

Horvát M. Tünde
Költözés és honvágy diákkorban

A nemzetközi diákmigráció méretei vonatkozásában a szakirodalomban mérvadónak minősülő Boehm és munkatársai (2002; idézi Fülöp és Sebestyén, 2011) által végzett számítások szerint a századfordulón mintegy 1,8 millió diák vett részt felsőoktatásban otthonától távol, külföldön. A napjainkban is tapasztalható növekvő tendenciát alapul véve a szerzők azt jósolják, hogy 2025-re ez a szám elérheti a 7,2 milliót.

Jelen tanulmánynak nem célja a diákmigráció országos szintű elemzése, helyette a Dél–Alföldi régióra jellemző nemzetközi diákfluktuációs adatok képezik a munka számszerűsített kiindulási pontját. A Magyarországról induló hallgatói fluktuáció jelenségének regionális szegmensével, a Szegedi Tudományegyetem hallgatói és oktatói egyaránt szinte napi rendszerességgel találkozhatnak a néhány hónapig ösztöndíjjal külföldön tanuló magyar diákokat érintő adminisztratív és személyes kérdések formájában. A nemzetközi diák és oktatócserét lehetővé tevő Erasmus program 1998-as elindulása óta csak a Szegedi Tudományegyetem hallgatói közül 2915 fiatal 14 378 hónapot töltött Erasmus ösztöndíjjal külföldön¹. A hallgatók által leggyakrabban választott 26 célország közül a legnépszerűbbek: Németország, Olaszország és Franciaország. A bejövő hallgatók származása tekintetében is az előbbi országok vezetnek, eltérést csupán az országok sorrendjében tapasztalhatunk, miszerint az említett időszakban Olaszországból, Franciaországból és Németországból érkezett a legtöbb hallgató a Szegedi Tudományegyetemre. Kari bontásban a legtöbbet külföldre utazók a BTK, majd az ÁJTK és a JGYPK hallgatói².

A költözés „súlya”

A lakóhely-változtatás pszichológiai szakirodalma a migrációt – ebbe beleértve a diákok lakóhely-változtatását is – egy *nagy jelentőségű életpizódznak* (vö. Diamant, 2007; Marlin, 2007) tekinti, ami magában foglalja egyének és csoportok átköltözését egyik földrajzi helyről és kultúrából egy másikba, ami szinte az életük összes terüle-

1 Forrás: <http://www.u-szeged.hu/hirek/2012-februar/szte-hallgatokent-tanulj?objectParentFolderId=4152>

2 Forrás: http://www2.u-szeged.hu/erasmus/statisztika/statisztika_hallgatok.html

tére kihat (vö. Holmes és Rahe éleletesemény skála; Bierbauer & Pedersen, 1996). Számos kutató (Ward, Bochner és Furnham, 2001), valamint a migránsok pszichológiai segítségével foglalkozó gyakorlati szakemberek (pl. Marlin, 2007) között egyetértés alakult ki arra vonatkozóan, hogy a migráció folyamatának szociális és térbeli beilleszkedési/illesztési aspektusai, valamint a mindennapok során gyors egymásutániságban felbukkanó változtatás iránti követelményei fokozottan veszik igénybe az egész személyiséget, krízisprovokáló hatásúak, ezáltal a migráció a személyiség egészét leginkább megterhelő éleletesemények közé sorolandó. A migráció által indukált élethelyzetekkel való megküzdést például Marlin (2007) az egész életpályán átívelő „életprogramnak” tekinti.

Költözés és helyvesztés

Életünk színterei, territóriumai, eltérő fontosságúak (Altman, 1975), egyes helyek, pl. otthon, környék, szülőváros, szülőföld³ – ismerősségük által – biztonságérzést, kompetencia és autonómia élményt keltenek bennünk. Költözéseink során kilépünk ebből a szelf védelmét szolgáló környezetből, az így elinduló változások veszteségélmények sorozatát eredményezik. A helyvesztés-élmény megfogalmazódásának gyökerei már Freud (1917/1997) gyászdefiníciójában fellelhetők, amidőn a gyászt rendszerint valamely szeretett személy, illetve esetlegesen valamely „*helyébe lépő absztrakció pl. haza, szabadság, eszmény stb.*” (i. m.: 131; kiemelés tőlem) elvesztésére adott reakcióként írja le. A helyvesztés élményének artikulálása a pszichológiai szakirodalomban a 60-as években vette kezdetét, amikor is Fried (1963) pszichodinamikus elméletében rávilágított a helyvesztés és a fontos személyek elvesztésének hatására létrejövő gyászmunka párhuzamára. A helyvesztés élményének környezetpszichológiai magyarázata szerint a – szűken, illetve tágan értelmezett – otthoni környezet elhagyásával kilépünk egy olyan színtérből, ami ismerősségével és intimitásával véd, valamint autonómiaérzést biztosít számunkra (Dúll, 1995). Egy fontos hely elhagyása szakadást eredményez a folytonosságélményben (Fried, 1963), mivel elválasztja „egymástól az identitás egyébként szoros összefüggésben

3 Dúll és Urbán (1997) felhívták a figyelmet az érzelmileg jelentős helyek, nyelvi megnevezésében tükröződő az érzelmi hangsúlyra, amint pl. anyaföld, szülőföld, szülőváros, édes otthon stb.

levő komponenseit, a téri és a csoportidentitást” (Dúll, 2002, 50 old). Mint arra egyebütt (Horvát, Dúll és László, 2006) már utaltunk, saját migrációkutatói paradigmánkban, a származási helytől való elszakadás és az új környezethez való alkalmazkodás lélektani vonatkozásainak feltérképezése során, kiemelt szerepet tulajdonítunk a hely- és a csoportidentitás struktúrájában szükségszerűen lejátszódó változások megragadásának és megértésének.

