

V poplavi sodobne literature s področja psihologije je zelo malo napisanega o psiholoških problemih izseljencev. Še največ podatkov o tem sta zbrala Adrian Furnham in Stephen Bochner (1986) v svoji knjigi *Culture shock* (Kulturni šok). Izraz »kulturni šok« je prvi uporabil Oberg leta 1960 in se nanaša na dejstvo, da sta konfrontacija in prilagajanje novi kulturi za izseljence zelo naporni izkušnji in jim lahko povzročata duševne bolezni. To seveda ni novo odkritje, saj pojav izseljevanja sega v prazgodovino človeštva in poročila o problemih, povezanih z izseljstvom, najdemo že v najstarejših pisanih virih.

KULTURNI ŠOK IN PSIHOLOŠKO PRILAGAJANJE PRISELJENCEV

Psihologija se je kot sorazmerno mlada veda začela intenzivno ukvarjati s problemom izseljencev šele v drugi polovici 20. stoletja. Podatki, zbrani v različnih raziskavah, jasno kažejo, da so priseljenci in njihovi potomci dovzetnejši za duševne bolezni kot domačini. Kriterij za duševne bolezni v večini raziskav je bila hospitalizacija, kar pomeni, da so bile vse druge duševne bolezni, za katere se ljudje niso zdravili v bolnišnicah, izključene iz raziskav.

Združene države Amerike so bile ena izmed prvih držav, ki so sistematično proučevale duševno zdravje priseljencev. Po podatkih cenusa iz leta 1903 je bilo v vseh državnih duševnih bolnišnicah 70 odstotkov vseh pacientov iz vrst priseljencev. Najbolj logična razlaga te ugotovitve je bila, da so priseljenci prinesli duševne bolezni s seboj v novi svet oziroma da so se duševni bolniki in ljudje, ki so bili dovzetni za duševne bolezni, pogosteje izseljevali kot duševno stabilni ljudje. Posledica take razlage je bila, da so vse priseljence, ki so pristali na Ellis Islandu v New Yorku, psihološko testirali. To se je pozneje pokazalo kot velika in sramotna napaka, kajti poznejše psihološke raziskave so pokazale, da je nemogoče uporabljati standardne ameriške psihološke teste za merjenje duševnega zdravja ljudi, ki izhajajo iz različnih kultur.

Že sam izraz »kulturni šok« predpostavlja, da je soočanje z novo kulturo neprijetno presenečenje. Ta koncept zaobsega več različnih vidikov, kot npr. napor psihološkega prilagajanja, občutek izgube (domovine, domačih, prijateljev), občutek zmede glede vrednot in kulturnih razlik, občutek manjvrednosti in nebogljenosti. Večina sodobnih raziskovalcev se strinja, da izpostavljenost novi kulturi povzroča priseljen-

cem anksioznost, niso pa enotni glede neposrednega učinka nove kulture na duševno zdravje priseljencev, kakor tudi ne glede same definicije »duševnih bolezni«.

Še preden so se s pojavom kulturnega šoka začele ukvarjati psihologija, antropologija in sociologija, ki so sorazmerno novejše znanstvene vede, so o tej temi pisali razni raziskovalci, trgovci, pustolovci, misijonarji in predvsem pisatelji, ki so se često tudi bolj poglobljali v vzroke duševnih bolezni priseljencev.

Čeprav sodobne raziskave temeljijo na strokovno zbranih podatkih, je iz njih nemogoče potegniti zanesljive splošne zaključke, ker na priseljence in njihovo duševno zdravje vpliva preveč variabilnih faktorjev, bodisi pred preselitvijo, med selitvijo ali po selitvi. Močno pomembna je osebnost priseljenca, ki je deloma dedna, deloma pa jo oblikuje okolje. Človek, ki je po naravi boječ, se bo teže odločil za selitev in se bo v tujini veliko teže prilagajal.

Eden od odločilnih dejavnikov je vzrok za selitev. Človek, ki se je preselil v novo deželo zaradi revščine v domovini, bo laže premagoval ovire v tujini, ker ima manjše pričakovanje in večjo motivacijo za uspeh. Zaveda se, da si bo edino s trdom in težkim delom lahko ustvaril boljše življenje v tujini ali pa si omogočil vrnitev v domovino. Politični begunci se soočajo z drugačnimi problemi. Ker so se izselili zaradi opresivnega režima, ne vidijo več upanja na vrnitev. Med njimi so pogosto intelektualci, ki so imeli doma ustaljene kariere, obrtniki, ki so doma izgubili svoja podjetja. Velike izgube, ki so jih utrpeli pred izselitvijo, in prilagajanje novemu jeziku, novi kulturi in ponižujočim službam jih lahko pahnejo čez rob psihološke vzdržljivosti.

