

# A PÁRKAPCSOLATI HIEDELMEK KÉRDŐÍV HAZAI ADAPTÁLÁSÁNAK EREDMÉNYEI

Dr. Szabó-Bartha Anett<sup>1</sup> – Dr. Szondy Máté<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Károli Gáspár Református Egyetem, Pszichológiai Intézet, Személyiség- és Klinikai Pszichológiai Tanszék, e-mail: szabobartha@gmail.com

<sup>2</sup> Károli Gáspár Református Egyetem, Pszichológiai Intézet, Személyiség- és Klinikai Pszichológiai Tanszék

## Absztrakt

Jelen vizsgálatunk célja a Párkapcsolati Hiedelmek Kérdőív (Relationship Beliefs Inventory) magyar változatának validitás- és reliabilitás-vizsgálatának elvégzése.

Az 5 skálából álló kérdőív a párkapcsolatokról kialakított diszfunkcionális hiedelmek feltérképezésére készült, melyek sok esetben összefüggésbe hozhatók a párkapcsolatban megjelenő distressz, konfliktusok és a kapcsolati elégedetlenség mértékével.

Az 576 fő bevonásával készült vizsgálat során a következő eredményeket kaptuk: két alskála (*A véleménykülönbség kapcsolatromboló*, *A partner változtatási képtelenségére irányuló hiedelmek*) alacsonyabb Cronbach-alfa értéke mellett is a kérdőív belső reliabilitása megfelelőnek tekinthető. A strukturális elemzés az eredeti kérdőívhez hasonló ötfaktoros szerkezetet mutatta.

A szociodemográfiai tényezőkkel a *Szexuális tökéletességre* vonatkozó hiedelmek mutatták a legerősebb összefüggést: így ennek szintje magasabb volt a férfiaknál, a fiataloknál, illetve azoknál, akik még nem élnek házasságban (csak együtt járnak). A kérdőív a validálós-kálákkal az elvárt irányú kapcsolatot mutatta: a kapcsolatra vonatkozó diszfunkcionális elképzelések negatív kapcsolatban álltak az élettel való elégedettségel, illetve a párkapcsolatra vonatkozó elégedettséggel.

A kérdőív így alkalmasnak tekinthető a párkapcsolati hiedelmek mérésére, és annak felhasználása a kutatás mellett a terápiás munkában is hasznos eszköz lehet, a kapcsolati problémák mögött meghúzódó hibás kogníciók feltárására és tudatosítására.

**Kulcsszavak:** párkapcsolati hiedelem ■ diszfunkcionális kapcsolati hiedelem ■ párkapcsolati elégedettség ■ élettel való elégedettség

## Abstract

The aim of this study is to adapt the Hungarian version of the Relationship Beliefs Inventory (RBI), and to examine its validity and reliability.

RBI – that consists of 5 scales – is used extensively in marital research for measuring dysfunctional relationship beliefs. A widely accepted assumption is that these unrealistic beliefs about marriage contribute to marital difficulties, distress, and marital dissatisfaction.

The results of the study, which recruited 576 subjects, shows that the reliability of the inventory is acceptable, although Cronbach's alpha is lower for two subscales (*Disagreement is destructive*, *Partners cannot change*) than for the others. The structural analysis confirmed the five-factor structure of the inventory.

Results indicate strong correlation between subscale *Sexual perfectionism* and some

socio-demographic factors: values of Sexual perfectionism were higher among men, younger participants, and partners living together (but not in marriage).

Examining the validity of the inventory, relationship beliefs show negative correlation with general life satisfaction, and marital satisfaction.

Conclusion of our study is that the Hungarian version of RBI is appropriate for identifying dysfunctional relationship beliefs. This inventory can be used not only in the fields of research, but can be useful for therapeutic application in order to reveal unrealistic relationship beliefs causing marital conflicts.

---

**Key words:** relationship beliefs ■ dysfunctional relationship beliefs ■ relational satisfaction ■ general life satisfaction

---

## BEVEZETÉS

A kognitív-viselkedésterápiás nézőpont szerint az érzelmeinket és viselkedésünket nagyban meghatározza az, ahogyan a világot észleljük, strukturáljuk. Ezek a kogníciók az előzetes élményeink, tapasztalataink alapján kialakított attitűdökön, sémákon vagy hiedelmeken alapulnak. Adaptív értékük szempontjából a hiedelmeink lehetnek hatékonyak, hasznosak a számunkra, bizonyos esetekben azonban túlságosan merevvé, rigiddé, diszfunkcionálissá válhatnak. Ilyen esetben az egyén a helyzetet, az abban megjelenő ingereket, információkat torzult módon észlelheti, ami negatív irányba befolyásolhatja az érzelmi és viselkedéses reakcióit. Ilyen kognitív hiedelmeket kialakíthatunk szinte bármivel kapcsolatban: önmagunkról, másokról, a világ működéséről, a kapcsolatainkról, a múltunkról, a jövőnk alakulásáról. Jelen cikkünkben egy olyan mérőeszközt mutatunk be, amely speciálisan a párkapcsolatról kialakított kognícióinkat vizsgálja: ez pedig nem más, mint a Relationship Beliefs Inventory (RBI) (magyarul: Párkapcsolati Hiedelmek Kérdőív) (Eidelson és Epstein, 1982).

### 1. Elméleti áttekintés

#### 1.1. A párkapcsolati hiedelem fogalma, mérőeszközei

A **párkapcsolati hiedelmek** az intim kapcsolatok különböző aspektusaira irányuló kognícióinkat jelentik, melyek magukba foglalják a párkapcsolatra, illetve a másik fél viselkedésére, gondolkodására, érzéseire irányuló elvárásainkat, szándékainkat, attribúcióinkat, melyek meghatározzák a kapcsolati viselkedésünket, valamint az azzal kapcsolatos érzéseinket, hozzáállásunkat (Eidelson és Epstein, 1982).

