

NANE Egyesület



MIÉRT marad



NANE
NŐK A NŐKÉRT EGYÜTT
AZ ERŐSZAK ELLEN EGYESÜLET

CSALÁDON BELÜLI ÉS PÁRKAPCSOLATI ERŐSZAK
HOGYAN SEGÍTHETÜNK?



MIÉRT marad?

MIÉRT, marad?

CSALÁDON BELÜLI ÉS PÁRKAPCSOLATI ERŐSZAK
HOGYAN SEGÍTHETÜNK?

KÉZIKÖNYV
SEGÍTŐ FOGLALKOZÁSÚ
SZAKEMBEREK
SZÁMÁRA

NANE Egyesület
BUDAPEST, 2015

A kiadvány az EGT/Norvég Civil Támogatási Alap támogatásával készült.

A kiadvány tartalmáért teljes egészében a NANE Egyesület felelős.

Forrás: Why Does She Stay? A Women's Center of San Joaquin County kiadványa

Fordította: Sándor Bea

Adaptálta és kiegészítette: Cserhádi Éva

Szakmailag lektorálta: Szigeti Vera

A kiadvány szakmai lektorálásában és véleményezésében
közreműködtek: Horváth Éva, Karádi-Héder Enikő, Wirth Judit

Korrektúrázta: Bakos Jarrett Petra

Tervezte és tördelte: Márki Zsuzsanna

Nyomta és kötötte: FesztNet Kft. – WingMix Nyomda

Harmadik, átdolgozott kiadás

© NANE Egyesület, 1999, 2006, 2015

ISBN 978 615 80333 0 5

ISSN 1788 6546

NANE
NŐK A NŐKÉRT EGYÜTT
AZ ERŐSZAK ELLEN EGYESÜLET

EUROPEAN
COMMISSION
eea
grants

norway
grants

ökotárs
Alapítvány

emnet

CF
Kárpátok Alapítvány

Autonómia
Alapítvány

Tartalom

ELSŐ FEJEZET	
Családon belüli és párkapcsolati erőszak: alapfogalmak	9
A családon belüli erőszak meghatározása	9
A párkapcsolati erőszak fajtái	11
A párkapcsolati és családon belüli erőszak speciális formái	12
MÁSODIK FEJEZET	
Tények és tévhitek	17
Statisztikai adatok a családon belüli és párkapcsolati erőszakról	17
Adatok a nők elleni erőszak gyakoriságáról	17
Tények és tévhitek a párkapcsolati erőszakról	22
HARMADIK FEJEZET	
A párkapcsolati erőszak dinamikája	35
Mi okozza az erőszakos viselkedést?	35
Mi az oka a férfi erőszakosságának?	36
Mi akadályozza a nőket a cselekvésben?	38
Az erőszak ciklusa	39
A bántalmazó párkapcsolat kiemelten veszélyes szakaszai	41
Mivel indokolják a nők, hogy „maradnak”?	42
Milyen indokok tartják a nőket bántalmazó kapcsolatban?	43
Milyen lehetséges kimenetelei vannak a bántalmazó kapcsolatnak?	47
Az áldozat kilép a kapcsolatból	47
A kapcsolat fennmarad	48
A bántalmazó lép ki a kapcsolatból	49
Meváltozhat-e a bántalmazó?	50
Bántalmazók számára kifejlesztett programok	51
Jelek, melyek valódi változásra utalhatnak	53
NEGYEDIK FEJEZET	
A bántalmazók és az áldozatok azonosítása: figyelmeztető jelek	55
A bántalmazó	55
A bántalmazott nő	57
A gyerekek	59
ÖTÖDIK FEJEZET	
A hatékony segítségnyújtás eszközei	65
Első lépés: a szereplők azonosítása	65

Második lépés: a beavatkozás céljainak tisztázása	66
Harmadik lépés: az együttműködés alapelvei	67
A biztonság felmérése és kialakítása	67
Társadalmi probléma – állami felelősség	69
Erkölcsei állásfoglalás	70
Belső megerősítés	71
Az ellenjavallatok ismerete	72
A hatékony segítségnyújtás gyakorlati módszerei	73
Mit ne tegyünk?	76
A segítő beszélgetés	78
Néhány gyakori probléma	81
Gondoskodjunk önmagunkról is	83
UTÓHANG	87
FÜGGELÉK	89
Bántalmazott nő vagyok?	91
Nyilatkozat a bántalmazott jogairól	93
Személyes biztonsági terv	94
Az erőszak ciklusa	99
A „Hatalom és uralom” kereke	102
Az „Egyenlőség” kereke	103
Fontos jogszabályok és egyéb szabályozások	104
„A NAGY 26” kockázatfelmérő kérdőív	106
Jegyzetek	108
Ajánlott irodalom	111

Előszó

Ez a kézikönyv elsősorban azon szakemberek számára készült, akik hivatásuknál fogva rendszeresen találkoznak bántalmazott nőkkel és gyerekekkel. Tapasztalataink szerint a magyar oktatási intézményekben még mindig igen esetleges, hogy elhangzanak-e naprakész és tudományosan alátámasztott ismeretek a családon belüli erőszak jellemzőiről és kezelési módszertanáról, ezért e tömör összefoglaló sokaknak adhat hasznos tudást a mindennapi munkához. A családon belüli és párkapcsolati erőszakról szóló pontos tudás nélkül ugyanis a segítő továbbra is értetlenül állhat a „Ha bántják, akkor miért marad?” kérdés előtt.

Noha ez a kézikönyv elsősorban szakemberek számára készült, meggyőződésünk, hogy másoknak is hasznára válhat. Azok, akik akár családi, akár baráti körben találkoznak párkapcsolati erőszakkal, értékes eszközt kapnak: a tudatosság és a cselekvés bármelyikünket támogató „laikus szakemberré” tehet. A bántalmazás felismerésében és az erőszakos kapcsolatokból való kilépésben ugyanis kulcsfontosságú az a segítség, amit a barátok és családtagok, munkatársak és ismerősök adhatnak.

A hatékony segítségnyújtás elengedhetetlen feltétele a megfelelő szak tudás. A családon belüli erőszak jelensége, illetve az erőszakot elszenvedő, valamint az erőszakot elkövető személyek megítélése körüli tévhitök és előítéletek (pl.: „a bántalmazott nők maguk is hibásak, ha akarnának, bármi kor kiléphetnének a kapcsolatból”) sokszor jelentősen megnehezítik a megelőzést és a beavatkozást. A szociális szférában például hatékonyabb eszközök híján a problémát időnként a bántalmazó által uralt családban felnövő gyerekek „kiemelésével” próbálják megoldani, ahelyett, hogy a veszélyeztető családtag eltávolításán fáradoznának. Hasonló gondot okoz, hogy a bántalmazás miatt menekülni kényszerülő nők és gyerekek számára alig állnak rendelkezésre biztonságos menedékházak. A pszichológusok, pszichiáterek, orvosok jelentős része elmulasztja az erőszak felismerését, vagy olyan módon avatkozik be, amivel cserbenhagyja vagy még nagyobb veszélybe sodorja az érintettet. A joggyakorlatban gyakori eset, hogy a jogalkalmazók a párkapcsolati erőszak tényének fel nem ismerése vagy figyelmen kívül hagyása miatt nem használják hatékonyan a rendelkezésükre álló jogi eszközöket.

Meggyőződésünk, hogy a párkapcsolati erőszak nem magánügy. Nyilvánvaló, hogy a problémára adott szokásos áldozathibáztató reakciók és

„Miért marad?”-szerű kérdések nem hoznak eredményt. A közfigyelemnek ehelyett inkább az áldozatok alapvető jogaira kellene irányulnia, hogy a megfelelő kérdések feltevése („Miért bántalmaz?”) és megválaszolása révén végre ne az áldozatokat hibáztassák és büntessék, hanem a bűncselekmények elkövetőit.¹

Kézikönyvünkben a bántalmazót férfinak tételezzük fel, az áldozatot pedig nőnek. Ennek oka az, hogy az 1991 és 2014 közötti időszakból a párkapcsolati testi erőszakról rendelkezésre álló hiteles kutatások és felmérések azt mutatják, hogy annak áldozatai 85-96%-ban nők, elkövetői pedig 90-99%-ban férfiak.² A WHO és az ENSZ Női Jogi Intézete a rendelkezésre álló kutatásokat áttekintve megállapította, hogy a párkapcsolati erőszak a nemi alapú erőszaknak olyan formája, amely elsősorban nőket ér férfiak részéről. A nemzetközi szakirodalom ezért ezt az erőszakfajta-t a nők elleni erőszak körébe sorolja, és akként tárgyalja. Kézikönyvünkben mi is így teszünk.

Az erőszak nem velünk született, hanem tanult és választható viselkedés. A nemi szocializáció során a férfiak megtanulják, hogy mit engedhetnek meg maguknak – s ebbe sajnos gyakran az erőszakos, uralomra törő viselkedés, a nők bántalmazása is beletartozik. Mindannyiunk felelőssége, hogy megkérdőjelezzük és újraírjuk ezeket a szabályokat, és a következő generációk számára egyértelművé tegyük: az erőszak elfogadhatatlan, bárki is követi el.

Kézikönyvünk öt fejezetre tagolódik. Az első fejezet a családon belüli erőszakkal kapcsolatos alapfogalmakat, a második pedig a statisztikákat és a leggyakoribb tévhiteket, illetve tényeket írja le, amelyek tudatosítása és ismerete segíthet azonosítani a párkapcsolati erőszakot. A harmadik fejezetben vázoljuk az erőszakos kapcsolatok dinamikáját – ez elengedhetetlen ahhoz, hogy megértsük az erőszakos kapcsolatban élők helyzetét, és hogy világosan különbséget tudjunk tenni áldozat és elkövető, bántalmazás és párkapcsolati konfliktus között. A negyedik fejezetből megtudható, milyen jelekből lehet felismerni a bántalmazottat, a bántalmazót és a párkapcsolati erőszaktól érintett gyereket. Az ötödik fejezet a gyakorlati szakember – esetleg segítő szándékú rokon, ismerős – igényeihez igazodik: ismerteti, mely stratégiák alkalmazhatók a hatékony segítségnyújtás során. Végül a Függelék az érintettek helyzetének felmérését és a tanácsadást és cselekvést elősegítő eszközöket tartalmaz.

2015 január

¹ E témáról bővebben lásd Bancroft, Lundy: *Mi jár a bántalmazó fejében? Az erőszakos és uralkodni vágyó férfi.* Háttér Kiadó - NANE Egyesület. Budapest, 2015

² Erről amerikai és angol igazságügyi statisztikák, tudományos kutatások, és meta-adat elemzések állnak rendelkezésünkre.

ELSŐ FEJEZET

CSALÁDON BELÜLI ÉS PÁRKAPCSOLATI ERŐSZAK: ALAPFOGALMAK

A családon belüli erőszak meghatározása

A családon belüli erőszaknak ötféle fajtáját szokás elkülöníteni: a szóbeli, a lelki, a testi, a szexuális és a gazdasági-társadalmi erőszakot. Amitől ezen cselekmények „családi” jellegűvé válnak, az az elkövető és az áldozat közötti kapcsolat jellege. A felek között valamiféle közeli vagy akár bensőséges kapcsolat áll fenn. A családon belüli erőszak elkövetője lehet tehát:

- a) (volt) házastárs, (volt) élettárs, (volt) partner (ide tartoznak azok a zaklatók is, akik sosem voltak párkapcsolatban az áldozattal, de a visszautasítást nem fogadják el);
- b) szülő, felnőtt gyerek;
- c) egyéb rokon vagy az áldozattal együtt élő személy.

A NŐK ELLENI ERŐSZAK AZ ENSZ MEGHATÁROZÁSA SZERINT:

„A nők elleni erőszak bármely olyan, a nőket nemük miatt érő erőszakos tett, mely testi, szexuális vagy lelki sérülést okoz vagy okozhat nőknek, beleértve az effajta tettekkel való fenyegetést, valamint a kényszerítést és a szabadságtól való önkényes megfosztást, történjen az a közéletben vagy a magánszférában.

Beleértendő, de nem korlátozandó a testi, szexuális és lelki erőszakra, melyet az áldozat a családon belül szenved el, ide értve a bántalmazást, a lánygyermekkel való szexuális visszaélést, [...] a házasságon belüli nemi erőszakot [...]

(Deklaráció a Nők Elleni Erőszak Megszüntetéséről, 1993)

Általában elmondható, hogy a családon belüli erőszak célpontjai olyan személyek, akik valamilyen szempontból kiszolgáltatott helyzetben vannak az elkövetővel szemben. A családon belüli erőszaknak leginkább kitett két társadalmi csoport a *nők* és a *gyerekek*. Egyesületünk két évtizede működtet segélyvonalat bántalmazott nők számára, így fő profilunk a nőket érő párkapcsolati erőszak, amely a nemek közti hatalmi egyenlőtlenségen alapuló *nők elleni erőszak* egyik formája. A nők elleni párkapcsolati erőszak kiemelt kezelését az alábbi összefüggések is indokolják:

- a) A bántalmazott nőknek, amennyiben anyák is, sokszor a gyerekeit is éri testi vagy szexuális erőszak az elkövető részéről.
- b) Ha az elkövető közvetlenül nem bántja a gyerekeket, ők akkor is sérülnek, hiszen az anya bántalmazása lerombolja a biztonságérzetüket.
- c) A partnerüket bántalmazó férfiak sok esetben maguk is olyan családban nőttek fel, ahol az apa verte az anyát, illetve a bántalmazott nők egy része ugyanezt a viszonyt látta szülei kapcsolatában. Ezért minden hatékony beavatkozás megelőző-felvilágosító üzenetet hordozhat az adott családban élő gyerekek számára.
- d) Az idős szülő bántalmazásának nem ritkán az a forrása, hogy a felnőtt gyerek az őt ért egykori erőszakot ismétli meg, vagy pedig az erőszakos apa helyett bántalmazza tovább az anyát. A beavatkozás elmulasztása visszafelé is kiteljesítheti a „generációk közötti erőszak” ciklusát.

Bár könyvünkben főként a párkapcsolati erőszak jellemzőit tárgyaljuk, ugyanakkor szem előtt tartjuk azt a tényt is, hogy a gyerekek vagy idős

szülők ellen elkövetett erőszak dinamikája sokszor pontosan megegyezik a párkapcsolati erőszakéval (például a ciklikusság, vagy az áldozatra gyakorolt hatások tekintetében).

A párkapcsolati erőszak fajtái

A párkapcsolaton belüli erőszaknak az áldozatra tett gúnyos megjegyzésektől a gyilkosságig sokféle megnyilvánulási formája van, melyeknek túlnyomó részét törvény is tiltja. Az alábbiakban ezek közül csupán a legjellegzetesebb példákat soroljuk fel.

SZÓBELI ERŐSZAK: A bántalmazó megfélemlítően üvöltözik, veréssel, gyilkossággal fenyegeti partnerét, kilátásba helyezi, hogy elveszi a gyerekeket vagy öngyilkosságot követ el, nőgyűlölő megjegyzéseket tesz, lekicsinyli, sértegeti a partnerét vagy a hozzá közel állókat, gúnyolódik vele, nevetség tárgyává teszi (például külseje, vallása, szokásai vagy faji hovatartozása miatt), folyamatosan kritizálja.

LELKI ERŐSZAK: A bántalmazó letagad lényeges dolgokat, elzárkózik az áldozattól, kizárja őt gondolataiból, érzéseiből, kényszerítő kontrollnak veti alá, ellenőrzés alatt tartja, manipulálja, végletesen féltékenykedik, az áldozat önbecsülését módszeresen lerombolja, önálló döntéseit rendszeresen megkérdőjelezi, vagy nem veszi tekintetbe. Mindenért őt hibáztatja, még a saját erőszakos viselkedéséért is, az áldozat érzéseit, tapasztalatait kétségbe vonja, nem hajlandó megbeszélni a problémákat. Félelmet keltően viselkedik: tör-zúz, szándékosan megrongálja az áldozat értéktárgyait, csapkod, fegyverrel rettegettségben tartja az áldozatot, félelmet keltően viselkedik (dühödten néz, üvölt), támadóan faggatózik, életveszélyesen vezet, fenyegető, számonkérő üzenetekkel vagy SMS-ekkel árasztja el az áldozatot.

TESTI ERŐSZAK: A bántalmazó az áldozatot lökdösi, megüti, megpofozza, fojtogatja, a haját húzza, ököllel veri, belerúg, megharapja, rázza, megégeti, fegyverrel (például késsel, pengével, lőfegyverrel, nehéz tárgyakkal) fenyegeti vagy bántja. Megtagadja az áldozat legalapvetőbb jogait, mozgásszabadságát, elemi igényeit korlátozza: nem engedi, hogy az áldozatnak tőle független magánélete legyen, bezárja, kizárja, megkötözi, éhezteteti vagy szomjaztatja, elzárja a vizet, villanyt, fűtést, nem engedi tisztálkodni, elrejtja a szükséges gyógyszereit, vagy nem ad azokra pénzt.

SZEXUÁLIS ERŐSZAK: A bántalmazó olyan szexuális tevékenységre kényszeríti az áldozatot, amit az nem akar, a szexszel fájdalmat okoz neki, vagy megalázza; megerőszakolja, intim testrészeit megsebesíti, vagy kényszeríti, hogy másokkal közösjön. Szintén ide tartozik a reprodukzív (vagyis a termékenységgel és fogamzással járó) jogok korlátozása: a bántalmazó nem engedi, hogy az áldozat fogamzásgátló eszközöket használjon, ő maga tagadja meg ezek használatát, amivel abortuszra vagy gyerekszülésre kényszeríti.

GAZDASÁGI-TÁRSADALMI ERŐSZAK: A bántalmazó elzárja az áldozatot a gazdasági és társas erőforrásoktól. Nem engedi, hogy dolgozni járjon, saját pénze legyen, illetve ha saját keresettel rendelkezik, elveszi azt, és saját belátása szerint ad csak belőle, a közös néven levő céggel (bt., kft.) zsarolja, minden kiadást, amire az áldozat pénzt kér, megkérdőjelez, miközben ő maga szabadon rendelkezik az anyagi erőforrásokkal, ezzel az áldozatot (és a gyerekeket) relatív szegénységben tartva. Elszigeteli az áldozatot: megszabja, hogy mit csinálhat és mit nem, kivel találkozhat, kivel beszélhet, hová mehet, mit vehet föl, nem engedi, hogy másokkal barátkozzon, a családjával beszéljen, munkát vállaljon, pénzt tartson magánál. Folyamatosan az ellenőrzése alatt tartja az áldozatot: mindenhová elkíséri, otthon, a munkahelyén/az iskolájában telefonon ellenőrzi, átkutatja zsebeit, táskáját.

A párkapcsolati és családon belüli erőszak speciális formái

ERŐSZAK A KAPCSOLAT KORAI SZAKASZÁBAN: Az ismeretség korai szakaszában is lehet az egyik fél erőszakos, bár ekkor még inkább az elszigetelés és a lelki terror manipulatívabb eszközei a jellemzők. Az elkövető sokszor ellenőrzi, hogy az áldozat kivel találkozik, mit visel, mit csinál. Az áldozat a kisajátító féltékenységet sokszor még a szerelem jelének veszi, és csak a kapcsolat elfajuló szakaszában szembesül vele, hogy az állandó figyelem fontos társas erőforrásoktól fosztotta meg: elszigetelte őt a többi embertől és elgyengítette. A párkapcsolati erőszak korai figyelmeztető jeleit a bántalmazó felismeréséről szóló negyedik fejezet első részében részletesen ismertetjük.

HÁZASSÁGON BELÜLI SZEXUÁLIS ERŐSZAK: Ez az erőszakfajta ritkán fordul elő elszigetelten, gyakran kíséri testi erőszak, vagy azzal való fenyegetőzés. Magyarországon a házastárs elleni szexuális erőszak 1997 óta bűncselekmény. A kölcsönös, szabad akaratból történő beleegyezés minden egyes szexuális érintkezésnél elengedhetetlen, történjen az idegenek vagy házastársak között. Ennek hiányában erőszakról beszélünk, akkor is, ha az elkövető házastárs, és akkor is, ha nem alkalmazott nyílt testi kényszerítést, hanem manipulációval, büntudatkeltéssel kényszerítette rá akaratát a partnerére.

FENYEGETŐ ZAKLATÁS: A fenyegető zaklatás vagy angolul *stalking* a párkapcsolati erőszak különálló fajtája, amely számos viselkedést felölelhet. E cselekmények közös jellemzője, hogy tipikusan az *után* kezdődnek, hogy az áldozat elhagyta az őt bántalmazó partnert, vagy válási szándékát közölte. A fenyegető zaklatás spektruma a megtorló fenyegetőzéstől a manipulatív békülési kísérletekig terjed: a bántalmazó az áldozatot annak munkahelye előtt várja, megfigyeli, hogy kivel találkozik, esetleg új partnerét is megfigyelés alatt tartja, fényképeket készít az áldozatról, zsarolja, kárt tesz az autójában vagy egyéb tárgyaiban, életveszélyes fenyegetésekkel bombázza személyesen vagy üzenetek formájában, esetleg megveri vagy súlyosan megsebesíti őt. Bírósági vagy gyámhatósági ügyek tömegét indítja az áldozat ellen (ezt nevezzük eljárási zaklatásnak), vagy szándékosan elhúzza a pereskedést ezzel gyakorolva kontrollt a másik ideje, lelkiállapota vagy anyagi helyzete felett.

Mivel a párkapcsolati erőszak gyilkosságig fajuló eseteinek jelentős részében megállapítható, hogy a bántalmazóval az áldozat már szakított vagy épp erre készült, mindig érdemes rutinszerűen számolnunk a fenyegető zaklatás megjelenésével, amikor az érintett a bántalmazó párkapcsolatból kilépni készül. Ilyen esetekben ajánlatos kockázatelemzést végezni, és a következő hónapokban fokozott figyelmet fordítani a megfelelő személyes biztonsági terv kialakítására, a megfelelő jogi eszközök (például távoltartás) igénybevételére.

Fenyegető zaklatás előfordulhat olyan elkövető részéről is, aki sosem volt az áldozat partnere. Ilyenkor az elkövető célja, hogy az áldozat közelében legyen, és bármilyen módon rávegye őt arra, hogy párkapcsolatot kezdjen vele, vagy az, hogy az elutasítást megtorolja. Az efféle zaklatás – bár elkövetője az áldozat számára gyakorlatilag ismeretlen lehet – nem kevésbé veszélyes: gyakran hallhattunk olyan esetekről, amikor a fenyegető zaklatással közeledő „udvarló” meggyilkolta a kiszemelt lányt vagy

nőt. A zaklatást ma már Magyarországon is törvény tiltja (a jogszabályt a Függelék *Fontos jogszabályok és egyéb szabályozások* című részében röviden ismertetjük).

SZÜLŐ- ÉS IDŐSBÁNTALMAZÁS: A bántalmazó ilyenkor legtöbbször a bántalmazott kamasz-vagy nagykorú gyereke, unokája vagy annak partnere. Az áldozat és az elkövető általában együtt laknak. Az is előfordul, hogy a tettes maga is idős. A szülőbántalmazás elkövetője a leggyakrabban olyan fiú, aki erőszakos apjától tanulta meg, hogy anyjával (és testvéreivel) szemben megengedheti magának a megfélemlítő, uralkodó viselkedést. A bántalmazó apák gyakran módszeresen aláássák az anya tekintélyét és kifejezetten bátorítják a vele szembeni erőszakot, ezzel erősítve azt az elképzelést, miszerint a nőknek a családban és a társadalomban alárendelt szerep jár.

Az is előfordul, hogy a gyerekkorban elszenvedett bántalmazást torolja meg a gyerek ilyen módon a szülőn. Idősbántalmazás esetén a bántalmazott sokszor gondozásra szoruló, esetleg magatehetetlen időskorú. Az idősök bántalmazásának szintén része lehet a testi és érzelmi elhanyagolás (például gondozás elmulasztása), illetve az idős ember szóbeli, lelki, fizikai, szexuális bántása vagy anyagi kizsákmányolása (például nyugdíjának vagy lakásának elvétele).

GYEREKBÁNTALMAZÁS: A gyerekek elleni erőszak kétféle lehet: aktív (mint például a gyerek becsmérése vagy a szexuális visszaélés) vagy passzív, vagyis elhanyagoló jellegű. A gyerek aktív bántalmazása a felnőttek bántalmazásához hasonlóan lehet lelki, szóbeli, testi és szexuális, azzal a különbséggel, hogy esetükben az erőszak e fajtái nem okvetlenül egymást erősítve, összefonódva jelennek meg. Ez különösen igaz lehet a gyerek elleni szexuális visszaélés eseteiben, amely olyan családokban is megtörténhet, ahol senki nem követ el testi erőszakot sem a gyerek, sem más családtag sérelmére.

A gyerek ellen szülője vagy más gondozója által elkövetett szexuális visszaélést³ speciális jellege miatt külön szóval szokás megnevezni. Mi kézikönyvünkben az „incesztus” kifejezést használjuk. (Az idegenebbül hangzó latin kifejezést azért javasoljuk, mert a bevett magyar „vérfertőzés” szó megbélyegzi az áldozatot, valamint azt sugallja, hogy az efféle erőszakot csak a vérszerinti szülő követheti el.)

Az elhanyagolás történhet lelki és testi szinten, például amikor a szülő nem figyel a gyerek örömeire vagy bánatára; nem viszi orvoshoz betegség esetén, nem eteti vagy öltözteti megfelelően. Szintén a gyerek valós

³ A gyerekek elleni szexuális visszaéléseiről bővebben a www.muszajmunkacsoport.hu oldalon tájékozódhat.

szükségeinek kielégítlenségéhez vezetnek azok a rejtettebb elnyomási formák, melyekkel a szülő saját vágyait, elképzeléseit vagy éppen betegségeit mintegy belevetíti a gyerekbe, ezzel torzítva a gyerek személyiségének kibontakozását.

Azokban a családokban, ahol az egyik felnőtt bántja a másikat, legtöbbször a gyerekeket is bántalmazzák. Sok kutató szerint van összefüggés a gyerekkorban áldozatként vagy tanúként elszenvedett bántalmazás és a felnőttkori erőszakos viselkedés között, ezért a gyerekbántalmazás megakadályozása különös jelentőséggel bír a társadalom számára. A szociális munkásoknak, pedagógusoknak, védőnőknek, orvosoknak hivatalból jelenteniük kell, ha gyerekbántalmazásra gyanakszanak. Ugyanakkor sajnos fennáll a veszélye annak, hogy a családon belüli erőszak megfelelő kezelésében képzetlen hatóságok, intézmények beavatkozása hatás nélkül marad, vagy egyenesen károsnak bizonyul (ilyen káros beavatkozás például a bántalmazó eltávolítása helyett a gyerek kiemelése a családból). Ezért a mindenkori segítő szakember feladata annak felmérése is, hogy milyen módon tudna valóban az áldozat érdekében beavatkozni.

FOGYATÉKKAL ÉLŐ CSALÁDTAG BÁNTALMAZÁSA: A fogyatékkal vagy speciális igénnyel élő családtagok testi vagy szellemi különbözőségük miatt sokszor eleve ki vannak szolgáltatva az őket körülvevő személyeknek. Ez a kiszolgáltatottság gyakran vezet elhanyagoló gondozáshoz, szóbeli, lelki, testi, gazdasági vagy szexuális erőszakhoz. A fogyatékkal élő emberek számára különösen nehéz, vagy egyenesen lehetetlennek bizonyul a segítségkérés, ezért az ellátórendszernek rutinszerűen vizsgálnia kellene, nem éri-e őket erőszak.

ERŐSZAK A LESZBIKUS VAGY MELEG KAPCSOLATOKBAN: A leszbikus és meleg kapcsolatokon belüli erőszak dinamikája alapvetően hasonló a heteroszexuális bántalmazó kapcsolatokéhoz. Jelentős különbség viszont az, hogy az ilyen áldozatok sokszor még kevésbé mernek segítséget kérni, mivel attól tartanak, hogy szexuális orientációjuk miatt megbélyegzik őket. Így az erőszakos párkapcsolatba került leszbikus vagy meleg személy még az átlagosnál is jobban elszigetelődhet. Magyarországon kevés olyan szervezet és intézmény létezik, amely kifejezetten melegek és leszbikusok részére nyújt szolgáltatásokat. A segítő szervezetekben sok szakember érzéketlennek vagy egyenesen előítéletesnek bizonyul azon speciális problémák iránt, amelyekkel a szexuális kisebbségekbe tartozóknak kell szembenézniük.⁴

⁴ *LMBTQIA témákban forduljon a Háttér Társasághoz (információs és lelkeségély szolgálat: 06 80 505 605), illetve a Transvanilla Egyesülethez.*

TRANSZNEMŰ EMBEREK ELLENI PÁRKAPCSOLATI ERŐSZAK: A „transz nők” azok a nők, akik nőként azonosítják magukat, nőként jelenítik meg magukat, vagy nőként élnek annak ellenére, hogy a születésükkor fiúként azonosították őket. Hasonlóképpen, a „transz férfiak” kifejezéssel írjuk le azokat, akik férfiként azonosítják magukat, férfiként jelenítik meg magukat vagy férfiként élnek, dacára annak, hogy születésükkor másmilyennek észlelték őket. Emellett vannak olyan transz emberek is, akik nem (vagy nem kizárólag) azonosítják magukat nőként vagy férfiként.

