

Laboratóriumi és tereptanulmányok azt is kimutatták, hogy a zsúfoltság az interperszonális vonzalom csökkenését eredményezheti.

A korai laboratóriumi vizsgálatok, amelyek viszonylag egyszerű feladatok megoldására kérték a vizsgálati személyeket, nem mutatták ki a zsúfoltság negatív hatásait a teljesítményre. A későbbi labor- és terepkísérletek azonban, amelyek bonyolult feladatokkal dolgoztak, bizonyították, hogy a zsúfoltság bizonyos feltételek között a teljesítmény csökkenéséhez vezet. Laboratóriumi és terepvizsgálatok rámutattak a zsúfoltság és a negatív hangulat közötti kapcsolatra is, bár néhány tanulmány szerint ez a kapcsolat férfiaknál erősebb, mint nőknél.

A zsúfoltság elméleti modelljeinek egy része az információtöltés elképzelésére alapoz. E modell szerint az egyén olyan sok információs inputot kap és olyan gyorsan, hogy képtelen azokat feldolgozni. A túlterhelési modell központi gondolata az az elképzelés, hogy az egyén erőfeszítést tesz az információtúlterheléshez való alkalmazkodásra, és ez az erőfeszítés okozza a zsúfoltsággal kapcsolatos negatív társas viselkedéseket.

A zsúfoltság másik elmélete, a viselkedési kényszer modell szerint a zsúfoltság negatív pszichológiai következményeit az idézi elő, hogy a nagy társas és téri sűrűség fenyegeti az egyén viselkedési szabadságát. A modell szerint a nagy sűrűség szükséges, de nem elégséges feltétele a zsúfoltsági stressz kialakulásának. Ha a nagy sűrűség a cél-orientált viselkedést zavarja, az egyén zsúfoltsági stresszt él át. Ha viszont a nagy társas vagy téri sűrűség a személy választási szabadságát akadályozza, akkor úgy próbál a helyzettel megbirkózni, hogy növeli a választási lehetőségeit.

A zsúfoltság további elméleti modelljeit jelentik az ökológiai modellek, amely az emberek és a környezet közötti adaptív kölcsönviszonyra helyezi a hangsúlyt (...). Az egyik ökológiai modell az emberekkel való ellátottság (manning) modellje, amely a zsúfoltságot "emberekkel való túlzott ellátottságnak" tekinti. Az emberekkel való túlzott ellátottság olyan helyzetként definiálható, amikor a környezetben részt venni szándékozók (jelentkezők) száma felülmúlja a környezet kapacitását, amely a környezeti programok kivitelezéséhez megfelelő volna.

(...) A nagy sűrűség negatív pszichológiai következményeit mérsékelni lehet, ha az ember bizonyos fokú személyes kontrollt érez a helyzet felett. A személyes kontroll elképzelés implicit módon benne van zsúfoltság információtöltési modelljében: a zsúfoltság átélése a nagy sűrűségű helyzetekben a társas és téri információ ellenőrzésére való képtelenségben gyökerezik. A személyes kontroll nézet a viselkedési kényszer modellben is benne van: a zsúfoltság érzése a nagy sűrűségű helyzetben akkor alakul ki, ha valaki képtelen a célirányos viselkedését fenyegető társas és téri interferenciákat vagy akadályokat kiküszöbölni. Több környezetpszichológus a környezeti stressz tanult tehetetlenségi modelljét is kiterjesztette a zsúfolt környezetekben személyes kontroll elvesztése pszichológiai következményeinek magyarázatára.

A zsúfoltság környezetpszichológiai tanulmányozásának eredményei alkalmazhatók több gyakorlati területen, például az egyetemi és városi lakókörnyezetek tervezésében, a nagy sűrűségű környezetek kisebb méretű környezeti egységekre bontásánál és a zsúfolt környezetek átprogramozásakor.

Charles J.
Holahan

A személyes
tér¹

Az interperszonális kapcsolatok leírásakor a nyelv gyakran használ téri metaforákat: például "közel került (áll) hozzám", "szorosan összetartozunk" (pozitív érzések kifejezése), "túl messzire mentél", "tűnj el a szemem elől", "eltávolodtunk egymástól", "tartunk három lépés távolságot" (negatív érzések kifejezése). Ha lehetőségeink korlátozottak, a "mozgási lehetőség szűkösségéről" beszélünk és nem szeretjük azokat, akik "sarokba szorítanak bennünket". Ha egy törtető kolléga mindent megtesz, hogy a helyünkre kerüljön, akkor folyton "ott liheg a sarkunkban", és ha elegünk van abból, hogy mindenért mi legyünk a felelősek, követelhetjük, hogy a másik ember "szálljon le rólunk".

A nyelv az emberek közötti kapcsolatok nagyon is valós és fontos aspektusát tükrözi a téri metaforák útján. A mindennapi élet társas érintkezései során az interperszonális tér használata lényegi és nagyon kifinomult folyamat, amelynek segítségével kommunikálódik például a szeretet vagy düh, az elégedettség vagy csalódás, a bizalom vagy a félelem. A személyek között keletkező érzések bizonyos aspektusai átfordítódnak testmozgás- és gesztusmintázatokba – egy lépéssel közelebb vagy távolabb megyünk a másikhoz, szemkontaktust keresünk vele vagy elkerüljük őt, szembefordulunk vele vagy finoman elfordulunk tőle. Ebben a fejezetben látni fogjuk, hogy ezek a testmozgás- és gesztus-sorozatok nagyon összetettek és korántsem véletlenszerűek vagy esetlegések, sokkal inkább az interperszonális kapcsolatok jól bejósolható, mintába szerveződött és jelentésteli dimenzióit képezik. A tér használata az emberek közötti napi érintkezésben számos különböző szük-

1 Holahan, C. J. (1982): Environmental psychology, Chapter 9. Personal space. Random House, New York. 273-308. old. Fordította: Mészáros Aranka és Düll Andrea. A fordítást az eredetivel összevetette: Düll Andrea.

séglet és működés szolgálatában áll. A térhasználat módja eltér az életkor, a kulturális háttér, a nem és bizonyos értelemben a személyiség függvényében is.

Meglepő, hogy általában nem tudatosul az emberekben a tér társas kapcsolatokban játszott fontos szerepe. Még nem is olyan régen a viselkedéssel foglalkozó tudósok sem gondoltak arra, hogy vizsgálni kellene, hogy az emberek személyközi kapcsolataikban mennyire különböző és izgalmas módokon használják a teret. Ma már azonban a térhasználat tanulmányozása a társas interakciókban a környezetpszichológia egyik leginkább kutatott területévé vált – szó szerint tanulmányok százai születtek ebben a témában.

A személyes tér természete

A személyes tér meghatározása

Proxémika

A mai felfokozott érdeklődés a térhasználat személyközi kapcsolatokban betöltött szerepével kapcsolatban gyakorlatilag Edward Hall antropológus úttörő megfigyeléseinek elméletén alapul. Hall 1966-ban publikálta "Rejtett dimenziók" (The Hidden Dimension) című könyvét, amelyben összegezte az e területen végzett korábbi munkáit (Hall, 1955, 1959, 1960, 1963ab). A proxémika kifejezést Hall alkotta. A proxémika az a tudományterület, amely a teret mint a személyközi kommunikáció közvetítő eszközét kutatja.

Hall megfigyelései korábbi etológiai munkákon alapultak (...). Heini Hediger (1950, 1955, 1961) svájci állatpszichológus téri zónák sorozatát azonosította az egyes állatfajok egyedeinél. Az állatok ezekkel a zónákkal szisztematikusan szabályozzák az azonos vagy más fajba tartozó állatokkal való interakciót. A más fajokkal való érintkezést a kétféle távolsági zóna irányítja. Az egyik a menekülési távolság (flight distance). Amikor az egyedhez való közeledése során egy másik fajba tartozó állat ezt a pontot eléri, akkor az egyed elmenekül. A másik a kritikus távolság (critical distance), amely egy keskeny zóna a menekülési távolság és azon pont között, amelynek elérésekor a becserkészett állat viszafordul és megtámadja a betolakodót. Az oroszlan is elmenekül a közeledő ember elől, amíg az el nem ér egy távolsági határt. Ha az ember tovább közeledik és belép az oroszlan kritikus zónájába, az oroszlan megfordul és támad (Hall, 1966).

Két további távolsági zóna szabályozza az azonos fajhoz tartozó egyedek interakcióit. A személyes távolság (personal distance) az a tér, amelyet általában egymással szemben tartanak azok az állatok, amelyek nincsenek egymással intim viszonyban. A társas távolság (social distance) határát jelzi az a pont, amely elérésekor az állat kezdi kellemetlenül érezni magát, mivel kívül kerül a csoportja érintkezési körén. Így a személyes távolság a szeparáción, azaz az elkülönülésen, míg a társas távolság az összetartáson alapul. Hall szerint a menekülési és kritikus távolság ugyan általában kiiktatózott az emberi interakciókból,

2 A könyv magyarul is több kiadást megért, például Hall, E.T. (1966/1975): Rejtett dimenziók, Gondolat, Budapest. (szerk.)

viszont a személyes és a társas távolság szabályozó szerepe megmaradt a humán érintkezésekben.

Interakciós távolságok embernél

Hall egyik legnagyobb hozzájárulása a téri viselkedés tanulmányozásához, hogy azonosította és leírta az emberek közötti szociális érintkezést szabályozó 4 távolsági zónát (mindegyik ilyen zónának van egy közeli és egy távoli fázisa is). Az intim távolság (intimate distance) zónája a fizikai érintkezéstől kb. 50 cm-ig³ terjed. Ezt a zónát a szeretkezés, a vigasztalás vagy babusgatás és a fizikai kontaktust igénylő sportok (pl. birkózás) számára "tartjuk fent". A személyes távolság (personal distance) körülbelül 50 cm és 1.2 m között van – nagyon közeli barátok és ismerősök közötti személyes beszélgetésekre alkalmas. (Ez a fogalom Heidiger állatoknál leírt személyes távolság elképzelésével rokon.) A társas távolság (social distance) amely 1.2 m-től 3.6 m-ig terjed – ez a zóna formális eszmecserére alkalmas, például üzleti tárgyalások. Végül a nyilvános távolság (public distance) 3.6 m-től 7.6 m-ig vagy még nagyobb távolságig terjed, és nagyon formális érintkezésekre szolgál, például ilyen távolságot tart egymással egy szónok vagy egy színész és közönsége.

A személyes tér

Hall klasszikus proxémikai tanulmányainak hatására számos kutatás kezdődött a "személyes térre" vonatkozóan. A személyes tér úgy határozható meg, mint egy olyan zóna személy körül, amelybe más személy nem hatolhat be. Gyakran hasonlítják egy buborékhoz, amely mintegy körülveszi az egyént és láthatatlan határt von a személy és a potenciális betolakodó közé. A valódi buborékoktól eltérően azonban a személyes tér "buborékja" nagyon változékony, összehúzódik vagy kiterjed az egyéni különbségeknek, a változó körülményeknek, vagy az adott interperszonális kapcsolatok természetének megfelelően.

A személyes teret gyakran önmagába visszatérő kör alakúnak képzelik el. Ugyanakkor vannak adatok arra vonatkozóan, hogy a személyes tér nem teljesen kör alakú (Hayduk, 1975, 1978), például a derék alatt vagy a fej körül (különösen az arcnál szűkűl). (...) A buborék-elmélet az emberek közötti téri távolságot hangsúlyozza. Látni fogjuk azonban, hogy a személyes tér fenntartására – a távolság szabályozáson kívül – más viselkedések, például a szemkontaktus vagy a testhelyzet is használatosak. Hangsúlyozni kell, hogy a személyes tér a közelítő és távolító erők eredőjének terméke, vagyis nem egyszerűen a behatolás elleni védekezést jelent, hanem az adott interakció típusának megfelelő tartományt határozza meg. Robert Summer (1969. 26. old.) megjegyzése szerint: "A Schopenhauer meséjében szereplő sünökhöz hasonlóan az emberek szeretnek elég közel lenni egymáshoz, hogy még melegítsék egymást, és érezzék, hogy társak, de elég távol is akarnak lenni, hogy ne szúrják meg egymást."

Az újabb modellek a személyes teret összekapcsolódó viselkedések bonyolult mintázataként kezelik, amely a változó körülményekhez szisztematikusan illeszkedik. Ez az elméleti álláspont azt hangsúlyozza, hogy a személyes teret a személyközi távolságon kívül

3 Az adatok eredetileg hüvelykben ill. lábban vannak megadva (1 hüvelyk = 2.54 cm, 1 láb = 30.48 cm), vagyis az intim távolság: 0-18 hüvelyk, a személyes távolság: 18 hüvelyk-4 láb, a társas távolság: 4-12 láb és a nyilvános távolság: 12-25 láb vagy több. (szerk.)

számos kölcsönkapcsolatban levő viselkedés tartja fenn, ideértve a szemkontaktust, a fej állását és a testhelyzetet. A személyes tér megsértésének tárgyalásakor látni fogjuk, hogy a személy, akinek a személyes terébe behatolnak, bonyolult viselkedésmintázatok széleskörű változataival válaszol.

A személyes tér (és az általában vett téri viselkedés) most említett rendszermodelljei beilleszthetők egy szélesebb elméleti keretbe, az általános rendszerelméletbe (Boulding, 1968; von Berralanffy, 1968). A rendszerelmélet lényege az az elképzelés, hogy a társadalmi és a biológiai rendszerek (pl. ipari szervezetek, az emberi test, vagy egy erdő ökológiai rendszere) számos összekapcsolódó és kölcsönhatásban levő változóból áll. Ezek a változók tartják fenn az egyensúly állapotát a rendszerben. Ennek egy példája, hogy az állandóan változó külső hőmérséklet és nedvesség feltételei között az emberi test állandó testhőmérsékletének fenntartása több szerv együttes feladata.