Amennyiben a párkapcsolati hiedelmek diszfunkcionálissá – azaz túlságosan szélsőségesse, merevvé – válnak, az kedvezőtlenül hathat a kapcsolat minőségére és az azzal kapcsolatos érzelmi megélésre egyaránt.

A kapcsolati hiedelmek kialakulásának gyökere visszavezethető egészen a gyermekkorra. Gondoljunk itt azokra a kapcsolatokra, nőkre, férfiakra vonatkozó sokat hallott mondatokra, történetekre, melyeket gyerekként a családtagjainktól, elsősorban szüleinktől hallottunk, illetve nem szabad elfeledkeznünk azokról a párkapcsolati mintákról sem, melyeket a családi közegben tapasztaltunk meg. Ezek a korai tapasztalatok később kiegészülnek azokkal a személyes élményekkel, melyeket a serdülőkorba, majd felnőttkorba élve saját párkapcsolatainkban élünk meg. Továbbá számolnunk kell az egyéb forrásból származó ismeretekkel, információkkal is, úgymint a könyvek, filmek és a média által a párkapcsolatokról sugallt elképzelésekkel. Ezek alapján formálódik bennünk egy attitűd, elvárás a párkapcsolatokra vonatkozóan, mely lehet funkcionális vagy diszfunkcionális egyaránt. Ez utóbbiról akkor beszélhetünk, amikor az adott hiedelem túlságosan szélsőséges, merevvé válik, és annak rugalmas megváltoztatására nem vagyunk képesek az új, esetlegesen az adott hiedelemnek ellentmondó, azt megcáfoló tapasztalat esetén sem. Ezek a diszfunkcionális attitűdök lehetnek azok, amelyek a párkapcsolatban mutatott viselkedésünket és az abban megélt érzelmeinket is szélsőséges irányban befolyásolják, és konfliktust eredményeznek a kapcsolatban. Így például, amikor valaki elvárja a párjától a „gondolatolvasást”, azaz úgy véli, hogy egy jól működő kapcsolatban a partnernek mindig tisztában kell lennie a másik igényeivel, elvárásaival, anélkül, hogy ezt ki kellene mondani, gyakran jelentkezik konfliktus azokban a helyzetekben, amikor a partner erre nem képes. Párkapcsolati hiedelmekkel azonban nem csupán a párkapcsolatban élő egyének rendelkeznek, bár sok esetben ezek megléte és diszfunkcionalitása abban aktivizálódik, hanem ott vannak mindannyiunk fejében. Előfordulhat, hogy egyes diszfunkcionális hiedelmek (pl. a másikkal való összeolvadástól való félelem) már magát a párkapcsolat kialakulását is megakadályozzák. Így ezek feltérképezése indokolt lehet egyedülálló személyek esetében is, nem csupán konfliktusos párkapcsolatban élőknél. A párkapcsolati hiedelmek vizsgálatára, mérésére irányuló kutatások már az 1980-as években elindultak, és feltérképezésükre számos mérőeszköz született. Ezek közül néhányat a teljesség igénye nélkül az 1. táblázatban foglaltunk össze.

MÉRŐESZKÖZ	SZERZŐ, ÉVSZÁM
Relationship Beliefs Inventory (RBI)	Eidelson-Epstein, 1982
Marriage Beliefs Inventory	Peters, 1984
Fear of Close Personal Realtionship Questionnaire	Sheehan, 1989
Relationship Beliefs Scale (RBS)	Fletcher-Kinmonth, 1992
Relationship Beliefs Questionnaire (RBQ)	Romans-DeBord, 1995
Interpersonal Cognitive Distortion Scale	Hamamci, 2004

**1. táblázat** Párkapcsolati hiedelmek vizsgálatára kialakított mérőeszközök

Ezek a kérdőívek, skálák különböző dimenziók mentén osztályozzák a párkapcsolati hiedelmeket, melyek ismertetésére jelen cikkünkben nem térünk ki.

Részletesen az általunk adaptálni kívánt Relationship Beliefs Inventory-t ismer-tetjük a későbbiekben. A választásunk azért esett erre a kérdőívre, mert olyan hiedelmek beazonosítására alkalmas, melyek gyakran fellelhetők a konfliktusos kapcsolatok hátterében. Mint a később ismertetésre kerülő kutatásokban is látni fogjuk, ez az egyik leggyakrabban használt mérőeszköz a kapcsolati hiedelmek diszfunkcionalitásának felmérésében.

## **1.2. A párkapcsolati hiedelmek összefüggése a párkapcsolati működéssel**

A korai kutatások a párkapcsolat működését a korai maladaptív sémák, illetve az általános diszfunkcionális attitűdök vonatkozásában vizsgálták.

