

1.

AZ ELKÖVETŐ KÉZIKÖNYVE

*Ha azt kérdezzük az ügyféltől, hogy fél-e valakitől,
vagy hogy a partnere kontrollálja-e, amit tesz vagy mond,
azzal sokkal hatásosabban ébresztjük rá,
mintha az erőszakról kérdeznénk.*

EVAN STARK: *COERCIVE CONTROL* (KÉNYSZERÍTŐ KONTROLL)

Ragyogó szombat délután van Bella Vistában, a sydney-i Biblia-övezetben. Az itt élőknek van hitük, jómódban élnek, az utcák maculátlanak, a házak hatalmasak. Csak egy kupac háztartási eszköz csúfítja el a gondosan nyírt gyepet az egyik ház előtt. Mint ahogy a hasonló elővárosokra jellemző, vannak jelei az életnek, de az utcán nincs senki sem.

Senki, kivéve egy vékony férfit túlméretezett trikóban, aki egy kocsi fölé hajol. Ahogy közelítek felé, integet. „A fiam eladja a kocsiját, így aztán kiveszem belőle a legértékesebb részt” – mondja Rob Sanasi, és diadalmasan a feje fölé emeli az eszközt, amellyel fizetni lehet az ausztrál autópályákon az útdíjat.

Bemegyünk a házba, ahol egy magas, elegáns, szőke nőt és két huszonevést találunk a konyhában, a hétvégi programot terveztük. Ebben a házban lakik Rob, a felesége, Deb, és két felnőtt gyerekük.

Deb fölteszi a vizet forrni, Rob pedig előveszi a süteményeket, amelyek közül az egyikbe már beleharapott valaki. „Ó, milyen kedves – mondja –, valaki nagy kegyesen visszatette.”

Deb kiszól a konyhából: „Az embernek így nem kell büntudatot éreznie, amiért megevett egy egészet.”

Rob mosolyogva vonogatja a vállát. „Ez afféle családi szöveg nálunk.”

A gyerekek elköszönnek, kerül még sütemény és tea az asztalra. Leülünk, hogy beszélgessünk Robról, Debről, meg a családon belüli bántalmazás történetéről.

Rob 2006-ban kezdi a történetet. Rossz idők jártak, a vállalkozása nem ment jól, és a családi élete is kezdett szétesni. „Debbel... szóval veszekedtünk, de inkább én, pedig úgy nézett ki, mintha mindketten veszekedtünk volna. Emlékszem, hajtottam az M2-esen, nagyon rossz napom volt. Egészen pontosan annyira, hogy azt gondoltam, ez lesz az utolsó napom.”

Rob, a buzgó keresztény arra gondolt, hogy egy fának hajt a kocsival. Aztán belehallgatott egy rádióműsorba, amelyben pap beszélt valami nagyobb gyülekezet előtt. „Valami olyasmit kérdezett, hogy szereted a gyerekeidet, én meg a kocsiiban válaszoltam neki: hát persze. És akkor azt is megkérdezte, hogy meg tudnék-e halni értük, mire én azt mondtam: igen. Végül így szólt: »Ez itt Ausztrália, és nem valószínű, hogy valaha is meg kellene halnod a gyerekeidért, de ha arra hajlandó lennél, akkor miért nem változol meg a kedvükért?« És amikor ezt meghallottam, elhatároztam, hogy segítséget kell kérnem.”

Deb megrázza a fejét: „Közbeszólhatok? Rob azért ment el a pszichológushoz, mert én dolgozni kezdtem. Nagyon erős volt a kontroll a kapcsolatunkban, de valójában egyikünk sem vette észre, hogy Rob mennyire irányít engem, egészen addig, amíg valami olyat nem tettem, amit nem tudott irányítani. Három héttel azután, hogy dolgozni kezdtem, Robnak idegösszeroppanása volt. Lefogyott tizenöt kilót, szorongásos és pánikrohamai voltak, rászokott a Xanaxra, és öngyilkossági gondolatok foglalkoztatták. Ezért döntött úgy, pszichológushoz fordul. Teljesen kivolt.” Rob szó nélkül bólogat.

Elmondja, hogy az első alkalommal a tanácsadó egy sor kérdést tett föl neki. „Főlemeled a hangodat, kiabálsz, hajigálsz dolgokat,

mindennek elmondod a feleségedet, káromkods, megütsz dolgokat – nem őt, hanem tárgyakat?” Én mindenre csak bólogattam. Akkor egy szekrényből elővett egy A4-es lapot, amire rá volt nyomtatva: „A bántalmazás ciklusai”. Ledobta az asztalra, és azt mondta: „Tessék, ezt csinálod. Ezt hívjuk mi családon belüli erőszaknak.”

„Szóval ez volt az első terápiás ülés, és akkor azt mondta, vigyem haza a papírt, és beszéljem meg a feleségemmel. Mire én: *Nem hinném, hogy ez túl jó ötlet!*”

Rob nem alkalmazott fizikai erőszakot, de tipikus elkövetőként viselkedett: állandóan kritizálta és piszkálta a feleségét, megpróbálta megakadályozni, hogy a nő elmenjen dolgozni, megneheztette számára, hogy találkozzon a családjával és a barátaival, és teljes mértékig kézben tartotta a bankszámláját. A piszkálás és a kritizálás nem volt mindig nyílt, néha humoros formában adta elő a Debet becsmérlő szövegeit. Az üzenet azonban mindig ugyanaz volt: Ő fontosabb, mint a nő, aki azért van, hogy a férjét kiszolgálja. Az egyetlen dolog, ami nem volt tipikus Rob viselkedésében, hogy minden külső kényszer nélkül keresett fel pszichológust.

Először nem mutatta meg otthon a papírt. „Aztán egyszer csak úgy gondoltam, hogy ó, hát csak úgy lazán kiteszem az asztalra. De amikor beszélni kezdtünk róla, minden sokkal rosszabb lett. Mert Deb rájött, hogy miről is van szó. Mintha lehullt volna a hályog a szemünkről – mindkettőnknek.”

Megkérdezem Debet, milyen volt neki, amikor meglátta azt a bizonyos papírt: „Szó szerint emlékszem, mit mondott Rob. »A mi kapcsolatunkban családon belüli erőszak folyik, azt a fajta erőszakot, amit én alkalmazok, lelki bántalmazásnak hívják, ami azt jelenti, hogy nem ökölrel verlek, hanem az érzelmeimmel, hogy irányítani tudjalak.«”

Debet megrázta a dolog. Az ő értelmezésében a családon belüli erőszak az, „amikor a pasi péntek este lemegy a kocsmába, aztán hazaérve megveri a feleségét (...) ahonnan én jöttem, ott ilyesmi nem fordul elő.” (Mint ahogy Deb azóta rájött, nem ő volt az egyetlen ilyen a környéken. Később elmesélte, hogy azok a háztartási eszközök, amiket akkor a fűvön kirakva láttam, azok a szomszédasszonyé, aki kitette, mielőtt elmenekült erőszakos férjétől.)

Most, közel tíz év és sok intenzív tanácsadói ülés után Rob és Deb boldog házasságban élnek, és mindketten maguk is tanácsadással foglalkoznak, áldozatoknak és elkövetőknek segítenek. Deb magánpraxist folytat, Rob nem ennyire hivatalosan, de ő is tanácsokat ad bántalmazó férfiaknak, akik segítségért fordulnak hozzá.

Deb elmondja, hogy van egy dolog, ami igen figyelemreméltó az elkövetőknél: olyan, mintha a családon belüli bántalmazásnak mindnyájan ugyanazt a kézikönyvét tanulmányozták volna. „Ugyanaz a taktikájuk. Például nem azt mondják, nem akarom, hogy találkozz a barátaiddal, hogy legyenek hobbijaid, vagy hogy a szüleidhez járj, hanem egyszerűen csak megnehezítik mindezt. Ilyenekkel: Minek akarsz velük találkozni? Nem hiszem, hogy hozzád valók. És akkor a végén a nő túl bonyolultnak és nehéznek találja az egészet, ráadásul nem akar veszekedni sem. Így kezdődik... és az ember világa lassan beszűkül. Ha minden esetben az elkövető a fő hivatkozási forrásod, akkor az egész olyan, mint valami kultusz, mert lényegében tőle származik minden információd. Olyan, mintha valamennyien ugyanabba a bántalmazást tanító iskolába járnának. Mind ugyanazt csinálják.”

*

Ha túlélőkkel vagy elkövetőkkel dolgozó szakembereket kérdezzünk, egybehangzóan azt mondják: a családon belüli bántalmazás szinte mindig ugyanazt a forgatókönyvet követi. Valóban rejtélyes jelenség: hogyan lehetséges, hogy merőben eltérő kultúrákból származó férfiak az elnyomásnak ugyanazokat az alapvető technikáit alkalmazzák?

Ezt a kérdést nemrégiben kezdtük el tanulmányozni. A családon belüli erőszak minden bizonnyal épp olyan régi, mint az intim kapcsolat, de teljes valójában csak akkor kezdtük megérteni, amikor az 1970-es években megnyíltak az első menedékek nők számára. Amikor a nők ezrével jelentek meg ezeken a hevenyészett szállókon, nem csak a szemük alatti monoklikra és dührohamokra panaszkodtak. Végtelen kegyetlenségről és erőszakról tanúskodó történeteket meséltek, a kontrollálást meg mintha ugyanabból a kottából játszották volna az elkövetők. Világossá vált, hogy bár minden nő

története egyedi, a narratíva döbbenetesen hasonló. Mint ahogy a menedékben dolgozó egyik szociális munkás mondta: „Bármelyik nő történetét be tudtam volna fejezni helyette. Volt egy hátborzongató érzésem, hogy ezek a pasik valahol összejönnek, és megbeszélnek, mit mondjanak és csináljanak.”

