

Marta Bolkowska-Najwer,  
Agata Przewoźna-Krzemińska  
Katedra Zarządzania Personalem  
Wydział Zarządzania Politechniki Częstochowskiej

## **Lęki, stresy i niepewność jutra w opiniach studentów Wydziału Zarządzania Politechniki Częstochowskiej**

Dwudziesty pierwszy wiek stawia przed młodymi ludźmi szereg nowych wyzwań, pytań i zagrożeń. W szczególnej sytuacji znajdują się przedstawiciele młodego pokolenia wkraczający w kolejny, być może przełomowy, etap swojego życia. Dotyczy to głównie osób, które zaczynają studia na wyższej uczelni lub zbliżają się do ich ukończenia.

Zmiana, czyli przekształcenie istniejącego już układu, może mieć charakter dobrowolny bądź przymuszony (Stoner, 2001). Młody człowiek rozpoczynający studia (często w obcym mieście) staje u progu nowej, nieznannej sytuacji adaptacyjnej, której musi sprostać bez pomocy rodziców czy opiekunów.

Każda nowa sytuacja (trudna, niespodziewana, przerażająca) w życiu człowieka wiąże się z niepewnością, wywołując potrzebę sprostania jej wymaganiom. Warto w tym miejscu zwrócić uwagę na koncepcję rozwoju kariery R.A. Webbera [Webber, 1996], który wyodrębnił sześć faz rozwoju kariery.

Zgodnie z tą teorią nasi studenci znajdują się u schyłku etapu nazwanego przez Webbera „wrywaniem korzeni” (wiek 16 – 22 lat) i powoli wkraczają w etap „osobistej dojrzałości”, która przypada na 22 – 29 rok życia. Etapy te polegają na oderwaniu się młodych ludzi od rodziny, zdobyciu niezależności i samodzielności. Praca nie jest traktowana jako wstęp do kariery, ale źródło zarobków i samoutrzymania. Podobnie jest z osobami, które kończą studia i zaczynają poszukiwać pierwszej pracy. Powszechny dla osób znajdujących się w tym okresie jest niepokój związany z pierwszą pracą (czy ją będą mieli, jaka ona będzie, ile będą zara-

biać etc.). W tej sytuacji zmiany towarzyszy im szereg problemów, niepokojów, lęków, napięć a także stres, którego wpływ można oceniać dwojako. Stres jest rodzajem interakcji między jednostką a jej otoczeniem (Stewart, 2002). Pojęcia te używane są zamiennie najczęściej przy omawianiu niepokoju, który nazywa się „oficjalnym nastrojem naszego wieku”.

Literatura psychologiczna określa *niepokój* jako stan psychiczny organizmu, który charakteryzuje silne pobudzenie, napięcie, niepewność, niezdolność skupienia myśli oraz dokładnej oceny sytuacji, a także różne drobne objawy cielesne np. nadmierne pocenie się, bicie serca czy ucisk w gardle. Przejawia się to też niemożnością „usiedzenia na miejscu”, nadpobudliwością i niezdolnością do prawidłowego, odpowiedniego do sytuacji działania (*Mały słownik psychologiczny*, 1992).

Rozróżnia się kilka odmian niepokoju; ostry niepokój przychodzi nagle, jest bardzo intensywny i krótko trwa. Jeżeli ulega się niepokojowi nagle i niespodziewanie, to zazwyczaj jest on ostry. Niepokój chroniczny natomiast jest długotrwały i uporczywy, ale mniej intensywny (ciągłe zmartwienia). W chwili dużego zagrożenia albo niebezpieczeństwa pojawia się niepokój normalny, który wzrasta proporcjonalnie do niebezpieczeństwa; im większe zagrożenie, tym większy niepokój. Odczuwanie niepokoju może różnić się natężeniem: niepokój średni (zdrowy) motywuje, prowadzi do wzmożonej wydajności, pomaga uniknąć niebezpieczeństw, natomiast niepokój wysoki skraca czas skupienia, utrudnia koncentrację i niekorzystnie wpływa na pamięć, blokuje efektywną komunikację, wzbudza panikę, a nawet „paraliżuje” (zdawanie ważnego egzaminu często wyzwała takie symptomy u studentów).

Natomiast *lęk* jest definiowany jako przykre uczucie (nieprzyjemny niepokój, reakcja na naruszenie integracji osobowości), które jest zbliżone do strachu, ale w odróżnieniu od niego występujące bez widocznej przyczyny. Towarzyszą mu podobne jak przy strachu czy niepokoju symptomy fizjologiczne (objawy cielesne) (*Mały słownik psychologiczny*, 1992). Lęk może mieć różny charakter i przebieg o zmiennym nasileniu, np. lęk przewlekły występuje, gdy człowiek nie może sobie poradzić z sytuacją, w jakiej się znalazł, albo gdy w nim samym powstają sprzeczne pragnienia lub impulsy. Może on przebierać różny poziom nasilenia od łagodnego do bardzo dużego. W łagodnym nasileniu lęku występuje zwiększenie wrażliwości sensorycznej (wzrok, słuch, dotyk, węch), możliwości poznawczych i przystosowawczych (uczenie się, rozwiązywanie problemów, przystosowywanie się do zmieniających się bodźców), a także zwiększona aktywność przejawiana w chodzeniu, jedzeniu, picciu, aktywnym słuchaniu, zadawaniu pytań itp. Lęk może zrodzić się jako reakcja na przeróżne sytuacje. Młodzi ludzie boją się niepowodzenia, przyszłości, osiągnięcia sukcesu, odrzucenia, konfliktu, braku sensu życia (nazywanego często niepokojem egzystencjalnym), choroby, śmierci, samotności oraz innych czasem wyimaginowanych sytuacji. Zdarza się, że taki lęk narasta i prowadzi do skrajnego niepokoju.