Ide tartozik pl. Freeman (1998), Yousefi, Etemadi, Bahrami és Ahmadi (2010), valamint Dumitrescu és Rusu (2012) vizsgálata, melyek azt igazolták, hogy a diszfunkcionális sémák, hiedelmek általában kedvezőtlenül befolyásolják a pár tagjai közti kapcsolat alakulását. Ez érthető, hiszen ezek az egyénben megjelenő szélsőséges elvárások, attitűdök gyakran jelentik a pár tagjai közti konfliktusok forrását, fokozva köztük a kapcsolati distressz mértékét, és e révén hozzájárulnak a kapcsolattal való elégedettség csökkenéséhez. Ami közös ezen vizsgálatok eredményében, az annak igazolása, hogy a korai maladaptív sémák és diszfunkcionális hiedelmek előfordulása alapján nagy eséllyel bejósolható a kapcsolattal való elégedettség mértéke, bizonyos esetekben akár a válás bekövetkezésének előfordulása is (Yousefi és mtsai, 2010). Ennek oka, hogy az egyén a saját sémáin, hiedelmein keresztül észleli a valóságot és értékeli partnerét, annak viselkedését. Amennyiben ezek a hiedelmek szélsőséges irányba térnek el, az a partner és a párkapcsolat észlelését negatív irányba torzíthatja, így eredményezve feszültséget és konfliktust a pár tagjai között.

Ezen kutatásokkal közel egy időben a vizsgálatok egy másik vonulata arra hívta fel a figyelmet, hogy vannak olyan specifikus hiedelmek, melyek kifejezetten a párkapcsolatra vonatkoznak, és úgy tűnik, hogy ezek jóval nagyobb befolyással bírnak a párkapcsolat alakulására, működésére, az azzal való elégedettségre, mint az általános diszfunkcionális hiedelmek és maladaptív sémák.

Így többek között Jones és Stanton (1988) vizsgálata is megerősítette, hogy a kapcsolati hiedelmek jobban bejósolják a kapcsolatban megjelenő distressz mértékét, mint az általános diszfunkcionális hiedelmek. Hamamci (2005a; 2005b) szintén kapcsolatot talált a diszfunkcionális kapcsolati hiedelmek mértéke és a házastársi konfliktus gyakorisága és intenzitása között.

Egy nagyszabású holland felmérés (1285 fő) esetén azt nézték, hogy a diszfunkcionális, szorongáskeltő kapcsolati hiedelmek hogyan befolyásolják a pár tagjainak kapcsolatuk fenntartása érdekében mutatott viselkedését, valamint mindez hogyan hat a kapcsolatukkal való elégedettségük mértékére. Az ered-

mények azt mutatták, hogy a szorongáskeltő kapcsolati hiedelmek (pl.: *összeolvadástól való félelem, elhagyástól való félelem* stb.) negatív irányba befolyásolják a kapcsolati elégedettséget azáltal, hogy gátolják az intimitás kialakulását elősegítő viselkedéseket a pár életében (Faber, 2010).

Bizonyos esetekben ezek a diszfunkcionális kapcsolati hiedelmek olyan mértéket ölthetnek, melyek akár bizonyos tüneti viselkedésekkel is kapcsolatot mutathatnak. Így megemlíthetünk egy vizsgálatot, ahol depresszióval kezelt nők esetében összefüggést találtak a tünetek mértéke és bizonyos diszfunkcionális kapcsolati hiedelmek (pl.: *gondolatolvasás, szexuális tökéletességre törekvés, az egyet nem értés kapcsolatromboló, a partner képtelen a változásra*) között, és mindez befolyásolta a v.sz.-ek kapcsolattal való elégedettségét is (Uebelacker-Whisman, 2005).

A diszfunkcionális kapcsolati hiedelmek és a párkapcsolati konfliktusok megoldásának összefüggéseit vizsgálva Bradbury és Fincham (1993) azt találták, hogy az irracionális kapcsolati hiedelmek gyakran interferálnak a hatékony problémamegoldással. Az eredmények alapján úgy tűnik, hogy azok a házastársak, akik szélsőséges párkapcsolati hiedelmekkel rendelkeznek, nem kerülnek el a házastársi problémák megbeszélését, ugyanakkor viselkedésükre a kritikusság és ellenségesség jellemző, és többnyire partnerüket okolják a fennálló problémák miatt.

A korábbi kutatási eredményekkel összhangban Esmailpour, Mahdavi, és Khajeh (2013) szintén azt találták, hogy a kapcsolati elégedettséget a kapcsolat időtartama, és a kapcsolati készségek mellett jelentősen meghatározzák a kapcsolatra vonatkozó hiedelmek, úgymint: *„A jó kapcsolatot könnyű fenntartani”, „Mindent közösen kellene csinálnunk”, „Képesnek kell lennünk egymás összes igényét kielégíteni”* stb.. Érdeklődéssel itt kell megemlítenünk, hogy ez volt az első olyan vizsgálat, amely azt találta, hogy a diszfunkcionális kapcsolati hiedelmek nem minden esetben befolyásolják negatív irányba a kapcsolati elégedettséget, bizonyos hiedelmek szélsőségességük ellenére is pozitív kapcsolatban állhatnak vele. Jelen esetben ez a kapcsolat könnyű fenntarthatóságára vonatkozó hiedelem volt. Úgy tűnik tehát, hogy bizonyos esetekben a kapcsolati hiedelmek motiválóan is hathatnak a kapcsolatra, és mint elérendő célok jelenhetnek meg abban.

