

A menstruáció szociális reprezentációja

Tudományos Diákköri Konferencia dolgozat

Pécsi Tudományegyetem
Bölcsészet- és Társadalomtudományi Kar
Pszichológia Intézet

TÉMAVEZETŐ:
Dr. Siegler Anna

KÉSZÍTETTE:
Bauer Kira

Absztrakt

Bár majdnem minden nő menstruál élete valamelyik szakaszán, a menstruációhoz mai napig negativitás, tabuk, stigmatizálás, szégyenérzet kapcsolódik. Kutatásunk során a menstruáció szociális reprezentációját vizsgáltuk, azt, hogy a menstruáció mit jelent az emberek számára, milyen attitűdök, hiedelmek kapcsolódnak hozzá. A vizsgálat során a nők és a férfiak reprezentációja közötti különbségeket mértük, illetve a testértékelés és a testtárgyasítás hatásának szerepét a menstruációs attitűdben. A kutatás a Pécsi Tudományegyetem keretein belül történt, azonban a résztvevők nem korlátozódtak az egyetem hallgatóira. Eszközünk szabad asszociációt, a Menstruációs Attitűd Kérdőívet, a Hiedelmek és Attitűdök a Menstruáció iránt kérdőívet, a Testérkelési Skálát és a Testtudatosság Kérdőívet használtuk. A kérdőívesomagot 236 személy töltötte ki, azonban 3 résztvevőt kivettünk a mintából, mivel a nemre vonatkozó kérdésnél az „egyéb / semleges” opciót jelölték. A kutatásban tehát 233 személy adatával dolgoztunk, akiknek nemi eloszlása a következő volt: 157 nő (67,4%) és 76 férfi (32,6%), életkori eloszlásuk pedig 18 és 58 év közötti volt (átlagéletkoruk = 23,288 év ; szórásuk = 7,001). Eredményeink azt bizonyították, hogy a nők és a férfiak menstruációról alkotott reprezentációja különbözik, a szabad asszociációban a nők inkább az általuk tapasztalt tünetekhez kapcsolódó szavakat, míg a férfiak a menstruációhoz köthető általános szavakat fogalmazták meg. Emellett eredményül azt kaptuk, hogy a test negatív értékelése és a tárgyasított testtudat jelensége összefügg a menstruáció negatív értékelésével.

Kulcsszavak: menstruáció, attitűd, nemi különbségek, testértékelés, testtárgyasítás

Tartalomjegyzék

1. Bevezető, elméleti háttér.....	4
1.1. A menstruációt övező stigma régen és napjainkban.....	4
1.2. Nők és férfiak attitűdje a menstruációval kapcsolatban.....	6
1.3. A menstruáció és a testkép	7
1.4. A menstruáció és a testtárgyasítás elmélete	7
2. Hipotézisek	8
3. Módszerek.....	9
3.1. A vizsgálatban résztvevő személyek.....	9
3.2. A vizsgálati eszközök.....	10
3.3. A vizsgálat menete	13
4. Eredmények	13
5. Következtetés, megvitatás.....	21
6. Limitációk és kitekintés	23
7. Konklúzió.....	24
Nyilatkozat mesterséges intelligencián alapuló szövegíró eszközök használatáról.....	25
Irodalomjegyzék	26

1.Bevezető, elméleti háttér

1.1. A menstruációt övező stigma régen és napjainkban

A menstruáció témáját évszázadokon át titokzatosság övezte. A történelem során a menstruáló nőket boszorkányokhoz hasonlították, veszélyesnek és meggondolatlanak tartották őket (Spadaro és mtsai., 2018). A Biblia tiltotta a menstruáló nőkkel való érintkezést, mely szintén azt a gondolatot közvetítette, hogy a menstruáló nők tisztátalanok, a menstruációs vér pedig fertőző lehet (Roberts és Waters, 2004). Az ortodox zsidó közösségben a menstruáló nők nem érintkezhetnek a férjükkel, nem vetkőzhetnek le előttük, külön ágyban kell aludniuk, és a menstruáció végén egy rituális fürdésen, ún. mikvén, kell átesniük ahhoz, hogy megtisztuljanak a menstruáció végén (Gazdagi és mtsai., 2023; Kowalski és Chapple, 2000). Az iszlám kultúrában a nőket felmentik a böjtölés és a szexuális kapcsolatok létesítése alól, a hinduizmusban tisztátalanak számítanak a menstruáló nők, míg a japán buddhizmus kultúrája kitiltja a menstruáló nőket a templomból (Gazdagi és mtsai., 2023). Néhány kultúrában a mai napig azt tanítják, hogy menstruáció idején nem szabad hajat mosni, hideg vízzel fürödni, mivel „megszakíthatja” a menstruációt, esetleg örültté válhatnak miatta vagy embóliát, bénulást okozhat (Botello-Hermosa és Casado-Mejia, 2015). A 20. század második felétől a nőket ért stigmatizálás medikalizált kontextusban folytatódott, a menstruációra mint higiéniai krízisre tekintettek, melyet el kell rejteni, titkolni és kezelni kell (Mondragon és Txertudi, 2019; Spadaro és mtsai., 2018).

A média hozzájárul a menstruáció tabusításához, hiszen a menstruációs termékek reklámai megerősítik a higiéniai krízissel kapcsolatos elképzeléseket. A reklámok tiszta, szagtalan, friss testet ígérnek a nőknek, olyan termékekkel, amelyekkel a menzesz eltitkolható, láthatatlanná tehető, és amelyek segítségével a nők elkerülhetik, hogy bemocskolódjának (Chrisler és mtsai., 2015; Nyitrai és Takács, 2019b; Roberts és Waters, 2004; Török és Szeverényi, 2006). Nem véletlen, hogy a higiéniai termékek elnevezése (pl. Always, Discreet, Whisper) is ezeket az üzeneteket közvetíti (Nyitrai és Takács, 2019b). Az első olyan reklám, amelyben a vért realiztikusan vörös színnel ábrázolták kék helyett, 2017-ben jelent meg, azonban egy zuhanyzó nőt jelenít meg, amely szintén azt erősíti, hogy a menstruáló nő tisztátalan, mocskos (Gazdagi és mtsai., 2023). A nők a legtöbb esetben nem tudnak azonosulni a hirdetésekben ábrázolt boldog, vonzó, látszólag nem is menstruáló nők képével, emiatt pedig úgy érezhetik, hogy a hirdetések nem nekik szólnak, nem ők a célközönség, hiszen a saját menstruációjuk nem összeegyeztethető a reklámokban történő boldog, gondtalan ábrázolással (Mucedola és Smith, 2023). Török és

Szeverényi (2006) kutatásukban városi és vidéki 10-13 éves lányok menstruációhoz való viszonyáról írtak. A városi lányok, akik rendszeresen látták a médiatartalmakat, több vagy intenzívebb menstruációval összefüggő negatív tünetet tapasztaltak, azonban a vidékiek, akik a menstruációra inkább, mint a fertilitás és az egészség indikátoraként tekintettek, kisebb mértékben tapasztaltak hangulatingadozást, és nagyobb mértékben jókedvet, mint a városi társaik.

Urban és Holtzman kutatásukban (2023) a menstruációs diskurzust figyelték meg a Twitteren (ma már X-en), és azt tapasztalták, hogy bár a nyilvános bejegyzések egy része megerősíti a menstruáció stigmáját, sokan nyílt párbeszéddel próbálják elősegíteni a menstruációval kapcsolatos tudatosságot, megtörni a tabut. Kutatásuk eredménye arra utal, hogy a menstruációs attitűd a korábbi évekhez képest kezd átalakulni, továbbá rámutat arra, hogy bár a média sok esetben erősíti a menstruáció stigmatizálását, de a szociális média eszközül is szolgálhat a pozitív változás előidézésében.

A szociális reprezentációk vizsgálata által megismerhetjük, hogy mit jelent a menstruáció az emberek számára. A szociális reprezentáció magában foglalja az információt (mi az ismert – mit tudnak a menstruációról), a reprezentáció mezejét (mit hisznek, hogyan értelmezik a menstruációt) és az attitűdöt (hogyan cselekszenek a menstruáció alatt) (Botello-Hermosa és Casado-Mejia, 2015). A menstruáció fogalmát titoktartás, szégyen, undor, rejtőzködés, fájdalom, félelem övezi – az emberek mint betegségre, nőket korlátozó dologra tekintenek rá (Mondragon és Txertudi, 2019). Mondragon és Txertudi (2019) spanyol mintán végzett kutatásában szabad asszociáció által két reprezentációs szintet különböztettek meg a menstruáció felfogásában, a tradicionalista szintet, melynél a menstruációt higiéniai válságként, tisztátalan és undorító eseményként jelent meg, és egy progresszív szintet, melyet a liberalista férfiak és a feminista nők alkottak. Eredményül azt tapasztalták, hogy egyedül a menstruáció feminista megközelítésének volt pozitív aspektusa, mely során a menzesz öntisztulási folyamatként szerepelt, mely erőt ad a nőknek.

