09

A nehéz kérdésekben se veszítsd el a gyermekedet!

Az igazság és a szeretet nem egymás ellenfelei.

A nemi identitással, az azonos nemű vonzalommal, az önkielégítéssel vagy a pornóhasználattal kapcsolatos kérdésekben különösen fontos a nyugodt, őszinte párbeszéd. Képviseld bátran az értékrendedet, de ne szégyenítsd meg a gyermekedet, és ne hozz elhamarkodott következtetéseket! Ha szükséges, kérj hozzáértő szakmai segítséget.

MONDD ÍGY

„Lehet, hogy másként gondolkodunk, de szeretlek, és együtt keressük a válaszokat."

10

Ne csak a veszélyektől óvd — készítsd fel az életre!

A cél nem a hibátlan gyermek, hanem a felelős és szabad felnőtt.

A nevelés célja nem csupán az, hogy gyermekünk elkerülje a rossz döntéseket, hanem hogy megtalálja a hivatását, felismerje a képességeit, tudjon megbocsátani, újrakezdeni és felelősséget vállalni. Ne a saját álmaidat akard megvalósíttatni vele! Segítsd, hogy megtalálja a saját útját.

MONDD ÍGY

„Nem kell az én utamat járnod. Azt szeretném, hogy megtaláld azt az életet, amelyben kibontakozhatsz, és értékes emberré válhatsz."

CITIZENGO

ÖSSZEFOGLALÁSKÉNT

Amit fontos, hogy gyermeked rendszeresen halljon tőled

- Bármit elmondhatsz nekem.
- Nem a teljesítményed miatt vagy értékes.
- Nem kell választanod közöttünk — mindkettőnket szeretheted.
- Nem kell ma mindenre választ találnod.
- Nem kell mások kedvéért rosszat tenned.
- A szexualitás értékes ajándék.
- Ha másként gondolkodunk is, szeretlek.
- Bármi történt, hazajöhetsz.

„Mi módon őrizheti meg tisztán az ifjú az ő útját, ha nem a te beszédednek megtartása által?" (Zsoltárok 119,9)

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

10 TIPP A SZEXUÁLIS NEVELÉSHEZ

14–18 évesek szüleinek és pedagógusainak

TUDATOS SZÜLŐK MOZGALOM

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

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

AZ ALAPOK

Majdnem felnőtt, de még szüksége van rád

A 14–18 éves fiatal már a saját útját keresi: barátságok, első szerelem, pályaválasztás, és nagy kérdések arról, ki ő és mit kezdjen az életével. A szülő szerepe ilyenkor megváltozik: kevesebb tiltás, több kíséret. A kamasz nem mindig mutatja, de figyeli, hogyan élsz, és fontos neki, mit gondolsz. Nem helyette kell döntened, hanem fel kell készítened arra, hogy jól döntsön. Ne csak neveld a gyermekedet, hanem kísérd az útján!

01

Őrizd meg a bizalmát, akkor is, ha nehéz kérdéseket tesz fel!

A bizalom az a híd, amelyen keresztül a legnehezebb élethelyzetekben is elérheted.

A kamasz nem mindig tanácsot akar, sokszor csak azt szeretné, hogy meghallgassák. Ne ijedj meg a kérdéseitől, ne szégyenítsd meg, és főleg ne büntesd azért, mert mer őszinte lenni!

MONDD ÍGY

„Bármit elmondhatsz nekem. Lehet, hogy nem mindenben értünk egyet, de mindig meghallgatlak."

02

Erősítsd az önbecsülését!

Az értéke nem a teljesítményétől függ.

A kamasz ne a jegyeiből, a külsejéből, a népszerűségéből vagy mások elismeréséből mérje le saját értékét. Segítsd felfedezni a képességeit, és tanítsd meg arra, hogy hibázhat, fejlődhet, és nem kell tökéletesnek lennie ahhoz, hogy szerethető legyen!

MONDD ÍGY

„Nem azért vagy értékes, mert jól teljesítesz, hanem önmagadért!"

03

Ne akard helyette megválaszolni, ki ő — segítsd az önismeretét!

A kamaszkor az identitáskeresés időszaka.

Ne címkézd fel elhamarkodottan, ne következtess minden érzéséből végleges állapotra, és ne kényszerítsd kész válaszokba. Adj időt a kérdezésre, a gondolkodásra és a megérkezésre!

MONDD ÍGY

„Nem kell ma mindenre választ találnod. Segítek, hogy jobban megismerd önmagad."

04

Ne állítsd választás elé a gyermekedet!

A felnőttek közötti konfliktus terhét ne a gyermek hordozza.

Válás és mozaikcsalád esetén különösen fontos, hogy a fiatalnak ne kelljen két szülő, két család vagy kétféle értékrend között választania. Ne használd közvetítőként, ne beszélj előtte a másik szülő ellen, és ne várd el tőle, hogy a te igazadat bizonyítsa.

MONDD ÍGY

„Nem kell választanod közöttünk. Mindig a gyermekünk maradsz, és jogod van mindkettőnket szeretni."

05

Taníts önállóságra, ne a megfelelésre!

Az önuralom nem gyengeség, hanem a szabadság egyik alapköve.

A cél az, hogy a fiatal képes legyen felelős döntéseket hozni. Tanítsd meg nemet mondani, kiállni a meggyőződése mellett, és vállalni a döntései következményeit!

MONDD ÍGY

„Nem kell mások kedvéért olyat tenned, amiről tudod, hogy nem helyes."

06

Segíts neki felismerni, milyen társra érdemes várnia!

A vonzalom fontos, de nem elegendő egy életre szóló kapcsolathoz.

Segítsd felismerni, hogy a jellem, a hűség, a megbízhatóság, a közös értékrend és a felelősségvállalás legalább olyan fontos, mint az érzelmek.

MONDD ÍGY

„Ne csak azt figyeld, mennyire szereted őt, hanem azt is, milyen emberré válsz mellette."

07

Beszélj a szexualitásról őszintén, szégyen és elhallgatás nélkül!

A fiatalnak hiteles tudásra, világos értékekre és követhető példára van szüksége.

Beszéljetek a testi-lelki következményekről, a hűségről, az önmegtartóztatásról, a felelősségről és a pornográfia veszélyeiről. Ne csak azt mondd el, mit ne tegyen, hanem azt is, miért érdemes várnia és tudatosan döntenie.

MONDD ÍGY

„A szexualitás értékes ajándék. Ne engedd, hogy egy pillanatnyi vágy döntsön helyetted."

08

Ne hagyd, hogy az internet legyen a nevelője!

Az ellenőrzés fontos, de igazán a felkészítés véd.

A pornográfia, az online manipuláció, a szexuális zsarolás, a hamis képek és a mesterséges intelligencia által előállított tartalmak a kamaszokat is elérik. Ne csak ellenőrizd, hanem tanítsd meg felismerni a veszélyeket, védeni a személyes adatait, és segítséget kérni, ha bajba kerül.

MONDD ÍGY

„Amit az interneten látsz, nem mindig valódi, és amit megosztasz, azt mások lementhetik és továbbküldhetik anélkül, hogy engedélyt kérnének tőled."