

SZOCSIVKO JELIZAVETA,

TÉMAVEZETŐ: ROSZIK-VOLOVIK XÉNIA

A TOLMÁCSOK HELYZETE ÉS SZEREPE AZ UKRAJNÁBÓL
MENEKÜLTEK PSZICHOLÓGIAI MEGSEGÍTÉSÉNEK
FOLYAMATAIBAN

ELTE, 2025

Tartalom

Absztrakt	2
Bevezetés	3
Rövid szakirodalmi áttekintés.....	5
A kutatásunk	9
A kutatás módszere	9
Az adatok feldolgozása.....	10
Eredmények	11
Főtéma 1: Traumatikus tapasztalatok	12
Főtéma 2: Ami megtartja a tolmácsokat.....	14
Főtéma 3: A keretek és szerepek homályossága	17
Főtéma 4: A segítség, mint motiváció.....	22
Főtéma 5: A tolmács szakmai hitvallása.....	22
Diszkusszió és kitekintés	24
1. Állandó helykeresés a triádban, a kapcsolatok újradefiniálása.....	25
2. Szakmai elvek és empátia összeütközése:.....	26
3. A segítségnyújtás mint motiváció	27
Szakirodalom:.....	29

SZOCSIVKO JELIZAVETA,

TÉMAVEZETŐ: ROSZIK-VOLOVIK XÉNIA

A TOLMÁCSOK HELYZETE ÉS SZEREPE AZ UKRAJNÁBÓL MENEKÜLTEK PSZICHOLÓGIAI
MEGSEGÍTÉSÉNEK FOLYAMATAIBAN

Absztrakt

Kutatásunk célja, hogy feltárja az ukrán menekültek pszichológiai támogatásában részt vevő tolmácsok tapasztalatait. Továbbá javaslatokat is teszünk szupervíziós csoportok létrehozására, amelyek hatékony támogatást nyújthatnak számukra munkájuk során.

Módszertan: Félig strukturált interjúkat készítettünk, az így gyűjtött adatokat pedig az IPA (Interpretative Phenomenological Analysis) módszerével elemeztük.

Vizsgálati személyek: A kutatásban hat tolmács vett részt (öt nő és egy férfi), akik 1,5-2 éve dolgoznak egy olyan alapítványnál, amely pszichológiai és pszichiátriai segítséget nyújt ukrán menekültek számára.

Eredmények: az elemzés során öt fő téma körvonalazódott. *Traumatikus tapasztalatok:* a tolmácsok gyakran kerülnek szembe traumatizáló történetekkel, amelyek kockázati tényezőként jelentkeznek munkájuk során. *Ami megtartja a tolmácsokat:* a szervezeti támogatás, valamint a tapasztalatból származó szakmai tudás kulcsszerepet játszik abban, hogy a tolmácsok hosszú távon is folytatni tudják munkájukat. *A keretek és szerepek homályossága:* A terápiás helyzetekben a tolmácsok szerepei és határai kevésbé egyértelműek, mint például bírósági tolmácsolás során, ami bizonytalanságot eredményezhet. *A segítségnyújtás, mint motiváció:* a segítségnyújtás erőteljes motivációs tényezőként jelenik meg, amely egyben védelmet nyújthat a másodlagos stressz hatásai ellen. *A tolmács szakmai hitvallása:* a tolmácsok etikai és szakmai elveit a terápiás helyzetekben nem mindig lehet ugyanúgy alkalmazni, mint más munkakörnyezetekben, ami kihívásokat teremt a szerepük megítélésében és betöltésében.

Diszkusszió: az eredmények három átfogó témát emelnek ki. *Állandó helykeresés a triádban:* a tolmácsok folyamatosan újradefiniálják szerepüket és határaikat a terápiás munka

hatékonyságának érdekében. *Szakmai elvek és empátia összeütközése*: az etikai kódexek és a tolmácsoknak szánt kézikönyvek által előírt irányelvek – különösen a semlegesség követelménye – gyakran nehezen összeegyeztethetők a terápiás helyzetekkel. *Segítségnyújtás mint motiváció*: a segítségnyújtás sokoldalú motivációs ereje kiemelkedő szerepet játszik a tolmácsok munkájában. Ez a motiváció egyfajta védelmi mechanizmusként működhet a kiégés ellen, és belső erőforrásként szolgálhat számukra a nehézségek kezelésében. Az eredmények alapján javaslatot teszünk egy támogató szupervíziós csoport létrehozására, amely segíti a tolmácsokat szakmai tapasztalataik megosztásában és az érzelmileg megterhelő élmények feldolgozásában.

Bevezetés

A UNHCR (az ENSZ Menekültügyi Főbiztossága) 2024 decemberi adatai szerint 2022 óta körülbelül 6 813 900 ukrán menekült hagyta el az országot. Magyarországon 2024. február 15-i állapot szerint körülbelül 65 600 ukrán menekült tartózkodik. (UNHCR, 2024)

A WHO szerint (Rose-Clarke & Fellmeth, 2023) a menekültek pszichológiai támogatása kiemelten fontos, mert a migráció során tapasztalt stressz, veszteségek és traumák miatt ezek a csoportok fokozott kockázatnak vannak kitéve a mentális egészségügyi problémák, például a depresszió, szorongás és poszttraumás stressz zavar kialakulásának szempontjából.

Ezenkívül az új környezetbe való beilleszkedés nehézségei tovább súlyosbíthatják a helyzetüket. A mentális egészségügyi problémák nemcsak az egyének életminőségét rontják, hanem gazdasági és társadalmi következményekkel is járnak, például az oktatási lehetőségek elvesztésével vagy a munkaerőpiacról való kiszorulással.

A menekültek pszichológiai támogatásával kapcsolatban újra aktuálissá vált a tolmácsolt terápiák kérdése. Egy 2021-es irodalmi áttekintés hangsúlyozza a tolmácsolt terápiák jelentőségét a menekültek mentális egészségügyi ellátásában, kiemelve, hogy a nyelvi akadályok jelentős problémát jelentenek az ellátás hozzáférhetőségének és minőségének tekintetében (Fennig & Denov, 2021). A tanulmány egy átfogó áttekintés során 85 tudományos forrást elemzett. Ez egy multidiszciplináris elemzés volt, így nem mentek bele mélyebben pszichológiai témákba. A kutatás hat fő témát azonosított, többek között a tolmácsolás hiányát, mint akadályt, a tolmács érzelmi terhelését és a tolmács hatását a terápiás folyamatokra és eredményekre. Az eredmények alapján a tolmácsok szerepe kulcsfontosságú a menekültek mentális egészségügyi ellátásának javításában.

A tolmácsolt terápiák sajátos, triadikus helyzete (a terapeuta, a páciens és a tolmács hármasa) számos kutatás fókuszában állt (ld. például Gerskowitch & Tribe, 2021; Hanft-Robert et al., 2022, 2023; Miletic et al., 2006; Raval, 2003; Raval & Tribe, 2003; Taylor & Jones, 2014; Tribe & Thompson, 2017). Ugyanakkor kevés figyelem irányult a menekültek számára biztosított terápiákra, és még kevesebb olyan vizsgálat született, mely a menekültekkel terápiás közegben dolgozó tolmácsok helyzetét és megküzdési stratégiáit elemzi.

A tolmácsolt terápiákban a páciensekkel és terapeutákkal végzett kvalitatív interjúk során a kutatások elsősorban az empátia fontosságát, valamint az érzések hű tolmácsolásának szükségességét emelik ki. A kutatások a nonverbális kommunikációt és az intonációt is olyan információként említik, amelyek szükségesek a terapeutának, és amelyek elveszhetnek a tolmácsolás során (Hanft-Robert et al., 2023; Hanft-Robert et al., 2022, Mirdal et al., 2012; Pugh & Vetere, 2009). Fontosnak bizonyult továbbá a tolmács és a terapeuta közös munkájának gördülékenysége, mely idővel alakul ki (Raval, 2003). Ezen eredmények alapján ez a fajta tolmácsolás gyökeresen különbözik a többi tolmácsolási típustól, mivel eltérő szakmai célok és kihívások elé állítja a tolmácsokat. Érdeemes tehát vizsgálni, hogy rendelkeznek-e a tolmácsok megfelelő eszközökkel ezen feladatok megoldásához. Ezért különösen fontos az olyan kutatás, mely azt elemzi, hogy a tolmácsok miként értékelik saját szerepüket a terápiás folyamatban, illetve pszichológiai szempontból mik a tapasztalataik a terápiás helyzetekben végzett munkájuk során.

A tolmácsok tapasztalatainak tanulmányozása terén jelentős összefoglaló munka Geiling (2021) metaanalízise, amely 25 tanulmányt foglalt össze. Ezek közül 6 kvantitatív, 19 pedig kvalitatív megközelítést alkalmazott, és a tolmácsok szerepét vizsgálta a menekültek mentális támogatásában. Ez az összefoglaló kutatás azt is mutatja, hogy a témában jelenleg elsősorban kvalitatív kutatások zajlanak, melyek célja a terület aktuális kérdéseinek és témáinak feltárása. Ezek alapján lesz majd érdemes kvantitatív kutatásokat, edukációs programokat, valamint a tolmácsokat támogató intervenciókat tervezni. A tolmácsok tapasztalataira vonatkozó eddigi eredmények (Geiling et al., 2021; Hassan & Blackwood, 2021; Johnson et al., 2009; Mirdal et al., 2012) elsősorban arra fókuszáltak, hogy miként élik a vikariális traumát, továbbá az is kiderült, hogy a tolmácsok helyzetét megnehezíti, ha nem kapnak szupervíziós támogatást. A mi kutatásunk vizsgálati személyei olyan tolmácsok voltak, akiknek van lehetőségük szupervízióban részt venni. Azért is fontos kutatásunk témája, mert tudomásom szerint az ukrán háború kontextusában még nem vizsgálták a terápiás munkában résztvevő tolmácsok tapasztalatait. Egy olasz kutatás ugyan végzett néhány felmérést,

azonban a vizsgálat nem professzionális tolmácsok bevonásával történt és nem nyújtott részletes kvalitatív elemzést a tolmácsok pszichológiai tapasztalataival kapcsolatban (Polidoro, 2023). Emiatt alig van tudásunk azzal kapcsolatban, hogy a jelenlegi ukrán háborús helyzet milyen tapasztalatot jelent a tolmácsoknak a terápiás helyzetben.