Magyar mintán végzett kutatás szerint a serdülők többségének negatív az attitűdje a menstruációval kapcsolatban, mely összefügghet a nem megfelelő felvilágosítással, a saját testtel való problémákkal vagy a nemiség kérdésével (Török és Szeverényi, 2006). A fiatal lányok sokszor azelőtt negatívan viszonyulnak a menstruációhoz, mielőtt a menarche bekövetkezett volna (Nyitrai és Takács, 2019b). A korai menstruációs szocializációnak ezért kiemelt szerepe van a menstruációs

attitűd alakulásában, mivel akár a megfelelő felvilágosítás vagy a közvetlen környezet által szerzett pozitív információk is hatással lehetnek a menarchera adott pozitív válaszra (Török és Szeverényi, 2006). A magyar sportoló lányok körében végzett kutatás eredményei alapján a szinkronúszó lányok kialakítanak egyfajta sportolói attitűdöt a menstruációval kapcsolatban, a csapattagok között kialakul egy norma, mely szerint beszélhetnek egymás között a menstruációról, segíthetnek egymásnak, azonban a közösségen kívül rejtegetési tabu jelenik meg, miszerint a menstruációt el kell rejteni (Gazdagi és mtsai., 2023).

1.2. Nők és férfiak attitűdje a menstruációval kapcsolatban

Brooks-Gunn és Ruble (1986) a nők és a férfiak menstruációs attitűdjeit és hiedelmeit hasonlította össze. Eredményeik azt mutatták, hogy a nők több menstruációs és premenstruációs tünetről számolnak be, mint amennyit a férfiak hisznek, illetve a férfiak szerint a menstruáció több hatással van a nők hangulatára, mint amennyit a nők gondolnak. A nők a menstruációt zavaróbbnak ítélték meg, mint a férfiak. A férfiak kevesebbet tanultak a menstruációról.

Peranovic és Bentley (2017) ausztrál mintán vizsgálta a férfiak menstruációhoz kapcsolódó viszonyát. Azt tapasztalták, hogy a résztvevők felnőve tabuként, stigmatként találkoztak a menstruációval, a női ciklusról kapott edukációval pedig elégedetlenek voltak. A résztvevők egy része elhatárolódott a beszélgetéstől, arra hivatkozva, hogy ez egy női probléma, azonban voltak olyan férfiak, akik nyíltan beszéltek róla, és kiemelték, hogy a menstruáció természetes folyamat. Sokan elmondták, hogy a kapcsolatuk során aktív szerepet vállalnak a menstruációban, nem zárkóznak el tőle, párjukat segítik, támogatják a menzesz időszakában. A résztvevő férfiak többsége egyet értett azzal, hogy a menstruáció nehéz és megerőltető a nők számára.

Magyar mintán Nyitrai és Takács (2019c) vizsgálta a férfiak és a nők menstruációs attitűdjét a MAQ skála segítségével. Eredményeik azt tükrözték, hogy a férfiak és a nők egyaránt egyetértenek valamennyire azzal, hogy a menstruáció kellemetlen esemény, illetve, hogy hangulatváltozással jár. Különbségeket a gyengítő esemény faktornál találtak, melynél a férfiak valamennyire egyet értettek azokkal a hiedelmekkel, hogy a nők menstruáció idején nem tudnak ugyanolyan jól teljesíteni, fáradtabbak, szemben a nőkkel, akik ezekkel inkább nem értettek egyet. A menstruáció hatásának tagadásával egyik nem sem értett egyet, ami azt jelenti, hogy sem a nők, sem a férfiak nem gondolták úgy, hogy a nők túlreagálják a tüneteket, vagy pedig kifogásként használják menstruációjukat. A menstruáció természetességével mindkét nem egyet értett.

A menstruációról sok esetben még a lányok sem kapnak kellő felvilágosítást, azonban a kutatások alapján a férfiak nagyrésze úgy gondolja, hogy nem volt megfelelő edukációban része a női ciklussal kapcsolatban sem otthon, sem az iskolában (Brooks-Gunn és Ruble, 1986; Peranovic és Bentley, 2017; Van Lonkhuijzen és mtsai., 2023). Az iskolai edukáció főleg biológiai tényekre korlátozódik, amellyel sok fiatal nem elégedett, több tanórát és átfogóbb felvilágosítást szeretnének (Van Lonkhuijzen és mtsai., 2023).

1.3. A menstruáció és a testkép

A testkép magában foglalja az egyén testtel kapcsolatos pszichológiai élményét és attitűdjét, beleértve a gondolatait, hiedelmet és viselkedéseit; kialakulásában szociális tanulási folyamatok, a viselkedés és az érzelmek kognitív folyamatai is szerepet játszanak (Ábrahám és mtsai., 2017). A menstruációs korlátozások és tilalmak befolyásolják a nők testükhöz való viszonyát, hiszen azáltal, hogy a női reprodukív funkciókra kellemetlenségként tekintenek, szégyenérzetet keltenek (Chrisler és mtsai., 2015; Grose és Grabe, 2014). A nők attitűdje és szégyenérzete kapcsolatban áll a testtudatossággal (Grose és Grabe, 2014). Azok a nők, akik tisztelik a testüket, büszkeséget éreznek a menstruációjukkal kapcsolatban, kevésbé gondolják azt, hogy a menzesz idegesítő, kínos vagy meggátol bizonyos tevékenységek folytatásában (Chrisler és mtsai., 2015). A pozitív testkép emellett a menarche során átélt élményeket is befolyásolja (Török és Szeverényi, 2006). Azok a nők, akik nem tisztelik a testüket, a menstruációt bosszantónak tartják, szerintük a menstruáció hátráltatja és limitálja a nőket, és úgy gondolják, hogy minden menzeszre utaló bizonyítékot el kell rejtteni (Chrisler és mtsai., 2015).

1.4. A menstruáció és a testtárgyasítás elmélete

A tárgyiasított testtudat elmélete szerint a lányok és a nők internalizálják a társadalomban tapasztalt szexuális tárgyiasítást, mely által a saját testük külső megfigyelőjévé válnak, és a külsejük alapján értékelt tárgyként tekintenek magukra (Calogero és mtsai., 2010; McKinley és Hyde, 1996). A testük folyamatos monitorozásába kezdenek, másokhoz hasonlítják magukat, és meggyőződésükké válik, hogy a testük felett teljes mértékű kontrollt gyakorolnak (McKinley és Hyde, 1996). A testtárgyasítás folyamata által a nők emellett már fiatalon internalizálják a szégyenérzetet a fizikai megjelenésükkel kapcsolatban és a negatív attitűdöt a női reprodukív testi folyamatokkal (köztük a menstruációval) szemben (Spadaro és mtsai., 2018). Azok a nők, akikre jellemző a testtárgyasítás, negatívabban viszonyulnak a menstruációjukhoz, bosszantó,

szégyenteli, undort keltő dologként tekintenek rá (Chrisler és mtsai., 2015; Grose és Grabe, 2014; Spadaro és mtsai., 2018). A nagy mértékű testtárgyasítás összefüggést mutat a menstruáció gyógyszeres elnyomásával és a vágygal, hogy a menstruáció végleg megszűnjön (Chrisler és mtsai., 2015; Spadaro és mtsai., 2018). A menstruációval kapcsolatos erős szégyenérzet következménye lehet, hogy a nők ritkábban kérnek egészségügyi segítséget a tüneteikkel kapcsolatban, illetve kockázatosabb szexuális életet élnek (Spadaro és mtsai., 2018). Az életkor is szerepet játszik a menstruációhoz való viszonyban, mivel a fiatalabb nőknek negatívabb az attitűdje a menstruációjukkal szemben mint az idősebbeknek, ami talán azzal magyarázható, hogy a fiatalabb nőkre nagyobb fokú testtárgyasítás jellemző (Roberts és Waters, 2004).

