

GORDA Éva

## A KULTURÁLIS SOKK JELENLÉTE A HADITUDÓSÍTÓ MUNKÁJÁBAN

### CULTURAL SHOCK IN WORK OF WARCORRESPONDENT

Globalizált világunkban egyre nagyobb hangsúlyt kap a különböző kultúrák találkozása következtében fellépő kulturális sokkhatás. Napjainkban különösen fontos egy más kulturális környezetben feladatot ellátó személy számára, hogy rendelkezzen interkulturális kompetenciával, valamint tisztában legyen a kulturális sokk jelenségével.

Írásomban körüljáróm a kultúra fogalmát, bemutatom a kulturális sokk jelenségét és annak tüneteit, kialakulásának okait és szakaszait, valamint ismertetek néhány stratégiát a sokkal való megküzdéshez. Végezetül vázolom a kulturális sokk jelenségét a haditudósító munkájában.

In our globalised world, the cultural shock caused by the collisions of different cultures is becoming more and more emphatic. Today, being aware of the meaning of the cultural shock and having intercultural competence are particularly important for a person who is performing tasks in different cultural environments.

In my paper, I conclude the concept of culture, I present the cultural shock and its symptoms. I also show you the reasons and stages of the shock. I try to give you strategies in order to perform a successful campaign against the cultural shock.

Finally I show you the presence of the cultural shock in the work of war correspondents.

### BEVEZETÉS

Korunk egyik meghatározó paradoxonja, hogy az integrációs törekvéseket párhuzamosan regionális folyamatok kísérik, melyekben komoly szerepet kap a másság, a különbözőség hangsúlyozása, a kulturális identitáson alapuló, nemzeti, etnikai, vallási mozzanatokat hangsúlyozó mozgalmak erősödése. Globalizálódó világunkban egyre többször szembesülünk azzal a ténnyel, hogy a különböző kultúrák mind térben, mind gazdasági függőségben egyre közelebbi és általánosabb kapcsolatba kerülnek egymással. A gazdaság globalizációja a figyelmet mindinkább a kultúrákat elválasztó határok differenciálódására irányítja.

Dolgozatom első részében ismertetek néhány kultúra meghatározást, ezt követően bemutatom a kulturális sokk jelenségét és ennek tüneteit, kialakulásának a szakaszait és a lehetséges megküzdési stratégiákat. Végül kitérek a haditudósítói tevékenységre, amely véleményem szerint a leginkább ki van téve a kulturális sokk hatásának.

### A KULTÚRA MEGHATÁROZÁSA

A kultúra talán az egyik legnehezebben meghatározható fogalmunk. Ezt mutatja az is, hogy 1952-ben 164 kultúra definíciót ismert a szakirodalom<sup>1</sup>. Ahhoz, hogy megértsük a kulturális sokk jelenségét először tisztáznunk kell a kultúra fogalmát. Alább ismertetek néhány kultúra definíciót (a teljesség igénye nélkül). A kultúra szó a közismer-ten latin eredetű (colo3, coluī, cultus, colere), jelentése művelni, ápolni, megművelni, gondját viselni. Eredetileg a rómaiak a föld megművelésével kapcsolatban használták.<sup>2</sup> Később kezdték el analógiái alapon a lélek művelésére is használni. Egy megközelítés szerint a kultúra olyan jellemvonások együttese, amelyek egy csoportot megkü-

<sup>1</sup> Dr. Andó Éva: Interkulturális kommunikáció; <http://www.fibraco.hu/avfimage/inter1.ppt>

<sup>2</sup> Prof. Dr. Vincze Lajos: Bevezetés az európai kultúra és bölcsélet történetébe; I. kötet; 35. oldal.

lönbötnek egy másiktól, illetve társadalmilag teremtett jelentésstruktúrák összessége.<sup>3</sup> Ebben az értelemben a kultúra a közösségi identitás meghatározó eleme. A kultúrák egyfajta specifikumot kölcsönöznek az általuk behatárolt földrajzi régióknak, egyúttal megkülönböztetik azt más civilizációktól. Más megközelítés szerint a kultúra az emberek viszonyait és magatartását szabályzó szokások és normák rendszere. Harmadik megközelítés szerint a kultúra az a módszer, ahogyan az emberek egy csoportja megoldja a problémáit és eldönti dilemmáit, majd ezek a problémák, amelyeket rendszeresen megoldanak, eltűnnek a tudatukból és alapvető feltételezéssé változnak, nyilvánvaló premisszává válnak. Ezek az alapvető feltételezések azután definiálnak fogalmakat, amelyeket a csoport tagjai ugyanúgy értelmeznek. Egy negyedik megközelítés szerint a kultúra mindaz, amit az emberek tesznek, gondolnak és amivel rendelkeznek, mint a társadalom tagjai. Összességében a kultúra nem más, mint a területi és történeti közösségben élő vagy élt emberek közös hiedelmeinek, magatartássémáinak, szokásainak és rítusainak, valamint mindezeket megalapozó értékeinek és normáinak együttese.<sup>4</sup>