Rövid szakirodalmi áttekintés

A továbbiakban részletesebben foglalkozunk a következő néhány témával, melyek fontosak a kutatásunk szempontjából:

Egy 2019-es kutatás (Yick & Daines, 2019) szerint a tolmácsok ritkán részesülnek célzott terápiás támogatásban. Pedig az, hogy egyes szám első személyben tolmácsolják a traumatikus eseményeket (akár nem terápiás kontextusban is), növelheti a vikariális traumatizáltság kockázatát (Becker & Bowles, 2001).

Ezzel kapcsolatban érdekes a kiégés és az együttérzésből fakadó elégedettség (compassion satisfaction) kapcsolata. Egy kvantitatív tanulmány (Mehus & Becher, 2016) mérte a másodlagos traumatikus stressz, a kiégés és az együttérzésből fakadó elégedettség mértékét a tolmácsoknál. Az együttérzésből fakadó elégedettség azt jelenti, hogy a tolmácsok hasznosnak és értékesnek találják munkájukat, érzik, hogy ezzel segítenek másokon. A tanulmány szerint a magas traumatikus stressz magasabb együttérzésből fakadó elégedettséggel társult a tolmácsoknál, ugyanakkor a kiégés szintje nem különbözött szignifikánsan a populáció átlagától. Ez az eredmény azt sugallhatja, hogy az együttérzésből fakadó elégedettség fontos védőfaktor lehet a tolmácsok számára.

Arra, hogy a tolmácsok hogyan ítélik meg saját szerepüket, hatással lehet az is, hogy a triád többi tagja hogyan viszonyul hozzájuk. A terapeuták gyakran neutralitást várnak el a tolmácsoktól, ugyanakkor ambivalens a viszonyulásuk a tolmács jelenlétéhez: a tolmács segítség, de ezzel egyidejűleg a terapeuta-páciens kapcsolat potenciális megzavarója is. A terapeutának fontos, hogy a tolmács ne lássa magát az ő szerepében és ne menjen bele külön beszélgetésekbe a páciensekkel (Gerskowitch & Tribe, 2021, Sleptsova et al., 2014). A páciensek ugyanakkor gyakran kompetens segítőknek tekintik a tolmácsokat, akik számos, a terápiától független ügyintézésben is segítséget tudnak nyújtani. A triadikus helyzet szerepei így gyakran homályosak lehetnek, ami negatívan befolyásolhatja a terápia hatékonyságát és a tolmácsok jóllétét (Geiling et al., 2021).

Fontos kitérni arra is, hogy a tolmácsok milyen információs és metodikai forrásokkal rendelkeznek, illetve az addigi szakmai tanulmányaik és tapasztalataik miként segítik őket abban, hogy hatékony közvetítők legyenek a terápiás munkában.

A tolmácsolási kódexek (beleértve például az egészségügyben dolgozó tolmácsok számára készült *California Healthcare Interpreting Association* [CHIA] kódexet) hagyományosan a pártatlanságot és a semlegességet követelik meg (Horváth, 2021). Ezek az elvek azonban a gyakorlatban gyakran nehezen értelmezhetők, különösen pszichoterápiás kontextusban. A semlegesség kérdése számos dilemmát vet fel, ha összehasonlítjuk a terapeuta munkájával. A terapeuták tudatában vannak annak, hogy a terápiák alkalmával lehetnek bennük különböző érzelmek a páciensekkel kapcsolatban, de ügyelnek arra, hogy ezek az érzelmek ne legyenek ártalmasak vagy intruzívak a páciensek számára. A tolmács hagyományos, „gépként” való elképzelése – amely szerint érzelemmentesen közvetíti a kommunikációt – mára elavult (Horváth, 2021). Azonban nem egyértelmű, hogy milyen új szerep vagy módszer váltotta fel ezt a szemléletet, és hogy a tolmácsokkal szemben milyen követelményeket támasztanak a semlegesség tekintetében. Egyrészt, ahogy fentebb is említésre került, a terápiás tolmácsolás során több érzelm és kevesebb semlegesség szükséges, hiszen át kell tudniuk adni az érzelmeket is. Sokszor a tolmácsok is intenzív érzéseket élnek át a terápiás ülések alatt, és egyelőre nem született iránymutatás arra vonatkozóan, hogy például segít-e számukra a konkrét eset megbeszélése, vagy inkább egy általánosabb stresszkezelési módszer lenne hasznos.

Tekintsünk át néhány kézikönyvet és kutatást, melyek hasznos ajánlásokat tesznek a szervezeteknek és a szakembereknek a tolmácsokkal való munkához. Csak a legrelevánsabbakkal foglalkozunk; nincs lehetőségünk, és nem is célunk átfogó tájékoztatást adni az összes kézikönyvről. Azonban fontos, hogy az aktuális forrásokat áttekintsük, mivel ezekre támaszkodnak a szervezetek a tolmácsok munkakörülményeivel és támogatásával kapcsolatban, illetve ennek következtében ezek erősségei és hiányosságai befolyásolhatják a tolmácsok helyzetét.

Az ENSZ Menekültügyi Főbiztosságának (UNHCR) legújabb kézikönyve is elismeri, hogy a semlegesség idealizált koncepciója nem fenntartható, ha a tolmács valós szerepét vesszük figyelembe. A kézikönyv borítóján is az a mondat áll, hogy: „*It is a fiction that I am neutral and invisible*”, azaz illúzió, hogy a tolmács teljesen semleges és láthatatlan (Bergunde et al., 2018). A kézikönyv azt a modernebb álláspontot képviseli, hogy a tolmácsok ne mint egy

„gép” dolgozzanak, hanem a kontextustól függően hozzák meg döntéseiket, viszont nem kínál ehhez gyakorlati módszert.

Az ENSZ kézikönyve nem kifejezetten a mentális egészséget támogató terápiás munka területén dolgozó tolmácsoknak készült, hanem olyan szakembereknek, akik menekülteknek segítenek legalizációs interjúkban, orvosi vizsgálatokon vagy más, ezzel kapcsolatos ügyintézésük során. Ezek a tolmácsok gyakran nem hivatásos tolmácsok, hanem úgynevezett „közösségi tolmácsok”. A kézikönyv célja egyszerre tanítani a nyelvi neutralitást, pártatlanságot, titoktartást, melyeket a hivatásos tolmácsok képzéseken sajátítanak el, valamint a mentális jóllét megőrzésének technikáit.

A kézikönyv az események emocionális átélését a pártatlanságot veszélyeztető tényezőjeként említi, ugyanakkor hangsúlyozza a vikariális trauma kockázatát is. Emellett olyan fogalmakat is bevezet, mint az áttétel és a viszontáttétel. Ezek kapcsán felmerül a kérdés, hogy a tolmácsoktól hogyan lehet elvárni, hogy helyesen értelmezzék és kezeljék azokat az emóciókat, melyeket a munkájuk során élnek át, amikor ez a képességet maguk a terapeuták öt év képzés és önismereti munka keretében sajátítják el, és ehhez még további szupervíziós támogatást is kapnak.

2002-ben jelent meg a témában a *Working with interpreters in mental health* című könyv (Raval & Tribe, 2003), majd később néhány cikk is született a szerzők ajánlásaival (Tribe & Lane, 2009; Tribe & Thompson, 2017). A szerzők szerint a terápiás támogatásban dolgozó tolmácsok számára elengedhetetlen lenne a megfelelő képzés és szupervízió, hogy kezelni tudják a munkájuk során felmerülő érzelmi terheket és a másodlagos traumát. Fontos, hogy a terápiás ülések előtt tisztázzák a célokat és a kulturális kontextust, a találkozók után pedig debriefinget tartsanak a tapasztalatok feldolgozására. A tolmácsokat a csapat megbecsült tagjaiként kell kezelni, illetve egyértelműsíteni kell a szerepköreiket.

Egy 2006-s kézikönyvben (Miletic et al., 2006) a kutatók ajánlásokat tesznek menekültekkel és kínzások áldozataival történő munkával kapcsolatban. A kézikönyv elsősorban arra fókuszál, hogy a terapeuta hogyan dolgozzon együtt a tolmáccsal, és kitér a tolmácsolt terápiák nyelvi sajátosságaira is. Javasol a kézikönyv megbeszéléseket a terápiás alkalom előtt és után, de ezek inkább a munkára való felkészülést segítő gyakorlati kérdéseket tárgyalnák. Pszichológiai szempontból azt ajánlja, hogy a tolmácsokkal még a terápia megkezdése előtt beszéljék át az esetleges érzelmi megterhelések lehetőségét. Továbbá javasolják, hogy a tolmácsok vegyenek részt szupervízióban. Ugyanakkor ebben a

kézikönyvben sem térnek ki részletesen arra, hogy a tolmácsok pontosan milyen érzelmi és pszichés hatásokat élhetnek át a munkájuk során, és nem tesznek különbséget a hivatásos vagy tapasztalt és a nem hivatásos, kezdő tolmácsok között.

Bár sok kutatás említi a szupervízió szükségességét, ritka az olyan tanulmány, mely részletesen bemutatná, hogy konkrétan hogyan működik a szupervízió a tolmácsok esetében - talán mert a gyakorlatban is ritkán kerül arra sor. Van például egy norvég cikk (Sande, 1998), mely beszámol menekülteket tolmácsolók szupervíziós gyakorlatáról, és öt év tapasztalat alapján azt mondja, hogy a csoportos szupervízió jelentős mértékben hozzájárulhat a tolmácsok szakmai identitásának megerősítéséhez, érzelmi stabilizálásához és a kiégés megelőzéséhez. A tolmácsok lehetőséget kaptak arra, hogy megosszák tapasztalataikat, tanácsokat és visszajelzéseket kapjanak tapasztaltabb kollégáktól és a csoportvezetőtől. A csoportos ülések során a tolmácsok megvitathatták a munkájuk során felmerülő problémákat, amelyek akár gyakorlati, akár pszichológiai kérdések is lehettek. Problémaként jelentkezett, hogy gyakran új tolmácsokat vontak be, ami miatt a korábban már megoldott problémák újra és újra előkerültek. A résztvevőknek fontos volt, hogy ne csak pszichológiai, hanem szakmai kérdéseket is megtárgyaljanak, illetve, hogy ezeket a beszélgetéseket a pszichológus és egy tolmács közösen vezesse.

