

Hódi Sándor

# KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

*Szerelem, szex, házasság a Vajdaságban*

*A házastársi konfliktusok pszichológiai  
és családszociológiai vizsgálata*

Forum Könyvkiadó

*A grafikonok a szerző munkái*

A kötet megjelenését a Magyar Köztársaság Nemzeti Kulturális  
Örökség Minisztériuma, a budapesti Illyés Közalapítvány  
és a Magyar Nemzeti Tanács támogatta

© Hódi Sándor, 2006

# TARTALOM

Köszönet . . . . .	5
Bevezető . . . . .	7

## I. PÁRVÁLASZTÁS

Az önmegvalósítás és párkapcsolatra való alkalmasság . . . . .	15
A párválasztás motívumai . . . . .	17
Az evolúciós magyarázat . . . . .	20
A vegyes házasságok . . . . .	26
A csere- és a szerepelmélet . . . . .	27
A szülői minta . . . . .	29
A gyakorlattal is baj van . . . . .	30

## II. SZERELEM

Az első benyomás . . . . .	35
Mi a szerelem? . . . . .	37
A kapcsolatba való „érzelmi bevonódás” . . . . .	40
A kapcsolatba való „beruházás” . . . . .	42
Szerelem és hatalomvágy . . . . .	44
Új elmélet a láthatáron . . . . .	47
Ahol a méreg, ott a gyógyszer is . . . . .	50
A szeretet megőrzése . . . . .	52
Barátság és szerelem . . . . .	55
Szerelem és szexualitás . . . . .	57

## III. HÁZASSÁG

A házassághoz való viszony . . . . .	61
Az egymáshoz tartozás tudata . . . . .	63
Próbaházasság . . . . .	65

A család szerepe és funkciója . . . . .	67
Az életpozíciók ellentmondásai . . . . .	68
A terméketlen viták . . . . .	69
Házassági játszmák . . . . .	72
Elhúzódó háborúk . . . . .	73
Hűség és hűtlenség . . . . .	76
Mit mutatnak a számok? . . . . .	79
A kegyes füllentés . . . . .	81

#### IV. CSALÁDI KONFLIKTUSOK

A konfliktusokról . . . . .	85
A konfliktusok típusai . . . . .	86
A konfliktusok súlyossága . . . . .	87
A konfliktus kifejlődésének fokozatai . . . . .	88
Dominanciaharc . . . . .	90
A pénzhez való viszony . . . . .	95
A családon belüli erőszak . . . . .	98
Családon kívüli kapcsolatok . . . . .	101
A szülői családdal kapcsolatos konfliktusok . . . . .	106
Szexuális konfliktusok . . . . .	110
Féltékenység . . . . .	121
A neurózissal kapcsolatos konfliktusok . . . . .	124
Az alkoholizmus szerepe a konfliktusokban . . . . .	128

#### V. A JÓ HÁZASSÁG TITKA

A válás okai . . . . .	135
Válás és újraházasodás . . . . .	136
Beszélgessünk! . . . . .	141
Soha ne kritizáld a házastársadat! . . . . .	143
Milyennek tartja a házasságát? . . . . .	145
A szeretet fontossága . . . . .	149
A jó házasság titka . . . . .	152
Befejezés . . . . .	153

## MELLÉKLETEK

Kérdőív . . . . .	157
A felmérés helyszíne és a minta összetétele . . . . .	160
Nemzetiség szerinti megoszlás . . . . .	162
Életkor szerinti megoszlás . . . . .	162
Nemek szerinti megoszlás . . . . .	163
Szakképzettség szerinti megoszlás . . . . .	164
Foglalkozás szerinti megoszlás . . . . .	164
Lakásviszonyok . . . . .	165
Hány éve élnek együtt? . . . . .	166
Hány éves korában kötött házasságot? . . . . .	166
Gyermekeik száma . . . . .	167

## KÖSZÖNET

*Ez a könyv azoknak a megfigyeléseknek és empirikus kutatásoknak az anyagára támaszkodik, amelyeket pszichológusként végeztem hosszú évek alatt. Kutatási eredményeimet korábban szerettem volna publikálni, sajnos, az anyag feldolgozásához és a könyv megírásához sokáig nem sikerült támogatást találnom. A kézirat elkészítése végül a Nemzeti Kulturális Örökség Minisztériuma, a Pro Professione Alapítvány és az Arany János Közalapítvány támogatásának köszönhető, magának a kutatómunkának az elvégzése azonban elsősorban családom áldozatvállalásának. Több ezer ember legbensőbb titkainak a megismerése, az adatok rendezése, a kutatás során szerzett tapasztalataim más szerzők eredményeivel való összevetése rengeteg időt és nagy szellemi elfoglaltságot követelt tőlem, ami sok esetben bizonyára más fontos dolgokról vonta el a figyelmem. Feleségem, dr. Hódi (Pálvölgyi) Éva szeretetével, megértésével és intellektuális támogatásával nemcsak sokat segített kutatásaimban, hanem örömtelivé is tette a munkát számomra. Továbbá köszönettel tartozom neki azért is, hogy a kézirat átnézésével segítségemre volt annak végső megformálásában.*

*Ada, 2004 májusa*

*H. S.*

## BEVEZETŐ

Amikor harminc évvel ezelőtt megkezdtem pszichológusi pályafutásomat, hamar rá kellett jönnöm arra, hogy a sokféle gond és baj mögött, amellyel hozzám fordulnak az emberek, voltaképpen mindig egy és ugyanaz a probléma rejlik. A különféle lelki zavarokban szenvedő, élet-szervezési problémákkal küszködő, beilleszkedési és együttélési nehézségekre panaszkodó emberek rendezetlen családi körülmények között élnek, vagy rendezetlen családi körülmények között nevelkedtek.

Emlékezetem szerint sohasem fordult elő, hogy a szeretethiányért, a sorozatos kudarcokért, a sikertelen intim kapcsolatokért bárki is saját éretlenségére, felkészületlenségére, butaságára, vagy bárminemű személyi hiányosságára panaszkodott volna. Örömtelenségükért, sikertelenségükért, betegségükért a hozzám fordulók kivétel nélkül mindig *másokat hibáztattak*: környezetük meg nem értésére, az emberek gonoszságára, nemtelen viselkedésére, a velük megesett igazságtalanságra, méltánytalan társadalmi helyzetükre panaszkodtak, vagy egyszerűen balsorsukra fogták a dolgokat.

Az efféle védekező, elhárító viselkedés bizonyos mértékig mindnyájunkra jellemző. Önbecslésünk megőrzése érdekében olykor valamenynyien kénytelenek vagyunk a helyzetünket szépíteni, ilyen-olyan álarcot viselni. Ilyenkor különböző szerepeket játszunk, igyekszünk a legszebb arcunkat mutatni mások felé, felmentést keresünk a magunk számára stb. Addig nincs is nagyobb baj, amíg önmagunk megszépítése nem mutat *makacs egyoldalúságot*, ha néhanapján hajlandóak vagyunk felülvizsgálni magatartásunkat és másokhoz fűződő viszonyainkat. Az önvizsgálatra – paradox módon – többnyire azok képesek, akiknek erre kevésbé van szükségük. Ők rendszerint jó lelki egészségnek örvendenek, és szilárd emberi kapcsolatokkal rendelkeznek. Velük ellentétben a lelki problémákkal küszködő emberek kevés hajlandóságot mutatnak önvizsgálatra, személyi kapcsolataik is törékenyebbek, ami további problémák forrása.

A szeretet és az intim kapcsolatok világa a család. Ebben az intim szférában zajlanak le a legszebb, legmegrázóbb, legfájdalmasabb élmé-

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

nyek, amelyeket valaha is átélhetünk. Számos bizonyíték van rá, hogy a jó házasságban élő emberek általában boldogabbak, egészségesebbek és tovább élnek, mint az egyedülállóak. Az életbiztosító-társaságok által készített statisztikai kimutatások ebben a vonatkozásban megdöbbentőek. Kiderül belőlük, hogy „a magányos vagy társtalan emberek esélye sokkal nagyobb például a szívrohamra, tüdőbajra, rákra, alkoholizmusra, gyakrabban szenvednek balesetet, nagyobb a halandóságuk és az öngyilkossági arányuk, mint a házasembereknek, akik intim kapcsolatok hálójában élnek”.<sup>1</sup>

*A jó házasságban élő emberek általában boldogabbak, egészségesebbek és tovább élnek, mint az egyedülállóak.*

Természetesen önmagában véve egy házasságnak a létrejötte nem jelenti azt, hogy a boldogító igen kimondásával mindent megoldottunk. Az együttélésből amennyi jó, annyi rossz is származhat. Egy rossz kapcsolat pokollá tudja tenni a család életét, különösen akkor, ha az ellentétek ismételtelen napirendre kerülnek.

A család életére és az intim kapcsolatok alakulására vonatkozóan mindenki rendelkezik valamilyen ismeretekkel és személyes tapasztalattal. Ezek az ismeretek és tapasztalatok azonban önmagukban véve nem mindig elégségesek ahhoz, hogy az emberek megbirkózzanak saját párkapcsolati problémáikkal, és elejét vegyék a házasság felbomlásának és sokféle más emberi tragédiának.

Gyakorló pszichológusként meggyőződtem arról is, hogy az emberi kapcsolatok alakulásának szinte állandó és megkerülhetetlen velejárója a konfliktus. Ez a felismerés nem volt teljesen új számomra, egyszerűen csak nem gondoltam arra, hogy a konfliktusok szinte állandóan próbára teszik az egymással lazább vagy szorosabb kapcsolatban álló embereket. A családterápiás foglalkozások során kellett megtapasztalnom, hogy a konfliktusok szerves velejárói az életnek, nem lehet előlük kitér-

---

<sup>1</sup> Az Életbiztosítók Amerikai Tanácsa által készített statisztikák erre vonatkozó eredményeit Forgács József ismerteti A társas érintkezés pszichológiája című könyvében. Gondolat Könyvkiadó, Budapest, 1989, 275. oldal

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

ni, meg kell velük küzdeni. És ami még fontosabb, hogy a konfliktusokkal való megküzdés a családtagoktól *állandó és együttes fejlődést* kíván meg. A rossz házasságok és a válások magas száma mutatja, hogy az emberek mennyire félnek a konfliktusoktól, és milyen felkészületlenek a megoldásukra.

*A konfliktusokkal való megküzdés a családtagoktól állandó és együttes fejlődést kíván meg.*

Azok a házastársak, akik a tűrhetetlenné vált helyzetük miatt szakemberhez fordulnak, érthetően segítséget várnak problémáikra. Olykor sikerül is ilyen külső beavatkozással a konfliktusokban rejlő „ketyegő bombákat” hatástalanítani. Ennél az alkalmi tűzoltásnál azonban sokkal fontosabb a konfliktusok kezelésében szerzett jártasság megszerzése a házastársak részéről. A tanácsadás pozitív, megerősítő hatással lehet a kapcsolatra, a *konfliktuskezelés elsajátítása* azonban nélkülözhetetlen annak további alakulása szempontjából.

A konfliktusok kezeléséhez szükséges jártasság megszerzése olyan követelménynek látszik, amelynek az emberek egy része nem képes eleget tenni. Rajtuk a családterápia sem tud mindig segíteni. Ez a problémák tengerének egyik forrása. A másik, hogy rendkívül időigényes és fáradtságos munkával bár sok család átsegíthető a kritikus helyzeteken, ez idő alatt azonban, vagyis amíg egy problémás kapcsolat reparálása tart, tíz további kapcsolat fut zátonyra.

Egyes becslések szerint ma a családok 75 százaléka szorulna kisebb-nagyobb reparálásra. Egyetlen társadalom sem képes megbirkózni ezzel a feladattal: hiányzanak hozzá az anyagi, személyi, intézményi és kulturális feltételek, következésképp a házasságok fele automatikusan válással végződik. Mérvadó szakértők véleménye szerint, ha ez a tendencia tovább tart, néhány évtized múlva a házasságok 90 százaléka végződik válással.<sup>2</sup> Az életminőség ilyen méretű romlását talán akkor sem lehetne orvosolni, ha az állami költségvetés felét fordítanák családterápiára, és minden egyes emberre egy képzett terapeuta jutna. Ettől persze távol

---

<sup>2</sup> Ed Wheat dr. és Gloria Okesa Perkins: Szerelemről minden házaspárnak. Keresztény Ismeretterjesztő Alapítvány, Budapest, 1996, 35. oldal



## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

állunk, nálunk például kereken *tízezer* emberre jut egy szakember, ami korántsem jelenti azt, hogy azok mind családterápiával foglalkoznak. Ellenkezőleg, százból csak egy keresi ezzel a kenyerét, a többit az élet jobb belátásra bírta.

*A konfliktusmentes és harmonikus élet illúziójáról le kell mondanunk.*

A családgondozás, ha egyáltalán beszélhetünk ilyesmiről, a volt szocialista országokban mindenütt a csőd szélén áll. Nincs hozzá infrastruktúra, és a ráfordítás is nulla. Nem vigasz, hogy a szociális gondozás és az egészségvédelem más szakágazatai is hasonló helyzetben vannak.

Az új életstílus úgyszólván a szemünk láttára morzsolja szét a korábbi közösségi kapcsolatokat, amelyek olyan-amilyen védelmet nyújtottak. Az individualizmus térhódítása véget vet a hitnek, a szerelemnek, a romantika izgalmának, a barátság szépségének, az intim kapcsolatok tiltott édességének, az életre szóló házasságoknak, a nemzettudatnak, egyszóval a szolidaritás minden társadalmi formájának. Ennek a folyamatnak a következményeként a konfliktusmentes és harmonikus élet illúziójáról le kell mondanunk. A válások növekvő száma azt bizonyítja, hogy az új életformával járó konfliktusokat a házasságok nagy része nem éli túl, ami fokozza a társadalom atomizálódását és növeli a lelki válságban levő, kapcsolatavarban szenvedő emberek számát.

A párválasztással és a házassággal foglalkozó tudományágak – pszichológia, társadalomlélektan, családszociológia – az elmúlt időszakban számos fontos felismeréssel szolgáltak a konfliktusok természetére és az emberi kapcsolatok alakulására vonatkozóan. Ezek az ismeretek tudományos ismeretterjesztő kiadványokban is napvilágot látnak. A szerelem, szex, házasság témakörében az utóbbi időben mind több kiadvány jelenik meg, amelyek ráirányítják a figyelmet a házasságon belüli problémákra, némelyik gyakorlati útmutatóval is szolgál azok megoldására.

A jelen munka többdimenziós perspektívából foglalkozik a konfliktusok és a partnerkapcsolatok problémáival. Egyrészt megismerteti az olvasót a témával kapcsolatos korszerű pszichológiai nézetekkel, másrészt összefoglalja annak az empirikus családkutató munkának az eredményeit, amelyet Vajdaságban végeztem az elmúlt időszakban, harmad-

## **K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !**

---

részt személyes nézeteimet tartalmazza a szerelemre, szexre és házasságra vonatkozóan.

A könyv az olvasótól nem kíván előzetes pszichológiai felkészültséget, elegendő hozzá a kérdés iránti érdeklődés. Remélem, hogy munkámmal hozzájárulok a szerelem, az örömteli szexuális kapcsolat és együttlét művészetének jobb elsajátításához, ugyanakkor bízom benne, hogy a vajdasági családokra vonatkozó „látlettel” hozzájárulok önmagunk jobb megismeréséhez, és másokat további családpszichológiai kutatásra inspirálok.

I. fejezet

---

PÁRVÁLASZTÁS

### AZ ÖNMEGVALÓSÍTÁS ÉS PÁRKAPCSOLATRA VALÓ ALKALMASSÁG

A sikeres életszervezés egyik legnagyobb titka talán az, hogyan lehet férfiaknak és nőknek gyümölcsöző kapcsolatot kialakítaniuk egymással. A történelem tanúsága szerint a férfiaknak kisebb nehézséget okozott körülhajózni a világot, leigázni a bennszülötteket, birodalmakat létrehozni és lerombolni, feljutni a Holdra, atombombát létrehozni, hatalmas vagyonokat felhalmozni és elverni, mint egy jó házasságot tető alá hozni. És a helyzet ebben a vonatkozásban egyre rosszabb. Úgy tűnik, minél csodásabb dolgokat művelnek a világon, annál gyermetegbé válik a nőhöz való viszonyulásuk. Ez olyannyira igaz, hogy ábrándos képzeleteik és elérhetetlen vágyaik miatt a férfiak fele képtelen a házasság szent kötelékének eleget tenni a fejlett világban.

Nincs ez másként a nőkkel sem. Korábban sem mentek a dolgok simán, mára azonban a feminizmus végképp megzavarta a fejüket. Elegük van abból, hogy a kalapot a férfiak hordják, csak azok járjanak nadrágban és dirigáljanak, ugyanakkor számos vonatkozásban a régi szabályok szerint akarnak élni, kedvességre, figyelmességre vágnak. Szeretnének szabadabbak lenni, ugyanakkor még jobban magukhoz kívánják láncolni azt, akivel együtt élnek.

A gubanc ott kezdődik, vélik sokan, hogy a férfiak és a nők genetikailag mások. A férfiak szerint az lenne a dolgok rendje, hogy az ember felcsíp egy nőt, aztán lelép. Aztán megint felcsíp egyet, és megint lelép. A nő viszont ezzel szemben szeretne az egyetlen lenni a kiválasztott férfi életében. Sőt, a legtöbben talán azt szeretnék, ha rajtuk kívül más nő nem is lenne a világon.

A férfiaknak és nőknek külön-külön is nehéz megvalósítaniuk romantikus vágyaikat és elképzeléseiket, együtt még nehezebb. Legszívesebben mindkét nem a maga útját járná, de ez sem lehetséges. Az utó-

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

dok felnevelése érdekében kell hogy legyen néhány szabály, amely a kicsinyes ellentéteknek véget vet. De nincs az a kevéske szabály, ami a kor divatos felfogása szerint ne jelentené az „önmegvalósítás” akadályát, ne korlátozná a férfiakat és nőket személyi szabadságukban.

A személyi szabadság „kiteljesedésének” szempontjából a legnagyobb gondot a gyerek jelenti. A „posztmodern” ember úgy érzi, hogy a gyermekvállalással elveszíti szabadságát és függetlenségét, hiszen a gyermeknevelés minden idejét és energiáját igénybe veszi. Ezért halogatja a dolgot, amíg lehet, vagy egyszerűen lemond a gyerekről. A párkapcsolat ezzel társadalmi szempontból tulajdonképpen elveszti értelmét és jelentőségét. Tegyük mindjárt hozzá, hogy ennek az ostoba egoista hóbortnak az égvilágon semmi köze nincs a személyiség pszichológiai értelemben vett önmegvalósításához, sokoldalú fejlődéséhez és szabadságához. Az „azt csinálom, amihez kedvem van” nézettel ellentétben a személyi érettség magában foglalja valamely kenyérkereső szakma elsajátítását, a házasságra való alkalmasságot, a kölcsönös szexuális örömszerzésre és nemzésre való képességet és a szülővé válást, a közös értékek és érdekek kimunkálását, a mi-tudat kialakulását, a közös célokat és az azokért való áldozatvállalást. Nemcsak arról van szó, hogy erre képeseknek kell lennünk, hanem arról is, hogy az egyén *szükségét érezze* mindennek. Enélkül ugyanis személyi érettségről és teljes értékű önmegvalósításról nem beszélhetünk.

*A személyi érettség magában foglalja egy szakma elsajátítását, a házasságra való alkalmasságot, a kölcsönös szexuális örömszerzésre és nemzésre való képességet, a szülővé válást, a közös értékek és érdekek kimunkálását, a mi-tudat kialakulását, a közös célokat és az értük való áldozatvállalást.*

A társadalomban tapasztalható egocentrikus magatartás, amely a személyiség fejlődését a saját én szükségleteire korlátozza, és az intellektuális fejlődést összetéveszti az önzés mértéktelen felduzzasztásával, tulajdonképpen szocializációs zavar, amely alkalmatlanná teszi az embert a társadalmi életre. A társadalmi körülmények között zajló élet olyan követelményeket támaszt az emberrel szemben, amelyek teljesítése nélkül maga a társadalmi együttélés és reprodukció kerül veszélybe.

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

Akörül tehát, hogy a személyiség sokoldalú fejlődése és önmegvalósítása mit jelent, pszichológiai szempontból nem lehet vita. Az önmegvalósítás együttes fejlődést, egyre magasabb szintű érzelmi és intellektuális teljesítményt, kölcsönös, mások szükségleteihez és fogékonyságához illeszkedő kulturális magatartást (habitust) jelent.

### A PÁRVÁLASZTÁS MOTÍVUMAI

A gondok már a párválasztással kezdődnek. Életünk sorsdöntő pillanatai közül az egyik legfontosabb az, amikor valakivel megismerkedünk, és kapcsolatot létesítünk. Az adott személy kiválasztásával és a kapcsolat létrejöttével ugyanis gyakorlatilag eldől, hogy a későbbiek során milyen gyakoriságú, milyen jellegű és milyen intenzitású konfliktusokkal lehet majd számolnunk. Mindenféle személyi kapcsolatra áll ez, de különösképpen vonatkozik a párválasztásra. Mégis, bár sorsdöntő lépésről van szó, a tudomány alig tud mondani valamit nekünk erről a fontos eseményről, maguk az emberek pedig, akik kapcsolatba lépnek egymással, párt választanak maguknak, tulajdonképpen nincsenek is tudatában döntésük fontosságának, még kevésbé számolnak annak várható következményeivel. Voltaképpen helytelen is volna tudatos döntésről beszélnünk. Inkább azt mondhatnánk, hogy a kapcsolatok létrejötte a véletlenek sorozatán múlik, az érintettek egyszerűen sodródnak az eseményekkel, sokan nemtörődöm módon viszonyulnak az egészhez.

*Az adott személy kiválasztásával gyakorlatilag eldől, hogy a későbbiek során milyen gyakoriságú, milyen jellegű és milyen intenzitású konfliktusokkal lehet majd számolnunk.*

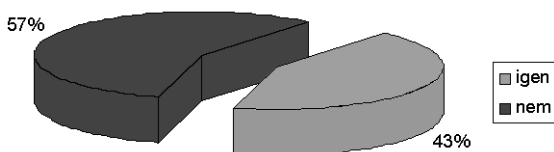
Persze ahhoz, hogy a párválasztásban kellő körültekintéssel járjunk el, jó lenne tudni, hogy mi a választásunk pszichológiai indítéka és alapja. Ösztönös vagy tudatos a partner kiválasztása? Személyes érdekek, magasrendű eszmények, kielégítetlen szükségletek vezérelnek-e ben-

## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

nünket a párválasztásban, vagy csakugyan a vak véletlenül múlik, hogy kivel hoz össze a sors bennünket? Az ellentétek vonzzák egymást, vagy magunkhoz hasonló személyt keresünk? Azért ragaszkodunk-e valakihez, mert úgy érezzük, hogy a segítségünkre szorul, vagy nekünk van szükségünk az ő támogatására?

Az indítékokat keresve nagy általánosságban azt lehetne talán mondani, hogy a párválasztás egy *bensőséges emberi, érzelmi, szellemi és erotikus kapcsolat iránti igény* kielégítését hivatott szolgálni. Ennek az önmagában véve is szerfelett összetett és bonyolult igénynek a kielégítése azonban gyakran együtt jár további más tudatos és tudattalan, esetleg nyilvánosan be nem vallható indítékokkal, mint amilyen például a társadalmi felemelkedésre való törekvés, a tekintélyszerzés, az egzisztenciális helyzet javítása, a munkahelyen való előrelépés, a hátrányos körülményektől való menekülés stb. De szerepet játszhat a választásban a szülők, barátok-barátnők, ismerősök részéről történő befolyásoltság, a társadalmi elvárás, az utánzás, a divat, a közizlés és más egyebek.

*Megkedveltük egymást, de túlzás volna azt állítani,  
hogy szerelemből házasodtunk össze*



1. ábra

A közkeletű felfogás szerint a párválasztás *ösztönös motivációk* alapján történik, magyarán a partnerek *megszeretik egymást*. A keresztény gyökerű kultúránkban nagyon fontos mozzanat a szeretetre való hivatkozás. Ennek feltehetően két (de lehet, hogy több) oka van. Tudvalevő, hogy a szeretet fölötté áll minden földi hiúságnak, így a szeretetre való hivatkozás a párválasztás körül elejét veszi mindenféle találgatásnak, ugyanakkor a keresztény dogma szerint a szeretet harmonikussá teszi az emberi kapcsolatot. Nyilvánvaló, hogy ebből a szempontból az „egy szív, egy lélek” jelenti az eszményi állapotot. A válások és rossz házasságok számából ítélve azonban úgy tűnik, hogy önmagában véve a sze-

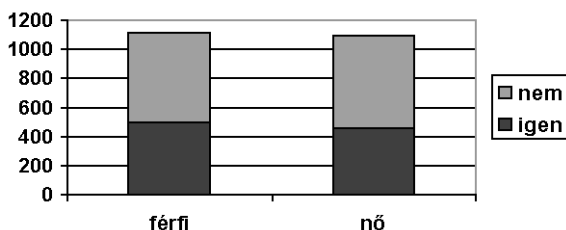
## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

retetre való hivatkozás a valós érzés nélkül vajmi keveset ér. A boldogsághoz magára a szeretetre is szükség van, e téren viszont a valóságban óriási deficit mutatkozik.

Ez az érzelmi deficit olyan nagy mértékű, hogy sokan nem hajlandóak már a látszatnak sem eleget tenni. A magukat modern felfogásúnak tartó emberek irracionális érzésnek tartják a szerelmet, a szerelmi házasságról mint divatjamúlt intézményről beszélnek, és új kapcsolatformákra esküsznek. Körükben mind gyakoribb az együttélés vagy a házasságkötési szerződés, amelyekben csakugyan nyoma sincs semmiféle irracionális elemnek.

Szerelemből házasodtunk össze

(Nemek közötti különbség)



2. ábra

Kétségtelen, hogy a szerelem nem mindig játszik elsődleges szerepet sem a párkapcsolat kialakulásában, sem a későbbi házasságban. Legalábbis az a fajta szerelem nem, amelyben a szenvedély és az egymásért való lelkesedés játssza a fő szerepet.

Az egyik ember a másik ember számára több szempontból képviselhet értéket. Ezek az értékek éppen olyan szorosan összekapcsolhatják és örömtelivé tehetik életüket, mint a szerelem.

Gyakran előfordul, hogy egy párkapcsolat szexuális alapokról startol, és a folytatás – akárcsak a szerelem esetében – többféle lehetőséget kínál: kiteljesedhet, sokoldalúvá válhat, de ki is éghet, a szenvedély köddé válhat, ha a partnerek mélyebb kapcsolat iránti igénye kielégítetlen marad.



### AZ EVOLÚCIÓS MAGYARÁZAT

A párkapcsolatokra vonatkozóan meglepően újszerű elméletek is látnak napvilágot. Egy budapesti válóperes ügyvédnő szerint például Magyarország a „metreszek”, a kitartottak országa lett. Sok fiatal lánynak nincs más dolga – mondja –, minthogy egy pénzes úr rendelkezésére álljon. Az, hogy a barát jól menő üzletember, vagy a bűnözésből teremti elő a jóléthez szükséges pénzt, nem számít. Pontosabban nem tudható – legalábbis a csinibaba számára nem nyilvánvaló, ezt nem kötik az orrára. Az úr ugyanakkor elvárja, hogy (pénze arányában) a nő fiatal, szép és csinos legyen, és bármikor rendelkezésére álljon. A cicababának nincs semmibe beleszólási joga, arra sem formálhat jogot, hogy bármiről tudjon, vagy az úr dolgaiba beleszóljon. A múlt században, Franciaországban, metreszeknek nevezték az ilyen hölgyeket.

A világon mindenre van „tudományos” magyarázat, így erre is. A párválasztás „evolúciós” elmélete szerint ugyanis a férfiak és a nők más-más szempontok szerint házasodnak. A nők, mondják, „ösztönösen” olyan férfit választanak maguknak, aki más férfiaknál nagyobb anyagi és egyéb biztonságot tud nyújtani számukra. A férfiakra viszont „genetikailag” a fiatal és csinos nők vannak nagy hatással. Ennek a vonzerőnek az evolúciós magyarázata az, hogy a fiatalság és a szépség a férfiak szemében a termékenység és a kicsattanó egészség jele. A nő ragyogó szeme, bársonyos bőre, fényes haja, rózsás arca gyermekszülésre való hajlandóságot sejtet, ennek pedig a férfiak tudvalevően nem tudnak ellenállni.

A nők indítékai ezzel szemben mások. A férfi szeme, bőre, haja, megjelenése, különösképpen a nemzőképessége, tizedrangú számukra. Annál többet nyom a latban az, hogy valaki milyen helyet foglal el a hímek hierarchiájában. A nők „az ezüst hátú hím gorilla emberi megfelelőjét” keresik a leendő párjukban<sup>3</sup>, vagyis az olyan férfit részesítik előnyben, aki uralkodni tud más férfiak fölött, és domináns helyzeténél fogva nagyobb zsákmányt tud biztosítani családjá részére.

---

<sup>3</sup> Harville Hendrix: Pár-bajok és békés megoldások. Park Könyvkiadó, Budapest, 2002, 20. oldal

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

*A nők „az ezüst hátú hím gorilla emberi megfelelőjét” keresik a leendő párjukban.*

Habár a párválasztás motívumai a két nem esetében szemmel láthatóan mások, a cél végső soron mindkét nem esetében ugyanaz: az emberi faj fenntartásának biztosítása lebeg a szemük előtt – vélik az evolúciós tan hívei.

Sokan bizonyára felháborítónak találják, hogy vannak tudósok, akik a tudomány nevében a pénztárca vastagságával magyarázzák a női szív titkát. De vajon csakugyan olyan szokatlan dolog-e, hogy egy ötvenes éveiben járó, pocakos, kopaszodó úr valamiért vonzónak tűnik a fiatal nők szemében? Nem érdekes például, hogy a fiatal és csinos titkárnők mindig a főnökükbe szeretnek bele, és nem a korban hozzájuk illő hivataloságéba?

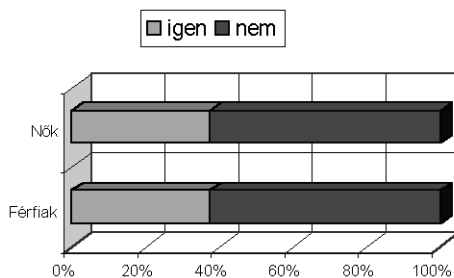
Ki ne tudna példákat sorolni arra, hogy a felkapaszkodott férfiak milyen könnyen adnak túl hűséges házastársukon, hogy magasabb társadalmi státusuknak, pillanatnyi politikai csillagállásuknak megfelelő fiatal, karcsú nőt válasszanak helyette maguknak.

*A fiatal és csinos titkárnők mindig a főnökükbe szeretnek bele, és nem a hivataloságéba.*

A mindennapi életből vett példák sokasága mellett a társkereső apróhirdetések is mintha azt igazolnák, hogy nem teljesen légből kapott a nemek eltérő biológiai indítékaira való hivatkozás. A hirdetésekben a férfiak rendre csinos, fiatal lányokat, a nők viszont lakással rendelkező, anyagilag jól szituált, diplomás férfiakat keresnek maguknak.

## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

A házasságtól jólétet és anyagi biztonságot reméltem



3. ábra

Ezt a jelenséget aligha lehet tagadni, a kérdés viszont, hogy mennyire általános jelenségről van szó. Beszélhetünk-e néhány eset kapcsán a férfiak és a nők különböző „biológiai indítékairól”? Bizonyítást nyert-e, hogy a párválasztásban a férfiak számára a nő fiatalsága, külleme, szexuális vonzereje csakugyan fölülte áll mindeneknek, illetve, hogy a nők többsége számára a férfi ereje, anyagi helyzete, társadalmi presztízse a perdöntő?

Lehetséges, hogy vannak erre utaló adatok, nekem azonban nem sikerült a nyomukra jutnom, így az evolúciós elmélettel kapcsolatban csak saját eredményeimre tudok hivatkozni. Több mutató mentén vizsgáltam meg a párválasztás indítékait, amelyek között szerepeltek az anyagi és társadalmi presztízsszempontok is.

Minden ember jólétre és anyagi biztonságra vágyik, ez az igény azonban Vajdaságban sem a nők, sem a férfiak párválasztásában nem játszik meghatározó szerepet.

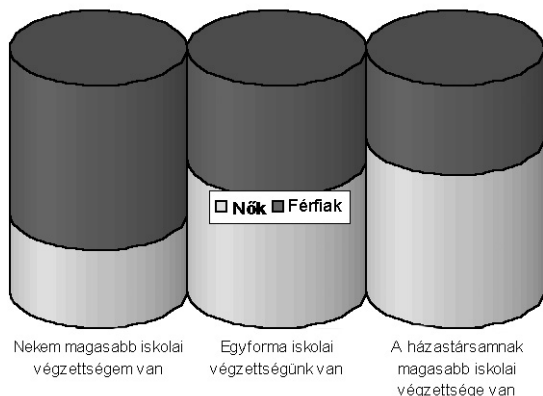
*Arra a kérdésre, hogy a házasságtól „jólétet és anyagi biztonságot remélt-e”, a vizsgálatban részt vevő 1093 nő közül 410 válaszolt igennel, 683-an pedig nemmel. A nők alig több mint egyharmada, 38 százaléka kalkulált az anyagiakkal, míg túlnyomó többségük, 62 százalékuk esetében a jobb anyagi helyzethez fűzött remények nem játszottak szerepet a férjhez menésben. Hajszára azonos megoszlás tapasztalható a férfiak esetében is.*

## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

*Az 1107 férfi közül 414 (37%) válaszolt igennel a kérdésre, míg 693-an (63%) nemmel feleltek. Az igen és nem válaszok csaknem azonos megoszlása a nőknél és férfiaknál erősen megkérdőjelezi azt a feltevést, hogy a nők esetében az anyagiak fontosabb szerepet játszanak a párválasztásban, mint a férfiaknál.*

Ha feltételezzük, hogy nők a párválasztással nagyobb társadalmi presztízsre kívánnak szert tenni, célszerű utánajárni annak is, hogy vajon ezt nem közvetett módon kívánják-e elérni. Például úgy, hogy a család számára magasabb társadalmi helyzetet biztosító diplomás emberhez mennek feleségül. De vajon így van-e? Számít-e valamit a férfiak iskolai végzettsége a nők szemében? Előnyben részesítik-e a „diplomás” embert a velük azonos képzettségű férfiakkal szemben? Persze ugyanezt a kérdést föl kell tennünk a férfiak esetében is. Náluk magasabb iskolai végzettségű nőt vesznek-e feleségül, vagy inkább „rargon alul” nősülnek?

*Az iskolai végzettség szerepe a párválasztásban*



4. ábra

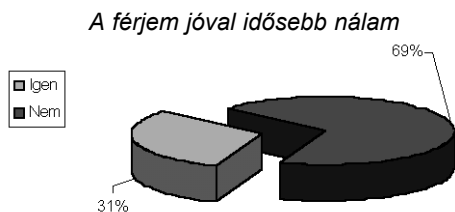
Nos, a vajdasági magyarság soraiban a házastársak iskolai végzettség szerinti megoszlása szembetűnő hasonlóságot mutat.

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

*Felmérési eredményeim szerint Vajdaságban az ese-tek 60 százalékában azonos iskolai végzettségű nők és férfiak lépnek frigyre egymással.*

Igaz, hogy csaknem kétszer annyi nő (40%) választott nála magasabb iskolai végzettségű férfit, mint ahány férfi magasabb végzettségű nőt (23%), ez az eltérés azonban az idősebb korosztályhoz tartozó nők és a férfiak iskolázottsági szintjének a különbségéből adódik. Ismeretes, hogy régebben a nők, különösen mezőgazdasági vidéken, kevesebb iskolát végeztek, mint a férfiak. Ma már, a fiatalabb korosztályok esetében a helyzet fordított: a lányok járnak tovább iskolába, míg a fiúk igyekeznek olyan szakmát választani, amellyel mielőbb munkába állhatnak.

Megvizsgáltam az életkorban mutatkozó különbségeket is. A *jelentős életkorbeli különbség* ugyanis a támaszkeresés sajátos formájaként is értelmezhető. Az állatvilágban az idősebb hím – bizonyos életkori határok között – erősebb és tapasztaltabb a fiatalabbnál, ezért többet tud magának (és az alomnak) a zsákmányból megkaparintani. Némileg hasonló a helyzet a férfitársadalomban is. Az ifjak nemigen rendelkeznek még javakkal. Ahhoz, hogy vagyona és társadalmi presztízsrre tegyenek szert, többnyire meg kell mászniuk a szakmai és hivatali számlétrát. Általában akkor kerülnek magasabb pozícióba, ha az idősebb generáció nyugállományba vonul, vagy ha valaki alkalmatlanná válik feladata el látására.



5. ábra

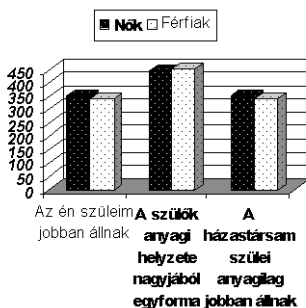
„Jelentős különbségnek” az öt évnél nagyobb korkülönbséget tekinttem.

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

A felmérésben részt vevő 1093 nő közül 340 (31%) ment feleségül nála idősebb férfihoz, az 1107 férfi közül pedig 101 (9%) vett el idősebb nőt feleségül. A férfiak és nők túlnyomó többsége az életkor tekintetében hozzá illő párt választott magának.

Az életben bizonyára előfordul, hogy egy fiatal hölgy az 50-es éveiben járó igazgatóba „szeret bele”, és nem a vele egykorú segédmunkásba, az ilyesmi azonban kivételes esetnek számít. Az a feltételezés sem állja meg a helyét, hogy a férfiak kivétel nélkül a fiatal nőkre hajtanak, hiszen *kétharmaduk* korban hozzá illő nőt választ magának, egy részük pedig, mintegy 10 százalékuk, kifejezetten az idősebb nőkhez vonzódik.

