

# Kíváncsi vagyok!

Útmutató a 4–7 éves gyermekek szexuális neveléséhez szülőknek és pedagógusoknak

Írta: **Muzslai Gábor** és **Muzslainé Nagy Etelka** · Kiadja: **CitizenGO**

## 1. fejezet

### Miért kérdez ennyit, és hogyan válaszoljunk?

Néha úgy érezzük, mintha gyermekünk egész nap csak kérdezne. Mire megválaszoljuk az egyiket, már érkezik is a következő. Estére elfáradunk, és könnyen kicsúszhat a szánon: Most már elég a kérdésekből!

Az óvodás gyermek nem azért kérdez, hogy kifárasson bennünket, hanem mert most kezd igazán kitárulni előtte a világ. Mindenre rácsodálkozik, és szeretné megérteni az összefüggéseket. A kíváncsiság ebben az életkorban a fejlődés természetes része.

#### A kíváncsiság a fejlődés jele

Az óvodáskor egyik legfontosabb sajátossága, hogy a gyermek gondolkodása hatalmas fejlődésen megy keresztül. Már nemcsak azt figyeli meg, hogy mi történik körülötte, hanem azt is szeretné megérteni, hogy miért történik. Ezért kérdez mindenről. Nemcsak a természetről, hanem az emberekről, az érzésekről, a családról, a halálról, Istenről. És természetesen a fiúk és a lányok közötti különbségekről is.

A gyermek idegrendszere ebben az időszakban rendkívüli ütemben fejlődik. Az új idegi kapcsolatok kialakulását a beszélgetések, a közös élmények és a sok-sok kérdés is támogatják. Minden őszinte, életkorhoz illő válasz segíti a gondolkodás, a nyelv és az érzelemszabályozás fejlődését. A kérdezés ezért nem probléma, hanem a megismerés természetes útja.

#### A kérdések mögött bizalom van

Amikor gyermekünk kérdez, valójában ezt is üzeni: „Bízom benned, hozzád fordulhatok.” A kötődésmélet szerint a válaszkész szülő biztonságos bázist jelent: a gyermek tőle indul felfedezni a világot, és hozzá tér vissza megnyugvásért. Amit anya vagy apa mond, azt többnyire igaznak fogadja el. Ez nagy lehetőség és komoly felelősség!

Ebben az időszakban formálódik a gyermek értékrendje, önképe és kapcsolati biztonsága. Elsősorban otthon tanulja meg, mi a jó és a rossz, mi igaz és mi hamis. Ezért fontos, hogy a szülők az erkölcsi, hitbeli és nemiséggel kapcsolatos kérdésekben szeretettel, hitelesen és következetesen képviseljék értékeiket! A gyermeknek nem tökéletes szülőkre, hanem érzelmileg elérhető, kiszámítható kapaszkodókra van szüksége a szülei személyében.

Ez a bizalom nem marad örökké magától értetődő! Később a kortársak, az internet és a közösségi média is alakítja a gyermek gondolkodását. Ha azonban óvodáskorban azt tapasztalja, hogy kérdéseivel biztonságosan fordulhat a szüleihez, kialakulhat benne a biztonságos kötődés egyik alapélménye: „meghallgatnak, és számíthatok rájuk”. Így nagyobb eséllyel kér majd kamaszként is tanácsot. A bizalom már az első „Miért?” kérdéseknél épül.

Sok szülő csodálkozik azon, hogy ugyanazt a kérdést a gyermek akár napokon vagy heteken keresztül is újra felteszi. Ez teljesen természetes. Az óvodás gyermek nem úgy gondolkodik, mint egy felnőtt. Többször hall valamit, majd végleg elraktározza. Újra és újra előveszi ugyanazt a témát, minden alkalommal egy kicsit mélyebben megértve azt. Ezért türelmesnek kell lennünk! Lehet, hogy ugyanazt a választ már ötször elmondtuk, de számára ez az ötödik alkalommal válik igazán érthetővé.

## **A nemiséggel kapcsolatos kérdések is természetesek**

Ebben az életkorban természetesen jelennek meg a fiúk és lányok teste közötti különbségekre vonatkozó kérdések. Ezek még nem a felnőtt szexualitásról szólnak: a gyermek ugyanazzal a fejlődési kíváncsisággal kérdez a testről, mint a természetről. Nyugodt válaszainkból azt tanulja meg, hogy a test jó és értékes. A gúny, az undor vagy a megszégyenítés viszont nemcsak egy viselkedést minősíthet, hanem toxikus szégyent kelthet: „nemcsak rosszat tettem, hanem velem van baj”.

## **A szülő reakciója többet tanít, mint a válasz**

Nemcsak az számít, mit mondunk, hanem az is, hogyan! A szeretetteljes, természetes válasz azt üzeni, hogy erről biztonságos beszélni. Az érzelmileg érett szülő képes saját zavarát szabályozni, és nem terheli rá azt a gyermekre. Ha a gyermek rendszeresen ingerültséget, elutasítást vagy megszégyenítést tapasztal, idővel elhallgathat, és máshová fordulhat kérdéseivel.

A keresztény szülő számára minden kérdés lehetőség arra, hogy gyermekét közelebb vezesse a teremtett világ szépségéhez, az emberi test méltóságához és Isten szeretetéhez. „*Legyen a ti beszédetek mindenkor kedves...*” (Kol 4,6)

## **Először hallgassuk meg!**

Sokszor azt hisszük, tudjuk, mire kíváncsi a gyermek. Pedig gyakran nem is azt kérdezi, amit mi hallunk! Ha például megkérdezi: **Hogyan lesz a kisbaba?** Valószínű, hogy nem a fogantatás részletei érdekli. Lehet, hogy csak azt szeretné tudni, hogyan került a kistestvére anya pocakjába. Ezért mielőtt hosszú magyarázatba kezdenénk, érdemes visszakérdezni: **Te mit gondolsz? Miért jutott ez most eszedbe? Mit szeretnél erről tudni?** Nagyon sokszor meglepődünk, milyen egyszerű a gyermek valódi kérdése.

Egy óvodásnak rövid, igaz és életkorának megfelelő válaszra van szüksége. Fejlődéslélektani szempontból még konkrétan gondolkodik, ezért ne adjunk egyszerre több információt, mint amennyit kérdez és be tud fogadni. Ha többre kíváncsi, tovább fog kérdezni; a beszélgetést az ő kérdései vezessék, ne a szülő féltelme vagy saját feldolgozatlan története! Sok szülő fél attól, hogy nem ad tökéletes választ. A gyermek azonban nem tudományos előadást vár, hanem figyelmet, kapcsolódást és biztonságot. A kötődés szempontjából a válasz pontossága mellett az is fontos, hogy azt élje át: a kérdésnek helye van, fontos vagyok, és a szülőm érzelmileg elérhető számomra.

**Mondjunk igazat!** Sok családban még ma is élnek különféle mesék: a gólya hozza a kisbabát, a káposzta alatt találtuk, a doktor bácsi adott. Ezek kedves történetek lehetnek, de hosszú távon nem segítik a bizalom kialakulását. Amikor a gyermek később rájön, hogy nem volt igaz, könnyen felmerülhet benne a kérdés: **„Ha erről nem mondtak igazat a szüleim, vajon másról sem?”**

**Ne csak válaszoljunk, beszélgessünk!** A válasz után érdemes teret hagyni a beszélgetésnek: „Te mit gondolsz erről?” vagy „Hogyan képzeled?” Az ilyen kérdések nemcsak a gondolkodását és a szókincsét fejlesztik, hanem a szülő és a gyermek kapcsolatát is mélyítik.

Érdekes megfigyelní, hogy az ókori tanítók, így Jézus is gyakran nem azonnal válaszolt egy kérdésre. Sokszor előfordult, hogy visszakérdezett. Ezzel gondolkodásra készítette az embereket. A gyermeknevelésben is sokszor ez a legjobb módszer. Nem mindig kell azonnal minden választ megadnunk. Segíthetünk gyermekünknek, hogy maga is gondolkodjon. Ez fejleszti az önálló gondolkodását, miközben tudja, hogy a szülei mellette állnak.

## Gyakori kérdések

**Mit tegyek, ha zavarba jövök egy kérdéstől?** Nyugodtan kérj egy kis időt: *„Ez fontos kérdés. Szeretnék jól válaszolni rá, beszéljünk róla este.”* A lényeg, hogy később valóban térj vissza rá!

**Szabad azt mondani, hogy „ezt majd később megérted”?** Igen, ha valóban túl bonyolult a téma. De mindig adj annyi választ, amennyit a gyermek életkora már képes befogadni!

**Mi van, ha rosszul válaszoltam?** Semmi baj! Később nyugodtan javíthatjuk magunkat: *„Átgondoltam, és szeretném egy kicsit pontosabban elmondani.”*

**Meddig kell válaszolni?** Általában addig, amíg a gyermek érdeklődése tart. Ha elégedett, úgylis továbbmegy játszani.

**Mit tegyek, ha a kérdés nyilvános helyen hangzik el?** Mosolyogva mondd: *„Ez nagyon jó kérdés. Otthon nyugodtan beszélünk róla.”* Soha ne szégyenítsük meg a kíváncsisága miatt!

## Minta mondatok



**„Nagyon örülök, hogy ezt tőlem kérdezted meg!”**



***„Ez egy fontos kérdés, beszélgessünk róla!”***



***„Elmondom úgy, hogy könnyen megértsd.”***



***„Most ennyit érdemes tudni róla, később még többet is mesélek.”***



***„Nem baj, ha kíváncsi vagy. A kérdéseid segítenek megismerni a világot.”***



***„Erre most nem tudom biztosan a választ, de nézzük meg együtt.”***



***„Isten úgy teremtette az embert, hogy merjen kérdezni és tanulni.”***



***„Nekünk bármilyen kérdést bátran feltehetsz!”***

## 2. fejezet

### Hogyan lesz a kisbaba?

Kevés kérdés hozza annyira zavarba a szülőt, mint ez: „Anya, hogyan lesz a kisbaba?” A gyermek azonban nem a felnőtt szexualitásra gondol, hanem azt szeretné megérteni, hogyan kezdődik egy ember élete. Ugyanolyan természetes kíváncsisággal kérdez, mint amikor azt kutatja, hogyan nő az alma a fán vagy hogyan kel ki a kiscsibe a tojásból. Egy óvodásnak azt érdemes először megértenie, hogy az új élet szeretetből, elköteleződésben és Isten ajándékaként kezdődik.

