

## Szendi Gábor: A Karácsony pszichológiája

Immáron ötödik évébe lép az általam alapított karácsonyológia kutatási irányzat.

A karácsonyológiai kutatások (*christmasology*) eredményeit kevesen ismerik, mert igazi aktualitásuk éppen karácsony táján volna, amikor az emberek nem olvasni akarnak a karácsonyszindrómáról, hanem megélni.

Ez végülis érthető, a drogosok is inkább választják a mámort, mint a szakkönyvek okos fejtegetéseit, és a bunjijumpingosok sem a sportbalesetek statisztikáit bújják, hanem viaduktokról ugrálnak. Pedig a karácsonyológia kutatói nem a karácsony varázsát akarják megtörni, csupán a jelenség objektív elemzői. S tudnak megszívelendőt mondani.

A karácsonypsichológiai kutatási irány a karácsonyt úgy tekinti, mint egyfajta személyiségpróbát (Christmas challenge), amelyben felerősödvé, olykor torzítva tükröződik vissza a személyiség. Mondhatni: *a karácsony a lélek tükre*.

Saját kutatásainkban karácsony tájt sok ember viselkedését megfigyelve, s lelki reakcióikat bonyolult kérdőívekkel és mélyinterjúkkal firtatva gyűjtögettük az adatokat, melyek faktoranalízise érdekes tipológiát adott ki.

A matematikában kevésbé jártasak is remélhetőleg értik, ha azt mondom, két független faktorról tudtuk a karácsonyhoz való viszonyt leírni: az egyiket nevezhetjük *karácsonyeszméknek* (principles of Christmas), míg a másik a karácsonytól valójában független *személyiség típusok*.

Bár két független faktorról van szó, mégis kölcsönhatásaikban érthetők, hiszen a mákosbeiglinél sem szoktuk külön elemezni a tésztát és a töltelékét. Egy család karácsonyeszméjét a hagyományok, a harciasabb házastárs, netán az anyós határozza meg: a család többi tagja meg vagy szenved tőle, vagy lelkes híve.

Kezdjük talán a legismertebb karácsony ideával, a **tradicionális** modellel. Ez az, ami a "nagy könyvben" meg van írva, ez az, ami mindenki álma vagy rémálma.

Szükséges kellékek: naiv, ártatlan gyermekek, pirospozsgás nagymama, egymást szemérmesen szerető dolgos házaspár, sziporkázó hatalmas fa, dió, alma, mogyoró, árvalányhaj, Jézuska, csengettyű, és az "O Tannenbaum". Opcionálisan bájos cica/kutya benéz az ablakon.

Promóciós céljaira a karácsonyt a gazdaság motorjának tekintő kereskedelem is ezt a képet alkalmazza. A tradicionális modellben élők karácsony közeledtével lelkesen kötögetik a zoknikat és sálakat (értéknövelő az át nem aludt éjszaka), sütik a beigli és a zserbót.

Ezt a modellt leginkább a spirituális és a mártír személyiségűek imádják.

A spirituális a misztériumot látja a karácsonyban (kiegészítő kellék: esti mise, jászol, szent ájulat), a mártír pedig végre jól feláldozhatja magát (járulékos program: fegyelmezett idegösszeomlás). Kedvelik még a nárcisztikusok is, ha a Szent Este dicsekedhetően szürreálisra sikerül. A modell fenntartása kíván némi erőlködést, a negédes felszín olykor mély konfliktusokat takar. Cseperedő, nyiladozó értelmű gyermekek szkepszisét letörendő, kétségbeesett szülők zsinór nélküli elektromos Jézuska csengettyűt, esetleg elhullajtott angyalszárny tollat alkalmaznak. A modell hatásosságát jelentősen rontja a szerető rosszul (vagy jól?) időzített sms-e, a Jézuska ajándékon felejtett árcédula, és a sokadik zokni vagy nyakkendő. Vizsgálatunk idején egy tragikus eset is történt: egy férfi az



anyósától kapott tizennyolcadik sálra felakasztotta magát. Búcsúlevelében azt írta, végre megértette, mit vár tőle anyósa.

