

**A heteroszexuális és homoszexuális férfiak énképének és
önértékelésének összehasonlítása**

OTDK dolgozat

A heteroszexuális és homoszexuális férfiak énképének és önértékelésének összehasonlítása

Készítette: Kengyel Dóra Boróka

Témavezető: Dr. Reinhardt Melinda

Károli Gáspár Református Egyetem

Bölcsészettudományi Kar

Pszichológia Ba 3. évfolyam

2014/2015.

Tartalomjegyzék

Rezümé.....	4
Bevezető	5
1. Elméleti háttér	6
1.1. Szexualitás és nemi orientáció	6
1.2. Homoszexualitás	7
1.3. A heteroszexuális és homoszexuális szexualitás különbségei	9
1.4. A homoszexualitás társadalmi megítélése	10
1.5. Énkép és önértékelés	11
1.6. Kutatások a homoszexuális férfiak énképéről és önértékeléséről.....	15
2. Hipotézisek.....	16
3. Módszer	17
3.1. Vizsgálati személyek.....	17
3.2. Eszközök	18
3.2.1. Demográfiai kérdőív	19
3.2.2. Tennessee Énkép Skála.....	19
3.2.3. Rosenberg Önértékelési Kérdőív	20
3.2.4. Johnson és Blom-féle Kontingens Önértékelés Teszt.....	20
3.2.5. Olson-féle Pár Profil	20
3.3. Eljárás.....	21
4. Eredmények.....	22
5. Diskusszió.....	30
6. Összegzés, kitekintés.....	33
Köszönetnyilvánítás	35
Irodalomjegyzék.....	36
Mellékletek.....	41

Rezümé

TDK kutatásom során arra a kérdésre kerestem a választ, hogy mennyiben tér el a heteroszexuális, illetve homoszexuális férfiak énképe és önértékelése. Kutatásom alapját korábbi külföldi, illetve magyar tanulmányok adták. Frable (1997) kutatásából kiderül, hogy a stigmatizáció különböző megnyilvánulásai negatív hatással vannak az önértékelésre. Móré (2012) pedig arról számol be, hogy azon homoszexuális emberek, akik már tágabb környezetük előtt is föl vállalták másságukat, alacsonyabb önértékeléssel rendelkeznek, mint heteroszexuális társaik, viszont, akik ezt még nem tették meg ilyen széles körben, önértékelésükben nem térnek el heteroszexuális társaiktól. Ezen kutatásokat alapul véve próbáltam meg föltárni a heteroszexuális és homoszexuális férfiak énképét, illetve önértékelését befolyásoló további tényezőket. A téma vizsgálatához egy internetes kérdőívcsomagot állítottam össze, amely a Tennessee Énkép Skálát (Fitts, 1965), a Rosenberg Önértékelési Kérdőívet (Rosenberg, 1965), a Johnson-Blom-féle Kontingens Önértékelés Tesztet (Johnson & Blom, é.n.), illetve az Olson-féle Pár Profilt (Olson, 1991) tartalmazta. A kérdőívet összesen 109 fő, 63 fő heteroszexuális (37 párkapcsolatban élő, 26 szingli) és 46 fő homoszexuális férfi (24 párkapcsolatban élő, 22 szingli) töltötte ki a 20-40 év közötti korosztályban. Az elemzések eredményeiből kiderül, hogy a heteroszexuális és a homoszexuális férfiak között sem a globális énkép ($t=0,460$, $p=0,649$), sem az önértékelés ($d=1,407$, $p=0,163$) tekintetében nincsen szignifikáns különbség. A homoszexuális férfiak esetében az énképre nincs hatással a párkapcsolati státusz ($t=-0,904$, $p=0,371$), az önértékelés esetében azonban megjelenik annak hatása: a párkapcsolatban élő homoszexuális férfiak magasabb önértékelési szinttel jellemezhetők, mint egyedülálló társaik ($t=4,116$, $p=0,000$). Összességében elmondható, hogy a férfiak énképének alakulására nincs hatással sem párkapcsolati státuszuk, sem nemi orientációjuk, illetve ezek interakciója ($F=0,56$, $p=0,573$), önértékelésük azonban e két tényező függvényében formálódik ($F=14,372$, $p=0,000$). Az eredmények alapján a legjobb önértékeléssel a heteroszexuális, párkapcsolatban élő férfiak, a legrosszabbal pedig a homoszexuális szingli férfiak rendelkeznek. Kutatásom az énkép és az önértékelés jelenségeinek egymáshoz való viszonyát árnyalta tovább a nemi orientáció és a párkapcsolati státusz fényében.

Kulcsszavak: nemi orientáció, homoszexualitás, önértékelés, énkép, párkapcsolat

Bevezető

Dolgozatom témájának kiválasztásában személyes élmények vezéreltek, ugyanis az ismertségi körömben kezdtek egyre nagyobb számban feltűnni a homoszexuális férfiak. Érdekelni kezdett, hogy a homoszexuális férfiak vajon milyen jellemvonásaikban, tulajdonságokban különböznek a heteroszexuális férfiaktól, illetve, hogy ezek közül is melyek a legkiemelkedőbbek. A „meleg” ismerőseimmel eltöltött idő, illetve a velük való mélyebb beszélgetések ébresztettek rá arra az érdekes tényre, hogy a homoszexuális férfiak a látszat ellenére sokkal alacsonyabb önértékeléssel rendelkeznek, mint heteroszexuális társaik. Több lehetőség is eszembe jutott, ami ennek a furcsa jelenségnek a hátterében állhat. Egyrészt a homoszexualitás még most a 21. században sem teljesen elfogadott jelenség: egy homoszexuális férfinak számos előítéllettel kell megküzdenie, melyek már alapvetően rombolóan hathatnak az önértékelésre. Ezt csak fokozhatja az, hogy emiatt ők még inkább úgy érzik, hogy jobban kell teljesíteniük, több elvárásnak kell megfelelniük, és egyáltalán sokkal inkább bizonyítaniuk kell, mint heteroszexuális társaiknak. Ezen kívül a bujkálás is romboló hatással lehet az önértékelésre, hiszen sok homoszexuális ember úgy érzi, neki el kell rejtenie másságát, mivel kilóg a társadalomból, és az emberek nem tudják őt elfogadni, sőt talán meg is bélyegzik nemi orientációja miatt. Ezeken kívül persze számos egyéb ok állhat a jelenség hátterében, mindenesetre számomra ez a tapasztalat volt az, ami megadta a kezdő lökést ahhoz, hogy mélyebben kezdjek el érdeklődni a téma iránt. Dolgozatomban a heteroszexuális és homoszexuális férfiak énképének, illetve önértékelésének összehasonlítására tettem kísérletet annak függvényében, hogy erre milyen hatást gyakorol a párkapcsolat megléte vagy annak esetleges hiánya.

1.Elméleti háttér

1.1. Szexualitás és nemi orientáció

A szexualitás egy alapvető jelenség az emberiség körében, ám a témával kapcsolatos aktív kutatások, mégis csak a 18. század végén indultak el. A szexualitás definiálásával többen is próbálkoztak már, de ahogyan Stoller (1976 In Lukács, 2009) fogalmaz, értelmetlen lenne magát a szexualitást, mint egy nagy gyűjtőfogalmat definiálni,- hiszen olyan sok összetett és speciális folyamat eredménye, amelyek csak a részenkénti meghatározást engedhetik meg. A szexualitás összetettségére utal Lukács (2009, 11.) is, hiszen azt mondja: „a szexualitás fogalomköréhez tartozik minden olyan motívum vagy folyamat, amely a nemi tevékenységgel kapcsolatos, kezdve a szaporodástól a szexuális tevékenységet kísérő örömszerzésig... Azaz „a szexualitás a humán párkapcsolat fontos, szinte elengedhetetlen kelléke.”

A humán szexualitás egyik fő kérdésének számít a nemi orientáció problematikája. Az ezzel kapcsolatos legfőbb kutatások Alfred Kinsey nevéhez fűződnek, aki a 20. század úttörő kutatójaként teljesen átalakította a nyugat szexualitásról kialakult képét. Kinsey (1948) a „Sexual Behaviour in the Human Male” című könyvében egy igen szemléletes ábrával próbált meg választ adni a nemi orientáció kérdésére. Egy 0- tól 6-ig terjedő skálán jelenítette meg az emberek szexuális késztetéseit. 0- val a kizárólag heteroszexuális élményeket átélő embereket jelölte, 6- tal a kizárólag homoszexuális élményeket átélőket, a közbülső 1- től 5- ig terjedő sávba pedig a biszexuális jellegű élményeket átélőket sorolta be. Az 5 különböző biszexuális érték az egyre nagyobb gyakoriságot jelzi a skála két végpontjában található két, egymástól teljesen eltérő orientáció felé. Úgy vélte, hogy a legtöbb ember a skála közepén helyezkedik el, azaz a társadalom nagyon kis része az, aki tisztán heteroszexuális vagy homoszexuális beállítottságú. Kinsey munkássága nagyban meghatározta a szexuális orientációról addig kialakult képet, oly annyira, hogy az általa kifejlesztett skála alapján a mai napig a szexualitás 3 fő orientációjaként határozzák meg a heteroszexualitást, a homoszexualitást, illetve a biszexualitást. Az elmélet nagy hatást gyakorolt az egész világ homoszexualitásról alkotott képére. Ezt bizonyítja az a tény is, melyről Buda (2002) is beszámol a könyvében, hogy 1954-ben az angol parlament egy külön bizottságot állított föl a homoszexuális kérdés vizsgálatára. A bizottság több évi kutatómunka, és adatgyűjtés után 1957-ben adta ki a Wolfenden Report néven futó tanulmányát, melyben kifejtették, hogy megfigyeléseik szerint sem az orvosi

kezelés, sem a büntetés nem tudta megváltoztatni egyetlen homoszexuális embernek sem a nemi orientációját, amiből az következik, hogy a homoszexualitás nem választás kérdése. Javaslatot tettek, hogy a felnőttek közötti, kölcsönös egyetértésen alapuló homoszexualitás minősüljön magánügynek, és mentesüljön a törvényi szankciók alól (Buda, 2002). Ez a rendelet hatást gyakorolt a világ többi országának törvénykezésére, sőt elmondható, hogy a büntetőjogi reformok egyik alapjává vált. A továbbiakban több európai országban is enyhítették a homoszexualitásra vonatkozó törvényeket. Sajnos az új törvények ellenére a közvélemény nagy része, mind a mai napig elítéli a homoszexualitást, sőt jellemző a homofób beállítódás is. Buda Béla (2002, 263.) így fogalmaz: „bármennyire szabadosak is az egzisztenciális körülmények egyes nagyvárosokban, a homoszexuálisok élete ma is nehezebb, több konfliktussal terhes, mint a szokványos nemi életet folytatóké”.

1.2. Homoszexualitás

Az elmélet kapcsán beszélnünk kell magáról a homoszexualitásról is, hiszen a nagy átlagtól eltérően, jóval ritkább jelenségnek számít, mint a heteroszexualitás. Számos kutatás foglalkozott már a kérdéssel, hogy vajon az emberiség hány százaléka homoszexuális beállítottságú. Ellis (1915, idézi Eszenyi, 2006) 100 évvel ezelőtti kutatásában, Angliában próbálta meg fölmérni a homoszexuálisok arányát: becslése szerint a számuk 2- 5 % közé tehető. Kinsey (1948) szerint a férfilakosság 4 százaléka tartozik a kizárólag homoszexuális orientációjúak körébe. Shere Hite (1978) kutatása alapján az amerikai homoszexuálisok arányát 11 % körüli értékre becsülte. Baird (2003, 20.) könyvében az alábbi adatokról számol be: „a világon körülbelül a nők két százaléka (12 millió) és a férfiak négy százaléka (24 millió) él kizárólag homoszexuálisként.” 1988- 1992 között a Janus házaspár (1993) is az amerikai lakosságot vizsgálta, az ő eredményeik szerint a lakosság 91 %-a heteroszexuális, 4 %-a homoszexuális, 5 %-a pedig biszexuális. Magyarországon 2002- ben az ELTE Pszichológiai Intézete és a Marketing Centrum készített egy felmérést 200 fő részvételével: az ő eredményeik szerint a férfiak esetében 12 % biszexuális, 4 % gyakran létesít kapcsolatot azonos nemű partnerrel, ám tisztán homoszexuálisnak 5 % vallotta magát (In Eszenyi, 2006). Az eltérő adatok oka, hogy sokkal több lehet azon emberek aránya a társadalomban, akik nem bevallottan, ám mégis homoszexuális orientációval rendelkeznek. Teljesen pontos adat így nem áll a rendelkezésünkre, ám a homoszexuális férfiak arányát társadalmi szinten kb. 2- 5%, még a homoszexuális nők arányát 1- 2% közé becsülik. Ugyanilyen bizonytalanság figyelhető meg a homoszexualitás kialakulását kutató vizsgálatokban, hiszen még mindig nincs arra

vonatközzőlag pontos eredmény, hogy mi okozza a humán homoszexualitás megjelenését. A kutatók többféle megközelítést is alkalmaztak ennek magyarázatára. A biológiai megközelítés szerint „a nem heteroszexuális orientáció genetikai alapú” (Cole, 2006, 678.). Ezen kijelentést alátámasztani próbáló kutatások nagy részének alapját az ikerkutatások adták. Bailey és Pillard (1995, idézi Atkinson, 2005) kutatásai kimutatták, hogy a homoszexuális orientációval rendelkező emberek ikertestvérei között több a hasonlóan homoszexuális beállítottságú, mint a heteroszexuálisok esetében. Ebből kiindulva úgy vélték, hogy a homoszexualitás egy öröklött tényező, hiszen egypetéjű ikrek esetében gyakrabban mutatkozik meg, mint kétpetéjű társaik esetében. A biológiai magyarázatok másik köre a hormonok szerepét emeli ki a homoszexuális orientáció kialakulásában. „Az androgének hatása a magzati agyra az esetek többségében a magzat genetikai neméhez alkalmazkodik. Ha azonban a hímnemű magzat valamilyen okból nem érzékeny az androgénekre, vagy a nőnemű magzat androgéneket kap abban a kritikus periódusban, amikor kialakulnak bizonyos neurális pályák, lehetséges, hogy nagyobb lesz az esély az azonos neműekhez való vonzódásra” (Cole, 2006, 679.). A homoszexuális orientáció magyarázatára környezeti elméletek is születtek, melyek központjában a tanulási folyamatok állnak, azaz ahogyan Atkinson és mtsai. (2005) is fogalmaz, a homoszexualitás vagy a szülő- gyermek kapcsolatban jelentkező zavar, vagy valamilyen kondicionálási rendellenesség okozhatja. Ezek alapján elmondható tehát, hogy a homoszexualitás kialakulására vonatkozólag nincsenek még egységes megállapítások, ám valószínűsítik, hogy nem egy- egy, hanem több tényező együttes hatása okozhatja ezen speciális nemi orientáció megjelenését.

