

AMERIKAI FÉLIDŐS VÁLASZTÁSOK 2026

ÁTFOGÓ HELYZETKÉP



Püsök Kata

AMERIKAI FÉLIDŐS VÁLASZTÁSOK 2026

ÁTFOGÓ HELYZETKÉP

Tartalom

Alapvető tudnivalók	3
A politikai környezet — Trump népszerűsége és a generikus szavazat	3
Jelenlegi erőviszonyok (kiindulópont)	4
Általános előrejelzési kép	4
Szenátus — kulcsfontosságú versenyek	4
Képviselőház — a csatatér	5
Kormányzói versenyek — a harmadik front	6
Az előválasztási naptár	7
Összegzés — mire érdemes figyelni	8

Alapvető tudnivalók

A 2026-os amerikai félidős (midterm) választásokat **2026. november 3-án** tartják, Donald Trump második, nem egymást követő elnöki ciklusának félidejében. Jelenleg tart az előválasztási (primary) szezon és a kampányidőszak.

A tét a **120. amerikai Kongresszus** összetétele. Megmérettetik a Képviselőház mind a 435 helye, valamint a Szenátus 100 helyéből 35 (33 rendes választás a 2. osztályból + 2 időközi: Floridában és Ohióban). Emellett 39 kormányzói pozíció (36 állam, 3 terület) és számos állami szintű tisztség is.

A politikai környezet — Trump népszerűsége és a generikus szavazat

Ez a legfontosabb strukturális előrejelző: a hivatalban lévő elnök népszerűsége és a „generic ballot” (melyik pártot támogatná a választó konkrét nevek nélkül) történelmileg a midterm-eredmények legmegbízhatóbb előrejelzői.

Trump népszerűsége mélyen negatív tartományban van. 2026 júniusában kb. 38,7% támogatás/ 58,3% elutasítás (-19,6 nettó). Az aggregált átlagok 40% alá teszik a támogatást országosan, az elutasítás pedig közelíti a 60%-ot, és ami feltűnő, hogy a visszaesés széles körű — a legtöbb elnök legalább egy területen megőrzi az erősségét, Trump értékelése viszont minden fő szakpolitikai területen negatív.

A romlás motorja a gazdaság: a májusi visszaesés a vámvezérelt infláció felgyorsulását és a Q1 GDP +2,0%-os, ugyanakkor a PCE-infláció 4,5%-os adatát tükrözi, ami stagflációs aggályokat vet fel.

Generikus szavazat: a demokraták kb. D+7,0 ponttal vezetnek, ami történelmileg jelentős. A 45% alatti támogatással rendelkező elnökök átlagosan 37 képviselőházi helyet veszítettek.

Történelmi párhuzamok (vészjelzések a republikánusoknak): Obama 45%-os támogatással 2010 októberében 63 mandátumos republikánus győzelmet szenvedett el; Clinton 46%-kal 1994-ben 54 mandátumot; Trump 42%-kal 2018-ban 41 mandátumos demokrata győzelmet.

Jelenlegi erőviszonyok (kiindulópont)

Szenátus: A republikánusok 53–47 arányban vezetnek (a 47-be beleértve a demokrata frakcióhoz csatlakozó két függetlent is). A 35 megmérettetett helyből **23 republikánus kézen** van, ami azt jelenti, hogy a republikánusok elsősorban védekeznek. A demokratáknak legalább négy hely nettó megszerzésére van szükségük a felsőház visszavételéhez.

Képviselőház: A 2024-es választások nyomán a republikánusok **220–215 arányú** szűk többséget szereztek. A demokratáknak három mandátum nettó megszerzésére van szükségük a többséghez, miközben a republikánusok legfeljebb két körzetet veszíthetnek a többségük megtartásához.

Általános előrejelzési kép

A fő narratíva: **a demokraták a Képviselőházban favoritok, a Szenátus viszont szorosabb és inkább republikánusoknak kedvező.** Ez a klasszikus midterm-mintázat — a hivatalban lévő elnök pártja jellemzően veszít félidőben.

A predikciós piacok (Kalshi, Polymarket) jelenlegi állása: a demokrata teljes győzelem (mindkét ház megszerzése) kb. 40%-os eséllyel vezet a megosztott Kongresszus 32%-os esélye előtt, ezen belül 73% kedvez a demokrata képviselőházi győzelemnek, 55% pedig a republikánus szenátusi győzelemnek.

The Economist 25 001 szimulációt futtató modellje a demokratákat erős favoritnak tekinti a Képviselőház megfordítására. Ugyanakkor 2026 májusában a piaci árak némi republikánus visszapattanást mutattak. A késő májusi közvélemény-kutatások szerint a demokraták enyhe előnnyel rendelkeznek a general ballott esetében.

