

Az intim partner elleni erőszak áldozatainak megküzdési stratégiái: Egy narratív életútinterjú hermeneutikai esetrekonstrukciója

Coping Strategies of Intimate Partner Violence Survivors: A Hermeneutic Case Reconstruction Based on a Narrative Life History Interview

Rózsás Zsuzsanna¹

<https://doi.org/10.51624/SzocSzemle.19180>

Beérkezés: 2025. 05. 15.

Átdolgozott változat beérkezése: 2025. 08. 11.

Elfogadás: 2025. 09. 15.

Összefoglaló: A tanulmány egy narratív életútinterjú hermeneutikai esetrekonstrukcióján keresztül vizsgálja egy intim partner elleni erőszak áldozatává vált nő megküzdési módjait. A szerző doktori disszertációjának empirikus anyagára épülő esettanulmány célja annak feltárása, hogyan értelmezi az elbeszélő saját tapasztalatait, és miként alakította bántalmazásra adott válaszait. Az elemzés az interjúalany életútját vizsgálja, különös tekintettel arra, hogyan hatott a bántalmazás az élettörténet alakulására, valamint az érzelem- és problémafókuszú megküzdés váltakozására, a döntésekre és az azokat befolyásoló társadalmi és strukturális körülményekre. Az interjú alapján olyan korai tapasztalatok és későbbi akadályozó tényezők is kirajzolódtak, amelyek az erőszakhoz való viszonyulást és a kapcsolat megszakításának lehetőségét is befolyásolták. A tanulmány célja nem általános érvényű következtetések levonása, hanem annak bemutatása, miként értelmezhető egyéni elbeszéléseken keresztül a bántalmazás tapasztalata és az arra adott megküzdési válaszok összetettsége.

Kulcsszavak: párkapcsolati erőszak, megküzdési stratégia, áldozati tapasztalat, narratív életútinterjú

Abstract: This case study, grounded in the hermeneutic reconstruction of a narrative life history interview, explores the coping responses of a woman who experienced intimate partner violence. Drawing on empirical material from the author's doctoral research, the study examines how the interviewee makes sense of her experiences and how her responses to abuse were shaped over time. The analysis focuses on the trajectory of her life story, with particular attention to the impact of violence on her biographical development, the shifting dynamics between emotion-focused and problem-focused coping strategies, key decision-making moments, and the social and structural conditions influencing them. The interview reveals early formative experiences and later constraining factors that influenced both the perception

1 Eötvös Loránd Tudományegyetem Állam- és Jogtudományi Kar, e-mail: rozsaszuzsanna333@gmail.com

of violence and the capacity to leave an abusive relationship. Rather than aiming for generalizable conclusions, the study seeks to illuminate the complexity of coping and meaning-making through the lens of a single personal narrative.

Keywords: intimate partner violence, coping strategies, victim experience, narrative life history interview

1. Bevezetés

Az intim partner elleni erőszak súlyos következményekkel járó, világszerte elterjedt probléma. A bántalmazás különféle formái és azok áldozatokra gyakorolt hatása széleskörűen tárgyalt témák mind a hazai, mind a nemzetközi szakirodalomban. Arra azonban, hogy az áldozatok miképp dolgozzák fel személyes élményeiket és küzdenek meg az átélt erőszak következményeivel, kevés figyelem vetül. Volt szociális szakemberként szerzett tapasztalataim azt mondatják velem, hogy az áldozatoknak feltett legtöbb kérdés arra összpontosít, miért nem fordulnak a hatóságokhoz. A paternalisztikus számonkérés közepette rejtve maradnak a segítségkérés alternatív forrásai, a különféle, személyenként változó megküzdési mechanizmusok, valamint az is, hogy ezek milyen hatást gyakorolnak az egyén életútjára és jövőbeli döntéseire. Véleményem szerint az áldozatokkal végzett munka során gyakran hiányzik autonómiájuk elismerése és annak belátása, hogy a megküzdés útja egyéni, amit az érintettek tapasztalataik, erőforrásaik és aktuális lehetőségeik szerint alakítanak.

Keveset tudunk arról, hogyan élik meg az áldozatok a bántalmazást követő időszakot és hozzák nyilvánosságra történetüket. Kiváltképp ironikus ez annak fényében, hogy épp ezeknek a történeteknek az elmesélése teszi lehetővé, hogy az áldozatok segítséget vagy támogatást kapjanak. E hiány mérséklésére és a téma alaposabb megértésére vállalkozik a szerző készülő doktori disszertációja, amely a párkapcsolati erőszak áldozatainak megküzdési stratégiáit vizsgálja. Ennek a disszertációnak az empirikus anyaga szolgál a jelen tanulmány alapjául.

2. Megküzdés

Lazarus és Folkman (1984) definíciója szerint a megküzdés azoknak a kognitív és cselekvési erőfeszítéseknek az összessége, melyekkel az egyén az őt érő stresszorokat kezelni próbálja. Az általuk kidolgozott modell nem pusztán reakcióként, hanem dinamikus folyamatként értelmezi a megküzdést, amely a fenyegető helyzet szubjektív értékelésén alapul. A párkapcsolati erőszak olyan megterhelő stresszorként értelmezhető, amely megküzdést igényel a bántalmazott részéről. A szakirodalom e folyamat két típusát különbözteti meg: az érzelem- és a problémafókuszú megküzdést. Az első elsősorban a bántalmazással együtt járó pszichés megterhelés csökkentésére irányul (Rizo–Givens–Lombardi 2017). Olyan reakciókat foglal magában, melyek célja nem a külső körülmények megváltoztatása, hanem a kiváltott érzelmek (például szorongás, félelem, szégyen) kezelése. Az ilyen stresszkezelő gyakorlatok

közé tartozik a sírás, a meditáció, az ima, az eltérő étkezési szokások kialakítása, az érzelmek tudatos elkerülése, illetve az alkohol- és drogfogyasztás (McLeod 2023).

Ezzel szemben a problémafókuszú megküzdés azokra a lépésekre utal, amelyekkel az áldozat a bántalmazó helyzetet igyekszik megváltoztatni vagy kontrollálni. Idetartozhat például egy biztonsági terv kidolgozása, a kapcsolat megszakítása, illetve a formális vagy informális forrásoktól való segítségkérés. Rizo és kutatótársai (2017) áttekintésükben hangsúlyozzák, hogy a párkapcsolati erőszakot átélt nők gyakran kombinálják a két megküzdési formát, ugyanakkor az érzelmfókuszú stratégiák kialakítása jóval gyakoribb. A szerzők arra is felhívják a figyelmet, hogy a megküzdés módját nem kizárólag a bántalmazás intenzitása vagy az elérhető támogatás határozza meg. Legalább ennyire lényeges, hogyan látja az áldozat saját pozícióját a kapcsolatban, felelősségét a bántalmazás megtörténetében, illetve milyen mozgásteret érzékel a változtatásra.

A megküzdés folyamatát a kulturális háttér is meghatározza. Különböző közösségek eltérően viszonyulnak az erőszakhoz, a nemi szerepekhez, a családhoz és a segítségkéréshez. Az ezekre vonatkozó uralkodó társadalmi normák befolyásolják a bántalmazás felismerését és az arra adott reakciókat. Ahrens és munkatársai (2010) latin-amerikai nőket vizsgáltak, és azt találták, hogy a tradicionális nemi szerepfelfogás, a házasság szentségébe vetett hit, a család központi szerepe, valamint a szexualitás tabusítása mind hozzájárulhatnak ahhoz, hogy az érintettek ne ismerjék fel az erőszakot vagy ne hozzák azt nyilvánosságra. Egy másik tanulmány ugyanakkor rávilágít arra, hogy a kulturális háttér erőforrásként is szolgálhat az áldozatok számára. Wright, Perez és Johnson (2010) eredményei szerint bizonyos kulturális mintázatok – például a mentális erőbe vetett hit vagy az önértékesítés képessége – segíthetik a megküzdést. Afroamerikai nők súlyosabb erőszakos tapasztalatokkal kevesebb lelki megterhelésről számoltak be, mint fehér bőrű társaik. A kutatók ezt részben azzal magyarázzák, hogy ezek a nők nagyobb belső tartalékokra, önbizalomra vagy aktívabb cselekvőkészségre támaszkodhattak. A megküzdés tehát nemcsak a trauma jellegétől, hanem az áldozatok válaszlehetőségeit formáló kulturális értékektől és társadalmi mintázatoktól is függ.

3. A kutatási módszerről

A vizsgálni kívánt téma meghatározza a kutatás módszertanát. Utóbbi kiválasztása komoly terhet ró arra a kutatóra, aki ilyen érzékeny kérdéskört tanulmányoz. A bántalmazást átélt személyek megkérdezésekor számos módszertani és etikai dilemma merül fel. A kutatónak elsődlegesen a károkozás elkerülését kell szem előtt tartania – legyen szó a megválaszolandó kérdésekről, reakciókról, illetve a kapott adatok kezeléséről. A legapróbb visszajelzés is befolyásolhatja az érintettet, ezért a vizsgálatot végző személynek érzékenyen és körültekintően kell eljárnia az emlékek felszínre hozása során. Ez a meggyőződés olyan módszer alkalmazására ösztönzött,

amely lehetőséget ad a résztvevőknek arra, hogy saját tempójukban, saját szavaikkal beszéljenek arról, amit átéltek. Tapasztalataikat nem előre összeállított kérdéssorok mentén szerettem volna megérteni, hanem úgy, hogy ők határozhassák meg, mit tartanak fontosnak, mire térnek ki és hogyan mesélik el a történetüket.

