

Pécsi Tudományegyetem Bölcsészettudományi Kar

Demográfia és Szociológia Doktori Iskola

Addiktológia és Egészségmagatartás Program

Válsmegélés, válsfeldolgozás mintázatai napjainkban

A doktori értekezés tézisei

Jakobiné Görgőy Rita

Témavezetők: dr. habil. Bögre Zsuzsanna és dr.habil. Lampek Kinga

Pécs, 2022

A téma indokoltsága

Paul R. Amato amerikai szociológus, a válás témakörének egyik leginkább hivatkozott szakértője *The Consequences of Divorce for Adults and Children / A válás következményei felnőttek és gyermekek esetén* (2000) című tanulmányában leszögezte, hogy „*A családi élet terén a 20. században végbemenő változások közül talán a legdrámaibb – és a legszélesebb körű következményekkel bíró – a válás arányának növekedése volt*” (Amato, 2000, 1269.). Bár Magyarországon e tekintetben 2010 óta a teljes válási arányszámmal is alátámasztott kedvező változás tapasztalható, 2020-ban a házasságok 33%-ában még mindig válásra lehetett számítani.

A házasságbomlásnak gazdag irodalma van. Számos kutatás, tanulmány foglalkozott egyrészt a válási arányok növekedésének igen összetett okaival, másrészt széleskörű következményeivel. Mivel azonban ez az irodalom döntően kvantitatív kutatásokon alapszik, sajnálatos módon nem tudunk eleget egyrészt arról, hogy ki hogyan éli meg a válást/szakítást, másrészt arról, hogy ki „mit kezd”, hogyan küzd meg ezzel a krízisnek tekintendő, megterhelő élethelyzettel.

A szakirodalom illetve saját tapasztalatom szerint a mélyinterjú, és különösen az életútinterjú mélyinterjú – a mellett, hogy fontos adatgyűjtési eszköz, kutatási módszer – ezen kérdéskörök igen hasznos formába öntője, hiszen kiváló lehetőséget teremt a velünk történt életesemények értelmezésére, a történetek értelmének megtalálására. Már a téma szakirodalmának áttanulmányozása közben meggyőződésemmé vált és empirikus kutatási tapasztalataim során be is bizonyosodott, hogy nagy szükség van e szempontok vizsgálatára. Az eredmények alapján levont következtetések több szempontból is hozzájárulhatnak a magyar emberek, családok, kisközösségek és a magyar társadalom egészségi állapotának javításához. Egyrészt a házasságbomlás prevencióját támogató intézkedések kidolgozásával, másrészt a döntéshozók, szociális, jogász és oktatási szakemberek érzékenyítésén és az elváltakat támogató szolgáltatások felállításán és népszerűsítésén keresztül. Utóbbival összefüggésben eredményeimmel fel szeretném hívni a figyelmet az önsegítő csoportok hatékonyságára, és ösztönözni a döntéshozókat azok minél szélesebb körű támogatására, „hasznosítására” a magyar társadalom mentálhigiéniájának javítása érdekében.

Kutatási minta és konkrét kutatási célok

2016 és 2019 között készített harminc félig strukturált életútinterjúra alapozott empirikus kutatásomban egyrészt váláson, illetve szakításon átesett személyek válszámegélésének, válszámjelentésének megismerésére és mélyelemzésére, magukat az érintetteket megszólaltató bemutatására vállalkoztam. Másrészt a válás feldolgozási lehetőségeinek feltérképezését, illetve a továbblépést segítő külső és belső erőforrások, megküzdési/coping stratégiák, készségek ill. képességek kutatását is fontos feladatommak tekintetem. Ez utóbbiak között kiemelt figyelmet fordítottam egy váláson átesetteket támogató konkrét önsegítő csoport működésének elemzésére, „hatékonysági vizsgálatára”. Kutatási mintámat tizenhat (434 oldalnyi szöveg) a „*Válás és Újjászületés Önsegítő Csoportban*” részt vett és tizennégy (369 oldalnyi szöveg) a vizsgált önsegítő csoportban nem járt elvált, vagy párkapcsolati szakításon átesett interjúalany képezte.

A kutatás módszertani megközelítése

Disszertációm alapvetően szociológiai munka – és mint ilyen a problémafelvetése, a kutatási cél és a kutatási kérdések megfogalmazása, a mintaválasztása, valamint az eredmények interpretálása is társadalmi vonatkozásokra, társadalmi jellemzőkre összpontosít –, de egyúttal interdiszciplináris is, amennyiben a kutatási eredmények, az interjúk értelmezésekor a különböző tudományterületek (főként a pszichológia, a mentálhigiéné és a thanatológia) témámat érintő szempontjai, meglátásai-megállapításai beépülnek a dolgozatba. Ezzel is segítve a vizsgált kérdéskör minél teljesebb, mélyebb megértését.

A disszertáció felépítése

Mielőtt kvalitatív módszertanra alapozott empirikus kutatásomban feltérképeztem és nagyító alá vettem a különböző válszámegéléseket, illetve megpróbáltam megragadni a válszámjelentések sokszínűségét és összetettségét, továbbá megvizsgáltam a válszámfeldolgozás lehetőségeit, kísérletet tettem témám tudományelméleti háttérének összefoglalására.

Disszertációm elméleti fejezetei között elsőként a válással kapcsolatos demográfiai eredményeket, illetve a válással kapcsolatos szociológiai elméleteket foglaltam össze és értelmeztem. A későbbiekben *A válás interdiszciplináris megközelítése* című fejezetben tértem

ki a pszichológia és a vele szoros kapcsolatban lévő interdiszciplináris tudományok, a thanatológia és a mentálhigiéné válással kapcsolatos legfontosabb elméleteire, fogalmaira, eredményeire illetve tapasztalataira, és itt összegeztem az önsegítő csoportokról ismert elméleti szakirodalmat is.

Ezek után a módszertani fejezetben bemutattam az empirikus kutatásomban alkalmazott módszerek elméleti hátterét, majd ezt követően ismertettem kutatásom lépéseit és az elemzés során kikristályosodott kutatási kérdéseimet. Végül összegeztem empirikus kutatásom eredményeit és tanulságokat fogalmaztam meg.

Az interjúk feldolgozásához, elemzéséhez alkalmazott módszertan

Disszertációmban empirikus kutatásom feldolgozása során „kevert” módszertannal dolgoztam. Harminc életútinterjú mélyinterjú elemzése során a „klasszikus” tartalomelemzés (Antal, 1976; Krippendorf, 1995) és a Grounded Theory (Corbin és Strauss, 2015; Gelencsér, 2003), valamint a biográfia (Bögre, 2018; Bögre, 2020a; Bögre, 2020b; Bögre, 2020c), és a narratív pszichológiai tartalomelemzés (Ricoeur, 2001; László, 1998; László, 2005; László, 2008; Péley, 2002; Görgőy, 2015) szempontjaira, elemeire is támaszkodtam. Nem köteleződtem tehát el kizárólag egyik felsorolt módszer mellett sem, és nem is alkalmaztam „mereven”, teljeskörűen e módszerek lépéseit, szabályait.

Kutatási kérdések és eredmények

Az általam készített harminc életútinterjú mélyelemzése illetve a témában való elmerülés érdekében megvizsgált feltáró kutatási kérdéseim a következők voltak: 1. Mit jelent a válás az érintettek számára, milyen válásmegélésekről számolnak be azok, akik átestek ezen az életeseményen? 2. Mit kezdenek a válással az érintettek, illetve milyen, a feldolgozást, a továbblépést segítő külső és belső erőforrásokról, módszerekről vallanak? Ahogy elemzési munkám során beazonosítottam a vizsgálandó problémákat, e feltáró kutatási kérdéseimet „tisztítottam”, pontosítottam. Ennek nyomán egyrészt az említett két témakörön belül négy illetve hét konkrét kutatási kérdést tettem fel és válaszoltam meg az interjúk alapján. Másrészt – tizenkettedik kutatási kérdésként – megvizsgáltam, hogy milyen tanulságok vonhatók le a válás prevenciójával, illetve a váláson/szakításon átesettek és családtagjaik mentálhigiénéjének támogatásával kapcsolatban az érintettekkel készült interjúkból.

A válaszjelentésekkel, válsmegélésekkel kapcsolatos feltáró kérdésem tekintetében pontosított kutatási kérdéseim a következők voltak:

1. Milyen jelentéseket tulajdonítottak a válásnak/szakításnak az érintettek? Hogy definiálták ezt az életeseményt?
2. Milyen válsmegélési mintázatok rajzolódnak ki az interjúkból?
3. Milyen, a válaszjelentést, válsmegélést befolyásoló tényezőkről tanúskodnak az interjúk?
4. Ha párkapcsolati útjukkal összefüggésben traumatizálódtak az interjúalanyok, akkor mi volt a trauma oka?

Első konkrét kutatási kérdéssel kapcsolatban arra a megállapításra jutottam, hogy a válás Janus-arcú, kettős, ambivalens életesemény, jó és rossz jelentése, megélése egyaránt van, illetve lehet.

A válás nehézségeinek, negatívumainak leírására leggyakrabban a következő szavakkal, kifejezésekkel éltek beszélgetőtársaim: trauma, mély krízis, sokk; „óriási,” „elmondhatatlan” illetve „brutális mélységű” fájdalom; többnyire büntudattal járó kudarc; szégyen; veszteség; félelem; család szétesése; bizonytalanság; pszichés és fizikai megterhelés, nehézség, sokszor olyan súlyos, hogy öngyilkossági gondolatokra illetve kísérletre is készíti a váló személyt.

