

Párkapcsolati Érzelmi Bántalmazás Kérdőív

Cseresznyés Ágota – Szilágyi Szilárd

(keresőszavak – tag-ek: érzelmi bántalmazás, lelki terror, érzelmi erőszak, nárcisztikus bántalmazás)

1., Bevezetés

Az érzelmi bántalmazás gyakran fokozatosan, szinte észrevétlenül alakul ki. A jogosultságérzés a bántalmazó részéről fokozatosan válik egyre nyilvánvalóbbá: csak neki van szempontja, nézőpontja, a másikat egyáltalán nem veszi figyelembe. Szavakkal ugyan kifejezheti, vagy utalhat a bántalmazott igényeinek figyelembe vételére, de cselekedeteiben ez nem jut kifejezésre. A bántalmazott ezt a szemléletmódot átveszi és a folyamat végén a bántalmazó igényeit tartja valósnak, saját igényeit megkérdőjelezi és azokat gyakran késve, vagy egyáltalán nem ismeri föl. Az elszenvedett lelki sérülések azonban megtépázzák az önértékelést, bizonytalaná tesznek. Az áldozatok elhiszik saját értéktelenségüket, megkérdőjelezzik döntéseik jogosságát, megalapozottságát. Régebbi magabiztosságuk szertefoszlik, kételkedni kezdenek saját tudásukban, értékükben, szerethetőségükben. Az érzelmi bántalmazás az egyik legalantasabb és legkártékonyabb viselkedésforma egy kapcsolatban.

Az érzelmi bántalmazók jellemzően önmagukban bizonytalan személyiségek, akik stabilitásukat úgy vélik megerősíteni és/vagy megtartani, hogy partnerüket elbizonytalanítják, így teremtve meg a kontroll illúzióját. Származási családjukban, gyerekkorukban valószínűleg rosszul bántak velük, érzelmi vagy fizikai magárahagyottságot éltek meg vagy hiányt szenvedtek ebben.

Közkeletű vélekedés, hogy az érzelmi bántalmazók általában férfiak, azonban a kutatások azt támasztják alá, hogy az érzelmi bántalmazó férfiak és nők aránya közel azonos.

Az érzelmi bántalmazók között felülreprezentáltak a nárcisztikus, valamint a borderline személyiségzavarban szenvedők.

2., Forrásmunkák

Az érzelmi bántalmazás kérdőívek, leltárak az angol nyelvű szakirodalomban évtizedek óta jelen vannak. A magyar nyelvű kérdőív az alábbi kutatásokra és kérdőívekre támaszkodik:

1., INTIMATE JUSTICE: CONFRONTING ISSUES OF ACCOUNTABILITY, RESPECT, AND FREEDOM IN TREATMENT FOR ABUSE AND VIOLENCE

Brian Jory Debra Anderson Cassandra Greer

<https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1997.tb01053.x>

2., Measuring psychological abuse by intimate partners: Constructing a cross-cultural indicator for the Sustainable Development Goals

Lori Heise, Christina Pallitto, Claudia García-Moreno, Cari Jo Clark

<https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2019.100377>

3., Five Cycles of Emotional Abuse: Codification and Treatment of an Invisible Malignancy By Sarakay Smullens, MSW, LICSW, BCD

4., Neil Jacobson, Ph.D. and John Gottman Emotional Abuse Questionnaire

5., Gottman Emotional Abuse Questionnaire (EAQ)

6., Waltz-Rushe-Gottman Emotional Abuse Questionnaire (EAQ)

3., A magyar nyelvű kérdőív felépítése

A kérdőív önkitöltő, 30 állítást tartalmaz, melyek mindegyikére 4 fokú Likert skálán (Soha, Esetenként, Gyakran, Nagyon gyakran) lehetséges választ adni. A skála lehetővé teszi a pontosabb mérést, pontozása differenciált – Soha = 1, Ritkán = 2, Gyakran = 4, Nagyon gyakran = 5.

Az elérhető legmagasabb pontszám 150 pont, a legalacsonyabb pontszám 30 pont.

A pontozás megegyezik a Jacobson & Gottman Emotional Abuse Questionnaire-nél használttal.

Az eredmények számításakor az angol nyelvű kérdőívek értékelését tekintettük referenciának. A Jacobson & Gottman Emotional Abuse Questionnaire érzelmileg bántalmazottnak tekinti a 73 pontot (40%) meghaladó értékeket, 95 pont (59%) fölött súlyosan bántalmazottnak (tartomány 28-140), a Waltz-Rushe-Gottman Emotional Abuse Questionnaire (EAQ) 51 pont (37,5%) fölött értékeli bántalmazottnak a teszt kitöltőjét, 68 pont (61%) fölött pedig súlyosan bántalmazottnak (tartomány 24-96), a módosított Brian Jory Debra Anderson Cassandra Greer -féle teszten pedig a 61% -ot meghaladó eredmény súlyos érzelmi bántalmazásra utal.