Meggyőződésem, hogy nem egyetlen, objektív valóság létezik. Az egyéni valóság szubjektív, az egyén tapasztalatai, élményei és az őt körülvevő világgal történő interakciói formálják. Ez a szemlélet nem új keletű: a chicagói szociológiai iskola kutatói – köztük Thomas és Znaniecki – már az 1920-as években felismerték a személyes történetek jelentőségét. Ekkorra nyúlnak vissza a biográfiai módszer gyökerei. A *lengyel paraszt Európában és Amerikában* című műben életrajzi beszámolókra és levelezésekre támaszkodva vizsgálták az emigránsok társadalmi beilleszkedését (Bögre 2020). Az életutakat dokumentáló interjúk gyűjtése és elemzése később az 1970-es évek Németországában kapott új lendületet. Schütze dolgozta ki a narratív élettörténeti interjúzás alapjait, amelyet Rosenthal fejlesztett tovább (Pászka 2007).

Ezekre az alapokra épül az interpretatív tudományos paradigmába illeszkedő narratív életútinterjú módszere. Célja nem egyfajta abszolút igazság feltárása, hanem annak megértése, hogyan alakítják és értelmezik az emberek saját tapasztalataikat. Az, ahogyan az egyének beszámolnak önmagukról és a körülöttük zajló eseményekről, nem független társadalmi és történeti közegüktől. A jelentésalkotás folyamata szorosan összefonódik a mindennapi életet meghatározó normákkal és értelmezési keretekkel. Ennélfogva az élettörténetek nemcsak személyes élményeket tükröznek, hanem azt a kort és társadalmi környezetet is, amelyben megszülettek és formálódtak (Chase 2005).

A narratív megközelítés nem csupán kutatási eszközként, hanem a segítségnyújtást támogató módszerként is ismert (Fehér 2010). Ebből kifolyólag a módszertan jól illeszkedik szakmai háttérremhez, hiszen a narratív szemlélet a szociális munka gyakorlatában is tetten érhető, kiváltképp a kliensekkel folytatott munka során (Fraser 2004). A feltárás folyamatának, illetve az azt befolyásoló tényezőknek alaposabb megértése a párkapcsolati erőszak áldozatainak szükségleteihez leginkább illeszkedő, adekvát szakpolitikai gyakorlatok kialakításában szintén felbecsülhetetlen fontosságú.

Ismereteim szerint Magyarországon korábban nem alkalmazták a narratív életútinterjú módszerét párkapcsolatukban bántalmazást átélt személyek tapasztalatainak vizsgálatára. Ennélfogva az áldozatok erőszakra adott válaszait és megküzdési stratégiáit e technikával vizsgáló kutatás újszerű megközelítés egy olyan jelenség vizsgálatában, amelyről hazai adatok korlátozottan állnak rendelkezésre. Mindezen felül a téma narratív életútinterjú módszerével való vizsgálata számomra szimbolikus jelentőségű: a bántalmazó kapcsolatban élő egyén többnyire fokozatosan, szinte észrevétlenül veszíti el az élete feletti irányítást és burkolódik némaságba. A narratív életútinterjú kellő teret ad a korábban elhallgattatott csoportoknak, miközben a hatalmi dinamikával szintén érzékenyen bánik. A technika különlegessége

abban is megmutatkozik, hogy az interjúalany – bár nem segítő beszélgetésen vesz részt – gyakran egyfajta megkönnyebbülést hozó folyamatként éli meg az interjút. Vajda Júlia (2006) szerint már önmagában az a lehetőség, hogy valaki figyelmes hallgatóság előtt, beavatkozás nélkül elmondhatja a történetét, a terápiás helyzet-hez hasonló felszabadító hatást válthat ki.

3.1 Az interjúzás folyamata

Az interjúalanyok toborzása az online térben zajlott: felhívásaim tematikus, zárt Facebook-csoportokban és két Reddit-fórumon jelentek meg. A bekerülés feltétele volt, hogy az alany betöltötte 18. életévét, valamint már megszakította a kapcsolatot bántalmazójával. Az érdeklődők e-mailben vehették fel velem a kapcsolatot. Válaszomban tájékoztattam őket a kutatás céljáról, az adatkezelés módjáról és az interjú technikai körülményeiről. Hangsúlyoztam, hogy a beszélgetések során elhangzottakat teljes anonimitással kezelem. E levél végén visszakérdeztem: a tájékoztatás ismeretében is vállalják-e a részvételt. Akik megerősítették szándékukat, azokkal közösen egyeztetünk időpontot és helyszínt. A találkozás előtt minden résztvevő elektronikus formában megkapta a kutatáshoz készült adatkezelési tájékoztatót, majd a beszélgetés kezdetén írásbeli beleegyezésüket kértem. Minden interjú után végeztem utánkövetést. Bár előzetesen felkészültem arra, hogy a beszélgetés érzelmileg megterhelő lehet a résztvevők számára, további támogatásra való igényét senki sem jelezte.

A kutatás iránti érdeklődés messze felülmúlta a várakozásaimat. A felhívások-ra számos jelentkezés érkezett – nőktől és férfiktól vegyesen –, végül 2025. május 1-jéig tizenegy bántalmazottal tudtam interjút készíteni. Jelen esettanulmányban ezek közül mutatok be egy beszélgetést.

Az adatgyűjtés minden esetben a tág kutatási téma ismertetésével kezdődött, majd az interjúalanyt élete történetének elmesélésére kértem. A kérést követően teljes hallgatásba burkolóztam, hogy a résztvevő szabadon alakíthassa elbeszélését, megszakítás nélkül. A második szekcióban kizárólag az elbeszélés során említett eseményekre tértem vissza, mégpedig olyan sorrendben és megfogalmazással, ahogyan azok eredetileg elhangzottak. Ez segített megőrizni az elbeszélés belső logikáját, miközben lehetőséget adott a mélyebb kibontásra. A narratív életútinterjú harmadik, opcionális szakaszára is sor került, mivel kutatási kérdéseim megválaszolásához korábban fel nem merült témák feltárása is szükséges volt.

3.2 Az elemzés

Esettanulmányomban az életútinterjú elemzése két fő irányt követ: egyrészt az alany által ténylegesen megélt életút eseményeinek feldolgozását, másrészt az ezekről szóló elbeszélés értelmezését. Ez a kettő – a „megélt” és az „elbeszélt élet” – nem mindig esik egybe, ám éppen a feszültségük vagy eltérésük lehet az elemzés legbe-szédesebb része (Rosenthal 2010).

Az elemzést Kovács Éva és Vajda Júlia (2002) módszerének nyomán a biográfiai adatok rendszerezésével kezdtem. Ezek a történet mögötti objektív tényekhez kötődnek. A kronologikus sorrendbe rendezett események mentén hipotéziseket fogalmaztam meg arról, milyen választási helyzetek és irányváltások rajzolják ki az adott életutat. A cél annak vizsgálata, milyen döntések, kényszerek vagy lehetőségek formálhatták az életutat abban a társadalmi és történeti közegben, amelyben zajlott. A következő lépés az „elbeszélte élet” részletes vizsgálata. Az interjú során elhangzott elbeszélést szekvenciákra bontottam, amelyek egymástól tartalmilag és szerkezetileg elkülönülő egységek. Ez a lépés lehetőséget ad arra, hogy ne csupán a tartalmat, hanem az elbeszélés módját is értelmezsem. Külön figyelmet fordítottam arra, hogy az elbeszélő milyen eseményeket részletez hosszán, és miket említ csupán futólag. Az is beszédes, ha valamiről nem esik szó. Az elhallgatások gyakran éppolyan jelentőségűek, mint a kimondott szavak.

Ebben a tanulmányban egy párkapcsolati erőszak áldozatává vált nő anonimizált élettörténetének hermeneutikai esetrekonstrukcióját mutatom be. Az elemzés középpontjában megküzdési stratégiáinak alakulása és az egyes élethelyzetekben hozott döntések vizsgálata áll. A vizsgálat célja nem az általánosítás, hanem annak feltárása, hogy az elbeszélő hogyan értelmezi saját múltját, és miként formálták döntéseit a társadalmi normák, elvárások, valamint az általa átélt események. Egyetlen életút mélyreható vizsgálatából ugyan nem vonhatók le általános érvényű következtetések, mégis lehetőséget ad annak feltárására, hogyan formálódnak döntések az egyéni tapasztalatok és a társadalmi elvárások kölcsönhatásában.

4. Ágnes megélt élete

Ágnes 1973-ban születik Szentábrahámon, egy kis székelyföldi faluban, kétgyermekes családba. Nővére másfél évvel idősebb nála. Ágnes mozgásszervi rendellenességgel jön a világra, amit a család kezdetben titokként kezel. Hatéves koráig él a faluban, majd családjával egy közeli városba, Székelykeresztúrra költözik. Itt kezdi meg az általános iskolát. A család életében az apai kontroll és elutasítás megnyilvánulása gyakori, meghatározó élmény. Az apa rendszeresen bántalmazza az idősebbik lányt.