A válás ugyanakkor lehetőség is. Lehetőség a személyiség fejlesztésére új készségek, képességek elsajátításával, és új ismeretek megtanulásával, önkritika gyakorlásával, önismereti felismerésekkel, belátással (saját „működésünk”, reakcióink, hibáink és erősségeink tudatosításával, igényeink, szükségleteink tisztázásával, stb). Egy párkapcsolat, illetve annak zátonyra futása sok tapasztalattal gazdagítja az embert. A szakítás egyrészt az önismereti fejlődés, illetve a „felnőtté válás” része, másrészt annak kiváltója, ösztönzője. Alkalmat ad a visszatekintésre, addigi életutunk és párkapcsolatunk összegzésére illetve értékelésére, konklúziók levonására. Ilyen értelemben a válás tehát lehetőség identitásunk megfogalmazására, megtalálására és ezzel együtt az újjászületésre, akár a poszttraumás növekedésre is.

A második, a válsmegélésre vonatkozó kérdéskörben az alábbi mintázatokra figyeltem fel. Interjúalanyaim döntő többsége párkapcsolata megszakadásának leírásakor, az akkori önmaga jellemzésekor pozitív és negatív jelentéseket egyaránt felsorakoztatott. Közülük többen külön ki is emelték, hogy ez az életesemény számukra „kettős”, „ambivalens” színezetet kapott. Ők azok, akik egyrészt rámutattak a válás traumatikus, nagy fájdalommal, pszichés problémákkal

járó és életvitellel kapcsolatos, „praktikus” nehézségeket okozó oldalára, másrészt felvázolták azt az önismereti utat, ami a válás újjászületési lehetőségként való megéléséhez vezetett. Hat interjúalanyom csak negatív fogalmakkal válaszolt a „*Hogyan definiálná a válást?*” – kérdésre. Kizárólag pozitív megéléssel harminc beszélgetőtársam közül senki sem „dicsekedhetett”, semleges-tényszerű megközelítést egy fő adott. Azaz – az első kérdésre kapott válaszhoz hasonlóan – a válás megélési mintázatok is a válás Janus-arcúságát támasztották alá.

Harmadik kutatási kérdésem a válás megélés befolyásoló tényezőit kutatta. Elemzésem során ennek kapcsán rámutattam a válás „eredeztetésének” illetve folyamatként vagy statikus eseményként való értelmezésének, a hűtlenségnek, a transzgenerációs mintáknak a hatására. Továbbá eredményeim felhívták a figyelmet a közös gyermekek, az interjúalany kapcsolat megélésének és a közvetlen környezet válás megítélésének szerepére is.

A negyedik, a válási trauma beazonosítását célzó kérdésem vonatkozásában egyrészt felhívtam a figyelmet arra, hogy sokszor magának az elvált személynek sem volt egyértelmű, hogy a válás/szakítás, és/vagy a válással/szakítással végződő rossz, bántalmazó, elnyomó, rideg, „semmilyen”, stb. párkapcsolat jelentett-e krízist, traumát, illetve hogy alapvetően a másik fél hűtlenségét kellett-e adott esetben feldolgozni. Másrészt a következő nyolc kategóriába soroltam beszélgetőtársaimat a traumatizálódás témakörében: nem traumatizáltak / „váltak”; a gyermekeik különélése miatt traumatizáltak; a rossz házasság, az eltávolodás illetve a válást megelőző bizonytalanság által traumatizáltak; a válópert traumaaktivizáló tényezőként megélők; a bontóperi határozat következtében traumatizálódók; a párjuk hűtlenségét traumaként megélők; a többszörös traumaátélők; az elkötelezettségre illetve a felelősségvállalásra való képtelenség realizálása miatt traumatizáltak.

A második, a feldolgozással illetve továbblépéssel kapcsolatos feltáró kutatási kérdésem kapcsán további hét konkrét kérdést vizsgáltam meg az elemzés folyamatában:

5. Milyen, a válásfeldolgozást, illetve a *továbblépést befolyásoló tényezőkre* utaltak az interjúalanyok?
6. Milyen feldolgozási módokat, *továbblépési utakat* említettek az érintettek, amikor a szakításukra, válásukra adott reakciójukat elemezték?
7. Milyen, a feldolgozást, a továbblépést *segítő eszközökről és készségekről* számoltak be elvált és szakításon átesett beszélgetőtársaim?
8. *Hatékonyak bizonyult-e a válás/szakítás utáni továbblépés tekintetében a vizsgált Válás és Újjászületés Önsegítő Csoport?*
9. *Miben más a Válás és Újjászületés Önsegítő Csoport tagjainak válásfeldolgozása az ebbe az önsegítő csoportba nem járt interjúalanyok feldolgozásánál? Kaptak-e valami*

plusz segítséget válsfeldolgozásukhoz a Válás és Újjászületés Önsegítő Csoportban az érintettek?

10. *Milyen értelemadási mintázatok* rajzolódnak ki a házasságbomlást/szakítást megélt személyek vallomásaiból? Azaz látják-e, és ha igen, akkor miben válásuk/szakításuk értelmét, személyes életükre vonatkozóan milyen hozadékát(ait) fogalmazzák meg ennek az életeseménynek?

11. Az interjúk *készítésekor hol tartottak* a feldolgozás, illetve a továbblépés folyamatában elvált illetve szakításon átesett beszélgetőtársaim?

Az ötödik kérdésem a feldolgozás alakulásában szerepet játszó tényezőkre irányult. E tekintetben az új párkapcsolat létrejötte, az önkritika megléte, a megbocsátás-belátás-indulatmentesség, a negatív érzelmekkel való szembenézés merült fel. Valamint e témakörben is hangsúlyt kapott a transzgenerációs örökség, és a közös gyermekek hatása. Ezeken kívül a feldolgozást befolyásoló tényezők sorát gazdagította a volt házastárssal/párral való kapcsolat illetve a volt házastárs megítélése, a szakítás körülményei, a volt házastárs válásmegélése, válsfeldolgozási módszere és a vele való jelenlegi fizikai közelség, a pozitív jövőkép és a szakítás értelmének megtalálása is.

A hatodik, válsfeldolgozási módokra vonatkozó kérdésben a tudatos megküzdés és az elfojtás/hárítás módszerét azonosítottam, és a szakemberi segítség jelentőségét hangsúlyoztam.

A hetedik, a továbblépést segítő eszközöket vizsgáló témakör kapcsán rendkívüli sokszínűségről, és egyúttal egyénreszabottságról számoltam be, egyéni és közösségi segítségeket egyaránt bemutatam.

Nyolcadik vizsgálati szempontként a Válás és Újjászületés Önsegítő Csoport hatékonyságát jelöltem meg és megállapítottam, hogy a váláson/szakításon átesetteket összefogó önsegítő csoportban való részvétel valós esélyt adhat tagjainak a pozitív pszichológiából ismert „poszttraumás növekedésre”, a pozitív megküzdésre. Ebből kifolyólag úgy gondolom, hogy fontos lenne minél szélesebb körben és minél több krízishelyzetben kiaknázni az önsegítő csoportok erősségeit.

Kilencedik kutatási kérdésem arra vonatkozott, hogy ad-e valami pluszt a váláson/szakításon átesetteknek szervezett vizsgált önsegítő csoport más, a továbblépést támogató eszközökhöz, módszerekhez képest? Elemzésem során rámutattam, hogy igen. Ugyanis a csoporttagok a sorsközösség tapasztalatával gazdagodtak, és ezzel az empátiának egy egészen különleges szintjét illetve különleges csoportkohéziót, csoportenergiát tapasztalhattak meg. Ezek mellett élettörténetük, viselkedésük, reakcióik, stb. hasonlóságából következően a válás/szakítás miatti szégyenérzetük, illetve a stigmatizáltság érzéséből adódó

fájdalmuk megszűnt. E intézményesnek tekinthető támogatói formában ráadásul a résztvevők egyrészt tanulhattak egymás továbblépési próbálkozásaiból, másrészt feldolgozásban „előrébb tartó” sorstársaik példája reményt adhatott nekik arra, hogy a negatív érzéseik idővel illetve a tudatos megküzdés felvállalásával csökkeni fognak. Végül, de nem utolsó sorban facilitátor támogatása mellett olyan speciális feladatokat oldottak meg, melyek révén saját működésük, gyerekkori családjuk, és megszakadt párkapcsolatuk elemzéséhez egy új látásmódot kaptak. Ráadásul a feladatok sokukat katarzisélményhez segítették.

Tizedik kutatási kérdésem kapcsán azt vizsgáltam, hogy interjúalanyaim tudtak-e értelmet adni párkapcsolatuk megszakadásának, és ha igen, milyen pozitív következményeit látják ennek az életeseménynek. Az érintettek egy része a válást, a rossz házassággal szembeni „kisebbik rosszként” határozta meg; másik részük a válásban a poszttraumás fejlődés lehetőségét ismerte fel; voltak, akik úgy gondolták, hogy válásukkal pozitív megküzdési mintát nyújtanak gyermekeiknek, illetve kortársaiknak és végül olyanok is voltak, akik – legalábbis az interjú készítésekor - nem találtak értelmet a házasságomlásban/szakításban.

Tizenegyedik, a feldolgozás illetve továbblépés aktuális szintjeit elemző kérdésem esetében rámutattam, hogy bár interjúalanyaim közül voltak, akik az interjú készítése közben még mély krízisben voltak, az érintettek döntő többsége jó úton haladt a valódi továbblépés felé. Továbbá olyan beszélgetőtársaim is voltak, akik – amennyire lehet – feldolgozták a válást, megbékéltek a történetekkel és személyiségükbe beépítették az azzal összefüggő tanulságokat, tapasztalatokat. Viszont egyik felvázolt továbblépésre vonatkozó mintázatba sem illettek bele azok, akik soha nem voltak házások, hanem újabb és újabb élettársi szakításokat éltek meg. A továbblépés érdekében nekik tulajdonképpen nem a szakítás következményeit kell feldolgozni, hanem döntésképtelenségükkel, a felelősségvállalástól való félelmükkel kell szembenézniük.