Poleg razmer v domovini vplivajo na izseljenca tudi razni dejavniki v državi, kamor so se preselili, od informacij, ki so mu o tej državi dostopne, do izseljenske politike, ki določa selekcijo priseljencev in njihovo vključevanje v širšo družbo. Po priselitvi pa so pomembne možnosti za uspešno prilagajanje. Delitev skupne usode je najboljša terapija za psihološke probleme priseljencev. Močna etnična skupnost lahko priseljenca omogoča, da živijo v segregaciji, takorekoč ločeni od vplivov tujine, ali pa se polagoma integrirajo. Osamljenost v tujini pospešuje asimilacijo.

PRISELJENCI IN DUŠEVNE BOLEZNI

Raziskave v različnih obdobjih so sistematično pokazale, da je med priseljenci bistveno več duševnih bolnikov kot med domačini. Rezultati Popeve (1983) raziskave, ki kažejo, da sta med priseljenci in njihovimi potomci najpogostejši duševni bolezni shizofrenija in manična depresija, so zelo zanimivi, ker sta ti obliki duševne bolezni značilni tudi za umetnike.

Deloma bi te rezultate razložilo dejstvo, da priseljenci ignorirajo milejše oblike duševnih bolezni, kot sta anksioznost in depresija, in se zdravijo v bolnišnicah zgolj za ekstremnimi simptomi psihoze, ki so mnogokrat tudi napačno diagnosticirani za shizofrenijo in manično depresijo. Po drugi strani pa si strokovnjaki tudi še niso na jasnem, če je shizofrenija samostojna bolezen ali konglomerat različnih duševnih bo-

lezni; prav tako niso enotni glede izvora shizofrenije in manične depresije, čeprav nekako prevladuje teorija, da sta dednega izvora.

V primeru priseljencev bi to pomenilo, da se ljudje, ki imajo kak defektivni gen, ki bi jim kdaj pozneje v življenju sprožil shizofrenijo ali manično depresijo, pogosteje odločajo za izselitev iz matične domovine. Čeprav morda v sedanjem času tovrstni duševni bolniki pogosto potujejo in je več možnosti, da v tujini pristanejo v psihiatrični bolnišnici, predstavljajo minimalno število v primerjavi s številom priseljencev, ki so zapustili domovino iz drugih vzrokov.

Vse druge teorije – razen dedne teorije o izvoru duševnih bolezni – bi bolje razložile pogostost duševnih bolezni med priseljenci.

Psihoanalitične teorije razlagajo problem izseljenstva v smislu anksioznosti, depresije in žalovanja, ki ga povzročajo ločitve od sorodnikov, prijateljev, domovine in domače kulture, kakor tudi izguba stabilnega socialnega in psihološkega okolja.

Socialni psihologi priznavajo napore negativne življenjske dogodke za glavne vzroke duševnih bolezni, kar bi zlahka razložilo duševno nestabilnost priseljencev, ki v kratkem obdobju doživljajo veliko neprijetnih in napornih dogodkov.

V primeru priseljencev bi pogostost shizofrenije še najbolj razložila teorija »razdvojene lojalnosti« (double bind theory). Priseljenci so razpeti med dve kulturi, dva različna sistema vrednot, dva različna jezika, dva različna življenjska stila in podoben. To vpliva na njihov odnos do domovine, do nove dežele, še najbolj pa do njihovih otrok, ki se, tako kot njihovi starši, počutijo razpete med svojim lastnim pogledom na svet, ki jim ga je izoblikovalo okolje, v katerem so odraščali, in lojalnostjo do staršev in njihovega pogleda na svet, ki jim ga je izoblikovala družinska vzgoja in etnična skupnost. To bi utegnilo razložiti čustvena nihanja, ki jih doživljajo manično depresivni bolniki, in razcepljeno duševnost shizofrenikov. Takšno teorijo v svojih delih zagovarjajo tudi številni pesniki in pisatelji. V tem smislu razlaga shizofrenijo tudi znani švicarski psihiater C. G. Jung (1971), ko predpostavlja, da psihotik dejansko izgubi zavestno kontrolo sam nad seboj in zapade v kolektivno podzavest. Verske vrednote so pogosto bistveni del kolektivne podzavesti. Vera se navadno poslužuje obratne psihologije in uči, da Bog najbolj ljubi revne, trpeče, nesebične, ponižne ljudi, toda te vrednote priseljencem onemogočajo materialni uspeh v izredno kompetitivnem svetu. Da bi lahko uspeli, morajo često opustiti nekatere vrednote, pogosto prav tiste, ki jih najbolj povezujejo z Bogom.

