

Mellékletek

1. sz. melléklet

Tájékoztató

Tisztelt Kitöltő!

Márk Emese vagyok, a Debreceni Egyetem Bölcsészettudományi Kar Pszichológia Intézetének harmadéves hallgatója. Az alábbiakban demográfiai adatokkal, párkapcsolati elégedettséggel, testképpel, szexualitással és önértékeléssel kapcsolatos kérdőívsomagot láthat. Tudományos célú kutatásom Dr. Csinády Adriána Krisztina egyetemi adjunktus szakmai felügyelete mellett zajlik. A kitöltés nagyjából 20 percet vesz igénybe. A kitöltés teljes mértékben névtelen, a kérdőív során nem kerül rögzítésre semmilyen beazonosításra alkalmas személyes adat. A kapott adatokkal csak a vizsgálat vezetője és a témavezető rendelkezik.

Amennyiben folytatja a kérdőív kitöltését, a fentieknek megfelelően beleegyezését adja a tudományos célú vizsgálatban történő részvételbe. A kérdőív kitöltésétől bármikor elállhat a folyamat megszakításával, ez esetben az adatok nem kerülnek mentésre. Kérem, hogy a kutatásban csak 18 évet betöltött személyek vegyenek részt.

A kutatási engedély száma: UD-IP-2023/109

Amennyiben további kérdése van a vizsgálattal kapcsolatban, az alábbi e-mail címen érdeklődhet: emesemark@hotmail.com

Köszönöm szépen, ha kitöltésével hozzájárul a munkámhoz!

Amennyiben a kérdőív kitöltése rossz érzést vagy szorongást vált ki Önben, az alábbi ingyenes segélyszámot hívhatja: 116-123.

A "Következő" gombra kattintással elismeri, hogy elolvasta a tájékoztatót.

1. Elmúltam 18 éves.

Igen

2. Tudomásul veszem, hogy rólam beazonosításra alkalmas személyes adatokat nem tárolnak. A kérdőívben jelölt válaszaim tudományos célú adatkezeléséhez hozzájárulok, beleegyezek a vizsgálatban való részvételbe.

Igen

2. sz. melléklet

Demográfiai adatok

3. Mi az Ön biológiai neme?

Férfi

Nő

Egyéb:

4. Mi az ön társadalmi neme?

Férfi

Nő

Nem-bináris

Transznemű

Genderfluid

Egyéb:

5. Hány éves?

18-25

26-35

36-45

46-55

55 felett

6. Mi a párkapcsolati státusza?

Egyedülálló/nőtlen/hajadon

Nem hivatalos párkapcsolatban él

Párkapcsolatban, de külön él

Párkapcsolatban, együtt élnek párjával

Házasság, házastársával együtt él

Házasság, de házastársával nem él együtt

Elvált

Özvegy

7. Mi a szexuális orientációja?

Heteroszexuális

Homoszexuális

Biszexuális

Aszexuális

Pánszexuális

Demiszexuális

Heteroszexuális, de nyitott más jellegű kapcsolatra is

Egyéb:

8. Hogyan írná le a szexuális életstílusát?

Monogám

Swinger

Poliamor

Nyitott kapcsolat

Szeretői viszony a párkapcsolat mellett

Egyéb:

9. Hány szexuális partnere volt életében?

0

1-2

3-5

6-10

11-20

21-30

31-50

50+

10. Ön vallásos?

Igen

Nem

11. Van gyermeke?

Igen

Nem

12. Mi a legmagasabb iskolai végzettsége?

Kevesebb, mint 8 osztály

8 általános

Szakmunkásképző

Szakközépiskolai érettségi

Gimnáziumi érettségi

Alapszakos diploma

Mesterszakos diploma

Diploma utáni magasabb egyetemi képzés

13. Milyen településen él?

Főváros

Nagyváros/megyeszékhely

Kisváros

Falu/község

14. Hány párkapcsolata volt életében?

0

1-2

3-5

6-10

11-15

15+

3. sz. melléklet

Kapcsolati Elégedettség Skála

Az alábbi kérdések az Önök párkapcsolatára vonatkoznak. Kérem, válaszoljon egy ötfokú skálán, hogy milyen mértékben jellemző Önre az, amire a kérdés utal!