Az 1980-as évek elején a kutatók egy rendkívüli dologra figyeltek föl: nemcsak az áldozatok történetei voltak döbbenetesen egyformák, de hasonlítottak egy velük látszólag semmi közös vonást nem viselő csoport beszámolóihoz: a fogolycsere útján kiszabadult hadifoglyokéihoz. Talán különös a családon belüli erőszakról szóló könyvet a hidegháború idejéből származó történettel kezdeni, de valójában innen eredeztethető a családon belüli erőszakról alkotott mai felfogásunk: egy kisvárosból Észak- és Dél-Korea határán.

*

1953. szeptember 24-én hivatalosan véget ért a koreai háború, és életbe lépett a Big Switch hadművelet. A szovjet teherautók nyitott platóján huszonhárom amerikai hadifoglyot szállítottak Panmin-dzsonba, az egyik fogolycsere-táborba. A táborban már hónapok óta forrt a dühtől a hangulat, ahogy az amerikai hadifoglyok tértek vissza Észak-Koreából, és iszonyatos kegyetlenségekről számoltak be. Aznap azonban, ahogy a teherautók közelebb értek, az amerikai megfigyelők azt látták, hogy ezek a foglyok valahogy mások. Le voltak barnulva, látszott, hogy egészségesek, kék színű, bélelt, kínai uniformist viseltek, rajta Pablo Picasso békegalambjával.

Amikor megálltak a teherautók, a foglyok kacagva ráztak kezét fogvatartóikkal. „Majd találkozunk Peipingben (Peking régi angol neve), öregem” – mondta egyikük, ahogy másztak le a teherautóról. A fogadásukra kisereglett megdöbben embereket felé fordulva a hadifoglyok összeszorított ököllel azt kiáltották: „Holnapra a nemzetközi szovjet egyesíti az emberi fajt!” Aztán ahelyett, hogy a honfitársaikhoz mentek volna, megfordultak, és dezertáltak a kommunista Kínába.

Ezek a döbbenetes fogolyszökések csak a jéghegy csúcsát képezték. Az észak-koreai táborokban az amerikai hadifoglyok valami

példátlan módon működtek együtt az ellenséggel. Nemcsak jelentettek a társaikról, hanem százával tettek hamis tanúvallomást, letagadták a kegyetlenkedéseket, a rádióban fennen dicsőítették a kommunizmus erényeit, és elítélték a nyugati kapitalizmust. Mindaddig példátlan volt, hogy fogságba esett katonák így elárulják a hazájukat.

Amerika számára ez a történet lázalom volt. Mi vehette rá az embereiket arra, hogy az ördögi hitre térjenek? Dühödtt riportokban számoltak be az újságok arról, hogyan varázsolták el a kommunisták az amerikai hadifoglyokat egy új, kifinomult fegyverrel, amit „agy-mosásnak” neveztek. Ez olyan agykontroll-módszer, amelynek alkalmazása során az emberi agyból üres tábla lesz, ahová új gondolatokat, emlékeket, hiedelmeket lehet bevésni. Ez nem valami szélsőséges összeesküvés-elmélet volt, hanem még magas kormányhivatalnokok is komolyan hittek benne, többek közt a CIA főnöke. Az 1950-es évek végén már szinte hisztéria alakult ki az agymosással kapcsolatban.

Albert Bidermant, az amerikai légierő társadalomtudósát mindez nem győzte meg. Úgy vélte, az „agy-mosás” mint fogalom inkább a propaganda, semmint a tudomány része. Amikor Washingtonban csúcsra járt a paranoia, a légierő megbízta Bidermant, hogy fedje fel, miért működött együtt annyi jól kiképzett amerikai repülőtiszt a kommunistákkal.

Miután Biderman számos interjút készített a hazatért hadifoglyokkal, gyanúját beigazolválta látta: együttműködésüket nem valami ezoterikus új technika révén nyerték meg, hanem az észak-koreai táborokat vezető kínai kommunisták a kényszerítő kontroll évszázados módszereit alkalmazták. Ezek „elsősorban egyszerű, közérthető módszerek az egyén fizikai és erkölcsi erejének megtörésére.”¹ Semmi új sincs bennük, csak épp háborúban nem alkalmazta eddig senki. Ezért érte olyan felkészületlenül az amerikai katonákat, ezért nem tudtak neki ellenállni.*

* A családi erőszak áldozatai előtt jól ismert forgatókönyv szerint az amerikai hadifoglyokat megalázták és leszólták a táborban tanúsított viselkedésük miatt. A média könyörtelenül ostromozta őket, azt állították, hogy „feladták”, vagy „elhagyták magukat”. Néhány ostoba kommentátor szerint a katonák azért lettek ilyen gyengék, mert a 2. világháború utáni nemzedék elpuhult, és a fiúkat elférfiatlanította a túlságosan domináns anyjuk.

Biderman szerint a kényszerítő kontroll három dologra épít: a függőségre, a tehetetlenségre és a rettegesre. Ezek elérésére a fogvatartók nyolc technikát alkalmaztak: elszigetelés, az érzékelés kisajátítása, tehetetlenség és kimerültség előidézése, szorongás és kétségbeesés keltése, a büntetés és jutalmazás váltogatása, a mindenhatóság demonstrálása, lenézés, valamint a lényegtelen dolgok szigorú megkövetelése módszerét. Biderman táblázata az erőszakról² rámutat, hogy az első látásra elszigeteltnek tűnő kegyetlenkedések valójában bonyolult kapcsolatban állnak egymással. A kényszerítő kontroll a maga teljességében csak akkor tárul fel, amikor ezeket a cselekedeteket együtt szemléljük.

Biderman táblázatában nem szerepel a fizikai bántalmazás. Bár gyakran alkalmazták, a tényleges erőszak nem volt „sem szükséges, sem különösen hatékony módszer” ahhoz, hogy a foglyok együttműködjenek fogvatartóikkal. A képzettebb és tapasztaltabb kihallgatók kerültek. Elég volt elültetni a foglyokban az erőszaktól való *félelmet*. Ezt „fenyegetéssel, és annak sugalmazásával érték el, hogy drasztikus dolgokra is készen állnak”. A kínai kommunisták, ellentétben a németekkel vagy a japánokkal, nem akartak brutálisan fellépni a rabokkal, sem halálra dolgoztatni őket. Csupán a szívüket és az eszüket akarták irányítani.

Az emberek hitetlenkedve fogadták Biderman kutatási eredményeit. Valóban ennyire könnyen lehet manipulálni az embereket? Biztos benne, hogy nincs valami olyan, amit nem derített fel? Biderman azonban biztos volt a dolgában: „A kommunizmusnak egyik aspektusa sem mutatja meg pontosabban, hogy milyen kevéssé tiszteli az igazságot és az egyént – írja –, mint az a tény, hogy ezekhez a technikákhoz folyamodik.”*³

* A kényszerítő kontroll nem csak a kommunisták találmánya volt, 2002-ben amerikai katonai kiképzők Guantanamón Biderman táblázatát használták a vallatók kiképzéséhez. A börtön ezekről az „elnyomó technikákról” híresült el: alvásmegvonás, folyamatos kényszer és egyéb hatások alkalmazása. Érdekes, hogy az amerikai hadsereg nem vette figyelembe, hogy ezekkel a technikákkal eredetileg *hamis* vallomásokot akartak kicsikarni. Guantanamón 2005-ig alkalmazták a kényszerítőtechnikákat foglyok egy kis csoportjánál, ekkor a Kongresszus betiltotta őket. (Scott Shane: „U.S. interrogators were taught Chinese coercion techniques.” *The New York Times*, 2008. július 2.)

Az 1970-es években, amikor a nők kezdték előzőlni az újonnan nyílt menedékeket és szállókat, elmondták, hogy elszigetelték őket a barátaiktól és rokonaiktól, megmondták nekik, hogyan kell viselkedniük, becsmérelték, manipulálták, megerőszakolták és halállal fenyegették őket. Általános volt a fizikai erőszak, amely akár szélsőséges szadizmusban is megnyilvánult, de a túlélők mind azt állították, hogy nem ez volt a legrosszabb, és volt, akit fizikailag egyáltalán nem is bántalmazott a partnere. Diana Russell úttörő könyvében (*Rape in Marriage – Erőszak a házasságban*) két felsorolást tett egymás mellé, Biderman táblázatát az erőszakról, valamint a családon belüli erőszak elkövetőinek általánosan alkalmazott technikáit. A két lista gyakorlatilag azonos volt, az egyetlen különbség, hogy míg az észak-koreai fogvatartók taktikai megfontolásból használták őket, a férfiek ösztönösen.

Az Amnesty International 1973-ban bevette Biderman táblázatát a *Report on Torture* című, a kínzásokról szóló jelentésébe, mondván, hogy ezek a technikák a kínzás és kényszerítés egyetemes eszközei.⁴ Mint ahogy Judith Herman harvardi pszichiáter és traumaszpecialista később írta: „Azok a módszerek, amelyek lehetővé teszik, hogy egy emberi lény egy másikat leigázzon, meglepően hasonlítanak egymáshoz.” A családon belüli erőszak esetén a kényszerítő kontroll eredménye mindig ugyanaz: az elkövető lesz az áldozat életében „a legnagyobb hatalommal rendelkező személy”, és az áldozat pszichéjét „az (elkövető) tettei és hiedelmei alakítják”. Dominanciájuk fenntartásához a családon belüli erőszak elkövetőinek nincs szükségük fizikai erőszakra, elég elhítenni az áldozattal, hogy képesek rá. Ez a fenyegetés különösen hatásos, írja Herman, amikor a szeretett lény felé irányul: „A bántalmazott nők például sokszor számolnak be róla, hogy bántalmazójuk azzal fenyegetőzött, ha megpróbálnak elszökni, megöli gyerekeiket, szüleiket vagy barátjukat/barátnőjüket, aki befogadja őket.” A fenyegetettségnek ez a léghőre elég ahhoz, „hogy meggyőzze az áldozatot az elkövető mindenhatóságáról, arról, hogy hiábavaló az ellenállás, és hogy az élete attól függ, mennyire tudja a teljes behódolása árán elnyerni a férfi jóindulatát”⁵

Hála az olyan szakembereknek, mint Herman, Lewis Okun és Evan Stark, ma már tudjuk, hogy a családon belüli bántalmazás

technikája azonos gyakorlatilag mindenkiével, aki másokat fogva tart, ilyenek az emberrablók, a túszejtők, a kerítők és valamely szekta vagy kultusz vezetői. Minden arról tanúskodik, hogy a családon belüli erőszak áldozatai nem különlegesen gyengék, tehetetlenek vagy mazochisták, és ha a kényszerítő kontroll általánosan elterjedt módszereivel szembesülnek, ugyanúgy reagálnak, mint a kiképzett katonák.

