

I. Mellékletek

1. Beleegyező nyilatkozat

Kedves Kitöltő!

Domán Zsófia vagyok, a Pázmány Péter Katolikus Egyetem harmadéves pszichológia alapszakos hallgatója.

Szociálpszichológia szakdolgozati műhelymunkámban az informális és formális támogatottság hatását vizsgálom a poszttraumatikus növekedésre, PTSD és CPTSD tünetekre és a traumával kapcsolatos szégyenérzetre bántalmazott nők körében.

18 év feletti női kitöltőket keresek, akik éltek már át fizikai, lelki, gazdasági, szexuális és/vagy szóbeli bántalmazást a jelenlegi vagy múltbeli kapcsolatukban.

A kérdőívben nincs jó vagy rossz válasz, kérem a lehető legőszintébben válaszoljon! Ha mégis kellemetlennek érzi a kitöltést, bármikor, következmények nélkül megszakíthatja.

A kérdőív kitöltése körülbelül 15 percet vesz igénybe.

A kutatásban való részvétel önkéntes és anonim, nem kérek olyan adatokat, amelyek alapján Ön beazonosítható lenne. Emiatt nem áll módomban személyes visszajelzést adni a vizsgálat eredményeiről. Minden választ bizalmasan kezelek, az adatokba csak a témavezetőm és én nyerek betekintést. A nyers adatokat 1 évig őrzöm meg jelszóval védett számítógépen, majd anonimizálva archiválom őket későbbi felhasználás esetére. Az adatokat a pszichológia BA szakdolgozatomhoz fogom felhasználni, tehát a kitöltéssel Ön elsősorban a diplomámhoz fog segítséget nyújtani, de lehetséges, hogy kutatásom később publikálásra is kerül.

A kutatást a PPKE Pszichológiai Kutatásetikai Bizottság engedélyezte, etikai engedély száma: 2024_39

Ha bármilyen kérdése, észrevétele van a kutatással kapcsolatban, forduljon hozzám, vagy a témavezetőmhöz bizalommal a megadott elérhetőségeken keresztül:

Hallgató: Domán Zsófia

Hallgató elérhetősége: doman.zsofia16@gmail.com

Témavezető: Kengyel Judit Gabriella

Témavezető elérhetősége: kengyel.judit.gabriella@btk.ppke.hu

Köszönöm, hogy elolvasta a feltételeket, ha elfogadja őket, elkezdheti a kérdőív kitöltését.

Kijelentem, hogy elmúltam 18 éves.

Kijelentem, hogy a jelen vizsgálatban önkéntesen veszek részt, és hozzájárulok az általam szolgáltatott adatok fentiek szerint történő felhasználásához.

Kijelentem, hogy a vizsgálat céljáról és a részvételi feltételekről tájékoztatást kaptam.

2. Kérdőívek

Mi az Ön neve?

- ☐ Férfi
- ☐ Nő
- ☐ Egyéb:...

Mi az Ön életkora? Kérem számokkal fejezze ki!

Mi az Ön legmagasabb iskolai végzettsége?

- ☐ Általános iskola
- ☐ Középiskola (érettségi nélkül)
- ☐ Középiskola (érettségivel)
- ☐ Felsőfokú szakképzés
- ☐ Jelenleg felsőoktatásban hallgató vagyok
- ☐ Főiskola/egyetem (alapdiploma)
- ☐ Egyetem (mesterfokozat vagy magasabb)

Jelenleg hol él?

- ☐ Főváros
- ☐ Megyeszékhely
- ☐ Kisváros

- ☐ Falu
- ☐ Egyéb

Mi az Ön jelenlegi foglalkozása?

- ☐ Diák
- ☐ Alkalmazott
- ☐ Vállalkozó
- ☐ Munkanélküli
- ☐ Nyugdíjas
- ☐ Diák és alkalmazott
- ☐ Egyéb

Mi az Ön családi állapota?

- ☐ Egyedülálló
- ☐ Házas/élettársi kapcsolatban
- ☐ Elvált
- ☐ Özvegy

Van Önnek gyermeke?

- ☐ Nincs
- ☐ 1
- ☐ 2
- ☐ 3 vagy több

Melyik kategóriába sorolná magát?

- ☐ Heteroszexuális
- ☐ Homoszexuális
- ☐ Biszexuális
- ☐ Egyéb
- ☐ Nem kívánok válaszolni

Élt már valaha olyan párkapcsolatban, amelyben úgy érezte, hogy bántalmazó volt Önnel szemben a partnere? (érzelmileg, fizikailag, gazdaságilag, szexuálisan és/vagy verbálisan)

- ☐ Igen
- ☐ Nem

Ha igen, milyen típusú bántalmazást tapasztalt? (Többet is megjelölhet.)