A transz emberek, különösen a nők, sérülékenyebbek az érzelmi és szóbeli bántalmazás iránt a gyakorta alacsony önbecsülésük és negatív testképük miatt. Egy bántalmazónak könnyebb egy transz emberrel elhitetnie, hogy csúnya, hogy szégyellnie kell magát, hogy értéktelen és őrült, mivel ezek pontosan ugyanazok az üzenetek, amelyeket az áldozat a társadalom egészéből is hallott sok-sok éven keresztül. A transz emberek számára ráadásul nagyobb nehézséget jelent elhagyni a bántalmazójukat, mivel az őket érő diszkrimináció miatt kevesebb támogató kapcsolatuk van, általában rosszabb anyagi helyzetben vannak, nehezebb állást és partnert találniuk, és egy válás során majdnem biztosan elvesztenék a gyermekfelügyeleti jogukat a bántalmazó partnerük javára.

KÉNYSZERLÁTHATÁS: a gyermeknek és nem bántalmazó szülőjének az intézmények, hatóságok általi kényszerítése, hogy a bántalmazó szülőjével, nagyszülőjével kapcsolatot tartson. Egyben a nem bántalmazó szülő arra kényszerítése, hogy volt bántalmazójától, akitől nagy nehezen sikerült külön kerülnie, a gyermek nagykorúságáig rettegnie kelljen. A bántalmazók ugyanis nem hagynak fel a bántalmazó viselkedéssel a különköltözés vagy válás pillanatában, a volt partner visszacsalogatására, ellenőrzésére, megfélemlítésére és zaklatására minden alkalmat kihasználnak, és a kapcsolattartás tökéletes felület erre, hiszen a bántalmazott így kénytelen rendszeresen kommunikálni és találkozni a bántalmazóval (ami újratraumatizáló lehet, és komolyan hátráltatja a gyógyulást). A gyámhatóságok és bíróságok munkatársai gyakran képzetlenek a párkapcsolati erőszak témájában, így a gyerekek valódi védelme helyett a bántalmazó további hatalomgyakorlását támogatják, és így maguk is közreműködnek az érintett szülők és gyerekek bántalmazásában. Ennek egyik tipikus példája, mikor az elmaradt kapcsolattartásokat automatikusan és mechanikusan a gyerekekkel együtt élő szülő – általában az anya – „önhibájának” minősítik, egyáltalán nem vizsgálva, vagy nem értékelve, hogy mekkora veszélyt jelent a gyerekekre vagy az anyára a külön élő apa.

MÁSODIK FEJEZET

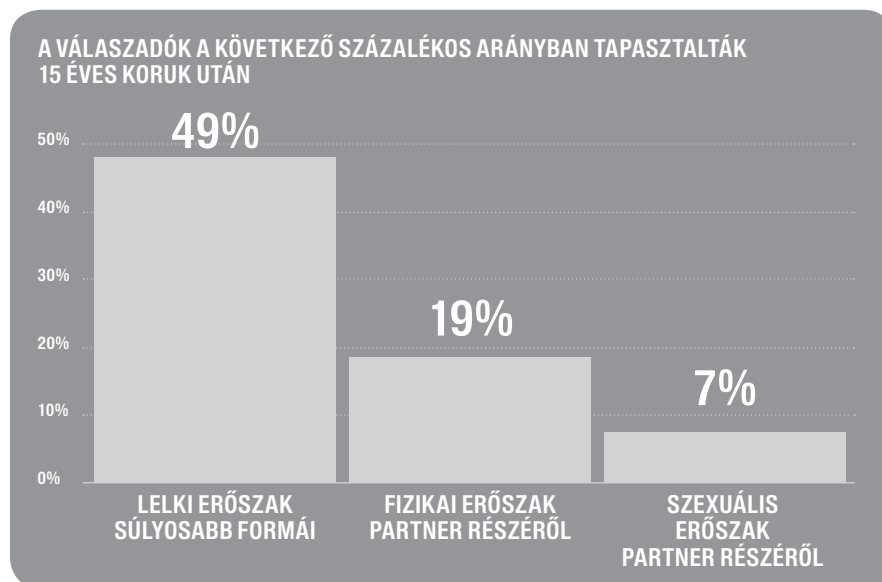
TÉNYEK ÉS TÉVHITEK

Statisztikai adatok a családon belüli és párkapcsolati erőszakról

E fejezetben néhány alapvető adatot közlünk a családon belüli erőszak előfordulásáról és elterjedtségéről, továbbá részletesen tárgyaljuk a leggyakoribb tévhiteket.

ADATOK A NŐK ELLENI ERŐSZAK GYAKORISÁGÁRÓL

Az itt felsorolt adatok az Európai Alapjogi Ügynökség (FRA) 2014-es, egész Európára kiterjedő, és Magyarországra nézve is reprezentatív fel-



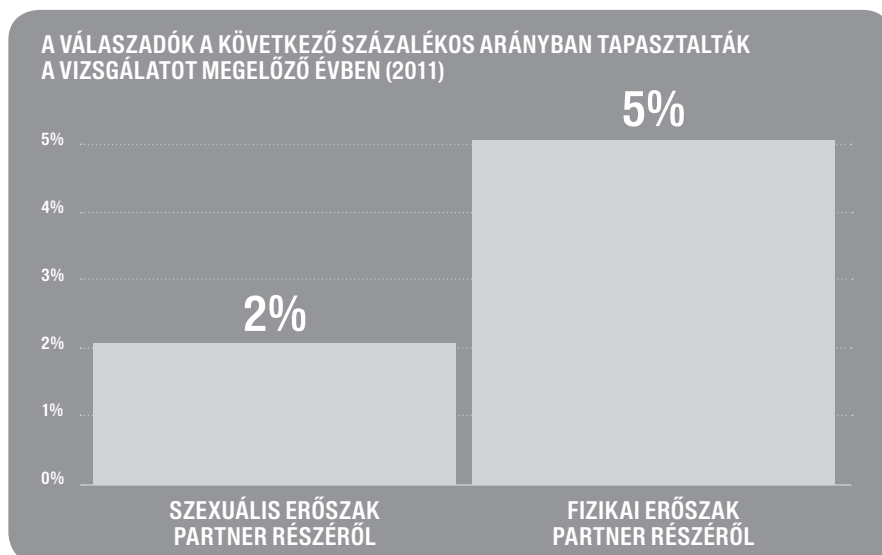
méréséből származnak (az adatfelvétel 2012-ben zajlott).⁴ Ezeket a százalékos adatokat több helyen rávetítettük a 2011-es népszámlálási adatokra, hogy lássuk, megközelítőleg hány érintett van hazánkban.⁵

FELNŐTT (15 ÉV FÖLÖTTI) ÁLDOZATOK ELLEN ELKÖVETETT PÁRKAPCSOLATI ERŐSZAK:

- Testi erőszak: a válaszadók 19%-a, azaz minden ötödik nő tapasztalt 15 éves kora fölött a partnere részéről testi erőszakot. (Ez a 2011-es népszámlálási adatok szerint körülbelül 763 300 érintett nőt jelent Magyarországon.)
- Lelki-szóbeli erőszak (fenyegető kontroll, büntetések, korlátozás, becsmérlés, stb.): a válaszadók 49%-a tapasztalt 15 éves kora fölött a partner részéről lelki erőszakot. (Ez a 2011-es népszámlálási adatok szerint körülbelül 1 968 400 érintett nőt jelent Magyarországon.)

FELNŐTT (15 ÉV FÖLÖTTI) ÁLDOZATOK ELLEN ELKÖVETETT FENYEGETŐ ZAKLATÁS:

- A válaszadók 12%-a élte át élete során.
- Az esetek 60%-ában partner vagy ismert személy követte el a zaklatást.
- Az esetek 44%-ban 1 hónap és 1 év közti időtartamra terjedt ki a zaklatás, az esetek 42%-ában 1 évnél tovább is elhúzódott.

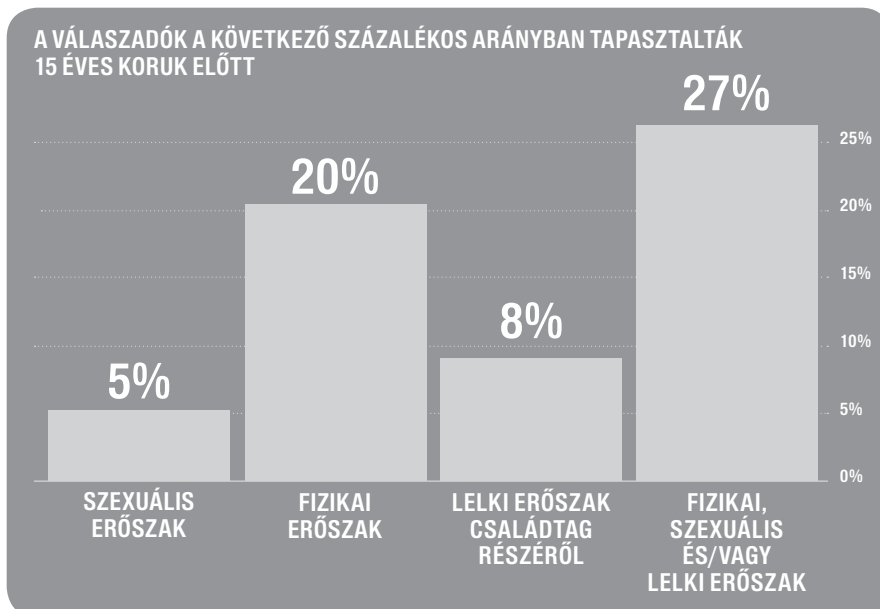


⁴ Online elérhető: <http://fra.europa.eu/DVS/DVT/vaw.php>

⁵ A számításokat Wirth Judit és Winkler Zsuzsanna végezték. Bővebben lásd a www.nokjoga.hu honlapon a statisztikáknál.

SZEXUÁLIS ERŐSZAK:

- A válaszadók 9%-át érte 15 éves kora fölött szexuális erőszak, ebből 7% partner, a fennmaradó 2% nem partner részéről (2011-es népszámlálási adatokkal számolva tehát körülbelül 361 500 nő érintett Magyarországon.)
- A válaszadók 3%-át érte szexuális erőszak az adatfelvételt megelőző 12 hónapban. (A 2011-es népszámlálási adatokkal számolva ez körülbelül 111 800 fő.)
- A felmérésben résztvevők 5%-a élt át 15 éves kora előtt szexuális erőszakot felnőtt elkövető részéről. (A 2011-es népszámlálási adatokat alapul véve ez 35 220 fő.)

**FIATAL ÉS GYEREKKORÚ ÁLDOZATOK (15 ÉV ALATTI LÁNYOK)****ELLEN ELKÖVETETT ERŐSZAK:**

- Fizikai, szexuális és/vagy lelki erőszak: a résztvevők 27%-a élte át 15 éves kora előtt.
- Testi erőszak: a felmérésben résztvevők 20%-a tapasztalta 15 éves kora előtt, ez a népszámlálási adatokra vetítve közel 141 000 lány.
- Lelki erőszak felnőtt családtag részéről: a válaszadók 8%-a élte át 15 éves kora előtt. (Ez a népszámlálási adatok szerint megközelítőleg 56 400 lány.)

ÖSSZEFOGLALVA:

- Magyarországon jelenleg közel kétmillió nő él, akit 75 éves kora előtt lelkileg súlyosan bántalmazott a partnere.
- Élete során közel 800 000 nőt ért testi, és közel 300 000-ret szexuális erőszak a partnere részéről.
- Magyarországon jelenleg legalább 261 000 nő él olyan párkapcsolatban, amelyben fizikai és/vagy szexuális erőszakot követ el ellene a partnere.

A PÁRKAPCSOLATI ÉS SZEXUÁLIS ERŐSZAK ÜGYEKBE INDULT
ELJÁRÁSOK SZÁMA:

Annak érdekében, hogy a látenciáról is legyenek információink, közreadjuk az Egységes Nyomozóhatósági és Ügyészségi Bűnügyi Statisztika (ENYÜBS) 2012-es adatait. Az ENYÜBS a rendőrség és az ügyészség közös adatbázisa, melyből megtudhatjuk, hogy az adott bűncselekményből mennyit regisztráltak az adott évben. A számok nem azt jelentik tehát, hogy ennyi ügyben született ítélet, pusztán azt, hogy az ügyészség regisztrálta az ügyet.

- összes szexuális bűncselekmény 18 év alatti női sértettek: 429
- összes szexuális bűncselekmény 18 év feletti női sértettek: 269
- összes súlyos fizikai erőszak 18 év alatti női sértettek: 126
- összes súlyos fizikai erőszak 18 év feletti női sértettek: 1535
- összes emberölés 18 év alatti női sértettek: 6
- összes emberölés 18 év feletti női sértettek: 49

Láthatjuk tehát, hogy a százezres nagyságrendű érintetthez százaz vagy ezres nagyságrendű ügyszám társul. A nők elleni, párkapcsolati erőszak nagyon kis mértékben jelenik meg az igazságszolgáltatás rendszerében, a látencia óriási.

EGYÉB ADATOK A BÁNTALMAZÁSSAL KAPCSOLATBAN:

Az itt felsorolt adatok a Német Szövetségi Család-, Idős-, Nő- és Gyermekügyi Minisztérium 10 000 fős női populáción végzett reprezentatív kutatásának eredményeiből származnak.⁶

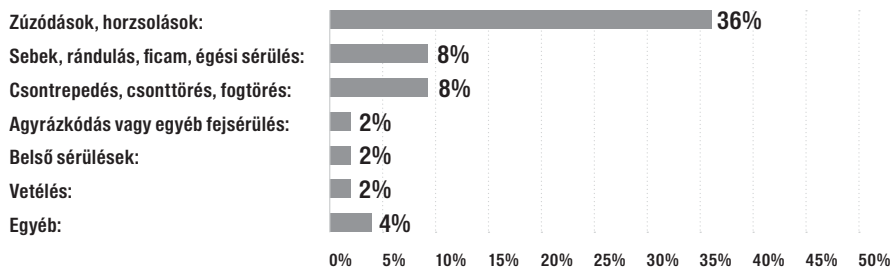
⁶ Federal Ministry for Family Affairs, Senior Citizens, Women and Youth: Health, Well-being and Personal Safety of Women in Germany, 2003. <http://www.cahr.uni-osnabrueck.de/conference/SummaryGermanVAWstudy.pdf>

- A nőket érő erőszak elkövetői az esetek túlnyomó többségében partnerek vagy volt partnerek.
- A válást vagy szakítást követő időszakban a nőket érő erőszak gyakorisága és intenzitása jelentősen növekszik.
- A bántalmazást megélt nők 27 százaléka arról számol be, hogy partnere az erőszakkitörések során soha nem állt alkohol vagy drog hatása alatt.

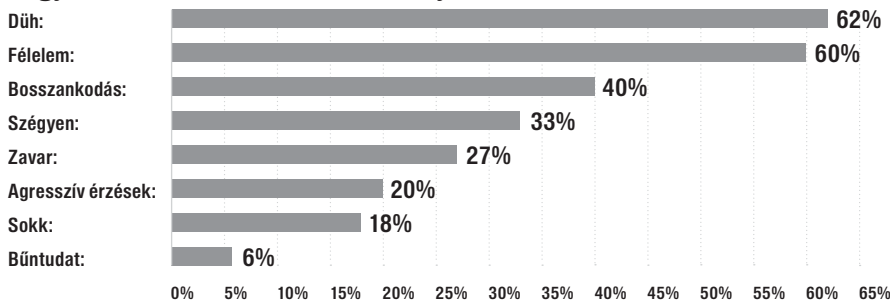
ADATOK A NŐK ELLENI PÁRKAPCSOLATI ERŐSZAK HATÁSAIRÓL:

Az itt felsorolt adatok az Európai Alapjogi Ügynökség (FRA) 2014-es Magyarországra is reprezentatív felméréséből származnak.⁷

Az áldozatok sérülései, melyeket a partner által elkövetett testi erőszak okozott:

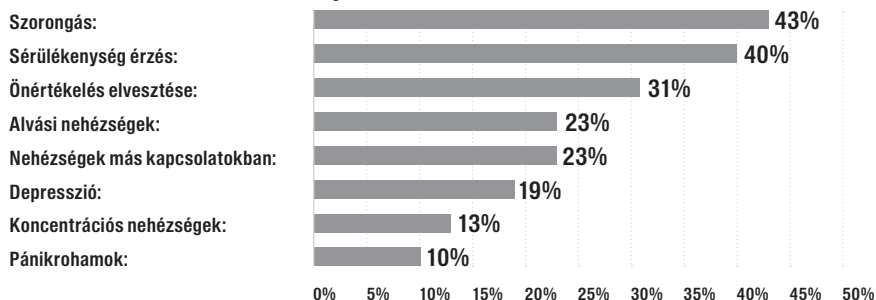


Az áldozatok érzései a partner által elkövetett legsúlyosabb fizikai vagy szexuális erőszakcselekményeket követően:

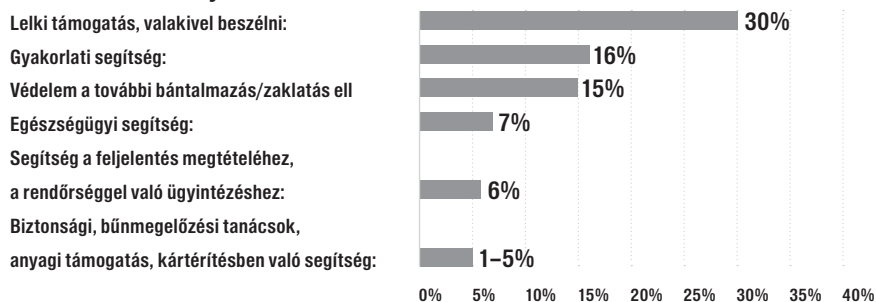


⁷ Online elérhető: <http://fra.europa.eu/DVS/DVT/vaw.php>

A partner által elkövetett legsúlyosabb fizikai vagy szexuális erőszak esemény hosszú távú lelki hatása az áldozatra:



Az áldozat szükségletei a legsúlyosabb párkapcsolati erőszak esemény után:



Tények és tévhitek a párkapcsolati erőszakról

Amikor segítő szakemberként párkapcsolati erőszak érintettjeit támogatjuk, fontos tudatosan felülvizsgálunk a bántalmazással kapcsolatos gondolatainkat, attitűdjeinket. Valószínűleg óhatatlanul magunkba szívtuk az erőszakkal kapcsolatos, széles körben elterjedt tévhiteket, amelyek, ha nem kérdőjelezzük meg őket, komolyan akadályozzák a tisztánlátásunkat és a hatékony segítségnyújtást. Ahhoz, hogy valóban szakszerűen tudjunk segíteni az áldozatoknak, felül kell bírálunk ezeket a mítoszokat, és meg kell ismernünk a tényeket. Mindannyian hallottunk már olyan történeteket,

amelyekben arról esik szó, mi volt a bántalmazás „oka”. Ez azért veszélyes kérdés, mert egyrészt az elkövető viselkedése helyett az áldozat felelősségére tereli a figyelmet, másrészt azt a hatást kelti, hogy lehet olyan ok, ami feljogosít embereket a partnerük bántalmazására. Ha a párkapcsolati erőszaknak bármi „oka” van, az a férfiközpontú és szexista társadalmi közegben, illetve az elkövető saját értékrendjében keresendő. (Erről bővebben lásd: Bancroft, Lundy: Mi jár a bántalmazó fejében? Az erőszakos és uralakodni vágyó férfi. Budapest, 2015, Háttér Kiadó – NANE Egyesület.)

A családon belüli erőszakról a köztudatban élő kép sok részlete a fentiekhez hasonló módon arra szolgál, hogy megkönnyítse az áldozat hibáztatását és elmossa az elkövető felelősségét. Méginkább fokozza a zavart, hogy a családon belüli erőszakról szóló tévhitek némelyike féligazságokat is tartalmaz, ám az egyes felek viselkedését nem azok súlyosságának megfelelően kezeli. Minél jobban megismerjük a párkapcsolati erőszak valódi természetét, annál hatékonyabban tudjuk majd segíteni annak áldozatait. Olvassuk el az alábbi tévhitlistát, és gondoljuk át: vajon milyen képünk van a bántalmazott nőkről és általában a családon belüli erőszakról?

„Vannak nők, akik az állandó zsörtölődésükkel egyszerűen kiprovokálják a verést.”

„A nőnek irányításra van szüksége. Különben honnan tudná, mit kell tennie?”

„Ha jó feleség volna, akkor nem verné a férje.”

„Érthető, hogy szegény férfi nem bír magával, ha a felesége nem hajlandó házasságot élni vele.”

Ezek az állítások igazságtalan módon az áldozatot teszik felelőssé a bántalmazó elnyomó és erőszakos viselkedéséért. Senki sem érdemli meg, hogy bántásuk, még ha a másik számára idegesítő, zavaró, vagy akár elfogadhatatlan dolgokat is tesz. Senkinek nincs joga a partnerét bántalmazni, s főleg nincs joga arra hivatkozni, hogy egy másik felnőtt embert „irányítania” vagy „nevelnie” kell. A bántalmazásért a bántalmazót terheli a felelősség.

A meggyőződést, hogy a férfiaknak joguk van „megnevelni” partnerüket, az a hit táplálja, hogy egy férj akár bántalmazással is keresztül viheti akaratát, és hogy a saját igényei szerint formálhat egy másik felnőtt embert. Ne felejtjük el, hogy a bántalmazás megfélemlítő hatása miatt a legtöbb bántalmazott nő tipikusan „jó feleség”, mivel azt hiszi, hogy ezzel megelőzheti a további verést, így aztán mindent elkövet, hogy partnere meg legyen elégedve vele.

Gyakran maguk a bántalmazók hangoztatnak a fentiekhez hasonló érveket. Nem véletlenül próbálják áthárítani az áldozatra a felelősséget. Egyrészt maguk is tudják, hogy valójában semmi nem igazolhatja az erőszakot, másrészt a felelősség áthárítása szerves része a bántalmazás dinamikájának, harmadrészt pedig – mint azt majd a bántalmazó viselkedési jegyeinek tárgyalásánál látni fogjuk –, jellemző rájuk, hogy problémáikért másokat hibáztassanak.

*„A nők nem bánják, ha néha elverik őket. Az asszony sorsa az alávetettség.”
„Sok nő azért választ erőszakos partnert, mert gyerekkorában is ezt látta, és csak így érzi biztonságban magát.”*

A nők nem választják önként a fájdalmat és a szenvedést – éppúgy, ahogyan a férfiak sem. Sajnos a férfiuralom igazolására számos „tudományos” elmélet is született (népszerű például az a pszichológiai elmélet, mely szerint a nők evolúciós okokból önfeláldozók, mazochisták és passzívak, míg a férfiak agresszívak, erőszakosak és aktívak). A bántalmazás túlélőtől azonban egész mást hallunk, ők azt szeretnék, hogy a bántalmazás minél hamarabb szűnjön meg, és új partnerük kiválasztásánál általában tudatosan törekednek arra, hogy az ne legyen erőszakos. Kivételt képeznek azok a szélsőséges esetek, amikor az áldozat a súlyos erőszak és elszigeteltség hatására már oly mértékben azonosult a tőle elvárt viselkedési és érzelmi mintákkal, hogy nincsen tudatában saját akarátának, határainak és érdekeinek. (Erről bővebben lásd a Stockholm-szindrómát tárgyaló részt a harmadik fejezet „Milyen indokok tartják a nőket bántalmazó kapcsolatban?” című alfejezetében.)

„A nők könnyen elfelejtik a verést, ha utána rögtön kibékülnek a partnerükkel vagy szeretkeznek.”

A szex és az erőszak összefonódását propagáló tévhitek létezésében nagy szerepe van a népszerű szórakoztató irodalomnak, romantikusnak címkézett filmeknek – a pornográfiáról és a prostitúció intézményéről nem is beszélve. A „pofonra csók” sztereotípiája a valóságban ritkán működik. Egy ép személyiséggel rendelkező megvert, megfélemlített nő nem szokott gyengésséggel fordulni az őt bántalmazó személy felé, az azonban előfordul, hogy a bántalmazó az erőszakkitörés után manipulatív módon elcsábítja partnerét, hogy megakadályozza a szakítást. A „mézeshetek” szakaszban, melyet „Az erőszak ciklusa” című fejezetben bővebben ismertetünk, az

ajándékok, fogadkozás, bókok mellett a szex is a manipuláció eszköze lehet. Ez a ciklikusság is az erőszak része, és komoly szerepe van az áldozat akaratának megtörésében.

„A bántalmazott nő bármikor elmehetne, ha akarna.”

„Ha egy nő nem hagyja ott a partnerét az első verés után, akkor meg is érdekl, hogy verjék.”

A nők gyakran hisznek, vagy legalábbis próbálnak hinni a bántalmazó ígéreteinek, hogy soha többé nem bántja őket. Az erőszakos kapcsolat dinamikáját vázoló részben látni fogjuk, hogy a bántalmazó nagyon kedves is tud lenni, amikor éppen nem bántalmaz. Ilyenkor gyakran elmondja a nőnek, mennyire szereti, sőt, akár a szerelmével is indokolhatja a bántalmazást. („Annyira szeretlek, hogy nem hagyhatom, hogy elmenj. Nem bírnam elviselni.” „Halálosan szeretlek. Persze, hogy ilyen örülten féltékeny vagyok.”) Ez a nőben általában ambivalens érzéseket vált ki: el kell döntenie, hogy saját tapasztalatainak vagy inkább a bántalmazó homlokegyenest ellentétes állításainak hisz.

A nő nem csupán önmaga miatt szeretné elhinni az ígéreteket és a fentiekhez hasonló tévhiteket: a társadalmi konvenciók is erre biztatják. Az a meggyőződés, miszerint a nő feladata a család összetartása, arra sarkallhatja az érintetteket, hogy az együttmaradás érdekében higgyenek a bántalmazó ígéreteinek, újabb és újabb esélyeket adva neki, miközben magukat okolják minden problémáért. Ezen kívül igen gyakori, hogy az otthonában erőszakos férfi rendkívül szívélyes a kívülállókkal. A környezetében mindenki úgy ismeri, mint a legkedvesebb férjet/apát/társasági embert. Ez a kettősség egyrészt tovább nehezíti, hogy a nő felismerje partnere valódi arcát, és számot tudjon vetni azzal, hogy párkapcsolata esetleg veszélyes és nem megmenthető, másrészt gyakran akadályozza, hogy a környezet hitelt adjon a bántalmazott szavának, ha az mégis beszélni kezdene.

További okai is vannak annak, hogy a nők nem lépnek ki a bántalmazó kapcsolatból: anyagilag függenek házastársuktól, nincs hová menniük, vagy félnek partnerük bosszújától. Ez utóbbi félelem nem indokolatlan: a bántalmazó akkor a legveszélyesebb, amikor kénytelen szembesülni azzal, hogy partnere el akarja hagyni, vagy elhagyta őt. A szakítás gondolata a bántalmazó férfi számára sokszor azt jelenti, hogy elveszítette uralmát a nő felett, amit minden erejével igyekszik megakadályozni. A gyilkossággal végződő bántalmazások nagy része éppen ebben az időszakban történik. Ha egy nő arról számol be, hogy az életét félti, minden

bizonyial komoly veszélyben van. Sosem szabad szem elől tévesztenünk, hogy ebben az időszakban a legnagyobb óvatosság indokolt.

„Ki kell hívni a rendőrséget, és majd ők megoldják a problémát.”

Hazánkban a rendőrség kihívása vagy a feljelentéstétel még mindig nem jelenti a bántalmazott(ak) automatikus biztonságba kerülését. Az erőszak és a bántalmazó láthatatlanná válása az egyes ügyekben jól tettenérhető.⁸ A jogalkalmazásnak olyan hibáit figyelhetjük meg, melyek szisztematikusan ellehetetlenítik a nők és gyerekek jogvédelmét: ilyen az életveszélyes erőszaknak az eljárásban való fokozatos leminősítése könnyű testi sértéssé, a bántalmazó szülői felügyeleti jogának meghagyása annak ellenére, hogy a gyereke anyját vagy magát a gyereket bántalmazza, a távortartások kiadásának csökkenése, a bántalmazó eltávolításával szembeni heves rendőri és bírói ellenállás, a távortartások megszegésének következmények nélkül hagyása, a rendkívül enyhe, bűnisméltés megelőzésére teljesen alkalmatlan ítéletek (jellemzően pénzbírság, vagy felfüggesztett szabadságvesztés), a bántalmazóknak a családban hagyása az eljárás – akár több éves – idejére, és az illetékek, illetve a bizonyítás költségei, melyeket az állam az áldozatra hárít.

Mindezeket súlyosbítja a hatóságok képzetlensége a párkapcsolati erőszak területén. Az előítéletek és a tévhitek elterjedtsége áldozathibáztatásnak és egyéb szakmai vétségeknek enged teret. A tapasztalatok szerint a rendőrség nem ismeri és főként nem alkalmazza széles körben a családon belüli erőszak kezelésére vonatkozó ORFK utasításokat és jogszabályokat (ezek rövid ismertetése megtalálható a „Függelékben”). A nem hatékony fellépés (például a „békéltetés”) az elkövetőket erősíti. Sok nő nagyon is tisztában van vele, milyen veszélyben lesz, ha partnerét hazahoz engedik, vagy ha a rendőrök a bántalmazó távortartása nélkül távoznak, ezért már a rendőrök érkeztekor visszahozik.

Magyarországon tévhit tehát azt gondolni, hogy a rendőrség kihívása mindent megold. Amíg a hatóságok nincsenek felkészítve a családon belüli erőszak megfelelő kezelésére, addig a bántalmazottak joggal vonakodnak a rendőrséghez, az ügyészséghez vagy a bírósághoz fordulni. A jelenlegi jogalkalmazói szemlélet és gyakorlat inkább a bántalmazottak elriasztására alkalmas, mint a törvények betartatására.

⁸Erről részletesen olvashat a Rendszerbe zárva c. kiadvány 25-58. oldalán.