2. Hipotézisek

Kutatásunkban a menstruáció szociális reprezentációját vizsgáltuk nemekre nézve, illetve a testértékelés és a testtárgyasítás hatását a menstruációs attitűdre. Korábbi kutatások eredményére támaszkodva (Brooks-Gunn és Ruble, 1986; Nyitrai és Takács, 2019c; Peranovic és Bentley, 2017), feltételeztük, hogy a nők és a férfiak menstruációról való elképzelése eltérő, más attitűd jellemzi őket, más hiedelmekben hisznek és különböző asszociációk jutnak eszükbe a menstruációról (H1). Továbbá feltételeztük, hogy akik elégedettek a testükkel és elfogadják azt, azok pozitívabban viszonyulnak a menstruációhoz is, és egy természetes dologként tekintenek rá (H2). Emellett, ahogy azt korábbi vizsgálatok kimutatták (Fredrickson és Roberts, 1997; Grose és Grabe, 2014; Spadaro és mtsai., 2018), feltételeztük, hogy azok, akikre jellemző a testtárgyasítás jelensége, a menstruációt negatívabban értékelik, és bosszantónak, hátráltatónak tartják (H3).

Úgy gondolom, hogy a menstruációval kapcsolatos attitűdök, hiedelmek és jelenségek vizsgálata kiemelten fontos, hiszen a történelem során tapasztalt stigmatizáció és titokzatosság, más formában, de továbbra is fennáll. A menstruáció egy természetes jelenség, a női reprodukív folyamatok egyike, mégis sokszor szégyenérzet, undor és tabu kapcsolódik hozzá. Fontos lenne feltárni azokat a jelenségeket, amelyek a menstruációt övező negativitás hátterében játszanak szerepet.

3. Módszerek

3.1. A vizsgálatban résztvevő személyek

A vizsgálatban való részvétel önkéntes volt, a résztvevőktől kérdőívesomag kitöltése során nyertünk adatokat. A kutatásba 18. évüket betöltött nőket és férfiakat vontunk be.

A kérdőívesomagot összesen 236 személy töltötte ki, akik közül 3 résztvevőt kivettünk a mintából, mivel a nemre vonatkozó kérdésnél az „egyéb / semleges” opciót jelölték. A kutatásban tehát 233 kitöltő adatával dolgoztunk, közülük 157 nő (67,4%) és 76 férfi (32,6%) vett részt. A kitöltők 18 és 58 év közöttiek voltak (átlagéletkoruk = 23,288 év, az életkoruk szórása = 7,001). A női kitöltők 18 és 58 év közöttiek (átlagéletkoruk = 23,433 év, életkoruk szórása = 7,582), míg férfi kitöltők 18 és 55 év közöttiek voltak (átlagéletkoruk = 22,987 év, életkoruk szórása = 5,646). A további adatokat az 1.1.-es táblázatban jelöltem.

1.1. táblázat: A résztvevők adatai

Állampolgárság	
Magyar	231 fő (99,1%)
Kettős (magyar-szerb)	1 fő (0,4%)
Szerb	1 fő (0,4%)
Iskolai végzettség	
Jelenleg felsőfokú tanulmányokat folytat	127 fő (54,5%)
Felsőfokú végzettséggel rendelkezik	44 fő (18,9%)
Gimnáziumot végzett	35 fő (15%)
Szakközépiskolát végzett	20 fő (8,6%)
Általános iskolai végzettsége van	5 fő (2,1%)
Szakiskolát végzett	2 fő (0,9%)
Lakóhely	
Városban él	91 fő (39,1%)
Megyeszékhelyen él	45 fő (19,3%)
Kisfaluban él	43 fő (18,5%)
Nagyméretű faluban, azaz községben él	39 fő (16,7%)

Fővárosban, vagy annak vonzáskörzetében él	15 fő (6,4%)
Szexuális irányultság	
Heteroszexuális	199 fő (85,4%)
Biszexuális	23 fő (9,9%)
Homoszexuális	7 fő (3%)
Bizonytalan a szexuális irányultságában	2 fő (0,8%)
Aszexuális	1 fő (0,4%)
Párkapcsolati státusz	
Egyedülálló, és alkalmi kapcsolatai sincsenek	93 fő (39,9%)
Elkötelezett párkapcsolatban él, de nem élnek együtt	75 fő (32,2%)
Elkötelezett párkapcsolatban él, és együtt is élnek, de nem élettársak, sem házasok	37 fő (15,9%)
Bejegyzett élettársi viszonyban vagy házasságban él	14 fő (6%)
Egyedülálló és alkalmi szexuális viszonyokat folytat	10 fő (4,3%)
Alakuló kapcsolatban él	1 fő (0,4%)
Bonyolult kapcsolatban él	1 fő (0,4%)
Nem nyilatkozott	1 fő (0,4%)
Vallásos neveltetés	
Nem részesült vallásos neveltetésben	118 fő (50,6%)
Vallásos neveltetésben részesült	115 fő (49,4%)
Jelenlegi vallásosság	
Nem vallásos	158 fő (67,8%)
Vallásos	75 fő (32,2%)

3.2. A vizsgálati eszközök

A demográfiai adatokra vonatkozó kérdések után a résztvevőknek meg kellett adniuk 1-10-es skálán, hogy mennyire elégedettek a fizikai megjelenésükkel, illetve 3 szavas asszociációban megfogalmazniuk azt, hogy mi jut először eszükbe a menstruációról.

A kérdőívek közül elsőként a Menstruációs Attitűd Kérdőívet (Menstrual Attitude Questionnaire) használtuk (Nyitrai és Takács, 2019a). A 33 ítemes kérdőív a menstruációval kapcsolatos pozitív és negatív attitűdöket méri 7 fokú Likert skálán (1 = „Egyáltalán nem értek egyet.”, 7 = „Teljes mértékben egyet értek.”). Az állításokat E/3-ben használtuk fel, hogy a férfi résztvevők is kitölthessék a kérdőívet. A skála 6 faktor mentén mér, a kutatás során mi ebből 4 faktort (28 item) használtunk fel: a menstruáció mint gyengítő esemény (továbbiakban: gyengítő), kellemetlen esemény (kellemetlen), természetes esemény (természetes), és a menstruáció bármely hatásának tagadása (hatás tagadása). A gyengítő dimenzió 10 tétele a menstruációval kapcsolatos fizikai és pszichikai tünetekre, és annak hiedelmére vonatkozik, olyan állításokat tartalmaz, mint hogy „A nőknek el kell fogadniuk azt a tényt, hogy amikor menstruálnak, esetleg nem tudnak olyan jól teljesíteni.”. A kellemetlen faktor 5 tétele azt az attitűdöt méri, amely a menstruációra hátráltató tényezőként, nehézségként tekint, és olyan állításokat tartalmaz, mint hogy „Az egyedüli dolog, amire jó a menstruáció, hogy így tudom, hogy nem vagyok terhes.”. A természetes dimenzió 6 tétele azokra az attitűdökre kérdez rá, melyek a természetességre, egészségességre, a testtel való kapcsolódásra vonatkozik, olyan itemeket tartalmaz, mint „A menstruáció nyilvánvaló példája annak a ritmusnak, ami áthatja az egész életet.”. A hatás tagadása faktor 7 ítemet foglal magába, és olyan hiedelmekkel való egyetértésre kérdez rá, melyek a menstruáció tüneteit alábecsülik vagy nem ismerik el, olyan állításokkal, mint hogy „A legtöbb nő túlreagálja a menstruációval együtt járó enyhe testi tüneteket.”. A kérdőív faktorainak Cronbach's Alpha értékeit a 1.2.-es táblázatban jelöltem, melyek alapján a skála megbízhatóan mért.