A családon belüli bántalmazás áldozatai számára azonban még nehezebb az ellenállás. Egy túszejtő például gyakran nem tud semmit a túszejtőjéről, és általában ellenségként tekint rá. Mint ahogy Herman mondja, a családon belüli erőszak áldozatának nincs meg ez az előnye. „Fokozatosan, udvarlás során ejtik rabul.” Mielőtt félelemkeltéssel és kontrollálással csapdába esik, a szerelem köti a bántalmazójához, a szerelem az, ami miatt megbocsát, ha azt mondja a másik, hogy többé nem fogja bántani. A bántalmazók csak ritkán egyszerű gonosztevők vagy szadisták, ha azok lennének, sokkal könnyebb lenne elkerülni őket. Nem, ők, mint valamennyi férfi, tudnak kedvesek, szeretetteljesek, elragadók és melegszívűek lenni, küszködnek a személyes fájdalmukkal és bizonytalanságukkal. Ők azok a férfiak, akikbe a nők beleszeretnek.

A meséknek és a hollywoodi filmeknek köszönhetően a családon belüli bántalmazás figyelmeztető jeleit – megszállottság, féltékenység, birtoklási vágy – a szenvedély, nem a veszély jeleiként értelmezzük. Mire a „szenvedély” bántalmazó vagy leigázó viselkedéssé fajul, az áldozat már megszerette az elkövetőt, és az ő meg a szerelmük megóvása érdekében hajlamos bagatellizálni a viselkedését, és megbocsátani neki. Ha ellen akarna állni annak, hogy a foglya legyen, akit bántalmazhat, épp az ellenkezőjét kellene csinálnia annak, amit akkor tett, amikor szerelmesek voltak egymásba. Herman így ír erről:

Nem csupán a bántalmazó iránti empátiáját kell legyőznie magában, hanem már kialakult érzelmeit is el kell fojtania. Mind ezt pedig az őt bántalmazó férfi meggyőző érveivel szemben kell megtennie, aki váltig állítja, hogy ha a nő hajlandó áldozatot hozni és még egyszer bebizonyítani, hogy szereti, akkor nem lenne

MERT KIHOZOD BELŐLEM AZ ÁLLATOT

több erőszak, és a kapcsolatuk megmenthető lenne. Mivel a legtöbb nőnek önbecsülést és büszkeséget jelent a tudat, hogy képes kapcsolatai fenntartására, a bántalmazó gyakran azzal ejti csapdába áldozatát, hogy legfontosabb értékeire hivatkozik. Következésképp nem meglepő, hogy a bántalmazott nők menekülési kísérletüket követően rábeszélhetők a visszatérésre.⁶

A családon belüli bántalmazásnál nem az a meglepő, hogy hosszú idő telik el, mire a nő elmenekül, hanem az, hogy elég erős mentálisan ahhoz, hogy túlélje.

*

Az elkövetők széles skálán helyezkednek el, a családszerető férfiktől, akik még csak észre sem veszik, hogy bántanak, a mesterien manipulálókig, akik egyenesen terrorizálják partnerüket. A hatalom akár a céljuk, akár a bántalmazás eredménye, mindannyian hasonló módszereket alkalmaznak, de eltérő mértékben.

Egyes elkövetők pontosan tudják, mit tesznek, a bántalmazás előre megfontolt és taktikus. Ritkán látni ezt olyan döbbenetes nyíltsággal, mint az „Aussie Banter” Facebook-csoport két tagja közötti, alább idézett beszélgetésben. Az egyik így ír: „Észrevétlenül csökkentsd az önbizalmát és önbecsülését egészen addig a pontig, amíg rád van szüksége a túléléshez, aztán fenyegezd meg, hogy kidobod, mert rád van utalva.” Mire a másik:

Ne legyen a lakásban se mobil, se vezetékes telefon, a kocsi legyen kéziváltós, a szomszédokkal rendszeresen (sic!) kell veszekedni, a rendőröket pedig folyamatosan le kell fizetni (...) Az első 6-8 hónapban viselkedj, azt fogja hinni, hogy te vagy a tökéletes, és amikor érzelmileg már elkötelezte magát és megbízik benned, akkor kezdj neki, mert most, hogy óvatlan, már könnyű dolgod lesz. Fontos figyelmeztetés: Sose mutasd be a barátainak, mert azok a durva, erőszakos pasik megtorpedózhatják az egész kurva tervet. A szuggesztív erőd majd elgyengíti, leveszi a lábáról, és bármilyen erős is, térdre kényszerül. Ezek így vannak huzalozva,

és igen, újra meg újra elkövetik ugyanazt a hibát. A legjobb móka átverni őket.⁷

A legtöbb bántalmazó férfi azonban nem öntené szavakba így ezeket a „taktikákat”, véletlenszerűen, spontán módon találják ki a kényszerítő kontroll technikáit. Ez talán a családon belül erőszak legzavaróbb vonása: a bántalmazó lehet ravasz szociopata vagy akár csak egy „normális” férfi, akit halálos féltékenység gyötör, a végén alapvetően ugyanazokat a módszereket alkalmazza a partnere fölötti uralom megszerzéséhez.

Ez nem jelenti azt, hogy minden családon belüli bántalmazás ugyanolyan. Erre a harmadik fejezetben részletesen is kitérünk, most legyen elég annyi, hogy a családon belüli erőszak a hatalom és a kontroll spektrumán helyezkedik el. Az egyik végén vannak azok az elkövetők, akik áldozatuk életét a legapróbb részletekig uralják, tiltják a rokonoktól és a barátoktól, nyomon követik a mozgását, és arra kényszerítik, hogy mindenféle különleges szabályoknak engedelmeskedjen. A bántalmazásnak ezt a formáját kényszerítő kontrollnak (vagy „párkapcsolati terrorizmusnak”) nevezzük. Ezt azonosította Biderman legelőször. Itt a párkapcsolati bántalmazónak általában két típusát szokás megkülönböztetni: egyik a számító bántalmazó, aki tudatosan manipulálja és becsmérli partnerét, hogy uralkodhasson fölötte, a másik pedig a paranoid, érzelmileg függő bántalmazó, aki idővel egyre nagyobb kontrollt alkalmaz, mert fél, hogy a partnere elhagyja. Mindkettőt azonban erőszakos, uralkodni vágyónak nevezük. A hatalomkontroll-spektrum másik végén helyezkednek el azok a bántalmazók, akik nem ragaszkodnak annyira a partnerük fölötti uralomhoz, rájuk inkább illik a „bizonytalan reagáló” meghatározás. Először azonban lássuk a kényszerítő bántalmazókat.

A KÉNYSZERÍTŐ BÁNTALMAZÓ

A kifejezés elterjesztője, Evan Stark amerikai szociológus szerint a kényszerítő bántalmazók minden családban afféle „minipatriarchátust vezetnek be, amelynek megvannak a maga szabálya

és törvényei, a tiszteletadás rítusai, a végrehajtás módozatai, a szankciók, valamint a tiltott helyek is”. Az áldozatokat az elkövető általában elszigeteli a barátoktól, rokonoktól és más tehetséges támogatóktól, „gyakran megfosztják őket a pénztől, az ételtől, a közeledési lehetőségektől és a túléléshez szükséges egyéb forrásoktól”. Ez az uralkodni vágyó erőszak mélyen gyökerezik a hatalmi egyensúly történelmi hiányában, így aztán heteroszexuális kapcsolatokban szinte kizárólag a férfiak alkalmazzák. „Ahhoz, hogy a mai nőket a tulajdonukká tegyék, a mai férfinak hatékonyan ellen kell állnia a történelem folyásának – írja Stark –; olyan alárendeltségi pozícióba kell hoznia a nőt, amit a civilizáció fejlődése már túlhaladott...Mint ahogy az elkövetők az évek során elmondták nekem, nem lenne szükség arra, hogy a férfiak kifinomult módszerekkel kontrollálják női partnerüket, ha a nők még mindig elfogadnák az alárendeltségüket mint természet adta sorsukat.”⁸ A hozzáférhető adatok alapján Stark úgy becsüli, hogy a segítséget kérő nők 60-80 százaléka az erőszakos uralom valamelyik formájától szenved.⁹

A kényszerítő kontroll az erőszak egy igen különös formája. Az ezt alkalmazók nem egyszerűen azért bántalmazzák partnerüket, hogy megbántsák, megalázzák vagy büntessék. Nem csak azért alkalmaznak erőszakot, hogy hatalomhoz jussanak vagy előnyre tegyenek szert egy veszekedésnél. Ehelyett bizonyos technikák segítségével – elszigetelés, lelki bántalmazás és manipuláció (gaslighting) és szoros felügyelet – megfosztják az áldozatot szabadságától, és elveszik az én-tudatát. Mint ahogy Stark mondja, a kényszerítő kontrollra való törekvés célja „a totális leigázás, nem egyszerűen csak az engedelmesség kikényszerítése egy bizonyos ügyben”.¹⁰ A családon belüli erőszak más példáinál az áldozat lehet, hogy úgy érzi, becsmérlí a partnere, ő pedig dühös és kétségbeesett, de valójában nem fél bántalmazójától. A kényszerítő kontrollra való törekvés azonban más. Olyan stratégiai bántalmazás-hadjárat, amelyet a félelem tart össze.