### A szülők anyagi helyzete



6. ábra

Aligha szorul magyarázatra, hogy a szülői család egzisztenciális helyzete nagymértékben befolyásolja a fiatalok társadalmi felemelkedésének esélyeit. Az evolúciós elmélet alapján ezért azt várnánk, hogy a lányok a párválasztás során a jómódú családi háttérrel rendelkező fiúkat részesítik előnyben.

Megpróbáltam utánajárni, hogy Vajdaságban milyen szerepet játszik a szülők vagyoni helyzete a párválasztásban. A felmérésben résztvevők válasza alapján azt kell mondanom, hogy a szülők anyagi helyzetének vajmi kevés szerepe van a fiatalok egymásra találásában. Sokkal inkább a „zsák a foltját” elv érvényesül, mint a rideg számítás.

*Házasságkötése révén a nők 27, a férfiak 29 százaléka került jobb anyagi helyzetű családba, túlnyomó többségük viszont – a nők 73, a férfiak 71 százaléka – hasonló anyagi helyzetű családból származó párt választott magának.*

Összegezeként elmondhatjuk, hogy az ún. „evolúciós elv” nem érvényesül a vajdasági magyarok párválasztásában.

### A VEGYES HÁZASSÁGOK

A vajdasági magyarság sajátos körülményeit figyelembe véve, van még valami, amit az evolúciós magyarázattal kapcsolatban érdemes figyelembe vennünk. Egyéni boldogulásunk szempontjából korántsem mindegy, hová születünk, milyen náció tagja leszünk. Többnemzetiségű környezetben például, mint amilyen Vajdaság is, az egyes etnikai közösségek közötti társadalmi egyenlőtlenségek néha olyan jelentősek, hogy a hátrányosabb helyzetűek egyszerűen felmorzsolódnak, beolvadnak, eltűnnek.

A felmorzsolódási és beolvadási folyamatot asszimilációnak szoktuk nevezni, ami a *vegyes házasságok kohójában* megy végbe. A vegyes házasságokat önmagukban véve nem lehet kárhóztatni, hiszen azok a népek közeledését is szolgálhatják. A gondot az jelenti, ha a vegyes házasságban élők közül az alacsonyabb társadalmi presztízzsel rendelkező fél – a „békesség kedvéért” – előbb nyelvet, majd identitást cserél. Vajdaságban hosszú évtizedek óta ez történik: a vegyes házasságok a szerb nép térhódításának és a más népek, köztük a magyarok, beolvasztásának az eszközét jelentik. Ebből a helyzetből adódóan számos kérdés merül fel. Vajon mekkora szerepet játszik a párválasztásban a nemzeti hovatartozás? Hány magyar lány köt – a könnyebb boldogulás és társadalmi felemelkedés reményében – szerb nemzetiségű személlyel házasságot? Megfigyelhető-e ezen a téren valamilyen különbség a férfiak és nők között? Csak a nőkre jellemző viselkedésforma ez, vagy a férfiakra is jel-

lemző? Érvényesül-e az „evolúciós elv”, miszerint a nők igyekeznek olyan férfit választani maguknak, aki az adott körülmények között nagyobb anyagi és egyéb biztonságot tud nyújtani számukra?

Észak-Bácskában a felmérés kezdeti időpontjában, az 1991-ben kötött 2600 házasságból 57 esetben szerb lány magyar férjzet választott, 45 pedig horvát nemzetiségűt, ugyanakkor 106 magyar lány ment férjhez szerb fiatalemberhez, 76-an pedig horváthoz. Ha figyelembe vesszük a népességen belüli nemzetiségi arányokat, azt kell mondanunk, hogy a magyar nők öt és félszer annyian választanak szerb házastársat maguknak, mint a szerb nők magyart. A magyarság asszimilálódása tehát egyértelmű.

A magyar nők abszolút többsége azonban nem szerb, hanem magyar férfihoz megy feleségül. Az általam vizsgált populációban például, amelyre a Tisza mentén többségben élő magyarok sajátosságai a jellemzőek, a nők 19, a férfiak 15 százaléka választott más nemzetiségű házastársat. A vegyes házasságok aránya meglehetősen magas, ez azonban – tekintettel a nemek közötti hasonlóságra – nem az „evolúciós elv” érvényesülésére utal, hanem a kisebbségekre nehezedő politikai és gazdasági nyomásra. A jobb élet és a társadalmi felemelkedés reményében nemcsak a magyar nők igyekeznek a domináns nép tagjai közül házastársat választani maguknak, hanem a magyar férfiak is.

## A CSERE- ÉS A SZEREPELMÉLET

Nyilvánvaló, hogy a vonzerőt nem lehet olyan szimpla indítékokkal magyarázni, mint ahogyan azt az evolúciós elmélet hívei gondolják. Ennél korszerűbbnek látszó magyarázattal áll elő a *csereelmélet*. A csereelmélet szerint a párválasztás bonyolult egyezkedési folyamat, amely – a piactudományon alapuló társadalom szellemének megfelelően – a *tisztességes cserén* alapszik. Ezt úgy kell érteni, hogy valamennyien igyekszünk olyan párt választani magunknak, aki többé-kevésbé egyenrangú velünk. Nem csupán a fiatalság, a szépség, az iskolai végzettség, a vagyoni helyzet, a társadalmi presztízs képezi a „mérlegelés” tárgyát, hanem az olyan belső értékek is, mint az intelligencia, a kedvesség, a humorérzék, a figyelmesség, a gyengédség stb. A kedvező személyi tulaj-



donságok ellensúlyozhatják a szerényebb társadalmi státust vagy az alacsonyabb iskolai végzettséget. Ami persze fordítva is áll, a jólét, a gazdagság, a magas rang kisebbségi szemünkben választottunk személyi hiányosságainak a fontosságát.

A csereelmélet szerint a megismerkedést követően bonyolult egyezkedési folyamat jön létre, és ha e hideg fejjel történő mérlegelés kölcsönösen pozitív eredménnyel zárul (az adok-kapok pontszámok kedvezőek), az érintettek házasságot kötnek. Ha menet közben kiderül, hogy valamit nem vettek figyelembe, vagy megjelenik a piacon egy előnyösebbnek mutakozó harmadik, akkor sincs baj, ilyenkor a felek *jó üzletember módjára* egyszerűen „felmondják a szerződést”.

A bonyolult egyezkedési folyamatnak vannak más rejtett pszichológiai összetevői is. A párválasztás során nemcsak a fiatalság, a szépség, a társadalmi helyzet, az anyagi jólét vagy választottunk személyi tulajdonságai (kedvesség, figyelmesség, gyengédség) számít annak, hanem az is, hogy *mások milyennek látják* kedvesünket. Sokat jelent például, ha választottunk mások szemében növeli saját tekintélyünket, és ezáltal hozzájárul önbecslésünk megerősítéséhez.

És ezzel már át is tértünk egy újabb elmélet ismertetésére, amely *szerepelméletként vált ismertté*. A szerepelmélet szerint olyan partnert keresünk magunknak, aki megerősíti bennünk az önmagunkról kialakított pozitív képet, és egyúttal növeli értékünket önmagunk és mások szemében.

Ezzel kapcsolatban J. története jut eszembe. Egyik kliensem, akit nevezzünk J-nek, kifogyhatatlanul sorolta felesége rossz tulajdonságait. Egyszer félbeszakítottam, és megkérdeztem tőle: miért választotta pont őt feleségül? Ő volt a legszemrevalóbb lány az utcában, válaszolta. Aztán elmondta, hogy annak idején a környéken minden fiú ezzel a szemrevaló lánnyal szeretett volna járni. Különösebben nem tetszett neki a lány, a verseny azonban nagy kihívást jelentett számára. Kimondhatatlanul büszke volt rá, mikor sikerült elcsábítania, és feleségül vennie a lányt, amellyel nagy elismerést szerzett magának a rivális srácok szemében.

Idővel aztán minden megváltozott. A nő slampossá vált, a srácok eltűntek. J. terhesnek érzi a kapcsolatot, mindenért az asszonyt hibáztatja, ahelyett hogy belátná, milyen kockázatos volt egy múltó dicsőségre alapozni a házasságot.

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

*Olyan partnert keresünk magunknak, aki megerősíti bennünk az önmagunkról kialakított pozitív képet, és növeli értékünket mások szemében.*

J. esete rávilágít arra, hogy önbecslésünk megerősítésének az igénye olykor háttérbe szoríthat minden egyéb megfontolást.

Az önértékelési problémák azonban nem csak a párválasztásba szólnak bele. Az, hogy mások miként vélekednek rólunk, fontos szerepet játszik kapcsolatunk későbbi története szempontjából is. Sokan például házastársuk kedvezőtlen társadalmi megítélése, illetve az ebből származó önértékelési problémáik (presztízvesztésük) miatt szánják el magukat válásra.

### A SZÜLŐI MINTA

Carl Jung neves pszichoanalitikus szerint a párválasztásban fontos szerepet játszik a szülőkhöz való pozitív vagy negatív hasonlóság. „Ebben a tekintetben az ifjú férfi számára az anyjához való viszony, a lány számára az apjához való viszony a meghatározó”<sup>4</sup>, írja Jung. A szülőkhöz való jó kapcsolat hozzájuk hasonló partner választására motivál, a negatív érzelmi viszony viszont az ellentétüket teszi vonzóvá. Pozitív minta esetén átörökítjük utódainkra kedvező tapasztalatainkat, a szülőkhöz fűződő negatív érzelmek viszont arra készítetnek bennünket, hogy a hozzájuk hasonló személlyel megpróbáljuk kompenzálni meg nem valósult vágyainkat.

*A szülőkhöz való jó kapcsolat hozzájuk hasonló partner választására motivál, a rossz viszont az ellentétüket teszi vonzóvá.*

---

<sup>4</sup> C. G. Jung: Gondolatok a szexualitásról és a szerelemről. Kossuth Könyvkiadó, Budapest, 1995, 11. oldal

Jung szerint nem azért szeretünk bele valakibe, mert fiatal, gyönyörű, gazdag, kedves, jó megjelenésű, hanem azért, mert hasonlít a szüleinkhez. A szülők személyét ebben a vonatkozásban tágan kell értelmezni. Választottunkban olyasvalakit keresünk, aki a gyermekkorunkban hozzánk közelálló, meghatározó szerepet játszó személy tulajdonságaival rendelkezik. Azt is mondhatnánk, hogy *a párválasztással tulajdonképpen gyermekkorunk környezetét igyekszünk újrateremteni*, amelyre azért van szükségünk, hogy régi lelki és érzelmi sérelmeinket orvosolni tudjuk.

Az elméletekkel nehéz vitatkozni, bizonyára Jung meglátásainak is van valóságalapja, az esetek sokfélesége miatt azonban aligha lehet mindent a szülőkkel és gyermekkorunkkal magyarázni. A párválasztás sokkal összetettebb és titokzatosabb jelensége életünknek, mintsem hogy azt bele tudnánk gyömöszölni bármely elmélet tarisznyájába.

## A GYAKORLATTAL IS BAJ VAN

A párválasztással kapcsolatban úgy tűnik, hogy nemcsak az elmélettel van baj, hanem a gyakorlattal is. Valamilyen rejtélyes oknál fogva sokan egész életükben nem találnak partnert maguknak. Nehéz erre megfelelő magyarázatot találni, hiszen vélhetően számos olyan ember található környezetükben, akibe adott esetben bele tudnának szeretni, és akivel együtt tudnának élni, de a dolog valamiért nem jön össze. Ha nem így lenne, az azt jelentené, hogy egyre több az alkalmatlan partnerjelölt a világon. Bármilyen is legyen a dolog magyarázata, ha ez a trend tovább tart, a világ csupa agglagényből áll majd, és pártában maradt vénlányból.

A párválasztás motívumaival lenne baj? Nincs elég alkalom az ismerkedésre? Kihunyot volna a szerelem utáni vágy? A rossz házasságok hatnának riasztóan? A pszichológiai rendelőben szerzett tapasztalataim alapján nekem az a meglátásom, hogy túl sok aggály, kétség tapad a házasság gondolatához. A félelmek többnyire abból a feltételezésből származnak, hogy a házasság megváltoztathatatlan állapot, amelyben a házastársak sorsa egyszer s mindenkorra eldőlt az igen kimondásával. *Bizonyára* vannak ilyen házasságok, amelyek a gyorsan változó világunkban elrettentően hatnak. Ez azonban nem szükségszerű állapot, hiszen ahogyan a személyiség, úgy két ember kapcsolata is szüntelenül változó fo-

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

lyamat. A külső és belső történések, a körülmények változása, kaleidoszkóphoz hasonlóan mindig új vonásokat rajzol a portrénkra. Megtörténhet, hogy a belső ösztöndinamika és a változó körülmények hatására egy idő után rá sem ismerünk arra, akivel összeházasodtunk. Nehezebb belátni, de mi is okozhatunk meglepetést házastársunknak, mind testi, mind lelki vonatkozásban. A múltó idő nem teszi lehetővé, hogy mint valami falra akasztott szentképre tekintsünk kiválasztottunkra, aki mindig ugyanaz marad számunkra. Ha ez valamilyen csoda folytán megtörténne, az élet lidércnyomássá válna, hiszen azt jelentené, hogy az idő megállt velünk, és semmi, de semmi sem érinti már meg a lelkünket.

*A házasságot sokan megváltoztathatatlan állapotnak tartják, amelyben a házastársak sorsa egyszer s mindenkorra eldőlt az igen kimondásával.*

A változás persze korántsem jelenti azt, hogy a hajdani ártatlan szépség feltétlenül éles szájú, kötekedő, zsémbes asszonnyá kell hogy váljék, illetve a fehér lovon várt herceg galád, iszákos vénemberré, aki üti-veri, és útszéli hangon szidja a feleségét. Ez is megtörténhet, ám ekkor sem indokolt a sértett istenség szerepét játszani, hiszen ahogyan a párválasztás, a kapcsolat alakulása is mindig két ember műve. Bárhogy is okoskodjunk, a párválasztás utáni fejleményeket nem tudjuk előre megjósolni. Okunk van azonban azt gondolni, hogy körültekintő párválasztással, a házasságra való tudatos felkészüléssel elejét lehet venni számos későbbi konfliktusnak.

II. fejezet

---

SZERELEM

## AZ ELSŐ BENYOMÁS

Lakva ismerni meg egymást – tartja a közmondás. Lehetséges, hogy így van, de ennek az ellenkezője is igaz lehet. Nevezetesen, hogy a legfontosabb ismereteknek a találkozás első pillanatában birtokába jutunk. Néhai tanárom, Mérei Ferenc legalábbis ezt állította. A fontos információk 99 százalékának már a találkozás első pillanatában birtokában vagyunk, de nem biztos, hogy tudomásunk van róla. Az elménkben elraktározódott információkat nem mindig hasznosítjuk, kemény elmemunkát kíván, míg a dolgokat a helyükre rakjuk.

Az emberek többsége csapnivalóan rossz emberismerő. A közhiedelem szerint ez azért van így, mert nehéz mások lelkébe látni. Ez részben igaz, a dolog magyarázata azonban ennél bonyolultabb. Valójában azért nehéz más személyeket megismernünk, mert saját előítéleteink, elképzeléseink és elvárásaink *fontosabbak számunkra*, mint az, amit velük kapcsolatban észlelünk. Sőt, beállítódásunk miatt még látni sem mindig azt látjuk, ami a szemünk előtt van. Vonatkozik ez a szerelemre is, sőt, a szerelemre kiváltképpen.

*A fontos információk 99 százalékának birtokában vagyunk már a találkozás első pillanatában, de nem biztos, hogy tudomásunk van róla.*

Az első benyomások kialakulásával foglalkozó pszichológiai kutatók feltárták, hogy mindig mindent sajátos kontextusban észlelünk. Ugyanazt a színt – attól függően, hogy milyen színű háttér van mögötte – másmilyennek látjuk. Hasonlóképpen van ez a személyi tulajdonságok megítélésével is. A mosolygó arcú embereket általában rokonszen-

vesebbnek találjuk, mint a mogorva arckifejezésűeket, jöllehet néha többet ártnak. Megfigyelték azt is, hogy a jó megjelenésű emberek ugyan azt a szabálysértést többnyire enyhébb büntetéssel ússzák meg, mint az előnytelen külsejű emberek. A szélhámósok ügyesen kihasználják ezeket a kulturális beidegződéseket.

Számos kísérletet végeztek ennek a rejtélynek a megfejtésére. Egy iskolai óra után például a diákokat arra kérték, hogy becsüljék meg a náluk járt vendég előadó *magasságát*. Azok a diákok, akik előzetesen azt a tájékoztatást kapták, hogy az előadó, akit várnak, egy neves professzor, csaknem *6 centiméterrel magasabbnak becsülték* a náluk járt vendéget, mint akik úgy tudták, hogy az illető „csak” egy diák.<sup>5</sup> A kísérlet azt bizonyítja, hogy a kulturális normák, a státus, a rang nagymértékben befolyásolják a fizikai tulajdonságok megítélését, ami fokozottan érvényes a személyi tulajdonságok észlelésére.

A kiterjedt kutatások ellenére, sajnos, nem eléggé ismeretes, hogy a szerelmi kapcsolatok kialakulásában konkrétan milyen szerepet játszanak a partner észlelését befolyásoló személyi sajátosságok és kulturális hatások. Annyi bizonyosnak látszik, hogy az észlelést pozitív vagy negatív irányba torzító hatások nélkül az emberek fel sem figyelnek egymásra. Leendő partnerünknek általában olyasmit tulajdonítunk, ami értéket képvisel számunkra. Lehetséges, hogy az illető rendelkezik ezekkel a tulajdonságokkal, az is lehetséges azonban, hogy nem. Ha nem rendelkeznek velük, még korántsem jelenti azt, hogy nagyot tévedtünk. Kiválasztottunk – az önbeteljesítő jóslat mintájára – egy idő után olyanná válhat, amilyennek elképzeltük, egyszerűen azért, mert alkalmazkodik az elvárásainkhoz. Erre azonban nem lehet mérget venni, ilyenkor mondjuk azt, hogy „csalódtunk”. Csalódásról valójában szó sincs, saját elvárásainkkal mentünk túl messze. Persze kényelmesebb a kudarcért mást vádolni, mint beismerni, hogy rossz emberismerőnek bizonyultunk. Vannak, akik arra panaszkodnak, hogy folyton csalódnak. Ezzel azt akarják mondani, hogy szerencsétlen rászédett áldozatok. Erről azonban szó sincs, saját ábrándos képzeletüknek az áldozatai.

---

<sup>5</sup> Forgács József: i. m. 81. oldal

### MI A SZERELEM?

Egyes szakemberek azt állítják, hogy a szerelem kialakulásának az oka a *frusztráció*. A frusztráció akkor lép fel, ha az egymás iránt érdeklődni kezdő partnerek váratlanul azt tapasztalják, hogy kapcsolatuk előtt akadályok merülnek fel. A frusztráció fiziológiai izgalmat vált ki, amit az érintettek – tévesen – az elmélyülő vonzalom jelének tekintenek, ezért az akadályokra kötődésük fokozódásával reagálnak.

Úgy vagyunk megalkotva, hogy vágyainak, szükségleteinek kielégítésének akadályoztatása frusztrációt, feszültséget vált ki benne. A hétköznapi esetben a tartós frusztrációnak fejfájás vagy gyomorfekély lehet a következménye, de harciasná is válhatunk tőle, növekedhet a munkateljesítményünk, némely esetben akár szerelemre is lobbánhatunk tőle.

Természetesen a helyzet leegyszerűsítése volna, ha azt állítanánk, hogy minden szerelem ilyen tévedésen – az izgalmi állapot félreértésén – alapszik. Tagadhatatlan viszont, hogy az izgalmi állapotba került emberek *másként éreznek* és látnak, mint azok, akik nincsenek izgalmi állapotban. A heves érzelmek nemcsak pozitív irányban tehetik az embert elfogulttá, hanem negatív irányban is. Jobbik esetben szerelemre lobbánunk, rosszabb esetben elviselhetetlennek találjuk azt, aki keresztezi utunkat.

Előfordul, hogy a kétféle érzés egy ideig váltogatja bennünk egymást, és nem lehet tudni, mi lesz a dologból. Az izgalmi állapot révén a szerelemre predesztinált személyek mintegy „bevonódnak” a szerelmi kapcsolatba, hogy aztán a továbbiakban mindenféle izgalom szerelmi vonzalmukat táplálja. Azok viszont, akiktől alkatilag távol áll a szerelem, az ismétlődő frusztrációtól begubóznak, esetleg férfi- vagy nőgyűlölővé válnak.

Az izgalmi szint megnövekedése önmagában véve kevés a szerelem kialakulásához. Ehhez arra is szükség van, hogy azt az érzelmi állapotot, amelyben vagyunk, szerelemnek nevezzük.

A különböző izgalmi állapotok értelmezése nemcsak tőlünk függ, hanem hagyományok, szokások, kulturális örökség kérdése. Azt, hogy érzéseinket, izgalmi állapotunkat, másokhoz való viszonyulásunkat minek nevezzük (címkézzük), a szocializálódásunk alapjául szolgáló kultúra határozza meg. Így van ez a szerelemmel is. Nem létezik olyan életérzés, olyan emberi kapcsolat, viszony, amit minden társadalom és kul-



## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

túra egyaránt szerelemnek tartana. Fontos ezt tisztán látnunk, hiszen addig nem eshetünk szerelembe, amíg rá nem jövünk, hogy az adott kultúrában mit kell értenünk szerelem alatt.

*Mindig az adott kultúra szabja meg, hogy érzéseinket, izgalmi állapotunkat, másokhoz való viszonyulásunkat mi-nek nevezzük. Így van ez a szerelemmel is.*

Napjainkban ez felettébb egyszerű feladat, hiszen a modern társadal-makban úgyszólván minden másneműekkel kapcsolatos érdeklődést és izgalmi állapotot szerelemnek hívnak. A szerelem fogalmának e mérték-telen kiterjesztése óhatatlanul magával vonta a szó kiüresedését és a tar-talom elsekélyesedését, de ez a tömegkultúra elterjedésének folyomá-nyaként a szerelem mellett sok más egyébre is érvényes.

*Addig nem eshetünk szerelembe, amíg nem tudjuk, hogy mi a szerelem (mit kell értenünk szerelem alatt).*

Foglaljuk talán össze a mondottakat. A korszerű (ez alatt nagyképű-en az euro-amerikai kultúrát értjük) felfogás szerint a szerelemhez két dolog szükséges:

- ♦ egy csekély izgalmi állapot
- ♦ izgalmi állapotunk szerelemnek való nevezése.

Ebből a modellből következik, hogy napjainkban hovatovább min-denféle ágyéki izgalmi állapotot szerelemnek neveznek, és ezt a szót használják az azonos neműek is egymás iránti érdeklődésük megneve-zésére.

Ennek a könyvnek a szerzője korántsem vallja, hogy a frusztrációs elmélet teljes egészében megfelel annak a sajátos élménynek az értel-mezésére, amelyet a magyar megkülönböztetetten – más nyelvektől el-térően – *szerelemnek* nevez. Arról sincs meggyőződve, hogy a *szerelmet*

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

egy kalap alá lehet venni az azonos vagy másnemű partnerek iránt érzett *szeretettel*, a szexuális *izgalmi állapottal*, a nemi aktussal, ahogyan az a nyugati kultúrában kezd általánossá válni. A szerző sajnálatos fejleménynek tartja azt is, hogy a tömegkultúra révén a szerelem éppen olyan elkoptatott szóvá vált, amilyen sekélyessé és esetlegessé az általa jelölt tartalom.

Ám, ha a magam részéről nem is tudok maradéktalanul egyetérteni a szerelem frusztrációs elméletével, úgy vélem, hogy vannak benne hasznosítható gondolatok, amelyek segíthetnek eligazodni az érzelmi és szexuális kapcsolatok komplex világában.

Az irodalom és a művészet a pszichológiánál (amely alig több mint százéves) jóval korábban felismerte, hogy a külső akadályok pozitív hatással *lehetnek* a szerelmi kapcsolatok kialakulására és azok intenzitására. Rómeó és Júlia története a frusztrációk által okozott szerelmi kötődés legismertebb példája. De Rómeó és Júlia története mellett számos más klasszikus mű épül arra az alapszituációra, hogy külső akadályok keresztezik a szerelmesek útját, amelyre ők érzelmi kötődésük drámaivá fokozódásával reagálnak. Ezeknek a klasszikus irodalmi műveknek – szerzőik szándékától függetlenül – az a pszichológiai üzenetük, hogy a szerelemnek jót tesz egy kis próbatétel.

Napjainkban a párkapcsolati problémák egyik lehetséges magyarázata talán éppen az, hogy hiányzik a próbatét, az erőkifejtés, az egymásért való megküzdés, amely szükséges a kapcsolatok megszilárdulásához és elmélyüléséhez. Azzal a törekvéssel, hogy lehetőleg minden akadályt el kell háritani a fiatalok útjából, talán túllőttünk a célon. A szerelem esetében ennek a fordítottjára lenne szükség, némi késleltetés mindenképpen elkelne. Enélkül ugyanis sok ígéretes kapcsolatnak egyszerűen nincs rá lehetősége, hogy elmélyüljön, a kapcsolat hamar unalmassá és érdektelenné válik a partnerek számára.

Paradox módon napjaink Rómeójának és Júliájának a drámája abban rejlik, hogy immár nem áll az útjukban semmi, ami segítené őket abban, hogy erős érzelmi szálak alakuljanak ki közöttük. A fiataloknak ma nem kell megküzdeniük egymásért, következésképp *az együvé válás* sem jelent különösebb értéket számukra.

*Ma többnyire hiányzik a kapcsolatok elmélyüléséhez és megszilárdulásához szükséges küzdelem, próbatét és erő kifejtés.*

A lelki életnek vannak bizonyos törvényszerűségei, amelyeket nem lehet figyelmen kívül hagyni. Ezek közé tartozik az is, hogy minél több fáradozással, áldozattal, frusztrációval jár valaminek a megszerzése, annál nagyobb értéket képvisel az ember számára. Így van ez a szerelemmel is. Minél több külső akadállyal kell megküzdeni a szerelmeseknek egymásért, annál jobban ragaszkodnak egymáshoz. Ami fordítva is áll. Az olyan kapcsolat, amely nem jár semmiféle fáradozással, vajmi keveset jelent számunkra.

### A KAPCSOLATBA VALÓ „ÉRZELMI BEVONÓDÁS”

Sekélyesebb és mélyebb kapcsolatáról szoktunk beszélni. Felmerül azonban a kérdés, hogy vajon lehet-e mérni egy kapcsolat erősségét? Vannak-e a szerelemnek fokozatai?

Az elszántabb kutatók nem riadnak vissza az efféle próbálkozásoktól. Kísérletekkel igazolták például, hogy egy kapcsolat annál szorosabb, minél több és változatosabb helyzetekben mutat megegyezést a partnerek viselkedése, és minél nagyobb kölcsönös érzelmi függőség van közöttük.<sup>6</sup>

A közös viselkedési stratégia kialakítása azonban nem megy simán. A különböző indíttatások, szükségletek, törekvések körüli alku olykor súlyos konfliktusokkal jár együtt. Ettől azonban nem kell megriadni, mert a kölcsönös kritika, de még az időszakos ellenségeskedés sem megy feltétlenül a kapcsolat rovására. Ellenkezőleg, úgy tűnik, hogy a „viháros egyezkedés” fontos része egymás jobb megismerésének és az intimitás kialakulásának.

---

<sup>6</sup> Forgács József: i. m. 283. oldal

Hosszú távú kapcsolatok esetében a „költségek és nyereségek” általában egyformán oszlanak el a párok között, és nagyjából azonos és kölcsönös intenzitású a partnerek kapcsolatba való „érzelmi bevonódása”. Ez az állapot mindkét partnernek egyaránt megfelel, kellemes egymás mellett éleést jelent, ami stabillá teszi a kapcsolatot. Néha azonban a feltételeket kizárólag az egyik vagy másik fél diktálja, ami leginkább a kapcsolat „épülő” vagy „hanyatló” szakaszában fordul elő. Ilyenkor az „érzelmi bevonódás” szempontjából a partnerek között nagy különbségek vannak, következésképp a kapcsolat hullámzó és bizonytalan, és az alkat az egyik vagy másik fél könnyen felmondhatja.

E szerint a modell szerint a kapcsolatok kialakulása, elmélyülése, hanyatlása, lezárulása az adott kultúrára jellemző szokások, normák, elvárások szerint zajlik. Nemcsak arról van szó, hogy mit minek nevezünk egy adott kultúrában, hanem bizonyos mértékig életünk intim területe is előre megírt „forgatókönyvekbe” van ágyazva.

*Az „egyezkedés” fontos része egymás jobb megismerésének és az intimitás kialakulásának.*

Ezek a „forgatókönyvek” bőséges választékot kínálnak a különböző típusú kapcsolatok számára az egy éjszakára szóló találkozástól a hosszú évekig tartó együttélésig, a platói szerelemtől a felszínes együtt járásig, a néhány hónapos jegyességtől a sűrű tartó házasságig. A kapcsolatoknak a gazdag repertoárja nem mond ellent azok társadalmi szabályozottságának. Ellenkezőleg, néha éppen az új kapcsolattípusok megjelenésével és támogatásával lehet a leghatékonyabban befolyásolni az intim szféra alakulásának az irányát. Bizonyára nem véletlen, hogy a nyugati kultúrában a nagyfokú alkalmazkodást igénylő kapcsolatokat fokozatosan háttérbe szorítják a felszínesebb, ideiglenesebb, kevesebb elkötelezettséggel és felelősséggel járó kapcsolatok. Az individualizmus térhódításával a „költsegek és nyereségek” mérlegelésének eredményeként mindinkább csökken a házasságok teherbírása.

*A nagyfokú alkalmazkodást igénylő kapcsolatokat fokozatosan háttérbe szorítják a felszínesebb, ideigleneesebb, kevesebb elkötelezettséggel és felelősséggel járó kapcsolatok.*

### A KAPCSOLATBA VALÓ „BERUHÁZÁS”

Szó sincs arról, hogy a tartós vagy szoros kapcsolatok mindig felhőtlen boldogsággal párosulnának. Az erősebb érzelmi kötődés és a helyzettel való megelégedés éppen azáltal jön létre, hogy a partnerek megtanulják kezelni a konfliktusokat, azok viszont, akik az első nehézségek elől megfutamodnak, később sem tudják az új partnerekkel való konfliktusaikat egymás kölcsönös megelégedettségére megoldani. A dolog tehát úgy fest, hogy a boldog érzelmi állapot nem égi ajándék, amely az ölünkbe pottyan, hanem „kemény munka” eredménye, a személyiség érettségének és alkalmazkodási képességének a függvénye.

A párkapcsolatok alakulásával foglalkozó kutatók megfigyelték, hogy különféle konfliktusmegoldási stratégiák léteznek. A három leggyakoribb stratégia:

- ◆ a konfliktuskerülés
- ◆ a partner engedelemre, meghátrálásra való kényszerítése
- ◆ a kompromisszumos megoldás keresése.

A három stratégia közül csak a kompromisszumos megoldás vezet a kapcsolattal való megelégedettséghez, a másik kettő csak elodázza a konfliktussal való szembenézést.

*A boldogság nem égi ajándék, amely az ölünkbe pottyan, hanem „kemény munka” eredménye, a személyiség érettségének és alkalmazkodási képességének a függvénye.*

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

A kompromisszumos megoldás sem jelent feltétlenül gyógyírt mindenre. Gyakran előfordul, hogy a házassággal való elégedettség a tartós és szoros kapcsolatokban is többé vagy kevésbé visszaesik.

A csereelmélet szerint a visszaesést az okozza, hogy „a partnerek növekedni érzik a költségeket, és csökkenni a jutalmakat, amelyre a kapcsolatban szert tesznek”.<sup>7</sup> A kapcsolat szempontjából potenciális veszélyjelzés, ha a partnerek túl sokat foglalkoznak a kapcsolat „egyenlegével”.

Talán nem árt hangsúlyoznunk, hogy a kapcsolatok jellegére és alakulására vonatkozó fenti megfigyelések az Amerikai Egyesült Államokból származnak, ahol minden „biznisz”, aligha meglepő, ha a „tisztes cseré” a kapcsolatokba is begyűrűzik. Úgy tűnik azonban, hogy ez a gyakorlatban nem nagyon funkcionál, hiszen a válások gyakoriságának tekintetében az USA a világranglista élén jár – a házasságok 40 százaléka válással végződik.

Arra kell gondolnunk, hogy a kapzsi nyereségvágy gyakran erősebb a tisztességes cserére való törekvésnél, ami „kölcsonös elhidegüléshez” vezet. A szakítás időpontja mindig ott lóg a levegőben, és általában akkor következik be, amikor feltűnnek az alternatív partnerek, akiknél nagyobb nyereségre lehet számítani. Persze „*ha nincs ló, a számár is jó*” elve alapján sokan kitartanak a kevésbé nyereségesnek látszó kapcsolataik mellett is, mert a magányosság ritkán jelent alternatívát a „kevésé nyereséges” házassággal szemben.

*A kapcsolatoknak gyakran nem a „kölcsonös elhidegülés”, hanem a kapzsi nyereségvágy vet véget.*

Ezt a lehangoló képet talán annyival lehetne árnyalni, hogy a kapcsolatból való kilépés nemcsak az alternatív – nagyobb nyereséggel kecsegtető – partnerek megjelenésén múlik, hanem azon is, hogy a házastársak előzőleg „mennyit ruháztak be” a kapcsolatba. Azok, akik keveset ruháznak be, érthetően könnyebben fordítanak hátat egymásnak. A nagy beruházás viszont arra ösztökéli az embereket, hogy ismételt kísérletet tegyenek a problémák rendezésére, és ezek az emberek feltehetően a javulás vonatkozásában is reménykedőbbek.

---

<sup>7</sup> Forgács József: i. m. 289. oldal

Azokban a társadalmakban, amelyekben a liberalizmus szellemének megfelelően az egyéni szabadság és érvényesülési vágy mindenekfelett áll, reménytelen sors vár a tartós és szoros kapcsolatokra. A szabadság és az individualizmus nehezen egyeztethető össze a szoros kapcsolattal, a klasszikus értelemben vett házassággal, amely tudvalevően nem egy személy, hanem egy egész családi közösség boldogulásának az alapját képezi.

A társadalmi, kulturális változások nem kedveznek a hosszú időre szóló és nagy elkötelezettségekkel járó kapcsolatoknak. Az „ásó, kapa, nagyharang” lassan a múlté. „Nemcsak a házasságok, hanem a szoros barátságok és a hagyományos családi kapcsolatok is veszélyben forognak.”<sup>8</sup> A házasság helyett az ún. alternatív kapcsolatok jönnek divatba, olyan kapcsolatok, amelyek nagyobb teret biztosítanak az egyén szabadságának és társadalmi mobilitásának.

A „csereleméttel” kapcsolatos világtrend, amely voltaképpen az individualista életfelfogáson és a pénz imádatán alapszik, igen messze van attól a szerelemeszménytől, amely más kultúrákban honos. Ilyen szempontból az általunk vizsgált régió már „fertőzött” területnek számít, az intim kapcsolatok terén kimutathatóak azok a változások, amelyek Amerikában lejátszódtak.

## SZERELEM ÉS HATALOMVÁGY

Igen, de mi köze mindennek a szerelemhez? – kérdezhetnénk. Semmi. Be kell látnunk, hogy a tudomány nem tud a szerelemre vonatkozóan megbízható válasszal szolgálni. De akkor sem leszünk sokkal okosabbak, ha a tudósok helyett más nagy géniuszokat, az írókat és költőket fogjuk vallatóra.

A költők többnyire ódákat zengnek a szerelemről, gondoljunk például Petőfi Sándor gyönyörű verésre.

*Szabadság, szerelem!  
E kettő kell nekem.*

---

<sup>8</sup> Uo.

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

*Szerelmemért föláldozom  
Az életet,  
Szabadságért föláldozom  
Szerelmemet.*

A kedves olvasó bizonyára tucatnyi példát tud még a szerelem dicsőítésére vonatkozóan felsorolni. Carl Jung prózában ugyan, de nem kisebb elragadtatással ír a szerelemről. A szerelmet az emberi teljesség utáni sóvárgásnak tartja, olyasféle spirituális élménynek, mint az Istennel való találkozás.<sup>9</sup>

A szerelemre vonatkozóan érvénytelen minden általános szabály és kritérium. A természet különös kísérlete, experimentuma ez, amelynek a mibenlétével nem vagyunk, és talán nem is leszünk soha tisztában. Lehetséges, hogy azért marad titok számunkra, mert a szerelem – az élet más nagy kérdéseihez hasonlóan – józan ésszel megragadhatatlan és felfoghatatlan, magyarán nem az ész territórium.

*A szerelemre vonatkozóan érvénytelen minden szabály és kritérium. A természet legkülönösebb kísérlete, experimentuma ez, amelynek a mibenlétével nem vagyunk, és talán nem is leszünk soha tisztában.*

De nem minden nagy géniusz van a szerelemtől ennyire elragadtatva. Van, aki kifejezetten gúnyt űz belőle. Molière például a szerelmet a butaság, az önzés és a birtoklási vágy szélsőséges megnyilvánulási formájának tartja. Hadd idézzük erre vonatkozóan A mizantróp című drámája második felvonásának végét:

*„Mert ilyen a szerelem: szeme nem lát  
S tündöklő hattyúként imádja a libát.”*

Vannak aztán nagy szellemek, akik egyszerűen nem hisznek az égésben, a szerelmet a felgyúlt képzelet termékének tekintik. Csupán

---

<sup>9</sup> „A szerelem egyike a sorsot intéző nagy hatalmaknak, amelyek uralma a mennytől a poklig terjed” – írja Jung.



## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

vak szenvedély, mondják, amely meghamisítja a valóságot. Önámítás, amely azon a csalóka ábrándon alapszik, hogy egy költött lényt mindenáron valósnak akarunk elfogadni. Eszelős iparkodás, hogy egy személyt olyan tulajdonságokkal ruházzunk fel, amilyenekkel az nem rendelkezik. A káprázat, amely egy idő után szertefoszlik.