A kultúra szó használata igen sokrétű. Beszélünk mezőgazdasági kultúráról, kultúrpolitikáról, nemzeti kultúráról, politikai kultúráról, technikai kultúráról és még sorolhatnánk. A kultúra kifejezést ma többféle eltérő értelemben használjuk, melyek közül a tudományos (antropológiai) és a hétköznapi (magas kultúra) értelmezés a leggyakoribb. A kulturális antropológia szerint a kultúra egy adott társadalom mindazon ismereteinek összessége, melyek az emberi közösség összetartozását és fenntartását biztosítják. A kultúra alapján tudunk eligazodni abban, hogy melyek a fontos értékek és normák az életben. A kulturális antropológia foglalkozik a különböző kultúrák változásaival és egymással való kapcsolatuk vizsgálatával. Az úgynevezett magas kultúrán általában a tanulással, művelődéssel kapcsolatos tartalmat értjük.<sup>5</sup> Ez a jelentés a civilizációhoz, a differenciált társadalmi élethez, a polgári életformához kapcsolódik. Hétköznapi értelemben a leggyakrabban ebben az értelemben használjuk a kultúra kifejezést. Ilyen értelemben beszélhetünk egyetemes emberi kultúráról, európai kultúráról, nemzeti kultúráról.

#### A KULTURÁLIS SOKK JELENSÉGE

A kulturális sokk betegség, amelyet bizonyos stresszhelyzet eredményez. Ennek kiváltó oka a jelentősen eltérő életstílushoz, életfeltételekhez, vezetési módszerekhez történő alkalmazkodás nehézsége. A kulturális sokk annak a szorongásnak az eredményeként alakul ki, melyet az eddig ismert és a társadalmi érintkezés során használt jelek és szimbólumok elvesztése okoz.<sup>6</sup> A kifejezés azokra a kellemetlen érzésekre (aggodalom, meglepetés, orientációs zavar, bizonytalanság, zavarodottság) utal, amelyeket az emberek olyankor élnek át, amikor egy szokatlan, a korábitól különböző kulturális vagy társadalmi környezetben kell tevékenykedniük (például egy idegen országban).<sup>7</sup> Kulturális sokk mindazon fizikai és lelki alkalmazkodási nehézségek összessége, amelyekkel az utazók és a külföldi környezetbe kerülők szembesülnek. A jelenség akkor ér valakit, amikor először szembesül egy számára új kulturális környezettel. A környezet otthonitól eltérő, drasztikus megváltozása sok embernél okozhat szorongást, tájékozódási zavart. Nem csak egy külföldi út (nyaralás, külszolgálat) jelenthet kulturális sokkot, hanem a szülőföldön is megjelenhet egy másik kultúrával való találkozás során. A jelenség a gyerekek viselkedésében is megfigyelhető, amikor először mennek iskolába és találkoznak az új osztályközösséggel, először esznek az új ételekből, valamint alkalmazkodnak az új körülményekhez.<sup>8</sup> A kifejezést [Kalvero Oberg](#) vezette be 1955-ben, szerinte ez egy olyan foglalkozási betegség, ami akkor lép fel, ha valakit külföldi kiküldetésre küldenek. A kulturális sokkot az a feszültség idézi elő, amit a társas interakcióban megszokott jelek és jelzések elvesz-

<sup>3</sup> Uo. 36. oldal.

<sup>4</sup> Prof. Dr. Bolgár Judit: A különböző kultúrák együttéléséből fakadó sztereotípiák. A kultúrák közti konfliktus lélektani aspektusa; 40. oldal.

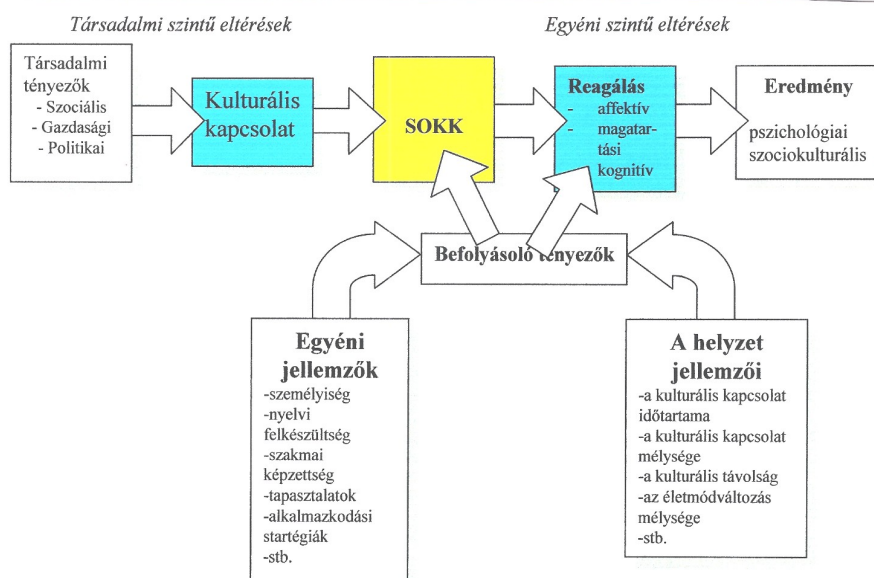
<sup>5</sup> Wikipedia: Kultúra: <http://hu.wikipedia.org/wiki/Kult%C3%BAra>

<sup>6</sup> Prof. Dr. Bolgár Judit: A különböző kultúrák együttéléséből fakadó sztereotípiák. A kultúrák közti konfliktus lélektani aspektusa; 41. oldal.