Elmondhatjuk például így: „Apa és anya nagyon szeretik egymást. Isten úgy alkotta meg a férfit és a nőt, hogy a házasságban nagyon közel kerülnek egymáshoz. Szeretetükből egy egészen kicsi élet kezdődhet el anya méhében, amely olyan számára, mint egy biztonságos kis otthon.”

#### A házasság biztonságát is tanítjuk

Amikor a kisbaba születéséről beszélünk, nemcsak biológiai ismeretet adunk át, hanem értékeket is. Jó, ha a gyermek már óvodáskorban megérti, hogy apa és anya azért lehetnek ilyen közel egymáshoz, mert házastársak. A testük különleges ajándék egymás számára. Nem kell egymás elől rejtegetniük, szégyelleniük. A testi közelségük olyan bensőséges kapcsolat, amelyet Isten kizárólag a házasság számára tervezett. Ez segít abban is, hogy később a gyermek ne pusztán testi eseményként gondoljon a szexualitásra, hanem szeretetként, elköteleződésként és felelősségként.

#### Isten az élet szerzője

A Biblia szerint minden emberi élet Isten ajándéka. Már kisgyermekkorban elmondhatjuk: „Isten örült annak, amikor megszülettél. Vártunk téged, és szeretetből születtél.” Az elfogadottság ismétlődő üzenete erősíti a gyermek alapvető értékességérzését és kötődési biztonságát. Így nem teljesítményéből, hanem kapcsolatból tanulja meg, hogy ő nem egy véletlen, nem tévedés, nem felesleges, hanem szeretett és egyedül ember. A 139. zsoltár gyönyörűen beszél erről: *„Te alkottad veséimet, te formáltál engem anyám méhében.”* (Zsolt 139,13)

#### Gyakori kérdések

**Mondjam el neki, hogyan történik a fogantatás?** Csak annyit, amennyire kíváncsi. Az óvodásoknak általában nincs szükségük részletes biológiai magyarázatra. Például azt lehet mondani egy óvodásnak, hogy amikor anya és apa szeretik egymást, akkor a testük egymáshoz simul, és te is így fogantál.

#### Minta mondatok

Isten minden kisbabát különlegesen, egyedinek alkot.

Nagyon örültünk, amikor megtudtuk, hogy te is növekszel anya pocakjában.

Szeretetből születted, és mindig nagyon vártunk téged.

Ha még kíváncsi vagy valamire, nyugodtan kérdezz tovább!

## 3. fejezet

### A különböző nemek szépsége

*„Isten az embert a maga képmására teremtette... férfivá és nővé teremtette őket” (1Móz 1,27)*

Kevés dologra csodálkozik rá annyira egy óvodás gyermek, mint arra, hogy a fiúk és a lányok különböznek egymástól. Egyszer csak észreveszi, hogy Apa más, mint az Anya. A kisfiúk is mások, mint a kislányok. És ezzel együtt megjelennek a kérdések is: Miért van neki fütyije? Miért hosszú a haja? Miért hord szoknyát? Miért erősebb? A gyermek számára ezek nem furcsa kérdések. Ő egyszerűen szeretné megérteni azt a sokszínű világot, amelyben él. Ezért a szülő feladata nem csupán az, hogy válaszoljon, hanem az is, hogy segítsen megláttatni a különbözőség szépségeit.

Nem vagyunk egyformák, és ez jó! A mai világban gyakran összekeverik az egyenlő értéket az egyformasággal. Pedig a kettő nem ugyanaz!

A Biblia azt tanítja, hogy a férfi és a nő egyaránt Isten képmására teremtetett. Egyformán értékesek, mégsem egyformák. Éppen a különbözőségük teszi lehetővé, hogy kiegészítsék egymást. Az óvodás ezt még ösztönösen elfogadja. Számára teljesen természetes, hogy vannak fiúk és lányok. Nem zavarja, nem akarja megváltoztatni. Csak szeretné megérteni.

#### Segítsük örülni annak, aki!

Az óvodáskor egyik fontos fejlődési feladata az identitás és az énkép formálódása. Ennek része, hogy a gyermek örömmel tudjon gondolni arra: „Jó, hogy fiú vagyok”, illetve „Jó, hogy lány vagyok.” Ebben jelentős szerepe van a szülői tükrözésnek, annak, ahogyan anya és apa ránéz, beszél vele, és elfogadja egyéni temperamentumát. A megerősítés legyen szeretetteljes, ne merev elvárás! Nagyon örülünk, hogy kisfiúnak született! Olyan jó, hogy a kislányunk vagy! Isten szépen alkotott meg! Az ilyen egyszerű mondatok mélyen beépülnek a gyermek önazonosságába.

#### A szerepjáték nem identitászavar

Sok szülő megijed, amikor azt látja, hogy kisfia babázik vagy amikor kislánya karddal rohangál az udvaron, pedig az óvodáskor a szerepjáték időszaka. A gyermek, játék közben próbálja megérteni a felnőttek világát. Ha egy kisfiú ringatja a babát, nem azért teszi, mert lánynak érzi magát, hanem azért, mert látta, hogyan gondoskodik az édesanyja a kistestvéréről. Ha egy kislány autózik vagy fára mászik, attól még nem szeretne fiú lenni! Egyszerűen kíváncsi. A szerepjáték nem diagnózis! Nem szabad messzemenő következtetéseket levonni abból, hogy egy óvodás éppen milyen szerepet választ magának!

#### Egy személyes történet

Gyermekkoromban egyáltalán nem szerettem babázni. Sokkal jobban érdekelt a fára mászás, a katonásdi vagy bármilyen kalandos játék. A babák öltöztetése kimondottan unalmasnak tűnt. Ha valaki akkor azt nézte volna, mivel játszom, könnyen azt gondolhatta volna, hogy „fiús” vagyok, pedig soha nem volt kérdés bennem, hogy lány vagyok. Mindig vágytam arra,

hogy egyszer feleség és édesanya legyek. Amikor megszületett az első gyermekünk, egészen másként néztem egy kisbabára. Amit korábban unalmasnak tartottam, az lett életem egyik legnagyobb öröme. Ez a saját élményünk is megerősített bennünket abban, hogy a gyermek játékból önmagában nem lehet következtetni arra, milyen lesz felnőttként.

## **Óvakodjunk a címkézéstől!**

A gyermekek eltérő temperamentummal és személyiségvonásokkal születnek. Van csendes kisfiú, vagány kislány, érzékeny fiú és határozott lány. Ezek a tulajdonságok önmagukban nem adnak alapot a gyermek identitásának megítélésére. A túl korai címkézés beszűkítheti az önképét, és azt az érzést keltheti, hogy csak bizonyos tulajdonságokkal szerethető. Címkék helyett elfogadásra, kíváncsi figyelemre és megerősítésre van szüksége.

## **A fiúk és a lányok egymástól is tanulnak**

Óvodáskorban gyakran megfigyelhető, hogy a fiúk inkább fiúkkal, a lányok pedig lányokkal játszanak. Ez teljesen természetes. Ebben az életkorban saját nemük világát fedezik fel. Nem kell erőltetni, hogy mindig együtt játszanak! Ugyanakkor jó, ha megtanulják tisztelni egymást. A kisfiú megtanulhat kedvesen, tisztelettel bánni a lányokkal. A kislány megtanulhatja értékelni a fiúk erősségeit. Így alakul ki lassan az egymás iránti tisztelet.

## **A szülő példája többet tanít, mint a szavai**

A gyermek nemcsak hallgat bennünket, hanem megfigyel és utánzással tanul. Látja, hogyan beszél apa anyáról és anya apáról. A tisztelet, a jóvátétel, a bocsánatkérés egészséges kapcsolati mintát ad. A férfiakra vagy nőkre tett leértékelő általánosítások viszont elmélyíthetik az apa vagy anyasebet. A gyermek ugyanis úgy érezheti, hogy a másik szülő elutasítása egyben az ő férfi vagy női mivoltának az elutasítását is jelenti. A gyermek az otthon hallott szavakból és a szülők egymás iránti viselkedéséből tanulja meg, hogy a másik nem értékes, tiszteletre méltó és biztonságot nyújtó lehet.

### **ÚTRAVALÓ**

A gyermek önazonosságának fontos építőköve, hogy örülni tudjon annak, akinek Isten teremtette. Ezt nem elsősorban hosszú magyarázatokból, hanem a szülői tekintetből és kapcsolati tapasztalatokból tanulja meg, ahogyan örülnek neki, meghallgatják, vigasztalják és tisztelettel beszélnek a másik nemről. Az elfogadó anya és apa kapcsolat védőfaktor; hiánya nem kell, hogy sorsszerű végzet legyen, de feldolgozatlan sebként hatással lehet az önértékelésre és a későbbi kötődésre.

## **Gyakori kérdések**

**Normális, ha a kisfiam babázik, ha a kislányom inkább autókkal játszik?** Igen, normális. A játékok önmagukban nem határozzák meg a gyermek nemi identitását.

**Mit tegyek, ha a lányom azt mondja: „Én fiú szeretnék lenni.”** Először kérdezzük meg, miért mondja ezt? Sokszor nem a nemével elégedetlen, hanem egy adott helyzetet vagy szerepet irigyl. Nyugodtan erősítsük meg abban, hogy jó úgy, ahogy Isten megalkotta.

**Kell különbséget tenni a fiúk és a lányok között?** Értékükben nem. Egyformán szeretettek és értékesek. Ugyanakkor természetes, hogy vannak testi, lelki és viselkedésbeli különbségek, amelyeket tisztelettel kell elfogadni.

### Minta mondatok

„Nagyon örülünk, hogy kisfiúnk vagy!

„Olyan jó, hogy kislánynak születted!



***„Isten szépen alkotott meg téged.”***



***„A fiúk és a lányok különböznek, és ettől olyan szép a világ.”***



***„Mindkét nem különleges ajándék Istentől.”***



***„A másik nemet is tanuljuk meg tisztelni és szeretni!”***

### Melléklet

#### Mit mond erről a tudomány?

A fiúk és a lányok közötti különbségekről napjainkban sok vita folyik. Egyes vélemények szerint a két nem között csupán a nevelés okoz különbségeket, míg mások úgy gondolják, hogy ezek kizárólag biológiai eredetűek. A valóság ennél jóval összetettebb. A tudomány mai állása szerint a biológiai adottságok és a környezeti hatások egyaránt szerepet játszanak személyiségünk fejlődésében.