1.2. táblázat: A MAQ skála reliabilitása

A MAQ faktorai	Reliabilitás vizsgálat eredménye
Gyengítő	Cronbach's α = 0,766
Kellemetlen	Cronbach's α = 0,715
Természetes	Cronbach's α = 0,762
Hatás tagadása	Cronbach's α = 0,835

A következő kérdőívünk a Hiedelmek és Attitűdök a Menstruáció iránt (Beliefs about and Attitudes towards Menstruation Questionnaire). A kérdőív 44 íteme 5 fokú Likert skálán (1 = „Egyáltalán nem értek egyet.”, 5 = „Teljes mértékben egyet értek.”) mér, és a menstruációval

kapcsolatos tévhitekre, sztereotípiákra és attitűdökre fókuszál (Marván és mtsai., 2006). Az állításokat E/3-ban használtuk fel, és 2 faktort (21 item) használtunk fel, a titkolózás és a tiltások és előírások faktort. A titkolózás faktor 12 iteme a menstruációt övező titoktartásra, szégyenérzetre vonatkozik, olyan állítások tartoznak ide, mint hogy „*Fontos, hogy senki ne tudja, hogy mikor van a nőnek a menstruációja.*”. A tiltások és előírások faktor állításai közé azzal kapcsolatos hiedelmek tartoznak, hogy a menstruáló nőnek milyen tevékenységeket kell és milyeneket nem szabad végeznie, mint hogy „*A nőknek kerülniük kell az úszást, amikor menstruációjuk van.*”. A kérdőív titkolózás faktorának Cronbach's Alpha értéke 0,841, a tiltások és előírások faktorának Cronbach's Alpha értéke 0,792, tehát a kérdőív megbízhatóan mért.

A Testértékelési Skála (The Body Appreciation Scale-2) használatával a saját testhez való viszonyulást, a test elfogadásának és megbecsülésének mértékét vizsgáltuk (Tylka és Wood-Barcalow, 2015). A kérdőív 10 iteme 5-fokú Likert skálán (1 = „*Soha*”, 5 = „*Mindig*”), és olyan állításokat tartalmaz, mint hogy „*Értékelem a testem különböző és egyedi tulajdonságait.*”. A skála Cronbach's Alpha értéke 0,935 lett, tehát megbízhatóan mért.

Utolsó kérdőívként a Testtudatosság kérdőívet (Objectified Body Consciousness Scale) használtuk, mely a testtárgyiasítás mérésére szolgál (McKinley és Hyde, 1996). A 24 itemes kérdőív 6-fokú Likert skálán mér (1 = „*Egyáltalán nem értek egyet.*”, 5 = „*Teljes mértékben egyet értek.*”), három faktora a felügyelet, a szégyen és a kontroll hiedelmek. A felügyelet faktor a szociális helyzetekben tapasztalt, saját testtel való szorongást méri, azt, hogy az illető milyen sokszor gondol arra társaságban, hogy hogy néz ki, mit gondolhatnak mások a kinézetéről, testéről, A 8 item között olyan állítások szerepelnek, mint hogy „*Gyakran aggódom amiatt, hogy jól nézek-e ki azokban a ruhákban, amelyeket viselek.*”. A szégyen faktor 8 iteme a társadalmi normáknak való megfelelést méri, és a szégyenérzet mértékét abban az esetben, amennyiben ez nem valósul meg, olyan állításokkal, mint hogy „*Szégyellem magam, ha nem törekszem arra, hogy a lehető legjobban nézzek ki.*”. A kontroll hiedelmek faktor 8 iteme azokat a meggyőződéseket méri, amelyek a megjelenés, kinézet feletti kontrollal kapcsolatosak, olyan állításokkal, mint hogy „*Ha elég keményen dolgozom, olyan testsúlyt érhetek el, amelyet szeretnék.*”. A skálák Cronbach's Alpha értékét az 1.3.-as táblázatban jelöltem, melyek alapján a skála megbízhatóan mért.

1.3. táblázat: Az OBCS kérdőív reliabilitása

Az OBCS faktorai	Reliabilitás vizsgálat eredménye
Felügyelet	Cronbach's $\alpha = 0,744$
Szégyen	Cronbach's $\alpha = 0,851$
Kontroll hiedelmek	Cronbach's $\alpha = 0,795$

3.3. A vizsgálat menete

A kérdőíves kutatás a Pécsi Tudományegyetem kutatási gyakorlatának keretén belül valósult meg, azonban a résztvevők nem korlátozódtak az egyetem polgárai. A vizsgálati személyeknek egy kérdőívsomagot kellett kitölteniük, mely 4 kérdőívet tartalmazott: Menstruációs Attitűd Kérdőív, Hiedelmek és Attitűdök a Menstruáció iránt, Testértékelési Skála és Testtudatosság Kérdőív. A részvétel teljes mértékben anonim és önkéntes volt, részvételi díjat nem ajánlottunk fel. A kutatási válaszokat bizalmasan kezeltük.

Az adatok statisztikai elemzését a Jamovi 2.4.11 programcsomaggal és az IRaMuTeQ nevű tartalomelemző programmal végeztük. A statisztikai elemzések sorát a demográfiai adatok elemzésével kezdtük majd reliabilitás vizsgálatot futtattunk. Az egyes skálákhoz tartozó Cronbach's Alpha értékeket a vizsgálati eszközök ismertetésén belül tüntettem fel. Az értékek alapján elmondható, hogy a kérdőívek megbízhatóan mértek. A reliabilitás vizsgálat után a normalitás vizsgálat következett, mely során a pontszámok eloszlása egyik esetben sem volt normálisnak tekinthető (minden Shapiro-Wilk W érték $> 0,849$, minden p érték $< 0,02$), ezért a továbbiakban a skálákat ordinális adatokként kezeltük.

4. Eredmények

Feltételeztük, hogy a két nem menstruációs attitűdje és hiedelmei között eltérést találunk (H1). A statisztikák alapján a nők és a férfiak eredményeinek összehasonlítására Mann-Whitney próbát alkalmaztunk. Szignifikáns különbséget a MAQ kérdőív hatás tagadása faktoránál ($U=3659$; $p<0,001$; biszeriális rangkorreláció = 0,387) és a BATM kérdőív tiltások faktoránál ($U=4164,5$; $p<0,001$; biszeriális rangkorreláció = 0,302) találtunk. A Mann-Whitney próba további eredményeit az 1.4.-es táblázatban jelöltem. A nők és a férfiak faktoronként adott átlagos pontszámait pedig az 1.5.-ös táblázatban tüntettem fel, melynél az átlagértékek a 7-fokú Likert skálán adott válaszokra vonatkoznak. Az eredmény azt tükrözi, hogy a nők és a férfiak eltérően

vélekedtek azon állítások kapcsán, melyek a menstruáció tüneteinek az alulértékelésére vonatkoztak, illetve amelyek a menstruáló nő tevékenységeinek korlátozásáról, illetve megengedéséről szóltak.

1.4. táblázat: A Mann-Whitney próba eredményei

A kérdőívek faktorai	Mann-Whitney U-érték	p-érték	Biszeriális rangkorreláció
MAQ – gyengítő	5306,000	0,171	0,111
MAQ – kellemetlen	5250,500	0,138	0,120
MAQ – természetes	5673,500	0,544	0,049
MAQ – hatás tagadása	3659,000	<0,001	0,387
BATM – titkolózás	5562,500	0,401	0,068
BATM – tiltások és előírások	4164,500	<0,001	0,302

1.5. táblázat: A nők és a férfiak faktoronként adott átlagértékei

A kérdőívek faktorai	Nem	Átlag	Szórás
MAQ – gyengítő	Nő	4,2363	0,5725
	Férfi	4,3539	0,5429
MAQ – kellemetlen	Nő	3,9784	1,1002
	Férfi	3,7210	1,0774
MAQ – természetes	Nő	5,3343	1,1165
	Férfi	5,2522	0,9395
MAQ – hatás tagadása	Nő	2,1920	0,9699
	Férfi	2,8571	1,1158
BATM – titkolózás	Nő	2,3503	0,4961
	Férfi	2,3355	0,3397
BATM – tiltások és előírások	Nő	2,4537	0,8127
	Férfi	2,8114	0,5224

Továbbá feltételeztük, hogy a nők és a férfiak menstruációval kapcsolatos 3 szavas asszociációja is eltér (H1). Az asszociációkat az IraMuTeQ tartalomelemző program segítségével vizsgáltuk. A leggyakrabban előforduló szavak a fájdalom (117 asszociációban), a vér (84 alkalommal) és a görcs (32 alkalommal) voltak. A férfiak és a nők által megadott asszociációk különbségeit az 1.6.-os táblázatban jelöltem, melyben a 13 leggyakrabban előforduló szó megjelenését tüntettem fel nemek szerinti eloszlásban. Az 1.1.-es ábrán pedig ezeknek az adatoknak a szófelhőben ábrázolt megfelelője látható. A nemi különbségeket frekvenciák figyelembe vétele mentén vizsgáltuk. A program segítségével specifikus elemzést végeztünk a csoportok közötti reprezentációbeli különbség tesztelésére. Szignifikáns különbség akkor látható, amikor az érték abszolút értéke 2 feletti – ha az adott oszlopban negatív az érték, akkor az adott nembe tartozók kevesebbszer, ha pozitív, akkor többször említik az asszociációt. A táblázatban látott eredmények megerősítik, hogy más szavak jutnak eszükbe a nőknek és a férfiaknak a menstruációval kapcsolatban. Míg nincs különbség olyan szavak említésében, mint a termékenység, a természetes, tampon vagy a betét, addig vannak olyan tartalmak, melyeket a férfiak és a nők eltérő arányban említenek. A nők válaszaiban leginkább a menstruáció tüneteivel, szubjektív megélésével kapcsolatos szavak (fájdalom, kellemetlenség) fordultak elő, míg a férfiaknál gyakrabban jelentek meg az általánosabb szavak (ciklus, hormonok, vér).