Tizenkettedik kutatási kérdésként pedig azt megvizsgáltam, hogy milyen tanulságok vonhatók le az elvált illetve szakításon átesettekkel készített interjúkból. Az érintettek „üzenetei” alapvetően két témakör köré csoportosultak. Az egyikben olyan szempontok, tényezők kerültek kiemelésre, melyek egy házasság / párkapcsolat mentálhigiénés szempontból egészséges működéséhez, és így a válásprevencióhoz elengedhetetlenül szükségesek. A másik terület pedig a negatív életesemények – köztük a válás – feldolgozásával kapcsolatos szempontokra, legfontosabb tapasztalatokra vonatkozott.

E témakörök tanulságainak áttekintése előtt átfogó, a részletes tanulságokat megalapozó konklúzióként le kell szögezni, hogy bár az elváltak többségét nem traumatizálja „véglegesen” a válás, a házasságomlás/szakítás mégis olyan életesemény, amin nem lehet csak

úgy egyszerűen túllépni. A kapcsolat tapasztalatait személyiségünkbe integrálva és a volt társat elengedve fel kell dolgozni. Interjúalanyaim vallomásai továbbá arra is rámutattak, hogy vannak olyan rossz minőségű házasságok, melyekből a kilépés egyfajta megszabadulás lehet, illetve a rossz házasság felbontásának pozitív következményei is lehetnek. Ezeken kívül tudatosítani kell, hogy nem minden rossznak megélt házasságra a válás a „megoldás”. Sőt, mivel a házastárssal/élettárssal megélt kapcsolat a pszichológiai jóllét illetve az egészség egyik alapja, társadalmi és egyéni szinten is arra kellene koncentrálni, hogy felkészüljünk rá illetve „megdolgozzunk” érte.

A válások megelőzésével kapcsolatban nem lehet eléggé hangsúlyozni, hogy egyéni, közösségi, és társadalmi szinten is mindent meg kell tenni az egészséges párkapcsolatok „működtetésére” való felkészülés és az ilyen párkapcsolati minták következő generációnak való átadása érdekében. Minél fiatalabb korban, és minél szélesebb körben biztosítani kell a párkapcsolatfelkészítő, és ezzel összefüggésben a kommunikációs, valamint konfliktuskezelési képzések, előadások, és a gyakorlatra koncentrálnó tanfolyamok elérését. Az interjúk elemzéséből született kutatási eredmények segítségével rácsodálkozhatunk, hogy életünk jelentős részében szerzünk ismereteket különböző témakörökben, hosszú évek alatt készülünk például a hivatásunkra, szakmánkra, építgetjük-szépítgetjük az otthonunkat, de a mindezek háttérét biztosító, ugyanakkor testi-lelki-szellemi egészségünket meghatározó harmonikus családi élet feltételeiről vajmi keveset tudunk. Sajnálatos módon igen hiányosak az ismereteink az emberi kapcsolatok, köztük a párkapcsolatok működésével kapcsolatban, az asszertív kommunikáció, a konfliktuskezelés, az önismeretfejlesztés stb. vonatkozásában. Ráadásul az emberek jelentős részének rossz gyerekkori mintái vannak a felsoroltak tekintetében. Ilyen értelemben nem csoda, hogy ilyen magas a válások száma, hiszen ha elkötelezetten bár, de szinte teljesen felkészületlenül „vágunk bele” a házasságba, a családi életbe, nem is tudunk például a családi élet természetes krízishelyzeteiről sem, nem ismerünk preventív lehetőségeket a kapcsolati problémák vonatkozásában, így könnyen hibázunk. Továbbá fogalmunk sincs, hogy hol keressük tévedéseink kijavítása, a problémák megoldása érdekében a gyógyírt, a segítséget, mit tehetünk a kapcsolat helyreállítása érdekében. A párkapcsolati felkészítés részeként arra is ki kell térni, hogy nem szabad idealizálni a párkapcsolatot, házasságot, újra és újra tudatosítani kell, hogy a házasság / párkapcsolat „kemény munka”, harmonikus, egészséges működéséért nap, mint nap meg kell dolgozni. Ráadásul fontos, hogy mindezért együtt kell tenni, egy házasság minősége (ahogy egy válásé is) két emberen múlik. Sok szerelmi házasság egy idő után csak kívülről tűnik tökéletesnek, boldognak, valójában szenvedés a benne lévő pár és gyermekeik számára. A látszat fenntartásáért sokat megtesznek az emberek. Meg kell

tanulnunk társunk hibáival is együtt élni, ugyanakkor saját magunkkal is kell foglalkozni, nem jó, ha valaki végletesen elnyomja a saját igényeit illetve ha túlzott elvárásokat állít fel magával szemben.

A párkapcsolati felkészülés részeként ugyanakkor azt is tudatosítani kell, hogy teljes mértékben nem tudjuk „bebiztosítani” magunkat a válás, szakítás ellen, hiszen minden változik az élet folyamán, mi magunk, a párunk, a kapcsolatunk, az életfeladataink, a szűkebb és tágabb környezet kihívásai, stb. Szintén a válásprevenció tárgykörébe tartozik az együttjárás időszakában való ismerkedés, illetve a házasság elején lévő összecsiszolódás tudatosságának és szerepének, valamint az elhatározás, az egymásnak és a házasság szövetségének való elköteleződés nélkülözhetetlenségének kiemelése. A házasságra, párkapcsolatra ezen kívül önismeretünk fejlesztésével is készülnünk kell, meg kell tudnunk fogalmazni, hogy nekünk mi fontos egy párkapcsolatban, illetve mi az, ami ha nincs meg a másokban (például ha nem tudja megélni és kifejezni az érzelmeit), akkor az előbb-utóbb szenvedést jelentene a számunkra. Az emberi kapcsolatokban (így a párkapcsolatban, a házasságban) a bántalmazás semmilyen formáját (legyen az érzelmi, verbális, fizikai, vagy szexuális bántalmazás) nem szabad eltűrni. A nyitott házasság pedig előbb-utóbb megbosszulja magát. Túl fiatalon illetve éretlenül nagyon kockázatos összeházasodni. A transzgenerációs minták, a gyerekkori szocializáció során rögzült viselkedések jelentős hatást gyakorolnak saját párkapcsolati működésük vonatkozásában. Ismeretátadás, valamint megvalósult példák elemzésén keresztül segíteni kell a párválasztás előtt állókat, illetve a már szakításon átesetteket is e hozott minták felismerésében, és ha kell, megtörésében.

Tizenkettedik kérdésem második alkérdése a válás (illetve minden megterhelő életesemény) feldolgozására vonatkozó tanulságokat kutatta. Ezzel kapcsolatban egyrészt evidenciának tűnik, másrészt úgy látszik, hogy napjainkban rá kell mutatni arra, hogy fel kell dolgozni az átélt, pozitív és negatív életeseményeket, a bennünket ért hatásokat. Így a váláson sem lehet egyszerűen túllépni, nem lehet meg nem történtté tenni, még akkor sem, ha viszonylag konzolidáltan, tényércsapkodás, fizikai agresszió, a közös gyermek elidegenítése, anyagi ellehetetlenítés, stb. nélkül zajlott. Érzelmeinket, fájdalmainkat, kudarc- és veszteségélményünket, félelmeinket, stb. nem szabad elfojtani. Azokat ki kell beszélni, táncolni, írni, festeni, szobrászkodni, sportolni, meditálni, stb., hogy ne betegítsenek meg sem mentálisan, sem fizikailag. Sokszor önmagában nagy segítség egy válófélben lévő, vagy váláson átesett személy részére a meghallgatás, az értő figyelem. Viszont gyakran a valódi feldolgozáshoz, továbblépéshez szakmai (egyéni terápiás, vagy csoportos) segítségre is szükség lehet.

Fontos konklúzióként leszögezendő az is, hogy a feldolgozás (ahogy a megélés, jelentésadás is) egyéni jellegzetességeket mutat. Nincs tehát „tuti” recept a feldolgozás módját, illetve időtartamát illetően sem. Már csak ezért sem szabad erőszakosan beavatkozni a feldolgozás folyamatába, vagy erőltetni dolgokat. Időt kell adni az érzelmek megélésére. A valódi feldolgozáshoz, a történetek személyiségünkbe való integrálásához, a tanulságok levonásához bátorság, eltökéltség is kell, másrészt hinni kell benne, hogy a negatív, megterhelő, fájdalmas életesemények is építik a személyiségünket. Meg kell tanulni felismerni és beépíteni személyiségünkbe a minket „építő” eseményeket, a haszontalan, illetve a személyiségünket gyengítő dolgokkal pedig nem kell foglalkozni, az általunk befolyásolhatatlan dolgokat el kell engedni. Nem szabad rágódni a megtörtént, és megváltoztathatatlan eseményeken, mert az megbetegíti a testet és a lelket.

A vallomásokban kitüntetett figyelmet, hangsúlyt kapott két, a válásprevenció és a válásfeldolgozás tekintetében egyaránt kulcsfontosságú fogalom, az önismeret és a tudatosság fogalma. A jó párkapcsolatok működtetéséhez, a válások/szakítások preveniójához, és az esetleges házasságbomlások feldolgozásához illetve a továbblépéshez szükség van megfelelő önismeretre és tudatosságra, felelősségtudatra. Ezek erősítése az egyének, a kisközösségek, és a társadalmi intézmények közös feladata.