#### A nemünk már a fogantatáskor eldől!

A gyermek biológiai neme már a fogantatás pillanatában meghatározódik. Minden emberi sejt 46 kromoszómát tartalmaz, amelyek közül kettő a nemi kromoszóma. Az édesanya petesejtje minden esetben X kromoszómát hordoz, az édesapa hímvarsejtje viszont vagy X vagy Y kromoszómát. Ha egy X kromoszómát hordozó hímvarsejt termékenyíti meg a petesejtet, XX kromoszómakészlet alakul ki, és kislány fejlődik. Ha Y kromoszómát hordozó hímvarsejt éri el a petesejtet, XY kromoszómakészlet jön létre, és ezáltal kisfiú fejlődik. **A gyermek biológiai neme tehát nem a születéskor, hanem már a fogantatáskor eldől!**

## A hormonok szerepe

A várandósság első heteiben a fiú és a lánymagzat külső megjelenése nagyon hasonló. A fejlődés során azonban az Y kromoszóma hatására a fiúmagzat heréi elkezdnek kialakulni, majd tesztoszteront termelnek. Ez a hormon meghatározó szerepet játszik a férfi nemi szervek fejlődésében, és később az agy fejlődésére is hatással van. A lányok szervezetében más hormonális folyamatok kerülnek előtérbe, amelyek a női fejlődést segítik. A hormonok nemcsak a test fejlődését befolyásolják, hanem bizonyos viselkedésbeli különbségek kialakulásában is szerepet játszanak. Természetesen minden gyermek egyedi személyiség, ezért ezek a különbségek nem mindenkinél azonos mértékben jelennek meg.

## Az agy fejlődése

Az idegtudomány számos kutatása arra utal, hogy a férfiak és a nők agya nem teljesen egyformán fejlődik. Átlagosan a lányok agyában a két agyfélteke közötti kapcsolat erősebb, ami hozzájárulhat ahhoz, hogy könnyebben fejezik ki érzelmeiket, hamarabb kezdenek beszélni, és általában érzékenyebben reagálnak társas helyzetekre.

A fiúk agyában ezzel szemben nagyobb mértékű specializáció figyelhető meg. Sok kisfiú szívesebben old meg térbeli vagy mozgással kapcsolatos feladatokat, és érzelmeit gyakran nehezebben fogalmazza meg szavakkal.

Fontos azonban hangsúlyozni, hogy ezek statisztikai átlagok. Számos fiú kiválóan fejezi ki érzéseit, és sok lány kimagasló térbeli vagy műszaki képességekkel rendelkezik. Az egyéni különbségek mindig nagyobbak lehetnek, mint a két nem közötti átlagos eltérések.

## A személyiség nem egyetlen tulajdonságtól függ

A gyermek személyiségét nem kizárólag biológiai tényezők alakítják. Jelentős szerepe van a veleszületett temperamentumnak, a családi légkörnek, a kötődés minőségének, a nevelésnek, a kortárs kapcsolatoknak, valamint az átélt örömeknek és sérüléseknek. A gyermek adottságai és környezete folyamatosan kölcsönhatásban vannak egymással. Ezért nem helyes messzemenő következtetéseket levonni egy-egy viselkedésből. Attól, hogy egy kisfiú érzékenyebb természetű vagy szeret babázni, még ugyanúgy lehet egészséges férfi identitása. Ugyanígy egy bátor, sportos vagy fára mászó kislány is teljes örömmel élheti meg női identitását.

## Nagyon fontos megérteni!

A tudomány és a keresztény emberkép ezen a ponton jól erősítheti egymást. A tudomány segít megérteni a biológiai fejlődés csodálatos összetettségét, míg a Biblia arra emlékeztet bennünket, hogy minden gyermek Isten egyedi alkotása. Szülőként ezért nem az a feladatunk, hogy gyermekünket előre gyártott sztereotípiákhoz igazítsuk, hanem hogy segítsük kibontakoztatni azt a személyiséget, amelyet Isten rá bízott. Ugyanakkor fontos szeretettel és természetesen megerősíteni őt abban, hogy örömmel élje meg a fiúságát vagy lányságát, amelyet Teremtőjétől kapott már a fogantatásakor.

## Tudományos megjegyzés

A nemek közötti különbségekről szóló kutatások folyamatosan fejlődnek, ezért az eredményeket árnyaltan kell értelmezni. A csoportszintű átlagok nem írják le teljesen az egyes gyermekeket, és nem igazolják a merev sztereotípiákat. Minden gyermek egyszeri személyiség, akinek fejlődését biológiai, pszichológiai, kapcsolati, kulturális és társas tényezők együtt alakítják. A tudományos szemlélet ezért egyszerre veszi komolyan a testi adottságokat és az egyéni változatosságot.

---

### Mit mond a meleg génről a tudomány?

A fiúk és a lányok közötti különbségekről napjainkban sok vita folyik. Egyes megközelítések szinte kizárólag a nevelés és a társadalmi környezet hatását hangsúlyozzák, míg mások minden eltérést biológiai adottságokkal magyaráznak.

A tudomány jelenlegi álláspontja ennél árnyaltabb: személyiségünk és kapcsolati működésünk a velünk született adottságok és a környezeti tapasztalatok folyamatos kölcsönhatásában formálódik. A gyermek fejlődését tehát sem a biológia, sem a nevelés nem határozza meg önmagában.

Ez az összetett szemlélet a szexuális orientáció eredetének és pszichológiai megítélésének kérdésében is különösen fontossá vált. Az Amerikai Pszichiátriai Társaság **1973-ban** törölte a homoszexualitást a mentális zavarok diagnosztikai kézikönyvéből, majd az Egészségügyi Világszervezet **1990-ben** törölte a homoszexualitást a mentális betegségek közül. A döntés alapja az a feltételezés volt, hogy az azonos nemű vonzalom önmagában nem jár szükségszerűen a pszichés működés károsodásával, ezért nem tekinthető pszichiátriai betegségnek.

Az 1990-es években néhány genetikai kutatás nyomán széles körben elterjedt az a feltételezés, hogy az azonos nemű vonzalom hátterében egy meghatározott gén állhat. A későbbi, jóval nagyobb mintán végzett vizsgálatok azonban ezt nem igazolták.

**Az Xq28 kromoszómarégió vizsgálata, 1993:** Hamer és munkatársai homoszexuális férfiak családjait és testvérpárjait vizsgálták. Egy kisebb mintában kapcsolatot találtak az X kromoszóma Xq28 jelű régiója és a férfiak azonos nemű orientációja között. A kutatás nem fedezett fel konkrét „meleg gént”, csupán egy lehetséges genetikai összefüggést jelzett! Az eredményt a közbeszéd mégis gyakran leegyszerűsítve, egy veleszületett „meleg gén” bizonyítékeként mutatta be, noha ezt maga a vizsgálat sem igazolta.

**Ganna és munkatársai 2019-ben** közel félmillió ember genetikai adatait elemezték, hogy kiderítsék, létezik-e az azonos nemű szexuális viselkedést meghatározó gén. Az eredmény sokkal összetettebb képet mutatott: egyetlen „meleg gént” sem találtak! Több genetikai eltérést azonosítottak, de ezek külön-külön csak nagyon kis hatással rendelkeztek, és együttesen sem tették lehetővé az egyén szexuális viselkedésének előrejelzését. A kutatás egyik legfontosabb tanulsága tehát az, hogy a genetikai tényezőknek lehet szerepük, de önmagukban nem határozzák meg a szexuális orientációt.

A tudomány ezért jelenleg nem állítja sem azt, hogy az azonos nemű vonzalomért egy „meleg gén” a felelős, de azt sem, hogy pusztán a nevelés, a szülő-gyermek kapcsolat vagy valamely gyermekkori sérülés a felelős. Kialakulásában méhen belüli biológiai folyamatok, fejlődési sajátosságok, kapcsolati tapasztalatok, valamint társadalmi és kulturális hatások összetett kölcsönhatása játszhat szerepet. Ezek pontos arányát és működését a tudomány ma még nem ismeri teljesen.

Ez a szülők számára különösen fontos felismerés! Nem indokolt minden eset mögött automatikusan genetikai sorsszerűséget vagy nevelési hibát, apa vagy anyasebet, érzelmi hiányt vagy traumát feltételezni.

A tudatos szülő feladata ezért nem az, hogy félelemből címkézze vagy előre meghatározza gyermeke identitását, hanem hogy biztonságos, szeretetteljes és kiszámítható kapcsolatot teremtsen a számára. Segítse őt testének elfogadásában, érzelmeinek megértésében, kapcsolatainak rendezésében és személyiségének kibontakozásában. Ha a gyermek bizonytalanságot vagy azonos nemű vonzalmat fogalmaz meg, azt érdemes nyugodtan, megszegyenítés és elhamarkodott következtetések nélkül meghallgatni. A szülői jelenlét, az elfogadó kapcsolat és a nyitott párbeszéd ilyenkor többet segít, mint a gyors magyarázatok vagy a végleges címkék.

## 4. fejezet

### Testi határok és játékdoktor

*„Avagy nem tudjátok, hogy a ti testetek a bennetek lakozó Szentlélek temploma...”*  
(1Korinthus 6,19)

#### „Az én testem az enyém”

Az óvodáskor egyik fontos feladata, hogy a gyermek megtanulja: a teste érték, és joga van a személyes határokhoz. A testhatárok tanítása nem bizalmatlanságra nevel, hanem testtudatot, önbecsülést és életkorhoz illő önvédelmet fejleszt. Nem azt üzenjük, hogy minden ember veszélyes, hanem azt, hogy mindenki – ő maga és a másik is – tiszteletet érdemel. A világos, nyugodtan gyakorolt szabályok a megelőzés fontos védőfaktorai.

A Biblia szerint az emberi test nem véletlenül létezik, és nem is szégyellnivaló. Isten szeretetből alkotta meg az embert, ezért testünk méltósággal és tisztelettel bánást érdemel. Ha a gyermek ezt már óvodáskorban megérti, sokkal könnyebben fogja megérteni később azt is, miért fontos a szemérem, az intimitás és a szexualitás helyes megélése. A testével kapcsolatos határhúzások nem korlátozzák a szabadságot, hanem védik.