*„Van, hogy egy férfit a nő hamis vádjai miatt tartóztatnak le.
A nők így akarnak bosszút állni a férfiakon.”*

Azon országokban, ahol a párkapcsolati erőszak és a nemi erőszak miatti letartóztatásokat kutatták, a tapasztalatok szerint körülbelül egy-két százalék a téves letartóztatások aránya – semmivel sem több, mint más bűncselekmények esetében. (Kivéve talán a biztosítási csalásokkal kapcsolatos bejelentéseket, ahol igen magas a hamis bejelentések száma, ám mégis kevesebb ember veti fel, hogy ne legyen biztosítás, mert könnyen vissza lehet élni vele.)

Kanadában két, nagy reprezentatív mintán alapuló kutatást is végeztek állami megrendelésre az incesztusügyekkel kapcsolatos hamis vádak tárgyában. Egy 2003-as adatokon alapuló kutatásból az derül ki, hogy a bejelentett incesztus eseteknek mindössze 4%-a rosszindulatú hazugság.⁹ Hasonló eredményekre jutott egy 1998-as adatokra alapuló, szintén kanadai reprezentatív vizsgálat is, amely kifejezetten a gyerekelhelyezési és láthatási ügyekben vizsgálta az incesztus vádját.¹⁰ Ebből az derül ki, hogy az ilyen ügyek 12%-ában beszélhetünk szándékos hamis vádról. A 12%-nyi szándékos hamis vádon belül a szándékos hamis vád 43%-át a felügyeleti joggal nem rendelkező szülő (aki tipikusan az apa) terjeszti elő, 19%-uk ismerősöktől származik, és csak 12%-uk (az összes eset alig 1,5%-a) származik a felügyeleti joggal rendelkező szülőtől (aki tipikusan az anya), valamint 2%-uk a gyerektől. Vagyis nem igaz, hogy az anyák a gyerek fölötti felügyelet megszerzésére használják az incesztus hamis vádját – a közkeletű felfogással ellentétben épp az apák teszik ezt.

A hamis vádakról érdemes tudni, hogy igen sok kellemetlenséget vállal fel, aki bántalmazással vagy szexuális erőszakkal vádaskodik valótlanul. Kizárt, hogy a közhiedelemnek megfelelően nők tömegei vállalnák fel önszántukból ezt a kellemetlenséget. A felmérések ehelyett azt mutatják, hogy a legtöbb eset nem kerül a rendőrség és az igazságszolgáltatás látókörébe – vagyis épp a tétel fordítottja igaz: a legtöbb elkövetőt semmiféle vád alapján nem tartóztatják le, mivel nem jelentik fel őket. A rendelkezésre álló adatokat összevetve azt látjuk, hogy a 20–75 éves korosztályba tartozó nők ellen elkövetett összes szexuális erőszak 0,24%-át, azaz 2,4 ezrelékét regisztrálják a hatóságok, ami azt jelenti, hogy 415 esetből át-

⁹ Trocmé, N. – Fallon, B. – MacLaurin, B. – Daciuk, J. – Felstiner, C. – Black, T. – Tonmyr, L. – Blackstock, C. – Barter, K. – Turcotte, D. – Cloutier, R.: *Canadian Incidence Study of Reported Child Abuse and Neglect – 2003: Major Findings*. Minister of Public Works and Government Services Canada, 2005.

¹⁰ Trocmé, N. – Bala, N.: *False allegations of abuse and neglect when parents separate*. *Child Abuse & Neglect*, 2005, 29, 1333–1345.

lagosan 1 jelenik meg a hatóságok látóterében.¹¹ Még ennél is kevesebb elkövetőt ítélnék el.

„A férfinak az a dolga, hogy rendet tartson a családjában. Ha kell, akár erőszakkal is.”

„Ha egy férfi munkanélküli, néha szüksége van arra, hogy odacsapjon. Csak így tud megszabadulni a frusztrációjától.”

„A férfiak sokat dolgoznak, és csak a munkahelyi feszültségüket vezetik le az erőszakos viselkedésükkel.”

A bántalmazás a legtöbbször valamilyen szabálysértést vagy bűncselekményt valósít meg, és alapvető emberi jogokat sért. Senkinek sincs joga egy másik emberrel szemben erőszakkal érvényesíteni az akaratát, bármilyen nehéz is az élethelyzete. A bántalmazókat nem a munkahelyi vagy egyéb stressz mennyisége sarkallja erőszakra, hanem a párkapcsolatról, nemekről vallott nézeteik. Egy olyan férfi, aki egyenrangúnak tekinti a partnerét, semmilyen kifogással nem fogja bántalmazni. Nincs olyan családi szereposztás, személyes vérmérséklet, társadalmi szerep vagy külső probléma, amely indokolná az erőszakot.

„Nem árt a gyerekeknek, ha látják, hogy az apjuk az úr a házban. Legalább megtanulják, milyen a férfias viselkedés.”

A nemzetközi kutatások és a tapasztalatok is megerősítik, hogy az erőszak újratermeli önmagát: a gyerek, aki bántalmazás tanúja vagy elszenvedője volt, nem csak nagyobb eséllyel szenved majd testi-lelki betegségektől, hanem megfelelő segítség híján maga is követheti az erőszakos viselkedésmintákat, hiszen azt látta, hogy mindez elfogadható, sőt kifizetődő. Az erőszakos családban felnövő gyerek egyúttal azt a nemek hierarchiáján alapuló értékrendszert is magával viszi, amely szerint a férfinak előjogai vannak és uralkodhat a családtagjain.

A fiúgyerek előbb-utóbb arra is rátanulhat, hogy megengedett dolog így bánni az anyjával – és ennek megfelelően fog viselkedni vele. Az anyasággal kapcsolatos társadalmi elvárások miatt az anyának még nehezebb az ilyen gyerekekkel szemben határozottan fellépni, mint partnerével szemben.

¹¹ Erről bővebben a [www.nokjoga.hu](http://nokjoga.hu) honlapon olvashat a statisztikánál. <http://nokjoga.hu/alapinformaciok/statisztikak>

Az erőszakos viselkedésminták a fiú számára tehát mindkét szülő részéről megerősítést nyerhetnek.

A lánygyerek ugyanakkor azt tanulhatja meg, hogy a párkapcsolati konfliktusokban a nőnek nincs esélye sikeresen képviselni a véleményét és érdekeit, ezért később nehézségei lehetnek az önérvényesítéssel. Az is előfordulhat, hogy túl későn veszi észre partnere erőszakosságát, mivel gyerekként nem figyelhette meg, milyen egy kölcsönös tiszteleten alapuló párkapcsolat. Vagy éppen ellenkezőleg: apjával azonosul, és maga is az anyja ellen fordul.¹²

A bántalmazó befolyása a gyerekeire a legtöbbször sajnos nem szűnik meg a válással, különköltözéssel. Az apa a fenyegető zaklatáson és a hatóságok sajnálatos együttműködésével kierőszakolt kényszerláthatásokon keresztül gyakran tovább bántalmazza volt partnerét és gyerekeit, tovább károsítva így a gyerekek fejlődését, aláásva az anya és a gyerekek közti kapcsolatot.

*„A részeg férfi nem tudja megállni, hogy ne legyen durva.”
„Nem tehet róla, az ital beszél belőle.”*

Az alkohol önmagában senkit nem tesz erőszakossá, számtalan alkoholbeteg van, aki sosem bánt senkit, a bántalmazók egy része pedig egyáltalán nem fogyaszt alkoholt. Az ivás és a bántalmazás két különböző probléma. Ha az egyiket megszüntetik, az még nem jelenti, hogy a másik is megszűnik. Az alkohol ugyanis nem okoz változást az ember nézeteiben (attitűdjeiben). A bántalmazó józan állapotában is úgy gondolja, hogy joga van hatalmat gyakorolni a partnere felett, ittas állapotban csak az erőszakos viselkedéssel kapcsolatos gátlásai oldódnak, így még veszélyesebbé válik. A bántalmazás tényére nem, viszont a súlyosságára hatással lehet az alkohol. Sajnálatos az a büntetőjogi gyakorlat, amely az életet és testi épséget veszélyeztető cselekményeknél (például közúti veszélyeztetés) ugyan súlyosbító körülménynek számítja be az előzetes alkoholfogyasztást, ám a partnerbántalmazás alatt fennálló ittas állapotot nem tekinti annak.

¹² A bántalmazóról mint szülőről bővebben: Lundy Bancroft, Jay G. Silverman és Daniel Ritchie: *Lehet-e jó apa a bántalmazó? – A partnerbántalmazás hatása a szülő-gyermek kapcsolatra.* Háttér Kiadó – NANE Egyesület. Budapest, 2013

„A bántalmazó férfiak általában szegények és műveletlenek.

A mi köreinkben ilyesmi nem fordul elő.”

„A cigányoknál gyakoribb a családon belüli erőszak, mint a fehér családokban.”¹³

A felmérések azt mutatják, hogy az alacsony iskolai végzettség, az önálló kereset hiánya, a rossz munkaerő-piaci helyzet és a rasszista kirekesztés az átlagnál kiszolgáltatottabbá teszi a nőket. A tapasztalatok szerint ugyanakkor a magasabb társadalmi státusú, műveltebb rétegekben is éppolyan gyakori az erőszak, csak az elkövető itt több erőforrással bír, és sokszor kifinomultabb bántalmazási technikákkal él, ezért esetleg maga az áldozat is nehezebben ismeri fel problémáinak valós gyökerét. Az erőszakos kapcsolatból való kilépésre általában az előnyösebb társadalmi helyzetben lévő nőknek van nagyobb esélye, bár épp a fenti tévhit szégyenérzetet keltet bennük és ezzel akadályozhatja őket a segítségkérésben.

„A családon belül erőszak ritkán súlyos, általában csak 1-2 pofonról van szó.”

„A párkapcsolatokban ritkán fordul elő erőszak.”

Magyarországon évente legalább 30–40 nőt öl meg egykori házas- vagy élettársa. Ám a gyilkosságig fajuló erőszak csupán a jéghegy csúcsa: mint láttuk, a felmérések szerint élete során minden ötödik nő kerül olyan párkapcsolatba, ahol partnere rendszeresen megveri őt. Az Európai Unió Alapjogi Ügynökségének 2014-ben publikált reprezentatív felmérése szerint Magyarországon jelenleg közel kétfélmillió nő él, aki 75 éves kora előtt valamikor élt erőszakos párkapcsolatban, közülük közel 800 ezret ért testi, és közel 300 ezret szexuális erőszak is. Magyarországon jelenleg közel 300 ezer nő él olyan párkapcsolatban, amelyben fizikai és/vagy szexuális erőszak áldozatává teszi a partnere.

„A kívülállóknak semmi köze hozzá, hogy mi folyik egy párkapcsolaton belül.”

A párkapcsolati erőszak szabálysértéseket, bűncselekményeket és emberi jogi sérelmeket valósít meg. Minden jogállam köteles megvédeni az állampolgárait, bárhol is éri őket sérelem. A magánélet sérthetlenségére való

¹³ Roma közösségekben gyakran hallani e tévhit fordítottját, mely szerint „csak a gádzsók verik a feleségüket”.

hivatkozás csupán az elkövetők felmentéséhez vezet. Mindannyiunk kötelessége, hogy állást foglaljunk és fellépjünk az erőszak minden formája ellen.

*„Egy erőszakos apa is jobb, mintha csonka családban nő fel a gyerek.”
 „Ha az apa csak az anyát veri, de a gyereket nem, az nem árt a gyerekeknek.”*

A párkapcsolati erőszak elsősorban a partnerre irányul, de messzemenő következményei vannak a párral élő gyermekekre nézve is.

A gyerekek hallják és látják, ahogyan az egyik szülő megalázza, kihasználja, megveri, megerőszakolja, fenyegeti és a legrosszabb esetben megöli a másikat. Gyakran közvetlen erőszaknak is ki vannak téve, a bántalmazó igyekszik őket is a bántalmazott ellen fordítani, vagy kémként felhasználni. Az is előfordul, hogy az áldozatnak nincs más szövetségese, csak a vele élő gyerek, akire így olyan felelősség hárul, amelyet koránál és helyzeténél fogva nem tud kezelni.

Ahogyan azt felmérések is mutatják, szoros összefüggés van az anyák elleni erőszak és a gyermekek elleni erőszak között: ha az anyát bántalmazzák, a kutatások szerint nagy a valószínűsége annak, hogy a gyermekeknek is el kell szenvedniük közvetlen erőszakot. Bizonyítékok vannak arra is, hogy azokban a családokban, ahol a gyermekeket bántalmazzák, az esetek több mint felében az anya is erőszaknak van kitéve.

A szülők közötti párkapcsolati erőszak a gyermekeknél súlyos lojalitási konfliktust okoz: félnek a bántalmazó szülő dühétől és erőszakos kitöréseitől. Általában gyűlölik őt ezért, de ezzel egyidejűleg vágnak az elismerésére és szeretetére, hiszen függő helyzetben vannak, és a túlélésük érdekében kénytelenek alkalmazkodni a gondviselőikhez, bármilyenek legyenek is azok. Akik ilyen családban nevelkednek, gyakran érzik bűnösnek magukat a bántalmazó erőszakossága miatt, és azt gondolják, ők felelősek a bántalmazott szülő és a testvérek védelméért, ez pedig rendkívül megterhelő egy gyerek számára. A bántalmazott szülővel való kapcsolatuk is megromolhat: őt általában védtelennek és gyengének látják, ugyanakkor időnként elhanyagolónak vagy erőszakosnak is érezhetik, hiszen az erőszak gyakran akadályozza az áldozatot abban, hogy megfelelő szülői gondoskodást nyújtson.

A bántalmazó szülő viselkedése a gyermeket súlyos stressznek teszi ki, valamint károsan hat fizikai, lelki és társas fejlődésére. Poszttraumás zavarok, testi problémák, a stressz okozta tanulási és teljesítményzavarok, merev, egyenlőtlen nemi szerepek az előre látható következményei annak, ha a gyermekeket magukra hagyjuk ezekkel a megrázó tapasztalatokkal.

Az, aki bántalmazza a partnerét vagy volt partnerét, nem lehet megfelelő szülő. A párkapcsolati erőszakot tehát a gyermeket veszélyeztető tényezőként is komolyan kell venni.

A válást önmagában elítélő, a családot mindenáron összetartani igyekvő társadalmi nyomás komoly veszélyeket hordoz. Egy gyerek kiegyensúlyozott fejlődését sokkal jobban garantálja egy szeretetteljes, érzelmi támogatást biztosító egyszülős család (a „csonka család” kifejezés eleve megbélyegző), mint egy erőszakos családtag jelenléte, akitől mindenki fél.

„A terhes nő biztonságban van. Még az erőszakos férfiak is vigyáznak a születendő gyerek egészségére.”

A testileg vagy szexuálisan bántalmazott nők ötödét partnere a terhesség ideje alatt is megüti, sőt a terhesen bántalmazott nőket az esetek 40 százalékában éppen a terhesség idején éri először testi erőszak. Az Európai Unió Alapjogi Ügynökségének felmérése szerint a bántalmazott nők mintegy 2%-a számolt be az erőszak miatt bekövetkezett vetélésről és sokan szenvednek el egyéb belső sérüléseket. A terhesség során bekövetkező erőszak-fokozódás oka részben az, hogy a bántalmazó férfi kisajátító, és nem tudja elviselni, hogy partnere figyelmét ezentúl egy másik személy köti majd le. További ok, hogy a terhesség (a házasságkötéshez hasonlóan) megnehezíti a nő számára a kapcsolatból való kilépést, így a bántalmazó úgy érzi, többet engedhet meg magának.

„Minek szült gyereket egy olyan férfinak, aki veri? Megérdemli a sorsát.”

A nőkkel gyakran hitetik el, hogy ha gyereket szülnek, akkor majd „minden rendbe jön”. Ezt a tévhitet erősíti bennük az a széles körben elfogadott hiedelem is, amely szerint szerelemmel vagy gyerekvállalással meg lehet változtatni a másik embert. A tapasztalatok azonban sajnos azt mutatják, hogy a saját elhatározása, kitartó akarata és jelentős külső nyomás nélkül a párkapcsolati erőszakra hajlamos személy nem változik meg. A gyerekvállalás a nő kiszolgáltatottságának növekedésével legtöbbször az erőszak fokozódáshoz vezet.

Egy nő teherbeesése ugyanakkor nem jelenti okvetlenül azt, hogy ő is akarta a gyereket, hiszen a bántalmazó kapcsolat nemegyszer szexuális erőszakkal is jár. Igen elterjedt szexuális bántalmazásfajta a nő reprodukív jogainak a kontrollálása is: a férfi nem engedi, hogy a nő bármi-

lyen fogamzásgátlást alkalmazzon. A gyerek gyakran eszköz arra, hogy a bántalmazó megszilárdítsa a nő feletti hatalmát, a gyerek gondozás fokozott ellenőrzése, bírálata pedig újabb lehetőséget teremt a manipulációra – amihez helyeslésükkel vagy hallgatásukkal gyakran az intézmények, a tágabb család és az ismerősök is hozzájárulnak.

„A lelki erőszakot könnyebb elviselni, mint a testit.”

A lelki erőszak okozta sebek még évekkel azután is fájhatnak, hogy a fizikai sérülések már begyógyultak. A lelki bántalmazás az érintett önértékelését, önbizalmát, kompetenciáját ássa alá, súlyos lelki zavarokhoz, testi betegségekhez, és akár a bántalmazott öngyilkosságához is vezethet. Azt is érdemes szem előtt tartani, hogy a lelki erőszak gyakran a testi és szexuális erőszak előfutára, a bántalmazó ezzel készíti elő a terepet, így éri el, hogy a partnere gyengének és tehetetlennek érezze magát, elszigetelődjön és képtelen legyen a menekülésre.

„Ha valakinek több erőszakos partnere is volt, akkor el kéne gondolkodnia, hogy mivel vonzotta be ezeket az embereket.”

„A nők azért kerülnek bántalmazó kapcsolatba, mert nincs elég önbizalmuk.”

Mint a felmérésekből is látszik, bármelyik nőnek komoly esélye van arra, hogy erőszakos kapcsolatba kerüljön. Emellett sok bántalmazó tudatosan keresi azokat a partnereket, akiknek (a korábban, gyerek- vagy felnőttkorban elszenvedett bántalmazás miatt) eleve alacsony az önértékelése és akiről feltételezheti, hogy könnyebb lesz uralkodni rajtuk. Azok a nők azonban, akik megfelelő ismereteket szereztek a jól működő párkapcsolatok ismérveiről és az erőszak korai figyelmeztető jeleiről, illetve túlélőként szakszerű segítséget kaptak önbecsülésük helyreállításához, szinte minden esetben elkerülik a bántalmazó viselkedésű férfiakat.

Az, hogy kinek mennyi önbizalma van, elsősorban nem döntés kérdése. A lánygyerekek önbizalmát eleve rombolja a patriarchális társadalmi berendezkedés, így eleve alacsonyabb az önbecsülésük, mint a fiúgyerekeké. Azzal, hogy igazságtalan módon a nőket hibáztatjuk az áldozattá válásuk miatt, csak még jobban elbizonytalanítjuk őket, azzal azonban, ha elismerjük, hogy mindenképpen joguk van a tisztelethez és biztonsághoz, az erőszak pedig minden esetben az elkövető felelőssége, értékes segítséget nyújthatunk nekik az önbecsülésük megszilárdításában.

A PÁRKAPCSOLATI ERŐSZAK DINAMIKÁJA

Mi okozza az erőszakos viselkedést?

Az erőszak *tanult viselkedés*, vagyis másoktól látott modellek ismétlése. A nők elleni erőszakot lehetővé tevő értékrend a szexizmus, vagyis az az elképzelés, mely szerint a nők a férfiaknál eleve alacsonyabb rendűek, alkalmatlanok a vezető szerepre, fő feladatuk az életben a házimunka, a gyerekszülés és a férfiak testi, lelki és szexuális igényeinek kielégítése. A kultúrába mélyen beépült szexizmus mindennapi megnyilvánulásaival mindenki találkozhat egy „szőkenős” vicc, egy női vezetőket degradáló kijelentés, a női testet tárgyiasítva mutató plakát vagy épp utcai szexuális zaklatás formájában. A nőket bántalmazó vagy megerőszkoló férfi valójában nem tesz mást, mint hogy a szélsőségekig viszi el a magánéletében ezt az attitűdöt. Akit ő bánt, az nem egy teljes értékű, vele egyenrangú ember, hanem a „neje”, vagy az a „kurva”, aki csak „nőből van” satöbbi. A szexizmusnak, és az erre épülő társadalmi rendnek, a férfiak nők feletti uralmán alapuló patriarchátusnak komoly haszna van a férfiak számára: ugyanazért a munkáért több pénzt kapnak, könnyebben kerülnek hatalmi pozícióba, kevesebb fizetetlen házimunkát kell végezniük, jobban figyelnek a szavukra, stb.

Ugyanakkor nyilvánvaló, hogy az erőszakos viselkedés egyben *döntés* is. Bár mindannyian hasonlóan szexista üzeneteket közvetítő kultúrában élünk, a férfiaknak mégis csak egy része válik bántalmazóvá. A nőpartner elleni erőszakos viselkedés kialakulásához kell egy személyes szint is, ahol a kultúra által közvetített üzenetek valódi tettekben ölthetnek testet. Személyes szinten tehát az dönti el, erőszakos lesz-e az egyén, hogy mennyire teszi magáévá a szexista értékrendet, elfogadhatónak tartja-e

az erőszakot, felelősséget vállal-e a tetteiért, az emberi kapcsolatokban a hierarchiát vagy az egyenlőséget tekinti-e kívánatosnak, megtanulta-e megfelelően kezelni az étellel elkerülhetetlenül együtt járó frusztrációt.

A partnerüket bántalmazó férfiakról általában elmondható, hogy szexista módon vélekednek a nőkről mint csoportról: a nőket elsősorban szexuális játékszernek vagy háziasszonynak látják, netán mély tisztelettel bánnak minden „hölggyel”¹⁴, kivéve a saját partnerüket. Jellemző rájuk, hogy nem hisznek az egyenlőségen alapuló kapcsolatokban, nem tanulták meg megfelelő módon kezelni és kimutatni dühüket, nehézségeik vannak a testi és lelki intimitással és az érzelmek nyílt kifejezésével. Meggyőződésük továbbá, hogy férfiként/apaként bizonyos előjogokkal bírnak, rendelkezhetnek a „rájuk bízott” nőkkal és gyerekekkel, és akár büntetéssel is nevelhetik őket.

Minden elkövetőnek szembe kellene néznie a kérdéssel, hogy milyen szocializációs hatások és egyéni tapasztalatok hatására vált olyan emberre, aki rettegést és veszélyt jelent a partnere és családtagjai számára.

Mi az oka a férfi erőszakosságának?

Mivel a párkapcsolati erőszak főként nők elleni férfierőszak, a jelenség vizsgálatakor nem tekinthetünk el a nők és férfiak nemi szocializációja és a társadalmi nemek kérdéskörétől. A hagyományos elképzelés szerint a férfi és a női nemi szerepek egymástól függenek és kölcsönösen kiegészítik egymást a párkapcsolatban, és a férfiak nők feletti hatalma „természetes”. Társadalmunkban felnőve azt tanuljuk meg, hogy az „igazi” férfi:

- Úr a házban, aki tekintéllyel bír a többiek előtt.
- Felelős a család anyagi biztonságáért.
- Irányít és másoknak utasításokat ad.
- Nyíltan kimondja a véleményét.
- Elvárhat a családtagoktól bizonyos szolgáltatásokat (mosnak rá, főznek rá, takarítanak utána, kiszolgálják).
- Minden helyzetben úrrá tud lenni.
- Nem mutatja ki az érzelmeit (fájdalmát, félelmeit, gyengeségét).

¹⁴ Ez az ambivalens vagy jóindulatú szexizmus megnyilvánulása. Ezen gondolkodásmód az ellenséges szexizmushoz hasonlóan azt feltételezi, hogy a nők alapvetően különbözőek és ezért más bánásmódot érdemelnek, csak a nyílt lebecsülés helyett a lovagiasság, udvariasság, felületes kedvesség cukormázába mártva próbál egy alapvetően igazságtalan szereposztást vonzóvá tenni a nők számára.

A fiúk már korán megtanulják, hogy a nőket és a gyerekeket a férfiak tulajdonának lehet tekinteni, akik ellenőrzésre, irányításra és fegyelmezésre szorulnak. E célra egy férfi erőszakot is használhat, ha „oka” van rá. „Soha ne üss meg nőt, hacsak...” és persze a férfi dönti el, van-e rá oka. Akárcsak azt, hogy meddig mehet el a bántalmazásban. Az erőszak ráadásul számos előnnyel jár az elkövető számára:

- Minden helyzetben nála marad a másik feletti hatalom és uralom.
- Gyorsan lezárhat minden számára fontos kérdést és vitát, ráadásul a dolgok úgy fognak történni, ahogyan ő akarja.
- Levezetheti valakin a feszültségét.
- A társa ingyen dolgozik rá, eteti, tiszta ruhával látja el, törődik a gyerekeikkel, neki viszont annyi szabadideje van, amennyit csak akar.
- Mindig ő van a figyelem középpontjában.
- Ő rendelkezhet a pénzzel és hozhat döntéseket a család anyagi ügyeiről.
- Elsősorban az ő szakmai előmenetele, személyes érdekei és céljai érvényesülnek a kapcsolatban.
- Az ismerősök előtt a férj és apa szerepét és státuszát élvezheti anélkül, hogy otthon bármit is tennie kéne ezért.
- Esetenként barátai és ismerősei elismerését élvezheti erőszakos, „férfias” viselkedéséért.
- Elkerülheti a közelséget, intimitást és bensőségességet, amelyektől esetleg szorong.
- Nem kell felelősséget vállalnia a kapcsolati problémák megoldásáért.

Mint már jeleztük, az erőszakos viselkedést nemcsak a környezetből származó elvárások és minták alapján tanuljuk meg, hanem *a környezet reakcióiból* is. Az erőszakos férfinak ritkán kell tettei miatt negatív következményekkel számolnia. A külvilág is azt üzeni a bántalmazónak, hogy helyes vagy legalábbis elnézhető, amit csinál. A tágabb család és az ismerősök nem róják fel neki erőszakos viselkedését. Senki nem küldi el a háztól, ahol másokat veszélyeztet, a legtöbbször nem indul ellene eljárás, amely terhelő bizonyítékként kezelné az általa összetört csontokat, bútorokat és lelkeket. Senki nem közvetíti felé azt az üzenetet, hogy ha nem tesz valamit viselkedése megváltoztatásáért, akkor sem partnerként, sem apaként nem állta meg a helyét. Így a külvilág közönye vagy hallgatása a bántalmazót sokszor megerősíti abban a hitében, hogy jogos és elfogadható, amit tesz.

Az alábbi érvek, melyek férfiak szájából hangzottak el, konkrétan rámutatnak a családon belüli erőszak mögött meghúzódó, széles körben

elfogadott normákra, melyek szerint a férfiaknak vezető szerepet kell játszaniuk a párkapcsolatukon belül, és uralkodniuk kell a nőkön:

„Egy férfi nem hagyhatja, hogy egy nő parancsolgasson neki.”

„Én vagyok a férfi és nálam van a pénz, ezért én döntök.”

„A nőekkel nem lehet ésszerűen bánni. Sokkal befolyásolhatóbbak, mint a férfiak. Szerintem érzelmileg gyengébbek a férfiaknál.”

„Tényleg féltékeny vagyok, de csak azért, mert a feleségem fontos nekem. Rajta kívül nem érdekel más nő.”

„Ha nem provokálna állandóan, nem kellene durvának lennem vele. Néha már azt hiszem, ő maga akarja, hogy megverjem.”

„Ha tudom, hogy igazam van, bebizonyítom neki, akárhogy is.”

„Amikor hallgat rám, jól kijövünk. De néha meg kell nevelnem.”

„Időnként szüksége van rá, hogy a helyére tegyem.”

„Ez része a neveltetésemnek. Nálunk is így volt otthon.”

Mi akadályozza a nőket a cselekvésben?

Gyerekkorukban a nők is sok mindent megtanulnak magukról és az emberi kapcsolatokról. Úgy nevelik őket, hogy elhiggyék: a legfőbb, esetleg egyetlen céljuk a nagy Ő-re várni, majd jó feleséggé és anyává válni, és megfelelni mások elvárásainak. A női szerepmodellek szerint az ő feladatuk boldoggá tenni a férjüket, családjukat, és ha valami miatt megromlik a kapcsolat, az ő dolguk, hogy megpróbálják rendbe hozni. Az erőszakról a nők is ugyanazt tanulták, amit a férfiak:

- Az igazi férfi uralkodik a családban.
- A nőnek meg kell hunyázkodnia, és igazat kell adnia férjének, ha annak nem tetszik valami az ő viselkedésében.
- Sem a család, sem az ismerősök, sem a társadalom nem ítéli el, ha egy férfi bántalmazza a feleségét.
- A problémákat erőszakkal meg lehet oldani.

Az a nő, akibe már gyerekkorától belenevelték ezt a szexista, patriarchális értékrendet, aki egy önbecsülését romboló egyenlőtlen vagy bántalmazó kapcsolatban él, aki azt tapasztalja, hogy hiába kér segítséget a környezetétől, azok őt hibáztatják vagy nem veszik komolyan, egyre kevésbé hisz majd abban, hogy van értelme cselekednie és hogy megszabadulhat az erőszaktól.