Napjainkra a környezetpszichológiában a helyvesztés sokrétűen kutatott témává nőtte ki magát (lásd Dúll, 2009a). A téma egyik alapja az emberi territoriális viselkedés pszichológiája. Altman (1975) szerint az ember számára pszichológiailag leginkább kitüntetettek az elsődleges territóriumok (elsősorban az otthon). E területek felett a személy teljes kontrollt él meg. A másodlagos territóriumok lélektanilag nem ennyire központiak, mivel kisebb mértékben állnak a használók kontrollja alatt. Ezeknek a helyeknek van nyilvánosságuk, de egyúttal privátak is, például ilyen lehet a lakás előtti utcacéso, vagy bizonyos értelemben a szülőváros, illetve az egész szülőföld. A szakirodalomban egybehangzó elfogadást és alátámasztást nyertek Tuan (1974) gondolatai, miszerint mind az elsődleges, mind a másodlagos territóriumok elvesztése, tényleges vagy pszichológiai megsemmisülése, a fontos társak elvesztéséhez hasonló gyászt hív elő. A migráció során keletkezett veszteségek meggyászolása pedig az új környezetbe való beilleszkedés zálogának tekinthető (Volkan, 1999; Ward és Styles, 2005; Horvát et al., 2006).

Korábbi kutatásaink során (lásd részletesen Horvát et al., 2004, 2005, 2006) egy háromszakaszos modellt dolgoztunk ki, a migráció során lejátszódó a lakóhelyelhagyás hatására keletkező helyvesztés-élmény feltérképezésére, életünk jelentős személyeinek elvesztését követő normál gyász munka folyamatát alapul vevő (lásd Pilling, 2003). A lakóhelyelhagyást követő veszteség-feldolgozást leíró modellünkben a veszteség első stádiumát az *el nem fogadás és tudomásul nem vétel* jellemzi. A második stádium a *tudatosítás* szakasza, amelyben egy időben lehetnek jelen az elhagyott helyhez való kötődés és/vagy az elutasítás jellegzetességei. A harmadik stádiumban történik meg a veszteség okozta *élmények személyiségbe történő integrációja*. Lakóhelyüktől távol tanuló diákokkal végzett vizsgálataink eredményeink arra engednek következtetni, hogy a fontos társak elvesztését követően fellépő gyász munka időbeli lefutása, súlyossága és az egyes veszteség-feldolgozási szakaszok meglétének vagy

hiányának jellegzetességei tekintetében tapasztalható jelentős egyéni eltérések a helyvesztést követően is megnyilvánulnak.

A honvágy

Az időleges vagy tartós otthonveszteség egyik pszichológiai élménymegfelelője a *honvágy* (Eurelings-Bontekoe et al., 1996; van Tilburg et al., 1997, 1999). Becslések szerint az átlagnépesség 50-97%-a élete során legalább egyszer érez honvágyat (van Tilburg et al., 1999), gyakran már néhány napos külföldi tartózkodásunk idején is megtapasztalhatjuk azt a jelenséget, hogy a mindennaposnál erősebb a hazaszeretetünk, sőt egyfajta sajátos kapcsolódási igény ébred bennünk, azokkal az emberekkel, akikkel egy helyről jöttünk.

Ezt példázza egy korábbi kvalitatív vizsgálatunk (Horvát et al., 2005), amely során a helyvesztés élmény feldolgozási mintázatait vizsgáltuk szegedi egyetemi hallgatókból álló mintán. A vizsgálati mintát 76 diák alkotta, valamennyien a Szegedi Tudományegyetem nappali tagozatos hallgatói, kivétel nélkül magyar nemzetiségűek, és tanulmányaik folytatása érdekében hagyták el szülővárosukat. Vizsgálati mintánk a lakóhely-változtatás típusa szerint két alcsoportból állt össze: 50-50% (azaz 38-38 fő) volt a határon belüli és a határon át történő lakóhely-változtatók részvételi aránya. A minta nemi megoszlása 35 férfi, 45 nő. Életkoruk szerint 18-27 év közöttiek (átlag=21,51, szórás=1,97). A résztvevők, 1.-10. évüket töltötték Szegeden átlag=2,98, szórás=1,97). Projektív módszerünk eszközét, egy mondatbefejezésen alapuló kérdőív képezte. Eredményként azal találoztunk, hogy a vizsgálati személyek túlnyomó többsége (69 fő; 90,8%-a) megfogalmazott a lakóhely-változtatáshoz fűződő *veszteségélmény szakaszait tükröző gondolatokat*. A két vizsgálati csoport (határon át ill. határon belül költözők) szignifikáns mértékben⁴ különbözött a veszteségélménnyel való megküzdésben. A határon át történő lakóhely-változtatók mondatbefejezései a helyvesztést követő gyász-munka korai stádiumát jelző tartalmi kategóriákba voltak sorolhatók. Az eredmények alapján arra következtethetünk, hogy a tagadás, az elutasítás és az ambivalens viszonyulás stádiumai valószínűleg gátolják a lakóhely-változtatás során elvesztett hely-és csoportidentitás elemeinek személyiségbe történő integrációját. A lakóhely-változtatás