#### Mit jelent a testi határ?

A testi határ azt jelenti, hogy mindenkinek van személyes tere, amely tiszteletet érdemel. Ez nem zárja ki a gondoskodó segítséget: a szülő felöltöztetheti, megfürdetheti, az orvos pedig megvizsgálhatja a gyermekeket. Fokozatosan azonban tanulja meg, hogy intim testrészei különleges védelmet igényelnek. Mondjuk egyszerűen: „A tested a tiéd. Senki nem kérheti, hogy titokban mutasd meg vagy érintsd meg a bugyi, illetve alsónadrág alatti részeket.” Ez nem félelemkeltés, hanem életkorhoz illő biztonsági tudás.

#### Tanítsuk meg a „nem” kimondására

Sok gyermeket arra nevelnek, hogy mindig engedelmeskedjen a felnőtteknek. Az engedelmisség fontos érték. De van egy kivétel! Ha valaki olyat kér tőle, amitől rosszul érzi magát, ami zavarba ejti, vagy ami a testét érinti, joga van nemet mondani. Joga van elhúzódní. Joga van segítséget kérni. Joga van azonnal szólni anyának vagy apának. Ez nem tiszteletlenség! Ez önvédelem.

#### A jó és a rossz titok

Az óvodások szeretnek titkokat őrizni, ezért fontos különbséget tenni meglepetés titok és a nyomasztó titok között. A meglepetés rövid ideig tart és később örömet okoz. A rossz titok félelmet, zavart vagy szégyent kelt, és gyakran arra kötelezi a gyermeket, hogy ne kérjen segítséget. Tanítsuk meg neki, hogyha valaki azt mondja, „ezt ne mondd el anyának vagy apának”, éppen akkor kell szólni! Az igazmondásért nem harag, hanem védelem jár.

## **Nem minden kellemetlen érintés rossz szándékú**

Érdemes ezt is megtanítani. Előfordulhat, hogy az orvos megvizsgálja vagy a nagyszülő bekeni gyógyszeres krémmel, ilyenkor nem bántás történik. A különbség a célban van! A gondoskodó érintés segít. A bántó érintés kihasznál. Ezt egyszerű példákon keresztül könnyen meg lehet értetni egy óvodással.

## **A szeretetteljes érintés pótolhatatlan**

A testi határok tanítása nem azt jelenti, hogy kevesebbet érintsük gyermekünket. A szeretetteljes ölelés, simogatás, ölbe vétel és vigasztalás alapvető kapcsolati szükséglet. A kötődéskutatások szerint a válaszkész testi közelség támogatja a stressz szabályozását és a biztonságos kötődés kialakulását. Ugyanakkor tiszteletben tartjuk a gyermek jelzéseit, és nem kényszerítjük ölelésre vagy puszira. Így tapasztalatból tanulja meg a szeretetteljes, a gondoskodó és a határsértő érintés közötti különbséget.

## **Mit tegyünk, ha a gyermek olyat mesél, ami aggasztó?**

Ha gyermekünk azt mondja, hogy valaki olyan módon érintette meg, amitől rosszul érezte magát, az első és legfontosabb dolgunk, hogy maradjunk nyugodtak! Hallgassuk végig! Ne kérdőjelezzük meg azonnal! Ne szégyenítsük meg! Köszönjük meg neki, hogy elmondta!

Mondjuk ezt: Nagyon ügyes voltál, hogy szóltál! Jól tetted! Most már együtt megoldjuk. Ez biztonságot ad neki, és segít abban, hogy később is merjen segítséget kérni.

Ha felmerül a bántalmazás gyanúja, minden esetben kérjünk szakmai segítséget, és tegyük meg a gyermek védelméhez szükséges lépéseket!

## **Egy személyes emlék**

Sajnos a gyermekek elleni szexuális visszaélés nem új jelenség; korábban csupán kevesebbet beszéltek róla. Óvodáskoromban egy kisfiú úgy közeledett hozzám, amit akkor nem értettem. Nem tudtam, hogy intim testrészeimhez senki sem nyúlhat. Túl kicsi voltam a helyzet felismeréséhez, és senki nem készített fel rá. Ma már tudom, hogy nem az én hibám volt. Férjemnek is volt hasonló tapasztalata, amikor egy felnőtt férfi intim érintésre keresett lehetőséget. Az ilyen élmények megterhelhetik a biztonságérzetet, a testhez való viszonyt és a későbbi kötődést; hatásuk azonban nem egyforma, és megfelelő támogatással feldolgozhatók.

Ezért tartjuk olyan fontosnak, hogy már óvodáskorban beszélgessünk gyermekeinkkel a testi határokról. Nem azért, hogy féljenek az emberektől, hanem azért, hogy tudják azt, hogy a testük érték, amelyet meg kell becsülni és meg kell védeni.

## **Amikor egy szülő valóban megvédi a gyermekét – szintén személyes történet**

Néhány évvel később ismét átéltem egy olyan helyzetet, amelyet gyermekként nagyon nehéz volt feldolgozni. Általános iskolás korunkban, talán nyolc-kilenc évesek lehettünk az ikertestvéremmel, amikor egy idegen férfi a lépcsőházban szeméremszértő módon viselkedett velünk. Mutogatta magát és kérte, hogy fogjuk meg a péniszét, és érezzük, hogy milyen nagy

és milyen kemény. Nagyon megijedtünk, de sikerült elfutnunk. Amikor bezártuk magunk mögött a lakás ajtaját, bebújtunk az ágyba, még a paplant is a fejünkre húztuk, és vártuk, hogy Anyu hazajöjjön. Amikor hazaérkezett mindent elmondtunk neki. Ő nem kérdőjelezte meg a szavainkat. Nem bagatellizálta el a történeteket. Nem mondta azt, hogy biztosan félreértettük, hanem azonnal a rendőrségre ment feljelentést tenni.

Az elkövetőt rövid időn belül elfogták, és később szembesítésre is sor került. Nagyon féltünk, amikor újra megláttuk azt az embert bilincsben. Ugyanakkor különös biztonságérzés töltött el. Tudtuk, hogy már nem tud bántani minket. Tudtuk, hogy megvédenek minket.

Felnőttként visszagondolva nemcsak a félelmetes találkozás maradt meg bennem, hanem az is, hogy édesanyánk azonnal mellénk állt és cselekedett. Elhitte, amit mondtunk, és megtett mindent a biztonságunkért. A traumalélektan ezt védő kapcsolati válasznak tekinti, az esemény után kapott hitelesítés, védelem és megnyugtató csökkenti a tartós sérülés kockázatát. Édesanyánk válasza azt közvetítette, hogy nem vagytok hibásak, nem vagytok egyedül, számíthattok rám.

**Szülőként nem tudunk minden veszélyt megelőzni, de eldönthetjük, hogyan reagálunk, amikor gyermekünk segítséget kér. A kételkedés, hibáztatás vagy bagatellizálás másodlagos sérülést okozhat, és elmélyítheti a toxikus szégyent. Ha viszont nyugodtan meghallgatjuk, komolyan vesszük, megvédjük és szakmai segítséget kérünk, a gyermek megtapasztalhatja, hogy „Nem vagyok egyedül, számíthatok a szüleimre.” Ez a biztonságos kapcsolati élmény fontos védőfaktor lehet a trauma feldolgozásában.**

**A gyermeknek nem az a legfontosabb emléke marad meg, hogy veszélybe került, hanem az, hogy volt mellette egy felnőtt, aki hitt neki és megvédte. A gyermeknek nem tökéletes szülőre van szüksége, hanem olyanra, aki mellett biztonságban érzi magát!**

## **A testi határok a másik emberre is vonatkoznak**

Ne csak azt tanítsuk meg gyermekünknek, hogy mások ne érintsék meg őt illetlenül, hanem azt is, hogy ő se lépje át mások határait! Az óvodáskori kíváncsiság természetes, de már ekkor gyakorolható a kölcsönös beleegyezés egyszerű formája: kopogunk, nem húzzuk le más ruháját, nem érintjük az intim testrészeit, és megállunk, ha nemet mond. Ezek a hétköznapi szabályok az empátia, a tisztelet, az önszabályozás és a későbbi egészséges kapcsolatok alapjait építik.

## **A szülő példája**

A gyermek elsősorban nem abból tanul, amit mondunk, hanem abból, amit lát. Ha mi is tiszteletben tartjuk az ő testi határait, ő is könnyebben megtanulja tisztelni másokét. Kérdezzük meg például: „Megölelhetlek?”, „Segíthetek megmosni a hátadat?”, „Megnézhetem, hol fáj?” Ezek az apró kérdések azt tanítják, hogy a másik teste nem tárgy, és számít a beleegyezése. A szülőnek ugyanakkor nem kell engedélyt kérnie minden szükséges gondozási helyzetben; ilyenkor előre jelzi, mit és miért tesz. Saját és házastársunk testéről is tisztelettel beszéljünk, mert a gúny és a becsmélés könnyen beépülhet a gyermek testképébe.

## ÚTRAVALÓ

A testi határok megtanítása nem félelmet, hanem biztonságot adnak, amelyek által a gyermek megtanulja, hogy értékes, hogy a teste különleges ajándék, hogy joga van segítséget kérni, hogy tisztelnie kell mások testét is. Ha ezeket az alapokat szeretettel, nyugalommal és következetesen rakjuk le, akkor nemcsak a veszélyektől óvjuk meg gyermekünket, hanem egy egész életre szóló önbecsülést is építünk benne.

## Gyakori kérdések

### **Meg kell tanítani egy négyévesnek is, hogy senki sem nyúlhat az intim testrészeihez?**

Igen. Egyszerű, életkorának megfelelő módon érdemes elmondani, hogy ezek a testrészek különlegesek, és csak szülői gondoskodás vagy orvosi vizsgálat során érhet hozzájuk egy megbízható felnőtt, amikor anya vagy apa tud róla.

**Mi van, ha nem mer nemet mondani?** Otthon lehet gyakorolni játékosan. Játsszuk el, hogyan mondhatja határozottan: „Nem!”, „Állj!”, „Nem szeretném!”