„Tom” tipikus erőszakos, uralkodni vágyó. „Melissa” tizenhét éves volt, amikor megismerkedtek, és fél év sem telt el, Tom ragaszkodott hozzá, hogy házasodjanak össze, és költözzenek el a

farmjára, távol Melissa családjától. Az ígéretes vidéki idill után Tom egyre kontrollálóbbr, féltékenyebb és erőszakosabb lett. Amikor meg akarta büntetni Melissát – engedetlenségért, vagy bármiért, amit csak kitalált –, a hajánál fogva húzta végig a házon. Provokációnak számított, ha Melissa el akart menni valahova. „Be voltam zárva – mesélte a nő. – Nem voltak sem barátaim, sem rokonaim. Valójában, mintha börtönben lettem volna.” Tom annyira súlyosan aláásta Melissa önbecsülését, hogy úgy érezte, ezen a kapcsolaton kívül nincs más lehetősége, de rettegett is, mit tenne Tom, ha egyszer megpróbálna elmenni. Aztán Tom mindig bocsánatot kért, bizonygatta, hogy igazán szereti, és szüksége van rá, hogy általa jobb ember legyen, olyan, aki csak akkor üti meg, ha Melissa „provokálja”.

Tizenhárom év alatt két gyerekük született. Amikor Melissa teherbe esett, Tom nem alkalmazott fizikai erőszakot, hanem „az oltalmazó” szerepét vette föl. „Ha nem ettem eleget, erőltette – mondja a nő. – Már majdnem hánytam, de ő csak erősködött, hogy egyek, azt mondta, nem akarja, hogy a gyerekének bármi baja essék.”

Egyik nap Melissa azt mondta Tomnak, hogy szeretne elmenni a moziba egy nővel, akivel az egyik, a városban tett igen ritka látogatásainak alkalmával ismerkedett meg. Melissa elmondta, hogy tizenhárom év alatt egyetlenegyszer sem volt lányos buliban. Tom ekkor a fogát csikorgatva nekirontott: „Nem mész te a rohadt életbe sehova!” – Melissa, életében először ellentmondott. „Azt mondtam neki, hogy jó, akkor közlöm veled, hogy pénteken elmegyek, akár csikorgatod a fogad, akár nem. Nem a lányod vagyok, hanem a feleséged!” Mire aznap este Melissa hazament, Tom kizárta a házból.

Amikor Melissa legközelebb el akart menni otthonról, Tom még vadabbul esett neki. Azzal vádolta, hogy viszonya van, és olyan erősen megütötte, hogy a nő átrepült a szobán. Ám ezúttal Melissa visszaütött. „Egyszer csak erősnek éreztem magam – mondja halvány mosollyal. – Fölugrottam, és úgy megütöttem, hogy átesett azon a rohadt számítógépasztalon. Teljesen ledöbbsent, hogy meg mertem csinálni. Azt mondtam neki: Nehogy még egyszer kezét

emelj rám! Ha hozzám érsz, ha csak meg is löksz, elválok, és itt hagylak!”

Tom ezután három évig nem ütötte meg Melissát. Amikor mégis, a nő elhagyta.

A BIZONYTALANOK

Így vagy úgy, minden családon belüli bántalmazás a hatalomról, a dominanciáról szól, ám nem minden elkövető fogja szorosan a gyeplőt. A hatalom- és kontrollspektrum egyik végén vannak az olyan férfiak, akik nem igázzák le teljesen a partnerüket, hanem érzelmi vagy pszichés erőszakot alkalmaznak vele szemben. Ezt vagy azért teszik, hogy valami vitában felülkerekedjenek, hogy a másik úgy bánjon velük, ahogy szerintük jogosan megérdemlik, vagy, hogy kiűzzék magukból a szégyenérzetüket és frusztrációjukat. (A családon belüli erőszaknak ezt a fajtáját a nők is alkalmazzák, mint ahogy erről a hetedik fejezetben szó lesz.) Evan Stark ezt „egyszerű családon belüli erőszaknak” nevezi. Ez nem jelenti azt, hogy ez ne lenne veszélyes, a bizonytalan férfiak is gyilkolhatnak. Susan Geraghty, aki az 1980-as évek óta vezet programokat a férfiak viselkedésének megváltoztatására, azt mondja, mindegy, milyen kultúrában nőttek fel, ezeknek a férfiaknak ugyanaz az attitűdjük. „Itt az önelégültségről, a fölényességről van szó, ha nem úgy teszel, ahogy én mondom, vagy ha nem értesz egyet velem, vagy nem úgy lesz valami, ahogy én akarom, akkor minden jogom megvan arra, hogy hangot adjak nemtetszésemnek, és megbüntesselek.” Ugyanakkor azonban ezek a férfiak hajlandók a legnagyobb valószínűséggel szembenézni viselkedésükkel. Geraghty ügyfelei a saját akaratukból vannak ott, nem a bíróság ítélete alapján, és általában nem kényszerítő bántalmazók. „Ezek a férfiak jórészt erőszakos környezetben nőttek fel, hihetetlen problémáik vannak az intimitással, és sosem tanultak meg kommunikálni. Igen erősen frusztráltak.”

„Nick”, a harmincas évei közepén járó tagbaszakadt férfi a bizonytalan reagálók tipikus példája. Amikor találkoztunk a lakásán,

ahol feleségével, „Anival” és két fiukkal laknak, még mindig a családon belüli erőszak miatti büntetésének utolsó heteit töltötte. Egy évvel korábban, egy éjszakai veszekedés során egyszerűen fogta, és kidobta Anit az ágyból. A nő sikoltozására fölébredt az idősebb fiú, és amikor berohant a szobába, azt látta, hogy az anyja a földön fekszik és zokog.

Ani akkor éjjel kihívta a rendőrséget. Amikor Nicket berakták a rendőrautóba, odafordult az egyik rendőrhöz, és azt mondta: „Én nem vagyok bűnöző.” Az volt az első alkalom, hogy Nick fizikai erőszakot alkalmazott Anival szemben, és nyilván nem tartotta magát bántalmazó férjnek. De lassan kezdett rájönni, hogy akkor éjjel nemcsak hogy bűncselekményt követett el, hanem már évek óta családon belüli bántalmazással élt.

A helyi férfiak viselkedésterápiás programjában Nick és a csoporttársai megdöbbenek, amikor megtudták, hogy a szóbeli, érzelmi, lelki, sőt a gazdasági-pénzügyi bántalmazás is családon belüli bántalmazásnak számít. „Valójában nem tudtam, mi az a családon belüli erőszak, egy csomó ember nem tudja. Talán amikor hallottunk a lenéző, elmarasztaló beszédstílusról, az volt, ami valójában fölírta a program többi résztvevőjét – mondja Nick. – Biztos vagyok benne, hogy a férfiak 95 százaléka félreérti a családon belüli erőszak valódi jelentését.”

Lehet, hogy Nick beleillik a bizonytalanok kategóriájába, de nem tipikus: ő azon ritka férfiak egyike, aki legalább megpróbált megváltozni. Amikor találkoztunk, épp békülőben volt Anivel, aki azt mondta, hajlandó neki még egy esélyt adni. De nehezebb volt visszanyerni a nő bizalmát, mint gondolta. „Még nemrégiben is azt mondta, hogy fél tőlem. Teljesen letaglózott. Kiborultam. Azt hiszem, az jutott eszembe, hogy megálljunk csak, ez akár tíz évig is eltarthat (...) vagy akár örökké (...) Lehet, hogy mindig félni fog tőlem. Ez teljesen felőröl.”

Sokkal könnyebb lenne kezelni a családon belüli erőszakot, ha az elkövetők szépen beleillenének valamelyik kategóriába. Ez azonban, sajnos, nem így működik: a két csoport közötti határvonal meglehetősen homályos, könnyen át lehet lépni. A bizonytalanokból például válhatnak kényszerítő bántalmazók, akik eljátszhatják –

különösen a bíróság előtt –, hogy csupán túlreagálták a dolgot úgy, mint a bizonytalanok. Vannak elkövetők, akik nem illenek be egyik kategóriába sem, különösen azok, akiknek az erőszakosságát pszichózis okozza. A fentiek ellenére fontos tudni, hogy nem minden családon belüli erőszak ugyanolyan.

SOKAT VESZEKSZÜNK: AZ IS BÁNTALMAZÁS?

Nehéz kimutatni, hol végződik az egyszerű kis veszekedés, és hol kezdődik a családon belüli bántalmazás. A legtöbben vitatkoznak azzal, akit szeretnek. Normális dolog féltékenynek lenni, olyasmit mondani, amit később megbán az ember, még üvöltözni is lehet. Egy egészséges kapcsolatban mindkét fél törekedhet a dominanciára, a pénz, a házimunka, a társasági programok, a gyerekevelés és hasonlóak miatt. Bár az egyik fél lehet erősebb egy bizonyos területen, a hatalom általában észszerűen megoszlik a partnerek között. Az olyan kapcsolatokban, ahol az egyik fél bántalmazó, ugyanezek a hatalmi harcok folynak, ám ha animációt készítenénk ezekről a párokról, a bántalmazó kétszer akkora lenne, mint a partnere. Külső szemlélők, például a rendőrök, esetleg kölcsönösnek láthatják a veszekedő pár erőszakosságát. Ez azonban veszélyes hiba. Ahol súlyosan felborult a hatalmi egyensúly, a „kisebbik” fél – az áldozat – mindig nagy hátrányban van, függetlenül attól, milyen hevesen veszekszenek. Az elkövető gyakran tesz róla, hogy úgy tűnjön, épp ő az, akit bántalmaznak.