Notranje navzkrižje med dvema različnima sistemoma vrednot in idej, kakor tudi nasprotje med starim in novim načinom življenja ter med starim in novim prepričanjem in praktičnim življenjem v skladu s tem prepričanjem, sili priseljence, da poskušajo uskladiti svojo notranjo razdvojenost. To dosežejo na tri različne načine: z asimilacijo, segregacijo ali integracijo.

Priseljenec se lahko povsem odpove stari kulturi in se poskuša kar najhitreje asimilirati. Ta metoda je lahko uspešna, pogosto pa nakopičeni stres ali kak nepričakovan neprijeten življenjski dogodek sproži zatajena čustva in povzroči psihozo.

Prostovoljna etnična segregacija varuje priseljence pred naporom prilagajanja

tujini in pogosto prepreči psihološke probleme priseljencev ali pa jih preloži na drugo generacijo, ki se mora soočiti z dvojno kulturo. Za ljudi, ki pred prihodom v tujino niso imeli veliko stika z drugimi kulturami, je bila segregacija veliko bolj zdrava alternativa kot asimilacija, ker niso bili niti fizično niti psihološko pripravljene, da bi se soočili z drastičnimi spremembami.

Najuspešnejša oblika psihološkega prilagajanja priseljencev je integracija, združitev stare in nove kulture, kar seveda zaobsega določeno mero anksioznosti, saj se mora priseljenec nenehno odločati med starim in novim in iskati še vmesno možnost. Tovrstna anksioznost je lahko destruktivna ali kreativna. To pa je seveda zopet odvisno od številnih drugih faktorjev, ki oblikujejo individualno samozavest priseljencev, njihove življenjske ambicije in aspiracije kakor tudi okoliščine, v katerih živijo, in možnosti, ki so jim na razpolago.

Umetniki, še zlasti priseljenjski pisatelji, verjetno še najbolj poznajo psihološko problematiko priseljencev in si prizadevajo, da bi svojim sorojakom v tujini postopoma in na čim manj boleč način pripravili pot do uspešne integracije. Ker je pravi umetnik navadno prvi, ki uspešno integrira dve različni kulturi, v bistvu ne spada ne v eno ne v drugo; v obeh se sprva počuti tujca, ker misli in čuti drugače kot ljudje v njegovem etničnem krogu, v njegovi stari domovini ali v deželi, kamor se je priselil. Če je dovolj vztrajen in samozavesten in uspešno integrira stare in nove vrednote, stare in nove ideje, njegovo pisanje lahko predstavlja velik prispevek človeštvu.

Izseljenjski pisatelj ima idealno priložnost, da pozitivno prispeva k duhovnosti svoje domovine tako, da deli v tujini pridobljeno znanje in modrost s svojimi rojaki. Istočasno lahko veliko prispeva svoji novi domovini, ker jo lahko z modrostjo, prineseno iz svoje domače kulture, duhovno obogati. Priseljenjski pisatelj ustvarja iz ljubezni do ljudi v svojem etničnem krogu, s tem da se z njimi in njihovimi psihološkimi problemi identificira. Ustvarja iz ljubezni do domovine in do dežele, v katero se je preselil, ter iz ljubezni do vseh ljudi na svetu. S svojim pisanjem hoče ljudem pokazati, kako lahko ostanejo sami sebi zvesti v novem okolju, kako lahko premagujejo fizične in psihološke ovire za zdravo življenje, kako lahko integrirajo različne kulturne vplive in jih obrnejo v prid sebi in skupnosti.