Szenátus — kulcsfontosságú versenyek

A demokraták offenzív célpontjai és a republikánus védekezés főbb frontjai:

Georgia — Jon Ossoff demokrata szenátor újraválasztása következik, és sebezhető lehet a hat évvel ezelőtti szűk győzelme után. Ez a demokraták legfontosabb védekezési pontja egy Trump által (2024-ben) megnyert államban.

Michigan — Gary Peters jelenlegi demokrata szenátor nem indul újra, így nyílt verseny alakult ki. A republikánusok számára csábító célpont, különösen Peters visszavonulása után. A demokraták itt is Trump által szűken megnyert államban védekeznek.

Észak-Karolina — kiemelt csatatérállam;

Texas — szokatlanul kompetitívvé vált: Ken Paxton győzelme a texasi republikánus szenátusi előválasztás második fordulójában a hivatalban lévő John Cornyn ellen — a botrányai ellenére — versenyképes általános választási helyzetet teremtett, amely a demokratáknak kedvez.

Iowa — május végén / június elején a besorolás „valószínűleg republikánus”-ról „hajlik a republikánusok felé”-re módosult, azaz szorosabbá vált.

Alaska — Mary Peltola képviselő, aki 2022-ben megnyerte az államot, most a Szenátusban indul, ami a demokraták számára nyit lehetőséget.

Egy aggregált modell pillanatképe: a republikánusok jelenleg favoritok a szenátusi kontroll megtartására (R 50 / D 50), az alelnöki döntő szavazat révén. A jelenlegi projekciók szerint a demokraták három helyet fordítanak meg, a republikánusok nullát, ami a demokratáknak nettó három mandátumos nyereséget jelent — ami **eggyel kevesebb a többséghez szükséges négynél**.

Képviselőház — a csatatér

A demokratáknak mindössze három hely megfordítására van szükségük a többséghez, miután két egymást követő ciklusban is rendkívül közel jártak a győzelemhez. A modellek a demokratákat tekintik egyértelmű favoritnak, de a kép árnyaltabb lett.

Az újrajrözetésítés (redistricting) tényezője — több állam évtizedközi újrajrözetésba kezdett, ami megváltoztatja a 2024-es térképet: California, Missouri, Észak-Karolina és Texas

eltérő kongresszusi térképet használ 2026-ban, mert önként újrakörzetesítettek, ráadásul Ohio is más térképet alkalmaz.

Április végén és május elején több bírósági döntés a republikánusok javára toltta el a 2026-os kongresszusi térképet. Ezek az új térképek komolyan javítják a republikánusok többség esélyeit, bár a Demokrata Párt továbbra is egyértelmű favorit erre a ciklusra, mivel valószínűleg erős országos előnnyel rendelkezik ezen a félidős választáson.

Mandátum-elhagyások: 2026. március 5-i állapot szerint 54 képviselőházi inkumbens — 21 demokrata és 33 republikánus — nem indul újra.

Keresztező körzetek (a párt és az elnökválasztási eredmény ellentmond): 14 demokrata kézen lévő körzetet nyert meg Trump 2024-ben, míg kilenc republikánus körzetet nyert meg Kamala Harris.

Kormányzói versenyek — a harmadik front

A szövetségi versenyeken túl **39 kormányzói pozíció** is megmérettetik. 2026 januárjában közel egyenlő a megoszlás — 26 republikánus és 24 demokrata kormányzó. 36 állam tart választást, 15 hivatalban lévő kormányzó nem indulhat újra a hivatali időkorlát miatt.

A Cook Political Report öt versenyt sorol „toss up” (bizonytalan) kategóriába, ahol bármelyik pártnak jó esélye van. A kulcsversenyek:

Georgia — a demokraták legígéretesebb célpontja. Brian Kemp kormányzó kiesik a hivatali időkorlát miatt, így nyílt verseny egy szövetségi szinten is csataternek számító államban.

Arizona — Katie Hobbs demokrata kormányzó (2022-ben választották) valószínűleg Andy Biggs republikánus képviselővel (a keményvonalas Freedom Caucus tagja, Trump támogatója) vagy David Schweikert republikánus képviselővel néz szembe.

Michigan — az egyik legkompetitívebb verseny; Jocelyn Benson belügyminiszter (Secretary of State) a demokrata befutó, miközben zsúfolt republikánus mezőny verseng a jelölésért a hivatali időkorlát miatt kieső Gretchen Whitmer helyére.

Minnesota — Amy Klobuchar demokrata szenátor indul kormányzónak, miután Tim Walz nem vállalta a harmadik ciklust.

Nevada és Wisconsin is a fő csatátér-versenyek között van.

Korai jel: a demokraták már megfordították a ciklus első kormányzói posztját 2025-ben, amikor Abigail Spanberger megnyerte Virginiát. Az ilyen időközi eredmények gyakran a midterm hangulatának előfutárai.