4 A Khí-négyzet próba értéke: $\chi^2(5)=20,02$; $p=0.001$.

két típusa közötti eltérés feltehetően az országhatár szimbolikus és tényleges jelentőségével (territoriális jelentés) magyarázható. Az elhatároló funkció, fokozza a „gyökerezettség” érzésének veszteségét.

Az iménti vizsgálat eredményei rámutatnak arra, hogy az ismerős helyek elvesztés élményének megjelenéséhez, nem feltétlenül kell átlépnünk országhatárt. A honvágy élményének egyetemes ismerőssége lehet az oka annak, hogy elaborációja eredményeként megannyi művészeti alkotás látott napvilágot. Az irodalmi szövegekben például az óvodáskori meséktől⁵ a felnőtt irodalomig⁶ árnyaltan jelenítődik meg a honvágy élményköre, de számtalan dalszövegben (pl. népdalok) is alapélményként jelenik meg. Ezzel szemben a jelenséget vizsgáló tudományos szakirodalom nagyon gyér és szétszórt (van Tilburg at al., 1999; Vingerhoets, 2005). A szakirodalmi alulreprezentáltság egyik lehetséges magyarázataként említi Vingerhoets (2005) a jelenség szociálisan nem kívánatos voltát. Ez a feltételezés egybecseng azzal a ténnyel, hogy a honvágyra a XVIII. századtól kezdődően patológiaként tekintettek (Furnham, 2005). Számos szerző a lakóhelyelhagyást követően fellépő *reaktív depresszió*nak minősíti (áttekinti van Tilburg, 1999). Mások (például Ward és Styles, 2005) a honvágyat a szülőföld elhagyását követő *természetes gyászreakció*nak tekintik, megint mások (például Vörös, 1997) a honvágy élményében megjelenő elvesztett otthon, valamint a hozzá fűződő szokások és értékrend túlértékelését a lakóhelyelhagyást követően szükségszerűen fellépő *gyászmunka elakadásaként* értelmezik. A honvágyra vonatkozó patologizáló látásmód áthatóságát és marandóságát támasztja alá az a tapasztalat, miszerint – a hétköznapi gondolkodásban és számos tudományos kutatásban is – a honvágyat a költözés potenciális negatív következményeként tartják számon (Scopellitti és Tiberio, 2010).

Áttekintő tanulmányában Vingerhoets (2005) megkérdőjelezi a honvágy jelenségének pontos körülírhatóságát. Ennek fényében figyelemre méltó, hogy Furnham (2005) az alábbiak mentén összegezte a honvágyat átélő személy érzésvilágának kulcsmozzanatait: (a) túlnyomórészt az otthon gondolataival van elfoglalva; (b) szükségét érzi annak, hogy hazamenjen; az otthont jelentő (c) emberek, (d) helyek és dolgok elvesztése miatt szomorúságot, bánkódást érez; ehhez (e) általános boldogtalanságérzés társul; (f) betegségek jelentkezhettek,

5 Például Kormos István: Vakod honvágyat érez

6 Például Márai írásai.

valamint (g) a személy azt érezheti, hogy új lakóhelyén nem igazodik el (dezorientáltság).

A honvágy típusai

A szakirodalomban több honvágy-típológia is napvilágot látott.

Tartalomelemző munkájuk során van Tilburg és munkatársai (1999) a honvágy három típusát különítették el: (1) visszatérő honvágy (*recurrent homesickness*), amely patológiás jegyeket mutat; (2) meggyógyult, helyreállt honvágy (*recovered homesickness*), ami normálisnak, átlagosnak tekinthető alkalmazkodási nehézség; illetve tendenciaként kirajzolódni látszik a (3) a szabadság idején jelentkező honvágy (*holiday homesickness*), amely a megszokott, mindennapi rutinokkal való „szakítás”, az ezekből való ideiglenes kilépés eredményeként jelentkezik.

A honvágy természetéről és típusairól alkotott elképzelést árnyalja Bremer (szóbeli közlés; idézi Vingerhoets, 2005) klinikai tapasztalatai és az állatok kötődési viselkedése között létrehozott párhuzam alapján született honvágy-típológiája. Eszerint a honvágy két típusa különíthető el: az egyik a macskatípusú (*cat-type homesickness*), a másik pedig kutyatípusú honvágy (*dog-type homesickness*). Míg a macska típusú honvágyban a fizikai környezethez való ragaszkodás manifesztálódik, addig a kutya típusú honvágyban az emberekhez fűződő erős kötődés jelenik meg.