Társadalompolitikai javaslatok

A válás társadalmi szintű preveniójára és kezelésére vonatkozó tanulságok között kiemelendő, hogy minél több eszközzel támogatni kell a főállású anyaság elismerésének, nagyobb megbecsülésének elősegítését.

Ugyanakkor döntéshozói, jogi és szociális területen ki kell mondani és orvosolni, hogy Magyarországon még jelenleg is sajnos igen eltérőek az anyák és az apák esélyei a válás bírósági szakaszában, és a válóper lezárulta után. Az édesapákat a bírósági döntés sokszor indokolatlanul kiszorítja gyermekeik neveléséből, és ezzel korlátozza, sérti mind az apák, mind a gyermekek jogait. Ezen minél előbb változtatni kellene, hiszen ez mind a férfiak, mind a gyermekek válásfeldolgozását és ezzel életminőségét, az egészséges életre való esélyét nagyban megnehezíti. A jogi, szociális, egészségügyi és pedagógiai képzésbe be kellene építeni a szülői elidegenítés fogalmának illetve eszközeinek és következményeinek oktatását. A szakembereket fel kell készíteni arra, hogy a válás folyamatában megelőzzék, vagy minél előbb felismerjék és akadályozzák, hogy a gyermekével együtt élő szülő ellehetetlenítse a közös gyermek különülő szülővel való kapcsolatát, érzelmi kötődését, vagyis hogy „*elidegenítse*” a gyermeket.

Ezzel szorosan összefügg, hogy a családon belüli bántalmazás felmerülése illetve megítélése tekintetében is nagy a nemi aránytalanság. A házastárssal, és/vagy a gyerekekkel szemben elkövetett verbális, érzelmi, fizikai agresszió tekintetében szinte kizárólag férfiak jönnek szóba elkövetőként nem csupán a laikusok, hanem a válóperben családok, nők, férfiak és gyermekek sorsáról döntő jogászok, és a jogászok döntését befolyásoló szociális szakemberek szemében is. A megismert élettörténetekből viszont az láthatjuk, hogy ahogy a hűtlen fél sem egyértelműen a férfi, úgy a bántalmazás egyéb formáit (legyen az verbális, érzelmi vagy fizikai agresszió) sem kizárólag férfiak követik el. Nem egy beszélgetés során maga az interjúalany hölgy számolt be lelkiismeretfurdalással bár, de sorozatos hűtlenségéről. Több férfi interjúalany elbeszéléséből pedig egy bántalmazó, legtöbbször nárcisztikus jegyeket mutató, vagy „csupán” - akár többszörösen - hűtlen feleség képe rajzolódott ki.

Úgy gondolom, hogy egyrészt ezt a területet további, elsősorban kvalitatív és kutatások segítségével minél előbb jobban meg kell vizsgálni, másrészt a jogászok, szociális és egészségügyi szakemberek képzésében a pszichológiai ismeretek oktatásának, és a személyiségzavarok, a bántalmazói magatartás felismeréséhez szükséges készségek és képességek fejlesztésének sokkal nagyobb teret kell szentelni.

Kutatásom eredményei között végül hangsúlyozni szeretném, hogy harminc életútinterjú mélyinterjú egyrészt interjúkötet formájában kapaszkodót, támogatást nyújthat váláson átesett magánembereknek, másrészt olyan hiteles, gazdag kutatási „nyersanyag”, mely váláson átesett, mai, élő személyek saját szavaival mutatja be a válást, mint életeseményt, illetve annak egyéni jelentéseit, megélési és feldolgozási lehetőségeit. Az elkészült mélyinterjúk tehát nem „csak” új információkkal gazdagítják a válással kapcsolatos ismereteket, hanem az elmesélt történeteken keresztül, a történetek sorrendjének, megfogalmazási módjának és kibontási terjedelmének fényében megvilágítják az életeseményt átélt harminc személy egyéni szempontjait is.

Fontos eredménynek tartom magukat a mélyinterjúk beszélgetéseket is, hiszen a válás minden esetben stresszel járó, krízist jelentő élethelyzet, melyről folytatott mély beszélgetés kiváló lehetőséget teremt a velünk történt életesemények értelmezésére, a történetek értelmének megtalálására. Ezáltal pedig az interjúk elkészítése az interjúalanyok mentálhigiénéjét, testi-lelki-szellemi egészségét is támogatta, terápiás jelentőséggel is bírt.

Fentiekén kívül úgy gondolom, hogy a válásmegélések és a továbblépési utak megosztásának szociális jelentősége is van. A válás oka, a válás jelentése-megélése ugyanis a haláleset miatti gyászhoz hasonlóan többnyire még tabu. Nem tudnak, illetve nem mernek

beszélni az emberek a válás miatti fájdalmukról, szégyenérzetükről, büntudatukról, kudarcélményükről, félelmeikről, veszteségeikről, stb. Ez megbetegíti az elvált személyeket és a hozzájuk közelállókat (gyermekeket, testvéreket, (nagy) szülőket, stb.) is és szorongást kelthet, távolságtartást eredményezhet a baráti, ismerősi körükben. A baráti, ismerősi körben élő párok a konkrét válástörténet részleteinek ismerete, valamint pszichológiai háttértudás nélkül elemezni és féltetni kezdik saját párkapcsolatukat, házasságukat a válástól, illetve akár konkrét elvált személytől. Ez magányossá teszi, elszigeteli az embereket, párokat, családokat és rombolhatja a közösségeket.

Lehetséges kutatási irányok

Végül hangsúlyozni kívánom a korábbiakban részben már felmerült, további kutatásokra érdemes kérdésköröket.

Kvalitatív módszertanra épülő empirikus kutatásom válásmegélésekre és válásfeldolgozásra vonatkozó eredményei között többször hangsúlyoztam a transzgenerációs minták szerepét. Interjúalanyaim többsége ugyanis vissza-visszatérően rámutatott, hogy családi „örökségeik”, gyermekkori szocializációjuk válásmegélésüket és válásfeldolgozásukat egyaránt jelentősen befolyásolták. Ezen eredményekből kiindulva a későbbiekben fontos lenne kvantitatív kutatás keretében megvizsgálni, hogy a különféle válásjelentést tulajdonító, válásmegélési mintázatokat megfogalmazó, a traumatizálódás különféle mintáiról beszámoló, illetve a válásfeldolgozásban eltérő utakat bejáró csoportoknak tettenérhetőek-e az életutat jellemző tipikus kategóriáik? Feltételezhető-e, hogy az életutak hatással vannak a válás megélésére, a traumatizálódásra, a válásfeldolgozás mikéntjére?

Szintén érdemes lenne kvantitatív kutatás formájában – akár szakpolitikai szempontokra fókuszálva – tovább vizsgálni a válás megélésének és az egészségi állapotnak, a jóllétnek a kapcsolatát. E kérdéskör disszertációm elméleti fejezeteiben kiemelt hangsúlyt kapott, viszont az empirikus részben, magukban az interjúszövegekben és az elemzésben közvetve jelent meg. Ahogy kutatási eredményeim között többször hangsúlyoztam, interjúalanyaim döntő többsége a válás Janus-arcúságáról, ambivalens megéléséről számolt be. Ilyen értelemben a válás és az egészségi állapot kapcsolatáról elmondható, hogy a házasságbomlás egészségromlással, a jólét illetve a jóllét csökkenésével, ugyanakkor az egészségi állapot javulásával egyaránt járhat. Kvalitatív kutatási eredményeim tanúsága szerint a válással kapcsolatos egészségromlás sok esetben időszakos és az érintettek többsége élni tud a válás nyújtotta lehetőségekkel, melyek

következtében egészségi állapotában akár javulás, jólléte, életminősége tekintetében növekedés is bekövetkezhet. Interjúim elemzése rávilágított azokra a tényezőkre, melyek befolyásolhatják, hogy ez a javulás megvalósul-e, és ha igen, mikortól. Például meghatározó tényező lehet ilyen értelemben is, hogy mikortól számítja az elvált személy a válást, illetve hogy folyamatként vagy egyszeri jogi aktusként értelmezi. Ha az érintett személy rossznak élte meg a házasságát és már a párjától való elhidegülést is válásként élte meg, akkor számára a válás hivatalos kimondása már egyfajta jóllétnövekedést hozhat. Ezzel szemben abban az esetben, ha az interjúalany jól érezte magát a házasságában és sokként érte, hogy a szeretett személy elhagyta, egészségi állapotában hirtelen, akár súlyos csökkenés is létrejöhet. Ide kapcsolódik a szakirodalomban is vitatott kérdés, hogy a rossz házasság vagy a válás betegítheti-e meg (nagyobb mértékben) az érintetteket, a pár tagjait illetve a közös gyermekeket.

Harmadrészt – ahogy a szociológiai szempontokat tárgyaló fejezetben is utaltam rá, valamint a társadalompolitikai javaslatok között is felmerült – nagyon fontos lenne az elvált apák „szemüvegén keresztül” vizsgálni a válás folyamatának különböző aspektusait. Mélyinterjúkra alapozva szélesebb körben elemezni kellene válásmegélésüket és válásfeldolgozásukat, a családon belüli erőszakkal kapcsolatos tapasztalataikat, valamint a válás folyamatába bekapcsolódó jogi és szociális intézményrendszer működését. Ezekkel összefüggésben pedig kvalitatív módszertan alapján minél mélyebben meg kellene vizsgálni a válás utáni váltott gyermekelhelyezés gyermekekre és szülőkre gyakorolt pozitív és negatív hatásait, valamint a szülői elidegenítés folyamatát.

Végül amennyire lehet, teljeskörűen fel kellene kutatni a hazai önszolgáltató csoportokat, és kvantitatív vizsgálatuk mellett azok kvalitatív szempontú hatékonysági vizsgálatának is időt kellene szentelni. A megszületett kutatási jelentéseket pedig a nagyközönség számára minden elképzelhető fórumon elérhetővé kellene tenni.

