

HELYVESZTÉSÉLMÉNY ÉS HONVÁGY – EGY „KESERÉDES” JELENSÉG KÖRNYEZETPSZICHOLÓGIÁJA



HORVÁT M. Tünde

egyetemi tanársegéd, SZTE BTK Pszichológia Intézet
PhD-hallgató, PTE BTK Pszichológiai Intézet, Pszichológia Doktori Iskola
E-mail: hmtunde@sol.cc.u-szeged.hu

DÚLL Andrea

egyetemi docens, BME Szociológia és Kommunikáció Tanszék
E-mail: dam@eik.bme.hu

LÁSZLÓ János

egyetemi tanár, PTE BTK Pszichológiai Intézet
E-mail: laszlo@btk.pte.hu



EÖTVÖS LORÁND TUDOMÁNYEGYETEM
PEDAGOGIKUM KÖZPONT
TÁMOP 4.2.1./B-09/1/KMR-2010-0003

*„Én nem tudom, talán messzire mentem,
talán találtál jobb fiat helyettem,
vagy ez csak színlelt bölcs anya-harag tán,
én városom, én szülő szép Szabadkám?*

*Én nem tudom, de amikor hazaértem,
szitkok sziszegtek a szigorú éjben,
utcáidon kiskorom nem találtam,
s hóval szórtad be az utat utánam.*

*Pedig én hozzád mindig haza mennék,
mert a gyerekek, ha fel is nő, kell még
egy-egy mosoly, amelyért nem jár hála,
kell a fölös szeretet babonája.”*

Ács Károly: *Neked mondom, Szabadka* (részlet)

ÖSSZEFOGLALÓ

A migráció személyiségalakulásra gyakorolt hatásait görcső alá vevő kutatások egyik alaptétele, hogy az egyéni életút során a lakóhely-változtatás többszörös veszteséget eredményez. Jelen tanulmányunk célja a helyvesztés és honvágy kapcsolatának elemzése. Betekintést nyújtunk a honvágy meghatározására vonatkozó kurrens pszichológiai megközelítések kérdéseibe és megválaszolási alternatíváikba. Megvizsgáljuk a honvágy „bárcsak-fantáziába” menekülés által kifejtett patologizáló vonatkozásait. Tanulmányunk második részében feltérképezzük a honvágy pozitív hatásait. A honvágynak a helyelhagyást követő gyászmunkában kifejtett potenciális segítő szerepét hangsúlyozó szakirodalmi adatok ismertetése nyomán bemutatjuk a honvágy átmeneti jelenségként való értelmezési lehetőségét, valamint utalunk e megközelítés és a logoterápia alapelvei között felállítható párhuzamra. E gondolatmenet nem titkolt célja, hogy rávilágítsunk a helyvesztés krízisének feldolgozásához kapcsolódó potenciális pszichés segítő mechanizmusokra. Tanulmányunk végén röviden ismertetjük a Fontos Helyek Köre kutatási módszerünk lényegét és a helyvesztés élményével való megküzdés segítésének területén való alkalmazási lehetőségeit.

Kulcsszavak: helyvesztés, honvágy, átmeneti jelenségek, logoterápia, narratív identitás

A HELYVESZTÉS ÉLMÉNYÉVEL VALÓ MEGKÜZDÉS JELLEGZETESSÉGEI

A helyvesztésélmény 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 – a szerzők) elvesztésére adott reakcióként írja le. A helyvesztés élményének artikulálása a pszichológiai szakirodalomban a hatvanas 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, amely ismerőségével és intimitásával véd, valamint autonómiaérzést biztosít számunkra (Düll, 1995). Egy fontos hely elhagyása szakadást eredményez a folytonosságélményben (Fried, 1963), mivel elválasztja „egymástól az identitás egyébként szoros összefüggésben levő komponenseit, a téri és a csoportidentitást” (Düll, 2002, 50). Mint arra egyebütt (Horvát és mtsai., 2003) már utaltunk, saját migrációkutatási 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 Düll, 2009a). A téma egyik alapja az emberi territóriális 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 utcarész vagy bizonyos értelemben a szülőváros, illetve az egész szülőföld. A szakirodalomban egybehangzó elfogadást és alátámasztást nyertek Tuan (1974) gondolatai, miszerint úgy az elsődleges, mint 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 és mtsai., 2006b).