Nem előzmény nélküli ez a meglátás, hiszen a szerelmet a régebbi korokban is megszállottságnak, nevezetesen az ördög művének tekintették, boszorkányságnak tartották. Maga Avicenna, a XI. század híres arab orvosa is hasonlóképpen vélekedett a dologról. A szerelmet az elmezavarok közé sorolta, s ekként szolgált útmutatással a kezelésre vonatkozóan: Amennyiben a másik fél is ugyanabban a betegségben szenved, össze kell őket házasítani. A szenvedélyek lecsillapítására ugyanis a házasság a legjobb orvosság. Igen figyelemre méltó az a meglátása is, mely szerint jelentősen hozzájárul a szenvedély lecsillapodásához, ha a beteget olyan személyek veszik körül, akik „szerelme tárgyát folytonosan gyalázzák, és csúnya torzképeket vágnak hozzá”. A szerelmesek kiábrándítására ma sem ismerünk ennél hatásosabb „terápiát”.

A szerelemből csúfot üzők táborával szemben azonban ott vannak a másik táborba tartozó, nem kevésbé nagy szellemek, akik elismerik ugyan, hogy a szerelmes ember lelkében különleges erő és szokatlan képesség lakozik, ezt a szenvedélyt azonban pozitív erőforrásnak tartják, amely révén az ember képes legyűrni minden akadályt. A szerelmes ember lelkét azért nem befolyásolja az élet kemény realitása, mondják, merthogy ezzel a különleges erőforrással rendelkezik. A szerelmes ember *minden helyzetben* ragaszkodik ahhoz, akit szeret, talán nem is annyira a szeretett személy miatt, hanem azért, amivel az megajándékozta őt. A csodálatos érzés fenntartása érdekében a szerelmes ember hajlandó mindenét megosztani azzal, akit szeret, anélkül, hogy összeszámolná a költségeket.

Talán ezen a ponton jutunk el egy fontos felismerésig, amely nélkülözhetetlen a szerelem megértéséhez. Nevezetesen, hogy a szerelmes ember szeretete nem függ a viszonzás mértékétől. Szó sincs benne semmiféle cseréről és egyenlegről, nyereségről. A szerelem és a számítás kizárják egymást. A szerelmes embertől mi sem áll távolabb, mint a nyereség és hatalomvágy. Ott, ahol a szerelem veszi át a szót, megszűnik az emberi kapcsolatokra jellemző számítás és hatalomvágy. Ami fordítva is áll: ott, ahol a számítás és személyes hatalomvágy jelen van, a szerelemnek sincs szava.

*A szerelmes ember szeretete nem függ a viszonzás mértékétől.*

Az a helyzet, hogy voltaképpen csak a szerelem képes az emberre jellemző önzést, birtoklási vágyat, hatalmi törekvést ideig-óráig legyőzni. Ennyiben csakugyan a világ legnagyobb csodáját kell látnunk benne, hiszen pontosan annak az életfilozófiának tagadását jelenti, amely szerint a modern társadalom szerveződik. Ismeretes, hogy az emberiség történelme szüntelen hatalmi harc, az érdekek kemény ütközése, számítás, intrika, erőszak, vér és kegyetlenség. A történelemnek ez a sajátossága némi képpen talán magyarázattal szolgál arra vonatkozóan, hogy miért olyan ritka madár a szerelem, és miért olyan ellentmondásos a megítélése.

### ÚJ ELMÉLET A LÁTHATÁRON

A szerelemről vallott különböző felfogások rövid áttekintése után magam is ellenállhatatlan kényszert érzek arra, hogy saját meglátásaimmal előrukkoljak.

Nos, meglátásom szerint a szerelemhez három dolog szükséges:

- ◆ a kiéletlen nemi vágy
- ◆ a szárnyaló képzelet
- ◆ és a fojtogató magány.

Ezek az összetevők természetesen nem ebben a csupasz formában vannak jelen a szerelmes ember lelkében, hanem áttételesen, leheletfinom ötvözetként. Freud óta tudjuk, hogy a nemiségnek, a szexuális késztetéseknek milyen fontos szerepük van a képzelet szárnyalásában és általában a szellemi életben. A művészet, a tudomány, az irodalom, mind ösztöneink megszelídítésének, az ember szárnyaló képzeletének a terméke. A fojtogató magány néha sajátos irányt ad képzeletünk szárnyalásának, egy másik lényel való teljes azonosulással próbálunk az egyedüllét börtönéből szabadulni.

A szerelemhez gazdag érzelm- és képzeletvilágra van szükség, amit átleng a finom érzékiség. A közvélekedéssel ellentétben azonban a sze-

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

relem inkább lelki, mint testi kapcsolat a férfi és a nő között. Néha nem is kétoldalú kapcsolatról van szó, hanem egyoldalú viszonyról, ami semmit sem von le a spirituális élmény különlegességéből.

Lehetséges, hogy igaza van Jungnak abban, hogy a szerelem az emberi szellem csodálatos alkotása *önmagá* elkápráztatására. Ha így van, akkor ebben a káprázatban jut kifejezésre leginkább az emberi teljesség iránti igényünk.

Ahogy a művészi alkotások megszületésében, a szerelem kiteljesedésében is nagy szerepet játszik a teremtő képzelet, amely befolyásolja gondolatainkat és érzéseinket. Az izgalmas, gyönyörű helyzeteket előbb el kell képzelni ahhoz, hogy később bekövetkezzenek. Miután valaki megérintette lelkünket, addig álmodozunk róla, míg szerelmesek nem leszünk bele. A képzelőerőnk táplálja gondolatainkat, irányt szab neki, a cél aztán felerősíti érzéseinket, eladdig, hogy izgalmas vágyakozással, szenvedéllyé mélyül bennünk.

*Az izgalmas, gyönyörű helyzeteket előbb el kell képzelni ahhoz, hogy később bekövetkezzenek. Miután valaki megérintette lelkünket, addig álmodozunk róla, míg szerelmesek nem leszünk bele.*

Elképzelésemhez közel áll az a felfogás, amely szerint beleszeretni valakibe – bizonyos előfeltételek mellett (lásd: vágy, szárnyaló képzelet, lelki elmagányosodás) – tulajdonképpen *elhatározás kérdése*. Ha úgy tetszik: tudatos döntés eredménye. Aki szerelmes lesz, az már előtte szomjas a szerelemre, „bele akarok szeretni” valakibe. A nők általában jobban értenek hozzá, hogyan kell „beleszeretni” valakibe, mint a férfiak. Ez utóbbiak ezen a téren (is) esetlenebbek, ha szerelmesek lesznek, akkor is inkább belesodródnak, mintegy „áldozatai” lesznek a szerelemnek, ahelyett, hogy tudatosan vállalnák azt, amit szeretnének.

Bizonyára minden ember lelke mélyén ott él a szerelem iránti vágy (azokéban is, akik kígyót-békát szórnak rá), de nem tudják, hogy ennek érdekében mit kellene tenniük, hogyan kell rá felkészülniük. Várják, hogy a szerelem megjelenjen életükben, ahelyett, hogy lépéseket tennének az érdekében.

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

Önmagában véve a szerelemre való vágyakozás, a romantikus felbuzdulás nem elegendő. Az innen-onnan összeszedett érzések, gondolatok, benyomások, a zavaros és összekuszált fogalmak alapján a szerelem „nem áll össze”. Úgy vagyunk ezzel is, mint a versekkel. Mindenki megpróbál egyszer verset írni, igazi költemények azonban ebből ritkán születnek.

A szerelemmel kapcsolatos tudatlanság és tapasztalatlanság több forrásból ered. Az egyik a *személyes élmények hiánya*, amit nagyon nehéz pótolni. Az a személy, akinek gyermekkorában nem adatott meg, hogy megtapasztalja, milyen a szeretetteljes kapcsolat, a későbbiekben nem tud helyes fogalmat alkotni a szeretetről, és többnyire alkalmatlanná válik arra, hogy létrehozzon és fenntartson másokkal ilyen jellegű kapcsolatot.

A személyes élmények hiánya mellett a másik nagy akadályt azok a *kulturális hatások* jelentik, amelyek hamis képzeteket alakítanak ki bennünk a szerelemtől. Ilyen vonatkozásban a kívánatossal éppen ellentétes hatást fejtenek ki a mozi és a tévéfilmek, a bulvárlapok, reklámok, ponyvaregények, a népszerű sztárok szennyesének teregetése, barátok és barátnők henccegése, vagyis csaknem minden kulturális termék, amelyből a fiatalok a szerelemre vonatkozó ismereteiket szerzik. Az elbutítást szolgáló tömegkultúra olyan szerteágazó és erőteljes hatást gyakorol az emberek felfogására, a másneműekkel való kapcsolatainknak a kialakítására, hogy az szükségszerűen vezet érzelmi káoszhoz.

Miközben az emberek olthatatlan szomjat éreznek magukban a szerelmi történetek iránt, és szivacsként szívják magukba a tévhiteteket, ostobaságokat, mindenféle naiv bárgyúságot, alig jutnak „tisztá forráshoz”. A klasszikus művek lekerültek a polcokról, a tudományos ismeretterjesztő munkák, tankönyvek, pszichológiai kézikönyvek, lexikonok, enciklopédiák tengernyi szóindexében pedig a szerelem kifejezés elő sem fordul.

*Megbízható ismereteket a szerelemtől az emberek saját életük példájával nyújthatnak egymásnak.*

A szerelmet persze elsődlegesen nem is a könyvekből kell megtanulni. Megbízható ismereteket az emberek saját életük példájával nyújthatnak egymásnak. A gyümölcsözteszhető tapasztalatok leginkább azok,

amelyeket gyerekkorunkban saját szemünkkel látunk. Sajnos, az euro-amerikai kultúrában zajló változás – a munkamegosztás, a személyi élet, a tulajdon- és értékrendszerek átstrukturálódása mellett – felmorzsolja a tradicionális családi közösséget, devalválja az érzelmi kapcsolatokat. Az őszinte és mély érzések megtapasztalásához az élet egyre kevésbé nyújt lehetőséget.

### AHOL A MÉREG, OTT A GYÓGYSZER IS

Lelkük mélyén az emberek semmihez sem fűznek vérmesebb reményeket, mint a szerelemhez, és semmiben sem csalódnak jobban, mint a szerelemben. A modern ember sok mindenhez ért, szerelmi téren azonban „csalódott”, ami csak más kifejezés arra, hogy felkészületlen és alkalmatlan a nagy kalandra.

Nem könnyű ezzel a csalódottsággal élni, ezért ki-ki felmentést keres a maga számára. Egyre többen győzködik magukat arról, hogy nem kell a „kótyagos szerelmeseket” komolyan venni. Azok, akik a *realitás talaján állnak*, nem könnyen habarodnak bele másokba, mondják. A határozott és gyakorlatias emberek nem engedhetik meg maguknak, hogy elveszítsék a fejüket, vagy az érzelmek vezessék őket. Azoknak is, akik szerelmesek, azt tanácsolják, hogy mielőbb „ábránduljanak ki”.

De hogyan lehet kiábrándulni valakiből? A recept – Avicenna után – már ismerősen hangzik számunkra:

- ◆ készítsünk egy lajstromot a másik fél hibáiról
- ◆ a bolhából csináljunk elefántot
- ◆ tegyünk állandó szemrehányást ezek miatt a hibák miatt
- ◆ ha csak lehet, gúnyolódjunk társunkkal
- ◆ hozzuk nevetséges helyzetbe mások előtt
- ◆ képzeljünk el őt efféle helyzetekben
- ◆ gyakoroljuk ezt addig, amíg szánalmasnak és nevetségesnek nem találjuk.

Ha betartjuk az utasítást, nem valószínű, hogy a kívánatos eredmény elmarad. De nincs okunk csüggedésre akkor sem, ha még pislákol ben-

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

nünk a szerelem lángja. Tárgyaljuk ki partnerünk hibáit barátnőinkkel, ismerőseinkkel, száz százaléig biztosak lehetünk benne, hogy azok cinikus megjegyzéseikkel hamarosan minden iránta érzett tiszteletet kiölnék belőlünk.

Ez a recept annyira hatásos, hogy néha túl is löhetünk a célon. Nemcsak hogy kiábrándulunk szerelmünkben, hanem meg is fogjuk gyűlölni. A gyűlöletet azonban nem szabad túlzásba vinni, mert ez ismét függővé tesz bennünket tőle, csak ellenkező előjellel. A cél a kiábrándulás, és ehhez elég a tudatos kritizálás, az állandó zsörtölődés, az időnkénti gúnyolódás és intim dolgaink kitergetése mások előtt.

*Tárgyaljuk ki partnerünk hibáit barátnőinkkel, ismerőseinkkel. Száz százaléig biztosak lehetünk benne, hogy azok megjegyzéseikkel hamarosan minden iránta érzett tiszteletet kiölnék belőlünk.*

A fenti „koktél” halálos mérég mindenféle szerelemre. Ezekre a tanácsokra már csak azért is érdemes odafigyelnünk, mert ha meg akarjuk őrizni szerelmünket, mindenben a javasolt eljárás ellenkezőjét kell tennünk! Ahol a mérég, ott a gyógyszer is!

- ◆ Törekedjünk magunk körül pozitív érzelmi légkört kialakítani
- ◆ a bolhából ne csináljunk elefántot
- ◆ igyekezzünk társunk kedvébe járni
- ◆ soha ne gúnyoljuk és kritizáljuk
- ◆ ne engedjük, hogy mások becsmérően nyilatkozzanak róla
- ◆ másokat ne avassunk be intim dolgainkba.

Ez utóbbi gyakorlatokat azok figyelmébe ajánljuk, akik könnyes szemmel olvassák a ponyvaregényeket, hogy részesévé váljanak ennek a felemelő érzésnek, miközben partnerükről megfeledkeznek.

### A SZERETET MEGŐRZÉSE

A modern életforma nemcsak a szenvedélyes szerelem kialakulásának nem kedvez, hanem a szeretetnek sincs igazán helye benne. Rendszeres szó esik róla, sokan azonban nem tudják a valós érzést az érzés mímelésétől, az igazgyöngyöt a hamis utánzattól megkülönböztetni.

A szeretet azt az érzést jelenti, amely révén egy másik emberhez tartozónak tudjuk magunkat. A szeretet révén egységet alkotunk valakivel, ami megszünteti az emberi egyedüllét állapotát.

Jóllehet biológiailag egyedi lények vagyunk, életünk jellege és minősége társadalmi meghatározottságú. Az egyedüllét azért jelent problémát, mert *az ember a másokhoz való tartozás érzése és tudata nélkül hiányos és befejezetlen lény*. Csak egy másik emberrel való azonosság vállalása révén nyerhető el valamiféle teljesség. Ehhez az állapothoz az elszigetelt lét feladásával jutunk el, amelynek kulcsa a szeretet. A modern ember elmagányosodása és identitásproblémái a szeretet hiányára vezethetők vissza. Hiányzanak életéből a kölcsönösségen és egyenlőségen alapuló kapcsolatok. Hiányzik a másokkal való azonosságvállalás, a szeretethez szükséges elfogadás és önfeladás.

*A modern ember identitásproblémái a szeretet hiányára vezethetők vissza.*

A szeretet azonban nem feltétlenül tartós érzés, hanem esetleges, véletlenszerű, szeszélyes, változó intenzitású és múlékony valami, ezért nemcsak kapaszkodót, hanem kockázatot is jelent az ember számára. A bensőséges viszony felborulása csaknem mindig drámába torkollik. Erről szól a világirodalom. Minél meghittebb, szeretetteljesebb egy kapcsolat, annál szebb és tartalmasabb lesz az életünk, ám ezzel együtt megnő a drámai végkifejlet kockázata is. A szemünk előtt zajló ezernyi dráma miatt a modern kor embere fél a bensőséges kapcsolatoktól, igyekszik megőrizni függetlenségét és különállását. De ennek is megvan az ára: kapcsolatai felszínessé, lapossá, unalmassá, érdektelenné válnak.

*Minél meghittebb, szeretetteljesebb egy kapcsolat, annál szebb és tartalmasabb lesz az életünk, ám ezzel együtt megnő a drámai végkifejlet kockázata is.*

Eme kettős veszély miatt szinte minden emberi kultúrában korán felismerést nyert, hogy a szeretetet nem lehet pusztán a sors szeszélyére bízni. Az életszervezésnek, az utódok nevelésének, a másokkal való azonosságvállalásnak, az identitástudatnak szilárd támaszra van szüksége. A családnak mint intézménynek pontosan ez az egyik fontos funkciója. Az emberek azért lépnek egymással házasságra, hogy a házasság intézménye révén megpróbálják megőrizni egymás iránt érzett szeretetüket és kapcsolatuk szilárdságát.

A szeretet megőrzése azonban csak egyik dimenziója a házasságnak. A család vagyonszösszeget is jelent, és ami szintén nagyon fontos, hiszen az utódok világrahozatalával és felnevelésével a családra hárul a társadalom reprodukciójának a biztosítása.

A család többféle és felelősségteljes funkciója miatt a szeretet és az érzéki vonzalom önmagában nem elegendő a családalapításhoz. Nagyon fontos szubjektív feltételei ezek a házasságnak, de korántsem elégségesek. A szubjektív vonzalmat egy felelősségteljes *döntésnek* kell megerősítenie, amely – számolva mindazzal, amivel a házasság jár – megerősíti és stabilizálja a kapcsolatot.

*Az emberek azért lépnek egymással házasságra, hogy megőrizzék egymás iránti szeretetüket és kapcsolatuk szilárdságát.*

A hangsúly a szabad választáson és a döntésen van, amellyel – túlélve a romantikus szerelmek és az érzéki kalandok köteléknélküliségén – az egymással házasságra lépők vállalják a következményeket, tisztában vannak az együttéléssel járó kötöttségekkel és az önkorlátozás fontosságával. A rossz házasságok és a válások növekvő száma arra utal, hogy az egymással házasságra lépők éppen a legfontosabb dologgal nincsenek tisztában. Nevezetesen azzal, hogy a döntés, egy másik személyvel való egyesülés, a személyi szabadság korlátozására vonatkozik. Er-



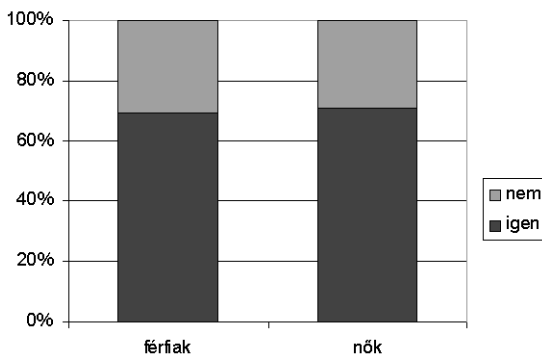
## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

re az önként vállalt tudatos döntésre, s nem pusztán a szeretetre mint szubjektív érzésre építhető fel egy tartós kapcsolat.

Egyébként nemcsak a házasságnak, hanem minden kapcsolatnak szükségszerű velejárója az önfeladás bizonyos mértéke. A család stabilitása ezt különösképpen megkívánja, de barátság sincs enélkül. Sokan úgy érzik, hogy az önfeladás legesekélyebb formája is személyiségük olyan mértékű „öncsonkításával” jár, ami nem térül meg a házassággal. Magyarán, nem érdemes áldozatot vállalni másokért vagy önmagunkon túlmutató magasabb célokért. Csakhogy ez súlyos tévedés. A házasságra lépő személyek nem másokért hoznak áldozatot, hanem saját jól fel-fogott érdekük a szeretet és a bizalomteljes kapcsolat megőrzése.

A kölcsönösségen és egyenlőségen alapuló kapcsolat jelenti a közös élet értelmét, ez nyújt biztonságérzetet számunkra, ez az alapja önazonosságunknak, ily módon tudjuk biztosítani saját életünk folytonosságát. Az új életek világrahozatala, a gyerekek felnevelése semmihez sem fogható életcél minden normális ember számára. Feltéve, ha a társadalom értékrendje nem torzul el ebben a vonatkozásban, ha támogatja és méltányolja az emberek ez irányú készségét és áldozatvállalását.

*Házasságunknak gyermekünk ad értelmet*



7. ábra

*Az általam végzett vizsgálatban a megkérdezett nők 71, a férfiak 70 százaléka állította azt, hogy házasságának a gyerekek adnak értelmet.<sup>10</sup> Az eredménnyel kapcsos-*

*latban két dologra szeretném felhívni a figyelmet: az egyik az, hogy a vizsgált térségben viszonylag magas a gyermekvállalási kedv, a másik, hogy a gyermekvállalás vonatkozásában csaknem teljes megegyezés mutatkozik a férfiak és nők között.*

## BARÁTSÁG ÉS SZERELEM

A cselelméletnek az a legfőbb hibája, hogy a szerelmet, illetve a szerelmen alapuló házasságot tárgyi, funkcionális kapcsolatnak tekinti, amelyben az egyik személy a másikat eszközként használja fel saját céljainak ez eléréséhez. Ezzel szemben a szerelem minőségileg más jellegű kapcsolat. Olyan személyes viszony, amelynek az értéke önmagában rejlik: maga a szerelem jelenti az értéket a párok számára.

Hasonlóképpen van ez a barátsággal is. A barátok és szerelmesek öntetlenül segítik egymást, kapcsolatuk a kölcsönös rokonszenv érzésén alapszik. Más kapcsolatoktól eltérően, amelyeket a kölcsönös haszon vagy a segítségnyújtás reménye tart össze, a szerelem és a barátság öncélú kapcsolat. Értékük az érzelmi kötődésben, az intimitásban, a belső közelségben, az egymás iránti nyíltságban, feloldódásban, szeretetben van.

*A szerelem és a barátság értéke nem egzisztenciális, hanem lelki természetű.*

A szerelem és a barátság értéke nem egzisztenciális, hanem lelki természetű. Értékük annál nagyobb, minél nagyobb szükségét érezzük an-

---

<sup>10</sup> Arra a kérdésre, hogy Házasságunknak gyermekünk ad-e értelmet, a felmérésben részt vevő 1107 férfi közül 767, az 1093 nő közül 776 válaszolt igennel.

nak, hogy valaki által teljesebbé váljunk, kiegészüljünk. Barátunkat és a szerelmünket lényünk részének, afféle alteregónknak tekintjük. Persze nem kortól és társadalomtól független kapcsolatformákról van itt szó.

Számos jel arra utal, hogy korunk embere a barátságnak és a szerelemnek más értelmet tulajdonít, ideiglenebb és felszínebb viszonyt tartja azt, mint ahogyan azt fentebb definiáltuk. Az, amiről mi beszélünk, az érzelmileg mély és lelkileg telített kapcsolat, a mindennapi életben mindinkább kivételes, ritka jelenségnek számít. Lehetséges, hogy ez régebben is így volt. Nem tudjuk, hogy volt-e egyáltalán olyan kor, amelyben igaz mély barátság jellemezte az emberi kapcsolatokat. Lehetséges, hogy Schopenhauernek van igaza, aki az állítja, hogy „Az igazi barátság egyike azoknak a dolgoknak, amelyekről, akárcsak a tengeri óriásgyíkokról, nem tudjuk, hogy valóban léteznek-e, vagy csak a képzelet szüleményei.”<sup>11</sup>

Vélhetően az „igazi barátság” és az „igazi szerelem” minden korban és társadalomban ritka jelenségnek számított. Az individualizmus térhódításával még inkább azzá válhatott, hiszen mindenféle közösségi érzés csökkent, és vesztett vonzerejéből. A nemzeti kötődést, a rokonsági kapcsolatokat, a családi összetartást, a mély és tartós barátságot *alkalmi kapcsolatok* sokasága váltotta fel.

*„Az igazi barátság egyike azoknak a dolgoknak, amelyekről, akárcsak a tengeri óriásgyíkokról, nem tudjuk, hogy valóban léteznek-e, vagy csak a képzelet szüleményei.” (Schopenhauer)*

A modern kor nagyfokú nyitottságot, széles körű ismeretséget, rugalmasságot, mobilitást követel az embertől. A széles körű emberi kapcsolatok fenntartása, a körülményeknek megfelelő frissítése, átstrukturálása viszont nem kedvez a mély és szilárd kapcsolatok létrejöttének, legyen szó akár nemzetről, akár családról, akár barátságról vagy szerelemről.

Valószínű, hogy az emberi kapcsolatok felületessé válásával a barátság és a szerelem is fokozatosan más értelmet nyert. Ezek a kapcsolatok

---

<sup>11</sup> A. Schopenhauer: Aphorismen zur Lebensweisheit. Sämtliche Werke in fünf Bänden. 4. kötet, Leipzig, é. n., 537. oldal

a gyakorlati életben már régen nem azt jelentik, amit a himnuszok, dalok, lírai költemények százai megénekelnek. Nem is azt, amit az apostolok, bölcselek, nagy elmék fejtegetnek műveikben. Meglehet, hogy az „igazi barátság” és a „halálos szerelem”, az emberi géniusznak ezek a csodálatos termékei, már nem is nagyon tartoznak a való élethez. Mindenesetre valahányszor górcső alá vesszük azt, amit ma az emberek szerelmen és barátságon értenek, hamar kiderül róluk, hogy az elképzelt csodálatos égi tünemény szegényes földi másával állunk szemben.

## SZERELEM ÉS SZEXUALITÁS

Annak ellenére, hogy a szerelem és a szexualitás fogalma nem azonos jelentésűek, gyakran megtörténik, hogy szerelmet mondunk, ha nemmi aktusról beszélünk, és fordítva, a szerelmet, ezt a különös lelkiállapotot, az érzelmi viharokat és a kínzó nyugtalanságot a fiziológiai ürítési szükséglettel egy szintre redukáljuk.

Manapság szerelmet mondunk a szexuális kapcsolat minden formájára, a házasságtól az együthálásig, a futó kalandtól a prostituáltak látogatásáig, az azonos neműek iránti vonzódástól a legkülönbözőbb szexuális perverzításokig. A szerelem szóval próbáljuk elfedni mindazt, ami nem az, talán azért, mert így próbálunk szabadulni a coitushoz és az erotikához tapadó büntudattól.

*Manapság szerelmet mondunk a szexuális kapcsolat minden formájára, a házasságtól az együthálásig, a futó kalandtól a prostituáltak látogatásáig, az azonos neműek iránti vonzódástól a legkülönbözőbb szexuális perverzításokig.*

Annak érdekében, hogy ne kelljen ezzel az egetverő hazugsággal nap mint nap szembenézni, a nyugati kultúra minden megengedhető mértéken túl kitágította a szerelem és a szexualitás jelentésének a határait, olyannyira, hogy felcserélhetővé tette a két kifejezést egymással. Ezzel

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

persze semmit sem sikerült megoldani. Az egymástól jól elkülöníthető fogalmak egybemosása még inkább fokozza a szexualitással kapcsolatos zavart tudatállapotot.

Meglátásom szerint korántsem véletlen jelenségről, inkább tudatos és szándékos csúsztatásról van itt szó. A szerelemre való képesség hiánya miatt van szükség a különmemű fogalmaknak – a coitusnak és a szeretetnek – az egybemosására. A szerelem hangoztatásával próbáljuk elhíttetni magunkkal és a világgal azt, hogy szexuális kapcsolatunk rendelkezik azzal az érzelmi tartalommal, amit a keresztény kultúra megkíván. A szeretet szóban ugyanis benne rejlik a közös életre vonatkozó ígéret, és az egyház tanítása szerint annak Isten általi előzetes engedélye.

*A szerelem hangoztatásával próbáljuk elhíttetni magunkkal és a világgal azt, hogy szexuális kapcsolatunk rendelkezik azzal az érzelmi tartalommal, amit a keresztény kultúra megkíván.*

Az az ember, aki lelki szeretetet tanúsít, méltó Isten kegyelmére és a világ megbecsülésére, míg a szeretetet nélkülöző nemi aktus csupán a bennünk rejlő „állati ösztön” kiélése, ami „alantas” és erkölcstelen. A keresztény erkölcsnek, bármennyire felvilágosultnak tartja is magát korunk embere, mély gyökerei vannak az euro-amerikai kultúrában. Annak ellenére, hogy nagy a szexuális szabadság, a tudat alatt ott van, hogy a házasságon kívül kárhoztatandó a szexualitás minden más formája.

A nyugati ember máig sem tudta jó lelkiismerettel túltenni magát a vallási tiltásokon. Látszólag fittyet hány rá, igyekszik kielégíteni szexuális szükségleteit, ám minthogy ezt büntudattal teszi, magyarázkodásként a szerelemmel takarózik. Talán semmi sem példázza jobban korunk morális meghasonlottságát, semmi sem okoz súlyosabb tudatzavart, mint az a kényszer, amely a látszat kedvéért kötelező normává teszi az álszenteskedést és a mellébeszélést.

III. fejezet

---

HÁZASSÁG

## A HÁZASSÁGHOZ VALÓ VISZONY

A házassággal valahogy úgy vagyunk, mint a gyógyszerrel. Az, aki hisz a gyógyszer varázslatos erejében, többnyire meg is gyógyul tőle, aki viszont nem hisz benne, azon a világ legjobb gyógyszere sem tud segíteni. Így van ez a házassággal is. Azok, akik hisznek a házasság eszményében, többnyire sikeres, boldog házasságban élnek, akik nem hisznek benne, azok nehéz tehernek érzik, és megragadnak minden alkalmat, hogy kilépjenek belőle.

A „házasság szentsége” abban a formában, ahogyan a vallás beszél a házasság intézményéről, egyre nehezebben fenntartható eszmény. Ritka emberpárnak számítanak azok, akik hisznek abban, hogy Isten jegyezze el őket egymásnak, annál többen vallják Schopenhauer meglátását, miszerint „a házasság annyit jelent, hogy a házasok egyéni jogaik feléről lemondanak, viszont a kötelezettségeiket megkettőzik”.<sup>12</sup>

*A házassággal úgy vagyunk, mint a gyógyszerrel, azok, akik hisznek benne, boldog házasságban élnek, akik nem hisznek, azok nehéz tehernek érzik.*

A házasságról szóló vallási tanítás visszavezet bennünket a sötét középkorba – fakad ki Jung is. Az egyház nem volt képes lépést tartani azokkal a társadalmi változásokkal, amelyek új helyzetbe állítják az embert a kapcsolatok, a szerelem és a házasság vonatkozásában. Nem lehet a házasság szentségére hivatkozva szőnyeg alá söpörni a problémákat. Az individualizmus térhódításával a házasságok többségében a család-

---

<sup>12</sup> A. Schopenhauer: Metaphyzik der Geschechtslibe. Idézi Ráth-Vég István: Szerelem, házasság. Elektra Kiadóház, Budapest, 2001, 12. oldal

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

tagok személyiségének alapvető vonásai és rövid távú érdekei mindinkább felülkerekednek a kapcsolattal járó hosszabb távon jelentkező nyereséggel szemben. Ennélfogva egyre többen forgatják a fejükben a válás gondolatát már induláskor. A modern társadalom gyors iramban rombolja le a feltétel nélküli alkalmazkodásra és a családtagok harmonikus együttműködésére vonatkozó eszmét. A válások magas száma, a fennálló, de állandó összeütközésekkel, veszekedésekkel terhes házasságok gyakorisága alapján a családkutatók egy része nyíltan megkérdőjelezi a harmóniát valló modell érvényességét. Azt mondják, hogy a konfliktust, a diszharmóniát hovatovább „a normálisan funkcionáló család alapvető jellegzetességének” kell tekintenünk.<sup>13</sup>

Számos tanulmány és könyv foglalkozik a konfliktusok pozitív funkciójával, a családtagok személyiségére gyakorolt áldásos hatásával. Ám ahhoz, hogy a konfliktusokat áldásosnak lássuk, meg kell feledkeznünk a tönkrement, az egymást megnyomorító házastársakról és a lelki betegnek növekvő táboráról.

A konfliktusok eredményeként előfordulnak persze a párkapcsolat és a házastársak személyiségének alakulása szempontjából pozitív változások is. A dolog kimenetele mindig attól függ, hogy a házastársak miként kezelik konfliktusaikat: a közös elképzelések háttérbe tudják-e szorítani az egyéni ambíciókat, vagy ennek a fordítottja történik.

Az új családmodell szerint a házasság leginkább két ember „iszapbirkózására” hasonlít, amely a házastársaktól jó kondíciót, energikus fellépést és állandó edzést kíván. A nemek új történelmi szereposztásában a szerelem, a ragaszkodás, az odaadás gyengeségnek számítanak, amelyek rontják az egyik vagy másik fél győzelmi esélyét.

*Az új családmodell szerint a házasság két ember „iszapbirkózására” hasonlít, amely a házastársaktól jó kondíciót, energikus fellépést és állandó edzést kíván.*

---

<sup>13</sup> Cseh-Szombathy László: A házastársi konfliktusok szociológiája. Gondolat Kiadó, Budapest, 1985, 8. oldal



### AZ EGYMÁSHOZ TARTOZÁS TUDATA

A tartós és jó kapcsolat érdekében nemcsak személyi szabadságunk egy részét adjuk fel, hanem bizonyos mértékben személytelenné is válnunk. Erre azért van szükség, mert a házasság, mint életközösség, bizonyos mértékű személytelenséget feltételez. Az apa és az anya szerepének vállalása elkerülhetetlenné teszi, hogy személyes sorsunk összefonódjék máséval. Ennyiben a szerelem mindenesetre megkönnyíti a házastársak dolgát. De szerelem nélkül is megvalósítható az az életközösség, amely szükséges az élet továbbadásához, elvégre a házasság a fajfenntartást szolgálja.

A házasság végül is elhatározás kérdése. Bármely két felnőtt, egy férfi és egy nő elhatározhatják, hogy összetartanak, együtt kívánnak élni, és ha a világ a feje tetejére áll, akkor is ragaszkodni fognak egymáshoz. És ha figyelmesek, kedvesek, udvariasak lesznek egymáshoz, legalább annyira, amennyire egy idegennel szemben, bizvást remélhetik, hogy az együttélés során kifejlődik bennük valami, amit *összetartozás érzésének* lehetne nevezni. Ez az érzés az évek során az *együttes élménynek* köszönhetően éppen olyan erős érzéssé válhat, mint például a testvéri szeretet. Fontos, hogy ha valamin hajba kapnak egymással, a partnerek ne szedjék szét azonnal a babaruhát, és ne engedjék meg, hogy kívülről tegyenek igazságot közöttük. A többi úgyszólván magától megy.

Az egymáshoz tartozás *tudata*, ha ezt komolyan vesszük, erősebb lehet az egymáshoz tartozás *ézésénél* is, hiszen érzéseink az összezördüléseknél akár ellenségessé is válhatnak, míg az összetartozás tudata akkor sem rendül meg, ha a házaspár a családon belüli hadiállapot idején püfölik egymást.

Mint mondtuk, sokan azzal töltik egész életüket, hogy várják, mikor mosolyog rájuk az egyetlen igaz nagy szerelem, holott inkább azon kellene munkálkodniuk, hogy próbálják meg a „kéznel levő” partnerükkel elmélyíteni és megszilárdítani a kapcsolatot, kialakítani az együvé tartozás tudatát, ami később magával vonja az otthonosság érzés és a szeretet kialakulását.

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

*Sokan azzal töltik egész életüket, hogy várják, mikor mosolyog rájuk az egyetlen igaz nagy szerelem, holott inkább azon kellene munkálkodniuk, hogy próbálják meg partnerükkel elmélyíteni és megszilárdítani a kapcsolatukat.*

Tulajdonképpen nem a szerelem, hanem az egymáshoz tartozás tudata teremti meg az otthonosság érzését. Az együttéléshez nem csupán rajongásra, figyelmességre, gyengédségre van szükség, hanem olykor olyan légkörre is, amelyben a házastársak biztonságban érzik magukat akkor is, ha fáradtak, leverték, és nem igénylik az egymással való beszélgetést. Sőt, akkor is otthon érzik magukat, ha a családban hadiállapotok uralkodnak: kilyukad a mosógép, nincs miből a számlákat fizetni, a gyerek intót kap, a házastársak egyikét kirúgják a munkahelyéről, a másik összetöri az új kocsit stb. A családkutatások eredményei szerint nem az számít, hogy az emberek milyen meg gondolásból házasodnak össze, az a fontos, hogy mint házastársak feltétlenül és következetesen kedvességet tanúsítsanak egymás iránt, ragaszkodjanak egymáshoz, és minél kevesebbet kritizálják egymást. Ez elég ahhoz, hogy kapcsolatuk megszilárduljon, házasságuk otthonossá váljon, és szeretetben éljék le életüket egymással.

*Nem az számít, hogy az emberek milyen meg gondolásból házasodnak össze, az a fontos, hogy mint házastársak feltétlenül és következetesen kedvességet tanúsítsanak egymás iránt, ragaszkodjanak egymáshoz, és minél kevesebbet kritizálják egymást. Ez elég ahhoz, hogy kapcsolatuk megszilárduljon, házasságuk otthonossá váljon, és szeretetben éljék le életüket.*

Sajnos, a házasságok jelentős részében ez a minimális igény és elvárás sem teljesül. Valamilyen tragikus félreértés folytán az emberek azt hiszik, hogy minden apró-cseprő ügyben feltétlenül igazságot kell tenniük, és a világ összes problémáját egymás között kell lerendezniük.

## PRÓBAHÁZASSÁG

Próbaházasságot annak a reményében kötnek az emberek, hogy hát-ha a terhes kötelezettségvállalás nélkül könnyebbé lehet tenni az életet. Minő tévedés! Hosszabb távon még súlyosabb gondokkal kell szembenézniük.

A próbaházasság mellett sokféle kísérlet történik még a kockázat és felelősségvállalás elhárítására, a szabad szerelemtől a külön kasszáig. Ezek a kísérletek azonban a könnyebb élet reményéhez fűzött vágyálmok csupán.