Honnan tudhatjuk akkor, mi a helyzet? Van egy egyszerű teszt: a kapcsolati konfliktusból akkor lesz családon belüli bántalmazás, ha az egyik fél erőszakos, fenyegető vagy elnyomó viselkedést tanúsít a másikkal szemben. Egy másik módszer: az áldozat általában fél a partnerétől. Ez a félelem azonban nem azonnal mutatkozik meg. Egyes áldozatok eleinte zavartak, sőt, akár dühösek is lehetnek. A félelem légköre idővel alakul ki, akár észrevétlenül is, épp úgy, mint amikor a közmondásos fazékban lassan melegszik a víz a béka alatt.

A HATALOM MEGSZERZÉSÉNEK MODELLJE

Biderman táblázatának segítségével bemutatom azokat az alapvető technikákat, amelyeket, eltérő mértékben, de valamennyi bántalmazó alkalmaz, függetlenül a kulturális vagy vallási háttérétől.*

Valamennyi technikánál felsorolok néhány közös taktikát és viselkedésformát, ám ez semmiképpen sem teljes lista. Minden egyes új technika alkalmazásával szorosabbá válik az erőszakos hatalom köteléke. Az áldozatokat ezeknek a technikáknak az összeadódása teszi tönkre, nem csupán az egyes elszigetelt incidensek. Minél tovább marad a nő a kapcsolatban, annál nehezebb – és veszélyesebb – kilépnie belőle.

A szeretet és a bizalom légkörének megteremtése

A családon belüli erőszak első fázisa a szeretet, bizalom és intimitás kialakulása. Eleinte a szeretet köti az áldozatot a bántalmazójához, az a szeretet, ami miatt megbocsát neki, és menteti.

A bizalom kialakítása a kényszerítő kontroll lényeges eleme. Az észak-koreai táborokban a „legalattomosabb” és egyben a leghatásosabb technika a hamis barátság volt. „Ha egy amerikai katonát fogságba ejtettek a kínaiak, jól megszorították a kezét, és hátba veregették.” Az ellenség „úgy mutatkozott be, mint az amerikai »munkások« barátja (...) és a barátság jelei a legtöbb amerikaiat készületlenül érték.” A rabtartók Észak-Koreában csak színleg voltak barátok, kiválóan tisztában voltak azzal, milyen pszichés terror vár a katonákra a tábori börtönökben. A családon belüli elkövetők – eltekintve azoktól, akiknek a szándéka eleve a bántalmazás vagy a kizsákmányolás volt – általában nem azért csábítanak el egy nőt, hogy majd uralkodjanak fölötte. Ha egy bántalmazó férfi azt

* A bizonytalanok partnerei néhány technikát biztos felismernek, bár nem mindegyiket. Ez azért van, mert a bántalmazójuk nem akar teljes mértékig uralkodni felettük, és nem alkalmazza az erőszakos, uralkodni vágyó férfi egész eszköztárát. Mások, akik csak néhány technikát ismernek föl, lehet, hogy épp egy erőszakos, kontrolláló kapcsolat elején járnak, még akkor is, ha már évek óta vannak együtt partnerükkel.

mondja, hogy szereti az új partnerét, akkor valószínűleg komolyan is gondolja. Ám ez nem az a fajta szerelem, amit a nem-bántalmazó emberek éreznek, hanem a bántalmazónak az a mélyen gyökerező érzése, hogy neki ez jár. Lundy Bancroft, aki régóta foglalkozik férfitanácsadással, írja: „Legtöbb ügyfelemnek valóban erős érzelmeik vannak, amit ők szerelemnek neveznek (...) [a bántalmazó férfi] valószínűleg arra vágyik, hogy [a partnere] az ő boldoggá tételének szentelje az életét, és ebbe senki ne szóljon bele, továbbá, hogy felvágasson vele mások előtt.” A szerelem és a bántalmazás összefonódása miatt állíthatják a partnerüket meggyilkoló bántalmazók azt az abszurditást, hogy a mélységes mély szerelem volt az indítékuk.¹¹

Akár valódi, akár megjátszott a szerelem, az áldozatot biztonságérzetbe ringatja. Mihelyt nem vigyáz, és kialakul a bizalom, elkezdődhet a bántalmazó folyamat.

Elszigetelés – szociális izoláció

Biderman táblázatában az első technika az elszigetelés. Amíg az áldozatnak jelentős társadalmi és érzelmi kapcsolatai vannak, a bántalmazó befolyása nem teljes. Ahhoz, hogy a nő életében a legnagyobb hatalommal bíró személy legyen, ki kell iktatnia mindenkit, aki áldozatát támogatná, és el kell hallgattatnia azokat a hangokat, amelyek kérdőre vonnák a viselkedéséért.

Itt van például „Jasmine” és „Nelson” története. Jasmine épp elvégezte az iskolát, amikor megismerte Nelsont, az első fiút az életében. Jasmine katolikus szellemben nevelkedett, kamaszéveiben az anyja és a nővére volt minden társasága. Saját bevallása szerint hihetetlen naiv volt, azt hitte, csak az idegen férfiakkal kell vigyáznia. Kapcsolatuk kezdetén Nelson azt mondta neki, ne hordjon fehér nadrágot, mert átlátszik a bugyija, és úgy néz ki, mint valami szajha. Amikor Nelson rászólt, hogy ne vegyen föl ruhát, mert könnyű célpontja lesz a rossz embereknek, akik meg akarják fogdosni, a lány azt gondolta, hogy ez azért kicsit túlzás, de belement. Nelson idősebb volt, és járt már külföldön is. Tudja tehát, hogyan is van ez a nagyvilágban.

Néhány hónap alatt Nelson „segítő szándékú” tanácsaiból szigorú szabályok lettek, megszabta, mit tehet Jasmine és kivel találkozhat. A fiú azt mondta neki, hogy ne legyen sokat együtt a nővérével, és baj volt a fiúbarátokkal is, mert Nelson aggódott, nehogy szexeljen velük. Jasmine-nek eleinte mindez hízelgett, azt gondolta, *azt akarja, hogy csak az övé legyek.* És igaza volt. Nelson kis idő múlva már azzal fenyegetőzött, hogy kárt tesz Jasmine férfiismerőseiben, majd arra kényszerítette, hogy hívja föl a férfikollégáit, és mondja nekik azt, hogy gyűlöli őket. És ez csak a kezdet volt. Jasmine észre sem vette, hogy Nelson szisztematikusan elszigeteli mindenkitől.

A hadifoglyoktól eltérően, a családi bántalmazás áldozatait fokozatosan szigeteli el a bántalmazójuk, ami eleinte viszonylag ártatlan dolognak tűnhet. Az elkövető elszigetelheti a partnerét földrajzilag, azaz messzire költöznek a rokonoktól, barátoktól, olyan helyre, ahol ellenőrizheti és korlátozhatja a mozgását. Izolálhatja kifinomultabb módszerekkel is, elüldözi a támogató barátokat és rokonokat, megnehezíti a nőnek, hogy találkozzék velük, meggyőzi, hogy ártanak neki, vagy úgy viselkedik a jelenlétükben, hogy egyszerűen nem mennek többet hozzájuk. Elszomorítja őket, hogy a szerintük mérgező kapcsolatból a nő nem akar kilépni, így aztán fokozatosan nem is keresik a találkozás lehetőségét. Ilyen módon valójában elvégzik az elkövető munkáját helyette.

Másik változat, ha az áldozatnak nem éppen jó a viszonya a szüleiével, akkor az elkövető összejátszhat velük, és így még jobban el tudja szigetelni az áldozatot, hiszen a nő családja a férfi oldalán áll. Az egyik túlélő, Terri így beszélt erről: „Amikor megpróbálta helyreállítani a kapcsolatát a családommal, meggyőztem magam, hogy milyen rendes pasi, csak javítani akar a kapcsolatunkon. Most már tudom, hogy rokonlélekre talált az anyámban, aki lényegében a bűntársa lett.”

Van, hogy az áldozat nem tűnik el a nyilvánosság elől, a kapcsolata tökéletesnek tűnik a világ szemében. Ebben az esetben ő maga szigeteli el saját magát, mert – szégyenérzetből, félelemből vagy a partnere megvédelme miatt – nem hajlandó beszélni senkinek a bántalmazásról. A nőnek nem kell teljesen elszigeteltnek lennie, hogy a kényszerítő kontroll működjön. Elég, ha sérül a kapcsolata az őt támogatókkal.

MERT KIHÓZOD BELŐLEM AZ ÁLLATOT

Ha a bántalmazó az áldozatot annak akarata ellenére akarja elszigetelni, akkor egészen szélsőségesen is cselekedhet: eldugja a kocsikulcsot, megszakítja a telefonhívásokat és üzeneteket, fenyegeti vagy megtámadja a rokonokat, barátokat. Birtoklási vágyát a szenvedélyes szerelme megnyilvánulásával magyarázza, vagy a nőt hűtlenséggel vádolja, és azt mondja, csak azzal tudja bizonyítani, hogy őt szereti, ha megszakít minden kapcsolatot másokkal, és így elaltatja az ő féltékenységét.

Te dönts el, mit érzékelhet

Miután az áldozat el van szigetelve a rokonaitól és a barátaitól, az elkövető már ki tudja sajátítani az érzékelését. Az észak-koreai hadifogolytáborokban ezt fizikai elszigeteléssel és más, érzékelési trükkökkel érték el: teljes sötétségben vagy vakító fényben tartották a foglyokat, vagy korlátozták a mozgásukat. Ennek az volt az értelme, hogy a fogoly a figyelmét a keserves helyzetére összpontosítsa, befelé forduljon, és mondjon le minden olyan cselekvésről, ami nem az engedelmességről szól. A családon belüli elkövetők csak ritkán alkalmaznak ilyen egyértelmű módszereket. Ehelyett, mint valami bűvészmutatványnál, az elkövető a bántalmazásról az áldozat hibáira tereli a figyelmét: ha ő nem lenne annyira *ilyen*, akkor a bántalmazó sem lenne annyira *olyan*. Az áldozat érti ezt, hiszen a legtöbb elkövető látszólag szereti a saját barátait és rokonait. És ha ő az egyedüli, akivel rosszul bánt, akkor csakis azért lehet, mert provokálja.