### **1.3. A Párkapcsolati Hiedelmek Kérdőív (Relationship Beliefs Inventory) ismertetése**

A párkapcsolati hiedelmek mérésére kialakított eszközök közül a legelső köztartozott az Eidelson és Epstein által 1982-ben kialakított Relationship Belief Inventory (RBI). A kérdőív tételeinek összeállítása először tapasztalati úton történt: a szerzők 20 párterapeutát kértek fel, hogy gyűjtsék össze azokat a párkapcsolatokban megjelenő hiedelmeket, melyek gyakran eredményeznek kapcsos-

lati konfliktust a klienseiknél. Így kezdetben összesen 128 állítást sikerült összegyűjteniük. Ezeket az állításokat egy 47 párból álló klinikai mintán tesztelték, majd a tételek statisztikai vizsgálata (item-totál korreláció) során az eredeti 128 állításból álló listát egy 5-ször 12 itemből álló skálára csökkentették. Ezt a 60 tételből álló kérdőívet egy további 100 párból álló mintán vizsgálták be, és e során az 5 dimenzió mindegyikéből további 4 itemet kivettek. Így állt össze az összesen 40 tételt tartalmazó kérdőív, mely a párkapcsolati hiedelmeket 5 dimenzió mentén értékelte, melyek a következők voltak:

1. **Gondolatolvasás:** az ide tartozó állítások fejezik ki azokat az elvárásokat, melyek szerint a pár tagjainak tudniuk kellene olvasni egymás gondolataiban. Pl.: *„Feldühít, ha a partnerem nem veszi észre, mit érzek, és nekem kell elmagyaráznom neki.”*
2. **A véleménykülönbség kapcsolatromboló:** ezen hiedelmek szerint, amennyiben a pár tagjainak véleménye között eltérés van, az veszélyeztetheti a kapcsolat alakulását. Pl.: *„Ha a partnerem és én nem értünk egyet egymással valamiben, úgy érzem, hogy szétesőben van a kapcsolatunk.”*
3. **A partner változtatási képtelenségére irányuló hiedelmek:** ide tartoznak mindazok az állítások, melyek a partnerek saját viselkedésének, illetve a kapcsolat megváltoztatására való képtelenségét fejezik ki. Pl.: *„Nem hiszem, hogy a partnerem képes lenne változtatni a viselkedésén.”*
4. **Szexuális tökéletességre való törekvés:** ez a dimenzió a szexuális életben nyújtott tökéletes teljesítmény és a partner kielégítésének vágya iránti elvárásokat tartalmazza. Pl.: *„Feszült leszek, ha úgy érzem, hogy nem elégítettem ki teljesen a partneremet szexuálisan.”*
5. **Nemek közti különbség:** az ide tartozó itemek a férfiak és nők személyisége és kapcsolati igényei közti különbségeket fogalmazzák meg. Pl.: *„A férfiak és a nők valószínűleg soha nem érthetik meg egymást igazán.”*

A kérdőíven végzett reliabilitás-vizsgálat során az 5 dimenzió esetében a Cronbach-alfa értékek 0,72-0,81 között mozogtak, míg a skálák közti korrelációs értékek 0,17-0,44 közé estek. A validitás-vizsgálat eredményei azt mutatták, hogy minél magasabb értéket ér el valaki az egyes dimenziókban, az annál magasabb szintű kapcsolati elégedetlenséggel jár együtt (Eidelson és Epstein, 1982). Továbbá azt találták, hogy párterápiák esetén a diszfunkcionális párkapcsolati hiedelmek magas szintje szignifikáns összefüggést mutat a terápia sikerességével kapcsolatos pesszimizmussal, a kapcsolat fenntartása helyett az annak lezárására irányuló szándékkal, illetve a párterápia helyett az egyéni terápia preferálásával. Valamint a diszfunkcionális kapcsolati hiedelmek a szelfre irányuló irracionális hiedelmekkel is szoros együttjárást mutattak. Hasonló eredményt kaptak Emmelkamp, Krol, Sanderman és Rüphan (1987), kiegészítve a korábbi eredményeket azzal, hogy a diszfunkcionális kapcsolati hiedelmek

magas értéke szoros összefüggést mutat a párkapcsolati feszültség, distressz mértékével is.

Végül meg kell említenünk James, Hunsley és Hensworth 2002-ben zajló kutatását, mely egy 205 főből álló mintán vizsgálta újra az RBI faktor-struktúráját. Ennek eredményeként az eredeti 5 dimenzióból álló kérdőív helyett egy 6 faktoros struktúrát javasoltak, illetve felvetették néhány problémás item eltávolítását a kérdőívből (a „Partner változtatási képtelensége” dimenzió 4 itemét). A kérdőív dimenziói közül a legtöbbet jól definiáltak tekintették, kivéve a „Nemek közti különbség” dimenzióját, mely véleményük szerint további két faktorra bontható: az egyik a „Nemek szükségletei, igényei közti eltérés”, a másik a „Másik nem megértésével kapcsolatos nehézségek” alfaktorok.

## 2. Módszer

### 2.1. Vizsgálati személyek

Az adatfelvétel 2014-ben történt kényelmi mintavételi eljárással (papír-ceruza eljárással). A részvétel önkéntes alapon történt, a résztvevők nem kaptak kompenzációt a kutatásban való részvételért. A 2. táblázat tartalmazza a minta legfontosabb demográfiai jellemzőit.

ELEMSZÁM	ISKOLAI VÉGZETTSÉG	ÉLETKORI CSOPORTOK
teljes = 576	alapfokú = 14 (2,4%)	25 év és alatta = 459 (79,7%)
ffi (%) = 180 (31,1%)	középfokú = 382 (66,5%)	26-45 év = 83 (14,4%)
nő (%) = 396 (68,8%)	felsőfokú = 178 (31,1%)	46 év és föllette = 34 (5,9%)

#### 2. táblázat A minta legfontosabb demográfiai jellemzői

A mintába való bekerülésnek nem voltak speciális kritériumai. Ugyanakkor törekedtünk arra, hogy a vizsgálatba minél több párkapcsolatban élő személy vegyen részt, mivel a kérdőív validálásához egyik mérőeszközként a Kapcsolati Elégedettség Skálát használtuk. A párkapcsolat jellege nem volt kitétel, így az együttjárástól a házasságig bármilyen párkapcsolati forma megfelelt.