Az erőszak ciklusa

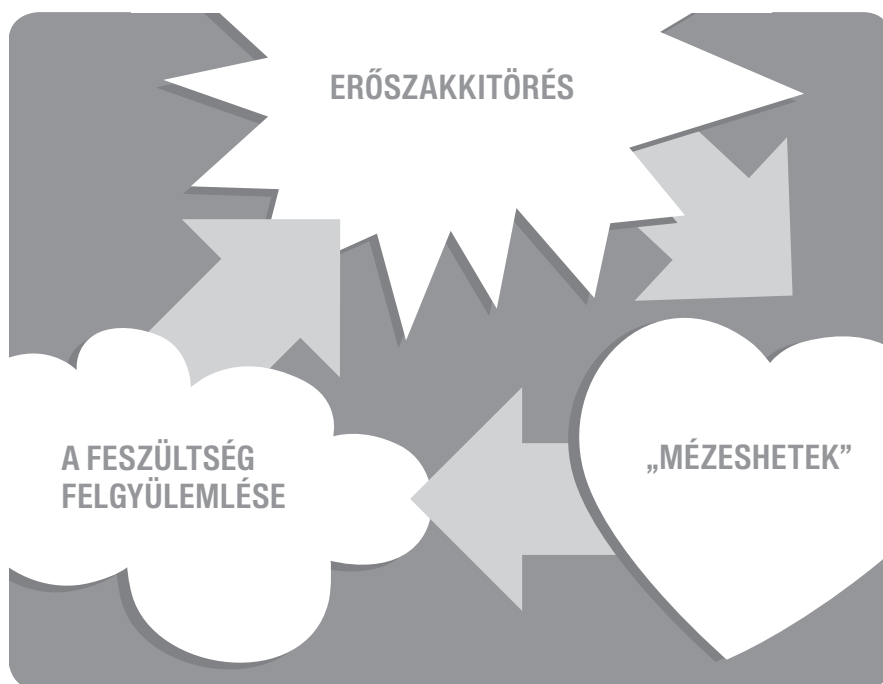
Lenore Walker pszichológus (Denver, Egyesült Államok) éveken át tanulmányozta a bántalmazó párkapcsolatokban lezajló folyamatokat. Ő alkotta meg az „erőszak ciklusa” fogalmát, amely segít megérteni az ilyen kapcsolatok dinamikáját. Walker szerint az erőszakos párkapcsolat körforgás jellegű, *ciklikus* mintázatot követ, melyben három jól elkülöníthető szakaszt figyelhetünk meg: a feszültség felgyülemelésének szakaszát, az erőszakkitörést és a „mézeshetek” szakaszát. (Lásd az ábrát a 40. oldalon.)

A feszültség felgyülemelésének idején a kapcsolatban egyre sűrűsödnek és súlyosbodnak a súrlódások: a bántalmazó mindenben hibát talál, mindenbe beleköt, esetleg szóban bántja partnerét. A bántalmazás áldozatai ilyenkor úgy érzik, mintha tojáshéjon járnának, általában próbálnak mindenben megfelelni partnerük vélt és valós elvárásainak, hátha ezzel csökkenteni tudják annak idegességét. Ez a feszültség a bántalmazó partner erőszakos kitöréséig fokozódik, majd az erőszakcselekményben „oldódik”.

Az erőszakkitörés lehet szóbeli vagy testi, lehet egy pofon, egy bútor szétverése, vagy akár a nő gyerekek előtti megerőszakolása. A bántalmazást követően az elkövető nemegyszer mélységes megbánást mutat: bocsánatot kér, kedvesen és szeretetreméltóan viselkedik, fogadkozik, hogy ilyesmi soha többé nem fordul elő, és ő nagyon szereti a párját. Ebben a fázisban az udvarlási időszak kedvességei is megjelenhetnek apróbb vagy értékes ajándékok, virágcsokor, bonbon vagy ékszerek formájában, ezért

ezt az időszakot néha a „mézeshetek” kifejezéssel szokták jelölni. Mint Walker kimutatta, ez a kikényszerített békülés alapvető fontosságú az áldozat lelki ellenállásának megtörésében. A „mézeshetek” szakaszt tovább bonyolíthatja a bántalmazó esetleges alkoholproblémája is, ilyenkor a fogadkozások között az ivás abbahagyása és a szaksegítség keresése is megjelenik az ivás miatti mélységes büntudattal keveredve. Ezt az átmeneti békés szakaszt aztán ismét a feszültség felgyülemelésének időszaka követi, és így tovább.

A ciklikusságon túl a folyamat további jellemzője, hogy a bántalmazó által alkalmazott erőszak idővel súlyosbodik, *eszkálálódik*. Egyrészt a szakaszok időben egyre gyorsabban követik egymást: a kapcsolat elején az erőszakkitörések között hónapok telhetnek el, később viszont ezek akár mindennapossá is válhatnak. Másrészt az erőszak egyre súlyosabbá válik. Az első alkalmakkor az elkövető pusztán szavakkal bántja a partnerét, ám az évek során egyre durvább módszerekhez folyamodhat. Az eskaláció néha a nő „véletlen túlveréséhez” vezet. Ilyenkor számos periratban olvasható, hogy a bántalmazó enyhítő körülményként próbálja feltüntetni a nő évek óta tartó verését: „Máskor is kibírta, nem értem, most mi történt.



Nem akartam megölni.” Sajnálatos módon ezzel az érveléssel egyes ügyészek és bírók is azonosulnak, és az éveken át tartó súlyos bántalmazás számos ítéletben enyhítő jellegű körülményként jelenik meg.

Érdemes azt is tudni, hogy nem minden bántalmazó párkapcsolat írható le a fenti modell segítségével. Az érzelmi és gazdasági erőszakot a bántalmazó sokszor folyamatos és állandó stratégiaként használja, mindenfajta ciklikusság nélkül.

A bántalmazó párkapcsolat kiemelten veszélyes szakaszai

A bántalmazó párkapcsolat kiemelten veszélyes szakaszaival azért fontos külön foglalkoznunk, mivel segítőként tisztában kell lennünk vele, mikor kerülhet a bántalmazott közvetlen életveszélybe.

Az egyik ilyen szakasz nyilvánvalóan maga az erőszakkitörés, amely akár az áldozat halálával is végződhet. Ugyanakkor a veszély elmúltával, a békülési szakasz idején sem tehetünk úgy, mintha a probléma valóban rendeződött volna. *Segítőként tudnunk kell, hogy az elkövető változásra tett ígéretei az erőszak ciklusának szerves részét képezik. A „mézeshetek” szakaszban a kapcsolat csak látszólag rendeződik, az alapvető probléma – vagyis a bántalmazó erőszakossága és uralkodó beállítottsága – ugyanúgy megmarad.* A bántalmazott fél biztonságát csak az garantálhatja, ha az elkövetőt megakadályozzák a bántalmazó magatartás folytatásában. Az érintett biztonságát soha nem tehetjük pusztán az elkövető ígéretétől függővé.

A másik különösen veszélyes szakasz – sokak számára meglepő módon – éppen az, amikor az áldozat megpróbálja megtörni a ciklust, vagyis amikor ki akar lépni a kapcsolatból. Mint már utaltunk rá, a szakítási vagy válási szándék bejelentését követő időszakban az erőszak általában eszkalálódik, a bántalmazó megfélemlítéssel igyekszik eltántorítani partnerét a szándékától. Amennyiben a bántalmazottnak sikerül különköltöznie, a legtöbbször megjelenik a fenyegető zaklatás (*stalking*), ami nemegyszer az erőszak eszkalációjával is jár. Igen sok gyilkosságot éppen a menekülési vagy válási szakaszban követnek el (lásd a sajtó által „szerelemfélézésnek” nevezett gyilkosságokat), ezért még a kapcsolatból való kilépés *előtt* fontos kockázatfelmérést és biztonsági tervet készíteni az érintettel! Egyes statisztikák szerint a fenyegető zaklatás tekintetében a válást/menekülést követő két év a legveszélyesebb időszak.

A biztonsági tervnek ki kell térnie a gyerekek elleni bosszú lehetőségére is. Nem egy olyan esetet ismerünk, amikor a nő kapcsolatból való kilépését a férfi a közös gyerek meggyilkolásával torolta meg.

Szintén előfordul, hogy a feszültség felgyülemelésének idején az áldozat olyan erős traumás stresszt él át, hogy akár gyilkosság árán is megpróbálja megelőzni az újabb erőszakkitörést. Ilyenkor az éppen ártalmatlan vagy akár alvó bántalmazó ellen fordulhat.

Mivel indokolják a nők, hogy „maradnak”?

Az alábbi lista bántalmazott nőktől származó idézeteket tartalmaz, akik arra a kérdésre adtak választ, miért maradnak a bántalmazó kapcsolatban:

ANYAGI FÜGGŐSÉG: *„Miből élnénk a gyerekeimmel? Ha találnék is munkát, a saját fizetésemből nem tudnánk megélni.” „Hova is mehetnék?”*

A GYEREKEK VÉLT ÉRDEKE: *„Egy erőszakos apa még mindig jobb, mintha nem volna apjuk.” „A gyerekeket nem veri.”*

FÉLELEM AZ EGYEDÜLLÉTTŐL: *„A férjem azt mondja, hogy képtelen vagyok nélküle boldogulni. Mihez is kezdenék egyedül?”*

SZERELEM: *„Szeretem a férjemet, hiszen azért mentem hozzá. Amikor nem erőszakos, akkor nagyon jó ember.”*

HŰSÉG: *„Ez nála valami betegség, és nekem jobban-rosszban ki kell tartanom mellette. Ha mozgássérült vagy rákos lenne, akkor sem hagynám el.”*

SAJNÁLAT: *„Sokkal gyengébb, mint én, szüksége van rám. Nem tudna nélkülem élni.” „Nem tud gondoskodni magáról, ha elhagyom, teljesen lecsúszik.”*

IDENTITÁS: *„Képtelen vagyok úgy élni, hogy nincs mellettem férfi. Félelmeimnek érzem magam. Mi értelme egyedül az életnek?”*

TAGADÁS: *„Annyira azért nem rossz a helyzet. Más nőknek sokkal nehezebb.”*

KÖTELESSÉGTUDAT, VALLÁS: *„Amikor hozzámentem, azt ígértem, hogy mellette maradok, amíg a halál el nem választ.”*

NEMI SZEREPEK: *„Ez a nők sorsa, én sem kívánhatok jobbat.” „A feleség dolga összetartani a családot.”*

FÉLELEM A FÉRFI ÖNGYILKOSSÁGÁTÓL: *„Azt mondta, megöli magát, ha elhagyom.”*

BÚNTUDAT: *„A férjem szerint én vagyok a házasságunk megromlásának az oka. Miattam van olyan sok problémánk.” „Ha jobb párja lennék, nem bántana.”*

ALACSONY ÖNÉRTÉKELÉS: *„Úgyse találnék jobbat.” „Az a kevés szeretet is jobb, mint a semmi.”*

SZÉGYEN, ZAVAR, MEGALÁZOTTSÁG: *„Nem akarom, hogy bárki megtudja, miket csinál velem.”*

BIZAKODÁS: *„Majdcsak megváltozik, leszokik az ivásról, és akkor minden jobbra fordul.”*

FÉLELEM A FÉRFI BOSSZÚJÁTÓL: *„Megfenyegetett, hogy bárhová megyek, megtalál, és megöl a gyerekekkel együtt.”*

A BÁNTALMAZÓ ÉS A KÖRNYEZET ÁLTAL KIVÁLTOTT TEHETETLENSÉGÉRZÉS: *„Sokkal erősebb nálam, nem tudom megvédeni magam.” „Senki sem tud segíteni nekem.”*

Milyen indokok tartják a nőket bántalmazó kapcsolatban?

Azok a nők, akik nem lépnek ki egy erőszakos kapcsolatból, a különböző stádiumokban más-más érvekkel magyarázzák ezt. Ahelyett tehát, hogy a „Miért marad?” kérdéssel a bántalmazott felelősségét firtatnánk igazságtalan és terméketlen módon, képzeljük inkább el, pontosan mit él át

a kapcsolat különböző szakaszaiban, milyen tapasztalatok és élmények alapján hoz döntést, és mire lenne szüksége ahhoz, hogy valóban szabadon dönthessen.

A BÁNTALMAZOTT ELEINTE AZÉRT MARAD, MERT:

- Szereti a partnerét.
- Nem ismeri a párkapcsolati erőszak jellegzetességeit, ezért hisz abban, hogy a partnere az ígéreteihez híven megváltozik.
- Elhiszi, hogy ha megteszi, amit a partnere akar, akkor elkerülheti, vagy legalábbis csökkentheti annak erőszakosságát.
- Azt hiszi, kitartásával meggyőzheti a partnerét a szerelméről, és akkor a férfi nem lesz többé féltékeny.
- Azt tanulta, hogy nőként az ő kötelessége összetartani a kapcsolatot.
- Azt hiszi, a partnere is jól működő, erőszakmentes kapcsolatot szeretne, és észérvekkkel meg tudja győzni.
- Hisz a partnere bocsánatkérésében, és reméli, hogy ilyesmi többé nem történik meg.
- Szégyenkezik, ezért inkább nem keres külső segítséget.
- Retteg a rendőrségi vagy egyéb intézményi beavatkozástól.

KÉSŐBB AZÉRT MARAD, MERT:

- Még mindig reménykedik, hogy a partnere megváltozik, ha meggyőzi őt vagy ha segítséget kap.
- Elhiszi a partnere ígéreteit, hogy megváltozik, hogy elmegy pszichológushoz, hogy leszokik az alkohorról vagy a drogról, és végre olyan életet élnek majd, amilyenről mindig is álmodott.
- Úgy gondolja, hogy a partnere szereti, és hogy szüksége van rá.
- Családja és ismerősei elvárják tőle, hogy maradjon.
- A partnere elszigetelte a társas és gazdasági erőforrásoktól, nincs önálló jövedelme, tulajdona, úgy látja, hogy nem tudná eltartani magát (és a gyerekeket).
- A partnere összezavarja, folyamatos agymosásnak teszi ki, és rombolja az önbecsülését.
- Az erőszak függőséget, poszttraumás stressz-zavart, depressziót, szorongásos zavarokat, traumás kötődést vagy más mentális zavart okozott nála, ami akadályozza a cselekvésben.
- Egyre jobban retteg partnere erőszakosságától, és aggódik a saját (és gyerekei) biztonságáért.

A KAPCSOLAT KÉSŐI SZAKASZÁBAN AZÉRT MARAD, MERT:

- Retteg a partnerétől, aki végtelen hatalommal bír a szemében. (Figyelem! Abántalmazott a segítőnél reálisabban méri fel, mire képes a partnere, hiszen ő él vele.)
- A partnere azzal fenyegeti, hogy megöli őt, a gyerekeket vagy a családját.
- Mivel lerombolták az önbecsülését, azt hiszi, hogy sosem fogja senki szeretni őt és úgy érzi, nem tudna meglenni egyedül.
- Ambivalens érzések és büntudat gyötri: „Fontos vagyok neki. Biztosan az én hibám, hogy megver, valamit biztosan rosszul csinálok, ezért nem felelek meg az elvárásainak.”
- Mivel folyamatos ellenőrzés és irányítás alatt áll, teljesen bénultnak érzi magát, nehezen dönt.
- Már komoly lelki zavarai vagy fizikai sérülései vannak, állandósult pszichoszomatikus problémákkal küzd.
- A sikertelen menekülési kísérletek után már csak az öngyilkosságot vagy a gyilkosságot látja kiútnak.
- A negatív tapasztalatai vagy a partnere fenyegetőzései miatt fél a hatóságok vagy egyéb állami intézmények előítéleteitől és káros beavatkozásától (például attól, hogy elveszik tőle a gyerekeit).
- A környezet, a hatóságok, a segítők eszköztelensége, közönye vagy áldozathibáztató hozzáállásának hatására a bántalmazott azt tapasztalja, hogy senkire sem támaszkodhat.

A bántalmazottat elsőként a külső akadályozó tényezők (fenyegetettség, zsarolás, erőforrások és támogatás hiánya, elégtelen vagy káros hatósági fellépés) elhárításával kell segítenünk. Amikor már nincs, ami fogva tartsa őket, az érintettek kilépnek a kapcsolatból. Amennyiben úgy látjuk, hogy nincsenek külső akadályozó tényezők, vegyük át még egyszer az ügyféllel, hogy ő mitől tart. Ne feledjük, hogy a bántalmazottak kockázatelemzése általában pontos, és igen ritka, hogy a valósnál nagyobb veszélyt feltételezzenek.

Vizsgáljuk meg azt is, hogy nekünk miért okoz nehézséget elfogadni a bántalmazott ítéletét a kockázat mértékéről és a kilépés esélyeiről! Ahogy minden ember, a segítő foglalkozásúak is hajlamosak arra, hogy azt gondolják, mindenki azt kapja, amit megérdemel: ez az igazságos világba vetett hit. Ez a meggyőződés ugyan megnyugtató, de sajnos nem igaz, elég, ha csak a háborúk gyermekáldozataira gondolunk, hogy ezt belássuk. Ami a bántalmazottakkal történik, az elkeserítően igazságtalan, így ha együttérzünk

velük és hiszünk nekik, az óhatatlanul megrengeti biztonságérzetünket. Ilyenkor nagy a kísértés, hogy a külső kényszerítő körülmények helyett az áldozatban keressük az okot, és így tartjuk fenn azt az illúzióinkat, hogy csak az válhat egy bántalmazó foglyává, akivel valami baj van, aki rossz döntéseket hoz, aki más, mint mi. Segítőként ezt nem engedhetjük meg magunknak, kötelességünk, hogy szembenézzünk az érintett valós helyzetével, ugyanis ha figyelmen kívül hagyjuk a rá leselkedő veszélyeket, azzal súlyosan veszélyeztetjük őt és gyermekeit!

Óvakodjunk tehát attól a gyakori hibától, hogy belső, pszichológiai okoknak tulajdonítunk egy olyan döntést, amely kényszerhelyzetben született! Amennyiben minden tényezőt alaposan, az érintettel együtt megvizsgálva mégis úgy látjuk, hogy nincsenek külső kockázati tényezők, feltérképezhetjük, hogy milyen belsővé tett okai lehetnek annak, hogy a bántalmazott nem hagyja el az elkövetőt, majd támogathatjuk őt ezek leküzdésében. A következőkben ismertetjük azokat a fogalmakat, amelyeket a pszichológusok azon helyzetek magyarázatára alkottak meg, amikor teljes bizonyossággal kizárhatóak a külső kényszerítő tényezők, az áldozat mégis a kapcsolatban marad. Ezek a lelki jelenségek nem valamiféle gyengeség vagy személyiségprobléma jelei, bárkinél kialakulhatnak, akit bántalmazás ér, de nem kapja meg a neki járó védelmet és támogatást.

TRAUMÁS KÖTŐDÉS

A traumás kötődés a biztonságos kapcsolatokra jellemző kötődésnél is szorosabb, mivel az ember hajlamos különösen erősen ragaszkodni ahhoz, akivel együtt szélsőséges élményeket élt át. Az elkövető úgy alakítja ki ezt a függő állapotot, hogy felváltva bántja majd jutalmazza (pl. kedvességgel, széxszel, vigasztalással, ígéretekkkel) az áldozatot. A rendkívül intenzív, váltakozó pozitív és negatív érzelmek miatt mindez „szenvedélyes szerelemnek” is tűnhet. A traumás kötődés egyik sajátossága és fenntartója, hogy az áldozat úgy érzi, csak az tudná őt megvigasztalni, aki bántotta.

STOCKHOLM-SZINDRÓMA

Az elsőként túszoknál megfigyelt tünetcsoport kialakulásához 4 tényezőnek kell jelen lennie:

- az áldozat azt tapasztalja, hogy az elkövető kezében van az élete;
- az elkövető apró, kedves gesztusokat tesz;
- az áldozat el van szigetelve másoktól, csak az elkövető nézőpontja elérhető a számára;
- az áldozat azt tapasztalja, hogy nem tud elmenekülni.

Mivel az elkövető teljes kontrollt gyakorol az áldozat életkörülményei, életben maradása felett, az áldozat hálát kezd érezni pusztán azért, hogy életben hagyják. Ilyenkor a túlélés érdekében az áldozat átveszi az elkövető nézőpontját: annak teljhatalma és az általa kialakított elszigeteltség miatt az áldozat, aki szeretné megőrizni biztonságérzetét, elhiszi, hogy az elkövető alapvetően jó, illetve mindenható, ezért neki sem oka, sem esélye nincsen a menekülésre. Azok az emberek, akiket partnerük tart fogva, a foglyokhoz hasonlóan az állandó félelem, zavarodottság és kimerültség mellett egyfajta erős kötődést és azonosulást is megélnék, amely lassan elmúlik, miután biztonságba kerültek.

Milyen lehetséges kimenetelei vannak a bántalmazó kapcsolatnak?

AZ ÁLDOZAT KILÉP A KAPCSOLATBÓL

A bántalmazott nők általában jól tudják, hogy a kapcsolatuk veszélyes, és mindent elkövetnek, hogy maguk és gyerekeik számára biztonságos életet teremthessenek. Egy bántalmazó kapcsolatból kilépni jellemzően nem könnyű, kockázatos, és sok veszteséggel jár. Az áldozatnak gyakran arról kell döntést hoznia, hogy melyik alapvető szükségletéről, melyik emberi jogának érvényesüléséről mond le (például választania kell a lakhatáshoz vagy a méltósághoz való jogai közül). Egy ilyen helyzetben mindenképp sérülni fognak a bántalmazott alapvető szükségletei, és a legtöbbször csak jóval később lesz része abban a testi-lelki biztonságban, aminek reményében lemond például az otthonáról, a munkájáról, vagy a megszokott környezetéről és tárgyairól.

Ne feledjük, hogy a kilépéssel általában nincs vége a bántalmazásnak, az elkövető mindent megtesz azért, hogy fenntartsa a hatalmát partne-

re felett. Ez megnyilvánulhat ígéretésben, visszahódítási kísérletekben, a közös gyerekek elrablásában vagy elperelésében, vagy az áldozat önálló életének ellehetetlenítésében, fenyegető zaklatásban, akár gyilkosságban is. A kilépést követő körülbelül két év kiemelten veszélyes időszak lehet a bántalmazott számára. Ilyenkor javasolt kockázatelemzést és személyes biztonsági tervet készíteni¹⁵, azaz végiggondolni, hogy mennyire veszélyes a bántalmazó, milyen helyzetek lehetnek kockázatosak az érintett és gyerekei számára, és hogyan tudja ezeket kikerülni, illetve milyen biztonsági intézkedéseket tehet. Sokat segíthet a biztonság megteremtésében, ha a hatóságok ilyenkor táv tartják a bántalmazót, de a jelenlegi szabályozás csak ideiglenes és nem hosszú távú megoldást kínál.

A fentiek miatt segítőként hibát követünk el, ha a kockázatok és az erőforrások pontos felmérése nélkül kilépésre biztatjuk a bántalmazottat. Ez azonban nem jelenti azt, hogy bárkinek bele kellene nyugodnia abba, hogy bántják: megfelelő felkészüléssel rengetegen lépnek ki sikeresen a bántalmazó kapcsolatukból.

A KAPCSOLAT FENNMARAD

Külső beavatkozás hiányában a párkapcsolati erőszak veszélyes mértékűvé fokozódhat, és végzetes következményekkel járhat.

Az áldozat az erőszakkitörések közben súlyos sérüléseket szenvedhet, vagy partnere meg is ölheti. Ne feledjük, Magyarországon körülbelül heti egy nőt öl meg (volt) partnere. A bántalmazók egy része öngyilkos lesz, miután végzett a partnerével, és az is előfordul, hogy a közös gyerekekkel vagy gyerekekkel is végez. Szintén megtörténik, hogy a nő önvédelemből megöli bántalmazóját, netán az állandó félelem vagy reménytelenség miatt a saját életének vet véget.

A legtöbb eset ugyan nem fajul gyilkosságig, de az erőszakos légkör rendkívül romboló hatású minden érintett számára. A bántalmazottnál az állandó stressz és ismételt traumák miatt a legkülönbözőbb mentális zavarok (pl. poszttraumás stressz-zavar, depresszió, pánikbetegség) alakulhatnak ki. Szintén gyakori, hogy az áldozat alkohollal, drogokkal vagy gyógyszerekkel próbálja enyhíteni testi-lelki fájdalmát, és függőség alakul ki nála. A bántalmazott nőknél a sérülések mellett gyakran jelentkeznek különféle testi betegségek is: daganatok, emésztési és evészava-

¹⁵ lásd a Függelékben A „NAGY 26” kockázatfelmérő kérdőívet és Személyes biztonsági tervet

rok, fej- vagy hátfájás. Mindeközben a környezet által meg nem fékezett erőszak az elkövető személyiségét súlyosan eltorzíthatja.

A korosodással a párkapcsolati erőszak jellege megváltozhat: testi ereje csökkenésével a bántalmazó néha arra kényszerül, hogy felhagyjon a fizikai erőszakkal. Ilyenkor sem szűnik meg viszont az állandó szóbeli és lelki terror, amivel a bántalmazó továbbra is pokollá teszi környezete életét. Egyes esetekben viszont éppen ellentétes a folyamat: az idős bántalmazó viselkedésében eszkaláció figyelhető meg: nem egyszer hallhatunk híradást olyan feleséggyilkosságról, ahol mind a nő, mind a férfi hetven év fölötti volt. Arra is van példa, hogy a bántalmazó felhagy a nyílt erőszak alkalmazásával. Ennek általában az az oka, hogy több évtizednyi bántalmazás után az áldozat beletörődött a helyzetébe, így az egyenlőtlen hatalmi viszony fenntartásához és a kapcsolatból való kilépésének megakadályozásához már nincs szükség megfélemlítésre. Ha azonban az áldozat változtatni szeretne a kapcsolaton, a bántalmazó újra erőszakhoz folyamodik, hogy letörje ezeket a próbálkozásokat.

A BÁNTALMAZÓ LÉP KI A KAPCSOLATBÓL

Időnként az is előfordul, hogy a bántalmazó fél lép ki a kapcsolatból. Ez sok esetben nem végleges kilépés, inkább az erőszak ciklusának részeként jelenik meg. (Különösen jellemző ez egy speciális bántalmazó-típusra, melyet Lundy Bancroft *Mi jár a bántalmazó fejében?* című könyvében „A Játékos” néven ír le.) Ilyenkor a bántalmazó vissza-visszatér, hogy újra kapcsolatot vagy futó kalandot alakítson ki a nővel. A szakítások és visszahódítások ciklusait és a többi partnerét eszközként használja arra, hogy fájdalmat okozzon vele partnerének.

Az áldozatok általában fájdalmas veszteségként élik meg, ha a bántalmazó, aki érzelmi függőséget alakított ki és elhitette velük, hogy értéktelenek, elhagyja őket, ami után komoly munkával tudják csak visszanyerni önbecsülésüket.

A további erőszak megelőzése céljából fontos tisztában lennünk vele, hogy a bántalmazó valószínűleg következő partnerével is ugyanolyan durva lesz előbb-utóbb. (Ezért érdemes nagyon komolyan venni, ha valakiről megtudjuk, hogy erőszakos volt előző házastársával vagy partnerével.)

Megváltozhat-e a bántalmazó?

A legtöbb érintett sokáig reménykedik abban, hogy partnere majd megváltozik, ha megfelelő érveket hall, vagy terápiás segítséget kap. Akik nem ismerik a bántalmazás természetrajzát és okait, gyakran valamilyen mentális betegségnek vagy függőségnek tulajdonítják az erőszakos viselkedést. Bár a bántalmazók körében egyes felmérések szerint az átlagnál nagyobb a narcisztikus és az antiszociális személyiségzavar előfordulási aránya (ezek a személyiségzavarok énközpontúsággal, manipulatív viselkedéssel, mások gátlástalan kihasználásával járnak, és nagyon nehezen, minimális hatékonysággal kezelhetőek), és van olyan elkövető is, aki leggyakrabban alkohol vagy drog hatása alatt bántalmaz, ezeknek a problémáknak a kezelése önmagában nem vezet az erőszak megszűnéséhez.

Mikor a bántalmazó az áldozat könyörgésére beleegyezik valamilyen terápiába vagy ígéretet tesz rá, hogy megváltozik, az általában csak a „mészetek”-szakasz egyik eleme, amely azt a célt szolgálja, hogy a partnert a bántalmazó kapcsolatban tartsa.

A bántalmazó viselkedésű emberek túlnyomó többsége nem változik meg, mivel a bántalmazás, és a mögötte húzódó tanult attitűd, miszerint az elkövetőnek joga van használni és bántani a hozzátartozóit, rengeteg előnnyel jár a számára (bővebben lásd a „Mi az oka a férfiak erőszakosságának?” című fejezetben). Sok áldozat és a témában tájékozatlan kívülálló (segítő, ismerős) azt gondolja, hogy a bántalmazó is harmonikus, békés kapcsolatot szeretne, de ez sajnos nem így van. A párkapcsolati erőszak elkövetői éppen olyan egyenlőtlen párkapcsolatot szeretnének, amelyet a viselkedésükkel kialakítanak: kompromisszumok és egyetértés helyett a mindenáron való dominancia, béke helyett a (részükről) gátlástalan dühöngés, boldog és kiteljesedett partner helyett egy őket cselédként szolgáló, félelemtől megtört társ az, amit akarnak.

A legtöbb elkövető a fentiek miatt inkább elveszíti a partnerét, és keres egy újat, akit majd szintén bántalmazni kezd, mint hogy feladja előjogait és megtanuljon erőszakmentesen viselkedni. Mivel a társadalom és a jogrendszer nem szankcionálja megfelelően a párkapcsolati erőszakot, az elkövető számára annak előnyei jóval nagyobbak, mint a költségei, így nem éri meg a számára a változás.

Segítőként nagyon fontos tudnunk, mely beavatkozásoktól várhatunk javulást párkapcsolati erőszak elkövetői esetében, és melyek hatástalannak vagy kifejezetten károsak.

BÁNTALMAZÓK SZÁMÁRA KIFEJLESZTETT PROGRAMOK

Külföldön már sok éve léteznek olyan elkövetőknek szóló programok, amelyek a bántalmazó viselkedést megalapozó szexista nézeteket és jogosultságtudatot veszik célba, és folyamatosan figyelemmel kísérik az áldozat(ok) biztonságát is. Azonban még ezek a speciálisan bántalmazók számára kifejlesztett programok is csak csekély eredménnyel kecsegtetnek, és általában csak azoknál az elkövetőknél érnek el némi eredményt, akiknek komoly vesztenivalójuk van, amennyiben nem változnak meg (pl. börtönbe kerülnek).