A homoszexuális emberek tipizálása egy igen gyakori jelenség: ezek alapján többféle kategóriába próbálják meg őket besorolni. Kenneth Plummer (1973 In Eszenyi, 2006) szerint négy fajta homoszexualitás létezik. Az első az alkalmi homoszexualitás, azaz ha valaki heteroszexuális, de már volt része homoszexuális élményben. A második a helyzettől függő homoszexualitás, azaz ha valaki egy bizonyos helyzet miatt kényszerül a homoszexualitás gyakorlására, ám fő preferenciaként még mindig megmarad nála a heteroszexualitás. A harmadik a megszemélyesített homoszexualitás, azaz ha valaki elzárkózik a homoszexuális közösségektől, nem vállalja föl másságát, és a homoszexualitást csak titokban gyakorolja. A negyedik pedig a homoszexuális életforma, amikor az illető teljesen föl vállalja homoszexuális orientációját, illetve nyíltan gyakorolja is azt. Egy ötödik kategóriát is érdemes megemlíteni, ez a látens homoszexualitás, amikor az egyén fél attól, hogy kiderül homoszexuális orientációja, ezért inkább heteroszexuális emberként próbál meg élni, és beilleszkedni. Ezen kívül még számos csoportosításra alkalmas tényező van, mint például, hogy milyen korú

partnerrel létesít kapcsolatot egy homoszexuális orientációjú ember, vagy, hogy a szexualitásban miket preferál.

1.3. A heteroszexuális és homoszexuális párkapcsolatok jellemzői – azonosságok és különbségek

Az alábbi fejezetben kizárólag a heteroszexuális, illetve homoszexuális férfiak párkapcsolatait fogom jellemezni, hiszen ők alkotják kutatásom vizsgálati mintáját is. A hasonlóságok között a legfőbb, amit meg kell említenünk, hogy „ugyanolyan arányban fordul elő a maszturbáció, a partner izgatása, és az orális- genitális közösülés” (Eszenyi, 2006, 96.) mind a heteroszexuális, mind a homoszexuális párok körében. Nincsenek nagy különbségek a közösülési technikákban sem, ami az orális, illetve anális szexet illeti. Eszenyi (2006) szerint a párkapcsolatok definiálása is hasonlóképp jelenik meg mindkét csoport esetében, hiszen ugyanúgy a szerelem, az együttlét, illetve a közös terveket/ jövőt helyezik a középpontba. Azonban van jó néhány különbség is, melyet Eszenyi (2006) könyvében átfogóan ismertet. Általánosságban elmondható, hogy a homoszexuális férfiak jobban törekednek a szexualitás minőségére, nagyobb a partneri figyelem, illetve kapcsolataikban jobban érvényesül a testkontaktus. A magasabb minőségű szexualitás 4 fő tényezőben nyilvánul meg a leginkább. Az első, hogy a nemen belüli empátia jelentősebb, hiszen az azonos nem miatt jobban tudják, hogy mi jó a partnerüknek, hiszen ők maguk is ugyanazt tapasztalhatják meg. A második, hogy náluk a szexen belül jobban érvényesül az én- központúság, azaz nem csak a másinak, hanem a maguknak való örömszerzés is nagyon jellemző. A harmadik, hogy a vaginális érintkezés helyett más, gyengédebb kielégülési technikák jelennek meg. A negyedik pedig, hogy a homoszexuális párok esetében nagyon jellemző a kommunikáció magáról a szexualitásról, azaz ők könnyebben fejezik ki érzéseiket, vágyaikat, könnyebben beszélnek arról, hogy mi okoz nekik örömet, illetve többször és mélyebben tudnak beszélni a szexualitásról. A következő igen markáns különbség a heteroszexuális, illetve homoszexuális szexualitást illetően, hogy a homoszexuális férfiak szexuális aktivitása magasabb, több partnerrel létesítenek kapcsolatot (Eszenyi, 2006). Éppen ezért esetükben igen gyakori jelenség a promiszkuitás, azaz a szexuális partnerek gyakori váltogatása. „Kinsey szerint a homoszexuális férfiak 4-8, Giese szerint kb. 15 százaléka nem tud tartósan kötődni, promiszkuis és partnereit gyakran váltogatja” (Buda, 1997, 328.). A homoszexuális férfiak esetében az egész szexuális tapasztalat eltérő, hiszen az ő esetükben nem jelenik meg a vaginális közösülés, a fő szexuális tevékenység az ő esetükben a maszturbáció, az orális,

illetve az anális szex. A homoszexuális szexualitás esetében mindenképpen meg kell említenünk, hogy ezen belül is háromféle csoport jelenik meg. Ahogyan azt Eszenyi (2006, 97.) is írja „Bieber felmérései szerint az általa vizsgáltak 37 százaléka kizárólag aktív, 31 százaléka kizárólag passzív, míg 32 százalékuk vegyes (a meleg szlengben „uni” az elnevezésük)”, azaz aki váltogatja a kétféle szerepet. A homoszexuálisok esetében nagyobb szerepet kap az ún. „szemezés” is, hiszen a homoszexuális férfiak ez alapján tudják egymást a legjobban azonosítani nagyobb tömegben, vagy szórakozóhelyeken. Buda Béla (2002) könyvében a homoszexuális párkapcsolatok jellemzőit mutatja be, hiszen szerinte a homoszexualitás legfejlettebb változatának tekinthető a tartós párkapcsolat, amely számos jellemzőjében hasonlít a heteroszexuális emberek közötti párkapcsolatokra. A homoszexuális kapcsolatokra jellemző, hogy nagy hangsúlyt kap a szerelem, mint érzés, illetve a féltékenység is egy jóval gyakrabban megjelenő tényező, mint a heteroszexuális párkapcsolatokban. Általánosságban elmondható, hogy a homoszexuális párkapcsolatok rövidebb időtartamúak (max. pár év), amelynek oka, hogy ezen kapcsolatokban nem tudnak megjelenni a társadalmi összekötő erők (pl. házasság, gyerekvállalás), csak nagyon ritkán, így viszont a kapcsolat egy idő után kimerül. A heteroszexuális párkapcsolatokban ezek, a kapcsolatot általában erősítő tényezők jóval nagyobb arányban lehetnek jelen, így ott jellemzően hosszabb egy adott párkapcsolat időtartama. Ezek alapján összességében elmondható, hogy ugyan elég sok különbség jelenik meg a kétféle szexualitás között, ám ezek ellenére manapság már kezdenek elmosódni a határok (a heteroszexuálisok gyakrabban alkalmazzák a korábban elítélendő közösülési formákat, mint pl. az orális szex, a homoszexuálisok pedig kezdik átvenni a heteroszexuális családteremtési mintákat), illetve mindkét csoport esetében a hangsúly kezd áthelyeződni a szexualitás tisztán csak gyönyörkeresési funkciójára (Eszenyi, 2006).

1.4. A homoszexualitás társadalmi megítélése:

Ezen speciális nemi orientáció kapcsán mindenképpen beszélnem kell a homoszexualitás társadalmi megítéléséről is. Papp (2008) tanulmányában kifejti, hogy a homoszexualitás megítélése a történelem folyamán igen változó volt, ám általánosságban elmondható, hogy az 1950- es évekig igen negatív megítélés alá estek a homoszexuális nemi orientációval rendelkező emberek. A változást a Kinsey-féle (1948) elmélet kidolgozása, illetve a liberalizálódás folyamata hozta csak meg. „Az egyes országok a homoszexualitás jogi és társadalmi megítélését illetően heterogén képet mutatnak” (Eszenyi, 2006, 80.).

Általánosságban elmondható, hogy Nyugat-Európában toleránsabbak a homoszexualitással szemben: van, ahol bejegyzett élettársi kapcsolatban élhetnek (pl. Anglia, Németország), néhány ország támogatja az azonos neműek házasságkötését is (pl. Spanyolország, Hollandia, Belgium, Dánia), sőt Hollandiában még gyermeket is fogadhatnak örökbe a homoszexuális párok. A Kelet- Európai országok már nem ennyire nyitottak és toleránsak a homoszexualitás kérdésével kapcsolatban: sok helyen elítélik vagy tabunak számít az azonos neműek kapcsolata, sőt van, ahol törvényileg is büntetik azt (pl. Románia, Bulgária). Magyarországon a felnőttek közötti homoszexuális érintkezés 1961 óta nem számít bűncselekménynek (Weimann, 2003 In Papp, 2008), azonban a homoszexualitás megítélését ez nem igazán befolyásolja, hiszen a mai napig a magyar lakosság többsége negatívan viszonyul a kérdéshez, illetve megkülönbözteti és diszkriminálja a homoszexuális embereket (Tóth, 1997 In Papp, 2008). A magyar társadalom homoszexualitáshoz kapcsolódó attitűdjeit egy 1996-os felmérés keretein belül próbálták meg föltárni. Az eredmények szerint Magyarországon ugyan nem jelenik meg nyíltan a homofóbia, ám a társadalom többsége mégis elítéli, stigmatizálja, elutasítja, vagy egyenesen betegesnek tekinti a homoszexuális emberek jelenlétét a társadalomban (Tóth, 1997 In Papp, 2008). A homoszexualitás miatti megbélyegzés igen negatív hatást gyakorolhat ezen emberek énképére, illetve önértékelésére. Ezt bizonyítja Frable (1997) kutatása is, aki a stigmatizáció önértékelésre, illetve szubjektív jóllétre gyakorolt hatását vizsgálta homoszexuális férfiak körében. A kutatás eredményei szerint a stigmatizáció, azaz a homoszexualitás miatti megbélyegzés különböző megnyilvánulásai negatív hatással vannak az önértékelésre. Emiatt lehetséges, hogy a homoszexuális emberek énképe, illetve önértékelése alacsonyabb szintű, hiszen ők nap, mint nap ki vannak téve a stigmatizáció negatív hatásainak, ellenben heteroszexuális társaikkal, akiknek ez nem jelent problémát. Ezen tények alapján szeretnék áttérni dolgozatom másik fő témájára az énkép, illetve az önértékelés bemutatására.

1.5. Énkép és önértékelés

Az énkép fogalmának meghatározására számos kutató tett már próbálkozást. Chodorkoff (1954) szerint az énkép azoknak az emberi tulajdonságoknak az összessége, melyet az ember önmagának tulajdonít. Seeman (1959) ezzel szemben összetett rendszerek (biológiai, fiziológiai, kémiai, emocionális, kognitív stb.) kombinációjaként határozza meg az ént, és kiemeli, hogy ezek hatékony működése elengedhetetlen a személyiség megfelelő integrálódásához. Tringer (2004 In Horváth, 2012) úgy fogalmaz, hogy az énkép magába

foglalja a testünkkel, viselkedésünkkel, jellemünkkel, képességeinkkel, érdeklődési körünkkel kapcsolatos információkat, vagyis, Chodorkoff- hoz hasonlóan úgy véli, hogy az énkép az önmagunkról alkotott kognitív ismeretek összessége. Az énkép egy másik megközelítése, hogy az valójában egy kognitív struktúra: képzetek, sémák, fogalmak, célok és feladatok komplex rendszere (Markus és Nurius, 1986 In Horváth, 2012). Mead (1934 In Komlói, 2007) úgy vélekedett, hogy az énkép hatással van a cselekedeteinkre, hiszen a szerepvállalások alkalmával mindig egy új énképet hozunk létre, amely aztán kihat a jelenlegi, illetve a jövőbeli viselkedésünkre is. Foote (1951) ezen vélekedést kissé átdolgozottabb formában fogta meg. Úgy gondolta, hogy az énkép hatást gyakorol az emberek motivációjára, hiszen az ember igyekszik mindig úgy cselekedni, hogy én-identitása a legjobban megnyilvánulhasson, ez a motiváció pedig részt vesz az énkép kialakításában. Ezek alapján elmondható, hogy az énkép fogalmának pontos meghatározása annak összetettsége miatt eddig egyik kutatónak sem sikerült teljes egészében, ám az eddigi fogalommeghatározásokat együtt nézve mégis egy átfogó és komplex képet kaphatunk arról, hogy mit is takar pontosan az elnevezés. „Az énkép kialakulása szociális környezethez kötött, mivel szociális interakcióink révén jön létre, a személy csak másokkal való összehasonlítás révén tudja megítélni saját értékeit” (Karkus, 2010, 14.). Az énkép kialakulása már kisgyermekkorban megkezdődik, ám mint sok más tényezőre, erre is a legérzékenyebben a serdülőkor hat. Ahogyan Karkus (2010, 16.) fogalmaz: „a serdülőkori énkép- fejlődésben a szociális környezet nemcsak támogathatja a személy szükségleteit, amellyel a pozitív énkép kialakulását segíti, de gátolhatja is azokat, ezzel a negatív énkép irányába fordítva”. Rogers (1951) elmélete szerint az énképnek két fő része van: az egyik az aktuális énkép, a másik az ideális énkép. Az aktuális énkép a személy azon jellemzői, amelyeket az adott pillanatban a magáénak érez, az ideális énkép pedig azon jellemzőket tömöríti, melyekkel az egyén rendelkezni szeretne. Az egyén alapvető törekvése, hogy az énkép ezen két részét minél jobban közelítse egymáshoz, azaz megfeleltesse őket egymásnak. Az énkép torzulásai az által jöhetnek létre, ha ezen két rész között inkongruencia alakul ki, azaz ahelyett, hogy közelednének a részek, inkább eltávolodnak egymástól.

