

Ewa Krause

„SYNDROM OSTATNIEGO ROKU” — CO DALEJ PO STUDIACH?

Słowa kluczowe: studenci; ostatni rok studiów; przyszłość; wyniki badań.

Wprowadzenie w problematykę

Współcześni studenci są nieustannie w centrum uwagi wielu badaczy będąc przedmiotem zainteresowania różnych dziedzin wiedzy. Stanowią oni znaczącą pod względem liczebności grupę, która w ostatnich latach gwałtownie się rozrosła, choć można zaobserwować zmniejszającą się ich liczbę to jednak występuje trend wzrostowy poziomu skolaryzacji (brutto z 12,9% w roku akademickim 1990/1991 do 53,8% w roku akademickim 2010/2011, a netto — odpowiednio z 9,8% do 40,8%¹). Można też zauważyć, że powiększyła się liczba uczelni wyższych, szczególnie niepublicznych, a uczelnie publiczne prześcigają się w konkurencyjności ofert. Wydaje się, że sytuacja taka powinna budzić optymizm, lecz w rzeczywistości tak nie jest, bowiem eksperci, opinia publiczna i sama młodzież studencka, zgodnie twierdzą, że szkoły wyższe, w znacznym procencie, „produkują” studentów, którzy nie są w wystarczającym stopniu przygotowywani do wejścia na rynek pracy. Zadaniem współczesnej edukacji, także tej na poziomie wyższym, jest *holistyczne* ujęcie wspierania wszechstronnego rozwoju jednostki, przygotowanie jej do meandrów rynku pracy i podejmowania wyzwań. Studia jednak nie zawsze wskazują, jak kierować swoim rozwojem zawodowym, jak planować i rozwijać swoją karierę. W tym kontekście interesujące wydaje się być to, jak studenci myślą o swojej przyszłości, także tej zawodowej i przyjrzeć się zjawisku, jakim jest „syndrom ostatniego roku”, znany też pod nazwą „syndrom V roku”.

¹ Główny Urząd Statystyczny, *Szkoły wyższe i ich finanse w 2010 r.*, Warszawa 2011, s. 26.

W języku potocznym i literaturze przedmiotu można spotkać się z różnymi rodzajami syndromów (np. syndrom wypalenia zawodowego, syndrom sztokholmski, syndrom studenta medycyny, syndrom dziecka maltretowanego, syndrom rozłączenia, syndrom abstynencji). Syndromem nazywa się: „ogół cech, objawów właściwych danemu zjawisku”². Inne określenie tego pojęcia to zespół. Wyróżnia się jego znaczenie ogólne i bardziej szczegółowe. W znaczeniu pierwszym to: „pewna liczba cech, właściwości, zdarzeń lub zachowań, które współwystępują ze sobą, czy które uważa się za skoordynowane lub w pewien sposób wzajemnie powiązane”. W drugiej konotacji — w medycynie i psychologii klinicznej — oznacza: „wiązkę objawów, które występują razem i mogą być traktowane jako wskaźnik określonej choroby lub określonego typu nieprawidłowości”³. W języku medycznym jest to: „ogół objawów właściwych jakiejś chorobie, stanowiący podstawę do jej zdiagnozowania”⁴. Terminem tym określa się również „wzorzec współwystępujących objawów mogących wskazywać na wspólną przyczynę, przebieg, zależności rodzinne lub konieczność leczenia określonego zaburzenia”⁵.

W ostatnim czasie pojawił się „syndrom V roku, który według Małgorzaty Kulety „jest dzisiaj powszechnym zjawiskiem. To nie choroba, tylko lęk”, czyli odczuwany, nieprzyjemny niepokój. Syndrom ten przejawia się dużą ilością wolnego czasu, który nienaturalnie szybko biegnie, mobilizując do rozważań na temat własnej przyszłości. Niektórym objawia się on — jak wskazuje Monika Wasilewska — „pod postacią zaburzeń depresyjnych czy lękowych”. Wtedy zdaniem autorki konieczna jest psycho- lub farmakoterapia”⁶.

Ostatni rok studiów to moment przełomowy w życiu każdego studenta. Dla niektórych czas błędnego lenistwa, całonocnych imprez i różnorodnych kombinacji „co tu zrobić, aby się nie narobić”, właśnie mija. Gdy jeden etap życia się kończy, a kolejny zaczyna pojawiają się dylematy. Coś się kończy, nie wiadomo, co będzie dalej. I tu pojawia się problem: co dalej po studiach? Pytanie to towarzyszy rozważaniom o przyszłości, o której młody człowiek musi zdecydować. Studenci zaczynają się bać, bo nie mają pomysłu na własne życie. Obawiają się wkroczenia w dorosłość, a co z tym związane podjęcia zobowiązań, wejścia w role pracow-

² M. J a r o s z i z e s p ó ł, *Słownik wyrazów obcych* (red. nauk. I. K a m i ń s k a - S z m a j), Wrocław 2001 [w:] <http://portalwiedzy.onet.pl/109781,,,syndrom,haslo.html>.

³ A. S. R e b e r, E. S. R e b e r, *Słownik psychologii*, Wydawnictwo Naukowe „Scholar”, Warszawa 2005, s. 925.

⁴ M. J a r o s z, op. cit.

⁵ A. M. C o l m a n, *Słownik psychologii*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2009, s. 898.