Személyes tér, magánszféra, territorialitás

A személyes tér fogalmát el kell különíteni két vele szorosan összefüggő, de mégis eltérő fogalomtól: a magánszférától és a territorialitástól. (...) A személyes tér és a magánszféra egyik legfontosabb különbsége, hogy a személyes térnek mindig van téri vonatkozása: két ember közötti távolságot jelent. Bár – mint látni fogjuk, sokszor az emberek közötti fizikai távolság önmagában kevésbé fontos. Sokkal fontosabb lehet az a mód, ahogyan a személyes tér a személyközi kommunikáció jelzőingereit szabályozza. Mégis, a téri vonatkozás a személyes tér megkülönböztető jegye.

A magánszféra (privacy) ezzel ellentétben a self és mások közötti hozzáférés tágabban vett kontrolljára vonatkozik, és többféle mechanizmust foglal magába: a téri, környezeti ingereken kívül verbális és non-verbális üzenetek (pl. a ruházatkodás stílusa) használatát is jelenti. Ugyanakkor a személyes tér és a magánszféra között van egy fontos összekötő láncszem: a személyes tér tekinthető egy olyan mechanizmusnak is, amely segítségével a magánszféra kívánt szintje kialakítható (Altman, 1975). Ha például valaki nem akar másokra figyelni az egyetemi könyvtárban tanulás közben (nagyfokú magánszférát igényel), akkor más személyektől bizonyos távolságra ül le (vagyis növeli személyes terét).

4 Altman (1975) definíciója szerint a magánszféra (privacy) környeztpsichológiai értelemben a self-hez vagy adott csoporthoz való hozzáférés szelektív kontrollja, vagyis kontroll az interakció felett; annak meghatározása, hogy "kivel, hogyan és mikor". A magánszféra nem egységes fogalom, hanem legalább négy (sokszor szimultán megnyilvánuló) formája van: (1) Egyedüllét (solitude): igény a megfigyelésmenetségre és ez elkülönülésre másoktól, (2) Intimitás (intimacy): igény a kedvelt személyekkel való együttlétre mások zavaró jelenléte nélkül, (3) Névtelenség (anonymity): igény a nyilvános megjelenés azonosítás nélkül és (4) Elhallgatási jog (reserve): igény arra, hogy a magunkról kiadott információkat szabályozzuk és korlátozzuk. (szerk.)

5 A környezeti ingerek használatán a magánszféra kialakításában példa lehet a falak vagy kerítés elhelyezése, elkülönített helyiségek használata vagy egyéb építészeti megoldások és eszközök, illetve az ezekkel való "bánás", például az ajtók-ablakok nyitása-csukása. Verbális ingerek lehetnek a "hagyj békén", "nem mondom meg" vagy éppen a "kérdézd már meg, mi történt" közlések, a nem verbális ingerek közé tartozik a metakommunikatív jelzések sokasága mellett a kulturális szignálok egész sora is. (szerk.)

A személyes teret a territorialitástól (territoriality)⁶ is meg kell különböztetni. Sommer (1969) szerint, mivel a személyes tér védelmét gyakran a közvetlen territórium védelmével lehet biztosítani, így a két folyamat azonosnak tűnhet. Emlékeztetjük azonban az Olvasót arra, hogy a személyes tér láthatatlan határ, amely helyváltoztatáskor az egyénnel együtt mozog. A territórium viszont látható terület, amely állandó helyet bír, vagyis mozdulatlan. Például amikor valaki elmegy otthonról vagy a munkahelyéről (territóriumok), akkor vele halad a személyes tere is, egészen a célja eléréséig (pl. a barátja házába, ami a barátja territóriuma) és még azután is.

Kulturális különbségek a személyes térben

Nemzetiség

A személyes térrel kapcsolatos kutatások egyik legérdekesebb adata az a megfigyelés, hogy az a mód, ahogyan az emberek a személyes teret használják, a személyes háttértől függően változik. A nemzetek közötti különbségek különösen nagy hatással vannak a személyes térre. Hall (...) klasszikus munkájában (1966) leírta, hogy különböző nemzetiségű egyének hogyan használják a személyes teret. Ezeknek a különbségeknek az észlelése a mindennapi életben odavezet, hogy az emberek egyes népek tagjait "tolakodónak", míg másokat "rémeesen hidegnek" tartanak.

Hall megfigyelései alapján számos sztereotíp különbséget írt le a személyes tér használatában egyfelől az észak-európai és angolszász, másfelől a mediterrán és arab kultúrákban. A németek jellegzetesen hivatalosabbak, nagyobb személyes teret tartanak, és hamarabb zokon veszik a téri normák megsértését, mint az amerikaiak. Ezek a kulturális különbségek még a köz- és magánépületek ajtajain is észrevehetőek: Németországban az ajtók tömörebbek, és jobban hangszigeteltek, mint Amerikában. Míg az amerikaiak semmi rosszat nem látnak abban, ha az adott helyzetnek megfelelően elmozdítják valakinek a székét, Németországban a szék elmozdítása vagy áthelyezése társas sértésnek számít.

Az angolok is nagyobb formalitást és a tartózkodást mutatnak a személyes tér használatában, mint az amerikaiak. Ugyanakkor az angolok a személyes távolság fenntartása során nagyobb mértékben támaszkodnak a testtartásra, a szemkontaktusra és a hangra. Hall megjegyzi, hogy az angolok durvaságnak tartják, ha valaki belehallgat egy beszélgetésbe és olyan gondosan szabályozzák a hangjukat a tömegben, hogy az amerikaiak számára ez már szinte "összeesküvőnek" tűnik. Hasonló tartózkodásra utal, hogy az angolok inkább kísérik a beszélgetést szemhunyorítással, mint fejbólintással vagy verbális kifejezéssel.

A mediterrán kultúrákban ezzel éles ellentétben az emberek interakciója sokkal közelebről zajlik és nagyobb beleéléssel, mint például az amerikaiaké. Dél-Franciaországban például a zsúfolt járdákon és tömegközlekedési járműveken több a fizikai érintkezés, mint Amerikában. Még érdekesebb a tér használata az arab világban, ahol a tolokodás és a lökdösődés általános a közterületeken, nyilvános helyeken. Az amerikaiak és az arabok

6 A territórium egy földrajzilag ill. fizikailag körülhatárolható terület, amelyet a személy vagy állat "sajátjának" érez és ezért védelmez. A territorialitás pedig a territóriumok kiválasztásának, kijelölésének, fenntartásának és védelmezésének folyamata. (szerk.)

között a térhasználat legkifejezettebb eltérése a különböző érzékszervek részvétele tekintetében áll fenn. Az amerikaiak a testszagok eltüntetésére törekszenek, ellentétben az arabokkal a Közel-Keleten, akik a természetes testszagokat hangsúlyozzák és fontosnak tartják ezek belélegzését beszélgetés közben.

Számos környezetpszichológiai vizsgálat igazolta Hall megfigyeléseit empirikusan is (Altman és Vinsel, 1977). Például amerikai és arab emberekből álló csoportok interperszonális viselkedését vita közben összehasonlítva azt találták, hogy az arabok nemcsak kisebb interperszonális távolságot tartottak mint az amerikaiak, hanem több volt a fizikai és a közvetlen szemkontaktus is közöttük, valamint hangosabban is beszéltek (Watson és Graves, 1966). Ehhez hasonlóan, amikor Kenneth Little (1968) arra kérte vizsgálati személyeit, hogy helyezzenek el kis embereket ábrázoló figurákat egy adott területen, az észak-európaiak (svédok és skótok) a figurákat sokkal távolabb helyezték el egymástól, mint az amerikaiak, a mediterrán országokból származók (olaszok és görögök) viszont közelebb tették őket, mint az amerikaiak. Egyik kultúrközi összehasonlító tanulmányában Robert Sommer (1968) arra kérte a vizsgálati személyeket, hogy ítéljék meg különböző ülésrendek intimitását. Az eredmények szerint az amerikaiak, angolok és svédok hasonló módon osztályozták az ülésrendeket, míg különbség volt az amerikai, holland és pakisztáni személyek ítéletei között.

Etnikai háttér

Bebizonyosodott tehát, hogy a különböző nemzetiségű egyének közötti különbség van a személyes tér szabályozásában. Azonban az a kérdés is felvetődött, hogy vajon léteznek-e hasonló különbségek egy adott társadalom különböző alcsoportjai között is. (...) Az első tanulmányok azt jelezték, hogy a feketebőrű személyek nagyobb személyes teret használnak, mint a fehérék (Baxter, 1970; Thompson és Baxter, 1973; Wills, 1976). John Aiello és Stanley Jones későbbi tanulmányai (Aiello és Jones, 1971; Jones, 1971) azonban azt mutatták, hogy a személyes tér nagyságában és használatában fellelhető különbségek, amelyeket addig egyértelműen etnikai háttérhez kapcsoltak, ennél jóval bonyolultabbak, és más faktorokkal (pl. életkor és nem) is interakcióban állnak. Patterson (1974) és Scherer (1974) kutatásai szerint a személyes teret a szocioökonómiai háttér jobban befolyásolta mint az etnicitás, és feltehetően az, amit a korábbi vizsgálatokban etnikai eltéréseknek hittek, valójában a szocioökonómiai státusz különbségeinek köszönhető. Shawn Scherer (1974) például azt találta, hogy a fekete- és fehérbőrű középosztálybeliek egyaránt nagyobb személyes teret használtak, mint az alacsonyabb osztálybeliek a saját etnikumukból, és ha a társadalmi osztályt kontrollálták, nem volt különbség a fehér- és a feketebőrű vizsgálati személyek között.

Egyéb egyéni különbségek a személyes térben

Fejlődés

A személyes térrel foglalkozó legtöbb tanulmány felnőttekre szorítkozik. Néhány munkában azonban gyerekekkel kapcsolatos kérdéseket is kutattak, például hogy milyen életkorban alakulnak ki az állandó személyes tér határai. Az eredmények szerint már iskolás

kor előtt kimutatható a személyes tér szisztematikus használata az interperszonális viselkedésben (Castell, 1970; Duke és Wilson, 1973; Eberts és Lepper, 1975; King, 1966; Smetana és mtsai, 1978). Azzal kapcsolatban is folytak kutatások, hogy a személyes tér hogyan változik az életkor függvényeként. Carol Guardo és Murray Meils (1971b) arra kértek iskoláskorú gyerekeket, hogy emberi figurákat helyezzenek el egy adott területen, azt találták, hogy a 7-10 évesek nyilvánvalóan szisztematikusabban helyezték el a kis figurákat, mint a fiatalabb gyerekek. Elég sok bizonyíték szól amellett, hogy a gyerekek életkoruk növekedésével egyre inkább előnyben részesítik a nagyobb személyes teret (Aiello és Aiello, 1974; Jones és Aiello, 1973; Meisels és Guardo, 1969; Pedersen, 1973; Tennis és Dabbs, 1975). Ebben a témában azonban gyakoriak az egymásnak ellentmondó kutatási adatok, tehát további kutatások szükségesek az életkor és a személyes téri zóna méretének összefüggéseire vonatkozóan. Carlson és Price (1966) idősebb gyermekek körében is kutatták a személyes tér használatát. Szerintük az emberfigurák elhelyezése stabil társas mintázatának kialakulása folytatódik a serdülőkorban is, sőt belenyúlik a felnőttkorba is⁷.

Nem

A nemi különbségek kutatása a személyes tér vonatkozásában különösen érdekes. Fontos szem előtt tartani azonban, hogy nemi különbségek más faktorokkal (pl. etnikai eltérések, életkor) interakcióban hatnak a személyes térre.

Az eredmények szerint a férfiak személyes tere nagyobb, mint a nőké, még akkor is, ha a relatív státusz és egyéb változók lehetséges zavaró hatását kiküszöbölték (Witting és Skolvick, 1978). Azonos nemű párok interakcióit megfigyelve kiderült, hogy a férfi-férfi párok nagyobb interperszonális távolságot tartanak, mint a nő-nő párok (Aiello és Jones, 1971; Pellegriani és Empey, 1970; Sommer, 1959). Továbbá a vegyes nemű párok az azonos nemű pároknál szorosabb téri közelséget mutattak (Duke és Nowicki, 1972; Harnett és mtsai, 1970; Jourard, 1966a; Kuethe, 1962ab). Közeli barátok téri viselkedésének megfigyelése egy dél-afrikai egyetemen azt mutatta, hogy a vegyes párok szorosabb közelsége elsődlegesen a nők téri viselkedésének köszönhető, akik hajlamosak közelebb helyezkedni az általuk kedvelt férfinhoz (Edwards, 1972).

Az etnikai háttér és az életkor személyes térrel való kapcsolatát vizsgáló kutatások rámutattak, hogy a vizsgálati személyek neme bonyolult interakcióban áll a fenti változókkal. Aiello és Jones (1971) első és második osztályos tanulók viselkedését figyelték meg egy iskolaudvaron, és azt találták, hogy a fehér fiúk személyes tere nagyobb volt a fehér lányokénál, viszont a feketebőrű és a puerto rico-i gyerekek esetében nemi különbség nem volt kimutatható. Később ugyanők (Aiello és Jones, 1973) arról számoltak be, hogy egy kötetlen vitában a feketebőrű iskoláslányok közelebb álltak egymáshoz, mint a fehér lányok, viszont nem találtak különbséget a fiúk esetében. Szimulációs technikát használva Guardo és Meisels (1971b) azt találta, hogy a harmadik és a nyolcadik osztály között a lányok figura-elhelyezése relatíve stabilabb, mint a fiúké, de mire a tanulók elérik a kilencedik-tizedik osztályt, kisebb lesz a nemek közötti eltérés.