A honvágy jelenségében – bármelyik oldalról nézzük is – megmutatkozik a helykötődés sérülése: azaz a megszokott, biztonságot nyújtó kontextus elvesztésének, a társas és környezeti elkülönülésnek az élménye. A helykötődés (többnyire) pozitív érzelmi kötelék egy ember és az általa használt hely között: erős motiváció arra, hogy egy ember egy adott helyen vagy ahhoz minél közelebb tartózkodjon (Dúll, megjelenés alatt). A honvágy és a szeparációs szorongás kapcsolatának kontextusában figyelmet érdemel az a tény, hogy a helyvesztés-kutatással szorosan összefüggő helykötődés-tanulmányok az anya-gyerek kötődési paradigmától elválva folytak (Dúll, 2002) és folynak ma is (Dúll, 2009b). Ez alól részben kivételt képez Ward és Styles (2005) munkája, akik – mint fentebb említettük – a helyvesztés hatására létrejövő honvágy szakaszolásában Bowlby kötődéelméletét veszik alapul.

A honvágý jelentkezésének magyarázatát keresve több szerzõ (például Akhtar, 1999, van Tilburg, 1999, Vingerhoets, 2005) hívja fel a figyelmet a szeparációs szorongás és a honvágý kapcsolatára. A honvágý és a szeparációs szorongás kapcsolatának kétségkívül legegýértelmûbb megnyilvánulásával a DSM-IV.-ben találkozzunk, ahol a honvágý a szeparációs szorongás manifesztálódásaként jelenik meg (van Tilburg, 1999).

A honvágý és a sok újdonság sokkoló hatása

Az új környezetbe költözés szükségszerû velejárójaként fellépõ korábbi élethelyzet, illetve megszokott napi rutinok hirtelen megszakadása/megváltozása, ami az ismerõsség élmény elvesztése által tovább táplálja a honvágý érzését. Az élet számos területére kiterjedõ új rutinok kialakítása során számos stresszkeltõ esemény generálódik. A kultúrközi kontaktust kíséror életeseeményekben gyökerezõ stresszforrásokra adott reakciók megnevezésére a szakirodalomban két elnevezést – és ennek nyomán két megközelítést – is találunk. Az egyik Berry (1970; idézi Berry, 2006a) *akkulturációs stressz* koncepciója, a másik megközelítés pedig az Oberg (1960; idézi Ward et.al., 2001) nyomán útjára indult *kulturális sokk* elképzelés (magyarul lásd például Pusztainé, 2003).

Az akkulturációs stressz koncepció szükségességének kidolgozása mellett érvelve Berry (2006b) fenntartásait fejezi ki a „sokk” terminológiájával szemben, annak negatív színezete miatt, illetve a kultúrközi kontaktusnak kizárólagosan a nehézségeit szem elõtt tartó sugallata miatt. Azt azonban kétségkívül elismeri, hogy az akkulturációs folyamat egész korai idõszakában valóban találkozhatunk a sokk jelenségével.

A kulturális sokk eredeti koncepciója az antropológiában, pszichológiában és szociológiában arra utal, hogy az új kultúrával való találkozás élménye sokkoló hatású kellemetlen meglepetés, amelyet az ismerõs jelek és szimbólumok elvesztésébõl fakadó félelem kísér (Rhinesmith, 1985; idézi Winkelman, 1994). Furnham és Bochner (1986) szerint a sokk kialakulásáért részben az egyénnek az új kultúrával való találkozásra való felkészületlensége, részben pedig az egyén saját kultúrája leértékelésének tapasztalata felelõs. A szerzõpáros nagy ívû áttekintõ munkájában a kulturális sokk jelenségét, a „jet-lag” és az elidegenedés elmélethez hasonlítják.

A kulturális sokk jelenségének első leírójaként a szakirodalom Oberget (1954, 1960; idézi Winkelman, 1994) tartja számon, aki – antropológusként, anekdotázó stílusban – a kulturális sokk hat jellemző aspektusát körvonalazta: 1) egyfajta *erőfeszítés*, amely a szükségszerű pszichológiai alkalmazkodást szolgálja; 2) a barátok, a státusz, a foglalkozás, a vagyon elvesztéséhez kapcsolódó *veszteségélmény és depriváció érzés*⁷; 3) *elutasítottság élmény*: az új kultúra tagjainak elutasítása és/vagy az általuk tanúsított elutasítás tapasztalata; 4) a szerepek, értékek, érzések és identitás vonatkozásában tapasztalt *zavar*; 5) a kulturális különbségek tudatosítását követő *meglepetés, szorongás* esetleg *felháborodás, utálat*; 6) az új környezettel való sikertelen megküzdés tapasztalata eredményeként kialakul a *tehetetlenség érzés* (áttekinti Furnham & Bochner, 1986). Az új kultúrához való alkalmazkodás folyamatának Oberg (1954, 1960 áttekinti Winkelman, 1994) négy egymásra épülő szakaszát⁸ különíti el. A több hónap terjedelmet is elérő kezdeti szakasz, a *mézeshetek időszaka* (*honeymoon stage*), az új kultúrára való rácsodálkozás időszaka. A felfedezések időszakát az utazók rendszerint akkor is pozitívan értékelik, ha azt álmatlanság, izgatottság és stressz kíséri. A mézeshetek időszaka a *válság* (*crisis*) időszakába csap át, amely az első negatív reakciók megjelenésének idejét jelzi. A nyelvi, értékbeli és kulturális különbözőséggel való találkozás – nagy egyéni eltérést mutató – frusztráció, szorongás, düh és elégedetlenség érzésének forrása lehet. A harmadik szakasz a *felépülés* (*recovery*), a kríziskiváltó helyzetekkel való megküzdés időszaka, amely során az utazó kidolgoz egy stratégiát az új környezethez való viszonyulásra vonatkozóan. Ez a szakasz nem a nehézségek megszűnéséről szól, hanem arról, hogy az utazó képes lesz bizakodóan hozzáállni a nehézségek leküzdéséhez. Az *alkalmazkodásként* (*adjustment*) címkézett negyedik szakaszban a vándor elkezd élvezni az új kultúrában való funkcionálást, a nyelv és a helyi szokások gyakorlását.

