

A szülői szeretet típusai – a szeretetnyelv – és annak hatása a szülő-gyermek kapcsolatra

Turcsányi Enikő

eniko.turcsanyi@gmail.com

SZTE JGYPK Alkalmazott Pedagógiai Intézet

Jelen tanulmány három részből épül fel. Az első és a második részben az elvégzett kérdőíves kutatás elméleti alapjait mutatjuk be. Konkrétan az első részben a szülő-gyermek kapcsolat legfontosabb elemének, a kötődésnek a főbb jellemzőit ismertetjük. Ennek során bemutatjuk a kötődés kialakulásának folyamatát, illetve külön foglalkozunk az organizált és a dezorganizált kötődési formákkal. A második részben a Gary Chapman által kidolgozott öt szeretetnyelv (testi érintés, elismerő szavak, minőségi idő, ajándékozás és szívességek) jellemzőit és működését vázoljuk fel. Ennek során kitérünk a különböző szeretetnyelvek felnőttkorra kifejtett hatására. Rámutatunk arra, hogy a szülői mintázatok az esetek elsősorú többségében erőteljesen megjelennek (azaz tovább élnek) akkor, amikor az egykori gyermek maga is szülővé válik. Ezen elméleti megalapozás után tanulmányunk harmadik részében ismertetjük a szeretetnyelvre vonatkozó kérdőíves kutatásunk¹ paramétereit (a kérdéssor összeállításának logikáját, a kitöltők számát stb.), illetve részletesen elemezzük annak eredményeit.

Kulcsszavak: szeretetnyelv, kötődés, szülő-gyermek kapcsolat



A szülő-gyermek kapcsolat kialakulásának kezdetei

Az emberi élet fejlődése már a kezdetektől fogva egy emberi kapcsolati térbe ágyazódik be, a szülő-gyermek kapcsolat már a születéstől létfontosságúvá válik (Neumann, 2018; Balogh, 2008). Egy újszülött csecsemő nem képes saját magát ellátni, vannak bizonyos szükségletei, amelyeket csak a szülei tudnak kielégíteni. Ezt a kapcsolatot több tényező is befolyásolhatja. Némelyik vizsgálat azt mutatta, hogy a kiváltó ok az újszülött külsője, tehát a nagy szem, a kiemelkedő homlok, a testhez képes nagy fej, kerek arc stb. (Fullard és Rieling, 1976). A másik befolyásoló ok a szülők hiedelmeiből, elvárásából adódik (Rubin Provezano és Luria, 1974).

A babák már az anyaméhben is képesek bizonyos dolgokat érzékelni, mint például fény, hangok, érzések. Nagyon erősen hat a gyermekre már az is, hogy mennyire várják őt a szülők. Ez a születés után ugyanúgy fennáll. A legkorábbi hónapokban igénylik a babák a szoros kapcsolatot. Ahhoz, hogy a gyermek biztonságosan kötődjön, fontos,

1 A kérdőívet Kócsó Petra III. évfolyamos óvodapedagógus hallgató vette fel.

hogy az édesanya készen álljon a szükségletei kielégítésére (Belső, 2017). A csecsemő érzi, ha szeretet és nyugodt légkör veszi őt körül. Ennek az ellenkezőjét is képes azonban megérezni, ami viszont negatív hatással van fejlődésére (Hidas, Suhai, Ranschburg, Pál, Raffai, Rozsnyai és Vekerdy, 2008). Ezt Harry Harlow rhesus majmokkal végzett kísérlete is bizonyította. A majmokat leválasztották édesanyjukról, és egy-egy műanyát kaptak. Az egyik műanya csak egy drótból készített majom volt, „akitől” a táplálékot kapták, a másik pedig egy szőrös báb, amely viszont nem szolgáltat táplálékkal. Annak ellenére, hogy a táplálékot csak a drótanya szolgáltatta, a majmok sokkal több időt töltöttek a „szőranán” (Fischer, 2013).

A születés utáni időszak kulcsfontosságú a kötődés kialakulásában. Az anya és gyermeke összecsiszolódását azonban több tényező is megnehezítheti. Egyrészt, ha orvosi okok (pl. komplikált szülés, az anya mentális betegsége) nem teszik lehetővé az egymáshoz kapcsolódást (Carey, 2019), másrészt, ha a szülő nem tudja értelmezni gyermeke jelzését, sírását (Belső, 2017), ezáltal nem tudja kielégíteni az igényeit.