Ágnes kitűnő tanuló, középiskolai tanulmányait Csíkszeredában végzi és kollégiumba költözik. Bár magyar anyanyelvűként lehetősége lenne magyar tagozatra jelentkezni, ő a román tannyelvű osztályba felvételizik. Az 1989-es romániai forradalom után magyar tannyelvű osztályba sorolják át. Az érettségi után pszichológia szakra adja be a jelentkezését, ám nem nyer felvételt. Rövid időre hazaköltözik, majd 19 évesen teherbe esik a nála négy évvel idősebb barátjától. Házasságot kötnek, és megszületik közös gyermekük, Tamás. Mivel az apa nem hajlandó kétkezi munkát vállalni, Ágnes egyedüli kenyérkeresőként kénytelen dolgozni. A férfi erőszakos, a veszekedések közepette tör-zúz a közös otthonban. Két év elteltével Ágnes elválik

a férjétől. Egyedülálló anyaként különböző munkákat vállal, kezdetben eladóként, később titkárnőként helyezkedik el egy helyi folyóirat szerkesztőségében.

Elsajátítja az újságírás alapjait, sajtókollégiumba jár, majd a kilencvenes évek végén diplomát szerez. Egy helyi kulturális lap szerkesztője lesz. Megismerkedik egy szintén erdélyi, szerkesztő-riporterként dolgozó férfival. Kapcsolatuk hosszú távú, ám viharos. Ágnes szerelmes, az értelmiségi férfi nagy hatással van rá. Az eleinte felhőtlennek tűnő kapcsolatban féltékenység és kontroll képében jelennek meg az erőszak első jelei, amely később súlyos fizikai bántalmazásba torkollik.

Ágnes a szakítás után néhány évvel új kapcsolatba kezd. Párja alkoholproblémákkal küzd. Eleinte Ágnes albérletében, majd a férfi saját tulajdonú lakásában élnek együtt. A férfi elszigeteli Ágnes a családjától és barátaitól. Közös vállalkozást folytatnak, amelynek fortélyait Ágnes tanítja meg a párjának. A kapcsolat hamar anyagi kizsákmányoláshoz, valamint súlyos fizikai bántalmazáshoz vezet. Ágnes gyermeke, Tamás is érzékeli az otthoni feszültségeket. Középfokú tanulmányai miatt Budapestre költözik és kollégista lesz. Ágnes támogatja döntését, mert azt szeretné, hogy a gyermek távol legyen az erőszakos otthontól.

2007 körül Ágnes apjának vállalkozása csődbe megy, ennek következtében a szülők elveszítik otthonukat. Ágnes ekkor párhuzamosan három állást is vállal, hogy családját pénzügyileg támogatni tudja. Ebben az időszakban több alkalommal is próbál kilépni bántalmazó kapcsolatából, de az anyagi nehézségek folyton visszarántják. Munkahelyet vált, főszerkesztő lesz. Körülbelül hét alkalommal költözik el a férfi lakásából, mielőtt véglegesen elhagyja. A döntésre édesanyja daganatos megbetegedése ösztönzi, amely 2012 környékén derül ki. Ágnes a szüleihez költözik, hogy anyját ápolhassa. Volt párjával a kapcsolatot ez idő alatt nem szakítja meg véglegesen, mert munkájuk összeköti őket.

Ágnes édesanyjának egészségi állapota gyorsan romlik, pár hónap elteltével meghal. Ágnes Székelyudvarhelyre költözik, ahol megismeri jelenlegi párját. 2022-ben Ágnes édesapja agyvérzést kap, ápolását ő vállalja. Öt hónapig gondozza egyedül, majd a férfi idősek otthonába kerül. Az interjú időpontjában Ágnes kettesben él párjával, munkája mellett egy roma közösségben önkénteskedik.

5. Ágnes elbeszéli élete

5.1. Az életút önálló narrációja

Az interjúer kérését követően Ágnes nem kezd bele rögtön élettörténetének kifejtésébe. Elbeszélése megtorpanással indul: „Hát, ez nem is olyan egyszerű”. A bizonytalanságot sugalló nyitómondat talán csak időnyerés, de utalhat arra is, hogy egyes élmények elbeszélése nehézséget okoz. Talán mert ezek még mindig fájdalmasak számára, vagy esetleg elbeszélhetőségük problémás. A nyitás tehát nem egyszerű eseménysor felidézése, hanem egyfajta mérlegelés: mit lehet, mit érdemes elmondani? Ugyanakkor ezek a kérdések nem feltétlenül az alany belső világát tükrözik. Az

interjú helyzet sajátossága, hogy sok résztvevő érez egyfajta megfelelést az őt kérdező személy irányába. Az alany motiválttá válik arra, hogy segítse a kutató munkáját. Így az elmondottak nem csupán a saját szándékot, hanem a kutatóhoz való viszonyt is közvetítik. Végül a kezdeti bizonytalanság tovaszáll, és Ágnes történetének elbeszélését a születéséhez kapcsolódó „családi legenda” felelevenítésével kezdi.

„Az én születésemmel kapcsolatosan a családban egy legenda terjengett, hogy édesapám háromszor sírt, amikor én megszülettem, egyszer, amikor megtudta, hogy lány vagyok és nem fiú. Egyszer, amikor meglátta, hogy ilyen csúnya vagyok, és egyszer, amikor kiderült, hogy én banka vagyok, ezt így mondják nálunk, hogy mozgássérült, merthogy bokaficammal születtem.”

Az elbeszélésből a gyermek érkezését háromszoros csalódásként értékelt apai attitűd rajzolódik ki. Ágnes neme, külleme és egészségi állapota mind nem kívánt jellemzőként jelennek meg. A „legendaként” említett történet arra utal, hogy ezt a családban gyakran elmesélhették. Milyen nyomot hagyhatott ez benne? Szégyenként, elutasításként élhette meg? Ágnes a narratívaalkotás közepette nem tesz kísérletet az apai reakció megértésére vagy árnyalására. A testi rendellenességet – amelyet a család bokaficamként, „bankaságként” emleget – nem orvosi részletességgel írja le, hanem a róla való beszédmódra koncentrálni: *„Banka vagyok, ezt így mondják nálunk, hogy mozgássérült”*. A pontos diagnózis helyett a nyelvhasználatot fejtegeti.

„El kellett engem otthon rejtetni, hogy ne lássa senki ezt. Ez a másik nagyon kedves családi történet, hogy édesanyám viszont elloptott és úgy vitt be engem [...] a nagy kórházba.” A hangsúly nem a tüneten, hanem a hozzá való viszonyon van: a rendellenességhez a család szégyen, titkolózás és elutasítás formájában kapcsolódik. Az elbeszélésből az édesanya kettős szerepe rajzolódik ki. Egyfelől része annak a közegnek, amely titokként kezeli a gyermek állapotát, ugyanakkor csendes ellenállással mégis cselekszik. Az „ellopás” szó használata olyan helyzetet sejtet, mintha az anya maga is szűk mozgástérrel rendelkezne, ahol a cselekvés lehetőségei korlátozottak.

Az elbeszélés nem lineáris: a gyermekkori emlékek után Ágnes hirtelen átvált a középiskolai évekre, amelyekről szüksézávan nyilatkozik. Az intézményt „elit-gimnáziumként” emlegeti, ami valamiféle státuszképzésről, identitásmeghatározó jelentésről árulkodik. A tanulmányokról, kapcsolatokról, tanárokról, élményekről nem esik szó; az „elit” státusz mintha önmagában elég lenne a jelentésképzéshez. A címke egyszerre utalhat büszkeségre és feszültségre: egy hely, ahová bejutni eredmény, ám komoly követelmények teljesítésével is jár. Román tannyelvű osztályba jelentkezik, holott lehetősége lett volna magyarul tanulni. A döntés indoklása bizonytalan és ellentmondásos: *„Román osztályban, mert nem volt magyar osztály, pontosabban volt kettő, csak nekem nem volt bátorságom felvételizni.”*

Először azt állítja, nem volt magyar osztály, majd azonnal pontosít: volt, csak ő nem mert felvételizni. Első reakcióként mintha a döntés felelősségét a körülményekre

hárítaná, majd elismeri, hogy a korlát belülről fakadt. Nem tudjuk meg, mitől tartott. Az önreflexió nem teljes. A történet gyorsan a gimnáziumi éveket követő időszakra ugrik: *„felvételiztem pszichológia szakra, nyilván nem sikerült a felvételem és hazakerültem, ami egy jó nagy kudarc volt, hogy a család reménysége a nagy gimnáziumból hazakerül”.*

Az elbeszélésben a nyilván szó használata árulkodó. Utólag mintha teljesen természetesnek tartaná, hogy nem sikerült a felvételi. Úgy tűnik, az elutasítás az identitást is megingató élmény. A *„család reménysége”* kifejezés különösen beszédes. Ez a megnevezés nemcsak elismerés, hanem teher is. Azt sugallja, hogy Ágnes nem kizárólag a saját céljaiért küzdött, hanem a család társadalmi mobilitás iránti vágyát is ő testesítette meg. Ezt a kudarként megélt eseményt sorsfordítóként értelmezhetjük. Élete ezt követően új szakaszba lép a családhoz való visszaköltözéssel. A visszatérés utáni időszokról keveset árul el, hirtelen egy kapcsolat kezdetéhez ugrik:

„Akkor ismertem meg a férjem, akitől nagyon gyorsan terhes is lettem, és 19 évesen megszületett a fiam. Akkor viszont az volt az én családomban, hogy nem muszáj összeházasodni azért, mert terhes vagy, nem kötelező. Én ennek ellenére úgy éreztem, hogy próbáljuk meg, tudtam ugyan valahol, hogy nem fog menni, de próbáljuk meg.”