<sup>7</sup> Wikipedia: Kulturális sokk; [http://hu.wikipedia.org/wiki/Kultur%C3%A1lis\\_sokk](http://hu.wikipedia.org/wiki/Kultur%C3%A1lis_sokk)

<sup>8</sup> Szekeres György: A kulturális sokk mibenléte és kezelhetősége; [http://www.hm.gov.hu/hirek/kiadvanyok/uj\\_honvedsesegi\\_szemle/a\\_kulturalis\\_sokk\\_mibenlete](http://www.hm.gov.hu/hirek/kiadvanyok/uj_honvedsesegi_szemle/a_kulturalis_sokk_mibenlete)

tése okoz. Ez sajátos szimptomákkal jellemezhető és megfelelő kezelést igénylő betegség.<sup>9</sup> A kulturális sokk az enyhe bosszankodástól a pánikon keresztül a mély pszichológiai válságig terjed. A sokk annál nagyobb mértékű, minél nagyobb a kulturális különbség a megszokott és a befogadó környezet között, mert annál több megszokott jel, jelzés válik érvénytelenné. A sokkhatás mértékét befolyásolja az is, hogy mennyire vagyunk felkészülve a várható változásokra, előzetesen mennyire vagyunk tisztában a ránk váró helyzettel. Az amerikaiak Angliába utazás előtt nem készülnek fel a különbségekre, hiszen nyelvi akadályokkal nem kell számolniuk.<sup>10</sup>



1. számú ábra: Az új kultúrához történő alkalmazkodás elméleti kerete

Forrás: [http://www.vhf.hu/vhf\\_new/images/dokumentumok/katonai\\_konferencia/003.ppt](http://www.vhf.hu/vhf_new/images/dokumentumok/katonai_konferencia/003.ppt)

## AZ INTERKULTURÁLIS FELKÉSZÍTÉS

Az interkulturális felkészítés célja azoknak a valószínűsíthető konfliktusoknak, stressz hatásoknak és sokkhatásoknak a megelőzése, melyeket nagy valószínűség szerint mindenki átél egy idegen kultúrával való találkozás során. A felkészítés értelmi, érzelmi és magatartási szinten van hatással a résztvevőkre.

A Magyar Honvédségben a külföldi misszióba készülő katonák már az itthoni felkészítés során ismereteket szerezhetnek, a befogadó országról, kultúráról, történelemről, a helyi viszonyokról és szokásokról, valamint a várható feladatokról. Ezen előzetes ismeretekhez nagyban hozzájárulnak az MH Civil-Katonai Együttműködési és Lélektani Műveleti Központ által készített különböző kézikönyvek. Nemcsak a misszióba készülő katonák, hanem a külföldre készülő turisták számára is létezik számos ismeretterjesztő könyv, amelyek hasznos információkat tartalmaznak az adott országra vonatkozóan. Ezen kézikönyvek segítenek a katonáknak az előzetes felkészülésben, hogy a kulturális sokk mértéke kisebb legyen. Haditudósítók számára még nem készült ilyen útmutató, de véleményem szerint egy ilyen kézikönyv összeállítása mindenképpen hasznos lenne.

Az idegen kultúrával való találkozás során számos kihívással kell szembenézni, mint például a nyelvi nehézségek, helyi humor nem értése, új szociális normák, ismeretlen környezet, munkahelyi és szervezeti kultúrák eltérése, a komfortérzet hiánya, valamint hiányzó családi háttér, családi szokások, tradíciók, ételek.<sup>11</sup> Ahhoz, hogy hatékonyan tudjunk működni egy idegen kultúrában, vagy egy multikulturális környezetben, – a fentebb leírtakon túl – el kell fogadnunk a másságot, törekednünk kell a különböző kultúrák elfogadására és le kell vetköznünk a kü-

<sup>9</sup> Sípós Júlia: Kulturális sokk ... vagyis egy élmény, amit interkulturális interakció során átélünk <http://www.fibraco.hu/avfimage/07kultsokk.pdf>

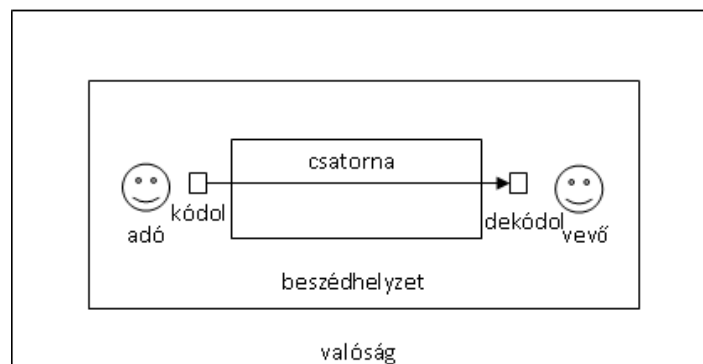
<sup>10</sup> Uo.

