

Peer Krisztina – Kele Fodor Ákos

Kibeszélő

Kényes témák gyereklélektana



Könyvbe vezető	9
Kacifántkvíz Fogyatékoság, fogyatékosággal élő emberek	21
Egészségkétség Különleges ellátást igénylő a környezetünkben, tartós beteg a családban	37
Fejtörő Amikor a gyerekek bántják egymást	59
Médiadialógus Médiaerőszak	75
Addikció-dikció Függőség	89
Válaszadakozó Szegénység	105
Válásvallatás Válás	123

<i>Altesteszt</i>	137
Nemiség, szexuális nevelés	
<i>Készülés</i>	153
Várandósság, szülés, születés	
<i>Haláltalány</i>	165
Veszteség és gyász gyermekkorban	

Tartalom- jegyzék

Könyvbe vezető



Mellébeszélő

A legtöbb felnőtt
furcsán viselkedik,
ha kérdezek.

Nagyot nyel, habog.
Elnémul. Dadog.

„Honnan jönnek a gyerekek,
és hová mennek az öregek?”

Lesüti a szemét.
Tördeli a kezét.

„Egyszer én is meghalok?”

Sokszor furcsa választ kapok,
ha kíváncsiskodok.

„Kicsi vagy még ehhez.
Ha nagy leszel,
majd megtudod.”

„Hova lett a bácsi lába?
Mért jár folyton a kórházba?”

„Nem illik ilyet kérdezni”
– mondja a felnőtt, de
nem engedem magam lerázni.

„A néni mért iszik sokat?
Akik szeretik, mért bántják
egymást és magukat?”

„Ne foglalkozz vele!
A téma nem neked való!”

Másra terelődik a szó.
De én nem nyugszom bele.

„A felnőttek mért titkolóznak?
És mért csókolóznak?”

Reszket az ajka,
dobol a tíz ujja.
Feláll, leül,
elkerül.
De én kérdezek
rendületlenül.

„A néni és a bácsi
mért az utcára költözött?
Lányoknak és fiúknak
mért van más a lába között?”

Félrenéz. Nem vesz észre.
Ha mond is valamit,
mért beszél félre?
És mért nem mondja az
igazat ahelyett,
hogy mellébeszélne?

„A rossz dolgok
mért tűnnek jónak?
S a jó dolgok néha
mért nem láthatóak?”

A felnőttek feszültté válnak,
épp csak nem kiabálnak.
Nem lehet velük boldogulni.

Talán egy könyv kellene!
Amiben az összes választ meglelem!
De azt mondják, nincs ilyen.

Azon töröm a fejem,
e bonyolult világban
hogyan fogok okosodni,
s ki nyújt támaszt,
ha a felnőttektől
nem kapok választ?

A gyerekekkel folytatott beszélgetés lélektanáról

A gyerekek bármikor meg tudnak lepni bennünket, szinte a semmiből, mindenféle gátlás nélkül kérdéseket szegeznek nekünk, mesélni kezdenek valamiről, ami foglalkoztatja őket. Ez pedig nemegyszer olyan téma, ami könnyen zavarba hozhat minket.

Amikor a tabutémákat gyűjtöttük, azzal kellett szembesülnünk, hogy ezek tömegével jelen vannak az óvodáskorú gyerekek életében. Ebben a könyvben – természetesen szubjektíven és a teljesség igénye nélkül – azokat válogattuk ki, melyekről azt gondoljuk, hogy alig van olyan óvodás gyereket nevelő család vagy óvodai csoport, ahol ne bukkannának elő.

Tabutémákról akkor tudunk őszintén beszélgetni a gyerekekkel, ha tisztában vagyunk a saját viszonyulásunkkal az adott témához. Hiszen előfordul, hogy mi magunk is érintve vagyunk, hogy heves érzelmek és erős indulatok mentén tudnánk csak beszélgetni róla. Ilyenkor érdemes ezt a gyerek nyelvén megfogalmazni, és átadni a beszélgetésvezetést másnak, vagy időt adni magunknak, és később visszatérni a témára.

Ezzel a könyvvel az a célunk, hogy azok a kérdések, amelyekről nehezen vagy egyáltalán nem beszélünk, könnyebben csússzanak felnőttnek, gyerekeknek egyaránt. A vers pedig olyan szimbolikus világot teremt, melyben az óvodás otthonosan mozog, egy ismerős közegben pedig sokkal könnyebb új ismereteket megérteni és befogadni. Az óvodás gyermek gondolkodása ugyanis szimbolikus, a tárgyak és a szavak is szimbolizálhatnak más tárgyakat. És bár egy kisgyerek nem képes gondolatban elszakadni a számára érzékszervileg hozzáfér-

hető világtól, a szimbólumok megjelenésével elindul a belső képalkotási folyamat, ami segíti számára a megértést.

