

A TIZENÉVESEKET ÉRINTŐ KAPCSOLATI ERŐSZAK TUDATOSÍTÁSÁRA INDÍTOTT NEVELÉSI PROGRAMOT FAZAKAS ILDIKÓ PSZICHOLÓGUS

Nem kezdhető elég korán a bántalmazás megelőzése

Tájékoztatni kell a serdülőkorú lányokat a kapcsolatokban előforduló erőszak formáiról, következményeiről, a megelőzésről – vallja Fazakas Ildikó sepsiszentgyörgyi iskolapszichológus, aki nevelési programot indított a bántalmazással kapcsolatos tévhitek tisztázása céljából. A kezdeményezést a Kovászna megyei tanfelügyelőség is támogatja.

» OLÁH ESZTER

A nők bántalmazásának megelőzésére irányuló nevelési programot indított serdülőkorú lányok számára Fazakas Ildikó sepsiszentgyörgyi iskolapszichológus. A Kovászna megyei tanfelügyelőség által elfogadott projekt célja a kapcsolati erőszak mentén felmerülő kérdések és tévhitek tisztázása. A nők elleni erőszak megszüntetésének világnapját egyébként 1981 óta november 25-én tartják. A szakember kezdeményezését a serdülő lányokkal folytatott csoportos és egyéni munka, illetve egy korábbi prevenció program tapasztalata hívta életre, amely során kirajzolódott, hogyan viszonyulnak a tizenévesek az erőszak különböző formáihoz. Mint mondta, legtöbbször nem látunk kivétneket abban, ha a barátjuk elolvassa üzeneteiket, és helyénvalónak tartják, ha be kell számolniuk arról, mikor mit csinálnak, hol tartózkodnak. Az is kiderült, hogy főként a szélsőséges fizikai vagy szexuális támadást tekintik erőszaknak, a szóbeli és lelki bántalmazást kevésbé. Az erőszak jelenségéről általában véve úgy gondolnak, mint ami főként felnőttekkel történhet meg. „A serdülőkorú lányok már létesítenek kapcsolatokat, amibe sok esetben a nemi élet is belefér. A velük folytatott munka során fogalmazódott meg bennem, hogy informálni kell őket: bizonyos dolgokat tudatosítani, a tévhiteket lerombolni. Ez leginkább egy prevenció program keretében tud megtörténni” – mutatott rá a pszichológus. A programot, amelynek célja információhoz juttatni a serdülőkorú lányokat az erőszak formáiról, következményeiről, a Kovászna megyei tanfelügyelőség is jóváhagyta, és az idej tanévtől nevelési projektként futhat az iskolákban. Fazakas Ildikó szeretné, ha a fiatalok arra is választ kapnának, hogyan lehet elkerülni vagy kimenekülni egy hasonló jellegű kapcsolatból, kihez fordulhatnak szükség esetén. A résztvevők ugyanakkor a pozitív és negatív érzelmekkel való megküzdést is gyakorolhatják, megtudhatják, milyen tévhitekkel szokás igazolni az erőszakos viselkedést, illetve, hogy ezért ki a felelős, mikor számít magánügynek, és mikor helyénvaló a külső beavatkozás. „A program aktualitását jelzi az is, hogy a nők elleni bántalmazás továbbra is világszintű jelenség, a felszámolásáért folytatott cselekvési tervnek pedig okvetlenül tartalmaznia kell a megelőzést. Elengedhetetlen, hogy figyelmet fordítsunk a kamaszkori, párkapcsolati erőszakra és annak következményeire” – hangsúlyozta Fazakas Ildikó.

Kamaszkor: fókuszban a másik nem

A fiatalok bántalmazás tematizálása előtt érdemes a kamaszkori kapcsolat alakulását megérteni. A szakember szerint ebben a korban jellemző egyfajta átmeneti elkülönülés, amely alapján úgy tűnhet, semmibe veszik egymást, valójában viszont a kamaszok egyik fő témája a másik nem. A 13–14 éves korosztálynál kialakulnak hosszabb-rövidebb románcok, de ezek többnyire