<sup>11</sup> Szekeres György: A kulturális sokk mibenléte és kezelhetősége, [http://www.hm.gov.hu/hirek/kiadvanyok/uj\\_honvedsesegi\\_szemle/a\\_kulturalis\\_sokk\\_mibenlete](http://www.hm.gov.hu/hirek/kiadvanyok/uj_honvedsesegi_szemle/a_kulturalis_sokk_mibenlete)

lönböző kultúrák kapcsán belénk vésődött „rossz” sztereotípiákat. A különböző nemzetek, kultúrkörök tagjainak érintkezését, kommunikációját gyakorta zavarja, nehezíti a történelem folyamán kialakult, az emberek gondolkodásában megrekedt sztereotípiák, előítéletek rendszere is. A sztereotip gondolkodás az idegen etnikai, vallási, nemzeti sajátosságokra, különbözőségekre, a szokások, erkölcsök másságára épül, azokat nagyítja fel, azokat abszolutizálja. A nemzeti és kulturális sztereotípiák fontos szerepet játszanak abban, ahogy az emberek magukat vagy másokat látják, azonban hasznos tudatában lenni annak, hogy ezek nem megbízható információk. A sztereotípiák egyre mobilabb világunkban azonban hasznos szerepet is betöltenek. Egy számunkra ismeretlen közegben rendszerező szerepük is van, amely által kapaszkodót kínálnak. Alkalmazásuk révén törekszünk a bizonytalansági tényezők csökkentésére, önigazoló funkciójuk pedig megerősítést, önbizalmat adhat.

### A KULTURÁLIS SOKK OKAI

A kulturális sokk kiváltó okai között elsőként, kell megemlítenünk a megszokott kapaszkodók elvesztését. A saját kultúra a beleszületettség révén orientál, tehermentesít, a hozzá kapcsolódó emberek számára biztonságot, kiszámíthatóságot, rutincselekvést, meghittséget jelent a szociális érintkezés területén, a viselkedésben, a nonverbális kommunikáció útvesztőiben.<sup>12</sup> Ez a megszokott rend biztonság és komfort érzetet jelent, vagyis kiszámítható. Az új környezetben ebből sok dolog és jelenség hiányzik, ha mégis megvannak, nem úgy működnek, mint ott-hon a megszokott környezetben. A kapaszkodók, vagyis a szimbólumok, olyan szavak gesztusok vagy tárgyak, amelyek sajátos jelentést hordoznak, ezt a jelentést azok ismerik, akik az adott kultúrához tartoznak. Ilyen szimbólum a nyelv, a gesztusok, a nonverbális jelek, a képi szimbólumok, a szokások és viselkedésminták.<sup>13</sup> Ezek az ismerős kapaszkodók – hazai pályán – irányító és ellenőrző funkciót is ellátnak, jelzik, ha valamit nem úgy tetünk, ahogy kellett volna.



2. számú ábra: A kommunikációs folyamat sematikus ábrája

Forrás: [http://www.apaczai.elte.hu/~08akbp/erettsegi/doku.php/2008/magyar/3\\_a\\_kozlesfolyamat\\_funkcioi\\_es\\_tenyezo](http://www.apaczai.elte.hu/~08akbp/erettsegi/doku.php/2008/magyar/3_a_kozlesfolyamat_funkcioi_es_tenyezo)

A kulturális sokk második oka lehet a személyközi és társas kommunikáció diszfunkcionálása. Ha a kommunikációs interakciós folyamatban bármely elem hibásan működik, az veszélyezteti az egész folyamatot. Egy másik kultúrában nem elég csupán a nyelvet ismerni, érteni kell a nem verbális kódokat is. Harmadik okként az identitáskrizist említhetjük meg. A kapaszkodók elvesztése orientációs zavarokhoz vezet, az állandó éberség, a készenlét, a mindenre odafigyelés rendkívül megterhelő fizikailag és szellemileg is.

### A KULTURÁLIS SOKK TÜNETEI

Az új kultúrával szembeni kezdeti lelkesedés és izgalom alábbhagyásával megjelennek a kulturális sokk tünetei, a napi kommunikációs problémák, a környezettel szembeni óvatosság, melyek kihatnak a személyközi interakcióra. A sokk leggyakoribb tünetei a következők: stressz reakció, türelmetlenség, ingerlékenység, frusztráció, harag,

<sup>12</sup> Prof. Dr. Vincze Lajos: A multikulturális kommunikációs kihívásai; 24. oldal.

<sup>13</sup> Barát Tamás: A kultúrák közötti kommunikáció alapjai; [http://www.fibraco.hu/avfimage/bkomm11\\_kultkoz\\_komm\\_alapjai.ppt](http://www.fibraco.hu/avfimage/bkomm11_kultkoz_komm_alapjai.ppt)

levertség vagy depresszió, kimerültség, fáradtság, inkompetencia érzés, szerepválság, individuális sokk, önbizalomhiány illetve honvágy.<sup>14</sup> Zavarodottság a nem várt viselkedési formák miatt, meglepődöttség vagy felháborodottság, elveszettség érzése, mivel kiszakadnak a megszokott környezetből, az ismert kulturális minták közül, kitaszítottság vagy el nem fogadás az új kultúra tagjai részéről, önbecsülés elvesztése, tehetetlenség érzése, mivel nem tudja befolyásolni a környezetet, valamint erős kétségek megjelenése, mikor az eddig elfogadott értékek megkérdőjeleződnek.<sup>15</sup> Az egyén képtelen megbirkózni egy adott helyzettel, visszahúzódik, menekülésként gyakran átalussza az időt, vagy agresszívvé válik a befogadó kultúrával szemben.

