

BEVEZETŐ TANULMÁNY

Nyitrai Erika

KRE Személyiség- és Egészségpszichológiai Tanszék

A menarchétól menopauzáig a legtöbb nő élete egy jelentős részét menstruálással tölti, több mint 400 ciklussal, átlagosan 5 nappal számolva, kb. 67 hónapot. Így a menstruáció semmiképp sem ritka vagy különös esemény. A ciklusok zöme szabályos, panaszmentes, nem traumatikus. De nem ezek vonták magukra a figyelmet sem most, sem korábban. Jelentőségéhez képest alig tudunk valamit az egészséges nők egészséges menstruációs élményeiről, nagyon keveset tudunk mondani arról, hogy milyen érzés menstruálni, milyen érzés a menstruáció. Sokkal többet tudunk az orvosi vonatkozásokról, illetve a menstruáció, a menstruáló nő kultúrtörténeti vonatkozásairól. A pszichológusok viszonylag későn csatlakoztak ezekhez a kutatásokhoz. Sokáig nem volt kutatási téma, hogy a társadalom hogyan értelmezi magát a menstruációt, milyen szinten befolyásolja a nőkhöz való hozzáállást a menstruációs státusz meglétére utaló jelek észlelése. Illetve ezek hogyan hatnak vissza a nők élményeire.

A 70-es évek végétől a 90-es évek elejéig a fejlődéslélektani kutatók kezdték a menstruáció bio-pszicho-szociális megközelítését alkalmazni. A megindult kutatások összetettebb képet adtak a lányok első menstruációs és menstruációs élményeiről. Kiderült, hogy mind a nők, mind a férfiak negatív attitűddel viszonyulnak a menstruációhoz, és negatív tünetekkel, hangulattal és gyengébb teljesítménnyel kapcsolják össze azt (Golub, 1976; Koeske & Koeske, 1975; Ruble, Brooks-Gunn & Clarke, 1979; Sommer, 1972); hogy a lányok hajlanak arra, hogy másoknak komolyabb tüneteket tulajdonítsanak, mint maguknak (Clarke & Ruble, 1978); hogy a menarché előtt álló vagy azon épp mostanság átesett lányok és a fiúk szintén negatív attitűdökkel, elvárásokkal vannak a menstruáció felé. Miközben, ha adott a lehetőség, a nők képesek azonosulni a menstruáció pozitív aspektusaival is. Azt találták, hogy a nők úgy tekintenek a menstruációjukra, mint a nőiségük és nőiességük bizonyítékára, valamint termékenységük és jó egészségük jelzőjére (Chrisler, Johnston, Champagne & Preston, 1994; Johnston-Robledo, Ball, Lauta & Zekoll, 2003). Sőt. Különbséget tudnak tenni a saját élményük és a negatív sztereotípiák között (Lovering, 1995; Kissling, 1996; Koutroulis, 2001). Mindez fölvetette a kulturális tényezők szerepét. Ennek megfelelően ezek feltárására új kutatási módszereket fejlesztettek ki: pl. Brooks-Gunn és Ruble a Menstrual Attitude Questionnaire-t (MAQ, 1980), Moos a Menstrual Distress Questionnaire-t (MDQ, 1968).

A feminista iskola tagjai újabb lökést adtak a menstuációs kutatásoknak. Felhívták a figyelmet arra, hogy miként játszik szerepet a menstruáció többek közt a nők identitásának alakulásában (Flaake, 2005), szexualitásában (Scooler, Ward, Merriweather & Caruthers, 2005), testképében (Roberts, 2004), reprodukív életében (Johnston-Robledo, Sheffield, Voight & Wilcox-Constantine, 2007), szociális státuszában (Young & Bacdayan, 1965), az egészséggel összefüggő döntéseiben (Andrist, 2008; Johnston-Rodeblo, Ball, Lautá & Zekoll, 2003). Egyre több kutatás született, melyek bizonyították, hogy a nők menstruációval kapcsolatos ismeretei, attitűdjei, tapasztalatai mind összefüggnek azzal a társadalommal, amelyben élnek (Chrisler, 2008; Marvan, Islas, Vera, Chrisler & Warren, 2008).