Az énképhez kapcsolódó másik fontos fogalom az önértékelés. Az önértékelés egy összetett tényező, több fogalmat is magába foglal: pl. önbecsülés, önérzet, önbizalom stb., emiatt többféle megközelítése is létezik (Komlói, 2007). Báthory és Falus (1997, 102.) megfogalmazása szerint az önértékelés „az ember kritikai megítélése és minősítése önmagáról, képességeiről, tevékenységéről, magatartásáról. A folyamatos önfigyelésen és

önellenőrzésen alapuló önértékelés lehetővé teszi az egészséges, személyiségre jellemző önismeret és önbizalom kialakulását, az önirányítás képességének fejlődését.” Az önértékelés egyik kurrens kutatója, Maarit Johnson (2008, 35.) pedig így fogalmaz: „az önbecsülés szerepét szinte ahhoz hasonlíthatnánk, amit az alapzat jelent a ház számára. Maga az építmény, mely az attitűdjeinkből, érzelmi reakcióinkból és viselkedésünkben tevődik össze, ezen az alapon áll, bár ennek legtöbbször nem is vagyunk tudatában. Ha az alap jól megépített és stabil, akkor a ház is szilárdan áll jóban-rosszban, sőt, akár még egy kisebb földrengést is kibír”. Baumeister (1998 In V. Komlósi, 2007) „az önismereten alapuló értékelő ítélet”-ként utal rá, míg Rosenberg (1965 In V. Komlósi 2007) inkább az önmagunk iránti pozitív vagy negatív attitűdként értelmezi. Epstein (1973 In Harter 2003) az önbecsülés meghatározásában az érzelmeket helyezte a középpontba. Elmélete szerint a külső és belső hatások által kialakult érzelmek, illetve ezek megtapasztalása hatnak a leginkább az önbecsülésre, illetve az önértékelés alakulására. Coopersmith (1967 In Harter 2003, 258.) az önbecsüléssel kapcsolatban egyszerűen így fogalmaz: „az önbecsülés személyes ítéletalkotás az egyén saját értékességéről, amely az önmagával kapcsolatos attitűdökben fejeződik ki”. Dickstein (1977 In V. Komlósi, 2007, 261.) megközelítésében már hangsúlyt helyez az önbecsülés és az önbizalom különbségeinek a feltárására is: „az önbizalom egy konkrét feladat végrehajtásával vagy egy szerep felvállalásával kapcsolatos. Az önbizalom pillanatnyi szintje akár független is lehet az önbecsülés általános szintjétől”. Egy másik megközelítésben Mead (1934 In V. Komlósi 2007) a szocializáció folyamatát tekinti annak a befolyásoló tényezőnek, amely a legnagyobb hatást gyakorolja az emberek önértékelésére, illetve a legnagyobb mértékben formálja azt. A legkidolgozottabb önértékelési elmélet Rogers (1951) nevéhez fűződik, aki úgy vélte, hogy az emberek self- tudata a környezettel való kölcsönhatások során alakul ki, amely magával hozza aztán a pozitív önértékelés szükségletét is. Ezen fogalom meghatározások alapján elmondható tehát, hogy az önértékelés a pszichológiában használatos legáltalánosabb személyiségtényezőként fogható fel, amely az énképhez hasonlóan a társas összehasonlításon alapul (Kiss, 2006). Az önértékelés persze nem egy állandó jellemzője az embereknek, több részből tevődik össze, s ezek kölcsönhatása alakítja ki az emberek globális önértékelését. V. Komlósi (2014) cikkében ír ezen két fő komponensről: az egyik egy állandó önértékelési szint, amely jellemzője, hogy nem változik, nem hatnak rá a külső tényezők, s már nagyon fiatal korban kialakul. A másik a feltételes önbecsülés, amelyet a külső tényezők könnyen befolyásolhatnak és tolhatnak el, hol pozitív, hol negatív irányba. Ez a második komponens főként teljesítményünk alakulásához kapcsolódik, sokkal dinamikusabb, mint az alap önértékelés, illetve mindig valamilyen külső feltételtől függ. Ez a kétfajta önértékelési

mechanizmus kölcsönös kapcsolatban áll egymással, hiszen mindkettőt csak a másik függvényében lehet értelmezni, azaz az egyik kihat a másikra, illetve fordítva. Az önértékelést persze nem egy, hanem több tényező is befolyásolja, így például a környezet visszajelzései (szülők, barátok, külső személyek visszajelzései és ítéletei), illetve az egyéni tapasztalatok (siker és kudarcélmények) is. Ahogyan V. Komlósi (2014) fogalmaz ezen tényezők közül is kiemelkednek a korai élmények, tapasztalatok és környezeti visszajelzések, hiszen már gyermekkorban ezen „tükrözések” segítségével kezdjük el magunkat minősíteni, azaz kialakítani saját alap önértékelési szintünket. Ha ebben a korai időszakban az önértékelést romboló negatív tapasztalatok érik a gyereket, akkor az predesztinálni fogja őt arra, hogy felnőtt korára egy igen alacsony önértékelési szint alakuljon ki nála. Az önértékelésnek a két fő komponensén kívül számos fajtája is létezik: pl. globális/ terület- specifikus, implicit/explicit, kontingens/ valódi, külső/ belső stb. Ezen részterületek megléte még inkább alátámasztja a korábbiakat, mi szerint az önértékelés maga nem írható le egy egyszerű folyamattal, hanem több összetett rendszer eredményeként alakul ki. Fontos megemlítenünk az önértékelés funkcióit is. V. Komlósi (2007, 31.) ezt írja: a „szakirodalom egyértelműen azt jelzi, hogy az önértékelésnek igen fontos szerepe van az önszabályozásban, illetve a viselkedésszabályozásban”. Leary (1999 In V. Komlósi, 2007) az önértékelésnek egyfajta szociális monitor szerepet tulajdonít, amely a társas viszonyok minőségét vizsgálja és elemzi, illetve egyfajta motivációs szerepet is betölt, amely arra ösztönzi az egyént, hogy még több társas kapcsolatot alakítson ki saját, egészséges működésének érdekében. Szerinte a társas visszajelzések fontos szerepet töltenek be az emberek életében, hiszen ezek által kaphatunk képet saját viselkedésünkről, tulajdonságainkról, amelyek aztán segíthetik a megfelelő önértékelés kialakítását. Hill és Buss (2006 In V. Komlósi 2007) könyvükben fejtik ki véleményüket az önértékelés funkcióiról. Úgy vélik, hogy az önértékelés viselkedésszabályozó funkciója a legkiemelkedőbb, hiszen egyrészt segít saját képességeink, tulajdonságaink, adottságaink feltérképezésében, amely hatást gyakorol a viselkedésünkre, másrészt pedig ez a funkció az, amely arra készítet minket, hogy a társas összehasonlítás alapján összevessük saját teljesítményünket másokéval. Az önértékelés egy ember esetében vagy pozitív, vagy negatív irányban változhat, több tényező függvényében. A pozitív önértékelés kialakulásához fontosak a pozitív visszajelzések, illetve az építő jellegű, ám negatív visszajelzések is. Kialakulhat persze negatív önértékelés is, melyet a negatív visszajelzések, illetve a túlzott elvárások okozhatnak, melyeknek az egyén nem tud megfelelni. V. Komlósi és Reinhardt (2014) cikkükben hangsúlyozzák, hogy sem az túl alacsony, sem a túl magas önértékelés nem megfelelő, hiszen ezek az önbecsülés kevésbé

egészséges megjelenési formái, melyek akár pszichés problémákhoz is vezethetnek. A pszichológusok szerint az optimális önbecsülési szint kialakítására kell törekednünk, amely kb. félúton van a negatív és pozitív irány között, ám inkább a pozitív irány felé közelít. V. Komlósi és Reinhardt (2014) beszél a túl alacsony, illetve a túl magas önértékelés által okozott problémákról is. A túl alacsony önértékelés szorongáshoz, depresszióhoz, pszichoszomatikus megbetegedésekhez, teljesítményproblémákhoz stb. vezethet, míg a túl magas önértékelés a nácizmussal kapcsolódhat össze. Ezen tünetek megjelenését elkerülendő, fontos a megfelelő önértékelési szint kialakítása, amelyre önmagunk is képesek lehetünk, de akár szakember segítségével is végbe mehet. Az énkép és az önértékelés igen szoros kapcsolatban áll egymással, nem létezik az egyik a másik nélkül. Az éntudat és az énkép kialakulása meghatározó szereppel bír az ember önértékelésének későbbi kialakításában. Rogers (1951) egy ehhez a folyamathoz kapcsolódó másik fő tényezőt is megnevez, mégpedig az organizmikus értékelő folyamatot, amely során az ember már gyermekkorától fogva értékeli a külvilágból érkező ingereket a jó/ rossz, hasznos hátrányos dimenziók mentén. Ez a fajta élményfeldolgozás lesz az alapja az éntudat kialakulásának, mely hatására létrejön a pozitív önértékelés és önelfogadás szükséglete is, tehát ez alapján ezen értékelő folyamatok alapozzák meg az önértékelés kialakulását is. Az egyén szempontjából nézve az énkép és az önértékelés tehát elválaszthatatlanul összekapcsolódik, így képesek egymás hatását befolyásolni, a környezeti tényezőktől függetlenül pozitív vagy akár negatív irányba is. Az egészséges énkép általában normál önértékeléssel jár együtt, ám ha valamelyik tényezőben zavar lép föl, az azonnal hatással van a másikra is.

1.6. Kutatások a homoszexuális férfiak énképéről és önértékeléséről

A korábbiakban már születtek kutatások, az énkép és az önértékelés vizsgálatával kapcsolatban, melyekben megjelenik a nemi orientáció is, mint befolyásoló tényező. A következőkben ezen kutatások eredményeit fogom ismertetni. Walters (1993) kutatásában a homoszexuális férfiak, illetve nők csoportidentitáshoz kapcsolódó attitűdjei, illetve önértékelése közötti összefüggéseket vizsgálta. Az eredmények azt mutatták, hogy azon meleg, illetve leszbikus személyek, akik elfogadták/ föl vállalták homoszexualitásukat, magasabb önértékeléssel rendelkeztek, mint azok, akik nem fogadták el másságukat. Azaz a homoszexualitás internalizálása párhuzamban áll az önértékeléssel. Papp (2008) a homoszexualitás elfogadását vizsgálta meg közelebbről. Kutatásában azt feltételezte, hogy a

homoszexuális emberekre jellemző megküzdési stratégiák kapcsolatban állhatnak az önelfogadásukkal. A kutatásból kiderül, hogy a homoszexualitás elfogadása és felvállalása attól függ, hogy az egyén mennyire képes a homoszexualitásával kapcsolatos negatív érzéseit adaptív stratégiákkal feldolgozni (pl. problémaközpontú megküzdés segítségével, ahol az egyén előre kidolgozott stratégia mentén, tudatosan próbálja meg megoldani a felmerülő problémát). Móre (2012) kutatásában a társadalmi környezet meleg férfiakra gyakorolt hatását vizsgálta. Az eredmények alapján elmondható, hogy azon homoszexuális emberek, akik már tágabb környezetük előtt is föl vállalták másságukat, alacsonyabb önértékeléssel rendelkeznek, mint heteroszexuális társaik. Viszont, akik ezt homoszexuálisként még nem tették meg ilyen széles körben önértékelésükben nem tértek el heteroszexuális társaiktól.

Az alábbi elméleti bevezető alapján összességében elmondható, hogy a homoszexualitásnak, illetve az énkép és önértékelés kérdésének igen kiterjedt szakirodalma van, ám sajnos csak kevés kutatás foglalkozott eddig a kettő összekapcsolásával. Az általam kutatni kívánt terület, amely feltárja a heteroszexuális és homoszexuális férfiak énképében, illetve önértékelésében megmutatkozó különbségeket, figyelembe véve a párkapcsolatot, mint befolyásoló tényezőt, úgy tűnik, hogy eddig még nem jelent meg az áttekintett szakirodalmak között. Reményeim szerint kutatásom, ha nem is fedi le teljesen ezt az eddig feltáratlan területet, ám mégis bepillantást nyújthat a témába, illetve elindíthat másokat is azon az úton, hogy el kezdjék kutatni a homoszexualitás eddig még feltáratlan, ám annál érdekesebb területeit.

2. Hipotézisek

A továbbiakban bemutatásra kerülnek a szakirodalmak alapján általam felállított hipotézisek. Kutatásomban 3 fő hipotéziskört, ezeken belül pedig összesen 6 hipotézist fogalmaztam meg.

1.a A heteroszexuális férfiak teljes énkép mutatója jobb, mint a homoszexuális férfiaké.

1.b A heteroszexuális férfiak globális önértékelése jobb, mint a homoszexuális férfiaké.

Első két hipotézisemet Frable (1997) kutatása alapján állítottam föl, hiszen azt feltételezem, hogy a heteroszexuális férfiak énképe, illetve önértékelése jobb, mivel nekik nem kell megküzdeniük a társadalmi stigmatizáció mindennapos jelenségével, nem úgy, mint homoszexuális társaiknak.

2.a A homoszexuális férfiak énképének minősége kapcsolatban van a párkapcsolatuk meglétével vagy annak hiányával.

2.b A homoszexuális férfiak önértékelése kapcsolatban van a párkapcsolatuk meglétével vagy annak hiányával.

Ezen két hipotézisemet Papp (2008) kutatása alapján állítottam föl, hiszen azt feltételezem, hogy a homoszexuális férfiak életében a párkapcsolat lehet egy olyan adaptív megküzdési stratégia, amely hozzásegítheti őket egy egészségesebb énkép, illetve önértékelés kialakításához.

3.a Az énképet befolyásoló tényező a párkapcsolati státusz, illetve a nemi orientáció, mind a heteroszexuális, mind a homoszexuális férfiak esetében, azaz feltételezésem szerint a legjobb énképpel a heteroszexuális, párkapcsolatban élő férfiak, a legrosszabb énképpel a homoszexuális, szingli férfiak rendelkeznek.

3.b Az önértékelést befolyásoló tényező a párkapcsolati státusz, illetve a nemi orientáció, mind a heteroszexuális, mind a homoszexuális férfiak esetében, azaz feltételezésem szerint a legjobb önértékeléssel a heteroszexuális, párkapcsolatban élő férfiak, a legrosszabb önértékeléssel a homoszexuális, szingli férfiak rendelkeznek.

Két utolsó hipotézisemet V. Komlósi (2014) cikke alapján állítottam föl, hiszen azt felételezem, hogy az énképet, illetve az önértékelést befolyásoló tényezők közül a nemi orientáció, illetve a párkapcsolati státusz lehetnek azok, melyek a legkönnyebben fejtik ki hatásukat.

3. Módszer

A továbbiakban bemutatásra kerül a populáció meghatározása, a vizsgálati személyek kiválasztása és összegyűjtése, az adatgyűjtés módszere, a felhasznált eszközök bemutatása, valamint a komplett kutatás lebonyolításának folyamata.

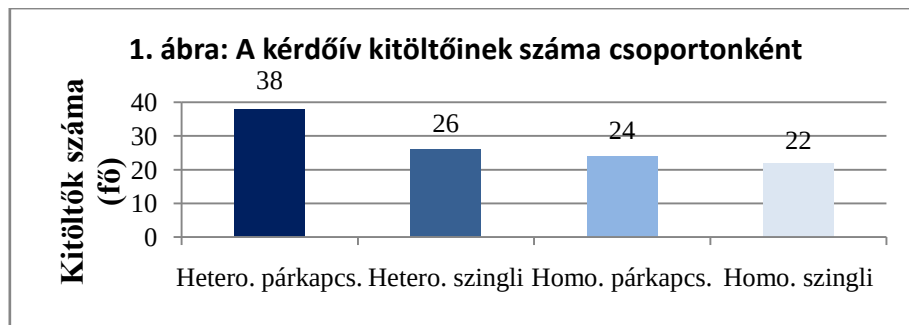
3.1 Vizsgálati személyek

A kutatásban kizárólag 20- 40 év közötti, egészséges férfiak vettek részt az alábbi megoszlás szerint:

- 38 fő párkapcsolatban élő/ házas heteroszexuális férfi (minta 35%-a)
- 26 fő egyedülálló/ szingli heteroszexuális férfi (minta 23%-a)

- 24 fő párkapcsolatban élő/ házas¹ homoszexuális férfi (minta 22%-a)
- 22 fő egyedülálló/ szingli homoszexuális férfi (minta 20%-a)

Az életkori átlag 27,92 év volt, a szórás pedig 5,95. A kérdőív kitöltőinek nemi orientáció, illetve párkapcsolati státusz szerinti eloszlását az 1. számú ábra szemlélteti:



A kérdőívet eredetileg 117 személy töltötte ki, viszont 8 darab kitöltést a nem megfelelő paraméterek (biszexuális, 20 évnél fiatalabb, 40 évnél idősebb) miatt ki kellett vennem, így végül 109 férfi eredményein végeztem el a statisztikai elemzéseket.

A vizsgálati személyeket hólabda módszer segítségével gyűjtöttem össze: a közvetlen ismerőseimet kértem meg, hogy továbbítsák a kérdőívet, illetve én magam is egy jó pár, a célcsoportba tartozó, férfi ismerősnek elküldtem. A személyek felkutatásában segítségemre voltak az Onlinepszichológia Hírportál és Adatbázis szerkesztői, akik a kérésemre megosztották a facebook oldalukon a kérdőívemet, hogy azt minél többen lássák és kitöltsék. Segítséget kaptam továbbá a Háttér Társaság a Melegekért elnevezésű nonprofit szervezettől, illetve a Szimpozion Egyesülettől is, akik többféle úton segítettek terjeszteni a kérdőívemet, hogy az minél több emberhez, és minél szélesebb körben eljuthasson.