Felhasznált irodalom

Afifi, T.O., Cox, B.J., Enns, M.W.(2006): Mental health profiles among married, never-married, and separated/divorced mothers in a nationally representative sample, *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 41: 122–129.

Alderotti, G., Tomassini, C. and Vignoli, D. (2020). *Antecedents of ‘Grey Divorces’ in Europe: The Role of Children and Grandchildren*. *Econometrics Working Papers Archive 2020_08*. Università degli Studi di Firenze, Dipartimento di Statistica, Informatica, Applicazioni ‘G. Parenti’.

Andersson, G. (2002): Children’s experience of family disruption and family formation: Evidence from 16 FFS counties. *Demographic Research*, Vol. 7. art.7
Antal, L. (1976): *A tartalomelemzés alapjai*, Magvető Kiadó, Budapest

- Antonovsky, A.(1979): Health, stress, and coping: New perspectives on mental and physical well-being. Jossey-Bass, San Francisco
- Amato, R.P. (2000): The Consequences of Divorce for Adults and Children, *Journal of Marriage and the Family* 62 (November 2000): 1269–1287.
- Amato, P.R., & Sobolewski, J.M. (2001). The effects of divorce and marital discord on adult children's psychological well-being. *American Sociological Review*, 66, 900—921.
- Amato, R. P., & Hohmann-Marriott B. (2007). A comparison of high- and low-distress marriages that end in divorce. *Journal of Marriage and Family*, 69, 621-638.
- Amato, R. P. (2010). Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of Marriage*, 72, 650-666.
- Bakó, T. (2012) *Verem mélyén. Könyv a krízisről.* Psycho Art, Budapest
- Balog, P., Janszky, I., Leineweber, C., Blom, M., Wamala, S.P., & Orth-Gomer, K. (2003). Depressive symptoms in relation to marital and work stress in women with and without coronary heart disease. The Stockholm Female Coronary Risk Study. *Journal of Psychosomatic Research*, 54, 113—119.
- Balog, P. (2006) *Házasság és életminőség: házasság, házastársi stressz, válás.* In: Kopp M, Kovács ME (szerk.): *A magyar népesség életminősége az ezredfordulón.* Semmelweis Kiadó, Budapest, 233–244.
- Balog, P. (2008) *A házastársi, élettársi kapcsolat szerepe az esélyteremtésben,* In: Kopp, M. (szerk.): *Magyar lelkiállapot 2008: Esélyerősítés és életminőség a mai magyar társadalomban,* Semmelweis Kiadó, Budapest, 240–249.
- Balog, P., Dégi, L.Cs., Szabó, G., Susánszky, A., Stauder, A., Székely, A., Falger, P., Kopp, M. (2010): *Magas vérnyomás vagy depresszió? Rossz házasságban másképp betegek a férfiak és másképp a nők. Mentálhigiéné és Pszichoszomatika* 11 (2010) 4, 313—333.
- Bandi, Sz.; Csókási, K.; Kállai, János ; Tiringer, István ; Martin, László ; Kiss, Enikő Csilla (2019): *Nehézségekkel szembeni ellenálló képesség (reziliencia) és az életstratégia összefüggése fiatal felnőttek populációjában.* *MAGYAR PSZICHOLOGIAI SZEMLE* 74: 4 pp. 425-446.
- Baráth, Á. (2005): *Önsegítő csoportok, társadalmi szolidaritás és szociális munka a 21. század küszöbén: kritikai áttekintés.* *Civil Szemle*, II., (4.), 45–76.
- Barcy, M. (1997): *A csoportok hatékonysága és a személyes változás.* Animula, Budapest
- Barcy, M. (2012): *Csoportmódszerek alkalmazása a segítségben és fejlesztésben.* Akadémia Kiadó, Budapest
- Baude, A., Pearson, J. and Drapeau, S. (2016): *Child adjustment in joint physical custody ver-sus sole custody: A meta-analytic review.* *Journal of Divorce & Remarriage*, 57, 338-360.
- Berger, P., Kellner, H. (1964): *Marriage and the Construction of Reality: An Exercise in the Microsociology of Knowledge.*
- Bertaux, Daniel (1981): *From the Life –History Approach to the transformation of Sociological Practice* In: Daniel Bertaux (ed.): *Biography and Society* Beverly Hills, Ca: Sage. pp.29-43.
- Bognár, G., Telkes, J. (1986): *A válás lélektana,* Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest
- Booth, A., & Amato, P. R. (1991). Divorce and psychological stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 32, 396–407.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss, Vol 3: Loss, sadness and depression.* New York:Basic Books.
- Bögre, Zs. (2021): *Narrative identity as a bridge between two historical models of identity: a sociologist's perspective,* *SOCIOLOGIE ROMANEASCA* 19: (1) 55-69.
- Bögre, Zs. (2020a): *Szociológiai paradigmák és a biográfia kutatás* *SZOCIOLOGIAI SZEMLE* 30 : 4 , 73-88.

- Bögre, Zs. (2020b): Még egyszer : Mire jó a biográfia? Tanulságok egy paradigma-vita kapcsán. *KULTÚRA ÉS KÖZÖSSÉG* 11 : III. sz., 97-104.
- Bögre, Zs. (2020c) Az identitás két történelmi modellje és a narratív identitás. In: A.Gergely, A., Kapitány Á., – Kapitány Gábor – Kovács Éva – Paksi Veronika (Szerk.): *Kultúra, közösség és társadalom: Tanulmányok Tibori Tímea tiszteletére*. Társadalomtudományi Kutatóközpont – Magyar Szociológiai Társaság, Budapest, 241-255.
- Bögre, Zs. (2018): How to Use Life History in Sociology? *Journal of Social Research and Policy* 9 : 1, 41-54.
- Bögre, Zs. (2017): A "szelektív" felejtés és a "szelektív" emlékezés dinamikája egy trauma feldolgozása kapcsán. *Korall: Társadalomtörténeti Folyóirat*, 18 : 67 pp. 51-72.
- Bögre, Zs.; Szabó, Cs. (2010): Az élettörténeti módszer - Lehetőség és kényszer. In: *Törésvonalak. apácasorsok a kommunizmusban*. METEM, *Historica Ecclesiastica Hungarica Alapítvány*, Szent István Társulat, Budapest, 69-74.
- Bögre, Zs.(2003): Élettörténeti módszer elméletben és gyakorlatban – Feldolgozási javaslat és illusztráció, In: *Szociológiai Szemle* 2003/1., 155-168.o.
- Bögre, Zs. (2002): Társadalmi – politikai változások hatása a vallásos identitás alakulására Magyarországon (1948-1990) – különös tekintettel 1948-1964 közötti időszakra Ph.D. értekezés, Budapesti Közgazdaságtudományi és Államigazgatási Egyetem Szociológia és Szociálpolitikai tanszék, Budapest
- Brown, Susan– Alan Booth (1996) *Cohabitation Versus Marriage: A Comparison of Relationship Quality*. In: *Journal of Marriage and the Family* 58: 668–678.
- Bruner, Jerome (1990): *Act of Meaning*. MA:Harvard University Press, Cambridge
- Bruner, J. (2005): *Valóságok elmék és lehetséges világok*. Új Mandátum Könyvkiadó, Budapest
- Buda, B. (2003): A közösség pszichológiai jelentősége és gyógyító ereje. In: Buda Béla: *A lélek egészsége. A mentálhigiéne alapkérdései*. Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest, 289–311.
- Buda, B. (2009): *Self-help. A társadalmi és közösségi cselekvés lehetősége*. Budapest:MTA Társadalomkutató Központ.
- Bukodi, E. (2002): *Házasság, élettársi kapcsolat, válás. Életmód – Időmérleg*, KSH, Budapest
- Burke, P. J. (1991). Identity processes and social American *Sociological Review*, 56, 836-849.
- Corbin, J., Strauss, A. (2015): *A kvalitatív kutatás alapjai*, L'Harmattan, Budapest
- Csepeli, Gy. (1988): *A közösségépítés új alternatívái Magyarországon*. Szeged:Szegedi Nyári Egyetem, Művelődéstudományi Intézet, 36–55.
- Csernák, J. (1996): *Házasság és válás Magyarországon, 1870-1994*. *Demográfia*. 39. évf. 2-3. sz., 108-135.
- Csikszentmihályi, M. (2001): *Flow – Az áramlat, a tökéletes élmény pszichológiája*. Akadémiai Kiadó, Budapest
- Csikszentmihályi, M. (2009a): *A fejlődés útjai. A harmadik évezred pszichológiája*. Nyitott Könyvműhely, Budapest
- Csoboth, Cs., Susánszky, É.(2010): Egyedülálló anyák és apák egészségi állapota. Van nemi különbség? *Mentálhigiéne és Pszichoszomatika* 11 (2010) 4, 335—348
- Csókási, Krisztina (2021): Az önszorgító csoportok működése pszichológus szemmel. In: Nagy, András Péter; Dittrich, Katalin (szerk.) *Colorectalis daganatok sebészete és kezelése*. Magyar ILCO Szövetség, Kaposvár, 77-90.
- Csókási, Krisztina (2017): *Narratív medicina*. In: Bóna, Adrien; Lénárd, Katalin; Pohárnok, Melinda (szerk.) *Bontakozó jelentés: Tanulmányok a 60 éves Péley Bernadette köszöntésére*, Oriold és Társai Kiadó, Budapest, 289-294.