1.6. táblázat: A leggyakrabban előforduló asszociációk

	nők		férfiak	
fájdalom	89	3,3265	28	-3,3265
vér	44	2,8203	40	-2,8203
kellemetlen	26	1,576	2	-1,576
görcs	23	0,6778	9	-0,6778
hangulatingadozás	16	0,604	12	-0,604
betét	12	0,5972	5	-0,5972
nőiesség	12	0,3894	1	-0,3894
természetes	11	-0,4104	3	0,4104
tampon	10	-0,6022	7	0,6022
nő	9	-1,5266	12	1,5266
termékenység	8	-2,2027	2	2,2027
hormonok	6	-2,5658	13	2,5658
ciklus	2	-3,9239	12	3,9239

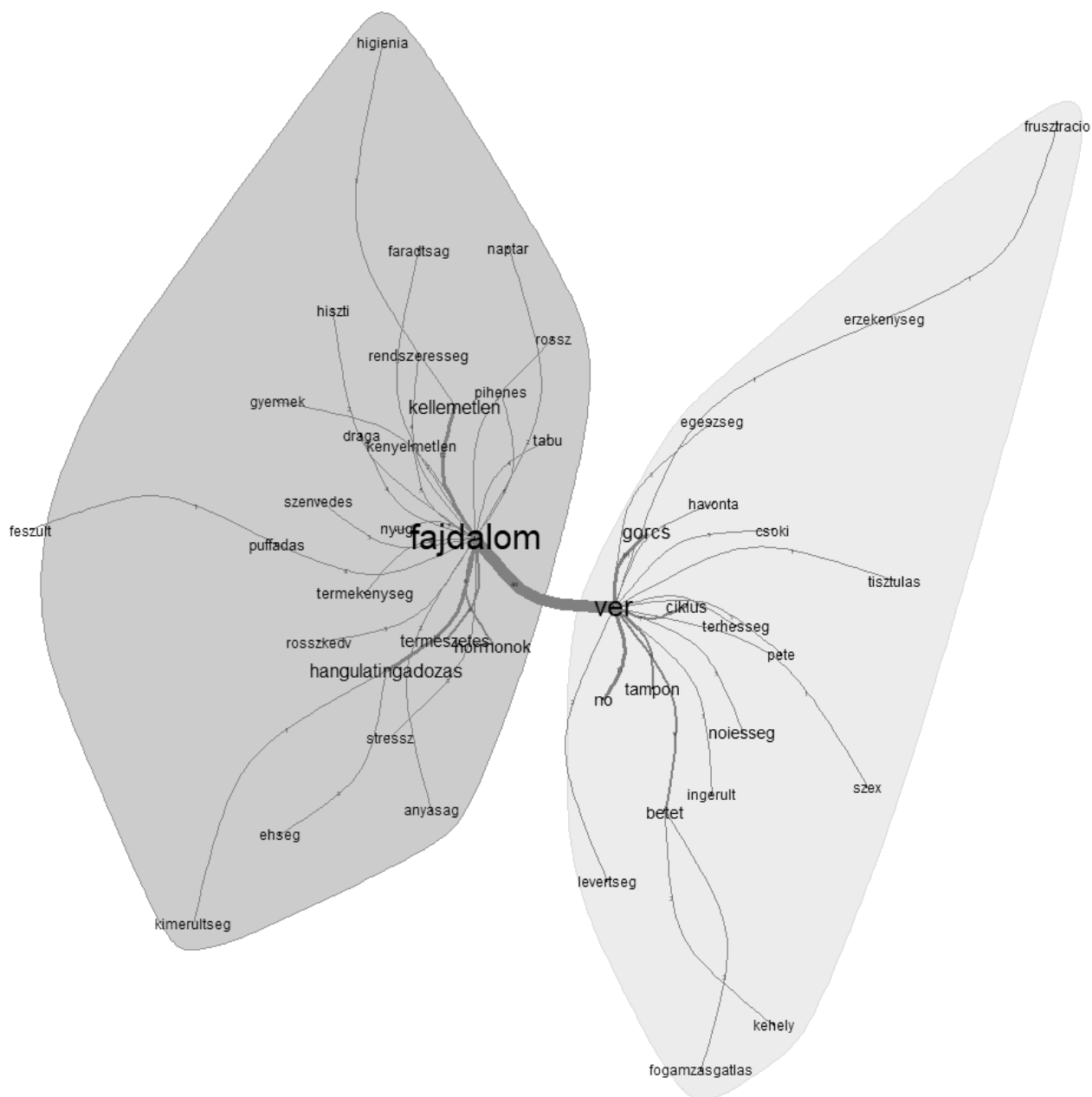
1.1. ábra: A nők és a férfiak asszociációinak gyakorisága

A nők asszociációi A férfiak asszociációi



Az 1.2.-es ábrán az asszociációk együttes előfordulási gyakorisága látható. A leggyakrabban a fájdalom-vér (40 alkalom), fájdalom-kellemetlen (12 alkalom), vér-nő (11 alkalom), vér-görcs (10 alkalom), vér-tampon (9 alkalom) és a vér-betét (9 alkalom) szavak fordultak elő egy asszociációban. Az ábrán megfigyelhető, hogy a fájdalom szó nagyobb arányban fordul elő a negatív hangulattal kapcsolatos szavakkal (kellemetlen, kényelmetlen, hangulatingadozás, stressz, kimerültség, fáradtság, szenvedés, rosszkedv, hiszti, feszült), a vér szó pedig a menstruációs ciklussal kapcsolatos általános, semleges kifejezésekkel fordul elő inkább (ciklus, nő, tampon, terhesség, havonta, egészség, csoki, tisztulás, pete, nőiség, betét, kehely, fogamzásgátlás). A két leggyakrabban előforduló szó, a fájdalom és a vér hasonló szavakkal jártak együtt, a fájdalom a menstruáció egy kellemetlen, negatív tünetének mondható, így ahhoz hasonló szavak kapcsolódtak inkább, míg a vér a menstruáció általános leírásához kapcsolódik, így ehhez semlegesebb, főként nem a tünetekhez kapcsolódó szavak kapcsolódtak, hanem olyanok, amik a ciklikusságra, a menstruációs termékekre vagy a nőiségre vonatkoztak.

1.2. ábra: Az asszociációk együttes előfordulási gyakorisága



Feltételeztük, hogy a test elfogadása és tisztelete összefügg a menstruációval kapcsolatos attitűddel (H2). A faktorok közötti együttjárások feltérképezésére a Spearman-korrelációt alkalmaztuk, és azokat a kapcsolatokat tekintettük valósnak, amelyek legalább 0,2-es korrelációs együttjárással bírtak. Az 1.7.-es táblázatban a nőkre, az 1.8.-as táblázatban a férfiakra vonatkozó eredményeket tüntettem fel. Nőknél a BAS skála esetén negatív irányú korreláció figyelhető meg

a MAQ kérdőív kellemetlen faktorával ($\rho=-0,192$; $p=0,016$) és pozitív irányú korreláció a természetes faktorával ($\rho=0,337$; $p<0,001$). A testtel való elégedettség nőknél pozitív korrelációt mutat a MAQ kellemetlen dimenziójával ($\rho=0,241$; $p=0,002$). Mindez azt jelentheti, hogy azok a nők, akik alacsony pontszámot értek el a Testértékelési Skálán és azt nyilatkozták, hogy kevésbé elégedettek a testükkel, a menstruációt kellemetlennek, hátráltatónak, nehéznek tartják, akik pedig magas pontszámot értek el a skálán és úgy nyilatkoztak, hogy elégedettek a testükkel, azok a menstruációjukra természetes eseményként tekintenek.