A stressz reakció az új környezethez való alkalmazkodásnál fokozódó fiziológias tünetekkel jelentkezik. A stressz megköveteli a szervezet fiziológias és pszichológiai alkalmazkodását a megváltozott élethelyzethez, a stresszorhoz<sup>16</sup>. A kulturális sokk következményeként megjelenik a betegségekre való fokozott érzékenység. A diszkomfort érzet az immunrendszer nagymértékű igénybevételét eredményezi.<sup>17</sup> A kulturális sokkból eredő stressznek a kognitív fáradtság, a kimerültség a legmarkánsabb tünete. Az új kultúra megértése a kognitív funkciók teljes spektrumában óriási szellemi energia befektetést igényel, melynek oka az információ túlterhelés. A nyelv és a hozzá kötődő nonverbális csatorna folyamatos és tudatos figyelemmel kísérése, a szenitáció a viselkedés és a szociális környezet felé nagymértékű szellemi igénybevételt jelent. A szociális környezetből érkező új információ feldolgozása emocionálisan és mentálisan is fárasztja a szervezetet, melynek következtében gyakran jelenik meg a fejfájás, és a szociális kapcsolatokban a visszahúzódás, melyek az alkalmazkodást és az eredményes feladat végrehajtást veszélyeztetik. A szerepkonfliktus abból ered, hogy az új kultúrában először az önazonosság-tudat szenved csorbát. A szociális kapcsolatok cseréje, megváltozása a személy belső egyensúlyára is kihatással van. Mivel az ember egyszerre több szerepet is ellát, óhatatlanul is fellép a szerepek közötti konfliktus. Az individuális sokk tartalmazza a személyes és bizalmas viszonyok elvesztését, a személyes veszteséget. A támogató személyek elvesztésével sérül az egyén belső egyensúlyi állapota. Patológias tünetek, időleges érzelmi zavarodottság, alvásmegvonás vagy túlzott alvás, kényszeres evés vagy ivás, és agresszió is megjelenhet, valamint megmagyarázhatatlan sírási periódusok is előfordulhatnak.

#### A KULTURÁLIS SOKK KIALAKULÁSÁNAK SZAKASZAI

Egy új kultúrához való alkalmazkodás, – ami egyénfüggő – általában 3-6 hónap alatt lezajlik. A kulturális sokknak négy szakasza van, ezek közül van, aki az összes fázist átéli és van, aki csak néhányat. Az első szakasz az *eufória*, a felfedezés fázisa, amely a tervezés idejétől a megérkezés első pár hetéig tart. Ilyenkor a külföldön létezés kihívásának öröme élék át, az egyént elfogja az új megismerésének öröme. Az adrenalin szint megemelkedik, úgy érzik új otthonra találtak. Ezt követi az *üresség* szakasza, amely általában a megérkezés után 2-4 hónappal kezdődik. Fokozatosan kezd nyilvánvalóvá válni a kulturális különbség, a saját és a befogadó kultúra között.

---

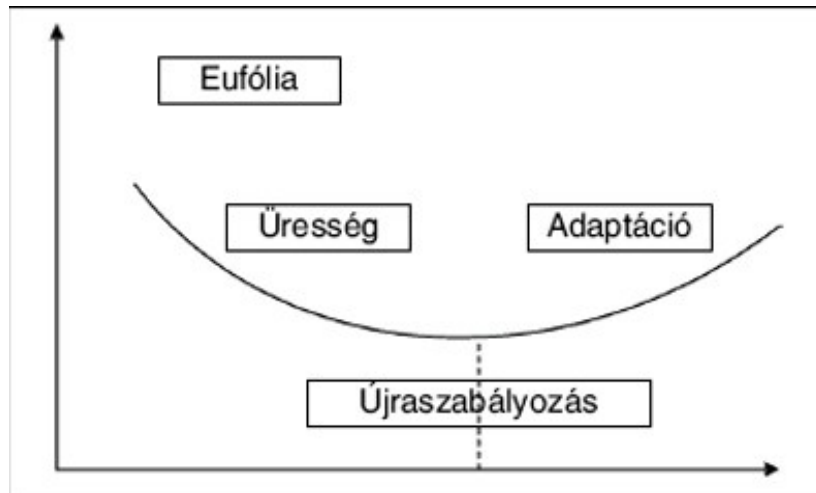
<sup>14</sup> Szekeres György: A kulturális sokk mibenléte és kezelhetősége, [http://www.hm.gov.hu/hirek/kiadvanyok/uj\\_honvedsesegi\\_szemle/a\\_kulturalis\\_sokk\\_mibenlete](http://www.hm.gov.hu/hirek/kiadvanyok/uj_honvedsesegi_szemle/a_kulturalis_sokk_mibenlete)

<sup>15</sup> Prof. Dr. Bolgár Judit: A különböző kultúrák együttéléséből fakadó sztereotípiák. A kultúrák közti konfliktus lélektani aspektusa; 40. oldal.

<sup>16</sup> *Stresszorok*nak a szervezetre ható külső erőket, körülményeket, vagyis azokat az ingereket nevezzük, amelyek a stresszválaszt létrehozzák.