**Nem ijesztjük meg ezzel?** Nem, ha nyugodtan és természetesen beszélünk róla. A cél nem a félelem, hanem a felkészítés.

**Mi van, ha játék közben meg akarja nézni más gyerek intim testrészeit?** Nyugodtan állítsuk meg, és magyarázzuk el, hogy mindenki teste a sajátja, ezért tiszteletben tartjuk egymás intim testrészeit.

## Minta mondatok



**„A tested Isten ajándéka, ezért vigyázunk rá.”**



**„Az intim testrészeid különlegesek, vigyáznod kell rá!”**



**„Mindig elmondhatod nekünk, ha valami kellemetlen történt.”**



**„Ha valaki azt kéri, hogy titokban tarts valamit a testeddel kapcsolatban, nekünk mindig mondd el!”**



**„Jogod van azt mondani: nem.”**



**„Mi mindig hiszünk neked, és segítünk neked.”**

## **Játékdoktor és társai**

*"Vizsgáljatok meg mindent, a jót tartsátok meg!" (1Thesszalónika 5,21)*

### **„Csak játszottunk...”**

Sok szülő számára ijesztő pillanat, amikor egyszer csak azt látja, hogy a gyermeke egy másik kiskgyerekkel „doktorosdit” játszik. Előfordul, hogy egymás szívét hallgatják meg játék sztetoszkóppal. Máskor bekötözik egymás kezét. Néha azonban kíváncsiságból egymás testét is szeretnék megnézni. Ilyenkor a szülőben gyakran azonnal megszólal a vészcsengő: **„Valami baj van?”** A legtöbb esetben nincs! Az óvodáskor ugyanis a szerepjátékok időszaka. A gyermek így dolgozza fel mindazt, amit a világban lát. Papás-mamást játszik. Boltosat. Óvodásat. Tűzoltósat. És igen, doktorosdit is. Önmagában ez teljesen természetes.

### **A kíváncsiság természetes**

Az óvodás gyermek még nem úgy tekint a testre, mint egy felnőtt. Számára a nemi szervek ugyanúgy a test részei, mint a fülek vagy a könyök. Észreveszi, hogy a fiúk és a lányok különböznek. Kíváncsi. Szeretné megérteni. Ez nem szexuális kíváncsiság, hanem fejlődési sajátosság. Éppen ezért önmagában nem kell megijednünk attól, ha a gyermek kérdez vagy kíváncsi.

### **A szerepjáték a tanulás része**

A játék az óvodás gyermek „munkája”. A játékban dolgozza fel az élményeit. Ha orvosnál járt, könnyen lehet, hogy másnap már ő lesz a doktor. Ha megszületett a kistestvér, babázni kezd. Ha látott egy mentőautót, mentőst játszik. Ez természetes fejlődés. A doktorosdi is többnyire erről szól.

### **Hol húzódik a határ?**

A szülő feladata nem az, hogy megtiltsa a szerepjátékokat, hanem az, hogy megtanítsa a gyermeknek a testi határokat. Nyugodtan elmondhatjuk, hogy az orvos csak azért nézi meg az intim testrészeket, hogy segítsen meggyógyulni. A játékban viszont nem nézegetjük egymás bugyi vagy alsónadrág alatti testrészeit. Nem kell megszégyeníteni! Nem kell rákiabálni! Egyszerűen tanítani kell!

### **Mit ne tegyünk?**

Ha rajtakapjuk a gyerekeket, könnyen megijedhetünk. Ilyenkor azonban nagyon fontos, hogy ne reagáljunk indulatosan. Ha kiabálunk: „Pfuj! Micsoda csúnya dolog! Szégyelld magad!”, a gyermek könnyen arra következtethet, hogy nemcsak a viselkedése volt helytelen, hanem ő maga vagy a teste rossz. Ez a különbség vezethet toxikus szégyenhez. A cél ezért a világos határ és a kapcsolat együttes megőrzése: „Kíváncsi voltál, de ezt nem játsszuk. Nem vagy rossz; most megtanuljuk a szabályt.”

Mondhatjuk például: „Látom, kíváncsiak voltatok. Beszélgessünk róla egy kicsit. A testünk értékes, ezért az intim testrészeinket nem mutogatjuk egymásnak és nem játszunk velük.”

### Mikor kell jobban odafigyelni?

A doktorosdi többnyire természetes szerepjáték, de néhány jel fokozott figyelmet igényel: ha ismétlődően kényszerítő vagy agresszív, jelentős különbség vagy hatalmi fölény jelenik meg, a gyermek életkorát meghaladó szexuális ismereteket mutat, titoktartást követel, illetve utána erős félelem, visszahúzódás vagy szégyen látható. Egyetlen jel önmagában nem bizonyít bántalmazást. Nyugodtan beszélgessünk, kerüljük a sugalmazó kérdéseket, és szükség esetén forduljunk képzett szakemberhez.

### Gyakori kérdések

**Normális, ha a gyerekek doktorosdit játszanak?** Igen. A szerepjáték az óvodáskor természetes része. Ugyanakkor fontos megtanítani, hogy az intim testrészeket nem nézegetjük és nem érintjük játékból.

**Meg kell büntetni ezért?** Nem. A legtöbb esetben sokkal többet ér a nyugodt beszélgetés és a testi határok szeretetteljes megtanítása.

**Mikor kérjek segítséget?** Ha a játék ismétlődően kényszerítő, agresszív, a gyermek korához képest szokatlanul szexualizált, vagy felmerül a bántalmazás gyanúja.

**Mi van, ha a gyermek azt mondja, hogy valaki rábeszélte?** Hallgassuk végig, ne hibáztassuk, és próbáljuk megérteni, mi történt. Ha szükséges, kérjünk szakember segítségét.

### Minta mondatok



**„Látom, kíváncsi voltál. Beszélgessünk róla!”**



**„A testünk különleges ajándék, ezért vigyázunk rá.”**



**„Az intim testrészeinket nem mutogatjuk egymásnak.”**



**„Ha valaki ilyet szeretne játszani veled, nyugodtan mondd azt, hogy nem.”**



**„Mindig elmondhatod nekünk, ha valami furcsa történt.”**



**„Nem haragszunk rád azért, mert kérdeztél vagy kíváncsi voltál.”**

## 5. fejezet

### Szemérem és intimitás

*"Mindennek rendelt ideje van..." (Prédikátor 3,1)*

#### **A szemérem nem egyenlő a szégyennel, és különösen nem a toxikus szégyennel!**

A szemérem szó hallatán sok embernek kellemetlen érzése támad. Vannak, akik úgy gondolják, hogy a szemérem a test szégyellését jelenti, mások szerint csupán régi korok maradványa. A Biblia azonban egészen más képet tár elénk.

A szemérem nem a test elutasítása, hanem annak felismerése, hogy a test érték és tiszteletet érdemel. Az egészséges szemérem határt jelöl, megmutatja, mi személyes és mi nyilvános. A szégyen ezzel szemben egy érzés, a toxikus szégyen pedig az egész személyt minősíti: „velem van baj”. Ezért nem a gyermeket vagy a testét bélyegezzük meg, hanem nyugodtan tanítjuk a helyzethez illő viselkedést.

#### **Az Éden kertjétől napjainkig**

A Biblia története akár egy kép is lehet számunkra, ami segíthet megérteni az élet alapelveit. Ádám és Éva a bűneset előtt meztelenek voltak, mégsem szégyellték magukat (1Móz 2,25). Kapcsolatukban teljes bizalom, tisztaság és önzetlen szeretet uralkodott. A bűneset után azonban először éppen a meztelenségük tudatosult bennük. Fügefaleveleket készítettek maguknak, majd elrejtőztek Isten elől (1Móz 3,7-10). A testük nem vált rossz, mégis eltakarták az intim testrészeiket. Ennek az oka a szívben van, az ember szíve változott meg, és ezáltal a gondolkodása is a nemiségről és a szexualitásról. A bűn következtében megjelent az önzés, a vágyak uralma és a másik ember tárgyiasításának lehetősége. A szemérem a bűneset utáni világ egyik védőkorlátja lett.

Az óvodás gyermek többnyire természetesen viszonyul a testéhez. Ha meztelenül kiszalad a fürdőszobából, nem provokál, még tanulja a nyilvános és személyes helyzetek különbségét. A szemérem fejlődése fokozatos és gyermekenként eltérő. A szülő feladata, hogy megszégyenítés nélkül tanítsa az intimitást: felöltözzünk, becsukjuk az ajtót, kopogunk, és tiszteletben tartjuk, ha valaki egyedül szeretne lenni. Így nem félelmet, hanem egészséges testtudatot és határokat alakítunk ki.

#### **Az intimitás az emberi kapcsolatok kincse**

Az intimitás bensőségességet jelent, olyan kapcsolatot, amelyben biztonságban megmutathatjuk önmagunkat. Kötődésméleti értelemben az érzelmi elérhetőség, a válaszkészség és a megnyugtató közelség alapvető tapasztalat. Intim pillanat, amikor a gyermek édesanyjához bújik, apa ölbe veszi, a család együtt imádkozik, vagy valaki sír és vigaszt kap. A házastársi testi intimitás különleges és kizárólagos; ezért már kisgyermekkorban tanítjuk, hogy bizonyos testrészek és közelségek éppen értékük miatt személyesek. Amikor megtanítjuk gyermekünknek, hogy fürdés után törölközőt használunk, felöltözzünk, vagy kopogunk a hálószoba ajtaján, valójában sokkal többet tanítunk, mint

udvariasságot. Azt üzenjük, hogy tisztelem a testedet, tisztelem a saját testemet, tisztelem a házasságunk intimitását. A gyermek ezekből a hétköznapi szokásokból tanulja meg, hogy az emberi test érték.

## **A két véglet**

A szemérem területén két véglet káros lehet. Az egyik a tabusítás és megszégyenítés, ilyenkor a gyermek azt tanulhatja, hogy teste vagy kíváncsisága rossz, és toxikus szégyen alakulhat ki. A másik a határtalanság, amikor nincsenek személyes terek, és a gyermek jelzéseit sem veszik komolyan. Az egészséges út középen van, amikor természetesen beszélünk a testről, világos szabályokat adunk, és tiszteljük egymás határait.