Mindeközben nálunk nem, vagy alig születtek a menstruációs attitűddel kapcsolatos kutatások (kivétel: Kovácsné Török és Szeverényi, 2006; Szűcs és mtsai, 2016), illetve szakdolgozatok keretében maradtak. A Károli Gáspár Református Egyetem Személyiség- és Egészségpszichológiai tanszékén (akkor még Személyiség- és Klinikai Pszichológiai Tanszékén) 2010-óta szinte minden évben készült egy-egy záródolgozat (2010-ben Széles Dorottya BA-s, 2012-ben MA-s dolgozata), műhelymunka (2011-ben Fedoszov Anna) vagy házidolgozat (Zimányi Zsófia) Nyitrai Erika vezetésével a menstruáció szociálpszichológiája témakörében. 2014-től Reinhardt Melindával és a körénk szerveződő hallgatókkal kutatócsoporttá alakultunk. (Kutatásetikai engedély száma: 156/2014/P). Ennek keretében született Antoni Luca (BA-s záródolgozata, Reinhardt Melindánál), Horváth Rita és Molnár Enikő (MA-s szakdolgozata Nyitrai Erikánál). Ezekkel a munkákkal az MPT XXIV. éves kongresszusán is bemutatkoztunk négy előadással (Horváth, 2015; Molnár, 2015; Nyitrai, 2015; Reinhardt, 2015) A következő évben újabb BA-s és MA-s záródolgozatok születtek Benkő Zsófia, Buti Veronika, Tasi Henrietta, Horváth Nelli, Kósa Bernadett, Lakatos Júlia, Orosz Noémi, 2016-ban Bencsik Bea tollából, Reinhardt Melinda vezetésével. 2016-ban bővült a kutatói kérdésünk is, így újabb engedély mentén folytattuk a kutatásunkat („A menstruáció pszichés vonatkozásai”, kutatási engedély száma: 333/2016/P és 333/2016/2/P). Ennek keretében született 2016-ban Sütheő Sára, Hoffmann Sára, Botházy Beatrix, Garami Tamara és Szőke Piri záródolgozata, és Dengyel Kinga perinatális szaktanácsadó képzése záródolgozata, 2017-ben, Gazdagi Rebeka, Fábíán Zsuzsa, Herczeg Luca, Horváth Sára, Kolozsvári Fanni, Lakatos Dóra, Lapis Flóra, Nagy Lilla, Oláh Katalin és Olasz Eperke, 2018-ban Balla Melinda, Fülöp Katalin, Kerekes Tímea, Kolláth Klára, Mészáros Márk, Pünkösti Noémi záródolgozata. Mindeközben összegyűlt a személyes tesztfelvételek során annyi adat, ami elegendő a kutatási eredmények cikkekben történő megjelentetésére.

A PHC különszámában „A menstruáció pszichés vonatkozásai” (kutatási engedély száma: 333/2016/P és 333/2016/2/P) című, 2016 őszétől szisztematikusan zajló

kutatómunkának az eredményeit kezdjük bemutatni öt tanulmány keretében. Igyekeztünk egy ívet adni az munkának, de valamennyi külön-külön is olvasható (emiatt néhány helyen ismétléssel találkozhat, aki valamennyit olvassa).

Az első tanulmányban - Felnőttek menstruációs attitűdjének vizsgálatában használt kérdőíves eljárások - elméleti áttekintő tanulmány (Nyitrai, 2019) - röviden bemutatunk nyolc, a felnőttek menstruációs attitűdjének vizsgálatánál használt kérdőívet.