V sodobnem času povezanost med izseljenstvom, duševnimi boleznimi in kreativnostjo zakriva dejstvo, da so ljudje nenehno bombardirani z novimi idejami in vrednotami, tudi če se ne selijo v drugo državo. V preteklosti so jim bile nove ideje počasi in previdno predstavljene. Navadno so to počeli umetniki in drugi reformatorji, ki so bili sami pripravljene trpeti breme kreativnosti in so menili, da je njihova osebna dolžnost, da nove ideje predstavijo ljudem kar se da previdno, če je le mogoče z reinterpretacijo starih idej, da jih ne bi preveč zmedli. Danes nove ideje – pozitivne in negativne – vdirajo v naše domove, na naša delovna mesta, v našo kulturo in celo vero s tako močjo in hitrostjo, da jih ljudje pogosto ne morejo ne odkloniti ne sprejeti in tudi ne uspešno integrirati.

Moderna komunikacijska sredstva, kot so radio, televizija, filmi, knjige, časopisi in v zadnjem času računalniki, so močno razširila znanje o različnih kulturah in tako

v veliki meri spremenila odnos ljudi do kulturnih, verskih, ideoloških in rasnih razlik. Integracija je tako postala najbolj uspešna in najmanj boleča metoda prilagajanja priseljencev v tuji deželi. Politika multikulturalnosti, kot jo izvaja Kanada, omogoča dvostranski sistem prilagajanja: na eni strani priseljence vzpodbuja, da sodelujejo v svoji etnični skupnosti, medtem ko multietnične prireditve omogočajo ljudem različnih kultur medsebojno sodelovanje in možnost, da se bolje spoznavajo in skupno dopolnjujejo kanadsko kulturo.

PRILAGAJANJE SLOVENSКИH PRISELJENCEV V KANADI

Raziskav o psihološkem prilagajanju priseljencev v Kanadi je zelo malo in še te se nanašajo na specifične etnične skupine. Kot mi je znano, med Slovenci takih raziskav ni bilo. Iz svojega dolgoletnega preučevanja Slovencev v Kanadi in zapisovanja njihovih življenjskih zgodb (Kocjančič, 1990; 1999) pa lahko poskušam razložiti psihološko plat njihovega prilagajanja.

Prvi slovenski izseljenci, ki so se začeli organizirano naseljevati v Kanadi od leta 1925 naprej, so bili močno motivirani, da so tvegali ločitev od domačih in domovine, kajti mnogi so morali zaradi ekonomskih razmer zapustiti svoje domačije. Ponudbe agentov, ki so iskali krepke kmečke fante za delo na kmetijah ali v gozdovih, so bile vabljive, še zlasti ker potencialnim emigrantom niso nudile podrobnejših informacij o razsežnosti kanadskih kmetij in gozdov niti ne o drugačnem načinu življenja, osamljenosti in izoliranosti od civilizacije ter o možnosti, da jih bodo delodajalci pri plačilu ogoljufali. Ker so na svojo izselitev gledali kot na začasno, so laže trpeli domotožje in druge duševne muke, še zlasti ker so se zavedali, da nimajo druge možnosti. Mnoge sta misel na domače in klen slovenski značaj obvarovala obupa. Nekateri so iskali družbo pri drugih Slovanih, ki so govorili njim soroden jezik in gojili sorodno kulturo. Kakor hitro jim je poteklo pogodbeno delo, so se selili v kraje, kjer so našli družbo svojih rojakov in so si lahko medsebojno pomagali. Velika gospodarska kriza v tridesetih letih je mnogim prekrižala načrte za vrnitev in jim povzročila še večje duševne krize. Ustanovitev slovenskega podpornega in kulturnega društva je bil prvi korak, ki so ga naredili slovenski priseljenci, ko so uvideli, da bodo verjetno za stalno ostali v Kanadi. Kratkoročni psihološki obrambni mehanizmi niso več zadoščali; zatrto domotožje je našlo zunanji izraz v prizadevanju za ohranjanje slovenskih vrednot, navad, načina življenja in kulturnega izročila. Tisti, ki so bili finančno zmožni, so v Kanado privabili svoje družine, drugi so se tolažili s tem, da niso sami krivi in da niso edini, ki so se znašli v takem položaju. Bojazen pred negotovo prihodnostjo so jim deloma lajšala podporna društva, ki so jim zagotavljala minimalno finančno podporo v primeru bolezni ali smrti.