<http://www.valloagnes.hu/content/view/page:Stresszorok/p:63-70>

<sup>17</sup> Szekeres György: A kulturális sokk mibenléte és kezelhetősége; [http://www.hm.gov.hu/hirek/kiadvanyok/uj\\_honvedsesegi\\_szemle/a\\_kulturalis\\_sokk\\_mibenlete](http://www.hm.gov.hu/hirek/kiadvanyok/uj_honvedsesegi_szemle/a_kulturalis_sokk_mibenlete)



3. számú ábra: A kulturális sokk szakaszai

Forrás: [http://www.hm.gov.hu/hirek/kiadvanyok/uj\\_honvedsesegi\\_szemle/a\\_kulturalis\\_sokk\\_mibenlete](http://www.hm.gov.hu/hirek/kiadvanyok/uj_honvedsesegi_szemle/a_kulturalis_sokk_mibenlete)

Növekszik a harag, a szorongás és az ingerelhetőség érzése, magasabb lesz az agressziós szint, növekszik a magányosság érzése és inkompetencia érzése. A napi rutin feladatok is megterhelővé válnak. A harmadik fázis az *újraszabályozás* szakasza. Elkezdődik az új kultúra jobb megértése, növekszik a komfortérzet, az érintett kezdi elfogadni az új szociális normákat, valamint kezd visszatérni az egyensúlyérzet a személyiségben, amely segíti az önbizalom növekedését. Az utolsó az *adaptáció*, az alkalmazkodás fázisa. Ebben a szakaszban az egyén elkezd élvezni az új életet, a helyi szokásokat, visszakapja kompetencia érzését. Miután megéli, megtanulja az új befogadó kultúra szokásait, tradícióit, egyre jobban beilleszkedik és kezdi megérteni az adott kultúra értékeit. A befogadó kultúrából való hazatérés után az egyén újra átélheti a kulturális sokk egyes fázisait, de ezek néhány napon vagy héten belül lezajlanak, annak függvényében, hogy az egyén mennyi időt töltött egy másik kultúrában.

### MEGKÜZDÉS A KULTURÁLIS SOKKAL

A kulturális sokkkal való megküzdés, az adaptáció sikere több tényezőtől is függ. Minden változás, akár pozitív, akár negatív pszichológiailag megterhelő. A megküzdés sikere nagyban függ az egyéni adottságoktól, a motivációtól, a változás mértékétől. Nem mindegy, hogy a kapaszkodók milyen mértékben hagynak minket cserben. Nem mindegy, hogy a környezet hasonló és csak a nyelv más, illetve a nyelv azonos és csak a környezet eltérő, illetőleg valamennyi tényező teljesen eltérő. Nem mindegy, hogy kontextus-szegény vagy kontextus-gazdag kultúrák képviselői találkoznak.<sup>18</sup> A megküzdés sikeréhez nagyban hozzájárul, hogy önként választott vagy kényszerhelyzetről beszélünk-e, lelkiileg fel vagyunk-e készülve, vannak-e társainak vagy egyedül kell megbirkóznunk a helyzettel, milyen napi kapcsok fűznek a régi kultúrához. Jó stratégia, ha védekező pozíció helyett minél több interakcióra törekszünk a befogadó kultúra képviselőivel. Társat keresünk, akivel ki lehet beszélni a problémákat, valamint magunkévá tesszük az idegenlégiós mentalitást, vagyis, ha én végig csináltam, te is kibírod.<sup>19</sup> A legjobb megküzdési stratégia, ha tudatosítjuk, hogy a kulturális sokk természetes jelenség és tudatosan választunk megküzdési stratégiát.

A kulturális sokkkal való megküzdést számos információ beszerzése megkönnyíti. Például érdemes néhány alapvető kifejezést vagy szófordulatot elsajátítani, felderíteni a napi élet helyeit, mint a bank, étterem, bolt, iskola, orvos. Érdemes keresni a kapcsolatot a szomszédokkal, továbbá a közös étkezések nagyban hozzásegítenek a szokások megismeréséhez. Célszerű a helyi munkatársakkal kommunikáció kapcsolatokat kialakítani, hogy meg lehessen osztani a problémákat.

<sup>18</sup> Lásd: Kötött és laza kultúrák; In. Kultúra és pszichológia; 80. oldal.

<sup>19</sup> Sípos Júlia: Kulturális sokk ... vagyis egy élmény, amit interkulturális interakció során átélünk; <http://www.fibraco.hu/avfi-mage/07kultsokk.pdf>

## A KULTURÁLIS SOKK CSÖKKENTÉSÉNEK LEHETŐSÉGEI

A kulturális sokknak és a vele való megküzdésnek számos elméleti megközelítése van. Ezek közül négy elméletet ismertetek.

Első az alkalmazkodási megközelítés, amely a másik kultúrához történő illeszkedést különböző szakaszokra bontja. Az elmélet szerint az első a mézeshetek szakasza, melyet az új kultúra iránti eufória jellemez. A befogadó nemzetről alkotott kép, valamint az idegen kultúrában végzendő tevékenység kilátásairól irreálisan pozitív képet fest. Ez a szakasz néhány hétig tart. A második a válság szakasza, melyben a kis problémák is óriásira nőnek. A leggyakoribb reakciós mód, hogy ilyenkor leértékelődnek a másik kultúra eltérő jellemzői. A harmadik a fokozatos alkalmazkodás szakasza, melyben az egyén lassan rájön, hogyan tud működni az új közegben. Néhány kulturális jel kezd értelmet nyerni, a magatartási minták felismerhetőek lesznek, ami lehetővé teszi az események egyfajta előre jelezhetőségét. Negyedik szakasz a teljes illeszkedés vagy bikulturalizmus szakasza, amikor az egyén már mind a két kultúrában hatékonyan tud létezni, elfogadta a kulturális különbségeket, becsüli a másik kultúra értékeit. Az alkalmazkodási nehézségek leküzdése nem jelent automatikusan teljes kompetenciát a befogadó kultúrával szemben.<sup>20</sup>