⁶ A. N i e d o j a d, *Syndrom piątego roku*, 2009-06-05 [w:] <http://krakow.naszemiasto.pl/wydarzenia/1008603.html>, dostęp 13.12.2011.

nika, partnera, współmałżonka, rodzica. Narażeni są zatem na stres⁷ a elementem sytuacji stresowych jest lęk.

Przyszłość jest na tyle niewiadoma i niepewna, że zdarza się, iż osoby stojące u progu dorosłości paraliżuje niewiedza i lęk przed nią. Leszek Żądło podkreśla, że „problem lęku przed przyszłością to tylko ludzka sprawa. Przewija się przez dzieje ludzkości, odkąd pojawiła się świadomość upływu czasu. Świadomość ta jest właściwa tylko dla ludzi. Potencjalnie daje nam możliwość planowania, realizacji celów, osiągania sukcesów i stanowi motor postępu. Jednak plany na przyszłość zazwyczaj są motywowane lękiem przed nieznanym”⁸.

Lęk psychiczny, w przeciwieństwie do bardziej fizycznego podłoża strachu, wiąże się z poczuciem niepewności, nieadekwatności i zaniżoną samooceną jednostki. Blisko związane pozostają z nim takie emocje i uczucia o znaku minusowym jak: niepokój, nerwowość, napięcie, panika, przerażenie, obrzydzenie, groza, wstręt, strach, bojaźń. Zwątpienie, zmartwienie i obawy, jak zauważa Iwona Korcz „wspomagają go wytrwale w niszczeniu radości życiowej i skutecznym blokowaniu możliwości człowieka, nie wspominając już o niemożności realizacji pragnień i marzeń”. Według W. Barrett’a, na którego powołuje się wyżej przywołana autorka „niepokój jest nierozzerwalnie związany z tym, że jesteśmy ludźmi», lecz gdy staje się on zbyt silny może doprowadzić do rozbicia fizycznego, spowodować ból psychiczny, niezdolność do myślenia i podejmowania decyzji”. Dopóki lęk daje się opanować, w wyniku eliminacji czynnika lęku lub zmiany sytuacji lękowej na bardziej neutralną, nie jest on chorobą. Gdy jednak człowiek nie może go „ujarzmzić” i traci panowanie nad sobą wówczas mamy do czynienia z nerwicą lękową. Podejścia do lęku są bardzo różne. Można podzielić lęki na normalne i nienormalne. Z pierwszymi spotykamy się, gdy od czasu do czasu czegoś się boimy i przeżywamy jakież obawy; z nienormalnymi zaś wtedy, kiedy żyjemy w nieustannym, przesadnym lęku, będąc przez niego osaczonymi z każdej strony czy wręcz sparaliżowanymi, sami przy tym nie przestając go podsycać⁹.

⁷ Ibidem.

⁸ L. Żądło, *Lęk przed przyszłością*, [w:] <http://www.ezosfera.pl/leszek/artukul/92>, dostęp 28.04.2010.

⁹ I. Korcz, *Perspektywa stanów lękowych*, [w:] *Edukacja dla bezpieczeństwa. Wybrane perspektywy*, D. Kowalski, M. Kwiatkowski, A. Zduniak (red.), Wydawnictwo „O’CHIKARA”, Lublin–Poznań 2004, s. 46–49.

„Syndrom ostatniego roku” — omówienie wyników badań własnych

Jak już wcześniej wspomniano, lęk również towarzyszy coraz powszechniej występującemu zjawisku, jakim jest „syndrom ostatniego roku”. Dla zobrazowania tego syndromu można posłużyć się wynikami badań własnych przeprowadzonych wśród studentów studiów stacjonarnych ostatniego roku studiów bydgoskich uczelni publicznych i niepublicznych¹⁰. Badanym zadano kilka otwartych pytań dotyczących tego: w jaki sposób zastanawiają się nad swoją przyszłością, jak często o niej myślą, jak daleko sięgają w swoich planach i zamierzeniach, jak wyraziście ją widzą, jakie „zabarwienie” ma jej postrzeganie przez młodych ludzi oraz jak wyobrażają sobie własną przyszłość¹¹. W wyniku tego otrzymano 170 różnych wypowiedzi często świadczących, że „syndrom ostatniego roku” dotyka także i ich.

Ze względu na to, że czas ukończenia studiów nieuchronnie się zbliża duża część studentów myśli o własnej przyszłości bardzo często. Badani są zdania, że *będąc na V roku studiów nie można o tym nie myśleć, że im bliżej końca tego etapu edukacyjnego myśli o przyszłości pojawiają się coraz częściej; twierdzą także, że jest to taki okres, w którym warto zastanowić się jak kiedyś może wyglądać moje życie*. Respondenci piszą np.: *na 5 roku studiów myślę o przyszłości bardzo często, niemalże codziennie; dość często zastanawiam się nad swoją przyszłością, ponieważ mam już swoje lata; im bliżej do końca studiów, tym myśli te pojawiają się coraz częściej. Są one dość częste, zwłaszcza gdy widzę jak znajomi zakładają rodziny, pobierają się, podejmują pierwsze stałe prace*. Jest to etap, w którym rozważania o przyszłej pracy i założeniu własnej rodziny pojawiają się często, coraz częściej. Związane jest to z okresem rozwojowym — wczesną dorosłością, w jakim znajduje się badana młodzież studencka¹². Jedne z charakterystycznych zadań w tym stadium to właśnie rozpoczęcie pracy zawodowej i założenie własnej rodziny. Świadczyć mogą o tym następujące wypowiedzi: *obecnie o swojej przyszłości myślę codziennie. Jest to związane z końcem czasu studiowania, a co się z tym wiąże koniecznością podjęcia już*

¹⁰ Badaniu poddano studentów piątego roku jednolitych studiów magisterskich i drugiego roku studiów drugiego stopnia z: Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego, Uniwersytetu Technologiczno-Przyrodniczego, Akademii Muzycznej, Collegium Medicum Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, Wyższej Szkoły Gospodarki oraz Kujawsko-Pomorskiej Szkoły Wyższej. Badania przeprowadzono w roku akademickim 2009/2010. Średni wiek respondentów wyniósł 23,8 lat.