Az édesapáknak ilyenkor nagyobb teher nehezedik a vállukra, amelyek közül a legfontosabb az édesanya támogatása, főképpen érzelmi téren (Belső, 2017).

Számos kutatás igazolja, hogy a korai szülő-gyermek kapcsolat igen meghatározó egy ember életében. Ha a gyermek egészséges fejlődését vesszük figyelembe, akkor ennek a szabályos, normális, kiegyensúlyozott működéséhez egy egészséges, szeretetteljes szülő-gyermek kapcsolatra van szüksége (Eigner, 2022).

A gondozói bánásmódok és a kötődés kialakulása

A gondozói bánásmódok is nagy szerepet játszanak a kötődés, az egészséges szülő-gyermek kapcsolat kialakulásában, fejlődésében. Ha egy szülő támogató, elfogadó, segítőkész, nyugodt, védelmező, azaz kielégíti gyermeke szükségleteit, figyel rá, akkor ez nagy eséllyel vezet egy ideális kapcsolathoz. Viszont, ha a szülő elutasító, figyelmen kívül hagyja gyermeke érzelmeit, szükségleteit, akkor az negatív hatással lesz a kapcsolataira és a gyermek személyiségére. Ebből a negatív helyzetből a gyermek azt tanulja meg, hogy kizárólag saját magára számíthat, senki nem fog vigaszt nyújtani neki. Az elutasítások által önértékelése is súlyos csorbát szenvedhet. Nem fogja magát szerethetőnek, értékesnek, fontosnak gondolni, ami kihat érzelmi állapotára és társas kapcsolataira. Nehezebben alakít ki kapcsolatokat, nehezebben bízik meg az emberekben.

Az ily módon létrejövő atipikus kötődéseket leginkább azoknál a szülőknél figyelték meg, akik saját gyerekkorukból szintén ezt hozták magukkal, továbbadva a következő generációnak.

A kötődés kialakulásának folyamata időben az alábbi módon történik, illetve az alábbiak jellemzik (Turcsányi, 2020):

1. Kötődést megelőző szakasz (6 hetes korig): Itt még jól kezelik, ha gondozójuk elmegy, nem keserednek el, szoros kapcsolatban állnak vele.

2. A kötődés megkezdése (a 6. héttől kb. 6-8 hónapos korig): Másként reagálnak az idegenekre, jobban húznak gondozójuk felé.
3. A tiszta kötődés (6-8 hónapos kortól 18-24 hónapos korig): Nem kezelik jól a szeparációt, szorongás, düh léphet fel.
4. A kölcsönös kapcsolatok szakasza (18-24 hónapos korig): A kölcsönös kapcsolat nyújt biztonságot a gyermeknek, tudja, hogy gondozója vissza fog jönni.

A jól működő kötődés szemmel látható jelei a gyermekeken az alábbiak: a) Próbálnak minél inkább a szülő/gondviselő közelében maradni. b) Nyugtalanság lép fel, ha a szülő/gondviselő távozik. c) Nagy a boldogság, amikor viszontlátják a szülőt/gondviselőt. d) Cselekedeteiket akkor is a másik személy felé irányítják, ha az éppen nincs jelen.

Organizált kötődés és dezorganizált kötődés

A szakirodalom a kötődést két nagyobb kategóriába sorolja: a) organizált kötődés, b) dezorganizált kötődés.

Az organizált kategóriába három típus tartozik (*Chapman és Philo, 2021*). Az első a biztonságos kötődés. Erre jellemző, hogy a gyermekek sírásba kezdenek, heves érzelmek törnek elő belőlük, amikor édesanyjuk magukra hagyja őket, és amikor az anya visszatér, akkor hozzábújnak, és nem eresztik el. Ez a szoros ölekezés addig áll fenn, míg meg nem nyugodnak. Ez normális esetben nem igényel hosszú időt. A gyermekek tudják, hogy édesanyjuk pozitívan és érzékenyen reagál a szükségleteikre, mivel eddig is ezt tapasztalták tőle.