3.2 Eszközök

Az internetes tesztcsomag, melyet a vizsgálati személyeknek ki kellett tölteniük 5 kérdőívből állt össze:

- demográfiai kérdőív (1. számú melléklet)
- Tennessee Énkép Skála (2. számú melléklet)
- Rosenberg Önértékelési Kérdőív (3. számú melléklet)
- Johnson-Blom-féle Kontingens Önértékelés Teszt
- Olson-féle Pár Profil (4. számú melléklet)

¹ Magyarországon ugyan nem engedélyezett az azonos neműek házassága, ám mintámban olyan homoszexuális férfiak szerepeltek, akik külföldön kötöttek házasságot.

3.2.1. Demográfiai kérdőív:

A demográfiai kérdések között alapvető információkra kérdeztem rá. A kutatás szempontjából releváns kérdések közé tartozott az életkor, a nemi orientáció, illetve a kapcsolati státuszra vonatkozó kérdés. Ezek mellett egyéb kiegészítő információk is szerepeltek a kérdések között: pl. párkapcsolati elégedettség, párkapcsolati konfliktusok, iskolai végzettség. A teljes demográfiai kérdőívet az 1. számú melléklet tartalmazza.

3.2.2. Tennessee Énkép Skála

Az eredeti, amerikai Tennessee Énkép Skálát Fitts és mtsai. dolgozták ki (Dévai és Sipos, 1986). A teszt magyar nyelvre való adaptálását Dévai Margit és Sipos Mihály (1986) végezték. A teszt az énkép dimenzióinak feltárására alkalmazható, önjellemző kérdőív. A kérdőív 100 itemből áll: minden egyes állítás után egy ötfokú skálán (1: egyáltalán nem igaz, 5: teljesen igaz) kell bejelölnie a vizsgálati személynek, hogy mennyiben érzi igaznak az állítást önmagára nézve. A skála az alábbi dimenziókat tartalmazza: testkép (1- 18. kérdés), morális énkép (19- 36. kérdés), individuális énkép (37- 54. kérdés), családi énkép (55- 72. kérdés), szociális énkép (73- 90. kérdés), önkritika (91- 100 kérdés). Az első öt dimenzió összessége adja meg a teljes énkép mutatóját, a hatodik dimenzió (önkritika) mintegy kiegészítésként szerepel e mellett. A dimenziók pontos tartalmáról Orosz (2009, 72.) az alábbiakat írja:

- „Testkép: azt mutatja, hogy a válaszadó hogyan viszonyul saját testéhez, milyen véleménnyel van testalkatáról, fizikai megjelenéséről, egészségi és erőállapotáról.
- Morális énkép: azt mutatja, hogy az egyén bizonyos erkölcsi értékek (őszinteség, szavahihetőség) mentén hogyan látja magát.
- Individuális énkép: az önbizalom és önbecsülés mértékét jelzi. Az adottságokra, képességekre, önbizalomra, akaraterőre, kitartásra, szerethetőségre, elfogadhatóságra vonatkozó ítéleteket tömöríti.
- Családi énkép: azt hivatott feltárni, hogy az egyén hogyan ítéli meg a családban elfoglalt helyzetét, a család viszonyát önmagához, és önmagának a családhoz fűződő viszonyát.
- Szociális énkép: arról ad képet, hogy az egyén hogyan ítéli meg társas helyzetét és a társakhoz fűződő viszonyát.”

A teszt megbízhatóságát illetően a magyar mintán a teljes énkép mutató, Cronbach- alfa szintje 0,94 lett (Dévai és Sipos, 1986). A saját kutatási mintámon ez az érték 0,656 lett, ami alatta marad ugyan a Dévai-féle vizsgálat (Dévai és Sipos, 1986) eredményének, azonban

közelíti a kívánt 0,7-es értéket. A teljes Tennessee Énkép Skálát a 2. számú melléklet tartalmazza.

3.2.3. Rosenberg Önértékelési Kérdőív

Az eredeti egydimenziós önértékelés skála Rosenberg (1965) nevéhez fűződik, a magyarra való adaptálást Kiss Paszkál (2009) végezte. A kérdőív 10 tételből áll, minden tétel után egy négyfokú skálán kell kiválasztania a vizsgálati személynek, hogy milyen mértékben ért egyet az állítással (1: egyáltalán nem értek egyet, 4: teljesen egyet értek). Az alábbi itemek fordítottak: 3, 5, 8, 9, 10. A teszt megbízhatóságát illetően a magyarra lefordított teszt Cronbach alfa szintje 0,82 volt, a saját kutatási mintámon pedig 0,95-ös értéket mutatott. A teljes Rosenberg Önértékelési Kérdőívet a 3. számú melléklet tartalmazza.

3.2.4. Johnson-Blom-féle Kontingens Önértékelés Teszt

"Az eredeti kérdőívet V. Komlósi Annamária és Kökönyei Gyöngyi fordították magyarra Maarit Johnson engedélyével, visszafordítást is alkalmazva. A kérdőív adaptációs munkálatainak eredményei még nem kerültek közlésre." (V. Komlósi Annamária- személyes közlés, 2014. okt. 28.). A tesztnek a használati jogát kaptam meg a magyar adaptációt végző V. Komlósi Annamáriától. Mivel a kérdőív adaptáció alatt áll, így az nem közölhető. A teszt a kontingens önértékelésen belül két alskálát tartalmaz: a kapcsolat alapú önértékelés, illetve a kompetencia alapú önértékelés skáláját. A kapcsolat alapú önértékelés skálája azt méri, hogy az egyén önértékelésére milyen hatással vannak kapcsolatai (pl. párkapcsolata, családi vagy baráti kapcsolatai), míg a kompetencia alapú önértékelés skálája azt méri, hogy az egyén önértékelését mennyiben határozza meg teljesítménye, így például iskolai vagy munkahelyi teljesítménye.

3.2.5. Olson- féle Pár Profil

Az Olson- féle Pár Profil a CSP (Megküzdés és stressz profil) kérdőív része, melyet Olson 1991-ben publikált (Viszket és Hunyadi, 2001). A komplett kérdőív több rendszerben (egyéni profil, munka profil, pár profilja, család profilja) tekinti át az adott vizsgálati személy helyzetét, annak fényében, hogy milyen megküzdési módot alkalmaz egy- egy szituációban (Viszket és Hunyadi, 2001). A pár- profil 5 alskálával dolgozik, melyek az alábbiak: stressz, problémamegoldás, kommunikáció, közelség, rugalmasság, elégedettség. Minden kérdésre egy ötfokú skálán kell válaszolni a válaszadónak, kérdéskörönként más- más szempont alapján. A pár profil megbízhatósági szintjét az alskálákon külön kell értelmezni. Az 1.

táblázat az eredeti teszt, illetve a saját mintámon mért megbízhatósági szinteket, azaz a Cronbach- alfa mutatókat tartalmazza alszálák szerint.

1. táblázat: A CSP Pár Profil alszáláinak megbízhatósági mutatói:

A CSP Pár Profil alszáláinak megbízhatósági mutatói							
		SRESSZ	PROBLÉMA MEG OLDÁS	KOMMUNIKÁCIÓ	KÖZELSÉG	RUGALMASSÁG	ELÉGEDETTSÉG
CRONBACH- ALFA	Saját minta	0,853	0,807	0,846	0,827	0,698	0,499
	Eredeti teszt	0,930	0,790	0,790	0,760	0,730	0,960

A megbízhatósági mutatók a saját mintámon igen jónak mondhatók, kivéve, az elégedettség alszáláján, ahol az eredeti teszthez képest alacsonyabb a megbízhatósági szint, azaz nem biztos, hogy a skála pontosan azt méri, mint amit kellene.

3.3 Eljárás

A kérdőívet a <http://drive.google.com> internetes oldal segítségével készítettem el. Az összes vizsgálati személy ugyanazt a tesztcsomagot töltötte ki, melyet az alábbi címen tudtak elérni 2014. október 1. és október 26.-a között: https://docs.google.com/forms/d/10qxN1iT_gytbEkMTZVzQwqs_KKTiXAYDkmHVBqLHfOY/viewform

A kérdőívet október 26.- án, este zártam le, azaz ezt az időpontot követően rajtam kívül, már senki számára nem volt elérhető a kérdőív, nem érkeztek be újabb kitöltések.

A kérdőív elejére csatoltam egy tájékoztató szöveget (5. számú melléklet), amely tartalmazta a kutatás célját, a célcsoportot, és egy általános tájékoztatást arról, hogy miért, és hogyan használok föl a kérdőív eredményeit. A bevezető szöveg után következett az ötféle kérdőív az alábbi sorrendben: demográfiai kérdőív, Tennessee Énkép Skála, Rosenberg Önértékelési Kérdőív, Johnson-Blom-féle Kontingens Önértékelés Teszt, végül pedig az Olson-féle Pár

Profil. Az első 5 tesztet minden személy kitöltötte, viszont az Olson- féle pár profilt értelem szerűen csak a párkapcsolatban élők. A beküldött kérdőívek eredményeit a google drive egy táblázatban összesítette, ezt mentettem le excel file-ként, majd konvertáltam át SPSS formátumba. Ezt követően a mintán a statisztikai elemzéseket az IBM SPSS Statistics 20. program segítségével végeztem el. A kérdőívek kitöltése önkéntes alapon zajlott, az adatkezelés teljes mértékben anonim volt. Az adatok jelszóval védett személyi számítógépen vannak tárolva, azaz csak én, illetve a kutatásom témavezetője férhet hozzá.

4. Eredmények

A statisztikai elemzések előtt Kolmogorov-Smirnov próbával megvizsgáltam a kérdőívek/ tesztek normalitását. Minden teszt esetében normál eloszlást mutatott a vizsgálat, így a továbbiakban a statisztikai elemzések elvégzéséhez a hagyományos módszereket alkalmaztam. Az alábbi (2. táblázat) tartalmazza a normalitás vizsgálat eredményeit az egyes skálákon.

2. táblázat A felhasznált mérőeszközök normalitásvizsgálata:

Rosenberg teszt	Z=1,264	p=0,082
Tennessee teszt	Z=1,065	p=0,206
Tennessee teszt- Testkép alskála	Z=1,180	p=0,124
Tennessee teszt- Morális énkép alskála	Z=0,809	p=0,530
Tennessee teszt- Individuális énkép alskála	Z=0,982	p=0,290
Tennessee teszt- Családi énkép alskála	Z=1,057	p=0,213
Tennessee teszt- Szociális énkép alskála	Z=0,950	p=0,328
Johnson-Blom teszt- Kapcsolat alapú önértékelés alskála	Z=1,232	p=0,096
Johnson-Blom teszt- Kompetencia alapú önértékelés alskála	Z=1,064	p=0,208
Olson teszt- Stressz alskála	Z=1,158	p=0,137
Olson teszt- Problémamegoldás alskála	Z=0,986	p=0,285
Olson teszt- Kommunikáció alskála	Z=0,963	p=0,312
Olson teszt- Közelség alskála	Z=1,218	p=0,103
Olson teszt- Rugalmasság alskála	Z=1,048	p=0,222
Olson teszt- Elégedettség alskála	Z=0,992	p=0,279

Az első, **1.a** jelzésű hipotézisem így szólt: **1.a A heteroszexuális férfiak teljes énkép mutatója jobb, mint a homoszexuális férfiaké.** Ezen hipotézisem vizsgálatát kétmintás t-próba segítségével végeztem, felhasználva a Tennessee teszt összesített teljes énkép mutatóját. A heteroszexuális férfiaknál (n=63) a vizsgálat átlaga 262,127, szórása 13,567 lett, a homoszexuális férfiak (n=46) esetében az átlag 260,761, a szórás 17,680 lett. A teljes énképet vizsgálva nem mutatható ki szignifikáns különbség (t=0,460, p=0,649) a heteroszexuális, illetve a homoszexuális kitöltők között, azaz a hipotézis nem igazolódott be. Az elemzést lefuttattam a Tennessee teszt alszálaán is. A testkép alszála esetében nem kaptam szignifikáns eredményt (t=-1,441, p=0,153). A morális énkép esetében sem jelent meg szignifikáns különbség (t=1,629, p=0,106) a két csoport között, sőt az individuális énkép esetében sem született szignifikáns eredmény (t=0,023, p=0,982). A családi énkép tekintetében azonban szignifikáns különbség jelent meg (t=2,119, p=0,036) a heteroszexuális és a homoszexuális férfiak között. Ez alapján elmondható, hogy a heteroszexuális férfiak családi énképe jobb, mint a homoszexuálisoké. A szociális énkép esetében sem volt szignifikáns eredmény (t=-0,572, p=0,568). Az alábbi táblázat (3. táblázat) szemlélteti a Tennessee Énkép Skála alszálaán elért pontszámok átlagát, illetve szórását a két csoportnál, nemi orientáció szerint.

	Testkép	Morális énkép	Individuális énkép	Családi énkép	Szociális énkép
Heteroszexuális	átlag=50,175 szórás=4,591	átlag=53,524 szórás=4,023	átlag=53,238 szórás=4,791	átlag=49,032 szórás=4,704	átlag=56,159 szórás=4,902
Homoszexuális	átlag=51,435 szórás=4,395	átlag=52,217 szórás=4,283	átlag=53,217 szórás=4,618	átlag=47,174 szórás=4,254	átlag=56,717 szórás=5,205

A második, **1.b** jelzésű hipotézisem így szólt: **A heteroszexuális férfiak globális önértékelése jobb, mint a homoszexuális férfiaké.** Ezen hipotézisemet kétmintás t-próba segítségével vizsgáltam meg a Rosenberg Önértékelési Kérdőív összesített önértékelés mutatójának segítségével. A heteroszexuális férfiak csoportjában (n=63) az átlag 30,889 lett, a szórás 7,723, a homoszexuális férfiak csoportjában (n=46) az átlag 28,500, a szórás 9,430 volt. A statisztikai elemzés nem mutatott szignifikáns különbséget (d=1,407, p=0,163) a két csoport között az összesített önértékelés tekintetében, azaz ez a hipotézis ebben a formájában nem helytálló. A hipotézist megvizsgáltam a Johnson-Blom-féle Kontingens Önértékelés

Teszt két alskálájának tekintetében is. A kapcsolat alapú önértékelés skáláján a heteroszexuális férfiaknál (n=63) a vizsgálat átlaga 34,809, szórása 8,829 lett, a homoszexuális férfiak (n=46) esetében az átlag 37,456, a szórás 8,565 lett. A kompetencia alapú önértékelés skáláján a heteroszexuális férfiaknál (n=63) a vizsgálat átlaga 28,365, szórása 7,083 lett, a homoszexuális férfiak (n=46) esetében az átlag 30,804, a szórás 8,180 lett. A kapcsolat alapú önértékelés skáláján vizsgált t- próba ugyan nem mutatott ki szignifikáns különbséget ($t=-1,565$, $p=0,120$) a két csoport között, ám az mindenképpen említésre méltó, hogy a homoszexuális férfiak esetében átlagban 3 ponttal magasabb volt az eredmény. Ez azt jelenti, hogy nekik az önértékelésükhöz valamivel fontosabb a kapcsolati támogatás, mint a heteroszexuális férfiak esetében, ám ez nem jelent számottevő különbséget a két csoport között. A másik alskála a kompetencia alapú önértékelést helyezte a középpontba. Itt sem jelent meg szignifikáns különbség ($t=-1,663$, $p=0,099$), ám ez az eredmény már közelít a tendencia szintű szignifikancia felé.