## **Fürödjünk együtt a gyermekkel?**

Ez az egyik leggyakoribb kérdés, amelyet szülőktől kapunk. A kisgyermek számára a meztelenség önmagában még nem hordoz szexuális jelentést. Ugyanakkor ahogy növekszik, fokozatosan kialakul benne a szeméremérzet. Véleményünk szerint érdemes ezt a fejlődést támogatni. Ezért célszerű már óvodáskorban arra törekedni, hogy a szülők intim testrészeit ne természetes látványként ismerje meg a gyermek. Nem azért, mert a test szégyellnivaló! Hanem azért, mert szeretnénk megtanítani neki, hogy bizonyos testrészek a házastársi intimitás körébe tartoznak. Egy egyszerű alsónemű vagy törölköző használata sokszor elegendő ahhoz, hogy ezt az üzenetet közvetítsük.

## **A gyermek a szülők kapcsolatából tanul**

A gyermek figyel: látja, hogyan ölelik meg egymást a szülei, hogyan beszélnek és rendezik konfliktusaikat. A biztonságos kötődés szempontjából nem a konfliktusmentesség, hanem az érzelmi elérhetőség és a kapcsolat helyreállítása a döntő. Ha apa és anya gyengéden, tisztelettel és kiszámíthatóan fordul egymáshoz, az biztonságot ad. A házastársi gyengédséget nem kell eltitkolni, a szexuális intimitás részletei azonban továbbra is a férjre és feleségre tartoznak.

## **A szemérem önbecsülést is épít**

A gyermek, aki megtanulja tisztelni saját testét és felismerni érzéseit, később könnyebben tiszteli mások határait is. Az önbecsülés, az érzelemszabályozás és a biztonságos kötődés együtt segítheti abban, hogy nemet mondjon és segítséget kérjen. A szemérem tehát nem elvesz a szabadságból, hanem a méltóságot és a kapcsolati biztonságot védi.

## ÚTRAVALÓ

A szemérem nem a test ellensége, hanem az emberi méltóság őrzője. A gyermek akkor tanulja meg legkönnyebben ezt az értéket, ha otthon azt látja, hogy a szülei örülnek a testüknek, tisztelettel bánnak egymással, természetesen beszélnek a test működéséről, ugyanakkor óvják a család intimitását. Így érti meg fokozatosan, hogy vannak olyan értékek, amelyeket nem azért őrzünk, mert félünk, hanem mert nagyon értékesek.

## Gyakori kérdések

**Nem lesz szégyenérzete a gyermeknek, ha szeméremre neveljük?** Nem. A szeretettel tanított szemérem nem szégyent, hanem önbecsülést alakít ki.

**Mit tegyek, ha meztelenül szaladgál a lakásban?** Nyugodtan, mosolyogva segítsünk neki felöltözni, és mondjuk el, hogy vannak helyzetek, amikor felöltözünk, mert tiszteljük magunkat és másokat.

**Szabad megölelni, megpuszítani a gyermeket?** Természetesen. A szeretetteljes érintés alapvető szükséglete a gyermeknek. A szemérem nem az érintések megszüntetéséről, hanem a megfelelő határokról szól.

**Lássa a gyermek, hogy a szülők megölelik vagy megcsókolják egymást?** Igen. A gyengédség biztonságot ad a gyermeknek, és pozitív mintát közvetít a házasságról. A házastársi intimitás legbensőségesebb részei azonban a férjre és a feleségre tartoznak.

## Minta mondatok



**„A tested értékes, ezért vigyázunk rá, és neked is meg kell tanulnod vigyázni rá!”**



**„Nem azért öltözünk fel, mert szégyelljük a testünket, hanem mert tiszteljük.”**



**„Apa és anya nagyon szeretik egymást, ezért vannak olyan pillanatok, amelyek csak kettőjükre tartoznak.”**



**„Mindig kopogunk, mielőtt bemegyünk valaki szobájába.”**



**„A szemérem segít megőrizni azt, ami különösen értékes.”**

„Isten szépen alkotta meg a testedet, ezért örülj neki, és tartsd becsben!

## 6. fejezet

### Média és a mesék

*„Minden szabad nekem, de nem minden használ.” (1Korinthus 6,12)*

#### A mesék is nevelnek

Kevés gyermek nő fel mesék nélkül. A mesék megneveltetnek. Elgondolkodtatnak. Fejlesztik a képzeletet. Segítenek feldolgozni a félelmeket és az örömeiket. A jól megválasztott mese valódi ajándék lehet egy gyermek számára. A kérdés ezért nem az, hogy nézzen-e mesét a gyermek? Hanem az, hogy **mit**, **mennyit**, és **kivel** néz?

#### A média lett a „harmadik nevelő”

Régen a gyermekek világát elsősorban a család, az iskola és a tágabb közösség formálta. Ma ehhez egy új szereplő is csatlakozott. A média. A televízió, a telefon, a YouTube, a közösségi média. A különböző streaming platformok. Sok gyermek több időt tölt képernyő előtt, mint beszélgetéssel a szüleivel. Ezért ma már a média nem egyszerűen szórakoztat, hanem nevel is! Értékeket közvetít. Világképet formál.

#### A gyermek nem úgy nézi a mesét, mint a felnőtt

A felnőtt tudja, hogy egy mese nem a valóság, az óvoda azonban még inkább konkrét és mágikus gondolkodással értelmez. Érzelmileg kapcsolódik a szereplőkhöz, azonosul velük és utánozza őket. Ezért nemcsak a történetet tanulja, hanem kapcsolati forgatókönyveket is, hogyan beszélnek egymással, hogyan szabályozzák indulataikat, hogyan oldanak meg konfliktust, és mit jelent szeretni vagy segítséget kérni.

#### A mesék értékrendet is közvetítenek

Minden történet válaszol néhány alapvető kérdésre: Mi a jó? Mi a rossz? Ki a hős? Miért érdemes élni? Mit jelent szeretni? Ezeket sokszor nem is vesszük észre, de a gyermek igen! Ezért fontos, hogy olyan meséket válasszunk, amelyek összhangban vannak azokkal az értékekkel, amelyeket mi magunk is szeretnénk átadni!

#### Nem minden gyerekeknek készült tartalom való gyermeknek

Sok rajzfilm látványos, vicces, színes. Ez azonban még nem jelenti azt, hogy egy óvoda számára is megfelelő. Egyes történetek túl gyorsak. Mások túl ijesztőek. Vannak olyanok is, amelyek összezavarhatják a gyermek gondolkodását a családról, a nemiségről vagy az emberi kapcsolatokról. Szülőként nem az a feladatunk, hogy mindentől elzárjuk gyermekünket, hanem hogy bölcsen válogassunk!

A mese önmagában nem káros. A gond akkor kezdődik, amikor tartósan átveszi a szabad játék és a családi kapcsolódás helyét. A gyermek idegrendszere a kölcsönös, élő helyzetekből tanul a legtöbbet, amikor valaki mesél neki, ölbe veszi, nevet vele, és válaszol a jelzéseire. A közös meseolvasás a nyelvi fejlődés mellett a kötődést és a közös érzelmszabályozást is támogatja; a magányos képernyőnézés ezt nem pótolja.

## Beszélgessünk a mesékről!

Talán ez a legfontosabb tanács. Ne csak elindítsuk a mesét, hanem beszéljünk róla utána. Kérdezzük meg, hogy ki volt szerinted a legbátrabb? Mit csinált jól? Te mit tettél volna? Miért volt szomorú? Mit tanulhatunk ebből? Az ilyen beszélgetések fejlesztik a gyermek gondolkodását és erkölcsi érzékét.

## A túl korai képernyőhasználat veszélyei

A túlzott képernyőhasználat együtt járhat a figyelem, az alvás és az önszabályozás nehézségeivel, különösen akkor, ha kiszorítja a mozgást, a szabad játékot és a személyes kapcsolatokat. Az összefüggések nem minden esetben jelentenek közvetlen ok-okozatot, ezért a tartalom, az időtartam, a gyermek életkora és a közös szülői jelenlét egyaránt számít. Az első életévek fejlődéséhez elsősorban valódi kapcsolatokra, beszélgetésre, mozgásra és sokféle érzékszervi tapasztalatra van szükség.

## Mit kezdünk az érzékeny témákkal?

Előfordulhat, hogy egy mesében vagy reklámban olyan kérdések jelennek meg, amelyekről gyermekünk korábban még nem hallott. Ilyenkor ne essünk pánikba! Ez lehetőség is. Nyugodtan beszéljünk róla. Kérdezzük meg: Mit gondolsz erről? Értetted, mi történt? Szerinted ez jó volt? Így nem a média fogja kialakítani gyermekünk értékrendjét, hanem mi segítünk neki értelmezni a látottakat.

## A szülő a legjobb szűrő

Nem lehet minden tartalmat előre kiszűrni. Nem is ez a cél. A legfontosabb „szűrő” a gyermekkel kialakított kapcsolat. Aki otthon ítélkezés nélkül beszélhet a látottakról, kevésbé marad egyedül a zavaró élményekkel. A közös értelmezés fejleszti a kritikai gondolkodást és az érzelmi tudatosságot. Nem attól válik védettebbé, hogy mindentől elzártuk, hanem attól, hogy van biztonságos felnőtt, akihez visszatérhet.

## A Biblia történetei a legnagyobb történetek!

A gyermekek szeretik a történeteket. Éppen ezért a Biblia történetei is rendkívül közel állnak hozzájuk. Dávid bátorsága. Noé engedelmessége. József megbocsátása. Az irgalmas samaritánus szeretete. Jézus gyermekek iránti szeretete. Ezek nemcsak érdekes történetek, hanem olyan életminták és értékek, amelyek egész életükben elkísérhetik őket.

### ÚTRAVALÓ

A média nem ellenség, de nem is bábiszitter! Nem tudja helyettesíteni a szülőt! A gyermek számára továbbra is anya és apa marad a legfontosabb történetmesélő, értelmező és tanító. Ha jelen vagyunk mellette, beszélgetünk vele és együtt válogatjuk meg a tartalmakat, akkor a média nem rombolni, hanem gazdagítani fogja a fejlődését.

## Gyakori kérdések

**Mennyi képernyőidő ajánlott?** A kisgyermekek számára a személyes játék, a mozgás és a beszélgetés sokkal fontosabb, mint a képernyő. A képernyőhasználat legyen mértékletes és tudatos.