A második a bizonytalan-elkerülő kötődési típus. Az ilyen kötődéssel rendelkező gyermekeket elsősorban teljesen nyugodtnak gondolnánk, mivel nem érinti őket rosszul, ha az édesanya magukra hagyja őket, és a visszatérte sem vált ki bármilyen más reakciót a gyermekekben. Továbbra is folytatják azt a tevékenységet, amit addig is végeztek. Kívülről nem látszik a gyermekeken semmilyen változás, azonban a stresszhormon és a pulzusszám megnövekedése igazolja, hogy negatívan élnek meg édesanyjuk távozását. Ez azért nem látszik a viselkedésükön, mert az eddigi tapasztalataik alapján reagálnak. A háttérben az állhat, hogy az édesanya csak részlegesen reagál szükségleteikre, gyakran elutasító, és túl sok önállóságot vár el.

A harmadik kötődési típus a bizonytalan-ellenálló. Ennél a stílusnál az édesanya távozása (amikor magára hagyja a gyereket) nem okoz a gyermek számára látható problémát, viszont amikor az anya visszatér, a gyermek dühöt tanúsít iránta. Akár ütésre, rugdosásra, hisztirohamokra is sor kerülhet. Ennél a stílusnál az anyára jellemző, hogy ingadozóan állt gyermeke szükségleteihez, kiszámíthatatlan volt számára. Sajnos ez nem az önállóságot és az autonómiát erősíti, hanem a függőség érzését.

Az organizált csoport három stílusának áttekintése után nézzük meg a másik nagy csoport, a dezorganizált jellemzőit. Ennél a csoportnál a szülő egyben a „veszély” és a „biztonság” forrása is a gyermek számára. Mivel a gyermek őt ismeri a legjobban, ezért kötődik hozzá, ha baj éri, tőle várja a segítséget. De az ilyen stílusú szülő nem foglalkozik a gyermek szükségleteivel, nem nyújt számára biztonságot, érzelmi stabilitást (Newton, 2019). Ebben a kapcsolatban egyik fél sem fogja igazán úgy érezni, hogy ők teljes mértékben szeretik egymást (Chapman és Campbell, 2015). Ez azt is jelenti, hogy a dezorganizált stílus káros a gyermekre.

A szülő és gyermeke közötti kötődés kialakulását befolyásolja az is, hogy a felek a szeretetüket hogyan tudják kimutatni egymás iránt (Chapman, 2002).

A szeretetnyelv fogalma és öt formája

A szeretetnyelv egy pár- és pszichoterápiai fogalom, amelyet Gary Chapman amerikai párkapcsolati szakértő, házassági tanácsadó, lelkész alkotott meg 1992-ben. Chapman szerint minden ember rendelkezik egyfajta „érzelmi tankkal”. Ezt a nevelők úgy tudják megtölteni, ha megpróbálnak minél inkább a gyermekük szeretetnyelvében beszélni. Ha a gyermek érzi, hogy szeretik, akkor a felnőtteknek is sokkal könnyebb a szülői kötelezettségeiket betölteni, legyen szó nevelésről vagy fegyelmezésről. Minden embernek van egy ilyen tankja, amely képes átsegíteni őt az élet nehezebb pillanatain. Viszont ez egy olyan tank, amelyet csak feltétel nélküli szeretettel lehetséges feltölteni (Chapman és Campbell, 2006). Chapman szerint az alábbi öt szeretetnyelven tudjuk szeretetünket kifejezni:

1. Testi érintés
2. Elismerő szavak
3. Minőségi idő
4. Ajándékozás
5. Szívesség

Nézzük meg ezeket részletesen: a testi érintés elsősorban a mindennapos helyzetekben fordul elő. Ilyen például a puszti. De a szülő akkor is megérintheti a gyermekét, amikor büszke rá, mert valamit nagyon jól csinált, vagy jó eredményt ért el az iskolában, ezért megfogja a vállát, megsimogatja a fejét, az arcát. Kutatások alapján azok a gyermekek, akiket gyakran ölelgetnek, puszilgatnak, lelkileg sokkal egészségesebbek, mint azok, akiket nem.