A harmadik, **2.a** jelzésű hipotézisem így szólt: **A homoszexuális férfiak énképének minősége kapcsolatban van a párkapcsolatuk meglétével vagy annak hiányával.** A hipotézist kétmintás t- próba alkalmazásával vizsgáltam meg, a Tennessee Énkép Skála összesített énkép mutatójának segítségével. A párkapcsolatban élő homoszexuális férfiaknál a skála átlaga 258,500, a szórás pedig 20,548 lett. A szingli homoszexuális férfiaknál az átlag 263,227, a szórás pedig 13,969 lett. Az elemzés alapján nincs szignifikáns összefüggés ($t=-0,904$, $p=0,371$) a homoszexuális férfiak teljes énkép mutatója és a párkapcsolati státusz között. Az elemzést a Tennessee teszt alskáláin is lefuttattam. Az alábbi (4. táblázat) táblázat szemlélteti a csoportok Tennessee teszt alskáláin elért átlagait, illetve a szórásokat:

	Testkép	Morális énkép	Individuális énkép	Családi énkép	Szociális énkép
Homoszexuális, párkapcsolatban élő férfiak	átlag=50,625 szórás=5,443	átlag=52,041 szórás=4,876	átlag=52,291 szórás=5,449	átlag=46,541 szórás=4,549	átlag=57,000 szórás=4,577
Homoszexuális, szingli férfiak	átlag=52,318 szórás=2,714	átlag=52,409 szórás=3,633	átlag=54,227 szórás=3,337	átlag=47,863 szórás=3,895	átlag=56,409 szórás=5,909

A testkép nem mutatott szignifikáns összefüggést ($t=-1,316$, $p=0,195$) a párkapcsolati státusszal, illetve a morális énkép alskálája esetében sem jelent meg szignifikáns eredmény ($t=-0,288$, $p=0,775$). Ugyancsak nem mutatott szignifikáns összefüggést a párkapcsolati státusszal az individuális énkép ($t=-1,437$, $p=0,1589$), a családi énkép ($t=-1,054$, $p=0,298$), illetve a szociális énkép ($t=0,381$, $p=0,705$) sem. Azaz összességében a hipotézis nem állta meg a helyét, hiszen a homoszexuális férfiak énképére nincs semmilyen hatással az a tény, hogy párkapcsolatban élnek- e vagy szinglik, azaz, hogy milyen a párkapcsolati státuszuk.

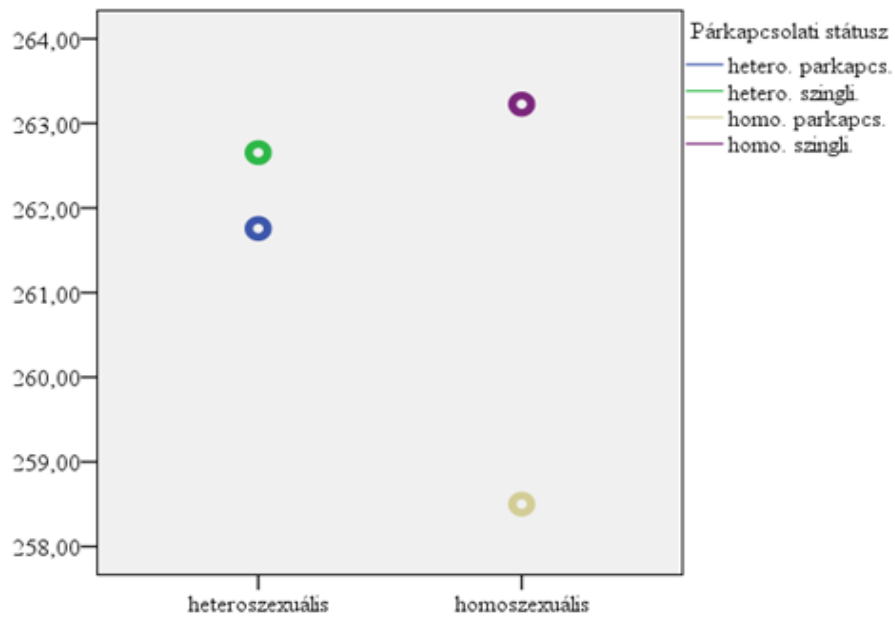
A negyedik, 2.b jelzésű hipotézisem így szólt: **A homoszexuális férfiak önértékelése kapcsolatban van a párkapcsolatuk meglétével vagy annak hiányával.** A hipotézis elemzését kétmintás t- próba segítségével végeztem, mégpedig úgy, hogy az önértékelés meghatározójaként a Rosenberg teszt összesített változóját használtam. A vizsgálat átlaga a homoszexuális, párkapcsolatban élő férfiak esetében 33,208, a szórás pedig 6,460 lett, a homoszexuális, szingli férfiak esetében az átlag 23,363, a szórás pedig 9,584 lett. Az elemzés alapján szignifikáns összefüggés van ($t=4,116$, $p=0,000$) a homoszexuális férfiak önértékelése és a párkapcsolati státuszuk között. A két vizsgált csoport (homoszexuális párkapcsolatban élő férfiak, illetve homoszexuális szingli férfiak) között több mint 10 pontnyi különbség mutatkozik meg az átlagokat nézve a párkapcsolatba élők javára, azaz elmondható, hogy azon homoszexuális férfiak, akik párkapcsolatban élnek, jobb önértékeléssel rendelkeznek, mint azok, akik szinglik. Ezen felállított hipotézisem tehát igaznak bizonyult.

Az ötödik, 3.a jelzésű hipotézisem így szólt: **Az énképet befolyásoló tényező a párkapcsolati státusz, illetve a nemi orientáció, mind a heteroszexuális, mind a homoszexuális férfiak esetében.** Az alábbi hipotézist kétmintás ANOVA elemzéssel vizsgáltam meg. Az alábbi (5. táblázat) táblázat szemlélteti a csoportok Tennessee teszten elért vizsgálati átlagait, illetve a szórásokat:

Heteroszexuális	Párkapcsolatban élő	átlag=261,756	szórás=14,894
	Szingli	átlag=262,653	szórás=11,682
Homoszexuális	Párkapcsolatban élő	átlag=258,500	szórás=20,548
	Szingli	átlag=263,227	szórás=13,969

A kétmintás ANOVA vizsgálat eredményeit az alábbi, 2. ábra szemlélteti:

2. ábra: A 3.a hipotézis kétmintás ANOVA vizsgálatának eredményei



A vizsgálat alapján nem mutatkozott szignifikáns különbség ($F=0,560$, $p=0,573$) a 4 csoport között az énkép minőségében. Tehát az elemzés alapján elmondható, hogy a globális énképre nincs befolyással sem a párkapcsolati státusz, sem a nemi orientáció, illetve ezek nem hatnak kölcsönösen egymásra sem.

A kétmintás ANOVA vizsgálat az alsókálakon sem hozott szignifikáns eredményt. A csoportok vizsgálati átlagait és szórásait az alábbi (6. táblázat) táblázat tartalmazza:

		Testkép	Morális énkép	Individuális énkép	Családi énkép	Szociális énkép
Heteroszexuális	Párkapcsolatban élő	átlag=50,378 szórás=4,517	átlag=53,459 szórás=3,969	átlag=52,459 szórás=4,682	átlag=49,891 szórás=4,788	átlag=55,567 szórás=5,150
	Szingli	átlag=49,884 szórás=4,769	átlag=53,615 szórás=4,176	átlag=54,346 szórás=4,816	átlag=47,807 szórás=4,381	átlag=57,000 szórás=4,489

Homoszexuális	Párkapcsolatban élő	átlag=50,625 szórás=5,443	átlag=52,041 szórás=4,876	átlag=52,291 szórás=5,449	átlag=46,541 szórás=4,549	átlag=57,000 szórás=4,577
	Szingli	átlag=52,318 szórás=2,714	átlag=52,409 szórás=3,633	átlag=54,227 szórás=3,337	átlag=47,863 szórás=3,895	átlag=56,409 szórás=5,909

Az alskálákon végzett elemzések eredményeit az alábbi (7. táblázat) táblázat szemlélteti:

Testkép	Morális énkép	Individuális énkép	Családi énkép	Szociális énkép
F=0,899	F=0,055	F=2,236	F=2,160	F=0,694
p=0,410	p=0,946	p=0,112	p=0,120	p=0,502

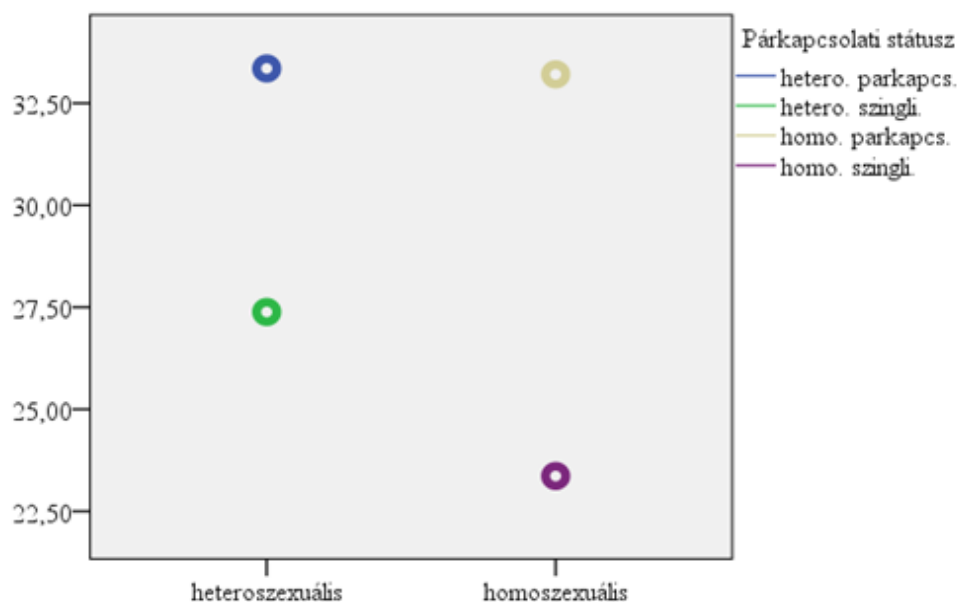
A hatodik, **3.b** jelzésű hipotézisem így szólt: **Az önértékelést befolyásoló tényező a párkapcsolati státusz, illetve a nemi orientáció, mind a heteroszexuális, mind a homoszexuális férfiak esetében.** Ezen hipotézis vizsgálatát is kétmintás ANOVA elemzéssel végeztem el. Az alábbi (8. táblázat) táblázat szemlélteti a csoportok Rosenberg teszten elért vizsgálati átlagait, illetve a szórásokat:

Heteroszexuális	Párkapcsolatban élő	átlag=33,351	szórás=6,494
	Szingli	átlag=27,384	szórás=8,104
Homoszexuális	Párkapcsolatban élő	átlag=33,208	szórás=6,460
	Szingli	átlag=23,363	szórás=9,584

Az elemzés szignifikáns különbséget mutatott ($F=14,372$, $p=0,000$) a csoportok között. Az eredmények alapján elmondható tehát, hogy a heteroszexuális és homoszexuális férfiak között is a párkapcsolatban élőknek jobb az önértékelésük, mint szingli társaiknak. A legjobb önértékeléssel a heteroszexuális párkapcsolatban élő férfiak, illetve a homoszexuális párkapcsolatban élő férfiak rendelkeznek, ennél rosszabb önértékeléssel a heteroszexuális

szingli férfiak, a legrosszabbal pedig a homoszexuális szingli férfiak rendelkeznek. A vizsgálat eredményeit az alábbi, 3. ábra szemlélteti:

3. ábra: A 3.b hipotézis kétmintás ANOVA vizsgálatának eredményei



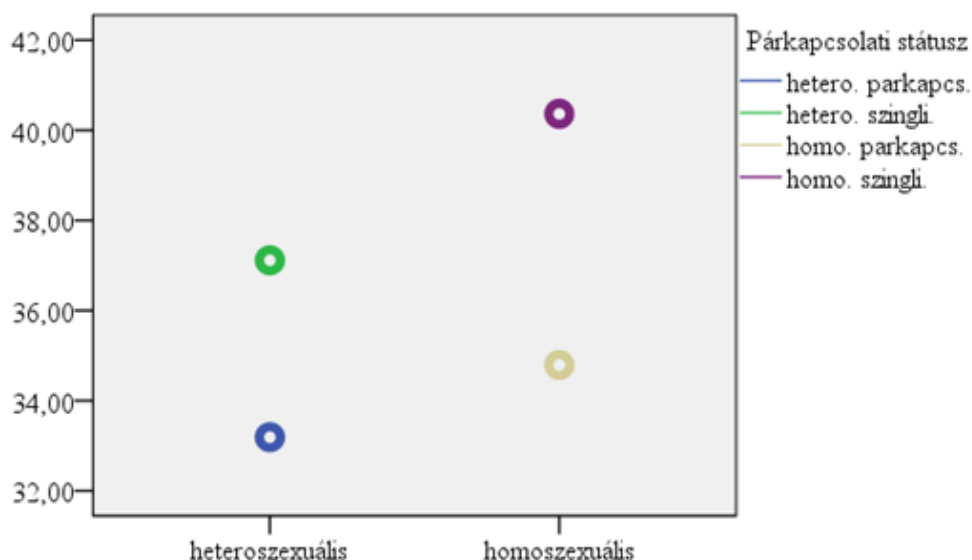
Az elemzést lefuttattam az önértékelést más szempontból vizsgáló Johnson- Blom teszt alskáláin is, melyeken szintén szignifikáns eredményt kaptam. A csoportok vizsgálati átlagait és szórásait az alábbi (9. táblázat) táblázat tartalmazza:

		Kapcsolat alapú önértékelés	Kompetencia alapú önértékelés
Heteroszexuális	Párkapcsolatban élő	átlag=33,189 szórás=9,856	átlag=26,973 szórás=6,478
	Szingli	átlag=37,115 szórás=6,635	átlag=30,346 szórás=7,552
Homoszexuális	Párkapcsolatban élő	átlag=34,791 szórás=9,564	átlag=27,333 szórás=6,799
	Szingli	átlag=40,363 szórás=6,328	átlag=34,590 szórás=7,997

A kapcsolat alapú önértékelés esetében szignifikáns különbség ($f=4,118$, $p=0,019$) mutatkozott a csoportok között. Az eredmények azt mutatják, hogy a heteroszexuális és homoszexuális férfiak esetében egyaránt, a szinglik számára fontosabb a kapcsolat alapú