A párkapcsolati státusz szempontjából a minta a következő megoszlást mutatja (ld. 3. táblázat).

EGYEDÜLÁLLÓ	EGYÜTTJÁRÁS	EGYÜTTÉLÉS	ELJEGYZÉS	HÁZASSÁG	ELVÁLT
215 (37,3%)	201 (34,9%)	69 (12%)	26 (4,5%)	54 (9,4%)	11 (1,9%)

#### 3. táblázat A minta megoszlása a párkapcsolati státusz megoszlása szempontjából

A gyermekek száma így alakult: nincs gyereke 513 főnek (89,1%), 1 gyereke van 16 főnek (2,8%), 2 gyereke van 24 főnek (4,2%), 3 gyereke van 15 főnek (2,6%), 4 gyereke van 3 főnek (0,9%).

## 2.2 Eszközök

Az adatfelvétel során a következő mérőeszközök szerepeltek a kérdőívcsomagban:

*Demográfiai adatok:* A szokásos adatok mellett – nem, életkor, iskolai végzettség – kíváncsiak voltunk a családi állapotra, illetve a gyermekek számára.

*Párkapcsolati Hiedelmek Kérdőív* (Relationship Beliefs Inventory) (Eidelson és Epstein, 1982) A korábban már részletesen ismertetett mérőeszköz egy 40 itemből álló kérdőív, mely a párkapcsolati hiedelmek felmérésére szolgál. A kérdőív 5 skálájának mindegyikéhez (*Gondolatolvasás, A véleménykülönbség kapcsolatromboló, A partner változtatási képtelenségére irányuló hiedelmek, Szexuális tökéletességre való törekvés, Nemek közti különbség*) 8-8 tétel tartozik. A válaszadók 5-fokú skálán jelzik az állításokkal való együttértésük fokát, a kiértékelésnél pedig a skálákhoz tartozó tételek értékét átlagoljuk. A magasabb pontszám az adott hiedelem magasabb szintjét jelzi.

A kérdőív fordítását egymástól függetlenül 2 fordító végezte. Ezután a 2 verziót egyeztetettük és eltérés esetén kiválasztottuk az eredeti jelentéstartalmat leginkább tükröző változatot. Ezt követően került sor a kérdőív visszafordítására, majd annak jelentéstartalma összevetésre került az eredeti kérdőívével.

*Kapcsolati Elégedettség Skála.* A Hendrick (1988) által kidolgozott Kapcsolati Elégedettség Skála (Relationship Assessment Scale, RAS) a párkapcsolati elégedettség egyik leggyakrabban alkalmazott mérőeszköze. Az összesen 7 tételből álló valid és megbízható skála magyar változatát Martos és munkatársai (2014) készítették el. A kérdőívet csak azokkal a vizsgálati személyekkel töltetjük ki, akik jelenleg párkapcsolatban éltek.

*Élettel való Elégedettség Kérdőív* (Diener, Emmons, Larsen, Griffin, 1985, magyar verzió: Martos, Sallay, Désfalvi, Szabó, Ittész, 2014). Az SWLS-H öt tételű kérdőív, valamennyi tétel egyenesen mér, a válaszadók 7 fokú skálán adhatják meg az állításokkal való egyetértésük mértékét. A skála pontszámát a tételekre adott válaszok összegzése adja, a magasabb érték magasabb élettel való elégedettséget jelez.

*EPQ Hazugság Skála* (Eysenck és Eysenck, 1975, magyar változat: Eysenck és Matolcsy, 1984). A társas kíváncsiság irányába való torzítás mérésére alkalmaztuk az Eysenck Personality Questionnaire Hazugság alszálláját: a magasabb összegzett érték nagyobb torzításra utal (Cronbach-alfa = 0,869).



### 3. Eredmények

#### 3.1 Strukturális elemzés

Az eredeti kérdőív ötfaktoros szerkezetet mutat – ennek az ötfaktoros megoldásnak az adatainkra való illeszkedését konfirmatív faktorelemzéssel ellenőriztük. A modellt öt korreláló látens változóval építettük fel és maximum likelihood becslést alkalmaztunk. A modell illeszkedési mutatói megfelelőek voltak (khi-négyzet = 312,1,  $df = 51$ ,  $p < 0,001$ , NFI = 0,878, TLI = 0,901, CFI = 0,892). Ez azt jelenti, hogy az eredeti (ötfaktoros) faktor-stuktúra reprodukálható a hazai mintán is, a kérdőív magyar verziójával.

#### 3.2. Megbízhatóság

A skála társas kívánatossági hatásra való érzékenységét az EPQ Hazugság Skálájával való korreláció segítségével vizsgáltuk. Ez alapján egyik alskála sem mutatott korrelációt a társas kívánatossággal.

A skála Cronbach-alfa értéke megfelelő belső reliabilitást jelez (Cronbach-alfa = 0,80). Az egyes alskálák Cronbach-alfa értékei a következőképpen alakultak: *Gondolatolvasási* hiedelmek: 0,68, a *Véleménykülönbségre* vonatkozó hiedelmeké 0,596, a *Változásra való képtelenségre* vonatkozó hiedelmeké 0,596, a *Szexuális tökéletességre* vonatkozó hiedelmeké 0,7, és végül a *Nemi különbségekre* vonatkozó hiedelmek Cronbach-alfa értéke 0,733 volt.

#### 3.3. Összefüggés szociodemográfiai változókkal

Az egyes stratégiákban mutatkozó nemi különbségeket t-próbával ellenőriztük: a párkapcsolati hiedelmek közül egyedül a Szexuális tökéletességre vonatkozó hiedelmekben találtunk szignifikáns nemi különbséget a férfiak „javára” (férfiak: 3,20, nők: 3,11,  $F = 1,835$ ,  $df=146$ ,  $p = 0,05$ ).