E rövid szakirodalmi áttekintés eredményei alapján megállapítható, hogy bár léteznek iránymutatások arra vonatkozóan, hogy miként érdemes a tolmácsok pszichológiai támogatását megszervezni, a tolmácsokra vonatkozó konkrét szempontok még mindig hiányosak. Gyakran összekeverednek az etikai és szakmai szempontok (például hogy a tolmács ne avatkozzon bele a terápiás munkába, ne vegye magára a terapeuta szerepét, és ne alakítson ki személyes kapcsolatot a pácienssel a terápián kívül) a tolmácsok jóllétét érintő szempontokkal. A kézikönyvek jellemzően alapvető tolmácsolási etikai szabályokat tanítanak, és néhány támpontot adnak a tolmácsoknak érzelmi jóllétük megtartásához, azonban nem térnek ki részletesen arra, hogy a hivatásos tolmácsok – akik képesek fenntartani a semlegességet és a pártatlanságot, valamint nagy tapasztalattal rendelkeznek például bírósági tolmácsolásban – mennyire találják könnyűnek vagy nehéznek a munkát és a határok megtartását pszichológiailag megterhelő helyzetekben.

A kutatásunk

A kutatás célja

Kutatásunk célja, hogy feltárja az ukrán menekültek pszichológiai támogatásában részt vevő tolmácsok tapasztalatait.

Mivel eddig kevés kutatás született a jelenlegi háborús helyzettel kapcsolatban, egy további célunk, hogy feltárjuk a Magyarországon dolgozó tolmácsok tapasztalatait az ukrán menekültekkel végzett munkájuk során.

Ahogy fent már leírtuk, kevés olyan kutatás van, mely konkrét javaslatokat tesz egy szupervíziós csoport megszervezésére, melyre a tolmácsoknak szükségük lehet. Azt várjuk el kutatásunktól, hogy a tolmácsok elmondása alapján megértsük, hogy milyen problémákkal találkoznak, milyen támogatásra van szükségük és milyen tapasztalatuk van a szupervíziós támogatással kapcsolatban.

A kutatások azt hangsúlyozzák, hogy menekültekkel hivatásos és tapasztalt tolmácsoknak kell dolgozniuk (Geiling et al., 2021; Tribe & Thompson, 2017). Mi a kutatásunkkal azt szeretnénk kideríteni, hogy ők milyen tapasztalatokat szereztek a terápiás tolmácsolásaik során. Kutatásunk célja ezeknek az új szempontoknak a megosztása.

A kutatás módszere

Módszer: A téma újdonságát és aktuális jelentőségét figyelembe véve egy kvalitatív módszert, az Interpretatív Fenomenológiai Analízist (IPA) választottunk, hogy a témáról minél részletesebb és árnyaltabb képet kapjunk.

Vizsgálati személyek: Hat tolmáccsal készítettünk interjút. A tolmácsok orosz-magyar és ukrán-magyar nyelvpárokkal dolgoznak. 5 nő és 1 férfi vett részt. Életkoruk 45 és 65 év között volt. A résztvevők között két tapasztalt, de nem hivatásos tolmács és 4 hivatásos tolmács volt. A tolmácsok magyar, kárpátaljai magyar és orosz származásúak. Mindannyian körülbelül 2 éve foglalkoznak terápiás folyamatok tolmácsolásával, az alapítvány keretein belül. Kutatásunk etikai engedélyét 2024. július 2-án hagyták jóvá, az engedély száma: 2024/330.

A vizsgálat menete: Az interjú kérdéseit a 1.sz. melléklet tartalmazza. Az interjúkat hangfelvételen rögzítettük, majd átiratot készítettünk belőlük. A résztvevőket kódszámokkal azonosítottuk, ez az információ a tájékoztató és beleegyező nyilatkozatokon is szerepelt. Az interjú felvételek nem tartalmaztak személyazonosításra alkalmas információkat. Az interjúk mindegyik résztvevővel külön, duális helyzetben zajlottak. Az interjúk átlagos hossza 40 perc volt, leírva az átlag karakterszám 14.000 volt.

Az adatok elemzése: Az interjúk szövegének elemzéséhez az IPA módszert választottunk, miután ez a módszer teszi lehetővé a legmélyebb betekintést a tolmácsok élményeibe. Smith, Flowers és Larkin alapvető munkáját vettük alapul módszertani kérdésekben (Smith et al., 2022), illetve Rácz József és munkatársai tanulmányait, melyek részletes leírást adnak a módszer alkalmazásáról és a gyakorlati lépésekről (Kassai et al., 2018; Rácz et al., 2016).

Minden interjút ketten elemeztünk, majd háromfős csapatban – Volovik-Roszik Xénia témavezetőmmel és egy-egy BA-s hallgatóval – közösen megvitattuk a megjelenő főbb témákat és mintázatokat. A két BA hallgató, akik korábban IPA-kurzusokon vettek részt, terepgyakorlatuk keretein belül, 3-3 interjút elemeztek. A kutatásunk limitációja, hogy én is tolmácsként dolgozom a szervezetben. Azonban, maga az IPA elvárja, hogy a saját előzetes tudásunkat ne használjuk fel, „zárójelbe tegyük” (Kassai et al., 2018). Azt gondolom, hogy az IPÁ-hoz szükséges zárójelezés működött az esetemben, de a lehetséges torzítás kivédése érdekében elemeztünk minden interjút kettesben és beszélünk át hármasan. A kérdések, melyeket a tolmácsoknak feltettünk, az első számú mellékletben találhatóak.

Az adatok feldolgozása

Az interjúkat legépeltük és Smith könyvének (Smith et al., 2022) módszertanát követve többször átolvastuk és háromoszlopos táblázatokban dolgoztuk fel. A középső oszlopban az interjú teljes szövege található. A jobb oldali oszlopba magyarázó jegyzetek kerültek, ahol összefoglaltuk az interjú során kibontakozó témákat, gondolatokat, ötleteket. Ezek segítettek, hogy közelebb kerüljünk az interjúalany tapasztalataihoz. A bal oldali oszlopban pedig létrehoztuk az élménytémákat, melyek a jegyzetek interpretációi a saját szakmai tudásunk felhasználásával. Ezután interjúnként összeszedtük egy dokumentumban az élménytémákat és főtémákba strukturáltuk őket, melyek az interjúk során elhangzott legfontosabb tartalmakat összegzik.

Eredmények

A következő lépés az interjúkban felmerülő fő témák (emerging themes) értelmezése volt, melynek eredményeként három átfogó fő témát sikerült azonosítanunk. Ezeket a diszkusszió során részletesen megtárgyaljuk.

Táblázat 1. Az eredmények: a fő témák és altémái.

Fő témák	Altémák
Traumatikus tapasztalatok	1. A háború, mint állandó kontextus 2. A menekültek egyéb mentális és szomatikus betegségei, valamint nehéz életkörülményei 3. A munka kiszámíthatatlansága 4. A lezárás élmény hiánya
Ami megtartja a tolmácsokat	1. Szupervízió és beszélgetés a terapeutákkal 2. Szakmai megfontolások és visszajelzések a terapeutától 3. Az idővel megtanult módszerek, például az élmények „nem hazavitele”
A keretek és szerepek homályossága	1. A keretek és határok homályossága 2. Együttműködés a terapeutával 3. A tolmácsot a kliens gyakran elsődleges segítőként érzékeli
A segítség, mint motiváció	nincs altéma
A tolmács szakmai hitvallása	1. Szakmai neutralitás és az empátia helye 2. A tolmács felelőssége, hogy a páciens megnyíljon

A fő témák kiválasztásánál különösen azokra figyeltünk, melyek az interjúalanyok legalább felénél megjelentek. Az értelmezési folyamat végére kizárólag ilyen témák kerültek be a kutatás eredményei közé. A továbbiakban bemutatom a fő témákat.

Főtéma 1: Traumatikus tapasztalatok

Ez a téma azokat a nehézségeket összesíti, melyekkel a tolmácsoknak meg kell küzdeniük a munkájuk során, és melyek kockázati tényezők lehetnek a vikariális (másodlagos) traumatizáltság szempontjából.

A „Traumatikus tapasztalatok” témája a következő alárendelt témákat tartalmazza:

1. A háború, mint állandó kontextus

Az elmúlt két évben a háború állandó kontextusként volt jelen a tolmácsok mindennapjaiban. Számukra nem volt lehetőség arra, hogy ne kövessék az eseményeket. Az, hogy miről kaptak információt, elsősorban attól függött, hogy mi volt fontos a kliensek számára.

Megfigyeltük, hogy a tragikus tartalmak gyakran elárasztják a tolmácsokat. A tolmácsok az interjúk során nagyon gyakran említik az emberek sorsát, küzdelmeiket és történeteiket, melyek mély hatást gyakoroltak rájuk.

“Mindenhova, ahova megyünk ... most ezek a régiók, tehát onnan származnak, ezekről Szlovjanszk, Kramatorszk környéke, ezek a helyek, ahol kapják az „áldást”. Úgyhogy volt egy hét, amikor kezdődött ... aktiválódott a fronton... a környékén a tevékenység, akkor akárhova mentünk, mindenhol ugye azzal fogadtak, hogy - ez nagyon rossz érzés volt egyébként - hogy bombázzák... hogy kérdezzük, meg írogatunk, hogy mit írnak, mi lesz a házzal, mi lesz a szomszédal, barátainkkal, rokonainkkal” TI5

„ő is ugyanúgy pincében lakott, volt, hogy úgy ment pincéből vízért, hogy ott voltak a halottak és úgy köszönt el a gyerekeitől, hogy lehet, hogy ő sem megy vissza” (TI6)

Felmerül az is, hogy a tolmácsokat egy-egy bizonyos téma jobban érinti akkor, ha az a saját életükkel is kapcsolatban áll. Például:

„Hát egy háborús helyzetben mindig a halál az, ami előtérbe kell, hogy... a legnagyobb félelem ugye a halál... nem is a saját halálával van az embernek... hanem a hozzátartozójuk halála” (TI 4)

„Hát nem tudom... Ami érint engem, például... az érint, de az személyesen érint, mert nekem is olyan 70 fölötti édesanyám van – ha mondjuk egy idős páciens, aki tényleg nem képes, fizikailag se képes bizonyos dolgokat megcsinálni, vagy saját magának segíteni, akkor én... hát ez... ez érint engem” (TI6)