Az olvasó találkozhat olyan témákkal a könyvben, amelyeknél nem konkrétan a jelenséget nevezzük meg, hanem átvitt értelemben, a szimbólumok, metaforák nyelvén lesz róluk szó (például a halál visszafordíthatatlansága vagy az addikciók esetében a drogokkal kapcsolatos problémák), mert az óvodáskorú gyerekeknek ezek még nagyon elvont fogalmak, és felesleges is őket érzelmileg terhelni a részletekkel. Azért gondoljuk mégis, hogy szükséges róluk beszélni, mert ha gondolatban találkozunk egy-egy jelenség természetével, akkor egy későbbi életkorban lesz kapaszkodójuk, hogy mélyebben megértsék azt.

Azt gondoljuk tehát, hogy a gyermeki gondolkodást meg lehet segíteni, a tabutémák körüljárása preventív céllal működik. Minél ismerősebb számára, gyereünk annál könnyebben, toleránsabban, megértőbben és elfogadóbban tud majd reagálni akkor, amikor olyan élethelyzetbe kerül, hogy szembetalálja magát valamely tabutémával.

Előjáróban néhány jó tanács:

- Nem kell a témákat időzíteni, sem életkorhoz kötni. Nincs olyan általános alapelv, amely azt mondaná, hogy, mondjuk, a halálról csak hároméves kor után, a szexualitásról pedig mindenképpen nyolcéves kor előtt érdemes beszélnünk. Nem kell túl nagy feneket keríteni egy-egy beszélgetésnek, képzeljük el, milyen abszurd lenne, ha nagy komolyan összeülne a család, hogy aztán jól kivesézzék a nunimutogatás problémáját. A szülő ismeri legjobban a saját gyermekét, ha figyeli őt, és reagál

az igényeire, akkor észre fogja venni, mikor aktuális egy-egy kérdés. Azokat, amelyekről ebben a könyvben szó lesz, óvodáskorban már bátran lehet feszegetni. A gyerekeket fölöslegesen féltetni, ők nálunk rendre fesztelenebbül képesek kérdezni és beszélni az őket érdeklő témáktól.

- A gyerekekkel mindig őszintén, az életkori, értelmi képességeiknek megfelelően érdemes beszélgetni. Ha kérdeznek, akkor pedig fontos, hogy válaszoljunk is nekik, hiszen a hallgatás vagy a téma kerülése szorongáskeltő lehet.
- Nagyon fontos, hogy ismerjük annyira önmagunkat, hogy tisztában legyünk azzal, milyen a mi viszonyulásunk a témához, milyen reakciót válthat ki belőlünk az arról való beszélgetés. A gyerekek rendkívül érzékenyek, azonnal leveszik azt is, ha komfortosan mozgunk a témában, ahogyan azt is, ha zavarban vagyunk. A gyerekversek az utóbbi esetben nekünk is segítségünkre lehetnek. A gyerekek, ha azt érzik, bármikor fordulhatnak a felnőtthöz, meg is fogják tenni, és ez biztonságot nyújt majd számukra.
- Ha némely témánál úgy érezzük, a saját szorongásunk megnehezíti, hogy beszéljünk róla, mesélhetünk magunkról, a saját érzelmeinkről, megfogalmazva akár azt is, mi lehet most bennünk.
- Nem kell mindenre tudnunk a választ, nyugodtan nézzünk utána annak, amiben nem vagyunk tájékozottak. És nem kell mindenre válaszolnunk, ha túl nehéz róla beszélnünk – akár érintettségünk kapcsán. Ilyenkor azt kell elmondanunk a gyerekeknek: „Erről most nem tudok beszélni, mert nekem ez nehéz”; majd megteremteni a lehetőségét annak, hogy valaki mással beszélhesse meg ezt a témát.
- Esetenként azért nem könnyű egy-egy témáról beszélni, mert mi magunk sem vagyunk megfelelően tájékozottak a beszél-

getés felépítéséhez. Nem kell mindenre tudnunk a választ, nyugodtan nézzünk utána annak, amiben bizonytalan a tudásunk. Az egyes fejezetek szakmai írásai ebben szeretnének segíteni szülőknak, pedagógusoknak. Van úgy, hogy nincs egy általános válasz valamire (például arra, hogy mi történik azzal, aki meghalt), az ilyen témákat érdemes többféle szempontból körüljárni, és a lehetséges válaszokat megbeszélni. A gyerekek kérdései egyszerűnek tűnhetnek, de a bennük felmerülő témák és problémák nem mindig azok. Ezért szánjuk rá az időt, és kerüljük a leegyszerűsített, kitérő válaszokat.

