

Mellékletek

Tájékoztató beleegyezői nyilatkozat

Kedves Kitöltő!

Batiz Liza Stella vagyok, a Pázmány Péter Katolikus Egyetem pszichológia szakos hallgatója. Fejlődépszichológia műhelymunkámban a menopauzával, avagy változókorral kapcsolatos véleményeket, attitűdöket vizsgálom. Ez egy nő életének az az időszaka, amikor a havi vérzés rendszertelenné válik, majd megszűnik.

40-65 év közötti női kitöltőket keresek, függetlenül attól, hogy már átestek-e a menopauzán vagy sem.

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 10-15 percet vesz igénybe.

A kutatásban való részvétel önkéntes és anonim, nem kérünk 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 jelszóval védett számítógépen őrzöm, majd archiválom őket későbbi felhasználás esetére. Az adatokat a pszichológia BA műhelymunkámhoz fogom felhasználni, így a kitöltéssel Ön elsősorban az egyetemi munkámhoz fog segítséget nyújtani.

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

Hallgató: Batiz Liza Stella (batiz.liza@gmail.com)

Témavezető: Dr. Berán Eszter (beran.eszter@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.

Attitudes Toward Menopause kérdőív

Eredeti (angol) kérdőív (Neugarten et al., 1963), a fordított itemek félkövér betűtípussal feltüntetve:

1. Women often use the change of life (*menopause*) as an excuse for getting attention

2. **Unmarried women have a harder time than married women do at the time of the menopause.**
3. If the truth were really known, most women would like to have themselves a fling at this time in their lives.
4. **Women who have trouble with the menopause are usually those who have nothing to do with their time.**
5. **A woman should see a doctor during the menopause.**
6. **Woman in menopause is likely to do crazy things she herself does not understand.**
7. **Women who have trouble in the menopause are those who are expecting it.**
8. **The thing that causes women all their trouble at menopause is something they can't control—changes inside their bodies.**
9. A good thing about the menopause is that a woman can quit worrying about getting pregnant.
10. **Menopause is a mysterious thing which most women don't understand.**
11. **A woman is concerned about how her husband will feel toward her after the menopause.**
12. Going through the menopause really does not change a woman in any important way.
13. **Menopause is one of the biggest changes that happens in a woman's life.**
14. A woman's body may change in menopause, but otherwise she doesn't change much.
15. The only difference between a woman who has not been through the menopause and one who has, is that one menstruates and the other doesn't.
16. Women are generally calmer and happier after the change of life (*after menopause*) than before.
17. After the change of life (*after menopause*), a woman feels freer to do things for herself.
18. **Women worry about losing their minds during the menopause.**
19. After the menopause, a woman is more interested in sex than she was before.
20. **It's no wonder women feel "down in the dumps" (depressed) at the time of the menopause.**
21. After menopause, a woman gets more interested in community affairs than before.
22. **Women think of menopause as the beginning of the end.**
23. Life is more interesting for a woman after the menopause.
24. Women generally feel better after the menopause than they were for years.
25. **After the change of life (*after menopause*), women often don't consider**

themselves “real women” any more.

26. A woman has a broader outlook on life after the change of life (*after menopause*).

27. A woman gets more confidence in herself after menopause.

28. Menopause is an unpleasant experience for a woman.

29. Women often get self-centered at the menopause.

30. Menopause is a disturbing thing which most women naturally dread.

31. After the change of life (*after menopause*), a woman has a better relationship with her husband.

32. It's not surprising that most women get disagreeable during the menopause.

33. In truth, just about every woman is depressed about the change of life (*after menopause*).

34. Women should expect some trouble during the menopause.

35. Many women think menopause is the best thing that ever happened to them.

Magyarra fordított verzió:

1. A nők gyakran ürügyként használják a menopauzát, azért, hogy magukra vonják a figyelmet.

2. Az egyedülálló nőknek nehezebb dolguk van a menopauza idején, mint a férjes nőknek.

3. Valójában a legtöbb nő szeretne egy kis kalandot életének ebben az időszakában (menopauza).

4. A menopauza problémáival küzdő nők általában azok, akik nem tudnak mit kezdeni szabadidejükkel.

5. A menopauza idején egy nőnek orvoshoz kellene fordulnia.

6. A menopauzát átélő nők valószínűleg olyan örült dolgokat tesznek, amelyeket ők maguk sem értenek.

7. Azok a nők, akik (görcsösen) várják a menopauzát több problémába ütköznek azzal kapcsolatban.

8. A nőknek a menopauza során minden gondjukat – a testükön belüli változások okozzák, azért, mert azokat nem tudják kontrollálni.

9. A menopauzában az a pozitív, hogy egy nő nem aggódik többé a teherbeesés miatt.

10. A menopauza egy rejtélyes dolog, amit a legtöbb nő nem ért.

11. A nők amiatt aggódnak, hogy férjük hogyan fog érezni irántuk a menopauza után.

12. A menopauza átélése igazából nem változtat meg egy nőt semmilyen lényeges szempontból.
13. **A menopauza az egyik legnagyobb változás, ami egy nő életében megtörténik.**
14. Egy nő teste megváltozhat a menopauzában, de egyébként ő maga nem változik sokat.
15. Az egyetlen különbség egy menopauza előtt álló nő és egy már menopauzán átesett nő között, az, hogy az egyik menstruál, a másik nem.
16. A nők általában nyugodtabbak és boldogabbak a menopauza után, mint előtte.
17. A menopauza után egy nő szabadabbnak érzi magát, hogy önmagáért megtegyen dolgokat.
18. **A nők attól tartanak, hogy a menopauza során elveszítik az épeszüket.**
19. A menopauza után egy nőt jobban érdekel a szex, mint menopauza előtt.
20. **Nem csoda, hogy a nők depressziósnak érzik magukat a menopauza idején.**
21. A menopauza után egy nő jobban érdeklődik a közösségi ügyek iránt, mint menopauza előtt.
22. **A nők úgy gondolják, hogy a menopauza a vég kezdete.**
23. Egy nőnek érdekesebb az élet a menopauza után.
24. A nők általában jobban érzik magukat a menopauza után, mint a korábbi években érezték magukat.
25. **A menopauza után a nők gyakran nem tartják többé magukat „igazi nőnek”.**
26. Egy nőnek nagyobb rálátása van az életre a menopauza után.
27. Egy nőnek nő az önbizalma a menopauza után.
28. **A menopauza kellemetlen élmény egy nő számára.**
29. A nők gyakran önközpontúvá válnak a menopauza idején.
30. **A menopauza olyan felkavaró állapot, amelytől a legtöbb nő természetesen retteg.**
31. A menopauza után egy nőnek jobb kapcsolata lesz férjével.
32. **Nem meglepő, hogy a legtöbb nő barátságtalanul viselkedik a menopauza során.**
33. **Valójában szinte minden nő depressziós lesz a menopauza miatt.**
34. **A nőknek több problémára kell számítaniuk a menopauza során.**
35. Sok nő úgy gondolja, hogy a menopauza a legjobb dolog, ami valaha történt életükben.

Satisfaction With Life Scale (7 pontos Likert-skála)

1. Az életem a legtöbb tekintetben közel van az ideálshoz
2. Az életkörülményeim kitűnőek.

3. Elégedett vagyok az életemmel
4. Eddig minden fontosabb dolgot megszereztem, amit akartam
5. Ha újramezhetném, szinte semmit nem változtatnék

WHO-5 Well-Being Index (6 pontos Likert-skála)

Az elmúlt két hétben...

1. Vidámnak és jókedvűnek éreztem magam.
2. Nyugodtnak és relaxáltnak éreztem magamat.
3. Aktívnak és élénknek éreztem magamat.
4. Ébredéskor frissnek és kipihentnek éreztem magam.
5. A napjaim teli voltam számomra érdekes dolgokkal.