



**PÁSZTOR JUDIT
BAK GERDA**

PANNON EGYETEM
Gazdálkodás és Szervezéstudományok
Doktori Iskola

**KÖZÖSSÉGI MÉDIA
HASZNÁLAT A KÜLFÖLDI
SZAKMAI GYAKORLAT ALATT**

#MINDENTÖKÉLETES

SZAKMAI GYAKORLAT KÜLFÖLDÖN

Z GENERÁCIÓ ELŐTT KINYÍLT A VILÁG

SZABAD MUNKAVÁLLALÁS

DIÁK CSEREPROGRAMOK (ERASMUS)

INTÉZMÉNYI & ANYAGI HÁTTÉR

TECHNOLÓGIAI FEJLŐDÉS

KÖNNYEBB KAPCSOLATTARTÁS



So Easy!



KUTATÁSI KÉRDÉSEINK

VAN
ÖSSZEFÜGGÉS
AZ ALÁBBIK
KÖZÖTT?

STRESSZ

MAGÁNYOSSÁG

KULTURÁLIS SOKK

KÖZÖSSÉGI MÉDIA HASZNÁLAT

IDEGEN NYELVŰ KÖRNYEZET NEHÉZSÉGEI

FÉLELEM A KIMARADÁSTÓL ÉRZÉSE (FOMO)

MI TÖRTÉNIK KÜLFÖLDÖN?



MINDEN IZGALMAS

83 162 47



**STRESSZ
PROBLÉMÁK**



SELF ESTEEM



**ALKALMAZKODÁS
MEGKÜZDÉS**



**ELÉGEDETTSÉG
BEILLESZKEDÉS**

83 162 47



**FELADÁS
KUDARC**



**IDŐ ELŐTTI
HAZAUTAZÁS**



KULTURÁLIS SOKK

**ELTÉRŐ KULTURÁLIS KÖZEGBEN ÉRZETT
BIZONYTALANSÁGBÓL FAKADÓ
ÉRZELEMEGYÜTTES**

KULTURÁLIS SOKK „TÜNETEI”



HONVÁGY

MAGÁNYOSSÁG

SZOCIÁLIS IZOLÁCIÓ

ZAVARODOTTSÁG

BIZONYTALANSÁG

KULTURÁLIS SOKK „OKOZÓI”

NEHÉZSÉGEK AZ IDEGEN NYELVEN TÖRTÉNŐ KOMMUNIKÁCIÓBAN:

ÖNKIFEJEZÉS

KONFLIKTUSHELYZETEK

SZOKÁSOS KOMMUNIKÁCIÓS TECHNIKÁK

NONVERBÁLIS KOMMUNIKÁCIÓ:

ÉRZELEMKIFEJEZÉS

REAKCIÓK

MÁSOK ÉRZELMEINEK KÓDOLÁSA

KULTURÁLIS KÜLÖNBSÉGEK:

SZOKÁSOK

VISELKEDÉS

VÉRMÉRSÉKLET

HIEDELMEK





TOP SECRET

**AKKOR
MÉGSEM
VAGYOK OLYAN
SZUPER MINT
GONDOLTAM?**

-CSAK SENKI MEG NE TUDJA-

STRESSZ SZORONGÁS MAGÁNY FOMO

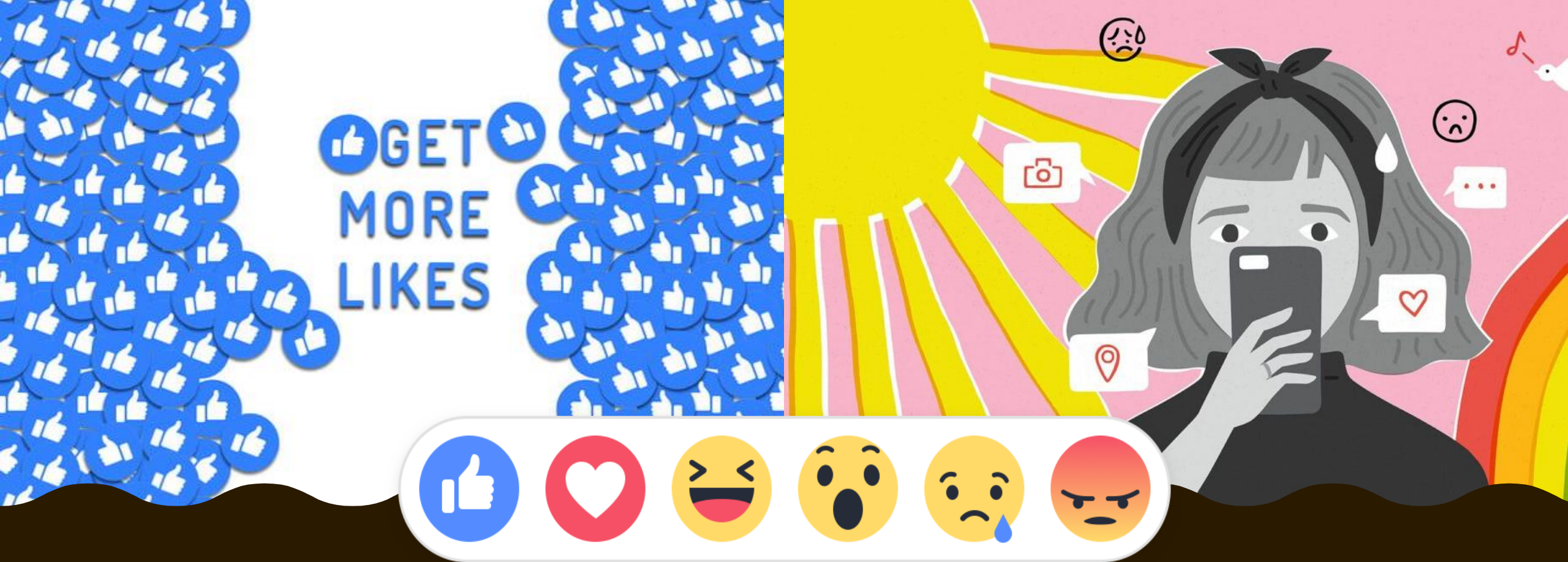
A KÜLFÖLDI TARTÓZKODÁS ALATT
FELBUKKANÓ PSZICHOLÓGIAI NEHÉZSÉGEK



MOST AKKOR AZ OTTHONI DOLGOKBÓL KIMARADOK??