A tradicionálisnak talán a **racionális** karácsony a legjobb ellentétpárja. A racionális modell vagy szétesett, érték nélküli családokra, vagy némi autisztikus vonással is megáldott műszakiakra (mérnök, informatikus) jellemző, akik szerint a gyerekeket nem becsapni kell, hanem felvilágosítani.

A racionálisok szerint a karácsony hülyeség. A fa alatt, különös kegyetlenséggel, minden alkalommal elmondják, hogy Jézus nem 25-én született, s kéjesen ízelgetik, hogy talán nincs is. A karácsony antropológiai kutatások szerint pogány téli napforduló ünnepek "megkeresztelése". A keresztények csak átnevezték a skandináv villámok istenét, Thort. És különben is - így a racionális - a karácsony a Cristes masse kifejezésből jön, ami őseredetileg a keresztények gyászszertartását jelentette.

De ha Jézuska mégis létezne, akkor fénysebességgel kellene közlekedjen, és pár óra alatt kb. 300 millió kilogramm ajándékot kellene kihordania. Vagyis -utolsó tördőfés következik- 1 kilóval kevesebbet, mert ezt az ajándékot én meg anyátok vettük. A racionális karácsony tehát szükséglet-kielégítési alkalom. A karácsonyfa fölösleges, mert az csak az erdők irtása, a karácsonyhangulat nyálas édelgés, az ajándékozás pénzkidobás.

Ezért mindenki ilyenkor kapja meg az évi pizsamaadagját, az asszony a szükséges lábasokat, a gyerekek a cipőt vagy a kabátot. Mellette számla, hogy be lehessen cserélni. Csomagolás reciklált papírba. Este "Jézus születése V". helyett a Die Hard tizedik részét kell megnézni, mert a papa azt szereti. A racionális modellt az autisták, a haszonelvűek, na meg a fantáziátlanok kedvelik.

Volt alkalmunk mélyinterjúk során gyerekeket is kikérdezni. Ebből kiderült, hogy a Mikulást, a Jézuskát, az anygalkákat tagadó racionális családokban a gyerekek titkon ugyanúgy hisznek bennük, csak úgy gondolják, Mikulás és Jézuska illegálisba vonultak.

A **hedonista** karácsonyeszme lényege az élvezetek halmozása. Minden ünnep és gyász csak újabb ürügy a falstaffi embernek, hogy pukkadásig egye és igya magát. A hedonizmus alapjában véve az önző emberek filozófiája, a család és a társaság csak a dőzsölés kulisszája. (L)együnk együtt. A karácsony gondolatára a hedonistának ételek, receptek, világ végéről felhajtott ínycségek keringenek a fejében.

Ajándékozás? Formalitás, essünk túl rajta. A mintapéldány elhízott, magas vérnyomásban és cukorbetegségben szenved, a lakomáért epegörccsel fizet, de természetesen igaz magyart ilyen csekélységek nem rettentenek vissza a bőség asztalától. A hedonista idea az örömelvűké, de kedvelik az anyagelvűek ("az a tied, amit megeszel"), és persze a mártírok, mert kezdődhet a sütés-főzés. Rettegnek viszont tőle a kishitűek, mert nekik semmi sem sikerül: a leves sótlan, a pulyka kiszáradt, a beigli szétomlik. Több öngyilkosságot ismerünk, ahol búcsúlevél helyett a megégett pulyka maradt csak hátra.

A **birtokló** eszme a modern tömegemberé, akinek nincs múltja, nincsenek tradíciói, és a tudattalanja nem más, mint tévéreklámok komplexusokba szerveződött hálózata. Nála a szeretet mércéje, hogy mennyit ad és mennyit kap. Ezért a karácsony nála egyfajta üzleti terv, ki mennyit ér, kire mennyit kell költeni, és mekkora ajándékkal lehet überelni a másikat. Fejében nem ajándékötletek, hanem pénzügyi keretek zsonganak, ajándékai túlzóak, fölöslegesek, haszontalanok. De menők. Birtokló családokban nem szeretik, hanem "megveszik" egymást.