A családi állapot hiedelmekre kifejtett hatását varianciaanalízissel és post hoc Bonferroni-próbával vizsgáltuk. A változásra való képtelenség hiedelme az egyedülálló személyeknél szignifikánsan magasabb volt, mint az együttjáró személyek esetén (2,22 vs. 2,06,  $p = 0,03$ ), a szexuális tökéletesség hiedelme az együttjáróknál szignifikánsan magasabb értékű, mint a házasságban élőkénél (3,24 vs. 2,94,  $p = 0,05$ ). A nemi különbségekre vonatkozó hiedelmek az eljegyzett személyeknél magasabbak, mint az együttélő pároknál (2,73 vs. 3,19,  $p = 0,05$ ).

Az iskolai végzettség tekintetében nem találtunk szignifikáns különbségeket az egyes csoportok hiedelmeinek erőssége tekintetében.

Az életkor egyedül a szexuális tökéletességre vonatkozó hiedelmekkel állt – negatív – kapcsolatban ( $r = -0,161$ ,  $p = 0,000$ ): az életkor növekedésével csökkent a szexuális tökéletesség igényére vonatkozó hiedelem intenzitása. A gyermekek száma gyenge negatív korrelációt mutatott a szexuális tökéletességre vonatkozó hiedelmekkel ( $r = -0,093$ ,  $p = 0,025$ ) – ezt a kapcsolatot azonban az életkor közvetítette, annak kontrollálása után a korreláció megszűnt.

### 3.4. Validitás

A skála validitás-vizsgálatára az Élettel való Elégedettség Skálát és a Kapcsolati Elégedettség Skálát alkalmaztuk. Összességében negatív kapcsolati mintázat rajzolódott ki a párkapcsolati hiedelmek és az elégedettség mutatói között (4. táblázat). A korrelációs vizsgálat szerint a hiedelmek erősebb kapcsolatban állnak a párkapcsolati elégedettséggel, mint az általános élettel való elégedettséggel. *A változtatásra való képtelenségre*, illetve a *Nemek közti különbségekre* vonatkozó hiedelmek gyengébb együttjárást mutattak a validáló változókkal, mint a másik három hiedelemtípus.

	Élettel való Elégedettség (SWLS)	Kapcsolati Elégedettség (RAS)
Gondolatolvasás	-0,21*	-0,32**
A véleménykülönbség kapcsolatromboló	-0,28*	-0,30**
A partner változtatási képtelenségére irányuló hiedelmek	-0,11	-0,19*
Szexuális tökéletességre való törekvés	-0,19*	-0,34**
Nemek közti különbség	-0,08	-0,15*

**4. táblázat** A validitás-vizsgálat legfontosabb eredményei (\*  $p < 0,01$ , \*\*  $p < 0,001$ )

## ÖSSZEFOGLALÁS

Kutatásunkban a Párokapcsolati Hiedelmek Kérdőív magyar verziójának hazai adaptálását végeztük el.

Az eredeti kérdőív több mint harminc évvel ezelőtt készült el. Cikkünk anonim lektora felveti annak a kérdését, hogy vajon ez alatt az idő alatt a társadalmi–kulturális változások (médiahatás, párokapcsolati sokszínűség, együttélés lehetőségeinek kibővülése, nők helyzetének és gondolkodásának megváltozása stb.) nem változtatták-e meg az emberek fejében élő hiedelmeket a párokapcsolatokra vonatkozóan. A felvetés jogos, megválaszolásához azonban más módszertani elrendezés (pl. fókuszcsoport, kvalitatív jellegű kutatás) szükséges.

A kérdőív magyar verzióján meg tudtuk erősíteni az eredeti skála ötfaktoros faktorstruktúráját. A skála belső reliabilitása megfelelő, 2 alskála (*Véleménykülönbségre vonatkozó hiedelmek*, *Változásra való képtelenségre vonatkozó hiedelmek*) esetén a Cronbach-alfa értéke alacsony, ezen a jövőben egyes tételek kihagyása, illetve részletes itemanalízis segíthet.

A szociodemográfiai tényezők legerősebben a szexuális tökéletességre vonatkozó hiedelmekre voltak hatással: ennek szintje magasabb a férfiaknál, a fiataloknál, illetve azoknál, akik még nem élnek házasságban (csak együttjárnak).

A kérdőív a validálós-kálákkal az elvárt irányú kapcsolatot mutatja: a kapcsolatra vonatkozó diszfunkcionális elképzelések negatív kapcsolatban állnak az általános, illetve a párkapcsolatra vonatkozó elégedettséggel.

Összességében a kérdőív magyar verziója megfelelő mérőeszköze a párkapcsolatok működésére vonatkozó hiedelmeknek. Kutatásunk legfontosabb korlátja a minta jellegéből fakad: a vizsgálati személyek mintegy 80%-a 25 év alatti volt, ami az eredmények életkori generalizálhatóságát csökkentette. Másrészt a minta körülbelül 37%-a aktuálisan egyedülálló személyekből állt. Az ő esetükben a párkapcsolati hiedelmek kérdőív kitöltése során értelemszerűen a múltbeli kapcsolatokra vonatkozó hiedelmek jelennek meg – ezzel szemben a jelenleg is kapcsolatban élő személyek „in vivo” élik meg a kapcsolati hiedelmeiket. Ezen kívül a minta jelentős része diplomás (illetve reménybeli diplomás) személyekből áll. Ezek a szociodemográfiai tényezők csökkentik a kapott eredmények általánosíthatóságát. A jövőben indokolt a skála szélesebb, heterogénebb mintán való vizsgálata.