**Mit tegyek, ha ijesztő jelenetet látott?** Ne bagatellizáljuk. Beszéljük át vele, mit érzett, és nyugtassuk meg, hogy biztonságban van.

**Mit tegyek, ha a mesében a családról vagy a nemiségről olyan üzenet jelenik meg, amellyel nem értünk egyet?** Beszélgessünk róla! Kérdezzük meg, mit értett belőle, majd nyugodtan mondjuk el, mi hogyan gondolkodunk erről. Ebben a korban a szülő véleménye mindennél fontosabb a gyermek számára, ezért mindenképpen beszélgessünk a látottakról, hallottakról!

## Minta mondatok



*„Mit gondolsz erről a meséről?”*



*„Szerinted miért döntött így a szereplő?”*



*„Nálunk a családban erről így gondolkodunk...”*



*„Nem minden, amit a képernyőn látunk, tükrözi a valóságot.”*



*„Ha valami megijeszt vagy összezavar, mindig elmondhatod nekünk.”*



*„A legjobb történetek azok, amelyek segítenek szeretni Istent és az embereket.”*

## „Milyen mesét válasszunk?”

### Öt kérdésből álló szülői szűrő:

Erősíti vagy rombolja az emberi méltóságot?

Tisztelettel mutatja be a családot?

Életkorának megfelelő a gyermek számára?

A jó és a rossz megkülönböztethető benne?

Beszélgetni tudunk róla utána?

## 7. fejezet

### Mit tegyünk, ha pornográf képpel találkozunk?

A test a tisztaságra és a szeretetre lett teremtve, nem arra, hogy tárggyá váljon.

#### **„Anyá... ezt nem akartam látni...”**

Sok szülő úgy gondolja, hogy az óvodás gyermek még biztosan nem találkozik pornográf tartalommal. Sajnos ma már ez nem így van! Elég egy véletlen kattintás. Egy nagyobb testvér telefonja. Egy reklám. Egy felugró ablak. Egy YouTube-videó. Egy idősebb gyermek az óvodában vagy a játszótéren. Elég néhány másodperc! A gyermek nem keresi ezt, egyszerűen szembejön vele. Ezért ma már nem az a kérdés, hogy megtörténhet-e? Hanem az, hogyan reagálunk rá?

#### **A gyermek nem érti, amit lát**

A felnőtt és a gyermek eltérően értelmezi ugyanazt a képet. Az óvodás még nem rendelkezik a szexuális tartalom megértéséhez szükséges kognitív és érzelmi érettséggel. Lehet, hogy megijed, nevet, lefagy, zavarba jön, vagy látszólag nem reagál. Ezek önmagukban nem bizonyítják, hogy megértette a látottakat. A reakcióját az életkora, temperamentuma, korábbi tapasztalatai és az utána kapott segítség egyaránt alakítja.

#### **Az első reakciónk döntő jelentőségű!**

Ha gyermekünk odajön hozzánk, és azt mondja: **„Anyá, láttam valamit...”** – akkor az első mondatunk rendkívül fontos! Ne essünk pánikba! Ne kiabáljunk! Ne szégyenítsük meg!

Inkább mondjuk: „Köszönöm, hogy elmondtad!” Ez a néhány szó biztonságot közvetít: jól tetted, hogy szóltál, számíthatsz rám. A kötődés nyelvén a szülő ilyenkor biztonságos menedékké válik. Saját riadalmunkat felnőttként szabályozzuk, hogy a gyermeknek ne kelljen minket megnyugtattatnia vagy szégyenében hallgatnia.

#### **Kérdezzünk, mielőtt magyarázunk**

A szülők gyakran rögtön magyarázni kezdenek, pedig először inkább kérdezzünk! Például: Hol láttad? Mit gondolsz, mi volt az? Mit éreztél közben? Lehet, hogy a gyermek csak egyetlen képet látott. Lehet, hogy már rég el is felejtette volna. Nem kell több információt adnunk, mint amennyit kérdez!

#### **Mondjuk ki, hogy nem ő a hibás**

Ez az egyik legfontosabb üzenet. A gyermek könnyen azt hiheti: „valami rosszat tettem”, vagy még súlyosabban: „rossz vagyok”. Az első büntudat egy konkrét tethez kötődik, a második toxikus szégyenné válhat, amely az egész személyt minősíti. Mondjuk ki: „Nem te vagy a hibás. Nem baj, hogy véletlenül láttad. Jól tetted, hogy szóltál.”

## Miért káros a pornográfia?

Az óvodásnak természetesen nem kell erről hosszú magyarázatot tartani. Elég ennyit mondani: **Vannak olyan képek és videók, amelyek nem gyerekeknek készültek. Ezek nem mutatják meg, milyen az igazi szeretet. Az igazi szeretetben az emberek vigyáznak egymásra, tisztelik egymást, és nem használják egymást tárgyként.** Ez bőven elegendő.

## A pornográfia nem a szeretetet mutatja

Ez az a gondolat, amelyet később is érdemes újra és újra megerősíteni. A pornográfia nem a szeretetet, nem a házasságot, nem az intimitást, hanem az emberi test tárgyiasítását mutatja. A gyermeknek azonban nem erre van szüksége, hanem arra, hogy azt lássa, hogy apa szereti anyát, anya tiszteli apát, az emberek gyengéden bánnak egymással. Ez lesz számára egészséges minta.

## Mit tegyünk ezután?

Véletlen találkozás után általában nincs szükség hosszú magyarázatra. Fontosabb a megnyugtatás, az életkorhoz illő válasz és a következő napok figyelmes jelenléte. Ne faggassuk ismételten, de legyünk elérhetőek. A biztonságos kapcsolati válasz segíti az élmény feldolgozását. Ha tartós szorongás, alvászavar, visszatérő játék, regresszió vagy szokatlan szexualizált viselkedés jelenik meg, kérjünk gyermekpszichológiai segítséget.

## A megelőzés fontosabb

Nem tudjuk teljesen kizárni a veszélyt, de sokat tehetünk. Életkorának megfelelő szűrőket használjunk! A készülékeket közösen használjuk! Ne maradjon hosszú ideig felügyelet nélkül az interneten! Beszélgessünk vele! És mindenekelőtt alakítsunk ki olyan kapcsolatot, amelyben tudja, hogy **bármilyen történik, anyja és apja meghallgatják!**

**Ha a gyermek ismételten keresi az ilyen tartalmat, a pusztán tiltás nem elegendő. Vizsgáljuk meg a kíváncsiság, az unalom, a magány, a szorongás, a korábbi kitettség vagy esetleges bántalmazás lehetőségét. A viselkedés gyakran valamilyen szükséglet vagy feldolgozatlan élmény jelzése, nem egyszerű „rosszaság”. Maradjunk nyugodtak, állítsunk határt, és szükség esetén kérjünk gyermekpszichológus vagy gyermekvédelmi szakember segítségét.**

## A szülő maradjon a biztonság embere

A gyermeknek nem tökéletes, hanem érzelmileg elérhető szülőre van szüksége, olyanra, akihez akkor is odamehet, amikor valami zavarót látott vagy hibázott. Az érzelmileg éretlen reakció, pánik, megszegényítés, elutasítás vagy a saját indulat gyermekre terhelése bezárhatja a kommunikációt. A nyugodt meghallgatás, a határ és a segítség együtt viszont azt tanítja, hogy a kapcsolat nehéz helyzetben is megtart.

## ÚTRAVALÓ

A pornográfiával való véletlen találkozás ma már sajnos valós veszély, de nem kell, hogy meghatározza gyermekünk fejlődését. A legfontosabb védelem továbbra sem egy technikai szűrő, hanem egy olyan családi kapcsolat, amelyben a gyermek tudja, hogy **bármit láttam, bármi történt, elmondhatom anyának és apának**. Ez a bizalom sokkal nagyobb védelmet jelent, mint bármelyik alkalmazás.

## Gyakori kérdések

**Pánikba kell esnem, ha a gyermekem véletlenül pornográf képet látott?** Nem. A legfontosabb, hogy maradjunk nyugodtak, hallgassuk meg, és biztosítsuk arról, hogy jól tette, amikor szólt.

**El kell magyaráznom, mit látott?** Csak annyit, amennyire kíváncsi. Ne adjunk több információt, mint amennyit a kérdései indokolnak.

**Meg kell büntetni?** Ha véletlenül találkozott ilyen tartalommal, semmiképpen. A büntetés helyett biztonságra és beszélgetésre van szüksége.

**Mit tegyek, ha újra meg akarja nézni?** Próbáljuk megérteni, miért? Lehet egyszerű kíváncsiság, de ismétlődő eseteknél érdemes odafigyelni, és szükség esetén szakemberhez fordulni.

**Hogyan előzhetem meg?** Használjunk szülői felügyeleti beállításokat, de még fontosabb, hogy rendszeresen beszéljünk gyermekünkkel arról, hogy mindig fordulhat hozzánk, ha valami zavaró dolgot lát.

## Minta mondatok



**„Köszönöm, hogy elmondtad.”**



**„Nem te vagy a hibás.”**



**„Jól tetted, hogy szóltál.”**



**„Vannak olyan képek, amelyeket nem gyerekeknek készítettek.”**



**„Az igazi szeretet egészen más, mint amit ez a kép mutat.”**



**„Ha valami ilyet látsz, mindig gyere oda hozzánk.”**



**„Mi mindig segítünk neked megérteni, amit láttál.”**

## **Mit mondanak a kutatások?**

Az elmúlt két évtized kutatásai szerint a túl korai pornográf kitettség kockázatot jelenthet, de az eredmények értelmezésénél figyelembe kell venni a gyermek életkorát, a találkozás módját, gyakoriságát, a tartalom jellegét és a családi környezetet. Egy véletlen kép nem határozza meg szükségszerűen a fejlődést. A tartós következmények kockázatát jelentősen befolyásolja, kap-e a gyermek gyors, nyugodt és biztonságot adó felnőtt segítséget.

## **A gyermek agya még nem érett ezeknek a képeknek a feldolgozására!**

Az óvodás és kisiskoláskorú gyermek még nem rendelkezik azokkal az értelmi és érzelmi képességekkel, amelyek segítségével helyesen tudná értelmezni a pornográf tartalmakat. Amit lát, azt gyakran összekapcsolja a valósággal, miközben nem érti annak jelentését vagy összefüggéseit. Ez könnyen okozhat zavart, félelmet vagy szorongást.

