

FELNŐTTEK MENSTRUÁCIÓS ATTITÚDJÉNEK VIZSGÁLATÁBAN HASZNÁLT KÉRDŐÍVES ELJÁRÁSOK - ELMÉLETI ÁTTEKINTŐ TANULMÁNY

Nyitrai Erika

KRE Személyiség- és Egészségpszichológiai Tanszék

Kivonat

Cikksorozatunkban „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. Ennek a tanulmánynak a keretében áttekintjük és röviden bemutatjuk a felnőttek menstruációs attitűdjének vizsgálatában használt kérdőíveket – az AMS-t (Attitudes Towards Menstruation Scale, McHugh & Wasser, 1959), az MDQ-t (Menstrual Distress Questionnaire, Moos, 1968), az MAQ-t (Menstrual Attitude Questionnaire, Brooks-Gunn & Ruble, 1980), az MJQ-t (Menstrual Joy Questionnaire, Delaney, Lupton & Toth, 1987), az SBAM-t (Stereotypic Beliefs about Menstruation Scale, Heard & Chrisler, 1999), az MSES-t (Menstrual Self-Evaluation Scale, Roberts, 2004), a BATM-t (Beliefs about and Attitudes toward Menstruation Questionnaire, Marván, Ramírez-Esparaza, Cortés-Iniestra & Chrisler, 2006) és Dunnivant és Roberts (2013) menstruációs kérdőívét.

Kulcsszavak: menstruációs attitűd, a felnőttek menstruációs attitűdjének vizsgálatában használt kérdőíves eljárások

Abstract

In our series of articles 'The Psychic Aspects of Menstruation' (Research Licence Numbers: 333/2016/P and 333/2016/2/P) we intend to present the results of our systematic research going on since autumn 2016. In this study we give a survey and briefly present the following questionnaires used in the examination of adults' attitudes towards menstruation – the AMS (Attitudes Towards Menstruation Scale, McHugh & Wasser, 1959), the MDQ (Menstrual Distress Questionnaire, Moos, 1968), the MAQ (Menstrual Attitude Questionnaire, Brooks-Gunn & Ruble, 1980), the MJQ (Menstrual Joy Questionnaire, Delaney, Lupton & Toth, 1987), the SBAM (Stereotypic Beliefs about Menstruation Scale, Heard & Chrisler, 1999), the MSES (Menstrual Self-Evaluation Scale, Roberts, 2004), the BATM (Beliefs about and Attitudes toward Menstruation Questionnaire, Marván, Ramírez-Esparaza & Chrisler, 2006) and the menstruation questionnaire of Dunnivant & Roberts (2013).

Key words: Menstruation attitude, Questionnaires used in examining the adults' attitudes towards menstruation

BEVEZETÉS

A menstruációs ciklus tökéletes példa a bio-pszicho-szociális folyamatra, ami befolyásolja a viselkedést, és amit befolyásol a viselkedés. A ciklusunk a menarché és a menopausa között, a hiedelmeink vele kapcsolatosan tanultak, az attitűdjaink abban a kulturális kontextusban formálódtak, melyben élünk. Bár minden nő a világon ugyanabban a menstruációs, menopauzás folyamatban osztozik, az élményeik különbözőek is, és ezeket a különbségeket részben az a szociokulturális közeg adja, amely befolyásolja a menstruációval, menstruáló nővel kapcsolatos hiedelmeiket, attitűdjeiket, viselkedésüket (Chrisler, 2008). Érdemes tehát megismernünk a menstruációval kapcsolatos attitűdöket, az azok felmérésére született kérdőíveket.

A FELNŐTTEK MENSTRUÁCIÓS ATTITÚDJÉNEK VIZSGÁLATÁRA
KIFEJLESZTETT KÉRDŐÍVEK BEMUTATÁSA

Az Attitudes towards Menstruation Scale (AMS, McHugh & Wasser, 1959)

A menstruációs attitűd felmérését szolgáló kérdőívek közül az egyik elsőként kialakított eszköz az Attitudes towards Menstruation Scale (AMS) McHugh és Wasser (1959) kérdőíve. Húsz tételből áll. Kilenc pozitív és tizenegy negatív állítást tartalmaz a menstruációval kapcsolatban, egyes szám első személyben, múlt időben megfogalmazva. Az állítások a menstruációval kapcsolatos élmények széles körét lefedik, mind a pozitív (pl. „A menstruáció egyfajta izgalommal töltött el.”, „Amikor menstruáltam, boldog voltam, hogy normális és egészséges vagyok.”, „A menstruáció miatt rokonságot éreztem a többi nővel.” stb.), mind a negatív (pl. „A menstruációt mindig egy szörnyű kényelmetlenségnek tartottam.”, „Mérges voltam, mert a menstruáció olyasmi, amit nem tudtam kontrollálni.”, „Kifogásoltam, hogy a menstruáció miatt meg kellett szakítanom a tevékenységeim.” stb.) tartományban. Annak ellenére, hogy az állítások számos jelenségek, élethelyzetet lefednek, az értelmezés a pozitív-negatív élménydimenzió mentén marad. A fenti kérdőívet a pozitív-negatív menstruációs attitűd elkülönítésére számos kutatásban használták. Évtizedek teltek el, mire az itt felvetődött jelenségekre a menstruációval összefüggő önálló tényezőkként, annak különböző aspektusaiként kérdeztek rá a téma kutatói a kérdőíves vizsgálatok során.