A bevezetés egyszerű és tömör. Sem a megismerkedés körülményei, sem az érzelmi viszony nem kerül szóba. Az elbeszélésből eltűnik a kapcsolat előtörténete. A hangsúly az időzítésen van: a gyors teherbeesés vajon sietséget, tervezetlenséget vagy a kontroll hiányát jelenti? Ágnes szerint családja nem sürgette a házasságot, ami a korabeli normák fényében figyelemre méltó. Ő azonban, ennek ellenére dönt a házasság mellett. A megfogalmazásból nem külső kényszer, hanem inkább belső késztetés vagy erkölcsi meggyőződés rajzolódik ki. Ugyanakkor kiderül, hogy már a döntés pillanatában is jelen volt a kétely. Vajon miért vállalja a házasságot, ha úgy érzi, nem lesz jó? Miközben saját családja hozzáállását részletezi, a férj családjának szerepe, véleménye és esetleges nyomásgyakorlása teljesen kimarad az elbeszélésből. Nem tudjuk meg, hogy a másik oldalról érzett-e elvárást, ösztönzést vagy akár kényszert a házasságkötésre. Vajon azért marad ki, mert nem volt ilyen szerepük? Vagy mert az elbeszélés fókusza nem az ő szempontjukat kívánja megidézni? A történet a házasságot előre sejtethető, mégis vállalt kudarként mutatja be: egy próbálkozásként, amelynek motivációi nem tudatosak, se nem kimondottak. A közös élet bemutatásával folytatja, amelyet a férj gyakori dühkitörései jellemeznek: *„összetörte a házat, a lakást, amikor, ha sós volt az étel, nem volt becsukva az ajtó, azért. Ha nem volt kinyitva, azért.”*

Ezekről a helyzetekről szűkszavúan, távolságtartóan beszél, elbeszélésmódja érzelmileg visszafogott. A férfi agresszióját irracionális, hétköznapi apróságok váltják ki. Ágnes ebben az időszakban is valamilyen kontrollt igyekszik tartani – nem a férfi viselkedése felett, hanem saját döntéseiben. Azt mondja: *„nagyon érdekes, mert 22 évesen azt tudtam mondani, hogy egész addig fogom ezt viselni, vagy eltűnni, amíg a fiam ebből nem észlel semmit”.*

Ez az önmaga számára kijelölt határ, a gyermek védelmére tett fogadalom egyfajta belső erőforrásként jelenik meg. Még ha az is válik később világossá számára, hogy a gyerek sokkal többet észlel, mint gondolta, a döntés megszületik: két és fél év után elválík. Erre az időszakra nem csak visszaemlékszik, át is értékeli a történeteket. Magával szemben önkritikus, de nem önostorozó: *„Az a kicsi buta lány, aki voltam, azt gondolta, hogy ha nem látja, akkor nem észlel semmit, hát pedig észlelt.”*

A válást követő időszak az interjúban pozitívan tűnik fel. Ágnes így emlékszik vissza: *„És akkor évekig ketten éltünk. Én azt gondolom, hogy életem egyik legszebb időszaka az volt, amit ketten voltunk csak.”* A megfogalmazás az anya-gyermek kapcsolat meghittségét, intimitását hangsúlyozza. A *„ketten voltunk csak”* tagmondat elsősorban azt fejezi ki, hogy egyfajta nyugalom és kiszámíthatóság követi a feszült házasságot. Bár az anyagi nehézségek továbbra is jelen vannak, az elbeszélés ezen pontján háttérbe szorulnak: Ágnes a „nagyon nehéz körülmények” között eladóként vállal munkát. A következő fordulóponthoz egy karrierváltás: a sors által kínált lehetőségként tekint a helyi folyóiratnál kapott munkára. A *„ha ezt a sors így élém hozta”* megfogalmazás nem aktív döntést, hanem kívülről jövő, próbatételként felfogott fordulatot sugall. Belső motivációiról nem esik szó, így nem tudható, hogy érdeklődés, öröm vagy inkább kényszer állt-e a váltás hátterében.

Később világossá válik, hogy Ágnes valódi érdeklődést kezd mutatni a média iránt. Az idő előrehaladtával tanulni kezd, sajtóképzésbe jár, majd diplomát szerez. Úgy fest, a kezdetben bizonytalan vagy szükségszerű belépést fokozatosan felváltja egy elkötelezett előrehaladás. Ez arra utal, hogy az új munkahely identitás-teremtő erővel bír. A szakmai tér nemcsak fejlődési lehetőséget hoz Ágnes életébe, hanem új kapcsolatokat is. Így ismerkedik meg egy férfival, aki azonos szakmai közegekből érkezik. A kapcsolat kezdetét pozitív elvárásokkal és reményekkel keretezi. A férfi műveltsége és kulturális érdeklődése vonzónak tűnik: *„olvasott, művelt, színházba járó, egy ilyen férfi, hát erre vágytam, és talán Tamásnak is jó apja lesz”.*

Ez a kijelentés több szinten is árulkodó. Egyrészt megmutatja, hogy Ágnes nemcsak önmagának keres társat, hanem egy lehetséges apafigurát is gyermekének. Másrészt már az első mondatban megjelenik a feltételes mód: „talán”. Mintha a reménybe már eleve beleíródna a bizonytalanság is. Az elbeszélés eme pontján válik világossá, hogy a második kapcsolatban korán megjelennek a kontrolláló és bántalmazó jegyek. A fizikai erőszakot azonban nem elszigetelten említi: egy összehasonlítás során utal rá, hogy a házasságában is előfordult ilyen. A visszatekintő összevetés így hangzik: *„a férjem esetleg csak felpofozott, de a [...] riportertől nagyon durván, nagyon megkaptam”.*

A megfogalmazás több szempontból is figyelemre méltó. Egyrészt: ez az első alkalom, hogy Ágnes nyíltan beszél a házasságában történt fizikai bántalmazásról – ezt korábban nem részletezte, nem tematizálta. Az információ csak a második kapcsolat súlyosságának érzékeltetésekor, egy összehasonlító szerkezet részeként válik kimondottá. Olyan benyomást kelt, hogy csak eme különösen súlyos tapasztalatok tükrében

lenne képes visszatekinteni a házasságában átélt erőszakra. Az újabb eset mintha értelmezési keretet biztosítana ahhoz, hogy a korábbi eseményeket is bántalmazásként ismerje fel – még ha nem is önálló történetként beszél róluk. Vajon ez korábban azért nem hangzott el, mert a házasságban történeteket nem tekintette „elég súlyosnak” ahhoz, hogy bántalmazásnak nevezze? A „megkaptam” szóhasználat a bántalmazás passzív elszenvadását hangsúlyozza, amely révén tehetetlen alanyként jelenik meg. A kifejezés nyelvi formája visszaautar arra a kiszolgáltatott helyzetre, amelyben az események idején volt. A következő megszólalás tovább árnyalja ezt a pozíciót: *„nagyon sok szenvedés után, merthogy rengeteget szenvedtem ettől az embertől. Azt hittem, hogy nagyon szerelmes vagyok, azt hiszem. Aztán sikerült megszabadulni.”*

A kapcsolat időtartamát nem jelöli meg, a lezárásról sem esik szó részletesen, ami azt is jelentheti, hogy az események feldolgozása még nem teljes. Az *„aztán sikerült megszabadulni”* mondat tömörsége szembetűnő. Mintha a lezárás is egyetlen mozdulattá zsugorodna össze, amely mögött nem látható sem a döntés folyamata, sem annak körülményei. Vajon hogyan történt a kilépés ebből a kapcsolatból? Kapott-e segítséget, támogatta-e valaki, vagy egyedül kellett cselekednie? Az, hogy ezekre nem tér ki, nem feltétlenül az emlékezet hiánya, inkább a megoszthatóság határára utalhat. A *„megszabadulni”* szó mindenesetre beszédes: nemcsak kilépés, hanem menekülés, felszabadulás, sőt akár testi-lelki túlélés is lehet a jelentéstartománya. Ugyanakkor a *„sikerült”* ige használata mintha véletlenszerűséget, külső tényezőkön múló szerencsét is sejtetne. Nem azt halljuk, hogy *„meghoztam a döntést”*, hanem hogy *„sikerült”*. Ez újra a cselekvés és az elszenvadás határára helyezi az elbeszélőt. Az egész szakaszt egyfajta kettősség jellemzi: egyrészt érezhető, hogy a kapcsolat mély nyomokat hagyott benne, másrészt az elbeszélésben nem jelenik meg ezek részletes feltárása. Az elválast követő időszakról Ágnes nem beszél hosszán. Új párkapcsolatáig eltelő időszakot egyetlen mondattal zárja le: *„És akkor megint magunkra voltunk Tamással, és nem történt semmi különös.”*

Vajon valóban eseménytelen volt ez az időszak, vagy csak az elbeszélés keretein kívüli események történtek? Az újrakezdés és az anyaság új tapasztalatai nem kerülnek szóba, mintha a hangsúly máris a következő kapcsolatra tolná. Ennek oka lehet maga az interjú is, hiszen az átélt párkapcsolati konfliktusok miatt beszélgettünk. Az új kapcsolat kezdetét Ágnes nem helyezi el sem időben, sem térben, és azt sem tudjuk meg, milyen élethelyzetben volt, amikor megismerkedett a férfival. Az elbeszélés nem a megismerkedéssel indul, hanem a kapcsolat értelmezésével, pontosabban annak értelmezhetetlenségével. Ágnes azonnal visszatekintő pozícióból szólal meg, és egy ambivalens, szégyennel kísért döntésről beszél. A férfiről nem pozitív tulajdonságokat sorol, hanem azok hiányát: *„se intelligens, se okos, se értelmes, se jó dumája, se szép”*.