Korábbi kutatásainkban (lásd részletesen Horvát és mtsai., 2004, 2005, 2006b) a migráció során lejátszódó, a lakóhelyelhagyás hatására keletkező helyvesztésélmény feltérképezésére egy háromszakaszos modellt alkalmaztunk. A migrációt követő veszteségfeldolgozást leíró modellünkben a veszteség első stádiumát az *el nem fogadás és tudomásul nem vétel* jellemzi. A második stádium a *tudatosítás* szakasza, amelyben egyszerre lehetnek jelen az elhagyott helyhez való kötődés és/vagy az elutasítás jellegzetességei. A harmadik stádiumban megy végbe a veszteség okozta *élmények személyiségbe történő integrációja*. Eredményeink arra engednek következtetni, hogy a fontos társak elvesztését követően fellépő gyászmunka időbeli lefutása, súlyossága és az egyes szakaszokon való végigjutás meglétének vagy hiányának jellegzetességei tekintetében tapasztalható jelentős egyéni eltérések a helyvesztést követően is megnyilvánulnak.

MI A HONVÁGY? A HONVÁGY DEFINÍCIÓJA ÉS TÍPUSAI

Az időleges vagy tartós otthonvesztés 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). Ez lehet az oka annak, hogy a honvágy élményének elaborációja eredményeként megannyi művészeti alkotás látott napvilágot. Jelen tanulmányban például többször idézzük Márai Sándor honvágyról írott gondolatait. Ezzel szemben a jelenséget vizsgáló tudományos szakirodalom nagyon gyér és szét-szórt (van Tilburg et al., 1999; Vingerhoets, 2005). A szakirodalmi alulreprezentáltság egyik lehetséges magyarázataként említi Vingerhoets (2005) a jelenség szociálisan nemkívánatos voltát. Ez a feltételezés egybecseng azzal a ténnyel, hogy a honvágyra a 18. 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 gyászreakciónak* 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 patológizáló látásmód áthatóságát és maradandóságát 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 jelentkezhetnek, valamint g) a személy azt érezheti, hogy új lakóhelyén nem igazodik el (dezorientáltság).

A honvágy koncepciójának elméleti körvonalazódását segítheti annak eldöntése, hogy a honvágy egységes szindrómának tekinthető-e vagy etiológiáját és súlyosságát tekintve különböző altípusai léteznek – hangsúlyozza van Tilburg és munkatársai (1999). Ausztráliában élő, angolul beszélő nők (ún. „láthatatlan” bevándorlók) vizsgálata során a honvágy szakaszait Ward és Styles (2005) a Bowlby (1969) munkájából jól ismert veszteségfeldolgozás négy fázisával azonosították: 1. zsibbadás, dermedtség-sokk; 2. vágyakozás az elvesztett tárgy után; 3. kétségbeesés és szétszórtság; 4. újraszerveződés. Ward és Styles munkájában a honvágy második szakaszában megjelenő elvesztett hely iránti vágyakozás rokonítható a honvágy átmeneti jelenségként való értelmezésével (Akhtar, 1999; Volkan, 1999) – amelyet alább részletesen tárgyalunk. Ez az utóbbi elképzelés azonban nem szakaszolja a honvágyat.

A szakirodalomban több honvágy-tipológia 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 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-tipológiája. Eszerint a honvágy két típusa különíthető el: az egyik a macskatípusú (*cat-type homesickness*), a másik pedig a kutyatípusú honvágy (*dog-type homesickness*). Míg a macskatípusú honvágyban a fizikai környezethez való ragaszkodás manifesztálódik, addig a kutyatípusú 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 (Düll, megjelenés alatt). A honvágy és a szeparációs szorongás kapcsolatának kontextusában figyelmet érdemel az a tény, hogy a helyvesztéskutatással szorosan összefüggő helykötődés-tanulmányok az anya-gyerek kötődési paradigmától elválva folytak (Düll, 2002) és folynak ma is (Düll, 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 honvágy jelentkezésének magyarázatát keresve több szerző (például Akhtar, 1999; van Tilburg, 1999; Vingerhoets, 2005) hívja fel a figyelmet a szeparációs szorongás és a honvágy kapcsolatára. A honvágy és a szeparációs szorongás kapcsolatának kétségkívül legegyszerűsített

műbb megnyilvánulásával a DSM-IV-ben találkozunk, ahol a honvágy a szeparációs szorongás manifesztálódásaként jelenik meg (van Tilburg, 1999).