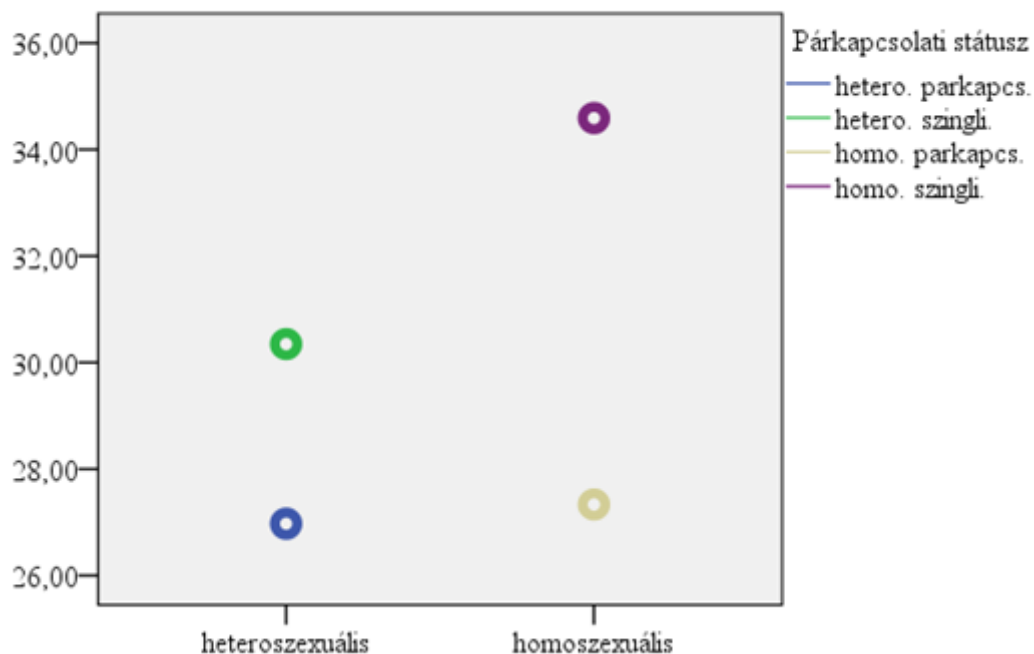
önértékelés, mint a már párkapcsolatban élők számára. Ezen belül is leginkább a homoszexuális szingli férfiak tartják fontosnak önértékelésük szempontjából a kapcsolatokról származó visszajelzést, legkevésbé pedig a heteroszexuális férfiakra jellemző a kapcsolat alapú önértékelés. A vizsgálat pontos eredményeit az alábbi, 4. számú ábra szemlélteti:

4. ábra: A 3.b hipotézis Johnson- Blom teszt, kapcsolat alapú önértékelés alskáláján végzett kétmintás ANOVA vizsgálat eredményei



A kompetencia alapú önértékelés álskálán is szignifikáns különbség ($f=7,647$, $p=0,001$) jelent meg a csoportok között. Az elemzés pontos eredményeit az alábbi, 5. számú ábra szemlélteti:

5. ábra: A 3.b hipotézis Johnson- Blom teszt, kompetencia alapú önértékelés alskáláján végzett kétmintás ANOVA vizsgálat eredményei



Az eredmények itt is hasonlóak, mint a kapcsolat alapú önértékelés alskáláján, hiszen itt is megjelent, hogy a kompetencia alapú önértékelés a heteroszexuális és homoszexuális szingli férfiakat jobban jellemzi, mint párkapcsolatban élő társaikat. A kapcsolat alapú önértékeléshez hasonlóan a kompetencia alapú önértékelés is leginkább a homoszexuális szingli férfiakat, a legkevésbé pedig a heteroszexuális, párkapcsolatban élő férfiakat jellemzi. Azaz összességében elmondható, hogy az önértékelésre vonatkozó 3.b jelzésű hipotézis igaznak bizonyult, hiszen az önértékelés minden aspektusát nézve, legyen az a globális önértékelés, vagy annak egy- egy speciális része, minden esetben kimutatható, hogy a nemi orientáció, illetve a párkapcsolati státusz, hatással van a férfiak önértékelésére.

5. Diszkusszió:

A statisztikai elemzések után az eredmények értelmezései, az összefüggések feltárásai és a hipotézisek tárgyalása következik.

Első hipotézisem (1.a) azt feltételezte, hogy: **A heteroszexuális férfiak teljes énkép mutatója jobb, mint a homoszexuális férfiaké.** Ezen hipotézisem nem igazolódott be, hiszen a statisztikai elemzés nem mutatott szignifikáns különbséget a heteroszexuális és a homoszexuális férfiak csoportja között a globális énkép tekintetében. Azaz ez alapján elmondható, hogy a nemi orientáció-, magára a teljes énképre nem gyakorol befolyást. Az elemzések az énkép alskáláinak esetében sem feleltek meg az elvártaknak, hiszen az aldimenziók közül négyben (testkép, morális énkép, individuális énkép, szociális énkép) ugyanúgy nem jelent meg szignifikáns különbség a két csoport között, mint a teljes énkép mutató esetében. Viszont egy helyen, a családi énkép esetében szignifikáns eredményt kaptam, amely azt bizonyította, hogy a heteroszexuális férfiak családi énképe jobb, mint a homoszexuális férfiaké. Ennek valószínűleg az az oka, hogy a homoszexuális férfiak esetében a család nehezebben tudja kezelni és elfogadni azt, hogy más nemi orientációval rendelkeznek, mint az átlag. Gyakori jelenség például, hogy a szülők, amikor kiderül, hogy gyermekük homoszexuális beállítottságú, nem tudják megfelelően kezelni a helyzetet, és általában a másságát bevalló gyermek rovására viselkednek, mely aztán a gyermek romló énképében mutatkozik meg. A család tehát nagy befolyással bír a homoszexuális férfiak esetében énképük formálódásában, mely az eredmények alapján negatív hatásként mutatkozik meg. Összességében ezen hipotézisemet, melyet Frable (1997) kutatására alapoztam teljesen

el kellett vetnem, hiszen a statisztikai eredmények nem támasztották alá azon feltételezésemet, hogy a homoszexuális férfiakat érő negatív hatások esetükben rosszabb énképet eredményeznének, mint heteroszexuális társaiknál.

Második hipotézisem (1.b) így szólt: **A heteroszexuális férfiak globális önértékelése jobb, mint a homoszexuális férfiaké.** A kérdést két teszt eredményeinek segítségével is megvizsgáltam. A Rosenberg Önértékelési Kérdőív eredményei alapján a heteroszexuális és homoszexuális férfiak között nincs szignifikáns különbség a globális önértékelés tekintetében. A Johnson- Blom teszt két aldimenzióban is vizsgálta ezt a tényezőt, ám sem a kapcsolat alapú önértékelésben, sem a kompetencia alapú önértékelésben nem jelent meg szignifikáns különbség a csoportok között. Azonban mindenképp említésre méltó, hogy a homoszexuális férfiak átlagban 3 ponttal magasabb eredményt értek el a teszten, ami azt jelenti, hogy számukra a kapcsolati alapú önértékelés fontosabb lehet, mint a heteroszexuális férfiaknak. Ennek oka az lehet, hogy a homoszexuális férfiaknak, speciális nemi orientációjuk miatt sok negatív előítélettel kell megküzdeniük, ami miatt náluk fontossá válik, hogy kapcsolataikban még jobban elfogadják őket, ezzel támogatva az önértékelésüket. Ugyan a globális önértékelésben ezek alapján nem jelent meg különbség a heteroszexuális és homoszexuális férfiak között, azonban létezhetnek olyan tényezők, melyek speciálisan egyik vagy másik csoport esetében mégis befolyással bírnak az önértékelésre.

Harmadik hipotézisem (2.a) így szólt: **A homoszexuális férfiak énképének minősége kapcsolatban van a párkapcsolatuk meglétével vagy annak hiányával.** A statisztikai elemzések eredményei alapján nem mutatkozott szignifikáns összefüggés a globális énkép és a párkapcsolati státusz között a homoszexuális férfiak esetében, így az elvárásaimmal ellentétben ezen hipotézis nem állta meg a helyét. Papp (2008) kutatására alapozott feltételezésemet ez alapján el kellett vetnem, hiszen úgy tűnik, hogy a homoszexuális férfiak önképére még sincs hatással az a tény, hogy párkapcsolatban élnek- e vagy szinglik, tehát valószínűleg az énkép formálódásában a párkapcsolat nem jelent pozitív tényezőt.

Negyedik hipotézisem (2.b) így szólt: **A homoszexuális férfiak önértékelése kapcsolatban van a párkapcsolatuk meglétével vagy annak hiányával.** A statisztikai elemzések ezen hipotézis esetében szignifikáns eredményt mutattak, azaz elmondható, hogy a homoszexuális férfiak önértékelését befolyásolja párkapcsolati státuszuk, mégpedig olyan értelemben, hogy a párkapcsolatban élő homoszexuális férfiaknak magasabb az önértékelésük, mint szingli társaiknak. Ennek okát Rogers (1951) elméletével magyarázom, hiszen az énkép korábban kialakul, mint az önértékelés, ez által egy stabilabb dolog, sőt ez befolyásolja és hozza elő az önértékelés igényét is, amely inkább tekinthető feltételes változónak, hiszen a külvilág ingerei

könnyebben befolyásolják azt, mint az énképet. A homoszexuális férfiak esetében ezt úgy értelmezhetjük, hogy ők jobban ki vannak téve a külvilág negatív megítélésének, így számukra fontosabb, hogy a párkapcsolat adjon meg azt a biztonságos környezetet, melyben jól érzik magukat, ez által pedig az önértékelésük is pozitívabb lehet, mint azon homoszexuális férfiaké, akik szinglik, így jobban ki vannak téve a társadalmi előítéleteknek, ez által a negatívabb önértékelés megjelenésének. Ezen eredményem összecseng Papp (2008) kutatásával is, hiszen abban a homoszexuális férfiak önértékelésére hatással volt az a tényező, hogy mennyire voltak képesek adaptív megküzdési stratégiákkal feldolgozni homoszexualitásukból adódó negatív érzéseiket, illetve a negatív külső hatásokat. Jelen esetben ez az adaptív megküzdési stratégia számukra a párkapcsolat lehet, amely egy biztonságosabb és elfogadóbb környezetet teremthet az egészséges és pozitív önértékelés kialakításához.

Ötödik hipotézisem (3.a) így szólt: **Az énképet befolyásoló tényező a párkapcsolati státusz, illetve a nemi orientáció, mind a heteroszexuális, mind a homoszexuális férfiak esetében.**

A vizsgálatok alapján nem jelent meg szignifikáns különbség a négy csoport (heteroszexuális párkapcsolatban élő, heteroszexuális szingli, homoszexuális párkapcsolatban élő, homoszexuális szingli férfiak csoportjai) között, azaz elmondható, hogy az énképre sem a párkapcsolati státusz, sem a nemi orientáció nem fejt ki hatását sem a heteroszexuális, sem a homoszexuális férfiak esetében. Így ezen hipotézist, melyet V. Komlósi (2014) alapján állítottam föl, el kellett vetnem, hiszen nem támasztotta alá azon feltételezésemet, amely szerint az énképet számos tényező képes negatív vagy pozitív irányban befolyásolni. Ennek oka valószínűleg, melyet már korábban is említettem, hogy az énkép egy korábban kialakuló és stabilabb faktor, mint az önértékelés, éppen ezért ez nehezebben formálódik a külső/belső tényezők hatására.

Hatodik hipotézisem (3.b) így szólt: **Az önértékelést befolyásoló tényező a párkapcsolati státusz, illetve a nemi orientáció, mind a heteroszexuális, mind a homoszexuális férfiak esetében.** Az eredmények alapján a globális önértékelés esetében szignifikáns különbség mutatkozott a négy csoport között, azaz a hipotézis beigazolódott, hiszen a férfiak önértékelésére valóban hatással van párkapcsolati státuszuk és nemi orientációjuk. Az eredmények alapján mind a heteroszexuális, mind a homoszexuális férfiak között a párkapcsolatban élők jobb önértékeléssel rendelkeznek, mint szingli társaik. A legjobb önértékelés a heteroszexuális, párkapcsolatban élő férfiak esetében jelent meg, a legrosszabb önértékelés, pedig a homoszexuális szingli férfiaknál, azaz a felállított hipotézisem teljes mértékben beigazolódott. Az eredmények azt mutatják, hogy a párkapcsolati státusz és a nemi

orientáció képesek kifejtetni hatásukat az önértékelésre, hiszen két olyan fő tényezőt jelentenek a férfiak életében, melyek jelentős hatással bírnak az önértékelés szabályozásában. A kérdést a globális önértékelés mellett az önértékelés két aldimenziójában is megvizsgáltam. A heteroszexuális és a homoszexuális férfiak között egyaránt az mutatkozott meg, hogy a szinglik számára sokkal fontosabb a kétféle önértékelés, mint a párkapcsolatban élők számára, hiszen ők inkább támaszkodnak a kapcsolataik, illetve a kompetenciájuk által elnyert támogatásra, mint a párkapcsolatban élők. Leginkább a homoszexuális szingli férfiak voltak azok, akiket ez a kétféle önértékelés a legjobban jellemzett, míg a heteroszexuális, párkapcsolatban élő férfiak voltak azok, akiket ez a legkevésbé érintett. V. Komlósi (2014) cikke alapján kialakult feltételezésem ez esetben helytállónak bizonyult, illetve össze is kapcsolódott előző hipotézisem eredményével, hiszen az önértékelés az énképpel ellentétben egy olyan változó, melyet a külső/belső hatások könnyebben befolyásolnak, ez által könnyebben képes formálódni is, könnyebben tolódhat el negatív vagy pozitív irányba, illetve szubjektív megítélése is gyakrabban változhat.

Összességében, a felállított szakmai hipotézisek nem mindegyike hozott szignifikáns eredményt, ám kutatási eredményeimben az a fő mintázat rajzolódott ki, hogy a férfiak önértékelése a külső/belső tényezők hatására könnyebben változhat, mint énképük, hiszen az egy stabilabb tényezőként jelenik meg. A globális énkép és önértékelés tekintetében nincsenek nagy különbség a heteroszexuális és a homoszexuális férfiak között, azonban vannak olyan aspektusai a témának (főként az önértékelés esetében), ahol mégis jelentős különbségek mutatkoznak meg a két csoport között.

6. Összegzés, kitekintés:

A kutatás eredményeinek tárgyalása után most összegzésként szeretném megosztani kutatási tapasztalataimat, illetve egyéb lehetőségeket felvillantani a kutatás jövőben történő továbbfejlesztése, illetve a téma továbbvizsgálása érdekében. Kutatásom során arra a kérdésre kerestem a választ, hogy vajon mennyiben különbözik a heteroszexuális és homoszexuális férfiak énképe, illetve önértékelése. Ennek vizsgálatára 6 szakmai hipotézist állítottam föl, melyek az énképre, illetve az önértékelésre ható tényezőket vizsgálták meg a heteroszexuális és homoszexuális férfiak körében. A kutatás eredményei fele részt igazolták az alapfelvetésemet, ami szerint különbség mutatkozik meg az énkép, illetve az önértékelés tekintetében a heteroszexuális és a homoszexuális férfiak között. A globális énkép és

önértékelés tekintetében nincsen különbség a heteroszexuális és a homoszexuális férfiak között, azonban vannak olyan aspektusok (főként az önértékelés esetében), ahol mégis jelentős különbségek mutatkoznak meg a két csoport között. Az eredmények jól szemléltették, hogy mindkét csoport esetében a szinglik énképére, illetve önértékelésére a különféle tényezők jobban kifejtik hatásukat, ám ez a párkapcsolatban élőket nem érinti. Ez alapján elmondható, hogy mind a heteroszexuális, mind a homoszexuális férfiak esetében a párkapcsolat lehet egy olyan védő faktor, amely segítséget nyújthat egy egészségesebb énkép, illetve önértékelés kialakításában. A kutatás alapján valószínűsíthető, hogy a társadalmi stigmatizáció jelensége, illetve a negatív külső tényezők miatt rendelkeznek a legalacsonyabb önértékeléssel a homoszexuális, szingli férfiak, így az ő esetükben lenne a legfontosabb megtalálni azon pozitív erőforrásokat, melyek a negatív hatásokkal szemben segíthetnék őket énképük formálásában, illetve önértékelésük jobbá tételében. Összességében elmondható, hogy az énkép egy stabilabb tényezőként jelent meg mindkét csoport esetében, ellentétben az önértékeléssel, hiszen az utóbbit könnyebben képesek befolyásolni a különféle hatások, így annak szubjektív megítélése is könnyebben változik, formálódik.