Ez nem pusztán a másik fél jellemzését szolgálja, hanem saját megdöbbenését is tükrözi: *„elmondani is szégyellem, mert így ma visszanézek, és szégyellem”*. Az elbeszélés ezzel nem a kapcsolat történetét, hanem a választás abszurditását tematizálja, a hogyan és miért kérdéseivel indít. A megismerkedés hiányzó elhelyezése mintha

azt is jelezné, hogy számára ez a kapcsolat nem illeszkedik az életút lineáris narratívájába, inkább zavaró epizódként jelenik meg, amelyhez máig nem talál megnyugtató értelmezési keretet. A főnarratívában ekkor jelennek meg először a barátai. Ők nem passzív megfigyelői az eseményeknek, hanem aktívan próbálják befolyásolni a történet alakulását, kérdésekkel, kétkedéssel, figyelmeztetésekkel. Ágnes mégis elbizonytalanodva mesél erről: *„Mondták a barátaim, hogy te nem látsz? Nem veszed észre? Én meg nem tudom.”*

Látszólag utólag sem talál magyarázatot arra, hogyan kerülhetett ebbe a helyzetbe. A férfi mindennapos alkoholfogyasztását már a kapcsolat elején érzékeli. A történet fókuszában mégsem ez áll. A barátok figyelmeztetései sem kizárólag a káros szenvedélyre és annak következményeire vonatkoznak: úgy tűnik, más, meg nem nevezett tényezők is nyugtalanították a környezetét. A kapcsolat egyik fontos fordulópontja a költözés. Ágnes úgy fogalmaz: *„És én nem ébredtem fel, hanem nagyon lassan és nagyon tudatosan becsavart”,* hogy átköltözzenek az ő lakásába: egy olyan lépés, amelyet a barátok is helytelenítettek. A *„nem ébredtem fel”* kifejezés erőteljes metafora: mintha egyfajta álomszerű – vagy inkább kábult, homályos – állapotban lett volna, amelyből csak utólag, az események távlatából tekintve válik láthatóvá a folyamat problémás jellege. A *„felébredés”* hiánya az önreflexió időbeli késlekedésére utal: akkor még nem tudta, mi történik, csak most, visszanézve érti. A *„becsavart”* szóhasználat szintén sokatmondó: a költözést kívülről érkező, fokozatos manipuláció eredményeként láttatja. Mondata továbbá időbeli elnyújtottságot és szándékoságot is sugall; nem meggyőződésről van szó, hanem egy olyan folyamatról, amelyben fokozatosan veszítette el autonómiáját. Ez az elbeszélésmód egyszerre mutatja a külső befolyás erejét és a belső bizonytalanságot.

„Mindenki mondta, hogy de az ő házába költözöl, onnantól nem fogsz tudni eljönni soha. Á, nem, ugyan meg meg fog változni, meg milyen jól én majd azt az embert fogom belőle kihozni, aki ott van benne, csak egy nap. Csakhogy a nehéz élete, meg stb. stb. nem tudott kibújni belőle.”

Egyértelműen jelzi, hogy a környezetéből többen is figyelmeztették. A kétségeket azonban elhárította, elbeszélésében a saját meggyőződésébe vetett hitet fejezi ki. Miért hitt ennyire a férfi változásában? Lehet, hogy nem is a férfiban, hanem saját áldozatkészségében, gondoskodó szerepében bízott? Narratívájában erőteljes megmentői pozíciót jelez. Nemcsak egy kapcsolatra, hanem egy ember megmentésére vállalkozott. Vajon ez ismerős volt számára más élethelyzetekből is? Felmerülhet az is, vajon az ismerősök tanácsai azért hatástalanok, mert korábban sem számított mások védelmére? A költözés után a kapcsolat dinamikája fokozatosan változik. Ágnes így mesél: *„szép lassan, ahogy ez meg van írva nagy könyvben, a barátaimat elmarta tőlem, senki hozzám nem járt”.*

A megfogalmazás arra utal, hogy ma már felismeri annak a folyamatnak a jelentőségét, amelyet akkor még nem látott át. A „*szép lassan*” kifejezéssel egy fokozatos, nehezen észlelhető elszigetelődést ír le, amely nem spontán eltávolodás, hanem a partner tudatos beavatkozásának eredménye. A férfi lépésről lépésre szünteti meg Ágnes körül a támogató kapcsolatok jelenlétét – ez a kontrollgyakorlás tipikus formája bántalmazó kapcsolatokban. A szociális háló szétzilálása nemcsak a segítségkérést akadályozza, hanem az áldozat valóságérzékelését is torzíthatja. Az elbeszélés visszafogott hangvétele azt sugallja, hogy Ágnes még most is szeretné megérteni, hogyan történhetett ez meg vele. A kapcsolat dinamikája fokozatosan változik. Az első, fizikai agresszióra utaló jel még „csak” egy tárgy elhajítása: „*az első jele megvolt, amikor így egy kisebb vita során az üveget a falhoz vágta*”.

Nem fejt ki, miről szólt a vita, milyen volt az érzelmi állapota, vagy hogyan reagált az eseményre. Az elhallgatásnak több oka is lehet: talán nem maradtak meg az emlékek, talán a jelentősége akkoriban nem tűnt kirívónak, vagy még most is nehézséget jelent szembenézni vele. Egyre mélyebben vonódik be nemcsak érzelmileg, hanem szakmailag és anyagilag is a kapcsolatba. Az elbeszélés szerint a férfi fokozatosan bekapcsolódik abba a munkába, amely Ágnes saját területe: szerkesztési, írói feladatokat vállal, majd közös projekteken dolgoznak, ahol a felelősség fokozatosan megoszlik, a kontroll azonban mintha egyre inkább a férfi kezébe kerülne. „*Az én nevemre a hitelt, akkor eladtam az autót, ő intézte a papírokat az új beíratásánál, bejött az ő nevére.*”

A közös munkavégzés és a közös anyagi elköteleződés gazdasági függőségi helyzetet teremt, amely Ágnes mozgásterét jelentősen korlátozza. Bár a tevékenység formálisan közös, a pénzügyi kockázatokat ő viseli, míg a férfi egyre több gyakorlati döntést sajátít ki, ez pedig fokozatosan aláássa Ágnes autonómiáját. Az erőszak fizikai formája egyre durvább, de az elbeszélés továbbra is sűrített, tárgyilagos: „*úgy ütt, hogy rálépett a lábamra, hogy ne tudjak arrébb lépni. És akkor így ököllel.*”

A részletek hátborzongatóak, az elbeszélés azonban nem dramatizál. Nincsenek hangsúlyos érzelmi kommentárok, mintha Ágnes pusztán rögzítené, mi történt. Nem mesél arról, milyen sérüléseket szenvedett, mit érzett, hogyan reagált. A szűkszavúság oka vajon a trauma feldolgozatlanságában rejlik? Azt, hogy a tapasztalat milyen mély nyomot hagyott benne, egy későbbi megjegyzés jelzi: „*még ma is felébredek és beleborzongok*”.

Ez már nemcsak a múltbeli eseményről szól, hanem egy jelenben is visszatérő testi-lelki következményre utal: az élmény nem múlik el nyomtalanul, nem zárul le a kapcsolat megszakításával. A traumatikus tapasztalatok Tamásban is tovább élnek. Egy ponton felidézi: „*Évekkel később a fiam mondta el, hogy ő évekig úgy aludt ott, hogy a párnája alatt ott volt egy nagy kés, hogy éjjel átjön és megszúrja.*”

Ez a mondat nemcsak a gyermek félelmének mélységét tárja fel, de azt is, mennyire magára volt utalva – ahogyan Ágnes is. A történet középpontjában ekkor már nem az anya, hanem a gyerek áll: az ő félelme, az ő stratégiája a túlélésre. A párna alá rejtett kés nem kizárólag a fenyegetettségre adott válasz, a tehetetlenség szimbóluma is. A

„készenlét” nem csupán fizikai, hanem pszichés szinten is jelen van: éjszakai éberség, a biztonság teljes hiánya. Az, hogy Ágnes minderről csak évekké később szerez tudomást, arra utal, hogy a félelemről való beszéd hosszú ideig lehetetlen volt. A hallgatás és a túléléshez szükséges alkalmazkodás mintázata tovább öröklődhetett.

Ebben az időszakban egy másik, Ágnes családját érintő válság is kibontakozik. Apja cége csődbe megy, ennek következtében a szülők lakhatása ellehetetlenül. Ágnes így fogalmaz:

„Így nem tudtam így az egészet, hogy mindenki tőlem várta a megoldást. Igazából, hogy most akkor mi történik. [...] Ez egy borzalmas időszak volt. Így az a kilátástalanság, hogy hová fognak költözni a szüleim, dolgoztam, három munkahelyem volt, hogy valamiből megéljünk. Folyamatosan cirkusz volt.”