A jelen cikkben ismertetett kérdőív mind az egyéni, mind a párterápiákban hatékony eszköz lehet azoknak a diszfunkcionális hiedelmek a feltárásában, melyek kapcsolati problémákhoz, konfliktusokhoz vezetnek, és segíthet az ezek következtében létrejövő érzelmi és viselkedéses folyamatok, következmények tudatosításában és megértésében. Bízunk benne, hogy jelen skála magyarországi adaptálása a téma empirikus kutatása mellett ezt a terápiás munkát is segíti.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Bradbury T. N., & Fincham, F.D. (1993). Assessing dysfunctional cognition in marriage: A reconsideration of the Relationship Belief Inventory. *Psychological Assessment*, 5, 92-101.
- Diener, E., Emmons, E. R., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Dumitrescu, D., & Rusu, A. S. (2012). Relationship between early maladaptive schemas, couple satisfaction and individual mate value: An evolutionary psychological approach. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 12(1), 63-76.
- Eidelson R. J., & Epstein N. (1982). Cognition and relationship maladjustment: Development of a measure of dysfunctional relationship beliefs. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50, 715-720.
- Emmelkamp, P. M. G., Krol, B., Sanderman, R., & Rüphan, M. (1987): The assessment of relationship beliefs in a marital context. *Personality and Individual Differences*, 8, 775-780.
- Esmaeilpour, K., Mahdavi, N., & Khajeh, V. (2013). Predicting couples' marital satisfaction based on relationship beliefs and relationship skills. *Journal of Family Research*, 9, 29-44.
- Eysenck, E. H., & Eysenck, S. B. G. (1975). Manual of the Eysenck Personality Questionnaire. London: Hodder and Stoughton.
- Eysenck, S. B. G., & Matolcsi Á. (1984). Az Eysenck-féle személyiség-kérdőív (EPQ) magyar változata: A magyar és az angol felnőttek összehasonlító vizsgálata. *Pszichológia*, 4, 231-240.
- Faber, I. (2010). *The role of anxious relationship beliefs in relationship satisfaction and relational maintenance behavior. A comparison of anxious beliefs among couples and singles* (Dissertation). University Utrecht.
- Fletcher, G. J. O., Kininmonth, L. A. (1992). Measuring relationship beliefs: An individual differences scale. *Journal of Research in Personality*, 26, 371-397.
- Freeman, N. (1998). *Constructive thinking and early maladaptive schemas as predictors of interpersonal adjustment and marital satisfaction* (Doctoral dissertation). Available from ProQuest Dissertations and Theses.
- James, S., Hunsley, J., & Hemsworth, D. (2002). Factor structure of the Relationship Belief Inventory. *Cognitive Therapy and Research*, 26, 729-744.
- Jones, M. E., & Stanton, A. L. (1988). Dysfunctional beliefs, belief similarity, and marital distress: A comparison of models. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 7, 1-14.
- Hamamci, Z. (2005a). Dysfunctional relationship beliefs in marital satisfaction and adjustment. *Social Behavior and Personality*, 33, 313-328.
- Hamamci, Z. (2005b): Dysfunctional relationship beliefs in marital conflict. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 23, 245-261.
- Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and Family*, 50, 93-98.
- Martos T., Sallay V., Szabó T., Lakatos Cs., & Tóth-Vajna R. (2014). A Kapcsolati Elégedettség Skála magyar változatának (RAS-H) pszichometriai jellemzői. *Mentálhigiéne és Pszichoszomatika*, 15, 245-258.
- Martos T., Sallay V., Désfalvi J., Szabó T., Ittész A. (2014). Az Élettel való Elégedettség Skála magyar

- változatának (SWLS-H) pszichometriai jellemzői. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 15, 289-303.
- Peters, T. P. (1984). The Marriage Beliefs Inventory (Master's thesis). Liberty Baptist Graduate School, Lynchburg, VA.
- Romans, J. S. C., & DeBord, J.(1995). Development of the Relationship Beliefs Questionnaire. *Psychological Reports*, 76, 1248-1250.
- Uebelacker, L. A., & Whisman, M. A. (2005). Relationship beliefs, attributions, and partner behaviors among depressed married women. *Cognitive Therapy and Research*, 29, 143-154.
- Sheehan, P. L. (1987). *Relationships among combat trauma, fear of close personal relationships, and intimacy* (Doctoral dissertation). Indiana University School of Nursing.
- Sullivan, B. F. (1997). *The development, validation, and psychometric properties of the Relationship Belief Scale* (Doctoral dissertation). Ohio State University.
- Yousefi, N., Etemadi, O., Bahrami, F, & Ahmadi Zadah, M. (2010). Comparing early maladaptive schemas among divorced and non-divorced couples as predictors of divorce. *Iranian Journals of Psychiatry and Clinical Psychology*, 16, 21-33.