2. A menekültek egyéb mentális és szomatikus betegségei, valamint nehéz életkörülményei

A menekült személyek nehéz körülményei származhatnak a szállásukkal kapcsolatos problémákból, anyagi nehézségeikből vagy az együttélésből fakadó konfliktusokból. Ezekhez társulhatnak egyéb, mentális vagy szomatikus betegségek, melyek már a háború előtt is megvoltak, illetve más problémák vagy konfliktusok, amelyek tovább nehezíthetik az alkalmazkodást a befogadó országban

“pszichiátriai osztálynál tolmácsoltam nagyon-nagyon beteg embernél, aki tényleg nagyon rossz állapotban érkezett” (TI6)

„Volt egy ilyen lány például, akinek pszichózisa... pszichózisban volt, de ő is akart volna dolgozni, de teljesen képtelen volt rá. Volt olyan, hogy kifejezte azt, hogy nekünk milyen jó életünk van, mert mi dolgozunk, mi beilleszkedtünk a társadalomba, nyilván nem ilyen kifejezésekkel, és hogy őneki meg ugye ebből semmi nem jutott, és akkor ezt mindig nagyon kellemetlen volt utána hazavinni, hogy igen, hogy tényleg semmi esélye nincs a zárt intézetek kívül, hogy ott legfeljebb biztonságban lesz, vagy igen, például aki beteg, inkább az ilyenek” (TI 5)

3. A munka kiszámíthatatlansága

A tolmácsoknak gyakran kell utazniuk a szállásokra, és kritikus helyzetekben – ahogy azt a fenti TI8 interjúalany idézete is mutatja – meg kell várniuk a mentőt, és ott is tolmácsolniuk kell. Emellett gyakran előfordul, hogy be kell kopogniuk valaki idegen ajtaján, hogy felajánlják a pszichológiai segítségnyújtást:

“Tehát úgy, hogy bekopogunk szobákba, és úgy, hogy minket először látnak, fogalmunk sincs, hogy kik vagyunk, és akkor valahogy meg kell nyitni az embereket. Nem mondom, hogy rávenni, mert az szerintem túl nagy súllyal bír, tehát nem vesszük rá nyilván, de megpróbáljuk nyitottá tenni őket egy-egy ilyen beszélgetésre, foglalkozásra. Van, amikor nemet mondanak, nem akarnak, ez egy kicsit rosszul esik, akkor megjelenik ez a "porszívóügynök" érzés, ezt [...] szokta alkalmazni, a [...] a vezetője, hogy egy kicsit ilyen "porrszívóügynök" jellegű az egész.” (TI 3)

4. A lezárás élmény hiánya

Ez is egy gyakori tapasztalatnak bizonyult a menekültekkel való munkában. A páciensek megjelennek, majd eltűnnek; vannak nagyon erőteljes találkozások, de nincs lezárás. Hirtelen „el kell engedniük a kezét.” Ez a páciensek döntésétől függetlenül is megtörténhet, például

amikor bezárnak egy-egy szállást, és a menekülteket szétköltöztetik különböző szállásokra az országon belül. Ugyanígy előfordulhat, hogy a páciensek elköltöznek, vagy visszatérnek Ukrajnába, például mert hiányolják a hozzátartozóikat, vagy mert a gyermekük számára nem megfelelő az iskola.

“és akkor nem tudod... nem tudod lekövetni, tulajdonképpen, mert tényleg el kellett engedni a kezüket [...] Hát kénytelen vagyok elfogadni, most én vagyok olyan... csak picike porszem vagyok a gépezetben, tehát én ezzel nem tudok, nem tudok mit tenni” (TI8)

Főtéma 2: Ami megtartja a tolmácsokat

A második főtéma arra fókuszál, hogy mi segíti a tolmácsokat a munkájuk során. Itt két altéma rajzolódott ki: az egyik arra a segítségre vonatkozik, melyet a tolmácsok a szervezettől kapnak vagyis a szupervízió és a terapeutával történő beszélgetések, a másik pedig az idő és tapasztalat szerepe a tolmácsok megküzdési módjában.

1. Szupervízió és beszélgetés a terapeutákkal

Ahogy korábban említettem, a tolmácsoknak lehetőségük van részt venni szupervízión, ugyanakkor sokan ritkán vesznek részt rajta, vagy egyáltalán nem járnak. Többen jelezték, hogy a szupervíziót inkább terapeutáknak való dolognak gondolják, vagy kifejezték, hogy nem szeretnék a terapeutákkal együtt szupervízióra járni, hanem inkább külön foglalkozásokat preferálnának.

“Mert a nagy szupervízió az jó, de... abban nem jó, hogy ott mindenki terapeuta. És hiába... én... hát mit tudok osztani ott a nagy körben...” (TI6)

„én azt hittem, hogy ez nem a tolmács dolga, én nem akarok beavatkozni a pszichológusok dolgába. Én úgy érzem, hogy a tolmácsnak az a feladata, hogy hűen átadja azt, amit mondanak tolmácsolás során, de lehet, hogy el kéne menni egy ilyen szupervízióra” (TI 4)

„alapvetően mindig is magamra számíthattam, tehát én úgy el tudtam dönteni, hogy most mi jó, mi nem jó, mit és hogyan kellene. Tehát gyakorlatilag nekem ilyen jellegű késztetésem nem igazán volt” (TI1)

Amellett, hogy nem biztos, hogy a tolmácsok pontosan értik, mi a szupervízió, és talán csak egy plusz munkaterhelésnek tűnik számukra, feltételezhető az is, hogy nem szeretnék kollégáik "pácienseivé" válni. Hiába van jelen a szupervízió során egy szupervízor, ha a

tolmácsok a problémáikról kezdenek beszélni a terapeuták csoportjában, az erőviszonyok és a hierarchia megváltozhat, ami hatással lehet a kollegiális kapcsolatokra is.

Ugyanakkor a tolmácsok nagyon fontosnak tartják a terapeutákkal folytatott beszélgetéseket, melyek gyakran a hosszú utazások alatt zajlanak, a terápiás alkalmak előtt és után.

„Egyébként én tudom, kihez fordulnék. Szóval van ilyen lehetőség gondolom. Ha nagyon kérek...kérem ezt, akkor tudom... Biztos vagyok abban, hogy ha nagyon nagy szükségem lenne rá, akkor segítenek a kollégák... már párszor fordultam hozzájuk, hogy szeretnék beszélni és soha senki nem küldött vissza.” (TI6)

„De az a jó, hogy azért mindig, akinek tolmácsoltam... hát az egésznek a végén át szoktuk beszélni. Tehát olyankor feloldódnak az emberben azok az úgymond terhek, amit... amit abban az időben megél....” (TI8)

Felmerül a titoktartás kérdése is. Minden tolmács hangsúlyozza, hogy betartja a titoktartási szabályokat: van, aki senkivel sem oszt meg semmit, és van, aki részletek nélkül beszél a hozzátartozóinak, például olyan formában, hogy „nehéz volt,” „sokan voltak,” vagy „nem jött el senki.”

A titoktartás szempontjából is segítséget jelent a tolmácsok számára, hogy bizonyos dolgokat megbeszélhetnek a terapeutákkal.

“És terapeutával meg tudom ezeket beszélni. És ilyen szempontból nem vagyok olyan, mint az a mítoszban az a számárfülű király, aki már nem tudom... valahova belekiabált a földbe, hogy kimondja a titkot” (TI2)

„ugye kikísérik a páciens, hogyha... és akkor ott van a pszichológus és akkor vele, próbálok mondani, valamit, valamit mondani erről, ő meg válaszol valamit és mondjuk már ez is egy könnyebbség. De mással nem, családdal nem akarom...” (TI4).

A beszélgetés lehet terápiás vagy segítő jellegű, de lehet egyszerű tapasztalattmegosztás is, mely két ember közötti beszélgetésként zajlik. A tolmácsok szerint ezek a beszélgetések nemcsak számukra, hanem a terapeuták számára is fontosak.

„észrevettem, hogy terapeutának is sokszor szüksége van, hogy utána megbeszélje a problémás eseteket” (TI6)

„Ez mindig jó, neki egy segítség, hogy felkészültebben megy oda, vagy visszaúton pedig meg tudjuk beszélni azokat a dolgokat is, amik így megmaradtak bennünk, és hogy azt... igényli... tehát az ember nyilván igen, ilyenkor igényli, hogy ezt megvitassa valakivel, vagy megkérdezze, hogy te neked erről mi a véleményed, vagy lehet, hogy nem pontosan így, hogy mi a véleményed, de úgy érzed néha, hogy beszélned kell róla, és akkor ez mindig egy ilyen jó alkalom az utazás.” (TI3)

2. Szakmai megfontolások és visszajelzések a terapeutától

A tolmácsoknak fontos volt az is, hogy kompetensnek érezzék magukat a munkában, vagyis, hogy tudják, hogy azok a módszerek, melyeket ők maguk dolgoztak ki helyesek és a helyzetnek megfelelőek. Ezért a tolmácsok gyakran kikérik a terapeuta véleményét arról, hogy jó-e az, ahogy csinálják.

„Igen... természetesen rám néznek, amikor beszélnek. És az elején probléma volt, hogy mit csináljak. Hogy én ne nézzek vissza, ne legyen szemkontaktus, hanem valahova, semleges irányba nézzek? De például, az egyik terapeuta azt mondta nekem - segített és köszönöm neki - azt mondta, nyugodtan nézz a szemébe és nyugodtan legyen szemkontaktus közöttetek”. (TI4)

Az is kiderült, hogy kifejezetten szeretnének gyakrabban visszajelzést kapni a munkájukról.