Vključevanje v civilizirano kanadsko družbo je mnoge slovenske priseljence sililo, da so se v slovenski kulturi, ki ji v domovini niso bili veliko izpostavljeni, samoizobraževali. Njihova skupna skrb za usodo domovine v času druge svetovne vojne se

je manifestirala v izdajanju *Edinosti*, prvega slovenskega časopisa v Kanadi, ki je Slovence povezoval in informiral, ter z zbiranjem pomoči.

Medtem ko so se v večjih slovenskih naselbinah začeli oblikovati pogoji za segregacijo slovenskih družin, je bila ta generacija slovenskih priseljencev, zlasti moških, psihološko prisiljena integrirati ideje delavskega razreda, s katerim so skupaj delili usodo krutega kapitalizma. Močni, levičarsko usmerjeni sindikati so jim obljubljali boljši in pravičnejši družbeni red, zato so se mnogi med njimi sprva precej navduševali za komunistični režim v domovini.

Politični begunci, ki so se množično priseljevali v Kanado po drugi svetovni vojni, so imeli drugačen vzrok za naselitev v Kanadi in drugačno strategijo prilagajanja. V tujino jih je pregnal strah pred komunističnim režimom v domovini; njihova izselitev je bila takorekoč prisilna, čeprav so povečini prostovoljno bežali. Vsem je bila skupna ljubezen do domovine in do katoliške vere, ki so jo smatrali za najvišjo vrednoto slovenskega naroda. Begunci so pred prihodom v Kanado utrpeli največje izgube (izgubo pobitih družinskih članov, izgubo domačije in premoženja, izgubo osebnega dostojanstva, izgubo domovine brez upanja na vrnitev) in bili izpostavljeni najhujšemu ponižanju in trpljenju v begunskih taboriščih, mnogi pa tudi ob prihodu v Kanado, saj so se številni intelektualci morali izdajati za preproste kmečke delavce, da so bili sploh sprejeti, in so morali potem za določen čas pogodbeno opravljati najtežja dela. Po logičnem sklepanju bi ti ljudje imeli največ razlogov za duševne bolezni, vendar so jih močna vera, organizirano versko življenje v taboriščih in duhovna tolažba slovenskih duhovnikov obvarovali pred obupom in raznimi oblikami duševnih bolezni.

Ustanovitev slovenske župnije in oblikovanje slovenske skupnosti, zbrane okoli slovenske Cerkve, je bila prioriteta političnih beguncev. Izgubo domovine je deloma nadomestila slovenska skupnost, izoblikovana po njihovi želji in zamisli. Svoje osebne ambicije so često podrejali potrebam skupnosti, v okviru katere so si medsebojno pomagali.

V okviru te slovenske skupnosti se je začela oblikovati tudi ekonomska struktura, tako da je bilo pogosto mogoče uporabljati slovenski jezik tudi v poslovnem življenju. Slovenski intelektualci so se specializirali v raznih poklicih in skupnost je dobila svoje zdravnike, bančnike, odvetnike, razne agente itd. Večje število žena in otrok med temi priseljenci, ki so bili bolj strnjeno naseljeni okoli slovenske Cerkve, je omogočalo tudi bolj slovensko družinsko okolje, saj se je po domovih povečini govorilo slovensko in tudi slovenske navade so se tako laže ohranjale. Segregacija in močna duhovna opora slovenske Cerkve sta bili vodilni obrambni metodi pred domotožjem, anksioznostjo in drugimi oblikami duševnih bolezni. Moški so se dokaj dobro integrirali v kanadsko poslovno življenje, še zlasti v gradbeništvu, potem ko so njihove ponudbe začele presegati potrebe slovenske skupnosti. To jim je krepilo samozavest, kar je bilo v času, ko so bili priseljenci v Kanadi še bolj prezirani, zelo pomembno. Ženske so bile povečini doma ali v slovenski družbi in so se šele ob otrocih učile angleško, mnoge pa tudi tega niso poskušale in so se zato otroci naučili slovensko, tako da je pogovorni jezik te generacije ostal slovenski.

Slovenska Cerkev v Kanadi je uspela pritegniti pripadnike predvojnih priseljencev za versko dejavnost, odbijala pa jih je politična angažiranost duhovnikov, ki so često javno svarili vernike pred vključevanjem v društvo Bled, ki je edino ostalo aktivno od predvojnih slovenskih društev in je nudilo svojim članom bolniško in posmrtno zavarovanje. Posledica tega trenja med obema generacijama je bila, da se je druga generacija predvojnih slovenskih priseljencev distancirala od slovenske skupnosti in se skoraj popolnoma asimilirala v kanadski družbi, čeprav je v zadnjem času mogoče opaziti, da je tudi ta generacija začela iskati medsebojne stike in skupne slovenske korenine.