A felvázolt folyamat-elképzelések dinamikája megfelel a krízisállapot szakaszairól szóló elképzeléseknek. A szakirodalomban egyetértés rajzolódik ki abban a tekintetben, hogy az új lakóhelyen

7 Vö. a honvágy meghatározásával.

8 A kulturális sokk folyamatának modellezésére számos elképzelés született. Oberg elképzelésének körvonalazódása (1960; idézi Furnham & Bochner, 1986) óta széles körben elterjedt a kulturális sokk szakaszos megközelítése (Bochner, 2003).

való beilleszkedés állapotának elérése nem jelenti egyben a folyamat végét is. Ez alól egyedül azok a migránsok képeznek kivételt, akik az alkalmazkodási folyamat végére ténylegesen *bikulturálisakká* válnak, így számukra az adaptáció állandósult állapot (Winkelman, 1994) (vö. transzkulturális migráció, multikulturalizmus). Számos szerző (például Furham és Bochner, 1986; Winkelman, 1994; Ward mtsai, 2001) hangsúlyozzák, hogy a krízisállapottól a beilleszkedésig, illetve alkalmazkodásig tartó szakaszok ciklikusan követik egymást, de egy-egy új esemény hatására megtörik az egyensúly, és megismétlődik a folyamat. Amennyiben az utazó újabb kultúrába érkezik, az adaptációs⁹ szakaszok ismétlődhetnek (Ward mtsai, 2001).

Gullahorn és Gullahorn (1963; idézi Huff, 2001) a kulturális sokk jelenségének leírását kibővítették a hazai környezetbe való visszatéréskor bekövetkező nehézségek súlyának megragadásával. A szerzők egységes elméletbe foglalták azt a kultúrközi folyamatot, amely a kultúrközi akkulturációs folyamattal veszi kezdetét, és az eredeti kultúrába való visszatéréssel ér véget. A visszatéréskor tapasztalható kulturális sokk (*reverse culture shock*¹⁰) élményét az elsődleges kultúrába történő visszailleszkedési folyamat pszichológiai és pszichoszomatikus következményeiként írják le. Az elsődleges kultúrába történő visszailleszkedés (*readjustment*) sokkját bonyolultabb folyamatnak tartják, mint az új kultúrába érkezéskor tapasztalt újdonság okozta sokkot.

A kulturális sokk élményének pozitív átkeretezése

A kulturális sokk elképzelése eredendően patologizáló szemlélettel tekint a jelenségre. Ennek eklatáns példája, hogy a DSM III-ban a bevándorlás potenciális betegségforrásként, pervazív stresszorként szerepel (Bierbauer & Pederson, 1996). A 80-as évek közepétől végezett kutatásokban megjelenik a jelenség pozitív átkeretezése. Számos szerző (pl. Adler, 1975; David, 1971; áttekinti Furnham és Bochner, 1986; Ward, 2001) felhívja a figyelmet arra, hogy a kulturális sokk élménye – amellet, hogy fájdalmas, negatív és időnként

9 Az adaptáció számos lehetősége létezik (vö. akkulturációs stratégiák)

10 Más szerzők (például Furham & Bochner, 1986; Cox, 2004; idézi Bochner, 2006) a „*re-entry shock*” kifejezéssel illetik ezt a folyamatot. A magyar szakirodalomban nem találtunk erre a jelenségre általánosan elterjedt kifejezést, saját munkánkban a visszatérés fordított kulturális sokkjának nevezzük ezt az elképzelést.

patológiához vezető tapasztalatként tartjuk számon – egy pozitív tanulási folyamat részeként, meghatározó szerepet tölthet be a szelf- és személyiségfejlődésben. A kulturális sokk jelenségének pozitív átkeretezése érdekében kitágították a jelenség értelmezési keretét: a szerzők a kulturális sokk jelenségét egyfajta átmeneti tapasztalatnak (*transitional experience*) tekintik, amely új értékek, attitűdök és viselkedésminták befogadását, elfogadását eredményezi. Ward és munkatársai (2001) a *kulturális sokk ABC-modelljében* (a részletes ismertetést lásd a következő fejezetben), a jelenség korábbi megfogalmazásával ellentétben, az ismeretlen környezeti hatásokra adott választ nem passzív, többnyire negatív reakciónak tekintik, hanem amellelt, hogy a kulturális kontaktust kétségkívül potenciális stresszforrásként kezelik, munkájukban a hangsúlyt inkább a változásokkal való megküzdés aktív folyamatára helyezik. A kulturális sokk kontextusában a megküzdési viselkedés (*coping behaviour*) kifejezést a folyamatban résztvevők aktív szerepének hangsúlyozására használják.