Ezt a modellt imádják a nárcisztikusok, mert a dicsekvést és az erőfitogtatást önzetlen bőkezűségnek lehet álcázni. Szeretik az infantilisek is, mert a "sok" és a "nagy" mágikus hatással van rájuk. Mártírok ugyancsak fürdenek a birtokló karácsonyeszmeiben, mert szeretnek végzetesen eladósodni, ettől érzik úgy, hogy őket most már muszáj szeretni.

A modellt viszont gyűlölik a szentimentális-romantikusok, mert az anyagi tobzódásban a karácsony eszme meggyalázását látják. A kishitűeknek pedig, pláne, ha kiskeresetűek is, ez a modell a rémálmuk: sötét pillanataikban látják magukat, amint reflektorfényben éppen egy gyufás skatulyát adnak át ajándékként egy hifi centerért cserébe.

A **hevenyészett** típus talán a legrosszabb, mert az igyekezet látszata sincs meg nála. Ő a totálisan érdektelen. Hányaveti, nemtörődöm, szeretettelen emberekre jellemző, akikre a család nyűg, az otthon melege túl fülledt, a gyerekek zsvivaja idegtépő. Az ilyen embereknek gyakran a munka, a Párt szolgálata, vagy éppen a sörözőbeli haverok a mindennél fontosabbak, ezért aztán ők azok, akik 24-én kapnak észbe, hogy "valamit" kéne venni, és záróra előtt ők andalognak be az utolsó megnyomorított játékokért, a senkinek nem kellő ocsmány színű pulóverekért, a szépséghibás háztartási gépekért. A szaloncukrot aztán este a dobozból eszik meg, az ünnepi vacsorát a pizzafutár hozza, s valaki mindig kifelejtődik az ajándékozásból.

Persze a típusok sosem jelentkeznek tisztán. A karácsonyeszme egy mém, vagyis egy vírusként terjedő, mutálódó idea. Személyiségfüggő, ki melyikre fogékony, de egyszerre több mutáns karácsony-mémtől is megfertőződhet valaki.

Kevésbé elterjedt variáns a lázadó, aki csak azért is mindent a szokásokkal ellentétesen csinál, vagy a puritán, aki tiszteli a karácsonyt, de úgy szeretné ünnepelni, ahogy egy őskeresztény: üres kenyér, egy korty bor, tűzmelege, barkácsolt ajándék, odakint pedig a sakálok üvöltenek. Az örült karácsony a zártosztályon jellemző, itt egyszerre több Jézus is megengedett, és az Internacionálé eléneklését sem tekintik ünneprontásnak.

Végül, bár a kutató maradjon objektív, a végére hagytam az **eklektikus** karácsonyt. Ezt elsősorban az érett személyiségek szeretik. Nem az ember szolgálja a karácsonyeszmét, hanem a karácsony jó alkalom a szeretet kifejezésére.

Vannak tradíciók, de nem túlhajtottan, van készített ajándék, ha van hozzá kedv és készség, vesznek ajándékokat is, olyat, amire a másik tényleg vágyott, és esznek finomakat is, de nem kötnek ki az intenzív osztályon. A család nem egy eszmét akar demonstrálni, hanem örülni az együttlétnek. Mindenki az lehet, ami, és őt ezért szeretik.

Forrás: Szendi, G. et al: Model of Christmas: principles and tipology. A nationwide survey's preliminary findings. Christmas and Behavior. 2010, 1(1): 1-8.

*Minden Kedves Olvasónknak kívánok Békés, meghitt karácsonyi ünnepeket és sikerekben gazdag boldog új évet!*



Sági Andrea  
pszichológus

Virányos Klinika