„Hát, nem tudom, szerintem az, hogyha a terapeutákkal többet tudnánk beszélgetni, hogy őszintébben elmondják a véleményüket arról, hogy ők mit tapasztaltak a munka során. Nekem például - én szeretem a kritikát, én mindig arra használom a kritikát, hogy valamit javítsak magamban.” (TI3)

Egyébként pedig sokat beszélnek arról, hogy milyen technikákat vagy módszereket alkalmaznak:

„De mindig mondom, és olykor előfordul, hogy azt látom, hogy nem pontosan illeszkedik a szekvencia befejezésére, ahova illeszkedett volna. Mert amikor a páciens mondja a gondolatát, a narratíváját, azt ahogy fordítom, azt szinte egyszerre tudom befejezni vele, vagy egy pici kis késéssel.” (TI5)

3. Az idővel megtanult módszerek, például az élmények „nem hazavitele”

Az idő előrehaladtával a tolmácsok megtanulják, hogy hogyan ne vigyék haza a munkával kapcsolatos érzelmi terheket, és elsajátítanak olyan módszereket, amelyek megkönnyítik a munkájukat:

„Hát szerintem, amit az elején említettem, hogy tulajdonképpen, hát, hogy megtanulja az ember kicsit távolabb helyezni saját magát. Utána nem jár az embernek az agya azon, hogy hogy kéne segíteni azoknak az embereknek, akiknek a problémája ügyében tolmácsolt. Mert az elején volt, hogy kicsit így kattogott, hogy na, akkor mit lehetne még pluszt tenni azért az emberért.” (TI8)

Főtéma 3: A keretek és szerepek homályossága

1. A keretek és határok homályossága

Az interjú során a tolmácsok összehasonlították a bírósági tolmácsolást a terápiás helyzetekkel. A bírósági tolmácsolás során a tolmácsok szintén nagy felelősséget vállalnak (ahogy a terápiában is), azonban ott nagyon egyértelmű, világos és szigorú határok vannak. A bírósági tolmácsolás a szükséges lexikális tudás és a tolmács professzionális viselkedése alapján egyfajta etalont jelent a szakmában, biztos tudásalapot nyújtva. Ez a tudás azonban nem mindig alkalmazható egyértelműen a terápiás tolmácsolásban, ahol gyakran másfajta megközelítésre van szükség.

„A bírósági tolmácsolás sokkal tárgyilagosabb. Szóval nem szabad együtt érezni az alannyal, az alanyoddal” (TI8)

„egy tárgyalásnak megvan a menete, megvannak a szerepek. [...] Tehát egy terápia ettől abban különbözik, hogy sokszor az ember hajlandó arra, hogy megfeledkezzen, hogy itt igazából egy terápia, egy szakmai segítségnyújtás zajlik, mert néha annyira meghitt, olyan baráti beszélgetések zajlanak, amikor az ember olyan szinten megnyílik - a páciensre gondolok - hogy a tolmácsnak néha olyan érzése támad, hogy egy baráti beszélgetés, egy ilyen lelkizés zajlik” (TI3)

Amikor a szállásokra mennek, a beszélgetés nem terápiás szobában, hanem a kliens szobájában zajlik. Ezért különösen fontos, hogy a tolmács világosan meghúzza a határokat, és minden pillanatban figyeljen arra, hogy emberi késztetéseit tudatosan kontrollálja és újragondolja.

„És akkor te belekerülsz egy történetbe. És oda kell figyelned, hogy te ne reagáld le ezt a történetet semmilyen módon. Nagyon oda kell figyelni, hogy ne feledkezz meg, hogy a tolmács a kommunikációs csatornában csak egy összekötő elem” (TI3)

2. Együttműködés a terapeutával

A triadikus működés a terápia során is pontosan meghatározott határokat igényel. A szervezetben a tolmács és a terapeuta együttműködése úgy alakul ki, hogy kölcsönösen választják egymást, ami idővel stabil és hatékony együttműködésekkel eredményez.

“nem biztos, hogy minden terapeuta ugyanazzal a tolmáccsal tud együtt dolgozni, tehát kell, hogy köztük is legyen egy szimbiózis, tehát... hogy egy valamifajta egymásra hangolódás [...] magamról is látom, hogy... tehát hogy én sem szoktam mindig mindenkinek tolmácsolni” (TI6)

A tolmács jelenléte olyan, hogy eleve egy csapatban dolgoznak, és gyakran már jól ismerik egymást a terapeutával. Az ülések után megosztják egymással a tapasztalataikat, és gyakran ezzel kölcsönösen támogatják egymást. Ugyanakkor a tolmácsok szerint a terapeutát mégis zavarhatja a tolmács jelenléte, bár ezt nem mutatja ki:

“Biztos, hogy zavaró lehet a tolmács jelenléte. Teljesen át kell neki... nem tud úgy beleavatkozni, nem tud úgy visszatükrözni, nem tud úgy részt venni a beszélgetésben, ahogy ugye általában, tehát szerintem ez kb. olyan, mint gúzsba kötve táncolni, vagy mintha egy béklyót kötnének a lábára, és azt mondanák, hogy tessék futni” (TI5)

“Valószínűleg neki se lehet egyszerű, mert neki is úgy kell megfogalmaznia a gondolatait és a terápiát úgy összeállítani, hogy azt neki tudni kell, hogy van egy tolmács is közben, és a tolmácsnak is meg kell érteni azt a lelkiséget, amit ő tovább szeretne adni a páciensnek” (TI2)

A tolmácsok tiszteletben tartják a hierarchiát, melyben a terapeuta az, aki segít, és a tolmács feladata úgy dolgozni, hogy ez a kapcsolat a lehető legjobban működjön:

„ő a szakember, ő tudja szakszerűen irányítani a terápiát” (TI3)

„én nem vagyok terapeuta, nekem nincs olyan... szakmailag... nincs képzettségem. És bármit gondolhatok, bármit feltételezhetek tapasztalataim alapján, mondjuk élettapasztalataim alapján, ez ilyenkor annyira nem számít” (TI6)

„te egy tolmács vagy, ebben az esetben neked nem lehet saját gondolatod” (TI4)

A tolmácsok nagy része a háború kezdete óta önkéntesként is dolgozott különböző szervezeteknél, ahol mindenféle ügyintézésben segítették a menekülteket. Ezzel szemben a terápiás segítségnyújtás más helyzetet teremt.

Az egyik tolmács arról a tapasztalatáról mesélt, amikor önkénteskedett és tehetetlenséget érzett egy olyan emberrel kapcsolatban, aki a hozzátartozóját elveszítette:

„Most hát egyébként így mikor ketten vagyunk, de akkor ugye egyedül voltam, és tényleg nem tudtam, mit segítek. Vittem nyugtatóteát, meg úgy leültem vele beszélgetni, de nem is az a típusú ember volt az az anyuka, aki szereti azt, hogy ölelgessék, meg minden, nagyon kemény volt, de hát akkor már teljesen maga alatt volt” (TI5)

A másik tolmács azt mesélte, hogy:

„Hát amikor kint voltam a Keletibe... tehát ott azért nagyon nehéz volt, mert nem koordinálták azért az embereket és az...még a kezdet kezdetén tehát megrohanták a tolmácsokat és szinte... így szedték szét. Mert kevés volt a tolmács és akkor tényleg így rángattak a kezünkönél fogva, hogy menjünk, segítsünk neki. És amikor megkeresett a [...], akkor tudtam, hogy itt azért szervezettebb lesz, tehát könnyebb lesz majd tolmácsolni. (TI6)

Látszott, hogy a tolmácsok örülnek, hogy itt minden jól meg van szervezve, és kompetens szakember foglalkozik a páciensekkel, és övé a felelősség is, miközben a tolmács is azt csinálja, amiben ő kompetens.

Bár a tolmácsokban még így is felmerül egy átfogó tehetetlenség érzés a helyzettel kapcsolatban:

“tehetetlen vagyok, de gondolom a józanul gondolkodó emberek többségében ez van [...] a terapeuta kevésbé tehetetlen, mint én...tud valami segítséget nyújtani” (TI4)

“És akkor elhangzott egy ilyen mondat, hogy hát, hogy jól legyen, akkor neki nem szabad túlpörögnie... De hogy lehet-e ember ilyen környezetben egyáltalán jól....amikor bármikor találat érheti a házat” (TI 5)

De ugyanakkor egyfajta felelősségátadás is megjelenik, ami valószínűleg megkönnyebbülést jelent a tolmácsok számára az előző helyzetekhez képest, amikor önkéntesként tolmácsoltak.

„Tehát rájuk még nehezebb... nagyobb teher nehezedik. Mert hogy voltaképpen nem a tolmácsos van a felelősség, hanem a terapeután” (TI8)

3. A tolmácsot a kliens gyakran elsődleges segítőként érzékeli

Ami a klienssel való kapcsolatot illeti, a tolmácsok számára nehézséget jelenthet, hogy a kliens gyakran bennük látja a kompetens személyt.

“Szóval tényleg a páciens a tolmácsban látja az igazi segítséget. Mert hát mind a két nyelven beszél, ő tud nekem segíteni” (TI6)

„Megmondom őszintén, hogy vannak olyan páciensek, akik vagy telefonálnak, vagy írnak. És a gondjukkal hozzám fordulnak. Nem is mondván azt, hogy „légy szíves kérdezd meg a terapeutától”. Én mindig azt válaszolom, hogy „Ok, mindjárt megirom, vagy válaszolok, de természetesen konzultálnom kell, illetve ezt a kérdést, ezt a kérést tolmácsolom a terapeutának” (TI4)

Ezzel kapcsolatban a tolmácsnak folyamatosan újra kell definiálnia a szerepét a kliensekkel való munkája során. Az egyéb segítségkérések kapcsán a tolmácsok arról számolnak be, hogy bizonyos – például információs – segítséget tudnak nyújtani, ha a terapeuta beleegyezik. Ugyanakkor nehézséget okoz számukra, hogy bizonyos kérésekre nemet mondjanak.

„Meg egy ilyen terápiás foglalkozás után, amikor az ember annyira megnyílik szinte, tehát a lelkét kitárja, neked és erre... Amikor ő kért tőled egy telefonszámot, akkor azt mondd, hogy nem, ne haragudj, de ezt nem tehetem meg”. (TI3)”

A tolmácsok számára egyértelmű, hogy az ő személyiségük – például nemük, életkoruk, viselkedésük – fontos lehet a páciens számára, ugyanakkor számukra a kliensek személyisége nem válhat fontossá.

„Szerintem a páciensnél is biztos, hogy nem mindegy, hogy például egy nő esetében hogyha valami olyan dolog történt vele, akkor nem biztos, hogy örül annak, hogy ha egy férfi tolmács van jelen.” (TI6)

„Hát a tolmács például, ha fiatalabb vagy idősebb – kivel érzi magát jól, nem tudom, hát vannak olyan... lehetnek nagyon furák dolgok... hát képzeljük, hogy például ha a tolmács emlékezteti a páciensre valakire, akit nem szeret, vagy éppen fordítva... Hát ez emberi dolog, megint.” (TI8)

Bár nem kérdeztünk külön ár az interjúk során, hogy a kliens számára fontos-e a tolmács személyisége, mégis többször felmerült a beszélgetések során, mint a munka természetes velejárója. Ugyanakkor arra a kérdésre, hogy a tolmács számára fontos lehet-e a kliens személyisége, a tolmácsok túlnyomó többségének első reakciója az volt, hogy nem, ez nem kéne, hogy számítson:

” itt nem lehet különbséget tenni” (TI3)

„Miután én közvetítek, ez nálam nem játszhat szerepet, tehát mindenki olyan, amilyen” (TI 2)

“Hát nem lehet fontos. Teljesen. Én... Nem szabad válogatni” (TI4).