- Dahl, S.Å. Hansen, H.T. Vignes, B. (2015): His, Her, or Their Divorce? Marital Dissolution and Sickness Absence in Norway. *Journal of Marriage and Family* 77, 461–479.
- Danis I, Szilvási T, Gervai J (2006) Jelentős életesemények megítélése kisgyermeket nevelő magyar anyák körében. *Psychiatria Hungarica*, 21: 184–209.
- Davies, L., Avison, W.R., McAlpine, D.D. (1997): Significant life experiences and depression among single and married mothers. *Journal of Marriage and the Family*, 59, 294-308.
- Dávid, I., Fülöp, M., Pataky, N., Rudas, J. (2014): Stressz, megküzdés, versengés, konfliktusok, Magyar Tehetségsegítő Szervezetek Szövetsége
- Denzin, Norman K. (1989): *Interpretive Biography. Qualitative Research Methods. Vol: 17.* Newbury Park, London, New Delhi: Sage. 49.
- Deutsch, K.; Lampek, K. ; Betlehem, J. ; Bánfai, Bálint ; Tancsics, Dóra ; Jeges, Sára ; Csima, Melinda (2015): Rizikó- és protektív tényezők a családban. *Képzés és Gyakorlat: Training and Practice* 13: 1-2 pp. 49-67.
- Dunne-Bryant, A. and Williams, K. (2006). Divorce and adult psychological well-being: Clarifying the role of gender and child age. *Journal of Marriage and Family*, 68, 1178-1196.
- Elder, G. H., Jr. (1994). Time, human agency, and social change: Perspectives on the life course. *Social Psychology Quarterly*, 57(1), 4–15.
- Fischer-Rosenthal, Wolfram (1996): The Problem With Identity: Biography as Solution to Some (Post)modernist Dilemmas In: *A Quest for Identity Post War Jewish Biographies. Studies in Jewish Culture Identity and Community*, School of Education –Tel Aviv University , Israel. pp.9-19.
- Fitzgerald, J. M. (1992) Autobiographical memory and conceptualization of the self. In Conway, M. A. – Rubin, D. C. – Spinnler, H. – Wagenaar, W. A. eds. *Theoretical perspectives on autobiographical memory.* Dordrecht, Boston, London, Kluwer Academic Publ., 99-114.
- Folkman, S., Lazarus, R. S. (1984): Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 466–475.
- Folkman, S. (2001). Revised coping theory and the process of bereavement. In M. S. Stroebe, R. O. Hansson, W. Stroebe, H. Schut (Szerk.), *Handbook of Bereavement Research: Consequences, Coping, and Care.* Washington, DC.: American Psychological Association Press, 563-584.
- Forgács, A. (2015): Társas támasz a gyászban, In: Kiss Emnikő Csilla, Sz. Makó Hajnalka (Szerk.): *Gyász, krízis, trauma és a megküzdés lélektana*, 382-400. Pro Pannonia, Pécs
- Földházi, E. (2008): Az első házasságkötés után. A párkapcsolatok dinamikája, egyszülős családok kialakulása és megszűnése Magyarországon a 20. század második felében, PhD értekezés
- Földházi, E. (2008). Az első házasság felbomlása – eseménytörténeti elemzés. *Demográfia*, 51. évf. 1.sz, 79-111.
- Földházi, E. (2014): A gyermekvállalási magatartás változásai és összefüggései a párkapcsolatok alakulásával. *Kapocs*, 13.évf. 5.sz., 31-43.
- Földházi, E. (2015). Válás és szétköltözés, In: *Monostori Judit-Őri Péter-Spéder Zsolt (Szerk.): Demográfiai Portré 2015*, KSH NKI Budapest 27-39.
- Frankl, Viktor E. (2020): *Az élet értelméről.* Libri Kiadó, Budapest
- Fromm, E. (1998): *Az önmagáért való ember. Az etika pszichológiai alapjainak vizsgálata;* ford. Gellériné Lázár Márta; Napvilág, Budapest
- Füzesi, Zs., Lampek, K. (2012): Az egészség fogalmának alakulása. In: Oláh András (Szerk.). *Az Ápolástudomány Tankönyve*, Medicina Könyvkiadó Zrt., Budapest, 105-122.
- De Garmo, D. S., & Kitson, G. C. (1996). Identity relevance and disruption as predictors of psychological distress for widowed and divorced women. *Journal of Marriage and the Family*, 58, 983–997.
- Gelencsér Katalin: *Grounded Theory*, *Szociológiai Szemle* 2003/1. 143-154.

- Gerevich, J. (1997): Az önsegítés fogalmköre a nyugati kultúrában. In: Gerevich József (szerk.): *Közösségi mentálhigiénye*. Animula, Budapest, 113–122.
- Gottman, John M., Silver, N. (2016): A jól működő házasság hét alapelve. Kulcslyuk Kiadó, Budapest
- Gödri, I. (2001): A házassági kapcsolatok minősége és stabilitása. Elméleti támpontok és mérési lehetőségek. Központi Statisztikai Hivatal Népeségtudományi Kutatóintézetének Kutatási Jelentései 66. 2001/1, Budapest
- Gödri, I. (2001): Házasságkötés és válás, KorFa, KSH Népeségtudományi Kutatóintézet, Budapest, 2001/3-4.sz. 1-4.
- Hajduska, M. (2010): Krizislélektan. ELTE Eötvös Kiadó, Budapest
- Herczog, M. (2002): Együtt vagy külön. Maradjunk együtt vagy váljunk el? KJK-KERSZÖV Jogi és Üzleti Kiadó Kft., Budapest
- Herman, J. (2003): Trauma és gyógyulás. Az erőszak hatása a családon belüli bántalmazástól a politikai terrorig. Háttér Kiadó-Kávé Kiadó-NANE Egyesület, Budapest
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The Social Readjustment Rating Scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11(2), 213–218.
- Hope, S., Power, V., Rodgers, B. (1999): Does financial hardship account for elevated psychological distress in lone mothers, *Social Science and Medicine*, 29, 381-389.
- Högnäs, R. S. (2020). Gray Divorce and Social and Emotional Loneliness. In D. Mortelmans (Ed.), *Divorce in Europe: New Insights in Trends, Causes and Consequences of Relation Break-ups* (pp.147–165). Springer International Publishing.
- James, J. W., Friedman, R. (2011): Gyógyulás a gyászból. Zafir Press, Budapest
- Jockin, V., McGue, M., Lykken, D.T. (1996): Personality and Divorce: A Genetic Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology* 1996 Aug;71(2):288-99.
- Joung, I.M., van de Mheen, H.D., Stronks, K., van Poppel, F.W., & Mackenbach, J.P. (1998). A longitudinal study of health selection in marital transitions. *Social Science & Medicine*, 46, 425—435.
- Kalmijn, M. (2016): Father-child contact, interparental conflict and depressive symptoms among children of divorced parents. *European Sociological Review*, 32(1), 68-80.
- Kalmijn, M., & Monden, S. W. C. (2006). Are the negative effects of divorce on well-being dependent on Marital quality? *Journal of Marriage and Family*, 68, 1197-1273.
- Kapitány, B., Murinkó, L. (2020): Párkapcsolati változások, termékenységi trendek. Társadalmi Riport, 2020, (szerk.: Kolosi Tamás, Szelényi Iván, Tóth István György), Budapest
- Kast, Verena (2002): A gyász. Egy lelki folyamat stádiumai és esélyei. Park Kiadó, Budapest
- Katz, A. H., & Bender, E. I. (1976). Self-help groups in western society: History and prospects. *Journal of Applied Behavioral Science*, 12(3), 265–282.
- Katz, Alfred H. (1981): Önsegítés és kölcsönös segítés. Új társadalmi mozgalom? In: Fridli Judit (szerk.) (1989): *Drogproblémák Nr.6. Önsegítő csoportok. Laikusok önkéntes társulásai a humán szolgáltatásban*. Budapest:Országos Egészségvédelmi Tanács Drog-programja. 9–47.
- Kelemen, G. (2007): Egészségtanulás és rehabilitáció. Orvoslás és társadalom. *Lege Artis Medicinae (LAM)*, 17 (3), 250-253.
- Kessler, D., Kübler-Ross, E. (2005): On Grief and Grieving: Fonding the Meaning of Grief Through the Five Stages of Loss, Scribner
- Kiss, E. Cs., Makó, H. (2015): Gyász, krízis, trauma és a megküzdés lélektana. Pro Pannonia, Pécs