Bár a korábbi kutatások nem vonatkoztak arra, hogy a férfiak menstruációs attitűdjét mennyiben befolyásolhatja a testtel való elégedettségük, a statisztikai adatokban korrelációkat lehet felfedezni. A férfiak testértékelése negatívan korrelál a MAQ kellemetlen faktorával ($\rho=-0,243$; $p=0,034$) és pozitívan a természetes faktorával ($\rho=0,270$; $p=0,018$). A testtel való elégedettségénél hasonló korreláció figyelhető meg, negatív irányú a MAQ kellemetlen faktorával ($\rho=-0,262$; $p=0,022$) és pozitív a természetes faktorával ($\rho=0,315$; $p=0,006$). Az adatok arra utalhatnak, hogy kapcsolat állhat fenn a férfiak testértékelése és a menstruációhoz való viszonyulása között.

Végző soron feltételeztük, hogy a testtárgyasítás és a menstruációval kapcsolatos negatív attitűd összefügg (H3). A statisztikai eredmények alapján, a nőknél az OBCS skála felügyelet faktora korrelál a MAQ kellemetlen faktorával ($\rho=0,171$; $p=0,033$) és a BATM skála tiltások és előírások faktorával ($\rho=0,157$; $p=0,049$). Mindez azt jelentheti, hogy azok a nők, akik szociális helyzetben gyakran szoronganak a testükkel kapcsolatban, azok a menstruációt kellemetlenebbnek, hátráltatóbbnak tartják, illetve inkább egyetértenek a menstruációhoz köthető tiltásokról és előírásokról szóló hiedelmekkel. Az OBCS skála szégyen faktora korrelációt mutat a MAQ kellemetlen faktorával ($\rho=0,326$; $p<0,001$) és a BATM titkolózás faktorával ($\rho=0,191$; $p=0,016$). Mindez arra utalhat, hogy azok a nők, akik szégyent éreznek olyan helyzetekben, amikor nem felelnek meg a társadalmi normáknak a külsejükkel kapcsolatban, azok a menstruációt egy kellemetlen eseménynek tartják, amit el kell rejtteni, titkolni kell. Az OBCS skála kontroll faktora korrelál a MAQ kellemetlen faktorával ($\rho=0,292$; $p<0,001$) és a BATM titkolózás faktorával ($\rho=0,213$; $p=0,007$). Ezek az eredmények arra utalhatnak, hogy azok a nők, akik úgy gondolják, hogy a külsejükkel kapcsolatban teljes kontrollt gyakorolnak és kinézetük tőlük függ, azok a menstruációra kellemetlen, nehéz eseményként tekintenek, amit titkolni kell.

1.7. táblázat: A Spearman-korreláció eredménye nőknél

		MAQ - gyengítő	MAQ - kellemetlen	MAQ - természet es	MAQ - tagadás	BATM - titkolózás	BATM - tiltások	BAS	OBCS - felügyelet	OBCS - szégyen	OBCS - kontroll
MAQ – kellemetlen	rho-érték	0,292***	—								
	p-érték	<0,001	—								
MAQ – természetes	rho-érték	0,053	-0,390***	—							
	p-érték	0,511	<0,001	—							
MAQ – hatás tagadása	rho-érték	0,135	-0,001	0,008	—						
	p-érték	0,091	0,994	0,917	—						
BATM – titkolózás	rho-érték	0,148	0,284***	-0,117	0,145	—					
	p-érték	0,065	<0,001	0,144	0,070	—					
BATM – tiltások	rho-érték	0,408***	0,133	0,066	0,122	0,398***	—				
	p-érték	<0,001	0,098	0,411	0,127	<0,001	—				
BAS	rho-érték	0,030	-0,192*	0,337***	0,038	-0,150	0,015	—			
	p-érték	0,689	0,016	<0,001	0,633	0,060	0,853	—			
OBCS – felügyelet	rho-érték	0,032	0,171*	-0,013	0,066	0,018	0,157*	0,261***	—		
	p-érték	0,689	0,033	0,868	0,411	0,826	0,049	<0,001	—		
OBCS – szégyen	rho-érték	0,099	0,326***	-0,128	0,054	0,191*	0,044	-0,445***	-0,101	—	
	p-érték	0,215	<0,001	0,111	0,502	0,016	0,586	<0,001	0,208	—	
OBCS - kontroll	rho-érték	0,140	0,292***	-0,104	0,075	0,213**	0,111	-0,188*	0,265***	0,386***	—
	p-érték	0,080	<0,001	0,193	0,348	0,007	0,168	0,019	<0,001	<0,001	—
elégedettség	rho-érték	-0,022	-0,145	0,241**	0,100	-0,088	0,057	0,746***	0,210**	-0,384***	-0,245**
	p-érték	0,783	0,069	0,002	0,212	0,276	0,477	<0,001	0,008	<0,001	0,002

1.8. táblázat: A Spearman-korreláció eredménye férfiaknál

		MAQ - gyengítő	MAQ - kellemetlen	MAQ - természetes	MAQ - tagadás	BATM - titkolózás	BATM - tiltások	BAS	OBCS - felügyelet	OBCS - szégyen	OBCS - kontroll
MAQ – kellemetlen	rho-érték	0,440***	—								
	p-érték	<0,001	—								
MAQ – természetes	rho-érték	0,358**	-0,046	—							
	p-érték	0,001	0,691	—							
MAQ – hatás tagadása	rho-érték	0,382***	0,397***	-0,100	—						
	p-érték	<0,001	<0,001	0,390	—						
BATM – titkolózás	rho-érték	0,290*	0,285*	0,063	0,319*	—					
	p-érték	0,011	0,013	0,588	0,005	—					
BATM – tiltások	rho-érték	-0,149	0,045	-0,076	-0,029	0,120	—				
	p-érték	0,200	0,699	0,516	0,807	0,300	—				
BAS	rho-érték	-0,021	-0,243*	0,270*	-0,037	0,086	0,019	—			
	p-érték	0,858	0,034	0,018	0,754	0,460	0,870	—			
OBCS – felügyelet	rho-érték	0,014	-0,043	0,076	0,100	-0,003	0,010	0,093	—		
	p-érték	0,908	0,712	0,516	0,390	0,981	0,931	0,425	—		
OBCS – szégyen	rho-érték	0,010	0,382***	-0,142	-0,032	0,081	-0,007	-0,482***	0,165	—	
	p-érték	0,932	<0,001	0,223	0,787	0,489	0,950	<0,001	0,155	—	
OBCS - kontroll	rho-érték	0,275*	0,321**	0,164	0,245*	0,125	0,043	-0,101	0,320**	0,254*	—
	p-érték	0,016	0,005	0,157	0,033	0,284	0,715	0,386	0,005	0,027	—
elégedettség	rho-érték	-0,115	-0,262*	0,315**	-0,053	-0,014	0,035	0,810***	-0,091	-0,483***	-0,161
	p-érték	0,322	0,022	0,006	0,648	0,903	0,764	<0,001	0,436	<0,001	0,165

Érdemes megfigyelni, hogy a férfiaknál testtárgyasítás skála faktorainál is látható korreláció a menstruációval kapcsolatban. A szégyen faktor korrelál a MAQ kellemetlen faktorával ($\rho=0,382$; $p<0,001$), a kontroll faktor korrelál a MAQ gyengítő faktorával ($\rho=0,275$; $p=0,016$), kellemetlen faktorával ($\rho=0,321$; $p=0,005$) és tagadás faktorával ($\rho=0,245$; $p=0,033$).