A HONVÁGY ÉS A SZEPARÁCIÓS SZORONGÁS KAPCSOLATA

Akhtar (1999) a honvágy szerepét áttekintő elemzésében Freud (1917/1997) elképzelése nyomán utal arra, hogy a bevándorló a szeparáció mentális fájdalmával való szembesüléskor az elvesztett tárgy hiperkatexisához folyamodik, ami a migráns múltjának idealizálásához vezet. A honvágy pszichodinamikus jellegzetességeinek érzékletes leírása során Freedman (1956, idézi Akhtar, 1999) a bevándorló erőteljes emlékekbe kapaszkodó vágyakozásának analógiájaként olyan érzelmileg megfosztott gyerekekről beszél, akinek csak egyetlen játéka van, és abba kapaszkodik. Hangsúlyozza, hogy az elvesztett helyek iránt vágyakozó bevándorló eljuthat oda, hogy akár teljesen a múltban éljen. Ebben az esetben előfordulhat, hogy a migránsnak nem jut elegendő energiája egy új életmód kialakítására (Volkan, 1999). Az ismétlődően reménytelenül visszavágyódó (elvágyódó) emigráns kifejleszthet egy *bárcsak-fantázián alapuló életstratégiát* (Akhtar, 1996, idézi Akhtar, 1999). Ennek az a lényege, hogy a személy gondolataiban rögzül: minden baj forrása az a mozzanat, hogy elhagyta származási helyét (vö. elvesztett tárgy hiperkatexisa). A fenti gondolatmenetben állandó mozzanat, hogy a helyelhagyás nélkül problémamentes életet lehetett volna élni.

A HONVÁGY MINT ÁTMENETI JELENSÉG: „ÁTSEGÍTŐ” HATÁSOK A HELYELHAGYÁST KÖVETŐ GYÁSZMUNKÁBAN

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 és Moore, 1970, idézi Brown et al., 2005; Horvát és mtsai., 2006b), 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 honvágy – 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 honvágy 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 a helyvesztéssel és a választott új hely kialakítása akkor tud párhuzamosan zajlani, ha a helyváltogatás akaratlagos. Ugyanígy, a nosztalgia megküzdést segítő szerepe is csak akkor értelmezhető, ha a helyelhagyás nem valamilyen társadalmi vagy természeti erőszak következtében jött létre (például Akhtar, 1999; Howell, 1999). A száműzetéskor megélt frusztráció hatására keletkezett agresszió ugyanis visszahat és mintegy megfertőzi a helyhez fűződő pozitív élményeket (Akhtar, 1999; Howell, 1999): „A belső tárgyi világ így meghasad. A honvágy örömeinek »keserédességéből« az édes elem elvész, csak a keserűség marad” (Akhtar, 1999, 126).

A menekült személyekkel végzett klinikusi munka (Volkan, 1999) tapasztalatai tovább árnyalják a honvágy és a migrációs döntés akaratlagosságáa közötti kapcsolatot. Volkan azt tapasztalta, hogy a helyvesztés élményével való megküzdés során sokan *átmeneti jelenségekbe* (linking phenomenon) kapaszkodnak. A szerző a honvágy élményében megjelenő, elhagyott hely iránti nosztalgiát – a winnicotti (2004) átmeneti jelenségek pszichés és fiziológiai feszültségkezelésben játszott szerepét hangsúlyozva – az átmeneti tárgyhoz hasonlatos átmeneti jelenségnek tekinti, és hangsúlyozza a helyvesztés hatására fellépő gyászmunkában betöltött szerepét. A származási helytől való elszakadás traumájának hatására fellépő honvágy átmeneti jelenségként való értelmezését támasztja alá, hogy Winnicott (2004) eredeti gondolatmenetében az átmeneti jelenségek felbukkanása oki kapcsolatban áll az énefejlődés mahleri értelemben vett szeparációs-individuációs szakaszában bekövetkezett elszakadási traumával. A személyiségfejlődés köztes állapotában, amikor az internalizált tárgy képe még nem elég szilárd ahhoz, hogy biztonságot nyújtson, a gyermek az átmeneti tárgyhoz való kötődésével képes lehet saját bizonytalanságérzését csökkenteni (Tremkó, 1992–93). A migránsok által alkalmazott átmeneti jelenségek sokoldalúságát támasztja alá, hogy az elvesztett helyek, emberek és tárgyak iránti vágyakozás esetenként kétségkívül patológizálhat ugyan (vö. bárcsak-életmód kialakítása), de kreatív megküzdést is eredményezhetnek. Az átmeneti jelenségek kreatív használatának tekinti Volkan (1999) azokat az eseteket, ahol az elvesztett emberekkel, helyekkel, kultúrával való kapcsolatfelvétel az elbúcsúzás és a lezárás törekvésével történik. Volkan interpretációjában ez a búcsúzás lehetőségének gyászmunkában betöltött oltalmazó szerepére utal (vö. fentebb Grinberg és Grinberg, 1989).