- Kitson, G.C., Morgan, I.A. (1990): The multiple consequences of divorce: A decade review. *Journal of Marriage and Family*, 52, 913-924.
- Kohli, M. (1990) Társadalmi idő és egyéni idő. Az életút a modern társadalomban. *Időben élni, történeti-szociológiai tanulmányok*. Vál. Gellériné Lázár Márta. Budapest, Akadémia Kiadó,
- Kohli, M. (1981): Biography: Account, text, Method. In: Daniel Bertaux [ed.]: *Biography and Society*. Beverly Hills, Ca: Sage. pp.61-75.
- Kopp, M., Skrabski, Á. és Szedmák, S. (1998). A bizalom, a társas támogatás, az összetartozás, együttműködés képességének egészségügyi jelentősége. *Végeken*, 9(4), 4-11.
- Kopp, M., Kovács, M. (2006): A magyar népesség életminősége az ezredfordulón, Semmelweis Kiadó, Budapest
- Kopp, M. (Szerk.) (2008): *Magyar lelkiállapot 2008. Esélyerősítés és életminőség a mai magyar társadalomban*, Semmelweis Kiadó, Budapest
- Kopp, M. (2010): A gender-kutatások népegészségügyi és demográfiai jelentősége. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika* 11 (2010) 4, 243—254.
- Kovács, É., Balog, P., Mészáros, E., Kopp, M. (2013): A házastársi, élettársi és elvált családi állapot összefüggései a mentális egészséggel, In: *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika* 14 (2013) 3, 205-230.
- Kovács Katalin (2006): Az özvegyek, az elváltak és az egyedülállók egészségi állapota. Arányos koncentráció terhek? *Demográfia*, 49.évf.1.sz.7-45.
- Krippendorff, K. (1995): *A tartalomelemzés módszertanának alapjai*, Balassi, Budapest
- Kulcsár, Zs. (Szerk.) (2005). *Teher alatt ... Pozitív traumafeldolgozás és poszttraumás személyiségfejlődés*. Trefort Kiadó, Budapest
- Kurdek, L.A. (1990): Divorce history and self-reported psychological distress in husbands and wives. *Journal of Marriage and the Family*, 52, 701-708.
- Kvale, S. (2005): *Az interjú. Bevezetés a kvalitatív kutatás interjútechnikáiba*, Jászöveg Műhely Kiadó, Budapest
- Langlais, R. M., Anderson, R. E., & Greene, M. S. (2016). Consequences of dating for post- divorce maternal well-being. *Journal of Marriage and Family*, 78, 1032-1046.
- László, J. (2008): *Narratív pszichológia (Kézirat)*.
- László, J. 2005 *A történetek tudománya. Bevezetés a narratív pszichológiába*. Pszichológiai Horizont, Új Mandátum Kiadó, Budapest
- László, J. (1998): *Szerep, forgatókönyv, narratívum*. Scientia Humana, Budapest
- Lesthaeghe, R. (1996): The Second Demographic Transition in Western Countries: An Interpretation. In: Mason – Jensen (szerk.), *Gender and Family. Change in Industrialised Countries*, Oxford, Clarendon Press, 17–62.
- Lesthaeghe, R., Surkyn, J. (2004): *When History Moves on: The Foundations and Diffusion of a Second Demographic Transition*. Conference draft. www.vub.ac/SOCO, 34.
- Levinger, G. (1976). A social psychological perspective on marital dissolution. *Journal of Social Issues*, 32(1), 21–47.
- Lewis, R.Y., Spaniel, G.B. (1979): *Theorizing About the Quality and Stability of marriage*. In: *Contemporary Theories about the Family*. Vol.1. Free Press, New York
- Lin, I.-F., Brown, S. L., Wright, M. R. and Hammersmith, A. M. (2018). Antecedents of Gray Divorce: A Life Course Perspective. *The Journals of Gerontology: Series B*, 73(6), 1022–1031.
- Liu, H., & Umberson, D.J. (2008). The times they are a changin': Marital status and health differentials from 1972 to 2003. *Journal of Health and Social Behavior*, 49, 239—253.

- Lovas, Zs. (2002): A házasságról és a házassági krízisekről. In: Herczog Mária (Szerk.): Együtt vagy külön? Maradjunk együtt vagy váljunk el? KJK KERSZÖV Jogi és Üzleti Kiadó Kft., Budapest, 15-66.
- Lőcsei, P. (1978): A házasság bomlás problémái Magyarországon. In.: Cseh-Szombathy (szerk.): A változó család. Kossuth Kiadó, Budapest, 85-125.
- Makay, Zs., Murinkó, L. (2021): Válás, élettársi kapcsolatok felbomlása. In: Monostori, J.; Őri, P.; Spéder, Zs.(szerk.): Demográfiai portré 2021: Jelentés a magyar népesség helyzetéről. KSH Népeségtudományi Kutatóintézet (KSH NKI) Budapest, 29-43.
- Makay, Zs., Szabó, L. (2018): Válás, In: Monostori J. - Őri P. - Spéder Zs. (szerk.): Demográfiai Portré 2018. KSH NKI, Budapest: 29–45.
- Makay, Zs., Spéder, Zs. (2018): Apaság: A férfiak gyermekvállalása és családi szerepei. In: Monostori, Judit; Őri, Péter; Spéder, Zsolt (szerk.) Demográfiai portré 2018 : Jelentés a magyar népesség helyzetéről. KSH Népeségtudományi Kutatóintézet, Budapest, 65-82.
- Mandemakers, J. J., Monden, W. S. C., & Kalmijn, M (2010). Are the effects of divorce on psychological distress modified by family background? *Advances in Life Course Research*, 15, 27–40.
- Mason, J. (2005): Kvalitatív kutatás. Józsefvárosi Műhely, Budapest
- Mastekaasa, A. (1995): Marital Dissolution and Subjective Distress: Panel Evidence: *European Sociological Review*, Vol. 11. No.2.,173-185.
- Mastekaasa, A. (1997). Marital dissolution as a stressor: Some evidence on psychological, physical, and behavioral changes during the pre-separation period. *Journal of Divorce and Remarriage*, 26, 155–183.
- McAdams, Dan, P. (2006): The Redemptive Self. In *Research in Human Development*. 3(2):81-100.
- McAdams, Dan P. (2001): A történet jelentése az irodalomban és az életben. In: *Narratívák 5, Narratív Pszichológia*. Szerk. László – Thomka, Kijárat Kiadó, Budapest
- McGue, M., Lykken, D.T. (1992): Genetic influence on risk of divorce. *Psychological Science*, 3, 368-373.
- Moeller, Michael L. (1977): Önsegítő csoportok létrehozásáról. Tapasztalatok összegzése résztvevők és szakértők számára. In: Fridli Judit (szerk.) (1989): *Önsegítő csoportok. Laikusok önkéntes társulásai a humán szolgáltatásban*. Budapest: Országos Egészségvédelmi Tanács Drog-programja. 49–80.
- Monostori, J. (2019): Egyszülős családok és politikák Magyarországon és Európában. *Demográfia*, 62(1), 5-41.
- Monostori, J. (2015): Az egyszülős családdá válás az életútban és annak demográfiai meghatározói, *Demográfia*, 58. évf. 1. sz., 27–56.
- Munn-Giddings, C., & Borkman, T. (2005). Self help/mutual aid as a psychosocial phenomenon. In Ramon, S., & Williams, J.E. (Eds.), *Mental health at the crossroads. The promise of the psychosocial approach*. Aldershot: Ashgate Publishing.
- Murinkó, Livia ; Spéder, Zs. (2021): Párkapcsolatok, házasságkötés. In: Monostori, Judit; Őri, Péter; Spéder, Zsolt (szerk.) Demográfiai portré 2021 : Jelentés a magyar népesség helyzetéről. KSH Népeségtudományi Kutatóintézet (KSH NKI), Budapest, 9-28.
- Neményi, E. (2002): A válás és a gyerek. In: Herczog Mária (Szerk.): Együtt vagy külön? Maradjunk együtt vagy váljunk el? KJK KERSZÖV Jogi és Üzleti Kiadó Kft., Budapest, 103-139.
- Névtelen Alkoholisták (1994): *Az alkoholizmusból felépült sokezer férfi és nő története*. New York City: Alcoholics Anonymous World Services.
- Oláh, A. (2004): *Mi a pozitívuma a pozitív pszichológiának?* Iskolakultúra, 11, 39-47.
- Pataki, F. (2001): Élettörténet és identitás. Új törekvések az énszichológiában. In: *Élettörténet és identitás*. Osiris, Budapest, 225-309.

- Péley, B. (2002): A pszichoanalitikus modell és a narratív pszichológia. In Szerdahelyi Edit szerk. *Konfliktus, hiány, trauma. A pszichoanalitikus elmélet és technika időszervi kérdései*. Animula, Budapest, 187-192.
- Phillips, R. (2004): Amit Isten összekötött... A válás rövid története. Osiris, Budapest, 295-325.
- Pikó, B. (2007): A pozitív gondolkodás szerepe az egészség megtartásában, In: Kállai János, Varga József, Oláh Attila (Szerk.): *Egészségpszichológia a gyakorlatban*, Medicina Könyvkiadó, Budapest, 115-132.
- Pilinszki, A. (2013): „Az ágy közös, a párna nem.” A párkapcsolati instabilitás nemi sajátosságai. *Socio.hu*, 3(4), 41–53.
- Pilling, J. (2008): A gyász kettős arca: veszélyek és esélyek. In: Kopp Mária (szerk.): *Magyar lelkiállapot 2008*. Semmelweis Kiadó, Budapest, 469-476.
- Pilling, J. (2006): A gyász hatása az életminőségre. In: Kopp Mária, Kovács Mónika Erika (szerk.): *A magyar népesség életminősége az ezredfordulón*. Semmelweis Kiadó, Budapest, 337-349.
- Pilling, J. (2003). A gyász lélektana. In Pilling J. (Szerk.), *Gyász*. Medicina Könyvkiadó, Budapest, 27-54.
- Pistrang, N. and Barker, C., Humphreys, K. (2008): Mutuel Help Groups for Mental Health Problems: A Review of Effectiveness Studies, *American Journal of Community Psychology* 42 (1-2), 110-121.
- Pléh, Cs. (1996): A narratívumok, mint a pszichológiai koherenciateremtés eszközei. *Holmi* 8:2: 262-282;
- Pléh, Cs. (2000): Az elbeszélte történelem a pszichológiában, In: Bögre, Zs., Bernáth, K. (2009): *Közelítések az élettörténetek kutatásához*, Partium Kiadó, Nagyvárad, 11-29.
- Polcz, A. (2000): *Gyászban lenni*. Pont Kiadó, Budapest
- Pongrácz, T.né (2006): A házasságok felbontásának társadalmi és demográfiai jellemzői. In Kovacsics Józsefné (szerk.): *Egy élet az igazságügyi statisztikai szolgálatában*. ELTE Állam- és Jogtudományi Kar Budapest, 185–199.
- Pongrácz, T.né (Szerk.)(2011): A családi értékek és a demográfiai magatartás változásai, *Kutatási jelentések 91.*, KSH Népeségtudományi Kutatóintézet, Budapest, 2011/1., 23-26.
- Pudrovska, T., & Carr, D. (2008). Psychological adjustment to divorce and widowhood in mid- and later life: Do coping strategies and personality protect against psychological distress? *Advances in Life Course Research*, 13, 283–317.
- Riessman, K. Catherine. (1993): *Narrative Analysis. Qualitative Research Methods*. Vol: 30. Newbury, London, New Delhi: Sage
- Rigó, A., Költő, A. (2012): Az önségítés szerepe az egészség fejlesztésében és az életminőség megőrzésében. In: Urbán, R., Demetrovics, Zs., Rigó, A., Oláh, A. (szerk.): *Az egészségpszichológia elmélete és alkalmazása II. Klinikai egészségpszichológia*. ELTE Eötvös Kiadó, Eötvös lóránd Tudományegyetem, Budapest, 2012.
- Rosenthal, G. (2009): A történetmesélés gyógyító hatása. In: Bodor, P. (szerk.): *Szavak, képek, jelentés. Kvalitatív kutatási olvasókönyv*, L'Harmattan, Budapest, 228-248.
- Róbert, P. (1982): Az élettörténeti módszer. Szakirodalmi áttekintés, alkalmazási lehetőségek. In: Bögre, Zs. és Bernáth, K. (Szerk.) (2009): *Közelítések az élettörténetek kutatásához. Olvasókönyv a kvalitatív módszerek tanulmányozásához*, Partium Kiadó, Nagyvárad, 177-193.
- Rudas, J. (2001): *Önismereti csoportok*. Animula, Budapest
- Sallay, V. (2015): A kvalitatív megközelítés és a Grounded Theory szerepe a társadalomtudományi kutatásokban. Előszó a magyar kiadáshoz. In: Corbin, J., Strauss, A.: *A kvalitatív kutatás alapjai*, L'Harmattan, Budapest
- Schadt, M., Pótó, Zs. (2014): A strukturális változások hatása a nők társadalmi szerepeire. In: Spéder, Zs. (szerk.): *A család vonzásában. Tanulmányok Pongrácz Tiborné tiszteletére*. KSH Népeségtudományi Kutatóintézet, Budapest, 217-243.

