem pszichológiai aspektusai

- Stabil pénzügyi helyzet
- Megfelelő lakhatási körülmények
- Megfelelő nyelvtudás (tanulmányok nyelvén és hazánkban egy alapszintű magyarnyelv-ismeret is jól jön)
- Informáltság a tanulmányokkal, követelményekkel kapcsolatban
- Megfelelő tanulási készségek, előismeretek

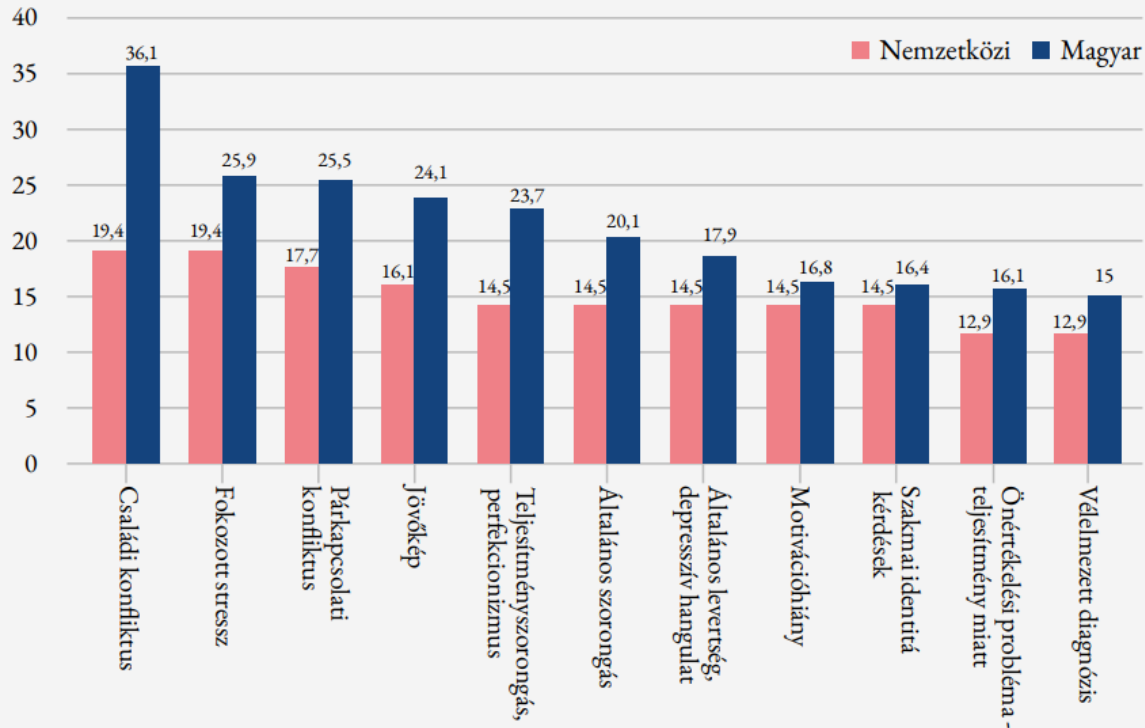


Segítségkérés leggyakoribb okai

Covid-járvány negatív hatása jelentős volt!

- Vizsgaszorongás, tanulmányok teljesítésével kapcsolatos nehézségek, tanulási problémák
- Önbizalom és önértékelés hiánya
- Kapcsolati problémák (párkapcsolati, családi ,baráti, kollégiumi stb.), kapcsolatteremtési nehézségek, magány
- Honvágy
- Szakmai elbizonytalanodás, jövőkép hiánya
- Döntéshozatali nehézségek
- Általános szorongás, stressz
- Depresszió, hangulatzavar
- Vesztesség, gyász
- Evészavarok
- Alkohol, drog és egyéb addikciók
- Szexszel és szexuális orientációval összefüggő problémák
- Öngyilkossági gondolatok

11 leggyakoribb probléma %-os előfordulása a nemzetközi és magyar hallgatók egyéni tanácsadásaiban a 2020/2021-es tanévben



Illés Eszter: Mivel küzdenek a nemzetközi hallgatók? A tanácsadásban megjelenő problémák...

in: FETA Könyvek 15. kötet, 78. o.

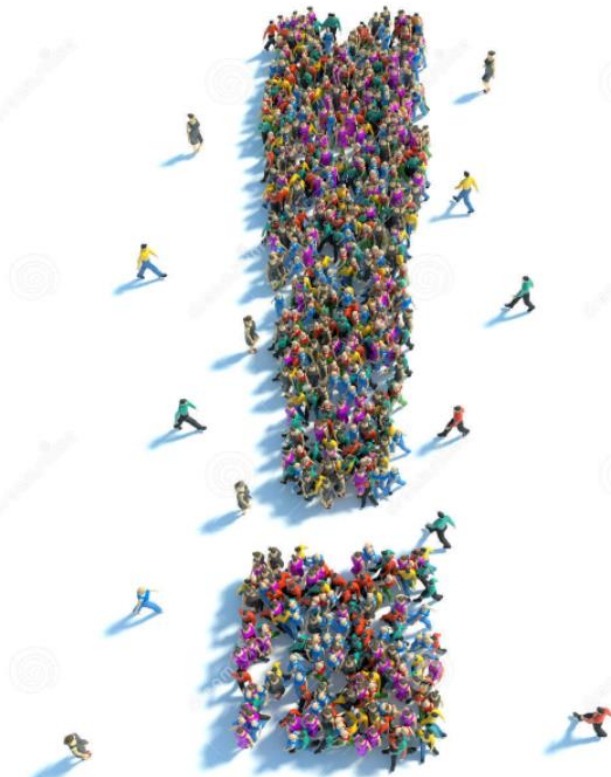
*„(...) a külföldi hallgatók nem csupán a depresszióra mutattak hullámtól és szociális hálótól függetlenül **jelentősen magasabb értéket, de az összes további vizsgált pszichológiai változóra is. (...) fontos kiemelni, hogy a megküzdési módok tekintetében is alátámasztottuk a külföldi hallgatók érzékenységet. (...) A maladaptív megküzdési stratégiák, melyek alapjául szolgálhatnak a szerhasználatnak is (...) szignifikánsan gyakrabban jelentek meg a külföldi hallgatóknál.***”