Ami felelősségteljes, sok energiát követel és megmásíthatatlanul nehéz, azt semmiféle eszközzel és spekulációval nem tudjuk könnyebbé tenni. A nehéz dolgokkal akkor tudunk sikeresen megküzdeni, ha felnö-vünk hozzájuk, és kellő energiát fordítunk rájuk. – A szerelem és házasság problémája olyan, mint az élet: a kielégítő megoldás egész embert kíván. Minden más fércmunka, semmire sem jó – mondja Jung.<sup>14</sup>

*„Ami felelősségteljes, sok energiát követel és megmá-síthatatlanul nehéz, azt semmiféle eszközzel és speku-lációval nem tudjuk könnyebbé tenni.” (Jung)*

A szerelem, a házasság, a család tartós, felelősségteljes kapcsolat vállalását jelenti, áldozathozatalt, minden egyéb próbálkozás csupán szeszély és szórakozás. Az individualizmussal felerősödő szabadság-vágy gyakran megakadályozza az embereket a mély és felelősségteljes kapcsolat kialakításában és annak vállalásában. Mély és felelősségteljes érzés kialakulása nélkül viszont elszalasztják és elmulasztják az igazi szerelem és összetartozás megtapasztalását. A szabadság illúziója miatt feláldozzák azt, ami a teljes emberi élet szempontjából mindennél fontosabb: szeretni és szeretve lenni, valakihez tartozni, fontosnak lenni va-laki számára.

---

<sup>14</sup> C. G. Jung: i. m. 72. oldal

*„A szerelem és házasság problémája olyan, mint az élet, a kielégítő megoldás egész embert kíván. Minden más fércmunka, semmire sem jó.” (Jung)*

Jung nincs valami túl jó véleménnyel a próbaházasságról. „Már maga az a tény, hogy valaki próbaházasságot köt, azt jelenti, hogy az illető tartózkodó álláspontra helyezkedik, be akarja biztosítani magát, hogy meg ne égesse az ujját, semmit se kockáztasson.”<sup>15</sup> De ahogyan nem lehet megtanulni kerékpározni semmiféle használati utasításból, vagy a „Himaláját megmászni a moziban”, az együttélésre vonatkozó tapasztalatokra sem tehetünk szert, ha egoizmusból, gyávaságból, zsugoriságból nem merjük összekötni sorsunkat máséval.

A jelenlegi életszervezési trend az, hogy csak magunkkal kell törődnünk, mindent egyedül kell megoldanunk. Nincs szükséged a másikra. Minek kösd össze sorsodat máséval, ha egyedül könnyebben boldogulhatsz?

Az élet azonban más szabályokon nyugszik: a közös akció mindig kevésbé fáradtságos, mint egyéni produkció. A kollektív cselekvés hajtóereje összehasonlíthatatlanul nagyobb, mint megannyi különálló, magányos ember akarata. A jólét és a társadalmi problémák megoldása szempontjából a maximális teljesítményt az jelentené, ha az emberek közösen lépnének fel, mindent együtt intézhetnék el. A kollektív fellépéssel szemben elképesztően csekély a magányos hősök esélye, jóllehet a politikai és szellemi élet irányítói ma éppen ennek az ellenkezőjéről igyekeznek meggyőzni az embereket.

*A kollektív cselekvés hajtóereje összehasonlíthatatlanul nagyobb, mint megannyi különálló, magányos ember akarata.*

Az individualizmus térhódításával a személyes kapcsolatok fölöslegesnek tűnnek, elsekélyesednek, kiüresednek. Ezek a fejlemények nem kedveznek a házasságnak. A sírig tartó összetartozást fokozatosan háttérbe szorítja az olcsó promiszkuitás.

---

<sup>15</sup> C. G. Jung: i. m. 73. oldal

A modern társadalmakban az emberek elmagányosodásra vannak ítélve. Miközben az egyének féltve őrzik függetlenségüket, és szabadnak hiszik magukat, valójában egy szűk hatalmi réteg szolgálatában állnak. A hatalom célja és szándéka ugyanis éppen az, hogy a közösségi kapcsolatokat leépítse, a társadalmat atomjaira bontsa. Az érzelmi természetű kötőanyag megszűnésével az emberek könnyen manipulálhatóvá és irányíthatóvá válnak. Az érzelmi kötőanyag helyét ugyanakkor átveszi az erőszakos önérvényesítési igény és a kíméletlen hatalomvágy. A próbaházasságok és a különféle együttélési formák a mélyülő bizalmatlanságnak a jelei, ennek a sajátos társadalmi lelkületnek a hírnökei.

### A CSALÁD SZEREPE ÉS FUNKCIÓJA

Az országok, nemzetek jövője a családokon áll vagy bukik. A fogyatkozó számú, széthulló családok következménye: fogyatkozó számú, széthulló nemzet.

Ma, sajnos, sokfelé hiányzik a családokért érzett társadalmi felelősség. A kormányok semmihez sem viszonyulnak nagyobb közönnyel és felelőtlenséggel, mint a családvédelmi intézkedésekhez. Választások alkalmával ugyan a pártok fűt-fát ígérgetnek, hatalomra kerülve azonban választási ígéreteikből a családra vonatkozókat felejtik el először.

*A kormányok semmihez sem viszonyulnak nagyobb közönnyel és felelőtlenséggel, mint a családvédelmi intézkedésekhez.*

A család azonban nemcsak a nemzetek jövője, hanem saját személyes sorsunk alakulása szempontjából is fontos szerepet játszik. Nincs egyetlen más területe sem az életünknek, amely annyira meghatározná közérzetünket, testi és lelki épségünket, mint a család. Ami érhető, hiszen – bár eltérő szerephelyzetekben: gyermekként, szülőként, nagyszülőként –, de ebben a szűk közösségben éljük le csaknem egész életünket, ennek a légköre, kultúrája, kapcsolatrendszere határozza meg visel-

kedésünket. A család biztosítja az élet küzdelmes hétköznapijaihoz szükséges harc- és állóképességünket, illetve ennek hiánya eredményezi gyengeségünket, sebzettségünket, elesettségünket.

### AZ ÉLETPOZÍCIÓK ELLENTMONDÁSAI

Azt szokták mondani, hogy az ember sok mindent kibír. Vonatkozatható ez a házasságra is. A házassági konfliktusok, a családon belüli viszályok nem feltétlenül károsak, néha élénkítően hatnak a kapcsolatra, segítenek legyőzni a problémákat. A viszályok csak akkor teszik tönkre a házasságot, ha a házastársak alapvető szükségleteikről való lemondással, kényszerű szerepjátszással próbálják biztosítani az egyetértést és a harmóniát. Magyarán, ha a kölcsönös alkalmazkodás helyett megpróbálnak erőszakot venni magukon vagy egymáson.

*A családon belüli viszályok nem feltétlenül károsak, néha élénkítően hatnak a kapcsolatra, segítenek legyőzni a problémákat.*

A konfliktusok kezelésének, a házasságon belüli játszmáknak, szerepeknek, egyezségeknak gazdag irodalma van. Szemléltetésként hadd utaljak itt Eric Berne egyik példájára.<sup>16</sup>

– Kovács úr meggyőződéssel vallja, hogy ő remek férj, annak ellenére, hogy hétvégén részegre issza magát, és ilyenkor agyba-főbe veri a feleségét. A felesége, Maris, védelmezi férjurát, hiszen tavaly karácsonykor is ajándékot kapott tőle, meg aztán dolgozó ember az ura. Maris emellett talpig becsületesnek tartja magát, habár úgy hazudik, mint a vízfolyás, és rendszeresen pénzt csen el Kovács úr pénztárcájából. A férj a hét hat napján megerősíti az asszonyt ebben a pozícióban, csak szombatoként nevezi hazudós vén szipirtciónak, Maris pedig viszonzásul hülye bunkónak és részeges disznónak nevezi Kovács urat.

---

<sup>16</sup> Eric Berne: Emberi játszmák. Háttér Kiadó, Budapest, 1988, 64. oldal

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

Berne szerint sok házasság azon a kétoldalú egyezsége alapszik, hogy a házastársak kölcsönösen elnézik egymás hibáit, s csak akkor zavarodnak meg, ha azok nagyon szembeötlővé válnak. Amint azonban a kilengések olyan méretet öltenek, hogy az eredeti alkupozíció tarthatatlanná válik, a házasságnak előbb-utóbb válás lesz a vége. Mindegy, hogy melyik házaspár lesz az, aki nem bírja tovább: Maris nem bírja Kovács úr részegeskedését, vagy Kovács úrnak lesz elege kedves felesége csúnya hazug szájából és kleptomániájából.

Eric Berne tulajdonképpen nem is hibákról beszél, hanem az életpozíciók ellentmondásairól. Szerinte, ha a házastársak „sorskönyve” nem egyforma, az együttélés érdekében kölcsönösen el kell nézniük egymás életpozíciójának az apróbb ellentmondásait.

### A TERMÉKETLEN VITÁK

Mindannyian szeretjük, ha dicsérnek és elismerő szavakkal illetnek bennünket: értékeli tudásunkat, csodálják szépségünket, élvezik ügyességünket, elismerően szólnak fellépésünkről, próbálkozásainkról. A tapasztalat szerint a házastársak nem szokták elhalmozni egymást efféle kedvességekkel, talán attól tartva, hízélgésnek tünne, vagy partnerük fejébe szállna a dicsőség. Rosszul teszik. Nem kell fukarkodni az elismerő szavakkal és a dicsérettel, abból sosem volt még baj, annál inkább az ellenkezőjéből.

Akit sohasem bátorítanak, az elbizonytalanodik, szorongóvá válik. Különösen, ha ugyanannak a hibának az ismételtetése naponta százszor elhangzik, vagy ha a partner hangütése támadó jellegű. A házastársak gyakran ezzel a primitív módszerrel igyekeznek a saját érdekeiknek megfelelő változást elérni a másiknál, akkor is, ha ennek a határfoka csekély, vagy a nullával egyenlő. Sikeresen inkább úgy befolyásolhatjuk partnerünket, ha bírálat, kritizálás helyett a nekünk kedves, jóleső dolgok folytatására buzdítjuk, vagyis bátorítjuk a nekünk tetsző viselkedésre.

Az ide vonatkozó megfigyelések szerint a nők gyakrabban kritizálják férjüket, mint azok őket, és többször ütnek meg személyeskedő hangot. De sokszor előfordul az is, hogy a házastársak mindketten ebben a betegségben szenvednek, azaz kölcsönös vádaskodással, szemrehányá-

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

sokkal, természetlen vitákkal próbálják saját akaratukat a másakra rákényszeríteni. Ilyenkor a felek többnyire egyidejűleg beszélnek, mindenki hajtja a magáét, anélkül, hogy odafigyelne a másik mondókájára. Közléseik hatástalansága miatt a vita egyre agresszívebb formát ölt, egészen addig, míg az alacsonyabb kulturális szinten levőknél tettlegességgé nem fajul a dolog, a magasabb iskolai végzettségű személyek pedig halálra nem sebzik egymást meggondolatlan, reflexszerű válaszaikkal.

Ekkor aztán már mindegy, hogy ki kezdte, és kinek milyen szerepe volt a vita elfajulásában, az okozott sérelmek végzetessé válhatnak a házastársi viszony további alakulása szempontjából.

*Nem kell fukarkodni az elismerő szavakkal és a dicsérrettel, abból sosem volt még baj, annál inkább az ellenkezőjéből.*

A házasságok többségét az ilyen természetlen és agresszív viták teszik tönkre. Általános tapasztalat, hogy a kapcsolatokban túl sok a szemrehányás, elmarasztalás, hiányérzet, neheztelés, számonkérés, bírálat, kritika, ledorongolás, ugratás, megszegyenítés, sarokba szorítás, megalázás, és kevés a megértés, szeretet, meghallgatás, udvarlás, kedveskedés, figyelmesség, elismerés, dicséret, csodálat, pártfogás, támogatás.

Hosszabb távon nem tartható fenn semmiféle egyensúlytalan állapot, ezért a házassági szakértők az egymással perlekedő párok számára különféle kommunikációs gyakorlatokat javasolnak. Ezeknek a gyakorlatoknak a során nemcsak a kellemetlen dolgok megosztására buzdítják a partnereket, hanem a pozitív visszajelzések gyarapítására is.

Ügyni kell az arányokra. Bármilyen jó legyen egy házasság, lehetetlen fenntartani, ha a partnerek közötti kommunikációban tartósan a kritikai megjegyzések vannak túlsúlyban. A férfiak nem szigorú nevelőnő után sóvárognak, amikor rászánják magukat a házasságra, és a nők számára sem egy bunkó, agresszív férfi jelenti álmaik netovábbját, mindketten megértő társat, érzelmi támaszt keresnek a másikban.



## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

*Bármilyen jó legyen egy házasság, lehetetlen fenntartani, ha a partnerek közötti kommunikációban tartósan a kritikai megjegyzések vannak túlsúlyban.*

Azt gondolnánk, hogy a civódások, veszekedések mögött mindig kötélfűzés rejlik, holott erről gyakran szó sincs. A családkutatók tudni vélik, hogy az esetek többségében az egyik vagy a másik fél, többnyire a nő, azért kezdeményez veszekedést, mert így próbálja felhívni magára partnere figyelmét.

Ha a kapcsolatból hosszabb időn át hiányzik a szeretet, az egymás iránti figyelem és intimitás, ez frusztráció forrásává válik. A frusztráció pedig lehangoltságban, depresszióban, különféle szomatikus tünetekben, vagy ellenkezőleg, ideges nyugtalanságban, kötekedő, agresszív magatartásban ölt formát. Minden tünet azt a célt szolgálja, hogy a szeretetben hiányt szenvedő fél felhívja magára párja figyelmét. Sajnos, a partner nem mindig értelmezi helyesen ezt a rejtett üzenetet: megesik, hogy ellenségeskedésnek tekinti, amitől maga is ideges lesz, támadó hangot üt meg, esetleg meg is veri a partnerét.

*Minden tünet azt a célt szolgálja, hogy a szeretethiányban szenvedő fél felhívja magára párja figyelmét.*

Sok kapcsolat azért megy tönkre, mert az érintettek nem ismerik fel a helyzetet. A kötekedést, kiszámíthatatlan indulatkitöréseket, duzzogást nem „szégyenlős segélykérésnek”, hanem ellenséges beállítódásnak (hadüzenetnek) tekintik, és ahelyett, hogy elhanyagolt partnerük felé fordulva megpróbálnák kielégíteni annak szeretet- és intimitásigényét, „felveszik a kesztyűt”. Érdemes tehát odafigyelnünk rá, ha partnerünk zárkózottá, depresszióssá vagy idegessé válik, folyton zsörtölődik és veszekszik. Mielőtt kiásnánk a csatabárdot, gondoljunk arra, hogy talán érzelmileg vagy szexuálisan kielégítetlen, vagy egyszerűen csak hiányolja a számára szükséges odafigyelést.

### HÁZASSÁGI JÁTSZMÁK

A házasságon belüli játszmáknak se szeri, se száma, amelyekre könnyen rámehet a házasság.

– Jucika tisztelettel tudóan mindig a férjére bízta a döntést, hova menjenek nyaralni, milyen filmet nézzenek meg, elmehet-e a gyerek síelni stb. Ha a dolog jól sikerül, élvezi a helyzetet. Ha nem, akkor Barna urat hibáztatja, mondván, hogy szerencsétlen, kétbalkezes, ő az oka mindennek. A döntés átengedésével Jucika végrehajtó hatalomként viselkedhet, nem kell osztoznia a felelősségben. Ez az alaphelyzet ugyanakkor folyamatos kielégülést jelent Jucika részére, támadhatatlan pozícióból terrorizálhatja férjét. Ebben a játszmában gyakran elhangzik az, hogy „Én megmondtam”, „Ennek is te vagy az oka!”, „Miattad történt az egész”. „Mit tettél velem?” Ha a gyerek rossz, anyagilag rosszul állnak, mindig mindenért Barna úr a felelős. Kész csoda, ha kibírja felesége mellett.

A bűnbak szerepét játszhatja a feleség is, ez sem kevésbé önpusztító a kapcsolatra nézve, mint az előző. Számos házasságot tesz tönkre ez a játszma. A bűnbak szerepét játszó fél egy darabig tűri az örökös kioktatást, kritizálást, felelősségre vonást, mentegetőzik, ígéretet, hogy ilyesmi nem fog többé előfordulni, a jövőben másképpen lesz, mígnem egy napon elege lesz az egészszől, és egy bevágott ajtó pontot tesz az örökös dohogás végére. A játszmából azért nehéz kilépni, azért nehéz a házastársak között nyíltabb és konstruktívabb viszonyt kialakítani, mert ez által a vádaskodó fél elesik az előnyöktől és a kielégüléstől.

*A bűnbak szerepét játszó fél egy darabig tűri az örökös kioktatást, kritizálást, felelősségre vonást, mentegetőzik, ígéretet, hogy a jövőben másképpen lesz, mígnem egy napon elege lesz az egészszől, és egy bevágott ajtó pontot tesz az örökös dohogás végére.*

Néha az is megesik, hogy a játszma ürügyül szolgál a szexuális kapcsolat elkerülésére. A „jogos” felháborodás állapotában érthető, hogy az embernek nincs kedve szerelmeskedéshez.<sup>17</sup> Az asszony, ha ki akar tér-

---

<sup>17</sup> Eric Berne: i. m. 114. oldal

ni férje több-kevesebb bizonyossággal várható közeledése elől, elég, ha veszekedést provokál ki. Kieszél valamilyen sérelmet, előszed valamilyen régebbi ügyet, vagy egyszerűen csak azt mondja neki, hogy „minden férfi vadállat”, mert „csak a szex érdekli” őket.

Eric Berne, a házassági játszmák kiváló szakértője szerint, sokszor a férj is ludas a dologban. Az ily módon visszautasított férjek nagy gonddal keresnek olyan élettársat maguknak, aki biztosíték arra, hogy nem kell túlságosan gyakran eleget tenni házastársi kötelezettségének. Magyarán szólva, potenciazavaraiért a feleségét hibáztathatja, elvégre ugye érthető, hogy felbőszített állapotban az embernek nincs kedve a dologhoz.

A játszma eléggé kockázatos, mert a megrövidített házastárs esetleg keres valakit magának. A szerető megjelenése újabb fordulatot ad a játszmának. A házasságon kívüli viszony – ügyvédi segédlettel – fegyverként szolgál a megcsalt fél kezében. Végre sikerül nyakon csípni a gazembert.

Azok részére, akik túlságosan belebonyolódnak házassági játszmájukba, sokszor nincs más megoldás, mint bejelentkezni egy házassági csoportterápiába. Persze a frigid nőkön és impotens férfiakon az sem sokat segít mindig. Sőt, egy új partner sem. Ilyenkor már intenzív egyéni pszichoterápiára kell gondolni.

## ELHÚZÓDÓ HÁBORÚK

Egy bölcs amerikai tábornok szerint egyetlen mód van arra, hogy egy háborút megnyerjünk: ha elkerüljük.<sup>18</sup> Ez a meglátás igaz a házasságokra is. A házaspárok többsége úgyszólván állandó háborúban áll egymással, jóllehet ezt a háborút még soha senkinek sem sikerült megnyernie. Minél könnyörtelenebbek az ellenfelek egymással szemben, annál valószínűbb, hogy a végén belepusztulnak mindketten. Ráadásul, ahogyan azt az egyik keresztény pszichiáter és házassági tanácsadó írja, a végén a válás sokszor fájdalmasabb, mint a halál, mert igazán sohasem ér véget.<sup>19</sup>

---

<sup>18</sup> Ed Wheat dr. és Gloria Okesa Perkins: i. m. 260. oldal

<sup>19</sup> Uo.

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

Az ellenségeskedés sokáig felszín alatt folyik, a házastársak ideig-óráig megpróbálják álcázni szándékaikat, a harc azonban ilyenkor többnyire már valós. Legjobb az ellenségeskedést ilyenkor beszüntetni, mielőtt még égő gyűlölet formájában nem eszkalálódik. Ha a házastársak szívében tartósan rossz érzések tanyáznak, harag, keserűség, neheztelés, kiábrándultság, kétségbeesés, bosszúvágy uralkodik el rajtuk, jobb, ha azonnal pszichológiai segítségért folyamodnak, és megelőznek egy borzasztó háborút. Biztosak lehetünk benne, hogy ellenséges érzésekkel és negatív viselkedéssel nem tehetjük szebbé, könnyebbé, boldogabbá életünket, ami pedig a szeretetet és szerelmet illeti, amelyre titokban szomjazunk, ellenségeskedésünkkel mi magunk ássuk meg a sírját.

*Ha a házastársak szívében tartósan rossz érzések tanyáznak, harag, keserűség, neheztelés, kiábrándultság, kétségbeesés, bosszúvágy uralkodik el rajtuk, jobb, ha azonnal segítségért folyamodnak, és megelőznek egy borzasztó háborút.*

Mindegy, hogy mivel igazoljuk, és minek nevezzük negatív érzéseinket, az együttélés szempontjából ugyanolyan romboló erőt jelentenek, mint a szervezet számára a rosszindulatú ráksejtek. Ezért, ha felülkerekedik bennünk az önsajnálát, a sértettség, a harag, a bosszúvágy, legjobb, ha csendesen magunkba szállunk, és pszichológushoz fordulunk, különben nemcsak a házasságunk megy rá, hanem az egészségünk is.

Talán meglepően hangzik, de a negatív érzések akkor uralkodnak el rajtunk, ha *ragaszkodunk hozzájuk*, ha az elszenvedett sérelmekért *nem akarunk* megbocsátani, hanem szemet szemért, fogat fogért alapon szándékosan bosszút forralunk. Az apróbb-nagyobb galádságok elkövetése után az emberek azzal szokták mentetgetni magukat, hogy „elragadták” őket indulataik. Pszichológiai szempontból ez átlátszó kifogás, mert az érzelmeink pontosan annyira irányítanak bennünket, mint amennyire mi irányítjuk érzelmeinket.

*A negatív érzések akkor uralkodnak el rajtunk, ha ragaszkodunk hozzájuk.*

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

Kultúránkban sajnos eléggé általános az a szemlélet, hogy minden rajtunk esett sérelemért jóvátételt kell szereznünk. Akkor is, ha ez újabb, egyre gyötrelmesebb tortúrákkal jár együtt, amelyek végül megbénítják vagy vakvágányra terelik egész életünket.

A pszichológiai rendelőkben szerzett tapasztalat azt bizonyítja, hogy az emberek saját rossz döntéseik és gonosz szándékaik következményei miatt szenvednek legtöbbit. Nem árt, ha tudjuk, hogy a meg nem bocsátó lelkület áll a legtöbb rossz döntésünk mögött. A házasságon belül elhúzódó háború is innen eredeztethető. Némi jószággal, belátással, szeretettel, megbocsátással a könyörtelen önpusztító háború helyett más irányt vehetnek az események, s áldással lehet a kapcsolatunkra az, ami miatt kockáztatjuk elvesztését.

*Az emberek saját rossz döntéseik és gonosz szándékaik következményei miatt szenvednek legtöbbit.*

Nem könnyű megbocsátani. De tudnunk kell, hogy minél kevésbé okoljuk partnerünket *saját hibáink* miatt, annál könnyebben hajlunk a megbocsátásra. A hamis büszkeség és megkeményedés mögött nem is annyira a bosszúvágy áll, mint inkább a gyávaság, hogy nem merünk szembenézni saját hibáinkkal. Ezért a bosszú és a háború nem old meg semmit, csak elodázza az önmagunkkal való szembenézést.

Ahogy a háborúk, úgy az egymás által megtépázott házasságok is sok szenvedéssel járnak. Ráadásul ez a szenvedés értelmetlen, mert nem jó, hanem rossz ügy érdekében történik. Bármennyire is fájdalmas, sokkal eredményesebb a saját problémáinkkal való szembenézés.

*A bosszú és a háború nem old meg semmit, csak elodázza az önmagunkkal való szembenézést.*

### HŰSÉG ÉS HŰTLENSÉG

Sokan azt tartják, hogy a hűség a szerelem gyökere és a házasság körömpróbája, ezért, ha a harmadik megjelenik, azonnal szakítanak vagy elválnak. Más esetekben a házasságon kívüli kapcsolatok ellentéteket támasztanak a házastársak között, heves összetűzéseket idéznek elő, de az érintettek megbirkóznak valahogyan vele. Néha az is előfordul, hogy a családon kívüli heteroszexuális ismeretség a kapcsolat fejlődéséhez, elmélyüléséhez vezet. És vannak végül olyan házasságok is, amelyekben a partnerek között nem támad feltétlenül konfliktus, ha valamelyik fél egy harmadik személlyel szexuális kapcsolatot létesít. Ez utóbbiak az úgynevezett „nyílt házasságok”.<sup>20</sup> Az ilyen házasságokban a partnerek nem tekintik saját tulajdonuknak a másikat, ezért megengedik, hogy egymástól függetlenül is kialakíthassanak és fenntarthassanak baráti vagy más jellegű társas kapcsolatokat, amelyek akár szexuális jellegűek is lehetnek.

A házassági szakértők álláspontja szerint a házasságok ritkán mennek tönkre attól, ha a házastársak egyike félrelép. Amennyiben ez mégis bekövetkezik, a harmadik fél megjelenése rendszerint csak ürügyet szolgáltat a terhessé vált kapcsolat felbontásához, de nem ez a valós oka a válásnak. A házasságok akkor mennek tönkre, ha a házastársak nem ragaszkodnak többé egymáshoz, illetve ha a kapcsolat nem képvisel már értéket számukra. Néha kifejezetten terhükre van a házasság, mert akadályozza őket elképzeléseik megvalósításában, ezért tudatosan vagy tudattalanul igyekeznek olyan helyzetet teremteni, hogy büntudat nélkül cserbenhagyhassák a másikat.

Az uralkodó felfogás szerint a szeretet lényegéhez tartozik a tartósság és állandóság, vagyis az életre szóló elkötelezettség a szeretett személy mellett. Ezért a próbaházasság és a házasságon kívüli kapcsolat a nemiség, illetve a szeretet meghazudtolása. Ha valaki házasságon kívüli viszonyt létesít, és arra hivatkozik, hogy szerelemből tette, az hazudik – írja Szentmártony Mihály.<sup>21</sup>

---

<sup>20</sup> Nona O`Neill–George O`Neill: Open marriage: a new life style for couples. M. Evans and Co, New York, 1972. Idézi Cseh-Szombathy László: i. m. 104. oldal

<sup>21</sup> Szentmártony Mihály sj: Erkölcspszichológia és nemiség. In: Személy, házasság és család. Róma, 1988, 104. oldal

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

Nos, ahogyan az lenni szokott, az elv és annak gyakorlati megvalósulása között elég széles szakadék tátong, ég és föld a különbség. A házasságokat manapság általában inkább hosszabb mint rövidebb ideig tartó próbaházasságok előzik meg, ami pedig a hűtlenséget illeti – bár erre vonatkozóan felettébb nehéz megbízható adatokhoz jutni –, egyes vélemények szerint meglehetősen gyakori. Cseh-Szombathy László szerint például „alig van olyan házasság, melynek fennállása alatt ne következne be konfliktus valamely házastárs családon kívüli heteroszexuális ismeretsége, kapcsolata miatt”.<sup>22</sup>

Arra a kérdésre, hogy az ember eredendően monogám hajlamú-e, mint az oroszlán, vagy poligám hajlamú-e, mint a szarvasbika, a tudomány nem tud megnyugtató választ adni. A keresztény Nyugat a házasság intézményét az emberek feltételezett monogám hajlamára alapozta. A muzulmán világ a férfiak poligám hajlamára. De vannak népek, amelyek éppenséggel a többférjűség révén próbálnak valamiféle rendet teremteni az emberek bonyolult szexuális magatartásában. Akárhogy is álljon a dolog elméleti szinten, ami a gyakorlatot illeti, szexuális téren megnyugtató módon sehol sem sikerült még tartós rendet teremteni. Az emberekből egyre csak feltörnek olyan vágyak és kívánságok, amelyek felborítanak mindenféle szabályt, a szabályok pedig sok-sok házasságot.

*A keresztény Nyugat a házasság intézményét az emberek monogám hajlamára alapozta, a muzulmán világ a férfiak poligám hajlamára.*

Azok, akik megkérdőjelezik a monogámia eszményét, arra hivatkoznak, hogy egyes kultúrákban ma is megengedett a többnejűség. A Kórában például a férfinak négy feleséget enged meg, és számtalan ágyast. A török szultánokról a mesés háremeik jutnak a nyugati ember eszébe. Nem volt ez másként az ókori pogány népeknél sem. Salamonról tudjuk, hogy számos felesége és háromszáz ágyasa volt. Valamiféle természeti törvénnyel igazolni az egynejűséget több mint kétséges. Inkább úgy tűnik, hogy a hárem tartása a gazdagok előjoga volt régen is és ma is, függetlenül attól, hogy erről a „bűnös fényűzésről” ki miként vélekedik.

---

<sup>22</sup> Cseh-Szombathy László: i. m. 104. oldal

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

A moralisták – akikről a pszichológusok azt tartják, hogy kielégületlen emberek – évszázadok óta birkóznak az ember egyik legnagyobb démonával, a szexualitással. A kielégületlenség rosszindulatúvá teszi az embereket a hűség és hűtlenség megítélésének a vonatkozásában is. – Aki nem bűnös köztetek, az dobja rá az első követ – mondta Jézus az eléje cipelt házasságtörő nőről a farizeusoknak. Márpedig, ha Jézus ezt mondta, akkor hogyan lehet ezt az intelmet összeegyeztetni kultúránkban azzal a kancsal szigorral, amely halálos bünt próbál fabrikálni a házasságtörésből? – kérdezhetjük Füst Milánnal.

*– Aki nem bűnös köztetek, az dobja rá az első követ – mondta Jézus az eléje cipelt házasságtörő nőről a farizeusoknak.*

A monogámiára vélhetően a kényszer szorította rá az embert, ezt az is bizonyítani látszik, hogy az anyagiasság térhódításával mind többen kívánják egyedül leélni életüket, csakhogy ne kelljen osztozkodniuk senkivel.

Végezetül: nincs szabad hely a világon. Érdemes Murphy szex-törvényére odafigyelnünk, mely szerint senki sem csinál olyan mesés karriert, mint az a pasas, akinek nemrég kiadtad az útját.<sup>23</sup> Sokan várnak arra, hogy befurakodjanak mások házasságába, beüljenek otthonukba, megszerezzék maguknak azt, akitől a sértett szívek haragjukban szabadulni akarnak.

*„Senki sem csinál olyan mesés karriert, mint az a pasas, akinek nemrég kiadtad az útját.” (Murphy)*

---

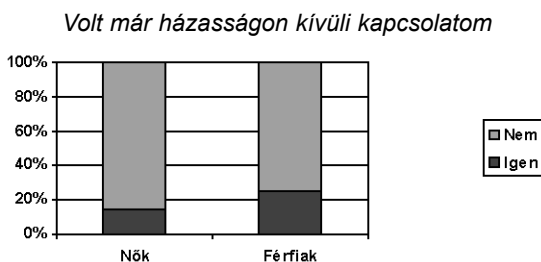
<sup>23</sup> Bruce Lansky: A Murphy szülők szex-törvénykönyve. Gondolat Kiadó, Budapest, 1990 (Az idézet a könyv hátsó borítójáról való.)



## MIT MUTATNAK A SZÁMOK?

A házastársi hűséggel foglalkozó szerzők általában találgatásokra vannak itélve. Felmérésünk alapján erre vonatkozóan konkrét adatokkal szolgálhatunk. Más kérdés, hogy a bevallásra támaszkodó adatok mennyire megbízhatóak.

A házastársi hűséggel kapcsolatosan két kérdés érdekelt bennünket. Az egyik kérdés arra irányult, hogy megtudjuk, hányan léptek félre, a másikkal azt firtattuk, hogy hánynak a fejében fordult meg a félrelépés gondolata.

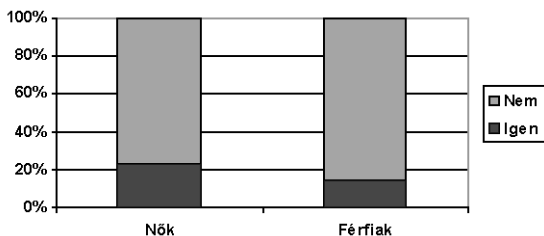


8. ábra

A kapott válaszok alapján azt kell mondanunk, hogy a vizsgált térségre – Vajdaság magyarulakta részére – nem jellemző a szexuális kicsapongás. A kérdésre válaszoló 1093 házasságban élő nő közül mindössze 156-an (14%) léptek félre, míg 937-en hűségesnek bizonyultak. A férfiak valamelyest csapodárabb természetűek, 25 százalékuknak volt már házasságon kívüli kapcsolata: 1107 férfi közül 279 keresett vigasztalást máshol, míg 828-an hűségesek párjukhoz. A két nem között tapasztalt 11 százalékos eltérés alapján nem mondhatjuk sem azt, hogy a férfiak ördögök, sem azt, hogy a nők mind angyalok volnának.

## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

*Azt hiszem, hogy házastársamnak volt már házasságon kívüli kapcsolata*



9. ábra

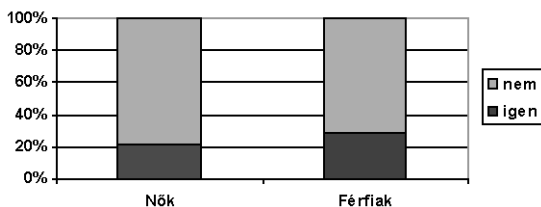
Ezek a saját bevalláson alapuló adatok. De vajon mit gondolnak a házastársak egymásról?

Az utóbbi kérdésre kapott válaszokat az előző kérdés öszintéségi próbájának is tarthatjuk. Nos, nagy meglepetésre nem kell számítanunk. A nők és férfiak házastársuk hűtlenségét illetően egyaránt elég jól „saccolnak”. A nők alig két százalékot tévednek, a férfiak annyit sem. Mindkét nem maximálisan jóhiszemű a másik nem irányában, hiszen mind a nők, mind a férfiak, bár csak egy hajszállal, de csalfábbak a feltételezett-nél. Lényegében véve azonban a partnerek tisztában vannak egymással, és a válaszadásban őszintének bizonyultak.

Nem szabad szem elől téveszteni, hogy felmérésünk színtere jellegét tekintve kisvárosi és falusi környezet, ahol a házasságtörés szinte lehetetlen. Mindenki mindenkit ismer, mindenkit mindig szemmel tartanak, mindenkiről mindent tudnak. A gyanú árnyéka is elég ahhoz, hogy valakit megszóljanak, hiszen ezekben a közösségekben a pletyka jelenti az emberek számára a legfőbb szórakozást.

Na, de azt, hogy ki mit forgat a fejében, senki sem látja. Feltételezhetjük, hogy hűség tekintetében más lenne a helyzet, ha megfelelő alkalom kínálkozna a félrelépésre.

*Megfordult már a fejében, hogy jó lenne mással is . . .*



10. ábra

És csakugyan, a nők 22, a férfiak 29 százalékát foglalkoztatta már a félrelépés gondolat. A férfiak esetében a fantázia és a valóság nem esik messze egymástól, az eltérés alig 4 százalék. Más a helyzet a nőkkel, akiknek csak a fele jut el a tettig. Összességében azonban azt kell mondanunk, hogy a szex körüli nagy hűhó ellenére tulajdonképpen nem fűti nagy kíváncsiság és kalandvágy sem a férfiakat, sem a nőket.

### A KEGYES FÜLLENTÉS

Az újságok beszámoltak azokról a szakértői véleményekről, melyek szerint a szerelem és a hazugság egy töről fakad. Ahhoz ugyanis, hogy valakit elcsábítsunk, abban a hitben kell ringatnunk, hogy ő a legkülönb és a legfontosabb ember számunkra a világon. Erre a mély meglátásra már Casanova (1725–1798) is rájött, aki ezzel a füllesztéssel osztatlan sikert aratott a korabeli nők körében. A férfiaknak azóta is számtalan nő szívét sikerült meghódítaniuk ezzel a mesével, miként a nők is megannyi férfit vettek le lábukról istenítésükkel és az irántuk érzett olthatatlan szerelem színlelésével.

Végül úgy tűnik, hogy a tudomány is beadja a derekát, egyes kutatók érvekkel próbálják alátámasztani ezt a hazugságra alapozó életfilozófiát. Dr. Peter Stiegnitz bécsi szociálpszichológus szerint alig van olyan kapcsolat, amely elviseli az állandó és teljes nyíltságot. – Aki szereti a kedvesét, az időnként hazugságra kényszerül – szögezi le tömören. A példák sorát hozza fel állításának igazolására. Tipikus eset például, amikor a feleség tizenöt, húszévi házasság után felteszi a kérdést hitvesének: „Milyenek találsz az alakomat?” Ebben az esetben, a bécsi kolléga szerint, a helyes válasz így hangzik: „Fantasztikusan nézel ki, erotikusabb vagy, mint a legtöbb önelégült huszonéves.” A kegyes füllesztés nemcsak megbocsátandó, hanem mindenképpen helyénvaló, hiszen erre a hízélgésre a nőknek is, a férfiaknak is annál inkább szükségük van, minél jobban eljár az idő fölöttük.

A hízélgésre, színlelésre, csúsztatásra, füllesztésre nemcsak a küllemet, a testi erőnlétet, a szexepilt illetően van szükség, hanem a kapcsolat ezer más vonatkozásában is. Bizonyos Catharina Kohman berlini pszichológus a munkahely elvesztését hozza fel példának. A nő, ha fér-

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

jük elveszti munkahelyét, jól teszik, ha a következőképpen bátorítják: „A te képességeiddel mindenütt tárt karokkal fogadnak.” Ezzel a kedveskedéssel férjük visszanyeri megtépázott önbizalmát, és könnyebben talpra áll, mintha így szólna: „Megmondtam, hogy semmire sem vagy alkalmas.”

Egy kis szépítés néha gyógyszerként funkcionál a párkapcsolatokban, más esetekben azonban kárt okozhat. Azt kell szem előtt tartani, hogy mennyit bír el a partner önbecsülése. Amennyiben tartani lehet tőle, hogy összeomlik az igazság terhe alatt, ez indokolttá teheti a kegyes hazugságot. Vannak olyan problémák, amelyek feszegetése nem tesz jót a kapcsolatnak, más esetekben a problémák elhallgatása az, ami növeli a bajt.