¹¹ Badania własne miały typ badań eksploracyjno-diagnostycznych, w których zastosowano metodę sondażu diagnostycznego, a w jej ramach technikę wywiadu. Narzędziem natomiast był kwestionariusz wywiadu.

¹² Średni wiek respondentów wyniósł 23,8 lat.

niebawem pracy, założeniem własnej rodziny; myślę prawie codziennie, ponieważ już niedługo skończę studia i muszę szukać pracy i myśleć o rodzinie. Myśli te są częste, ponieważ studenci zdają sobie sprawę, że jest to etap, w którym są niejako zmuszeni do snucia planów na temat własnego życia, podejmowania ważnych decyzji życiowych i zawodowych, które będą miały wpływ na ich przyszłość. Przykład może stanowić poniższa opinia: *jestem osobą bardzo spontaniczną, ale mimo to każdą moją decyzję podejmuję z myślą, jak to wpłynie na moją przyszłość, o której myślę bardzo często*. Kolejni badani wypowiadają się w podobnie, pisząc: *wszystkie moje plany są z myślą o przyszłości. Codziennie staram się o niej myśleć; myślę codziennie o moich planach, o tym co będzie za kilka lat; im bliżej podjęcia najważniejszej decyzji życiowej — tym myślenie jest częstsze i bardziej intensywne*. Respondenci wiedzą, że trzeba będzie zacząć niebawem działać, ponieważ samo „myślenie” już nie wystarczy. Zastanawiają się też, jakie podjąć kroki: *dużo myślę o tym co będzie po studiach, czy może lepiej poczekać z tym biznesem i wyjechać, a może jeszcze jedno studia?; o przyszłości myślę codziennie, szukam nowych perspektyw, staram się wybiegać myślami w przyszłość*.

Koniec studiów jest dla badanych trudnym okresem, ponieważ zaczynają oni dostrzegać niepewną sytuację na rynku pracy i wynikające z tego problemy ze znalezieniem (satisfakcjonującej) pracy (w zawodzie). Studenci wypowiadają się w następujący sposób: *w związku ze zbliżającym się końcem studiów coraz częściej myślę o przyszłości. Jest to trudny okres, wiąże się z dużą niepewnością, sytuacją na rynku pracy, która nie jest zadowalająca; ostatnio bardzo często myślę o tym, jak to będzie jak skończę studia. Zastanawiam się czy znajdę pracę w zawodzie. Zmartwieniem jest dla nich niepewna przyszłość zawodowa. Jest też część studentów, którzy piszą wprost, że boją się przyszłości i mają „syndrom ostatniego roku”, nazywając go „syndromem absolwenta”: *mam tzw. syndrom absolwenta. Poza tym boję się przyszłości. Codziennie rozmyślam, rozważam swoją przyszłość; często myślę o przyszłości, z natury jestem człowiekiem bojaźliwym, walczę o to by nie bać się żyć, nie bać się życia**.

Wśród badanych można też odnaleźć pojedyncze osoby, które twierdzą, że rozmyślając o przyszłości zdecydowanie za często, co powoduje, że miewają melancholijne nastroje. Jeszcze inni piszą, że do niedawna nie zastanawiali się nad przyszłością zbyt często, ponieważ *życie toczyło się z dnia na dzień; żyłam życiem studenckim. Od czasu kiedy jestem w związku coraz częściej myślę o przyszłości i czynię to w sposób poważny i dojrzały*. Opinie kolejnych respondentów również to potwierdzają: *na początku studiów sporadycznie, ale im bliżej pełnego wejścia na rynek pracy coraz częściej. W połączeniu z planami założenia rodziny i własnego interesu to na dzień dzisiejszy niemal codziennie; wcześniej myśli związane z przyszłością pojawiały się*

*sporadycznie, jednak teraz bardzo często zastanawiam się, jak potoczy się moja kariera i jak zacznę samodzielnie żyć. Wpływ na zwiększenie częstotliwości rozważań na temat własnej przyszłości ma zbliżający się koniec studiów i związana z tym konieczność wejścia na rynek pracy i rozpoczęcie samodzielnego życia, a także bycie w związku — posiadanie partnera życiowego oraz plany założenia własnej rodziny. Jedna ze studentek zauważyła, że: *coraz częściej inni, otaczający mnie ludzie prowokują mnie do ciągłego myślenia na ten temat, jednak nie jest to obsesyjne, ale jak twierdzi: myślenie o przyszłości determinuje większość moich działań.**