A Menstrual Distress Questionnaire (MDQ, Moos, 1968)

Ezek közül az első kérdőív Moos (1968) számos forrásra – nőkkel készített interjúk, kutatások, akkori jóllét elgondolások – támaszkodó Menstrual Distress Questionnaire (MDQ) kérdőíve. 47 tünetet tartalmaz, amiket 1-től 6-ig kell értékelnie a kitöltőnek (1=nincs ilyen tünet, 6=teljesen jelen van) a mostani menstruációs perióduson belül gondolva három időszakra: a menstruáció előtti napokra (egy héttel a menzesz előtt), a menstruáció idejére és menstruáció mentes/két menstruáció közti időre; valamint még egyszer a legrosszabb menstruációra vonatkozóan. A szerzők (Moos és mtsai, 1969) a kérdőívet 839 egyetemista nőn, illetve egyetemi kampuszon dolgozó feleségen (átlagéletkor=25,2 év) tesztelték. Mintájukon a 47 tétel 8 faktorba sorolódott: „Fájdalom” (6 tétel, pl. fejfájás, görcsök), „Koncentráció” (8 tétel, pl. koncentrációs nehézségek, zavartság), „Viselkedésváltozások” (5 tétel, pl. otthonmaradás, szociális aktivitások kerülése), „Autonóm reakciók” (4 tétel, pl. hidegrázás, hőhullám), „Vízvisszatartás” (4 tétel, pl. súlygyarapodás, izzadás), „Negatív érzelmek” (8 tétel, pl. magány érzése, szorongás), „Arousal” (5 tétel, pl. izgatottság, jóllét érzése) és „Kontroll” (6 tétel, pl. fülzúgás, szapora szívdobogás). Az elemzésekhez az adott skálához tartozó állítások pontjait összesítik, néha átlagolják minden lekérdezett időszakra vonatkozóan.

A kérdőív előnye, hogy a menstruációs ciklus különböző szakaszaiban azonosíthatók a „megélt tünetek”. A pontok alapján meghatározható belőle egy „menstruációs profil”. Arra is jó (volt), hogy elkülöníthető vele a premenstruációs szindróma, a dismenorrhoea. (Erre a célra azóta készültek specifikusan ezeket mérő kérdőívek.) Ugyanakkor a kérdőívet sok kritika is érte. Egyik részük a menstruációs ismeretek korlátozottságára vonatkozik. Többek közt arra, hogy valójában egyetlen ciklust mér fel, így nem következtethetünk a ciklusokra. Másik részük módszertani kérdéseket vet fel. Például, hogy Moos (1968) nem írta le pontosan a mintát, csak más ebből a kutatásból született publikációiból (Moos és mtsai, 1969) tudhatjuk meg, hogy a mintából a vizsgálat ideje alatt 420-an szájon át szedhető fogamzásgátlót szedtek, 81-en áldott állapotban voltak, 40-en pedig nem válaszoltak a fogamzásgátlásra vonatkozó kérdésre. Ezek az értelmezésben nem elhanyagolható adatok. Az is kifogásként merül fel, hogy a felsorolt tünetek valóságát se tesztelte. Ráadásul azok nem is egyértelműek. Mit értünk pl. „alacsonyabb teljesítmény a munkában” alatt? A külső validitás hiányában azt sem tudhatjuk, hogy a nők válaszai az élményeiken, vagy az attitűdjükön alapulnak-e (ezért is került itt ismertetésre). További észrevételek, hogy a kérdőív alapvetően negatív tüneteket sorol fel. A kitöltése nagy monotonia túrést kíván. Azonban minden kritikai észrevétel ellenére számos kutatásban használják a teljes vagy részben átvett változatait.

Az MDQ és a korábbi tünetlisták igen negatív, gyakran gyengítő eseményként állították be a menstruációt. Miközben a legtöbb nő ezeket a tüneteket, ha meg is tapasztalja, nem ennyire hangsúlyosan éli meg. Ráadásul ezek a korábban bemutatott eszközök nem tartalmazzák az összes, a menstruációhoz kapcsolódó attitűdünket és hiedelmünket. Miközben, ha ezekre is rákérdezzük, a menstruáció nem tűnik annyira gyengítő és negatív eseménynek. Jó iránynak tűnik tehát, ha pozitív élményekre, attitűdökre is rákérdezzük, illetve, ha jobban figyelembe vesszük a menstruációs hiedelmek sokféleségét. Elsőként ezt a pozitív-negatív aspektust vesszük tovább egy újabb kérdőív bemutatásával.

A Menstrual Joy Questionnaire (MJQ, Delaney, Lupton & Toth, 1987)

Kizárólag a menstruációval kapcsolatos pozitívumokra kérdez rá a Delaney, Lupton és Toth (1987) által konstruált Menstrual Joy Questionnaire (MJQ) kérdőív. A szerzők kérdőívüket eredetileg az MDQ paródiájának szánták. Annak mintájára tíz pozitív állítást tartalmaz, amit ugyanúgy három időszakra: a menstruáció idejére, a menstruációt megelőző egy hétre, és az intermenstruációs időszakra vonatkozóan kell a kitöltőknek értékelniük. Olyan tétéleket/faktorokat tartalmaz, mint „Feldobottság érzése”, „Fokozott szexuális vágy”, „Élénk tevékenység”, „Megújulás”, „Magabiztosság”, „Saját erő érzete” stb.

Heard és mtsai (1999) elvégezték a kérdőív pszichometriai elemzését, ami ahhoz képest, hogy csak viccnek szánták, egészen magas belső konzisztenciákat mutatott.

Az MJQ-t nem használják széles körben, de a vele készült kutatások két nagyon fontos irányba vitték tovább a kutatók érdeklődését, ezért része ez a kérdőív az áttekintésnek.

Heard, Chrisler, Kimes és Siegel (1999) kutatásukban megkérték a résztvevőket, hogy minden állítást jellemezzenek a saját szavaikkal. Ebből kiderült, hogy a résztvevők nagyon különböző módon értelmezik azokat. Mit jelent ez? Kevésbé van egyetértés a menstruáció pozitív aspektusait illetően? Vagy csak nem tudjuk kifejezni a pozitív menstruációs élményeinket a nyelvi kultúránk keretei között (vö.: fókuszcsoport kutatások eredményei)? Szoktunk-e egyáltalán a menstruáció pozitív aspektusain gondolkodni?