A következő szeretetnyelv az elismerő szavak, amely igazából a szeretet szavakba öntését jelenti. Sokat lehet hallani azt a mondatot, hogy „a szavaknak ereje van”. Ez valóban igaz. A bátorító, becéző, dicsérő, szeretetteljes szavak nagyon jól tudják a gyermeket érzelmileg megerősíteni, éreztetni vele, hogy fontos a szülője számára. Mindemellett a gyermeket is motiválják arra, hogy kedvesen szóljon társaihoz, megtanulja, hogyan fejezze ki magát tapintatosan. Nemcsak a biztonságérzetének és önértékelésének jelent

feltöltődést, de a lelkét is erősen ösztönzik. Nagyon nagy hatást gyakorolnak a gyermek életére. Az ilyesfajta pozitív szavak képesek örökre megmaradni a gyermekben, ami felnőttkorára is hatással lesz. Csakhogy ennek a fordítottja is igaz: ha a gyermek elismerő, pozitív szavak helyett csak bántó, sértő, köztözködő szavakat kap, az negatív hatással lesz a lelki fejlődésére. Akik gyermekként lélektörő szavak áldozataivá válnak, azok felnőttkorra vagy teljesen érzelemmentessé, vagy túlságosan is érzékennyé változhatnak. Úgy érezhetik, hogy sosem fognak tudni senki elvárásainak megfelelni, és saját magukat is gyakran ostromozzák.

A harmadik szeretetnyelvtípus a minőségi idő. Ez a fogalom azt jelenti, hogy osztatlan figyelmet fordítunk egy vagy több személyre. Az újszülöttek bőségesen részesülnek ebben a figyelemben, az apa, a nagyszülők, az édesanya, mindenki kiveszi a részét a gyermekkel való törődésből, foglalkozásból. Viszont ahogy növekszik a gyermek, egyre nehezebbé válik a szülők számára, hogy minőségi időt töltsenek vele. Ha az anya korán visszaáll a munkába, akkor a legtöbb esetben bölcsődébe adják a gyermeket, vagy ha lehetséges, a nagyszülők vigyáznak rá. Az utóbbi valamivel jobbnak számít, de a gyermek egyik helyzetben sem a szülőkkel tölti el a minőségi időt. Amikor hazaviszik, akkor már az anya és az apa is fáradt, de még vár rájuk az esti rutinfeladatok (vacsora, házimunka, fürdés és lefekvés) ellátása. Ezen számos feladat ellenére a szülőnek arra kell törekednie, hogy valahonnan kiszakítson gyermeke számára minőségi időt! De arra is fel kell hívnunk a figyelmet, hogy ahhoz, hogy valóban minőségi időt tudjunk tölteni gyermekünkkel, figyelembe kell venni életkori sajátosságait, fizikai, értelmi fejlettségének szintjét. A közösen eltöltött idő arra is jól szolgál, hogy minél mélyebb beszélgetéseket tudjunk folytatni gyermekünkkel, ami által jobban megismerjük őt. Egyúttal a gyermek is megismeri szüleit, ilyenkor jönnek elő a régi történetek, ők milyenek voltak gyerekként, hogyan ismerték meg egymást, milyen volt az esküvő és így tovább (Chapman, Barr és Shaw, 2016). Talán a legjobb alkalom a hosszabb beszélgetésekre lefekvés előtt adódik. Ilyenkor megnő a gyermekek figyelme, és akár mese formájában is meg lehet velük osztani a történeteket. De természetesen könyvből is lehet mesét olvasni a gyermeknek. Ez is minőségi időnek számít.

A negyedik szeretetnyelv az ajándékozás. Az ajándékokban jelenik meg a szeretet kézzelfoghatósága, nemcsak akkor, amikor átadjuk azt, hanem még évekkal később is. Örökké emlékezni fog a gyermek például arra, hogy azt az adott játékot a szülei hozták neki külföldről. Viszont ennél már szükséges, hogy a gyermek érzelmi „tankját” teljesen feltöltsük a többi szeretetnyelv használatával is ahhoz, hogy ténylegesen szeretetről árulkodjanak a kapott tárgyak. Nem mindegy viszont, hogy ajándékot vagy fizetséget adunk a gyermeknek. Sokan félreértik az ajándékozás jelentését. Az angolban a „gift” szó, vagyis ajándék, a görög „kharisz” szóból származik, amelynek a jelentése ingyenes adomány. Tehát nem mindegy, hogy ténylegesen ajándékozzuk a gyermeket, vagy a magatartását próbáljuk meg manipulálni. Például: „*Ha csendben tudsz ülni a kanapén 10 percig, akkor adok neked egy csokit.*” Ez teljes mértékben manipulációnak számít. Viszont, ha a gyermek nem számít az ajándéokra, és nem is vártunk el tőle semmilyen