7 Nagyon kevés adat áll rendelkezésünkre az idős emberek térhasználatáról és személyes teréről is. Néhány tanulmány szerint az idősek személyes tere kisebb a felnőttkorúakénál, itt is sok azonban a bizonytalanság. (szerk.)

Schizofrénia

Különösen érdekes kérdés a személyes tér és az abnormalitás kapcsolatának vizsgálata. A személyes tér területén végzett jónéhány korábbi vizsgálat kutatta a patológiák különböző formáinak hatásait a személyes térre. Mardi Horowitz és munkatársai (Horowitz, 1965, 1968; Horowitz és mtsai, 1964) schizofrén betegeknek vizsgálták a személyes tér használatát. Egyik tanulmányukban például schizofrén és egészséges személyeket arra kértek, hogy egészen addig menjenek közel egy másik személyhez, amíg már kényelmetlenül kezd válni. A schizofrének által választott távolságok sokkal változékonyabbak voltak, mint az egészséges csoporté, néha közelebb voltak a másik személyhez, mint az egészségesek, néha pedig távolabb. Később mind a schizofrén, mind az egészséges csoport vizsgálati személyeinek adtak egy embert ábrázoló rajzot, és arra kérték őket, hogy rajzoljanak a figura köré egy vonalat akkora távolságban, amekkora távolságot szeretnének tartani önmaguk és egy másik személy között. Az eredmények szerint a schizofrének a figurától távolabb rajzolták a vonalat, mint az egészségesek.

Horowitz tanulmányozta a pszichiátriai betegek személyes tértárait időbeli változását is, a kórházba kerüléstől a kórház elhagyásáig. Azt találta, hogy a betegség javulásával mind a schizofrén, mind a depressziós pácienseknél csökkent a személyes tér. Mások is hasonló eredményekről számoltak be: bizonyos körülmények között a schizofrének nagyobb interperszonális távolságot tartanak, mint az egészségesek (Sommer, 1959; Ziller és Grossman, 1967; Ziller és mtsai, 1964), míg más helyzetekben a schizofrének személyes tere sokkal nagyobb a variabilitást mutatott, mint az egészségeseké (Blumenthal és Meltzoff, 1967).

A személyes tér mérése

Mivel a személyes tér viselkedés az interperszonális kapcsolatok különösen szövevényes vonatkozása és ráadásul a szabályozása többnyire nem tudatos, nagyon sokféle módszert fejlesztettek ki a mérésére. Már eddig is láttuk, hogy a kutatók többféle módon mérték a személyes teret: az emberek interperszonális térhasználatának természetes megfigyelésével, laboratóriumi helyzetben megkérték az embereket, hogy közelítsenek egymás felé, ameddig még kényelmes, illetve valódi környezetet szimuláltak, és a személyeket arra kérték, hogy figurák elhelyezésével mutassák be a térhasználatukat.

Természetes megfigyelés

A személyes tér mérhető társas interakcióban résztvevő emberek közötti távolság szisztematikus megfigyelésével és regisztrálásával természetes környezetben. Sokan videó- vagy mozifilmre vagy fotót használnak adatgyűjtésre a természetes környezetben. Smetana és munkatársai (1978) természetes környezetben óvodás gyerekek személyes téri viselkedését figyelte meg a kaliforniai Santa Cruz-ban. A gyerekek között zajló minden interakciót videofilmre rögzítettek, majd a visszanezés során a képeket kimerévítve lemérték a gyerekek közötti távolságot az egyes interakciós epizódokban (...).

Távolság-beállítás (Stop-távolság módszerek)

A személyes tér laboratóriumi feltételek között a távolság-beállítási vagy stop-távolság módszerrel (stop-distance procedure) mérhető: a vizsgálati személy megközelít valakit, vagy

öt közelíti meg valaki (gyakran a vizsgálatvezető). Mindkét helyzetben annál a pontnál kell abbahagyni a közeledést, ahol a vizsgálati személy kezdi kényelmetlenül érezni magát. Mardi Horowitz és munkatársai (1964) például ezt a technikát alkalmazták hospitalizált schizofrén betegek személyes terének tanulmányozásakor. Bár mesterkedtsége miatt a módszer külső validitása alacsonyabb, mint a természetes megfigyelésé, a nagyobb kísérleti kontroll és a módszer pontossága nagyobb belső validitást jelent.

Szimulációs technika

Mivel a személyes tér mérésének eddig említett mindkét közvetlen módja akár természetes, akár laboratóriumi környezetben meglehetősen nehézkes és időigényes, sok környezetpszichológiai tanulmányban szimulációs technikát használtak. A személyes tér tanulmányozásában szimulációs módszert Jones Kuethe (1962ab, 1964) használt először. Kuethe *alak-elhelyezési technikájának* lényege: a vizsgálati személyeket arra kérik, hogy embereket ábrázoló figurákat tetszésük szerint helyezzenek el egy filcterepen. Knethe felfedezte, hogy az alanyok nem esetleges vagy véletlenszerű módon helyezik el a figurákat, hanem adott válaszkészletek szerint válaszoltak, amelyeket az határozott meg, hogy mely figurák tartoztak egymáshoz, és milyen volt az egymáshoz tartozás foka. Úgy tűnik, ezek a társas válaszkészletek segítenek a kétértelmű helyzetek strukturálásában és az azonos kulturális háttérrel rendelkező egyének általában nagyon hasonló válaszkészlettel rendelkeznek. Például a vizsgálatokban résztvevők a női és a gyermek figurákat általában közelebb helyezték egymáshoz, mint a férfi és a gyerek figurákat, míg mondjuk a kutya a férfihoz volt közelebb, nem a nőhöz.

A figura-elhelyezési technikával úgy mérik a személyes teret, hogy a kutató annak elképzelésére kéri a résztvevőket, hogy az adott területen szereplő egyik figura egy adott személy (pl. a vizsgálati személy apja, anyja vagy legjobb barátja), míg a másik figura ő. A feladat a figurák elhelyezése úgy a területre, ahogyan a vizsgálati személy akarja. A kutató a személyes teret az én és a másik figura közötti távolság mérésével értékeli. Carlson és Price (1966) egy kutatásukban Kuethe (1962) eredeti emberi és nem emberi figuráit használták a az interperszonális kapcsolatokban mutatott térhasználat fejlődési tendenciáinak vizsgálatára. A személyes tér szimulálásának alternatív módszerei: a papír-ceruza módszerek, amikor a résztvevőket arra kérik, hogy papíron rajzolják le vagy jelöljék be a távolságot önmaguk és egy másik személy között (Duke és Nowicki, 1972); kis babák elhelyezése egy területen (Little, 1965) vagy olyan fotók preferenciális megítéltetése, amelyeken interakcióban álló emberek láthatók különböző helyzetekben (Haas, 1970).

A szimulációk érvényessége

Mint korábban már egyéb környezeti viselkedésekre vonatkozóan megjegyeztük, alapvetően meg kell győződnünk arról, hogy a vizsgálati személyek válaszai a szimulált feltételek között megfelelnek-e a valós környezetbeli viselkedésüknek; vagyis a szimulációs technikák külső validitását rendszeresen ellenőrizni kell. Ha a személyes tér szimulációs mérése érvényes információkat szolgáltat, akkor biztosak lehetünk abban, hogy szoros összefüggés van a figura-elhelyezés és a tényleges interperszonális térhasználat között.

Kenneth Little (1965) megvizsgálta ezt a kérdést a szimulációs technika és színészek színpadon való szereplése összehasonlításának segítségével. Először megkérte a vizsgálati

személyeit, hogy a szokásos módon figurákat helyezzenek el számos környezetet reprezentáló háttérterületeken (pl. utcáson, egy középület előcsarnokában, egy egyetem területén). Ezek után arra kérte a résztvevőket, hogy játsszák el egy színházi rendező szerepét és helyezzenek el két színészt olyan színpadokon, amely a korábbi, szimulált környezeteknek megfelelően volt berendezve. Eredményei szerint a szimulált figurák és a színészek közötti interperszonális távolság jelentősen korrelált egymással.

Little tanulmányának azonban van egy hibája: a valódi helyzet feltételben a vizsgálati személyek a színészeket instruálták bizonyos személyközi távolságok felvételére, és nem maguk használták az interperszonális teret. Edward Gottheil és munkatársai (1968) úgy ismételték meg Little tanulmányát, hogy közvetlen összehasonlítást tettek lehetővé a figura-elhelyezési távolság és az vizsgálati személyek által egy mindennapi helyzetben használt interperszonális távolság között. Először egy interjúhelyzetet hoztak létre, ahol az alanyokat arra kérték, hogy egy, saját magukat és egy, az interjúkészítőt reprezentáló figurát helyezzenek el egy terepen. Később pedig lefényképezték az alanyok által az interjúkészítőtől tartott valós távolságot az interjú során. A szimulált és a valóságos helyzetben mért interperszonális távolság ismét nagyon hasonlóan bizonyult. Holahan és Levinger (1971) hasonló interjúhelyzetet használva szintén szoros együttjárást talált a figura-elhelyezési távolság és a valódi környezetben mérhető interperszonális távolság között.

Újabb bizonyítékok szerint azonban a szimulációs helyzetben mért személyes tér és a valós személyes téri viselkedés közötti együttjárás valószínűleg gyengébb, mint azt korábban gondolták. A személyes térről született tanulmányok alapos áttanulmányozása során Leslie Hayduk (1978) arra a következtetésre jutott, hogy a szimulációs mérésekből nem származnak elég erős mutatók ahhoz, hogy az emberek valós térhasználatára következtetni lehessen belőlük. A fő probléma az, hogy a szimulációs mérések nagymértékben a vizsgálati személyek kognitív képességeire támaszkodnak. Ahhoz ugyanis, hogy a figurákat a személy úgy tudja használni, mintha valódi interperszonális viselkedésekben vennének részt, el kell tudnia képzelni az adott társas vagy fizikai környezetet, egy harmadik személy szemszögéből kell látnia magát és a valódi társas kapcsolatok arányait a kis figurák méreteire kell transzformálnia. A kognitív képesség személyes térre gyakorolt hatása különösen gyerekek személyes terének tanulmányozásakor fontos – ugyanis a gyerekek kognitív képességei jelentősen eltérhetnek.

Hayduk álláspontját több tanulmány is alátámasztja. Kathleen Love és John Aiello (1980) például főiskolás hallgatókat kértek meg arra, hogy vegyenek részt egy előre megbeszélte témáról rendezett vitában kísérleti szituációban. A vita során feltűnés nélkül regisztrálták az interperszonális távolságokat. A vizsgálati személyek ezután három hagyományos személyes tér mérésen vettek részt: két szimulációs mérésen (filcfigurák ill. babák elhelyezése) és egy távolság-beállítási eljárásán. Love és Aiello végül nyíltan arra kérte a résztvevőket, hogy reprodukálják – figura-elhelyezéssel ill. távolság-beállítással – azt a személyközi távolságot, amelyet szerintük ők maguk fenntartottak a vita során. A kutatók szerint a mindkét szimulációs mérés és a távolság-beállítási módszer is gyengén korrelált a vita során tartott valódi interperszonális távolságokkal. Azt a következtetést vonták le, hogy mivel a személyes téri viselkedés nem tudatosul az emberekben, nehéz számukra azt a szimulációs vagy a távolság-beállítási mérések során megismételni, még akkor is, ha erre kifejezetten megkérik őket.

A személyes tér szimulációs mérésének külső érvényességére vonatkozó kutatások alapján az alábbi következtetések vonhatók le: (1) A személyes tér tanulmányozására, ahol csak

lehetséges, a természetes megfigyelés módszerét kell használni, (2) ha természetes megfigyelés nem lehetséges, akkor a távolság-beállítás módszere jobb a szimulációs módszernél és (3) ahol szimulációs módszert kell használni (mert pl. nagyszámú kísérleti személyt kell tesztelni), ott ezen eredményeket kisebb súllyal kell számításba venni, mint a természetes megfigyelésen alapuló eredményeket.

A személyes tér pszichológiai funkciói

Én-védelem

A személyes tér egyik fontos pszichológiai funkciója az én védelme. A személyes tér a más személyektől kiinduló fizikai és érzelmi fenyegetések elleni bufferként szolgál. Néhány kutató (Dosey és Meisels, 1969; Horowitz és Mtsai, 1954) a személyes teret úgy írják le, mint "testvédő zónát" (body-buffer zone), ezáltal kifejezetten hangsúlyozva a személyes tér én-védő funkcióját. A megfigyelések szerint, ha az emberek fenyegető helyzetben találják magukat, a self védelmében automatikusan megnagyobbítják a személyes teret, például nagyobb interperszonális távolságot tartanak; ha úgy tudják, hogy fizikai vagy szexuális vonzerejüket fogják értékelni (Dosey és Meisels, 1969) vagy ha negatív visszajelzést kapnak egy feladatban nyújtott teljesítményükről (Karabenick és Meisels, 1972).

A személyes tér megsértése

Hogyan tanulmányozhatnánk kísérleti úton a személyes tér védő funkcióját? Az egyik módszer az lehetne, hogy megsértjük egy személy személyes terét és módszeresen megfigyeljük a személy reakcióit. A környezetpszichológusok által a legszélesebb körben használt és legrámaibb eredményeket mutató technika éppen ez: a személyes tér védelmi funkciójának vizsgálata céljából kísérleti úton megsértik a vizsgálati személyek személyes terét. Ezt az ún. *inváziótechnikát* Robert Sommer és munkatársai (Sommer, 1969; Felipe és Sommer, 1966, 1972) használták igen hatékonyan.