Chrisler és mtsai (1994) azt tapasztalták a kérdőív használata során, hogy az MJQ arra ösztönözte a kitöltőket, hogy elgondolkodjanak a menstruációról, mint pozitív eseményről. Sokan számoltak be arról, hogy meglepődtek az MJQ kérdésein. Volt, aki megkérdezte: ez vicc? Más el volt ragadtatva az ötlettől, hogy a menstruáció örömteli is lehet. Mindez arra ösztönözte a kutatókat, hogy komolyan véve a reakciókat alaposabban megvizsgálják azokat. Második vizsgálatukban kimondottan az MJQ-ra adott reakciók feltárására vállalkoztak. Arra kérték a résztvevőket, hogy öt nyitott kérdésre válaszoljanak: „Mi volt az első

benyomásod, amikor a kérdőív címét – menstruációs öröm – megláttad?; Gondoltál-e rá korábban, hogy a menstruáció pozitív esemény is lehet az életedben? Ha igen, mit gondoltál? Írd le a saját szavaiddal; Az MJQ ösztönzött-e arra, hogy másként gondoldj a menstruációra? Hogyan? Mit gondolsz jobban figyelsz-e majd, tudatosabban várod-e a következő menstruációd pozitív aspektusait? Tudsz-e a menstruációról nyíltan beszélni? Kivel?”. A kapott válaszok elgondolkodtatók. A válaszadók 27,5%-a hitetlenkedett, 22,5%-a meglepődött, sokkolva érezve magát, 25%-a szarkazmusnak érezte, 12,5%-a érdeklődni kezdett, 12,5%-a mulatságosnak tartotta, 12,5%-a összezavarodott, 5%-a irritált lett, 2,5%-a értékelte, 2,5%-a szomorkodott első reakcióként, amikor a kérdőív címét – menstruációs öröm – meglátta. A megkérdezetteknek csak 17,5%-a gondolt korábban a menstruációra, mint pozitív eseményre. Az is tanulságos, hogy a pozitívum a megkérdezettek számára azt jelentette, hogy nem terhesek (12,5%), egészséges a testük, egészségesen működnek (12,5%), lehet gyerekük (5%), hogy a menstruáció a női lét része (5%), és néhányan a megkérdezettek közül a menstruációs időszak végének örültek (5%). A vizsgálatban résztvevők 35%-a válaszolta, hogy az MJQ arra ösztönözte őket, hogy másként gondoljanak a menstruációra, 52%-a kételkedett abban, hogy a kérdőív bármi hatással lett volna rá. Az is kiderült az eredményekből, hogy eddig nem is figyeltek a pozitívumokra, de most figyelmesebbek lettek arra (22,5%), a kérdésfelvetés önmagában figyelmesebbé tette őket a saját változásaikra (19%), arra ösztönözte őket, hogy élvezzék a menstruációs élmény sokszínűségét (2,5%), hogy meg merték kérdezni, hogy-hogy negatív élmény másoknak a menstruáció (2,5%).

Hasonló eredményre jutott Aubeeluck és Maguire (2002), saját vizsgálatukban ők is azt találták, hogy a kérdőív elnevezése önmagában elegendő ahhoz, hogy befolyásolja az eredményeket.

Chrisler és mtsai (1994) azt is vizsgálat tárgyává tették, hogy hogyan hat a különböző menstruációs attitűd kérdőívek felvételének sorrendje a menstruáció megítélésére. Az MJQ-t, az MDQ-t és az MAQ-t (utóbbi ismertetése lentebb) töltették ki a résztvevőkkel különböző sorrendben. A vizsgálati csoport egyik fele az első alkalommal először az MJQ-t, majd az MAQ-t, a második alkalommal pedig először az MDQ-t és utána az MAQ-t, a vizsgálati csoport másik fele első alkalommal az MDQ-t és utána az MAQ-t, második alkalommal először az MJQ-t és utána az MAQ-t töltötte ki. Azt találták, hogy a kérdőívek kitöltésének sorrendje hatással volt a menstruációs attitűdökkel kapcsolatos eredményekre. Az először az MJQ-t kitöltők pozitívabbnak élték meg a menstruációjukat, mint akik az MDQ-val kezdtek. Illetve fordítva, akik az MDQ-val kezdtek több szorongásról számoltak be. Az MJQ figyelmessé tette a kitöltőket a menstruációval kapcsolatos pozitívumokra, de nem törölte a negatívumokat.

A Stereotypic Beliefs About Menstruation Scale
(SBAM, Heard & Crisler, 1997)

Kizárólag a menstruációval kapcsolatos negatív attitűdök mibenlétének tisztázására is történtek kísérletek. A menstruáció jelentése a nyugati kultúrákban komplex, ellentmondásos, egybefonódik a stigma, a tabu, a piszkosság, a betegség és a veszély elképzeléseivel. A kutatók arra gondoltak, hogy ezek az elképzelések önmagukban is összetettek, ellentmondásosak és egymást is átszövik, így különválasztásuk tanulságos lehet. Valamennyi alapeleme a morális univerzumnak, és választóvonalat jelent a normális (természetes) és az abnormális (beteges) között. Így fontos lehet, hogy értsük, hogyan értelmezzük a menstruációt mint a tabu egy tárgyát, mint a piszkosság egy forrását, mint a stigma egy jelét, mint betegséget, vagy beteg állapotot, és mint a veszély forrását. Erre tett kísérletet Heard és Crisler (1997).

A Stereotypic Beliefs About Menstruation Scale (SBAM) egy 23 tételes kérdőív, amit Heard és Chrisler (1997) dolgoztak ki a menstruációhoz kapcsolódó negatív attitűdök mérésére. Az eredeti harmincöt állítást a menstruációval kapcsolatos mítoszokról, sztereotípiákról, attitűdökről szóló irodalmak alapján állították össze. Az így kialakított kérdőívet 136 önként jelentkező egyetemistán (100 nő és 38 férfi) tesztelték. Az állításokat hatfokozatú Likert-skálán kellett pontozni (1=nagyon nem értek egyet, 6=teljesen egyet értek). Főkomponens analízissel négy faktort tudtak azonosítani: „Veszély”, „Stigma”, „Babonásság” és „Gyengeség, legyengítő esemény”.

A „Veszély” faktorba (5 tétel) tartozó állítások azokra a hiedelmekre világítanak rá, amelyek a menstruációs vagy premenstruációs változásokat úgy mutatják be, mint amik direkt fizikai veszélyeket jelentenek (pl.: „A nők a premenstruális időszakukban hajlamosabbak erőszakos bűncselekményeket elkövetni.”) vagy megakadályozzák a nőket abban, hogy komoly szociális szerepeket töltsenek be (pl.: „A nőknek nem szabadna hatalmi vagy hatósági pozíciókat betölteniük a menstruációs ciklusukkal járó hangulatingadozásaik miatt.”; „A menstruáció megzavarhatja a nők gyermekgondozási kötelezettségeit.”).