- ☐ Érzelmi bántalmazás (pl. fenyegetés, manipuláció)
- ☐ Fizikai bántalmazás (pl. testi sértés)
- ☐ Szóbeli bántalmazás (pl. séртегetés, folyamatos kritika, megalázás, gúnyolódás)
- ☐ Szexuális bántalmazás
- ☐ Anyagi bántalmazás (pl. pénzügyi kontroll, anyagi függőségre kényszerítés)

Mikor ért véget a bántalmazás?

- ☐ Most is tart
- ☐ Fél-1 éve
- ☐ 1-2 éve
- ☐ 2-5 éve
- ☐ Több mint 5 éve

*Jelölje meg azokat az intézményeket, akikkel kapcsolatba lépett az átélт bántalmazás során!
(több választ is megjelölhet)

- ☐ Családsegítő
- ☐ Rendőrség
- ☐ Jogvédő szervezetek
- ☐ Pszichológus
- ☐ Ügyvéd
- ☐ Bíróság

2.1. Intézményi Árulás és Támogatás Kérdőív 1. Verzió

Instrukciók: A bántalmazással kapcsolatban, játszott-e szerepet az [*INTÉZMÉNY] azáltal, hogy...

1. Aktívan támogatta Önt akár hivatalos, akár informális forrásokkal (pl. tanácsadás, tanulmányi szolgáltatások, találkozók vagy telefonhívások)?	Igen	Nem	N/A
---	------	-----	-----

2. Bocsánatot kért azért, ami Önnel történt?	Igen	Nem	N/A
3. Elhitte a beszámolóját?	Igen	Nem	N/A
4. Lehetővé tette, hogy beleszólhasson abba, hogy hogyan kezelik a bejelentését?	Igen	Nem	N/A
5. Biztosították, hogy az intézmény fontos tagjaként kezelik?	Igen	Nem	N/A
6. Kielégítette a támogatási szükségleteit?	Igen	Nem	N/A
7. Olyan környezetet teremtett, ahol az ilyen típusú élményekről biztonságosan lehetett beszélni?	Igen	Nem	N/A
8. Olyan környezetet teremtett, ahol az ilyen típusú tapasztalatokat problémaként ismerték fel?	Igen	Nem	N/A
9. Nem tett eleget az ilyen típusú élmények megelőzése érdekében?	Igen	Nem	N/A
10. Olyan környezetet teremtett, ahol ez a típusú tapasztalat általánosnak vagy normálisnak tűnt?	Igen	Nem	N/A
11. Olyan környezetet teremtett, ahol ennek az élménynek valószínűbb lett az előfordulása?	Igen	Nem	N/A
12. Megnehezítette a tapasztalatról való beszámolást?	Igen	Nem	N/A
13. Nem reagáltak megfelelően a tapasztalatra/élményre, ha jelentette?	Igen	Nem	N/A
14. Ha fegyelmi intézkedésekre volt szükség helytelenül kezelte az ügyet?	Igen	Nem	N/A

15. Eltitkolta az élményét/tapasztalatát?	Igen	Nem	N/A
16. Valamilyen módon tagadta a tapasztalatait?	Igen	Nem	N/A
17. Valamilyen módon megbüntették Önt, amiért beszámolt a tapasztalatairól (pl. kiváltságok vagy státusz elvesztésével)?	Igen	Nem	N/A
18. Sugallta, hogy a tapasztalatai befolyásolhatják az intézmény hírnevét?	Igen	Nem	N/A
19. Olyan környezetet teremtett, ahol már nem érezte magát az intézmény megbecsült tagjának?	Igen	Nem	N/A
20. Olyan környezetet teremtett, amelyben az intézményben való tartózkodás nehezzé vált az Ön számára?	Igen	Nem	N/A
21. A szexuális irányultsága alapján másképp reagált az Ön tapasztalatára/tapasztalataira?	Igen	Nem	N/A
22. Olyan környezetet teremtett, amelyben úgy érezte, hogy a szexuális irányultsága miatt diszkriminálják?	Igen	Nem	N/A
23. Előítéletes vagy negatív hozzáállást tanúsított Önnel és/vagy az Ön tapasztalatával szemben a szexuális irányultsága alapján?	Igen	Nem	N/A
24. Másképp reagált a tapasztalataira az Ön etnikuma miatt?	Igen	Nem	N/A
25. Olyan környezetet teremtett, amelyben úgy érezte, hogy az etnikuma miatt diszkriminálják?	Igen	Nem	N/A
26. Előítéletes vagy negatív hozzáállást tanúsított Önnel és/vagy az Ön tapasztalatával szemben az etnikuma miatt?	Igen	Nem	N/A

2.2. Szociális Reakciók Kérdőív – Rövidített Változat (SRQ-S)

Az alábbiakban felsorolok néhány reakciót, amelyeket az emberek tanúsítanak időnként egy bántalmazást megélt személlyel találkozva. Kérjük, jelezze, milyen gyakran tapasztalta a felsorolt válaszokat másoktól a bántalmazással kapcsolatban!