Amennyiben telefonon keresztül tölti ki, kérem, fektesse el a képernyőt, illetve ha szükséges, húzza el jobbra a teljes skála megtekintéséhez!

1 - Egyáltalán nem

5 - Teljes mértékben

1.	Mennyire felel meg partnere az Ön igényeinek?	1	2	3	4	5
2.	Általában véve mennyire elégedett Ön a kapcsolatukkal?	1	2	3	4	5
3.	Összehasonlítva másokéval, mennyire jó az Önök kapcsolata?	1	2	3	4	5
4.	Milyen gyakran gondol arra, hogy bár el se kezdte volna ezt a kapcsolatot?	1	2	3	4	5

5.	Milyen mértékben felel meg a kapcsolatuk az Ön eredeti elvárásainak?	1	2	3	4	5
6.	Mennyire szereti partnerét?	1	2	3	4	5
7.	Mennyi probléma van az Önök kapcsolatában?	1	2	3	4	5
8.	Mennyire találja kielégítőnek a szexuális kapcsolatukat?	1	2	3	4	5

4. sz. melléklet

Szexuális Asszertivitás Kérdőív

Az alábbi listán néhány kijelentést olvashat. Kérem, olvassa el mindegyik állítást, és jelölje, hogy mennyire érzi önmagára vonatkozóan igaznak azokat!

Amennyiben telefonon keresztül tölti ki, kérem, fektesse el a képernyőt, illetve ha szükséges, húzza el jobbra a teljes skála megtekintéséhez!

1 - Egyáltalán nem igaz

7 - Teljes mértékben igaz

1.	Kényelmetlenül érzem magam, ha megmondom a partneremnek, hogy mi esik jól.	1	2	3	4	5	6	7
2.	Kényelmetlenül érzem magam, ha szex közben beszélgetek.	1	2	3	4	5	6	7
3.	Nyitott vagyok a partneremmel a szexuális igényeimmel kapcsolatban.	1	2	3	4	5	6	7
4.	Tudatom a partneremmel, ha szexre vágyom.	1	2	3	4	5	6	7
5.	Szégyenlős vagyok, amikor a szexről van szó.	1	2	3	4	5	6	7
6.	Megkeresem a partneremet, ha vágyom a szexre.	1	2	3	4	5	6	7
7.	Akkor kezdem a szexet a partneremmel, amikor én akarom.	1	2	3	4	5	6	7
8.	Könnyen beszélek a szexről a partneremmel.	1	2	3	4	5	6	7
9.	Visszautasítom a szexet, ha nem akarom.	1	2	3	4	5	6	7
10.	Azon kapom magam, hogy akkor is szexelek, amikor	1	2	3	4	5	6	7

	nem igazán akarom.							
11.	Beadom a derekam és csókolózok, ha a partnerem nyomást gyakorol rám, még akkor is, ha már mondtam nemet.	1	2	3	4	5	6	7
12.	Szexelek, ha a partnerem azt akarja, még akkor is, ha én nem akarom.	1	2	3	4	5	6	7
13.	Könnyen mondok nemet, ha nem akarok szexelni.	1	2	3	4	5	6	7
14.	Megkérdezném a partneremet a HIV kockázatáról.	1	2	3	4	5	6	7
15.	Megkérdezném a partneremet, hogy volt-e már szexuális kapcsolata olyan valakivel, aki intravénásan juttat drogokat a szervezetébe.	1	2	3	4	5	6	7
16.	Megkérdezném a partneremet, hogy gyakorolta-e a biztonságos szexuális életet más partnerekkel.	1	2	3	4	5	6	7
17.	Megkérdezem a partnereimet a szexuális múltjukról.	1	2	3	4	5	6	7
18.	Megkérdezem a partnereimet, hogy volt-e már valaha szexuális úton terjedő fertőzésük/betegségük.	1	2	3	4	5	6	7

5. sz. melléklet

Szexuális Hiedelmek és Információ Kérdőív

Arra kérem, hogy az alábbi állításoknál jelölje az "I" válaszlehetőséget, ha úgy gondolja, hogy az állítás igaz; jelölje a "H" válaszlehetőséget, ha úgy gondolja, hogy a válasz hamis; és jelölje a "?" válaszlehetőséget, ha nem biztos válaszában. A kérdésekre nem feltétlenül lehet jó vagy rossz választ adni. A válaszok abban segítenek minket, hogy megértsük, hogyan érez, vélekedik, vagy mit gondol helyesnek a szexualitás témájával kapcsolatban.