W tym artykule pragniemy zwrócić uwagę na stresory (bodźce), które towarzyszą studentom Wydziału Zarządzania w ich codziennym życiu, nie tylko związanym ze studiami (sesja, zaliczenia, egzaminy), choć powszechnie wiadomo, iż wszystkie te elementy nieodłącznie są ze sobą powiązane.

*Stresor* jest to czynnik wywołujący stres. W psychologii stresorami psychicznymi są różne czynniki, np. bodźce sytuacyjne działające silnie jednorazowo lub słabo, ale wielokrotnie, sytuacje konfliktowe i frustracyjne. Natomiast w biologii stresorem może być każdy czynnik (np. wysiłek), który wyzwała w mniejszym lub większym stopniu zmiany nieswoiste (*Encyklopedia popularna*, 1992).

Wyróżnia się na przykład stresory przewlekłe, dotyczące zazwyczaj studentów w trudnej sytuacji materialnej, a więc tych, którzy szukają dorywczej pracy, aby móc utrzymać się na studiach lub pomóc własnej rodzinie. Ten rodzaj stresorów dotyczy również osób „innych”, często nieakceptowanych lub słabo tolerowanych przez otoczenie (np. uroda, pochodzenie, dysfunkcje fizyczne, osoby mniej zdolne lub zdolne ponadprzeciętnie).

Drugą grupą stresorów (często dotyczącą studentów) są ważne wydarzenia życiowe. Zazwyczaj jest to zmiana stanu cywilnego, urodzenie dziecka i założenie własnej rodziny, a także podjęcie pierwszej pracy lub zamiana tej pracy na inną. Warto w tym miejscu wspomnieć o problemach mieszkaniowych i finansowych, które wiążą się z kłopotami dnia codziennego, które również są stresorami. Granice między wymienionymi stresorami zdecydowanie się zacierają, chociaż różnią się jakościowo. Oznacza to, że każdy człowiek inaczej reaguje na sytuację stresogenną, dla każdego co innego jest stresem.

Pojęcie *stres* (ang. *stress* — nacisk, ciśnienie — zespół niespecyficznych zmian organizmu na różne stawiane mu zadania — bodźce szkodliwe — stresory) (<http://medykon.idn.org.pl/stres.htm>). O reakcji organizmu decyduje siła bodźca (wymaganie), a nie jego rodzaj.

Stres od dawna nie jest już terminem naukowym, lecz potocznym, używanym w codziennym życiu przez wszystkich. Został on wprowadzony do medycyny przez wiedeńskiego lekarza Hansa Selyego i stamtąd przejęty przez psychologów i jest używany w szerszym lub węższym znaczeniu (Antonovsky, 1995).

„Całkowita wolność od stresu to śmierć” (Hans Selye). Zjawisko to z natury jest naszym sprzymierzeńcem, jednak zależy od jednostki, czy potrafi go w odpowiedni sposób odreagować i poradzić z powstałymi trudnościami. Jest on nieodłącznym elementem ludzkiej kondycji.

Krótkotrwała reakcja na stres polega na mobilizacji organizmu do zwiększonego wysiłku fizycznego i aktywności umysłowej. Mózg i ciało są przygotowane do działania, do walki lub ucieczki. Pojawia się cała gama emocji, od strachu, lęku do agresji, frustracji czy depresji. Jest to wynik presji z zewnątrz, która wywołuje uczucie wewnętrznego napięcia. Zjawisko to pomaga utrzymać jednostkę w gotowości (mobilizuje do działania, zwiększa energię, pozwala pokonać przeszkody, np. pomaga przy ucieczce), jest to pozytywne dla organizmu. Jednakże stres musi

być dozowany w odpowiednich dawkach. Gdy jest nadmierny i zbyt długotrwały, prowadzi do choroby, może wywołać apatię, niepokój, a nawet chorobę nowotworową.

Stres dzieli się na:

— *stres fizjologiczny* (zmęczenie, osłabienie); w tym przypadku łatwiej jest dostrzec przyczyny stresu niż reakcje organizmu na te przyczyny. Stopień jego nasilenia jest uzależniony od predyspozycji zdrowotnych danej jednostki (kondycji fizycznej, choroby, nałogów),

— *stres psychologiczny* (lęk, zakłopotanie, panika) jest dużo groźniejszy w swoich skutkach; może być rezultatem stresu fizjologicznego, albowiem do reakcji fizycznej dołącza się niepożądana reakcja emocjonalna.