Áttekintő tanulmányukban Fülöp és Sebestyén (2011) összefoglalják az átmeneti külföldi tartózkodással járó diák élethelyzet nehezítő és támogató faktorokat. A szerzők a külföldi diák élethelyzetet nehezítő faktorok közül az alábbiakat emelik ki: változásoktól való általános túlterheltség, nyelvi-és kommunikációs nehézségek, az ismeretlen szokások és normák, esetleges anyagi nehézségek, észlelt és/vagy tényleges faji diszkrimináció valamint az eltérő éghajlat. Az átmeneti külföldön tanulás kihívásaival való megküzdést segítő, támogató faktorok közül a személyiség rugalmasságát, a befogadó kultúra ismeretét, a nyelvismeretét, a kiterjedt támogató szociális hálót, a megelőző akkulturációs tapasztalatokat, a fogadó ország tagjaival folytatott megfelelő mennyiségű és minőségű interakciót, valamint a kulturális távolság minél alacsonyabb fokát emelik ki.

A honvágy, mint átmeneti jelenség: „átsegítő” hatások a helyelhagyást követő gyász munkában és az újdonság sokkjával való megküzdésben

Szakirodalmi adatokat találhatunk arra vonatkozóan is, hogy az elvesztett helyek iránti vágyakozásnak az imént jelzett kétségkívül maladaptív hatásai mellett, adaptációt segítő funkciói is lehetnek a lakóhelyelhagyás veszteségeivel való megküzdés során. Fisher (1989,

idézi van Tilburg, 1999) saját, honvággyal kapcsolatos kutatási eredményeinek összegzéseként egy multikauzális modellt hozott létre, amely a kihívások két elemére reflektál: az egyik az ismerős környezettől való szeparáció, a másik pedig az új környezetbe való belépés. A modell alapja többek között egy korai elképzelés (Brown-Moore, 1970; idézi Brown at al., 2005; Horvát at al., 2006), amely szerint a bevándorlási döntési mechanizmusok mögött kettős környezetpszichológiai értékelési folyamatok állnak; vagyis a migrációs elhatározás lényege két, többé-kevésbé szimultán zajló aktivitás: az egyik a megfelelő bevándorlási célhely keresése, a másik pedig a választható helyek értékelése. Ebben az esetben tehát nem alakul ki a bárcsak- fantázián alapuló életstratégia, hanem a helyváltoztatás lezajlása után a folyamat – eltérő értelemben ugyan, de továbbra is – kettős: az egyik feladat a helyvesztéssel való megküzdés (lásd Dúll, 2009a), a másik az új hely kialakítása. Ez elsősorban az akaratlagos (vagyis nem kényszer alapú) költözés esetében tud lezajlani: a bevándorlónak az elhagyott hellyel kialakult érzelmi és kognitív kötődései fokozatosan átalakulnak, gyengülnek, míg ezzel párhuzamosan a választott hellyel új kapcsolatok alakulnak ki.

Más szerzők (pl. Akhtar, 1999) kiemelik a bevándorló honvágyának énvédő és megküzdési stratégia funkcióit. E mechanizmusok egyik lehetséges magyarázata, hogy a honvággy – a tárgyvesztést követő visszatekintő idealizálással – segíthet a bevándorlónak megküzdenni az aktuális frusztrációk következményeként megjelenő agresszióval (Akhtar, 1999). Ennek értelmében az elveszített hely iránti nosztalgiában megnyilvánuló honvággy kreatív alkalmazása tehát átsegíthet az elhagyott hely iránt érzett veszteségélményeken (Grinberg és Grinberg, 1989), és ezáltal az új lakóhelyen zajló beilleszkedés folyamatának szolgálatába állítható.

Fentebb már utaltunk arra, hogy a megküzdés helyvesztéssel és a választott új hely kialakítása akkor tud párhuzamosan zajlani, ha a helyváltoztatás akaratlagos. Ugyanígy, a nosztalgia megküzdést segítő szerepe is csak akkor értelmezhető, ha a helyelhagyás nem valamilyen társadalmi vagy természeti erőszak következtében jött létre (Akhtar, 1999)

A nosztalgia kreatív erőforrásként való értelmezési lehetősége egybecseng Krystal (1988; idézi Tremkó, 1992-93) gondolatmenetével, aki hangsúlyozza, hogy az erőt adó gondolatok is értelmezhetők –winnicotti értelemben vett– átmeneti jelenségként: „az átmeneti jelenségek

(egy vigasztaló dallam, kedvenc könyv, erőt adó gondolatok, különféle transzállapotok, vallási élmények, kreatív élmény stb.) az idealizált anyai reprezentációt tartalmazzák, és átélésükkor az anyával való szimbolikus egyesülés élményéhez térünk meg, az onnipotencia illúzióját nyerjük vissza.”(Krystal, 1988; idézi Tremkó, 1992-93).