Amennyiben telefonon keresztül tölti ki, kérem, fektesse el a képernyőt, illetve ha szükséges, húzza el jobbra a teljes skála megtekintéséhez!

1.	A pénisz teljes erekciója/merevedése szükséges a férfi orgazmusához és ejakulációjához.	I	H	?
2.	Egy párnak akkor is jó lehet a szexuális kapcsolata, ha sosem tudnak egyszerre eljutni az orgazmusig.	I	H	?
3.	A kondom (óvszer) használata megvéd a terhességtől és több betegségtől.	I	H	?
4.	A lubrikáció (a hüvely nedvesedése) mutatja a nők szexuális izgalmát, csak úgy, mint a férfiak esetében az erekció.	I	H	?
5.	Az óvszer nélküli anális szex megnöveli a nemi betegségek kialakulásának kockázatát.	I	H	?
6.	A maszturbáció, akár férfi, akár nő végzi, annak a jele, hogy valami nincs rendben az illető nemi életével.	I	H	?
7.	Szexuális problémák gyakran azért fordulnak elő, mert a férfiak és nők kínosnak tartják elmondani partnerüknek, hogy milyen fajta izgatásra vágnak szeretkezés során.	I	H	?
8.	A legtöbb nő képes szexuális kielégülést elérni akkor is, ha partnere nem tudja fenntartani erekcióját.	I	H	?
9.	A női nemi szerv legérzékenyebb területe a hüvely (vagina) mélyén található.	I	H	?
10.	Minél nagyobb a pénisz mérete, az testileg annál kielégítőbb a nő számára aktus során.	I	H	?
11.	Ha egy pár nem létesíthet szexuális aktust, kizárt, hogy szexuális kapcsolatuk kielégítő.	I	H	?
12.	Egészséges, idős férfiak erekciója gyakran nem olyan kemény, mint az egészséges, fiatal férfiak esetében.	I	H	?
13.	Ahogy egy férfi idősödik, az orgazmusa és ejakulációja egyre erőtlenebbé válik, esetleg egyes alkalmakkor egyáltalán nincs magömlése.	I	H	?

14.	Egy középkorú vagy annál idősebb nőnek több időre lehet szüksége, hogy izgalmi állapotba kerüljön, és lehet, hogy sikosítót kell használni, hogy kellemetlen érzés nélkül tudjon szeretkezni.	I	H	?
15.	Ahogy egy férfi idősödik, általában több érintést és több időt igényel, hogy pénisz merevvé váljon.	I	H	?
16.	A stressz és a kudarcból való félelem okozhatja, ha egy férfi elveszti képességét erekciója kialakítására vagy fenntartására.	I	H	?
17.	Az italozás és dohányzás nincs hatással egy férfi szexuális képességeire.	I	H	?
18.	A férfiak többsége valamilyen merevedési zavart kezd el tapasztalni saját magán mire elérkezik a 40-es vagy 50-es éveibe.	I	H	?
19.	Egy pár nemi élete gyakran fejleszthető, ha a partnerek több időt fordítanak egymás kényeztetésére az ágyban és ágyon kívül is.	I	H	?
20.	A legtöbb esetben az impotencia annak eredménye, hogy a férfi szervezetében nincs elég férfi hormon.	I	H	?
21.	Úgy hiszem, szexuális élvezetet nem lehet elérni aktus nélkül.	I	H	?
22.	Általában az embereknek a szex nem olyan, mint a filmekben – időt és erőfeszítést igényel.	I	H	?
23.	Vannak olyan gyógyszerek, amelyek merevedési problémákat tudnak okozni a férfiakban.	I	H	?
24.	Egy férfinak vagy nőnek mindig készen kell állnia az aktusra/közösülésre, amikor a partnere azt akarja.	I	H	?
25.	Ha egy férfi vagy nő nem képes az aktusra, a legjobb, ha a pár kerül mindenféle fizikai érintkezést.	I	H	?