Stres ma trzy stadia:

1. alarmowe — człowiek odczuwa działanie stresora (bezsilność, zagrożenie).
2. adaptacji — opanowanie zagrożenia (stabilizacja).
3. wyczerpania.

Najbardziej popularną i spójną teorię stresu oraz sposobu radzenia sobie z nim (coping) stworzyli Richard Lazarus i Susan Folkman. W ich teorii stres jest rozumiany jako dynamiczna relacja pomiędzy człowiekiem a otoczeniem, jest ona oceniana przez jednostkę jako wymagająca wysiłku adaptacyjnego lub przekraczająca możliwości sprostania jej (Kofta, 1973). Jednostka i otoczenie wpływają na siebie nawzajem, czyli relacja ta zostaje przeobrażona, gdyż przekształceniu ulega środowisko i pozostający w nim człowiek. Nawiązując do wspomnianej teorii, przystosowanie się do nowych realiów może być nakierowane na emocje lub rozwiązanie problemu. Wiek osób rozpoczynających studia oraz ilość i jakość zmian życiowych, jakie niesie ze sobą ten okres, pozwalają przypuszczać, że aktywne radzenie sobie z problemem może być poprzedzone działaniem ukierunkowanym na rozładowanie emocji ([http://www.ipz.edu.pl/centrum/psychologia\\_zdrowia/stres.html](http://www.ipz.edu.pl/centrum/psychologia_zdrowia/stres.html)).

Młódzież studencka zazwyczaj rozładowuje stres podczas imprez akademickich. Środkiem modnym jest nikotyna, alkohol (głównie piwo), zdarzają się również narkotyki. W opinii studentów używki ułatwiają integrację społeczną, która stanowi ważny element adaptacji, oraz „odsłaniają przed umysłem ukryte wymiary rzeczywistości” (A. Huxley). Duży stres przechodzą zazwyczaj studenci podczas pierwszej sesji, zaliczając pierwsze egzaminy. Mniejszy jest już stres w następnych latach nauki, gdyż posiadają oni pewną umiejętność zdawania egzaminów i są bardziej na nie odporni. Krótkotrwały stres, jakim jest sesja, pozwala zmobilizować organizm do bardziej wydajnej pracy, w tym przypadku — do nauki. Wysoki poziom stresu może prowadzić do utraty kontroli nad swoim zachowaniem, niemniej jednak jest pewnym rodzajem doświadczenia, dzięki któremu można zbudować własną strategię radzenia sobie z nim, by w przyszłości go uniknąć lub do niego nie dopuścić. Niewłaściwe przystosowanie się do stawianych wymagań i obciążenia z tym związane znacznie przyczyniają się do niepowodzeń w nauce.

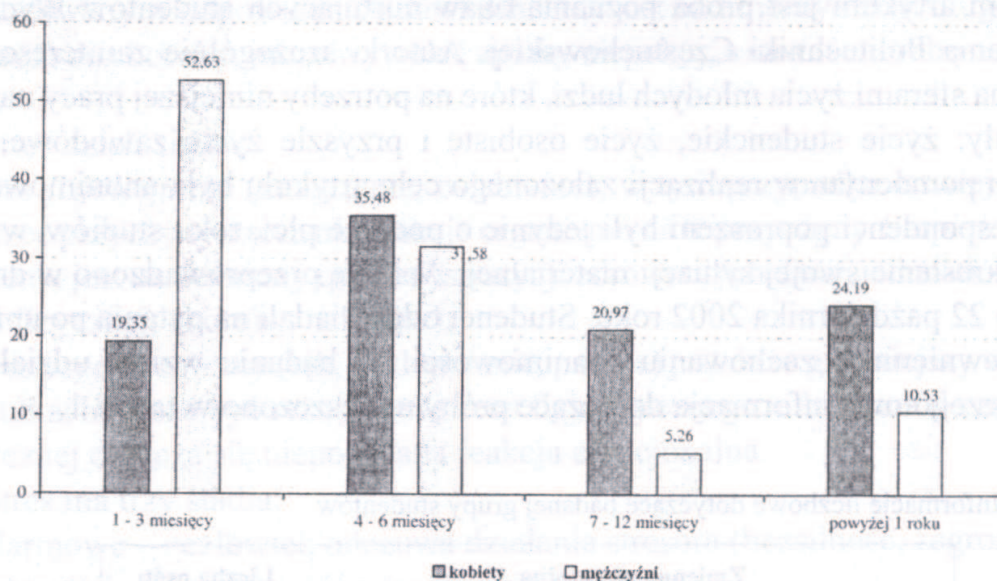
Celem artykułu jest próba poznania obaw nurtujących studentów Wydziału Zarządzania Politechniki Częstochowskiej. Autorki szczególnie zainteresowały się trzema sferami życia młodych ludzi, które na potrzeby niniejszej pracy nazwane zostały: życie studenckie, życie osobiste i przyszłe życie zawodowe. Narzędziem pomocnym w realizacji założonego celu artykułu była anonimowa ankieta. Respondenci poproszeni byli jedynie o podanie płci, roku studiów, wieku, oraz o określenie swojej sytuacji materialnej. Ankietę przeprowadzono w dniach od 17 do 22 października 2002 roku. Studenci odpowiadali na pytania po uprzednim zapewnieniu o zachowaniu anonimowości. W badaniu wzięło udział 100 osób. Szczegółowe informacje dotyczące próby umieszczono w tabeli 1.