Egyik vizsgálatában például Sommer pszichiátriai betegek személyes terét sértette meg Mendocino (Kalifornia) egy 1500 ágyas elmeklinikájában. Vizsgálati személynek olyan beteget választott ki, akik egyedül ültek egy padon és nem csináltak semmit. Sommer fel-alá sétált közvetlenül előttük (6 hüvelyk, azaz mintegy 15 cm távolságra) anélkül, hogy akár egyetlen szót is szólt volna. Ha a beteg óvatosan elhúzódtott, Sommer szintén mozdult, hogy tartsa a kettyük közötti igen kis távolságot. A kontrollcsoportot azok a betegek alkották, akik ugyanazon a területen ültek egyedül, csak a személyes terükbe nem hatolt be senki. Sommer szerint a betegek reakciói a személyes tér megsértésére drámaiak voltak. A vizsgálati személyek egyharmada két percen belül elhagyta helyét, míg a kontrollcsoport tagjai közül ugyanezen időn senki sem tette ezt. Kilenc perc után a kísérleti csoport fele távozott, míg a kontrollcsoportnak csak a 8 százaléka hagyta el a helyét. (...)

Egy másik tanulmányban Nancy Felipe egy főiskolai könyvtár olvasótermében olvasó vagy tanuló hallgatók személyes terét sértette meg. A kontrollcsoportot ugyancsak olyan hallgatók alkották, akik egyedül ültek az olvasóban. A legsúlyosabb személyes tér megsértési helyzetben Felipe közvetlenül az alany melletti fotelba ült le, és azt olyan közel húzta a sze-

mely foteljéhez, amennyire csak megtehetette anélkül, hogy fizikai kontaktusba került volna vele. 30 perc múlva a vizsgálati személyek 70 százaléka elhagyta a helyét, míg a kontrollcsoport tagjai közül csak 13 százalék. Kevésbé tolakodó situációban, ahol volt egy fotel vagy asztal a személyes térbe behatoló és a vizsgálati személy között, az alanyok kisebb védekező reakciót mutattak.

Feltehetjük a kérdést, hogy a hely egyszerű elhagyásán kívül milyen más módon válaszolhat az egyén a személyes térbe való behatolásra. Sommer mindkét tanulmányában arról számol be, hogy kezdetben, a hely elhagyása előtt az alanyok megpróbálnak megbirkózni a betolakodással. A személyes tér megsértésére adott viselkedéses válaszok egészen bonyolultak lehetnek és egyénről egyénné változnak. Néhány vizsgálati személy például megváltoztatta a testhelyzetét: elfordult a betolakodótól vagy megváltoztatta a széke helyzetét. Mások védekező testtartást vettek fel: behúzták a nyakukat, szétterpesztették a könyöküket vagy az állukat a tenyerükbe támasztották. Megint mások könyveket vagy más tárgyakat használtak fel arra, hogy elbarikádozzák magukat a betolakodótól. Ha ezek a védekező manőverek sikertelenek voltak, a vizsgálati személyek akkor menekültek el a helyzetből. Miles Patterson és munkatársai (1971) hasonló, a személyes térbe való behatolásra adott bonyolult viselkedési válaszokról számolt be egy könyvtárban folytatott vizsgálatban. A személyes tér elméleteinek tárgyalása során látni fogjuk, hogy a betolakodásra adott összetett illesztéses viselkedések központi szerepük a személyes tér rendszermodelljeiben.

A betolakodó jellemzői

Az alapkérdés ebben az esetben az, hogy a személyes teret megsértő személy jellemzői hogyan befolyásolják a betolakodásra adott válaszokat. A kutatások eredményei azt jelzik, hogy a betolakodó neme, életkora és társadalmi státusza befolyásolja a személyes tér megsértésére adott egyéni reakciókat. Például ha a betolakodó férfi, akkor inkább előidézi a sértett fél mozgását, mint a női betolakodók (Bleda és Bleda, 1976; Dabbs, 1971). Érdekes módon a kutatások azt mutatják, hogy a férfiakat jobban zavarja a személyes terük megsértése, mint a nőket (Garfinkel, 1964; Patterson és mtsai, 1971).

Anna Fry és Frank Willis (1971) demonstrálták, hogy a betolakodó életkora szintén meghatározza az áldozat választását. Gyerekeket állítottak 15 cm távolságra felnőttek mögé egy színházi sorban. Azt találták, hogy az 5 éves gyerekekre pozitív választ adtak a felnőttek, a 8 éveseket figyelmen kívül hagyták, de a 10 évesekre ugyanolyan negatív választ adtak, mint a felnőtt betolakodókra. David Barash (1973) pedig azt igazolta, hogy a betolakodó státusza befolyásolja a személyes térbe való behatolásra adott reakciókat egy könyvtárban. Ha a férfi betolakodó öltönyben volt és tanárnak gondolták, a hallgatók gyorsabban elmenekültek, mintha ugyanaz a betolakodó hétköznapi ruhában volt és egy hallgatótársuknak tűnt.

A betolakodó szemszögéből

Eddig annak a személynek a szemszögéből vizsgáltuk a személyes tér megsértésének pszichológiai hatásait, akinek a személyes térbe behatoltak. Az is érdekes azonban, hogy magára a betolakodóra hogyan hat, hogy megsérti valaki más személyes terét. Ugyanis, aki behatol egy másik ember személyes terébe, egy időben ezzel saját személyes terét is megsérti. Az eredmények nagyon konzisztensen azt mutatják ebben a kérdésben, hogy a mások

személyes terébe betolakodók általános negatív és diszkomfort érzésekről számoltak be. Az emberek például kerültek az ivást egy olyan ivókútnál, ahol egy másik személy (egy beavatott) a forrástól kb. 1.5 méter távolságon belül álldogált (Baum és mtsai, 1974). Érdekes módon azonban, ha az ivókutat "elrejtették" (beépítették a fal egy mélyedésébe), vagyis nem emelkedett ki a falból, az emberek hajlandóbbak voltak megállni és inni akkor is, ha egy másik személy ott volt a közelben.

Nancy Thalhoffer (1980) szerint az emberek idegenkedése a csapból való ivástól más emberek jelenlétében az ivókút környékén levő emberek összlétszámától függ. A zsúfoltság információ-töltési modelljére⁸ alapozva kifejti, hogy abban az esetben, ha az emberek kevesebb figyelmet fordítanak a szociális ingerekre egy zsúfolt helyzetben, akkor ha nagy társas sűrűségben sértik meg a másik személyes terét, kisebb lesz a kellemetlenség érzésük, mintha kicsi lenne a társas sűrűség. Hipotézise ellenőrzésére Thalhoffer terepkísérletet végzett egy egyetemi épület folyosóján levő ivókútnál. Az elhaladók ivási viselkedését négy vizsgálati feltétel mellett figyelték meg: az ivókút mellett nagy, illetve kis társas sűrűség esetén, és (c feltételeken belül) vagy egy beavatott személy állt egy lábnyira állt a kúttól, vagy nem volt ott senki. (...)

Thalhoffer elvárásaival egyezően, a beavatott asszisztens személyes terét gyakrabban megsértették nagy társas sűrűség, mint kis társas sűrűség esetén. Ez a tanulmány egyébként azért is különösen érdekes, mert két társas folyamatot – a személyes térbe való behatolást és a tömeggel való megküzdést – egyidejűleg vizsgál. Két vagy több pszichológiai folyamat együttes vizsgálata érdekes kutatási lehetőségeket kínál a jövő kutatása számára.

A további kutatás azt bizonyította, hogy az emberek nem szeretnek két, egymással interakcióban álló ember személyes terébe behatolni. Ez azt jelzi, hogy a csoportokat – az egyénekhez hasonlóan – személyes térrel rendelkezőknek észlelik az emberek. James Cheyne és Michell Efran (Cheyne és Efran, 1972; Efran és Cheyne, 1973, 1974) kutatásai azt bizonyították, hogy az emberek idegenkedtek két beszélgető ember személyes terének megsértésétől, de relatíve hajlandóbbak voltak betolakodni, ha a pár egyszerűen csak egymás mellett állt. Ha pedig több mint 1.2 méter távolságra álltak, a betolakodás mértéke nőtt. A párok nemét szintén fontosnak találták. A pár személyes terének megsértésére való hajlandóság egyes párok esetén volt a legnagyobb, közepes volt női párok és legkevésbé volt kifejezett férfi párok esetén. A betolakodók viselkedése végig diszkomfort érzésről árulkodott a párok személyes terének megsértése folyamán: lehajtották a fejüket, becsukták a szemüket és bocsánatkéréseket mormogtak, miközben átgázoltak az interakcióban álló pár személyes terén.

Eric Knowles (1973) megerősítette, hogy a csoport létszáma hatással van az egyén "betolakodási szándékára". Azt találta, hogy míg az emberek általában is idegenkednek egy beszélgető csoport személyes terének megsértésétől, ez a hatás kifejezettebb volt egy négy személyből álló csoport esetén, mint egy kétszemélyes csoport esetén. Knowles adatainak Thalhoffer-ével való összehasonlításakor érdemes észben tartanunk, hogy Thalhoffer kísérletében a kút mellett elhaladók nem egy csoport személyes terét sértették meg, hanem egyetlen egyénét más emberek szomszédságában. Tehát míg Knowles négyesei beszélgető

8 Lásd "A küzdelem a zsúfoltsággal" című fejezetet ebben a kötetben. (szerk.)

9 Vö. Altman (1975) korábban bemutatott magánszféra definíciójával; lásd e tanulmány 4. lbjegyzetét. (szerk.)

személyek összetartozó csoportjai voltak, a Thalhofer által vizsgált nagy sűrűségi feltétel több különálló egyénből állt. Úgy tűnik tehát, hogy amennyiben a társas sűrűség egy beszélgetésben levő, tehát összetartozó csoportot jelent, akkor a csoport személyes terét is figyelembe veszik. Knowles egy másik eredménye szerint az emberek kevésbé voltak hajlandók egy magas státuszú csoport személyes terét megsérteni (a státuszt a csoport életkora és öltözködési stílusa fejezte ki). Egy másik tanulmány szerint (Knowles és mtsai, 1976) a járókelők nagyobb távolságban haladtak el csoportok mellett, mint a magányos emberek mellett.

Félelem, fenyegetés és személyes tér

A személyes tér én-védelmi funkciójának megértéséhez hozzájárulhat azon egyén személyes terének tanulmányozása, akik félnek a társas helyzetektől, illetve a többiek fenyegetőnek érzik. Minthogy a személyes tér a fizikai és érzelmi fenyegetésektől védi az egyént, feltételezhetjük, hogy azoknak az embereknek, akik tartanak a társas helyzetektől, nagyobb személyes teret tartanak fenn, mint akik nem félnek. Tanulmányok sorozata vizsgálta a személyes tér és a társas szorongás közötti kapcsolatot. Ezek a tanulmányok – mind szimulációs, mind természetes megfigyeléses módszerrel – azt igazolták, hogy azok a személyek, akik a szorongáskérdőíveken magas pontszámot érnek el, nagyobb interperszonális távolságot tartanak (Bailey és mtsai, 1972; Karabenick és Meisels, 1972; Patterson, 1973b; Weinstein, 1968). Fordítva is igaz: a kisebb interperszonális távolság magas önértékeléssel, pozitívabb én-fogalommal és a teshatárok pontosabb észlelésével párosult (Frankel és Barrett, 1971; Frede és mtsai, 1968; Stratton és mtsai, 1973).

Marshall Duke és Stephen Nowicki (1972) például a személyes tér és a "kontrollhely" személyiségjellemző közötti kapcsolatot kutatta. A kontroll helye (Rotter, 1966) személyiségdimenzió annak mentén különíti el az embereket, ahogyan az események okait megállapítják: a belső kontrollosok az események kimenetelét a self kontrollja alatt állónak érzik, míg a külső kontrollosok szerint ez események külső irányítottságúak. Duke és Nowicki szimulációs eljárást használva azt találta, hogy a külső kontrollosok idegenek és hatalommal rendelkező személyek jelenlétében nagyobb személyes teret tartottak, mint a belső kontrollosok. Eredményeiket a személyes tér társas tanulási modellje alapján magyarázták: eszerint a külső kontrollosok megtanulták, hogy a szükségleteiket kielégítő emberektől függőnek érzik magukat és így az idegeneket fenyegetőbbnek élik meg, mivel azok válaszait nehéz előre bejósolni.

További bepillantást nyerhetünk az észlelt társas fenyegetés és a személyes tér közötti összefüggésbe, ha például az érzelmi sérült vagy szociálisan deviáns emberekre fordítjuk figyelmünket. Kinzel (1970) például egyik tanulmányában rabokat vizsgálva azt találta, hogy az erőszakos rabok személyes tere nagyobb, mint a nem erőszakosoké, és az erőszakos rabok különösen akkor tartottak nagy személyes távolságot, ha hátulról közelítették meg őket. (...) A kutatások ezzel kapcsolatos másik fő iránya emocionális zavarral küzdő gyerekek és serdülők csoportját vizsgálta. Laura Weinstein (1965) szimulációs módszert használva azt találta, hogy 8-12 éves emocionálisan zavart nagyobb távolságot tartanak, mint az egészséges fiúk kontrollcsoportja. Érdekes módon az érzelmi zavarral küzdő fiúk az anyát és a fiút reprezentáló figurákat helyezték legtávolabbra egymástól; ez az elhelyezés feltehetően a fiúk és édesanyjuk, illetve tanárnőik között negatív kapcsolatot tükrözi. Weinstein azt a következtetést vonta le, hogy az érzelmi sérült gyerekek az egészséges

gyerekeknél büntetőbbnek, kevésbé támogatónak és kevésbé megbízhatóknak észlelik a felnőtteket és különösen a nőket.