Są też osoby, które myślą o przyszłości tylko okolicznościowo i sporadycznie. Egzemplifikacją są poniższe sformułowania: *okolicznościowo, żyję chwilą obecną, co będzie czas pokaże; raczej okolicznościowo. Aktualnie raczej z natłoku zajęć i spraw do załatwienia nie mam czasu myśleć o tym, co będzie za kilka lat, co nie znaczy, że nie myślę o tym w ogóle.* Inni piszą podobnie: *raczej rzadko, staram się nie planować; nie myślę o przyszłości na tak wielką skalę. Nie wyobrażam sobie, nie planuję — żyję dniem dzisiejszym, no i może jutrzejszym.* Część zatem twierdzi, że żyje w myśl sentencji „carpe diem”. Rozważania o przyszłości pojawiają się w związku z koniecznością podejmowania istotnych decyzji, a także w wyniku określonych wydarzeń, np.: *sporadycznie przy jakichś wydarzeniach np. „oblanym” egzaminie, problemach z autem.* Inna studentka myśli sporadycznie, ponieważ jak twierdzi ma już określone plany na przyszłość i nie musi się więcej nad tym zastanawiać. Kolejni badani wskazują, że: *zdecydowanie sporadycznie, choć perspektywa zakończenia studiów skłania mnie do coraz częstszych przemyśleń nad przyszłością; zdarzają się dni gdy trapi mnie moja przyszłość, co dalej po studiach, ale generalnie jest to chwilowe; raczej sporadycznie, gdy przychodzi mi refleksja nad swoją przyszłością. A zwłaszcza gdy kończy się pewien etap w życiu.* Nasilenie rozważań o przyszłości wyraźnie wzrasta, gdy kończy się jakiś istotny etap, w tym przypadku to koniec studiów. Zdarza się też, że niektórzy respondenci różnicują intensywność swoich rozmyślań w zależności, od tego, jakiej sfery i czasu one dotyczą. O tej najbliższej przyszłości myślą bardzo często, o dalszej natomiast rzadziej, o założeniu rodziny okolicznościowo i sporadycznie, o pracy zawodowej, karierze dość często.

W swoich planach i zamierzeniach na przyszłość studenci sięgają różnych okresów najczęściej kilku najbliższych lat. Świadczą o tym następujące wypowiedzi: *kilka lat. Myślę co będzie jak będę pracować, jak będzie wyglądać moje życie; perspektywa kilku lat, a konkretniej do czasu wyrobienia uprawnień zawodowych (3–5 lat).* Kolejni wskazują także na kilka lat, nawiązując do życia osobistego, tzn. posiadania potomstwa, przeprowadzki, budowy domu: *kilka lat, myślimy z mężem o dziecku, przeprowadzce; około roku, ze względu na dziecko. Kilka lat — budowa domu (ale to daleka przyszłość. Raczej marzenie); to zależy od płaszczyzny, której plany dotyczą,*

ale głównie jest to kilka lat — myślenie o budowie domu za jakieś kilka lat, posiadaniu dzieci. Inni badani wypowiadają się w podobnym tonie podkreślając przy tym, że mają świadomość, że ich plany zostaną zweryfikowane przez życie i mogą zostać niezrealizowane: *myśląc o przyszłości skupiam się na kilku najbliższych latach (5–7 lat). Dalej staram się nie „planować” gdyż wszystkie moje zapatrywania i tak zostaną zweryfikowane przez życie. A wolalabym uniknąć goryczy rozczarowania i porażki; co najmniej kilka lat. Jeżeli już planuję to raczej długofalowo; najczęściej kilka lat do przodu, ale biorę na wszystko poprawkę, życie dało mi „kopa” i wiem, że trzeba uważać na marzenia. Część osób twierdzi, że lubi planować: jako że jestem osobą, która musi mieć wszystko zaplanowane, w swoich planach i zamierzeniach sięgam kilku najbliższych lat; sięgam kilka lat (powiedzmy 5) — lubię planować i mieć wszystko zapięte na ostatni guzik; lubię mieć wszystko zaplanowane, może nie aż tak dokładnie, bo wiadomo, że wszystko się może zmienić z dnia na dzień, ale swoją przyszłość planuję już na kilka lat. Oczywiście jest to plan płynny, ale jest. Plany studentów nie są czymś zakończonym, bowiem uwzględniane są w nich zmiany. Kilku respondentów wskazuje, że w swoich zamierzeniach sięgają około 10 lat; kwestia 7–10 lat.*

Kolejni skupiają się na kilku miesiącach, roku. Egzemplifikacją są poniższe sformułowania: *kilka miesięcy, mniej więcej do obrony mgr; obecnie skupiam się na okresie kilku miesięcy, gdyż myślę, że będzie to w moim życiu czas przełomowy; myślę o planach na najbliższą przyszłość — kilka tygodni, jednak też o tym, co chcę robić za rok — po ukończeniu studiów; staram się myśleć najdalej rok w przód chociaż i tak przez ten czas może się dużo zmienić. Część badanych poddaje w wątpliwość sens długoterminowego planowania, bowiem jak twierdzą: w obecnych czasach ciężko zaplanować coś na pół roku, a dalej to tylko marzenia; co najwyżej rok — dalsze planowanie nie ma większego sensu — kto wie co może mi się przydarzyć; na pewno kilka miesięcy dalej nie ma sensu. Jeszcze inni mają plany krótkoterminowe sięgające tylko kilku tygodni, a nawet kilku dni: kilka tygodni to i tak za dużo powiedziane; nie wybiegam daleko w przyszłość. Moje plany są raczej krótkoterminowe; staram się koncentrować na planach bliskich, ale mieć wyznaczony ogólny kurs w danym kierunku.*