**Tabela 1.** Informacje liczbowe dotyczące badanej grupy studentów

Zmienna niezależna		Liczba osób
1. Płeć	kobiety	62
	mężczyźni	38
2. Rok studiów	I	34
	III	31
	V	35
3. Wiek	18	2
	19	36
	20	7
	21	27
	22	3
	23	27
	24	6
	25	2
4. Sytuacja materialna (w opinii własnej)	dobra	20
	przeciętna	72
	zła	8

Mając na uwadze specyfikę Wydziału Zarządzania Politechniki Częstochowskiej, na którym studiuje znacznie więcej kobiet niż mężczyzn, autorki starały się dobrać próbę w sposób uwzględniający ten fakt. Z tego powodu w badaniu wzięły udział 62 studentki i 38 studentów.

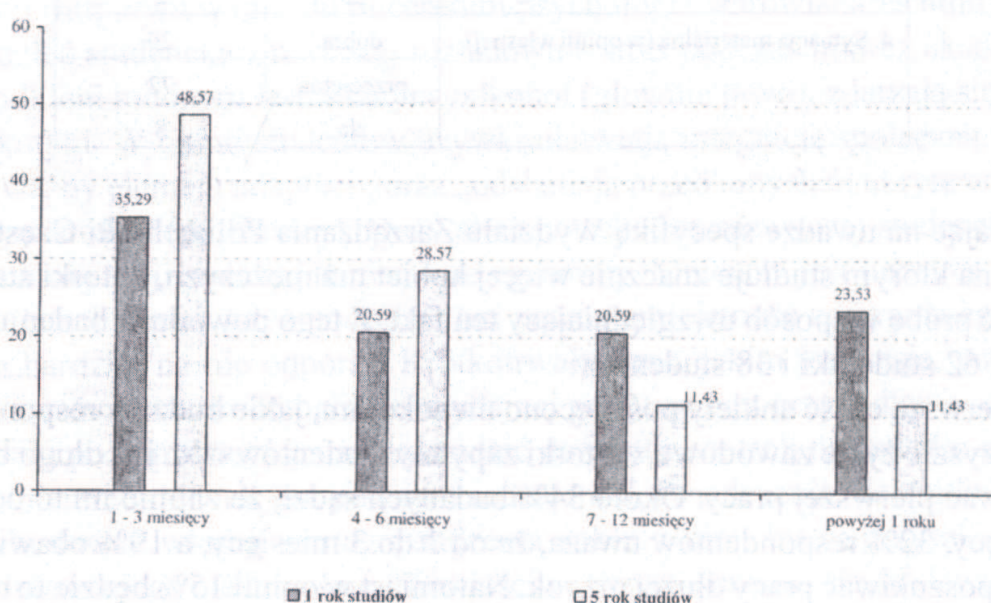
Pierwszą część ankiety poświęcono niepokojom, jakie budzi w respondentach ich przyszłe życie zawodowe. Autorki zapytały studentów o to, jak długo będą poszukiwać pierwszej pracy. Około 34% badanych sądzi, że zajmie im to od 4 do 6 miesięcy, 32% respondentów uważa, że od 1 do 3 miesięcy, a 19% obawia się, iż może poszukiwać pracy dłużej niż rok. Natomiast w opinii 15% będzie to okres od 7 do 12 miesięcy. Bardzo ciekawie kształtują się różnice w odpowiedziach kobiet i mężczyzn. Ilustruje to wykres 1.



**Wykres 1.** Czas poszukiwania pierwszej pracy w opiniach kobiet i mężczyzn

Największa różnica dotyczy okresu od 1 do 3 miesięcy. W tym czasie pracę ma nadzieję znaleźć ponad 52% mężczyzn i zaledwie nieco ponad 19% kobiet. Sądzić można, iż mężczyźni są większymi optymistami niż kobiety. Niestety, realia polskiego rynku pracy potwierdzają dłuższy czas poszukiwania pracy przez kobiety.