a kézfogásban és a csókban merülnek ki, céljuk pedig a tapasztalatgyűjtés, felfedezni a másik nem gondolkodásmódját. „Természetes, hogy a serdülők ingadoznak a gyerekes és a felnőtt viselkedés közt, amikor pedig komolyra fordulna a dolog, elbizonytalanodnak, és visszatérnek a gyerekes magatartáshoz” – mutatott rá a pszichológus. Hozátette, az online térben való jelenlét az érzelmeket „felgyorsította”, régebb az udvarlás hetekig, akár hónapokig is elhúzódott, a virtuális térrel azonban együtt jár egyfajta sürgetettség: mindenki folyton elérhető és azonnali szerelmet, intimitást akar. Mint fogalmazott, az online világ sajátossága az is, hogy a fiatalok hirtelen mindent szeretnének tudni egymásról, ez pedig nem a bizalom alapuló szerelem sajátossága. „A szerelem alapját az elfogadás, a közös érdeklődési terület és a közösen végzett tevékenység képezi” – emelte ki Fazakas Ildikó. A kamaszkorban szerzett tapasztalatok kiemelt jelentőséggel bírnak a későbbi párkapcsolatok alakulásában, ezért sem mindegy, milyen élményeket szerez a serdülő az első kapcsolataiban. A szakember szerint ezek a korai viszonyok sokkal jobban megragadnak az egyénben, az első szerelem élménye áthatóbb, viszonyítási alapként szolgálhat a későbbiekben. Fontosnak tartotta elmondani, hogy a későbbi kapcsolatok sikeressége nem teljesen attól függ, hogy milyen élményekkel jöttünk ki az elsőből, minden sérülés, bántottság, még a legnehezebb kapcsolati tapasztalatok is felülírhatók, újragondolhatók.



A fizikai erőszakhhoz nem csupán az ütlegetés vagy a szabadsággal való korlátozás sorolható, ide tartozik a rúgás, a lökdösdés is

Az erőszak látható és rejtett formái

A fiatalok jellemzően tizenévesen élnek át először a kapcsolatok örömeit és csalódásait, ilyenkor adott esetben felütheti a fejét az erőszak is. A felismerés érdekében a szakember fontosnak tartja tudatosítani, hogy az erőszaknak nem csupán a látható, fizikai formája ismert, hanem léteznek rejtett, kevésbé észrevehető megnyilvánulásai is. Mint mondta, az erőszak különböző formái öt kategóriába sorolhatók, amelyek közé a testi, a lelki, a szexuális, a gazdasági, a rejtett formában történő erőszak, illetve a különlegesebb alformák tartoznak. A fizikai erőszakhhoz nem csupán az ütlegetés vagy a szabadsággal való korlátozás sorolható, ide tartozik a rúgás, a lökdösdés, a megragadás, sőt a hajtépés is. Leleki erőszaknak számít a manipulálás, a kényszerítő kontroll, a lényeges dolgok letagadása, az áldozat önbecsülésének a lerombolása, illetve a szélsőséges féltékenykedés. A szexuális

erőszakhhoz sorolandó minden kényszerítő jellegű cselekvés, ami a szexuális életet érinti. Gazdasági, társadalmi erőszaknak nevezzük, amikor az illető a családtól, a rokonoktól vagy a barátoktól szigeteli el az áldozatát. A rejtett formát az olyan szóbeli, erőszakos megnyilvánulások képezik, mint a megfélemlítő üvöltözés, testi fenyegetés, öngyilkossággal történő fenyegetés, a kritizálás, a becsmérlés és a sértegetés, de ide

» A felismerés érdekében a szakember fontosnak tartja tudatosítani, hogy az erőszaknak nem csupán a látható, fizikai formája ismert, hanem léteznek rejtett, kevésbé észrevehető megnyilvánulásai is.

sorolható a beszélgetés akadályozása, aláásása is. A különlegesebb alformák közt a szakember a „randierőszakot” emelte ki, amely az egyik fél határainak megsértésén alapul, az elkövető pedig legtöbbször a közeledés szándékának tisztázatlanságára hivatkozva igazolja tettét. Mint rámutatott, a kapcsolat korai szakaszában az elszigetelés és a lelki terror eszközei jellemzőek, ahol az áldozat a szerelem jeleként értelmezheti a kisajátító féltékenységet, és csak a kapcsolat későbbi szakaszában veszi észre, hogy az állandó figyelem elszakította a többi embertől és elgyengítette őt.

ságra, a pszichológus szerint azonban egy-egy telefonbeszélgetésből fel lehet ismerni a jeleket, illetve akkor is, ha a kamasz, aki korábban szívesen részt vett a családi eseményekben, hirtelen zárkózottá válik, a kisírt szemek szintén árulkodóak lehetnek.