Ahhoz, hogy növelje a bántalmazott partner és gyerekek fizikai biztonságát, egy ilyen programnak legalább egy évig kell tartania. Alapkövetelmény, hogy a program vezetői elvárják az elkövetőtől, hogy azonnal hagyjon fel az erőszakos viselkedéssel. Fontos továbbá, hogy a program kifejezetten a párkapcsolati erőszakra koncentráljon, ne csak egyéni, hanem társadalmi szinten, a szexizmus és a tradicionális nemi szerepek szempontjából is elemezze azt, és az áldozatokkal szoros együttműködésben szervezzék (ugyanis csak ők tudják megítélni, történik-e változás).

A bántalmazókkal folytatott munka gyökeresen eltér az egyéni tanácsadástól és terápiától, mivel ezeket a bántalmazó könnyedén a maga igazolására használja fel. A munka mindenképpen csoportban kell, hogy történjen, és a férfi érzéseinek megértése helyett az erőszakra feljogosító gondolkodásmód megváltoztatását, az önkéntes részvétel helyett a kötelező megjelenést, a férfi támogatása helyett a nő támogatását helyezve a középpontba.

A bántalmazó férfiaknak szóló programok a tapasztalatok szerint nem a kapcsolat fennmaradását eredményezik – a súlyos lelki vagy testi bántalmazás után a túlélő, ha végre biztonságba kerül, már nem kíván azzal élni, aki ilyen módon kínozta őt –, viszont egyes esetekben hozzájárulhat ahhoz, hogy a szétválás biztonságos legyen, és (ritkább esetben), hogy a bántalmazó a későbbi párkapcsolataiban ne viselkedjen erőszakosan.

A BÁNTALMAZÓK ÉS A PÁRKAPCSOLATI ERŐSZAK KEZELÉSÉRE ALKALMATLAN BEAVATKOZÁSOK

Azok a segítő módszerek, amelyek nem *kifejezetten* az erőszakos viselkedésre, és az azt tápláló meggyőződésekre (szexista nézetek, jogosultság-

tudat) koncentrálnak, nemcsak eredménytelenek, hanem veszélyeztetik is a partner és a gyerekek biztonságát. Ezek a beavatkozások ugyanis egyrészt azt a hamis illúziót keltik az áldozatokban, hogy az elkövető most már szakemberek kezében van, és minden rendben lesz, másrészt egyes témában képzetlen szakemberek sokszor kifejezetten teret és bátorítást adnak a bántalmazónak, miközben azzal, hogy nem állnak ki mellette, vagy egyenesen hibáztatják az erőszakért, növelik a bántalmazott szégyenérzetét és büntudatát.

Az önmagában alkalmazott *alkohol- vagy drogelvonókúra* például nem készíti az elkövetőt arra, hogy szembenézzon a mások feletti hatalommal és uralkodással kapcsolatos nézeteivel, viszont erősíti az áldozatokban azt a téves elképzelést, hogy a bántalmazást az alkohol okozza, és ha az alkohol eltűnik a család életéből, azzal automatikusan rendbe jönnek a dolgok. Ugyanígy hatástalan a *dühkezelési tréning*, hiszen a bántalmazónak nincs megfelelő motivációja arra, hogy valóban alkalmazza az ott tanultakat.

További tévút lehet, ha a bántalmazó *egyéni terápiába* kezd vagy *önismereti csoportba* jár, mivel a más esetekben hatékony terápiás megközelítéseket a mások hibáztatására amúgy is hajlamos bántalmazók általában a saját felmentésükre használják, miközben a terapeuta vagy a csoport támogatását élvezik. Jellemző még a bántalmazókra, hogy nem mondanak igazat a terápiában, és tehetségesen manipulálják a szakembereket, így minden egyes nem kifejezetten bántalmazókra tervezett beavatkozás szükségszerűen hatástalan marad.

A párkapcsolati, családon belüli erőszak eseteiben a *család- és párterápia*, valamint a *mediáció* kifejezetten ellenjavallt, mivel ezek a módszerek csak egyenlő felek között működnek. A bántalmazó párkapcsolatokban az egyik fél kiszolgáltatott, a másik pedig manipulatív és a meglévő hatalmi egyenlőtlenség fenntartásában érdekelt, így a beavatkozás segítés helyett még rosszabb helyzetbe hozhatja a bántalmazottat. Sajnos ezt az alapszabályt a hazai családterapeuták és mediátorok ritkán ismerik és veszik komolyan, így akaratlanul is kárt okozhatnak. A közös feltárómunka során a bántalmazott általában fél őszintén elmondani, mi történik vele, ezért a terapeuta téves következtetésekre juthat. Ha viszont a bántalmazott partner mégis vállalja a kockázatot, és őszintén feltárja helyzetét, az az erőszak súlyosbodásához vezethet, mivel a bántalmazó mindezt árulásként vagy hátbatámadásként éli meg. A családon belüli erőszakkal kapcsolatos mediációra számos országban szakmai hibaként tekintenek, és hazánkban is akadnak már olyan felkészült szakemberek, akik bántalmazás esetén visszautasítják a mediációt.

JELEK, MELYEK VALÓDI VÁLTOZÁSRA UTALHATNAK

Amennyiben azt tapasztaljuk, hogy pozitív változás állt be a bántalmazó viselkedésében, érdemes megvizsgálnunk, valóban tartós és mély javulásról van szó, vagy ellenkezőleg, az elkövető csak azért fogja vissza magát átmenetileg, hogy ezzel manipulálja környezetét: jó benyomást keltsen, elkerülje a büntetést vagy visszahódítsa partnerét. Amennyiben az alább felsorolt kritériumok mindegyike tartósan teljesül, van rá esély, hogy valódi változás történik:

- Felhagy a bántalmazás és kényszerítő kontroll minden formájával
- Teljes mértékben elismeri, hogy bántalmazó módon viselkedett és ezzel szenvedést okozott
- Felhagy a mentegetőzéssel és mások hibáztatásával
- Kárpótolni igyekszik az áldozato(ka)t
- Tiszteletben tartja (volt) partnere határait és döntéseit
- Felelősséget vállal az erőszakért és elismeri, hogy a bántalmazás az ő döntése volt
- Elfogadja, hogy a bántalmazással való felhagyás hosszú folyamat, és nem nyilvánítja magát „gyógyultnak”
- Nem vár elismerést a fejlődéséért, sem azt, hogy ennek fejében elnézzék neki a visszaeséseket
- Tiszteletteljes, gyengéd, támogató módon viselkedik
- Egyenlően osztja meg partnerével a munkát (beleértve a házimunkát) és a hatalmat is
- Megérti és elfogadja partnere vagy volt partnere bántalmazás miatti dühét és neheztelését
- Konfliktushelyzetekben sem viselkedik félelemkeltően vagy elnyomóan
- Elfogadja tettei következményeit (beleértve a szakítást vagy válást), nem sajnál(tat)ja magát ezek miatt

Mikor azt ítéljük meg, hogy a fenti kritériumok teljesülnek-e, sosem a bántalmazó beszámolóját, hanem a bántalmazott tapasztalatait, érzéseit, illetve saját benyomásainkat kell figyelembe vennünk. Azt is tartsuk szem előtt, hogy az áldozatok általában nagyon szeretnének hinni a változásban, és az apró, átmeneti javulásokat is hatalmas megkönnyebbülésként élik meg, így segítőként az a feladatunk, hogy, tudván, mennyire ritka a valódi változás, minél kritikusabbak legyünk, és figyelmeztessük az érintettet, ha úgy látjuk, a bántalmazó manipulálni próbál.

Azt is tartsuk szem előtt, hogy a bántalmazó akár évekre is felhagyhat a bántalmazással, és „megváltozhat” annak érdekében, hogy visszaszerezze partnerét és még jobban magához kösse (pl. közös gyerekekkel, házassággal), mielőtt újra bántalmazni kezdi. Aki egyszer bántalmazóként viselkedett, azt többé nem tekinthetjük biztonságos partnernek.

A BÁNTALMAZÓK ÉS AZ ÁLDOZATOK AZONOSÍTÁSA: FIGYELMEZTETŐ JELEK

A bántalmazó

Bár minden bántalmazó személyes története más, mégis gyakran azonosíthatók viselkedésükben olyan közös vonások, melyek a későbbi erőszakos magatartásra utalnak. E korai jelzések felismerése igen fontos mind a megelőzés, mind az utólagos feldolgozás szempontjából. Javasoljuk, hogy a fiatalokkal dolgozó szakemberek lehetőleg beszélgessenek e korai figyelmeztető jelekről lányokkal és fiúkkal egyaránt, hogy a felnövő generáció számára is világossá válhasson a szerelem és a birtoklás közötti különbség, ami jó eséllyel mindkét félnek segít az erőszakos párkapcsolatba való belesodródás elkerülésében.¹⁶

Minél több figyelmeztető jelet látunk, annál valószínűbb, hogy párkapcsolati erőszakra hajlamos férfival van dolgunk.

¹⁶ Pedagógusok és ifjúságsegítők számára javasoljuk a „Szívdobbanás – Párkapcsolat erőszak nélkül. A fiatalok közti párkapcsolati erőszak megelőzése - kézikönyv iskolai és iskolán kívüli foglalkozásokhoz” című kiadványunkat, amely szabadon letölthető a honlapunkról.

A BÁNTALMAZÓ FÉRFI ISMÉRVEI:

- Úgy véli, a nők nem tudnak olyan okosak, tapasztaltak, magabiztosak, erősek, határozottak és függetlenek lenni, mint a férfiak. Kigúnyolja a nőket „butaságuk”, „érzékenységük” vagy más „tipikusan női” tulajdonságaik miatt, esetleg lealacsonyító vagy nőgyűlölő megjegyzéseket tesz rájuk úgy általában, különösen az intelligenciájukat, a nemiségüket és a testüket illetően.
- Nem hiszi, hogy durva viselkedése helytelen, vagy hogy annak negatív következményei lehetnek.
- Önértékelése alacsony, sikertelenségei miatt jobbra másokat (szüleit, főnökét, partnerét) hibáztat.
- Gyerekkorában maga is bántalmazott volt, vagy tanúja volt, hogy az apja veri az anyját.
- Extrém módon reagál a stresszre, és ilyenkor alkoholhoz, kábítószerhez, erőszakos eszközökhöz folyamodik. A számára frusztráló történeteket úgy kezeli, hogy rögtön elveszíti a türelmét és megtorolja vélt sérelmét.
- Dühét arra használja, hogy másokon uralkodjon vele. A düh egyfajta kommunikációs eszközként szerepel a repertoárjában: ilyenkor robbanékony, passzív-agresszív módon duzzog vagy másokat hibáztat, esetleg a földhöz vág, összetör dolgokat. Hagyja, hogy dühe uralhatatlanná váljon.
- Nehezen tudja kívánságait pozitív módon, szerényen kifejezni.
- Agresszív a szexben, főleg a hatalmát, uralmát bizonyító helyzeteket, az erőszakot is magában foglaló szexuális viselkedést élvez.

KORAI FIGYELMEZTETŐ JELEK A BÁNTALMAZÓ FÉRFI VISELKEDÉSÉBEN:

- Féltékeny: féltékenységeért a partnerét hibáztatja és elvárja, hogy az beszűkítse az életterét és korlátozza kapcsolatait.
- Kontrollál: szabályozza a partnere szabadidejét, öltözködését, baráti körét, étrendjét, pénzét (később akár ürítkezését, alvási idejét is).
- Korán elköteleződik: akár a második randevún megkéri a nő kezét, és közös életüket tervezgeti.
- Irreális elvárásokat támaszt: egy nő mindig legyen ápolt és szép, mindig legyen szexuálisan elérhető, az általa vezetett háztartás legyen mindig hiba nélküli.
- Elszigetel: partnere nem tarthat szabadon kapcsolatot a családjával, barátaival vagy munkatársaival.

- Saját problémáinak forrását másokban keresi: nem vállal felelősséget sem a cselekedeteiért, sem az érzéseit. Erőszakos viselkedése vagy önuralma elvesztése miatt hajlamos másokat vagy a partnerét hibáztatni.
- A vitákat merev elzárkózással vagy befolyásolással zárja le.
- Túlérzékeny: apró ingerre is támadóan reagál, vagy mindig az ő érzéseivel/problémáival kell foglalkozni a kapcsolatban.
- Kierőszakolja vagy büntetésképpen megtagadja a szexet.
- Sértegeti a partnerét, bántó, megalázó dolgokat mond neki.
- A szexuális erőszak és a nők elleni erőszak témáit viccesnek tartja.
- Mereven elkülöníti a női és férfi szerepeket: úgy véli, hogy joga van a nőket és gyerekeket „nevelni” vagy „büntetni”. Úgy gondolja, hogy a nők csak háztartásvezetésre, gyerekszülésre és szexre valók.
- A viselkedése „Dr. Jeekyll és Mr. Hyde”-jellegű: idegenek előtt teljesen más, mint kettesben: csak akkor viselkedik bántalmazó módon, amikor kettesben van az áldozattal, kívülállók előtt pedig kifejezetten kedves, vagy éppen ellenkezőleg: csak társaságban durva. (Ez utóbbi mintázat főként serdülő fiúkra jellemző.)

AZONNALI FIGYELMEZTETŐ JELEK, MELYEK ALAPJÁN BIZTOSAN TUDHATÓ, HOGY A FIZIKAI ERŐSZAKTÓL SEM VISSZARIADÓ BÁNTALMAZÓVAL VAN DOLGUNK:

- A másik jelenlétében fenyegetően tárgyakat dobál vagy tör össze.
- Testi erőszakkal fenyegetőzik, vagy a testi erőszak akár csak lehetőségként is felmerül a kapcsolatban.
- Általában durva vagy türelmetlen gyerekekkel és állatokkal. Az együttélés során bántja a háziállatokat vagy társállatokat.
- Tudható, hogy korábbi kapcsolatában bántalmazta a partnerét.

A bántalmazott nő

Társadalmunkban nem biztonságos arról beszélni, hogy erőszak ér minket a párkapcsolatunkban, mert nem lehetünk biztosak benne, hogy aki megtudja, nem minket okol-e majd az erőszakért vagy nem értékeli-e le minket, amikor kiderül, hogy áldozattá váltunk.

A bántalmazott nők többnyire szégyellik a bántalmazást, és önmagukat hibáztatják az őket érő erőszak miatt. (Ez egyébként mindenkire jellemző, aki bűncselekmény áldozatává válik, de párkapcsolati erőszak esetén

a társadalom áldozathibáztató attitűdje miatt még hangsúlyosabban jelentkezhetsz.) Mindezek miatt ne várjuk azt az érintettektől, hogy majd kijelentik: „bántalmazott nő vagyok”. Vannak olyan nők is, akik valóban megvannak győződve róla, hogy ami történik velük, az nem erőszak. Ilyenkor a segítő szakembernek magának kell felismernie a bántalmazásra utaló jeleket.

A BÁNTALMAZOTT NŐ ISMÉRVEI:

- Utal rá, hogy retteg a partnere dühétől. Szinte kizárólag a férfi érzéssel és hangulatával foglalkozik, láthatólag nem tud a saját érdekei mentén cselekedni.
- Alacsony az önértékelése.
- Lehangolt és szorongó.
- Biztos benne, hogy senki nem segíthet rajta, egy esetleges beavatkozás csak még rosszabbá tenné a helyzetét.
- Zavarban van, ha beszélnie kell az erőszakról. Próbálja elkerülni a témát, szégyelli, hogy sérülései vannak.
- Rezignáltnak, lemondónak látszik, ha a gyerekei problémáival kell szembesülnie, például mert verekednek, vagy iskolai problémáik vannak.
- Elszántan igyekszik a bántalmazó kedvére tenni, mivel reméli, hogy ezáltal elkerülheti az erőszakot. Úgy szervezi az idejét, hogy biztosítsa, partnere minden igényének meg tudja felelni.
- Sok abortusza volt már vagy sok gyereke van, miközben párkapcsolata láthatóan nincs rendben.
- Nagyon megviselik a váratlan helyzetek, melyek a napi rutinban fennakadást okozhatnak (például hogy késve tud hazaindulni a munkahelyéről).
- Depressziós, szorongásos vagy egyéb pszichés és pszichoszomatikus panaszai vannak.
- Öngyilkossági gondolatai, esetleg kísérletei lehetnek.
- Alkoholt vagy kábítószerrel fogyaszt, hogy ne kelljen szembenéznie kapcsolata valóságával és fájdalmaival.

TESTI TÜNETEK:

- Számos sebesülése és sérülése van, főként a karján, fején, arcán, mellén és hasán. (A fizikai erőszak veszélye különösen nagy a nő terhessége esetén.)

- Sérülései a gyógyulás különböző stádiumaiban vannak.
- Sérüléseire homályos, életszerűtlen magyarázatokat ad. („Leestem a lépcsőn.” „Leestem a létráról.” „Nekimentem az ajtófélfának.” „Ráléptem a gereblyére.”)
- Az időjárásnak nem megfelelő hosszú ujjú ruhákat, magas nyakú garbót, nagy napszemüveget visel.
- Tudhatóan többször járt már kórház baleseti osztályán vagy a házi orvosnál, esetleg látletelei is vannak.
- Bagatellizálja a sérülései súlyosságát.
- Többször is magyarázat nélkül hiányzik a munkahelyéről.
- Feltűnően jól tűri a fájdalmat.
- Ha megérintik, elhúzódik, megretten, összerezzen, és ijedtnek látszik.
- Általánosan „lerobbantnak” tűnik: fáradt, az arca a valós koránál idősebbnek mutatja. Testileg leépült, elhanyagolt benyomást kelt, esetleg nagyon le van fogyva.

HA PARTNERÉVEL EGYÜTT JELENIK MEG:

- A férfi kisajátítóan és féltékenyen viselkedik vele.
- A férfi túlságosan sokat törődik vele, látványosan túlóvó és gondoskodó.
- Folyamatosan figyeli a férfi rezdüléseit, reakcióit. (Pl. a szokásosnál gyakrabban keresi a szemkontaktust vele.)
- A férfi válaszol helyette, amikor a nőt kérdezik, vagy ő veszi el a neki nyújtott tárgyat.
- A viselkedése láthatóan megváltozik, amikor a férfi elhagyja a szobát.
- A férfi látványosan semmibe veszi vagy leszólja (rácsapja az ajtót, társaságban „leégeti”).

A gyerekek

Az erőszakos családban felnövő gyerekek szintén áldozatok: mindig félniük kell a bántalmazás megismétlődésétől, akár „csak” anyjukat, akár őket is éri erőszak. Az ilyen gyerekekben sokszor egyfajta trauma-alapú világszemlélet alakul ki – a világot veszélyekkel teli, igazságtalan, kiszámíthatatlan helynek élik meg, ahol éppen azok az emberek bántják őket, akiknek az lenne a dolga, hogy óvják és szeressék őket.

A bántalmazó családban élő gyerekekben erős düh gyülemlik fel, ami számos módon ölthet testet. Sok gyerek önmaga ellen fordítja dühét, és önvád vagy bűntudat formájában jeleníti meg. A másik gyakori megkü-

dési mechanizmus az, amikor a gyerek dühe más személyek ellen fordul, és főként a kortársai/testvérei elleni erőszakos viselkedésben mutatkozik meg, vagy az elkövető ellen irányul. Egyes esetekben a gyerek a bántalmazó nézőpontját teszi magáévá. Ilyenkor az anyját hibáztatja az ott-honi feszültségek és incidensek miatt, netán nyíltan megveti, vagy maga is erőszakosan viselkedik vele.

A bántalmazótól sújtott családokban a gyerekek gyakran mind érzelmi, mind fizikai elhanyagolásban élnek. A partnerét bántalmazó személy eleve alkalmatlan szülői feladatok ellátására, még akkor is, ha a gyerekeket közvetlenül nem bántalmazza (erről bővebben Lundy Bancroft *Lehet-e jó apa a bántalmazó?* című könyvében olvashat), ráadásul a partnere szülői készségeit is rombolja. Az az anya, aki állandó veszélyben, félelemben és bizonytalanságban él, a gyerekeinek sem képes azt a testi-lelki biztonságot, türelmet és odafigyelést nyújtani, amire szükség volna.

A gyerekek gyakran elsajátítják szüleik erőszakos viselkedésmintáit. Sajnos jelenleg a társadalmi hatások nem tudják ezeket a családban tanult mintákat ellensúlyozni, sokkal inkább további felhatalmazást és bátorítást nyújtanak az uralkodásra a férfiaknak. Még egy teljesen erőszakmentes családban felnőtt férfit is rengeteg olyan hatás ér (a kortársaitól, a kultúrából stb.), amely arra biztatja, hogy azonosuljon a hagyományos férfiszereppel, és tárgyként tekintsen a nőpartnerére, alárendelődést és alkalmazkodást várjon tőle.

AZ ERŐSZAKOS CSALÁDBAN ÉLŐ GYEREK ISMÉRVEI:

Az alábbi lista azokat a jellemzőket foglalja össze, amelyek közül már néhány jelenléte is felhívhatja a szakember vagy hozzátartozó figyelmét a gyerek veszélyeztetett helyzetére.

TESTI JELEK

A gyerekeknek sérülései vannak, amelyek:

- emberi kézre vagy eszközre utalnak (ütés, égés, törés)
- nem egyeznek a magyarázattal
- a gyerek leplezi vagy titkolja őket (tornaórán vagy iskolaorvosnál nem vetkőzik le)
- különböző gyógyulási fázisban vannak
- láthatóan orvosi ellátás nélkül gyógyultak.

A gyerekek regresszív tüneteket mutatnak:

- Éjjelente bepisil, rágja a körmét, rongyot vagy az ujját szopja, beszédfejlődése megáll vagy egy korábbi szintre esik vissza.
- Láthatóan tikkell (kényszermozgás, főként az arcon, de a test egyéb részén is előfordulhat), dadog.
- Jóval a serdülőkor előtt maszturbálni kezd (önjuttalmazó viselkedés a fájdalmas valóság elkerülésére).
- Az életkoránál lassabb ütemben fejlődik testileg és értelmileg.
- Testi betegségektől szenved, amelyek a valós ok felismerésének hiányában egymást váltva is jelentkezhetnek (pl. krónikus emésztőszervi panaszok vagy bélirritáció, krónikus fejfájás).

ÖNÉSZLELÉS ÉS ÖNÉRTÉKELÉS

- Úgy érzi, teljesen egyedül van a problémájával a világon.
- Tehetetlennek és kiszolgáltatottnak érzi magát.
- Általában nincs biztonságérzete, esetleg személyek helyett helyekhez köti a biztonság élményét.
- Úgy érzi, az emberek által ismert énjé hamis, ő nem az a gyerek, akinek a külvilág látja, hanem egy rossz és megvetésre méltó valaki.
- Erős kisebbségi érzései vannak, gyűlöli, szégyelli magát és bűntudata van: úgy érzi, ő a felelős az otthoni problémákért.
- Vágyik rá, hogy ő maga tökéletes legyen, mert úgy hiszi, ha sikerül elég jóvá válnia, akkor a problémák megoldódnak, és mindenki boldog lesz.
- Szélsőséges testi vagy szexuális erőszak hatására a teljes erőszakemléket törölheti a tudatából (traumás amnézia), vagy önmaga előtt is titkolva hermetikusan leválaszthatja mindennapi tudatáról az erőszakot átélt személyiségrészt vagy az erőszakhoz kötődő érzéseket (disszociáció).

VISELKEDÉSMÓDOK

Óvoda/Iskola

- Agresszivitást és durvaságot használ frusztrációja, dühe, feszültsége levezetésére, más gyerekeket bánt.
- Elmagányosodik és elszigetelődik a többi gyerektől.
- Korához képest kiemelkedően alkalmazkodó, igyekszik elnyerni a felnőttek elismerését és elfogadását, barátságos, „jó diák” stb. (álérettség).
- Problémái vannak az összpontosítással, tanulási nehézségekkel küzd.

- Gyakran beteg, sokat hiányzik az iskolából.
- Kimarad az iskolából, csavarogni kezd.
- Láthatólag félelemben vagy rettegésben él valamelyik szülő miatt.
- Különféle magatartászavarok alakulnak ki nála.
- Az otthoni traumákat játékkal vezeti le (babával vagy kortársaival pontosan eljuttatja az otthoni verést, szexuális visszaélést).
- Fantáziavilága túlfellett, olyan meseszerű dolgokat állít, melyek nyilvánvalóan nem igazak, konfabulál. (Figyelem! Az otthoni erőszakról való beszámoló, bármilyen hihetetlennek is tűnnek esetenként, nem tévesztendő össze a konfabulációval.)
- Traumás játék figyelhető meg nála: gyakran egy erőszakos eseményt játszik újra, játéka feszült és ismétlődő, hiányzik belőle a spontaneitás és az öröm.

Család

- Megkísérli befolyásolni a szülők viselkedését, érzéseit és cselekedeteit, hogy gátat vessen az erőszaknak.
- Az erőszakkitöréskor próbálja magára vonni a figyelmet, vagy az apjára támad, hogy megvédje az anyját a bántalmazástól.
- Gyűlöletet érez/mutat az apja iránt, amiért megveri az anyját, vagy ellenkezőleg: az anyát hibáztatja/bántja.
- A bántalmazó szülő meggyilkolásáról vagy haláláról fantáziál.
- Erősen szolidáris a bántalmazóval, mindenben igyekszik alkalmazkodni hozzá, a traumás kötődés jeleit mutatja. (A pszichológusi szakvéleményekben a jelenség néha téves értelmezést kap, és a szakember azt rögzíti, hogy „A gyermek szereti az apját”.)
- Testvérét bántalmazza.
- Rémálmai vannak.
- Családrajként ijesztő, rémálomszerű rajzokat készít.
- Kiskorától kamaszkoráig több szökési kísérlete van, esetleg igen korán házasságra lép vagy elköltözik otthonról, és önállóan, minden támogatás nélkül tartja el magát.

Társas kapcsolatok

- Iskolai „balhékba” keveredik, kortársaival fenyegetően viselkedik.
- Bűnügyekbe (bolti lopásba, csavargásba vagy bandázásba) keveredik.
- Állandóan erőszakkal, horrortörténetekkel foglalkozik.
- Magányossá válik, nincsenek igazi barátai. Kortársaival bizalmatlan, nem alakít ki szerelmi kapcsolatokat.

- Sosem visz haza barátokat.
- Hiperérzékeny mások érzései és igényei iránt (álszociabilitás).

Saját test

- Önbántalmazó módon viszonyul a testéhez (körmét vagy száját rágja, haját tépkedi, vagdossa, összeégeti vagy szurkálja magát).
- Öngyilkossági gondolatai vagy kísérletei vannak.
- Különböző anyagokkal él: drogokkal, alkohollal, nyugtatókkal (akár már gyerekként is).

Szeretnénk külön felhívni a figyelmet arra, hogy ha egy gyerekről kiderül, hogy otthon verik az anyját, a szokásos beavatkozási eljárások nagy valószínűséggel nem hatékonyak. A nő behívása az iskolába, családsegítőbe például önmagában valószínűleg nem lesz elég, hisz egy bántalmazott anya általában maga sincs abban a helyzetben, hogy a családi közegen változtasson. Még az is megtörténhet, hogy ilyenkor még az anya próbálja bagatellizálni a valódi helyzetet. Egyrészt szégyelli, hogy a férje bántalmazza, másrészt nyilvánvalóan retteg a férfitől. Ugyanakkor a hatóságoktól is fél – és sajnos nemegyszer joggal. A leggyakoribb hatósági reakció még mindig a gyerek „kiemelése” a családból, amiben az anya érthetően nem kíván közreműködni. A gyerek érdeke sem az, hogy őt távolítsák el. A bántalmazás megszüntetéséhez a bántalmazó viselkedést kell felszámolni, hiszen ez a probléma forrása. A bántalmazót kell felelősségre vonni és ha kell, távol tartani a családtagjaitól.

A HATÉKONY SEGÍTSÉGNYÚJTÁS ESZKÖZEI

Első lépés: a szereplők azonosítása

A beavatkozáshoz elkerülhetetlen a szereplők azonosítása, hiszen az áldozatnak és az elkövetőnek, a közvetlenül bántalmazott vagy a szülők közti erőszaknak közvetve kitett gyerekek más-más szükségleteik vannak. Mivel a bántalmazott az, aki akut életveszélyben lehet, elsődlegesen az ő azonosítására és támogatására kell összpontosítanunk.

Tegyük lehetővé az áldozat számára, hogy megbízzon bennünk, hogy biztonságban és kényelmesen érezze magát. Ha partnerével van, mindenképp oldjuk meg, hogy külön helyiségben tudjunk beszélni vele, ahol a férfi nem láthatja és nem hallhatja őt.

Gondoljuk át, milyen jelek utalnak arra, hogy bántalmazzák! Beszél róla? Vagy sérüléseket látunk rajta? Netán a viselkedése utal erre? Esetleg a partnere viselkedése? A bántalmazott nőtől az alábbiakhoz hasonló mondatokat hallhatunk:

„Nem mennek jól otthon a dolgok.”

„A férjem mostanában elég ideges.”

„Az utóbbi időben sokat veszekszünk.”

„Félek hazamenni.”

Amennyiben a nőnek sérülései vannak, a következőket mondhatjuk:

„Látom, hogy zúzódások vannak a karján. Bántotta valaki?”

„Többször találkoztam már olyan nővel, akiknek ugyanilyen sérüléseik voltak, mert a partnerük megverte őket. Megkérdezhetem, hogy önnel is ez történt-e?”