6. sz. melléklet

Szexuális Motiváció Kérdőív

Az ember számos okból létesíthet szexuális kapcsolatot valakivel (pl. közösül). Az alábbiakban egy listát talál majd, amelyben ilyen okok szerepelnek. Kérjük, valamennyi esetben jelölje meg, hogy Önnél milyen gyakran vezettek ezek az okok a múltban ahhoz, hogy valakivel szexeljen. Például, ha egy adott ok egyáltalán nem volt jellemző az Ön eddigi szexuális életére, akkor jelölje meg a kérdés mellett a „1”-es számot. Ha azonban nagyon gyakran vezetett egy adott ok ahhoz, hogy Ön szexeljen, akkor jelölje meg az „5”-ös számot. Ha nem közösült még életében, akkor azt jelölje a számokkal, hogy milyen okok vezetnék Önt ahhoz, hogy szexeljen (ha ezt tenné).

Amennyiben telefonon keresztül tölti ki, kérem, fektesse el a képernyőt, illetve ha szükséges, húzza el jobbra a teljes skála megtekintéséhez!

1=Egyáltalán nincs ilyen szexuális tapasztalatom.

2=Van néhány ilyen szexuális tapasztalatom.

3=Jópár ilyen szexuális tapasztalatom van.

4=Elég sok ilyen szexuális tapasztalatom van.

5=Nagyon sok ilyen szexuális tapasztalatom van

Azért szexeltem, mert:

1.	Új élményre vágytam	1	2	3	4	5
2.	Szeretem a változatosságot	1	2	3	4	5
3.	Tiltott gyümölcs volt	1	2	3	4	5
4.	Divatból	1	2	3	4	5
5.	Nem akartam kilógni a sorból	1	2	3	4	5
6.	Menő akartam lenni	1	2	3	4	5
7.	A partnerem nem akart velem szexelni (ezért mással szexeltem)	1	2	3	4	5
8.	A partnerem nem volt képes a szexre (ezért mással szexeltem)	1	2	3	4	5
9.	A partnerem nem elég bevállalós (ezért mással szexeltem)	1	2	3	4	5
10.	Alkohol hatása miatt	1	2	3	4	5
11.	Módosult tudatállapot miatt	1	2	3	4	5

12.	A buli hevében egymásnak estünk	1	2	3	4	5
13.	Bosszantás miatt	1	2	3	4	5
14.	Bosszút akartam állni	1	2	3	4	5
15.	Féltékennyé akartam tenni a másikat	1	2	3	4	5
16.	Élménykeresés miatt	1	2	3	4	5
17.	Csábítás volt	1	2	3	4	5
18.	Éltem a lehetőséggel	1	2	3	4	5
19.	Uralkodni akartam a másik felett	1	2	3	4	5
20.	Demonstrálni akartam a hatalmam	1	2	3	4	5
21.	Birtoklási vágyból	1	2	3	4	5
22.	Bizonyítás önmagamnak	1	2	3	4	5
23.	Önbizalom-növelés miatt	1	2	3	4	5
24.	Elismerés iránti vágy miatt	1	2	3	4	5
25.	Orgazmus utáni vágy miatt	1	2	3	4	5
26.	Szexuális vágy miatt					
27.	Vágytam a gyönyörre	1	2	3	4	5
28.	Ez következett a kapcsolat fejlődésében	1	2	3	4	5
29.	Kapcsolat elmélyítése miatt	1	2	3	4	5
30.	Kapcsolatkiteljesedés miatt	1	2	3	4	5
31.	Jó volt a teste	1	2	3	4	5
32.	Jó illata volt	1	2	3	4	5
33.	Vonzó személyisége volt	1	2	3	4	5
34.	Felfrissülés miatt	1	2	3	4	5
35.	Feszültség csökkentése miatt	1	2	3	4	5
36.	Feltöltődés miatt	1	2	3	4	5
37.	Szerelemből	1	2	3	4	5
38.	Egymásnak lettünk teremtvé	1	2	3	4	5
39.	Szenvedélyből	1	2	3	4	5
40.	Szokatlan helyszín vagy szituáció kipróbálása miatt	1	2	3	4	5
41.	Különleges alkalom/helyzet volt	1	2	3	4	5
42.	Új pozitúrát akartam kipróbálni	1	2	3	4	5
43.	Spirituális egyesülés miatt	1	2	3	4	5
44.	Önkifejezés miatt	1	2	3	4	5