A második az attitűdinális, a személyiségstruktúrán keresztüli megközelítés, amely kísérletet tesz azon attitűdök és jellemvonások meghatározására, amelyekkel leírható az interkulturálisan kompetens egyén. Az empátia, a nyitottság, a rugalmasság, a tolerancia, az önbecsülés, a türelem, az önuralom, az optimizmus, a függetlenség, a kezdeményező képesség és a szociális intelligencia csökkenti a másik kultúrához való alkalmazkodás problémáit.<sup>21</sup>

A harmadik, a kognitív megközelítés, amely szerint vizsgálni kell azt a folyamatot, amelynek során a különböző információkat az emberi értelem különböző csoportokba, kategóriákba szervezi. A kulturálisan elfogadott vagy elutasított viselkedés megismerése elengedhetetlenül fontos a legtöbb interkulturális megközelítésben. Ha növekszik az adott kultúra ismertségi foka, növekszik a kérdéses kultúra gondolkodás- és viselkedésmódjának megértési foka is.<sup>22</sup>

A negyedik a magatartási és kommunikációs megközelítés, amely szerint önmagában nem elég a pozitív attitűd egy másik kultúra irányában, ha nem tudja jól kifejezni magát, ezért elengedhetetlenül fontos az interkulturális kommunikáció. A kultúra és a kommunikáció között szoros kapcsolat van. A kultúra meghatározza, hogy kivel, hogyan és mit kommunikálunk.

## A HADITUDÓSÍTÓ ÉS A KULTURÁLIS SOKK

A haditudósítás története lényegében egyidős a hadviselés történetével. Az első és a második világháborúban a haditudósítók „sorozott” írók, festők és fotósok voltak. A háború frontvonalai többségében Európa határain belül voltak, tehát a haditudósító munkája során nem lépett fel olyan nagymértékű kulturális sokk, hiszen a tudósítók (ez alatt az európai nemzetek tudósítóit értem) részesei voltak az európai kultúrának. Más volt azonban a helyzet a vietnámi vagy az iraki háborúk során. Hiszen itt már a magyar, vagy európai tudósítók egy, az európaiktól egészen eltérő kultúrával találkoztak szembe, valamint sok esetben más volt a háború társadalmi megítélése is. Minél nagyobb a különbség a két kultúra képviselői között annál nagyobb mértékben jelenhet meg a kulturális sokkhatás. Különösen jellemző ez mikor ún. kötött és laza kultúrák találkoznak. A második világháborút követően a haditudósítók többsége képzett riporterek, újságírók közül került ki.

<sup>20</sup> Prof. Dr. Bolgár Judit: A különböző kultúrák együttéléséből fakadó sztereotípiák. A kultúraközi konfliktus lélektani aspektusa; 42. oldal.

<sup>21</sup> Uo. 44. oldal.

<sup>22</sup> Prof. Dr. Bolgár Judit: A különböző kultúrák együttéléséből fakadó sztereotípiák. A kultúraközi konfliktus lélektani aspektusa; 44. oldal.

Haditudósító: a fegyveres küzdelem folyamán a hadműveleti területről, a hadműveletekről és a harcokról a küzdelem epizódjairól, az adott ország polgárainak tájékoztatása céljából tudósításokat készítő újságíró, televíziós, filmes, rádiós személyiség. In. Hadtudományi Lexikon; 463. oldal



1. számú kép: Al Ghaoui Hesna

Forrás: <http://www.nlcafe.hu/data/cikk/8/71434/6.jpg>

Napjainkban a sikeres haditudósító számára elengedhetetlen az interkulturális kommunikációs kompetencia. Az angol és az adott ország nyelvének legalább alapszintű ismerete mellett nélkülözhetetlen a helyi kultúra, szokás- és viselkedés minták és jelzések ismerete.<sup>23</sup> Az angol nyelv ismerete azért fontos, mert több külföldi stábbal együtt vagy egymás mellett dolgozik a haditudósító, ezáltal több információhoz férhet hozzá. A helyi nyelv és kultúra ismerete szinte létkérdés lehet különböző szituációkban. Hiszen a mai haditudósító nem a saját csapatok frontvonalában vagy mögötte tevékenykedik, a saját ország katonái között, hanem sok esetben a nyílt utcán készíti a riportjait, a „helyi” kultúra képviselői között. A televíziós híradások alkalmával a kamera igyekszik olyan háttérrel találni a haditudósítónak az élő bejelentkezés során, ahol a háttérben harci cselekmények vagy fegyveres küzdelem zajlik. Ilyen szituációban különösen ügyelni kell arra, hogy ne sértsék meg a befogadó kultúra tagjait. Hiszen számos kultúrában bejegyzést kell kérni a fotózni vagy filmezni kívánt személyről, illetőleg tisztában kell lenni, hogy mit lehet és mit nem. Néhány kultúrában a nőket másként kezelik, ilyen kultúrában egy haditudósító-nőnek különös figyelmet kell szentelni a kultúrák közötti különbségek áthidalására. Ahhoz, hogy egy haditudósító hatékonyan tudja a feladatát ellátni célszerű, ha mind a két kultúrában jártas, vagyis az új kultúra adaptációjában már elért a bikulturalizmus szakaszába. Mivel ilyen tudósítókat képezni költséges, ezért a leghatékonyabb, ha már eleve olyan személyt küldenek az adott területre, aki mind a két kultúrában otthonosan mozog, beszél mindkét nyelvet, ismeri a kultúrát, a szokásokat, a viselkedés mintákat, a rítusokat és a jelzéseket. Ilyen haditudósítók tekintetében kulturális sokkhatásról csak minimális mértékben beszélhetünk.