A második tanulmány keretében - A Menstruációs Attitűd Kérdőív (Menstrual Attitude Questionnaire, MAQ, Brooks-Gunn és Ruble, 1980) magyar változatának bemutatása (Nyitrai és Takács, 2019a) - a felnőttek menstruációs attitűdjének vizsgálatánál használt, a fent említett kutatás fő kérdését vizsgáló, Brooks-Gunn és Ruble (1980) által kidolgozott Menstrual Attitude Questionnaire (MAQ, Menstruációs Attitűd Kérdőív) magyar nyelvű változatát - MAQ-H - és a belőle alkotott skálák vizsgálatának eredményeit mutatjuk be.

A harmadik és negyedik tanulmány - Felnőtt nők és férfiak menstruációs attitűdjének összehasonlító vizsgálata (Nyitrai és Takács, 2019b); Anyák és felnőtt lányaik menstruációs attitűdjének összehasonlító vizsgálata (Nyitrai és Takács, 2019c) – a menstruációs attitűd magyar mintán nyert tapasztalataiba vezet be bennünket.

Az ötödik tanulmány - A Tárgyasított Test Tudat Skála (Objectified Body Consciousness Scale, OBCS, McKinley & Hyde, 1996) magyar változatának bemutatása (Nyitrai, Takács, Makrai és Takács, 2019) – a kutatás egy másik fontos aspektusát, a tárgyiasított test tudatot, az azt vizsgáló mérőeszközt (OBCS) mutatja be, illetve beszámol magyar mintán nyert tapasztalatokról.

Mindehhez jó olvasást kívánunk!

Ezúton szeretnénk megköszönni a KRE Pszichológiai szakos 2016/17, és 2017/18-as tanév őszi féléves személyiséglélektan műhelymunka csoportok csoporttagjainak a tesztfelvételekben végzett munkáját.

Köszönjük mindazoknak a nőknek és férfiaknak az együttműködését, akik részt vettek a vizsgálatokban.

IRODALOMJEGYZÉK

- Andrist, L. C. (2008). The implications of objectification theory for women's health: Menstrual suppression and "maternal request" cesarean delivery. *Health Care for Women International*, 29(5), 551-565.
- Brooks-Gunn, J., & Ruble, D. N. (1980). The menstrual attitude questionnaire. *Psychosomatic Medicine*.
- Chrisler, J. C. (2008). The menstrual cycle in a biopsychosocial context. *Psychology of women: A handbook of issues and theories*, 400-439.