45.	Összehangolódás utáni vágy miatt	1	2	3	4	5
46.	Törődésből	1	2	3	4	5
47.	Fel akartam vidítani a másikat	1	2	3	4	5
48.	Ünneplés miatt	1	2	3	4	5
49.	Boldoggá akartam tenni a másikat	1	2	3	4	5
50.	Boldogságot akartam érezni	1	2	3	4	5
51.	Jó volt az érintése	1	2	3	4	5
52.	Magány enyhítése miatt	1	2	3	4	5
53.	Szeretet hiánya miatt	1	2	3	4	5
54.	Szomorúság enyhítése miatt	1	2	3	4	5
55.	Kötelességből	1	2	3	4	5
56.	Megszokásból	1	2	3	4	5
57.	A másik gyanújának elhessegetése miatt	1	2	3	4	5
58.	Haszonszerzés céljából	1	2	3	4	5
59.	Eszköz volt a cél elérése érdekében	1	2	3	4	5
60.	Előnyszerzés miatt	1	2	3	4	5
61.	Bocsánatkérésként	1	2	3	4	5
62.	Békülés miatt	1	2	3	4	5
63.	Kiengesztelés miatt	1	2	3	4	5
64.	Behódolás miatt	1	2	3	4	5
65.	Biztonságkeresés miatt	1	2	3	4	5
66.	Bizonyítás a partnernek	1	2	3	4	5
67.	Engedelmességből	1	2	3	4	5
68.	Szívésségből	1	2	3	4	5
69.	Sajnálataból	1	2	3	4	5
70.	Vigasztalásból	1	2	3	4	5
71.	Kapcsolat megtartása miatt	1	2	3	4	5
72.	Kapcsolat megmentése miatt	1	2	3	4	5
73.	Nem akartam elveszíteni a másikat	1	2	3	4	5

7. sz. melléklet

Rosenberg Önbecsülés Skála

Az alábbi listán néhány kijelentést olvashat. Kérem, olvassa el mindegyik állítást, és jelölje, hogy milyen mértékben ért egyet az alábbi állításokkal!

Amennyiben telefonon keresztül tölti ki, kérem, fektesse el a képernyőt, illetve ha szükséges, húzza el jobbra a teljes skála megtekintéséhez!

1 - Egyáltalán nem értek egyet

4 - Teljesen egyetértek

1.	Úgy érzem, értékes ember vagyok, legalábbis másokhoz képest.	1	2	3	4
2.	Úgy érzem, sok jó tulajdonságom van.	1	2	3	4
3.	Mindent egybevetve, hajlamos vagyok arra, hogy tehetségtelen, sikertelen embernek tartsam magam.	1	2	3	4
4.	Képes vagyok olyan jól csinálni a dolgokat, mint mások.	1	2	3	4
5.	Úgy érzem, nem sok dologra lehetek büszke.	1	2	3	4
6.	Jó véleménnyel vagyok magamról.	1	2	3	4
7.	Mindent fontolóra véve, elégedett vagyok magammal.	1	2	3	4
8.	Bárcsak jobban tudnám magam tisztelni.	1	2	3	4
9.	Időnként értéktelennek érzem magam.	1	2	3	4
10.	Néha azt gondolom, hogy semmiben sem vagyok jó.	1	2	3	4

8. sz. melléklet

Testi Attitűdök Tesztje – Női változat

Az alábbi állítások az Ön testképére vonatkoznak. Kérem, válaszoljon egy hatfokú skálán, hogy milyen mértékben jellemző Önre az, amire az állítás utal!

Amennyiben telefonon keresztül tölti ki, kérem, fektesse el a képernyőt, illetve ha szükséges, húzza el jobbra a teljes skála megtekintéséhez!