A fenti gondolatmenet nyomán feltételezhető, hogy a honvágy élményében tapasztalható származási helyhez kapcsolódó érzések, emlékek felidéződései az idealizált múlt reprezentációit tartalmazzák, átélésükkor a múlttal való szimbolikus egyesülés élménye élhető meg, ami segít visszanyerni a személyiség integritásának, illetve az identitásnak a migráció során megkérdőjeleződött és elvesztett elemeit. A gyermek átmeneti tárgyakkal szemben tanúsított szeretet–megnyilvánulások és destruktív kitörések formájában megnyilvánuló ambivalens viszonyulása (Winnicott, 2004) köszönhet vissza a szülőföldre után vágyakozó ember felkavaró érzéseiben. A szülőföld iránti vágyban megnyilvánuló élmények sora – ahhoz hasonlóan, ahogy a szimbolikus és preszimbolikus jelentések sorozata, azaz az átmeneti tárgyak – segítheti a gyermeket a hiányzó anya pótlásában, a szülőföld helyeihez kapcsolódó élmények felidézése segítheti a szülőföldjét elhagyó emberben jelentkező hiányérzet/veszteségélmény feldolgozását. A honvágy átmeneti jelenségként való kreatív használata (ld. a honvágy élményének elaborációja művészeti alkotásokban), tehát időt ad az egyén számára ahhoz, hogy feldolgozhassa saját veszteségeit, elfogadja a változásokat és megértse, mit nyerhet az előállt új élethelyzetből. Az aktuális szenvedést okozó helyzet értelmének keresése közben, a bevont önismereti munka eredményeként, a kereső mintegy önmagára is rátalál, és megtapasztalja azt, hogy képes önmaga számára értelmessé alakítani a helyzetet (Frankl, 1977/1988, 1989/2005).

Összefoglaló

A tanulmányban határon belüli és határon át költözők vizsgálatának eredményeit alapul véve, a diákok költözését kísérő lakóhelyvesztés hatására fellépő gyász munka jellegzetességeit írtuk le. A téma nemzetközi szakirodalmi áttekintését alapul véve, bemutatásra került a tudományos és a hétköznapi gondolkodásban egyaránt negatív konnotációval használt *kulturális sokk* – és ehhez kapcsolódóan – a *honvágy* jelenségének pozitív átkeretezése, melynek segít-

ségével ezeknek az élményeknek a megküzdést segítő, személyiségépítő jellegzetességei kerültek előtérbe.

Irodalomjegyzék

Akhtar, S. (1999) The Immigrant, the exile, and the experience of nostalgia. *Journal of Applied Psychoanalytic Studies*, 1,2, 123-130.

Altman, I. (1975) *The environment and social behavior. Privacy, personal space, territory and crowding*. Brooks/Cole, Monterey.

Berry, J.W. (2006a) Context of acculturation. In Sam, D.L., Berry, J.W (eds.) *The Cambridge Handbook of Acculturation Psychology*. 27-42. Cambridge University Press, Cambridge.

Berry, J.W. (2006b) Stress perspectives of acculturation. In Sam, D.L., Berry, J.W (eds.) *The Cambridge Handbook of Acculturation Psychology*. 43-57. Cambridge University Press, Cambridge.

Bochner, S. (2006) Culture shock due to contact with unfamiliar cultures. In Lonner, W.J., Dinnel, D.L., Hayes S.A., Sattler, D.N. (eds.) *Online Readings in Psychology and Culture*. Center for Cross-Cultural Research. Western Washington University, Bellingham. <http://www.wvu.edu/~culture> (Letöltve: 2010-04-11)

Bierbauer, G., Pedersen, P. (1996) Culture and Migration. In Semin, G.R., Fiedler, K. (eds.) *Applied Social Psychology*. 399-422. Sage, London.

Brown, T.C., Peterson, G.L., Brodersen, R.M., Ford, V., Bell, P.A. (2005) The judged seriousness of an environmental loss is a matter of what caused it. *Journal of Environmental Psychology*, 25,1, 13-21.

Diamant, J. (2007) *Motives leading to emigration, identity of the immigrants and their problem*. XIth European Congress of Psychology. 3-6 July. Prague.

Dúll A. (1995) Az otthon környezetpszichológiai aspektusai. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 51,5-6, 345-377.

Dúll A. (2002) Ember és környezet affektív kapcsolata: a helykötődés. *Alkalmazott Pszichológia*, 4,2, 49-65.

Dúll A. (2009a) A környezetpszichológiától a környezeti kommunikációig. In Dúll A. (ed.) *A környezetpszichológia alapkérdései. Helyek, tárgyak, viselkedés*. 11-14. L'Harmattan, Budapest.

Dúll A. (2009b) Helykötődés: ember és környezet affektív kapcsolata. In Dúll A. (ed.) *A környezetpszichológia alapkérdései. Helyek, tárgyak, viselkedés*. 121-134. L'Harmattan, Budapest.

