

# Magyarország: hiányzó lelki egészség - negatív lelki állapot Európai összehasonlító felmérés a lelki egészségről

2010. október 19. 06:45, kedd - Horváth Eszter Ágnes



**Napjainkban látott napvilágot az Eurobarometer felmérés sorozatban elkészült, a mentális egészséggel foglalkozó legfrissebb kutatás. Az adatok és a hivatalos összefoglaló szerint "a magyar válaszadók érzelmi tapasztalatai negatívabbak, mint az átlag európaiaké, amit a feldolgozott adatok is sajnos jól mutatnak.**

Az Eurobarométer az Európai Bizottság 1973 óta működő szolgálata. Feladata, hogy a tagállamokban és a tagjelölt országokban felmérje és elemezze a közvélemény alakulását, hogy a lakosság véleményével segítse a Bizottságot a jogszabálytervezetek elkészítésekor, döntéshozatalkor, illetve saját munkájának értékelésekor.

A most közzétett mentális egészséggel foglalkozó kutatás során összesen 26.800 interjú készült, a magyarországi minta 1040 fős volt. A kutatás három nagy területet - mentális egészségi állapot, gondozás és kezelés, mentális egészség és munka - vizsgált.

Mint ahogy arra hivatalos összefoglaló is rámutat: "a magyar válaszadók érzelmi tapasztalatai negatívabbak, mint az átlag európaiaké", de nézzük bele a részletekbe is.



Rögtön szembetűnő különbség hogy a "Az elmúlt 4 hét során milyen gyakran érezte magát boldognak?" kérdésre adott válaszokban az "állandóan" és "az esetek többségében" kategóriát az európai válaszadók 61 százaléka jelölte meg, miközben magyar megkérdezettek körében ez 11 százalékkal kevesebb, 50%. Mindeközben a magyar "ritkán" és "soha" válaszok 22 százalékot, az uniós átlag (8%) közel tripláját mutatják.

Tanulságosak a "Az elmúlt 4 hét során milyen gyakran érzett kitörő életkedvet?" kérdésre adott feleletek is, mivel állandóan vagy az esetek többségében az uniós polgárok 59 százaléka így érzi magát, miközben nálunk csak a megkérdezettek kevesebb mint negyede (24%) mondta ezt! Természetesen ezzel párhuzamosan a ritkán, vagy soha kitörő életkedvet (nem) érzők aránya Magyarországon 42%, szemben az uniós átlag 13 százalékkal.

A negatív érzelmeket vizsgáló kérdéseket tekintve elmondható, hogy a megkérdezett magyarok az öt negatív érzelem közül hármát - nyomott hangulatban", "elgyötört", "fáradt"- többször tapasztaltak, mint az európai átlag.

Kiugró különbség "Az elmúlt 4 hét során milyen gyakran érezte magát annyira boldogtalannak, hogy semmi sem tudta feldobni" kérdésnél látható, mivel az esetek többségében, vagy mindvégig választ adott a magyar megkérdezettek 35 százaléka, szemben az uniós átlag 24 százalékkal.

Szintén jól érzékelhető a különbség a "Az elmúlt 4 hét során milyen gyakran érezte magát kimerültnek" kérdésnél, mivel a mindvégig (!) válaszok uniós átlaga 17%, miközben nálunk a megkérdezettek majd egynegyede (24%) mondta ezt magáról!

Érdekes, és a többi adattal némiképpen ellentétes "Az elmúlt 4 hét során milyen gyakran érezte magát csüggedtnek és kimerültnek" érkezett soha válaszok, mivel itt az uniós átlag 35%, a magyar válaszadóké viszont 44%.

A fizikai és lelki teljesítőképességet két kérdéssel "kevesebbet teljesített mint szeretett volna fizikai vagy egészségügyi problémája miatt", illetve a "kevesebbet teljesített mint szeretett volna érzelmi problémája miatt (mint pl.: lehangoltság vagy aggodalom miatt)" vizsgálták a kérdőív szerkesztői.