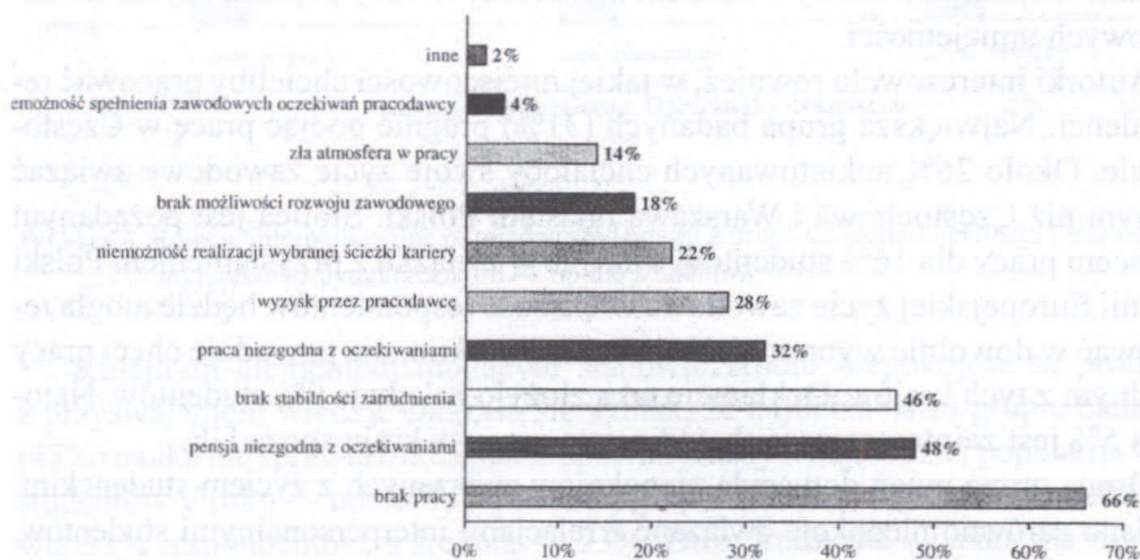
Autorki spodziewały się, iż wraz ze zbliżaniem się chwili wejścia respondentów na rynek pracy ich nastroje będą coraz bardziej pesymistyczne, przez co czas poszukiwania pracy będzie się wydłużał. Okazało się jednak, że sytuacja jest wręcz przeciwna. Zjawisko to ilustruje wykres 2.



**Wykres 2.** Czas poszukiwania pracy w opinii studentów I i V roku

Ponad dwukrotnie więcej studentów I roku (23,53%) niż studentów V roku (11,43%) obawia się, że poszukiwania pracy zajmą im więcej niż rok. Blisko 50% respondentów z V roku i zaledwie 35, 29% z I roku sądzi, iż znajdzie pracę w ciągu trzech pierwszych miesięcy poszukiwań.

Drugie pytanie dotyczyło zjawisk, które mogłyby powodować niepokój badanych w ich przyszłym życiu zawodowym. Autorki prosiły o wybranie 3 z 10 proponowanych odpowiedzi. Uzyskane wyniki ilustruje wykres 3.



Wykres 3. Obawy studentów związane z ich przyszłym życiem zawodowym

W tym przypadku 66% badanych uznało, że największe obawy budzi w nich brak pracy. Odpowiedź tę wskazało 72,58% kobiet i 55,26% mężczyzn. Taki rozkład odpowiedzi i fakt (jak wynika z odpowiedzi na pytanie 1), że większość mężczyzn sądzi, iż poszukiwać pracy będzie do 3 miesięcy, świadczyć może o większej pewności studentów niż studentek, że znajdzie zatrudnienie. Dla 48% respondentów niepokojąca jest perspektywa uzyskania niezgodnej z oczekiwaniami pensji. Warto zwrócić uwagę na fakt, że wraz z upływem lat studiów, zmniejsza się grupa wskazująca tę odpowiedź. Wybrało ją 61,76% badanych z I roku, 54,84% z III roku i zaledwie 28,57% z V roku. Dla 46% badanych problem stanowi brak stabilności zatrudnienia. Pewność pracy jest znacznie ważniejsza dla kobiet (53,23%) niż dla mężczyzn (34,21%). Około 32% studentów obawia się, że będzie wykonywać pracę niezgodną z oczekiwaniami.

Fundamentem, na którym buduje się życie zawodowe jest uzyskanie właściwego wykształcenia. Czy więc studenci uważają, że decydując się na ten kierunku

nek studiów, dokonali dobrego wyboru? Otóż 44% respondentów sądzi, że nie. Główną przyczynę takiego stanu rzeczy widzą oni w zbyt małej ilości zajęć praktycznych. Uważają, że nadmierny nacisk położony jest na wiedzę teoretyczną. Zdaniem 31% respondentów, kierunek studiów dobrze przygotowuje ich do pracy zawodowej, natomiast 24% nie ma na ten temat ukształtowanej, jednoznacznej opinii.

Pomimo iż tak duży odsetek badanych uważa, że będą w niewystarczający sposób przygotowani do podjęcia pracy, trud dokształcania podejmuje zaledwie 30% respondentów. Pozostali „niezadowoleni” lub „niepewni” nie robią nic, aby łagodzić niepokój związany z brakiem niezbędnej wiedzy poprzez uzyskanie dodatkowych umiejętności.