Močna domovinska čustva in spomini na politične krivice in grozodejstva druge svetovne vojne so našla svoj izraz v izseljenskih publikacijah. Te skupne probleme so politični emigranti delili z drugimi slovenskimi begunci, razseljenimi po Avstriji, Italiji, Argentini in drugod.

Pripadniki slovenske ekonomske emigracije, ki so se množično naseljevali v Kanadi v šestdesetih letih, niso iskali v Kanadi le boljših pogojev za delo in materialni uspeh. Mnoge so v svet zvabili drugi dejavniki, kot so avanturizem, vabila sorodnikov, ki so že bili v Kanadi, beg pred vojaščino pri fantih, pri kmečkih dekletih pa pogosto beg pred nezaželenim ženinom, ki so jim ga izbrali starši. Mnogi izmed njih so imeli končane obrtne šole in so bili že deloma privajeni mestnemu življenju, tako da so ob odhodu v Kanado pričakovali, da jim bo privajanje angleščini povzročalo največje probleme.

Mnogi so v Kanadi sprva naleteli na grenko razočaranje. Zaposlitve v svoji stroki niso dobili, pač pa kvečjemu kakšno začasno delo na tobačni farmi, kjer so se žgali ves dan na soncu in jim kmet še s hladno vodo ni postregel, kaj šele z malico, kosilom in večerjo. Nekateri so svoje prve dolarje zaslužili z nabiranjem glist. Delo v tovarnah ali v severnoontarijskih rudnikih so dobili le s posredovanjem kakega usmiljenega rojaka, ki je imel tam pozicijo preddelavca. Delo je bilo težko in negotovo, saj so delavce lahko odslovili brez vzroka in odpovednega roka. Delavci tudi niso imeli nobenega zdravstvenega zavarovanja. Stanovali so po dva, trije skupaj v eni sobi v »boardinghousih«, v podstrešnih mestnih hišah ali v delavskih barakah. Srečni so bili tisti, ki so dobili hrano in stanovanje pri Slovencih. Mnogi so ugotavljali, da bi bilo življenje v domovini veliko lepše, če bi bili doma pripravljene tako trdo delati in tako skromno živeti, toda zaradi sramote se niso hoteli vrniti. Ker so povečini zapustili domovino ilegalno, so se poleg sramu bali tudi kazni in možnosti, da bi bili vpoklicani v vojsko.

Tudi na področju stikov s slovensko skupnostjo so naleteli na kulturni šok. Slovenci v diaspori so bili drugačni kot v domovini, kjer so bili na videz vsi zadovoljni s socialističnim, če že ne s komunističnim sistemom. Povečini so bili to verni ljudje in so se po prihodu v Kanado, če je bilo le možno, vključili v slovensko župnijo, čeprav se mnogi niso strinjali z vmešavanjem duhovnikov v politiko. Slovenska Cerkev jim je služila v glavnem za zadovoljitev duhovnih potreb in za ohranjanje slovenskih verskih in kulturnih tradicij. V okviru župnije je delovala slovenska šola in mnogi so

tja pošiljali svoje otroke. S pritokom večjega števila Slovencev iz različnih pokrajin v center Toronta so se začeli Slovenci družabno organizirati po pokrajinskem izvoru (prekmursko in primorsko društvo) ali po skupnem interesu (športno, lovsko društvo), za ohranjanje slovenskih tradicij pa so nastajale folklorne, pevske, glasbene, igralske skupine. V manjših slovenskih naseljih je za kulturo, družabnost in šport poskrbelo eno samo slovensko društvo.

Zaradi višjega življenjskega standarda so se Slovenci iz mest selili v predmestja in so se deloma asimilirali. V Torontu je pojav asimilacije v veliki meri preprečila slovenska cerkev Brezmadežne, ki je bila zgrajena za potrebe tistih, ki so se preselili v zahodni del mesta. Prav zaradi te cerkve so se potem Slovenci bolj množično naseljevali v Etobicoku in Mississaugi in tu izoblikovali nov slovenski center, kjer še danes najbolj strnjeno živijo.