Az elbeszélésben ezen a ponton különösen erősen jelenik meg a túlterheltség. Szavai azt sejtetik, hogy a felelősség egyoldalúan őrá hárult. A hangja nem vádló, inkább tanácsstalanságot tükröz. Nem beszél arról, kérte-e valaha mások segítségét, vagy hogy a családtagok milyen szerepet vállaltak ebben az időszakban. Talán nem is számított arra, hogy más is segíthetne. Vajon hogyan lett ő – a fiatalabb testvér – a család problémamegoldója? Következő lépésként fiát Budapestre küldi, amit védelmező gesztusként értelmez: *„ha ott van, nem látja, hogy engem ütnek, nem látja, hogy mi történik az imádott nagypapjával...”*

A döntés ismertetését annak a felsorolása kíséri, amitől az anya gyermekét akarja megóvni. A *„nem látja”* ismétlése grammatikailag is hangsúlyossá teszi a szándékot – a láthatóság, a szemtanúság elkerülése válik kulcsfontosságúvá. A cél: távol tartani Tamást a bántalmazás, az összeomlás és a kilátástalanság képétől. Ugyanakkor a döntés nem kifejezetten nagy választásként vagy tudatos lépésként kerül elbeszélésre, annak ugyanis nincs deklarált kezdete, zárása, sem körülírt dilemmája.

A történet új fordulóponthoz érkezik, amikor Ágnes elmeséli, hogy elkezdett olvasni a bántalmazás témájáról, saját megfogalmazása szerint: *„nagyon-nagyon fontos, hogy akkor kezdtem el olvasni a Nane oldalán mindenféle szakirodalmat”*. Ez az első pont az elbeszélésben, ahol külső forrás segít nevet adni annak, ami vele történik. A felismerés nem hirtelen, hanem fokozatos, mégis sorsfordító. Ahogy ő fogalmaz: *„ittam a szavakat, hogy Jézusom, tényleg ez igaz, és nem én vagyok ilyen nagyon furcsa”*.

A „furcsaság” említése azt sugallja, hogy a korábbiakban saját magában kereste a hibát, és a felismerés, hogy tapasztalatai nem egyediek, kulcsfontosságú az elmozdulás szempontjából. Ezt azonban nem követi azonnali szabadulás. Költözések sorozata kezdődik, legalább hat-hét alkalommal elköltözik, ám egyik sem végleges. Újra és újra visszatér, nem feltétlenül érzelmi kötődésből, hanem mert nincs hova mennie. Az egzisztenciális kiszolgáltatottság újra és újra visszarántja. Nincs saját lakása, szülei támogatásához hitelt vesz fel, a munkához szükséges eszközök a férfi tulajdonában vannak, a szakmai kapcsolatok is közösek.

Bár korábban úgy tűnt, Ágnes mögött nincs stabil védőháló, egy rövid megjegyzés arról árulkodik, hogy a szülőkkel való kapcsolata menedékként szolgálhatott. Azt mondja, a hitelből vett „*egy falusi házat, ahová leköltöztek édesanyámék. Oda is leköltöztem legalább kétszer.*” Azonban az elbeszélésben itt sem a támogatás részletei, sem a közös együttélés körülményei nem kerülnek elő. Nem sokkal ezután súlyos kijelentést tesz: „*ha nem jöttem volna el, akkor biztos, hogy megöl. Nem kérdés, ez biztos, hogy megölt volna.*” Ez az első pont, amikor az elbeszélésben a halál konkrét lehetőségként jelenik meg. A végső elköltözés története ennek ellenére nem kap drámai hangsúlyt. Ágnes úgy beszél róla, mint valamiről, ami végre megtörténik – nem hősies kilépésként, hanem egy halaszthatatlan döntésként. A háttérben nemcsak a saját felismerése áll, hanem az édesanyja betegsége is, aki ekkor már kezelés alatt áll és állandó gondozásra szorul. Ezt mondja: „*Tudtam, hogy 24 órából 24 órát ott kell lennem mellette. És így tudtam elköltözni.*”

A beteg anyja ebben a kontextusban nem teher, inkább segítőként jelenik meg: egy olyan külső körülményként, amely végül lehetővé teszi a leválást. Az, hogy a kilépés épp egy újabb gondoskodói helyzeten keresztül válik lehetségessé, különösen érdekes Ágnes életútjának tükrében. Korábban a bántalmazó kapcsolatban is hasonló szerepben volt jelen: anyagi és szakmai támogatást nyújtott, munkát adott a férfinak, próbálta „*kihozni belőle azt az embert, aki ott van benne.*” Ez a szerep vajon már olyannyira identitása részévé vált, hogy a szakítás egyben személyiségének törését is jelentette volna? Most viszont ugyanebből a mintázatból kiindulva egy másik irányt vesz: a gondoskodás immár nem korlátozza, hanem mozgósítja. A változás tehát nem a gondozói szerep elhagyása, hanem annak átkeretezése.

Édesanyja halála egy fontos határvonal Ágnes életében. Bár a gyászról nem beszél hosszan, világos, hogy ez egy jelentős fordulópont. Székelyudvarhelyre költözik, ahol főszerkesztőként dolgozik. Ez nemcsak földrajzi, hanem egzisztenciális elmozdulást is kifejez: olyan munkát végezhet, amely nem másvalakihez kapcsolódik, nem függ egy bántalmazó társ eszközeitől vagy szeszélyeitől. A váltás stabilitást hoz az életébe, és lehetőséget kínál arra, hogy újra önálló döntéshozóként jelenjen meg saját történetében. Itt, ebben az új élettérben ismeri meg jelenlegi párját is. Ahogy a kapcsolatról beszél, az hosszú évtizedek sodródása után megérkezésről tanúskodik.

A főnarratíva egy olyan szakaszban zárul, amelyben Ágnes az életében jelen lévő stabilitást fogalmazza meg. A sporttal való találkozás, egy helyi, marginalizált közösség segítése és fia életének gondtalan alakulása egyaránt hozzájárulnak ahhoz az általa megfogalmazott érzéshez, hogy „*minden a helyén van.*” Habár több párkapcsolatban, egymást követő életszakaszokban szenvedett el bántalmazást, főnarratívája mégsem ezek részletezése köré szerveződik. Nem pusztán elmeséli a történeteket, hanem értelmezi is azokat – néha határozott állításokkal, máskor bizonytalan megfogalmazásokkal, amelyek a még mindig zajló belső munkára utalnak. A főnarratíva zárása után az interjú új szakaszba lép: a kutatói visszakerdezések korábban kimaradt vagy elhallgatott részleteket hoznak felszínre.

5.2. Reflexív szakasz

Az első, reflexív kérdésre adott válaszból derül ki, hogy Ágnes nem egyedüli gyermek. Az interjú eme szakaszának első témái között jelenik meg a gyermekkor, azon belül is a születési rendellenessége körüli események, az ezzel járó szegénység és elrejtés élménye, valamint nővéréhez fűződő viszonya. A visszaemlékezés szerint őt – begipszelt lába és állandó sírása miatt – anyja gyakran ölben tartotta, míg testvérében ez feltékenységet ébreszthetett. Ágnes értelmezésében ez a testvérkapcsolatban máig jelen lévő feszültség egyik korai forrásának tekinthető. A testvér reflexív szakaszban történő előkerülése és a bevezetés módja – *„ja, elfelejtettem mondani, hogy van nekem egy nővérem”* – is utal a kapcsolat ambivalens természetére.

A családi viszonyok részletezése során az apa figurája válik meghatározóvá. Jelenléte nyomasztó, viselkedését a visszaemlékezés szerint a folyamatos kontroll és irányítás jellemzi. Ágnes az anyával való kapcsolatáról így számol be: *„ha nem fésüli újra meg a haját, akkor nem mehet ki az ajtón. Például nem ütötte meg. Pontosabban egyszer láttam, hogy megütötte. De hogy így folyamatosan ez így ment, és hogy mit vesz fel, folyamatosan.”*

Az apa hatalomgyakorlása a felesége, majd gyermekei megjelenésére is kiterjedt. A külső – különösen a nőiesség egyik szimbólumaként számontartott hosszú haj – az apának fontos kontrollpont. A hosszú haj viselésének kötelezettsége nemcsak az anyára, hanem a lányokra is vonatkozik. Az, hogy Ágnes a kollégiumba kerülve azonnal levágatja a haját, erős gesztusként értelmezhető: egy szimbolikus elszakadás jele a szigorú szabályoktól és apai elvárásoktól. Az elbeszélésből kiderül, hogy apjuk gyakran bántalmazta az idősebb lányát. Saját szerepét ezekben a helyzetekben határozottan védelmezőként jeleníti meg: *„a nővéremet rengeteget verte. És én őt megvédtem mindig, merthogy ő egy ilyen nagyon pasizós volt [...] én mindig közjük álltam. És így most nagy kérdés, hogy anyu miért nem állt közénk.”*