A nosztalgia kreatív erőforrásként való értelmezési lehetősége egybecseng Krystal (1988, idézi Tremkó, 1992–93) gondolatmenetével, aki hangsúlyozza, hogy az erőt adó gondolatok is értelmezhetők 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 szimbo-

likus egyesülés élményéhez térünk meg, az onnipotencia illúzióját nyerjük vissza” (Krystal, 1988, idézi Tremkó, 1992–93, 448–449).

A fenti gondolatmenet nyomán feltételezhető, hogy a honvágy élményében tapasztalható szülőföldhöz 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 szeretetmegnyilvánulások és destruktív kitörések formájában megnyilvánuló ambivalens viszonyulása (Winnicott, 2004) köszönhet vissza a szülőföldje 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 tehát időt ad az egyén számára ahhoz, hogy feldolgozhassa saját veszteségeit, elfogadja a változásokat és megértse, mit nyerhet az előállt új élethelyzetből. Az (elhagyott) helyekhez, például a „szülővároshoz a viszonyunk az évekkel mind bensőségebb, bonyolultabb lesz. Az ember lassan elfelejt minden érzelmességet, s mint minden bensőséges kapcsolatban, nem erényeit vagy hibáit nézzük annak, aki fontos nekünk, hanem a tényt, hogy van. S ez, ahogy múlnak az évek, mindennél fontosabb. A szülővárosba idővel nem emlékeket jár halászni az ember, hanem visszakapni egy pillanatra ez ingó, örökké változó életben és világban a biztonság érzetét” (Márai Sándor: *A kassai bombák*).

A honvágy értelme

A fentiekben kifejtett veszteség okozta szenvedésben rejlő pszichés energiák személyes fejlődés szolgálatába állítása köszön vissza a logoterápia alapelképzelései között is (magyarul lásd például Frankl, 1977/1988, 1989/2005). E terápiás megközelítésben a fájdalom és a szenvedés elnémitása helyett (Bagdy, 2005) az értelemkeresés helyeződik előtérbe. Frankl elméletében ugyanis explicitté válik, hogy a változás záloga mindig az adott helyzet adott személyre szabott konkrét értelmének megtalálásában rejlik (Sárkány, 2005). Az aktuális szenvedést okozó helyzet értelmének keresése közben, a bevont önismereti munka eredményeként, a kereső mintegy önmagára is rátalál, és megtapasztalja, hogy képes önmaga számára értelmessé alakítani a helyzetet (Frankl, 1977/1988, 1989/2005).

Jelen tanulmány szerzői fontosnak tartják kiemelni, hogy a saját élethelyzet értelmezése felett érzett kontroll élményének értéke hatványozottan érvényesülhet a kényszer hatására létrejött migráció során, ahol a lakóhelyelhagyásra vonatkozó döntésben az egyén által nem befolyásolható külső hatások (a motivációs döntés meghozatalában szerepet játszó toló erők, vö. Horvát és mtsai., 2006b) túlsúlya jelentkezik. Az értelemkeresés által történő megküzdés megerősítheti a belső kontrollt, a saját létezés, sors, élet/élethelyzet felett érzett kontrollt. Ennek jelentőségét támasztja alá Ward (2001) áttekintő tanulmánya, amelyben beszámol arról, hogy a migráció során zajló beilleszkedés folyamata és a személyiség közötti kapcsolatot kultúrközi szempontokat is figyelembe véve feltáró vizsgálatokban a személyiségjellemzők közül a Rotter-féle

kontrollhelykutatások (Rotter, 1954, idézi Rotter, 1990) kapták a legnagyobb figyelmet. A vizsgálatok eredményei egybehangzóan arra engednek következtetni, hogy belső kontroll esetén sikerebb alkalmazkodás és kevesebb pszichoszomatikus megbetegedés kíséri a migrációt.