Ekonomska imigracija, čeprav aktivna v okviru slovenske župnije, se je razlikovala od politične emigracije najbolj v tem, da je vzdrževala kulturne stike z matično domovino. Ker so le-ti v glavnem potekali preko Slovenske izseljenske matice, ki jo je politična imigracija štela za podaljšano roko komunistične vlade, gostujoče skupine iz Slovenije niso bile dobrodošle v slovenskih cerkvenih dvoranah. Tako so se Slovenci začeli deliti na kulturnem področju, kar je povzročilo, da je veliko intelektualcev ostalo pasivnih in so se raje vključevali v kanadsko družbo, kjer niso bili izpostavljeni političnemu trenju.

Zaradi ugodja ali drugih vzrokov so mnogi Slovenci iz vrst ekonomske imigracije začeli obiskovati bogoslužje v kanadskih katoliških cerkvah, še zlasti ker so bile te povezane s katoliškimi šolami, ki so jih njihovi otroci obiskovali do konca srednje šole. To je močno pospešilo proces asimilacije. Prav tako je asimilacijo pospešila zaposlitev žensk. Ker je kanadska vlada plačevala priseljencem obiskovanje tečajev angleškega jezika, so to možnost pogosteje izkoristile ženske kot moški in so se zato tudi lažje prilagodile kanadskemu okolju. Potem ko so otroci začeli po ves dan obiskovati šolo, so se zaposlile v pisarnah, tovarnah ali v družinskih podjetjih.

Posledica takega hitrega prilagajanja je bila, da so slovenske družine začele opuščati slovenski jezik in slovensko kulturo, druga generacija pa se je že močno asimilirala. Vse več je mešanih zakonov, pri slovenskih društvih pa je vse manj aktivne mladine. Z asimilacijo so se marsikje pojavili tudi problemi kanadske mladine, ki v svobodni družbi in poplavi idej nima več psihološke zasidranosti v veri, da bi te možnosti izkoristila sebi v prid.

Prva generacija ekonomskih priseljencev je psihološko fragmentirana in kompenzira na razne načine (domotožje s pogostimi obiski v domovini, družabnost z obiski raznih piknikov in banketov, duhovne potrebe z obiski angleških ali slovenskih cerkva), še najbolj pa s kreativnostjo, ki je usmerjena v materialni uspeh.

Slovenci, ki so se manj številčno in bolj individualno selili v Kanado v osemdesetih in devetdesetih letih, so bili na novo okolje veliko bolj pripravljeni, saj so bili to v glavnem intelektualci, ki jih je Kanada sprejela po drugačnem kriteriju (predvsem zaradi specializiranih poklicev in možnosti, da se sami finančno vzdržujejo). Zaradi

predhodnega znanja angleščine so se lahko takoj vključili v kanadsko družbo in niso iskali stikov s slovensko skupnostjo. To seveda ne pomeni, da so zavrgli svoje slovenstvo, pač pa, da so zmožni živeti v tujini popolnoma izolirani od slovenske skupnosti, nadomestilo za to pa jim nudijo sodobni komunikacijski stiki (predvsem računalniki) in pogosti obiski v Sloveniji. Njihov primer kaže, da je sodobna slovenska kultura v domovini dosegla že tako stopnjo globalizacije, da Slovencem pri preseljevanju ne povzroča bolečih in neprijetnih posledic, še zlasti ker so najpogostejše motivacije teh sodobnih izseljencev spoznavanje nove dežele, pridobivanje izkušenj v tujini, predvsem pa uspeh v globalnem smislu.

ZAKLJUČEK

Slovenci, ki so se prvi organizirano naseljevali v Kanadi pred prvo svetovno vojno in med obema vojnoma, so nedvomno občutili največji kulturni šok, ki ga je stopnjevala velika gospodarska kriza v Kanadi. Njihova preprosta kmečka vernost ter klen slovenski značaj, ki so ga še zlasti odlikovale vztrajnost, potrpežljivost in iznajdljivost, sta jim omogočala psihološko in fizično prilagajanje in premagovanje težav, na katere so naleteli v novi deželi. Njihov prvi cilj je bil golo preživetje, in ko je bilo to zagotovljeno, so svojo energijo usmerili v oblikovanje slovenske skupnosti, v okviru katere so delili svoje izseljenske izkušnje in probleme in si medsebojno pomagali.