A „Stigma” faktorba (7 tétel) tartozó állítások olyan hiedelmekre világítanak rá, amelyek szerint a menstruáció piszkos (pl.: „A menstruáció egy piszkos folyamat.”), titokban kell tartani (pl.: „A nőknek el kellene tüntetniük a menstruációra utaló minden jelet.”), illetve azokra a korlátozásokra, amelyek a menstruáló nőre vonatkoznak (pl.: „A nőknek tartózkodniuk kellene a nemi érintkezéstől, amikor menstruálnak”).

A „Babonásság” faktorba (3 tétel) tartozó állítások arra világítanak rá, hogy a menstruáló nőkkel kapcsolatban milyen babonák élnek (pl.: „A nőknek nem kellene növényeket gondozniuk, amikor menstruálnak.”; „Egy menstruáló nővel érintkezésbe kerülni balszerencsét hoz.”).

A „Legyengítő esemény” faktor (6 tétel) állításai arra a hiedelemre világítanak rá, miszerint a menstruáció a fizikai és mentális gyengeség forrása (pl.: „A menstruáció megakadályozza a nőket abban, hogy fizikai tevékenységekben vegyenek részt, pl. sportoljanak.”, „A nők nem tudnak racionálisan gondolkodni a menstruációs ciklusuk bizonyos időszakában”), tulajdonképpen a menstruáció egy betegség (pl. „A menstruáció olyan, mintha beteg lennél.”).

A 23 (!) tétel között mindössze két pozitív állítás van („A menstruációnak vannak pozitív aspektusai is.”, és a „A nők már nem érzékenyebbek érzelmileg a premenstruális és a menstruációs időszakokban, mint máskor.”).

A tanulmány szerzői nem mentek bele az eredmények elemzésébe. Itt is csak annyi álljon, önmagában jó hír, hogy a vizsgált minta – fehér felső-középosztálybeli amerikai egyetemisták – kevéssé ért egyet a vizsgált negatív hiedelmekkel. Valamennyi faktorban a skála nem érték egyet oldalán vannak az átlagok. Mindenesetre ebből nem tudjuk meg, hogy akkor milyen hiedelmeket dédelgetnek.

Nagyon tanulságos azonban arra ránézni, hogy a szerzők mely tételeket zárták ki a felvett tesztek alapján. (A tanulmányukban nincs adat arra vonatkozóan, hogy nem töltődtek-e külön faktorba.) Engedtessék meg a felsorolást egy kis kutatói elfogultsággal indítsam, kimaradt ugyanis „A menstruáció indokoltan a tudományos kutatások témája.” állítás. És kimaradt azon állítások sora, amiért a menstruáció témakörét kutatók a kutatásaikat végzik (pl. „A menstruációval kapcsolatos ismereteket már egészen fiatal korban meg kellene tanítani mindkét nemhez tartozó gyerekeknek.”, „A menstruáció a nők egészségességének a jele.”, „A nők a menstruációt kifogásként használják.”, „A menstruációról nyíltan kellene otthon beszélgetni.” stb.). Ezek már nem tabutémák? Nem stig-mák?

A Menstrual Attitude Questionnaire (MAQ, Brooks-Gunn & Ruble, 1980)

Visszakapcsolódnék a másik irányhoz, a menstruációs attitűd sokféle összetevőjének feltárása, konceptualizálása témaköréhez. Itt elsőként a Menstrual Attitude Questionnaire-t (MAQ) (Brooks-Gunn & Ruble, 1980) szeretném bemutatni. A szerzők először konceptualizálták a menstruációs attitűdöt, mint többdimenziós jelenséget (addig a menstruációs attitűdöt csak pozitív-negatív dimenzióban vizsgálták, pl. McHugh & Wasser, 1959) és határoztak meg negatív attitűdök mellett kimutatható pozitív attitűdöket is. Valamint egyetemistákkal folytatott kutatásaik tapasztalatait is figyelembe véve új dimenziókat is bevettek a kérdőívbe. A végső 33 tételes változatot (időnként 35, mert két tétel az eredeti mintán két faktorba is töltődik) kezdték széles körben alkalmazni a kutatásokban. A 33 tételes változat öt faktora: „A menstruáció mint gyengítő esemény”; „A menstruáció mint kellemetlen esemény”; „A menstruáció mint természetes

esemény”; „A menstruáció kezdetének elővételezése és előrejelzése” (a premenstruális tünetek miatt); és „A menstruáció bármely hatásának tagadása” (menstruáció fizikai, vagy viselkedéses tünetek nélkül). Az állításokat 1-től 7-ig lehet pontozni, ahol az 1=egyáltalán nem értek egyet, 6=teljesen egyet értek, a 7=nem tudom (!). A kérdőívben a nőkre általában és egyes szám első személyben a kitöltőre vonatkozó állításokkal találkozunk. Illetve az állítások fele fordított tételként működik. Még egy megjegyzés, a kérdőívben szereplő állítások tünetekre és tisztán attitűdökre is vonatkoznak.

„A menstruáció mint gyengítő esemény” faktor (12 tétel, 5 tétel fordított) azokkal a hiedelmekkel való egyetértést méri, amelyek a menstruáció fizikai állapotra (pl. „Ugyanolyan fittnak érzem magam a menstruáció alatt, mint a hónap bármely más időszakában.” F, „A nők sokkal fáradtabbak, amikor menstruálnak, mint máskor., stb.) és érzelmi állapotra kifejtett hatásaival (pl. „A menstruációm előtt vagy alatt sokkal könnyebben leszek ideges vagy feszült, mint a hónap többi napján.”, Nem hiszem, hogy a menstruációm befolyásolja, hogy milyen jól teljesítek gondolkodást igénylő feladatokban.” stb.) és az ezekkel kapcsolatos viselkedés-korlátozásokkal (pl. „Bizonyos tevékenységek kerülése a menstruáció alatt a legtöbb esetben bölcs dolog.”, „Nem engedem meg magamnak, hogy a menstruációm „beleszóljon” a szokásos tevékenységeimbe.” F, stb.) kapcsolatosak.