Az elmondottakból úgy tűnik, a nővér viselkedését – melyet „pasizós” jelzővel illet – Ágnes maga is a bántalmazás lehetséges magyarázataként említi. Ez egyfajta értelmezési próbálkozás is lehet. Vajon az apa agressziója a nemi szerepekkel szembeni elvárások – például a szüziesség ideája – megszegésére adott válasz volt? Több utalás is arra enged következtetni, hogy az elbeszélő szintén ezen gondolkodik és az apai agresszió mintázatát igyekszik értelmezni. Bár Ágnes visszaemlékezése szerint őt is megverte az apja – egyetlen alkalommal –, a testvérét rendszeresen bántalmazta. *„Édesapám egyszer vert meg, mert kérdezte, hogy mondasz ellent. Mondasz ellent, mondtam, hogy igen. Igen, puff, és akkor ezt így csinálta egy ideig, és mondta, hogy hát lehet, hogy agyonüthetlek, és úgyis azt fogod mondani, hogy igen.”* Az elbeszélésben itt a bántalmazás nem dramatizált: a „puff” szikár tényközlés. Ágnes nem tér ki a fájdalomra, sem a félelemre. Mégis megjelenik az ellenállás: a verés nem töri meg, továbbra is ellentmond. Ez felfogható határkijelölésként, önérvényesítési kísérletként. A testvérek közötti különbség mintha értelmezési munkát indítana el benne: miért a nővér vált az erőszak visszatérő célpontjává? A viszonylagos kívülrőlállás és a

tanúpozíció egyaránt magyarázhatja, hogy összefüggéseket keres az apa viselkedése és a nővér magatartása között. Ekkor nem kizárólag az erőszak, hanem az arra adott családi reakciók – vagy azok hiánya – is kérdéssé válnak számára. Ágnes elárulja, hogy máig foglalkoztatja, vajon az édesanyja miért nem állt ki mellettük. A mondatból nemcsak a felnőttkori reflexió érződik, de egy régi hiány megfogalmazása is: védelemre volt szükségük, amely az anyától nem érkezett, ezért Ágnes igyekezett a helyébe lépni. Ágnes számára a védtelenség élménye nem újdonság: *„a suliban bántottak nagyon sokat. De nem megverték [...] folyamatosan zaklattak. Én folyamatosan féltem az általános iskolában”*

Ez az időszak korábban nem jelent meg a főnarratívában, amit épp a bántalmazás emléke hív elő, mintha ez határozná meg leginkább az akkori élményeit. A részlet tartós szorongásról árulkodik: a félelem Ágnes számára mindennapos tapasztalat volt. Ez az alapélmény összhangban állhat a családon belüli tapasztalatokkal, és formálhatta önképét, biztonságérzetét. Otthon nem merte elmondani, talán mert úgy érezte, úgysem segítenének. A csend vajon egy tanult alkalmazkodási stratégia? Elmondása szerint a pedagógusoktól sem kapott támogatást. A félelem élménye összefonódik a magára hagyottság tapasztalatával. A tanárok hallgatása azt jelezhet, hogy a zaklatás „megszokott”, beavatkozást nem igénylő dolog. Ágnes így olyan közegben szocializálódott, ahol a felnőttek nem jelentettek védelmet. Ez azt az üzenetet közvetíthette számára, hogy az ilyen élményekről nem szokás – és talán nem is érdemes – beszélni, csak túl kell élni őket.

Házasságára rátérve elárulja, hogy már a kapcsolat kezdetétől komoly egyenlőtlenségek jellemezték a mindennapokat. Leírását a munkamegosztás felborulása, a felelősség egyenlőtlen megoszlása jellemzi. A férj nem hajlandó dolgozni, amelynek magyarázatára – az elbeszélését megszakítva – Ágnes tesz kísérletet: *„Ő is lehetett dühös arra, hogy az élete és a nagy álmai, mert ő [...] akkor volt első éves, és hazajött. Tehát úgy érezhette, hogy a nagy álmai is szét vannak rombolva.”* A házasság idején Ágnes áll munkába. A gyermek mellé dadát fogad, miközben a férj semmilyen gondozói vagy háztartási szerepet nem vállal. *„Így kezdett tiszta lenni a fejemben, hogy igazából én magamra számíthatok. Másra nem nagyon. Kezdett nagyon nyilvánvaló lenni.”*

Ez a megnyilvánulás egyszerre fejez ki csalódást és az önállóság kényszerű felismerését. Felmerül a kérdés: ebben az élethelyzetben családtagjai miért nem segítettek Ágnest? Az elbeszélés nem tér ki rájuk, ami utalhat a korábbi, ambivalens szülői viszonyokra – talán nem is számított támogatásra. A testvér sem jelenik meg, mintha Ágnes érzelmileg is teljesen egyedül maradt volna. A *„tisztá lett a fejemben”* kijelentés egy tanulási folyamat lezárásaként hat, amelyben a függetlenség inkább kényszer, mint választás volt. Kiderül, hogy a válás után a kapcsolat nem szakad meg teljesen. A férfi apaként újra és újra csalódást okoz. Ígéreteket tesz, amelyeket nem tart be, így nem csak Ágnesnek, a kisfiúnak is fájdalmat okoz: *„Tamás állt az ablakban és sírt. És ott állt egész nap és sírt. És olyan düh volt ilyenkor bennem, hogy az valami borzalmas.”*

Csendesen beszél, mégis erős érzelmi töltet kíséri szavait. Mit idézett fel benne a gyermek sírása? Csak fia fájdalmát, vagy saját gyermekkori várakozásait és beteljesületlen reményeit is? Mit jelenthet a „valami borzalmas” düh? Az apai felelősség hiányát? Vagy egy régről hozott tehetetlenség újraélését? A történetmesélés mély érzelmi azonosulásról árulkodik.

Ezt követően az elbeszélés a főnarratívában is megjelenő, második kapcsolatra ugrik. Ágnes így idézi fel a férfi reakcióját: *„és te miért néztél rá a másik asztalnál a kollegámra? Ismerős volt, szerintem mindenkinek ismerős. Vagy hogy ezekben az ilyen típusú kapcsolatokban mindenkinek ismerős.”* Utal arra, hogy ez a fajta kontroll és gyanakvás nem új élmény számára. Vajon mit jelent az, ha egy ilyen helyzet „ismerős”? Nem riasztó, hanem inkább megszokott? Lehet, hogy épp ezért nem is szentel neki különösebb figyelmet? Felmerül a kérdés: ha egy kapcsolaton belüli fenyegetettség érzése természetesnek hat, nem utal-e ez az erőszak normalizálódására?

Később felidéződnek a főnarratívából kimaradt jelenetek bántalmazó élettársáról. Ágnes beszámol arról, hogyan irányult a férfi agressziója idővel Tamás felé: egy ponton összetörte a fiú iskolai hegedűjét. Ezt fordulópontként említi. A hangszer a jövőt, a tehetséget és a reményt jelképezi, megsemmisítése így a gyermekbe vetett hit megtörését is jelenti. Az események sodrásában szinte mellékesen hangzik el, hogy formális segítséget is kért: ez vezeti át a történetet a következő szakaszba.

„Jaj, hívtam ki a rendőrséget, ezt nem is mondtam. Volt olyan, hogy kihívtam a rendőrséget, és teljesen szét volt a ház. És azt kérdezte a rendőr, hogy elkérte a személyim, hogy hát én nem vagyok ide bejelentve, merthogy ez az ő lakása. És én a szüleim lakásába voltam bejelentve. Én nem vagyok oda bejelentve. Mit keresek ott? És örüljek, hogy nem büntetnek meg, hogy fölöslegesen hívtam a rendőrséget.”

Az *„ezt nem is mondtam”* utólagos ráeszmélésről árulkodik, pedig a történetszál tartalmát tekintve jelentős. A hatósági beavatkozás mégis csak mellékszálként jelenik meg. Ágnes nem részletezi, mi történt pontosan a lakásban, hogyan zajlott a hívás, milyen volt a bántalmazó viselkedése, helyette a rendőrség válaszát idézi fel. Vajon azért, mert az eredménytelen segítségkérés erősebb nyomokat hagyott benne, mint maga a bántalmazás? Ez különösen fontos egy olyan személynél, aki elsősorban önállóan akar megküzdeni a nehézségekkel. A rendőrségi intézkedés hatástalannak bizonyul, sőt, a segítségkérés lehetősége hirtelen büntethetővé válik. Nemcsak nem részesül segítségben, még azt is a fejére olvassák, hogy nincs joga ott lenni, ahol épp él. Az eset következményeiről, utóéletéről Ágnes csak annyit árul el, hogy többé nem kereste a rendőrséget.

Külső segítség hiányában saját erőből birkózna meg a helyzettel: egy időre az alkoholhoz fordul, de – elmondása szerint – időben abbahagyja. Nem tudni, mi hozza a fordulatot: egy belső jelzés, valaki szava vagy egy saját maga által húzott határ. Ezzel párhuzamosan a hit is megjelenik az életében mint mindennapi kapaszkodó:

„mentem minden vasárnap templomba” – mondja. A vallás nem elvként, hanem rituálékban megélt erőforrásként van jelen. Megküzdése ebben az időszakban így az alkohol és a hit között váltakozik.