Niektórzy respondenci swoje plany dzielą na konkretne, szczegółowe kilkun dniowe i tygodniowe, oraz te odległe kilkuletnie, które posiadają w ogólnym zarysie. Od tego, jak daleko w nich sięgają zależy także, jakich aspektów one dotyczą. Potwierdzają to następujące wypowiedzi: *plany związane z podjęciem pracy zarobkowej nie są zbyt dalekie, natomiast plany związane z założeniem domu i rodziny są perspektywicznie dalekie; to zależy od tego nad czym się zastanawiam: jeśli chodzi o pracę to sięgam kilka lat naprzód, jeśli o związek i ewentualne założenie rodziny to kilka miesięcy.*

Postrzegana przyszłość jest zarówno optymistycznie, pesymistycznie, ale najczęściej jednak z mieszanymi odczuciami. Badani o swoich doznaniach dotyczących własnej przyszłości piszą m.in. następująco: *towarzyszą mi odczucia mieszane — jednego dnia pozytywne, innego pesymistyczne; z mieszanymi odczuciami, to też zależy od mojego nastroju, chwili, sytuacji, raz optymistycznie raz z domieszką pesymizmu; z mieszanymi uczuciami. Optymizm w połączeniu ze strachem dają mieszane odczucia.* W wypowiedziach tych występuje połączenie optymizmu i pesymizmu. Kolejni używają podobnych sformułowań: *raczej z mieszanymi odczuciami. Wierzę, że uda mi się zrealizować własne plany, ale mimo wszystko jakieś obawy, wątpliwości są; odczuwam mieszane myśli sugerując się doświadczeniami innych; raczej z mieszanymi odczuciami. Mam pewne marzenia, ale boję się, że prysną w zetknięciu z rzeczywistością.* Często te mieszane odczucia wynikają z niepewnej przyszłości życiowej, w tym zawodowej, której się obawiają. Przykład mogą stanowić poniższe opinie: *mam bardzo mieszane uczucia, jeśli chodzi o przyszłość zawodową; mam bardzo mieszane uczucia jeżeli chodzi o postrzeganie własnej przyszłości, często jest to zależne od informacji, które do nas napływają np. dotyczących rynku pracy; uczucia są raczej mieszane, gdyż dostrzegam wiele zagrożeń, nadchodzących zmian, konkurencję, postęp; w najlepszym przypadku postrzegam ją z mieszanymi odczuciami, gdyż raczej jestem pesymistką, ale mam pewne przebłyski optymizmu ☺. Nie dotyczy to jednak sfery zawodowej, gdyż przeraża mnie to co się dzieje na rynku pracy. Zdarza się jednak, że tym mieszanym doznaniom towarzyszy pozytywny stosunek do życia, bowiem studenci starają się być optymistami: czasem z mieszanymi odczuciami (bo ciągłe zmiany zachodzą na rynku pracy, w kraju), ale ogólny obraz jest zdecydowanie optymistyczny; staram się być optymistą, ale czasem są też mieszane odczucia; obecnie mam mieszane odczucia, brak planów konkretnych nie pozwala być spokojnym, ale czuję, że musi być dobrze.*

Kolejna część respondentów postrzega własną przyszłość optymistycznie. Wskazują na to następujące sformułowania użyte przez badanych: *pozytywnie i kolorowo; optymistycznie — „żyje się raz”, „nie żyjemy na próbę”; zawsze pozytywnie — to podstawa sukcesu, a postrzeganie przyszłości przez „różowe okulary” motywuje do działania.* Optymizm następnych wynika z tego, że jeszcze studiują oraz że studia pomogły im w określeniu własnych oczekiwań: *postrzegam ją optymistycznie, bo jeszcze studiuje, mam pewne cele, które życie zweryfikuje w przyszłości; bardzo optymistycznie. Studia i praktyki pomogły mi z zdefiniowaniu moich oczekiwań co do przyszłości i nie widzę powodów, żeby patrzeć pesymistycznie.* Jedna ze studentek jest zdania, że musi patrzeć optymistycznie na przyszłość, by dać wiarę i siłę ludziom z którymi pracuje. Inna część również patrzy na swoją przyszłość pozytywnie, choć dostrzega problemy, które mogą się pojawić: *odczucia są raczej optymistyczne. Nie-*

pewność pojawia się w związku ze „zdobyciem” pracy, ale jestem zdania, że dam radę i będzie wszystko dobrze; staram się być optymistką, ale zdarza się także uczucie niepewności. Jednak wszystko widzę pozytywnie; z założenia jestem pesymistką, ale wierzę, że przyjęty przeze mnie plan ma dość wysokie szanse powodzenia. Jestem jednak świadom trudności jakie mogą się pojawić. Jeszcze inni spostrzegają ją podobnie — umiarkowanie optymistycznie, ale realistycznie, np.: *optymistycznie, ale też realistycznie; zdecydowanie realistycznie, ale też optymistycznie.*

Dla kolejnych studentów, którzy stanowią najmniej liczną grupę, „zabarwienie” postrzeganej przyszłości jest pesymistyczne, bowiem boją się oni przyszłości. Chcieliby wykonywać określone zawody, ale z góry mają pesymistyczne nastawienie, że się nie uda.