Ha visszahúzódnak, szomorúnak tűnik, ha szorong, fél vagy sír, vagy ha olyasmit mond, ami arra utalhat, hogy bántalmazták:

„Mi szomorítja el?”

„Mi a baj? Mi miatt került ilyen hangulatba?”

„Úgy látom, szomorú/szorong/fél. Elmondja, hogy miért?”

„Azt mondja, [megismételjük, amit a nő mondott].

Talán bántja a barátja/férje?”

Ha a partner viselkedéséből úgy tűnik, dühös, féltékeny, uralja vagy fenyegeti a nőt:

„Észrevettem, hogy a partnere [hogyan viselkedik]. Előfordul az is, hogy megüti önt?”

„A férje dühösnek látszik. Volt már olyan, hogy bántotta?”

Amennyiben kiderül, hogy a nőt partnere testileg bántalmazza, továbbléphetünk, hogy megbeszéljük vele a helyzetét. Ne felejtjük el: nagyon nehéz lehet elismernie, hogy bántalmazták. Előfordulhat, hogy váltig állítja: ő nem „bántalmazott nő”. Ez esetben ne vitatkozzunk vele a címkéről, csak térképezzük fel, mi történik vele, hogy érzi magát és mire lenne szüksége! Könnyen lehet, hogy még soha senkivel sem beszélt a helyzetéről.

Második lépés: a beavatkozás céljainak tisztázása

A probléma azonosítása után, de még mindenképpen a beavatkozás előtt érdemes közösen egyeztetni a nővel a beavatkozás pontos célját. Nem egy segítő kapcsolat futott már zátonyra azon, hogy bántalmazott és a segítő nem ugyanazt tekintették közös munkájuk céljának. *Elvileg a beavatkozásunk célja az, hogy segítsünk a bántalmazott nőnek biztonságba kerülni és átvenni az irányítást a saját élete felett, valamint hogy kellő belső erőt adjunk neki e célok eléréséhez.* Ugyanakkor sok nő lelkiállapota és/vagy körülményei egyelőre nem teszik lehetővé, hogy ezeket az eredményeket tűzze ki célként maga elé. A segítőnek esetenként meg kell elégednie ennél kisebb léptékű eredményekkel: egy őszinte beszélgetéssel, egy új felismerés megszületésével a kapcsolat jövőjét illetően vagy egy anyaotthonba menekítéssel (ahol a bántalmazott legalább átmenetileg viszonylagos biztonságban van, még ha utána vissza is tér a bántalmazóhoz).

Ebben a szakaszban gyakori hiba, hogy vagy a segítő akar „túl nagy” dolgokat a nőtől (például hogy ismerje fel végre, hogy a házassága veszélyes és adja be a válópert), vagy a kliens vár el olyasmit a segítőtől, amire az nem képes (például hogy azonnal helyezze őt el két gyerekével egy lakóhelyéhez közeli anyaatthonban, vagy hogy értesse meg a férjével, hogy nem verheti meg őt többé). A bántalmazó kapcsolat felszámolását célzó beavatkozás csak akkor lehet sikeres, ha a nő már érzelmileg és gondolkodásában is megérett rá, leszámolt a bántalmazó kapcsolattal és a bántalmazóval kapcsolatos illúzióival, és valóban elszánta magát, hogy új életet alakítson ki önmaga (és a gyerekei) számára. A komoly és tartós változásokhoz sokszor több hónapos vagy akár több éves együttműködés szükséges.

A nő elhatározása, hogy kilép a kapcsolatból sok tényezőtől függ: a fizikai biztonságától (ne feledjük: a válást megelőző és követő időszak sokkal veszélyesebb lehet, mint a bántalmazóval való együttélés), az anyagi problémákról, az óvoda-, iskola-, munkahely- és lakásváltoztatás nehézségeiről nem is beszélve. Ezért a nő félelme, óvatossága, vonakodása a válással/elköltözéssel kapcsolatban nagyon is indokolt lehet. Talán még nem bízik magában annyira, hogy felvállalja a szakítást, vagy nem akar elválni, inkább azt szeretné, ha az erőszak abbamaradna.

Észben kell tartanunk, hogy a párkapcsolati erőszakot a bántalmazóval szembeni valós szankciók, vagy azok kilátásba helyezése képesek féken tartani, sem az áldozat viselkedésének megváltoztatása, sem az együtt maradás vagy épp a válás/szakítás erőltetése nem alkalmas erre. A kutatások szerint kizárólag azok a programok voltak mérsékelten eredményesek a bántalmazók viselkedésének megváltoztatásában, amelyek a büntetés kilátásba helyezésével ösztökélték változásra az erőszakos viselkedésű férfiakat.

Harmadik lépés: az együttműködés alapelvei

A BIZTONSÁG FELMÉRÉSE ÉS KIALAKÍTÁSA

Az együttműködés legelső alapelve, hogy bármit is teszünk az adott ügyben, annak a bántalmazott nő biztonságát kell elősegítenie. Mivel vélhetőleg éppen azért keresett segítséget, mert valamiféle veszély fenyegeti, legelső és legfontosabb feladatunk e veszély felmérése és csökkentése.

Az elmúlt évtizedekben a kutatás és gyakorlat segítségével kifejlesztettek néhány eszközt a családon belüli erőszakot elkövetők veszélyességének felmérésére. A kidolgozott eszközök célja nem elsősorban az erőszak előrejelzése, hanem inkább a megelőzés. A rendszeres információgyűjtés, illetve annak kiegészítése korábbi élményekkel és tudással arra szolgál, hogy megállapítható legyen, ha az áldozatot súlyos bántalmazás fenyegeti. A biztonsági tervet ennek fényében lehet kialakítani. Ha több szervezet átfogóan működik együtt, az összehangolt kockázatbecsléshez rendkívül fontos az információk megosztása. A kockázat felmérését az áldozatokkal együtt kell végezni, és ez csak akkor lehetséges, ha a segítő és az áldozat közti kapcsolat támogató és bizalommal teli. Javasolt egy a nők és gyerekek elleni családon belüli erőszakra specializálódott nőszervezet segítségét kérni. Kockázatfelmérésre használhatjuk a Függelékben megtalálható a „NAGY 26” nevű kérdőívet. A felmérést mindig biztonsági terv készítése kell, hogy kövesse.

Ha a veszély azonnali és közvetlen, a biztonságteremtés krízisintervenció-jellegű: ilyenkor az áldozat elmenekítése (anyaotthonba, kríziszállóra vagy befogadó rokonokhoz, barátokhoz), és az elkövető azonnali eltávolítása (őrizetbe vétellel vagy távoltartó intézkedéssel) a szakszerű célkitűzés.

Közép- és hosszútávon a biztonságteremtés a *személyes biztonsági terv* közös kidolgozásával érhető el. Ez lehet a következő erőszakkitöréskor használható menekülési útvonal megtervezése vagy az új lakás biztonságosabbá tétele. (Bővebben lásd a Függelék „Személyes biztonsági terv” című részét.) Szintén ide tartozik az elkövető esetleges hosszabb távú felelősségre vonása büntetőeljárás, kényszergyógykezelés vagy elzárás formájában, hiszen a családon belüli erőszak általában bűncselekményeken keresztül valósul meg, és előfordul az is, hogy elkövetőnek súlyos pszichés zavarai vannak.

A biztonság megteremtése az egyetlen olyan kontextus, melyen belül akár az áldozat kifejezett kérése ellenében is beavatkozhatunk. Az ideiglenes megelőző távoltartást (a rendőrség által kiadható maximum 72 órás távoltartást) pl. a rendőrség az áldozat kifejezett kérése nélkül, hivatalból is kiadhatja (*A hozzátartozók közötti erőszak miatt alkalmazható távoltartásról szóló 2009. LXXII. törvény 6.§ (2) a) pontja*). Kiadhatja továbbá a bántalmazott meghatározott hozzátartozójának, illetve a gyermekvédelmi rendszer tagjának a bejelentése alapján is (6. § (2) b)-d) pont). Ezt fontos tudni, mert a rendőrség munkatársai ezzel kapcsolatban gyakran nem pontosan tájékozottak, illetve nem pontos tájékoztatást adnak. Szintén fontos, hogy pl. a kiskorú veszélyeztetése (Btk. 208. §), vagy a kapcsola-

ti erőszak tényállásban szabályozott bizonyos erőszakfajták esetén (Btk. 212/A. § (2) bek.)) is van lehetősége a rendőrségnek hivatalból eljárást indítani. A gyermekvédelmi jelzőrendszer minden tagjának (így pl. a bíróságnak is) kötelessége hatósági eljárást kezdeményezni (pl. feljelentést tenni), ha a gyermekeknek a bántalmazó általi veszélyeztetéséről értesül, még akkor is, ha ez nem erre irányuló eljárásban jutott tudomására (hanem pl. bontóperben, gyerekelhelyezési perben stb.). Az Emberi Erőforrások Minisztériuma 2014. augusztusában kiadta a gyermekvédelmi törvény által előírt módszertani útmutatót („A gyermekvédelmi észlelő- és jelzőrendszer működtetése kapcsán a gyermek bántalmazásának felismerésére és megszüntetésére irányuló szektorsemleges egységes elvek és módszertan”), melyben ez áll: *„Amennyiben a hozzátartozók közötti erőszaknak a gyermek is szemtanúja, azt úgy kell tekinteni, hogy ő is veszélyeztetett, mintegy a bántalmazás ellene is irányul.”* (18. o.) Azaz kiskorú veszélyeztetésének, sőt, megfelelő jogalkalmazói (bírói és egyéb hatósági) joggyakorlat esetén a gyermek ellen elkövetett kapcsolati erőszaknak minősül az anyja bántalmazása.

TÁRSADALMI PROBLÉMA – ÁLLAMI FELELŐSSÉG

A családon belüli erőszakra adott hatékony külföldi válaszok egyaránt elismerik, hogy a jelenség nem magánjellegű események sorozata, amely az elkövetők és áldozatok vétkességéből vagy elégtelen konfliktuskezelési szokásaiból fakad, hanem egy társadalmi gyökerű probléma – a nők férfiakhoz viszonyított alávetett helyzetének – magánéleti tükröződése. Ezért a szakszerű beavatkozás során a családon belüli erőszakot nem kezelhetjük csupán egyéni pszichés problémaként.

Nem elhanyagolható tény, hogy e szemlélet mellett Magyarország több nemzetközi egyezmény aláírásával is elköteleződött, ezért ezt az elvet az állami intézményekben alkalmazott szakemberek szakmai megnyilatkozásainak is tükröznie kell. E dokumentumok szellemében a magyar állam felelőssége, hogy a párkapcsolati erőszakot elszenvedő állampolgárai számára biztonságot és jogvédelmet nyújtson.

A meglévő jogi lehetőségeknek az áldozatok védelmében való használata igen hatékony lehet a bántalmazás megszüntetésére (például bíróként alkalmazni lehet a bántalmazó szülő kapcsolattartási jogának korlátozását vagy megvonását, szülői felügyeleti jogának felfüggesztését vagy megvonását). A különböző területeken dolgozó szakemberek pedig saját szakmájukban munkacsoportokat hozhatnak létre, melyek közös le-

vélben, szakmai iránymutatás-kérésben szorgalmazhatnak hatékonyabb szabályozást, illetve mutathatnak rá egyes jellemző problémákra (pl. a kényszerláthatás felszámolásának szükségességére). A *Szakmai módszertani útmutató a párkapcsolati erőszak elleni hatékony fellépésre* c. kiadvány számos további javaslatot tartalmaz a jó gyakorlatra. (A Szakmai módszertani útmutató letölthető a www.nokjoga.hu webhelyről.)

Tegyük világossá, hogy a bántalmazás nem magánügy, ezért az elkövetők felelősségre vonása az állam kötelessége.

ERKÖLCSI ÁLLÁSFOGLALÁS

Ha erőszakot megélt emberekkel foglalkozunk, erkölcsi értelemben nem maradhatunk „pártatlanok” vagy „semlegesek”. Aki nem foglal állást vagy mindkét felet egyenlő módon „megérti”, az valójában nem semleges, hanem az elkövetőt támogatja, de legalábbis relativizálja, normálisnak állítja be ezáltal a használt erőszakot. Ezért jeleznünk kell a bántalmazott nő felé, hogy méltatlan dolog történt vele, és hogy senki nem érdemli meg, hogy bántásák. Az erkölcsi állásfoglalásnak mind a szavaink szintjén, mind a beavatkozás céljában és módszereiben meg kell jelennie.

A szavak szintjén egyrészt az áldozatot támogató mondatokkal tehetünk állásfoglalást, például: „Mindenkinek megérdemli, hogy békében és biztonságban éljen”, „Senkinek nincs joga megütni egy másik embert”.

Szintén erkölcsi üzenetet közvetíthetnek a nővel való beszélgetésben az ítéletmentes, szakmailag pontos kifejezések. Ha például a nő azt mondja, „Az uram sokszor erőszakoskodik velem”, szavait átfogalmazhatjuk: „Úgy érti, a férje rendszeresen megpróbálja megerősokolni?” Ha azt halljuk tőle, hogy „Néha odacsap a gyerekeknek”, pontosítsunk: „Szóval a gyerekeket is többször megütötte”. Az áldozatok szavaikkal néha maguk is bagatellizálják az őket ért erőszakot, vagy a saját „vétkességüket” helyezik előtérbe, ezzel is csökkentve az elkövető felelősségét. A segítőnek ezért állandó erkölcsi támogatással kell jeleznie a nőnek, hogy semmilyen viselkedés nem lehet ok arra, hogy bántalmazzák.

Az erkölcsi elköteleződés egyben a beavatkozás célját is meghatározza. Az áldozatok biztonsága és felépülése minden esetben prioritást élvez az elkövető szükségleteihez képest, hiszen az áldozat az, akinek súlyos meg-rázkódtatást okoztak, és akit igazságtalan sérelem ért.

BELSŐ MEGERŐSÍTÉS

A belső megerősítés (*empowerment*) olyan alapelv, amely az érintett erőforrásainak feltárását és fejlesztését teszi az együttműködés motorjává.

Ez jelenti egyrészt a bántalmazott minél részletesebb információkkal való ellátását: mik az erőszak hatásai, mi a párkapcsolati erőszak dinamikája, milyen erkölcsi és törvény adta jogai vannak, mik az egyéni és intézményes lehetőségei lakhatásra, jogvédelemre, gyógykezelésre, lelki felépülésre, hogyan teheti biztonságosabbá az életét. A teljes körű informáláson túl belső megerősödését szolgáló alapelv az érintett döntésének elfogadása, még akkor is, ha az szerintünk „rossz” döntés, és mi magunk nem értünk egyet vele.

Ide tartozik továbbá a bántalmazott belső erőforrásainak felmérése és azok tudatosítása is: milyen képzettsége és végzettsége van, milyen tervei voltak a párkapcsolata előtt és vannak most a jelenben, mik az álmai és a vágyai. Szintén át kell tekintenünk a külső erőforrásait: milyen javakkal rendelkezik, milyen támogatásra számíthat ismerőseitől valamint szakemberektől, intézményektől a különböző szakaszok során (menekülés, anyagi segítség, lelki támasz, jogi képviselő, gyógykezelés, pszichoterápia). A megfelelő szakirodalom is külső erőforrássá tehető. Ma már egyre több olyan könyv kapható magyarul, amely önsegítő irodalomként használható a biztonságteremtésben és a gyógyulásban. (Ezeket lásd az „Ajánlott irodalom” címszó alatt.)

A belső megerősítés célja, hogy a segítő megerősítse önálló céljaiban, döntéseiben és cselekvéseiben az érintettet, miközben segít neki a társas támogatás igénybe vételében is. Ehhez az is szükséges, hogy a szakember ne tegyen meg olyan lépéseket a bántalmazott helyett vagy feje fölött, amelyekre ő maga is képes lenne (például telefonálás, segélyek igénylése).

Mikor többé már nem fenyegeti veszély, az érintettnek azt is érdemes átgondolnia, hogy milyen szocializációban volt része, mit tanítottak neki a nők feladatairól, az ideális férfiről, a jó párkapcsolatról. A hagyományos női szerepnek része az állandó alkalmazkodás és alárendelődés, amit pedig a kultúránk férfiasnak és vonzónak állít be, gyakran épp a bántalmazás egy-egy korai figyelmeztető jele. Ezeket a jeleket megismerve és a társadalmi nemi szerepeket tudatosan újraértékelve a túlélők megtanulhatják, hogyan ismerhetik fel időben az elnyomó férfiakat és alakíthatnak ki kölcsönös tiszteleten alapuló kapcsolatot.

AZ ELLENJAVALLATOK ISMERETE

Végül, de nem utolsósorban szakmai alapelv, hogy semmiféle olyan módszer nem javasolhatunk az érintetteknek, amely a nemzetközi normák és tapasztalatok szerint ellenjavallt.

Kerülendő minden olyan szakmai program ajánlása vagy alkalmazása, amely elmulasztja az áldozat melletti erkölcsi állásfoglalást, és az erőszak elkövetőjét és áldozatát egyenlő mértékben teszi felelőssé az eseményekért. Ezért kifejezetten káros és potenciálisan veszélyes ezekben az esetekben a *párterápia* és *családterápia*, továbbá a *békítés* és *mediáció* javasolása! Ezek a technikák ugyanis csak két egyenlő hatalmú ember között segítik a feszültség mérséklését. A bántalmazó párkapcsolatban nem ez a helyzet; itt ugyanis csak az egyik félnek – a bántalmazónak – van hatalma, amivel uralmat és kontrollt gyakorol a másik fél felett. Mivel a nő kiszolgáltatott és fél a férfitől, annak jelentésében nem fog tudni őszintén megnyílni és együttműködni a szakemberrel. A másik gyakori változat az, hogy a bántalmazott együttműködik ugyan, de a bántalmazó akár rögtön a találkozó után bosszút áll rajta, mivel megítélése szerint a partnere „tiszteletlen” volt vele, és egy idegen előtt „lejáratta” őt. Nem egy esetben vezetett már a párral való közös foglalkozás a bántalmazott elleni súlyos vagy akár végzetes erőszak megjelenéséhez. *Ezért e békítő és konfliktusfeloldó technikák alkalmazása párkapcsolati erőszak esetén kifejezetten tilos!*

Hasonlóan ellenjavallt a válás megfelelő felkészülés és biztonsági terv nélküli, átgondolatlan eröltetése, hiszen ez általában még súlyosabb erőszakot és nagyobb fokú ellenőrzést, illetve fenyegető zaklatást vált ki az elkövetőből.

További hiba lehet, hogy a kapcsolat felszámolása után a bántalmazott nő gyors felépülése érdekében a segítők azt javasolják, „bocsásson meg” és „lépjen tovább”. Az érintettnek a kapcsolatában megélt állandó kontroll alól kiszabadulva a legkevésbé arra van szüksége, hogy megmondjuk neki, mit érezzen, és mire emlékezzen. A megbocsátás és felejtés parancsa éppen azokat a katartikus lelki erőforrásokat teszi elérhetetlenné, melyek a gyógyulást segíthetnék: elveszik a bántalmazott nőtől a jogos dühét, és elfojtják az igazság kimondására irányuló vágyát.

A hatékony segítségnyújtás gyakorlati módszerei

Teremtsünk bizalmi közeget, ahol világosan állást foglalunk: a bántalmazás nem az áldozat, hanem az elkövető felelőssége.

Segítsünk, hogy az érintett biztonságban érezze magát. Ehhez együttérző, áldozathibáztatástól mentes közegre van szüksége. Lehet, hogy túlságosan fél, és nem mer a problémákról beszélni, vagy önmagát hibáztatja a bántalmazás miatt.

Igyekezzünk elérni, hogy a bizalmába fogadjon bennünket, és hogy nyíltan beszéljen az érzéseiről és a kapcsolatban megélt erőszakról. Ehhez éreztetnünk kell vele, hogy tiszteljük és nem élünk vissza a bizalmával. Mutassuk ki, hogy fontos nekünk a biztonsága és komolyan vesszük azokat a problémákat, amelyekkel szembe kell néznie.

Ismerjük el a bántalmazott nő tapasztalatait. Ha megkérdőjelezzük az érzéseit, átélt élményeinek súlyát, azzal pontosan ugyanazt tesszük, mint a bántalmazó.

Egyértelműen jelezzük, hogy elítéljük az erőszakot. A bántalmazott nő valószínűleg már ezerszer hallotta, hogy „Persze, az erőszak nem helyes, de az ember nem rágódhat mindig a sérelmein”. Nem segítünk rajta, ha arra biztatjuk: felejtse el, ne foglalkozzon többé az őt ért erőszakkal.

Tudatosítsuk benne, hogy kérhet segítséget. Mondjuk el neki, hogy bármi-kor felhívhat egy segélyvonalat, kérhet elhelyezést anyaotthonban vagy krízisszálláson, kereshet egy olyan pszichológust vagy szociális munkást, aki érti a párkapcsolati erőszak működését. Segítsünk neki, hogy minél több forrásból kapjon támogatást. Biztassuk arra, hogy gondolja át, a barátai, rokonai, munkatársai, szomszédjai közül kinek beszélhetne az őt ért bántalmazásról. Az is lehet, hogy így kiderül: nincs egyedül, környezetében mások is élnek vagy éltek bántalmazó kapcsolatban, így sorstársakra talál.

Térképezzük fel a lehetőségeit. Kész tanácsok helyett az ő kreativitására, helyzetismeretére alapozzunk. Kérdezzük meg, hogy milyen megoldásokra gondolt, mi az, amit esetleg már ki is próbált, vagy lépéseket tett érte. További feladatunk, hogy információkat nyújtsunk a lehetőségeivel

kapcsolatban (pl. ha szeretne feljelentést tenni, akkor mondjuk el, hogy milyen jogszabályok és egyéb eszközök – pl. távoltagezés – állnak rendelkezésére). Ha úgy látjuk jónak, felvethetünk olyan ötleteket, melyekre az érintett talán már régen nem gondol. Gondoljuk vele végig, milyen intézményes, jogi, lelki és anyagi segítséghez férhet hozzá. Érdemes a belső erőforrásait (képességeit, pozitív tulajdonságait, tudását, korábbi sikereit) is feltérképezni és hangsúlyozni felé, hiszen a bántalmazók gyakran elhittetik a partnerükkel, hogy nincs bennük semmi értékes.

Segítsük, hogy a saját erejére alapozzon. Általában hihetetlen erő, kitartás, szervezőképesség kell ahhoz, hogy az ember életben maradjon, esetleg még gyereket is neveljen egy bántalmazó kapcsolatban. Ezt sokszor hajlamosak vagyunk elfelejteni, és gyengének látjuk ezeket a nőket. Ők azokban egyáltalán nem gyengék, igazi erejük akkor mutatkozik meg, mikor végre arra fordíthatják az energiájukat, amire csak szeretnék. Erősítsük meg a saját erejükbe vetett hitüket.

Tartsuk tiszteletben a jogát, hogy ő maga döntsön. A tapasztalatok szerint a bántalmazott nők átlagosan négy alkalommal térnek vissza a kapcsolatba, mielőtt végleg kilépnének belőle, összesen mintegy hét évet töltve az erőszakos párkapcsolatban. Fel kell tehát készülnünk arra a lehetőségre is, hogy az általunk támogatott nő visszamegy a bántalmazóhoz. Ne feledjük azonban, hogy ő ismeri legjobban a helyzetét. A segítő feladata az, hogy információt adjon és támogassa az érintettet, és nem az, hogy a döntését saját érzelmei szerint befolyásolja.

Hagyjuk, hogy elmondja a történetét. Éreztessük vele, hogy hiszünk neki és meg akarjuk hallgatni. Ne szakítsuk félbe, legyünk türelmesek és érdeklődők.

Hagyjuk, hogy szabadon kifejezhesse az érzelmeit. Joga van dühösnek lenni, félni, sírni. Talán hosszú évek óta ez az első alkalom, amikor eléggé biztonságban érzi magát ahhoz, hogy kifejezze, mit érez az őt ért erőszakkal kapcsolatban. Legyünk türelemmel és mutassunk empátiát.

Fejezzük ki az ő és gyerekei biztonsága miatti aggodalmunkat. Sok bántalmazott nő nem ismeri el, hogy erőszak áldozata, vagy tagadja, hogy gyerekeivel együtt veszélyben van. A támogató légkörben kifejezett aggodalmunk segíthet neki abban, hogy szembenézzen a helyzete súlyosságával.

Emlékeztessük rá, hogy nincs egyedül. Egy bántalmazott számára megdöbentő lehet a felfedezés, hogy nők tömegei vannak hasonló helyzetben. Ismertessük vele az erőszak elterjedtségéről szóló adatokat, említsünk híres nőket, akik párkapcsolati erőszak túlélői, ajánljunk neki önszorgó vagy támogató csoportot. Ha kapcsolatot talál másokkal, megtörik az elszigeteltsége, amely a bántalmazás egyik fő pillére.

Tudassuk vele, hogy van kiút. Noha az állami beavatkozás továbbra sem kielégítő, sok nőnek sikerül elhagynia az őt bántalmazó férfit. Tartsunk kéznél szórólapokat a segélyvonalakról, elérhető anyaotthonokról, kríziszállásokról, internetes honlapokról, szociális juttatásokról és egyéb intézményes lehetőségekről, amelyeket szükség esetén átadhatunk neki.

Erősítsük meg abban, hogy senkinek nincs joga bántani őt. Emlékeztessük, hogy nem az ő személye vagy viselkedése a bántalmazás oka, ezek csak a bántalmazó ürügyei, melyekkel büntudatot igyekszik kelteni benne. Partnere nem fog felhagyni a bántalmazással akkor sem, ha ő megváltozik (amit valószínűleg saját eddigi tapasztalatai is alátámasztanak). Senki sem felelős az őt ért erőszakért.

Tartsuk szem előtt, hogy talán zavarban van, és megalázottnak érzi magát, amiért bántalmazzák. Mivel úgy érzi, nőként ő a felelős a párkapcsolat minőségéért, úgy érezheti, az ő hibája a kapcsolat „megromlása”. Az is lehet, hogy régebben tagadta az erőszakot, most mégis segítséget kér. Netán korábban már többször szakított és visszatért a bántalmazóhoz, és attól fél, hogy emiatt most nem veszik komolyan. Biztosítsuk arról, hogy a bántalmazás nem az ő székelye, és mindenképpen joga van a tisztelethez és támogatáshoz.

Legyünk tudatában a traumás kötődés jelenségének. Értsük meg és fogadjuk el, hogy ambivalensek az érzései a bántalmazó felé. Előfordulhat, hogy nagyon kötődik hozzá, vagy úgy érzi, szereti, és reménykedik a kapcsolat megjavulásában; ugyanakkor haragszik is rá, esetleg gyűlöli, amiért tönkretette az életét. Ez teljesen normális jelenség, ne ítéljük el miatta az érintettet.

Ismerjük fel a tévhiteit. A családon belüli erőszakról szóló tévhitek, melyeket kiadványunkban külön fejezetben tárgyalunk, még mindig átszövik a közgondolkodást. A nők gyakran maguk is hisznek ezekben, még akkor is, ha saját tapasztalataik e sztereotípiák ellen szólnak. Az egyik leghatékonyabb eszközünk a segítségben a tények és adatok ismertetése, valamint a tévhitek szétoszlatása.

Tartsuk tiszteletben azokat a kulturális tényezőket, amelyek befolyásolják a viselkedését. Figyelembe kell vennünk, hogy sokak számára a saját családjukból hozott vagy a kultúrájuk, vallásuk által meghatározott értékek megnehezíthetik a bántalmazás elleni fellépést. Ne várjunk el olyat a bántalmazott nőtől, ami ellentétes a meggyőződéseivel, ugyanakkor adjunk neki teret arra, hogy felülbírálja a környezete nézeteit.

Figyeljük meg a saját hozzáállásunkat. Őszintén elemezzük az erőszakhoz való viszonyulásunkat, saját reakcióinkat és tapasztalatainkat. Törekedjünk arra, hogy előítéleteink ne jelenjenek meg a segítő beszélgetésben. Ha úgy látjuk, valami miatt nem tudunk maradéktalanul támogatóak lenni egy érintettel, inkább irányítsuk őt egy másik szervezethez vagy segítőhöz.

Figyeljünk rá, nem akarunk-e mindentudó szakembernek tűnni. A bántalmazott nőnek már rengetegen – beleértve a bántalmazót is – próbálták megmondani, mit kellene tennie. Valószínűleg sokáig nem volt rá lehetősége, hogy a saját érdekében önállóan hozzon döntéseket, ezért lényeges, hogy megnyilvánulásainkkal ne a saját tekintélyünket, hanem az ő önbecsülését építsük.

Legyünk tisztában a saját frusztrációinkkal. A bántalmazott nők általában nem tudnak olyan gyorsan változtatni az életükön, ahogyan azt mi szeretnénk – különösen akkor, ha nincsenek biztonságban. Segítőként lényeges ismernünk és megtanulnunk kezelni a saját türelmetlenségünket és tehetetlenség-érzésünket. Ha nem is látunk azonnali eredményt, fáradásunk nem hiábavaló: lehet, hogy a jövőben épp az a segítség teszi majd lehetővé a bántalmazott nő számára a változtatást, amit most tőlünk kap.

Mit ne tegyünk?

Ne felejtsük el, hogy az állandó veszélyhelyzet negatívan befolyásolja a döntési és cselekvési képességet. Érthetően és körültekintően magyarázzuk el az érintettnek a különböző lehetőségeit. Nyújtsunk számára elegendő információt, és adjunk pozitív visszajelzést, ha saját megoldási javaslatokkal áll elő.

Ne felejtsük el, hogy lehetnek olyan problémái, amelyek azonnali beavatkozást igényelnek. A bántalmazás következtében vagy akár attól függetle-

nül lehet, hogy veszélyt jelent önmagára vagy másokra, nincs mit ennie, nincs gyógyszere vagy lakhatása, nem tud gondoskodni önmagáról vagy a gyerekeiről. E problémák megoldása érdekében lépünk kapcsolatba más intézményekkel vagy szervezetekkel is.