Rhoda Fisher (1967) azt találta, hogy a komoly magatartási problémákat mutató iskolás gyerekek az emberi figurákat nagyobb távolságra helyezték egymástól, mint az átlagos gyerekek. Más kutatók, akik érzelmi zavarú gyerekek (Du Hammel és Jarmon, 1971) és érzelmi zavarú serdülők (Long és mtsai, 1970; Newman és Pollack, 1973) személyes terét tanulmányozták, hasonló válaszmintákat írtak le. Az érzelmi zavarú fiatalok következetesen nagyobb személyes tér zónákat tartottak fenn, mint egészséges társaik. Az eredményeket összehasonlítva a schizofrénekkel esetében kapottakkal feltételezhetjük, hogy a schizofrének egészségeseknél nagyobb személyes tér fenntartására irányuló tendenciája feltehetően mögöttes szorongásuknak tulajdonítható, és azzal is összekapcsolódhat, hogy ők fenyegetőnek érzik a társas helyzeteket. A schizofréneknél talált nagyobb variabilitás a személyes tér nagyságában valószínűleg a schizofréniában igen gyakori gondolkodászavarokkal van összefüggésben.

A szocio-emocionális zavarú mutató egyetemisták személyes terének vizsgálatok kapott eredmények illeszkedtek a fent vázolt képbe. Szimulációs technikát használtak társas alkalmazkodási zavarral küzdő hallgatók személyes terének vizsgálatára. A rosszul alkalmazkodók – Weinstein érzelmi zavarú fiúgyerekeihez hasonlóan – nagyobb távolságra helyezték egymástól az anyát és a fiút reprezentáló figurát, mint a jól alkalmazkodó társaik. A szerzők (Higgins és mtsai, 1969) úgy magyarázzák ezt, hogy a nagyobb szimulált személyközi távolságban a rosszul alkalmazkodó hallgatók és édesanyjuk közötti negatívabb kapcsolat tükröződik.

Interperszonális vonzalom

Barátság

A személyes tér másik szociálpszichológiai funkciója az interperszonális vonzalom kifejeződésének szabályozása. A korábbi tanulmányok a személyes teret az interakcióban álló partnerek barátsági fokának függvényeként vizsgálták. Little (1965) például szimulációs feladatban és élő emberek (színészek) színpadon való elhelyezése során is azt találta, hogy a barátokat közelebb tették egymáshoz, mint az ismerősöket, és az ismerősöket közelebb tették, mint az idegeneket. Iskoláskorú gyerekekkel folytatott későbbi vizsgálatokban figuraelhelyezési technikával igazolták, hogy minél szorosabb a kapcsolat az emberek között, következetesen annál közelebb helyezik az őket jelképező figurákat a vizsgálati személyek (Bass és Weinstein, 1971; Guardo és Meisels, 1971b; Meisels és Guardo, 1969).

Azt az adatot, hogy a barátság mértéke az interperszonális távolság egyik fontos meghatározó tényezője, azok a kutatók is megerősítették, akik természetes környezetben figyelték meg az emberek térhasználatát. Egyetemisták, akik barátok voltak, jobban megközelítették egymást, mint akik csak egyszerűen ismerték egymást (Willis, 1966). Hasonló eredményeket kaptak iskoláskorú gyerekek között egy osztályteremben folytatott megfigyeléskor (Aiello és Cooper, 1972) és pszichiátriai betegek esetében egy kórházi kávézóban (Almond és Esser, 1965). Richard Heslin és Diane Boss (1980) Indianapolis repülőterén megfigyelték az utasok és az őket kikísérő ill. érkezésüket váró személyek non-

verbális viselkedését. Azt találták, hogy minél szorosabb kapcsolat volt két ember között, annál inkább együtt voltak a reptéren (búcsúztatáskor) és annál valószínűbb volt, hogy intím interakciót produkálnak (hosszú csók vagy ölelés), míg az ismerősöknél nem volt fizikai érintkezés vagy csak egyszerű kézrázás fordult elő.

Vonzalom

Néhány kutató közvetlenül vizsgálta a személyes tér és az emberek közötti személyközi vonzalom mértéke közötti kapcsolatot. Kutatták például, hogy a személyek közötti távolság mennyire szolgál az interperszonális vonzalom jelzőingereként, vagyis például két ember távolsága az érintkezés során mutatja-e azt, hogy mennyire kedveli egymást a két ember. Mind szimulációs (Golding, 1967), mind interakcióban levő emberek fotóinak megítélésén alapuló adatok következetesen azt mutatták, hogy minél kisebb a távolság két ember között, annál nagyobb vonzalmat feltételezünk közöttük.

Valódi társas helyzetekben is érdekes a személyes tér és az interperszonális vonzalom kapcsolata. Howard Rosenfeld (1965) úgy találta, hogyha arra kértek vizsgálati személyeket, hogy cselekedjenek úgy, hogy kivívják egy másik személy elismerését, akkor igyekeztek közelebb helyezkedni a másik személyhez. Albert Mehrabian (1968b) laboratóriumi környezetben arra kérte kísérleti személyeit, hogy egy feltételezett személy iránt érzett különböző attitűdjeiket ülési helyzetükkel fejezzék ki. Azt találta, hogy a másik személy iránti pozitív viszonyulás kisebb interperszonális távolsággal, megnövekedett mennyiségű szemkontaktussal és közvetlenebb testtartással járt.

A kutatások egy másik iránya arra a kérdésre keresett választ, hogy a szociálisan kifelé forduló emberek személyes terének nagysága eltér-e azokétól, akik tartózkodóbbak a társas helyzetekben. A vizsgálatok eredményei szerint az extrovertáltak (...) közelebb ülnek másokhoz, mint az introvertáltak (...) (Cook, 1970; Patterson és Holmes, 1966). Azok, akik magas pontszámot értek el az elismerési szükséglet skálákon, laboratóriumi helyzetben közelebb ültek a másik emberhez (Mehrabian és Diamond, 1971).

Végül a kutatások kimutatták, hogy a közelség facilitálhatja a pozitív interperszonális érzések kialakulását. Sidney Jourard (1970) szerint interjúkban a kérdezettek többet voltak hajlandók elárulni magukról, ha a kérdező-kérdezett távolság kisebb volt. Természetesen, a személyes tér megsértésének korábban tárgyalt modellje alapján feltételezhetjük, hogy a másik személy iránti vonzalmat csak egy optimálisan kis távolság serkenetheti – akár túl közelre, akár túl távolra kerül másik személy, a vonzalom csökkenni kezd. Míles Patterson és Lee Sechrest (1970) adatai szerint például a vizsgálati személy pozitívabb érzéseket táplált a vizsgálatot végző személy iránt, ha mintegy 1.5 méter távolság volt köztük, mintha 70 cm-re vagy 3 méterre helyezkedtek el egymástól.

Ellenszenv

Ha a másik személy iránti vonzalom a közelséghez kapcsolódik, feltehetjük a kérdést: vajon negatív személyközi érzések esetén megnőnek-e az interperszonális távolságok. Számos, szimulációs módszereken és természetes megfigyeléseken alapuló környezetpszichológiai tanulmány bizonyítja, hogy az emberek közötti negatív érzések a köztük levő személyes tér kiterjesztésével járnak együtt. James Kuehe (1964) például azt találta, hogy a feketebőrű emberekkel szemben előítéletes személyek két külön (fekete és fehér) csoportot alakítottak

ki a kapott szimulációs figurákból, majd a két csoportot nagyobb távolságra helyezték egymástól, mint a kevésbé előítéletes egyének. Alexander Tolor és W. Ronald Salafia (1971) vizsgálatában az alanyok a negatív személyes jellemzőkkel felruházott figurákat távolabb helyezték a self-et jelképező figurától, mint a pozitív személyiségjelzőkkel jellemzettet. Carol Guardo és Murray Meisels (1971a) arról számolt be, hogy a "szülő" és a "gyerek" figurákat távolabb helyezték egymástól, ha azt kellett bemutatni, hogy a szülő éppen szítja a gyereket. Egy terepkiérletben a barátságatlannak tartott gyerekekhez kevésbé mentek közel más gyerekek, szemben azokkal, akiket barátságosnak vélték (King, 1966).

Hasonlóság

Érdekes kutatási területe a személyes tér és az emberek közötti észlelt hasonlóság kapcsolata. Donald Byrne és munkatársai kiterjedt kutatásokat végeztek ezen a területen (pl. Allgeier és Byrne, 1973; Byrne, 1961, 1971; Byrne és mtsai, 1971). Byrne kezdeti kutatásai arra a fentiekben is tárgyalt megfigyelésre épültek, hogy mind a barátság, mind az interperszonális vonzalom az emberek között kisebb személyközi távolsággal jár. Különösen érdekes Byrne azon eredménye, miszerint a megnövekedett fizikai közelség az emberek közötti észlelt hasonlóság mértékével függ össze. Egyetemista párok randevúját megfigyelve kiderült, hogy a személyiségükben hasonló párok kisebb személyközi távolságot tartottak, mint azok, akiknek a személyisége eltért. Byrne további kutatásai azt mutatták, hogy az interperszonális vonzalom, a kisebb személyes tér és a hasonlóság összefügg: az emberek hajlamosabbak szeretni a magukhoz hasonlóknak észlelt másik személyt.

Ha a személyiségbeli hasonlóság kisebb személyközi távolsággal jár együtt, felvetődik a kérdés, hogy az emberek közötti más típusú hasonlóság is csökkenti-e a személyes teret. A kutatások eredményei azt mutatják, hogy az emberek között észlelt sokféle hasonlóság csökkenti az interperszonális távolságot.

Lott és Sommer (1974) vizsgálati személyei laboratóriumi helyzetben a hozzájuk hasonló státuszú beavatotthoz közelebb ültek, mint akár az alacsonyabb, akár a magasabb státuszú társához. Latta (1974) szintén laboratóriumi körülmények között azt találta, hogy a személyek közelebb ültek a hasonló életkorú társakhoz. Munkahelyi kiképző tanfolyamok résztvevőit természetes helyzetben megfigyelve Jorgenson (1975) kimutatta, hogy a hasonló státuszú dolgozók közvetlenebbül fordultak szembe egymással interakció közben, mint az eltérő státuszúak, viszont a személyközi távolságban a szerző nem talált szignifikáns különbséget a státusz függvényében. Egyetemeken folytatott megfigyelések szerint a hasonló korú és etnikumú hallgatók kisebb interperszonális távolságot tartottak egymással (Willis, 1966). Az attitűdhasonlóság és a személyes tér viszonyának tekintetében viszont ellentmondóak az adatok. Míg egy korai szimulációs tanulmány (Little és mtsai, 1968) szerint a vizsgálati személyek tendenciaszerűen közelebb tették azokat a figurákat, amelyeket hasonló attitűdökkel jellemeztek, a későbbi vizsgálatok (pl. Tesch és mtsai, 1973) az ülőhely választás tekintetében nem mutatott ki összefüggést a hasonló attitűdök és a közelség között.

Stigma

Ha a hasonlóság és a közelség összefügg, akkor elképzelhető, hogy az emberek közötti észlelt különbség a személyes tér növekedésével jár együtt. Azok a kutatások adtak erre

vonatközön felvilágosítást, amelyek az emberek fogyatékos (testi fogyatékos vagy érzelmi-leg problémás) személyekre adott reakciót vizsgálták. Az egyik, szimulációs módszerre és természetes megfigyelésre építő tanulmány (Kleck és mtsai, 1968) szerint az emberek nagyobb interperszonális távolságot tartanak a társadalmilag megbélyegzettekkel, mint például pszichiátriai betegekkel vagy amputáltakkal. Egy másik szimulációs tanulmány szerint a résztvevők távolabb helyezték egymástól az "én" és a "másik" figuráját, ha a "másik" fizikailag fogyatékos, kábítószeres, homoszexuális vagy elhízott volt (Wolfgang és Wolfgang, 1971). Ronald Comer és Jane Piliavin (1972) interjúhelyzetben szintén azt találták, hogy az interperszonális távolság nőtt, ha a másik személy fizikailag fogyatékos volt. Mary Worthington (1974) emberek reakcióit figyelte meg egy jól láthatóan testi fogyatékos személyre természetes helyzetben. Egy kaliforniai repülőtéren egy beavatott személy járókelőket kérdezett meg egy közeli autótól. Ha a beavatott tolokocsiban ült, a vizsgálati személyek segítőkészen válaszoltak ugyan, de távolabb álltak meg a kérdezőtől, mint amikor az egy közönséges széken ült.

Társas befolyásolás

Mivel a magunk és a más emberek között tartott távolság szorosan összefügg a feljűk irányuló érzéseinkkel, eltűndöhetünk rajta, hogy az egyén szociális befolyásoló hatása változik-e az interperszonális távolságtól függően. A közel ülő személy kevésbé vagy jobban meggyőző-e a nagy távolságra ülőnél? Ugyan kevés kutatás foglalkozott ezzel a kérdéssel és az eredmények meglehetősen összetettek, de az elvégzett tanulmányok azt támasztják alá, hogy van egy optimális interperszonális távolság, ahol az emberek a legmeggyőzőbbek.

Mehrabian és Williams (1969) eredményei szerint egy filmen szereplő kommunikátor meggyőzőbbnek tűnt akkor, amikor 1.5 méterre állt a kamerától, mint amikor 3.5 méternyire állt tőle. Stuart Albert és Jones Dabbs (1970) kísérletei szerint egy meggyőző kommunikátor-nak akkor a legnagyobb hatása, ha 1.7-2 méterre áll tőlünk; az 40-80 cm távolság túl kevés, a 4-4.5 m túl sok – ugyanakkor az aktuális attitűdváltozás mégis a 4-4.5 méteres távolság esetén volt a legnagyobb. A vizsgálati személyek "elnyomottak" érezték magukat és irritálták őket a meggyőző kommunikátor, ha túl közel került hozzájuk (Dabbs, 1971). Néhány tanulmány a személyes tér megsértésének hatását vizsgálta a segítségkérésre. Konecni és mtsai (1975) azt találták, hogy azok az emberek, akiknek a személyes terét megsértették, nem akartak segítséget nyújtani, ha a betolakodó bajba került. További munkák (Baron és Betle, 1976) finomítottak ezen: az áldozat, akinek a személyes terét megsértették, hajlamos segítséget nyújtani, ha a támadó közvetlenül kéri ezt. A szerzők szerint, ha a támadónak nagy szüksége van segítségre, akkor a személyes tér megsértése mintegy igazolódik és a támadó segítséget kap. Ha azonban a segítségkérés nem tűnik nagyon indokoltnak, a személyes térbe való behatolás nem igazolódik és elmarad a támadó által kért segítség.