Przez część badanych własna przyszłość widziana jest wyraziście, choć dość niepewnie, np.: *z powodu aktualnej sytuacji osobistej i światowej. Studenci w swoich wypowiedziach piszą m.in.: moje wizje są wyraziste, jednak to tylko sfera oczekiwań, planów, jednak mam pełną świadomość tego, że moja przyszłość jest niepewna; najczęściej wyraziście, choć przez swoją niepewność i brak wiary wyraża się niepewnie, ale na krótko. Ze względu na tę niepewność respondenci preferują spostrzeganie swojej przyszłości i swoich planów, jako wyrazistych, ale i ogólnych: na pewno wyraziście, bo wiem czego chcę i do czego dążę, mam także zaplanowane szczegóły, ale ponieważ życie jest niepewne także przyjmuję swoje plany jako wyraziste, ale ogólne; staram się ją jasno sprecyzować jeśli chodzi o moje życie rodzinne. Wiem czego pragnę w tym aspekcie i uporczywie będę do tego dążyć. Natomiast jeśli chodzi o pracę zawodową to jest ona raczej ogólna i niepewna, gdyż obecne realia w naszym kraju nie pozostawiają złudzeń. Część ma zatem swoje życie osobiste już określone i szczegółowo zaplanowane, natomiast życie zawodowe lub obie te sfery ze względu na wiele niewiadomych postrzega ogólnie. Jeden z badanych wyraża opinię, w której zaznacza, w jaki sposób można sobie radzić z atmosferą niepewności: *przyszłość spostrzegam wyraziście. Świat woli wpędzać człowieka w atmosferę niepewności, zasypuje nas masą informacji, a ja szukam mądrości, kto szuka ten znajdzie — wiem dokąd zmierzam, szukam środków do realizacji celów — odważnie i nie lękać się! (...). Przyszłość ma zawsze nutę niepewności, ale znam takich ludzi jak Jan Paweł II, oni pokazują nam jak możemy żyć. Jestem mężczyzną, więc muszę brać życie (przyszłość) w swoje ręce.**

Studenci widzą swoją przyszłość także ogólnie i niepewnie. Kolejne wypowiedzi to potwierdzają: *dość ogólnie widzę swoją przyszłość, wiem na czym mi zależy, ale czuję się niepewnie; moja przyszłość nie jest klarowna — nie jestem jeszcze pewna w wielu kwestiach, jednak nie jest to zupełna pustka, posiadam w głowie pewien „zarys”; postrzegam ją raczej niepewnie, gdyż mam świadomość niepewności jaką współcześnie*

życie niesie; postrzegam ją dość ogólnie, choć wiem co chciałabym robić, ale nie wiem czy uda mi się to zrealizować, czy się w tym sprawdzę. Obawy wynikają również z braku pewności siebie. Przez kolejną część przyszłość określana jest podobnie — jako mglista i niepewna, np.: raczej mgliście i niepewnie z racji trudności w znalezieniu pracy w zawodzie, jeżeli chodzi o życie rodzinne to dość ogólnie; im bliżej końca studiów tym większy strach mnie ogarnia związany z moją przyszłością, więc widzę to raczej mgliście; mgliście i niepewnie — to trafne określenie. Wiele koncepcji i pomysłów powoduje, iż tak naprawdę nie jestem niczego pewien, co do swojej przyszłości.

Inna część badanych postrzega własną przyszłość ogólnie, bez konieczności szczegółowego jej planowania. Poniższe sformułowania są tego przykładem: *własną przyszłość postrzegam dość ogólnie, bo ciężko coś zaplanować z takim wyprzedzeniem w drobnych szczegółach; na planowanie szczegółów przyjdzie czas, ponieważ nie wierzę w to, że przyszłość można zaplanować co do szczegółu; nie mam konkretnego planu, praca i założenie rodziny to nie jest coś co mogę planować z datą, ogólnie. Nie wiem jak będzie wyglądał świat za 5 lat, więc jak można mieć wszystko zaplanowane w szczegółach?*

Jest też grupa studentów, którzy twierdzą, że ich przyszłość jest wyrazista i już zaplanowana ze szczegółami. Egzemplifikacją są poniższe sformułowania: *dość wyraziście, mam zaplanowane już nawet dojazdy do pracy, przedszkole dla dziecka; raczej wyraziście, ze szczegółami, każdy element ma swoje miejsce. Badani posiadają już określone wizje swojej przyszłości, sytuacje i role jakie w niej pełnią: widzę konkretne sytuacje i role przez siebie pełnione w przyszłości; raczej moja wizja przyszłości jest skonkretyzowana już od najmłodszych lat; raczej z bardzo wieloma szczegółami, gdyż jeśli o czymś już myślę to bardzo intensywnie i mam pewne określone wizje, tego co chcę osiągnąć, co jednak nie zawsze tak wygląda, gdyż nie wszystko zależy od nas. Jedna ze studentek wskazuje, że mimo, że jej wyobrażenia są konkretne to jednak w wielu aspektach mają one charakter życzeniowy. Jeszcze inna pisze: raczej wyraziście ze szczegółami, może nie jest tych szczegółów wiele, ale wiem doskonale co bym chciała osiągnąć, nie wiem jedynie jeszcze jaką drogą. Część badanych ma życzenia, oczekiwania, plany, które są jak twierdzą szczegółowe, ale nie zawsze posiadają/mają opracowane sposoby ich osiągnięcia.*