„A menstruáció mint kellemetlen esemény” faktor (6 tétel, 2 fordított) azokkal a hiedelmekkel való egyetértésre kérdez rá, melyek a menstruáció élményével kapcsolatos általános kellemetlenségekre (pl. „Remélem, hogy egy napon majd lehetséges lesz, hogy a menstruáción néhány perc alatt túljussunk.”, „A menstruáció lehetőséget ad nekem, hogy kapcsolatban legyek a testemmel.” F, stb.), illetve a menstruáló nő helyzetére (pl. „A férfiaknak valódi előnyt jelent az, hogy a havonta jelentkező menstruáció nem szól bele az életükbe.”) vonatkoznak.

„A menstruáció mint természetes esemény” faktor (5 tétel) azokkal a hiedelmekkel való egyetértésre kérdez rá, melyek a menstruáció természetes folyamat voltára (pl. „A menstruáció nyilvánvaló példája annak a ritmusnak, ami áthatja az egész életet.”), a női egészség jelére („A havonta jelentkező menstruáció egy nő általános jó egészségének a jele.”), a nők menstruációjukkal, testükkel való természetes/pozitív kapcsolatára (pl. „A menstruáció lehetőséget ad a nekem, hogy kapcsolatban legyek a testemmel.) vonatkoznak.

„A menstruáció kezdetének elővételezése és előrejelzése” faktor (5 tétel) azokkal a hiedelmekkel kapcsolatos egyetértésre kérdez rá, melyek arra vonatkoznak, hogy a nők bizonyos jelekből tudják, hogy mikor fog kezdődni a menstruációjuk (pl. „Meg tudom mondani (megérezem), hogy mikor fog megjönni a menstruációm olyan testi tünetekből, mint pl. a mellek érzékenysége, derékfájás, hasi görcsök stb.”, „A menstruációm előtt vagy alatt sokkal könnyebben leszek ideges vagy feszült, mint a hónap többi napján.” stb.).

„A menstruáció bármely hatásának tagadása” faktor (7 tétel) azokkal a menstruációval kapcsolatos hiedelmekkel való egyetértésre kérdez rá, melyek a menstruáló nők tünetei megértésére, elfogadására (pl. „A menstruációt megelőző ingerlékenység csak a nők fejében létezik.”, „A legtöbb nő túlreagálja a menstruációval együtt járó enyhe testi tüneteket.” stb.), a menstruáló nőkkel való különleges bánásmód mibenlétére (pl. „Azok a nők, akik a menstruációjuk alatt arra hivatkoznak, hogy feszültek, csak kifogásként használják azt.”, „Az a nő, aki az ingerlékenységét a közeledő menstruációjának tulajdonítja, neurotikus.” stb.) vonatkoznak (Brooks-Gunn & Rubble, 1980).

A menstruációs attitűd kutatásban ez a leggyakrabban használt eszköz. Számos nyelvre lefordították, adaptálták. A hazai tapasztalatokkal kapcsolatos tanulmány ld. Nyitrai és Takács (2019a, 2019b, 2019c). A használat során kiderült, hogy adott kultúrában sok tétel nem mér, vagy a kulturális sajátosságok figyelembevételével újakat kell hozzátenni. Ebből a tapasztalatból születik meg többek között komplett kérdőívként a BATM.

*A Beliefs about and Attitudes toward Menstruation Questionnaire
(BATM, Marván, Ramírez-Esparaza, Cortés-Iniestra & Chrisler, 2006)*

A Beliefs about and Attitudes toward Menstruation Questionnaire-t (BATM) Marván, Ramírez-Esparaza, Cortés-Iniestra és Chrisler (2006) alkották meg. A tételek többségét a menstruációval kapcsolatos mítoszokról, sztereotípiákról és attitűdökről szóló szakirodalom áttekintése (mexikói minta) után fejlesztették ki. Más tételek a különböző életkorú és iskolázottságú nővel való informális beszélgetések után kerültek be a kérdőívbe, akik megosztották a szerzőkkel a menstruációs tapasztalataikat, épp úgy, mint azt, hogy milyen, a menzesszel kapcsolatos hiedelmekre tanították őket. A tételek megalkotása spanyol nyelven történt. Minden tételt ötfokú Likert-skálán kell értékelni, ami 1-től (egyáltalán nem ért egyet) 5-ig (teljes mértékben egyetért) terjed.

A végső BATM egy 45 tételből álló mérőeszköz, öt faktoral, melyeket „Titkolózás”, „Kellemetlenség”, „Tiltások és előírások”, „Gyengeség” és „Kellemség” címkékkel láttak el. A BATM teljes reliabilitása 0,89 a Cronbach-alfa együttható alapján.

A „Titkolózás” faktort alkotó állítások (12 tétel), a menstruáció titokban tartására – nem beszélünk róla, ne legyen látható mások számára – (pl.: „Fontos beszélni a férfiakkal a menstruációs ciklusról./ Fontos, hogy a nők beszéljenek a férfiakkal a menstruációs ciklusról.” F, „Nekünk, nőknek mindent el kell rejtenuk, ami elárulja, hogy éppen menstruálunk./ A nőknek mindent el kell rejtenuk, ami elárulja, hogy éppen menstruálnak.” F) a menstruációs termékek elrejtésének szükségességére („Fontos úgy megvásárolni az egészségügyi betétet, hogy azt senki se vegye észre./ Fontos, hogy a nők úgy vásárolják meg az

egészségügyi betétet, hogy azt senki se vegye észre.) akár a menstruáló nő „távolmaradására” („A nőknek távol kell maradniuk a férfiaktól, amíg menstruálnak./ A nőknek távol kell maradniuk a férfiaktól, amíg menstruálnak.”) és a menstruációhoz köthető szégyenérzetre („Zavarba ejtő/kínos, ha egy férfi rájön, hogy egy nő éppen menstruál.”) vonatkoznak.