- Chrisler, J. C., Johnston, I. K., Champagne, N. M., & Preston, K. E. (1994). MENSTRUAL JOY The Construct and Its Consequences. *Psychology of Women Quarterly, 18*(3), 375-387.
- Clarke, A. E., & Ruble, D. N. (1978). Young adolescents' beliefs concerning menstruation. *Child Development, 231-234*.
- Flaake, K. (2005). Girls, adolescence and the impact of bodily changes: Family dynamics and social definitions of the female body. *European Journal of Women's Studies, 12*(2), 201-212.
- Golub, S. (1976). The effect of premenstrual anxiety and depression on cognitive function. *Journal of Personality and Social Psychology, 34*(1), 99-104.
- Horváth. R. (2015). „Te is más vagy, te sem vagy más” - menstruáció és női identitás, MPT XXIV Országos Tudományos Nagygyűlése, előadás
- Johnston-Robledo, I., Ball, M., Lauta, K., & Zekoll, A. (2003). To bleed or not to bleed: Young women's attitudes toward menstrual suppression. *Women & Health, 38*(3), 59-75.
- Johnston-Robledo, I., Sheffield, K., Voigt, J., & Wilcox-Constantine, J. (2007). Reproductive shame: Self-objectification and young women's attitudes toward their reproductive functioning. *Women & Health, 46*(1), 25-39.
- Kissling, E. A. (1996). Bleeding out loud: Communication about menstruation. *Feminism & Psychology, 6*(4), 481-504.
- Koeske, R. K., & Koeske, G. F. (1975). An attributional approach to moods and the menstrual cycle. *Journal of Personality and Social Psychology, 31*(3), 473-478.
- Koutroulis, G. (2001). Soiled identity: Memory-work narratives of menstruation. *Health, 5*(2), 187-205.
- Kovácsné Török Zs., Szevérenyi P. (2006): Egyéni és társadalmi vélekedések a menstruációról, *LAM, 16* (8-9): 806-809.
- Lovering, K. M. (1995). The bleeding body: Adolescents talk about menstruation. *Feminism and discourse: Psychological perspectives, 10-31*.
- Marván, M. L., Islas, M., Vela, L., Chrisler, J. C., & Warren, E. A. (2008). Stereotypes of women in different stages of their reproductive life: Data from Mexico and the United States. *Health care for women international, 29*(7), 673-687.
- Molnár, E. (2015). Szentség vagy „véráldozat?” - a menstruáció jelentése a mai magyar nők körében, MPT XXIV Országos Tudományos Nagygyűlése, előadás
- Moos, R. H. (1968). The development of a menstrual distress questionnaire. *Psychosomatic medicine, 30*(6), 853-867.
- Nyitrai, E. (2015). Az első menstruáció története - élmények a menarchéval kapcsolatban, MPT XXIV Országos Tudományos Nagygyűlése, előadás
- Nyitrai, E., & Takács, Sz. (2019a). A Menstruációs Attitűd Kérdőív (Menstrual Attitude Scale, MAQ, Brooks-Gunn & Ruble, 1980) magyar változatának bemutatása, *Psychologia Hungarica VII/1. 25-44*.
- Nyitrai, E. (2019). Felnőttek menstruációs attitűdjének vizsgálatában használt kérdőíves eljárások - Elméleti áttekintő tanulmány. *Psychologia Hungarica VII/1. 10-24*.
- Nyitrai, E., & Takács, Sz. (2019b). Felnőtt nők és férfiak menstruációs attitűdjének összehasonlító vizsgálata, *Psychologia Hungarica VII/1. 45-63*.

- Nyitrai, E., & Takács, Sz. (2019c). Anyák és felnőtt lányaik menstruációs attitűdjének összehasonlító vizsgálata, *Psychologia Hungarica* VII/1. 64-94.
- Nyitrai, E., Takács, N., Makrai, B., & Takács, Sz. (2019). A tárgyiasított test tudat skála (Objectified Body Consciousness Scale, OBCS, McKinley & Hyde, 1996) magyar változatának bemutatása. *Psychologia Hungarica* VII/1. 95-116.
- Reinhardt, M. (2015). A menstruációs ciklus lelki vetületei, MPT XXIV Országos Tudományos Nagygyűlése, előadás
- Roberts, T. A. (2004). Female trouble: The menstrual self-evaluation scale and women's self-objectification. *Psychology of Women Quarterly*, 28(1), 22-26.
- Ruble, D. N., & Brooks-Gunn, J. (1979). Menstrual symptoms: A social cognition analysis. *Journal of Behavioral Medicine*, 2(2), 171-194.
- Schooler, D., Ward, L. M., Merriwether, A., & Caruthers, A. S. (2005). Cycles of shame: Menstrual shame, body shame, and sexual decision-making. *Journal of Sex Research*, 42(4), 324-334.
- Sommer, B. (1972). Menstrual cycle changes and intellectual performance. *Psychosomatic Medicine*.
- Szűcs, M., Bitó, T., Csíkos, Cs., Párducz Szöllősi B., Furau, C., Blidaru, I., Kapamadzija, A., Sedlecky, K., Bártfai, Gy., & on behalf of The Scientific Group of the collaborating centres (2016). Knowledge and attitudes of female university students on menstrual cycle and contraception, *Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 1-5.
- Young, F. W., & Bacdayan, A. A. (1965). Menstrual taboos and social rigidity. *Ethnology*, 4(2), 225-240.