

09

Törekedj képernyőmentes gyermekkorra!



A képernyő nem békiszitter, és nem is semleges háttér.

Ebben a korban a cél nem a napi limit, hanem a képernyőmentesség. Az Egészségügyi Világszervezet ajánlása szerint kétéves korig egyáltalán nem ajánlott, 2–4 éves korban is legfeljebb napi egy óra — és minél kevesebb, annál jobb. Egy felugró ablak vagy egy nagyobb testvér telefonja is elég ahhoz, hogy olyat lásson, amit még nem érthet.



MONDD ÍGY:

„Köszönöm, hogy elmondtad.
Nem te vagy a hibás.”

10

Te döntöd el, mit lát, mikor és kitől!



A média lett a „harmadik nevelő” — de a nevelés joga a tiéd.

Mesékben, rajzfilmekben, online tartalmakban — és óvodai foglalkozásokon is — megjelenhetnek gender- és LGBTQ+-témák, vagy olyan üzenetek a családról és a nemiségről, amelyekkel nem értesz egyet. Kérdezd meg előre, mit néznek és ki tart külsős foglalkozást, és kérd el az anyagot. Öt kérdés elég szűrőnek: erősíti az emberi méltóságot? tisztelettel mutatja be a családot? életkorának megfelelő? megkülönböztethető benne a jó és a rossz? tudunk róla utána beszélgetni?



MONDD ÍGY

„Nálunk a családban erről
így gondolkodunk...”

CITIZEN GO

ÖSSZEFOGLALÁSKÉNT

Amit szeretnénk, hogy gyermeked egész életére magával vigyen

- Isten szeret téged!
- Értékes vagy!
- A tested ajándék.
- A fiúságod vagy lányságod ajándék.
- A szeretet együtt jár a felelősséggel.
- Mindig kérdezhatsz!
- Mindig hazajöhatsz!
- Mindig számíthatsz ránk!

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

SZÜLŐKÉNT, PEDAGÓGUSKÉNT

NEM VAGY EGYEDÜL

Országszerte több tízezren állunk ki a gyermekeink védelmében. Ha egyetértesz azzal, amit ebben a füzetben olvastál, egy fontos dolgot tehetsz még ma: **csatlakozz a szülői közösségünkhöz** — hogy ne egyedül kelljen döntened. További részletek:

tudatosszulok.org



TUDATOS SZÜLŐK 2/5

10 TIPP A SZEXUÁLIS NEVELESHEZ

4–7 évesek szüleinek és pedagógusainak



Rövid, gyakorlatias útmutató,
mert a nevelés joga és
felelőssége elsősorban a tiéd

Írta: Muzslai Gábor és Muzslainé Nagy Etelka
• Szerkesztette: Teleki Béla, CitizenGO



A nemi nevelés hosszú kapcsolati út

A nemi nevelés nem egyetlen nagy beszélgetés, hanem hosszú kapcsolati út — az első „Miért?” kérdéstől az esti mesén és az ölelésen át. Ebben a korban a gyermeked már óvodába jár, mesét néz, és olyan tartalmakkal találkozhat, amelyeket nem te választottál. Nem félelmet keltünk: segítünk, hogy te maradj az első és legfontosabb tanító.

01

A kérdés a bizalom jele — kérdezz vissza!

A kérdés nem probléma, hanem a megismerés természetes útja.

Az óvodás nem azért kérdez, hogy kifárasszon, hanem mert most kezd kitérni előtte a világ. Amikor kérdez, ezt is üzeni: „Bízom benned, hozzád fordulhatok.” Mielőtt hosszú magyarázatba kezdenél, kérdezz vissza — sokszor meglepően egyszerű a valódi kérdése.



MONDD ÍGY

„Nagyon örülök, hogy ezt tőlem kérdezted meg!”

02

Mondj igazat a kisbabáról!

A gólya és a káposzta kedves történet, de nem építi a bizalmat.

Amikor a gyermek később rájön, hogy nem volt igaz, felmerülhet benne: „Ha erről nem mondtak igazat a szüleim, vajon másról sem?” Egy óvodásnak azt érdemes először megértenie, hogy az új élet szeretetből, elköteleződésben és Isten ajándékaként kezdődik.



MONDD ÍGY

„Szeretettől születél, és mindig nagyon vártunk téged.”

03

Örülj annak, aki ő!

Nem vagyunk egyformák, és ez jó!

A mai világban gyakran összekeverik az egyenlő értéket az egyformasággal — pedig a kettő nem ugyanaz. A gyermek neme nem választás kérdése, hanem adottság, amely már ne fogantatáskor eldől. Az óvodáskor feladata, hogy örömmel tudjon gondolni arra: „Jó, hogy fiú vagyok”, illetve „Jó, hogy lány vagyok.”



MONDD ÍGY

„Isten szépen alkotott meg téged. Nagyon jó, hogy ilyenek születtél!”

04

A szerepjáték nem diagnózis — és ne hagyd, hogy felcímkézzék!

Ha egy kisfiú ringatja a babát, nem azért teszi, mert lánynak érzi magát.

Nem szabad messzemenő következtetéseket levonni abból, hogy egy óvodás éppen milyen szerepet választ magának. A túl korai címkézés beszűkítheti az önképét — és ez arra is vonatkozik, aki az óvodában vagy egy foglalkozáson találkozhat vele. Egy érzékeny kisfiúnak és egy fára mászó kislánynak ugyanúgy egészséges lehet az önazonossága.



MONDD ÍGY

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

05

Ne ijedj meg a doktorosdítól!

A legtöbb esetben nincs baj — de a határt tanítani kell.

Ha rajtakapod őket, ne reagálj indulatosan. A „Pfuj! Szégyellj magad!” nyomán a gyermek arra következtethet, hogy nemcsak a viselkedése volt helytelen, hanem ő maga rossz. Nem kell megszégyeníteni, nem kell rákiabálni — egyszerűen tanítani kell.



MONDD ÍGY

„Látom, kíváncsi voltál. Beszéljessünk róla!”

06

Tanítsd meg a „nem”-et!

✓ *Az engedelmesség fontos érték. De van egy kivétel.*

Ha valaki olyat kér tőle, amittől rosszul érzi magát, joga van nemet mondani, elhúzódni és segítséget kérni. Ez nem tiszteletlenség — ez önvédelem. És tanítsd meg azt is, hogy ő se lépje át mások határait: kopogunk, és megállunk, ha a másik nemet mond.



TANÍTSD ÍGY:

„Nem! Állj! Nem szeretném!”

07

Nincs kötelező titok!

✓ *A meglepetés örömet okoz. A rossz titok félelmet.*

Tanítsd meg: ha valaki azt mondja, „ezt ne mondd el anyának vagy apának”, éppen akkor kell szólni. Az igazmondásért nem harag, hanem védelem jár. Ha valami aggasztót mesél, maradj nyugodt, hallgasd végig, ne kérdőjelezd meg — és köszönd meg, hogy elmondta.



MONDD ÍGY

„Nagyon ügyes voltál, hogy szóltál! Most már együtt megoldjuk.”

08

Szemérmert taníts — ne szégyent!

✓ *A szemérem nem a test elutasítása, hanem annak felismerése, hogy a test érték.*

Az egészséges szemérem határt jelöl: megmutatja, mi személyes és mi nyilvános. A toxikus szégyen ezzel szemben az egész személyt minősíti: „velem van baj”. Ezért nem a gyermeket vagy a testét bélyegezzük meg, hanem nyugodtan tanítjuk a helyzethez illő viselkedést.



MONDD ÍGY

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