PÁRKAPCSOLATI HIEDELMEK KÉRDŐÍV

A következőkben olyan állításokat olvashat, melyek a párkapcsolatainkban megjelenő hiedelmeinkre, érzéseinkre vonatkoznak. Kérjük mindegyik állítást értékelje 1-5-ig terjedő pontszámmal aszerint, **mennyire érzi igaznak, jellemzőnek az adott állítást önmagára vonatkozóan.**

**1. Egyáltalán nem értek egyet az állítással**

**2. Inkább nem értek egyet vele**

**3. Egyet is értek, és nem is**

**4. Inkább egyetértek vele**

**5. Teljes mértékben egyetértek vele**

- \_\_\_\_\_ 1. Ha a partnerem valamiben nem ért velem egyet, valószínűleg nem tart sokra engem.
- \_\_\_\_\_ 2. Nem várom el a partneremtől, hogy mindig ráérezzen, hogy milyen hangulatban vagyok.
- \_\_\_\_\_ 3. Ha a kapcsolat elején valami elromlik, azt valószínűleg már nem lehet helyrehozni.
- \_\_\_\_\_ 4. Feszült leszek, ha úgy érzem, hogy nem elégítettem ki teljesen a partneremet szexuálisan.
- \_\_\_\_\_ 5. A férfiaknak és a nőknek ugyanazok az alapvető érzelmi igényeik.
- \_\_\_\_\_ 6. Képtelen vagyok elfogadni, ha a partnerem nem ért velem egyet.
- \_\_\_\_\_ 7. Ha a partneremnek meg kell magyaráznom, hogy valami fontos számomra, az nem azt jelenti, hogy nem figyel rám eléggé.
- \_\_\_\_\_ 8. Nem hiszem, hogy a partnerem képes lenne változtatni a viselkedésén.
- \_\_\_\_\_ 9. Nem zavar, ha nem kívánom a szexet akkor, amikor a partnerem igényelné azt.
- \_\_\_\_\_ 10. A párkapcsolati félreértések általában a nők és férfiak közti veleszületett pszichológiai különbségekre vezethetők vissza.
- \_\_\_\_\_ 11. Személyes sértésnek veszem, ha a partnerem egy számomra fontos kérdésben nem ért velem egyet.
- \_\_\_\_\_ 12. Feldühít, ha a partnerem nem veszi észre, mit érzek, és nekem kell elmagyaráznom neki.
- \_\_\_\_\_ 13. A partnerünk igényei iránti fogékonyság fejleszthető.
- \_\_\_\_\_ 14. Egy jó szexuális partner bármikor képes izgalomba jönni.
- \_\_\_\_\_ 15. A férfiak és a nők valószínűleg soha nem érthetik meg egymást igazán.
- \_\_\_\_\_ 16. Szeretem, ha a partneremnek más a véleménye, mint nekem.
- \_\_\_\_\_ 17. Az egymással szoros kapcsolatban állók úgy érzékelik egymás igényeit, mintha olvasnának a másik gondolataiban.
- \_\_\_\_\_ 18. Ha a partnerem egyszer már megbántott, az nem azt jelenti, hogy máskor is ugyanígy fog viselkedni.

- \_\_\_\_\_ 19. Azt gondolnám, hogy valamilyen problémám van, ha nem lennék képes minden alkalommal jól teljesíteni szexuálisan, amikor a partnerem igényli azt.
- \_\_\_\_\_ 20. A nőknek és a férfiaknak ugyanazokra az alapvető dolgokra van szüksége egy kapcsolatban.
- \_\_\_\_\_ 21. Nagyon zavar, ha én és a partnerem nem egyformán vélekedünk ugyanarról a dologról.
- \_\_\_\_\_ 22. Számomra fontos, hogy a partnerem megérezze a hangulatváltozásaimat, és az alapján előre tudja, hogy mire van szükségem.
- \_\_\_\_\_ 23. Ha a partnered egyszer már megbántott, akkor valószínűleg újra meg fogja tenni.
- \_\_\_\_\_ 24. Akkor is elégedett tudok lenni a szexszel, ha a partnerem nem él át orgazmust.
- \_\_\_\_\_ 25. Nem gondolom, hogy a párkapcsolati problémák legfőbb oka a nők és férfiak közti biológiai különbség.
- \_\_\_\_\_ 26. Nem bírom elviselni, ha a partnerem vitatkozik velem.
- \_\_\_\_\_ 27. A partneremnek tudnia kellene, hogy mit érzek vagy gondolok, anélkül, hogy azt elmondanám neki.
- \_\_\_\_\_ 28. Hiszek abban, hogy ha akarna, akkor a partnerem képes lenne megváltozni.
- \_\_\_\_\_ 29. Nem az én kudarcom, ha a partnerem nem elégül ki teljesen szexuálisan.
- \_\_\_\_\_ 30. A házassági problémák egyik legfőbb oka, hogy a nőknek és a férfiaknak mások az érzelmi igényeik.
- \_\_\_\_\_ 31. Ha a partnerem és én nem értünk egyet egymással valamiben, úgy érzem, hogy szétesőben van a kapcsolatunk.
- \_\_\_\_\_ 32. Azok az emberek, akik igazán szeretik egymást, szavak nélkül is pontosan tisztában vannak egymás gondolataival.
- \_\_\_\_\_ 33. Ha nem vagyunk elégedettek azzal, ahogyan a kapcsolatunk működik, tudunk változtatni rajta.
- \_\_\_\_\_ 34. A szexuális teljesítménnyel kapcsolatos problémákat nem élem meg személyes kudarcként.
- \_\_\_\_\_ 35. Soha nem érthetjük meg igazán az ellenkező nemet.
- \_\_\_\_\_ 36. Vitáink során sem bizonytalanodom el a partnerem irántam való érzéseit illetően.
- \_\_\_\_\_ 37. Ha valamire meg kell kérnem a partneremet, az azt mutatja, hogy nincs ráhangolódva az igényeimre.
- \_\_\_\_\_ 38. Nem várom el a partneremtől, hogy képes legyen megváltozni.
- \_\_\_\_\_ 39. Feszült leszek, ha úgy érzem, hogy nem teljesítek jól szexuálisan.
- \_\_\_\_\_ 40. A férfi és a nő mindig rejtély lesz egymás számára.