5. Következtetés, megvitatás

A statisztikai eredmények alátámasztották azokat a korábbi kutatási eredményeket, melyek szerint a nők és a férfiak menstruációval kapcsolatos reprezentációja eltér (Brooks-Gunn és Ruble, 1986; Nyitrai és Takács, 2019c; Peranovic és Bentley, 2017). A válaszokból az derült ki, hogy a férfiak inkább egyet értenek abban, hogy a menstruációs tünetek nem olyan jelentősek és hogy a nők sokszor túlreagálják őket. A férfiak emellett inkább egyet értettek azokkal a tiltásokkal vagy előírásokkal, melyek azokra a tevékenységekre vonatkoznak, amiket a menstruáló nőknek végezniük kell vagy nem szabad végezniük. A menstruáció természetességével, kellemetlen és hátráltató mivoltával, illetve a titkolózással kapcsolatban hasonló válaszok érkeztek a két nem részéről. Az eredmények tehát azoknál a faktoroknál voltak szignifikánsak, amelyek a menstruáció szubjektív megélésével kapcsolatosak, hiszen tünetekre vagy a tevékenységekre vonatkoztak, így a válaszokban mutatott különbség magyarázható azzal, hogy a férfiak a menstruációt maximum csak külső szemlélőként tapasztalják. Hasonlóan lehet magyarázható a menstruációról szóló asszociációkban jelentkező különbség, ahol a nők tünetekkel, megéléssel kapcsolatos szavakat fogalmaztak meg (kellemetlen, fájdalom), míg a férfiak általánosabb asszociációkat írtak (vér, hormonok, ciklus). Kiemelném még, hogy a szavak többsége, mindkét nem részéről, negatív töltetű volt, mely a menstruációt övező negativitást, stigmatizálást erősíti. A szavak együttes előfordulási gyakoriságánál megfigyelhető, hogy a fájdalom szó főként a menstruáció negatív tüneteivel, illetve az érzelmi megélésével kapcsolatos szavakkal (kellemetlen, nyűg, hangulatingadozás, kényelmetlen, rossz, tabu, hiszti, szenvedés, stressz, rosszkedv...), míg a vér szó inkább általánosabb szavakkal (görcs, ciklus, tampon, nő, betét, havonta, egészség, csoki, tisztulás, nőiesség, betét...) fordult elő. Mindez talán azzal magyarázható, hogy a fájdalom a menstruáció gyakran tapasztalt, negatív tünete, míg a vér a menstruáció fő jellemzője, általánosabb szó, hiszen a menstruáció szükséges velejárója. Mindkét szóhoz valamelyest hasonló szavak kapcsolódtak, a fájdalomhoz olyan szavak, amik a menstruáció negatív tapasztalataival kapcsolatosak, míg a vér szóval inkább a nőiséggel, a menstruációs eszközökkel és a ciklikussággal kapcsolatos asszociációk jártak együtt.

Korábbi kutatásra támaszkodva azt feltételeztem, hogy azok a személyek, akik elfogadják és értékelik testüket, pozitívabban viszonyulnak a menstruációhoz is, kevésbé gondolják

korlátozó, hátráltató tényezőnek (Chrisler és mtsai., 2015). A statisztikai eredményeik megerősítették ezt a feltevést, hiszen azok a nők, akik a BAS skálán alacsony pontot értek el, illetve, akik azt nyilatkozták, hogy kevésbé elégedettek a testükkel, azok a menstruációra inkább hátráltató tényezőként tekintenek, kellemetlennek, nehéznek, idegesítőnek tartják. Ezzel szemben azok a nők, akik a BAS skálán magas pontszámot értek el, illetve úgy nyilatkoztak, hogy elégedettek a testükkel, azok a menstruációra inkább, mint természetes eseményre tekintettek, amely az egészségesség és a nőiesség jele, és amely lehetőséget ad a testtel való tudatosság erősítésére. Érdekes, hogy hasonló eredmények születtek a férfiak válaszai esetében is, amely által elképzelhető, hogy a férfiak testértékelése összefügghet a menstruációról alkotott reprezentációjukkal. Bár korábbi kutatások nem igazán születtek a témában, de elképzelhető, hogy azok a férfiak, akiknek pozitívabb a kapcsolata a testével, talán elfogadóbbak mások testével, testi funkcióival, így akár a menstruációval szemben is.

A statisztikai eredmények továbbá megerősítették a korábbi kutatások eredményeit, melyek arra vonatkoztak, hogy a testtárgyasítás összefüggésben áll a menstruáció negatív értékelésével, elutasításával (Grose és Grabe, 2014; Roberts és Waters, 2004; Spadaro és mtsai., 2018). A tárgyiasított testtudat komponensei a test megjelenésének ellenőrzése (felügyelet faktor), a testtel kapcsolatban érzett szégyen (szégyen faktor) és a hiedelem a kinézet, test, megjelenés kontrollálhatóságában (kontroll faktor) (Fredrickson és Roberts, 1997). A nők válaszaiban a felügyelet dimenzió elért magas pontszámok együttjárást mutattak a MAQ kellemetlen faktorával és a BATM tiltások és előírások faktorával, ami azt jelenti, hogy azok a nők, akik szociális helyzetben gyakran szoronganak a kinézetükkel kapcsolatban és testüket rendszeresen monitorozzák, azok a menstruációt inkább kellemetlennek, negatívnak ítélik, illetve inkább egyet értenek a menstruáció során végezhető és nem végezhető tevékenységekkel kapcsolatos hiedelmekkel. A szégyen skáláján elért magas pontszámok együttjárása a MAQ kellemetlen és a BATM titkolózás dimenziójával arra utal, hogy azok a nők, akik szégyenérzetet tapasztalnak, amikor úgy érzik, külsejük nem felel meg a társadalmi normáknak, a menstruációra kellemetlen eseményként tekintenek, amit titkolni kell, aminek a tüneteit el kell rejteni, és amelyről nem illik beszélni. A kontroll skálán elért magas pontszámok korrelációt mutatnak a MAQ kellemetlen faktorával, illetve a BATM titkolózás faktorával. Az eredmény azt tükrözi, hogy azok a személyek, akik úgy hiszik, kinézetük teljes mértékben tudják (és kell is) kontrollálni, a menstruációt a nők teljesítményt hátráltató, bosszantó, kellemetlen eseménynek tartják, amelyet titkolni kell. A

statisztikai eredményekből következtethetünk arra, hogy a testtárgyasítás és a menstruáció stigmatizálása, tagadása összefügg. A korrelációk nem meglepőek, hiszen a szexuálisan tárgyiasított, idillikus, vonzó nő képe szemben áll a menstruációval, melyet negativitás, tabuk, stigmatizálás, szégyen övez.

Megfigyelhető a férfiaknál is korreláció a testtárgyasítás és a menstruációhoz való viszonyulás között. Bár a testtárgyasítás jelenségét nőknél fogalmazták meg, egyre több kutatás vizsgálja a megjelenését férfiaknál (Davids és mtsai., 2019; Heath és mtsai., 2016). Azonban, mivel az OBCS kérdőívet eredetileg nőknek szánták, így használata nem feltétlenül alkalmas a férfiakra jellemző testtárgyasítás mérésére, ezért érdekesebb lenne egy erre alkalmas kérdőívet választani a pontosabb eredmények érdekében.

6. Limitációk és kitekintés

Eredményeink megerősítették a korábbi kutatások eredményeit és a hipotéziseinket is (Brooks-Gunn és Ruble, 1986; Chrisler és mtsai., 2015; Grose és Grabe, 2014; Nyitrai és Takács, 2019c; Peranovic és Bentley, 2017; Roberts és Waters, 2004; Spadaro és mtsai., 2018). A kutatás végeredménye azt mutatja, hogy a férfiak és a nők menstruációs attitűdje között eltérések figyelhetők meg, illetve a testértékelés és a testtárgyasítás hozzájárul a menstruációhoz való viszonyuláshoz, elfogadásához.

Kutatásunknak azonban vannak limitációi, mint többek között az, hogy a mintát nagyobb arányban nők alkotják, így a későbbiekben érdemes lenne egyenletesebb mintára törekedni. A tartalomelemzés számos további lehetőséget hordoz magában, érdemes lenne a kérdőíves eredményeket független változókként használni, így például megnézni azt, hogy azok a személyek, akiknek pozitív vagy negatív a testéhez való viszonya, vajon milyen asszociációkat fogalmaztak meg.

A kutatás nem meríti ki az összes lehetséges kérdést, a továbbiakban érdemes lenne azt is vizsgálni, hogy az életkor vagy akár az ideológiák milyen szerepet játszanak nők és férfiak menstruációs attitűdjében, illetve, hogy milyen tényezők játszhatnak még szerepet a menstruációhoz kapcsolódó negatív viszonyulásban.

7. Konklúzió

A menstruációs ciklus nem csak biológiai vagy pszichológiai jelenség, hanem kulturális és társadalmi is. Vizsgálatakor ezért nem csak a biológiai folyamatokat szükséges figyelembe venni, hanem a társadalmi elvárásokat, sztereotípiákat, hiedelmeket a menstruációval kapcsolatban. A menstruációhoz való negatív viszonyulásban több szempont is szerepet játszhat: nem megfelelő felvilágosítás, téves hiedelmek, korábbi rossz tapasztalatok, a média, a testhez való negatív viszonyulás, vagy akár a testtárgyasítás jelensége.