Miközben a nő megpróbálja kitalálni, mit csinál ő rosszul, a férfinak megvan a tökéletes alibije. Egyre több falat emel. Hiszen ő jobban tudja, kivel találkozhat a nő, és hogyan kell viselkednie, végül is csak segít neki legyőzni a hibáit, és jobb embernek lenni.

Ha a nő ellenáll, a bántalmazó változtat a taktikáján. Lehet, hogy rábeszéli, ne találkozzék bizonyos emberekkel, és ne csináljon bizonyos dolgokat, mert neki, a férfinak, szüksége van a teljes figyelmére. Lehet, azért, hogy a nő segítsen *neki* jobb emberré válnia, mert sérült és elveszett, és a nő az egyetlen, aki segíthet neki, hiszen valójában erős. De ahhoz, hogy neki segíthessen, a saját hibáival is meg kell birkóznia. És ezek a hibák nap mint nap sokasodnak.

A nő büntudata idővel szégyenérzetté fokozódik. Amikor ez a szégyen állandósul, a nő nemcsak megbán bizonyos dolgokat, amiket tett, hanem azt kezdi érezni, hogy ő a rossz. Ezért aztán nem bízik többé az ösztöneiben, és az elkövető véleménye még fontosabb lesz számára. Ettől fogva a szégyenérzete olyan lesz, akár az örvény, valahányszor az elkövető ráveszi, hogy az ösztönei ellen cselekedjen – például megszakítja a kapcsolatot a szeretteivel –, csak fokozódik a szégyenérzet. Minél jobban szégyelli magát, annál jobban függ a bántalmazójától, és annál kevésbé valószínű, hogy segítséget keres. Hiszen ki akarna segíteni egy olyanak, mint ő?

A bántalmazó fokozatosan távolítja el áldozatát a való világtól az általa létrehozott valóságba. Ahogy a nő egyre jobban elszigetelődik, lassan eltűnik a barátok és rokonok nézőpontja és véleménye, ami pedig felhívhatná a figyelmét a veszélyre. Sőt, a nő maga üldöz el mindenkit, aki meg akarná kérdőjelezni a kapcsolatát.

Ahogy a bántalmazás fokozódik, a nő elkezd magyarázatot keresni a férfi viselkedésére. Hiszen nem lehet *mindenért* ő a hibás – akkor hát miért ilyen a másik? Ez a gondolatmenet ugyanazoknak a kérdéseknek a feltételéhez vezet, mint amiket mi is felteszünk, amikor megpróbáljuk megérteni, miért bántalmazzák a férfiak a partnerüket: Mentálisan beteg? Iszik? Drogozik? Vagy csak stresszes? *Valami* magyarázatnak csak kell lennie.

A válaszokból könnyen kifogások lesznek. Azért féltékeny, mert a volt barátnője, az a ribanc, megcsalta. Azért nem szereti, ha ő elmegy valahová, mert nagyon félti. Néha dühbe gurul, de mindenkinek megvannak a maga démonai, neki csak egy jó asszonyra van szüksége, aki segít legyőzni őket. A nő azért találja ezeket a kifogásokat, mert szinte felfoghatatlan számára az a gondolat, hogy a férfi, akit szeret, szándékosan ilyen kegyetlen vele. Mint ahogy mi sem értjük. A nő így aztán mindenféle módokat keres, hogy „megjavítsa” a férfit, hiszen egy nőnek az a dolga. Hogy gondoskodjon a férfiről, hogy megmutassa, hogyan kell gyengédnek lenni és szeretni. Minél hosszabb ideig érzi magát felelősnek a nő a férfi bántalmazásáért, minél tovább próbálja ebből kigyógyítani, annál inkább csapdába esik.

„Már az első pillanattól fogva nem annak veszed, ami – mondja Frances, aki sikeres előadó volt Melbourne-ben, a bántalmazó part-

nerével töltött tizenhét éves kapcsolata előtt. – Aberrált viselkedésnek tűnik, aztán ez fokozódik, de egészen sokáig nem áll össze belőle az egész (...) az ember azt hiszi, megbolondult (...) Mint Alice Csodaországban, már nem tudja, mi a valóság.”¹²

A bántalmazó egyik legügyesebb trükkje, hogy láthatatlanná teszi a bántalmazást.

Érd el, hogy tehetetlen és kimerült legyen

Az észak-koreai fogolytáborok öreinek specialitása volt a *tehetetlenség és kimerültség előidézése*. „A kommunisták egyik fő fegyvere, hogy az áldozat ne értse pontosan, mi történik vele – írja Biderman. – Nagyon fontosnak tartják, hogy becsapják, átejtsék és összezavarják az áldozatot.”¹³ A zavarodott fogolynak óriási mentális energiákat kellett bevetnie ahhoz, hogy meg tudja különböztetni a tényeket a fikciótól. Minél jobban lehúzta az örvény, annál jobban kimerült, míg végül hagyta, hogy fogvatartója határozza meg számára, mi a valóság.

Ezt a folyamatot másolják a családi erőszak elkövetői is, csak itt másképp nevezzük: lelki bántalmazás és manipuláció (gaslighting). Ilyenkor a bántalmazó *tudatosan* tagad, kitalál vagy manipulál szituációkat, hogy partnere kételkedjen a saját emlékezetében és érzékelésében. Ahogy egyre zavartabb és szorongóbb lesz, kezdi azt hinni, hogy a férfi értelmezése az eseményekről megbízhatóbb, mint a sajátja. A *gaslighting* kifejezés az 1944-es *Gázláng* című filmből ered, Ingrid Bergmant, a női főszereplőt bántalmazó partnere oda juttatja, hogy elhiggye, nem normális. A férfi ezt úgy éri el, hogy a környezetükben pár kis részletet megváltoztat, például lecsavarja a gázlámpát, és amikor a nő ezt észreveszi, a férfi letagadja. Makacsul hajtogatja, hogy a nő téved, de lehet, hogy megőrült. Mivel épelméjűsége kétséges, a férfi meggyőzi áldozatát, hogy nem biztonságos elmennie bárhová is vagy vendégeket fogadnia, mert olyan dolgokat képzel, amik nem valóságosak.

Terri, az egyik túlélő az érzelmi manipuláció egyik esetét beszéli el azokból az időkből, amikor elkezdtek randevúzni a bántalmazójával.

Sétáltunk. Átfogta a derekamat, és akkor valahogy a földre kerültem. Biztos voltam benne, hogy fellökött, és ezt meg is mondtam neki, de tagadta, és nagyon kedvesen viselkedett. És bár teljesen biztos voltam benne, hogy ő lökött el, nem tudtam összeegyeztetni az elragadó és kedves viselkedésével. Ugyan össze voltam zavarva, de úgy döntöttem, hiszek neki. Emlékszem, megkérdeztem magamtól, hát miért is lökött volna fel? Miért csinálna ilyet egyáltalán valaki? És mivel erre nem tudtam válaszolni, meggyőztem magamat, hogy amit igaznak gondoltam, tévedés volt. Nagyon korán megkezdődött a kiképzésem.

Az érzelmi manipuláció igen gyakori a családon belüli bántalmazásnál. Kay Schubach, aki műkereskedő Sydney egyik tehetősebb keleti negyedében, két hónapig volt együtt egy rendkívül veszélyes – és elbűvölő – sorozatbántalmazóval, aki könyörtelenül manipulálta. „Az egyik pillanatban még ott voltak a kulcsaim, a másikban már nem. Ötven dollár ott volt a tárcámban, aztán eltűnt. »Biztos elveszítetted«, »Megbolondultál? Képtelen vagy normálisan gondolkodni. Mi van veled?« Állandóan védekezni kényszerültem, a végén már azt hittem, megőrülök.” Bántalmazója, Simon Lowe (akit 2009-ben 12 év fegyházra ítélték egy másik nő ellen elkövetett testi sértésért és nemi erőszakért), azt mondta Kay-nek, hogy amilyen szorongós és zavarodott, el kéne mennie az ő orvosához, hogy fölírjon neki valamit. Később, amikor világossá vált, hogy a nő el akarja hagyni, Simon azt mondta, hogy eltette az antidepresszáns receptjeit, és amennyiben Kay bíróságra akarná vinni az ügyet, felhasználta volna, hogy aláássa a nő szavahihetőségét.

További technikák még a hosszas faggatózások, amikor a férfi hűtlenséggel gyanúsítja a nőt, vagy az alvásmegvonás, de lehetnek ezeknél kifinomultabb eszközök is. „Mindent azért csinált, hogy megnehezítse a dolgomat – mondja Terri. – A lányaim aspergeresek, és amikor a második kicsi volt, nagyon ragaszkodott a rutinhoz, nála a vacsora, fürdés, lefekvés csak ebben a sorrendben lehetett. Így aztán a férjem rögtön vacsora után elment zuhanyozni, és egészen addig fürdött, míg ki nem ürült a bojlerből a meleg víz. Megkértem, nem várna-e addig, amíg meleg vizet engedek a kádba, de ezzel elrontot-

tam volna a játékát. Túlságosan kimerült voltam ahhoz, hogy annak lássam ezt, ami.” A „fejtörő” játékok meglehetősen gyakoriak: a bántalmazó például küldhet a partnerének egy kedves üzenetet, aztán meg leszidhatja azért, mert ugyanabban a szellemben válaszol. Az is előfordul, hogy napokig (sőt hónapokig vagy évekig) nem szól semmit, hogy megfélemlítse partnerét, aki azon töpreng, mi a fenét tehetett, amivel kiérdemelte ezt a bánásmódot. A férfi kiszámíthatatlan reakciói miatt a nőnek „tojáshéjon kell járnia”, állandóan ébernek kell lennie, és úgy viselkednie, hogy megelőzze a további bántalmazást. Mondani sem kell, az áldozat kimerül abban, hogy folyamatosan figyelnie kell partnere érzelmi állapotára.