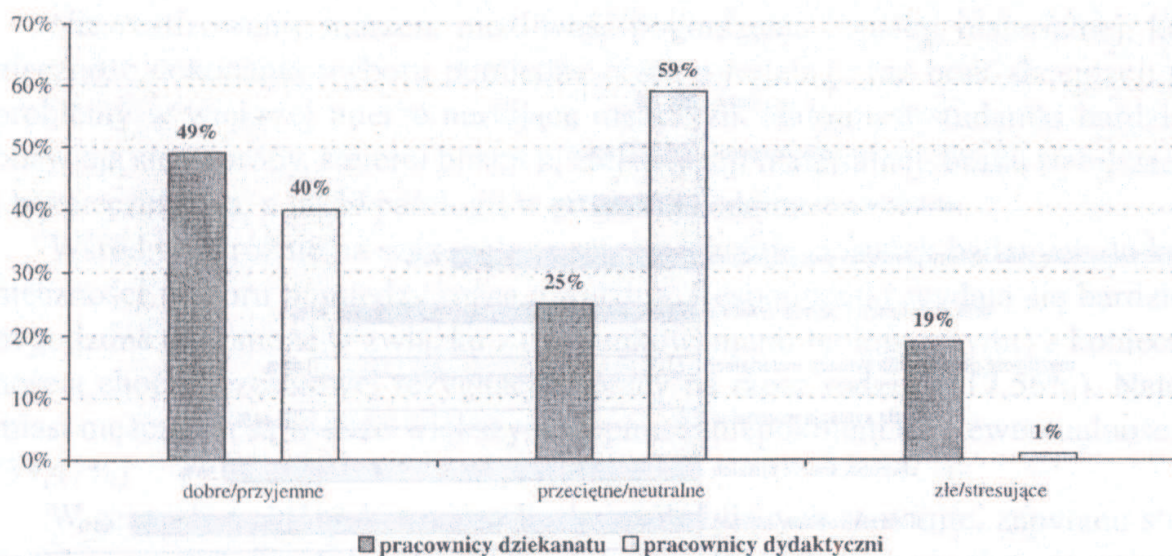
Autorki interesowało również, w jakiej miejscowości chcieliby pracować respondenci. Największa grupa badanych (31%) pragnie podjąć pracę w Częstochowie. Około 26% ankietowanych chciałoby swoje życie zawodowe związać z innym niż Częstochowa i Warszawa miastem Polski. Stolica jest pożądanym miejscem pracy dla 16% studentów. Fakt, że w związku z przystąpieniem Polski do Unii Europejskiej życie zawodowe większość respondentów będzie mogła realizować w dowolnie wybranym kraju członkowskim, nie powoduje chęci pracy w jednym z tych krajów. Deklarację taką złożyło zaledwie 9% studentów. Natomiast 5% jest zainteresowanych podjęciem pracy w kraju spoza UE.

Druga grupa pytań dotyczyła niepokojów związanych z życiem studenckim. Zbadano zarówno niepokoje związane z relacjami interpersonalnymi studentów, jak i obawy dotyczące samego procesu studiowania. Zapytano studentów, czy czują się akceptowani przez swoją grupę dziekańską. Odpowiedzi twierdzącej udzieliło 71% badanych, 24% uważa, że nie są akceptowani przez wszystkich, a 3% studentów nie czuje się akceptowanych. Zaskakujące jest zróżnicowanie odpowiedzi w zależności od oceny swojej sytuacji materialnej. Aż 95% osób, które określiły sytuację materialną jako dobrą, 68,06% o przeciętnej sytuacji materialnej i 37,5% o złej sytuacji materialnej, czuje się w pełni akceptowanych. Powstaje pytanie, czy faktycznie status materialny wpływa na to, czy ktoś jest akceptowany, czy też może dobra sytuacja materialna dodaje pewności siebie i wpływa pozytywnie na ocenę relacji interpersonalnych?

Zbadano również, czy kontakty studentów z pracownikami naukowo-dydaktycznymi i pracownikami dziekanatu są dla respondentów stresujące. Autorki, które są asystentkami w Katedrze Zarządzania Personalem w Wydziale Zarządzania, były szczególnie zainteresowane tymi odpowiedziami. Wyniki ilustruje wykres 4.

Swoje relacje z pracownikami naukowo-dydaktycznymi jako dobre bądź neutralne określiło aż 99% badanych. Można więc domniemywać, że kontakty te nie wiążą się z odczuwaniem przez studentów niepokojów. Nieco gorzej kształtują się stosunki student – dziekanat. Za złe uważa je 19% respondentów.