Számos kutató azt állítja, hogy a párkapcsolat szempontjából nem célszerű mindig minden kártyát kiteríteni az asztalra. Megtörténhet, hogy egy jelentéktelen flört felfedése ugyanolyan drámai hatást vált ki, mint egy eltitkolt, hosszú szerelmi kapcsolat bevallása. Ez utóbbit fontos megtárgyalni, míg a jelentéktelen flörtök érzékletes és részletes előadása sokszor nem is a helyzet tisztázását, hanem a partner megalázását szolgálja.

*Egy kis szépítés néha gyógyszerként funkcionál a párkapcsolatokban, más esetekben azonban méregként hat.*

## IV. fejezet

---

# CSALÁDI KONFLIKTUSOK

## A KONFLIKTUSOKRÓL

A társadalom működésének nemcsak természetes velejárója, hanem *feltétele* az egyéni és csoportérdekek megfogalmazásának, ütköztetésének lehetősége, illetve olykor annak a kényszere. Az érdekek megfogalmazása, nyílttá válása felszínre hozza a lappangó feszültségek forrását, az elfedett *konfliktusokat*. Érvényes ez a családi közösségekre is.

A konfliktusokra nem úgy kell tekintenünk, mint valami istencsapásra, hiszen olykor éppen a konfliktusok felszínre kerülése segít bennünket hozzá, hogy a vitás kérdésekben a korábbinál megnyugtatóbb megoldáshoz jussunk. Nem a konfliktusok, hanem a konfliktusmegoldási készség hiánya az, ami növeli a feszültséget, s olykor elviselhetetlenné teszi az együttélést. A konfliktus nemcsak az egymással vitában álló felek eltérő érdekeinek az ütközése, valami rossznak a megtestesülése, hanem a problémamegoldás lehetőségének a hordozója is, feltéve, ha a konfliktus szereplői megfelelő konfliktuskezelő képességgel rendelkeznek. A konfliktus ezért a változtatás, a haladás, az előrejutás zálogát jelenti mind a személyiség fejlődése, mind a párkapcsolatok szempontjából. Érvényes ez a szervezetekre, közösségekre és a társadalom egészére is. Nyugalom és stabilitás nem attól várható, ha szőnyeg alá söpörjük a problémákat, hanem attól, ha vállaljuk a konfliktusokat.

*A konfliktusok a változtatás, a haladás, az előrejutás zálogát jelentik mind a személyiség fejlődése, mind a párkapcsolatok szempontjából.*

Könnyű ezt mondani, csak hogy nem mindig és nem mindenki képes erre a feladatra. Mint mindenféle készséget, a konfliktuskezelő képességet is meg kell tanulni, el kell sajátítani. Az egyéneknek, családoknak,

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

szervezeteknek, emberi közösségeknek mindig is szükségük volt megfelelő konfliktuskezelő készségekre, hogy az adott társadalmi-történelmi feltételek között létezni tudjanak. Persze, nem mindig sikerült kölcsönösen kielégítő megoldásra jutni. Erről szól a történelem.

A fejlett világ elvileg az együttműködés eszméjén alapszik, a valóságban az erőfölényből fakadó tekintélyelvű döntési módok jutnak kifejezésre. A közös tervezés és megállapodás helyett általában a hierarchikus viszonyokban elfoglalt helyünk dönti el esélyeinket. Az ilyen tekintélyelvű döntés gyakran kifejezésre jut a családokban is. Tekintsük át röviden, hogy mi vezethet konfliktusokhoz az együtt élő, egymást szerető legjobb szándékú emberek között is.

Konfliktusforrást jelentenek önmagukban véve is az eltérő társadalmi helyzetek, az eltérő egyéni szükségletek és érdekek, bizonyos esetekben az előítéletek, sőt a helyzet félreértése is.

A társadalmi helyzetből adódó különbségek kiküszöbölhetetlenek. Ezek az érdekellentétek születésünktől halálunkig kísérenk bennünket, az élet farkastörvényeinek nevezzük őket. Sohasem tudunk kilépni belőlük, és sohasem tudjuk teljesen megoldani őket. Ezen az áldatlan helyzeten az ember társadalmi megegyezésekkel, alkotmánnyal, törvényekkel, szabályokkal, normákkal, elvárásokkal próbál valamelyest javítani. A nyugati kultúra alapjául a tízparancsolat szolgál, gyakorlatilag azonban – amióta a törvényhozók beleszólnak az Úr dolgaiba – jogi és etikai értelemben is teljes a káosz.

*Az érdekellentétek születésünktől halálunkig kísérenk bennünket. Sohasem tudunk kilépni belőlük, és sohasem tudjuk teljesen megoldani őket.*

## A KONFLIKTUSOK TÍPUSAI

A konfliktusokat sokféleképpen lehet értelmezni, és egymástól megkülönböztetni. Mi itt a konfliktusok két típusát különböztethetjük meg. Az első csoportba soroljuk azokat, amelyek valamely családhoz, lakó-

## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

---

helyhez, etnikai csoporthoz, vallási közösséghez, politikai párthoz, társadalmi szervezethez való tartozásunk alapján, vagy hivatásunknál, életkorunknál, nemi hovatartozásunknál stb. fogva objektíve adottak számunkra. Akarjuk vagy sem, körülményeink, helyzeti adottságaink megkerülhetetlenül szembehelyeznek bennünket másokkal. Ezek az érdekellentétek keresztül-kasul átszövik életünket, s önmagukban is elegendőek ahhoz, hogy sohase leljünk igazi nyugalmat.

*Az érdekellentétek keresztül-kasul átszövik életünket, s önmagukban is elegendőek ahhoz, hogy igazi nyugalmat sohase leljünk.*

A konfliktusok másik csoportjába azokat a viszályokat soroljuk, amelyek egyazon társadalmi csoporton belül lépnek fel. Ezt hívjuk a „se vele, se nélküle” helyzetnek. A csoporttagok egyéni érdekei ütköznek más személyek egyéni érdekeivel, a konfliktusban állókat ugyanakkor összefogja valamilyen közös érdek. A személyi ambíciók, hatalomvágy, presztízsszempontok, dominanciaigény, irigység, rivalizálás, féltékenység stb. a csoportban rendre felütik a fejüket, és néha annyira felerősödnek, hogy a közös érdek rovására mennek. Az érintkezés gyakorisága miatt az ilyen konfliktusok gyakrabban lépnek fel és hevesebbek kisebb közösségekben (például a családban), mint nagyobb társadalmi csoportokban.

## A KONFLIKTUSOK SÚLYOSSÁGA

A konfliktusokat nehéz fontosságuk vagy súlyosságuk szerint rangsorolni. Ahogy mondani szokták, mindenkinek a saját keresztje a legnehezebb, és a sokféle gondunk-bajunk közül mindig az éppen aktuális a legnyomasztóbb.

Személyi kapcsolataink egy része olyan, hogy egy vagy két kiemelkedő funkciójuk van, ezek adják meg a kapcsolat célját és értelmét (sportklub, szakkör, társadalmi szervezet). Amennyiben a csoport nem látja el megfelelően a funkcióját, illetve nem találjuk meg benne a szá-



## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

---

mításunkat, fogjuk a kalapunkat, és továbbállunk. Nem nagy dráma, bár közéletünkben általában az ilyen kenyértörés is nagy indulatokkal és el-lenségeskedéssel jár.

*Mindenkinek a saját problémája a legnagyobb, és a sokféle gondunk-bajunk közül mindig az éppen aktuális a legnyomasztóbb.*

Kapcsolataink más része több funkciót is ellát, ilyenkor az életünk több szálon és mélyebben összefonódik másokéval, nem olyan egyszerű szétszedni a babaruhát. A családi, házastársi kapcsolat a legösszetettebb, legbonyolultabb ilyen szempontból, hiszen a család nemcsak sokféle, hanem alapvető funkciókat lát el az emberi élet szempontjából. Ha a belső konfliktusok szétműlják a családot, az nemcsak a házastársak életvitelének az átszervezését vonja magával, hanem drámaian hat a gyermekek további sorsára. A gyerekek lelkivilágának a károsodása rányomja bélyegét az ő párkapcsolatuknak az alakulására, ami tovább gyűrűzik, és kihatással van az újabb és újabb generációk életének alakulására. A családi, házastársi konfliktusok ezért a legsúlyosabb konfliktusok körébe tartoznak.

## A KONFLIKTUS KIFEJLŐDÉSÉNEK FOKOZATAI

Az egymással kapcsolatban álló embereket általában többféle érdek fűzi össze egymással. A párkapcsolat is egyaránt tartalmaz előnyöket és hátrányokat mindkét fél számára. Az előnyök és hátrányok viszonylagosak, hiszen életünk alakulásától függően az értékszempontok folyton változnak: a kapcsolatnak hol ilyen, hol olyan szerepe van. Egyik pillanatban terhesnek tűnik, a másikkban a javunkat szolgálja. Gyakran előfordul, hogy a partnerek rövid távú szempontok, pillanatnyi érdekeik alapján döntenek a kapcsolat továbbfejlesztéséről, megtartásáról vagy annak a felszámolásáról.

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

Az emberek között permanensen tengernyi érdeklentét van, elvileg tehát bármin hajba kaphatunk egymással, és életünket bármikor pokollá tudjuk változtatni. Szerencsére a társadalmi csoportok, illetve két vagy több személy közötti ellentét nem mindig kap az indulatok levezetéséhez zöld fényt, tudati szinten nem jelenik meg érzelmi és szándékbeli ellentétként. Általában a konfliktusoknak csupán csekély töredéke az, ami aktuálisan ellenséges interakciókban is kifejeződik.

*Ha azt akarjuk, bármin hajba kaphatunk egymással, és az életünket bármikor pokollá tudjuk változtatni.*

Épeszű ember csak abban az esetben engedi meg magának a másokkal való nyílt összeütközést, ha úgy ítéli meg, hogy helyzeti előnyben van. Az elmebetegek (egyebek mellett) abban különböznek a normális embertől, hogy úton-útfélen nyílt konfliktusba kerülnek másokkal, mert a körülményeket nem mérlegelik, illetve a konfliktus várható kimenetelét nem képesek jól megítélni. A dolgok kimenetelének a téves megítélése gyakran előfordul normális emberekkel is, ha állhatatlanok, impulzív természetűek, és indulataik könnyen elragadják őket.

*Az elmebetegek azért kerülnek úton-útfélen nyílt konfliktusba másokkal, mert a konfliktus várható kimenetelét nem képesek jól megítélni.*

Az érdeklentétektől az összeütközésig a konfliktusalakulás általában hosszú folyamat, amelyben az időnkénti ellenségesség váltakozik a konfliktusok rejtett, békésebb időszakasaival. Az életvitel során a családnak hol az egyik, hol a másik, hol a harmadik funkciója bizonyul meghatározó fontosságúnak. A házastársi kapcsolat bármely funkciózavar miatt megszakadhat. A családterápiák során szerzett tapasztalat szerint a partnerek gyakran túl nagy árat fizetnek az aktuálisan sérelmesnek talált helyzet felnagyításáért. Adott helyzetben lehetséges, hogy a szépség, a szexuális vonzerő, az anyagi jólét, a társadalmi presztízis bír a leg-

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

nagyobb jelentőséggel számunkra, de ha közben balesetet szenvedünk vagy megbetegszünk, ezeknek a fontossága azonnal századrangúvá válik számunkra a velünk való törődéshez, az együttérzéshez és a gondoskodáshoz képest. A különböző funkciókat nagyon nehéz valamilyen fontossági sorrend alapján rangsorolni, ha alkalmanként ezt mégis meg tesszük, a sorrend nem marad stabil, hanem a helyzet, a körülmények alakulásával változik.

Azt, hogy kinek, mikor mi adja meg a kapcsolat célját és értelmét, senki sem tudja megmondani. A kapcsolat létrejötte után a házastársak élete annyira összefonódik, hogy nincs lehetőség egyik vagy másik funkció kiemelésére a többi funkció rovására, anélkül, hogy annak ne viselnénk később a következményeit.

## DOMINANCIAHARC

Generációkon keresztül a férfi volt a ház ura. Ő volt a kenyérkereső, az asszonynak a konyhában volt a helye. Aztán egy csapásra megváltozott minden. A XX. században elmosódtak a szerepek, örökös vita tárgya, hol húzódnak a területek és döntési jogkörök közötti határok. Pontosabban: számos házasságban a nő hozza a döntéseket, ugyanakkor védelmet és gondoskodást vár el. Érzékeny férfira vágyik, aki ugyanakkor legyen határozott, kemény és férfias. Szemmel láthatóan a nők és férfiak kiestek a korábbi szerepükből, nincsenek tisztában feladataikkal.

Egyes meglátások szerint kemény háború dúl a két nem között, látszólag az egyenlőtlenség felszámolásáért, valójában a hatalomért. A háború egyik sajnálatos következménye, hogy mind több nő és férfi éli le az életét egyedül. A másik következmény ennél is szomorúbb: a férfiak a rájuk nehezedő elvárások, a nők pedig a bizonyítani akarásuk miatt túlhajszolják magukat, állandó stresszben élnek, dohányoznak, isznak, aztán jön a gyomorfekély, a szívroham és a többi szövödmény. A harmadik és legsúlyosabb következmény, hogy a Teremtő nem titkolt szándékkal különműnekké teremtette az embereket, a férfiak és nők között dúló konfliktus miatt azonban gyakran elmarad az utódok nemzése és felnevelése, innen kezdve viszont teljesen mindegy, hogy mivel vesződnek, mire herdálják el életüket, annak se biológiai, se társadalmi jelentősége nincs.

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

A családok stabilitása attól függ, hogy a házastársak miként és mennyire tudják elfogadni egymást. Mennyire képesek kölcsönösen részesezni a kapcsolat nyújtotta előnyökből és hátrányokból. Mennyire dönthetnek közös életük céljairól, szükségleteikről, a javaik elosztásáról. Mennyire szabad és kényszermentes jogaiknak, kötelezettségeiknek, elvárásaiknak, csalódásaiknak a szóba hozása, megbeszélése és orvoslása. A diskurzusok feltétlenül konfliktusokkal járnak, ezeknek a konfliktusoknak azonban van megoldási esélyük, feltéve, ha közös cél lebeg a családtagok szeme előtt, s nem fenyeget egyik vagy másik fél szempontjainak a teljes elutasítása.

A másik fél fölött gyakorolt hatalom nyílt vagy leplezett formája gyakran jelen van a házastársi kapcsolatokban. A dominanciaigény azzal a szükséglettel függ össze, hogy a másik elnyomásával próbáljuk megőrizni saját (gyenge) énünk integritását. A domináns személy állandó félelemben él: fél a konfliktustól, fél a változástól, fél annak veszélyétől, hogy szembe kell néznie önmagával. Gyengeségéből előnyt próbál kovácsolni, azért felügyeli, irányítja partnerét, mert „jót akar” neki.

*A másik fél fölött gyakorolt hatalom nyílt vagy leplezett formája gyakran jelen van a házastársi kapcsolatokban.*

Ez az állapot hosszabb távon kizárólag abban az esetben tartható fenn, ha a másik fél partner ebben. A kapcsolatok ilyen szempontból gyakran tudattalan egyezségeken nyugszanak. Az alárendelő típusú feleség uralkodni vágyó férjet keres magának, akit aztán azzal vádolhat, hogy korlátozza mozgásában és társadalmi érvényesülésében. A domináns férj valójában szolgálatot tesz feleségének, amikor korlátozza abban, amitől az a lelke mélyén fél: az önállóságtól, kockázatvállalástól, a döntéssel járó felelősségtől. Az efféle pszichológiai egyezségek szoros összefüggésben állnak az egyének önértékelésével és biztonságigényével, s egyaránt kielégítik az egyik fél dominanciaigényét és a másik fél mazochisztikus szükségleteit.

Régebben a házasságban egyértelműen a férfiak domináltak, a nőket terrorizálták, szolgálatban tartották. Sokak szerint ma inkább a „ke-

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

*mény nők és érzékeny férfiak*” világát éljük.<sup>24</sup> Egy családon belül mindenki tudja, hogy ki az „úr a háznál”, kinek van „döntő szava”, ki az, aki „uralkodik”. A kapcsolatrendszeren belül persze mindig van egy kis játéktér: a család minden tagjának van valamilyen mozgástere, cselekvési lehetősége, amelyben ő dominál.

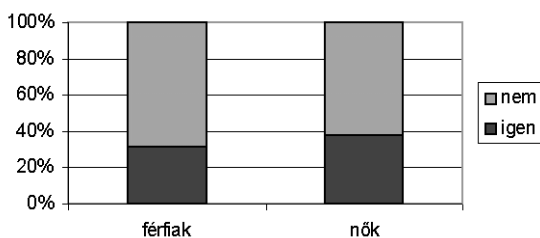
A kapcsolatrendszer működése és az azon belül fellépő konfliktusok szempontjából mindig azt kell megnézni, hogy a családtagok közül ki, miben és hogyan dönt, illetve, kinek van döntő szava, s ezt a másik felett hogyan érvényesíti.

Vajon mi a helyzet a vajdasági magyar családokban a dominancia vonatkozásában? Beszélhetünk-e a nők elnyomásáról?

Ennek felderítésére három kérdést intéztünk a vizsgálatban részt vevő személyekhez, amelyekre igennel vagy nemmel kellett válaszolniuk. A kérdések a következők voltak:

- ◆ *A házastársam nagyon erős akaratú, általában övé mindig az utolsó szó.*
- ◆ *Majdnem mindig megteszem azt, amit a házastársam mond.*
- ◆ *Társaságban a házastársam mellett mindig másodrendűnek érzem magam.*

*A házastársam nagyon erős akaratú . . .*



11. ábra

<sup>24</sup> Nate Penn–Lawrence Larose: A kód. Hogyan kerüljük el a házasság csapdáját? Alexandra, Pécs

## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

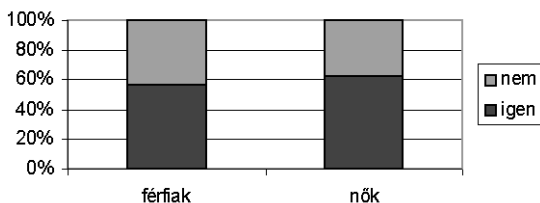
A felmérésben részt vevő férfiak 31, a nők 37 százaléka állította azt, hogy házastársa „nagyon erős akaratú” ember, és „mindig az övé az utolsó szó”. A csekély különbség alapján nem beszélhetünk egyik vagy a másik nem házasságon belüli dominanciájáról, hiszen nagyjából ugyanannyi nő tartja a gyep-lőt a kezében, ahány férfi.

Nincs jelentős eltérés a „szófogadás” vonatkozásában sem. A férfiak 56, a nők 62 százaléka mindig megteszi azt, amit házastársa kér tőle.

A 2200 személy közül 312 fő (14%) válaszolta azt, hogy társaságban házastársa mellett „mindig másodrendűnek érzi magát”. A nemek megoszlása tekintetében kétszer annyi nő (18,68%) panaszkodott erre, mint ahány férfi (9,6%).

A házasságban élők többsége tehát hajlik a kompromisszumra, és e téren a nők és férfiak között nincs említésre méltó különbség. Kivételek persze vannak. A másik háttérbe szorítása, megalázása akkor a legfájdalmasabb, ha annak mások is tanúi.

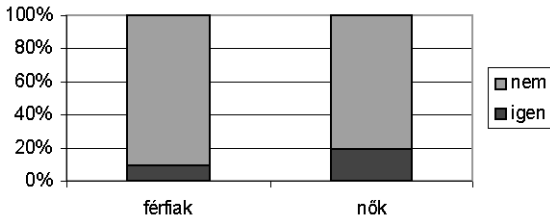
*Majdnem mindig megteszem azt, amit a házastársam mond*



12. ábra

## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

*Társaságban a házastársam mellett mindig másodrendűnek érzem magam*

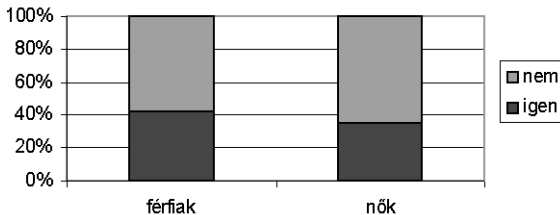


13. ábra

A domináns pozíció azonban nem csak a másik fél rendezésében, dresszírozásában, megalázásában, fizikai bántalmazásában juthat kifejezésre. A kiszolgáltatott helyzetnek vannak más, rejtettebb formái is. Ilyen például az egyoldalú intimitás, amelyben az egyik fél gyengéd, ragaszkodó és érzelmeivel adakozó, a másik meg hűvös, fondorlatos és kiszákmányoló. Ott, ahol a szeretet nem egyforma mélységű, ez a helyzet gyakran előáll.

Megpróbáltam ennek is utánajárni. Nos, az előző mutatóktól eltérően, ez esetben viszonylag magas értékeket kapunk. Más szóval, sokan érzik úgy, hogy több szeretetet nyújtanak, mint amennyit kapnak. A férfiak 42, a nők 35 százaléka panaszkodik érzelmileg egyoldalú kapcsolatra. Érdekes módon a férfiak érzelmi függősége a nőkénél is nagyobb. Vajon ez már előhírnöke lenne a „kemény nők és érzékeny férfiak” világának?

*Úgy érzem, sokkal jobban szeretem a házastársam, mint ő engem*



14. ábra

*Viszonylag sokan érzik úgy, hogy több szeretetet nyújtanak, mint amennyit kapnak. A férfiak 42, a nők 32 százaléka panaszkodott érzelmileg egyoldalú kapcsolatra. A férfiak érzelmi függősége a nőkénél is nagyobb. Vajon ez már előhírnöke lenne a „kemény nők és érzékeny férfiak” világának?*

### A PÉNZHEZ VALÓ VISZONY

A házastársi viszonyt törvény szabályozza, ami elejét veszi számos konfliktusnak. A törvény kimondja, hogy a házastársak vagyontársaságot alkotnak, hűséggel tartoznak egymásnak, egyforma jogaik és kötelesegeik vannak, kötelesek támogatni egymást jóban és rosszban. A törvény kimondja azt is, hogy a házastársak keresetüket és külön vagyontukukat kötelesek a család rendelkezésére bocsátani. Bölcsen teszi, hogy kimondja, mert e körül sűrűn-gyakran konfliktusok vannak. Az, hogy ki mennyit keres, illetve ki mennyit hozott a házasságba, a világos beszéd ellenére is sokszor befolyással van a családon belüli döntéshozatalra, s olykor központi szerepet játszik a házassági konfliktusokban. Egyes szakértők szerint a válások 50 százalékát a pénzzel kapcsolatos nézeteltérések okozzák. A házassági konfliktusok kialakulásában a pénz mindenképpen fontosabb szerepet játszik, mint az erőszak, a részegeskedés, a hűtlenség vagy bármi más.

*A házastársak keresetüket és külön vagyontukukat is kötelesek a család rendelkezésére bocsátani.*

A problémák leggyakoribb forrása a család *fizetőképességéhez való hozzájárulás*, illetve a fizetőképesség megőrzését veszélyeztető magatartás. Önmagában véve a pénz körüli vita, az anyagi nehézségek nem ássák alá feltétlenül a házasságot. A nehézségek éppenséggel kihívást is



## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

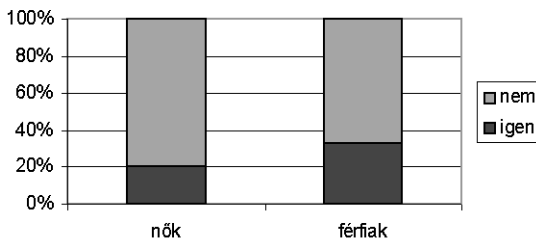
jelenthetnek a férj és feleség számára, feltéve, ha együttes erővel kívánják legyőzni az anyagi hiányokat, és nem „sikeresebb” férjekkel és „takarékosabb” feleségekkel példálózhatnak egymásnak.

*A gazdagabb, tehetősebb családból származó, vagy nagyobb jövedelemmel rendelkező fél gyakran több jogot akar vindikálni magának, mint ami a házastársának „jár”.*

Az első pengeváltás rendszerint azzal a szemrehányással kezdődik, hogy munkája vagy szülei segítsége révén melyik fél járult hozzá nagyobb mértékben a közös vagyon megszerzéséhez. Hevesebb szóváltás közben gyakran elhangzik, hogy „nem hoztál semmit magaddal”, „nélkülem sem mire sem jutnál”, „ne felejtsd el, hogy az én házamban laksz” stb.

A pénz konfliktusok forrása lehet anélkül is, hogy a házastársak hasonló durvaságokat vágnának egymás fejéhez. A gazdagabb, tehetősebb családból származó, vagy nagyobb jövedelemmel rendelkező fél gyakran több jogot akar vindikálni magának, mint ami megítélése szerint a házastársának „jár”.

*A közös vagyon megszerzéséhez nagyobb mértékben járultam hozzá, mint a házastársam*



15. ábra

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

*Az általam vizsgált populációban a házasságok eléggé kiegyensúlyozottak az anyagi hozzájárulás vonatkozásában. A férfiak egyharmada, 33%-a, a nők 21%-a véli úgy, hogy a családi költségvetéshez való hozzájárulása nagyobb, mint házastársáé, de ezt ritkán éreztetik párjukkal. A vizsgálatban részt vevő 2200 fő közül 238 személlyel éreztette már házastársa, hogy hozzájárulása alapján több jogot vindikál magának: a férfiak 9, a nők 13 százaléka részesült ilyen kioktatásban.*

Amerikai házassági szakértők szerint a hitelkártya világában „az adósságsapda” jelenti a legnagyobb veszélyt a pénzzel kapcsolatos problémák szempontjából. Az emberek nehezen tudnak ellenállni a bőséges kínálatnak, és mivel hitelre vásárolhatnak, könnyen túlköltenek, abban a reményben, hogy a jövőben eleget fognak keresni újabb és újabb adósságaik kifizetésére.

A pénzügyekkel kapcsolatos másik gyakori konfliktusforrás az, ha a házastársak a költségek érzelmileg gyógykezelésre használják. A megfontolás nélküli vásárlással többnyire örömtelen életüket, sikertelenségüket, olykor csupán rossz kedvüket kívánják ellensúlyozni.

*Gyakori konfliktusforrás, hogy a házastársak a költségek érzelmileg gyógykezelésükre használják.*

Gyakran előfordul az is, hogy a házastársak gyermekkorukban nem voltak rákényszerülve arra, hogy a pénzüket beosszák, ezért felnőttkorukban egyszerűen nem tudnak spórolni. Képtelenek értékbecslést felhalmozni, mert folyamatosan elköltik mindazt, ami rendelkezésükre áll. Nem azért nem tudnak megspórolni valamit, mert jövedelmük nem elég a megélhetésükhöz, hanem mert költségek igényük mindig előtte jár jövedelmüknek. Nincs az a pénz, amit el ne lehetne költeni.

A pénz – a jövedelemtől és a gazdasági helyzettől függetlenül – mindaddig romboló hatásának bizonyul a házasságban, amíg a házastársak nem alakítják ki a *pénz kezelésével kapcsolatos arany szabályt*. Ez az arany szabály három pontból áll:

- ◆ a jelentősebb kiadásokról a házastársak közösen döntenek
- ◆ nem költenek többet, mint amivel rendelkeznek
- ◆ a megtakarítástól (és nem vágyaiktól) teszik függővé terveiket.

### A CSALÁDON BELÜLI ERŐSZAK

A fajfenntartás ösztöne úgy rendezte be a világot, hogy a hím szerepe a kezdeményezés, a nőtény részéről az is elég, ha eltúri az aktust. Az állatvilágban ismeretlen a nemi erőszak. A hím addig udvarol, várakozik, toporog, amíg a nőtény bele nem egyezik a dologba. Az emberek esetében a helyzet ennél bonyolultabb, mondhatni sokkal rosszabb. A férfiak nemi vágyaik kiélésében olykor ügyetlennek bizonyulnak a nő meghódításában, ezért erőszakhoz folyamodnak. Különösen háborúk esetében fordul elő ilyesmi nagy számban, amikor az indulatok egyéb-ként is elszabadulnak.

A férfiak azonban békeidőben is hajlamosak az erőszakra. Nemcsak akkor bántalmazták a gyengébb nem képviselőit, ha heves szexuális vágy fűti őket, hanem akkor is, ha engedelmességre akarják kényszeríteni őket. Néha a szenvedés látványa, agresszív hajlamaik kiélése, vagy a másik nem iránti bosszúvágy serkenti őket agresszív fellépésre. Az erőszakos cselekmények volumenéhez viszonyítva azonban elenyésző számban fordul elő nemi erőszak. A verés többnyire a családokon belüli konfliktuskezelés eszköze, amelynek gyökerei a történelmi múltba nyúlnak vissza. Régebben bizonyos kultúrákban a férjnek joga volt arra, hogy akarátát a család többi tagjával szemben, ha kellett, erővel is érvényesítse. Ilyesmi bizony előfordult a magyar családokban is.

*A verés többnyire a családokon belüli konfliktuskezelés eszköze, amelynek gyökerei a történelmi múltba nyúlnak vissza.*

A nők gazdasági-társadalmi helyzetének megerősödésével megváltoztak a családon belüli konfliktusokat szabályozó normák, és ma a civilizált országokban (elvileg) megengedhetetlen, hogy a férj tettelesen

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

bántalmazza a feleségét. Az erre vonatkozó elvek és jogszabályok azonban korántsem váltak egyetemes viselkedési normává. Bizonyos társadalmi rétegekben tovább él az a felfogás, hogy a férj megverheti feleségét, hogy rábírja valamire vagy megtörje makacs ellenkezését. Az efféle viselkedés azonban többnyire olyan családokban fordul elő, ahol ez „elfogadott” gyakorlat mindkét fél részéről: magyarán, ha az asszony a szüleitől azt tanulta, a rokonok és ismerősök körében azt látta, hogy szóltanul túrnie kell a verést.

Az idevonatkozó kutatások szerint a családon belüli erőszak alkalmazása sokkal gyakoribb, mint hinnénk. „A feleség és a gyerekek verése éveken át rejtve maradhat a társadalom elől, és ha kitudódik, akkor is habozva, erélytelenül avatkoznak be a bűnüldöző szervek a családi konfliktusokba” – írja Cseh-Szombathy László.<sup>25</sup>

Az isztambuli egyetemen végzett egyik tanulmány szerint a családon belüli erőszak súlyos problémát jelent a török társadalomban. A török nők majd 25 százalékát súlyosan megverte már a férje vagy más családtagja, a legtöbbször rendszeresen bántalmazza. Sok nő a ránehezülő társadalmi nyomás miatt nem mer panaszt emelni bántalmazója ellen, így a bántalmazott nők számaránya a jelzett értéknél vélhetően magasabb. Nyilván ezzel a körülménnyel magyarázható, hogy Törökországban is, de másutt is, mind nagyobb nyomás nehezedik a parlamentre, hogy hozzon olyan törvényeket, amelyek hatékonyan megvédik az asszonyokat a családon belüli erőszaktól.<sup>26</sup>

Az éremnek van másik oldala is. Egy kormányjelentés szerint Nagy-Britanniában *a férfiakat is verik az angol családokban*, méghozzá a hölgyek éppen olyan gyakran emelnek kezet társukra, mint a férfiak a nőkre. A felmérés alanyai közül a férfiak és nők körében egyaránt 4,3 százalék panaszkodott arra, hogy a legutóbbi 12 hónapban otthon erőszak áldozatává vált. Igaz: a nők 60 százaléka állította, hogy félelemben él a verések miatt, míg a férfiak közül csak 5 százalékot sikerült megfélemlíteni. Az erőviszonyok Angliában a jelek szerint nem egyenlőek: míg a nők 47 százaléka, addig a férfiaknak csupán 31 százaléka szenvedett sérülést az otthoni összecsapásokban.<sup>27</sup>

---

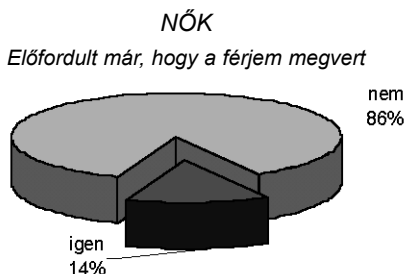
<sup>25</sup> Cseh-Szombathy László: i. m. 141. oldal

<sup>26</sup> Az AFP jelentését a Magyar Szó 1998. május 1-jei száma ismertette

<sup>27</sup> Alan P. Brauer & Donna Brauer: Szerelem mesterfokon. START Rehabilitációs Vállalat és Intézményei, Budapest, 1988, 32. oldal

## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

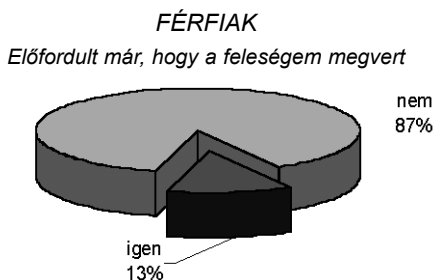
Természetesen bennünket az érdekel elsősorban, hogy mi a helyzet nálunk a családon belüli erőszak vonatkozásban.



16. ábra

*A családpszichológiai felmérésben részt vevő 1097 nő közül 145-en állították azt, hogy a férjük megverte már őket. Az 1107 férfi közül 139 állította ugyanezt a feleségéről. A házasságban fizikai erőszakot elszenvedett nők és férfiak közötti különbség alig másfél százalék. Ennek alapján azt kell mondanunk, hogy az erőviszonyok nálunk – legalábbis a verés terén – egyenlőek.*

A családon belüli erőszaknak gyakran a gyerekek az áldozatai. Az agresszív szülők, amikor szabadjára kívánják engedni indulataikat, mindig úgy találják, hogy a gyerek elviselhetetlenül „rossz”, és mindenképpen „rászolgál” a verésre. A verést illetően a szülők vagy megegyeznek, vagy állandó konfliktusforrás közöttük.



17. ábra

## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

*A gyerekek fizikai büntetésében a szülők között nagyfokú egyetértés tapasztalható. A férfiek 20, a feleségek 23 százaléka szerint a gyermekük néha rászolgál a verésre. Mindenesetre kétszer olyan gyakran püfölik el, mint ahányszor egymást bántalmazzák.*



18. ábra

## CSALÁDON KÍVÜLI KAPCSOLATOK

A családi kapcsolatrendszer alakulása jelentős mértékben attól függ, hogy a családtagok milyen gyakorisággal és mennyire összehangoltan érintkeznek ismerőseikkel, rokonaikkal, illetve hogyan jelenítik meg egymás között a családon kívüli kapcsolataikat. A családon kívüli társkapcsolatokra vonatkozó íratlan szabályok, követelmények fontos szerepet játszanak a családon belüli kapcsolatrendszer alakulása szempontjából. Meglehetősen gyakori jelenség, hogy a házastársak nem teszik lehetővé egymásnak, hogy szabadon érintkezni tudjanak másokkal (barátokkal, ismerősökkel, rokonaikkal), illetve, hogy lehessenek olyan családon kívüli kapcsolataik, melyeket önállóan, egymástól függetlenül alakítanak ki.

A kapcsolattartásnak számos formája lehetséges. Vannak az *izolálódó* családok, amelyekben nincsenek közös barátok, nincsenek „külön ügyek”, személyes barátságok. Az izolálódó családokhoz hasonlóak a *zárt* családok, amelyekben a külön ügyeket szintén nem tűrik, ellenzik a személyes barátságok kialakítását, viszont a családtagok együtt érintkeznek ismerőseikkel, rokonaikkal.

*Meglehetősen gyakori jelenség, hogy a házastársak nem teszik lehetővé egymásnak, hogy szabadon érintkezni tudjanak másokkal.*

Vannak továbbá az ún. *szétszórt családok*, amelyekben mindenkinek lehetnek családon kívüli kapcsolatai, de ezekről *nem számolnak be egymásnak*, nem jelenítik meg egymás között, ugyanakkor nem tudnak, vagy nem akarnak összehangolódni és érintkezni a másik fél kapcsolataival. És végül a kapcsolattartás szempontjából vannak *egyensúlyban* levő családok, melyek többé-kevésbé összehangoltan érintkeznek rokonaikkal, barátaikkal, ismerősökkel, esetleg közös barátokkal, s ha vannak, a házastársak kölcsönösen megjelenítik egymás előtt önálló kapcsolataikat is.

A fentebb jelzett tipológia persze önkényes és tetszés szerint bővíthető. Ezzel a felosztással csak azt akartuk érzékeltetni, hogy a korábbi, vagy újonnan szerzett barátok korántsem tartoznak automatikusan a család intim köréhez. A házastársak gyakran csak akkor hajlandóak elfogadni egymást, ha kölcsönösen lemondanak korábbi társas kapcsolataikról, illetve azokat házastársuk igényeinek megfelelően alakítják ki.

*A házastársak gyakran csak akkor hajlandóak elfogadni egymást, ha kölcsönösen lemondanak korábbi társas kapcsolataikról, illetve azokat házastársuk igényeinek megfelelően alakítják ki.*

Bár a házastársak a békesség érdekében képesek elfogadtatni egymással a társas kapcsolatokra vonatkozó elvárásaikat, az eltérő motivációk megmaradnak, amelyek konfliktusok alapjául szolgálnak. Tartósan, hosszabb időn át ugyanis egyik motivációs rendszer sem szoríthatja ki a másikat anélkül, hogy ezzel ne korlátozná a másik személyi mozgásterét, és ne ásná alá magát a kapcsolatot is.

Nyilvánvalóan nem jó sem a magány, sem a fullasztó kötöttség. A magányban nem tud kiteljesedni személyiségünk, mert ehhez szükségünk van másokra, bizalomra, intimitásra, az intim kötődések feltételrendszere viszont olykor túlzottan korlátozhatja önállóságunkat. A tar-

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

tós kapcsolat érdekében ezt a két motivációs rendszert kell összeegyeztetni egymással, amire a partnerek nem mindig alkalmasak. A házasságon belüli „rabság” sok embert tart vissza a házasságtól.