A „Kellemetlenség” faktor (13 tétel) a menstruáció fájdalmas, kellemetlen, kényelmetlen voltára (pl. „A menstruáció fájdalmas./ Szerintem a menstruáció fájdalmas”, „Nekünk nőknek, kényelmetlen, hogy minden hónapban/havonta menstruálunk./ A nők számára kényelmetlen, hogy minden hónapban/havonta menstruálnak.”), a menstruáció szokásos életmenetet megzavaró voltára (pl. „Vannak olyan időszakok, amikor mi, nők, ki nem állhatjuk a menstruációnkat./ Vannak olyan időszakok, amikor a nők ki nem állhatják a menstruációjukat.”), a menstruáció következtében megélt általános hátrányokra (pl. „A férfiak számára óriási előnyt jelent, hogy kimarad az életükből a menstruáció kellemetlensége./ Ugyanaz.”), az ezek következtében a menstruáció elutasítására vonatkozó (pl. „Mi nők azt kívánjuk, hogy bárcsak ne menstruálnánk./ A nők azt kívánják, hogy bárcsak ne menstruálnának.”, „Mi, nők, azt kívánjuk, hogy bárcsak a menstruáció csupán pár percig tartana./ A nők azt kívánják, hogy bárcsak a menstruáció csupán pár percig tartana”, „A menstruáció olyan dolog, amit nekünk nőnek el kell viselnünk/ki kell bírunk./ A menstruáció olyan dolog, amit a nőknek nőnek el kell viselniük/ki kell bírniuk.”) állításokat tartalmaz.

A „Tiltások és előírások” faktor (9 tétel) néhány olyan tevékenységeket foglal magába, melyeket nem szabadna a nőknek végezniük, és olyanokat, melyeket el kellene végezniük a menstruáció alatt (pl.: „A nőknek kerülni kell a hideg ételek vagy italok fogyasztását, amíg menstruálnak./ A nőknek kerülniük kell a hideg ételek vagy italok fogyasztását, amíg menstruálnak.”; „A nőknek kerülni kell a nehéz dolgok cipelését, amíg menstruálnak./ Ugyanaz”).

A „Gyengeség” faktor (5 tétel) azt a hiedelmet tükrözi, miszerint a menstruáció diszkomfort érzet forrása, mely akadályozza a nőket megszokott tevékenységeik elvégzésében. (pl.: „A menstruáció kihat a nők munkahelyi teljesítményére./ Ugyanaz”; A menstruáció befolyásolja a nők mindennapi tevékenységeit./ Ugyanaz”).

Végül a „kellemesség” faktort alkotó tételek (6 tétel) a menstruációhoz kapcsolódó jóllét és büszkeség érzéseire vonatkozó állításokat foglalják magukba (pl.: „Vannak nők, akik (meg)elégedettséget éreznek, hogy menstruálnak./ Ugyanaz”; „Mi nők izgatottá válunk, amikor először menstruálunk./ A nők izgatottá válnak, amikor először menstruálnak.”) (Marván, Ramírez-Esparaza, Cortés-Iniestra & Chrisler, 2006).

A fenti kérdőívet összehasonlítva az MAQ-val két fontos különbséget szeretnék kiemelni. Az egyik, hogy ahogyan azt a fenti példából láthatjuk, hogy a BATM abban különbözik az MAQ-tól, hogy annak öt faktora mellé új faktorokat, így az attitűdök új körét vonja be a vizsgálatba. A BATM egyes sztereotip

hiedelmeket mérő állításokat is magába foglal, úgymint milyen tevékenységeket szabad, vagy nem szabad a nőknek végeznie a menstruáció alatt (ld. „Tiltások és előírások” fator). Illetve explicitté teszi már az MAQ-ban megfogalmazott a menstruációval kapcsolatos szégyen és titkosság attitűdköröket („Titkolódzás” faktor). A legpozitívabb attitűdöt a „Menstruáció mint természetes esemény” alszála jeleníti meg az MAQ-ban, miközben gondolhatja valaki azt a menstruációról, hogy természetes esemény, de ettől még viszonyulhat negatív attitűddel felé. A BATM, hogy tisztázza ezt a jelenségkört, más tételeket vett be a skálába, melyek az egészség és büszkeség érzéseit tükrözik, mint például: „Vannak olyan nők, akik minden egyes alkalommal boldogok, amikor menstruációjuk van”. Az elején úgy fogalmaztam, hogy az MAQ meglevő faktorai mellé. Tehát azonosságok is vannak. Mindkét kérdőívben helyet kapnak pl. a menstruáció elutasítását mérő tételek, és azon hiedelmet mérő kérdések is, miszerint a menstruáció akadályozza a nőket a mindennapi tevékenységeik végzésében.

A különbségek tárgyalásának másik vonulata arra vonatkozik, hogy a BATM abban is különbözik az MAQ-tól, hogy nem tartalmaz egyes szám első személyben megfogalmazott, tehát a kitöltőre vonatkozó kérdéseket, és eltérő módon vannak benne megfogalmazva a nőknek és férfiaknak szánt kérdések (időnként egyformán). Illetve az MAQ olyan tételeket is tartalmaz, melyek néhány, a saját menstruációs ciklushoz köthető tünetet mérnek. A BATM a hiedelmek és attitűdök tiszta mérőeszköze, anélkül, hogy az attitűdöket összemossná a menstruációs ciklushoz kapcsolódó tünetek jelenlétével, vagy hiányával.

A Menstrual Self-Evaluation Scale (MSES, Roberts, 2004)

A BATM-mel ellentétben – melynek célja a menstruációval kapcsolatos általános attitűdök mérése –, Roberts (2004) azért alkotta meg a Menstrual Self-Evaluation Scale (MSES) kérdőívet, hogy a nők saját menstruációjukkal kapcsolatos érzéseit és attitűdjeit lehessen mérni. Ehhez az MAQ-ból átvette „A menstruáció mint kellemetlen esemény” és „A menstruáció mint természetes esemény” alszálaikat. Izard (1977) és Mosher és White (1991) Different Emotional Scale kérdőívéből a „Zavarban lenni” és a „Szégyen” skálaikat. Továbbá saját szerkesztésű pozitív állításokat fogalmaz meg és ad a kérdőívhez. Az így kialakított kérdőívet 200, 12–61 éves nőn tesztelte. A faktoranalízis során két faktort tudott elkülöníteni: „A menstruáció iránti attitűdök” faktort és „A menstruáció iránti érzelmek” faktort.