különösebb feladatot, akkor az igazán ajándékozásnak számít. Például: „*Ma elmentem egy pékség mellett, és tudom, hogy szereted a kakaós csigát, ezért hoztam neked egyet.*” Itt a szülő nem várt el az ajándékért semmit sem cserébe.

Az utolsó szeretetnyelv a szívességek. Vannak olyan emberek, akiknek a szolgálatkészség jelenti a szeretetet. Hivatalosan a szülőnek a szolgálatkészsége egészen gyermeke 18 éves koráig szól, de azon túl is még sokáig készenlétben kell állniuk. A szülőnek fontos tudatosítania magában, hogy kinek is szolgál. Elsősorban a gyermekének, de a férjének/feleségének is. Egy házasság karbantartottsága is kiemelkedő szerepet játszik a gyermekek életében. Nekik is jobb úgy felnőni, hogy az anya és az apa szeretik egymást, együtt vannak.

A szolgálatkészség legfőbb célja, hogy a gyermek olyan felnőtté váljon, aki képes szívességeken keresztül is szeretetet ajándékozni. Ennek a másoknak való segítség vágyából kellene fakadnia.

A szeretetnyelvek használata a felnőtté váló gyermekek esetében

Számos fiatal felnőttől elmondható, hogy az önálló élet megkezdése (kirepülés) során támaszkodnak szüleikre, ami egy teljesen természetes folyamat. Az, hogy ki mennyire függ szüleitől a felnőttkorban, azon is múlik, hogy kit mennyire neveltek önállóságra a szülők, illetve, hogy mennyire lehetett rájuk számítani. Megadták-e a kellő figyelmet, vagy talán túl sokat adtak belőle? Nehéz lenne ennek a határát egy éles vonallal meghúzni. A szülőknek fontos lenne egy jó időbeli ütemezést tartaniuk, mivel az sem jó, ha hirtelen dobják mély vízbe felnőttkorba lépő gyermeküket, illetve a túlféltő, „túlpátolygató” nevelés sem ideális.

Ebben az időszakban jellemző a fiatalokra, hogy sokkal nyitottabbak és fogékonyabbak kortársaikra, mint szüleikre. Ez amiatt történik, hogy a fiatalok sokkal jobban megértik egymás problémáját, nem ítélik meg, nem fegyelmezik, nem hoznak meg velük kapcsolatban komoly döntéseket, nem utasítgatják egymást, hanem inkább tanácsot adnak.

A szülőknek el kell fogadniuk, hogy gyermekük majd önálló életet fog élni, neki is lesz családja, munkája, saját lakása. Az, hogy egy egészségesen fejlődő gyermeknek a tinédzserkorból kifelé vezető úton már nincs úgy szüksége a dajkálásra, az egy természetes folyamat. Fontos tudni, hogy ettől függetlenül a gyermeknek a szülők felé áradó szeretete nem változik, pusztán csak másmilyen formában kívánja azt tudtukra adni. Kisgyerekként az ölelés, odabújás, puszilgatás, kézfogás a jellemző, ami aztán tinédzserkorban már kellemetlenné válik a gyermeknek. Felnőttkorban ez a kínos érzés elmúlik, de akkor sem mindennapos látvány, hogy egy szülő a gyermeke kezét fogná séta közben, vagy hosszasan puszilkodnának. Tudnia kell a szülőnek, hogy ilyenkor nem távolodik el a gyermek, ugyanúgy szüksége van elismerő szavakra, együtt töltött időre és még fizikális érintésekre is, csak az utóbbit már nem olyan gyakran igénylik. Sok szülő

elmulasztja, hogy érettebbé tegye kapcsolatát felnőtt gyermekével, és továbbra is gyermekként kezeli őt (*Chapman és Campbell, 2015*), pedig a gyermek felnőtté válásával a szülőnek is fejlődnie kell (*Cloud és Townsend, 2021*).