A csapdahelyzetre nem született még jó megoldás. Megtehetjük, hogy éveken át nem tartozunk senkihez olyan mély, személyes és intim érzelmekkel, amelyek korlátoznák mozgásszabadságunkat. Ez azzal a következménnyel jár, hogy magányossá válunk és (különböző tünetek formájában) megszenvedjük önállóságunkat. Megtehetjük azt is, hogy elkötelezzük magunkat, divatos szóval élve, „feladjuk szuverenitásunkat”. Ezt követően nem rendelkezünk önállóan saját szükségleteink és személyiségfejlődésünk feltételeivel, mert mindent és mindig házastársunk elvárásaihoz kell igazítanunk. Ekkor meg a bezártságérzés, a kötöttségek miatt fogunk szenvedni, és tüneteket produkálni.

Maga ez a dilemma egyébként korántsem csak a házasságkötés dilemmája. Megválaszolásra vár minden életkorban, minden társas szituációban. Ha nincs olyan diákcsoport, baráti kör, galeri, amelyikhez tartozunk, társtalannak érezzük magunkat. Ugyanakkor bármelyik csoport mellett való elkötelezettség és odaadás szabadságunk korlátozásával, egyfajta én-feladással jár. Ez a fiatal házások és a nyugdíjas szülők dilemmája is. Jó lenne, ha szabadon rendelkeznének saját időtöltésük, társas életük anyagi és tárgyi feltételeivel, ugyanakkor szükségük van intim kapcsolatokra is, a másik nemzedék segítségére, szüleikkel, illetve gyerekeikkel, unokáikkal való együttlétre. A családi kapcsolatalakításban sem egyszer s mindenkorra eldönthető, lezárható kérdésről van szó, hanem olyasmiről, ami hosszabb időszakon át újra és újra felmerül, megoldást sürget, és a körülményektől függően a családtagok hol az egyik, hol a másik motivációs rendszert érzik fontosabbnak, kényszerítőbbnek.

Szükség van a családi intimitás megőrzésére, a magánéletre, örömeink, gondjaink, fájdalmaink családon belüli megbeszélésére, ha azonban az intimitásigény követelményrendszerre merevül, amely rendszeresen és érzékelhetően gátolja a házastársakat abban, hogy rendelkezhessenek a kommunikáció és a kapcsolattartás feltételeivel, akkor a kapcsolat destruktív hatásúvá válik. A kapcsolatalakítás szervezeti kereteinek előtérbe kerülésével, az ellenőrzés, számonkérés és kisajátítás igényével éppen az vész el, ami az intim kapcsolat legfontosabb feltétele: a bizalom. Minél kifejezettebb az önálló életszférák beszűkülése, a másik társas kapcsolatainak leépítése, a partnerek annál kevésbé tudják feltárni lelküket egymás előtt, a kapcsolat bizalmi alapja annál inkább gyengül.



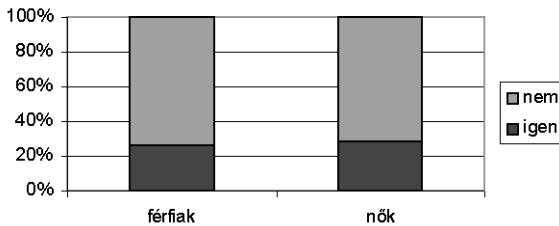
## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

A társas kapcsolatok vonatkozásában a kölcsönös összehangolódás a folyamatos és közös egyensúlyozás eredménye. Ebben az egyensúlyozásban ütköznek a családtagok érdekei, szükségletei, motivációi, s a nyíltabb vagy burkoltabb viták, feszültségek növelik vagy csökkentik a megoldás esélyeit. A dolgok kimenetele attól függ, hogy az alkudozások és taktikák eredményeként időről időre kielégülnek-e egyik vagy a másik fél nagyobb fokú önállóságra vagy intimitásra irányuló szükségletei.

*Minél kifejezettebb a másik társas kapcsolatainak leépítése, a partnerek annál kevésbé tudják feltárni lelküket egymás előtt, kapcsolatuk bizalmi alapja annál inkább gyengül.*

Nem olyan problémakör ez, amit a családtagok a nevéen szoktak nevezni. A személyközi konfliktusok során, amelyek a családi kapcsolatokban felmerülnek, ez a kérdés általában *a döntési jog és a hatalmi viszonyok függvényében szokott felmerülni*. A kapcsolati kontextustól való függés eredményeként az összehangolódás feladatát időlegesen meg lehet oldani, vagy el lehet odázni, tartósan szőnyeg alá söpörni azonban nem lehet, mert az a kapcsolatrendszer válságához vezet.

*Csak szüleinkkel és a legszűkebb rokonsággal tartunk kapcsolatot*

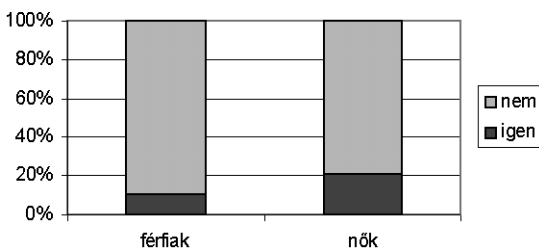


19. ábra

## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

*Az általam vizsgált populációban a férfiak 25, a nők 29 százaléka állította azt, hogy kapcsolattartásuk kizárólag a legszűkebb rokonságra és barátokra szorítkozik. Emiatt az előbbiek 10, az utóbbiak 21 százaléka érzi magányosnak magát a házasságában.*

*Bár férjem (feleségem) és gyermekeim vannak,  
mégis magányosnak érzem magam*



20. ábra

*A vajdasági magyar családok többségében a házastársak nem korlátozzák oly mértékben egymás mozgásv szabadságát, hogy emiatt a házastársak a családi köteleket terhesnek találják. Sem a nők, sem a férfiak többsége nem panaszodik a családon kívüli társas kapcsolatok hiányára, s nem érzi magát magányosnak a házasságában. A családok közel egyharmadában azonban jelen van ez a probléma, amely nyíltabb vagy rejtettebb formában, de konfliktusok alapjául szolgál.*

### A SZÜLŐI CSALÁDDAL KAPCSOLATOS KONFLIKTUSOK

A válások egyharmadát a világon mindenütt az anyósok nyakába varrják. A férfiakat az anyósuk kevésbé irritálja, mint az ifjú arákat. Megfigyelték, hogy többnyire nem a lány, hanem a fiú anyja kavarja a vihart, ő jelenti a nagyobb veszélyt a fiatalokra. Ennek az a magyarázata, hogy sok fiú nem képes leválni az anyjáról, illetve sok anya nem képes elvágni a fia köldökzsinórját.

Persze nem minden anyós bajkeverő. Amerikában az utahi állami egyetemen végzett kutatások szerint például csak az anyósok 50 százalékaival van baj, a másik fele segítőkész családtag.<sup>28</sup> Nem sokkal jobb a helyzet Vajdaságban sem, ahol a férfiak 19, a nők 28 százalékának jelent problémát a házastársa szüleivel való kapcsolat. Szülőket mondunk, az apósok azonban nem sok vizet zavarnak, az anyósok vannak itt is a palettán.

Egyes kultúrákban a házastársak szülőkkel való kapcsolatát pontosan megszabják, és ezzel elejét veszik a későbbi problémáknak. Nyugaton, ahol a szabadságra hivatkozva a függőség, féltékenység, éretlenség, önzés, birtoklási vágy, rivalizálás nincs szabályozva, az anyós és az após a viccek céltáblájává válik, a fiatalok pedig boldogtalanok. A családpszichológusok szerint a szülői házhoz fűződő szerepek, normák és az újonnan létrejövő házastársi kapcsolat által kialakított szerepek és normák közötti ellentét gyakran vezet házastársi konfliktusokhoz. A házasságkötéssel a házastársak két család tagjaivá válnak: továbbra is megmarad a szülői házhoz való kötődés, ugyanakkor egy új érzelmi viszony jön létre, amely egyre meghatározóbb szerepet játszik az életükben.

*A szülői házhoz fűződő szerepek, normák és az újonnan létrejövő házastársi kapcsolat által kialakított szerepek és normák gyakran vezetnek házastársi konfliktusokhoz.*

---

<sup>28</sup> Allan és Barbara Pease: Miért hazudik a férfi? Miért sír a nő? Park Könyvkiadó, Budapest, 2003, 165. oldal

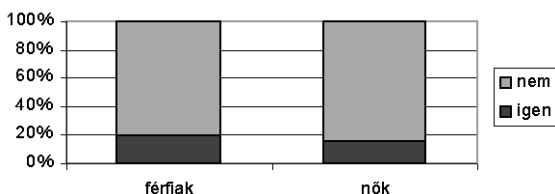
## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

A szülők részéről számos olyan elvárás adódhat, amelyek esetleg ütköznek a sikeresen alakuló új kapcsolattal. Az egyik vagy másik partner nehezményezheti például házastársa szüleinek a „beeszlését” az ő dolgaikba, esetleg maga az érzelmi viszony – házastársa saját szüleihez való kötődése – is ellenére van.

Ezeknek a konfliktusoknak nem kell feltétlenül bekövetkezniük. Rendszerint akkor üt fel a fejüket, ha a házastársak nem azonos kultúrájú csoportból származnak. A családszociológia számára régóta ismeretes, hogy az azonos társadalmi csoporthoz tartozók házassága, az ún. homogám házasságok, gyakran sikerebbek, mint a heterogámok, vagyis ha a házastársak egymástól nagyon eltérő szokásokat, értékeket, normákat hoznak magukkal. Gyakorlatilag ez azt jelenti, hogy a házasság alakulása szempontjából előnyös, ha a házastársak olyan szülői házban nevelkednek, amelyek egyazon kulturális közösséghez tartoznak. A kulturális közösségen belül azonban ellentétek forrása lehet az eltérő gazdasági helyzetű, iskolai végzettségű vagy foglalkozási csoporthoz való tartozás.

*Vizsgálati eredményeim szerint a vajdasági magyarság kulturálisan homogén közösségnek tekinthető, a házasságra lépők pedig többé-kevésbé „magukhoz illő” társat választanak. Ennek ellenére kimutathatóan jelen vannak a szülői házhoz fűződő kapcsolatokból adódó konfliktusok.*

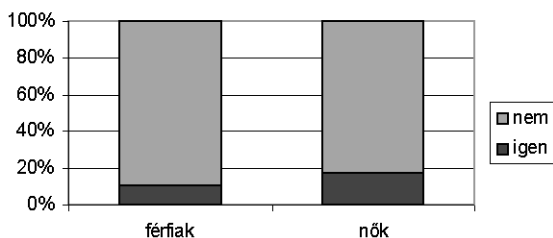
*A házastársam és a szüleim nehezen tudnak kijönni egymással*



21. ábra

## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

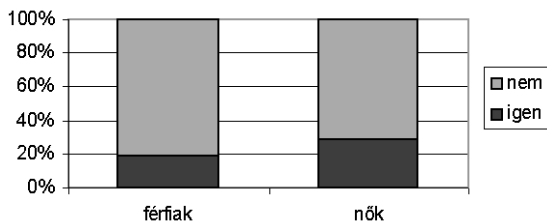
*Nehezen tudok kijönni a házastársam szüleivel*



22. ábra

*A férfiak 19, a nők 16 százaléka véli úgy, hogy házastársa nehezen tud szót érteni a szüleivel. A férfiak jobban kijönnek házastársuk szüleivel, mint ahogyan azt feleségük gondolja, a nők viszont nehezebben, mint ahogyan azt a férjük gondolja.*

*A házastársam sok idegesítő szokást hozott magával*



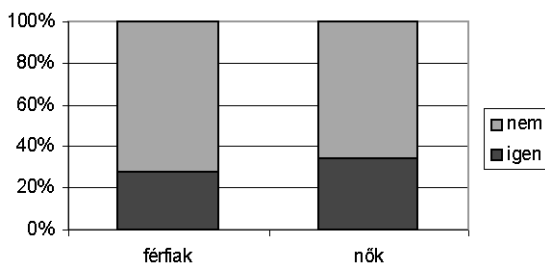
23. ábra

A szülőkkal való kapcsolatnál gyakoribb és súlyosabb konfliktusforrást jelentenek azok a szokások, amelyeket a házastársak a szülői házból magukkal hoztak.

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

A vajdasági magyar férfiak 19, a nők 28 százaléka véli úgy, hogy a házastársa sok „idegesítő szokást” hozott magával a szülői házból. Ezalatt többnyire étkezési, tisztálkodási szokásokra gondolnak, nem- ritkán a házastársak közötti munkamegosztásra. Továbbá nézeteltérésre adnak okot a gyermekvállalásra és a gyermeknevelésre, a másokkal való barátkozásra, a szórakozási igényekre vonatkozó eltérő szokások is.

*Mindketten másként képzeljük el a szórakozást és a kikapcsolódást*



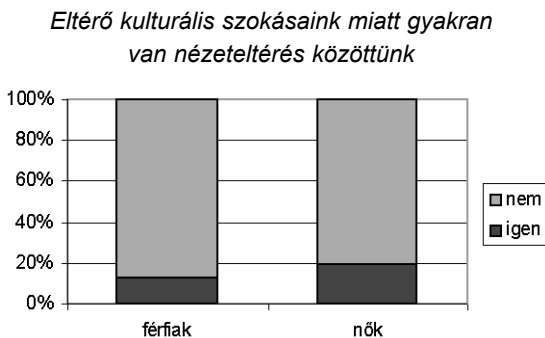
24. ábra

*Arra a kérdésre, hogy másként képzele-e el a kikapcsolódást és a szórakozást mint a házastársa, a férfiak 27, a nők 34 százaléka válaszolt igennel. Ez azonban nem jár együtt minden esetben konfliktussal. Az érintetteknek csak a fele, a férfiak 13, a nők 19 százaléka állította, hogy emiatt gyakran van nézeteltérés közöttük.*

Mindaz, ami idegen egyik vagy másik félnek, az általában idegesítő is számára. Azért idegesítő, mert a házassági szerepek, normák, értékek stb. körüli zavarok különféle kultúrák és szubkultúrák találkozásának és ütközésének az eredményei, amit az egyének önmagukban nem képesek

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

áthidalni. Ez azt jelenti, hogy a házastársi ellentétek jelentős része a házasságkötés pillanatában már adott, csak az egymással házasságra lépők nincsenek még vele tisztában.<sup>29</sup>



25. ábra

Előbb-utóbb persze minden új család kialakítja a saját szerep- és normarendszerét, csak hogy ezek sem lógnak a levegőben, hanem szervesen beágyazódnak valamilyen szubkultúrába, hogy majd megnehezítsék és „megkeserítsék” a felnövekvő új nemzedék kapcsolatának kialakulását.

## SZEXUÁLIS KONFLIKTUSOK

Az embereket szexualitásuk dolgában igen nehéz őszinte vallomásra bírni. Az ilyen jellegű vizsgálatok adataival óvatosan kell bánni, hiszen a szexualitással kapcsolatos kérdésekre kapott válaszok többnyire olyan sztereotípiák, amelyek az adott kultúra szokásrendjéhez igazodnak. Személyes beszélgetés során sem könnyű megbízható információkhoz jutni. Vannak, akik a szexről szívesen locsognak, de kevés benne a hasznos információ.

A szexualitáshoz számos előítélet és mítosz tartozik. Az egyik ilyen mítosz, amely inkább a nőkre mint a férfiakra jellemző, a szerelem pa-

<sup>29</sup> Vö.: Cseh-Szombathy László: i. m. 80. oldal

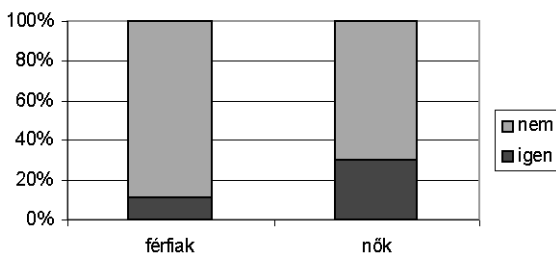
## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

radicsomának a mítosza. E szerint a mítosz szerint az örömhöz, a boldogsághoz, a sikeres kapcsolathoz elég magának a szerelemnek a megélése, amit a kapcsolaton belüli szexuális élet sokszor csak megzavar, beárnyékol. A szerelem iránti vágyakozással szemben a szexuális készítés nem a két nemet összekötő, hanem inkább elválasztó fiziológiai és pszichikai különbségként jelenik meg, amennyiben úgymond egy „normális nő” nem törekszik kéjszerzésre, ellentétben a férfiakkal, akik természetükénél fogva „ocsmányak” és „undorítóak”.

Ez a szerelemkép kulturális előítéletekből, a szexualitáshoz kapcsolódó félelmekből, félreértésekből és kényszerképzetektől fakad. Az emancipáció következtében a nők szexuális igényei, elvárásai erősen megváltoztak, a partnerkapcsolaton belül a szex értéke növekedőben van, ami azonban – paradox módon – megint a férfiaknak okoz problémát, csak ellentétes okokból.

*A felmérési adatok tükrében nálunk a szexualitástól való idegenkedés a férfiak 11, a nők 30 százalékára jellemző. Nem tudjuk, hogy ezen belül milyen szerepet játszik a szerelem paradicsomának a mítosza, és milyen az impotencia és a frigiditás.*

*A szép, tiszta szerelem után mindig vonzódtam,  
de a szextől idegenkedem*

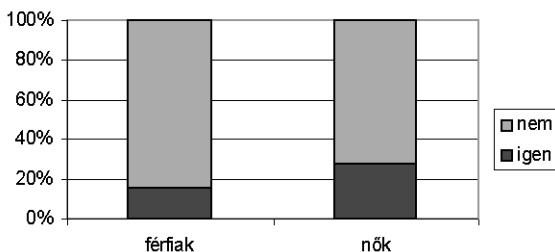


26. ábra



## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

*Néha hosszabb idő után sem érzek  
késztetést szexuális kapcsolatra*



27. ábra

A nemiséggel szembeni averzióra vonatkozó adatok és arányok azonban eléggé megbízhatónak látszanak, hiszen nagyjából hasonló eredményeket kaptunk egy másik kérdésünkre is, amellyel a *szexuális igényt* próbáltuk behatárolni.

*Arra a kérdésre, hogy hosszabb idő után sem érez szexuális késztetést a kapcsolatteremtésre, a férfiak 15 és a nők 28 százaléka válaszolt igennel.*

Egyes becslések szerint<sup>30</sup> a házasságok felében előfordul valamilyen zavar a házastársak szexuális életében. Ezt az értéket felmérési eredményeim alapján nem tartom túlzottnak. Félreérthetetlenül jelzik ezt a további kérdésekre kapott válaszok is.

A házastársak nem minden esetben érznek kedvet a szexuális aktusra, ennek ellenére egyesek engednek partnerük kezdeményezésének, mások meg visszautasítják azt.

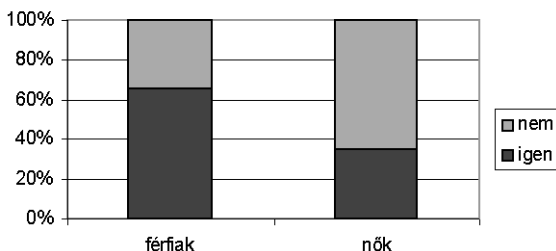
<sup>30</sup> William H. Masters–Virginia E. Johnson: Human sexual inadequacy. Little, Brown and Co, Boston, 1970. In: Cseh-Szombathy László: i. m. 98. oldal

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

*A felmérésben résztvevők válaszaik alapján a férfiak 66, a nők 35 százaléka fogadja el partnere közeledését akkor is, ha történetesen nincs is kedve a dologhoz, a többiek a szexuális kezdeményezést elutasítják.*

Természetesen a szexuális aktushoz jó légkörre, megfelelő körülményekre van szükség, amelyek nem mindig adóttak a partnerek részére. Ennek ellenére szembevetendő egyfelől az összehangoltság, másfelől a fogadókészség hiánya.

*Ha nem is érzek kedvet hozzá, általában engedek házastársam közeledésének*

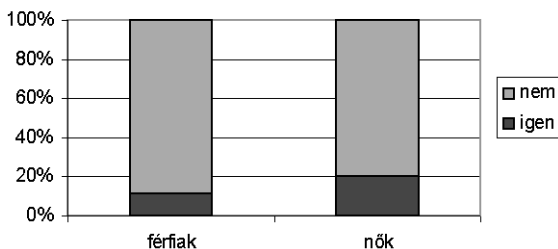


28. ábra

Abból a körülményből kiindulva, hogy a férfiak 34, a nők 65 százaléka sem belátásból, sem taktikai megfontolásból nem törekszik házastársa szexuális vágyainak a kielégítésére, arra lehet következtetni, hogy a szexuális feszültség nyíltan vagy lappangó formában, de a vajdasági családok nagy részében jelen van. Megkockáztatom azt az állítást, hogy tulajdonképpen ez a leggyakoribb konfliktusforrás a házastársak között, bár lehetséges, hogy ennek sok esetben maguk az érintettek sincsenek tudatában, illetve más síkra terelik a problémát.

## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

*A házastársam keveset törődik magával,  
kissé elhanyagolt és ápolatlan*



29. ábra

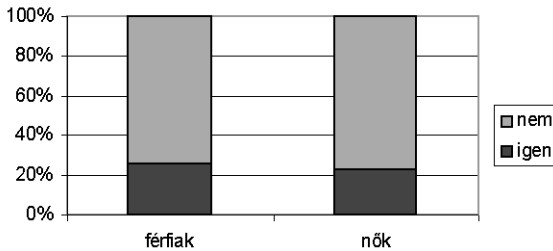
A szexuális közeledés elutasításának többféle oka van. Szexuálisan kiábrándítóan hat például, ha valamelyik fél a házasságkötést követően többé nem törődik eléggé magával, nem fordít kellő figyelmet arra, hogy alakja, öltözködése, tisztálkodása kívánatossá tegye őt partnere számára. Az ápolatlanság azonban nem jellemző a vajdasági magyar családokra.

*A megkérdezettek 16%-a talált kívánnivalót házastársa higiéniai szokásaiban: mégpedig a nők 20 százaléka tartja férjét hanyagnak és ápolatlannak, a férfiak 11 százaléka találja feleségét slamosnak.*

A házastárssal folytatott szexuális élettel való elégedetlenségnek más oka is lehet. Előfordul, hogy az élet más területén kialakult ellentétek vetnek árnyékot az intim együttlétre. Az is lehet, hogy a partnerrel való együttlét során azért marad el a szexuális kielégülés, mert a házastársak nem találják egymást elég vonzónak és izgatónak. A vizsgálat ennek felderítésére is kiterjedt.

## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

*A házastársam tiszteletre méltó teremtés,  
de mint nő/férfi nem túl vonzó*

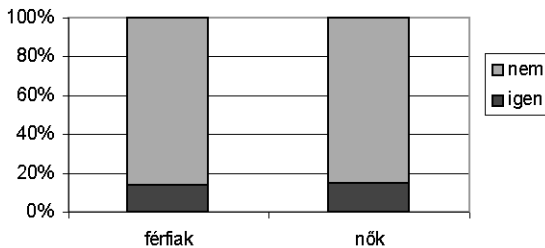


30. ábra

*A vajdasági magyar nők 78, a férfiak 75 százaléka szexuálisan vonzónak találja házastársát. Szép számban vannak azonban, akik örömtelenségre panaszkodnak. A házastársával folytatott nemi életet a férfiak 25, a nők 22 százaléka unalmasnak tartja.*

A szociológiai vizsgálatok egybehangzóan állítják, hogy a szexuális aktivitásra a lefekvés utáni időszak a legalkalmasabb. Az éjszaka csendje kedvez az intim közelségnek. Egyáltalán nem biztos azonban, hogy a szexuális bioritmus mindenkinél egyforma, vagyis hogy a nemi vágy mindenkinél a naplementéhez igazodik. A nehéz fizikai munkát végzők például este majdnem elájulnak a fáradtságtól, és legfőbb vágyuk az,

*A házastársam a lefekvéshez mindig olyan időpontot választ, amikor én már alszom . . .*



31. ábra

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

hogy alhassanak. Elképzelhető, hogy az éjszakai pihenés után nagyobb kedvük lenne a dologhoz, de korántsem biztos, hogy párjuknak is ez a legmegfelelőbb pillanat.

Azt, hogy létezik-e ideális szexuális harmónia, hogy hány házasságban azonos a házastársak szexuális bioritmusa, nem tudjuk megmondani. Feltehető, hogy az életkori, biológiai sajátosságok az egészségi és hangulati állapottól függően jelentős eltéréseket mutatnak. Az egymáshoz való szexuális alkalmazkodás első próbaköve tehát mindkét fél számára megfelelő időpontot találni. E téren az együttműködési szándék nagyon fontos a házastársak részéről. Néha elmarad az eredmény, mert a házastársak nem könnyen engedik meg, hogy a másik fél „rájuk kényszerítse” saját akaratát.

*A szexuális alkalmazkodás első próbaköve – megfelelő időpontot találni.*

Nem lehet kizárni annak a lehetőségét, hogy a házastársak néha taktikáznak: az egyik vagy másik fél olyan időpontot választ a lefekvéshez, amellyel kiküszöböli a szexuális kapcsolat létesítésének lehetőségét. Például úgy, hogy túl korán vagy túl későn megy ágyba.

*A lefekvés időpontjával való taktikázgatás nem jellemző az általam vizsgált házasságokra. A férfiaknak mindössze 14 százaléka véli úgy, hogy a szexuális kapcsolat létesítéséhez a felesége túl későn kerül ágyba, és hajszálra ugyanennyi nő állítja ezt a párjáról.*

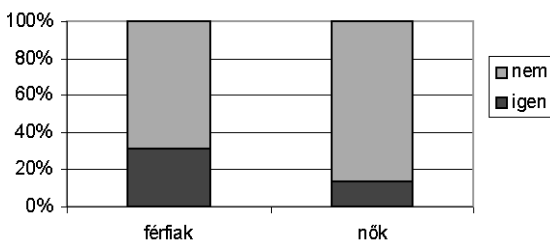
A szexuális élet harmóniájának feltétele – az összetartozás és egyesülés kellemes érzése mellett – a partnerek szexuális temperamentumának azonossága, a szexuális igények szintje és a kapcsolatok gyakorisága. Amilyen természetes igény a szexuális harmónia követelménye, olyan nehéz azt megteremteni. A házaspárok egymástól neveltetésükben, tapasztalataik terén, értékrendszerükben, vérmérsékletükben általa-

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

ban annyira különböznek, hogy a szexuális egyetértés kialakulása, a közös intim világ megteremtése sikert jelent számukra.

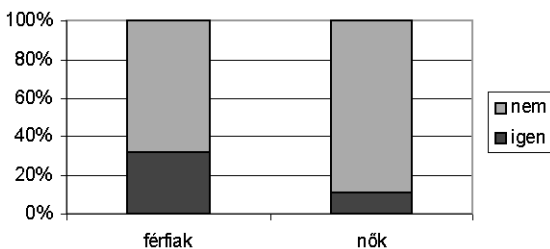
A szexuális egyetértésnek különböző szintjei vannak. Minél magasabb ez a szint, annál gyümölcsözőbb az együttlét, annál szebb a kölcsönös élmény, s annál nagyobb esélye van a házastársaknak a boldog szexuális életre. Az esetek többségében megvan a szükséges harmónia, s különösebb problémák nélkül kialakul a szexuális egyetértés. Néha azonban az igényekkel baj van, illetve a temperamentumokban mutatkozó különbözőség gondot okoz.

*A házastársam szerint az én szexuális igényem felfokozott*



32. ábra

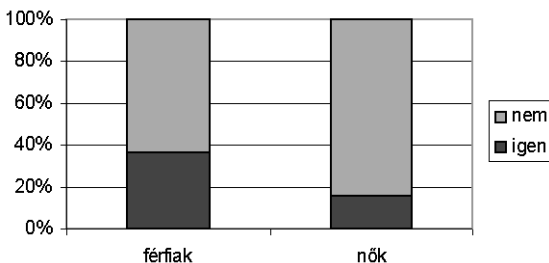
*Gyakran csak álmomban vagy más módon jutok el a csúcsra*



33. ábra

## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

*Előfordul, hogy a nemi aktus nem sikerült*

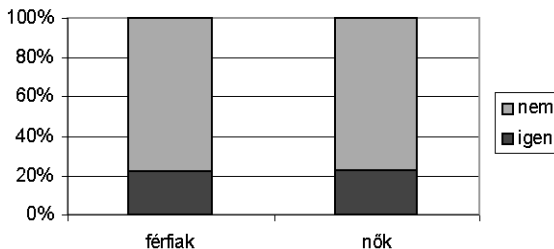


34. ábra

*A vizsgált populációban a férfiak 31, a nők 13 százaléka panaszkodik arra, hogy szexuális igényeit a házastársa „felfokozottnak” tartja.*

A szexuális képzetek, fantáziák elősegíthetik az egyén rejtett vágyainak feltárását, azoknak a hátrított vagy elfojtott szükségleteknek a megismerését, amelyek hozzájárulhatnak a szexuális kapcsolat elmélyítéséhez és harmóniájához. A szexuális fantázia hiánya gyakrabban figyelhető meg azoknál a személyeknél, akik gyenge szexuális temperamentummal rendelkeznek, gátlásosak, szexuális téren igénytelenek és örömtelenek.

*Sajnos, nem tudjuk leküzdeni gátlásainkat és megmondani, hogy mit kívánunk egymástól*



35. ábra

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

*A megkérdezett férfiak 32, a nők 11 százaléka elégtelennek találja az alkalmazott technikát. Sokan az izgalom fokozása érdekében szabadjára engedik képzeletüket vagy újraálmodják az örömteli aktusokat a kapcsolat aranykorából.*

*Néha a képzelődés, de a fotók, filmek, diaképek nézegetése sem segít a helyzeten. A férfiak 37, a nők 16 százaléka panaszkodott arra, hogy az együttlét során nem jut el a teljes kielégüléshez.*

Úgy tűnik, hogy a férfiak érzékenyebbek a sikertelenségre, a nők viszont gyakran olyankor is sikeresnek tartják a szexuális aktust, ha az nem jár számukra különösebb örömelemmennyel.

Annak ellenére, hogy a tömegkommunikációs eszközöket eluralta a „felvilágosító irodalom” és a pornográfia, a nemi életről való beszéd a családok nagy részében továbbra is tabutéma maradt. Ez a helyzet nálunk is a házasságok egy részében.

*A házastársaknak csaknem a fele, 44 százaléka nem kapja meg azt, amit szexuális téren kíván, erotikus vágyai beteljesületlenek maradnak. A férfiak 22, a nők 23 százaléka nem tartja eléggé őszintének kapcsolatukat a szexuális kérdések vonatkozásában.*

Számos vizsgálat tanúsítja, hogy a „felvilágosító irodalom” és a pornó révén szerzett ismereteket a partnerek vajmi csekély mértékben hasznosítják, az ellesett új szexuális technikát nemigen alkalmazzák. A szexualitás persze gyakran beszédtema, de a történetek rendszerint másokról szólnak. A szex az adott kultúrában többnyire teátrum, látszat, a szexuális vágyak, készségek, hiányérzetek intim és őszinte megbeszélése többnyire elmarad.

Az őszinte beszédet és a szexuális kielégülést akadályozó pszichés gátlások miatt a szexuális konfliktusok többsége más tünetekben ölt for-



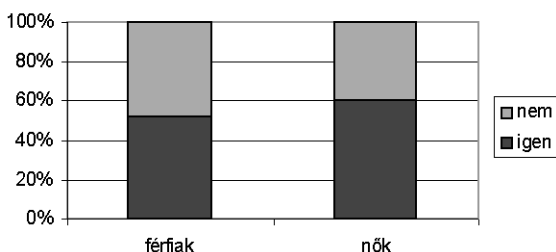
## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

mát. Ahogyan Jung írja, „a szexuális vágyak vonatkozásában a természet nem tanúsít sem türelmet, sem részvétet, hanem közvetlenül vagy közvetetten bosszút áll betegségekkel és mindenféle szerencsétlen véletlennel”.<sup>31</sup>

A szexuális vágyak elhanyagolt hatalma tönkreteszi az emberek életét, a pszichológiai rendelők tele vannak ilyen esetekkel.

Vannak, akik mindent ki akarnak próbálni, amiről hallanak, mások ugyanazt esetleg „undorítónak” tartják.

*Hallottam már különböző (manuális, orális) szexuális technikákról, de idegenkedem tőlük*



36. ábra

*A vizsgálatban részt vevő személyek többsége, 56 százaléka, idegenkedik a szexuális örömszerzés „szokásostól eltérő” formáitól. A nemek között nincs lényeges különbség e téren: a férfiak 52, a nők 60 százaléka konzervatív fölfogású.*

Családpszichológiai vizsgálataim alapján az a benyomás alakult ki bennem, hogy Vajdaságban erőteljesen jelen vannak azok a hagyományokhoz kötődő gátlások, amelyek megnehezítik a szexuális kielégülést a házasságban. Ismeretes, hogy a keresztény hagyományok szerint a szexuális élet illetlenség, a nemű önmegtartóztatás az, ami dicséretes. Aki erre nem képes, az házasodjon meg, de a házasságon belül is az ak-

<sup>31</sup> C. G. Jung: i. m. 104. oldal

tus kizárólag az utódok nemzése céljából elfogadható. Ez a viktoriánus fölfogás persze eléggé megfakult, a korlátok jórészt ledőltek, a szexuális kapcsolat élvezetét azonban még mindig beárnyékolja az álszemérem és a büntudat.

A szexuális komplexusok igen gyakori formája az erotikus konfliktus elfojtása. Ilyen esetben az életöröm hiánya hisztérikus hangulatokban, ok nélküli ingerültségben, a partnerrel való kötőzködésben, hol itt, hol ott jelentkező fájdalomban, szomatikus tünetekben és idegi szimp-tómákban ölt formát.

### FÉLTÉKENYSÉG

A féltékenység az egyik leggyakrabban előforduló érzelem az emberi kapcsolatokban. Féltékenységet érezhet a kisgyermek a kisebb vagy nagyobb testvére iránt, féltékeny lehet valaki kollégái sikerére, és igen gyakori a partnerféltékenység, amelyet szerelmi féltékenységnek szoktunk nevezni.

A szerelmi féltés nemcsak az ember természetéből fakadó érzés, hanem a nyugati kultúra sajátja. A hűségi fogadalmon alapuló házassági intézmény társadalmi védelme érdekében a leleplezett házasságtörés menthetetlenül vesztes pozíciót jelent a rajtakapott számára. A házasságtörést, mint fájdalmat okozó érzést és felháborító erkölcsi ténnyt, minden nyugati kultúrában olyan megértéssel fogadják, hogy annak szankcionálását akkor is szorgalmazzák, ha maguk az érintettek ezt másként látják.

A féltékenység nem az erős érzelmi kötődés, nem a nagy szerelem bizonyítéka, hanem inkább a bizonytalanság, az önértékelési zavar egy formája, legfőképpen a partnerbe vetett bizalom hiánya. Van olyan elmélet is, amely szerint a szerelmi féltékenység kifejezetten betegség.

A féltékenységgel kapcsolatos pszichológiai kutatások azt mutatják, hogy a függőségre épülő kapcsolat növeli a féltékeny magatartás lehetőségét. Az ilyen kapcsolatokban ugyanis a függő személyiség szinte teljesen feladja önmagát, valósággal összeolvad a másikkal annak érdekében, hogy a kapcsolatot a lehető legszorosabbá tegye. Ha pedig az egyik fél függése erősebb, mint a másiké, akkor az alárendelt fél féltékenysége még erőteljesebb. A vizsgálatok azt is kimutatták, hogy míg az

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

erősebben függő fél féltékenységi reakciója elsősorban önbüntető jelle-  
gű, a kapcsolatban fölérendelt fél magatartása dühös és bosszúszomjas,  
s igen gyakori a tettlegesség.

A féltékenység általában nagy érzelmi viharral jár együtt, és kivet-  
közteti a féltékeny embert magából. A félelem, hogy elveszítheti társát,  
teljesen betölti a féltékeny ember tudatát. A kapcsolat megszakadásának  
a feltételezése, illetve az attól való mardosó félelem mérhetetlen energi-  
át emészt fel benne. Képességeit, életlehetőségeit hirtelen óriási mérték-  
ben lecsökkenti a veszteségérzés.

A féltékeny személy a kapcsolat megszűnését saját megszűnésének  
fenyegető árnyaként éli meg, ezért sokszor olyan tettekre ragadhatja ma-  
gát, amelyek a legalapvetőbb morális gátakat is áthágják. A partnerek a  
kapcsolat során mintegy beépülnek egymás személyiségébe, ebből kifo-  
lyólag a féltékeny ember olyasféle fenyegetettséget él át, mintha az egyik  
testrészét veszítené el, pontosabban mintha az egész léte forogna kockán.  
Úgy érzi, mindent meg kell tennie a kínzó érzés megszüntetése érdeké-  
ben. Ez a magyarázata a féltékenységből elkövetett emberölésnek.

*A féltékeny ember a kapcsolat megszűnését saját meg-  
szűnésének fenyegető árnyaként éli meg.*

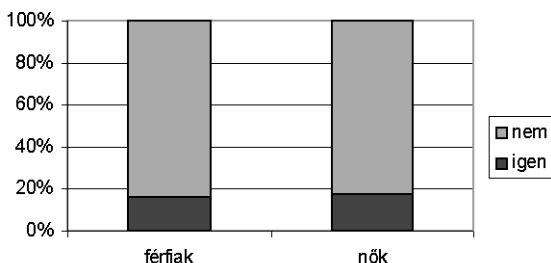
A partnerkapcsolaton belül csaknem lehetetlen a beteges féltékeny-  
ség feloldása, többnyire rámege a kapcsolat. A legfontosabb az érzelmi  
biztonság megteremtése. Forduljunk a féltékeny partner felé nagyobb fi-  
gyelemmel, szerezzünk neki örömet, meglepetéseket, mások előtt de-  
monstráljuk összetartozásunkat gesztusokkal, érintéssel, öleléssel. Van-  
nak olyan kollégák, akik azt ajánlják a féltékeny emberek házastársának,  
játsszák el, hogy ők maguk is féltékenyek, mert ezzel mintegy felértéke-  
lik és segítik partnerüket, hogy az visszaszerezze önbizalmát.