0 – Soha 1 – Ritkán 2 - Néha 3 – Gyakran 4 - Mindig

1. Azt mondták, hogy nem volt elég felelősségteljes vagy elővigyázatos
2. Biztosították arról, hogy Ön egy jó ember
3. Valamilyen módon másképp bántak Önnel, mint mielőtt elmondta nekik, ami kellemetlen érzést keltett önben.
4. Azt tanácsolták, hogy lépjen tovább az életével.
5. Megvigasztalták azzal, hogy elmondták, minden rendben lesz, vagy azzal, hogy átölelték.
6. Megpróbálták irányítani, hogy mit csinált/milyen döntéseket hozott.
7. Annyira feldúltak voltak, hogy megnyugtatóra volt szükségük Öntől.
8. Döntéseket hoztak vagy dolgokat tettek meg önért
9. Azt mondták, hogy többet is tehetett volna, hogy megakadályozza a történéseket
10. Információval látták el és megbeszéltek Önnel az opciókat
11. Azt mondták, hogy ne gondoljon rá
12. Olyan nagymértékű haragot fejeztek ki az elkövető irányába, hogy Önnek kellett megnyugtattania őket
13. Kerülték az Önnel való beszélgetést vagy időtöltést.
14. Úgy bántak Önnel, mintha gyerek lenne vagy valamilyen módon inkompetens.
15. Segítettek Önnek információt szerezni arról, hogy hogyan küzdjön meg ezzel a tapasztalattal.
16. Olyan érzést keltettek Önben, mintha nem tudna gondoskodni magáról.

2.3. Traumával Kapcsolatos Szégyenérzet Kérdőív

A traumát átélő személyek gyakran sokféle reakciót mutatnak. Az alábbiakban néhány olyan állítás található, amely leírja azokat a gondolatokat és érzéseket, amelyeket az emberek néha önmagukkal kapcsolatban éreznek. Kérjük, olvassa el figyelmesen az egyes állításokat, és döntse el, hogy mennyire igazak Önre a bántalmazás vonatkozásában, és jelölje be azt a

lehetőséget, amelyik a legjobban leírja, hogy az állítást mennyire érezte igaznak az elmúlt hét alatt.

1 – Egyáltalán nem igaz rám 2 – Valamennyire igaz rám 3 – Többnyire igaz rám 4 – Teljesen igaz rám

1. A traumatikus élményem következtében elvesztettem a tiszteletemet magam iránt
2. A történt események miatt mások számára kevésbé vagyok vonzó
3. Szégyellem magam amiatt, ami történt velem
4. A traumatikus élményem eredményeképpen mások olyan oldalam is látták, amivel nem akarnak kezdeni semmit
5. A traumatikus élményem következtében nem tudom elfogadni magam
6. Ha mások tudnák, hogy mi történt velem, alsóbbrendűnek tartanának
7. Ha mások tudnák, hogy mi történt velem, undorodnának tőlem
8. Szégyellem azt, ahogy viselkedtem a traumatikus élményem alatt
9. Annyira szégyellem magam a velem történtek miatt, hogy néha el akarok menekülni magam elől
10. A traumatikus élményem miatt kevésbé érzem vonzónak magam
11. Szégyellem azt, ahogy éreztem magam a traumatikus élményem alatt
12. Ha mások tudnák mi történt velem, lenéznének
13. A traumatikus élményem eredményeképp vannak olyan részeim, amiktől meg akarok szabadulni
14. Ha mások tudnák mi történt velem, nem kedvelnének
15. A traumatikus élményem miatt alsóbbrendűnek érzem magam másokhoz képest
16. Ha mások tudnák mi történt velem, szégyellnének engem
17. Ha mások tudnák mi történt velem, nem tudnának elfogadni
18. A traumatikus élményem következtében egy olyan részem került napvilágra, amit mások szégyenletesnek találnak.
19. Ha mások tudnák, hogyan viselkedtem a traumatikus élményem alatt, szégyenkeznének miattam.
20. A traumatikus élményem felfedte egy olyan oldalamat, amit szégyellek
21. A traumatikus élményem következtében nem kedvelem magam
22. Ha mások tudnák, hogy hogyan éreztem magam a traumatikus élményem alatt, szégyenletesnek találnának engem
23. Undorodok magamtól, azért, ami történt velem

24. Annyira szégyellem, ami velem történt, hogy néha láthatatlanná akarok válni mások számára.

2.4. Nemzetközi Trauma Kérdőív

Instrukció: Kérjük a bántalmazásra vonatkozóan válaszoljon a kérdésekre.