Dúll A. (megjelenés alatt). Az identitás környezetpszichológiai értelmezése: helyézés, helykötődés és helyidentitás. In Bodor P. (ed.) *Emlékezés, identitás, diskurzus*.

Eurelings-Bontekoe, E.H.M., Tolsma, A., Vershuur, M.J., Vingerhoets, A.J.J.M. (1996) Construction of a homesickness questionnaire using a female population with two types of self-reported homesickness. *Preliminary results, Personality and Individual Differences*, 20,4, 415-421.

Frankl, V.E. (1977/1988) *...és mégis mondj Igent az Életre! Egy pszichológus megéli a koncentrációs tábor*. Pszichoteam, Budapest.

Frankl, V.E. (1989/2005) *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben*. JEL Könyvkiadó, Budapest.

Freud, S. (1917/1997) Gyász és melankólia. In Erős F. (ed.) *Ösztönök és ösztönsorsok*. 129-143. Filum kiadás, Budapest.

Fried, M. (1963) Grieving for a lost home. In Duhl L.J. (ed.) *The urban condition*. 151-171. Basic Books, New York.

Furnham, A. (2005) Culture shock, homesickness, and adaptation to a foreign culture. In van Tilburg M.A.L., Vingerhoets, A.J.J.M. (eds.) *Psychological aspect of geographical moves: homesickness and acculturation stress*. 17-34. Tilburg University Press, Tilburg.

Furnham, A., Bochner, S. (1986) *Culture shock*., Methuen, New York.

Fülöp M, Sebestyén, N. (2011) *Kulturális sokk? Kulturális különbségek Budapesten tanuló egyetemisták szemével. Pszichológia*, 30,2, 81-106.

Grinberg, L., Grinberg, R. (1989) *Psychoanalytic perspectives on migration and exile*. Yale University Press, New Haven.

Horvát M. T., Dúll A., & László J. (2004) Az új lakókörnyezethez való alkalmazkodás narratíváinak elemzése. Magyar Pszichológiai

Társaság XVI. Országos Tudományos Nagygyűlése, 2004. máj. 28–30., Debrecen. *Előadáskivonatok*, 71.

Horvát M. T., Dúll A., László J. (2005) The effects of migration in identity structures of young Hungarians. Presentation, Children and Youth in emerging and transforming societies. International conference, Childhoods, Jun 29–July 3. Oslo.

Horvát M. T., Dúll A., & László J. (2006) A helyvesztesség vizsgálata migrációban lévő magyar fiatalok körében – kutatási beszámoló. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 61,1, 133-153.

Horvát M. T., Dúll A., László J. (2007) Methodical approach in studying to express the feeling of loss during the migration. XIth European Congress of Psychology. 3-6 July. Prague.

Huff, J. L. (2001). Parental attachment, reverse culture shock, perceived social support, and college adjustment of missionary children. *Journal of Psychology and Theology*, 29, 246-264.

Marlin, O. (2007) Clinical perspective on psychology of immigration and cross-cultural adaptation. XIth European Congress of Psychology. 3-6 July. Prague.

Pilling, J. (2003) A gyász lélektana. In Pilling J. (ed.) *Gyász*. 27-54. Medicina Könyvkiadó, Budapest.

Pusztainé T.É. (2003) A kulturális sokk okai, jellege, lefolyása és lehetséges minimalizálási módjai. In Tompos A., Bakonyi I. (eds.) *Győri Nyelvi Mozaik I.* 73-91. Palatia Nyomda, Győr.

Scopellitti, M., Tiberio, L. (2010) Homesickness in University Students: The Role of Multiple Place Attachment. *Environment and Behavior*, 42,3, 335-350.

Tremkó M. (1992-93). A megtalált és elvesztett paradicsom. Ópiátfüggők kreativitásának vizsgálata. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 32-33,5-6, 445-469.

Tuan, Y.F. (1974) *Topophilia: A study of environmental perception, attitudes and values.*, Englewood Cliffs, New Jersey.

van Tilburg, M.A.L., Vingerhoets, A.J.J.M., van Heck, G.L. (1997) Coping with homesickness: The construction of the Adult Homesickness Coping Questionnaire. *Personality and Individual Differences*, 22, 6, 901-907.

Vingerhoets, A.J.J.M. (2005) The homesickness concept: Questions and doubts. In van Tilburg M., Vingerhoets, A.J.J.M.

(eds.) *Psychological aspects of geographical moves: Homesickness and acculturation stress*. 1-16. Tilburg University, Tilburg.

Volkan, V. D. (1999) Nostalgia as a Linking Phenomenon. *Journal of Applied Psychoanalytic Studies*, 1, 2, 169-179.

Ward, C., Bochner, S., Furnham, A. (2001) *The psychology of culture shock*. Routledge, Hove.

Ward, C., Styles, I. (2005) Culturing settlement using pre- and post-migration strategies. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 12, 4, 423–430.

Winkelman, M. (1994) Cultural Shock and Adaptation. *Journal of Counseling and Development*, 73, 2, 121-126.

Winnicott, D.W. (2004) *A kapcsolatban bontakozó lélek*. Új Mandátum Könyvkiadó, Budapest.