A személyes tér elméleti megközelítései

A személyes tér mint a kommunikáció eszköze

Edward Hall (1966) úttörő munkáját a személyes térrel kapcsolatban arra alapozta, hogy a személyes tér egyfajta kommunikációs eszköz. Darhl Pedersen és Loyda Shears (1973) későbbi, az addig folytatott kutatásokat áttekintő tanulmányukban a személyes teret olyan eszközként említik, amely segítségével az emberek a személyközi érzésekről és attitűdökről nyerneek visszajelzést. A mi megközelítésünk ebben a fejezetben az interperszonális vonzalom és a személyes tér összefüggéseivel kapcsolatban szintén egybevág a személyes tér kommunikációs modelljével. Említetjük például, hogyha az emberek szeretik egymást, közelebb húzódnak egymáshoz és ez mindkét fél számára pozitív érzéseket közöl, míg az ellenszenvet úgy kommunikálják, hogy növelik az őket a partnertől elválasztó távolságot.

Ha a személyes teret a kommunikáció eszközeként tekintjük, akkor az interperszonális téri ingerek használatát definiálhatjuk úgy is, mint ami beletartozik abba a szélesebb viselkedéskategóriába is, amit "nonverbális kommunikációnak" nevezünk. Ray Birdwhistel Kinezika és kontextus (Kinesics and Context, 1970) című könyvében összefoglalt elmélete szerint a kommunikáció a verbális üzenetek mellett a testmozgások széles és bonyolult tartományát is magába foglalja. Birdwhistel egy nagyon pontos jelölési rendszert¹⁰ javasol a nonverbális üzenetek szisztematikus leírására. Bár az általa leírt kategorizációs rendszer tágabb, mint önmagában a személyes téri viselkedés, jelölési rendszere segíthet bennünket abban, hogy részletesen leírjuk azokat az összetett testmozgás-mintázatokat és testtartás váltásokat, amelyek útján a személyes teret fenntartjuk. Látni fogjuk, hogy az elképzelés, miszerint a személyes teret egymással kölcsönkapcsolatban álló viselkedések széles skálája tartja fenn, központi jelentőségű a személyes tér rendszermodelljeiben.

Hall (1966) szerint a személyes tér azáltal válik kommunikációs eszközzé, hogy meghatározza a két ember között kicserélődő szenzoros információ mennyiségét és típusát. Hangsúlyozta, hogy a személyes térhez kapcsolódó kommunikáció egy időben több szenzoros rendszer működését jelenti. Például a személyes tér változásai befolyásolják a vizuális képet a másik emberről, hatással vannak arra, hogy milyennek halljuk a másik hangját, meghatározzák, hogy érezzük-e a partner természetes és mesterséges szagát, és azt, hogy bizonyos nagyon közeli, intím találkozások esetén lehetővé válik-e a másik megérintése, és érezhető-e a másik ember testének melege. Hall leírása a négy személyközi zónáról tulajdonképpen azon alapul, hogy a távolságok hogyan befolyásolják az emberek közötti szenzoros információk kommunikációját.

Hall szerint a szenzoros információt észlelése nagyon különböző módokon lehetséges az egyes zónákban. Például az intím zóna közeli szakaszában a másik személy észlelését az erős szenzoros ingerek uralják. Megérinthetjük őt, érezhetjük a szagát és testének melegét. A látás nem ad éles képet, homályos, azonban ha lehetséges éles látás, a vizuális kép nagyon részletes. A hang kevésbé fontos, és Hall megjegyzi, hogy még a suttogás is növeli az észlelt távolságot. Ezzel szemben nyilvános távolság esetén a tapintási, szaglási és hőérzék nem ját

10 Magyarul lásd pl. Buda B. és László J. (1981): Beszéd a szavak mögött, Tömegkommunikációs Kutatóközpont, Budapest. 97-98. old. (szerk.)

szik szerepet. A látás itt különösen fontos, de a bőr és a szemek apró részletei nem elkülöníthetők, a test szinte kétdimenziósnak tűnik (mintha nem is lenne háromdimenziós), a szem színe nem észlelhető. Verbális kommunikáció lehetséges, de az üzeneteket gondosabban és formálisabban fogalmazzák meg.

Érdekes, hogy annak ellenére, hogy a személyes tér az emberi kommunikáció fontos eszköze, az ezen keresztül küldött és kapott információk közül sok nem tudatosul. A személyes térrel kapcsolatos ingerek olyan összetettek és olyan sok szenzoros modalitáson keresztül kommunikálódnak, hogy néha félreértjük az így kapott üzeneteket. Hall egyik példája szerint különböző kulturális háttérű állásra pályázók interjúja során a produkált láb-, kéz- és szemmozgás útján kódolt nonverbális üzenetek még a legmotiváltabb pályázót is hanyagnak és érdektelennek tűntethetik fel a leendő munkaadó számára, ha a munkaadó más kultúrából származik, mint a pályázó.

A nonverbális testi jelzések továbbá különböző megfigyelő csoportok számára különböző jelentéseket hordozhatnak. John Sterrett (1978) százhatvan biztosítási szakmában dolgozó menedzsert kért meg arra, hogy egy férfi pályázó alkalmasságát értékelje. A pályázó alkalmassági interjút videófilmen mutatták be a megítélőknek. (...) Sterrett eredményei szerint a férfi menedzserek akkor értékelték a pályázót ambíciózusabbnak, ha a nonverbális kommunikáció nagyon intenzív volt (erős szemkontaktus és intenzív gesztusok). A női menedzserek ezzel szemben annál ambíciózusabbnak ítélték a pályázót, minél kevésbé volt intenzív a nonverbális kommunikáció (gyenge szemkontaktus és minimális mennyiségű gesztus). Elképzelték, hogy mind a férfiak, mind a nők menedzserek az intenzív nonverbális ingereket az agresszió jeleként érezték, de a férfiak az agressziót az ambíció kedvező jeleként értékelték, míg a nők úgy interpretálták, hogy az agresszió az ambíció hiányát jelzi.

A személyes tér stresszmodellje

A személyes tér egy alternatív megközelítése a stresszmodell. Észérint a megfelelő személyes tér fenntartása egy olyan adaptív mechanizmusnak tekinthető, amely az emberi szervezet által tapasztalható stressz szintjét csökkenti. Az, ahogyan ebben a fejezetben a személyes tér önvédelmi funkcióját tárgyaltuk, megfelel a stresszmodellnek. A személyes tér buffer vagy pajzs az ellen a sokféle stresszor ellen, amellyel szembesülhet az egyén, ha túl kicsi az interperszonális távolság.

A személyes tér stresszmodelljét Gary Evans és munkatársai (Evans, 1974, 1979; Evans és Eichelman, 1976; Evans és Howard, 1973) dolgozta ki legrészletesebben. Evans rámutatott, hogy a személyes tér megvédi az egyént azoktól stressz-igensektől, amelyek más személyek közelségével kapcsolatosak. Az egyik ilyen stresszor az, hogyha más személyek fizikailag túl közel vannak, akkor nagyon megnő az agresszió lehetősége. Egy másik stresszor az információ-túlterhelés, amelyet más emberek túlzott közelsége okoz: a vizuális és az olfaktoros ingerlés fokozott és a testhőmérséklet is megnő a személyes térbe való behatolásakor (Hall, 1966). Evans hozzáteszi, hogy nagyon kicsi interperszonális távolság esetén a szenzoros információ megnövekedett mennyisége és minősége "túltöltheti" (túlterhelheti, overload) az emberei szervezetet és stresszhez, valamint konfúzióhoz vezethet.

Ha a személyes tér megsértése stresszteni esemény az áldozat számára, akkor a személyes stressz-élménye fiziológiai mutatókban is kifejeződik. A személyes tér megsértése együttjár

olyan indexek megváltozásával, amelyek fiziológiai arousal-növekedésére utalnak, például a GBR nő (Evans, 1972; McBride és mtsai, 1965), vagy nagyobb a tenyérizzadás (Bergman, 1971).

Evans szerint egy egyszerű stresszmodell nem elegendő a személyes térre vonatkozó emberi viselkedés teljes bonyolultságának magyarázatára. A legfontosabb, hogy az ember stressz-élményében van egy egyedi, humán-specifikus kognitív komponens. Evans szerint, mielőtt bejósoljuk, hogy a szenzoros információk túlaradása stresszhez vagy fokozott éberséghez fog vezetni egy adott személynél, tudnunk kell, hogy az egyén hogyan interpretálja az információáradatot.

Evans szerint a stresszmodellt funkcionális nézőpontból ki kell szélesíteni – így a modell a személyes tér kognitív dimenzióját hangsúlyozza és figyelembe veszi azt a feszültséget, amely abból származik, hogy az embereknél alapvető konfliktus van a humán csoporthoz tartozási szükséglet és az egyén autonómiára való törekvése között. Evolúciós fejlődésünk folyamán a csoporthoz tartozás biztosította a túlélést; a vadászat és a gyűjtögetés csoporthoz tartozás hatékonyabb volt, mint egyénileg. Ugyanakkor az emberek közötti állandó szoros érintkezés fenyegetést jelent az egyén én-érzésére és személyes énhatárait. Evans megjegyzi, hogy a személyes téri viselkedés gyökerei evolúciós történetünkben találhatóak ugyan, a tér emberi használatának kognitív dimenziói azonban minőségi különbséget hoztak létre a személyes tér adaptív funkcióiban az emberek és az állatok között. (...)

Miles Patterson (1976, 1978) a személyes tér arousal modelljét javasolja, amely egyesíti a stresszreakció és a kognitív dimenzió aspektusait is. Patterson szerint az egyén személyes térének megsértésére adott reakcióiban két fázis különíthető el. Az első a stresszreakciónak felel meg: egy általánosan megnövekedett arousal állapota, amelyet fokozott adrenalin elválasztás, szaporább szívverés, magasabb vérnyomás és nagyobb GBR kísér. Ezt követően az arousal beindítja a kognitív folyamatot, amelyben az egyén megpróbálja feltárni a megnövekedett arousal eredetét és jellemzőit. Ez a kognitív jelentéskeresés akkor fejeződik be, ha az arousal forrását az egyén meg tudja címkézni – ekkor a személy meghatározza az adott helyzetben megfelelő választ.

Stephen Worchel és munkatársai (Worchel és Teddlie, 1976; Worchel és Yohai, 1976) a személyes tér és a zsúfoltság egy olyan modelljét alkották meg, amely hasonlít a pattersoni arousal modellhez. Azt állítják, hogy a személyes tér megsértésekor keletkező arousal az alapja a zsúfoltság pszichológiai élményének. Amikor az egyén személyes tere csökken, arousalnövekedés lép fel és ha ezt az arousalnövekedést a személyes tér megsértésének tulajdonítjuk (attribúció), akkor jön létre a zsúfoltság pszichológiai élménye.

Egy kreatívan megtervezett terepkísérlet-sorozatban az Ohio State University területén Robert Smith és Erich Knowles (1978, 1979) igazolta a pattersoni kétfázisos arousal modellt. A kutatásokat eredetileg annak a kimutatására tervezték, hogy az arousal vagy a kognitív folyamat a központi komponens a személyes tér megsértésére adott emberi reakcióban. Eredményeik azonban arra mutattak rá, hogy a személyes térbe való behatolásra adott válaszban mind az arousalnövekedés, mind a kognitív folyamat jelen van. Adatuk a pattersoni modellel is egybevág: hogy a személyes tér megsértésére adott kezdeti reakció egy általános arousalnövekedési állapot, amit egy másodlagos kognitív folyamat követ.

Smith és Knowles azt találta, hogyha gyalogosok egy zebránál személyes terük megsértését élték át, kevésbé voltak hajlandók segítséget nyújtani egy másik gyalogosnak (egy beavatott

személynek, aki áthaladás közben elejtette a tollát a zebrán) függetlenül attól, hogy a betolakodás a személyes térbe igazolódott-e vagy sem. A segítségnyújtás megtagadása anélkül, hogy figyelembe vették volna a helyzet konkrét jellemzői [indokolt vagy indokolatlan volt-e a behatolás – szerk.] figyelembe vétele nélkül az első fázisnak, vagyis az általános arousal reakciónak felelt meg. Smith és Knowles azonban azt is tapasztalta, hogy az a gyalogos, akinek személyes terét megsértették, szelektív módon segítőkész volt a betolakodóval (ugyancsak egy beavatott személy, aki áthaladás közben elejtette a tollát a zebrán) szemben más próbákban, attól függően, hogy a betolakodás indokolt volt-e vagy sem. Egy olyan festőnek, aki az utcáról éppen egy képet rajzolt, sokkal gyakrabban segítettek, mint valakinek, aki csak egyszerűen arra várt, hogy átmenjen az úton. A helyzet jellemzőinek elemzésén alapuló szelektív segítőkészség a másodlagos kognitív folyamatnak felel meg, amely egy címkézést foglal magába arra vonatkozóan, hogy a személyes tér megsértését igazolhatónak vagy igazolhatatlannak találja az egyén.