- 1 – soha
- 2 – ritkán
- 3 – néha
- 4 – gyakran
- 5 – rendszerint
- 6 – mindig

1.	Ha összehasonlítom a saját testemet a kortársaiméval, elégedetlen vagyok vele.	1	2	3	4	5	6
2.	A testem érzéketlen tárgynak tűnik.	1	2	3	4	5	6
3.	A csípőm túl szélesnek tűnik számomra.	1	2	3	4	5	6
4.	Jól érzem magam a bőrömben.	1	2	3	4	5	6
5.	Nagyon vágyom arra, hogy vékonyabb legyek.	1	2	3	4	5	6
6.	Azt gondolom, hogy a melleim nem megfelelő méretűek.	1	2	3	4	5	6
7.	Hajlamos vagyok elrejteni a testemet (pl. bő ruhákat hordok).	1	2	3	4	5	6
8.	Ha megnézem magam a tükörben, elégedetlen vagyok a testemmel.	1	2	3	4	5	6
9.	Könnyű számomra ellazítani a testemet.	1	2	3	4	5	6
10.	Azt gondolom, túl kövér vagyok.	1	2	3	4	5	6
11.	Tehernek érzem a testemet.	1	2	3	4	5	6
12.	Úgy tűnik nekem, mintha a testem nem is az enyém volna.	1	2	3	4	5	6
13.	Úgy érzem, mintha egyes testrészeim dagadtak lennének.	1	2	3	4	5	6
14.	A testem szorongást jelent számomra.	1	2	3	4	5	6
15.	A testi megjelenésem nagyon fontos számomra.	1	2	3	4	5	6
16.	Olyan nagy a hasam, mintha terhes lennék.	1	2	3	4	5	6
17.	Feszültséget érzek a testemben.	1	2	3	4	5	6
18.	Irigylem mások testi megjelenését.	1	2	3	4	5	6
19.	Olyan dolgok történnek a testemben, melyek megijesztenek.	1	2	3	4	5	6
20.	Figyelem, hogy milyennek látszom a tükörben.	1	2	3	4	5	6

9. sz. melléklet

Testi Attitűdök Tesztje – Férfi változat

Az alábbi állítások az Ön testképére vonatkoznak. Kérem, válaszoljon egy hatfokú skálán, hogy milyen mértékben jellemző Önre az, amire az állítás utal!

Amennyiben telefonon keresztül tölti ki, kérem, fektesse el a képernyőt, illetve ha szükséges, húzza el jobbra a teljes skála megtekintéséhez!

- 1– soha
- 2– ritkán
- 3– néha
- 4– gyakran
- 5– rendszerint

6– mindig

1.	Ha összehasonlítom a saját testemet a kortársaiméval, elégedetlen vagyok vele.	1	2	3	4	5	6
2.	A testem érzéketlen tárgynak tűnik.	1	2	3	4	5	6
3.	A vállam túl keskenynek tűnik számomra.	1	2	3	4	5	6
4.	Jól érzem magam a bőrömben.	1	2	3	4	5	6
5.	Nagyon vágyom arra, hogy izmosabb legyek.	1	2	3	4	5	6
6.	Azt gondolom, hogy mellizomzatom túl kicsi.	1	2	3	4	5	6
7.	Hajlamos vagyok elrejtetni a testemet.	1	2	3	4	5	6
8.	Ha megnézem magam a tükörben, elégedetlen vagyok a testemmel.	1	2	3	4	5	6
9.	Könnyű számomra ellazítani a testemet.	1	2	3	4	5	6
10.	Azt gondolom, túl kövér vagy túl vékony vagyok.	1	2	3	4	5	6
11.	Tehernek érzem a testemet.	1	2	3	4	5	6
12.	Úgy tűnik nekem, mintha a testem nem is az enyém volna.	1	2	3	4	5	6
13.	Úgy érzem, mintha egyes testrészeim túl nagyok vagy túl vékonyak lennének.	1	2	3	4	5	6
14.	A testem szorongást jelent számomra.	1	2	3	4	5	6
15.	A testi megjelenésem nagyon fontos számomra.	1	2	3	4	5	6
16.	Nagynak látom a hasamat.	1	2	3	4	5	6
17.	Feszültséget érzek a testemben.	1	2	3	4	5	6
18.	Irigylem mások testi megjelenését.	1	2	3	4	5	6
19.	Olyan dolgok történnek a testemben, melyek megijesztenek.	1	2	3	4	5	6
20.	Figyelem, hogy milyennek látszom a tükörben.	1	2	3	4	5	6