Ne büntessük, ha „rossz” döntést hoz. Nagy feladat nem kifejezni a csalódottságunkat, ha az érintett látszólag „rossz” döntést hoz, főleg ha sok munkát fektettünk már az ügyébe. Az egyik legsúlyosabb hiba, amit segítőként elkövethetünk, ha visszavonjuk a támogatásunkat, mikor a nő viszont az erőszakos kapcsolatba. Érdemes észben tartani: a bántalmazott nők átlagosan négyszer térnek vissza partnerükhöz, mire végleg kilépnek a kapcsolatból. Amennyiben ez történik, emlékeztessük az érintettet az erőszak ciklikus jellegére, ugyanakkor tartsuk tiszteletben a döntését, és biztosítsuk róla, hogy bármikor újra segítségért fordulhat hozzánk.

Ne felejtsük el, hogyan hat az emberre, ha elszigetelik és elnyomják. Támogató társas közeg nélkül egyikünk sem tud megfelelően működni. Lehetséges, hogy a nő fizikailag és/vagy társas szempontból különösen elszigetelt a lakóhelye, anyanyelve, egészségi állapota, gazdasági függősége, képzetlensége vagy állampolgársága miatt.

Ne mi akarjuk eldönteni, hogy elmenjen vagy maradjon. Ne feledjük, elsősorban információra és támogatásra, nem pedig tanácsra és utasításokra van szüksége.

Ne őt hibáztassuk azért, ami vele történt. Ez a leggyakrabban akkor szokott előfordulni, ha a segítő tehetetlennek vagy alkalmatlannak érzi magát. Ha dühöt vagy neheztelést érzünk az érintett iránt, igyekezzünk mélyebben megérteni, mi történik vele, és kérjünk támogatást más segítőtől.

Ne cselekedjünk helyette. Ha megtapasztalja, hogy képes önállóan cselekedni, azzal visszanyerheti önbecsülését és erejét. Ha azonban helyette intézkedünk, azt a hiedelmét erősítjük meg, hogy tehetetlen, alkalmatlan és függő. Ugyanakkor arra is figyeljünk, hogy biztosítsuk számára a támogató jelenlétet, mikor valóban szüksége van rá.

Ne szóljuk le a bántalmazót. A nő felszíni negatív érzelmei mögött nem egyszer traumás kötődés, sajnálat, szeretet vagy szerelem rejtőzik. Ítélező szavainkra önkéntelenül is védeni és menteketni kezdheti a bántalmazót: annyira azért nem rossz ember. A férfi személyének kritizálásával egy-

ben a nőt is leszóljuk a párválasztása miatt. Csak az erőszakos viselkedést ítéljük el, ne az embert.

Ne akarjuk sürgetni a döntését. A bántalmazott nőnek időre és biztonságos, támogató közegre van szüksége ahhoz, hogy átgondolt döntést hozzon.

Ne kicsinyeljük le a tapasztalatait és az érzéseit. Ha bagatellizáljuk az általa megélteteket, könnyen elveszítheti a belénk vetett bizalmát.

Ne tereljük a figyelmét más problémákra. Ha kényelmetlenül érezzük is magunkat, ne próbáljuk eltéríteni a bántalmazás témájától. Az elsődleges kérdés, amivel foglalkoznunk kell, a bántalmazott nő biztonsága.

Ne vádoljuk azzal, hogy nem jó anya. Egy bántalmazott nőnek éppolyan nehéz megvédenie a gyerekeit, mint saját magát. Kritika helyett támogatásra van szüksége, hogy ezen változtathasson.

Ne próbáljuk rávenni, hogy „változzon meg”, hogy így elkerülje a bántalmazást. Ezzel ismét az ő viselkedésére tereljük a figyelmet a bántalmazó helyett. Mivel nem ő irányítja az erőszakot, így megelőzni sem tudja.

Ne hitessük el vele, hogy ha asszertívebben viselkedik (vagyis ha igényeit és érdekeit önérvényesítő módon tudja kifejezésre juttatni), akkor majd abbamarad az erőszak. Bántalmazó kapcsolat esetén az asszertivitás még súlyosabb erőszakot válthat ki az elkövetőből, hiszen éppen az a célja, hogy leszoktassa a partnerét az önérvényesítésről, és teljesen az uralma alá vonja. Bízunk a bántalmazott „zsigeri” érzéseiben, hiszen rengeteg tapasztalata van a bántalmazó működéséről, és fel tudja mérni, mit tehet és mondhat úgy, hogy viszonylagos biztonságban maradjon.

A segítő beszélgetés

A bántalmazott emberekkel való hatékony kommunikáció eltér a hétköznapi beszélgetésektől. Olyan ember bizalmát kell elnyernünk, aki krízishelyzetben és esetleg életveszélyben van, és akit talán néhány órája ért súlyos testi és lelki megrázkódtatás. Ezért jó, ha a beszélgetés során tudatosan alkalmazunk bizonyos kommunikációs technikákat. Aki a képzése során nem sajátította el a visszatükrözés, az értő figyelem, a kimondás, az átfogalmazás, a nyitott kérdések és az erkölcsi állásfoglalás technikáit,

annak érdemes ezeket külön tréningen elsajátítania, hogy a lehető leghatékonyabb segítővé válhasson. A következő oldalon található lista egy-egy hatékony, illetve nem megfelelő választ tartalmaz olyan kijelentésekre, amelyeket gyakran hallhatunk bántalmazott nőktől.

ÁLLÍTÁS: „A férjem megvert, pedig most tényleg nem volt rá oka.”

→ **HATÉKONY VÁLASZ: „Őn hogy látja, van olyan helyzet, amikor valaki megérdemli a verést?”**

NEM MEGFELELŐ VÁLASZ: „Mit csinált, amiért a férje megverte? Mivel szokta kiváltani a dühét?” *(áldozathibáztatás)*

ÁLLÍTÁS: „Úgy megvert, hogy kórházba kellett mennem. Betörte az orromat és megvágta az arcom.”

→ **HATÉKONY VÁLASZ: „Mit érez azzal kapcsolatban, hogy a férje megverte?”**

NEM MEGFELELŐ VÁLASZ: „Miért nem hagyja ott? Nem kéne ilyen ember mellett maradnia!” *(utasítás)*

ÁLLÍTÁS: „Aggódom a gyerekek miatt. Már ők is félnek tőle. Néha őket is megveri.”

→ **HATÉKONY VÁLASZ: „Hallom aggódik, mert a partnere a gyerekeket is bántja.”**

NEM MEGFELELŐ VÁLASZ: „Jobb a gyerekeknek, ha van apjuk. Voltak már mediáción vagy párterápián?” *(félreinformálás)*

ÁLLÍTÁS: „Azt hiszi, hogy mindenkivel lefekszem. Nagyon szeret, és ezért szörnyen féltékeny.”

→ **HATÉKONY VÁLASZ: „Biztos benne, hogy a féltékenység tényleg a szerelem jele, és nem a birtoklásé?”**

NEM MEGFELELŐ VÁLASZ: „A férje kevésbé lesz féltékeny, ha ön szereti, és segít neki abban, hogy jobban bízjon önben.” *(félreinformálás)*

ÁLLÍTÁS: „Kiabál velem és gúnyol. Nagyon megbánt velem! Szörnyű dühös tud lenni. Olyankor mintha nem is ő volna.”

→ **HATÉKONY VÁLASZ: „Ez valóban megalázó lehet az ön számára.”**

NEM MEGFELELŐ VÁLASZ: „Ne aggódjon, csak kiereszti a gőzt. Neki is meg kell szabadulnia a feszültségtől.” *(bagatellizálás)*

ÁLLÍTÁS: „Félek hazamenni – megint elment a kocsmába. Ha hazajön, meg fog verni.”

→ **HATÉKONY VÁLASZ:** „Ez a helyzet tényleg veszélyes az ön számára. Önnek joga lenne nyugalomban és biztonságban élni.”

NEM MEGFELELŐ VÁLASZ: „Ha ön nem ad neki lehetőséget az ivásra, akkor nem fog inni, és megverni sem fogja többet.” *(áldozathibáztatás, félreinformálás, hamis remények keltése az érintettben)*

ÁLLÍTÁS: „A pap azt mondja, hogy maradjak. Megfogadtam, hogy halálomig az urammal maradok. Nincs jogom felbontani a házasságot, mert a házasságok az égben köttetnek.”

→ **HATÉKONY VÁLASZ:** „Úgy tűnik, a pap mindenképpen szeretné, ha önök együtt maradnának. Ön mit gondol erről?”

NEM MEGFELELŐ VÁLASZ: „Az a pap nem normális! Ne hallgasson rá.” „A papnak igaza van: egy házasságot nem lehet csak úgy felbontani.” *(ítélkezés)*

ÁLLÍTÁS: „Azt mondta, hogy nagyon megbánta, és el fog menni egy pszichológushoz. Most már minden rendben lesz.”

→ **HATÉKONY VÁLASZ:** „Máskor is tett olyan ígéreteket, melyekkel sikerült átmenetileg eloszlatni az ön aggodalmait?”

NEM MEGFELELŐ VÁLASZ: „Ez jó döntés. Külső segítséggel jobban meg tudják majd beszélni a problémáikat.” *(félreinformálás, hamis remények keltése az érintettben)*

ÁLLÍTÁS: „Azt mondja, ronda és kövér vagyok. Néha azt hiszem, igaza van. Én már senkinek se kellek.”

→ **HATÉKONY VÁLASZ:** „Úgy hangzik, ön attól fél, hogy ha kilép a kapcsolatból, akkor magányosan kell töltenie az élete hátralevő részét.”

NEM MEGFELELŐ VÁLASZ: „Talán tényleg jobban érezné magát, ha leadna néhány kilót.” *(ítélkezés, az áldozat megszégyenítése a külseje miatt)*

ÁLLÍTÁS: „Azt mondja, öngyilkos lesz, ha elhagyom. Talán vissza kéne mennem hozzá, amíg kicsit összeszedi magát.”

→ **HATÉKONY VÁLASZ:** „Attól fél, hogy ön tehet majd róla, ha a férje öngyilkos lesz?”

NEM MEGFELELŐ VÁLASZ: „Beszélnie kell velem, és megpróbálnia megnyugtatni. Jobban lesz, ha ön mellette van.” *(félreinformálás, hamis remény felkeltése)*

Néhány gyakori probléma

A bántalmazott fél az elkövetőtől. Fél, hogy partnere megveri vagy akár meg is öli. Mint már kifejtettük, a nő kilépése a kapcsolatból különösen nagy indulatokat kelthet az elkövetőben, aki nem akarja elveszíteni a hatalmát. Az elkövetőt legtöbbször már az is felháborítja, ha a partnere szakemberhez fordul, vagy a barátaival, családtagjaival osztja meg problémáit. A bántalmazott jól tudja, hogy a férfi korábban is erőszakos volt, és képes beváltani fenyegetéseit, ezért még akkor is félhet a bosszújától, ha már elhagyta. A nő félelmeit komolyan kell venni – az ő biztonsága a legfontosabb, és senki sem tudja olyan jól, mire képes a bántalmazó, mint ő. A helyzetet tovább nehezítheti, hogy a bántalmazó sok esetben nem csak a nőt, hanem a gyerekeket vagy a nő családját és barátait is megfenyegeti.

A bántalmazó öngyilkossággal fenyegetőzik. A bántalmazott gyakran aggódik partneréért, és felelősséget érez a sorsáért, amivel könnyen vissza is lehet élni.

A nő a férfival akar maradni, és azt várja tőlünk, hogy szoktassuk le a partnerét az erőszakos viselkedésről. Bár sok mindenben segíthetünk változtatni a bántalmazott nőnek, a férfi erőszakkitöréseinek megismétlődését nem tudjuk megakadályozni. Megfelelő beavatkozás hiányában előbb-utóbb elkerülhetetlenül visszatér majd a bántalmazás. A férfinak speciális segítségre, kilátásba helyezett büntetésre és következetes számonkérésre van szüksége ahhoz, hogy változtasson viselkedésén. A párterápia vagy egyszerű pszichoterápia alkalmatlan a bántalmazó viselkedés felszámolására, sőt, további veszélyeknek teheti ki a bántalmazottat.

A bántalmazott fél elhagyni a partnerét és egyedül új életet kezdeni. Könnyen lehet, hogy még sosem élt egyedül. Az aggodalmak között a következők szerepelhetnek:

- A gyerekek – a gyerekevelés minden terhe rámarad.
- Anyagi nehézségek – neki kell előteremtenie a pénzt az élelemre, szállásra és ruhára.
- Állás – nem tudna elhelyezkedni, esetleg nincs szakképzettsége.
- Párkapcsolat – úgy érzi, soha nem találna mást, aki vele akarna élni.
- A kapcsolat elvesztése – fáj neki a veszteség és hiányzik a partnere, akihez még kötődik érzelmileg.

- Magány – senki nem támogatja, nem törődik vele. Baráti, egyéni és családi kapcsolatai tönkrementek az éveken át tartó elszigeteltség miatt.

Ambivalens érzései lehetnek. Gyűlöli az erőszakot, de kötődik a partneréhez. Nehéz elfogadnia, hogy romba dőltek a kapcsolatukhoz fűződő reményei és álmai. Fél, hogy elvált nőként, egyedülálló anyaként hátrányok érik majd. Ezek a veszteségek és a jövőtől való félelem – akár bántalmazójával, akár nélküle képzelet el – jó ideig gátolhatják a döntésben és a cselekvésben.

Alacsony önértékelése miatt nehezen kezd bármilyen új dologba. Úgy érzi, semmit nem ér, hiszen olyan emberrel él, aki egyfolytában becsmérli és lekicsinyli.

Tehetetlennek érzi magát. A múltban a párkapcsolati erőszak természetéből fakadóan minden arra irányuló kísérlete, hogy megértse és megváltoztassa a kapcsolatot, csődöt mondott. Emellett nap mint nap szembe kell néznie a fenyegető erőszakkal. Lehet, hogy a tapasztalatai nyomán kialakult benne az a hit, hogy a bántalmazó mindenható hatalommal bír, ő pedig képtelen bármit is irányítani vagy befolyásolni a saját életében. Ez a jelenség a pszichológiában tanult tehetetlenség néven ismert.

Egyedül érzi magát. Lehet, hogy a bántalmazó már sikeresen elszigetelte a családjától és barátaitól is. A legtöbb bántalmazott nő társas kapcsolatrendszere erősen beszűkült.

Olyan hiedelmei lehetnek, melyek akadályozzák az előrelépésben. Az érintett ugyanúgy hihet a bántalmazásról szóló tévhitekben, mint bárki más. Válasza vagy közössége értékrendje (például a válás bűnként való feltüntetése) tovább nehezítheti a kapcsolatból való kilépést. A bántalmazótól jövő manipuláció, melynek során például elhiteti másoktól elszigetelt partnerével, hogy nincs más választása mint engedelmeskedni (ezt agymosásnak is szokás nevezni) szintén befolyásolja a döntéshozásban. Talán azt hiszi, hogy nincs se lehetősége, se joga a helyzetén változtatni.

Aggaszthatja, hogyan viszonyulnak majd a családtagjai és barátai a döntéséhez, hogy kilép vagy marad a kapcsolatban. A környezet szerepe igen változó. Mivel a legtöbb ember hisz az erőszakkal kapcsolatos tévhitekben, megerősíthetik a bántalmazott büntudatát. Az is megeshet, hogy belefáradtak már a segítségnyújtásba. Mivel az elszigeteltség megtörése

kulcsfontosságú, a lehetséges támogatók számbavétele és mozgósítása már a közös munka legelején történjen meg.

A gyerekek biztonsága aggasztja. A gyerekek bántalmazásával vagy az anyától való elszakításával való fenyegetőzés bénítóan hathat a bántalmazott-ra. Sok érintett tagadja, hogy a gyerekei tudnának az erőszakról, vagy az hatással lenne rájuk. Ebben az esetben érdemes információt adnunk arról, hogy egy bántalmazó akkor sem lehet jó szülő, ha a gyerekeit sosem üti meg.

Depresszióra vagy öngyilkosságra hajlamos. Lehetséges, hogy félelmetesen erős érzelmek kísérik a döntését, hogy kilépjen a kapcsolatból vagy maradjon. Ha amellet dönt, hogy elmegy, a trauma okozta lelki zavarok mellett még a veszteség érzésével is meg kell birkóznia. Ha marad, reménytelennek láthatja, hogy valaha is biztonságban éljen. A bántalmazás gyakran vezet depresszióhoz és öngyilkossági kísérletekhez.

Zavarodottnak érzi magát. Az ambivalens érzelmek és a kapcsolat megértésére tett kísérletei teljesen összezavarhatják. Nagyon nehéz megérteni, hogy hogyan bánthat minket valaki, aki állítása szerint szeret. A bántalmazó is gyakran hibáztatja, lekicsinyli, megalázza, vagy hülyeségnek nevezi, amit gondol. Az érintett ebből azt látja, hogy nem bízhat az érzéseiben és a saját észleléseiben.

Gondoskodjunk önmagunkról is

Erőszakkal foglalkozni nehéz teher, ezért munkánk alatt és után figyelniünk kell a saját jóllétünkre is. Gyakori tapasztalat, hogy a segítő foglalkozású szakemberek nem tudnak elég teret szentelni a saját szükségleteiknek, ami idővel kiégéshez vezet. A kiégés (burn-out) a legkülönbébb tünetekben mutatkozhat meg: elveszítjük hitünket az ügyben, amiért dolgozunk, elfordulunk az ügyfeleinktől vagy munkatársainktól, testi és lelki betegségek alakulnak ki bennünk. A traumatizált áldozatokkal foglalkozóknál ugyancsak gyakori jelenség a *másodlagos vagy vikariáló traumatizáció*: az erőszakról szóló beszámolók meghallgatása a poszttraumás stressz zavarhoz hasonló tüneteket okozhat. Egy kiégett, megcsömörlött, depressziós segítő gyakran több kárt okoz ügyfeleinek, mint hasznot. Az alábbi ötletek segíthetik a hosszú távú, elkötelezett és kiegyensúlyozott segítő munkát:

Mindig csapatban, támogató munkatársakkal együtt dolgozunk, hiszen a romboló emberi viselkedéssel senki sem tud egyedül megbirkózni. Különösen igaz ez egy olyan jelenségre, mint a családon belüli erőszak, amely társadalmi eredetű és közvetlenül vagy közvetve, de emberek millióit érinti. Támogató közösség és mozgalom nélkül a társadalmi változásokért tett erőfeszítéseinket szélmalomharcnak érezhetjük.

Alakítsunk ki személyes kapcsolatokat a többi segítő szervezet tagjaival, hogy minél jobban kiaknázhassuk az elérhető szakmai-közösségi lehetőségeket. A személyes ismeretség nemcsak az egyéni ügyfelek jobb továbbirányítását teszi lehetővé, hanem tudást és erőforrást ad az együttműködő szakembereknek.

Legyünk tisztában a saját érintettségünkkel. Sok segítőnek van valamiféle személyes tapasztalata a családon belüli erőszakról, akár áldozatként, akár elkövetőként, akár szemtanúként. A saját pszichés traumáink és múltunk alapos feldolgozása azonban előfeltétele a segítői munkának.

Nem javasoljuk viszont azt az elvet, mely szerint aki valaha érintett volt valamely témában, az nem foglalkozhat azzal segítőként. A tapasztalatból szerzett tudás hatalmas segítséget jelenthet az ügyfelek megértésében és a sorsközösség-érzés megteremtésében. Ne féljünk néha utalni a személyes tapasztalatunkra, ha úgy látjuk, a bántalmazott nőnek ez segítene. Amíg a beszélgetés valóban az ügyfélről szól, és nem a saját igényeinket elégítjük ki vele, addig a személyes hangvétel komoly lendületet adhat a közös munkának.

Vegyünk igénybe rendszeres szupervíziót. A szupervízió a segítő munkájának szerves részét képezi. Az ülések a következő témákat érinthetik: megterhelő esetek a segítő munka során, a bántalmazott ügyfelek által felidézett személyes jellegű tartalmak feldolgozása, konfliktusok és egyéb személyközi folyamatok a munkatársak között. A szupervízor személyének kiválasztásakor figyeljünk arra, hogy ő maga is ismerje a nők elleni párkapcsolati erőszak természetrajzát és a témát övező tényeket és tévhiteket.

Tartsunk pontos és átlátható határokat. A határok elsősorban a munka és a magánélet szétválasztását szolgálják. A határokat (mikor és hogyan vagyunk elérhetőek, kikkel szeretnénk segítői kapcsolatba lépni és kikkel nem, stb.) mind az ügyfelek, mind a munkatársaink számára egyértelműen jelezzük, és lehetőség szerint figyelmeztessük a határtartással nehe-

zen boldoguló kollegáinkat is ezek fontosságára. Egy szakmai csoport szakszerű és gördülékeny működéséhez szükséges, hogy a tagok hasonló határokat tartsanak. Általában mondjunk nemet, amikor olyan helyzetbe kerülünk, amely a határainkat feszegeti, és jelezzük a munkatársainknak, ha mégis átléptük azokat. A határmódosítás sokszor része a munkánknak, ugyanakkor mindig tudatosan kell döntést hoznunk arról, mennyire vagyunk rugalmasak, nem pedig az eseményekkel és az ügyfelek elvárásaival sodródva.

Fordítsunk figyelmet a stresszkezelésre és az egészséges életmódra. Törődjünk testi és lelki egészségünkkel is, hogy minél tovább lehessünk hasznos tagjai a családon belüli erőszak ellen fellépő szakmai közösségnek.

Tudatosítsuk magunkban, hogy az erőszakkal való foglalkozás csak egy része az életünknek. Ne engedjük, hogy a családon belüli erőszak valósága tönkretegyje életminőségünket és keserűséggel, dühvel vagy túlzott türelmetlenséggel töltsön el bennünket. Keressük a lelki feltöltődés lehetőségeit baráti beszélgetésekkel, jól működő emberi kapcsolataink ápolásával, könyvekkel, zenével, művészetekkel vagy bármi mással, ami az emberi szenvedéssel szemben a szépség, a remény és a hit érzését nyújthatja számunkra.

UTÓHANG

A társadalomban akkor lehet béke és egyenlőség, ha a családokban és párkapcsolatokban is elutasítjuk az erőszakot és uralmat. Ehhez a nagyszabású célhoz csak kis lépésekben juthatunk el. Bízunk benne, hogy kézikönyvünk átfogó ismereteket adott olvasóinak a párkapcsolati és a családon belüli erőszak természetrajzáról és megvilágította, miért hisszük, hogy a bántalmazás megelőzhető, felismerhető és megállítható. Az Olvasó bántalmazottakkal folytatott munkájához – akár szakemberként, akár laikus segítőként kerül szembe ezzel a témával – sok hitet és sikert kívánunk!

NANE Egyesület

FÜGGELÉK

Az alábbi szövegek a segítő beszélgetés megkönnyítéséhez használhatók, és fénymásolt formában az általunk támogatott nőnek is kiadhatók, hogy a találkozót követően maga is át tudja gondolni az elhangzottakat.

1. BÁNTALMAZOTT NŐ VAGYOK?

Sok nő vonakodik attól, hogy bántalmazottnak nevezze magát, vagy bizonytalan abban, hogy amit megél, az csakugyan bántalmazás-e. A mellékelt teszt felsorolja a bántalmazottak tipikus tapasztalatait, így lehetővé teszi, hogy a nő felmérje, erőszakos párkapcsolatban él-e.

2. NYILATKOZAT A BÁNTALMAZOTT NŐ JOGAIRÓL

Sok nőnek sosem volt alkalma átgondolni, hogy egy párkapcsolaton belül a feleknek mihez van joga, és mihez nincs. Nézzük át kliensünkkel közösen a nyilatkozatot, és beszéljük meg, milyen lehetőségei vannak a jogai érvényesítésére.

3. SZEMÉLYES BIZTONSÁGI TERV

A bántalmazó kapcsolatban élő, abba visszatérő vagy onnan kilépő nőknek megfelelő stratégiákra és eszközökre van szükségük, hogy növeljék biztonságukat. A melléklet segítségével készítsünk kliensünkkel biztonsági tervet, és kérjük meg őt, hogy azt bizalmasaival (gyerekével, szomszédjaival, bújtatójával) is beszélje meg.

4. AZ ERŐSZAK CIKLUSA

Sok nő azért nem gondolja, hogy partnere bántalmazó, mert nem ismeri az erőszakos párkapcsolatok működésének szabályszerűségeit. Ha megérti a bántalmazás dinamikáját, az segíthet neki újra bízni az érzéseiben és észlelésében. Nézzük át vele együtt a lapot, és kérjük meg, hogy beszéljen róla, milyen érzelmeket és viselkedésformákat tapasztalt az egyes fázisokban. Térjünk ki a gyerekei és a partnere reakcióira is a bántalmazás során és az után.

5. „A NAGY 26” KOCKÁZATFELMÉRŐ KÉRDŐÍV

Az egyesült államokbeli Duluthban a Párkapcsolati Erőszak Elleni Prevenációs Program keretében állították össze az elkövető veszélyességét felmérő, 26 kérdést tartalmazó kockázatfelmérő eszközt. A kérdőív használatát minden intézmény és segítő számára ajánljuk minden olyan esetben, ahol felmerül a párkapcsolati erőszak gyanúja. Minél több kérdésre válaszol az érintett „igen”-nel, annál nagyobb a súlyos bántalmazás kockázata.

6. FONTOS JOGSZABÁLYOK ÉS EGYÉB SZABÁLYOZÁSOK

A párkapcsolati erőszak áldozatainak joga van a biztonsághoz, ennek megteremtése és az elkövetők felelősségre vonása az állam feladata. Összefoglalónkban röviden ismertetjük azokat a magyar törvényeket és szabályozásokat, amelyekre az erőszak érintettjei vagy tanúi hivatkozhatnak, amikor beavatkozást kérnek a hatóságoktól.

Bántalmazott nő vagyok?

ÖN BÁNTALMAZOTT NŐ LEHET, HA...

- ...retteg a partnere dühétől.
- ...teljesíti, amit partnere követel, mert fél a dühétől vagy hirtelen hangulatváltozásaitól.
- ...bocsánatot kér másoktól a partnere viselkedése miatt, amikor ő viselkedett erőszakosan Önnel.
- ...retteg a partnere féltékenységétől.
- ...mikor arról dönt, hogy hová megy vagy kivel találkozik, átgondolja, mit szól majd ehhez a partnere.
- ...már alig találkozik az ismerőseivel vagy rokonaival, mert a partnere nem nézi jó szemmel.
- ...fenyegetettséget él át, mikor a partnere féltékeny vagy dühös.
- ...úgy érzi, segítenie kell a partnerének, hogy kezelni tudja a saját erőszakosságát.
- ...alkoholt vagy kábítószerrel fogyaszt, hogy el tudja viselni a kapcsolati problémákat.
- ...görcsbe rándul a gyomra, ha hallja, hogy partnere hazaérkezik, vagy telefonon hívja.
- ...folyamatosan csendesíti a gyerekeket, hogy ne zavarják a partnerét.
- ...mindig olyan ajándékokat kap partnerétől, amelyek az ő igényeit elégítik ki, vagy arra szolgálnak, hogy Önt ellenőrizni tudja (pl. mobiltelefon).
- ...nem mer megszólalni társaságban, mert attól fél, hogy partnere kifigurázza, nevetségessé teszi.
- ...fél a partnere jelenlétében nyíltan beszélni, vagy neki ellentmondani.
- ...fél bármely hatóságtól segítséget kérni, mert fél társa bosszújától.

ÖN BÁNTALMAZOTT NŐ LEHET, HA PARTNERE...

- ...féltékenykedik Önre.
- ...nem tudja kifejezni az érzéseit.
- ...megütötte, ellökte vagy megrúgta Önt.
- ...dühében összetört vagy Önhöz vágott tárgyakat.
- ...kiszámíthatatlan és robbanékony.
- ...gyakran kritizálja Önt.
- ...ellenőrzi az Ön viselkedését.

- ...nem hagyja, hogy Ön pénzt tartson magánál.
- ...szexre kényszerítette Önt.
- ...kigúnyolta vagy megfenyegette Önt.
- ...a saját problémái és érzései (különösen a dühe) miatt Önt hibáztatja.
- ...átkutatja az Ön táskáját, zsebeit, ellenőrzi a telefonját, számítógépét.
- ...rossz néven veszi, ha Ön a barátaival, családtagjaival beszél.
- ...megpróbálja elhitetni Önnel vagy másokkal, hogy Ön elmebeteg.
- ...előző kapcsolatában/házasságában bántalmazta a partnerét.
- ...láthatóan idegessé válik, ha Önt jókedvűnek vagy sikeresnek látja.
- ...igyekszik elérni, hogy Ön ne dolgozzon, ne barátkozzon másokkal, és ne tartsa a kapcsolatot családjával.
- ...letöri az Ön ambícióit (például nem engedi, hogy Ön megtanuljon autót vezetni, nyelvtanfolyamra járjon).
- ...kínozza az állatokat, vagy olyan állatot tart, akitől Ön fél.

Nyilatkozat a bántalmazott jogairól

Jogom van ahhoz, hogy ne bántsanak.

Jogom van ahhoz, hogy ne legyek mindenben tökéletes.

Jogom van ahhoz, hogy ne engem hibáztassanak a bántalmazóm cselekedetei miatt.

Jogom van ahhoz, hogy úgy döntsek, változtatok a helyzetemen.

Jogom van elhagyni azt a környezetet, amelyben bántanak.

Jogom van segítséget kérni és kapni a rendőrségtől és más szervezetektől, intézményektől.

Jogom van feljelentést tenni a bántalmazó ellen.

Jogom van szabadon kifejezni a gondolataimat és az érzéseimet.