ÉRZELMILEG KITÜNTETETT HELYEK FELIDÉZÉSÉNEK SEGÍTŐ SZEREPE A HELYVESZTÉSSEL VALÓ MEGKÜZDÉS SORÁN

Bevándorlók beszámolóit elemezve Akhtar (1999) azt találta, hogy a migránsok visszaemlékezéseiben saját származási helyük túlértékelése zajlik: emlékeikben sokkal inkább a helyek, mint az emberek vannak a középpontban. „Kíváncsian nézem e ragaszkodást és honvágyat, nem értem, szétszedem, megdöbbenve és nyugtalanul vizsgálom. Valami van az alján, amire nem számítottam: kötöttség, vonzódás. E néhány utcához ragaszkodom, e fákhöz” (Márai Sándor: *Napnyugati őrzőjártat*). Akhtar az arányeltolódás magyarázatában Searles (1960, idézi Chawla, 1992) elképzelésére támaszkodik, aki a helyekhez fűződő nosztalgia túlsúlyát azzal magyarázza, hogy gyermek- és serdülőkorban a magánéletet átszövő tárgyi környezet semleges alternatív tér szerepét tölti be, és megtapasztalhatóvá válik benne az emberi interakciók változékonysága. Egy tér huzamos idejű használata pedig magával vonja az ember involválódását az adott térbe (Stefanovic, 1998). Így életünk helyszínei háttérfüggőnként (Sarbin, 2005) meghatározó szerepet kapnak a színtereken zajló életesemények alakításában, eközben pedig az ember az általa használt földrajzi/fizikai térhez érzelmi szálakat fejleszt (vö. Düll, 2002, 2009b; Düll és Urbán, 1997). Az elvesztett/elhagyott helyek iránti nosztalgikus vágyakozás tehát az otthon, a régi kávézók, utcarészletek, dombok és a haza vidékeinek felidézéséhez kapcsolódó intenzív érzelmekkel magyarázható (Freedman, 1956, idézi Akhtar, 1999).

A hely kettős karaktere

A származási hely mindennapi életet átható érzelmi vonatkozásai hangsúlyozódnak a hétköznapi nyelvhasználatban is: anyaföldről, szülőföldről, szülővárosról, édes otthonról stb. beszélünk (Düll és Urbán, 1997). A szakirodalmi beszámolók ugyanakkor arról tanúskodnak, hogy a helykötődés nem kizárólag pozitív, hanem negatív vagy ambivalens érzelmi színezetű is lehet (vö. Düll, 2002). Taylor (2010) a helyek és az identitás kapcsolatát vizsgáló interjúelemzések során azt tapasztalta, hogy a válaszadók számára nem különül el élesen egy hely pozitív vagy negatív mivolta, ami a helyek kettős karakterére (the double character of place) utal. Egy helyről szóló narratívában például a helyhez kötődő múltbeli pozitív érzésekhez a jelenhez kapcsolódó negatív érzések párosulhatnak, például megghiúsult elvárások formájában.

Kitekintés

A fenti elméleti koncepcióból világossá válik, hogy a migráció-gyász-honvágy pszichés dinamikája vonatkozásában, az élettörténet jelentős helyeinek – a hozzájuk fűződő érzések, gondolatok – felidézése hozzájárulhat a honvágyban rejlő pszichés energiák mozgósításához (vö. honvágy mint átmeneti jelenség), ami a migráció eredményeként létrejövő veszteségélmény (vö. Horvát és mtsai., 2006b; Düll, 2009a, megjelenés alatt) feldolgozásának szolgálja.

tába állítható. A helyekről szóló narratívák (vö. narratív identitás – Taylor, 2010), az időbeliség dimenziójára felfűzve, az identitáskontinuitásban betöltött szerepük nyomán, segítenek létrehozni a (narratív) identitás múlt-jelen-jövő integritását.