*A féltékenység a kihűlőben levő kapcsolatokban fűtő-  
anyagot szolgáltat a megújuláshoz, mely főnixma-  
dárként újjászülethet hamvaiból.*

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

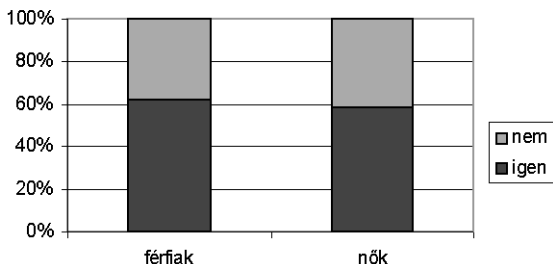
A féltékenység nem mindig ártalmas. A fenyegetés, amely a féltékeny személyt éri, addig nem sejtett emberi tartalékokat képes mobilizálni, s még a kiüresedett kapcsolatok is megtelhetnek általa tűzzel. A kihűlőben levő kapcsolatokban fűtőanyagot szolgáltatathat a megújuláshoz, mely fönixmadárként újjászülethet hamvaiból.

*A házastársam féltékeny természetű*



37. ábra

*Tőlem teljesen távol áll a féltékenység*



38. ábra

*A megkérdezett 2200 személy közül 179 férfi és 191 nő állította házastársáról, hogy az féltékeny természetű, ami – ha hinni lehet a válaszokban –, azt jelenti, hogy a nők 16, a férfiak 17 százaléka szenved féltékenységtől. A féltékenységre vonatkozó adatok viszonylag alacsony értéke mellett igen figyelmet érdemlő körülmény a nemek között mutatkozó csaknem teljes megegye-*

zés.

*Ha ez egymásra vonatkoztatott adatokat összevetjük a saját bevallás alapján kapott adatokkal, érdekes jelenségekre figyelhetünk föl.*

*A férfiak és nők egyaránt féltékenyebbek annál, mint ahogyan azt házastársuk feltételezi róluk. Az előbbieknél 38, az utóbbiaknál 42 százalékától nem idegen a féltékenység gondolata, de annak nem mindegyikük ad hangot.*

## A NEURÓZISSAL KAPCSOLATOS KONFLIKTUSOK

A pszichiátria régen felfigyelt arra, hogy bizonyos betegségek kóroka és a családi kapcsolatok között szoros összefüggés van. Betegség alatt nemcsak valamelyik szervünk kóros elváltozását értjük, hanem az alkalmazkodás hiányából vagy inadekvátságából származó funkcionális és magatartási zavarokat is. A betegségben benne van az ember egész élete, szokásai, magatartása, személyi kapcsolatrendszere, szociális környezete, sőt felmenő őseinek élete és kórtörténete.

A betegségben lelki konfliktusaink is megnyilvánulnak, amelyek tulajdonképpen megoldatlan életfeladatok. Olykor a lelki konfliktusaink átalakulnak testi betegséggé, mert sokan csak úgy tudják elviselni (folytatni) az életüket. A betegségre hajló emberek lelki vagy testi nyavalyáik változatos sorával és kombinációival gyötrik környezetüket és önmagukat, nem alakítják, hanem elszenvedik, vonszolják sorsukat.

*A betegségek gyakran megoldatlan életfeladatok, amelyek mögött ott van az ember egész élete, szokásai, magatartása, személyi kapcsolatrendszere, szociális környezete, sőt felmenő őseinek élete és kórtörténete.*

Pszichológiai szempontból kétféle ember létezik: az életszerető, egészséges személyiség, aki ritkán betegszik meg, ha ez mégis megtörténik vele, a folyamat rendszerint gyorsan és különösebb komplikáció nélkül zajlik le. Vele ellentétben a sérült, értetlen személyiségű ember sokat betegeskedik, túlérzékeny, mindennel elégedetlen, örömtelen, hormonális zavarokkal küzd, mindig „pechje van”, örökösen háborgó lelke miatt folyton hibás reakcióval válaszol az élet kihívásaira. A tudósok ismerni vélik a dolog magyarázatát: azt állítják, hogy a boldog emberek agyában több endorfin szabadul fel, amely nyugtató hatású, és erősíti az immunrendszert. A boldogtalan emberek pedig, akik örökösen panaszkodnak valamire, és egyik betegségből a másikba esnek, tulajdonképpen endorfinhiányban szenvednek.<sup>32</sup> Lehetséges, hogy így van, csak azt nem tudjuk, hogy az endorfintermelés oka vagy következménye jókedvünknek.

A személyiség értelensége, alkalmazkodási nehézsége, illetve az annak mélyén rejlő konfliktusok nem mindig kerülnek felszínre, mert nehezen egyeztethetőek össze lelkiismeretünkkel, önértékelésünkkel, önérzetünkkel, a társadalmi életben betöltött szerepünkkel. De mindig ott vannak az árulkodó jelek, a negatív érzelmi reakciók, testi tünetek, kapcsolatteremtési problémák, amelyekből következtetni lehet meglétükre.

Az orvosokhoz forduló betegek 30–40 százaléka nem valamilyen váratlanul fellépő betegség, hanem társadalmi alkalmazkodási képességének a hiánya miatt kerül orvoshoz. Ezeket röviden neurotikusoknak hívjuk. Az orvos a rájuk zúduló neurotikusok tömege miatt tehetetlenül áll ezzel a tartós és hálátlan, rendkívül időigényes betegséggel szemben, amellyel kapcsolatban az orvostudomány legmodernebb műszereivel sem képes elváltozásokat kimutatni. Találni azonban mást, és mivel a

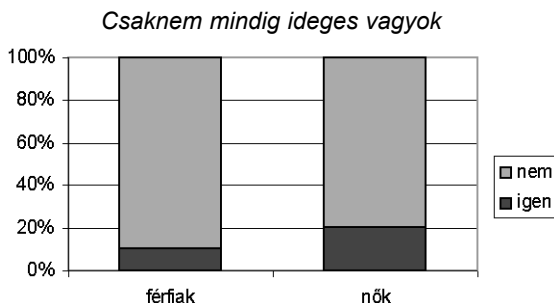
---

<sup>32</sup> Allan és Barbara Pease: i. m.

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

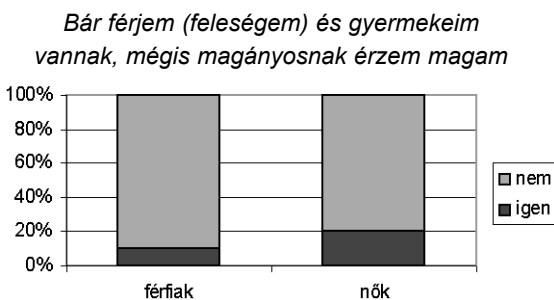
betegnek is, orvosnak is valamivel „igazolnia” kell magát, az évek során a zárójelentések vastkos kötege áll össze.

A neurózis azzal kezdődik, hogy az ember folyamatosan idegesnek érzi magát, belső feszültség kínozza, örökké elégedetlen magával és másokkal. Ingerlékeny, arrogáns környezetével szemben, haragszik a családjára, mert az nincs tekintettel „szörnyű állapotára”, nem tud megfelelően gondoskodni róla stb.



39. ábra

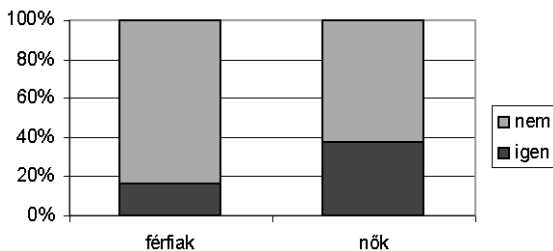
A vizsgált populációban a férfiak 10, a nők 21 százaléka érzi magát idegesnek. Hajszállra ennyien panaszkodnak a magányra.



40. ábra

## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

*Gyakran úgy érzem, hogy „mindenből elegendem van”*



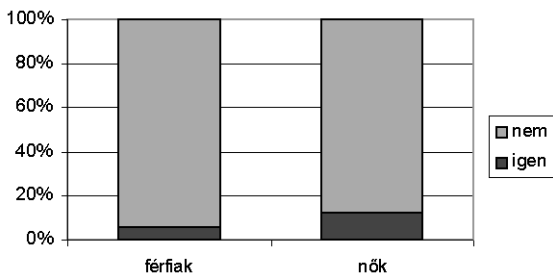
41. ábra

A két különböző kérdésre kapott válaszok teljes megegyezése alapján arra kell gondolnunk, hogy a családon belüli elmagányosodás, ahogyan az idegességre való panaszkodás is, a neurotikus tünetek egyik kifejeződési formája. Feltételezhető, hogy mindkét esetben ugyanarról az érzületről van szó. Ez a felismerés egyébként teljesen új, nincs tudomásom hasonló kimutatásról.

Az olyan személy, aki örökké aggodalmaskodik, fokozott betegség-tudata van, alkalmazkodási készsége csökken, nehezen teremt kapcsolatokat, harctűrő képessége hiányos, könnyen elfárad stb., előbb-utóbb úgy érzi, hogy „mindenből elege van”. Vajon nálunk hány embert gyötör ez a nyomasztó érzés? Hányan fáradtak bele az örökös szélmalomharcba?

*A férfiak 16, a nők 37 százaléka érzi úgy, hogy gyakran „mindenből elege van”, az adott helyzet nehezen elviselhető számára.*

*Elkeseredésemben néha már öngyilkosságra is gondoltam*



42. ábra



## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

---

A neurotikus személy szeretetre szomjas, szeretetet azonban csak elfogadni tud (azt sem mindig), de senkit sem tud igazán önzetlenül szeretni. Ambivalens érzései miatt egyszerre zsarnok és áldozat, egy időben igényli a szeretetet, és gyűlölködik. A labilis személyiségszerkezet miatt a heveny pszichés ártalmak hisztériás jellegű reakciókat válthatnak ki, amelyek néha öngyilkossági kísérlethez vezetnek. Szerencsére az ilyesmi nem túlságosan gyakori eset.

*A vizsgálatban részt vevő férfiak 6, a nők 12 százalékának a fejében fordult meg már az öngyilkosság gondolata.*

A potenciális öngyilkosjelöltek, akik szándékukat formálgatják, mérlegelik, többnyire messze vannak a tett elkövetésétől. Ennek ellenére mindig komolyan kell vennünk az erre vonatkozó jelzéseket, amelyekről elsőként általában a házastárs értesül.

## AZ ALKOHOLIZMUS SZEREPE A KONFLIKTUSOKBAN

A konfliktusok valódi oka nem mindig kerül szavakban megfogalmazásra. A viszály „tematikája”, a szócsata nem mindig árulja el, hogy valójában mi rejlik az összecsapó érvek és indulatok hátterében. A hangnemből, az indulatok erejéből, a légkörből erre vonatkozóan nem sok információt lehet kapni, mert általában az adott családban mindenmű konfliktus hasonló forgatókönyv alapján történik, és hasonló stílusban zajlik. Következésképp önmagukban véve a hangos szóváltások nem feltétlenül tanúskodnak a családi élet válságáról. Ilyen szempontból nagyobb veszélyt jelenthet a látszólagos egység, ha a családtagok nem hozhatják szóba egymásnak elképzeléseiket, hiányérzetüket, szükségleteiket (feszültségeiket), anélkül, hogy a másik ezért kitagadná, megbüntetné, betegségi szimptomák képzésére kényszerítené, vagy elkergetné őket.

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

Az alkoholizmus kivételt jelent ez alól. Ezt a problémát nemcsak a nevéen nevezik, de a legsúlyosabb házassági konfliktusok forrása. Számos házasság válságát az iszákosság, az egyik vagy másik fél részegeskedése okozza.

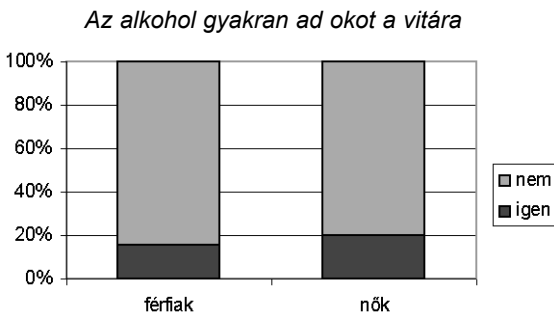
*A hangos szóváltások nem feltétlenül tanúskodnak a családi élet válságáról.*

Az alkoholizmus a mindennapi életben is súlyos probléma. Nem kívánom itt az olvasóimat az alkoholfogyasztással kapcsolatos statisztikai adatokkal fárasztani. A közúti és munkahelyi balesetek, betegségek és bűncselekmények jelentős százaléka az alkoholfogyasztás következménye. Az alkoholizmus ellen ezért világszerte folyik a küzdelem, ami azonban a harc kimenetelét illeti, azt kell mondanunk, hogy a világ fokozatosan egy nagy kocsmahálózattá válik.

Az alkoholfogyasztással kapcsolatos konfliktusok egy része gazdasági vonatkozású. Az italra való kiadás, rendszeres és nagyobb méretű fogyasztás esetén veszélyezteti a család életszínvonalát. De ha nem is dönti a családot nyomorba, az alkoholra fordított összeg mindenképpen jelentős összeget von el a családi költségvetésből. Amennyiben csak az egyik házastárs iszik, ez kidobott pénznek számít, és elkerülhetetlenül összetűzéshez vezet, ha viszont mind a két fél mértéktelen ivó, mindketten gátlástalanná válnak, és az összeütközések a két részeg között zajlanak le. A házastársak közötti tettelegességre is olyankor kerül sor, amikor egyik fél vagy mindkettő ittas.

További konfliktusforrás a munkaképesség csökkenése az alkoholfogyasztás következtében, amely néha a munkahely elvesztésével jár együtt. Problémát jelent az iszákos fél magatartása is, aki sokszor undort vált ki maga iránt a házastársában.

## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!



43. ábra

A részegeskedéssel járó számos probléma ellenére – a kívülállók számára rejtélyes módon – a házasság néha tartósan fennmarad. Ennek az a magyarázata, hogy a közös javak, a lakás, a gyerekek és az egymás iránti ambivalens érzelmek miatt a házaspárok nehezen szánják el magukat a válásra. Más esetekben az egyik fél részegeskedése része a családi játszmának, amely jogcímet biztosít a józan fél számára, hogy a két részegeség közötti időszakban domináns uralmat gyakorolhasson az alkoholista párja fölött.

Közismert, hogy az alkoholisták többsége férfi, de terjedőben van a mértéktelen ivás a nők között is.

*Az általam vizsgált családokban a férfiak 15, a nők 20 százaléka szenved házastársa italozása miatt. Meglepően csekély eltérés van a részeges férfiak és nők száma között.*

A házastársak viszonyának komplex összefonódása miatt nem tudjuk, hogy az alkoholfogyasztás mennyire teszi próbára a házasságokat. Válás esetén gyakran történik hivatkozás az alkoholra, és ez részben indokolt, előfordul azonban az is, hogy az alkohol nem oka, hanem következménye a megromlott kapcsolatnak. Az alkohol ritkán orvosolja, inkább súlyosbítja a konfliktust, az összefüggések figyelembevétele nélkül azonban válás esetén nem szerencsés az ittasságot abszolút bontóknak tekinteni.

## **K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !**

---

*Válás esetén gyakran történik hivatkozás az alkoholra, az alkohol azonban nem mindig oka, néha következménye a megromlott házasságoknak.*

V. fejezet

---

A JÓ HÁZASSÁG  
TITKA

### A VÁLÁS OKAI

A legtöbb ember azt hiszi, hogy egy szép napon majd rátalál a tökéletes párjára, aki úgy rá van méretezve, akár a ruhája vagy a cipője. Néha ugyan „passzentesnak” találják egy kicsit egymást, de azt gondolják, hogy majd enged annyit a másik, a házasság során majd bejáródik. Ha mégsem, ki kell cserélni megfelelő számra. Nagyobb gond nincs, kidobtunk egy csomó pénzt az ablakon. Ebben az elképzelésben szó sincs a személyi érettségről, az együttélésre való alkalmasságról, a házasságra való felkészülésről, közös célokról, utódokról, egyebekről.

Ez az egyik gyakori téveszme, amely gyakran váláshoz vezet. A másik téveszme a szerelemhez fűződik. Sokan azt gondolják, hogy ha egy férfi és egy nő egyszer szerelmet vallottak egymásnak, ezzel a számlát egy életre tisztázták. A többi már magától jön, a vallomást síríg tartó boldogságnak kell követnie. Ha mégsem így alakulnak a dolgok, baj van a másik szerelmével, nem mondott igazat, vagy nem tud szeretni eléggé. Természetesen ez a hozzáállás is csalódáshoz és váláshoz vezet.

A harmadik téveszme a modern ember életfilozófiájával függ össze. Az emberek gyakran úgy gondolják, hogy senki sem fogja gránitköbe vésni a nevüket azért, mert életük java részét a családjuknak szentelték. Díjakat sem osztogatnak a konfliktusok megoldásáért és a családi béke megőrzéséért. A gyermekek vállalásáért és felneveléséért sem jár magas társadalmi megbecsülés. Mire föl akkor a nagy vesződés? Hol éri ez meg nekik? És ezzel a gondolatsorral már meg is tették az első lépést azon az úton, amely váláshoz vezet.

Az egyház, amely a házasságot isteni elrendelésnek tartja, szigorúan meghatározza, hogy mi szolgálhat kifogásul a váláshoz. A szekularizált világban ez másként van. Aki egyszer a fejébe veszi, hogy válni akar, az ezernyi okot talál rá. A szerelemmel és házassággal foglalkozó publikációk állandó témája, hogy kinek mikor mi adott okot a válásra. Pszicho-

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

lógiai szempontból ennek a témázgatásnak semmi értelme. Ha az embert az foglalkoztatja, hogyan tudna elrontani valamit, előbb-utóbb talál rá megoldást. Így van ez a házassággal is: nincs az a férfi és nő a világon, aki ne tudná a saját házasságát tönkretenni. Mellékes, hogy ki hogyan, mivel tudja ezt legsikeresebben elérni, a hangsúly a beállítódáson, a szándékon van, a többi már csak időhúzás. Az „ok” ezért a szakítás, a válás szempontjából tizedrangú kérdés.

De ez fordítva is áll. Azok a házastársak, akik a különféle kiugrási és menekülési kísérletek helyett azon fáradoznak, hogy megküzdjenek a felmerülő ellentétekkel és problémákkal, többnyire képesek megbirkózni velük, sikerül megóvniuk és megerősíteniük házasságukat. Az alapvető kérdés tehát az, hogy az ember hogyan viszonyul saját házasságához. Eleve más a dolgok kimenetele, ha azt egy életre szóló köteléknek tekinti, és megint más, ha egy elhúzódó, keserves párviadalnak fogja fel.

Mellesleg ez a párviadal sokkal gyötrelmesebb és fájdalmasabb, mint egymás kedvében járni, és sokkal több energiát kíván. Ráadásul ritkán vezet lelki megnyugváshoz, hiszen a felek ismerik egymás titkait, tudják, hogy a másik hol sebezhető leginkább, és minden létező ismertüket egymás ellen fordítják.

A válókok találgatásának, rangsorolásának azért sincs különösebb értelme, mert pszichológiai szempontból nézve egyik konfliktus sem rombolóbb a házasságra nézve a másiknál. Számptalan rossz házasság állt helyre különböző konfliktusok nyomán, és a kapcsolat jobb lett, mint volt valaha. Az, aki elkötelezte magát a házasságra, az rendszerint meg is tudja tartani, aki meg másban sántikál, az kapva kap az első alkalmon, és siet a válási nyilatkozatot aláírni.

## VÁLÁS ÉS ÚJRAHÁZASODÁS

A XX. század elején a válás még szégyenteljes dolognak számított, a környezet rosszallását váltotta ki. Ma már magánügynek számít, hogy két ember mit kezd egymással, fel kívánja-e bontani házasságát, ha egyáltalán házasságot kötöttek egymással. Mindinkább uralkodóvá válik az a felfogás, hogy felesleges vétkeket keresni, a körülmények vagy a házas-

## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

társak személyi érdekeinek a megváltozása értelmetlenné teheti az együttélést, anélkül, hogy bármelyik fél hibáztatható volna.<sup>33</sup>

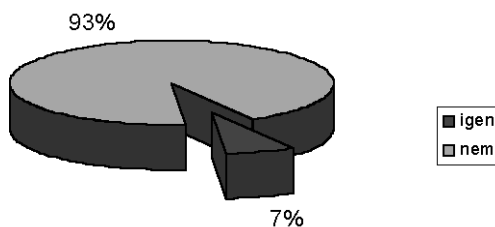
Ezt a szemléletváltást követték a jogszabály-módosítások is, vagy a jogszabály-módosítást követte a szemléletváltás: tény, hogy ma már szinte senki sem vétkes a házasságok felbomlásáért. Egy ördögi spirál jött létre: minél több a válás, annál könnyebb felbontani a házasságot, s minél könnyebb felbontani a házasságot, annál több a válás.

*Minél több a válás, annál könnyebb felbontani a házasságot, s minél könnyebb felbontani a házasságot, annál több a válás.*

Ahogy csökkent a társadalmi változásokkal a család fontossága, a család stabilitását előíró hagyományos követelmények is súlytalanná válnak. A modern társadalmakban a közösségek összetartó erejének csökkenésével nagyarányú mobilitás alakult ki az élet minden vonatkozásában. A siker, a talpon maradás érdekében mindig a pillanatnyi helyzethez kell igazodni, ezért az életszervezéssel járó egyetlen döntést sem lehet véglegesnek tekinteni.

Egyes nyugati társadalmakban a mobilitás, a mozgás és cselekvési szabadság, a gyors változtatás lehetőségének a biztosítása érdekében mind kevesebben kötnek házasságot. Az ideiglenes együttélés lassan uralkodó kapcsolatformává válik. Másutt, ahol talán még hajlanak a törvényes házasságkötésre, az esküt különféle záradékokkal egészítik ki, amelyek a válást hivatottak előkészíteni és megkönnyíteni.

*Már előfordult, hogy válóperi keresetet nyújtottunk be*



44. ábra

<sup>33</sup> Cseh-Szombathy László: i. m. 168. oldal



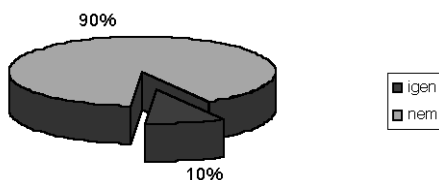
## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

Cseh-Szombathy László helyénvalóan állapítja meg, hogy a válás lehetőségével való számolás, amely beépül a modern házasságokba, mérőben más életstratégiához vezet, mint a holtomiglan-holtodiglan reményében kötött házasságok. Amennyiben a válás kezdettől fogva mint a házastársi kapcsolat lehetséges kimenetele él a házastársak tudatában, a házasfelek gyakorlatilag egy lépést sem hajlandóak tenni egymás irányában. Ha „partnerük nem fogadja el az ő érdeküknek maximálisan megfelelő megoldást, úgy máris nincs értelme a kapcsolat további folytatásának”.<sup>34</sup> Le is út, fel is út. Ebben a modern világban a leleményes emberek válókeresetüket már akkor benyújtják, amikor a konfliktus tulajdonképpen még ki sem alakult közöttük.

Nem vitás, hogy azok a társadalmi-gazdasági változások, amelyek családalapítás nélkül is jó megélhetési lehetőségeket biztosítanak férfiaknak és nőknek egyaránt, sokak számára nem kis csábítást jelentenek az önálló életre, és értelmetlenné teszik szemükben az engedékenységet, az alkalmazkodást, a lemondást, de még a kompromisszumos megoldást is.

A válás könnyen keresztülvihető, jogi, gazdasági, társadalmi akadály nincs, pszichológiai szempontból azonban a válással nem történik semmi. Válással nem szüntethető meg a személy párkapcsolatra való éretlensége, és azok a feszültségek sem, amelyek elől az elvált házastársak menekülnének, a felbomlott házasságokból származó gyermekek sorsával kapcsolatos felelőtlenségről nem is beszélve.

*Már voltunk külön egymástól*



45. ábra

A házastársak többsége érzelmileg a válás után sem tud elszakadni volt partnerétől. Néha az egész élet rövidnek bizonyul ahhoz, hogy a kudarcot kiheverjék. Tulajdonképpen mindenféle előrelátás és ravaszko-

<sup>34</sup> Uo.

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

dás ellenére gazdaságilag sem tudnak teljesen elszakadni egymástól, és ha gyermekük van, bizonyos közös feladatok – tetszik ez számukra vagy sem – elkísérik őket a sírig.

A házasságok bizonyára nem az égben köttenek, de van valami figyelmeztető abban, hogy a válással nem lehet lezárni a konfliktust. A volt házastársakat valamilyen titokzatos erő arra kényszeríti, hogy a múltra gondoljanak, százszor átgondolják a váláshoz vezető utat, újból és újból kétségbe vonva ezt vagy azt a döntésüket, megnyilatkozásukat. Gondolatban továbbra is ugyanúgy vitatkoznak volt házastársukkal, mint amikor együtt voltak. Elevenen él bennük minden fájó esemény, nemritkán az érzelmi vonzódásuk is felerősödik, féltékenységtől szenvednek, élénken foglalkoztatja őket volt házastársuk új kapcsolata stb.

Egyes vizsgálatok szerint bármilyen nagy harag, keserűség, csalódottság és megbántottság fordította is szembe egymással a házastársakat, elválásuk után ambivalens érzéseik támadnak, időnként úgy találják, hogy talán mégsem kellett volna elválniuk.

Sokan próbáltak meg magyarázatot találni erre a talányra. Úgy tűnik, hogy az együttélés során, függetlenül a negatív és a pozitív élményektől, olyan jellegű kötődés jön létre a házastársak között, amelyet nem szüntet meg sem a harag, sem a válás. Ez a testvéri vagy szülő-gyermek viszonyhoz hasonlatos kötődés megmarad akkor is, ha új partnerkapcsolatra lépnek, és őszinte vonzalmat éreznek iránta. A volt házastársakat, szándékuk és akaratuk ellenére, mégis valamilyen belső kényszer vonzza egymáshoz, akkor is, ha haragszanak egymásra. Sőt, minél jobban haragszanak, annál lassabban csökken ez a vonzalom.

A válásról úgy beszélni, mint ami megnyitja az utat a felek ígéretebbnek látszó kiteljesedése és önmegvalósítása előtt, súlyos tévedés. A család stabilitását előíró hagyományos követelmények ettől a kelepctől kívánták a házastársakat megóvni.

Az „egy test, egy lélek” romantikus szimbolikája pszichológiai szempontból korántsem annyira légből kapott, mint amilyennek tűnik. A válás szó szerint „fájdalmas operációs folyamat”, amely után a lábadózás még hosszú évekig tart. Mindebből az következik, mondja Cseh-Szombathy László, hogy „nemcsak a házasságra szükséges felkészülni, hanem meg kell fontolni a válást is”.<sup>35</sup>

A válás sem old meg semmit, hiszen az nem egyéb, mint a problémák elől való menekülés. Az emberek azt hiszik, hogy az újránházaso-

---

<sup>35</sup> Cseh-Szombathy: i. m. 177. oldal

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

dással helyére lehet tenni mindent, valójában – Paul D. Meier pszichiáter találó kifejezésével élve – ezzel gyakran azt érzük el, hogy „négy nyomorult ember lesz kettő helyett”. „A rossz házasságok fertőzőek. Számos pszichiátriai kutatás kimutatta, hogy amikor a párok lelki sérüléssel lépnek ki egy házasságból, szinte mindig pontosan ugyanolyan sérült kapcsolatba lépnek be, mint amilyenben korábban voltak.”<sup>36</sup>

Az elváltakkal foglalkozó vizsgálatok arról tanúskodnak, hogy az újraházasodók igen csekély mértékben képesek kamatoztatni az előző házasságban szerzett tapasztalataikat. Ahelyett, hogy körültekintőbben és megfontoltabban választanák ki új társukat, és saját önismeretükre nagyobb gondot fordítanának, gyakorlatilag ugyanazt a hibát követik el, amit az első házasságukban. Sőt, a másodikban elváltak jelentős része sem tanul semmit korábbi házasságának a tapasztalataiból. Azt is mondhatnánk, hogy az újraházasodók egyre rosszabb formában vannak. A második házasság felbomlásának a valószínűsége általában nagyobb, mint az elsőé volt. A harmadiké nagyobb, mint a másodiké volt.<sup>37</sup>

Mindez arra utal, hogy a párkapcsolati konfliktusok nem orvosolhatóak válással. A válás csak szőnyeg alá söpri a problémákat, amelyek azonnal felütik a fejüket, amint létrejön az új kapcsolat. Az új kapcsolatban ugyanazok az ellentétek jelentenek problémát, amelyek az előző kapcsolatot tönkretették, mint ahogyan ezek fogják instabillá tenni a harmadik vagy negyedik házasságot is, ha azokra sor kerül.

Tekintettel arra, hogy egy új kapcsolat létesítése nem jelent semmiféle előrelépést abban a vonatkozásban, hogy az emberek másodszor vagy harmadszor másképpen választanak párt maguknak, mint ahogyan előtte választottak, és hogy az új házasságban felmerülő problémákhoz ugyanúgy viszonyulnak, mint ahogyan azokhoz korábban viszonyultak, nem a válás és újraházasodás jelenti a megoldást, hanem a felmerülő ellentétek kezelésének a megtanulása. Ehhez sokak számára külső segítségre van szükség, de még mindig ésszerűbb szakemberhez fordulni, mint többször elkövetni ugyanazt a hibát.

---

<sup>36</sup> Paul D. Meier, *You Can Avoid Diveprce*. Grand Rapids: Baker Book House, 1978. 4. oldal. Idézi Wheat: i. m. 260. oldal

<sup>37</sup> Cseh-Szombathy László hivatkozik könyvében egy 1982-es adatra, amikor is Magyarországon az első házasságok körében a válások aránya 35 százalékot tett ki, míg az újraházasodók esetében ez az arány 49 százalék volt. I. m. 185. oldal

## BESZÉLGESSÜNK!

Számos jel arra utal, hogy a nők és a férfiak beszéd szokásai különbözőek. A nők többet és szívesebben beszélnek, és a beszéd fő célja maga a beszéd. A férfiak tanácsokat osztogatnak, problémákat oldanak meg, javaslatokkal állnak elő. Ezzel részükről be is fejeződhetne a beszélgetés, ha a nők nyugton hagynák őket. A nőket azonban a tanácsok és javaslatok nem érdeklik, néha még sérti is őket, ők beszélgetni szeretnének. A végén mindketten idegesek lesznek, a férfi azért, mert a nő nem hajlandó elfogadni a tanácsait, a nő pedig azért, mert a férfi nem figyel rá, szemmel láthatóan unja a további beszélgetést. Mindketten úgy érzik, hogy a másik nem értékeli mondanivalóját.

A különbség, azt mondják, a férfi és a nő eltérő észjárásából adódik, ami az agyféltekék strukturális különbségein is kimutatható. Ráéró kutatók kiszámolták, hogy a nők száját 6000–8000 szó hagyja el naponta, a férfiak viszont ugyannyi idő alatt mindössze 2000–4000 szót produkálnak. De ez még semmi: az igazi különbség abban mutatkozik meg, hogy a férfiak között háromszor-négyszer gyakoribb a dadogás és tízszer annyi a diszlexia, mint a nők körében.<sup>38</sup>

Nem kívánok itt belebonyolódni az agy strukturális különbségeibe, mindenesetre csínján kell az efféle teóriákkal bánni, mert bizonyos esetekben, például ha sportról, politikáról, horgászatról, a kocsikról, vagy történetesen a nőkről van szó, a férfiak sokkal többet beszélnek, mint a nők. El kell azonban fogadnunk, hogy a beszéd célja – férfiaknál és nőknél egyaránt – néha csupán maga a beszéd.

*A nők száját 6000–8000 szó hagyja el naponta, a férfiak viszont ugyannyi idő alatt mindössze 2000–4000 szót produkálnak.*

Függetlenül attól, ki mennyit beszél, általános tapasztalat, hogy az emberek kapcsolatuk egészéről, sorsáról, jelenéről és jövőjéről sokkal kevesebb szót ejtenek, mint a jelentéktelen eseményekről, egymás csip-

---

<sup>38</sup> Allan és Barbara Pease: i. m. 185. oldal

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

kelődő megjegyzéseiről, indulatos kifakadásáról, sérelmes viselkedéséről, csupa olyan dolgokról, amelyekről, ha nem beszélnének róla, rövid idő múlva talán megfeledekezének. Ennek megfelelően a beszéd sokkal inkább egymás kritizálására, meggyőzésére irányul, és nem a kapcsolat elmélyítésére, szorosabbá, bensőségesebbé tételére.

Nem a kapcsolatról szóló szavaknak, illetve a szavakba foglalt személyközi kommunikációnak van nagy fontossága, hanem annak, hogy viszonzysinten mi történik a partnerek között: elhidegülnek-e egymástól, terhére vannak-e egymásnak, mit tudnak nyújtani egymás számára. A konfliktusok feldolgozásához tehát korántsem elegendő annak a kérdésnek a megbeszélése, ami aktuálisan a viszály tárgykörét képezi. Ennél sokkal fontosabb utánajárni, hogy van-e élet még az együttélésben, vagy pedig a partnerek között lassan minden konfliktus forrásává válik.

Vannak olyan házastársak, akik elvárják egymástól, hogy a másik ösztönösen megérezze, mire gondolnak, anélkül, hogy szavakkal ténylegesen kimondanák, hogy mi foglalkoztatja őket. Ennek általában az a következménye, hogy nem értik meg egymást, ami aztán megint szemrehányásokhoz vezet.

Általános megfigyelés, hogy minél többet tudnak egymással beszélgetni a házastársak, annál nagyobb a valószínűsége annak, hogy kialakul a megértés és az egyetértés szelleme közöttük. Semmilyen körülmények között sem szabad megengedni, hogy a beszéd kimerüljön egymás bírálgatásában. Egyébként is a tartós kapcsolat és a boldog házasság egyik titka, hogy a házastársak soha ne kritizálják egymást.

Az emberek arra szoktak hivatkozni, hogy a legjobb szándék vezérelti őket a másik kritizálásában. Ők csak rá akarnak mutatni annak tévedéseire, fogyatékoságaira, hibáira. Ezzel kapcsolatban tudomásul kell vennünk, hogy nincs konstruktív, barátságos kritika. Minden kritika fájdalmas, amely nem javít, hanem ront a kapcsolaton. A gyakori kritika pedig menthetetlenül sírba viszi a házasságot.

### SOHA NE KRITIZÁLD A HÁZASTÁRSADAT!

Az élet telis-tele van nehéz próbatétellel. Ráadásul senki sem tökéletes. Ahhoz, hogy a fájdalmat, a szenvedést, a zűrzavart elkerüljük, vagy legalábbis kilábaljunk belőlük, fel kell készülnünk a házasesetre. Gondoljuk el, minden technikai műtűrkéhez részletes használati utasítás jár, miért gondoljuk, hogy a másik nemmel, az együttéléssel kapcsolatban minden fontos ismeret a kisujjunkban van? Olykor bizony szükségünk lehet könyvekre, megfelelő szakemberek véleményére.

A házasságterapeuta megpróbálja használati utasítással ellátni az egymással perben-haragban levő házaspárokat. Ezek a szakemberek néha azt a meggyőződést keltik az emberekben, hogy ügyes műszerészként minden elrontott kapcsolatot képesek megreparálni. Erről szó sincs. Ők sem képesek csodát tenni, különben maradéktalanul boldog lenne a saját magánéletük. Segíthetnek azonban a problémák föltárásában, az ésszerűbb életvezetés kialakításában, a partnerkapcsolati konfliktusok, szexuális zavarok és problémák megszüntetésében.

Sokféle tanács, sokféle technika létezik. Egyik sem jelenti a szerelem és a házaseset művészetét, de segíthetnek a kellő készségek megszerzésében.

Az alábbiakban egy-két felismerésre szeretném felhívni olvasóim figyelmét.

Az egymással konfliktusba keveredő emberek többnyire lankadatlan hévvel igyekeznek meggyőzni a másikat saját álláspontjuk igazáról. Győzködésük során mit sem törődnek azzal, hogy az érveik semmit sem érnek, mert azok egyszerűen leperregnek partnerük érzelmi beállítódásának a faláról.

Először is tudomásul kell vennünk, hogy nem kell, és nem is lehet minden problémát, ellentétet megoldani. A problémák kétharmadának, amelyekkel a házastársak évekig gyötrik egymást, egyszerűen nincs megoldásuk, illetve a megoldás kívül esik az ő lehetőségeiken és hatáskörükön. A problémák nagy részét ezért egyszerűen tudomásul kell vennünk. Persze beszélgetni lehet és kell is róluk, de nem szabad belegabalyodni terméketlen vitákba, és egymást fojtogatva meghúzni a házasság lélekkarangját.

Másodszor: mint mondtuk, nincs tökéletes ember a világon. Mindenki százféle hibát találhatunk. Korábban már szó volt róla, hogy

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

ha el akarunk távolodni partnerunktől, meg akarjuk gyűlölni őt, ezekből a hibákból kell listát készítenünk. De ha nem ez a szándékunk, és tudjuk, hogy nincs a világon az a férfi és nő, aki minden kívánatos tulajdonsággal rendelkezne, vajon miért összpontosítunk mégis egymás hibáira? Miért nem fogadjuk el magunkat is, partnerünket is olyanak, amilyenek? Miért nem nyugszunk bele tökéletlenségünkbe?

*A problémák kétharmadának, amelyekkel a házastársak évekig gyötrik egymást, nincs megoldásuk, illetve a megoldás kívül esik az ő lehetőségeiken és hatáskörükön.*

A pszichológia a szeretethiányban látja ennek a magyarázatát. A gyermekkorban való feltétel nélküli érzelmi elfogadás hiánya később fokozott megfelelni akarásban, szüntelen bizonyítási kényszerben, tökéletességre való törekvésben (és annak másokon való számonkérésében) ölt formát. Pedig az emberi kapcsolattól mi sem áll távolabb, mint a tökéletesség igénye. Ellenkezőleg, inkább a tökéletlenség, a gyengeség, a segítségre és támogatásra szorulás a kölcsönös függőség és indíték alapja. Ahogyan Jung mondja: a tökéletesnek nincs szüksége a másikra.<sup>39</sup> Ezzel szemben szüksége van rá a gyarló embernek, a gyengének, aki támaszt keres, és a partner nem támaszt vele szemben olyan igényeket, amely által őt alárendelt helyzetbe hozza, s valamilyen erkölcsi fölény birtokában megalázza.