A kapott válaszok alapján bátran kijelenthető, hogy magyar honfitársaink az uniós átlagot jóval meghaladó mértékben szembesülnek e gondokkal. Azok aránya, akik soha nem szembesülnek ilyen problémákkal jóval magasabb az unióban mint nálunk: fizikai gond esetén 29% vs. 41%, érzelmi problémánál 37% vs. 53%. Ijesztő, hogy míg az unió polgárainak csak alig több mint egyharmada (38%) szembesül néha vagy ritkán érzelmi problémámiatti teljesítmény csökkenéssel, addig magyarok több mint fele (52%) szembesül időnként e gonddal.

## Gondozás és kezelés

Miközben az eredmények tanulsága szerint hazánkban, többen és gyakrabban szembesülnek lelki problémákkal, addig a segítségkérésében le vagyunk maradva az uniós átlagtól, ugyanis 4 százalékkal többen mondták azt, hogy nem kérték szakember segítségét lelki vagy érzelmi probléma miatt (az elmúlt 12 hónapban). A segítségért forduló leggyakrabban - az összeurópai trendnek megfelelően - a háziorvosukhoz fordulnak a problémájukkal. Kinek a segítségét kéri kérdéskörben érdemes még kiemelni a pszichiátereket, mivel ezen egyetlen olyan kategória ahol magasabb a magyar átlag mint a nemzetközi (miközben a segítségkérők aránya összességében alacsonyabb mint az európai átlag).

Meg kell sajnos említeni azt is, hogy a segítségnyújtó lehetőségek közül a magyar mintában a szociális munkás és pszichoterapeuta említése mérhetetlen volt, ami feltehetőleg a magyar valóság sajátosságainak is köszönhető.

A felmérés szerint hazánkban és az unióban átlagosan a lakosság ugyanakkora része, 7 százaléka szedett valamilyen antidepresszánt az elmúlt 12 hónap alatt. A jelek szerint a magyar gyógyszeresedés azonban sokkal inkább "szakmai" avagy diagnózisfüggő. A gyógyszeresedés okai között ugyanis a depresszió azonos arányban szerepel (51%), azonban szorongásra (52 vs 47%) és krónikus fájdalomra (18 vs. 16%) többször, míg teljesítménynövelésre lényegesen kevesebbszer (8 vs 3%) alkalmazták e készítményeket, illetve sokkal ritkább a spontán gyógyszeresedés (8 vs 3%) is.

### **Mentális egészség és munka**

A munkahelyi hiányzásokat firtató kérdésre az uniós 77 százalékkal szemben a magyar válaszadók 82 százaléka válaszolta azt, hogy az elmúlt 4 hétben nem hiányzott munkahelyéről (az ünnepeket leszámítva), amit érdekes lehet azzal összevetni, hogy többen és gyakrabban tapasztalnak teljesítménycsökkenést okozó problémákat.

Nagyon fontos intő jel azonban az, hogy míg az átlagos európaiak csak egynegyede (25%) nyilatkozott úgy hogy munkahelyének biztonságát veszély fenyegeti, addig a magyar válaszadók több mint egyharmada (35%) állította ezt.

Szintén nem túl hízalgó az sem, hogy míg az európai munkavállalók több mint háromnegyede mondta, hogy munkahelyén "az erőfeszítése és teljesítménye szerint megérdemelt módon tisztelik és elismerik", addig magyarországi válaszadók alig több mint kétharmada (68%) állította ezt.

Összességében tehát elmondható, hogy a magyarok érzelmi tapasztalatai negatívabbak, Magyarországon többször és arányaiban többen szembesülnek lelki és fizikai okok miatt bekövetkező teljesítménycsökkenéssel, miközben kevesebben fordulnak e problémákkal szakértőhöz. A munkahelyi kényelem szempontjából a magyar válaszadók elégedetlenebbek, különösen sokan félnek a munkahelyük elvesztése miatt.

- Sajtóközlemény -

### **WebDoki**

---

<http://www.webdoki.hu/cikk.php?cid=62303>