ÖSSZEGZÉS

Tanulmányunkban felvázoltuk a helyvesztés és a honvágy patológia irányába mutató, valamint normatívnak tekinthető és személyiségépítő hatását. Bemutattuk a honvágy jelenségének néhány átkeretezési lehetőségét. Hangsúlyoztuk, hogy a migráció kísérőjeként jelentkező helyvesztés nehézségeinek átértelmezése során megszülető múlt-jelen-jövő integritás élménye, az identitás újrastrukturálódása nyomán, az új környezetbe való beilleszkedést szolgálhatja.

SUMMARY

THE “BITTER-SWEET” PHENOMENON OF HOMESICKNESS. AN ENVIRONMENTAL PSYCHOLOGICAL APPROACH TO GRIEF REACTIONS TO LEAVING HOMELAND

There is an agreement in psychological literature that leaving the homeland causes multiple loss. The aim of this paper is to discuss a relationship between lost of place and homesickness. First on overview is given of the current questions and doubts associated with theories of homesickness. This review addresses the definition of homesickness, and the possible different kind of homesickness. We introduce the pathological effect of immigrants “if only” fantasy that account following leaving home.

The second part of our paper highlight is given on positive aspects of homesickness. Our focus is given for homesickness as a linking phenomenon. On overview is given how the nostalgia helps the immigrant defend against of the aggression resulting from current frustration. In addition the review focuses on possibilities for interventions are based on logotherapy. Finally there is shortly presented our research method based on important places of someone’s life. Which aim was to focus on possibilities for interventions are based on this method.

Keywords: loss of place, homesickness, linking phenomenon, logotherapy, narrative-identity

IRODALOM

- 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.

- BAGDY E. (2005): „Fogyasztói világban értelmesen élni.” In: Sárkány P. (szerk.): *Az értelem-kérdés sodrában*. Viktor Frankl centenáriuma. JEL Könyvkiadó, Budapest. 43–52.
- BOWLBY, J. (1969): *Attachment and Loss, vol. 1: Attachment*. Hogarth Press, 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. 13–21.
- CHAWLA, L. (1992): Childhood place attachment. In: ALTMAN, I., LOW, S. M. (eds.): *Place attachment*. Plenum Press, New York. 63–87.
- DÜLL A. (1995): Az otthon környezetpszichológiai aspektusai. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 5–6. 345–377.
- DÜLL A., URBÁN R. (1997): Az épített környezet konnotatív jelentésének vizsgálata. *Pszichológia*, 2. 151–177.
- DÜLL A. (2002): Ember és környezet affektív kapcsolata: a helykötődés. *Alkalmazott Pszichológia*, (IV) 2. 49–65.
- DÜLL A. (2009a): Helyváltoztatás és helyvesztés. In: *A környezetpszichológia alapkérdései. Helyek, tárgyak, viselkedés*. L'Harmattan, Budapest. 237–256.
- DÜLL A. (2009b): Helykötődés: ember és környezet affektív kapcsolata. In: *A környezetpszichológia alapkérdései. Helyek, tárgyak, viselkedés*. L'Harmattan, Budapest. 121–134.
- DÜLL A. (2009c): A helyek és az én: gondolatok a helyidentitásról. In: *A környezetpszichológia alapkérdései. Helyek, tárgyak, viselkedés*. L'Harmattan, Budapest. 213–236.
- DÜLL A. (megjelenés alatt): Az identitás környezetpszichológiai értelmezése: helyézés, helykötődés és helyidentitás. In: Bodor Péter (szerk.): *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. (szerk.): *Ösztönök és ösztönsorsok*. Filum Kiadás, Budapest. 129–143.
- FRIED, M. (1963): Grieving for a lost home. In: DUHL, L. J. (ed.): *The urban condition*. Basic Books, New York. 151–171.
- 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, homessickness and acculturation stress*. 17–34.
- GRINBERG, L., GRINBERG, R. (1989): *Psychoanalytic perspectives on migration and exile*. Yale University Press, New Haven & London.
- HORVÁT M. T., DÜLL A., LÁSZLÓ J. (2003): Opportunities for a methodical approach in studying identity changes of young Hungarians from Vojvodina, now living in Hungary. International Association for Cross Cultural Psychology, 6th Regional Congress- Budapest. *Abstracts 170*.