## BEFEJEZÉS

Napjaink globalizálódó világában az integrációs törekvések mellett egyre markánsabban jelennek meg a regionális érdekvényesítések. Egyre többször találkoznak a különböző kultúrák, és ezek a találkozások egyre nagyobb kihívások elé állítják korunk egyéneit. A kulturális eltérésekkel nemcsak itthon vagy utazások során találkozunk, hanem bizonyos szakmáknál a napi munkavégzés során is. A 21. században elengedhetlenül fontos, hogy valamilyen mértékben rendelkezünk interkulturális kompetenciával, hogy egy idegen kultúrával szemben komfortosabban érezzük magunkat, és hatékonyabban tudjuk feladatainkat ellátni.

A kulturális sokk átélése kihatással van az egyén pszichikumára és a munkavégzésére is. Egyes szakmáknál, főképp a haditudósítóknál vagy a misszióban szolgálatot teljesítő katonáknál különösen fontos, hogy tisztában legyünk a kulturális sokk jelenségével, tüneteivel és a sokkal való megküzdés stratégiáival.

<sup>23</sup> Köztudott, hogy a kommunikáció 80%-át a nem verbális jelzések teszik ki.



*Kulcsszavak: kultúra, kulturális sokk, interkulturális kommunikáció, interkulturális kompetencia, viselkedés*

*Keywords: culture, cultural shock, cross cultural communication, cross cultural competence, behaviour*

#### FELHASZNÁLT IRODALOM

- ANDÓ Éva: Interkulturális kommunikáció; <http://www.fibraco.hu/avfimage/inter1.ppt> Letöltés ideje: 2009. 06. 18.
- BARÁT Tamás: A kultúrák közötti kommunikáció alapjai; [http://www.fibraco.hu/avfimage/bkomm11\\_kultkoz\\_komm\\_alapjai.ppt](http://www.fibraco.hu/avfimage/bkomm11_kultkoz_komm_alapjai.ppt)  
Letöltés ideje: 2009. 06. 18.
- BOLGÁR Judit: *Étikai dilemmák magatartás lélektani aspektusa, különös tekintettel a kulturális sokk jelenségére*; Veszprém; 2008. 11. 07. [http://www.vhf.hu/vhf\\_new/images/dokumentumok/katonai\\_konferencia/003.ppt](http://www.vhf.hu/vhf_new/images/dokumentumok/katonai_konferencia/003.ppt) Letöltés ideje: 2009. 06. 16.
- BOLGÁR Judit: *A különböző kultúrák együttéléséből fakadó sztereotípiák. A kultúraközi konfliktus lélektani aspektusa*;  
– In. Nemzeti sokszínűség – multietnicitás – multikulturalitás, egy biztonságosabb Európa felé; Budapest; 2005; ZMNE;  
Kutatási füzetek 4. pp. 28-46.
- FÜLÖP Márta: *Kultúra és pszichológia*; Budapest; Osiris, 2003.  
*Hadtudományi Lexikon*; Budapest;; Magyar Hadtudományi Társaság, 1995.
- NAGY Károly Zsolt: *Haditudósítás*; <http://ktnye.akti.hu/index.php/Haditud%C3%B3s%C3%ADt%C3%A1s>  
Letöltés ideje: 2009. 06. 22.
- SÍPOS Júlia: *Kulturális sokk... vagyis egy élmény, amit interkulturális interakció során átélünk*;  
<http://www.fibraco.hu/avfimage/07kultsokk.pdf> Letöltés ideje: 2009. 06. 17.
- Sulinet: Kulturális sokk: <http://www.sulinet.hu/tart/fcikk/Kgc/0/10482/1> Letöltés ideje: 2009. 06. 17.
- SZEKERES György: *A kulturális sokk mibenléte és kezelhetősége*; = Új Honvédségi Szemle; 2007. 1. szám.  
[http://www.hm.gov.hu/hirek/kiadvanyok/uj\\_honvedsesegi\\_szemle/a\\_kulturalis\\_sokk\\_mibenlete](http://www.hm.gov.hu/hirek/kiadvanyok/uj_honvedsesegi_szemle/a_kulturalis_sokk_mibenlete) Letöltés ideje: 2009. 06. 17.
- VINCZE Lajos: *Bevezetés az európai kultúra és bölcsélet történetébe*; I. kötet; Budapest; 2001; ZMNE
- Dr. Vincze Lajos: *A multikulturalitás kommunikációs kihívásai*; – In. Kommunikációkultúra; Budapest; 2004; ZMNE
- VINCZE Mária: *Tűzvonalban*; = Magyar Honvéd; XX. évf. 2009. 6. szám. pp.70-72.
- Wikipedia: Kultúra; <http://hu.wikipedia.org/wiki/Kult%C3%BAra> Letöltés ideje: 2009. 06. 17.
- Wikipedia: Kulturális sokk; [http://hu.wikipedia.org/wiki/Kultur%C3%A1lis\\_sokk](http://hu.wikipedia.org/wiki/Kultur%C3%A1lis_sokk) Letöltés ideje: 2009. 06. 18.