Ugyanakkor, miközben hangsúlyozták, hogy nem szabad válogatniuk, a tolmácsok később elmondták, hogy bizonyos kliensekkel egyszerűbb dolgozni, míg másokkal nehezebb – nemcsak nyelvi szempontból, hanem emberileg is.

„Hát igen... igen, igen... Természetesen. Hát... vannak olyan páciensek, akik, akik hát semmiből csinálnak nagy-nagy gondot. És vannak olyanok, akik a nagyon nehéz dolgokat... hát próbálják valahogy minimalizálni” (TI4)

„Ez nyilván emberi kérdés, tehát biztos, hogy van ilyen, de viszont ezt én magamban tartom, tehát nem mutathatom ki a páciens felé, hogy most én jobban szeretem őt, vagy kevésbé, ez munka.” (TI2)

„Hát van olyan páciens, akinek abszolút nem értek egyet az életvitelével, a döntéseivel. Amikor fordítom, akkor magamba a hajamat tépem, hogy jaj, ez egy rossz döntés, meg ilyesmi” (TI5)

„Lehet nem szimpatikus, akkor kihívás vele dolgozni. Hát engem általában érdekelnek az emberek” (TI6)

Érdekes volt megfigyelni, hogy ez a téma mintha kettős módon jelent volna meg a tolmácsokban: először hangsúlyozták, hogy szakmailag nem szabad semmilyen személyes viszonyulást kialakítaniuk a kliensek felé, majd később elismerték, hogy ez mégis megtörténik.

Főtéma 4: A segítség, mint motiváció.

A segítségnyújtás motivációs ereje a tolmácsok értelmezésében eléggé szerteágazónak bizonyult.

Úgy tűnik védelmi tényezőként is megjelenik a másodlagos stresszel szemben:

„hát egyfelől nehéz, másfelől úgy vélem, hogy segíteni tudok az embereknek, ezért elhanyagolható az, hogy nehéz” (TI4)

Segíti a tolmácsokat abban, hogy a munka során visszatartsák saját szubjektív érzelmeiket, és ezzel biztosítsák a minél pontosabb tolmácsolást:

„egy célt kell kitűznöm, ami a szemem előtt lesz, és az majd segít abban, hogy tartsam az irányt, hogy ne térjek le ilyen érzelmi zsákutcákba: hogy én azért vagyok ott, hogy segítek” (TI3)

A tolmácsok szerint ez a motiváció a terapeutákat is segíti abban, hogy túllépjenek azon az érzésen, miszerint a tolmácsolás terápia egy nehezebb műfaj.

„Csak mondom, hogy... én feltételezem, hogy valakit irritál, valakit zavar. Csak nem hiszem... csak nem mutatják. És ez jó. ...Én is itt vagyok, hogy segítek. Szóval, ha mindenki arra gondol, hogy na most azért vagyunk itt, hogy segítsünk, akkor nem okoz problémát. Viszont emberként, olyan élőlényként zavarhat.” (TI8)

Továbbá ez a motiváció segít abban is, hogy olyan módszereket keressenek, melyek hatékonyabban működnek.

„A semlegesség, de nem is szabad a tolmácsnak kilógnia sem, de éppen azért együtt kell munkálkodni, a lehető legtudatosabb. Mondjuk biztos, hogy mindenki a maga módján ezt teszi, mert ugye mindenki azért van ott, hogy segítsen valahogyan.” (TI5)

Főtéma 5: A tolmács szakmai hitvallása

1. Szakmai neutralitás és az empátia helye

Ahogy már említettük, a legtöbb szakmai kódexben kiemelt szerepet kap a tolmácsolás semlegessége és pártatlansága. Ugyanakkor a tolmács, mint „gép” megközelítése ma már

elavultnak számít, ám nincs olyan új megközelítés, amely egyértelmű támpontként szolgálhatna helyette.

Kutatásunkban a tolmácsok úgy érzik, hogy a terápiás tevékenység több empátiát igényel, és hogy ebben az értelemben a terápia sikeressége részben a tolmács szerepén is múlik. Egyrészt a tolmácsnak része kell lennie annak a támogató légkörnek, melyet a terápia teremt. Másrészt a tolmácsok úgy érzik, hogy a nyelvi eszközök önmagukban nem elegendőek az érzelmi árnyalatok pontos átadásához.

Továbbá a tolmácsok szerint segít az, ha ők maguk is átérzik azt, amit közvetítenek. Ez hozzájárulhat az érzelmi tartalmak hiteles és pontos továbbításához. Emellett fontos kérdés, hogy egy ilyen beleélés mennyire fokozza a másodlagos traumatizáltságot:

De ugye nagyon fontos, hogy a páciens azt érezze, hogy őt elfogadják, őt támogatják, hogy őt szerető, támogató légkör veszi körül, és szerintem a tolmácsnak ebből nem szabad kilógnia. A semlegesség, de nem is szabad a tolmácsnak kilógnia sem” (TI2)

„Hát szerintem fontos... Fontos... És nem csak az fontos, hogy szó szerint továbbítsd a mondandót, de fontos az is, hogy ugyanúgy átéld, mint a pszichológus. Tehát próbáld ugyanolyan hangsúllyal elmondani azt, amilyen hangsúllyal a pszichológus mondja. Ugyanolyan beleéléssel.” (TI4)

„Ezt mondjuk tolmácsolási kurzuson nem tanították soha, de én azt látom, hogy nagyon fontos, hogy egy ilyen... egy hullámhosszra kerülni azzal, akit tolmácsolsz.” (TI5)

A tolmácsok tehát odafigyelnek arra, hogy az érzelmeket pontosan adják át, és empatikusan viszonyuljanak a pácienshez, hogy az biztonságban érezze magát. De ezzel egyidejűleg arra is ügyelnek, hogy megőrizzék a neutralitásukat.

„Hát, nekem nagyon fontos, hogy egy kicsit, mint tolmács én tűnjek el, mert ugye terápiás párbeszéd az, a terapeuta és a páciensnek a kommunikációja” (TI5)

“olyan igyekszem lenni, mint egy ilyen tolmácskészülék...Egy olyan tolmács készülék, amely nemcsak szavakat képes átadni, hanem érzelmi reakciót is, tehát hogy így próbálok segíteni maximálisan. Erre hangolódok rá” (TI3)

2. A tolmács felelőssége, hogy a páciens megnyíljon

A tolmácsok úgy érzik, hogy bár a terapeuta kompetenciája a pácienssel való munka, és ők csupán közvetítők, mégis az ő felelősségük is, hogy a páciens elfogadja a segítséget, és nyitottan tudjon beszélni a terapeutával.

“El kell érniünk azt ketten a terapeutával, elsősorban a tolmácsnak, hogy beszéljen, hogy megnyíljon, különben nem tudunk segíteni” (TI 2)

„... hogyan fordítod vissza neki... mennyire tudod jól átadni, tehát hogy mennyire tudod az ő bizalmát elnyerni....tudja ő úgy magáénak érezni, hogy ő megnyíljon” (TI8)

Diszkusszió és kitekintés

Az IPA-elemzés során számos olyan téma került elő, melyek összhangban állnak az eddigi szakirodalmi eredményekkel. Például a határok és szerepek szempontjából az derült ki, hogy a tolmácsok gyakran feltételezik, hogy a terapeuták ambivalensen viszonyulnak a jelenlétükhöz: egyszerre tekintik őket segítségnek és potenciális akadálynak a pácienssel való kapcsolatuk szempontjából. Emellett, a szakirodalommal összhangban, a páciensek gyakran kompetens segítőként tekintenek a tolmácsokra (Gerskowitch & Tribe, 2021), ezért sokszor fordulnak hozzájuk segítségért.

A mi kutatásunk eredményei is azt mutatják, hogy a segítségnyújtás egy rendkívül fontos motivációs tényező (Mehus & Becher, 2016), mely egyúttal valószínűleg védőtényezőként is szolgál a tolmácsok számára a másodlagos stressz ellen. Továbbá, kutatásunk megerősíti azt az igényt, hogy a tolmácsok számára szükség lenne egy szervezett szakmai támogató csoportra. Ugyanakkor kutatásunk egyik újdonsága, hogy rávilágít: ezek a támogató csoportok lehetőséget nyújthatnának szupervízióra is, mely jelentős előnyt jelentene a tolmácsok szakmai fejlődését és mentális egészségének megőrzését illetően.

Emellett néhány új, eddig kevésbé vizsgált téma is felmerült. Mivel a szakirodalom gyakran hangsúlyozza a szupervízió fontosságát, kutatásunkban néhány olyan ötletet is megfogalmazunk, melyek segíthetnek a tolmácsok szakmai csoportjának megtervezésében, figyelembe véve a tolmácsok tapasztalatait és szükségleteit.

A főtémák alapján három átfogó témát alakítottunk ki, melyek egyrészt új szempontokat foglalnak össze a kutatásunkban, másrészt további gyakorlati és kutatási lehetőségeket kínálnak.

1. Állandó helykeresés a triádban, a kapcsolatok újradefiniálása

Kutatásunk eredményei szerint a tolmácsok szakmailag kompetensnek és magabiztosnak érzik magukat abban, hogy képesek megtartani a határokat egy általános tolmácsolási helyzetben. Ezt a készséget a képzéseik során sajátították el, és jelentős tapasztalatot szereztek ezen a téren. Ugyanakkor a terápiás helyzetek mégis új kihívásokat jelentenek számukra. Ezekben a helyzetekben, ahol a titoktartás és a pártatlanság kiemelten fontos, a tolmácsok olyan problémákkal szembesülnek, melyek például bírósági vagy üzleti megbeszéléseken nem fordulnak elő. Egyrészt gyakran belépnek a kliensek személyes életterébe, másrészt előfordulhat, hogy a kliensek egyéb segítségkérésekkel fordulnak hozzájuk. És bár bírósági helyzetekben is találkozhatunk emberi sorsok tragikusságával, ilyen jellegű helyzetek ott nem jellemzőek. A kutatásunk alapján elmondhatjuk, hogy míg az etikai és szakmai iránymutatások a tolmácsok számára világosak és ismertek, a gyakorlatban mégis nehézséget okoz számukra, hogy hogyan valósítsák meg ezeket a terápiás tolmácsolási munkában úgy, hogy az minél kevesebb stresszel járjon.