A bántalmazásnak minden egy szála észrevétlenül olyan szorosra van fonva, hogy a kívülállók – akár a barátok, akár a rendőrség – számára lehetetlenség megmagyarázni, mi is történik pontosan. Hacsak a bántalmazó nem annyira durva vagy ügyetlen, hogy külsérelmi nyomokat hagyjon áldozatán, a nő semmi módon sem tudja bebizonyítani az erőszakot. Anélkül pedig két állítás áll egymással szemben, és a nő története annyira eszement, hogy nem tűnik valószínűnek.

Lényegtelen dolgok megkövetelése

Azért, hogy az áldozat megadóan együttműködjön, a bántalmazó lényegtelen apróságokat követel meg tőle. Ezek lehetnek egy bizonyos témában – például megtiltja, hogy a nő szexisen öltözzék vagy szóba álljon más férfiakkal –, de a szabályrendszert fölállíthatja spontán vagy önkényesen is, és minden előzetes figyelmeztetés nélkül alkalmazhatja. Az áldozat tetteit és viselkedését ezeknek a szabályoknak a betartása szerint ítéli meg, ám a szabályok állandóan változnak, és gyakran ellentmondanak egymásnak, így ahhoz, hogy elkerülje a büntetést, az áldozatnak mindezeket kívülről kell tudnia. Emiatt aztán állandó készültségben él, minden figyelmét arra összpontosítja, hogyan lássa előre a szabályokat, és hogyan feleljen meg nekik. A nő így kénytelen a férfi szemével látni a világot, és már azelőtt lehet tudni a következő elvárást, mielőtt elhangzana. A nő csak akkor kerülheti el, hogy a férfi bántsa őt, a barátait, a

rokonait vagy a házi kedvenceit, ha engedelmesen együttműködik. Ez a hihetetlen mentális erőfeszítés elvonja a figyelmét a saját szükségleteitől és igényeitől, és egyre jobban belegabalyodik a bántalmazó férfi hálójába.

Nelson annyira uralta Jasmine életét, hogy a nőnek pár perc után már jelentenie kellett, hol van. Még otthon is fotókat kellett készítenie, hogy bizonyítsa Nelsonnak, melyik szobában van épp. Ha nem a megfelelő szempont vette, csúnyán nézett rá, vagy a hangnemével volt baj, a férfi kritizálta és lehordta mindennek. Ilyeneket mondott neki: „Szajha vagy, és annak megfelelően kell veled bánni.”

Evan Stark, a szociológus leírja, hogyan válhat a követelmények felállításából fétis. „Mondtak már nőknek olyan szabályokat is, hogy hogyan kell porszívózni a szőnyeget (amíg a csíkokat nem látod), hány centire lóghat le az ágytakaró, és pontosan hány fokos lehet a férfi számára előkészített fürdővíz. Mivel ezeknek a szabályoknak egyetlen célja az engedelmesség kikövetelése, állandóan változnak.”¹⁴

Az olyan környezetben, ahol a szabályok állandóan változnak, az áldozat lassan úgy érzi, mintha valami párhuzamos univerzumban élne. Minden energiáját arra fordítja, hogy elkerülje a büntetést, és viselkedését az elvárásoknak megfelelően igazítja. Annyira kimerül a megfelelni akarásban, hogy eszébe sem jut, hogy bántalmazás áldozata. Mint ahogy Terri mondja: „Miközben a lányaim dolgait intéztem, és megpróbáltam elkerülni a vélt vagy valós dolgok miatti büntetést, annyira kimerültem, hogy észre sem vettem, hogy vékony jégen járok. Minden pillanatban csak túlélni akartam.”

Mindenhatóság mutatása

Az észak-koreai táborokban a fogvatartók úgy demonstrálták teljhatalmukat, hogy teljes mértékig meghatározták a foglyok sorsát. A családon belüli bántalmazásnál a mindenhatóság többféle módon megnyilvánul, az áldozat úgy érzi, mindegy, mit csinál, nem tud menekülni.

Számos kontrolláló kapcsolatban az áldozat könyörtelen megfigyelésnek van alávetve. Ahogy szűkül az én-tudata, bántalmazója

egyre többet foglal el az áldozat valóságából. Ha a nőnek vannak olyan helyei, ahol biztonságban érzi magát – munkahely, templom, sőt akár a bevásárlóközpont is –, a férfi mintegy gyarmatosítja ezeket, folyamatosan hívogatja vagy üzenetet küld neki, és megbünteti, ha nem válaszol. „Ha lassított felvételen látnánk a bántalmazó kapcsolatokat – írja Stark –, afféle groteszk tánra hasonlítanak, amelynek során az áldozatok néhány pillanatra autonómiát teremtenek maguknak, az elkövetők pedig, amint megtalálják, lerombolják és tönkreteszik.” Az áldozat idővel már el is hiszi, hogy partnere valahogy mindenható, és nincs az a külső hatóság – sem a rendőrség, sem a bíróság –, ami biztonságot tudna neki nyújtani. Ugyanúgy, mint az észak-koreai hadifogoly-táborokban, a bántalmazó egy távolabbi cél érdekében teremt meg ezt a hatást: nevezetesen, hogy meggyőzze áldozatát, hiábavaló minden ellenállás.

Egyes bántalmazók nagyon ügyesen teremtik meg annak látszatát, hogy mindent tudnak. Tudják, melyik honlapokat látogatja a nő, kinek telefonál, pontosan melyik útvonalon megy munkába. Manapság könnyű a földöntúli hatalom érzetét megteremteni: online beszerezhető. Az egyik népszerű telefonos applikáció ára nem egészen 300 dollár évente, és a felhasználó nem látja, hogy telepítve van. Ennek az egyetlen applikációnak a segítségével a bántalmazó távolról is hozzáférhet az illető telefon szöveges üzeneteihez, híváslistájához, fényképeihez, e-mailjeihez, kapcsolataihoz és a keresési előzményeihez. Még blokkolhatják is a kimenő vagy bejövő hívások számait, valamint törölhetnek is bármit a telefonon. A beépített GPS-nek köszönhetően az áldozat telefonja nyomkövetőként működik, a zaklató otthon, a számítógépe mellől követheti a térképen az áldozat mozgását.

A fizikai felügyelet és követés mellett a bántalmazó úgy is kimutathatja mindenhatóságát, hogy elhiteti áldozatával, élet-halál ura. Erre a totális uralomra a legfényesebb bizonyíték a fojtogatás. Attól a pillanattól fogva, hogy a kezét rátette áldozata nyakára, teljes mértékig uralja. Az áldozat sem beszélni, sem sikítani nem tud. Az elkövető elnyújthatja a tettlegességet úgy, hogy lazít a fogáson, így az áldozat levegőhöz jut, mielőtt az elkövető újra szorít a nyakán, vagy addig fojtogathatja, míg elveszti az eszméletét. Így aztán

ostorozhatja valami vélt hibáért vagy helytelen cselekedetért, vagy egyszerűen arra jó az egész, hogy bemutassa, milyen könnyű lenne elvenni az életét. A fojtogatás az erőszaknak olyan extrém formája, amelynek ritkán van látható nyoma. Nincs kék karika a szem alatt, sem vérző orr. Mire a rendőrség kiérkezik, inkább az a látszat, hogy a bántalmazót támadták meg, mert az áldozatok általában harapnak és karmolnak, ahogy levegőért küzdenek.

Kutatásokból tudjuk, hogy a családon belüli bántalmazás áldozatainak több mint 65 százaléka átélte már a fojtogatás halálközeli élményét.¹⁵ Az egyik queenslandi túlélő így idézi ezt fel:

Meglepett, amikor először erőszakoskodott velem. Rémisztő élmény volt. Már azóta el is felejtettem, miért jött dühbe, csak arra emlékszem, hogy az ujjai rázáródnak a nyakamra. Emlékszem, hogy levegő után kapkodtam, emlékszem a rettegésre, meg arra, ahogy a szememet nézte, miközben kezdtem elveszíteni az eszméletemet. Amikor már majdnem belemerültem a sötétségbe, lazított a szorításon. Épp csak annyi oxigént engedett nekem, hogy újra kezdhesse az egészet. Nem tudom, mennyi ideig tartott ez a macska-egér játék, mindig annyi életet hagyott bennem, hogy tovább játszhasson. Nem tudom, mi történt utána, csak arra emlékszem, hogy mintha kővé váltam volna, és úgy éreztem, csapdába estem. Akkor azt mondtam neki, menjen el. Nem volt hajlandó. Hát mit tehettem volna?¹⁶

A fojtogatás korábban könnyű testi sértésnek minősült,* de sokkal kegyetlenebb – és veszélyesebb –, mint egy ütés vagy rúgás: a pennsylvaniai egyetem kutatói a vizes kínzáshoz hasonlították, amikor az áldozat fejét szinte a fulladásig vízbe nyomják. Nagyon komoly fizikai sérülést okozhat, sőt, az áldozat akár napokkal vagy hetekkel később is belehalhat belső sérüléseibe. A fojtogatást az

* 2016-ban a queenslandi törvényhozás a nem halálos kimenetelű fojtogatást bűncselekménnyé minősítette át, amelyért a maximális kiszabható büntetés 7 év. A rákövetkező egy év során közel 800 esetben emeltek vádat. (AAP és mások: „Almost 800 charged with strangulation in Queensland domestic violence crackdown.” *The Guardian*, 2017. május 7.)