- Segítheti a beszélgetést, ha a szülő visszakérdez („Te hogy gondolod?”, „Szerinted mi történik?”), és ha időnként értelmez („Jól értem, hogy arra gondoltál, hogy...”), mert ezzel kiderítheti, mi az, amit a gyerek már egyébként is tud, így nem fog nagyon előreszaladni, és kevésbé kell aggódnia azon, hogy valami olyat mond el, amire a gyerek még nem állt készen.

Peer Krisztina

A versekről és használatukról

A versek használata során fontos figyelembe venni, hogy az egyes fejezetek lélektani bevezetőiben lévő gondolatoknak nem minden versben találni meg a megfelelőjét, vagyis egy vers kiválasztásával nem tudjuk az összes vonatkozó gondolatot átadni. Ráadásul egyes témák olyan szerteágazóak, hogy egy kötetnyi versbe sem férnének bele, ezért aztán a versolvásnál nem is szükséges mereven a teljességre törekednünk. A témákról való beszélgetéshez tehát nem kell az összes verset elolvasnunk a gyerekeknek. Ugyanakkor, ha az ő egyénisége, ízlése, temperamentuma vagy érettsége figyelembe-

vételével kiválasztunk egyet, érdemes előtte legalább nekünk a fejezet többi versét is elolvasnunk, hogy az egyes gondolatok és altémák egész spektruma rendelkezésünkre álljon.

Érdemes továbbá úgy gondolnunk a szövegekre, hogy azok egy-egy életkori spektrumot is lefednek: találunk közöttük egyszerűbbeket és bonyolultabbakat, kisebbeknek és nagyobbaknak valókat, de olyanokat is, amelyek kis óvodásoktól az iskolaérettekig mindenkinek megfelelőek. Azt is fontos tekintetbe vennünk, hogy a ma iskolaérettnek minősített és iskolába menő gyerekek részképességeinek fejlettségében akár hatévnyi fejlődési különbség is lehet. Ez úgy lehetséges, hogy némely hatévesek mozgásukban az átlagos kilencévesek teljesítményét érik el, miközben nyelvi képességeik lehet, hogy csak egy háromévesének felelnek meg, vagy éppen fordítva. Sokféle részképesség sokféle variációban található meg az iskolába menő gyerekeknél. Ezért, amiként az életkori csoportosítás sem állja meg a helyét, úgy a verseket sem érdemes aszerint csoportosítani, hogy kisebbeknek vagy nagyobbaknak szólnak. A kiválasztás tehát nem automatizálható, az adott gyermek vagy gyermekcsoport beható ismerete elengedhetetlen ahhoz, hogy megítélhessük, érdemes-e felolvasni egyik vagy másik verset. A válogatás vagy a választás más okból is elkerülhetetlen lesz: egy adott témán belül található komolyabb és tréfás hangütésű költemények is, tehát érdemes megkeresni a gyerekek egyéniségéhez vagy a már elkezdett beszélgetés aktuális hangulatához leginkább illeszkedő szöveget.

Az se szegje a kedvünket, ha a felolvasás után úgy tűnik, hogy a versszöveg nem tetszett a gyerekeknek, vagy talán nem értették. Ártani ugyanis semmiképp sem fogunk vele, és a szövegek és a beszélgetések tovább dolgoznak a gyerekekben akkor is, ha az nem látszik. Bízhatunk abban is, hogy

a gyerekeknek kiváló önvédelmi mechanizmusaik vannak: csak annyit engednek be tudatukba egy meséből vagy egy versből, amennyit érzelmileg elbírnak.

Ne feledjük, hogy egy vers megértése nem olyan, mint egy matekpélda, melyet akkor értünk meg, ha a levezetés minden lépését világosan felfogtuk és igazságát beláttuk. Az irodalmi alkotások megértése gyakran szimbolikus és körkörös: egyre mélyülő rétegei vannak. Éppen ezért a szöveg érzékisége, vagyis zeneiségének élvezete legalább olyan fontos, mint a szavak ismerete. És ahogy a matematikai problémák megértését is ismétlődő gyakorlásokon keresztül sajátítjuk el, ha a gyerekek elsőre nem teljesen értik a szöveget olyan módon, ahogy azt mi elképzeltük, ne kedvetlenedjünk el, hanem – amennyiben nem zárkóznak el előle – bátran olvassuk el nekik újra és újra a verseket.