Az előválasztási naptár

Az előválasztások szétszórtan zajlanak tavasztól nyár végéig. Már lezajlottak vagy zajlanak: a kaliforniai, iowai, montanai, new jersey-i, new mexikói és dél-dakotai előválasztások; a texasi második forduló (runoff); valamint az alabamai, georgiai, idahói, kentuckyi, oregoni és pennsylvaniai előválasztások. A legtöbb csatátérállam előválasztása július–augusztusra esik (pl. Arizona júl. 21., Michigan és Wisconsin aug. 4. és aug. 11.), tehát a teljes mezőny csak késő nyárra áll össze.

Összegzés — mire érdemes figyelni

A jelenlegi konszenzus szerint a **félidős választás valószínű kimenete egy megosztott Kongresszus**: demokrata Képviselőház és (szűken) republikánus többségű Szenátus. A demokraták képviselőházi előnye stabil — táplálja a gyenge elnöki népszerűség és a jelentős generikus szavazati előny. A szenátusi áttöréshez viszont szükség van négy csatatér megszerzésére (Georgia megtartása + Michigan, Észak-Karolina, Texas, Iowa, Alaska közül elegendő megszerzése) — ami jelenleg épp egy hajszállal a küszöb alatt van a modellekben.

A legfontosabb mozgó tényezők mostantól novemberig: a **gazdaság alakulása** (infláció, vámok, stagflációs kockázat), Trump népszerűségének esetleges helyreállása vagy további romlása, a **redistricting jogi csatározásai** (Florida, Louisiana, Alabama térképei részben még peresítés alatt állnak), valamint a még hátralévő nyári előválasztások.

Források:

Alapadatok, mandátumszámok, határidők

1. 2026 United States elections — Wikipedia
https://en.wikipedia.org/wiki/2026_United_States_elections
2. 2026 United States Senate elections — Wikipedia
https://en.wikipedia.org/wiki/2026_United_States_Senate_elections
3. 2026 United States House of Representatives elections — Wikipedia
https://en.wikipedia.org/wiki/2026_United_States_House_of_Representatives_elections
4. United States Congress elections, 2026 — Ballotpedia
https://ballotpedia.org/United_States_Congress_elections,_2026

Előrejelzések, predikciós piacok

5. Balance of Power: 2026 Midterms Predictions & Odds — Polymarket
<https://polymarket.com/event/balance-of-power-2026-midterms>

6. 2026 Senate Election Forecast Maps — 270toWin <https://www.270towin.com/2026-senate-election-predictions/>
7. 2026 House Election Forecast Maps — 270toWin <https://www.270towin.com/2026-house-election-predictions/>
8. 2026 Senate Election Interactive Map — 270toWin <https://www.270towin.com/2026-senate-election/>
9. 2026 Governor Election Forecast Maps — 270toWin <https://www.270towin.com/2026-governor-election-predictions/>
10. 2026 Governor Elections Map — 270toWin <https://www.270towin.com/2026-governor-election/>
11. Predictions for the Senate – 2026 Midterms — Race to the WH <https://www.racetothewh.com/senate/26>
12. Predictions for the House – 2026 Midterms — Race to the WH <https://www.racetothewh.com/house>
13. Predictions for 2026 Governor Races — Race to the WH <https://www.racetothewh.com/governor/26>
14. California 2026 Governor Election – Primary Polling Average — Race to the WH <https://www.racetothewh.com/governor/california26>
15. 2026 Midterm Forecast — Ellis Bates (Substack, aggregált modell) <https://ellisbates.substack.com/p/2026-midterm-forecast>

Népszerűség és generikus szavazat

16. Trump Approval Rating 2026 — Monthly Tracker — USPollingData.com <https://uspollingdata.com/polls/trump-approval/>
17. All 2026 US Polls: Generic Ballot — USPollingData.com <https://uspollingdata.com/polls/>
18. Trump Approval Rating By State 2026 — USPollingData.com <https://uspollingdata.com/news/trump-approval-rating-by-state-2026/>
19. Trump's Approval Rating Underwater on All Issues in Two Polls — Newsweek <https://www.newsweek.com/donald-trump-approval-ratings-2026-polls-inflation-economy-12026520>

20. Trump Approval Rating Tracker — Trump Timer <https://trumptimer.us/approval-rating/>

Kormányzói versenyek

21. Key governor races to watch: Election 2026 — The 19th
<https://19thnews.org/2026/05/governor-races-election-2026/>

22. Five battleground governor's races for 2026 — The Center Square
https://www.thecentersquare.com/national/article_fbec862d-ed01-4b51-b4ba-3db1b5b9f15a.html

Egyéb kontextus

23. Trump predicts red wave in 2026 — AOL News <https://www.aol.com/news/trump-predicts-red-wave-2026-040605418.html>