**FEAR OF
MISSING OUT**



#MINDENTÖKÉLETES

ALAPSZABÁLY:
ROSSZ DOLGOKRÓL NEM POSZTOLUNK

EXPLORATÍV KUTATÁS EREDMÉNYEI

PRIMER ADATOK – ONLINE KÉRDŐÍV

138 KÉRDÉS

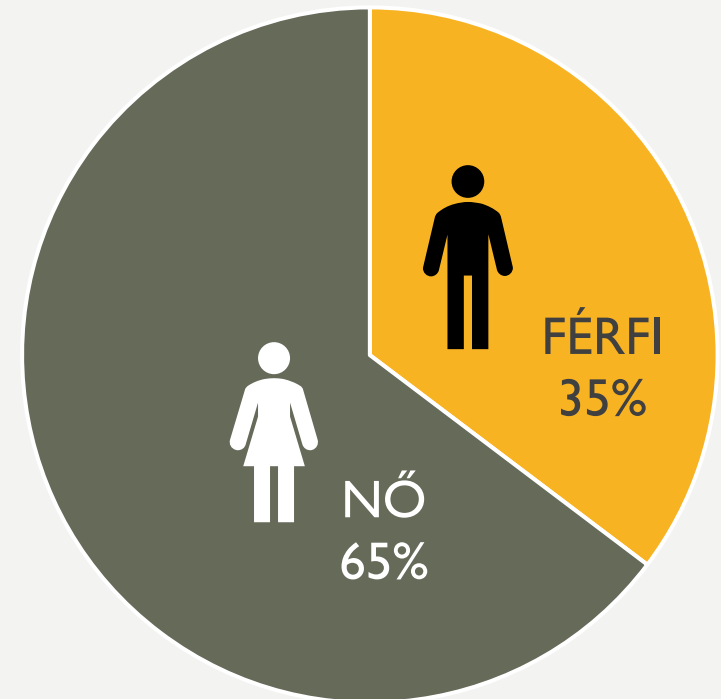
VALIDÁLT MÉRŐESZKÖZÖK

FOMOS, OSNS, SIAS, PSS, CSS, CQS

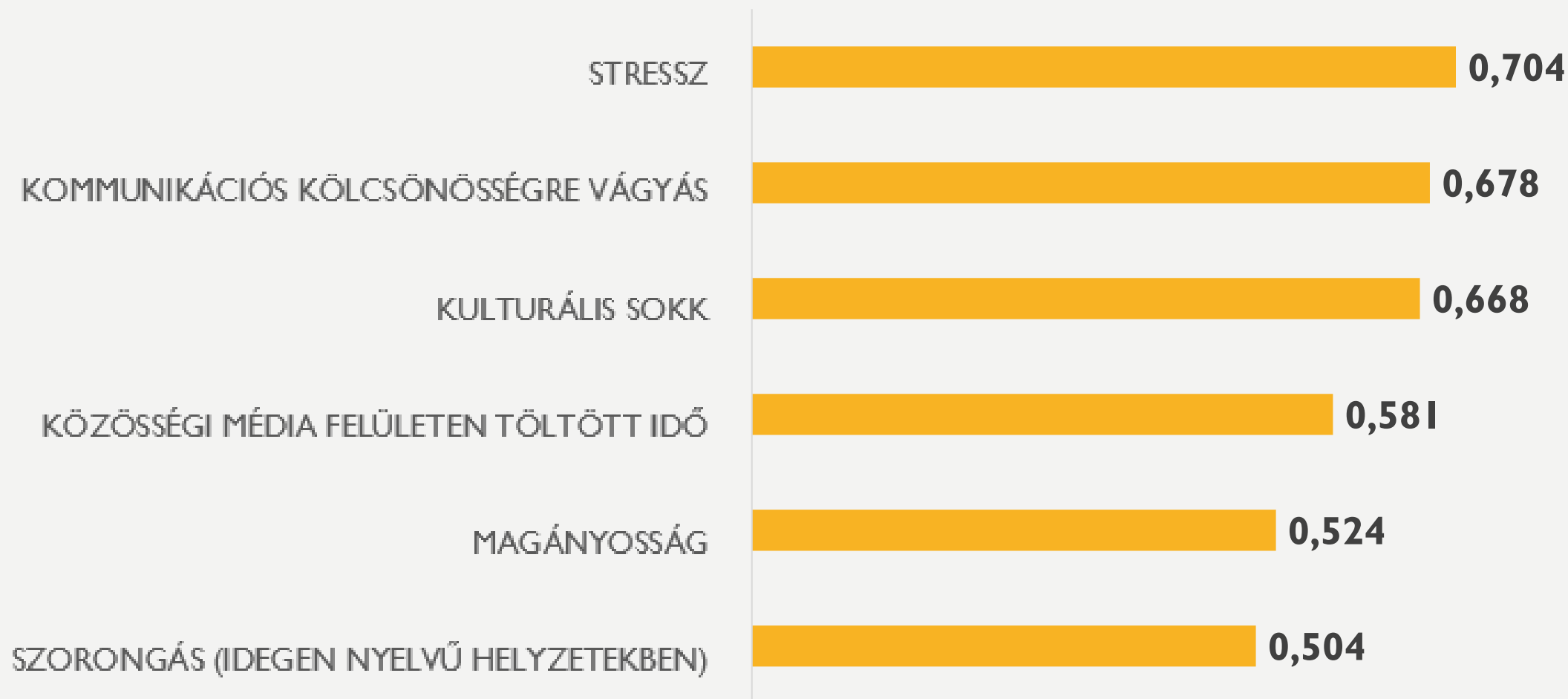
MINTA:

18-30 ÉS KÖZÖTTI MAGYAR FIATALOK,
AKIK SZAKMAI GYAKORLATUKAT
KÜLFÖLDÖN TÖLTÖTTÉK

 102 FŐ

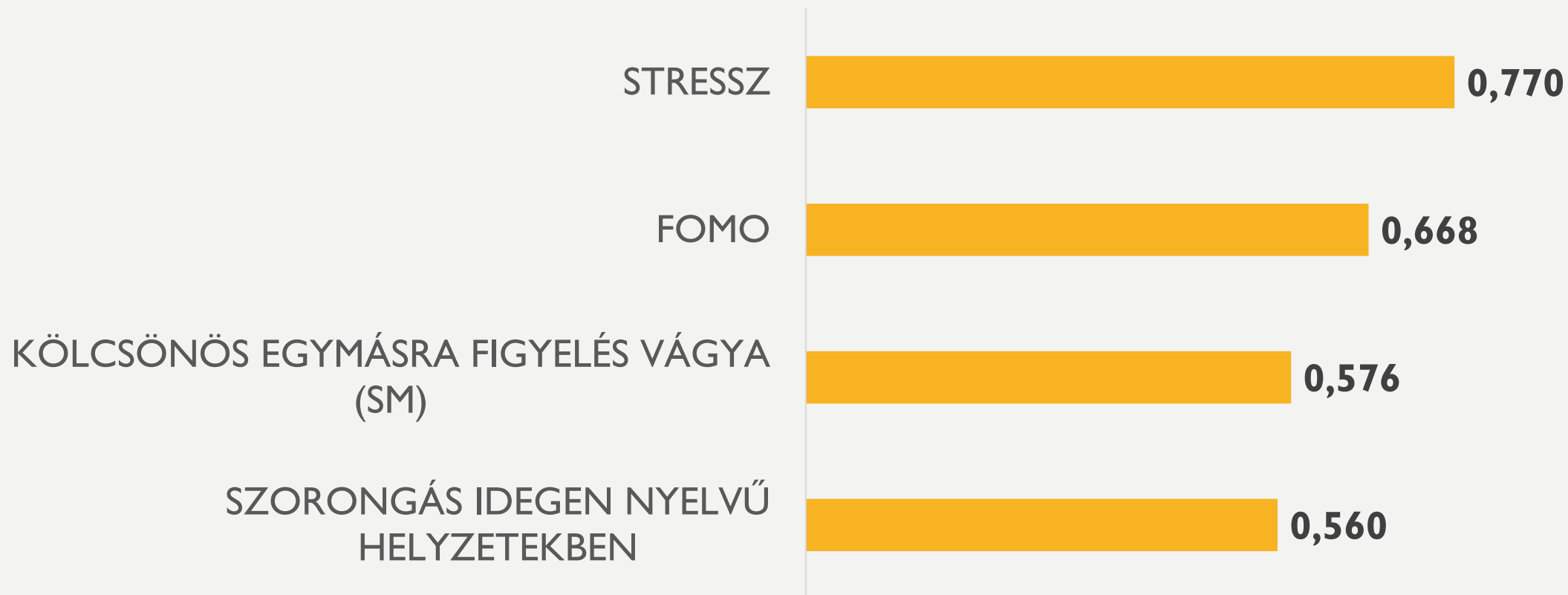


FOMO-VAL ÖSSZEFÜGGŐ JELENSÉGEK



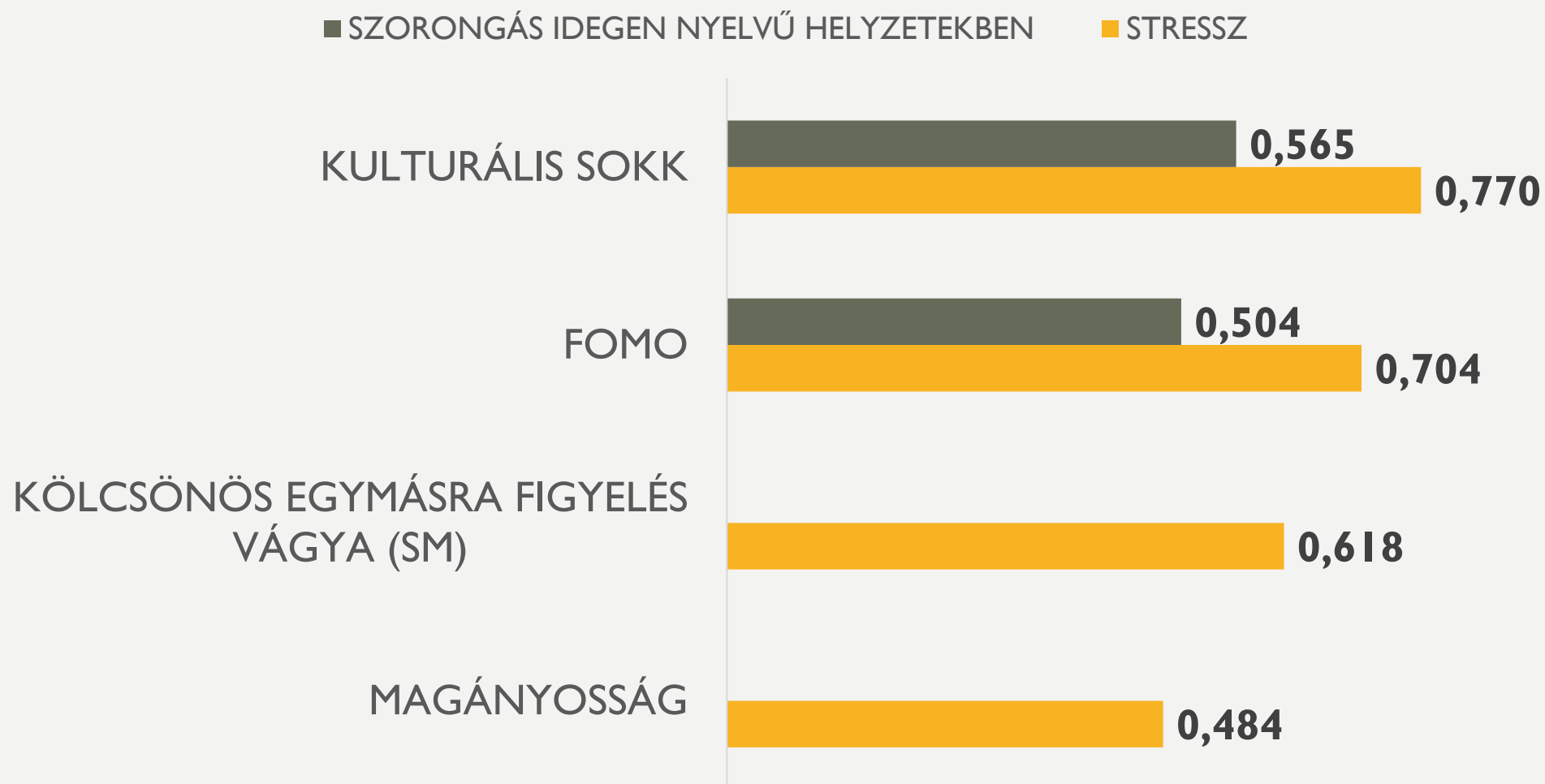
Szignifikanciaszint: 0.01

KULTURÁLIS SOKKAL ÖSSZEFÜGGŐ JELENSÉGEK



Szignifikanciaszint: 0.01

STRESSZ ÉS SZORONGÁS



Szignifikanciaszint: 0.01

KÖZÖSSÉGI MÉDIA HASZNÁLAT

,566**

- SZORONGÁS AZ IDEGEN NYELVŰ HELYZETEK BEN
- POZITÍV POSZTOK NEGATÍV HANGULAT ESETÉN

,599**

- STRESSZ SZINTJE
- IDEALIZÁLT KÉP(EK) MUTATÁSA

,617**

- STRESSZ SZINTJE
- VISSZAJELZÉSRE VÁGYÁS

,627**

- MAGÁNYOSSÁG
- POSZTOLÁS GYAKORISÁGA

,777**

- VISSZAJELZÉS MENNYISÉGE
- IDEALIZÁLT KÉP(EK) MUTATÁSA

ÖSSZEFOGLALVA

**SZÉPÍTJÜK AZ ÉLMÉNYEINKET
MÁSOK ELŐTT**

**MINÉL ROSSZABBUL ÉREZZÜK
MAGUNKAT KÜLFÖLDÖN,
ANNÁL JOBBAN
KAPASZKODUNK A KÖZÖSSÉGI
MÉDIA VILÁGÁBA**

**A MAGÁNY ÉRZÉSE ÉS A
FÉLELEM ATTÓL, HOGY
KIMARADUNK AZ OTTHONI
DOLGOKBÓL HATNAK A
LEGERŐSEBBEN**



**KÖSZÖNÖM A
FIGYELMET**

JUDIT.PASZTOR@BABYLONGLOBAL.CO.UK