Attól sem érdemes megijednünk, ha ritkán használt szavak vagy elvontnak tűnő fogalmak szerepelnek bennük, mint az „illúzió” vagy a „dimenzió”, melyekről azt gondoljuk, megértésük meghaladja egy ekkora gyerek képességeit. Ha mégis ilyen kétségeink támadnak, egyfelől jussanak eszünkbe az egy-egy érdeklődési körben életkorukat (és minket is) bőven meghaladó ötévesek, másfelől a már a legkisebbeknek szánt rajzfilmek is, melyek igen gyakran ilyen kérdések körül forognak. A szavak érthetőségének kérdésében azzal sem mellékes számot vetnünk, hogy saját magunknak vajon tudományosan mennyire szakszerűek a képzeteink a *dimenzió* fogalmáról. Ha egzaktságuk kívánnivalókat hagy is maga után, vagy ha a másodfokú egyenlet megoldóképletének levezetését sem tudnánk azonnal és hibátlanul leírni, e fogalmakat mégis *elég-séges mértékben* értjük ahhoz, hogy az azokat jelölő szavakat érvényesen használhassuk.

Az itt olvasható költemények természetesen nemcsak az ismeretbővítést és az érzékenyítést, hanem a szórakoztatást is szolgálják, ezért aztán előfordul, hogy a témát ironikusan vagy parodisztikusan dolgozzák fel. Erről mindenképpen beszélgetni kell a gyerekekkel, el kell mondanunk, hogy a vers túloz, mást mond, mint amit gondol, netán épp az ellenkezőjét kell rajta érteni. Sose becsüljük alá a gyerekeket, azonban nyugodtan becsüljük alá a verseket! A költői szövegek természetüknél fogva kevés szóba sűrítik mondandójukat, épp azt szeretjük bennük, hogy túltömörítenek, ám ez az erényük a nagy hiányosságuk is, hiszen egy-egy téma részletező magyarázatát nem is képesek magukba foglalni.

Ezért mindenképpen olvassuk el magunk számára a fejezetek lélektani bevezetőjét még azelőtt, hogy a gyermek elé tárjuk valamelyik verset, és gondoljuk végig, hogyan felelünk majd az első, a második és a kilencedik keresztkérdésre. A vers ugyanis nem önműködő varázsszer, hanem szórakoztató *segédeszköz*. Azonban csak a felnőttel való beszélgetés révén lesznek segítségünkre, önmagukban nem sokat érnek. A fogaink sem a fogkrémreklámtól lesznek fehérek, hanem a fogkrémtől, ennek ellenére a reklám nem teljesen haszontalan, amennyiben felhívja figyelmünket az egészséges életmód jelentőségére, ami szájápolásra sarkall. Az itt szereplő versek tehát hasznos eszközök, de sajnos csak kicsit könnyítik meg a dolgunkat, hiszen nem helyettesíthetik a beszélgetést a gyerekekkel. Nem úszhatjuk meg az izzasztó pillanatokat!

Kele Fodor Ákos

Média- dialogus

Médiaerőszak



Ahogy azt bevezetőben is hangsúlyoztam, könyvünk célja a prevenció. Jóllehet ideális esetben a gyerekek soha életükben nem találkoznak extrém erőszakkal (gyilkosság, háború), közvetve viszont egészen egyszerűen találkozhatnak vele, elég hozzá, ha belepillantanak a tévébe. Ezért döntöttünk úgy, hogy érdemes ebből a szempontból is megvizsgálni az erőszak témáját.

Nem csupán a felnőtteknek szóló filmek révén, hanem egy rosszul megválasztott rajzfilmben is előfordulnak életkorilag megterhelő képsorok, de a gyerekekben az is nyomot hagyhat, ha – a szülő örömeire – nem nézi ugyan a tévét, de közben hallja a háttérben a hírműsorokat a halálos közúti balesetekről, szén-monoxid-mérgezésről, kettős gyilkosságról, földrengés okozta halálesetokról.