- Schleicher, N. (2007): Kvalitatív kutatási módszerek a társadalomtudományokban, Budapesti Kommunikációs és Üzleti Főiskola, BKF Fenntartói Kft., Budapest
- Seligman, M. E. P., & Csíkszentmihályi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5–14.
- Seligman, M. (2011): Flourish – élj boldogan! A boldogság és a jól-lét radikálisan új értelmezése. Fordította: Bozai Ágota, Akadémiai Kiadó, Budapest
- Shapiro, A., & Cooney, M. T. (2007). Divorce and intergenerational relations across the life course. *Advances in Life Course Research*, 12, 191–219.
- S. Molnár, E. (2010): Párkapcsolatok létesítését/megszüntetését érintő magatartási normák változásának megfigyelése. *Demográfia*, 2010. 53. évfolyam 2-3. szám. 234-275. <https://demografia.hu/kiadvanyokononline/index.php/demografia/article/view/500/551> (Letöltés: 2021. március 14.)
- Spéder, Zs., Kapitány, B. (2014). Failure to Realize Fertility Intentions: A Key Aspect of the Postcommunist Fertility Transition. *Population Research and Policy Review*, June 2014, Volume 33, Issue 3, pp 393–418.
- Spéder, Zs. (2011): Ellentmondó elvárások között... Családi férfiszerepek, apaképek a mai Magyarországon. In: Nagy, I.–Pongrácz, T.-né (szerk., 2011): Szerepváltozások: Jelentés a nők és férfiak helyzetéről 2011. TÁRKI, Budapest, 207–228.
- Spéder, Zs., Földházi, E. Kapitány, B., Monostori, J., Takács-Murinkó, L. (2010): A párkapcsolatok formaváltozása - átmenetek és/vagy stabilitás = Changing partnership forms - transitions and/or stability. Munkabeszámoló. OTKA.
- Spéder, Zs. (2006): Párkapcsolatok és gyermeksorsok- KORFA - NÉPESEDÉSI HÍRLEVÉL 6 : 1 pp. 1-4. , 4 p. (2006)
- Spéder, Zs. (2005a): Az európai családformák változatossága. Párkapcsolatok, szülői és gyermeki szerepek az európai országokban az ezredfordulón. *Századvég*, 12. évf. 3. sz., 3–47.
- Spéder, Zs. (2005b): Az élettársi kapcsolat térhódítása Magyarországon és néhány szempont a demográfiai átalakulás értelmezéséhez. *Demográfia*, 48. évf. 2–3. szám, 187–217.
- Stauder, A. (2007): Stressz és stresszkezelés, In: Kállai János, Varga József, Oláh Attila (szerk.): *Egészségpszichológia a gyakorlatban*, Medicina, Budapest, 153-176.
- Susánszky, A., Susánszky, É., Balogh, P., Kopp, M. (2010): A házastársi stressz predikátorai férfiak körében, *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika* 11 (2010) 4, 391—404 DOI: 10.1556/Mental.11.2010.4.9
- Szabó, G., Szántó, Zs., Balog, P., Kopp, M. (2010): Az életesemények, a stressz és a megküzdés nemi különbségei. *mentálhigiéné és pszichoszomatika* 11 (2010) 4, 349-369.
- Szabó, G. (2013): Az életesemények pszichoszociális összefüggései és a krónikus betegségekkel való kapcsolata, *Doktori értekezés, Semmelweis Egyetem Mentális Egészségtudományok Doktori Iskola*, Budapest
- Takács, J. (2017): Aktívan törődő apák Magyarországon. *Szociológiai Szemle* 2017, 27(3): 104–126.
- Tedeschi, R. G., Calhoun, L. W. (2005). Poszttraumás növekedés: elméleti alapok és empirikus bizonyítékok. In Kulcsár Zs. (Szerk.), *Tether alatt. Pozitív traumafeldolgozás és poszttraumás személyiségfejlődés* (szöveggyűjtemény), Trefort Kiadó, Budapest, 37-67.
- Tóth, O. (2016): Válás és kapcsolatbomlás a mai magyar társadalomban: kutatások, nyitott kérdések, *Magyar Tudomány* 2016. 177. évfolyam 2. szám, 142.
- Utasi, Á. (2008): Éltető kapcsolatok. A kapcsolatok hatása a szubjektív életminőségre. Új Mandátum Könyvkiadó, Budapest
- Utasi, Á. (1999): Partnerkapcsolatok és individualizálódás (házasok, együtt élők, elváltak 24 országban). *Demográfia*, 1999/1–2: 48–75.

- Varga, H., Sarungi, E., Csabai, M. (2015): A gyász és az érzelmi veszteségek feldolgozásának új lehetősége. In: Kiss, E. Cs., Makó, H.: Gyász, krízis, trauma és a megküzdés lélektana. Pro Pannonia, Pécs
- Vukovich, G. (2006): Az elvált apák helyzetének néhány aspektusa. Kolosi Tamás-Tóth István György-Vukovich György (szerk.): Társadalmi riport 2006, TÁRKI, Budapest, 267-283.
- Vukovich, G. (1999): Egyedülálló szülők és gyermeküket egyedül nevelő szülők. In: Pongrácz T., Tóth I. (szerk.). Szerepváltozások: Jelentés a nők és férfiak helyzetéről. TÁRKI, Budapest, 63—73.
- Wade, T.J., & Pevalin, D.J. (2004). Marital transitions and mental health. *Journal of Health and Social Behavior*, 45(2), 155—170.
- Wheaton, Blair (1990) Life Transitions, Role Histories, and Mental Health. *American Sociological Review*. 1990; 55:209–23.
- Williams, K.(2003): Has the Future of Marriage Arrived? A Contemporary Examination of Gender, Marriage, and Psychological Well-Being, *Journal of Health and Social Behavior*. 2003 December; 44(4): 470–487.
- Williams, K., Umberson, D. (2004): Marital Status, Marital Transitions, and Health: A Gendered Life Course Perspective, *Journal of Health and Social Behavior*, 2004 March ; 45(1): 81–98.
- Wu, Z. Hart, R. (2002): The Effects of Marital and Nonmarital Union Transition on Health *Journal of Marriage and Family* 64, 420-432.

A szerző disszertációhoz kapcsolódó publikációi

- Görgőy, R. (2022): A válás szociológiai aspektusai. In: *Kapocs Folyóirat Különszáma* (ISSN száma: ISSN 1588-7227 (nyomtatott); ISSN 2732-0154 (pdf)) – megjelenés alatt
- Görgőy, R. (2019): Önszegítő csoport szerepe a válás/szakítás feldolgozásában – Egy mélyinterjú kutatás tapasztalatai, In: *Civil Szemle XVI.Évf.2.szám*, 2019/2. 32-53.o
- Görgőy, R. (2015): Élettörténet és identitás, In: *Kultúra és Közösség Művelődéstudományi Folyóirat IV. folyam VI. évfolyam 2015/ III. sz.* 5-11.o.
- Görgőy, R. (2011): Gondtalanul mosolygó boldog anyukák – avagy kisgyermekes édesanyák vallomásai problémáikról, feszültségeikről, lelki egészségükről, In: *Acta Sociologica Pécsi Szociológiai Szemle 2011 tavasz*, IV. évf. 1.sz., 39-54.
- Görgőy, R. (2010): Az anyai szerep ambivalenciája. Kisgyermekes édesanyák vallomásai problémáikról, lelki egészségükről, In: *Embertárs Folyóirat VIII. évf.4.sz.*, 2010/4., 294-317.