Továbbá az eredményeinken alapján elengedhetetlen, hogy a tolmácsok már a munkájuk kezdetén és utána folyamatosan támogatást kapjanak ahhoz, hogy beszélhessenek a triádon belüli szerepükről, mivel egyrészt lehet olyan érzésük is, hogy ők akadályozzák a terápiát, másrészt a kliensek részéről gyakori az olyan határátlépés, amikor a tolmácsokhoz fordulnak segítségért, ezzel kettős kapcsolatot teremtve. Fontos, hogy a tolmácsok lehetőséget kapjanak tapasztalataik megosztására, például azzal kapcsolatban, hogy miként oldanak meg bizonyos problémás helyzeteket, vagy hogy hogyan kezelik azokat az érzéseket, melyeket egy szakmai határokat átlépő segítségkérés visszautasítása vált ki bennük. Ez a folyamat nemcsak szakmailag segítene új munkamódszerek kialakításában, hanem lelkiileg is támogatná a tolmácsokat, csökkentve a másodlagos stressz élményét az érzelmileg megterhelő helyzetekben. Véleményünk szerint egy csoportos megbeszélés lenne erre a legmegfelelőbb forma, mely egyszerre szakmai és támogató. A tolmácsoknak lehetőségük lenne a szakmai szempontok megvitatására, miközben egy támogató szupervízor is jelen lenne.

Ugyanakkor megfigyeltük, hogy a tolmácsok legtöbbször nem kifejezetten „terápiás” segítséget szeretnének igénybe venni, ezért az ilyen megbeszéléseknek a szakmai támogatásra és a problémamegoldásra kellene fókuszálnia. Ezt megerősíti a korábbi kutatás is

(Sande, 1998), amely szintén rávilágított arra, hogy a tolmácsok számára kiemelten fontos, hogy a támogató csoport szakmai jellegű legyen.

2. Szakmai elvek és empátia összeütközése:

A szakmai elvek egyszerre jelennek meg kockázati tényezőként és protektív tényezőként a tolmácsok munkájában. A szakmai etikai kérdések a tolmácsok számára nagyon fontosak, ugyanakkor ezek megoldása újabb stresszforrást jelenthet számukra. Úgy tűnik, hogy minden tolmács egyéni módszereket fejleszt ki annak érdekében, hogy „érzelmeiket átadó készülék” módon dolgozzon: meghatározza, mennyi empátiát szabad mutatnia, hogyan kerülheti el a közömbösséget a tolmácsolás során, és mit tehet, hogy jelenléte ne zavarja a támogató légkört. Ugyanakkor ügyelnie kell arra is, hogy ne vigye túlzásba az érzelmi részvételt, hiszen közvetítőként arra törekszik, hogy a terápiát a lehető legkevésbé befolyásolja saját személyisége és szubjektív megélései. Ebben a kontextusban is hasznosnak tűnik a csoportos megbeszélések szervezése kifejezetten tolmácsok számára. Ugyanakkor fontos lehet egy közös megbeszélés a terapeutákkal is, ahol a tolmácsok visszajelzéseket kaphatnak tőlük, de ezt csak a tolmácsok számára szervezett szupervízió későbbi szakaszában, gondos előkészítés után érdemes bevezetni. Ez azért fontos, mert az ilyen típusú megbeszélések a folyamat kezdetén a tolmácsok számára értékelésnek tűnhetnek, mintha a főnökeik a munkájukat kritizálnák. A szakmai elvek védő tényezőként is megjelennek: bár stresszt okozhatnak, de ugyanakkor kompetenciaérzetet és szakmai biztonságot adhatnak, ami támogatja a tolmácsokat a hatékony munkavégzésben.

Ahogy feljebb részletezzük, bár az etikai kódexek és kézikönyvek követik a modern kutatásokat és az azokból származó eredményeket, mégsem elég konkrétak, és nem mindig alkalmazhatók terápiás helyzetekben. Úgy tűnik, hogy különösen a semlegesség, mint etikai elv, a terápiás tolmácsolásban nem feltétlenül megfelelő irányelv. Míg bírósági környezetben a tolmácsolás során lehetséges közömbösen átadni az elhangzottakat, a terápiás helyzetekben kifejezetten szükség van az empátiára és az együttérzésre a klienssel. Ez a sajátosság és a semlegesség iránti elvárás ambivalens volta azonban egyelőre nem kapott elegendő figyelmet a szakirodalomban. A tolmácsok tapasztalatai alapján szükség lenne egy újabb fogalmi rendszer kialakítására. Ezzel összefüggésben felmerül a tolmácsok érzelmeinek és a kliens személyiségének fontossága. Kutatásunk eredményei alapján úgy tűnik, hogy a tolmácsok kialakítottak maguknak egy olyan irányelvet (bár az etikai kódexekben nincs ilyenről szó), hogy a munkájuk során a kliens személyisége ne számítson, miközben egyértelműen látszik,

hogy a kliensek személyisége, élethelyzete, sorsa és nehézségei mégis nagyon fontosak számukra.

A szakmai elvek védelmi tényezőként is előkerülnek, mivel kompetenciaérzetet adnak a tolmácsoknak, mely segíti őket abban, hogy hatékonyan támogassák a klienseket.

3. A segítségnyújtás mint motiváció

Kutatásunkban a segítségnyújtás mint motiváció szintén kiemelkedő szerepet játszott, akárcsak az eddigi szakirodalomban. Ez a motiváció számos területet érint, és szakmailag jelentős mértékben támogatja a tolmácsokat, ezért érdemes ezt erőforrásként integrálni a szupervíziós csoportokba.

A kutatásunk egyik eredménye az is, hogy az ülések utáni beszélgetés a terapeutával különleges és fontos szerepet játszik a tolmácsok munkájában. Ez a jelenlegi helyzetben fontosabb támogató forrásnak bizonyult, mint a szupervízió. Ezek az alkalmak lehetőséget adnak arra, hogy megbeszéljék az üléseken elhangzottakat, ami nagyban hozzájárulhat az érzelmi feldolgozáshoz. Ez alapján arra következtetünk, hogy a tolmácsok számára hasznosak lehetnek az esetmegbeszélések, mivel egy történet részeseivé váltak, mely gyakran intenzív, tragikus vagy megrázó. Ugyanakkor ahogy a norvég szupervíziós folyamatok tapasztalatai (Sande, 1998), úgy a mi kutatásunk is rávilágított arra, hogy a tolmácsok szakmai szempontokat szeretnének megvitatni, illetve vannak terápiás kérdéseik is, mint például az empátia, vagy a páciensek határátlépései és hasonlók. Bár az interjúk során egyértelműen előjött, hogy a traumatizáló tartalmak hatással vannak rájuk, ők mégsem várnak el mély terápiás támogatást. A szupervíziós folyamatot tehát ezekre támaszkodva érdemes megtervezni. Továbbá kiemelkedően fontos elvként merült fel, hogy a tolmácsok nem szeretnének egy szupervíziós csoportban részt venni a terapeutákkal, ezért szükséges számukra külön csoportokat létrehozni.

A kutatásunk eredményeképpen tehát azt feltételezzük, hogy a tolmácsok számára segítséget jelentene egy olyan szakmai és támogató csoport, ahol megbeszélhetnék a tapasztalataikat és a gyakorlati munkájukhoz kapcsolódó kérdéseket. A csoporthoz érdemes lenne a kézikönyvekben található információk közül azokat a témákat kiválasztani, amelyek hasznosak a hivatásos és tapasztalt tolmácsok számára. Emellett kutatásunk több olyan konkrét problémára is felhívja a figyelmet, melyek jelenleg kihívást jelentenek a tolmácsoknak, és ahol mindenki saját módszerekkel dolgozik. Ezek megosztása a kollégákkal

nagyon hasznos tudna lenni. Amennyiben létrejön egy ilyen edukációs csoport, érdemes lenne egy kvalitatív kutatást is elvégezni, mely az intervenció hatékonyságát hosszú távon méri, például a másodlagos stressz, a kiégés és a megküzdés szempontjából.

A kutatásunk limitációja az IPA-módszer viszonylag kis méretű mintája. Itt például nem beszélhetünk szaturációról (Saunders et al., 2018), amikor már nem merül fel sok új téma az interjúk szövegei alapján. Ebben a konkrét helyzetben csak ilyen méretű minta állt rendelkezésre.

Továbbá egyszerre limitációnak és erősségnek is tekintem a saját tolmácsolói munkámat. Ezt a limitációt azzal próbáltuk korrigálni, hogy többen elemeztük és átbeszéltük az interjúkat. Továbbá az a tény, hogy én is ugyanabban a szervezetben tolmácsolok, mint a tolmácsok, akikkel az interjúkat készítettem, vezethetne ahhoz, hogy az interjú alanyok kevésbé nyílnak meg, viszont én ezt nem tapasztaltam. A valóságban nem is dolgozunk együtt, mivel a tolmácsok a terapeutákkal dolgoznak párban. Fontos megjegyezni, hogy kutatásunk hasonló eredményeket hozott, mint korábbi elemzések, tehát valószínűleg nem történt jelentős torzítás.

Véleményem szerint az IPA-elemzés során felmerült szempontok validak, és hasznosak lehetnek a tolmácsok helyzetének megértésében, valamint egy a tolmácsokat támogató csoport megszervezésében is.

Elismerés

A jelen mű előállításához a ChatGPT 4o verzióját használtam (chat.openai.com).

Az MI használatának leírása

A ChatGPT segítségével nyelvtani szerkezeteket ellenőriztem, mivel a magyar nem az anyanyelvem.