W opiniach studentów, można też zauważyć, że studenci własną przyszłość tą najbliższą (do kilku miesięcy, najwyżej roku) postrzegają wyraziście i z wieloma szczegółami, jest ona bowiem w miarę zaplanowana, a im dalej tym mgliściej, z wątpliwościami i ogólniej, np.: *jeżeli sięgam kilku lat to dość ogólnie i z wątpliwościami; kilka lat do przodu — ale bez planu szczegółowego, to po prostu zarys do czego dążę.*

Wśród opisów respondentów dotyczących własnej przyszłości znajdują się pragnienia, życzenia, oczekiwania, plany, zamierzenia, przewidywania, przypusz-

czenia, przeczucia, jak mogłaby lub może wyglądać owa przyszłość. Młodzi dorosli odnoszą ją do życia osobistego, w tym rodzinnego oraz pracy zawodowej. W zakresie życia osobistego zdecydowana większość pragnie mieć własną rodzinę (szczęśliwą, kochającą się) — męża i dzieci (niektórzy określają nawet ich liczbę — dwoje, troje, a nieliczni nawet czworo), chce posiadać własne mieszkanie/dom (np. z ogrodem, za miastem lub w określonej miejscowości) oraz realizować własne marzenia (rozвивając własne zainteresowania, pasje, podróżować, kształcić się, itp.). Dodatkowo niektórzy wspominają, że ważne jest dla nich zdrowie i życie towarzyskie, spotkania ze znajomymi i udział w życiu społecznym, działaniach charytatywnych. Wśród badanych znajdują się też osoby, które posiadają już własne rodziny i mają już potomstwo, wówczas chcą oni zadbać o ich rozwój i dobre wychowanie, a także istotne jest dbanie o dobre relacje ze współmałżonkiem. Dobre relacje z rodziną i z innymi ludźmi podkreślane są także przez innych badanych. Ważna jest też dla części respondentów dalsza edukacja (zamiar dokończenia się i doskonalenia we własnej profesji lub przekwalifikowania, studia podyplomowe). Są również tacy, dla których ważne jest osiągnięcie określonych dóbr materialnych, jak np.: posiadanie określonej marki samochodu, zakup mieszkania, domu, a także prowadzenie dostatniego życia, które pozwoli na realizację i spełnianie własnych marzeń.

W zakresie życia zawodowego studenci chcą mieć przede wszystkim satysfakcjonującą, spełniającą ich oczekiwania i preferencje dobrze płatną pracę. Podkreślają, że praca dająca wysokie zarobki ma zapewnić ich rodzinom byt, dobry status materialny, pieniądze, które pozwolą na życie w dostatku, na określonym poziomie. A to wszystko sprawi, że ich rodzinne i zawodowe życie będzie „poukładane”, spokojne, bezpieczne. Choć dostrzegają możliwe problemy z ich pogodzeniem, ale mają nadzieję, że im się uda: *mam nadzieję, że uda mi się znaleźć satysfakcjonującą mnie pracę w biurze projektów, dzięki której będę potrafiła zapewnić byt swojej rodzinie, ale też nie będzie ona kolidowała z moimi planami założenia rodziny; mam nadzieję, że założę własną rodzinę oraz że znajdę pracę, która pozwoli spełnić mi się zawodowo a zarazem nie zabije życia rodzinnego i towarzyskiego*. Respondenci podkreślają, że ich przyszła praca ma być zgodna z ich zainteresowaniami, w której to będą się mogli realizować i rozwijać, ale ma ona także sprawiać przyjemność (najczęściej chodzi o pracę w zawodzie, do którego przygotowuje studiowany kierunek, o bycie specjalistą w swojej dziedzinie). Chcieliby, aby również była ona stała, odbywała się w dobrych warunkach i atmosferze. Część chce mieć własną firmę.

Większość badanych studentów wyobraża sobie własną przyszłość, jako połączenie życia osobistego i rodzinnego z pracą zawodową. Duża część nie określa

co jest pierwsze w kolejności do zrealizowania, natomiast są też tacy, którzy najpierw chcieliby zacząć pracę zawodową, a następnie założyć rodzinę. Pojedyncze osoby w swoich planach albo nie zakładają założenia własnej rodziny lub twierdzą, że jeszcze o tym nie myślą, np.: *moja przyszłość? Hmm — nie jestem optymistą, ale realizm, który mnie cechuje przewiduje, iż będę żył samotnie w wynajmowanym mieszkaniu, pracował w jakimś zakładzie usługowym... no i na pewno będę miał kota ☺. Właściwie tyle mnie zadawała; praca jako asystent do czasu uzyskania uprawnień budowlanych. W tym wieku rodziny jeszcze nie planuję. Po zdobyciu uprawnień praca najprawdopodobniej w biurze — nie zamierzam (raczej) zakładać własnej działalności; na tym etapie rodzina, miejsce pracy i kontakty osobiste to detale, których nie uwzględniam w swoich planach.*

Podsumowanie

„Syndrom ostatniego roku” to zjawisko społeczne, które może występować jedynie w odczuciu przedstawicieli danej społeczności, w tym przypadku młodzieży studenckiej stojącej u progu zakończenia studiów. W wyniku przeprowadzonych badań można zauważyć, że dotyka on część studentów, jednych w większym stopniu, innych w mniejszym. W większości wypowiedzi bowiem dominuje niepokój związany z tym, co może nastąpić po ukończeniu studiów. Cechy, które charakteryzują osoby z omawianym syndromem to przede wszystkim częste rozważania na temat własnej przyszłości, lęk i obawy przed nią, poczucie niepokoju i niepewności, poczucie konieczności zdecydowania co dalej po studiach, niesprecyzowane plany i zamierzenia. Pojawiają się rozmyślenia o własnej przyszłości, której nie można jednoznacznie przewidzieć, ale każda osoba w jakiś sposób o niej myśli i wyobraża ją sobie. Potęguje to uczucie niepewności, z którym nie każdy sobie jednak radzi. Współczesnych studentów niepokoją przede wszystkim problemy rynku pracy.