A kutatást a jövőben érdemes lehet kiterjeszteni, azaz egy nagyobb mintán megvizsgálni, esetleg mélyinterjúkkal kiegészíteni, hiszen ezek nagyon érdekes információkkal szolgálhatnának a témával kapcsolatban. Érdekes lenne továbbá a témát női minta esetében is megvizsgálni, hiszen valószínűsíthető, hogy különbségek mutatkoznának meg a férfi, illetve a női minta között.

Köszönetnyilvánítás

Elsőként szeretném megköszönni konzulensemnek, Dr. Reinhardt Melindának a közreműködését, hiszen az ő segítsége, támogatása illetve építő kritikái és észrevételei nélkül nem jöhetett volna létre ez a kutatás.

Köszönettel tartozom az Onlinepszichológia Hírportál És Adatbázisnak, a Háttér Társaság a Melegekért alapítványnak, illetve a Szimpozion Egyesületnek, akik segítséget nyújtottak a megfelelő számú vizsgálati személy összegyűjtésében.

Köszönöm továbbá a kutatásban résztvevő összes személynek azt, hogy áldoztak az idejükből arra, hogy kitöltsék a kérdőíveket, ezzel könnyítve meg az adatgyűjtési munkámat.

Hálás vagyok továbbá, hogy tanulmányaim mellett sort tudtam keríteni az alábbi kutatás elkészítésére, amely a miatta hozott áldozatok ellenére nagyon megérte a sok fáradozást!

Köszönöm mindannyiuknak!

Irodalomjegyzék

Atkinson és mtsai (2005). *Pszichológia*. Budapest: Osiris Kiadó.

Bailey, J. M. & Pillard, R. C. (1995). Genetics of human sexual orientation. *Annual Review of Sex Research*, 6, (pp. 126- 150). In Atkinson és mtsai (2005). *Pszichológia*. Budapest: Osiris Kiadó.

Baird, V. (2003). *A szexuális sokféleség*. Budapest: HVG Kiadói Rt.

Báthory Z. & Falus I. (1997). *Pedagógiai lexikon III.*, Budapest: Keraban Kiadó.

Baumeister, R. F. (1998). The self. In Gilbert D. T. (Ed.). *The handbook of social psychology* 2, (pp. 680-740). Boston: McGraw Hill. In V. Komlósi A. (2007). Napjaink önértékelés-kutatásainak áttekintése: önértékelés vagy önellfogadás?

Buda B. (1997). *A szexualitás lélektana*. Budapest: Magyar Pszichofiziológiai és Egészséglélektani Társaság.

Buda B. (2002). *Szexuális viselkedés*. Budapest: Animula Kiadó.

Chodorkoff, B. (1954). Adjustment and the discrepancy between the perceived and ideal self. *Journal of Clinical Psychology*, 10(3). 266- 268.

Cole, M. & Cole, S. R. (2006). *Fejlődéslélektan*. Budapest: Osiris Kiadó.

Coopersmith, S. (1979). *The antecedents of self- esteem*. San Fransisco: W. H. Freeman & Co. In Harter, S. (2003). Az önbecsülés.

Demetrovics Zs. (Szerk.) *Személyiséglélektantól az egészségpszichológiáig- Tanulmányok Kulcsár Zsuzsanna tiszteletére*. Budapest: Trefort Kiadó.

Dévai M. & Sipos M. (1986). *A Tennessee énkép skálája*. Budapest: Országos Pedagógiai Intézet.

Dickstein, E. (1977). Self and self- esteem: Theoretical foundations and their implicatipns for research. *Human Development*, 20, 129- 140. In Harter, S. (2003). Az önbecsülés.

Ellis, H. (1915). *Studies in the Psychology of Sex V2- Sexual Inversion*. Philadelphia: F. A. Davis Company.

Epstein, S. (1973). The self- concept revisited or a theory of a theory. *American Psychologist*, 28, 405- 416. In Harter, S. (2003). Az önbecsülés.

Eszenyi M. (2006). „*Férfi a férfival, nő a nővel*”- Homoszexualitás a történelemben, a társadalomban és a kultúrában. Budapest: Corvina Kiadó.

Frable, D. E. (1997). Predicting self-esteem, well-being, and distress in a cohort of gay men: the importance of cultural stigma, personal visibility, community networks, and positive identity. *Journal of Personality*, 65 (3), 599- 24.

Giese, H. (1967). *Die sexuelle Perversion*. Frankfurt: Akademische Verlagsgesellschaft.

Harter, S. (2003). Az önbecsülés. In V. Komlósi A. (Szerk.) *Énelméletek- Személyiség és egészség*. (257-291). Budapest: ELTE Eötvös Kiadó.

Hill, S. E. & Buss, D. M. (2006). The evolution of Self- Esteem. In Kernis, M. H. (Ed.). *Self- Esteem: Issues and Answers*. New York: Psychology Press. In V. Komlósi A. (2007). Napjaink önértékelés- kutatásainak áttekintése: önértékelés vagy önelfogadás?

Hite, S. (1981). *The Hite report on male sexuality*. New York: Alfred A. Knopf. 1125.
In Horváth Zs. (2012). A serdülők énképösszetevőinek vizsgálata kisebbségi és többségi helyzetben élő diákok körében. *Iskolakultúra*, 7-8. 20- 34.

Horváth Zs. (2012). A serdülők énképösszetevőinek vizsgálata kisebbségi és többségi helyzetben élő diákok körében. *Iskolakultúra*, 7-8. 20- 34.

Janus, S. S. & Janus, C. L. (1993). *The Janus report on sexual behaviour*. New York: John Wiley & Sons Inc. 69- 71.

Karkus Zs. (2010). *A testi fejlődés mintázata és a szocializálódás összefüggés- elemzése*. Doktori értekezés, ELTE- TTK.

Kinsey, A. C. (1948). *Sexual Behaviour in Human Male*. Philadelphia: W. B. Saunders.

Kiss P. (2006). Az önértékelés, elégedettség és identitás személyes és társadalmi vetületei. In Kiss P. (Szerk.). *Emberi kapcsolatok és társadalmi nézetek kérdőív skáláinak megbízhatósági és érvényességi vizsgálata*. Budapest: ELTE PPK PI Társadalom és Nevelépszichológiai Tanszéke.

Kiss T. (1978). *Az énkép kialakulása és fejlődése*. Budapest: Tankönyvkiadó.

Kiss Viszket M. & hunyadi O. (2001). Coping and Stress Profile: Multilevel Assessment of Family Stress. *Applied Psychology in Hungary*, 141- 150.

V. Komlósi A. (2007). Napjaink önértékelés- kutatásainak áttekintése: önértékelés vagy önfogadás?. In Demetrovics Zs. (Szerk.) *Személyiséglélektantól az egészségpszichológiáig- Tanulmányok Kulcsár Zsuzsanna tiszteletére*. (20- 46). Budapest: Trefort Kiadó.

V. Komlósi A. (2014). Mennyit ér az önbecsülés?. *Mindennapi Pszichológia*, VI(5), 7-11.

V. Komlósi A. & Reinhardt M. (2014). Milyen az „optimális” önbecsülés?. *Mindennapi Pszichológia*, VI(5), 15-18.

Leary, M. R. (1999). Making Sence of Self Esteem. *Current Directions in Psychological Science*, 8 (1), 32- 35. In V. Komlósi A. (2007). Napjaink önértékelés- kutatásainak áttekintése: önértékelés vagy önfogadás?

Lukács D. (2009). *Test, lélek, szexualitás*. Budapest: Animula Kiadó.

- Maarit, J. (2008). *Önbecsülés és alkalmazkodás*. Budapest: ELTE Eötvös Kiadó Kft.
- Markus, H. & Nauris, P. (1986). Possible Selves. *American Psychologist*, 41(9). 954- 969.
- Markus, H. & Nauris, P. (2003). A lehetséges énképek. In V. Komlósi A. (Szerk.) *Énelméletek- Személyiség és egészség*. (292-321). Budapest: ELTE Eötvös Kiadó.
- Mead, G. H. (1934). *Mind, self, and society*. Chicago: University of Chicago Press. In V. Komlósi A. (2007). Napjaink önértékelés- kutatásainak áttekintése: önértékelés vagy önfogadás?
- Móré M. (2012). *A társadalmi környezet hatása meleg férfiakra*. Szakdolgozat, Pázmány Péter Katolikus egyetem- BTK.
- Papp R. (2008). *A homoszexualitás felismerése és elfogadása*. Szakdolgozat.
- Orosz R. (2009). *A labdarúgó tehetség kibontakoztatását befolyásoló pszichológiai tényezők vizsgálata*. Doktori (Phd) értekezés, Debreceni Egyetem.
- Plummer, K. (1973). Awareness of homosexuality. In Bailey, R. & Young, J. (1973). *Contemporary social problems in Briatain*. London: Lexington Books. 103- 125.
- Rogers, C. (1951). *Cient- centered therapy*. Boston: Houghton Mifflin. In V. Komlósi A. (2007). Napjaink önértékelés- kutatásainak áttekintése: önértékelés vagy önfogadás?
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self- image*. Princeton, NJ: Princeton University Press. In V. Komlósi A. (2007). Napjaink önértékelés- kutatásainak áttekintése: önértékelés vagy önfogadás?.
- Seeman, M. (1959). On the meaning of alienation. *American Sociological Review*, 24(6). 783- 791.
- Stoller, R. J. (1976). Sexual excitement. *Arch Gen Psichiatri*, 33, 899- 909. In Lukács D. (2009). *Test, lélek, szexualitás*. Budapest: Animula Kiadó.

Tringer L. (2004). A gyógyító beszélgetés. Budapest: Semmelweis Orvostudományi Egyetem Képzéskutató, Oktatástechnológiai és Dokumentációs Központ. In Horváth Zs. (2012). A serdülők énképösszetevőinek vizsgálata kisebbségi és többségi helyzetben élő diákok körében. *Iskolakultúra*, 7-8. 20- 34.

Walters, K. L. (1993). Lesbian and gay male group identity attitudes and self-esteem: Implications for counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 40 (1), 94-99.

Wolfenden, I. (1957). Home Office Report of the Committee on Homosexual Offences and Prostitution. London: Her Majesty's Stationary Office. In Buda B. (2002). *Szexuális viselkedés*. Budapest: Animula Kiadó.

Mellékletek

1. melléklet: Demográfiai kérdőív

Életkora: _____

Legmagasabb iskolai végzettsége:

- | | |
|--|---|
| ☐ kevesebb, mint 8 általános iskolai osztály | ☐ szakközépiskolai érettségi |
| ☐ 8 általános iskolai osztály | ☐ gimnáziumi érettségi |
| ☐ szakmunkásképző | ☐ főiskolai vagy egyetemi diploma |
| | ☐ egyéb |

Családi állapota:

- ☐ egyedülálló/ szingli
- ☐ párkapcsolatban élő/ házas
- ☐ egyéb

Nemi orientációja:

- ☐ heteroszexuális
- ☐ homoszexuális
- ☐ egyéb

Mióta él jelenlegi párkapcsolatában? (Amennyiben jelenleg egyedülálló, írjon 0-t!) _____

Mennyire elégedett jelenlegi párkapcsolatával? (Amennyiben jelenleg egyedülálló, jelöljön 0-t!)

- | | |
|-------------------------|--------------------------|
| ☐ 0 | ☐ 6 |
| ☐ 1 | ☐ 7 |
| ☐ 2 | ☐ 8 |
| ☐ 3 | ☐ 9 |
| ☐ 4 | ☐ 10 |
| ☐ 5 | |

Párkapcsolatában vannak- e konfliktusok? (Amennyiben jelenleg egyedülálló, vagy nincsenek problémái jelöljön 0-t!) _____

Amennyiben vannak párkapcsolati problémái, kérem soroljon föl ezek közül néhányat!
(Amennyiben jelenleg egyedülálló, vagy nincsenek problémái írjon 0-t!)

2. melléklet: Tennessee Énkép Skála

Az alábbiakban olyan megállapításokat olvashat, amelyekkel jellemezni tudja önmagát. Olvassa el sorban a mondatokat, majd keresse ki az ötféle válaszlehetőség közül azt, amelyik a legjobban illik Önre! A lehetséges válaszok a következők:

- 1: egyáltalán nem igaz
- 2: többnyire nem igaz
- 3: részben igaz, részben nem
- 4: többnyire igaz
- 5: teljesen igaz

Kérem kivétel nélkül, minden kérdésre válaszoljon!