- HORVÁT M. T., DÜLL 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., DÜLL 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.
- HORVÁT M. T., DÜLL A., LÁSZLÓ J. (2006a): *Fontos helyek köre – a helykötődés vizsgálatának alternatív megközelítése*. Poszter a Magyar Pszichológiai Társaság XVII. Országos Tudományos Nagygyűlésén. Budapest. 2006. május 25–27. Absztraktkötet 351.
- HORVÁT M. T., DÜLL A., LÁSZLÓ J. (2006b): A helyvesztés vizsgálat migrációban lévő magyar fiatalok körében – kutatási beszámoló. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 61. 1. 133–153.
- HORVÁT M. T., DÜLL A., LÁSZLÓ J. (2008): *Átmenetiség és biztonságérzés a lakóhely-változtatás során*. Előadás a Magyar Pszichológiai Társaság XVIII. Országos Tudományos Nagygyűlésén. Nyíregyháza. 2008. május 22–24. Absztraktkötet 19.
- HORVÁT M. T., DÜLL A., LÁSZLÓ J. (2010): *A környezeti értékelés hosszú távú hatásai a migráció során*. Előadás a Magyar Pszichológiai Társaság XIX. Országos Tudományos Nagygyűlésén. Pécs. 2010. május 26–29. Absztraktkötet 150.
- HOWER, A. W. N. (1999): The Poisoning of nostalgia: Commentary. *Journal of Applied Psychoanalytic Studies*, 1. (2). 163–167.
- MORENO, J. L., MORENO, Z. (1963): Szociometria és mikroszociológia. A mikrocsoportok néhány alapelve. In: PATAKI F. (szerk.): *Csoportlélektan*. Gondolat Kiadó, Budapest. 87–97.
- ROTTER, J. B. (1990): Internal versus external control of reinforcement: A case history of a variable. *American Psychologist*, 45. 489–493.
- SARBIN, T. R. (2005): If this Walls Could Talk: Places as Stages for Human Drama. *Journal of Constructivist Psychology*, 18. 203–214.
- SÁRKÁNY P. (2005): Az értelemtapasztalat dimenziói: Értelemadás és értelemtalálás. In: SÁRKÁNY P. (szerk.): *Az értelemkérdés sodrásában. Viktor Frankl centenáriumán*. JEL Könyvkiadó, Budapest. 75–86.
- SCOPELLITTI, M., TIBERIO, L. (2010): Homesickness in University Students: The Role of Multiple Place Attachment. *Environment and Behavior*, 42. 335–350.
- STEFANOVIC, I. L. (1998): Phenomenological encounters with place: Cavtat to square one. *Journal of Environmental Psychology*, 18. 31–44.
- TAYLOR, S. (2010): *Narratives of Identity and Place*. Hove:Routledge.
- TREMKÓ M. (1992–93): A megtalált és elvesztett paradicsom. Ópiátfüggők kreativitásának vizsgálata. *Magyar Pszichológiai Szemle*, XLVIII–XLIX. (32–33). 5–6. 445–469.
- TUAN, Y. F. (1974): *Topophilia: A study of environmental perception, attitudes and values*. Englewood Cliffs, NJ.
- 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.
- VAN TILBURG, M. A. L., EURELINGS-BONTEKOE, E. H. M., VINGERHOETS, A. J. J. M., VAN HECK, G. L. (1999): An Exploratory Investigation into Types of Adult Homesickness. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 68. 313–318.

- 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*. Tilburg University Press, Tilburg. 1–16.
- VOLKAN, V. D. (1999): Nostalgia as a Linking Phenomenon. *Journal of Applied Psychoanalytic Studies*, 1(2). 169–179.
- VÖRÖS K. K. (1997): „Otthon vagy itthon.” *Erdélyi magyar áttelepült értelmiségiek identitásválságának elemzése*. MTA PTI Etnoregionális Kutatóközpont Munkafüzetek, 25.
- WARD, C. (2001): The A,B,Cs of Acculturation. In: MATSOMUTO, D. (ed.): *The handbook of culture and psychology*. Oxford University Press, Oxford. 411–445.
- WARD, C., STYLES, I. (2005): Culturing settlement using pre- and post-migration strategies. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 12. 423–430.
- WINNICOTT, D. W. (2004): *A kapcsolatban bontakozó lélek*. Új Mandátum Könyvkiadó, Budapest.