A következő kérdés a költözésekre irányul. Ekkor először jelenik meg valaki Ágnes történetében, aki saját szavaival is élve, segítőként van jelen. Egy barátnő, aki mindig segít a költözésekben. Ágnes külön kiemeli, hogy támogatója soha nem kérdezett, nem ítélkezett, és akkor sem tett szemrehányást, amikor ő visszatért a bántalmazó kapcsolathoz. Ez a feltétel nélküli jelenlét olyan ritka tapasztalat az életútban, hogy szinte meglepetésként jelenik meg. Felmerül a kérdés: miért nem került szóba a támogató barátnő korábban? Lehetséges, hogy az elbeszélés első szakaszában Ágnes tudattalanul is igyekezett magát önálló küzdőként láttatni, aki a nehézségeken egyedül próbál úrrá lenni?

A költözések nem csupán fizikai helyváltoztatások, hanem minden alkalommal egy újabb kísérlet a függetlenedésre. Eleinte még van mit vinni: „a hűtőt vittem magammal” – a végén már csak „egy táska ruhával” távozik. Hangjából belenyugvás, sőt megkönnyebbülés hallatszik. Nem sajnálja, amit hátrahagyott, csak azt akarja, hogy vége legyen. Amikor azt mondja: „na most már mindegy, csak menj már végre el”, nem egy másik emberhez szól, hanem saját magához. A mondat belső utasítás, felülírja a korábbi habozást, önfeladást, halogatást. Vajon ez azt is jelenti, hogy addig nem volt ura önmagának? Lehetséges, hogy eddig mások – a bántalmazó, a szülők, az elvárások – határozták meg mozgásterét? A kijelentés mintha először tükrözné saját akaratát. A döntés ugyan nem hangos, nem drámai, mégis határozott. Talán épp ez jelzi, hogy az irányítás visszatér hozzá?

Az interjú záró részében Ágnes arról számol be, hogy apját agyvérzése után magához veszi és otthonában ápolja. Szinte félmondatként utal rá – „mert hogy ja, ezt se mondtam” –, mintha nem tartaná fontosnak, mégis egyértelmű, hogy ez új minőséget hoz a kapcsolatukba. A hatalmi viszonyok felborulnak: a korábban kontrolláló apa most kiszolgáltatott, Ágnes pedig már képes jelen lenni mellette. Az elbeszélésben egyfajta érzelmi feloldódás figyelhető meg.

6. Összegzés

A tanulmány egy narratív életútinterjú módszerével készült esettanulmányt mutat be, amely egy párkapcsolati erőszakot többszörösen átélt nő történetét dolgozza fel. A cél annak feltárása volt, hogyan értelmezi saját tapasztalatait, milyen megküzdési stratégiákat alkalmaz az eltérő élethelyzetekben, és ezek miként alakulnak az életkor és az erőszak fokozódása mentén.

Ágnes erőszakos családi közegben nőtt fel, ami a megküzdéshez és a kapcsolati mintákhoz való viszonyát is formálhatta. Az apai elutasítás és fizikai agresszió gyermekkorától kezdve jelen volt az életében, a nővérét ért ismétlődő bántalmazás pedig befolyásolhatta, miképp érzékeli és értelmezi az erőszak jeleit. Nem zárható

ki, hogy ezek a korai élmények hatással voltak az erőszakhoz való viszonyulására, és megnehezíthették annak felismerését, hogy segítségre szorul. Ebben szerepet játszhatott az is, hogy erősen belsővé tett gondoskodói szerepe összeegyeztethetetlen volt a bántalmazott, sebezhető és támogatásra szoruló pozícióval.

Történetében több olyan tényező is azonosítható, amelyek megnehezítették számára a bántalmazó kapcsolatokból való kilépést: az anyagi erőforrások hiánya, a gondoskodói szerephez való erős kötődés, valamint az a tapasztalat, hogy környezete nem nyújtott kellően stabil háttérrel a kilépéshez. A formális segítségkérés negatív következményekkel járt, ami tovább gyengítette bizalmát az intézményrendszerben. Az általa megnevezett akadályok a szakirodalomban is megjelennek: a bántalmazott nők gyakran tartanak a további erőszaktól, anyagi erőforrásaik hiányosak, családi támogatásban nem részesülnek, és a jogi vagy szociális segítségnyújtás gyakran nehezen hozzáférhető (Meluzzi et al. 2021).

A bántalmazó kapcsolatok lezárása nem jelentette a történetek következményeinek megszűnését. Ágnes ugyan látszólag kiegyensúlyozottan, érzelmi túlzások nélkül beszélt az átélt erőszakról, mégis egyértelműen megfogalmazta, hogy a bántalmazás hatásai a jelenben is érezhetők. Ez egybecseng a szakirodalmi megállapítással, miszerint a túlélők sok esetben hosszan tartó és nehezen kezelhető pszichés hatásokat tapasztalnak még a kapcsolat megszakítása után is (Acosta 2020).

Életútjában fordulópontként értelmezhető, amikor tapasztalatainak tudatosabb értelmezését segítő tartalmakkal találkozott. Elbeszélésében az érzelm- és problémafókuszú megküzdés váltakozva jelenik meg. Ezek közül az egyik legellentmondásosabb talán az alkoholfogyasztás, amely a biztonságos közeg és a támogatórendszer hiányában átmeneti megkönnyebbülést nyújt a stresszes időszakokban (Wekerle–Wall 2002). Az, hogy ezt a káros megküzdési formát épp fia elköltözése után kezdte alkalmazni, arra utalhat, hogy az esemény fokozta a magány és a kiszolgáltatottság érzését. Noha több alkalommal is megkísérelte a kapcsolatok megszakítását, döntéseit olyan tényezők befolyásolták, mint a lakhatás bizonytalansága, a gyermeknevelés körüli felelősség, a munkaerőpiaci kiszolgáltatottság és a gyenge szociális háló. Az eset rámutat, hogy a bántalmazott nők megküzdési lehetőségeit nemcsak egyéni döntéseik, hanem a társadalmi, gazdasági és intézményi körülmények is alakítják. Ágnes története jól érzékelteti: az erőszak felismerése, a segítségkérés és a kilépés nem pusztán akarat kérdése, hanem összetett folyamat, amelyet számos tényező befolyásol.

Irodalom

- Acosta, L. (2020): Gender-based violence during the pandemic and lockdown. *Spanish Journal of Legal Medicine*, 46(3), 139–145.
<https://doi.org/10.1016/j.remle.2020.05.005>
- Ahrens, C. E. – Rios-Mandel, L. C. – Isas, L. – del Carmen Lopez, M. (2010): Talking about interpersonal violence: Cultural influences on Latinas' identification and

- disclosure of sexual assault and intimate partner violence. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 2(4), 284–295.
<https://doi.org/10.1037/a0018605>
- Bögre, Zs. (2020): Szociológiai paradigmák és a biográfiakutatás. *Szociológiai Szemle*, 30(4), 73–88. <https://doi.org/10.51624/SzocSzemle.2020.4.4>
- Chase, S. E. (2005): Narrative Inquiry: Multiple Lenses, Approaches, Voices. In Denzin, N. K. – Lincoln, Y. S. (szerk.): *The Sage handbook of qualitative research: Third Edition*. Sage Publications Ltd., 651–679.
- Fehér, B. (2010): A narratív segítő beszélgetés. *Esély*, (3), 66–88.
- Fraser, H. (2004): Doing narrative research: Analysing personal stories line by line. *Qualitative Social Work*, 3(2), 179–201.
<https://doi.org/10.1177/1473325004043383>
- Kovács, É. – Vajda, J. (2002): *Mutatkozás. Zsidó identitás-történetek*. Budapest: Múlt és Jövő Kiadó.
- Lazarus, R. – Folkman, S. (1984): *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.
- McLeod, S. (2023): *Stress Management Techniques*. Simply Psychology.
<https://www.simplypsychology.org/stress-management.html#>
- Meluzzi, C. – Pinelli, E. – Valvason, E. – Zanchi, C. (2021): Responsibility attribution in gender-based domestic violence: A study bridging corpus-assisted discourse analysis and readers' perception. *Journal of Pragmatics*, 185, 73–92.
<https://doi.org/10.1016/j.pragma.2021.07.023>
- Pászka, I. (2007): A narratív történetformák In Pászka, I. (szerk.): *Narratív történetformák a megértő szociológia nézőpontjából*. Szeged: Belvedere, 162–271.
- Rizo, C. F. – Givens, A. – Lombardi, B. (2017): A systematic review of coping among heterosexual female IPV survivors in the United States with a focus on the conceptualization and measurement of coping. *Aggression and Violent Behavior*, 34, 35–50. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2017.03.006>
- Rosenthal, G. (2010): Die erlebte und erzählte Lebensgeschichte. Zur Wechselwirkung zwischen Erleben, Erinnern und Erzählen. In Griese, B. (szerk.): *Subjekt – Identität – Person? VS Verlag für Sozialwissenschaften*.
https://doi.org/10.1007/978-3-531-92488-5_10
- Vajda, J. (2006): A terápiás hatás mint melléktermék. *Thalassa*, 17(1): 123–136.
- Wekerle, C. – Wall, A.-M. (2002): *The violence and addiction equation: Theoretical and clinical issues in substance abuse and relationship violence*. Brunner–Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9780203306895>
- Wright, C. V. – Perez, S. – Johnson, D. M. (2010): The Mediating Role of Empowerment for African American Women Experiencing Intimate Partner Violence. *Psychological trauma: theory, research, practice and policy*, 2(4), 266–272.
<https://doi.org/10.1037/a0017470>