1. Erősnek és egészségesnek érzem magam.	1	2	3	4	5
2. Jó alakom van.	1	2	3	4	5
3. Csinos vagyok.	1	2	3	4	5
4. Könnyen megbetegszem, vagy megfájdul valamim.	1	2	3	4	5
5. Csúnya vagyok.	1	2	3	4	5
6. A testalkatomat nem találom megfelelőnek.	1	2	3	4	5
7. Edzettebb vagyok másoknál.	1	2	3	4	5
8. Nem érzem magam se kövérnek, se soványnak.	1	2	3	4	5
9. A testmagasságomat megfelelőnek találom.	1	2	3	4	5
10. Könnyen elfáradok.	1	2	3	4	5
11. A testsúlyom okoz némi gondot.	1	2	3	4	5
12. A testmagasságommal nem vagyok elégedett.	1	2	3	4	5
13. Sokat teszek azért, hogy edzett és egészséges legyek.	1	2	3	4	5
14. Gondom van arra, hogy a külsőm mindig rendezett és ápolts legyen.	1	2	3	4	5
15. A testi tulajdonságaimon alig kellene változtatni.	1	2	3	4	5
16. Nehezen tudok egészséges életmódot (sportolás, étrend) kialakítani.	1	2	3	4	5
17. Nem adok eleget magamra.	1	2	3	4	5
18. Külsőmmel nem vagyok elégedett.	1	2	3	4	5
19. Becsületes vagyok.	1	2	3	4	5
20. Öszinte vagyok.	1	2	3	4	5

21. Önzetlen vagyok.	1	2	3	4	5
22. Nem járok el mindig becsületesen.	1	2	3	4	5
23. Nem mondok igazat.	1	2	3	4	5
24. Irigy vagyok.	1	2	3	4	5
25. Jó ember vagyok.	1	2	3	4	5
26. Tudom, hogy mi a helyes, és eszerint cselekszem.	1	2	3	4	5
27. Kötelességtudó vagyok.	1	2	3	4	5
28. Rossz ember vagyok.	1	2	3	4	5
29. Befolyásolható vagyok.	1	2	3	4	5
30. Hanyag vagyok.	1	2	3	4	5
31. A közösség érdekében sokat tevékenykedem.	1	2	3	4	5
32. Ha tehetem, segítek másokon.	1	2	3	4	5
33. Amit megígérek, azt meg is teszem.	1	2	3	4	5
34. Igyekszem előnyökre szert tenni, még mások kárára is.	1	2	3	4	5
35. Más gondjai nem érdekelnek.	1	2	3	4	5
36. Ígéreteimet magam sem veszem komolyan.	1	2	3	4	5
37. Okos vagyok.	1	2	3	4	5
38. Néhány dologhoz másoknál jobban értek.	1	2	3	4	5
39. Ügyes vagyok.	1	2	3	4	5
40. Társaim értelmesebbek nálam.	1	2	3	4	5
41. Semmihez sem értek igazán.	1	2	3	4	5
42. Kétbalkezes vagyok.	1	2	3	4	5
43. Olyannak szeretem magam, amilyen vagyok.	1	2	3	4	5
44. Sokra becsülöm magam.	1	2	3	4	5
45. Bízom magamban.	1	2	3	4	5
46. Nem vagyok olyan, amilyen lenni szeretnék.	1	2	3	4	5
47. Nem szeretem magam.	1	2	3	4	5
48. Nincs önbizalmam.	1	2	3	4	5
49. Mindent megteszek azért, hogy amit elhatároztam, véghez is vigyem.	1	2	3	4	5
50. Feladataimhoz jókedvűen látok hozzá.	1	2	3	4	5
51. Ha nehéz helyzetbe kerülök, igyekszem bátran viselkedni.	1	2	3	4	5
52. Kitartóbbnak kellene lennem.	1	2	3	4	5

53. Ha valamit meg kell csinálnom, haragszom az egész világra.	1	2	3	4	5
54. Baj esetén inamba száll minden bátorságom.	1	2	3	4	5
55. Adok a családom véleményére.	1	2	3	4	5
56. Szabadidőnkben családom tagjaival sok érdekes dolgot csinálunk.	1	2	3	4	5
57. Szüleim bíznak bennem.	1	2	3	4	5
58. Családom tanácsaira nem tartok igényt.	1	2	3	4	5
59. Ha otthon vagyok, unatkozom.	1	2	3	4	5
60. A családom jobban is bízhatna bennem.	1	2	3	4	5
61. A szüleim elégedettek velem.	1	2	3	4	5
62. Az otthoni munkákból eléggé kiveszem a részem.	1	2	3	4	5
63. A családom büszke rám.	1	2	3	4	5
64. A szüleim gyakran panaszkodnak rám.	1	2	3	4	5
65. Otthoni feladataimat elhanyagolom.	1	2	3	4	5
66. A családom nem sokra becsül.	1	2	3	4	5
67. A szüleimmel szemben úgy viselkedem, ahogyan kell.	1	2	3	4	5
68. A mi családuk boldog.	1	2	3	4	5
69. Jól érzem magam otthon.	1	2	3	4	5
70. Otthoni viselkedésem sok kívánnivalót hagy maga után.	1	2	3	4	5
71. Családom tagjaival gyakran összerúgom a port.	1	2	3	4	5
72. Legszívesebben elmenekülök otthonról.	1	2	3	4	5
73. Jó tanuló vagyok.	1	2	3	4	5
74. Társaim körében népszerű vagyok.	1	2	3	4	5
75. Barátságos vagyok.	1	2	3	4	5
76. A tanulás számomra sok nehézséget okoz.	1	2	3	4	5
77. Társaim nem bíznak eléggé bennem.	1	2	3	4	5
78. Nehéz összebarátkozni velem.	1	2	3	4	5
79. Úgy bánok másokkal, ahogyan kell.	1	2	3	4	5
80. Környezetem tagjaival jól kijövök.	1	2	3	4	5
81. Örülök, ha új ismerősökre tehetek szert.	1	2	3	4	5
82. Udvariasabbnak kellene lennem.	1	2	3	4	5
83. Gyakran okozok kellemetlenségeket.	1	2	3	4	5
84. Idegenek társaságában bátortalan vagyok.	1	2	3	4	5

85. Ha valami bajt csinálok, igyekszem jóvátenni.	1	2	3	4	5
86. Mások bizalmának elnyerését fontosnak tartom.	1	2	3	4	5
87. Más helyzetébe könnyen beleélem magam.	1	2	3	4	5
88. Nem érdekel, hogy mások hogyan ítélik meg tetteimet.	1	2	3	4	5
89. Mindig akad valaki, akivel nem tudok kijönni.	1	2	3	4	5
90. Más álláspontját nehezen tudom elfogadni.	1	2	3	4	5
91. Feladataimat szívesen halogatom.	1	2	3	4	5
92. Másokban nehezen veszem észre a jót.	1	2	3	4	5
93. Döntéseimet meg szoktam változtatni.	1	2	3	4	5
94. Szeretek pletykálni.	1	2	3	4	5
95. Ha nem vigyázok, könnyen bajba keveredem.	1	2	3	4	5
96. A problémák elől igyekszem elmenekülni.	1	2	3	4	5
97. Gondjaimmal nehezen tudok megbirkózni.	1	2	3	4	5
98. Előbb cselekszem, azután gondolkodom.	1	2	3	4	5
99. Nehezemre esik, ha idegenekkel kell társalognom.	1	2	3	4	5
100. Előfordul, hogy nehezemre esik helyesen cselekedni.	1	2	3	4	5

3. melléklet: Rosenberg Önértékelési Kérdőív

Az alábbiakban olyan megállapításokat olvashat, amelyekkel jellemezni tudja önmagát. Olvassa el sorban a mondatokat, majd keresse ki az ötféle válaszlehetőség közül azt, amelyik a legjobban illik Önre! A lehetséges válaszok a következők:

- 1: egyáltalán nem igaz
- 2: többnyire nem igaz
- 3: részben igaz, részben nem
- 4: többnyire igaz
- 5: teljesen igaz

Kérem kivétel nélkül, minden kérdésre válaszoljon!

1. Vagyok olyan értékes ember, mint mások.	1	2	3	4	5
2. Sok jó tulajdonságom van.	1	2	3	4	5
3. Gyakran azt gondolom, hogy egy nulla vagyok.	1	2	3	4	5
4. Képes vagyok olyan jól csinálni a dolgokat, mint mások.	1	2	3	4	5
5. Nem sok mindenre lehetek büszke.	1	2	3	4	5
6. Jó véleménnyel vagyok magamról.	1	2	3	4	5
7. Általában elégedett vagyok magammal.	1	2	3	4	5
8. Bár több okom lenne, hogy becsüljem önmagam!	1	2	3	4	5
9. Időnként feleslegesnek érzem magam.	1	2	3	4	5
10. Néha úgy érzem, hogy semmire sem vagyok jó.	1	2	3	4	5

4. melléklet: Olson-féle Pár Profil

AZ ALÁBBI TESZTET CSAK ABBAN AZ ESETBEN TÖLTSE KI, HA ÖN PÁRKAPCSOLATBAN ÉL/ HÁZAS!

Ha Ön egyedülálló/ szingli kérem hagyja ki az egész tesztet és a válaszok jelöletlenül hagyásával kattintson az oldal alján az elküldés gombra!

A következő kérdések a jelenlegi párkapcsolatára vonatkoznak majd. Kérem jelölje be minden egyes kijelentésnél, hogy azok milyen gyakran érvényesek az Ön párkapcsolatára!

- 1: soha
- 2: nagyon ritkán
- 3: előfordul
- 4: gyakran
- 5: nagyon gyakran

Kérem kivétel nélkül, minden kérdésre válaszoljon!

1. Szegényes a kommunikáció közöttünk.	1	2	3	4	5
2. A partnerem nem túl okosan költi el a pénzt.	1	2	3	4	5
3. Vannak megoldatlanul maradó konfliktusaink.	1	2	3	4	5
4. Megengedhetjük magunknak a kedvelt szabadidős tevékenységeket.	1	2	3	4	5
5. A partnerem a legjobb barátom.	1	2	3	4	5
6. A partnerem kritizál engem.	1	2	3	4	5
7. Nehézségeink vannak a konfliktusaink megoldásával.	1	2	3	4	5
8. A partnerem elmulasztja elvégezni a házimunka ráeső részét.	1	2	3	4	5
9. A kapcsolatunk unalmas és megszokott.	1	2	3	4	5
10. A partnerem nagyon szeretetteljes velem.	1	2	3	4	5
11. A partnerem megpróbál kontrollálni.	1	2	3	4	5
12. A partnerem támogat és bátorít.	1	2	3	4	5
13. Nehézséget okoz a havi számlák kifizetése.	1	2	3	4	5
14. Teljes mértékben megbízom a partneremben és	1	2	3	4	5

becsülöm őt.

- | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 15. Túl könnyen engedek a partnerem kívánságainak. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16. Nem értünk egyet abban, hogyan költjük el a pénzt. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17. A partnerem jó szexpartner. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18. Aggódom a partnerem indulatai vagy hangulatai miatt. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19. Azt gondolom, a partnerem alkohol/drogproblémával küzd. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20. A családi problémák stresszt keltenek bennem (gyerekek, szülők, a partner családja, stb.) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Kérem jelölje be, hogy amikor párként feszültség éri Önöket, milyen gyakran teszik a következőket!

- 1: soha
- 2: nagyon ritkán
- 3: előfordul
- 4: gyakran
- 5: nagyon gyakran

Kérem kivétel nélkül, minden kérdésre válaszoljon!

- | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|
| 1. A döntéseket együtt hozzuk meg. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. Jól tudunk együttműködni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. Nehézséget okoz, hogy új megoldási módokat találjunk a problémáinkra. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. Az egyik személy rossz hangulata a másikat is lehangolja. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. Elzárkózunk egymástól, és függetlenebbekké válunk. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. Szervezettebbé válunk. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. Merevebbé válunk, és jobban kontrolláljuk egymást. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

- | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|
| 8. Nehezünkre esik egyedül lenni és átgondolni a dolgokat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. Kitérünk egymás útjából. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. Inkább barátokra és rokonokra támaszkodunk, mint egymásra. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Jellemezze kapcsolatát partnerével!

- 1: soha
- 2: nagyon ritkán
- 3: előfordul
- 4: gyakran
- 5: nagyon gyakran

Kérem kivétel nélkül, minden kérdésre válaszoljon!

- | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. Könnyen fejezem ki érzéseimet a partneremnek. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. Ha problémánk van, a partnerem úgy tesz, mintha nem is léteznék a számára. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. Partnerem sértő megjegyzéseket tesz. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. Félek partneremet megkérni valamire, amit szeretnék. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. Szeretném, ha partnerem hajlamosabb lenne érzéseit megosztani velem | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. Nehezemre esik elhinni, amit a partnerem mond. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. Elmondom a partneremnek, amit érzek. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. Elégedett vagyok azzal, ahogyan a partneremmel beszélünk egymással. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. Megosztom partneremmel a vele kapcsolatos rossz érzéseimet. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. A partnerem meg tud hallgatni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Milyen gyakoriak az alábbiak az Önök párkapcsolatában?

- 1: soha
- 2: nagyon ritkán
- 3: előfordul
- 4: gyakran
- 5: nagyon gyakran

Kérem kivétel nélkül, minden kérdésre válaszoljon!

1. Segítséget kérünk egymástól.	1	2	3	4	5
2. Nem kedveljük egymás barátait.	1	2	3	4	5
3. Szeretünk sok mindent közösen csinálni.	1	2	3	4	5
4. A féltékenység probléma a kapcsolatunkban.	1	2	3	4	5
5. Szeretjük együtt tölteni a szabadidőnket.	1	2	3	4	5
6. Közel érezzük magunkat egymáshoz.	1	2	3	4	5
7. Közösek a hobbijaink és az érdeklődési körünk.	1	2	3	4	5
8. Nehezünkre esik olyan dolgokat találni, amit együtt csinálunk.	1	2	3	4	5
9. Megbeszéljük egymással a döntéseinket.	1	2	3	4	5
10. Hiszünk abban, hogy az együttlét mindennél fontosabb.	1	2	3	4	5
11. Megegyezünk, ha probléma adódik.	1	2	3	4	5
12. Kreatívak vagyunk abban, ahogy a köztünk levő különbségeket kezeljük.	1	2	3	4	5
13. Nehezen osztjuk meg az irányítást.	1	2	3	4	5
14. Váltogatjuk a feladatok megoldási módjait.	1	2	3	4	5
15. Új megoldási módokat próbálunk ki.	1	2	3	4	5
16. Együttesen hozzuk meg a döntéseket.	1	2	3	4	5
17. Úgy találjuk, hogy a kapcsolatunk változik az idők során.	1	2	3	4	5
18. Váltogatjuk a háztartással járó kötelezettségeket.	1	2	3	4	5

- | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 19. Egyikünk tervezi meg a házon kívüli elfoglaltságokat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20. Életvezetésünkre az adok-kapok jellemző. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Jelezze, mennyire elégedett párkapcsolata következő területeivel!

- 1: nagyon elégedetlen
- 2: elégedetlen
- 3: valamelyest elégedett
- 4: elégedett
- 5: nagyon elégedett

Kérem kivétel nélkül, minden kérdésre válaszoljon!

- | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. A partnere személyiségvonásai és személyes szokásai. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. Ahogyan Ön és partnere a szerepekkel járó felelősséget kezelik. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. Ahogyan kommunikálnak (úgy érzi-e partnere megérti Önt). | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. Ahogyan Ön és partnere döntéseket hoznak, és ahogyan feloldják a konfliktusokat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. Anyagi helyzete, és ahogy a pénzügyi döntéseket hozzák. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. Ahogyan megvalósítják a szabadidős és a közös programokat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. Ahogyan kifejezik az érzelmeiket. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. Amilyen a szexuális kapcsolatuk. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. Ahogyan a párkapcsolati/szülői kötelezettségeiket kezelik. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. Amilyen a szüleivel, barátokkal és a partnere családjával kialakított kapcsolata. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. Ahogyan ki-ki vallásos hitét és értékeit gyakorolja. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

5. melléklet: Tájékoztató szöveg

Kedves Tesztkitöltő!

Kengyel Dóra Boróka vagyok, a Károli Gáspár Református Egyetem, harmadéves, pszichológia szakos hallgatója. Szakdolgozatomat az önértékelés és párkapcsolat témájában írom, s egy ezzel kapcsolatos kutatáshoz szeretném az Ön közreműködését kérni.

Kutatásomhoz 20- 40 év közötti, egyedülálló, illetve párkapcsolatban élő FÉRFIAKAT keresek. A kérdőívek kitöltése önkéntes és anonim módon történik, kb. 30 percet vesz igénybe. A kérdőívek kitöltésével Ön beleegyezik abba, hogy válaszai statisztikailag összesített formában felhasználásra kerüljenek a kutatás során.

Amennyiben kérdése lenne a kérdőívekkel kapcsolatban, a boroka93@gmail.com címen kereshet meg!

Segítségét előre is köszönöm!