Az esemény rövid leírása: *opcionális

Alább egy sor olyan probléma és panasz olvasható, melyek néhány embernél traumatikus életeseményekre válaszul jelennek meg, jelen esetben a bántalmazással kapcsolatban válaszoljon!

Kérjük figyelmesen olvasson el minden tételt, majd a jobb oldalon lévő megfelelő szám bekarikázásával jelölje, hogy milyen mértékben zavarta az adott probléma **az elmúlt hónapban!**

1 – Egyáltalán nem igaz 2 – Egy kicsit 3 – Közepesen 4 – Eléggé 5 – Nagyon

1. Olyan nyugtalanító álmak voltak, melyekben az eseményt részben újraélte, vagy amelyek nyilvánvalóan az eseményhez kapcsolódtak.
2. Olyan erőteljes képek vagy emlékek ugrottak be, mely során úgy érezte, mintha újraélné az eseményt.
3. Elkerülte az eseménnyel összefüggő belső emlékeztetőket (gondolatokat, érzéseket, testi érzeteket).
4. Elkerülte az eseménnyel összefüggő külső emlékeztetőket (embereket, helyeket, beszéd témákat, tárgyakat, tevékenységeket, helyzeteket).
5. Nagyon ébernek, óvatosnak, elővigyázatosnak érezte magát.
6. Könnyen megijedt, összerezszent.

Az elmúlt hónapban a felsorolt tünetek milyen mértékben érintették

7. a kapcsolatait, társas életét?
8. a munkáját, munkaképességét?
9. életének egyéb fontos területeit, például a szülői teendőit, iskolai vagy egyetemi feladatait, vagy egyéb fontos tevékenységeit?

2.5. Poszttraumás Növekedésérzés Kérdőív

Kérjük, gondoljon az átélt bántalmazásra, majd minden alábbi állítással kapcsolatban értékelje egy 0-tól 5-ig terjedő skálán, hogy az adott változás milyen mértékben következett be az Ön életében az említett krízis következményeként!

0 = Nem tapasztaltam ezt a változást az említett krízis következményeként.

1 = Nagyon kis mértékben tapasztaltam ezt a változást az említett krízis következményeként.

2 = Kismértékben tapasztaltam ezt a változást az említett krízis következményeként.

3 = Közepes mértékben tapasztaltam ezt a változást az említett krízis következményeként.

4 = Nagymértékben tapasztaltam ezt a változást az említett krízis következményeként.

5 = Nagyon nagy mértékben tapasztaltam ezt a változást az említett krízis következményeként

1.	Ez az esemény megváltoztatta a véleményemet arról, hogy mi fontos igazán az életben.	0	1	2	3	4	5
2.	Jobban értékelem a saját életemet.	0	1	2	3	4	5
3.	Új dolgok iránt kezdtem érdeklődni.	0	1	2	3	4	5
4.	Jobban bízom önmagamban.	0	1	2	3	4	5
5.	Jobban megértem a spirituális dolgokat.	0	1	2	3	4	5
6.	Tisztábban látom, hogy támaszkodhatok másokra nehéz időkben.	0	1	2	3	4	5
7.	Új irányt szabtam az életemnek.	0	1	2	3	4	5
8.	Közelebb érzem magam másokhoz.	0	1	2	3	4	5
9.	Inkább kifejezem az érzéseimet, mint korábban.	0	1	2	3	4	5
10.	Biztosabb vagyok benne, hogy képes vagyok kezelni a nehézségeket.	0	1	2	3	4	5
11.	Jobb dolgokra vagyok képes az életemben.	0	1	2	3	4	5
12.	Jobban el tudom fogadni a dolgok alakulását.	0	1	2	3	4	5
13.	Jobban értékelek minden egyes napot.	0	1	2	3	4	5
14.	Új lehetőségek nyíltak meg előttem, amelyekkel különben nem találkoztam volna.	0	1	2	3	4	5
15.	Jobban együtt érzek másokkal.	0	1	2	3	4	5
16.	Több erőfeszítést teszek a kapcsolataimért.	0	1	2	3	4	5
17.	Sokkal inkább törekszem, hogy megváltoztassam azokat a dolgokat, amelyek változásra szorulnak.	0	1	2	3	4	5
18.	Megerősödött a vallásos hitem.	0	1	2	3	4	5
19.	Rájöttem, hogy erősebb vagyok, mint gondoltam.	0	1	2	3	4	5
20.	Rájöttem, hogy milyen nagyszerűek az emberek.	0	1	2	3	4	5
21.	Jobban elfogadom, hogy szükségem van másokra.	0	1	2	3	4	5