Az erőszakos viselkedést övező tévhitek

Fazakas Ildikó elmondta, a serdülők hajlamosak arra az elképzelésre, hogy a bántalmazás főleg az iskolázatlan, szegény rétegek körében történik, a tévhiteket a pszichológus rendszerint hamar le is rombolja: hangsúlyozta, ez bárkivel előfordulhat, nem korhoz, iskolázottsághoz és szociális réteghez kötődő jelenség. Meglátása szerint a szerelmes fiatal hajlamos elnézni a másik fél szélsőséges viselkedését, úgy véli, belefér a kapcsolatba a másik félben történő feszültségevezetés, a szóbeli, sőt, akár a fizikai bántalmazás is. „Hajlamosak olyan mondatokra, hogy „csak ideges volt”, vagy „a lányok kiprovokálják, hogy megverjük őket”, vagy „csak az ital miatt volt goromba”. Helyénvalónak tartják, hogy féltékenységből akár egy pofon is elcsattanhat” – mutatott rá a szakember. Véleménye szerint a tabusítás, bagatellizálás azért történik, mert a szerelmes kapcsolatokat nem a realitás vezérli, így könnyen figyelmen kívül maradnak olyan tulajdonságok, amelyek esetleg nem tetszenek a partnerben. Ezenkívül a családból hozott minta is befolyásolhatja, hogy az egyén nem veszi észre a kapcsolati erőszak jeleit. „Szerepet játszhat a tehetetlenség érzése, a passzív viselkedés, az erőszakkal szembeni reakciók hiánya is, valamint az önhibáztatás, a bűntudatra és a szégyenérzetre való hajlam, amelyek mind önértékelési problémákból fakadnak. Nagyon sok fiatal lány küzd ezzel” – hangsúlyozta.

Rövid és hosszú távú következmények

A szakember elmondta, nagyon nehéz meghatározni, mennyire potenciális áldozat egy serdülő lány, mint ahogy azt sem lehet tudni, milyen fiúba lesz szerelmes. Meglátása szerint azokban az esetekben, ahol az agresszió megjelenik valamilyen formában, de az áldozat felismeri, és ki tud lépni az adott kapcsolatból, nincs gond. A probléma ott kezdődik, amikor a serdülő a szófogadó szerepben ragad, és egyik bántalmazó kapcsolatból a másikba lép, hosszú távon pedig kialakul egy viselkedésszerep. Mint mondta, abban az esetben, amikor az illető találkozik a jelenséggel, de még bizonytalan, nem tud mit kezdeni a helyzettel, kezdetben megjelenhetnek az alvási zavarok, az ingerlékenység, a koncentrációs nehézségek, a döntésképtelenség, illetve a tanulmányi teljesítmény is romolhat. Ha időben tovább húzódik, hogy valaki szabaddal, de nem tud, megjelennek a depresszió tünetei, az iskolakerülés, az agresszív, durva viselkedés, akár a szerhasználat mint feszültségevezető szer. „Ha így alakítom 17 évesen a kapcsolatam, majd 20, 25 és 28 évesen is, előszobája lehet annak, hogy olyan nővé cseperedjek, aki huzamosan áldozat lesz. Sokszor nehéz kilépni az elfogadhatóbbnak tűnő, enyhe formák esetében. De ha hiányzik a nemet mondás képessége, és elfogadom az enyhe, majd az egyre durvább formát, könnyen el lehet jutni addig, hogy áldozattá váljak” – nyomatékosította a pszichológus. Úgy összegzett, ezen a ponton ér össze a fiatalkori és felnőttkori bántalmazás témája, és reméli, a hasonló prevenció programok segítenek felismerni, ha valaki nem megfelelő kapcsolatban van.

KÉPÜNK ILLUSZTRÁCIÓ. FOTÓ: VERES NÁNDOR