A témával kapcsolatos diskurzust és a további kutatását kiemelten fontosnak tartom, hiszen Magyarországon továbbra is korlátozott a menstruációval kapcsolatos edukáció, illetve kevés a női ciklussal kapcsolatos kutatás. Sok lány és fiú nő fel abban a hitben, hogy a menstruáció kellemetlen, piszkos, undorító és olyasmi, amit el kell rejtteni, titkolni kell. A menstruáció stigmatizálása számos negatív következménnyel járhat a nőkre nézve, ezért megfelelő edukációra lenne szükség, mellyel csökkenthető lehetne a menstruációs stigma és növelhető a nyitottság, tudatosság. A menstruációval kapcsolatban arra kellene törekednünk, hogy nyíltan és bátran beszélhessünk róla, és egy olyan oktatási és egészségügyi rendszert hozzunk létre, amelyben a menstruáció nem szégyellnivaló, hanem természetes jelenség, felismerve a pozitív aspektusait.

Nyilatkozat mesterséges intelligencián alapuló szövegíró eszközök használatáról

Nyilatkozom, hogy a 37. Országos Tudományos Diákköri Konferencia Társadalomtudományi Szekciójába benyújtott pályamunkám megírása során **nem használtam** mesterséges intelligencián alapuló szövegíró eszközöket.

Irodalomjegyzék

- Ábrahám I., Jambrik M., John B., Németh A. R., Franczia N., és Csenki L. (2017). A testképtől a testképzavarig. *Orvosi Hetilap*, 158(19), 723–730.
<https://doi.org/10.1556/650.2017.30752>
- Botello-Hermosa, A., és Casado-Mejia, R. (2015). Fears and concerns related to menstruation: A qualitative study from the perspective of gender. *Texto & Contexto - Enfermagem*, 24(1), 13–21. <https://doi.org/10.1590/0104-07072015000260014>
- Brooks-Gunn, J., és Ruble, D. N. (1986). Men's and women's attitudes and beliefs about the menstrual cycle. *Sex Roles*, 14(5–6), 287–299. <https://doi.org/10.1007/BF00287580>
- Calogero, R. M., Pina, A., Park, L. E., és Rahemtulla, Z. (2010). Objectification Theory Predicts College Women's Attitudes Toward Cosmetic Surgery. *Sex Roles*, 63(1–2), 32–41.
<https://doi.org/10.1007/s11199-010-9759-5>
- Chrisler, J. C., Marván, M. L., Gorman, J. A., és Rossini, M. (2015). Body appreciation and attitudes toward menstruation. *Body Image*, 12(2015), 78–81.
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.10.003>
- Daids, C. M., Watson, L. B., és Gere, M. P. (2019). Objectification, Masculinity, and Muscularity: A Test of Objectification Theory with Heterosexual Men. *Sex Roles*, 80(7–8), 443–457. <https://doi.org/10.1007/s11199-018-0940-6>
- Fredrickson, B. L., és Roberts, T.-A. (1997). Objectification Theory: Toward Understanding Women's Lived Experiences and Mental Health Risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21(2), 173–206. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x>
- Gazdagi R., Kissné Visket M., Pintér J. N., és Kaló Z. (2023). A menstruáció reprezentációja sportoló nők körében: A menstruáció megélésének kvalitatív vizsgálata, 21(1), 27–49.
<https://doi.org/10.17627/ALKPSZICH.2023.1.27>

- Grose, R. G., és Grabe, S. (2014). Sociocultural Attitudes Surrounding Menstruation and Alternative Menstrual Products: The Explanatory Role of Self-Objectification. *Health Care for Women International*, 35(6), 677–694.
<https://doi.org/10.1080/07399332.2014.888721>
- Heath, B., Tod, D. A., Kannis-Dymand, L., és Lovell, G. P. (2016). The relationship between objectification theory and muscle dysmorphia characteristics in men. *Psychology of Men & Masculinity*, 17(3), 297–308. <https://doi.org/10.1037/men0000022>
- Kowalski, R. M., és Chapple, T. (2000). The Social Stigma of Menstruation: Fact or Fiction? *Psychology of Women Quarterly*, 24(1), 74–80. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2000.tb01023.x>
- Marván, Ma. L., Ramírez-esparza, D., Cortés-iniestra, S., és Chrisler, J. C. (2006). Development of a New Scale to Measure Beliefs about and Attitudes Toward Menstruation (BATM): Data from Mexico and the United States. *Health Care for Women International*, 27(5), 453–473. <https://doi.org/10.1080/07399330600629658>
- McKinley, N. M., és Hyde, J. S. (1996). The Objectified Body Consciousness Scale: Development and Validation. *Psychology of Women Quarterly*, 20(2), 181–215.
<https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1996.tb00467.x>
- Mondragon, N. I., és Txertudi, M. B. (2019). Understanding menstruation: Influence of gender and ideological factors. A study of young people’s social representations. *Feminism & Psychology*, 29(3), 357–373. <https://doi.org/10.1177/0959353519836445>
- Mucedola, A. S., és Smith, A. M. (2023). “But I think there’s always been that stigma”: Adult women’s perceptions of menstrual product advertising. *Health Care for Women International*, 44(5), 583–600. <https://doi.org/10.1080/07399332.2022.2142225>

- Nyitrai E., és Takács S. (2019a). A Menstruációs Attitűd Kérdőív (Menstrual Attitude Questionnaire, MAQ, Brooks-Gunn and Ruble, 1980) magyar változatának bemutatása. *Psychologia Hungarica Caroliensis*, 7(1), 25–44.
<https://doi.org/10.12663/PsyHung.1.2019.1.3>.
- Nyitrai E., és Takács S. (2019b). Anyák és felnőtt lányaik menstruációs attitűdjének összehasonlító vizsgálata. *Psychologia Hungarica Caroliensis*, 7(1), 64–94.
<https://doi.org/10.12663/PSYHUNG.7.2019.1.5>.
- Nyitrai E., és Takács S. (2019c). Felnőtt nők és férfiak menstruációs attitűdjének összehasonlító vizsgálata. *Psychologia Hungarica Caroliensis*, 7(1), 45–63.
<https://doi.org/10.12663/PSYHUNG.1.2019.1.4>.
- Peranovic, T., és Bentley, B. (2017). Men and Menstruation: A Qualitative Exploration of Beliefs, Attitudes and Experiences. *Sex Roles*, 77(1–2), 113–124.
<https://doi.org/10.1007/s11199-016-0701-3>
- Roberts, T.-A., és Waters, P. L. (2004). Self-Objectification and That “Not So Fresh Feeling”: Feminist Therapeutic Interventions for Healthy Female Embodiment. *Women & Therapy*, 27(3–4), 5–21. https://doi.org/10.1300/J015v27n03_02
- Spadaro, G., d’Elia, S. R. G., és Mosso, C. O. (2018). Menstrual Knowledge and Taboo TV Commercials: Effects on Self-Objectification among Italian and Swedish Women. *Sex Roles*, 78(9–10), 685–696. <https://doi.org/10.1007/s11199-017-0825-0>
- Török, Z., és Szeverényi, P. (2006). Egyéni és társadalmi vélekedés a menstruációról. *Mozaik - Orvoslás és társadalom*, 16(8–9), 806–809.
<https://dea.lib.unideb.hu/server/api/core/bitstreams/727e376a-5788-4ed7-a333-b55afd2e4aca/content>

Tylka, T. L., és Wood-Barcalow, N. L. (2015). The Body Appreciation Scale-2: Item refinement and psychometric evaluation. *Body Image*, 12(2015), 53–67.

<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.09.006>

Urban, A., és Holtzman, M. (2023). Menstrual Stigma and Twitter. *Sociological Focus*, 56(4), 483–496. <https://doi.org/10.1080/00380237.2023.2243588>

Van Lonkhuijzen, R. M., Garcia, F. K., és Wagemakers, A. (2023). The Stigma Surrounding Menstruation: Attitudes and Practices Regarding Menstruation and Sexual Activity During Menstruation. *Women's Reproductive Health*, 10(3), 364–384.

<https://doi.org/10.1080/23293691.2022.2124041>