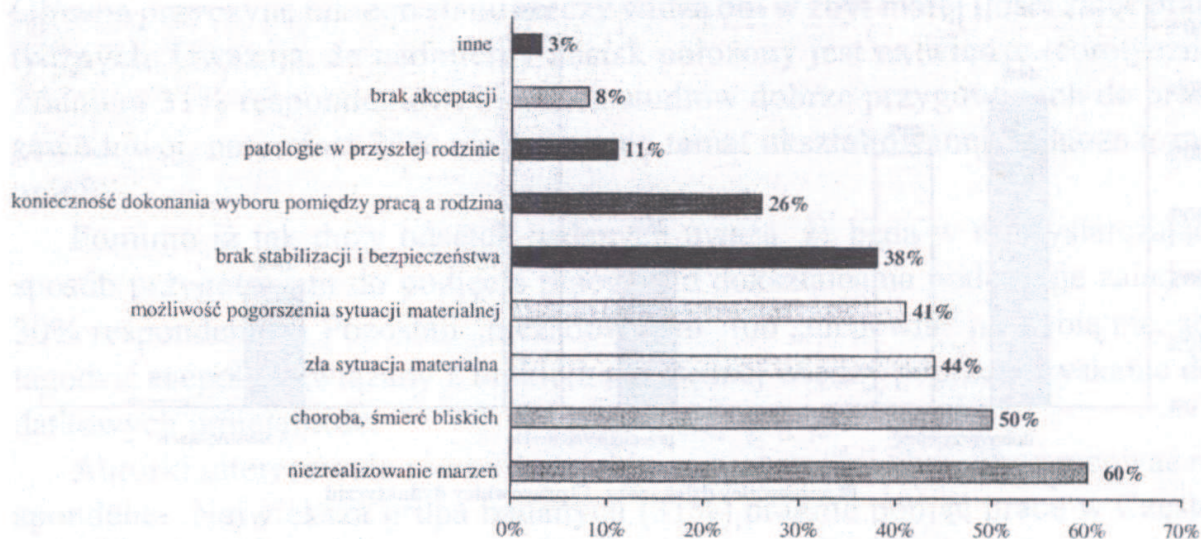


**Wykres 4.** Relacje interpersonalne pomiędzy studentami a pracownikami dziekanatu i pracownikami naukowo-dydaktycznymi — opinie studentów

Kolejnym elementem mogącym stanowić źródło niepokoju są problemy z przyswajaniem wiedzy. Okazało się jednak, że najliczniejszej grupie badanych (43%) nauka nie sprawia trudności! Odpowiedź ta była najbardziej popularna wśród studentów V roku — udzieliło jej 80% tej grupy. Nieznaczna trudność nauka sprawia 33% respondentów, a średnią — 23%. Duże trudności z nauką ma zaledwie 2% badanych. Odpowiedź tę wybrali studenci I roku i zdaniem autorek, może ona wynikać ze zbyt krótkiego czasu na przystosowanie się do zmiany sposobu kształcenia (3 tygodnie od rozpoczęcia roku akademickiego).

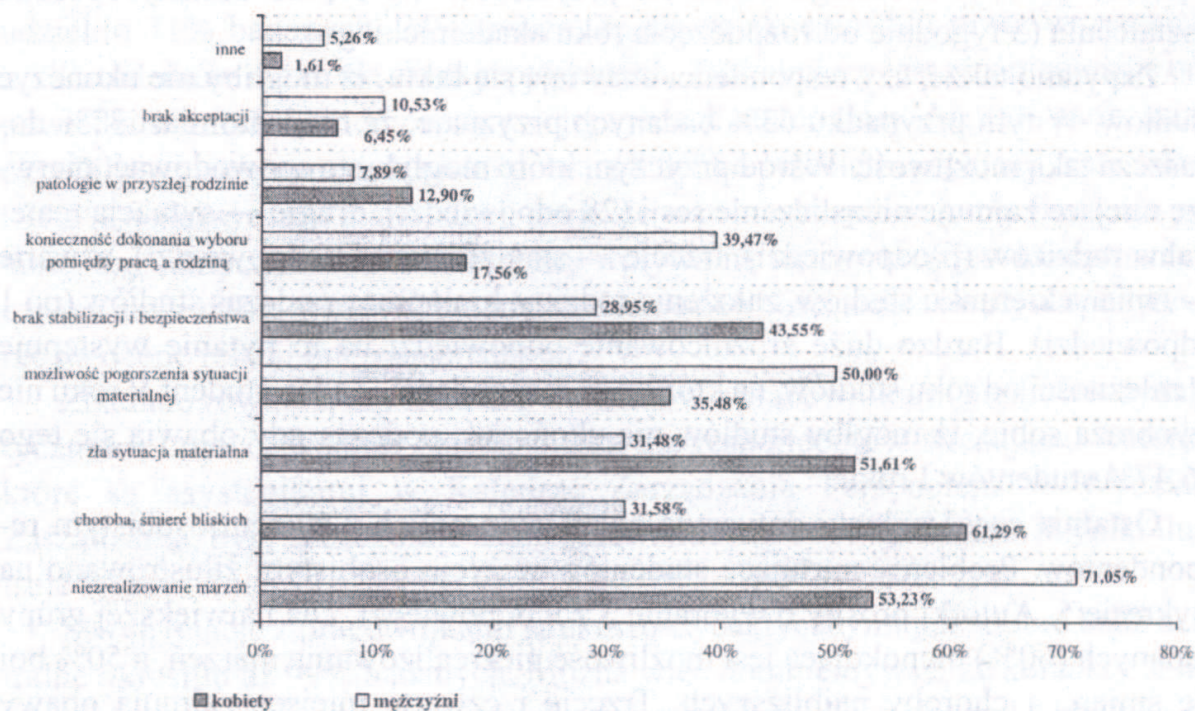
Zapytano także, czy respondenci obawiają się faktu, iż mogliby nie ukończyć studiów. W tym przypadku 63% badanych przyznaje, że nie, natomiast 37% dopuszcza taką możliwość. Wśród przyczyn, które mogłyby to spowodować, pierwsze miejsce zajmuje niezaliczenie sesji (28 odpowiedzi), drugie — sytuacja materialna rodziców (6 odpowiedzi), trzecie — stan zdrowia (3 odpowiedzi), czwarte — zmiana kierunku studiów, założenie rodziny, brak pracy podczas studiów (po 1 odpowiedzi). Bardzo duże zróżnicowanie odpowiedzi na to pytanie występuje w zależności od roku studiów, na którym są respondenci. Żaden student V roku nie wyobraża sobie, iż mógłby studiów nie ukończyć, podczas gdy obawia się tego 76,47% studentów I roku.