A pszichológiai, a társadalomtudományi és a médiakutatói eredmények között nincs teljes összhang arra vonatkozólag, hogy a médiában látott erőszak egyértelműen agresszív viselkedéshez vezet-e, a tárgyban további vizsgálatok és szakmai párbeszédnek szükségeseek. Ugyanakkor az eredményekből az látszik kirajzolódni, hogy amennyiben egyéb más, nem pszichológiai, hanem társadalmi feltételek fennállnak, az erőszakos médiatartalmak hozzájárulhatnak az agresszió mértékének növekedéséhez. Tehát ha az erőszakábrázolás nem is lesz egyértelmű és egyedüli kiváltó oka az erőszakoságnak, a látottak érzelmileg így is nagyon megterhelhetik a gyerekeket, kiváltképp, ha nem kapnak támogatást a tudatos médiafogyasztáshoz.

Mivel a médiaerőszak hatása összetett, ezért annak ellenére, hogy nincs okunk a pánikra, ha a gyermek erőszakos tartalmat látott, nem szabad elmulasztanunk, hogy tudatosabb médiafogyasztót neveljünk belőle. Ehhez először érdemes

Téved a tévé

Mindenki tévedett már,
a tévében is csak emberek ülnek,
sokszor téved a tévé!

Mindenkit ugrattak már,
a tévében is csak emberek ülnek,
sokszor ugrat a tévé!

Mindenki füllentett már,
a tévében is csak emberek ülnek,
sokszor hazudik a tévé!

Mindenki tévézett már,
a tévé előtt is csak emberek ülnek,
kérdézd őket, mit akar a tévé!

Nem ablak, hanem doboz

Szereted a félős rajzfilmeket?
És az esti rémtörténeteket?
Egy titkot elárulok neked:
félni a felnőtt ugyanígy szeret!

Ezért ad a tévé ijesztő filmeket,
s mutat a híradó baljós híreket.

Azért mutatja ezeket,
mert szeretjük ezt félve nézni,
de a világ nem így néz ki.

A tévé-tablet-teló trió,
a YouTube-videó
vagy a tévéhíradó
nem ablak a világra,
hanem félelmeink,
képzeletünk s a világ
sok kicsinyke darabkája
elkeverve, összerázva,
szórakoztató dobozba zárva.

Peer Krisztina

klinikai gyermek-szakpszichológus, igazságügyi klinikai szakpszichológus, Metamorphoses-meseterapeuta, az Osz-tályfőnökök Országos Szakmai Egyesületének vezetőségi tagja, a Telex pszichológus szakértője. Magánpraxisban gyerekekkel, serdülőkkel és fiatal felnőttekkel folytat terápiai munkát; óvodapszichológusként nemcsak gyerekekkel dolgozik, hanem szüleikkel és pedagógusaikkal is.

Könyvei:

Alkotva tanulunk (Földes Petrával közösen)

Mi bántja a gyerek lelkét? – 150 kérdés gyermekkori pszichés megbetegedésekről

Kele Fodor Ákos

költő, intermedialis író, drámaíró, a Tea Kiadó főszerkesztője.

Könyvei:

Textolátia (versek, vizuális költemények; Gérecz Attila-díj)

Echolália (multimédia)

A szív vége – cigány újmesék (szépirodalmi művészkönyv)

Mysterium dell'arték s egy fekete daljáték (színművek; Magyar Könyvtervezés 2022 díj, Szép Magyar Könyv 2022 díj)

Közös könyvük a Tea Kiadónál:

Peer Krisztina–Kele Fodor Ákos: *Megálmodtalak – lélektani napló terhes anyáknak és várandós apáknak*

Máray Mariann

gyermekkönyv-illusztrátor.

Legfontosabb könyvei:

Várszegi Adél: *Kismadár és Kóró*

Várszegi Adél: *A jakifészek*

Utazz bálnabusszal! (Dániel András szövegével)

Milu's Dog

Clarice Lispector: *La vida íntima de la Laura*

Szerző- szemlélő

Írta: Peer Krisztina – Kele Fodor Ákos
Illusztrációk: Máray Mariann

Felelős szerkesztő: Mészáros János
Korrektor: Kővári Bettina
Tipográfia: Zádor György

Megvalósult a
Magyar Kultúráért Alapítvány
támogatásával.



ISBN 978-615-82047-8-1

© Kele Fodor Ákos, Peer Krisztina, 2023

© Máray Mariann, 2023

© Tea Kiadó Kft., 2023

1035 Budapest, Vihar utca 18.

A kiadásért felel László Géza,

a kiadó ügyvezető igazgatója.

www.teakiado.hu

Nyomás, kötés: Central Dabasi Nyomda Zrt.

Felelős vezető: Balizs Attila vezérigazgató

www.dabasprint.hu