W tym miejscu można zadać pytanie: jak pomóc osobom z „syndromem ostatniego roku”? Pierwszym krokiem do poradzenia sobie z nim jest nazwanie swoich lęków. Należy też określić priorytety i stworzyć plan na życie. Według Moniki Wasilewskiej „świadomość swoich potrzeb oraz jasna hierarchia wartości rozwiążą kłopoty absolwentów”¹³. I tutaj pojawia się kolejne pytanie: skoro nie można przewidzieć własnej przyszłości, to jaki sens ma jej planowanie i stworzenie planu na

¹³ A. N i e d o j a d, *Syndrom piątego...*

życie? Mimo, że współcześnie trudno precyzyjnie zaplanować własne życie, to jednak człowiek „skazany” jest niejako na ustawiczne dokonywanie wyborów i podejmowanie decyzji np. o wykształceniu, małżeństwie, pracy, a te wymagają planowania. Działania zaplanowane, niezależnie od tego, czego dotyczą, przynoszą częściej zamierzone efekty niż działania spontaniczne, nieprzemyślane. Podobnie jest w przypadku życia zawodowego. Zaplanowanie poszczególnych etapów, działań, nadaje pewien porządek i klarowność temu, co człowiek chce robić w sferze zawodowej. Jednostka, która planuje swoje działania ma poczucie, że to, co ją spotyka, zależy od niej samej. Człowiek nie może jednak w trudnej do przewidzenia przyszłości realizować przez długie lata planów bez dokonywania w nich zmian, gdyż niespodziewane i nieplanowane zdarzenia są częścią każdego życia. Stąd też nie należy odrzucać planowania życia, ale traktować plany jako coś otwartego na modyfikacje.

W związku z tym, że planowanie kariery i podejmowanie ważnych decyzji życiowych, w tym zawodowych przez młodzież studencką odbywa się nierzadko w atmosferze zagubienia i poczucia bezradności to zadaniem edukacji jako istotnego czynnika rozwoju zawodowego jest wspieranie/wspomaganie studenta w jego planach i rozwoju. To wspomaganie i wspieranie jest szczególnie pomocne na tym etapie rozwoju młodej osoby, na którym staje się ona głównym sprawcą zmian samego siebie a nie zawsze ma dość siły i kompetencji by podejmować trafne decyzje dotyczące własnej osoby¹⁴. Interesującym „rozwiązaniem” w tym względzie wydaje się zatem wprowadzenie na każdym poziomie edukacyjnym, a więc także w toku studiów, elementów edukacji wspomagającej rozwój w zakresie planowania kariery.

Autorka zdaje sobie sprawę, że zjawisko „syndromu ostatniego roku” wymagałoby dalszej, pogłębionej analizy. Głównie chodzi o dookreślenie i sprecyzowanie objawów, jakimi się ono cechuje oraz sposobów zapobiegania temu negatywnemu zjawisku. Niniejszy tekst stanowi tylko próbę jego zasygnalizowania. W wyniku tego, że staje się on coraz powszechniejszy rodzi się potrzeba badań nad tym zagadnieniem.

¹⁴ E. Kubiak-Szymborska, *Młodzież akademicka czasu „zawieszenia”: o potrzebie wspomagania/wspierania wychowawczego w toku studiów*, „Pedagogika Szkoły Wyższej”, nr 26-27, Szczecin-Warszawa 2005, s. 32.

„SYNDROME OF THE LAST YEAR” — WHAT TO DO AFTER GRADUATION?

Keywords: students, the last year of study, future, results of researches.

Streszczenie

Niniejszy tekst stanowi próbę zasygnalizowania zagadnienia „syndromu ostatniego roku”. Dla zobrazowania tego zjawiska autorka artykułu prezentuje wyniki badań własnych przeprowadzonych wśród studentów studiów stacjonarnych ostatniego roku studiów bydgoskich uczelni publicznych i niepublicznych (170 wypowiedzi). Rezultaty badań wskazują, że piąty rok studiów to moment przełomowy w życiu młodych ludzi. Koniec tego etapu edukacyjnego jest trudnym okresem, w którym występują częste rozważania na temat własnej przyszłości, lęk i obawy przed nią, poczucie niepokoju i niepewności, poczucie konieczności zdecydowania co dalej po studiach i stworzenia planu na życie (otwartego na modyfikacje).

Summary

The text shall be an attempt to indicate the problem of “the syndrome of the last year”. In order to illustrate this phenomenon the author of the article presents the results of own research done among daily students of the last year at public and private universities in Bydgoszcz (170 responses). The results of the research indicate that the fifth year of studies is a crucial moment in life of young people. The end of this educational stage is a difficult time during which people contemplate own future, it is a period full of fear and concerns about the future, a feeling of anxiety and uncertainty, a feeling of a necessity to make a decision on what to do after graduation and preparing a plan for life (open to modifications).