Ostatnia część ankiety dotyczyła obaw związanych z życiem osobistym respondentów. Problemy nurtujące studentów w życiu osobistym zilustrowano na wykresie 5. Autorki prosiły o wybranie 3 z 9 odpowiedzi. Dla największej grupy badanych (60%) niepokojąca jest możliwość niezrealizowania marzeń, a 50% boi się śmierci i choroby najbliższych. Trzecie i czwarte miejsce zajmują obawy związane ze złą sytuacją materialną (44%) lub perspektywą jej pogorszenia (41%). Aż 38% respondentów odczuwa lęk przed brakiem stabilizacji i bezpieczeństwa.



Wykres 5. Problemy nurtujące studentów w życiu osobistym

Ze wszystkich zagadnień poruszanych w tej ankiecie odpowiedzi na pytanie dotyczące obaw związanych z życiem osobistym są najbardziej zróżnicowane pod względem płci. Szczegółowo rozbieżności te ilustruje wykres 6.



Wykres 6. Obawy związane z życiem osobistym w opiniach kobiet i mężczyzn

Niezrealizowanie marzeń, możliwość pogorszenia sytuacji materialnej, konieczność dokonania wyboru pomiędzy pracą a rodziną oraz brak akceptacji to problemy w większej mierze nurtujące mężczyzn. Natomiast studentki bardziej obawiają się choroby, śmierci bliskich, złej sytuacji materialnej, braku stabilizacji i bezpieczeństwa, a także patologii w przyszłej rodzinie.

Wśród tych różnic na szczególną uwagę zasługuje stosunek badanych do konieczności wyboru pomiędzy pracą a rodziną. Respondentki wydają się bardziej pogodne (być może w związku z uwarunkowaniami biologicznymi) z koniecznością choćby częściowej rezygnacji z pracy na rzecz rodziny (17,56%). Natomiast mężczyźni są w dużo większym stopniu zaniepokojeni taką ewentualnością (39,47%).

W czasach, w których wzrasta liczba osób żyjących samotnie, zapytano studentów, czy chcieliby założyć rodzinę. Zaledwie 4% badanych nie chce się z nikim na stałe wiązać. Około 68% jest pewnych, że założy rodzinę. Dla 25% studentów stworzenie rodziny jest ważne, ale obawiają się, iż nie spotkają odpowiedniego partnera.

W kolejnym pytaniu zbadano potrzebę formalizacji związku. Wyniki, niejako na przekór modelowi życia uczuciowego młodych ludzi lansowanego przez mass media, wykazały ogromną chęć zawierania małżeństw. Deklarację taką złożyło 73% respondentów. Dla 18% nie ma znaczenia, czy związek będzie formalny, czy nie. Zaledwie 5% preferuje relacje nieformalne. Sądzić można, że zapewnienie sobie trwałego oparcia w postaci prawnie uznanej rodziny jest dla większości studentów elementem niezbędnym w dorosłym życiu.

## Wnioski

Analizując wyniki badań ośmielimy się stwierdzić, iż poziom lęku, niepokoju czy stresu nie jest niepokojący. Wręcz przeciwnie — z powyższych badań wynika, że przeciętny student-studentka jest zazwyczaj optymistą i sprawia beztrioskie wrażenie. Niepokój studentów jest głównie związany z wejściem w dorosłe życie i znalezieniem w nim miejsca, czyli pracy, mieszkania, właściwego (formalnego) partnera oraz akceptacji w życiu. Warto podkreślić, że dla młodych ludzi — wbrew opiniom powszechnie panującym — bardzo ważna jest rodzina i oficjalny partner. Studenci nie boją się inności i braku akceptacji. Takie są nadzieje, obawy i niepokoje studentów Wydziału Zarządzania Politechniki Częstochowskiej.

## Bibliografia

- Antonovsky, A. (1995), *Rozwikłanie tajemnicy zdrowia. Jak radzić sobie ze stresem i nie zachorować*. Warszawa: Fundacja IPN.
- Encyklopedia popularna. (1992), Warszawa: PWN.

[http://www.ipz.edu.pl/centrum/psychologia\\_zdrowia/stres.html](http://www.ipz.edu.pl/centrum/psychologia_zdrowia/stres.html)

Kofta, M. (1973), *Richarda Lazarusa teoria stresu psychologicznego. Próba analizy krytycznej*, „Przegląd Psychologiczny”, nr 2.

*Mały słownik psychologiczny*. (1992), Warszawa: PWN.

Selye, H., *Stres życia*. <http://medykon.idn.org.pl/stres.htm>

Stewart, D. (2002), *Praktyka kierowania*. Warszawa: PWE.

Stoner, J.A.F. (2001), *Kierowanie*. Warszawa: PWE.

Webber, R. (1996), *Zasady zarządzania organizacjami*. Warszawa: PWE.