Povojni begunci, ki so svoje življenje med vojno izpostavljali za obrambo katoliške vere in so utrpeli največje izgube in največ gorja, so svoje prilagajanje v Kanadi osredotočili okoli slovenske Cerkve, kar jim je omogočalo vsestransko psihološko pomoč za življenje v tujini in za ohranjanje slovenskih vrednot kakor tudi za vzgajanje mladine v tem duhu.

Ekonomski priseljenci, ki so prišli v Kanado v šestdesetih in sedemdesetih letih, so kulturni šok najbolj občutili v ideoloških razlikah med svojimi slovenskimi predhodniki in v kapitalističnem družbenem sistemu, ki jim je sprva predstavljal negotovost, še zlasti pri zaposlitvi, pozneje pa možnost za materialni uspeh, a hkrati tudi skušnjava, da za ta uspeh opustijo svoje slovenske vrednote.

Sodobna komunikacijska sredstva in globalna ekonomija, ki nenehno zmanjšujejo kulturne in gospodarske razlike med državami in celinami, omogočajo sodobnim priseljencem iz Slovenije v Kanadi hitrejšo in manj naporno prilagajanje.

LITERATURA

- Furnham, Adrian & Stephen Bochner, 1986: *Culture shock: Psychological reactions to unfamiliar environments*. London–New York: Methuen & Co. Ltd.
Jung, Carl Gustav, 1971: *The portable Jung*. New York: The Viking Press.

- Kocjančič, Cvetka, 1990: *Upornik s čopičem*. Ljubljana: Slovenska izseljenska matična.
- 1999: Slovenes in Canada. In: *Encyclopedia of Canada's People*, Toronto: The Multicultural History Society of Ontario, pp. 1179–1185.
- Pope, H. G., 1983: Migration and manic-depressive illness. *Comprehensive Psychiatry*, 24, pp. 158–165.

SUMMARY

PSYCHOLOGICAL ADJUSTMENT OF IMMIGRANTS

Cvetka Kocjančič

Throughout history, a correlation was observed between the migration of people and mental illness. Various defense mechanisms were developed to cope with the changes that could trigger mental imbalance. The psychological problems of immigrants and their adjustment to a new land were the subject of many contemporary studies in the field of psychology, sociology and anthropology. Their findings systematically confirm more frequent incidences of mental illness among immigrants. However, there are so many variables affecting migration that no specific conclusion could be drawn as to the causes of this phenomenon. The reasons for migration, the cultural and economic conditions in the countries of emigration as well as in the host countries, are constantly changing. The motivation for migration has to be taken into account, as well as migrants' personalities, the extent of their losses and their personal coping strategies, other traumatic events related to their migration, the attitude of the host country and its immigration policies, etc.

There are three popular ways to cope with the culture shock (unexpected negative effects): assimilation, segregation and integration. Each one has its advantages and disadvantages, however, integration seems to be the healthiest and most beneficial, not only to the immigrants, but to their homeland and to their host country, because it promotes the unity in diversity.

Three different waves of Slovene immigrants to Canada experienced different degrees of culture shock and they devised different coping strategies. All three seem to utilize the power of religion, as well as the community support of various Slovene organizations, to cope with the anxiety caused by the unknown and unexpected.

After initial shock and disappointment, the goal of the pre-WW II Slovene immigrants in Canada was individual survival, followed by the establishment of Slovene settlements where foundations were laid for the long term mutual support and the opportunity to participate in Slovene culture.

Political refugees settling in Canada after WW II, were exposed to the greatest

suffering before and during their somewhat forced migration. They compensated for their great losses by building a strong Slovene community in Canada, centered around the Slovene Catholic Church, where they were able to share their common predicament, as well as their common aspirations for themselves and their homeland. Preserving Slovene culture and passing it to the second generation was more important to them than economic success.

Slovenes migrating to Canada during the sixties and seventies were mostly affected by the job insecurity and by ideological differences within their own Slovene community in Canada. Their coping strategy was fragmented between keeping cultural ties with Slovenia, frequent visits to their homeland, socializing with their countrymen within various Slovene clubs, succeeding economically and gradually integrating into the Canadian way of life. The price of this integration is the possibility of losing Slovene language and Slovene culture within a generation.

Slovenes immigrating to Canada individually in the eighties and nineties experienced less culture shock due to the globalization of culture and economy, which is gradually taking place as modern means of instant communication, are widely used not only on a corporate level, but also on a personal.