Referencia:

OpenAI, ChatGPT, 2025. Január 5., <https://chatgpt.com/c/6773d0a6-2d50-8008-92a1-42f3480fb81f>

Szakirodalom:

- Bergunde, A., Pöllabauer, S., & Topolovec, I. (with Vereinte Nationen). (2018). *Handbook for interpreters in asylum procedures*. Frank & Timme, Verlag für wissenschaftliche Literatur.
- Bontempo, K., & Malcolm, K. (2012). An ounce of prevention is worth a pound of cure. *In Our Hands. Educating Healthcare Interpreters*, 105-130.
- Fennig, M., & Denov, M. (2021). Interpreters working in mental health settings with refugees: An interdisciplinary scoping review. *American Journal of Orthopsychiatry*, 91(1), 50–65. <https://doi.org/10.1037/ort0000518>
- Geiling, A., Knaevelsrud, C., Böttche, M., & Stammel, N. (2021). Mental Health and Work Experiences of Interpreters in the Mental Health Care of Refugees: A Systematic Review. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 710789. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.710789>
- Gerskowitch, C., & Tribe, R. (2021). Therapists' Experience of Working with Interpreters in NHS settings: Drawing Upon a Psychoanalytic Theoretical Framework to Contextualize the Findings of an IPA Study. *British Journal of Psychotherapy*, 37(2), 301–318. <https://doi.org/10.1111/bjp.12630>
- Hanft-Robert, S., Lindberg, L. G., Mösko, M., & Carlsson, J. (2023). A balancing act: How interpreters affect the therapeutic alliance in psychotherapy with trauma-affected refugees—a qualitative study with therapists. *Frontiers in Psychology*, 14, 1175597. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1175597>
- Hanft-Robert, S., Pohontsch, N. J., Uhr, C., Redlich, A., & Metzner, F. (2022). Therapeutic Alliance in Interpreter-Mediated Psychotherapy from the Perspective of Refugee Patients: Results of Qualitative Interviews. *Verhaltenstherapie*, 32(Suppl. 1), 190–198. <https://doi.org/10.1159/000517136>
- Hassan, H., & Blackwood, L. (2021). (Mis)recognition in the Therapeutic Alliance: The Experience of Mental Health Interpreters Working With Refugees in U.K. Clinical Settings. *Qualitative Health Research*, 31(2), 399–410. <https://doi.org/10.1177/1049732320966586>
- Hsieh, E. (2008). “I am not a robot!” Interpreters' Views of Their Roles in Health Care Settings. *Qualitative Health Research*, 18(10), 1367–1383. <https://doi.org/10.1177/1049732308323840>

- Horváth, I. (2021). Tolmácsolásetika a 21. században. *Fordítástudomány*, 23(1), 5–20. <https://doi.org/10.35924/fordtud.23.1.1>
- Johnson, H., Thompson, A., & Downs, M. (2009). Non-Western interpreters' experiences of trauma: The protective role of culture following exposure to oppression. *Ethnicity & Health*, 14(4), 407–418. <https://doi.org/10.1080/13557850802621449>
- Kassai, S., Pintér, J. N., & Rácz, J. (2018). Szerhasználat és felépülés – az élmény és identitás kapcsolatának vizsgálata az interpretatív fenomenológiai analízissel. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 73(1), 111–121. <https://doi.org/10.1556/0016.2018.73.1.7>
- Mehus, C. J., & Becher, E. H. (2016). Secondary traumatic stress, burnout, and compassion satisfaction in a sample of spoken-language interpreters. *Traumatology*, 22(4), 249–254. <https://doi.org/10.1037/trm0000023>
- Miller, K. E., Martell, Z. L., Pazdirek, L., Caruth, M., & Lopez, D. (2005). The Role of Interpreters in Psychotherapy With Refugees: An Exploratory Study. *American Journal of Orthopsychiatry*, 75(1), 27–39. <https://doi.org/10.1037/0002-9432.75.1.27>
- Miletic, T., Piu, M., Minas, H., Stankovska, M., Stolk, Y., & Klimidis, S. (2006). *Guidelines for Working Effectively with Interpreters in Mental Health Settings*.
- Mirdal, G. M., Ryding, E., & Essendrop Sondej, M. (2012). Traumatized refugees, their therapists, and their interpreters: Three perspectives on psychological treatment. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 85(4), 436–455. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.2011.02036.x>
- Polidoro, S. (2023). Interpreting for Ukrainian refugees in Italy: A case study. *Traducción e Interpretación En Los Servicios Públicos (TISP) En Transición/Public Service Interpreting and Translation (PSIT) in Transition*, 133–141.
- Pugh, M. A., & Vetere, A. (2009). Lost in translation: An interpretative phenomenological analysis of mental health professionals' experiences of empathy in clinical work with an interpreter. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 82(3), 305–321. <https://doi.org/10.1348/147608308X397059>
- Rácz, J., Kassai, S., & Pintér, J. N. (2016). Az interpretatív fenomenológiai analízis (IPA) mint kvalitatív pszichológiai eszköz bemutatása: Szakirodalmi összefoglalás. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 71(2), 313–336. <https://doi.org/10.1556/0016.2016.71.2.4>

- Raval, H. (2003). Therapists' Experiences of Working with Language Interpreters. *International Journal of Mental Health*, 32(2), 6–31.
<https://doi.org/10.1080/00207411.2003.11449582>
- Raval, H., & Tribe, R. (Eds.). (2003). *Working with interpreters in mental health*. Brunner-Routledge.
- Rose-Clarke, K., & Fellmeth, G. (with World Health Organization & WHO Health and Migration Programme). (2023). *Mental health of refugees and migrants: Risk and protective factors and access to care*. World Health Organization.
- Roszik-Volovik, X., Brandão, A. P., Kollárovics, N., Farkas, B. F., Frank-Bozóki, E., Horváth, L. O., Kaló, Z., Nguyen Luu, L. A., & Balazs, J. (2023). Research group as helpers due to the war in Ukraine: Focus group experiences of women researchers. *Frontiers in Psychiatry*, 14, 1139252. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1139252>
- Sande, H. (1998). Supervision of refugee interpreters: 5 years of experience from Northern Norway. *Nordic Journal of Psychiatry*, 52(5), 403–409.
<https://doi.org/10.1080/08039489850139436>
- Sleptsova, M., Hofer, G., Morina, N., & Langewitz, W. (2014). The Role of the Health Care Interpreter in a Clinical Setting—A Narrative Review. *Journal of Community Health Nursing*, 31(3), 167–184. <https://doi.org/10.1080/07370016.2014.926682>
- Smith, J., Flowers, P., & Larkins, M. (2022). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research* (2nd Edition). SAGE.
- Tribe, R., & Lane, P. (2009). Working with interpreters across language and culture in mental health. *Journal of Mental Health*, 18(3), 233–241.
<https://doi.org/10.1080/09638230701879102>
- Tribe, R., & Thompson, K. (2017). *Working with Interpreters: Guidelines for Psychologists*. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.24082.56009>
- United Nations High Commissioner for Refugees. (2024). *Ukraine situation: Latest statistics*. Retrieved January 7, 2025, from <https://data.unhcr.org/en/situations/ukraine>
- Yick, A. G., & Daines, A. M. (2019). Data in–data out? A metasynthesis of interpreter's experiences in health and mental health. *Qualitative Social Work*, 18(1), 98–115. <https://doi.org/10.1177/1473325017707027>

1 sz. melléklet

Kérdések résztvevő tolmácsok felé:

1. Mennyi ideje tolmácsol terápiaikat? Milyen Önnek ez a munka?
2. Mi volt az elképzelése arról, hogy milyen lesz terápiaikat tolmácsolni, amikor először hallott a lehetőségről? Milyen volt elkezdni ezt a munkát? Ahhoz képest mi változott most? Mi volt meglepő? Hogyan látja, mi az, amire fel volt készülve és mi az, amire nem?
3. Különbözik ez a fajta tolmácsolás más helyzetekről, ahol tolmácsol? Miben különbözik?
4. Hogy van a titoktartással? Szükséges más munkáknál? Érti-e szükségét, hogy valakivel ezeket megbeszélje, megossza? Van-e ilyen lehetősége? Élt vele? Milyen volt? Mennyire gyakran él ezzel a lehetőséggel? Milyen Önnek az, hogy ilyenfajta történetekről és eseményekről nem tud mesélni a legközelebbi embereknek, családjának?
5. Ön, mint tolmács mit gondol munkája funkciójáról, szerepéről és céljairól a terápiaikon?
6. Mit gondol, mi az elképzelése azzal kapcsolatban, hogy a terapeuta hogyan viszonyul ahhoz, hogy a terápiaiban egy tolmács is részt vesz?
7. Mit gondol arról, hogy a páciens hogyan viszonyul ahhoz, hogy a terápiaiban egy tolmács is részt vesz?
8. Amikor tolmácsol, a jelentések pontos átadása és a nyelvi szempontokon kívül van-e bármilyen más szempont, melyet figyelembe vesz? Ha igen, tud-e példát mondani? (Ha nem érthető a kérdés, akkor – pl. intonáció, testhelyzet fontos-e? Mi alapján választja ki a mondanivaló formáját, vagy több szinonimából egyet?)
9. Van-e jelentősége a munkájában annak, hogy hosszú ideig ugyanazzal a pácienssel dolgozik

vagy mindig mással? Melyiket preferálja és miért? Milyen Önnek, amikor egy másik tolmács helyett dolgozik és egy már kialakult terápiás viszonyba lép bele? A munkája szempontjából van-e ennek jelentősége?

10. Ön szerint fontos-e a páciens személyisége? Mennyire befolyásolja a munkáját?

11. Befolyásolja-e a munkáját az, hogy a páciens nagyon nehéz helyzetben van? Mit szokott ezzel kapcsolatban érezni? (Ha nehéz a helyzet, mit szokott ezzel kezdeni, beszél-e valakivel, vagy valahogyan elrendezi ezeket magában?)

12. Felmerül-e Önben, hogy segítséget szeretne nyújtani annak, aki nehéz helyzetben van? Mit csinál ilyenkor?

13. Felmerült-e Önben, hogy a terapeuta nem úgy segít, ahogyan Ön ezt helyesnek gondolja? (Példa nélkül is lehet). Felmerült-e, hogy Ön mást akarna mondani a páciensnek, mint amit a terapeuta mond? Felmerült-e, hogy Ön valamit pluszban szeretne mondani vagy valamit inkább nem mondani? Mit csinál ilyenkor?

14. Milyen problémákat, elakadásokat lát munkájában? Mi segítene abban, hogy jobban érezze magát munka közben?