„A menstruáció iránti attitűdök” faktornak négy alszála van. „A menstruáció mint kellemetlen esemény” skála (az MAQ kellemetlen esemény faktorából 1., 2., 3., 4., 5. tételek, tehát a 6. nem!) (ld. ott). „A menstruáció mint undorító vagy szégyenteli esemény” skála (DES szégyen cluster-e?, 6 tétel) olyan állításokat tartalmaz, melyek a menstruációval, a menstruációs termékekkel való érint-

kezés kerülésére – verbálistól a valós érintkezésig –, a menstruáció nyilvánvalóvá válásával kapcsolatos szégyenre vonatkoznak (pl. „Szégyenkeznek, ha „átáznék”, ha a menstruációs vérem átszivárogná a ruhámon.” „Zavarba jövök, amikor menstruációval kapcsolatos terméket kell vásárolnom.” „A menstruációs vért undorítónak találok.”). „A menstruáció mint ami lehetővé teszi az egyén saját testével kapcsolatos tudatosságát” skála (az MAQ „A menstruáció mint természetes esemény skála” 1., 2., 3. tételei, de nem veszi át a 4, 5. tételt) (pl. „A menstruáció lehetőséget ad a nekem, hogy kapcsolatban legyek a testemmel.”). „A menstruáció mint life affirming (életmegerősítő)” skála (az MAQ „A menstruáció mint, természetes esemény” skála 4., 5. tételei) (pl. „A menstruáció nyilvánvaló példája annak a ritmusnak, ami áthatja az egész életet.”, „A havonta jelentkező menstruáció egy nő általános jó egészségének a jele.”). „Az érzelmek a menstruációval kapcsolatban” faktor arra kérdez rá, hogy „amikor a menstruációs ciklusomra gondolkodok...” mennyire jellemző, hogy utálatot, feszélyezettséget vagy pozitív érzéseket él meg a kitöltő. Sajnos nem találtunk ezen kívül ezzel a kérdőívvel készült kutatást.

Dunnivant és Roberts (2013) menstruációs attitűd kérdőíve

Az utolsó bemutatásra kerülő kérdőív Dunnivant és Roberts (2013) kérdőíve. A szerzők a menstruációs attitűdöt mérő eszközökhöz visszanyúlva, azok állításait felhasználva alakítják ki saját 38 teteles kérdőívüket. Ehhez átveszik az MAQ-ból a „A menstruáció mint kellemetlen esemény” faktor állításait, az MSES-ből a „A menstruációs attitűdök” faktorból „A menstruáció mint undorító vagy szégyenteli esemény” skála állításait, a BATM-ből 21 állítást és ehhez tesznek még hozzá 13 eredeti állítást. (Aki alaposabban összeveti a kérdőíveket, láthatja, hogy elég szabadon bánnak ezzel az átvétellel, pl. az ott a kitöltő önmagára vonatkozó állítást itt többes szám harmadik személyben találjuk.) Az így összeállított 48 állítással való egyetértést 1-7 likert skálán kell értékelni (1=egyáltalán nem értek egyet, 7=teljesen egyet értek). A kérdőívet 340, 17-62 éves nőn tesztelték. A faktoranalízis során 38 tételt tartottak meg, és hét faktort tudtak azonosítani: „Titkosság/szégyen”, „Tiltások”, „Közösség”, „Kellemetlen esemény”, „Előírások/szokások”, „Elkülönülés” és „Zavarban levés”.

A „Titkosság/szégyen” faktor (8 tétel) azokkal a hiedelmekkel való egyetértést méri, amelyek menstruáció, a menstruációra utaló minden jel (akár termék) eltüntetésére, titkosságra (pl. „Amikor a nők menstruálnak olyan dolgokat kell csinálniuk, amikkel eltüntethetik annak a jeleit/tényét, hogy menstruálnak.”, „Fontos, hogy senki se tudjon róla, ha egy nő éppen menstruál.”), a menstruációs vér undorító voltára (pl. „A menstruációs vért undorítónak találok”) és a lelepleződéssel kapcsolatos szégyenre (pl. „Egy nőnek szégyenkeznie kell ha „átázik”, ha a menstruációs vére átszivárog a ruháján.”) vonatkoznak.

A „Tiltások” faktor (7 tétel) azt méri, hogy mennyire ért egyet a kitöltő azokkal az állításokkal, melyek azokat a tevékenységeket jelölik, amiket a menstruáló nőknek el kell kerülniük (pl. „A nőknek kerülni kell az úszást, amíg menstruálnak.”, „A nőknek kerülni kell a testedzést, amíg menstruálnak.”, „A nőknek kerülniük kellene, hogy megérintsék a nemi szerveiket, amikor menstruálnak.”).

A „Közösség” faktor (5 tétel) azokkal a hiedelmekkel való egyetértést méri, melyek a menstruáció közösségformáló aspektusára, a közös női élményre, a nők egymás közti támogatására világítanak rá (pl. „A menstruáció megengedi nekünk nőknek, hogy tudatosabbak legyünk az identitásunkat illetően egy sajátos közösségben.”, „Bátorságot önt belém, ha egy nő a közösségemből akkor menstruál, amikor én”, „A menstruáció összekapcsol a közösségemben levő más nőkkel.”).

A „Kellemetlen esemény” faktor (5 tétel) azokkal a hiedelmekkel való egyetértést méri, melyek a menstruáció által nőkre rótt teherre (pl. „A menstruáció olyasvalami, amit jobb szeretnék, ha nem lenne/ amit el kell tűrnöm.”, „A férfiaknak valódi előnyt jelent az, hogy a havonta jelentkező menstruáció nem szól bele az életükbe.”), az e terhektől való felszabadulás vágyára (pl. „Nagyszerű lenne, ha egy napon majd lehetséges lenne, hogy a menstruációt néhány perc alatt letudjuk.”) vonatkoznak.