Mindhárom teszt esetén az érzelmi bántalmazásra vonatkozó határ 40% körül, míg a súlyos érzelmi bántalmazást jelentő érték 60% körül alakul, így a magyar nyelvű kérdőívnel is ezeket az értékeket tartjuk irányadónak.

A *partner* fogalma: Gondolj arra a személyre, akivel kapcsolatban kitöltöd ezt a kérdőívet.

4., A Partnerkapcsolati Érzelmi Bántalmazás Kérdőív (PÉBK)

1. A partnerem akkor mutatja ki a szeretetét, ha valamit szeretne tőlem.
2. Ha nem értek egyet partneremmel, ő azt elfogadja, nem lesz dühös, nem sértődik meg, hanem szeretettel fordul felém. *
3. A partnerem nem szereti, ha mások felhívják a figyelmét arra, ahogy viselkedik velem.
4. Azt érzem, hogy a partnerem úgy építi magát, hogy engem is felel meg közben. *
5. A partnerem megtorolja, ha nem értek egyet vele.
6. A partnerem elfogad és nem akar megváltoztatni. *
7. A partnerem úgy véli, hogy joga van engem irányítani.
8. A partnerem túlságosan birtokló vagy féltékeny.
9. A partnerem megpróbál távol tartani vagy elszigetelni a barátaimtól és/vagy a családomtól.
10. A partnerem időnként fizikailag bántalmaz.
11. A partnerem megaláz, kritizál vagy kiabál velem.
12. A partnerem felelősséget vállal a viselkedéséért, nem engem vagy egy harmadik személyt/dolgot okol, hanem beismeri, hogy hibázott. *
13. A partnerem elferdíti a tényeket és/vagy hazudik.
14. A partnerem büszke rám, gyakran dicséri azokat a tulajdonságaimat, melyeket én is előnyösnek látok. *
15. A partnerem nem vállal felelősséget sem a szavaiért, sem a tetteiért.
16. A partnerem, ha ígér valamit, akkor azt betartja. *
17. A partnerem fenyeget, hogy egy általam kedves személynek (pl. szüleim, gyerekeim) ártana, ha nem az ő akarata érvényesül.
18. A partnerem nem értékeli vagy lenézi a teljesítményemet, eredményeimet.
19. A partnerem folyamatosan azt érzékelteti velem, hogy nem cselekszem megfelelően és/vagy hibázom.
20. A partnerem szavaimat felhasználva megpróbálja rám bizonyítani, hogy hazudok.
21. A partnerem türelmesen hallgatja meg amikor a nehézségeimről beszélek, nem szakít félbe.*
22. A partnerem megkérdőjelezi a szeretetemet.
23. A partnerem összehasonlít másokkal, melynek kimenetele kedvezőtlen számomra.
24. A partnerem másokat is előszeretettel kritizál.
25. A partnerem, ha megbánt, felismeri, hogy hibázott és bocsánatot kér. *
26. Ha bántó mondatokat mond a partnerem és erre figyelmeztetem, akkor azt mondja, hogy csak viccelt.
27. Ha a partnerem elfelejt valamit és én erre felhívom a figyelmét, akkor elnézést kér.*
28. Ha problémába ütközünk, akkor a partnerem hasonlókat szokott állítani: *Soha nem mondtam ilyet. Nem beszéltünk róla. Te találtad ki. Én mondtam már, csak elfelejtetted.*
29. A partnerem nem bagatellizálja vagy kicsinyli le azokat a dolgokat, amik nekem fájnak.*
30. A partnerem túlérzékenynek tart.

Pontozás: Soha = 1, Ritkán = 2, Gyakran = 4, Nagyon gyakran = 5.

A *-al jelöltek fordított itemek. Pontozásuk: Soha = 5, Ritkán = 4, Gyakran = 2, Nagyon gyakran = 1

5., A kérdőív értékelése

A kérdőív tartománya (30-150).

A mennyiben a kérdőívet kitöltő az érzelmi bántalmazással nem, vagy csak kismértékben találkozik, úgy a kapott pontszám 30-78 közé esik (0-40%).

79-102 pont közötti érték (40%-60%) a kérdőívet kitöltő személy életében megjelenik az érzelmi bántalmazottság és/vagy visszaélés.

A 103 pont fölötti értékek (61% fölött) súlyos érzelmi bántalmazásnak kitett, vagy azt megélő kitöltőre utalnak.