A személyes tér rendszermodelljei

A személyes teret rendszerként leíró legkorábbi kutatásokat Michael Argyle és munkatársai végezték (Argyle és Dean, 1965; Argyle és Ingham, 1972; Argyle és Cook, 1976; Argyle és Graham, 1976). Argyle szerint a személyes térrel kapcsolatos viselkedések rendszerként működnek annak érdekében, hogy az emberek közötti intimitás egy optimális szintjét fenntartsák. Ha ezen viselkedési rendszer egy eleme, például a fizikai távolság úgy változik, hogy a közelség és így az intimitás kényelmetlenné válik, akkor a rendszer más elemei, például a szemkontaktus vagy a testhelyzet úgy változik, hogy kompenzálják a nem kívánt bizalmasságot¹¹. Argyle vizsgálataiban a vizsgálati személyeket arra kérték, hogy közelítsenek meg egy valóságos másik személyt vagy egy öt ábrázoló fotót. Ahogy az ingerszemély fizikai közelsége nőtt, az alanyok fokozatosan csökkentették a szemkontaktust. Körülbelül 60 cm távolságnál nemcsak a szemkontaktus csökkent erősen, hanem a vizsgálati személyek hajlamosak voltak kompenzáló testtartást felvenni, például hátrahajoltak és elfordították az arcukat.

Későbbi kutatások, amelyek a vizuális és a orientációs [pl. testtartásbeli odafordulás a másik személyhez, vagy odahajlás – szerk.] viselkedést az interperszonális távolság függvényében vizsgálták, megerősítették Argyle kompenzációs modelljét (Aiello, 1972, 1977; Goldberg és mtsai, 1969; Sundstrom, 1978a; Sundstrom és Sundstrom, 1977; Terry és Lower, 1979). A vonatkozó tanulmányok áttekintése nyomán Miles Patterson (1973a) azt a következtetést vonta le, hogy számos bizonyíték támasztja alá a személyközi távolság és a szemkontaktus, valamint az orientációs szög közötti kompenzációs kapcsolatokat: ahogy az interperszonális távolság csökken, úgy csökken mind a szemkontaktus teljes mennyisége, mind az odafordulási szög közvetlensége az egyének között annak érdekében, hogy az érintkezés intimitását állandó szinten tartsák.

A társas és biológiai működések rendszermodelljei – Argyle kompenzációs modelljéhez hasonlóan – általában hangsúlyozzák a változók közötti állandó kölcsönhatásokat. Ilyen például az a folyamat, amely segítségével a test fenntartja az állandó testhőmérsékletet a

11 Argyle és Dean (1965) intimitás-egyensúly elméletét magyarul ismerteti Forgás, J.P. (1985/1989): A társas érintkezés pszichológiája, Gondolat, Budapest. 180-182. old. (szerk.)

hőtermelő és hőcsökkentő erők közötti hatások kiegyensúlyozása útján. Más rendszerelméletek viszont a változók közötti hatások felerősödését hangsúlyozzák, amely szintén alapvető az élő rendszerek működése szempontjából (Buckley, 1967; Maruyama, 1963). Az interperszonális vonzalmat például gyakran a két személy közötti hatások felerősödése hozza létre és tartja fenn¹².

Patterson (1976, 1978) későbbi személyes térrel kapcsolatos arousal modelljét szintén rendszermodellnek lehet tekinteni. Patterson kiegészíti Argyle modelljét úgy, hogy belefoglalja, hogy a személyes teret fenntartó változók állandóan kölcsönhatásban vannak, és ezek a hatások állandóan erősítik egymást. Patterson szerint az interperszonális közelség nem vezet mindig közelséget csökkentő kompenzációs válaszokhoz, hanem néha reciprok viselkedést is előidézhethet, amely éppen közelség-növelő is lehet. Ebben az elméletben a személyközi közelség arousalfokozó, de a megnövekedett arousalt a helyzet jellemzőitől és a két személy közötti kapcsolat jellegétől függően az egyén pozitívnaak vagy negatívnaak észlelheti. A negatívnaak címkézett arousal kompenzációs viselkedéseket eredményez, míg a pozitív címkével ellátott arousal reciprok reakciókhoz vezet.

Irwin Altman (1975) téri viselkedési modellje (...) szintén egy rendszermodellnek tekinthető, amely a személyes teret a magánszférával, a territorialitással és a zsúfoltsággal hozza kapcsolatba. Altman rendszerelméleti modelljének központi magja az az elképzelés, hogy a személyes tér nem más, mint egy viselkedési mechanizmus, amelyet más mechanizmusokkal együtt a magánszféra kívánt mértékének biztosítására alkalmazunk. Altman elképzelése szerint a személyes tér fenntartása egy olyan dinamikus folyamat, amelyben a másik személy felé fordulunk vagy elfordulunk tőle – így az egyén az énjét jobban vagy kevésbé hozzáférhetővé teszi a másik ember számára. Ez a mások felé vagy tőlük elfordulás számos nonverbális viselkedésen keresztül valósulhat meg, például az odafordulás szöge vagy a személyes tér szabályozása. Altman személyes tér modellje a pattersonihoz hasonlóan, egyaránt számol a változók közötti reciprok és kompenzációs hatásokkal. A legfontosabb, hogy Altman modelljében a személyes tér fenntartásában szerepet játszó rendszer-viselkedések maguk is a verbális, nonverbális és környezeti viselkedések egy átfogóbb rendszerébe ágyazottak, amelyek koherens mintázatba rendeződnek a magánszféra kívánt szintjének biztosítása érdekében.

Paul Greenbaum és Howard Rosenfeld (1978) egy érdekes, a személyes tér rendszermodelljeinek szemléletét tükröző terepkiérletet hajtottak végre. Arra voltak kíváncsiak, hogy az autóvezetők hogyan reagálnak a személyes terük megsértésére akkor, ha a betolakodó egyszerre hatol be a személyes terükbe (túl nagy interperszonális téri közelség) és egyúttal kifejezett szemkontaktust is tart velük. Egy kisváros egyik útkereszteződését választották ki a vizsgálathoz. A beavatott személy a kereszteződéshez tartozó füves területen álldogált. A kísérletvezetők szisztematikusan manipulálták a beavatott és a kereszteződésben levő közlekedési lámpához érkező autóvezető közötti távolságot, valamint azt, hogy a beavatott bámulta-e vagy nem a sofőrt, aki a lámpa szabad jelzésére várva állt a kereszteződésben.

Greenbaum és Rosenfeld viselkedési index-mintázatokat alkalmaztak az autóvezetők viselkedési terük megsértésére adott reakcióinak leírására. Lejegyezték, hogy a sofőrök hová néztek, mennyi ideig néztek a beavatottra, a zöld lámpa megjelenésére adott válaszhoz szük-

12 A témához lásd Urbán R. (1994): Az intimitásról, Magyar Pszichológiai Szemle, (34), 1-2:84-98. old. (szerk.)

séges reakcióidőt, és keresztetződés elhagyásához szükséges időt. Azt találták, hogy a beavatott túlzott közelségére illetve a bámulására túlsúlyban adott reakció a beavatott elkerülése volt. Sok vezető a beavatott túlzott közelsége esetén nem a szokásos, megfelelő módon állt meg a keresztetződésben, hanem a megfelelőnél előbb vagy utána állt meg. Ha a beavatott erősen bámulta őket, az autövetetők hajlamosak voltak elfordítani a tekintetüket vagy gyorsan elhajtottak (néhányan mindkét viselkedést produkálták). A sofőrök közül néhányan (kevesen) erősen visszabámultak a beavatottra, beszéltek hozzá vagy lassabban hajtottak el. A kutatók az ilyen "közeledő" viselkedést a vezetők részéről információkereső magatartásként interpretálták.

Felhasználás a környezeti tervezésben

Építészet és kiscsoport-interakció

A fizikai tér társas funkciójának megértése segítheti az olyan környezetek tervezését, amelyek ahelyett, hogy gátolnák az emberek közötti szociális interakció természetes mintázatát, inkább facilitálják azokat (Evans, 1979b). Maxine Wolf és Harold Proshansky (1974) szerint egyetlen kiscsoport sem tud hatékonyan működni, ha a fizikai környezet konfliktusban áll a csoportban zajló társas interakció normális mintázatával¹³. Sajnos, az emberek közötti érintkezés fokozására tervezett fizikai környezeteket (pl. kórházi nappali szoba, kollégiumi társalgó) nagyon gyakran úgy építik fel, hogy egyáltalán nem veszik számításban a téri társas viselkedés jellegzetességeit. Az ilyen környezetek azután gátolják azokat a társas érintkezéseket, amelyek elősegítésére eredetileg tervezték ezeket.

Építészet és személyes tér

Kevés kutatás vizsgálta a különböző építészeti jellegzetességek személyes térre gyakorolt hatását. A kutatásokból körvonalazódó legfontosabb eredmény szerint minél inkább zárt egy környezet, a használói annál nagyobb személyes teret igényelnek benne. Megfigyeltek például ülve beszélgető embereket és azt találták, hogy minél kisebb volt a szoba, annál nagyobb személyes teret állítottak be a résztvevők (White, 1975). Egy másik tanulmány szerint, ahol férfi vizsgálati személyek személyes terét mérték fel távolság-beállítási technikával, a személyes tér a mennyezet magasságától függően változott: minél alacsonyabb volt a mennyezet, annál nagyobb lett a személyes tér igénye (Savinar, 1975). James Dabbs és munkatársai (Dabbs és mtsai, 1973; Tennis és Dabbs, 1975) egyetemistákat, rabokat és iskolás gyerekeket vizsgálva arról számoltak be, hogy az ember személyes tér szükséglete nagyobb a sarkokban, mint a szoba közepén. Két, szimulációval illetve természetes megfigyeléssel dolgozó tanulmányban (Little, 1965; Pempus és mtsai, 1975) egymástól függetlenül azt az eredményt kapták, hogy az egyének több személyes teret igényelnek egy zárt tér belsejében (in indoor settings), mint a szabadban.

13 Lásd ehhez Stokols, D. (1981): Group x place transactions: Some neglected issues in psychological research on settings, in: Magnusson, D. (Ed.): Toward a psychology of situations: An interactional perspective, Lawrence Erlbaum, Hillsdale, NJ. 393-415. old. (szerk.)

Szociopetális terek

Humphrey Osmond (1957; 1959) a környezeteket aszerint osztályozta, hogy elősegítik vagy gátolják a normális társas interakciót. "Szociofugális" tereknek nevezi az olyan környezeteket, mint a pályaudvarok, börtönök vagy kórházak, amelyek meggátolják a szociális kapcsolatok kialakulását és zajlását. (...) "Szociopetális" terek azok a környezetek, amelyek elősegítik a stabil interperszonális kapcsolatok kialakítását, pl. indián sátrak (tepees), eszkimó igluk, zulu kunyhók (kraals). Tudnunk kell azonban, hogy nem minden környezetnek kell aktív társas környezetként működnie, egy kollégiumi dolgozószoba vagy egy könyvtári olvasóterem például más funkciókat szolgál. Hall (1966) szerint a társas érintkezésben a legkívánatosabbak a rugalmas terek lennének, amelyeket az interakció típusának megfelelően módosíthatnának a használók.

Beszélgetés

Robert Sommer (1961, 1962, 1965, 1967, 1969, 1974) kiterjedt kutatássorozatban vizsgálta meg az általa "kényelmes beszélgetés korlátainak" nevezett jelenséget. Az egyik vizsgálatában két, egymással szembe fordított díványt helyezett el különböző távolságokra egy helyiségben, és párokat kért meg arra, hogy különböző személytelen témákról beszélgessenek. Azt találta, hogy az emberek leginkább egymással szemben szeretnek ülni, de nem teljesen szemben, hanem egy kicsit szöveget bezárva egymáshoz képest. Ha viszont a két díványt 1.6-2 méter választotta azonban el egymástól, az emberek az egymás melletti helyzetet részesítették előnyben. Egy hasonló vizsgálatban Sommer négy széket használt a két dívány helyett. A résztvevők itt is a szemtől szembe helyzetet preferálták, ha azonban a szemtől szembeni távolság nagyobb volt, mint az egymás melletti, akkor egymás mellé ültek.

A további kutatások a társas interakcióban résztvevő egyének egymás felé fordulásának szögét vizsgálták. Sommer beszélgető egyetemistákat figyelt meg egy egyetemi kávézóban nem étkezési idő alatt, és azt találta, hogy a téglalap alakú asztalnál ülő két ember legszívesebben nem egymással szemben ült, hanem mindketten az asztal ugyanarról a sarkánál ültek, egymással derékszöveget bezárva. Albert Mehrabian és Shirley Diamond (1971) kísérleti környezetben igazolták, hogy az egymás mellett ülés hátrányos volt a beszélgetés szempontjából, míg a szemtől szembe és a sarkon ülés elősegítette a társas interakciót. Más tanulmányok eredményei szerint, ha az egyének versengő helyzetben levőnek észlelik magukat, a szemtől szembe vagy más távolabbi ülési pozíciót preferálták a sarokra vagy az egymás mellett üléssel szemben (Batchelor és Goethals, 1972; Gardin és mtsai, 1973; Sommer, 1965, 1969). Megint más tanulmányok pedig igazolták a régi megfigyelést: a vezetők az "asztalfőre" vagy hasonló kiemelkedő helyre ülnek (Hare és Bales, 1963; Howells és Becker, 1962; Sommer, 1961; Lott és Sommer, 1967).

Alkalmazások terápiás környezetekben

Kórházi környezet

Egy terepkiérletben, amely Nyugat-Kanada egy elme-kórházában zajlott, Sommer és Ross (1958) a személyes térre vonatkozó ismeretek fontosságát bizonyította a környezetter-

vezésben. A két kutatót felkérték, hogy fokozzák a társas interakciót a nőbetegek között egy újonnan átépített osztályon. Bár az osztályt vidám színekkel kifestették és új bútorokat hoztak a társalgóba, a társalgót mégis a társas interakció hiánya jellemezte. A kutatók megfigyelték, hogy a székeket erősen szociofugális módon rendezték el a helyiségben, legtöbbjük a falakkal párhuzamosan, sorban. Amikor a kutatók egy kis asztal köré szociopetális módon átszortosították a székeket, a társas interakció mennyisége megduplázódott.