Jogom van dühösnek lenni az ellenem elkövetett erőszak miatt.

Jogom van megosztani az érzéseimet másokkal és megtörni az elszigeteltséget.

Jogom van ahhoz, hogy jobb kommunikációs és szerepmodellt nyújtsak a gyerekeimnek.

Jogom van képességeimet fejleszteni, tehetségemet kibontakoztatni.

Jogom van ahhoz, hogy a partneremtől független magánéletem legyen.

Jogom van ahhoz, hogy tisztelettel bánjanak velem.

Jogom van ahhoz, hogy félelem és erőszak nélkül éljek.

Személyes biztonsági terv

Lehet, hogy az alábbi tanácsok közül a körülményei miatt nem mindet tudja megfogadni, de minden egyes lépés, amit megtesz, közelebb viszi a nyugodt, biztonságos élethez.

I. BIZTONSÁG AZ ERŐSZAKOS PARTNER MELLETT

BIZTONSÁG A PARTNER ERŐSZAKOS KITÖRÉSE ALATT

- a) Ha partnere erőszakkitörése elkerülhetetlen, próbálja meg egy olyan helyiségbe terelni őt, amelyből a kijárat könnyen elérhető. Ha lehet, kerülje a „zsákutcákat” (fürdőszobát, konyhát vagy hálószobát) vagy bármely olyan helyiséget, ahol fegyver vagy fegyverként használható tárgyak vannak.
- b) Gyakorolja, hogyan hagyhatja el otthonát biztonságosan. Járja végig a megtervezett útvonalat (lépcsők, ajtók, ablakok, lift stb.). Ha úgy véli, nem árulnák el a bántalmazónak, avassa be a tervbe gyerekeit is.
- c) Csomagoljon össze egy táskát a szükséges és fontos holmikkal (a szórólapon található lista alapján), és hagyja egy rokonánál vagy ismerősénél.
- d) Keressen megértő szomszédokat, akiknek beszélhet az Ön ellen elkövetett erőszakról, és kérje őket, hogy azonnal hívják a rendőrséget, ha az Ön otthonából bántalmazásra utaló hangokat hallanak. A rendőrségnek a 32/2007-es ORFK utasítás értelmében kötelessége kiszállni a helyszínre.
- e) Beszéljen meg egy titkos jelszót gyerekeivel, rokonaival, barátaival és szomszédaival, amellyel partnere tudta nélkül értésükre adhatja, hogy rendőrt kell hívniuk.
- f) Készítsen tervet, hogy hová fog menekülni, ha el kell hagynia otthonát. Még akkor is tervezze ezt meg, ha pillanatnyilag úgy gondolja, hogy erre nem lesz szükség.
- g) Hallgasson az ösztöneire és bízson a saját ítéletében. Ha a helyzet veszélyes, gondolja végig, milyen lehetőségei vannak a bántalmazó megnyugtatóására. Nem kell szégyellnie, ha a saját biztonsága érdekében inkább végrehajtja, amit a bántalmazó követel. Önnek joga

van hozzá, hogy az Ön által legjobbnak vélt módon cselekedjen annak érdekében, hogy elhárítsa a közvetlen veszélyt.

h) Ne feledje: Ön nem érdemli meg, hogy fenyegetések vagy bántsák!

BIZTONSÁG A MENEKÜLÉSRE KÉSZÜLVE

- a) Nyisson bankszámlát a saját nevében, hogy megteremtse, illetve növelje anyagi függetlenségét. Gondolja át, hogy milyen más módokon növelhetné az önállóságát és függetlenségét.
- b) Hagyjon valakinél pénzt, kulcsmásolatokat (a slusszkulcsról is), a fontosabb iratok fénymásolatait, gyógyszereket, ruhákat és egyéb nélkülözhetetlen dolgokat.
- c) Gondolja át, hogy szükség esetén hol, kinél lakhat egy ideig, vagy hogy kitől kérhet kölcsön, és lehetőleg beszélje meg velük a lehetőségeket. Ha az Önnel élő társállat (kutya, macska) sorsa aggasztja, gondolja ki, hol helyezhetné el, amíg újra magához nem veszi.
- d) Tartsa mindig magánál a mobiltelefonját, valamint a vészhelyzet esetén hívható telefonszámokat, illetve némi aprót.
- e) Gondolja át minél többször a bántalmazó elhagyásának biztonsági tervét. A bántalmazó elhagyása sokszor egy veszélyesebb időszak kezdete. A megfelelő biztonsági tervvel azonban csökkentheti a veszélyt, és kiszabadulhat a bántalmazó kapcsolatból.

II. BIZTONSÁG A SZÉTKÖLTÖZÉS ILLETVE MENEKÜLÉS UTÁN

BIZTONSÁG AZ OTTHONÁBAN

- a) A lehető leggyorsabban cseréltesse le a zárat. Az ablakokra is szereltesen új zárat és rácsokat vagy egyéb biztonsági berendezéseket.
- b) Gyerekeivel készítsen biztonsági tervet azokra az alkalmakra, amikor Ön nincsen velük.
- c) Értesítse a gyerekek iskoláját, napközijét, óvodáját, sportedzőjét stb. arról, hogy milyen helyzetben van, és ideiglenes gyerekelhelyezés vagy megvont szülői felügyeleti jog esetén kinek van joga elhozni a gyerekeket. Adjon a gyerekekkel foglalkozó szakembereknek „Miért marad?” című kiadványunkból.

- d) Értesítse a szomszédokat vagy a főbérlőjét arról, hogy partnere már nem él Önnel, kérje meg őket, hogy rögtön értesítsék Önt, ha meglátják otthona közelében.
- e) Amennyiben a bántalmazás miatt büntetőeljárás folyik volt partnere ellen, távoltartó intézkedést kérhet. (Ennek időtartama legfeljebb 60 nap.)
- f) Keressen egy (női) önvédelem tanfolyamot (például aikidó, Krav-maga).

BIZTONSÁG A MUNKAHELYEN ÉS AZ UTCÁN

- a) Döntse el, hogy a munkahelyén kit avat be a történetekbe. Ha van az épületben biztonsági őr vagy portás, mindenképpen beszélje meg vele, mit tegyen, ha megjelenik a bántalmazó. Ha lehetséges, adjon nekik fényképet róla.
- b) Ha a bántalmazó telefonon zaklatja vagy fenyegeti, és a készüléke lehetővé teszi, rögzítse a hívást. Ha az tűnik a legbiztonságosabbnak, kérjen meg mást, hogy ilyen esetben vegye fel a telefont, vagy várja meg, amíg bekapcsol a hangposta. Akár le is tiltathatja a bántalmazó számát. Mobiltelefonján tartsa készenlétben a segélyhívószámot, hogy azonnal hívni tudja támadás esetén.
- c) Készítsen biztonsági tervet a munka utáni időre. Kérjen meg valakit, hogy kísérelje el az autójáig vagy a buszig, és várjon Önnel, amíg el nem indul. Lehetőleg több útvonalat használjon váltogatva. Gondolja végig, hogy mit tehet, ha hazafelé menet az autóban vagy a tömegközlekedési eszközön éri támadás.

BIZTONSÁG ÉS TÁMOGATÁS

- a) Ha azon gondolkodik, hogy egy potenciálisan bántalmazó helyzetnek teszi ki magát, előbb beszélje át egyéb lehetőségeit valakivel, akiben megbízik.
- b) Ha meg kell beszélnie valamit partnerével, keressen olyan alkalmat, amikor nagyobb biztonságban van (pl. nyilvános helyen, vagy más, a bántalmazótól nem függő személy jelenlétében találkozzanak).
- c) Gondoljon pozitívan önmagára, ismerje fel saját igényeit, és fejezze ki őket határozottan, amikor csak teheti (a bántalmazóval szemben nem biztonságos önérvényesítő módon viselkedni). Használjon fel minden lehetőséget, amely testileg-lelkileg megerősíti Önt. Olvasson önsegítő kiadványokat.

- d) Gondolja át, hogy ki az, akivel nyíltan megbeszélheti helyzetét, és akitől támogatást kaphat.
- e) Hívja a NANE Egyesület segélyvonalát. Itt szívesen meghallgatják Önt, és átgondolják Önnel a lehetőségeit.
- f) Követelje a rendőrségtől, hogy intézkedjen. Önnek akkor is joga van a biztonsághoz, ha azt saját partnere vagy férje fenyegeti. Ha nem elégedett a rendőrség hozzáállásával, kérje el a hatékony intézkedést elmulasztó rendőr nevét és szolgálati számát, és írásban tegyen panaszt a kapitánynál.
- g) Forduljon a lakóhelye szerint illetékes áldozatvédelmi referenshez (minden rendőrkapitányságon található ilyen), illetve az Áldozatsegítő Szolgálathoz, amely azonnali pénzügyi segítyt adhat.

MIRE LEHET SZÜKSÉGE, AMIKOR MENEKÜL?

SZEMÉLYES IRATOK

- Személyi igazolvány
- Jogosítvány
- Útlevel
- A gyerekek születési anyakönyvi kivonata, útlevele, gyermek-egészségügyi kiskönyve
- Saját születési anyakönyvi kivonata
- Házassági anyakönyvi kivonat
- TB kártya
- Adókártya

ANYAGIAK

- Pénz, bankkártya, hitelkártya
- Takaréketétkönyv, betétszámlakönyv
- Banki kivonatok, bankszámla-szerződés

JOGI PAPÍROK

- A ház vagy lakás papírjai (szerződés, részletfizetési megállapodás, tulajdoni lap)
- A kocs papírjai
- Egészség- és életbiztosítási papírok

- Ön és gyerekei kórházi zárójelentései, rendelői feljegyzései, látletelek
- Letelepedési engedély, tartózkodási engedély, munkavállalási engedély, vízum
- Válóperes papírok
- Gyermekelhelyezési papírok
- Céges papírok

EGYÉB

- Lakáskulcs, slusszkulcs
- Gyógyszerek
- Az Ön ékszerei, órái és egyéb kisméretű értékesíthető tárgyai
- Mobiltelefon
- Címlista
- Képek Önről, a gyerekekről és a bántalmazóról mások számára (segíthet a felismerésben)
- A gyerekek kisebb kedvenc játécai
- Testápolási, egészségügyi cikkek
- Pelenkák

Az erőszak ciklusa

Az erőszakos kapcsolatokban a legtöbb esetben három jól elkülöníthető szakasz ismétlődése figyelhető meg:

Első szakasz: A feszültség felgyülemlése

Második szakasz: Erőszakkitörés

Harmadik szakasz: „Mézeshetek”

ELSŐ SZAKASZ: A FESZÜLTÉG FELGYÜLEMLÉSE

A BÁNTALMAZOTT ÉRZÉSEI: dühös, érzi, hogy igazságtalanul bánnak vele, reménytelen, feszült, fél, zavarodott, megalázott, levert.

VISELKEDÉSE: gondoskodó, beleegyező, elfogadó, el akarja oszlatni a partnere dühét és idegességét, szóban kifejezi a saját dühét, esetleg túlsokat iszik és/vagy kábítószerzik, hogy ne gondoljon a párkapcsolati problémákra.

A BÁNTALMAZÓ ÉRZÉSEI: feszült, ideges, undort és megvetést érez, feljogosítva érzi magát, fokozott féltékenység jellemzi.

VISELKEDÉSE: szóban bántalmaz, dührohamokat kap, nem szól a partneréhez, uralkodni próbál, iszik és/vagy kábítószerzik, birtokolni akarja a partnerét, követelőzik, könnyen dühbe gurul.

A GYEREK ÉRZÉSEI: fél, feszült, zavarodott, vagy dühös az anyjára, amiért az nem tudja „kordában tartani” a férfit.

VISELKEDÉSE: az egyik szülő mellé áll, elbújik, letagadja az erőszakot, vagy megpróbálja elterelni a szülei figyelmét.

MÁSODIK SZAKASZ: ERŐSZAKKITÖRÉS

A BÁNTALMAZOTT ÉRZÉSEI: ijedt, csapdában érzi magát, tehetetlen és benuult.

VISELKEDÉSE: megpróbálja védeni magát, visszaüt vagy letesz a küzdelemről, és esetleg eszméletlenül tettei magát, megpróbál elmenekülni és segítséget hívni.

A BÁNTALMAZÓ ÉRZÉSEI: dühös, ideges, undorodik, úgy érzi, jogosultan cselekszik, féltékeny vagy frusztrált.

VISELKEDÉSE: veszélyesen durva, erős késztetést érez, hogy üssön vagy öljön.

A GYEREK ÉRZÉSEI: ijedt, csapdában érzi magát és tehetetlen.

VISELKEDÉSE: tehetetlenül nézi, ami történik, elbújik, vagy megpróbálja megállítani az erőszakot, esetleg védeni igyekszik az anyját, vagy ő is verni kezdi.

HARMADIK SZAKASZ: „MÉZESHETEK”

A BÁNTALMAZOTT ÉRZÉSEI: megkönnyebbül, dühös a bántalmazás miatt, büntudata van vagy reménykedik a partnere megváltozásában.

VISELKEDÉSE: megbocsát a bántalmazónak, „megbeszéli” vele a történeteket, próbálja elrendezni, megoldani vagy elkerülni a további erőszakkitöréseket, reméli, hogy a változás tartós lesz.

A BÁNTALMAZÓ ÉRZÉSEI: bocsánatkérő, büntudata van és megbánó, hajlamos elfelejteni vagy elbagatellizálni erőszakosságának mértékét, úgy gondolja, hogy igaza van, és nem érti, a nő miért dühös rá még mindig.

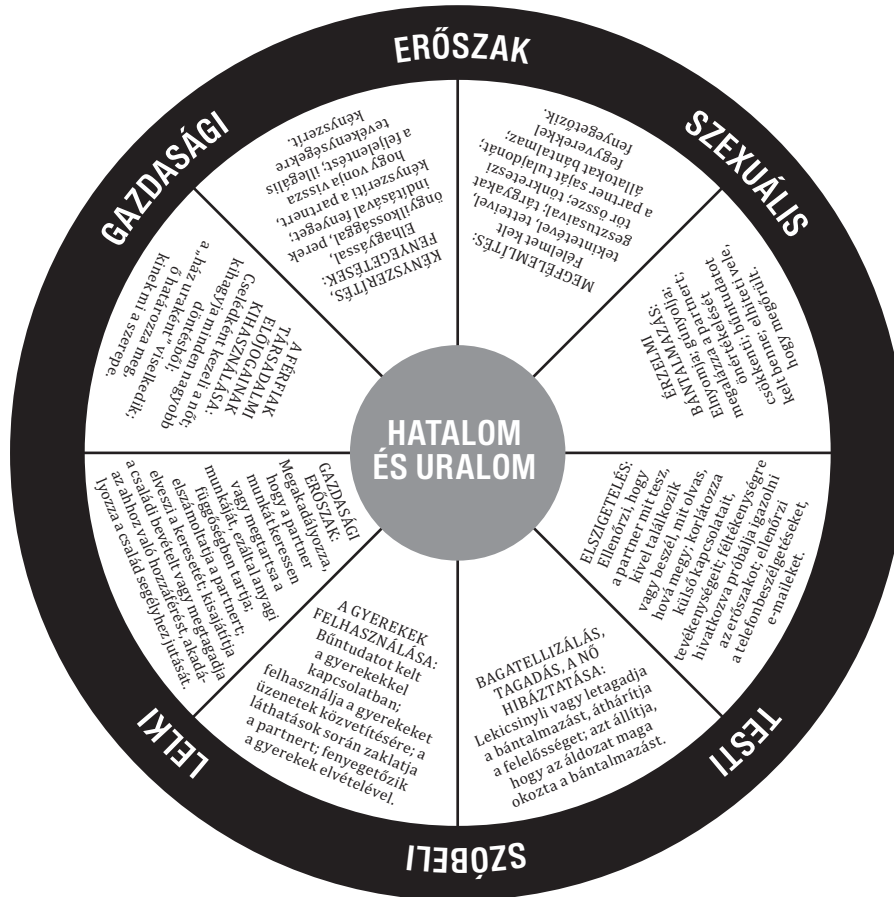
VISELKEDÉSE: kedves, megígéri, hogy megváltozik, a nőt vagy külső tényezőket (alkoholt, más embereket) hibáztat a helyzetéért és a tetteiért.

A GYEREK ÉRZÉSEI: zavart, megalázott, megkönnyebbült, bűntudatos vagy dühös.

VISELKEDÉSE: próbál a felnőttek kedvében járni, elterelni a figyelmét a félelméről vagy fájdalmáról.

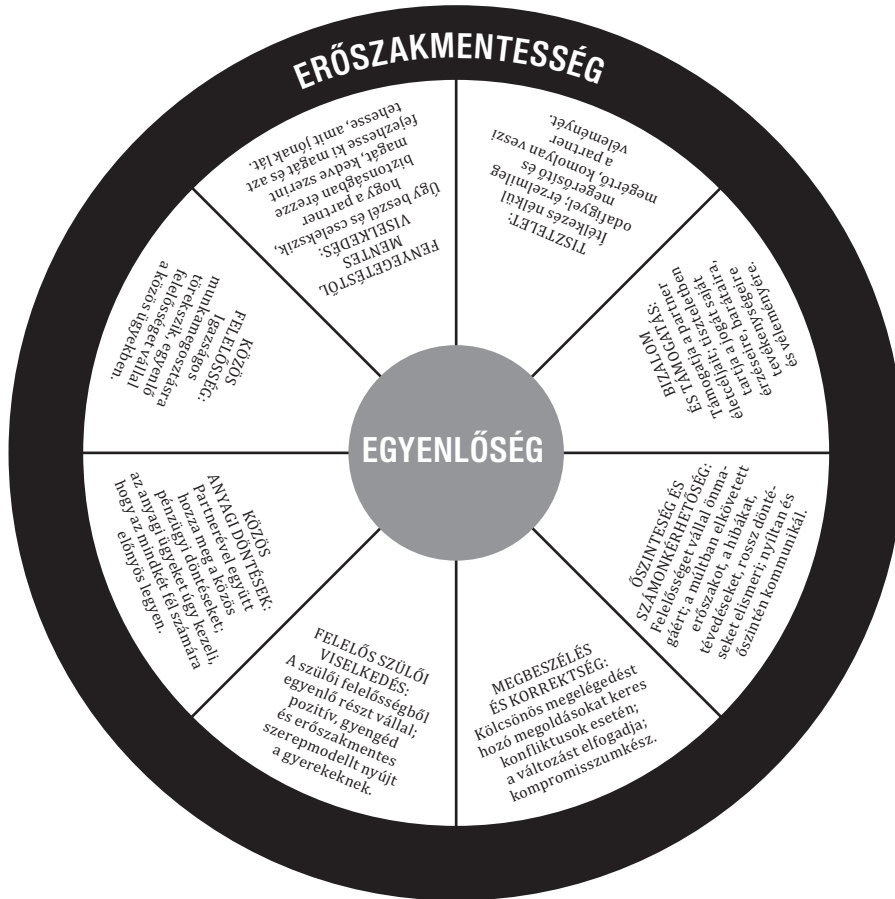
Az erőszakkitörések idővel egyre súlyosabbá válnak. A „mézeshetek” szakasz egyes bántalmazó kapcsolatokban akár teljesen ki is maradhat, különösen a pár későbbi együtt töltött ideje során. Ilyenkor a kapcsolatban folyamatos szóbeli, érzelmi, gazdasági, és testi erőszak van jelen.

A „Hatalom és uralom” kereké



Forrás: Pence/Paymar: Education Groups for Men who Batter: the Duluth Model („Oktatási csoportok bántalmazó férfiak számára: a Duluth-modell”), New York, 1993, 3.o.

Az „Egyenlőség” kerek



Forrás: Pence/Paymar: Education Groups for Men who Batter: the Duluth Model („Oktatási csoportok bántalmazó férfiak számára: a Duluth-modell”), New York, 1993, 94.o.

Fontos jogszabályok és egyéb szabályozások:

KAPCSOLATI ERŐSZAK (BTK. 2012/A. §)

A Büntető Törvénykönyvben (2012. évi C. törvény) foglalt új tényállás a párkapcsolati erőszak egyes megvalósulási formáit bünteti. Azokra az eseményekre lehet alkalmazni, amelyek 2013. július 1. után, legalább két alkalommal történtek meg. Rendszeresen elkövetett könnyű testi sértésnél e tényállás alapján már nem szükséges magánindítvány, a rendőrségnek kötelessége hivatalból eljárást indítani. További újdonság, hogy a gazdasági erőszak bizonyos formáit is bünteti.

ZAKLATÁS (BTK. 222. §)

A magyar jogrendszer 2008 januárja óta védi a zaklatás áldozatait. Az elkövető azzal, hogy a sértettet annak akarata ellenére rendszeresen vagy tartósan háborgatja, bűncselekményt követ el, amely akár szabadságvesztéssel is büntethető. A háborgatás fogalma felöleli mindazon magatartásokat, amelyek a sértettben nyugtalanságot, kiszolgáltatottság-érzést keltenek.

A HOZZÁTARTOZÓK KÖZÖTTI ERŐSZAK MIATT ALKALMAZHATÓ TÁVOLTARTÁSRÓL (2009. ÉVI LXXII. TÖRVÉNY)

A megelőző távoltartás a bántalmazó által a bántalmazott sérelmére megvalósított, a méltóságot, az életet, a szexuális önrendelkezési jogot, továbbá a testi és lelki egészséget súlyosan és közvetlenül veszélyeztető tevékenység és mulasztás esetén elrendelhető intézkedés. A bántalmazó köteles a bántalmazott lakhelyét elhagyni és onnan meghatározott ideig távol maradni, illetve a bántalmazott személytől vagy más személytől távol maradni, tartózkodni a velük való érintkezéstől akár (elektronikus) levélben, telefonon, SMS-ben is.

IDEIGLENES MEGELŐZŐ TÁVOLTARTÁS (RENDŐRSÉG): A rendőrség a helyszínen hozza meg az erőszak észlelése esetén hivatalból vagy a bántalmazott és hozzátartozói, a szociális ellátórendszer, a gyermekvédelmi és egészségügyi rendszer bejelentése alapján. A rendőrség 72 órára rendeli el és automatikusan küldi tovább a helyi bírósághoz meghosszabbításra.

MEGELŐZŐ TÁVOLTARTÁS (BÍRÓSÁG): Megelőző távoltartást a bántalmazott vagy (közeli) hozzátartozója ideiglenes nélkül is kezdeményezhet. Az eljárást három napon, illetve munkanapon belül kell lefolytatni, maximum 60 napra rendelhető el

ORFK INTÉZKEDÉS A CSALÁDON BELÜLI ERŐSZAK ESETÉN FELLÉPŐ RENDŐR KÖTELEZETTSÉGEIRŐL (32/2007.)

Az intézkedés értelmében a rendőrségnek azonnal ki kell szállnia családon belüli erőszakkal kapcsolatos bejelentés esetén, és az áldozat biztonságát szem előtt tartva kell eljárnia a dokumentumban pontosan meghatározott módon. Az intézkedő rendőrnek a bántalmazót és bántalmazottat külön kell meghallgatnia, és nem tehet kísérletet a békítésre. Kötelessége biztosítani a bántalmazás bizonyíthatóságát és tájékoztatni a bántalmazottat a jogérvényesítési lehetőségekről és a segítő szolgáltatásokról, valamint felszólítani a bántalmazót a jogsértő magatartástól való tartózkodásra. Ha a családon belüli erőszaknak kiskorú sértettje vagy tanúja volt, az intézkedő rendőrnek minden esetben vizsgálnia kell, hogy megvalósult-e a kiskorú veszélyeztetése bűncselekmény, amennyiben igen, hivatalból eljárást kell indítania.

A párkapcsolati és családon belüli erőszakkal kapcsolatos legfrissebb jogszabályok és egyéb szabályozások teljes szövege és azok magyarázata megtalálható a ww.nokjoga.hu honlapról letölthető *Hová fordulhatnak az áldozatok?* című dokumentumban.

„A NAGY 26” KOCKÁZATFELMÉRŐ KÉRDŐÍV (Duluth, Minnesota)

igen: ● nem: ○ nem tudom: ◐

1. Az elkövető az idő múlásával egyre veszélyesebbé, erőszakosabbá, brutálisabbá vált? ● ○ ◐
2. Előfordult-e már, hogy a bántalmazás miatt orvosi segítségre volt szüksége? ● ○ ◐
3. Megpróbálta- e valaha fojtogatni Önt? ● ○ ◐
4. Bántalmazott vagy ölt-e meg valaha állatot? ● ○ ◐
5. Fenyegetőzött valaha azzal, hogy megfojtja Önt? ● ○ ◐
6. Bántalmazta-e már Önt szexuálisan? ● ○ ◐
7. Fenyegette-e Önt valaha fegyverrel? Ha igen, milyennel? ● ○ ◐
8. Gyanakvó vagy túlzottan féltékeny a partnere, illetve figyelni és kontrollálja-e Önt? ● ○ ◐
9. Egyre gyakoribbá válnak támadásai? ● ○ ◐
10. Fenyegetőzött-e már valaha azzal, hogy öngyilkosságot követ el, vagy próbált már öngyilkosságot elkövetni? ● ○ ◐
11. Bántalmazta, fenyegette Önt a terhesség alatt? ● ○ ◐
12. Ön szakított-e vagy megpróbált-e szakítani az elkövetővel az elmúlt 12 hónapban? ● ○ ◐
13. Próbált-e segítséget szervezni vagy kapni az elmúlt 12 hónapban (rendőrség, tanácsadás, női menhelyek stb.)? ● ○ ◐
14. Elszigetelte vagy akadályozta Önt a segítségkérésben (telefon, autó, család, barátok stb.)? ● ○ ◐

15. Érte-e az elkövetőt kivételesen nagy stresszhatás az elmúlt 12 hónapban (állás elvesztése, közeli hozzátartozó halála, pénzügyi nehézségek stb.)?
16. Vannak alkohol-, vagy drogproblémái az elkövetőnek?
17. Voltak-e valaha elvonási tünetei? Részt vett-e alkohol vagy drogelvonón?
18. Van fegyvere az elkövetőnek? Magánál hordja?
19. Van lehetősége, hogy fegyverhez jusson? Ha igen, milyenhez?
20. Gondolja, hogy komoly sérülést tudna Önnek okozni, vagy esetleg megölné Önt?
21. Próbálta-e Ön valaha bármilyen formában védelmezni az elkövetőt (jegyzőkönyv megváltoztatása a rendőrségnél, „feljelentés visszavonása” stb.)?
22. Bántalmazta-e az elkövetőt valamely családtagja gyerekkorában?
23. Tanúja volt-e az elkövető anyja bántalmazásának?
24. Tanúsít-e lelkiismeret-furdalást vagy megbánást az elkövető tette elkövetése után?
25. Követett el az elkövető egyéb bűncselekményeket (az erőszakon kívül)?
26. Bántalmazott-e az elkövető más embereket is (a családon kívül)?

Minél több kérdésre válaszolt „igen”-nel, annál nagyobb a súlyos bántalmazás kockázata, és annál fontosabb, hogy Ön se becsülje le a bántalmazás súlyosságát.

AJÁNLOTT IRODALOM

Dina McMillan: *De hiszen azt mondja, hogy szeret!*
Budapest, 2009, Nyitott Könyvműhely – Stop-férfierőszak Projekt

Judith Lewis Herman: *Trauma és gyógyulás.*
Budapest, 2003, Háttér Kiadó – Kávé Kiadó – NANE Egyesület.

Kuszing G., Spronz J. és Wirth J.: *Szakmai módszertani útmutató a párkapcsolati erőszak elleni hatékony fellépésre.*
Budapest, 2012, NANE Egyesület - Patent Egyesület.

Lundy Bancroft, Jay G. Silverman és Daniel Ritchie: *Lehet-e jó apa a bántalmazó? – A partnerbántalmazás hatása a szülő-gyermek kapcsolatra.* Budapest, 2013, Háttér Kiadó – NANE Egyesület.

Lundy Bancroft: *Mi jár a bántalmazó fejében? Az erőszakos és uralkodni vágyó férfi.* Budapest, 2015, Háttér Kiadó – NANE Egyesület.

Patricia Evans: *Szavakkal verve.*
Budapest, 2004, Háttér Kiadó – NANE Egyesület.

Susan Forward: *Mérgező szülők.* Budapest, 2000, Háttér Kiadó.

Szil Péter: *Miért bántalmaz? Miért bántalmazhat?*
I. A családon belüli erőszak: a férfiak felelőssége. Budapest, 2005, Habeas Corpus Munkacsoport.

Tóth Olga: *Erőszak a családban.* TÁRKI Társadalompolitikai Tanulmányok, 12. 1999, Táarki.

AJÁNLOTT HONLAPOK

www.nane.hu, www.facebook.com/NANEegyesulet
www.patent.org.hu, www.facebook.com/patent.egyesulet
www.nokjoga.hu
www.stop-ferfieroszak.hu/kiadvanyok
keretkoalicio.blogspot.com, www.facebook.com/keret.koalicio
www.muszajmunkacsoport.hu

Kiadja a NANE (Nők a Nőkért Együtt az Erőszak Ellen) Egyesület, 2015

Postacím: 1447 Budapest, Pf. 502.

Segélyvonal: 0680505101

E-mail: info@nane.hu

Internet: www.nane.hu

Adószám: 18060339-1-42

Támogassa a NANE Egyesületet személyi jövedelemadója 1%-ával!

Támogatásával hozzájárul az egyesület hatékony munkájához,
a bántalmazott nők és gyerekek segélyvonalának működéséhez.

Egyéb támogatási lehetőségekről és tevékenységünkről
a www.nane.hu honlapon tájékozódhat.

NANE
NŐK A NŐKÉRT EGYÜTT
AZ ERŐSZAK ELLEN EGYESÜLET



ISBN 978 615 80333 0 5



9 78 - 615 - 80333 - 0 - 5