## **Torzulhat a szeretetről és a szexualitásról alkotott képe!**

A kutatások szerint a pornográfia rendszerint nem a szeretetteljes, kölcsönös és elkötelezett emberi kapcsolatokat mutatja be, mert a szexualitást elszakítja az érzelmi kötődéstől és a felelősségtől. Ha egy gyermek ismételt ilyen képekkel találkozik, könnyen kialakulhat benne egy torz elképzelés arról, hogy milyen egy férfi és egy nő szexuális kapcsolata, illetve mit jelent az intimitás.

## **Az ember könnyen tárgyá válhat!**

A pornográf tartalmak egyik leggyakoribb jellemzője, hogy az emberi testet elsősorban vágykeltő tárgyként jelenítik meg. A fejlődéslélektan szerint a kisgyermeknek ezzel szemben arra lenne szüksége, hogy azt tanulja meg, hogy minden ember értékes, méltósággal rendelkezik, és tiszteletet érdemel. Ezért fontos, hogy a szülők segítsenek különbséget tenni a szeretetteljes emberi kapcsolat és a test pusztá fogyasztási tárgyként való bemutatása között.

## **Szorongást és bizonytalanságot is okozhat!**

A véletlenül látott pornográf kép félelmet, zavartságot vagy szégyent válthat ki. A gyermek sokszor nem érti, amit lát, csak érzi, hogy valami nincs rendben. Ha biztonságos légkörben beszélhet róla, érzéseit elfogadják, és nem teszik felelőssé, az élmény többnyire feldolgozható. A megszégyenítés ezzel szemben toxikus szégyent és titkolózást erősíthet.

## 8. fejezet

### Bibliai alapok

*„Tanítsd a gyermeket az ő útjának módja szerint...” (Példabeszédek 22,6)*

#### Miért fontos erről beszélnünk?

Amikor a gyermekek nemiségéről beszélünk, könnyen két végletbe eshetünk. Az egyik szerint erről nem szabad beszélni. A másik szerint bármit és bármikor el lehet mondani. A Biblia egyik utat sem támogatja. Isten Igéje arra bátorít bennünket, hogy gyermekeinket szeretettel, bölcsen és életkoruknak megfelelően vezessük. Írásunkkal mi is erre vállalkozunk. Nem félelmet szeretnénk kelteni. Nem tabukat szeretnénk építeni, hanem segíteni szeretnénk a szülőket abban, hogy gyermekeik számára ők legyenek az első és legfontosabb tanítók.

#### A gyermek Isten ajándéka

A Biblia szerint minden gyermek Isten ajándéka. Lehet, hogy a szülők néha nem tervezték, de ...Nem véletlen. Nem baleset. Nem teher, hanem ajándék. Már a fogantatás pillanatától kezdve Isten ismeri őt. A zsoltáros így vall erről: *„Te alkottad veséimet, te formáltál engem anyám méhében.”* (Zsolt 139,13)

Ez azt jelenti, hogy minden gyermek méltósággal rendelkezik. Nem azért értékes, mert ügyes vagy mert okos vagy mert fiú vagy lány, hanem azért, mert Isten képmását hordozza.

#### A test jó

A Biblia első lapjain azt olvassuk, hogy Isten mindent jónak teremtett. Ez vonatkozik az emberi testre is. A testet nem kell szégyellni! Nem hiba. A test Isten ajándéka. Ezért tanítjuk gyermekeinknek arra, hogy örüljenek annak, ahogyan Isten megalkotta őket, ugyanakkor tisztelettel is bánjanak a testükkel.

#### Fiúnak és lánynak teremtette őket

A Biblia világosan fogalmaz: *„Isten megteremtette az embert a maga képmására... férfivá és nővé teremtette őket.”* (1Móz 1,27). Ez nemcsak biológiai kijelentés. Kapcsolati üzenet is. A férfi és a nő egyaránt Isten képmását hordozza. Egyformán értékesek. Különbözőek, de éppen különbözőségük által egészítik ki egymást. Ezért szeretnénk gyermekeinket abban megerősíteni, hogy örömmel fogadják el saját fiúságukat vagy lányságukat, miközben tisztelettel fordulnak a másik nem felé.

#### A szeretet mindig együtt jár a felelősséggel

A Biblia a szeretetet soha nem választja el a felelősségtől! A valódi szeretet tisztel, védelmez, nem használja ki a másikat, nem alázza meg és nem keresi önző módon a saját hasznát. Ezért tanítjuk gyermekeinknek azt is, hogy a testükkel és mások testével tisztelettel bánjanak.

## A család az első tanítóhely

Mózes ötödik könyvében ezt olvassuk: „Ezeket az igéket... tanítsd meg fiaidnak, beszélj róluk, amikor otthon vagy, amikor úton jársz, amikor lefekszel és amikor felkelsz.” (5Móz 6,6–7). A hit és az értékek átadása sok száz kapcsolati pillanatban történik: esti mesében, közös sétában, váratlan kérdésben, ölelésben és bocsánatkérésben. A kötődéelmélet szerint ezekből az ismétlődő élményekből formálódik a gyermek alapvető meggyőződése arról, hogy ő szerethető-e, számíthat-e másokra, és bizalommal fordulhat-e Istenhez.

## A szülő példája

Pál apostol ezt írja: „Ti, apák, ne ingereljétek gyermekeiteket, hanem neveljétek őket az Úr tanítása és intése szerint.” (Ef 6,4). A gyermeknevelés nem csupán szabályok átadása, hanem érzelmi jelenlét és példamutatás. A gyermek látja, hogyan beszél apa anyával, hogyan kérünk bocsánatot, imádkozunk és rendezünk konfliktust. Az apa és anyasebek gyakran nem egyetlen eseményből, hanem tartós érzelmi elérhetetlenségből, kiszámíthatatlanságból vagy megszegyenyítésből alakulnak ki. A hiteles, helyreállításra kész kapcsolat ezért erős védőfaktor.

## Jézus példája

Jézus különleges szeretettel fordult a gyermekek felé. Őt nem zavarták a gyerekek, nem küldte el őket, hanem megáldotta őket. Amikor a tanítványok el akarták küldeni a gyermekeket, Jézus ezt mondta: „Engedjétek hozzám jönni a kisgyermekeket...” (Mk 10,14). Ez számunkra is irányt mutat. A gyermek kérdései nem zavaró megszakítások, hanem lehetőségek arra, hogy közelebb vezessük őket Istenhez, és a kapcsolatunkban a bizalom épüljön.

## A kegyelem fontosabb, mint a tökéletesség

Sok szülő talán azt gondolja: ezt korábban kellett volna tudnom, biztosan sokat hibáztam. Valóban mindannyian hibázunk; nincs tökéletes szülő, de van kegyelmes Isten! A fejlődéslélektanban a kapcsolat helyreállítását reparációnak nevezik: a szülő felismeri hibáját, felelősséget vállal, bocsánatot kér, és új módon kapcsolódik. Ez nem gyengíti a tekintélyét, hanem biztonságot épít. A gyermeknek olyan felnőttre van szüksége, aki önreflexióra és érzelmi fejlődésre képes.

## Mit szeretnénk, hogy gyermekeink magukkal vigyenek?

Mindenképpen szeretnénk továbbadni a gyermekeinknek azt, hogy: Isten szeret téged! Értékes vagy! A tested ajándék. A fiúságod vagy lányságod ajándék. A szeretet együtt jár a felelősséggel. Mindig hazajöhetsz! Mindig kérdezhetsz! Mindig számíthatsz ránk! Ha ezeket megtanulja, akkor nemcsak ismereteket kap, hanem olyan alapot, amely egész életében elkísérheti.

## ÚTRAVALÓ

A gyermek nemi nevelése nem egyetlen beszélgetés, hanem hosszú kapcsolati út, az első öleléstől, „Miért?” kérdéstől, esti mesétől és közös imádságtól kezdődik. Ezen az úton a szeretet, a türelem, a világos határ és a hiteles jelenlét együtt vezet. Nem félelemmel és nem megszégyenítéssel, hanem a bizonyossággal kísérjük, hogy Isten szereti, teste értékes, kérdéseinek helye van, és hibáival sem marad egyedül. Ez egyszerre kapcsolati, nevelési és lelki felelősség.

## Gyakori kérdések

**Beszél a Biblia a gyermekek szexuális neveléséről?** Nem modern értelemben, de nagyon világosan beszél az intimitásról, gyermekek tanításáról, az emberi méltóságról, a test értékéről, a család szerepéről és a szülők felelősségéről.

**Mi a legfontosabb bibliai üzenet a gyermek számára?** Hogy Isten szereti őt, értékesnek teremtette, és örül neki.

**Mit tegyek, ha korábban hibáztam?** Soha nem késő újrakezdeni. A gyermekek sokkal inkább emlékeznek a szeretetre, a bocsánatkérésre és a hitelességre, mint a tökéletességre.

**Hogyan taníthatom a hitemet?** Leginkább a saját életeddel. A gyermek először a szülei életében olvassa a „Bibliát”.

## Minta mondatok



*„Isten örült, amikor megteremtett téged.”*



*„A tested értékes ajándék.”*



*„Nagyon jó, hogy kisfiú vagy.” / „Nagyon jó, hogy kislány vagy.”*



*„Nálunk minden kérdésnek helye van.”*



*„Mindig elmondhatod, ami a szívedben van.”*



*„Ha hibázunk, bocsánatot kérünk egymástól.”*



*„Isten mindig szeretettel vár bennünket.”*

## **Kedves Édesanya! Kedves Édesapa!**

Talán úgy érzed, egyszerre túl sok mindenre kell figyelned. Eszedbe juthatnak saját gyermekkori élményeid, apa vagy anyasebeid, esetleg mulasztásaid is. Ezek hatással lehetnek arra, hogyan reagálsz gyermeked kérdéseire, de nem kell változatlanul továbbadnod őket! Az önismeret, a segítségkérés, a bocsánatkérés és a kapcsolat helyreállítása új mintát teremthet. Gyermekednek nincs szüksége tökéletes szülőre, hanem olyanra, aki szereti, érzelmileg elérhető, meghallgatja, védi, és imádkozik érte...