emberölesre figyelmeztető jelként kell értelmezni: a fojtogatóknál közel nyolcszor akkora a gyilkosság valószínűsége.¹⁷

Büntetés és jutalmazás felváltva

A kényszerítő kontrollra való törekvés kulcsa a büntetés és jutalmazás változtatása. Az észak-koreai táborokban a fogvatartók nagymesterei voltak ennek. „A fogvatartó bizonyos időkben és helyeken úgy törekszik célja elérésére, hogy kedves, gondoskodó, mosolygós embernek adja ki magát, máskor a maga póré valóságában nyilvánítja ki brutalitását (...) Sokakat lenyűgözött már átöltözőművészhez hasonlatos képességeivel.”¹⁸ Biderman egészen biztosan nem a családon belüli erőszakra gondolt, amikor a fentieket írta, de nagyon találó a családon belüli erőszak elkövetőjének gyorsan változó hangulatára is. Azoktól az extrém helyzetektől eltekintve, amikor könnyörtelen az abúzus, az elkövető időnként szerelmet vall, ajándékokat ad, kedves és lelkifurdalást emleget. Ezt a szakirodalom a „bántalmazás ciklusának” nevezi, az erőszakkitörést lelkifurdalás és ígéretések („mézeshetek”) követik, aztán jön a feszültség felgyülemzése, majd kis szünet után egy újabb erőszakos roham. A bántalmazó őszintének gondolja a mézeshetek-fázis alatt mutatott kedvességét, de – csakúgy, mint a ciklus többi fázisa – a kontroll fenntartásáról szól.

A kedvesség periódusai, legyenek azok bármilyen rövidek is, erősítik a kötődést a bántalmazó és áldozata között. A nőnek eszébe jut, milyen is volt az a férfi, akibe beleszeretett, és botor módon felhagy az óvatossággal, így aztán megoszt olyan dolgokat – titkokat, vágyakat, talán erotikus fotókat is –, amelyeket a bántalmazó később felhasználhat ellene. Az elkövető azt mondja az áldozatnak, hogy ha változtat a viselkedésén, és megteremti a számára tökéletes környezetet, akkor felhagy a bántalmazással. Ilyenkor aztán a nő újra elkezd azon gondolkodni, mitől is jön ki a sodrából a másik, megkettőzött energiával próbál a kedvében járni és a követeléseire alkalmazkodni, csak hogy meghosszabbítsa a kegyelmi periódust, és elnyerje bírálója elismerését.

Az erőszakkitörés után bármilyen kis kegyet gyakorol is az elkövető, mélységes hálaérzetet válthat ki az áldozatból. Kay

Schubachnak különösen rémes élményekben volt része: a bántalmazója vadul száguldott kocsijával az országúton, miközben őt kétszer fejbeverte. Amikor a nő könyörgött, hogy vigye be a kórházba, nagy fékcsikorgással megállt a házuk előtt, és rászólt, hogy fejezze be a jelenetet. Fönt a lakásban tovább szidalmazta, mígnem egyszer csak hirtelen megváltozott. „Egyszerűen megnyugodott – mondja Kay –, és éreztem, hogy megint biztonságban vagyok. Ilyeneket mondott: »Jaj, meg kell nyugodnod, mindjárt csinálok egy kis mentateát, minden rendben van.« Addigra az ember már teljesen kivan idegileg, úgyhogy ilyenkor összeomlik, és elsírja magát, és akkor megvigasztal, ágyba tesz, csinál egy teát, és azt mondja, sajnálja, nem is tudja, mi történt, és témát vált. És ilyenkor az ember hálás, hogy a partnere megint kedves, melegszívű, és majd megvédi a gonosztól.”

Mint ahogy Herman mondja, ezzel a „kedves” viselkedéssel sokkal hatékonyabban meg lehet törni a másik lelki ellenállását, mint ha folyamatosan csak rettegésben tartaná az elkövető. „Az elkövető célja nemcsak az, hogy áldozatában halálfélelmet keltsen, hanem az is, hogy az áldozat hálás legyen, amiért életben hagyja (...) A biztonság tekintetében való megmenekülés többszöri ismétlődése után előfordulhat, hogy az áldozat paradox módon megmentőként kezd tekinteni az elkövetőre.”¹⁹

A bántalmazó kegyes viselkedése miatt az áldozat a félelem állapotától megkönnyebbül, sőt érzelmei akár rajongásba is átcsaphatnak. „Az áldozat a saját biztonsága, sőt túlélése érdekében teljesen rá van hangolva arra, amit a másik csinál – írja Schubach. – Amikor jó hozzá a bántalmazója, akkor hihetetlenül hálás, és szerelmes belé, amiért kedvesen bánik vele.”

*

Végül is ez az, amit a kontrolláló bántalmazó akar: egy készséges, odaadó alárendeltet, aki még jobban szereti azért, mert világosan felállította a korlátokat, és szinte várja is, hogy büntetést kapjon, ha nem engedelmeskedik. A patriarchális társadalmakban évszázadokon át ez volt a férfiak alapvető elvárása. 1869-ben John Stuart Mill,

az angol filozófus és feminista leírta a despota gondolkodásmódját: „A férfiak nem csupán engedelmisséget várnak el a nőktől, az érzéseiket is akarják – írja *A nő alárendeltsége* című munkájában. – Minden férfi, kivéve a legkegyetlenebbeket, a hozzá közel álló nőtől nem azt várja, hogy erővel legyen a rabszolgája, hanem önszántából. Hogy ne csupán rabszolga legyen, de kegyenc. Ezért aztán mindent megtesznek, hogy a lelküket hajtsák rabigába.” Orwell ugyanezt a vágyat fejezi ki, amikor az 1984-ben a Nagy Testvéréről ír: „Mi nem elégszünk meg a negatív engedelmisséggel, még a legnyomorultabb megalázkodással sem. Ha végül is megadod magad nekünk, annak saját szabad akaratodból kell történnie. Mi nem azért pusztítjuk el az eretneket, mert ellenáll nekünk; amíg ellenáll, soha nem pusztítjuk el. Mi megtérítjük, hatalmunkba kerítjük a lelke legbelsejét, újjáalakítjuk. Kiegyetünk belőle minden rosszat és minden képzeletlenséget; a magunk oldalára állítjuk, nem látszatra, hanem őszintén, szívvel-lélekkel.”* Az észak-koreai táborokban a kommunista vallások szintén ezt a teljes alárendelődést akarták elérni. Ahogy a foglyoknak mondták: „Nem megfelelő a hozzáállásod. Én megpróbálok segíteni ebben. Meg kell változtatnod a hozzáállásodat.”²⁰ Mint ahogy Herman írja: „A másik ember feletti totális kontroll-gyakorlás vágya az önkényuralom különböző fajtáinak közös jellemzője. A totalitárius kormányok áldozataiktól vallomást és politikai megtérést követelnek. A rabszolgatartók rabszolgáiktól halat követelnek (...) A családon belüli erőszak elkövetői azt követelik, hogy az áldozatok minden más kapcsolatuk feláldozásával bizonyítsák teljes engedelmisségüket és hűségüket.”

A pornográfia mélyén is általában ennek a „totális kontrollnak” a fantáziája jelenti az erődinamikát. „A döbbenetesen normális férfiak milliói számára ennek a fantáziának az erotikus vonzereje táplálja azt a hatalmas iparágat, amelyben nőket és gyerekeket bántalmaznak, és nem a fantázia-, hanem a való világban.”²¹

Az alávetettség azonban nem természetes állapota a nőknek, és teljes mértékig ellentétes azzal a felszabadító folyamattal, amiért annyit harcoltunk. Ez az, ami miatt a bántalmazók – különösen a

* Szijgyártó László fordítása.

kényszerítő bántalmazók – már nem csak verik az áldozataikat. Ha az alárendeltség és az odaadás régi feltételeit akarják újrateheríteni, meg kell teremteniük a kényszerítő kontroll környezetét.

Ne feledjük, hogy sok elkövető nem feltétlenül van tudatában annak, hogy a szervezett kontroll és megalázás hadjáratát üti nyélbe. A hideg fejjel számító elnyomó-kontrollálók dominanciára törekednek, és ennek megfelelően hajlamosak mind a fizikai, mind a pszichikai erőszakra, az ő esetükben a kontrolláló magatartás állandó és tudatos. A beteges féltékenység és paranoia által gyötört kényszerítő bántalmazók azonban nagyobb valószínűséggel teremtik újra ezeket a technikákat spontán módon, és a bizonytalanok még kevésbé cselekszenek valamely stratégia szerint. Úgy válogatnak a kontrollálás eszköztárában, mintha csak csatornát váltanának. Mihelyt visszanyerték a kontrollt, elengedik a gyepőt, és őszintén helyre akarják állítani a kapcsolatot. De akár valamely stratégia szerint, akár impulzív módon bántalmazznak az elkövetők, egy dolog közös bennük: az a mindent elsöprő érzés, hogy erre fel vannak jogosítva.

*

Biderman erőszaktablázatának két további technikája a fenyegetés és a megalázás.

Fenyegetés

Ahogy a bántalmazás egyre becsmerlőbb és tolakodóbb lesz, a bántalmazó *fenyegetéssel* tartja fenn az áldozat szorongását és kétségbeesését, hogy megakadályozza a szökését vagy azt, hogy segítséget kérjen.

Az észak-koreai táborokban a fogvatartók halállal, végtelen hosszú elszigeteléssel és vattalással fenyegették foglyaikat, valamint azzal, hogy ártani fognak a családjuknak. A családon belüli bántalmazás esetében a fenyegetések nem kevésbé rémisztőek. Ezek miatt lehet fogságban tartani egy nőt, és azt kommunikálni neki, hogy meg ha el akarna is menni, soha nem lehet biztonságban.