Az „Előírások/szokások” faktor (5 tétel) azokkal a hiedelmekkel való egyetértést méri, melyek arra vonatkoznak, milyen tevékenységeket kell elvégezniük (pl. „A nőknek forró vízben kell zuhanyozni, amíg menstruálnak.”, „A nőknek pironkodniuk kell, ha egészségügyi betét reklámot látnak, amikor egy férfival vannak együtt.”) vagy melyektől kell távol maradniuk a nőknek a menstruáció ideje alatt (pl. „A nőknek távol kell maradniuk a férfiktól, amíg menstruálnak.”).

Az „Elkülönülés” faktor (4 tétel) azokkal a hiedelmekkel való egyetértést méri, melyek arra vonatkoznak, hogy a válaszadók mennyire különítik el magukat a társadalomtól a menstruáció idején (pl. „Kerülöm, hogy megérintsek másokat, amíg menstruálok.”, „Nekünk, nőknek, kerülnünk kell, hogy a menstruációnkról beszéljünk, ha férfiak is jelen vannak.”).

A „Zavarban levés” faktor (4 tétel) azokkal a hiedelmekkel való egyetértést méri, melyek arra vonatkoznak, hogy a nők a menstruációs státuszuk miatt mely helyzetekben élnek át zavart, kerülnek kínos helyzetbe (pl. „A nőknek zavarba kell jönniük, amikor menstruációval kapcsolatos terméket kell vásárolniuk.”, „Zavarba jövök, ha a menstruációmmal kapcsolatos rituálén kell részt vennem.”) (Dunnivant & Roberts, 2013). Hasonlóan az előző kérdőívhez, ennek alkalmazása és az ebből származó tapasztalatok is vártnak még magukra.

ZÁRSZÓ

Ebben a tanulmányban nyolc a menstruációs attitűd mérésére kidolgozott mérőeszközt mutattunk be. A menstruációs attitűd kultúrafüggő mivoltára reagálva igyekeztünk különböző kultúrákban - bár e téma kutatása zömében az amerikai kultúrkörben zajlott/lik - és különböző korszakokban - a hatvanas évektől a jelenig évtizedenként - született kérdőívek közül válogatni. Valamennyi bemutatásánál törekedtünk a hasonlóságokat és különbségeket is tárgyalni; a kérdőívek faktorai bemutatása mellett példákkal is illusztrálni azokat. A menstruáció pozitív aspektusait mérő eszköznek kicsit nagyobb hangsúlyt adtunk. Valamint részletesebben mutattuk be a kutatásunk központi kérdőívét, az MAQ-t, mellyel a magyar mintán nyert tapasztalatainkat három további tanulmányban (Nyitrai és Takács, 2019a; 2019b; 2019c) ismertetjük.

IRODALOMJEGYZÉK

- Aubeeluck, A., & Maguire, M. (2002). The menstrual joy questionnaire items alone can positively prime reporting of menstrual attitudes and symptoms. *Psychology of Women Quarterly*, 26(2), 160-162.
- Brooks-Gunn, J., & Ruble, D. N. (1980). The menstrual attitude questionnaire. *Psychosomatic Medicine*.
- Brooks, J., Ruble, D., & Clark, A. (1977). College women's attitudes and expectations concerning menstrual-related changes. *Psychosomatic Medicine*, 39(5), 288-298.
- 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.
- Chrisler, J. C. (2008). The menstrual cycle in a biopsychosocial context. *Psychology of women: A handbook of issues and theories*, 400-439.
- Delaney, J., Lupton, M. J., & Toth, E. (1988). *The curse: A cultural history of menstruation*. University of Illinois Press.
- Dunnivant, N. C., & Roberts, T. A. (2013). Restriction and renewal, pollution and power, constraint and community: The paradoxes of religious women's experiences of menstruation. *Sex roles*, 68(1-2), 121-131.
- Heard, K. V., Chrisler, J. C., Kimes, L. A., & Siegel, H. N. (1999). Psychometric evaluation of the menstrual joy questionnaire. *Psychological reports*, 84(1), 135-136.
- Heard, K. V., & Chrisler, J. C. (1999). The stereotypic beliefs about menstruation scale. *Looking forward, looking back: The place of women's everyday lives in health research*, 139-143.
- Izard, C. (2001). Human Emotions.(1977). id. Roberts, T. A. (2004). Female trouble: The menstrual self-evaluation scale and women's self-objectification. *Psychology of Women Quarterly*, 28(1), 22-26.
- Marván, M. L., Ramírez-esparza, D., Cortés-iniestra, S., & Chrisler, J. C. (2006). Development of a new scale to measure beliefs about and attitudes toward menstruation (BATM): Data from Mexico and the United States. *Health Care for Women International*, 27(5), 453-473.

- Mc Hugh, G., & Wasser, J. K. (1959). Application of the Thurstone-Chave attitude rating technique to attitudes toward menstruation. *Psychological Reports*, 5(3), 677-682.
- Moos, R. H. (1968). The development of a menstrual distress questionnaire. *Psychosomatic medicine*, 30(6), 853-867. Moos, R. H. (1968). The development of a Menstrual Distress Questionnaire. *Psychosomatic Medicine*, 30, 853-867.
- Moos, R. H., Kopell, B. S., Melges, F. T., Yalom, I. D., Lunde, D. T., Clayton, R. B. & Hamburg, D. A. (1969). Fluctuations in symptoms and moods during the menstrual cycle. *Journal of Psychosomatic Report*, 13, 37-44.
- Mosher, D. L., & White, B. B. (1981). On differentiating shame and shyness. *Motivation and Emotion*, 5(1), 61-74.
- Nyitrai, E., & Takács, Sz. (2019a): A Menstruációs Attitűd Kérdőív (Menstrual Attitude Questionnaire, MAQ, Brooks-Gunn & Ruble, 1980) magyar változatának bemutatása, *Psychologia Hungarica* VII/1. 25-44.
- 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.
- Roberts, T. A. (2004). Female trouble: The menstrual self-evaluation scale and women's self-objectification. *Psychology of Women Quarterly*, 28(1), 22-26.