Gács Boróka: A Pécsi Tudományegyetem Tanácsadó Szolgálati: az Egészségpszichológiai Konzultációs Szolgálat és a Student Cunselling (in: FETA Könyvek 15. 21. o.)

Konklúzió

Fontos a prevenció mind mentálhigiénés mind tanulmányi szempontból!

Adaptív megküzdési módok támogatása, pl. stresszkezelő módszerek elsajátítására tréningek, csoportok szervezése



Az interkulturális tanácsadás sajátosságai



A tanácsadást befolyásoló specifikus tényezők

- **Nem az anyanyelven** folyik a tanácsadás, sokszor mindkét részről egy második, közvetítő nyelven
- A **metakommunikáció** is **kulturálisan kondicionált**.
- Kulturálisan eltérő lehet, ahogy a **tanácsadásról, egészségről, gyógyulásról gondolkodunk**. – Fontos a **kereteket tisztázni!**
- Kulturálisan meghatározott pl. hogy
 - az **érzések megosztása** szociálisan támogatott-e vagy sem;
 - milyen **kommunikációs stílust** tartunk adekvátnak egy adott helyzetben stb.
 - az **identitás alakulásában** a csoporthoz tartozásnak vagy az individuális sajátosságoknak tulajdonítunk nagyobb szerepet;
 - a **társadalmi és nemi szerepekkel** kapcsolatos fogalmaink stb.

Adekvát attitűd (nem csak a tanácsadótól!)

- Nyitottság
- Kíváncsiság
- Nem tudás elfogadása
- Tudatosság, reflektivitás a lehetséges kulturális különbségekből adódó tényezők szerepére (jelentések folyamatos egyeztetése, ismeretek kicserélése révén)
- Másik kultúra sajátosságainak tiszteletben tartása



Külföldi hallgatók szükségletei Njeri Wagana Hughes írása alapján

(in: FETA Könyvek 9. 67-71. o.)

- **Bevándorlási hivatalos ügyek** segítése, probléma esetén elérhető angolul tudó szakember (jogász) elérhetősége
- **Kulturális orientáció** a nemzetközi és belföldi hallgatóknak (kollégiumok!) oktatóknak és admin dolgozóknak
- **Magyar nyelvi kurzusok**
- **Segítség a mindennapokhoz** (utazás, lakhatás, étkezés stb.)
- **Egészségügyi ellátás** (betegbiztosítás)
– lista angolul tudó orvosok, magánrendelők elérhetőségeiről
- **Mentálhigiénés segítség** (sok helyen nincs!)
- **Karriertanácsadás** (sok helyen nincs!)



Tanácsadási szolgáltatások a hazai felsőoktatási intézményekben

- Állatorvosi Egyetem
- Budapest Metropolitan Egyetem
- ELTE (budapesti és szombathelyi campus is)
- BME
- Corvinus
- Debreceni Egyetem
- IBS Nemzetközi Üzleti Főiskola
- Károli Gáspár Református Egyetem (csak kortárs segítség)
- MOME? (ide az ELTE Életvezetési Tanácsadó szolgáltat be, de nem kötöttek velük erre a tanévre szerződést)
- **Nyíregyházi Egyetem – 2021. őszi szemeszterben indult a szolgáltatás!**
- Óbudai Egyetem
- Pécsi Tudományegyetem
- **Pannon Egyetem – most indult a szolgáltatás!**
- SOTE
- Szegedi Egyetem





Javaslatok

- Érkező hallgatóknak információs anyagok kiutazás előtt - **felkészítés**
- Intézménybe lépés első napjától az **integráció** segítése, **közös programok a magyar hallgatókkal**:
 - Kulturális napok, rendezvények, **sportolás** közösen a magyar hallgatókkal (**közös főzés, kirándulás, teadélután** stb. (ELTE IK: English Club, Tea Club)
 - Közös kurzusok, projektek a magyar hallgatókkal
- **Tanácsadási szolgáltatás** elindítása
- **Kortárs segítők** bevonása külföldi hallgatók részvételével (lásd. ELTE IPCO)
- **Mentorrendszer kiépítése, folyamatos „gondozása”**
 - ✓ **Kézikönyv: Mentorprogram nemzetközi hallgatók támogatására (TKA, 2017)**
- **+ Külföldi hallgatókkal foglalkozó kollégák rendszeres időközönkénti intézményen belüli és intézmények közötti tapasztalatcseréje, szupervíziója**

KÖSZÖNÖM A
FIGYEELMET!