Holahan (1972) megismételte Sommer és Ross eredményeit egy pszichiátriai klinika társalgójában, ahol kísérleti feltételeket lehetett teremteni a külső hatások kontrollálásával. A pácienseket random módon válogatták a kísérleti feltételekben való részvételre. A szociopetális elrendezésben a székeket a szoba közepén levő kis asztalok köré helyezték, hogy elősegítsék a páciensek közötti társas interakciót. A két eltérő társalgóban [a másik elrendezés természetesen szociofugális volt – szerk.] zajló viselkedésmegfigyelésekből kiderült, hogy a szociopetális elrendezésben a páciensek között szignifikánsan több volt a társas érintkezés, mint a szociofugális elrendezésben. A legkifejezettebb különbség azokban a beszélgetések mennyiségében volt, ahol több mint két személy vett részt – míg az ilyen beszélgetések gyakoriak voltak a szociopetális elrendezésnél, szinte soha nem fordultak elő a szociofugális környezetben.

Pszichoterápiás környezetek

A személyes térről való tudás a pszichoterápiás környezetek tervezésénél is fontos. Terapeuták és páciensek terápiás környezetben készült fotóinak tanulmányozása azt bizonyította, hogy a két ember közötti távolság növekedésével a köztük levő interakciót kevésbé melegnek és meghittnek észlelték (Haas, 1970; Kelly, 1972). A közepes távolságok kevésbé szorongáskeltőek, mint a túl kicsi vagy a túl nagy személyközi távolság (Dinges és Oetting, 1972). Terapeuták és kliensek közötti "élő" viselkedések tanulmányozásakor az derült ki, hogy a kliensek kevésbé lesznek nyitottak és kényelmetlenebbül érzik magukat, ha az interperszonális távolság túl nagyra válik (Jourard, 1970; Lassen, 1973). Végül pedig sokféle technikát használva a kutatók bebizonyították, hogy tanácsadási helyzetben az emberek a tanácsadóval a sarkon ülést részesítik előnyben és nem szeretik az olyan elrendezéseket, amely asztalon keresztül interakcióra kényszeríti őket (Haase és Di Mattia, 1970; Widgery és Stackpole, 1972).

Felhasználás oktatási környezetben

Szemináriumi termek

További kutatások a személyes tér ismeretének fontosságát az oktatási környezetek tervezésében bizonyították. Sommer (1969) egyetemisták szemináriumi részvételét figyelte annak függvényében, hogy hol ülnek a hallgatók egy nagy asztal körül a szemináriumi teremben. Azt találta, hogy azok az egyetemisták szerepeltek a leggyakrabban, akik az oktatóval szemben ültek. Az asztal oldalán ülők már valamivel ritkábban, míg az oktató mellett ülők egyáltalán nem vettek részt a munkában. Ezek az eredmények egybevágóak az ún. Steinzor-effektussal. Bernard Steinzor (1950) körben ülő vitacsoportok tagjainak a vitában való részvételét figyelte és azt vette észre, hogy a legtöbb interakció azok között volt, akik

szemben vagy majdnem szemben ültek egymással. Úgy magyarázta ezt, hogy az egymással szemben ülő embereknek van a legnagyobb fizikai és kifejező ingerértéke egymás számára.

Osztályok

Sommer (1969) főiskolások megfigyelésekor egy hagyományos egyenes padosos ülésrendben azt találta, hogy a munkában való részvétel az első sorban ülőknél volt a legnagyobb arányú. Andrew Schwebel és Dennis Cherlin (1972) általános iskolásokat megfigyelve ugyanezt találták: az első sorokban ülő gyerekek jobban figyeltek, mint a középen vagy a hátsó sarkokban ülők. Mele Koneya (1976) a hallgatók megszólalási arányát figyelte és azt találta, hogy az osztályban való ülési helyzet csak azon egyetemistáknál befolyásolta az órai részvételt, akik közepes verbalizálók voltak, akik kevésbé voltak hajlamosan szóban megnyilvánulni, azokra nem volt hatással az, hogy hol ültek.

Két tanulmány az ülésrend és az egyetemisták osztályzatai közötti kapcsolatot vizsgálta. Franklin Becker és munkatársai (1973) szerint a nagy osztályterem első soraiban ülő hallgatók jobb tanulmányi eredményt értek el (a vizsgálat színhelye University of California, Davis volt), mint akik hátul ültek a teremben. Becker vizsgálatában a hallgatók saját maguk választották ki a helyeiket, így lehetséges, hogy az én-szelekció hatással volt a tanulmányi eredményeikre (lehet, hogy a nagyon motivált hallgatók helyeiket úgy választották helyet, hogy a terem elejére üljenek)¹⁴.

Lloyd Stires (1980) megpróbálta megismételni Becker eredményeit az én-szelekció hatásának kiküszöbölése mellett. Megnézte a hallgatók aktuális tanulmányi eredményeit az Indiana University of Pennsylvania általános pszichológia kurzusára beiratkozott hallgatók két csoportjában. Az én-szelekció szerepének tanulmányozása céljából az egyik csoportnak megengedte, hogy tagjai helyeiket saját maguk válasszák ki, míg a másik csoportban névsor szerinti sorrendben ültették le a hallgatókat. Azt találta, hogy a félév végére a hallgatók ülésrendje szignifikáns hatást gyakorolt a tanulmányi eredményeikre, akár saját maguk választották a helyüket, akár kijelölték azt számukra¹⁵. A legjobb eredményt azok a hallgatók érték el, akik a terem közepén ültek és nem a sorok szélén. Ennek az lehetett az oka, hogy a Stire által tanulmányozott osztályterem szélessége nagyobb volt a mélységénél, így míg a terem közepén ülők az előadó felé néztek, a széleken ülők a terem közepe felé néztek és ezeknek a hallgatóknak fejüket vagy a testüket az előadó felé kellett fordítaniuk, ha figyelni akartak rá.

14 Ez egy újabb példa a környezetpszichológiai szemlélet tranzakcionista jellegére: az osztályzatok és a teremben elfoglalt hely összefüggésében feltehetően tranzakcióban van jelen. Más tényezők mellett a hallgatók motivációja összefügg a helyválasztásukkal a teremben, és ez is összefügg azzal, hogy a tanárok az első sorokban ülőket aktívabbnak látják és pozitívabban értékelik. Ebben persze benne van az is, hogy az első sorokban ülőkkel részletesebb információcseré folyik minden szinten, ők vannak a teremben leginkább kontroll alatt és persze a tanárok nagyobb motivációt is tulajdonítanak nekik, stb. Lásd "A környezetpszichológia természete és története" című fejezet 12. lábjegyzetét is. (szerk.)

15 Ez persze nem mond ellent az előbbi lábjegyzetben írtaknak, sőt! (szerk.)

Összegzés

A személyes tér az egyén körüli zóna, amelybe más személy nem hatolhat be könnyedén. Ez definiálja a szociális interakciók megfelelő tartományát, amely az egyéntől, a körülményektől és a személyközi kapcsolat jellegétől függően változik. Négy, emberek közötti interakciókat szabályozó távolsági zónát azonosítottak: intim távolság, személyes távolság, társas távolság és nyilvános távolság.

A személyes tér kultúránként változik: az észak-európaiak és az angolok nagyobb, a mediterrán és az arab kultúrák pedig kisebb személyes térrel rendelkeznek, mint az amerikaiak. A személyes tér használatában megfigyeltek különbségeket fehér- és feketebőrű emberek között, azonban az etnikai háttérnek tulajdonított eltérésekről kiderült, hogy sokkal inkább a szocioökonómiai státusz függvényei. A középosztálybeliekről kiderült, hogy személyes terük nagyobb, mint az alsóbb osztályba tartozóké.

A fejlődés szerepét vizsgáló kutatások azt bizonyították, hogy a személyes téri viselkedés iskoláskor előtt is megnyilvánul, bár a személyes tér fejlődése egészen a felnőttkorig tart. A fizikai és mentális fejlődés előrehaladtával a személyes tér nő és használata szisztematikusabb lesz. A kutatások szerint a személyes tér nem szerint is változik: a férfiak személyes tere nagyobb, mint a nőké. Sok más, ezen a területen kapott eredmény (beleértve a személyes tér megsértésére adott reakciókat és az etnikai, valamint a fejlődési kutatások eredményeit is) interakcióban áll a vizsgálati személyek nemével.

A schizofrén betegekről kimutatták, hogy bizonyos körülmények között nagyobb interperszonális távolságot tartanak, mint az egészséges emberek, más esetekben pedig nagyobb náluk a variabilitás a személyes térben. A személyes teret különböző stratégiák segítségével mérik: természetes megfigyeléssel valódi környezetben, távolság-beállítási módszerrel laboratóriumi környezetben és az emberek térhasználati módjait szimuláló technikákkal.

A személyes tér különböző szociálpszichológiai funkciókat szolgál. Először is, én-védelmet nyújt, bufferként működik a más személyek felől érkező fizikai és emocionális fenyegetések ellen. A személyes térbe való behatolást ellenőrzött körülmények között vizsgált kutatások bizonyították, hogy az a személy, akinek a személyes terét megsértették, különböző védekező manőverekkel válaszol, végül elhagyja a területet. A támadó jellemzői hatással vannak az egyének személyes tér megsértésére adott reakcióira. A férfi betolakodók nagyobb mozgást okoznak, mint a nők. A betolakodásra adott reakciók kora és társadalmi státusszal nőnek. További kutatások kimutatták, hogy valaki személyes terének a megsértése kényelmetlen a betolakodó számára is, különösen, ha az alacsony társas sűrűségben történik, ha a megsértett személyek legalább ketten vannak, ezen belül is főleg, ha egyes a pár és végül, ha a személyek beszélgetnek. Végül pedig az interperszonális távolság nő a növekvő szorongással, az észlelt társas fenyegetéssel mértékével és emocionális zavarok esetén.

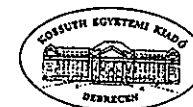
A személyes tér második funkciója az interperszonális vonzalom kifejezése. A közelség a barátsággal, az emberek közötti vonzalommal és az egyének közötti észlelt hasonlósággal van kapcsolatban. Pozitív a kapcsolat az extroverzióval és az elfogadásra való szükséglettel is. A személyes tér végül a társas befolyásolás növelését szolgálja. Az embereket társaik meggyőzőbbnek érzik egy optimális interperszonális távolságból, mint túl közelről vagy túl messziről.

A környezetpszichológusok különböző elméleteket alkottak a személyes térről. A kommunikáció modell a személyes teret a nonverbális kommunikáció eszközeként kezeli, amely az emberek között továbbbővülő szenzoros információ mennyiségét és típusát határozza meg. Az alternatív stresszmodell a személyes teret adaptív mechanizmusnak tartja, amely az egyént bizonyos stresszoroktól védi meg (pl. agresszió, szenzoros információ túlterhelés), amelyek akkor lépnek működésbe, ha az interperszonális távolság túl kicsivé válik. A személyes tér további modelljei a rendszermodellek, amelyek a személyes teret a változó körülményhez folyamatosan alkalmazkodó, bonyolult összekapcsolódó viselkedésmintázatoknak tekintik. A kutatók megvizsgálták a társas kapcsolatokat elősegítő vagy gátló tereket és megpróbálták feltárni a kellemes beszélgetés téri korlátait is. A személyes térről szerzett ismeretek kórházi és terápiás környezetek, valamint egyetemi szemináriumi termek és osztálytermek tervezésénél használhatók fel.

Környezetpszichológiai szöveggyűjtemény

Szerkesztette:

Dúll Andrea és Kovács Zoltán



Debrecen, 1998

A kötetben a következő szerzők tanulmányai találhatók:

Charles J. Holohan

James Marston Fitch

Douglas Amedeo

Rikard Küller

Terry Hartig és Gary Evans

A kéziratokat az eredetivel összevetette: *Düll Andrea*.

A tanulmányokat *Düll Andrea*, *Fiszter Hajnalka*, *Illés Anikó*, *Danczi Csaba László*, *Mészáros Aranka*, *Szűcs Dénes* és *Zalán Hermina* fordították.

Technikai szerkesztő: *Tenki László*

Kiadta: a Kossuth Egyetemi Kiadó, Debrecen
Felelős kiadó: Cs. Nagy Ibolya főszerkesztő
Műszaki szerkesztő: Takács László
Készült: a KLTE sokszorosítóüzemében, 1998-ban
Terjedelen: 28,60 A/5 ív
98-448

Tartalom

A szerkesztők előszava	7	VI A személyes tér	141
		<i>Charles J. Holohan</i>	
I A környezetpszichológia		VII Tapasztalati alapok az	
természete és története	9	esztétikai ítélethez	171
<i>Charles J. Holohan</i>		<i>James Marston Fitch</i>	
II Környezeti észlelés	27	VIII Emóciók a személy-	
<i>Charles J. Holohan</i>		környezet-viselkedés	183
		epizódokban	
		<i>Douglas Amedeo</i>	
III A környezet megis-		IX A környezet megítélése	
merése: környezeti	47	neuropszichológiai	207
kogníció		nézőpontból	
<i>Charles J. Holohan</i>		<i>Rikard Küller</i>	
IV A környezeti attitűdök	81	X A természetélmény pszi-	
<i>Charles J. Holohan</i>		chológiai alapjai	233
		<i>Terry Hartig és Gary W.</i>	
		<i>Evans</i>	
V Küzdelem a zsúfolt-	107	XI Hivatkozások és irodal-	
sággal		mak jegyzéke	255
<i>Charles J. Holohan</i>			