*„A tökéletes embernek nincs szüksége a másikra.”  
(Jung)*

És mégis milyen gyakran ez történik. Az egymással konfliktusban lévő házastársak általában azzal töltik idejük nagy részét, hogy valamilyen magasrendű eszmény nevében örökösen bírálják és kritizálják egymást.

---

<sup>39</sup> C. G. Jung: i. m. 84. oldal

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

Pedig – és ezt nem árt ismételtelen hangsúlyoznunk –, minden kritika fájdalmas, nem javít, hanem csak ront a kapcsolaton. Fájdalom okozásával soha senkit sem nyerhetünk meg magunknak, fokozhatjuk viszont a magunkkal szembeni ellenérzést és az álláspontunkkal szembeni ellenállást.

Korántsem jelenti ez azt, hogy ne legyünk igényesek magunkkal és partnerünkkel szemben, hogy ne törekedjünk érzelmi és intellektuális fejlődésre. Erre mindenképpen törekedni kell, csak azt kell szem előtt tartanunk, hogy az ember kizárólag abban az esetben képes (tud és akar) változtatni szokásain, magatartásán, ha eközben jó érzéssel viseltethet maga iránt, ha nem érzi úgy, hogy megtámadták és megbántották. Mivel kizárólag a pozitív énkép megőrzése és megerősítése mellett sajátíthatók el új szociális készségek, a beszélgetés során azt kell közvetítenünk partnerünk felé, hogy nagyon fontos számunkra, nem vádoljuk semmivel, nem teszünk neki szemrehányást, de ez és ez rosszul érint bennünket, fájdalmat okoz, nehezíti helyzetünket. Amennyiben büszkeségünk megengedi ezt a hangütést, bizvást remélhetjük, hogy kérésünk (és nem kritikánk) eljut a partnerünk szívéig. Lehet, hogy egy kicsit szívóskodik, mentegetőzik, vívódik, de ez már a megoldás érdekében és nem ellenében történik.

## MILYENNEK TARTJA A HÁZASSÁGÁT?

Azt, hogy egy döntésünk helyes-e vagy sem, nem lehet előre tudni. De nem is ez a legfontosabb, hiszen sokféle érdek és igazság van, amelyek minden szeretetteljes kapcsolat zátonyra futhat. A hangsúly magán a döntésen van.

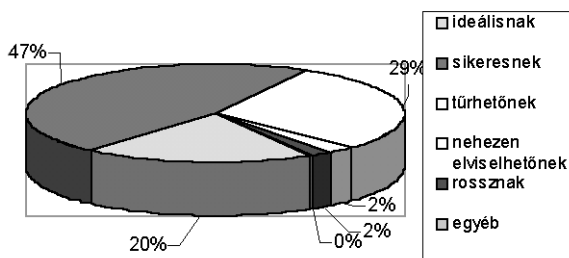
A párválasztás döntés, kihívás és feladat az egyén számára. Elvárás és mérce, amit az ember önmagával szemben támaszt. A rossz házasság azt jelenti, hogy a házastársak nem képesek eleget tenni az önmaguk által vállalt feladatnak. Nem képesek megvalósítani közösen szőtt terveiket, álmaikat.



# KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

## FÉRFIAK

Milyennek tartja a házasságát?



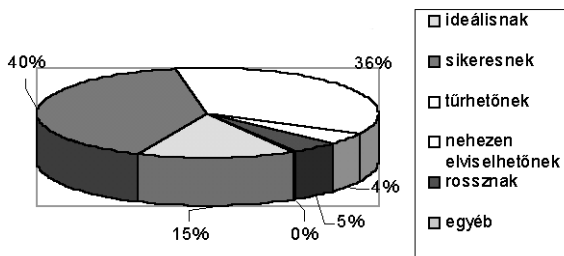
46. ábra

Lássuk, milyenek a vajdasági magyar házasságok, mennyire vannak megelégedve az emberek a házastársi kapcsolatukkal?

Arra a kérdésre, hogy milyenek tartja a házasságát, a megkérdezett 2200 személy válasza a következőképpen oszlott meg: 383 ideálisnak, 959 sikeresnek, 711 tūrhetőnek, 70 nehezen elviselhetőnek, 72 rossznak nevezte, 5 személy pedig kitérő választ adott. Ez azt jelenti, hogy a házasságok 93 százaléka tūrhetően funkcionál, azon belül 44 százalék sikeres, 17 százalék ideális házasság, 7 százaléka válságban van, rossznak, sikertelennek tekinthető.

## NŐK

Milyennek tartja a házasságát?



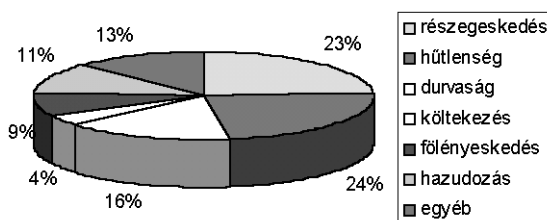
47. ábra

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

A házasság megítélésében a nemek között nincs lényeges eltérés, bizonyos nüanszok azonban vannak. A férfiak valamelyest kedvezőbbnek látják a helyzetet, mint a nők. Az előbbieknak mindössze a 4 százaléka tartja a házasságát rossznak, illetve nehezen elviselhetőnek, a nőknek viszont a 9 százaléka. Eltérés mutatkozik a házassági kapcsolat minőségi besorolásában is. A férfiak 47, a nők 40 százaléka tartja sikeresnek a házasságát, a férfiak további 20 százaléka ideálisnak érzi kapcsolatát, míg a nőknek csak 15 százaléka elégedett maximális mértékben a házasságával.

Az elégedettség abból fakad, hogy a házasság több örömet nyújt nekik, mint amennyi gondot okoz. A nők is, férfiak is párjukra vonatkozóan nyilvánvalóan számos olyan tulajdonságot tudnának felsorolni, amelyekről úgy vélik, hogy jó lenne, ha megváltoznának. Lehetséges, hogy ezekről időnként vitatkoznak, és a kérés kedvező fogadtatásra talál. Erre kell gondolnunk, mert minden boldog házasság kölcsönös kompromisszumokon nyugszik.

*Mi az, amit a legnehezebben tud(na) elviselni házastársa részéről?*



48. ábra

A házasságok egy része azonban nehezen elviselhető, boldogtalan házasság. Ezeknek külön figyelmet kell szentelni, nemcsak azért, mert ilyen esetekben már tanácsadásra van szükség, hanem mert halmozottan hordják magukban azokat a problémákat, amelyek hosszabb távon a más zónába sorolt házasságokat is veszélyeztethetik.

Melyek ezek a problémák? Mi az, amit nálunk az emberek a legkevésbé tudnak elviselni házastársuk részéről? A kérdőíven több válaszlehetőséget kínáltunk fel, ezek közül kellett a megfelelő választ bekarikáznia.

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

*A válaszok alapján a nemkívánatos tulajdonság sorrendje a következő: hűtlenség (24%), részegeskedés (23%), durvaság (16%), hazudozás (11%), fölényeskedés (9%), költekezés (4%). Az egyéb rossz tulajdonságok, amelyeket a vizsgálatban részt vevő személyek soroltak fel, külön kategóriába kerültek, s összesen 13 százalékot tettek ki.*

Vajon a rossz házasságban élőknel milyen gyakorisággal fordulnak elő a jelzett rossz tulajdonságok? Feltételezhetjük, hogy amennyiben perdöntő szerepet játszanak a kapcsolat megromlásában, mindenképpen magas százalékban vannak jelen. Nos, nem ez a helyzet.

*A részegeskedés 29, a hűtlenség 10, a durvaság 18, a költekezés 6, a fölényeskedés 7, a hazudozás 8 százalékban fordul elő, az egyéb rossz tulajdonságok együttesen 22 százalékot tesznek ki.*

Az ún. rossz tulajdonságok semmivel sem gyakoribbak a rossz házasságokban, mint a jó házasságokban. Ez azt jelenti, hogy a nehezen elviselhető tulajdonságokra vonatkozó válaszok olyan kulturális sztereotípiák, amelyeknek valójában nem sok közül van a kapcsolat megromlásához és elhasználódásához. Természetesen a kifogásolt tulajdonságok rontják a házasság minőségét, konfliktusokat gerjesztenek, sokan azonban akkor is elválnak, ha párjuk a körömrágásról is leszokik kérésükre, és szüntelenül körülugrálja őket.

A házasságok nem azért rosszak, nem azért mennek tönkre, mert a partnerek egymás rossz tulajdonságait nem bírják elviselni. A rossz tulajdonságok inkább kapóra jönnek, hivatkozási alapul szolgálnak, miután a döntés a lélek rejtett bugyraiban már megszületett.

*A rossz tulajdonságok semmivel sem gyakoribbak a rossz házasságokban, mint a jó házasságokban. Sokan akkor is elválnak, ha párjuk a körömrágásról is leszokik kérésükre, és szüntelenül körülugrálja őket.*

### A SZERETET FONTOSSÁGA

Bármi legyen is az elhidegülésnek és a rossz házasságnak az oka, az érintettek soha nem azt mondják, hogy gyengének, felkészületlennek, alkalmatlannak bizonyultak a közös vállalkozásra, hanem rendre a másikat hibáztatják.

Mindenki a saját igazát keresi, ami nagy tévedés, mert a konfliktusok nem az igazság kiderítéséről szólnak. A felmerülő érdekellentétek kapcsán senkinek sincs igaza, illetve az igazság nem az egyik vagy a másik fél oldalán van. Sokféle szubjektív valóság van, és egyik sem igazabb, jogosabb, hitelesebb a másikinál. Egyszerűen különbözünk egymástól, másként látjuk a dolgokat, másként érzünk és ítélkezünk, más kétségek kínoznak, más gondolatok futkároznak az agyunkban. És ez így van rendjén, hiszen véleményünket, érzelmeinket, reakcióinkat, gondolatainkat nemcsak az aktuális kérdés irányítja, hanem ez emlékeink, a múlt, életünk alakulása, kapcsolataink szerveződése, elfogadásunk és elutasításunk ezernyi örömteljes és keserves tapasztalata.

*A konfliktusok nem az igazság kiderítéséről szólnak, mert az igazság nem az egyik vagy a másik fél oldalán van.*

A jó házasság feltétele a személyi érettségnek az a foka, amely természetesnek tartja, hogy különbözőek vagyunk, és tisztában van azzal, hogy az egymással házasságra lépők az életüket ugyan megosztják egymással, ez azonban nem jelenti azt, hogy megmondják, előírják a másik-

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

nak, hogy ezen túl hogyan éljenek, mit gondoljanak, mikor lehetnek éhesek és szomjasak.

A szeretet megkönnyíti a házastársak dolgát. Azok, akik boldog házasságban élnek egymással a konfliktusok ellenére, hibáikkal együtt szeretik és értékelik egymást. Fontosak egymás számára, elfogadják, hogy párjuk rossz szokásai, furcsaságai annak lényéhez tartoznak. Sokszor inkább mulatnak ezen, semmint bosszankodnak.

Az emberek nincsenek mindig tisztában a szeretet fontosságával, de érzik annak a hiányát. Azok, akik a szeretet hiányára panaszkodnak, többnyire nem tudják, hogy ez lényegében véve rajtuk áll. Hogy a szeretet megőrzése vagy feladása döntés kérdése. Az ember dönthet olyan életvitel és életfilozófia mellett, amely a szeretet megőrzésével és kiteljesedésével jár. De dönthet másként is. Az egyesülés, a szeretetfilozófia helyett választhatja az elkülönülést, az erőszakos önérvényesülést, a magányt, az áldozat szerepét, a betegségbe menekülést, akár a halált is.

Az ember a szeretet választásával a pozitív életvitel mellett dönt, hiszen a szeretet egyesülést, azonosságot, sorsközösséget jelent másokkal, ennél fogva képes az elmúlást, az egyedi lét végességét az ellentétébe, az élet végtelenségébe és a szellem halhatatlanságába átfordítani. Ez az életfilozófia természetesen csak a keresztény vallási és kulturális hagyományokon nyugvó társadalomra érvényes. Más történeti vallások és kultúrák más megoldást kínálnak az élet különféle problémáinak a megoldására, amelyek távol esnek tőlünk, ismertetésük nem tartozik szorosan vett tárgykörünkbe.

A szeretet és a házasság problémaköre az emberi lét gyökereit érinti. Az ember ugyanis, ami személyiségét, lelkiségét, spirituális tartalmát illeti, házasságában is a másokhoz való viszonyát jeleníti meg. A másokhoz való viszonyunk egyben az önmagunkhoz való viszony is. Bár az emberek önmagukat saját lelkülettel és tudattal rendelkező lényként élik meg, valójában az, amit saját lényüknek tekintenek, nem az egyik vagy a másik emberben rejlik, hanem kettejük viszonyában. Mivel az ember nem rendelkezik másoktól független én-tudattal, személyiséggel, hanem minden ember a más emberekhez való viszonyát éli és jeleníti meg, korántsem mindegy, hogy ezeket a viszonyokat mi jellemzi.

*A szeretet és a házasság problémaköre az emberi lét gyökereit érinti.*

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

A modern társadalomban a másik emberrel, mint tőlünk idegen és velünk szemben hatalomra törő egyeddel kerülünk szembe. Ez az idegenség és fenyegető hatalom határozza meg a modern ember másokhoz és önmagához való viszonyát. Az önálló lét a másokkal szemben álló ember kapcsolatrendszerét jeleníti meg, amely azzal a paradox következménnyel jár, hogy önmagunk elgondolása, létezésünk tudata szembe kerül lényegi meghatározottságunkkal.

Ebben a társadalmi szereposztásban a valódi szeretet kivételes állapot. Ez az érzés csak olyan emberek között lehetséges, akik képesek feladni különállásukat, képesek a másik egyenrangú félként való elfogadása révén kialakítani egy új, másfajta önazonosságot.

A szeretet azért is kivételes állapot, mert kettőn áll a vásár. Ezt a kiteljesedett egységet, az önazonosságnak ezt a kivételes állapotát, amelyben az én és a te fogalmát a „mi” helyettesíti, csakis a másikkal együtt lehet elérni és megélni.

*Szeretet olyan emberek között lehetséges, akik képesek feladni különállásukat, képesek a másik egyenrangú félként való elfogadása révén kialakítani egy új, másfajta önazonosságot.*

Amíg az elkülönültséget, idegenséget, fenyegetettséget mindenki megtapasztalja, és ez a tapasztalat meghatározó eleme az emberek magatartásának, a szeretet kivételes állapot, amely korántsem tudott olyan általánossá válni, ahogyan az a kereszténység térhódításától várható lett volna.

A szeretet kivételes állapotot jelent azért is, mert a modern kor embere még akkor is vívódik magában a teljes odaadás és az önállósághoz való ragaszkodás között, amikor már úgy érzi, hogy szeret. Márpedig ezek egymással összeegyeztethetetlen dolgok, két különböző lehetőséget jelentenek. A szeretetben megnyilvánuló egyenlőségi elv szemben áll a modern társadalmak adásvételi piacával. A modern gazdaság alapszabályai – és az erre épülő életfilozófia – szerint, aki elvesz valamit a másiktól, az gyarapítja magát, és előnyösebb helyzetbe kerül. A szeretet más logikán nyugszik. Az, aki ad, nem lesz szegényebb, és aki elvesz, az sem lesz gazdagabb. A szeretet nyeresége más minőségű, nem javakban, hanem az élet lelki gazdagságában és teljességében ölt formát, amit nem lehet pénzért megvásárolni.

*A modern gazdaság alapszabályai – és az erre épülő életfilozófia – szerint, aki elvesz valamit a másiktól, az gyarapítja magát, és előnyösebb helyzetbe kerül. A szeretet más logikán nyugszik: az, aki ad, nem lesz szegényebb ettől, és aki elvesz, az sem lesz gazdagabb.*

„Már nem szeret.” „És már én sem szeretem” – hallani gyakran. Csakhogy a szeretet nem pusztán érzés, hanem az életvitel és életfilozófia része is. Aki nem szeret tovább, ha ugyan szeretett egyáltalán, annak ki kell cserélnie lelkének minden korábbi rezdülését és gondolatát. Elvileg lehetséges az ilyen átváltozás, hiszen az élet minden pillanata kezdete lehet új egyesüléseknek és szembenállásoknak, a gyakorlatban azonban a természet és a szellem rendje ritkán teszi lehetővé a többszöri identitásváltás lehetőségének megtapasztalását.

Az értelmes élet vágya nem fér össze a szeretet nélküli élet értelmetlen egyoldalúságával. Az ember lényegének teljesebb megvalósítására irányuló törekvés nem zárja ki a boldog házasságot. Ellenkezőleg, a szeretet révén éppen a boldog házasság a vágyott beteljesülés záloga.

## A JÓ HÁZASSÁG TITKA

A dolgok magyarázata általában egyszerű. A bonyolult dolgoké is, mint amilyen például a házasság. A jó házasság titka a kölcsönös rokonszenv, a kölcsönös szeretet, a kölcsönös segítség, a kölcsönös egzisztenciális érdek. Ezek mellett természetesen még sokféle szál fűzheti össze a házasfeleket, amelyek azonban nem érnek fel a szerelem és a szexuális vonzalom jelentőségével.

Ezek mind fontosak. A jó házasság titka azonban végső soron a *jó-ság*. Az ember a házasság intézményében éppoly kevéssé képes tökéletes és örök érvényű rendet teremteni, ahogyan egyéb ügyeiben sem jár soha teljes sikerrel. Az együttélés sorsát ezért végül is az dönti el, hogy a jóság vagy gonoszság lakozik-e a házastársak szívében, hogy melyik

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

érzület kerekedik felül bennük. Akiben a jóság a meghatározó, az elnéző, megbocsát, botlásaiban, gyarlóságában is szeretni tudja választottját. Akiben viszont a gonoszság jut szóhoz, az örökösen piszkálja, bántja házastársát, ellenséges vele szemben, mindig ezer okot talál az elégedetlenkedésre.

Ne eszményeket kergessünk. Az érzéki és a szellemi harmónia fontos követelménye a sikeres házasságnak, de nem isteni ajándék. Nem úgy pottyan az ölünkbe, mint ahogyan azt szeretnénk. Mindennap meg kell érte dolgozni. A házasság romantikus eszményképe helyett célszerű a kapcsolat valódi tartalmával szembenézni. Mit nyújt az a házastársak számára? Nem a mennyország és a pokol alternatívájában kell gondolkodni, hanem arról a többletről, amit az együttélés kínál számunkra.

A kapcsolat ápolása és a jó légkör megőrzése érdekében egymás felé pozitív gesztusokat kell tenni. Ilyen gesztus lehet például a hála kifejezése, a köszönet. A házastársak általában nem nagyon szoktak a másiknak semmit se megköszönni. A kedvességet, figyelmességet elvárják egymástól, természetesnek tekintik. A köszönet elmaradása azonban a kedveskedő fél számára nem azt jelenti, hogy iparkodását természetesnek tekintjük, hanem azt, hogy figyelembe se vesszük, nem jelent számunkra semmit.<sup>40</sup>

Ezért, ha kedvességben, figyelmességben részesülünk, jelezzük, hogy jólesett, dicsérjük meg a párunkat érte, és mondjuk azt: „Köszönöm, drágám.”

## BEFEJEZÉS

Nem szeretném, ha az olvasó azzal a hiányérzettel tenné le a könyvet, hogy a sok felvetett probléma mellett nem kapott bátorítást, biztató példát. Hadd mondjam el, hogy a 2200 személyt felölelő felmérés eredményei megerősítették személyi tapasztalataimat, miszerint sokkal több jól működő család van, mint gondolnánk. Megerősíti ezt harmincéves

---

<sup>40</sup> John M. Gottman és Nan Silver: A boldog házasság hét titka. Vince Kiadó Kft., Budapest, 2000, 259. oldal



## **K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !**

---

szakmai gyakorlatom is. De valahogy úgy vagyunk ezzel is, mint a tévé esti híradójával, amelyben csupa vérfagyasztó történettel traktálnak bennünket, anélkül, hogy az emberi helytállás és teljesítmény szép példáiról hónapokon át akár egyetlen szó esne. A negatív eseményekről való beszámolók bizonyára jobbító szándékkal készülnek, ám ebben a dózisban az ellenkező hatást érik el: ahelyett, hogy felráznának bennünket, és véget vetnének közömbös szemlélődésünknek, lehangoltságot eredményeznek, s végképp elveszik a kedvünket, hogy kimozduljunk a fotelból.

Sajnos, a moralisták és a pszichológusok is gyakran belevesznek a problémák fölvetésébe, gondolván, hogy a boldog emberek sorsa úgyszemint érdekel senkit. Olvasóim megnyugtatóra szeretném elmondani, hogy az emberek többsége csendben, különösebb felhajtás és visszhang nélkül éli a boldog családok mindennapi életét.

Függelék

---

MELLÉKLETEK

## KÉRDŐÍV

- 1) Ez az első házasságom
- 2) A feleségemnek (férjemnek) is ez az első házassága
- 3) A házasságot a feleségem (férjem) kezdeményezte
- 4) A házasság gondolatát én vettem fel először
- 5) Megkedveltük egymást, de túlzás volna azt mondani, hogy szerelemből házasodtunk össze
- 6) A házasság a szülői háztól való szabadulást jelentette számomra
- 7) A házasságtól jólétet és anyagi biztonságot reméltem
- 8) A kapcsolatunkban olyan messzire mentünk, hogy már nem lehetett volna a házasság elől kitérni
- 9) Túlságosan az érzelmeimre hallgattam, amikor megnősültem (férjhez mentem)
- 10) A mai eszemmel már sokkal körültekintőbb lennék a párválasztásban
- 11) A házastársamnak magasabb iskolai végzettsége van, mint nekem
- 12) A házastársam jóval idősebb nálam
- 13) Nekem magasabb iskolai végzettségem van, mint a házastársamnak
- 14) Úgy érzem, sokkal jobban szeretem a házastársamat, mint ő engem
- 15) A házastársam nagyon erős akaratú, általában övé mindig az utolsó szó
- 16) Majdnem mindig megteszem azt, amit a házastársam mond
- 17) Társaságban a házastársam mellett mindig másodrendűnek érzem magam
- 18) Az én szüleim anyagilag jobban állnak, mint a házastársam szülei
- 19) A házastársam szülei anyagilag jobban állnak, mint az én szüleim
- 20) A közös vagyon megszerzéséhez (szüleim segítségével, munkám) révén nagyobb mértékben járultam hozzá, mint a házastársam
- 21) Hevesebb szóváltás után már kaptam olyan szemrehányást, hogy „nem hoztál semmit magaddal”, „nélkülem semmire sem jutnál”, „ne felejtse el, hogy az én házamban laksz”
- 22) A szüleim elváltak

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

- 23) A házastársam elvált szülők gyermeke
- 24) A szüleim és a házastársam nehezen tudnak kijönni egymással
- 25) Nehezen tudok kijönni a házastársam szüleivel
- 26) A házastársam sok idegesítő szokást hozott otthonról magával
- 27) Helyesnek tartom, hogy a nők is munkába állnak
- 28) Ambícióimról, céljaimról házasságunk érdekében le kellett mondanom
- 29) A házimunka szerintem a nő dolga
- 30) Baráti körben a házasságról olyan véleménnyel vagyunk, ami nem volna éppen a házastársam kedve szerint való
- 31) A házastársam miatt nincs lehetőségem arra, hogy régi ismerőseimet megtartsam, és új barátokat találjak magamnak
- 32) Csak a szüleinkkel és a legszűkebb rokonsággal tartunk fenn kapcsolatot
- 33) Bár házasságban élek, és gyermekeim vannak, mégis magányosnak érzem magam
- 34) Csaknem mindig ideges vagyok
- 35) Gyakran úgy érzem, hogy mindenkől elegendem van
- 36) Elkeseredésemben néha már öngyilkosságra is gondoltam
- 37) Mindketten másként képzeljük el a szórakozást és a kikapcsolódást
- 38) A filmek és tévéprogramok megválasztásában és megítélésében gyakran eltér a véleményünk
- 39) Zenei ízlésünk és igényünk különböző
- 40) Eltérő kulturális szokásaink miatt gyakran van nézeteltérés közöttünk
- 41) A házastársam más nemzetiségű
- 42) Házasságunknak gyermekünk sikere és boldogulása ad értelmet
- 43) A gyermeknevelést illetően eltérőek az elveink és az elképzeléseink
- 44) Néha úgy érzem, a házastársam ellenemre neveli a gyereket
- 45) Bár mi mindent megadunk gyerekeknek, ő mégis hálátlan és tiszteletlen velünk szemben
- 46) A gyerekünk néha olyan rossz volt, hogy a verésre is rászolgált
- 47) Kiskorában különböző problémák voltak vele: dadogott, ágyba vizelt, fájta a hasa, a feje stb.
- 48) Sokáig köztünk aludt, mert nem tudott egyedül elaludni
- 49) A szép, tiszta szerelem után mindig vágyódtam, de a szextől idegenkedem

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

---

- 50) Néha hosszabb ideig hiányzik nálam a szexuális készítés a kapcsolatteremtésre
- 51) Ha nem is érzek kedvet hozzá, általában engedek házastársam közeledésének
- 52) A házastársam keveset törődik magával, kissé elhanyagolt és ápolatlan
- 53) A házastársam igen tiszteletre méltó teremtés, de szexuálisan nem túl vonzó
- 54) A házastársam a lefekvéshez mindig olyan időpontot választ, amikor én már alszom, vagy még dolgom van
- 55) A házastársam szerint az én szexuális igényem és érdeklődésem kissé felfokozott
- 56) A házastársam féltékeny természetű, gyakran rendez jeleneteket minden ok nélkül
- 57) Tőlem teljesen távol áll a féltékenység
- 58) Gyakran csak álmomban vagy más módon jutok el a teljes kielégüléshez
- 59) Előfordult már, hogy a nemi aktus nem sikerült
- 60) Sajnos, nem tudjuk leküzdeni gátlásainkat és megmondani, hogy mit kívánunk egymástól
- 61) Hallottam már különböző – manuális és orális – szexuális technikákról, de idegenkedem tőlük
- 62) Megfordult már a fejemben, hogy mással talán jobb lenne
- 63) Volt már házasságon kívüli kapcsolatom
- 64) Azt hiszem, hogy a házastársamnak a házasságunk alatt volt már szexuális kapcsolata mással
- 65) Általában kerüljük az olyan témák szóba hozását, amelyek a családi békét megbontanák
- 66) A házastársam állandóan a szememre hányja, hogy alkoholt fogyasztok, s ez gyakran okot ad vitára
- 67) A civakodások, veszekedések köztünk olykor tettelegességig fajultak, volt már úgy, hogy megvert a házastársam
- 68) Már előfordult, hogy válóperi keresetet nyújtottunk be házasságunk felbontására
- 69) Voltunk már külön egymástól
- 70) Néha úgy érzem, semmit sem tudunk már nyújtani egymásnak

## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

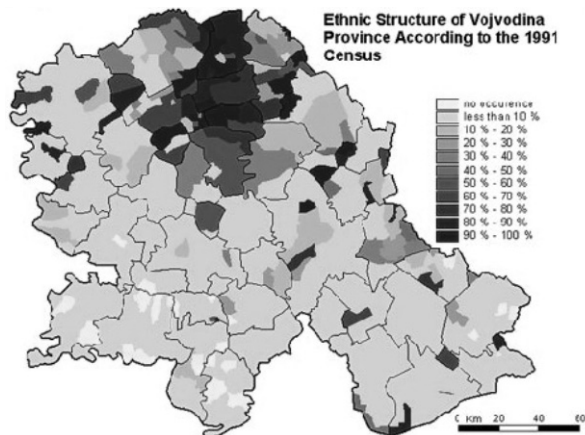
### A FELMÉRÉS HELYSZÍNE ÉS A MINTA ÖSSZETÉTELE



*Vajdaság földrajzi térképe*

A vajdasági magyar népesség száma a felmérés időszakában (1991 és 2002 között) 339 491 fő volt. Legtöbb magyar Bácskában élt, Bánátban kevesebb, és még kevesebb Szerémségben. A 10 000 lelket meghaladó települések között a magyarok abszolút, 50%-ot meghaladó többségben voltak Adán, Óbecsén, Topolyán, Magyarakanizsán, Zentán, Csókán és Temerinben. Szabadkán elvesztették abszolút többségüket, csak relatív többségben voltak. Ezek a községek szolgálták felmérésünk alapjául, a mintában azonban részarányuknak megfelelően a szórványban élő magyarok is képviseltették magukat.

## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!



*A magyarok területi megoszlása Vajdaságban<sup>41</sup>*

A családok összetételére vonatkozóan az 1991-es népszámlálás adatai nem álltak rendelkezésemre, irányelvként ezért az 1981-es népszámlálás adatait vettem alapul. Eszerint Vajdaságban 44 635 magyar nő élt gyermektelen házasságban. Közülük 39 107-nek volt a férje is magyar, a többi más nemzetiségű férjjel kötött házasságot. A 65 968 gyermekes magyar családanya közül 54 158-nak volt a férje is magyar, a többi férje más nemzetiségű volt. A vajdasági etnikai viszonyokra jellemző módon az 54 158 családban, amelyben az apa is és az anya is magyar volt, csak 53 380 esetben egyezett meg a gyermekek nemzetisége a két magyar szülő nemzetiségével. Ez annyit jelent, hogy a magyar szülők sok esetben jugoszláv nemzetiségűnek jelentették be gyermeküket, szerb iskolába járatták.<sup>42</sup>

A Tisza mentén, ahol a magyarság többen él, a családmódellet illetően némiképpen más a helyzet, ilyen jellegű hivatalos kimutatások azonban nem készültek.

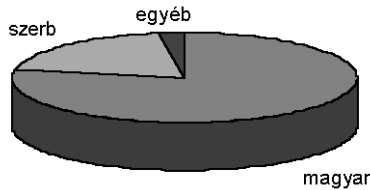
<sup>41</sup> Forrás: Újvidéki Földrajzi Intézet Informatikai Központja

<sup>42</sup> Forrás: Hivatalosan közzétett végleges népszámlálási adatok alapján végzett átszámítás Vajdaság mai területére.

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

A vizsgálatban részt vevő személyek nemzetiség szerinti megoszlása	
magyar	1718
szerb	427
egyéb	55

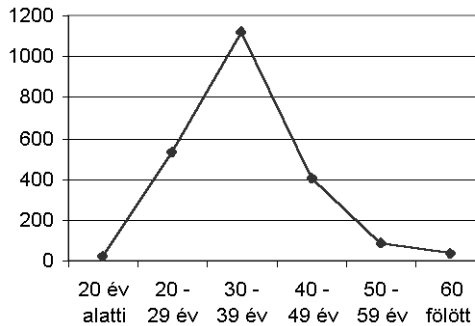
Nemzetiség szerinti megoszlás



49. ábra

A vizsgálatban részt vevő személyek életkor szerinti megoszlása						
20 év alatti	20–29	30–39	40–49 év	50–59	60 fölött	együtt
21	534	1121	405	82	37	2200

Életkor szerinti megoszlás



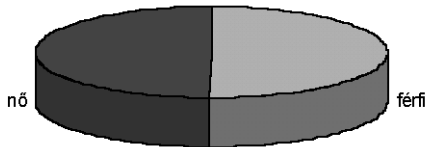
50. ábra



## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

A vizsgálatban részt vevő személyek nemek szerinti megoszlása	
Férfi	1107
Nő	1093

*Nemek szerinti megoszlás*

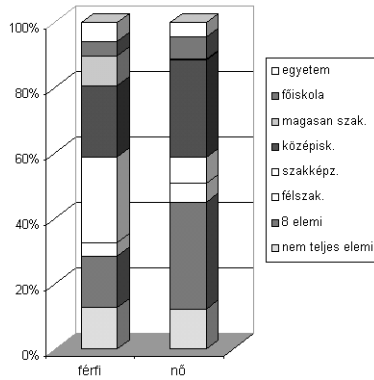


*51. ábra*

A vizsgálatban részt vevő személyek szakképzettség szerinti megoszlása			
	férfi	nő	együtt
nem teljes elemi	140	134	274
8 elemi	175	357	532
félszakképzett	46	64	110
szakképzett	291	87	378
középiskolai végzettség	241	325	566
magasan szakképzett	102	4	106
főiskolai végzettség	48	74	122
egyetemi végzettség	64	48	112

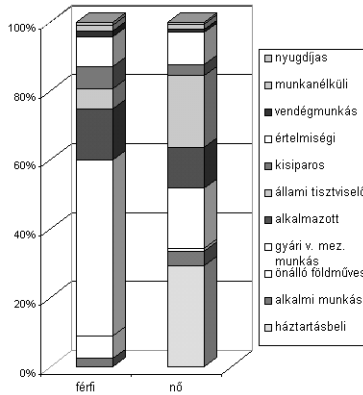
# KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

## Szakképzettség szerinti megoszlás



52. ábra

## Foglalkozás szerinti megoszlás

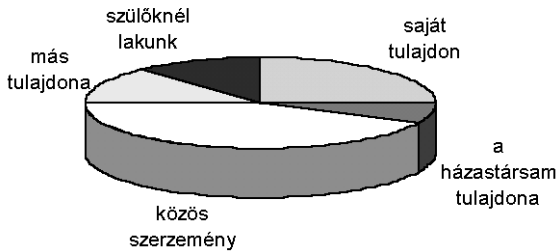


53. ábra

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

<b>A vizsgálatban részt vevő személyek foglalkozás szerinti megoszlása</b>			
	férfi	nő	együtt
háztartásbeli	0	322	322
alkalmi munkás	27	45	72
önálló földműves	73	9	82
gyári v. mez. munkás	564	190	754
alkalmazott	165	130	295
állami tisztviselő	64	227	291
kisiparos	71	35	106
értelmiségi	97	102	199
vendégmunkás	17	9	26
munkanélküli	20	16	36
nyugdíjas	9	8	17

### Lakásviszonyok



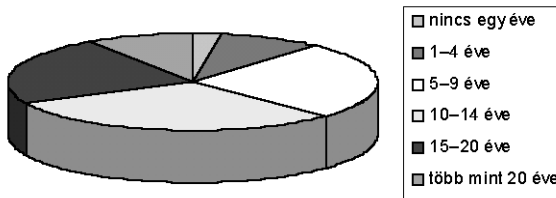
54. ábra

<b>A vizsgálatban részt vevő személyek lakásviszonyai</b>	
saját tulajdon	545
a házastársam tulajdona	157
közös szerzemény	956
más tulajdona	278
szülőknél lakunk	264

## K Ö S Z Ö N Ö M , D R Á G Á M !

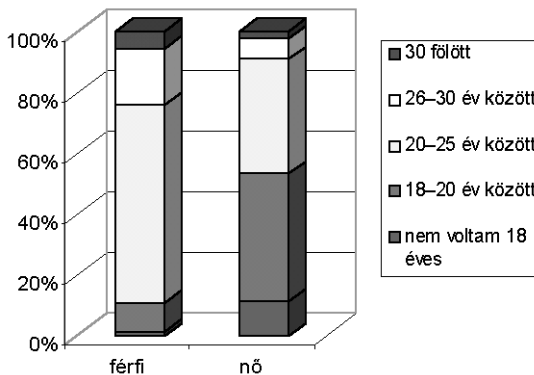
Hány éve élnek együtt?	
nincs egy éve	57
1–4 éve	197
5–9 éve	564
10–14 éve	673
15–20 éve	499
több mint 20 éve	210

*Hány éve élnek együtt?*



55. ábra

*Hány éves korában kötött házasságot?*



56. ábra

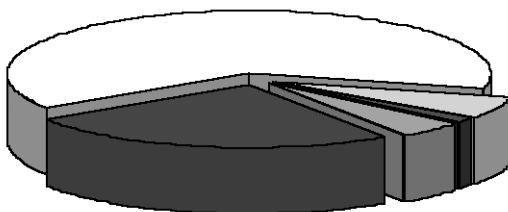
## KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

Hány éves korában kötött házasságot?		
	férfi	nő
nem voltam 18 éves	16	124
18–20 év között	105	459
20–25 év között	717	410
26–30 év között	205	74
30 fölött	64	26

Gyermekeik száma	
nincs gyerek	100
egy	555
kettő	1389
három	123
négy vagy több	33

Gyermekeik száma

■ nincs gyerek ■ egy □ kettő □ három ■ négy vagy több



57. ábra

Hódi Sándor

KÖSZÖNÖM, DRÁGÁM!

Forum Könyvkiadó

Újvidék

2006

www.forumliber.co.yu

email: forumkk@eunet.yu

CIP – A készülő kiadvány katalogizálása

A Matica srpska Könyvtára, Novi Sad

173.1(497.113)

316.356.2(497.113)

159.922.1(497.113)

HÓDI, Sándor

Köszönöm, drágám! : Szerelem, szex, házasság a Vajdaságban : A házastársi konfliktusok pszichológiai és családszociológiai vizsgálata / Hódi Sándor. – Újvidék : Forum, 2006 (Novi Sad : DOO „Magyar Szó“, štamparija Forum). – 171 p. : ill. ; 23 cm

Példányszám: 500

ISBN 86-323-0640-5

a) Brak – Istraživanja – Vojvodina b) Porodični odnosi – Istraživanja – Vojvodina c) Međupolni odnosi – Istraživanja – Vojvodina

COBISS.SR-ID 208686087

A kiadásért felel Bordás Győző főszerkesztő

Recenzens: Göncz Lajos és Friedrich Anna

Szerkesztő: Bordás Győző

Műszaki szerkesztő: Csernik Előd

Korrektor: Buzás Márta

Példányszám: 500

Készült a Magyar Szó Forum nyomdájában, Újvidéken 2006-ban