A felnőtté vált gyermek esetében a szülőknek arra kell törekedniük, hogy gyermekük tudja, hogy számíthat rájuk. Mindegy, mi történik, támogatják, megbocsátanak neki, és szeretik őt. Az üzenetük lényege: megtörténhet, hogy nem értenek egyet felnőtt gyermekük viselkedésével, de az iránta érzett szeretetük nem változik (*Chapman és Drygas, 2022*).

A hangsúly tehát a feltétel nélküli szereteten van. A szeretetnyelv öt formáját továbbra is használniuk kell. Fontos a testi érintés, bár felnőttkorban már nem olyan gyakori, mint gyermekkorban. A szülőknek azonban törekedniük kell arra, hogy amikor találkoznak gyermekükkel, megöleljék, megpusztilják őt. Szintén fontosak az elismerő szavak, például a szülők megdicsérik gyermekeik munkahelyi sikereit, a karrierlépcsőn történő előrehaladásukat. Továbbra is adhatnak ajándékot, ezzel érzékeltetve, hogy gondolnak rá, annak ellenére, hogy már nem velük lakik. Nyújthatnak szívességeket, ezzel is erősítve bennük azt az érzést, hogy még mindig számíthatnak rájuk. Talán a legnehezebb a minőségi idő megvalósítása, hiszen ebben az esetben komoly problémát jelent a napirendek összehangolása (*Chapman és Campbell, 2015*).

A kutatás paraméterei

A kutatás célja az volt, hogy feltárjuk, hogy napjainkban hogyan működik a szeretetnyelv a szülő-gyermek kapcsolatban. Ennek érdekében strukturált kérdőívet szerkesztettünk a Google Drive segítségével, majd közösségimédia-felületeken tettük közzé.

Az anonim kérdőív 19 kérdésből állt, ebből 18 kérdés zárt végű, az utolsó, a 19. kérdés pedig nyílt végű volt. Az 1–11. kérdésben a kitöltőt gyermekkoráról és a szüleivel való kapcsolatáról kérdeztük, a 12–19. kérdésben a kitöltő gyermekéről és kapcsolatukról próbáltunk meg információt gyűjteni.

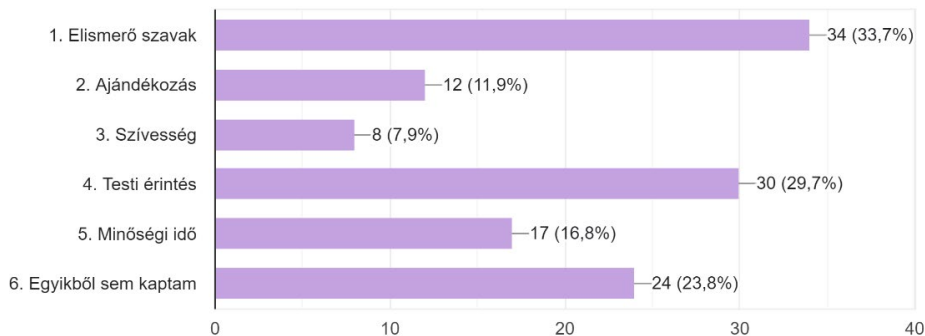
A kitöltéseket azoktól vártuk, akik legalább egy szülővel nőttek fel és legalább egy gyermekük van. Végül a kérdőívet 101 fő töltötte ki. A kitöltők 80,2%-a nő, míg 19,8%-a férfi volt. Az életkorok az alábbiak szerint alakultak: 20–30 évesek: 5%, 30–40 évesek: 38,6%, 40–50 évesek: 41,6%, 50 év feletti: 14,9%.

Az eredmények és értelmezésük

A kérdőívekre adott válaszokat grafikusán összesítettük – kivéve a 19., nyílt végű kérdést-, és az alábbi eredményeket kaptuk:

1. Az öt szeretetnyelv közül Ön gyerekkorában melyből kapta a legtöbbet szüleitől?

101 válasz

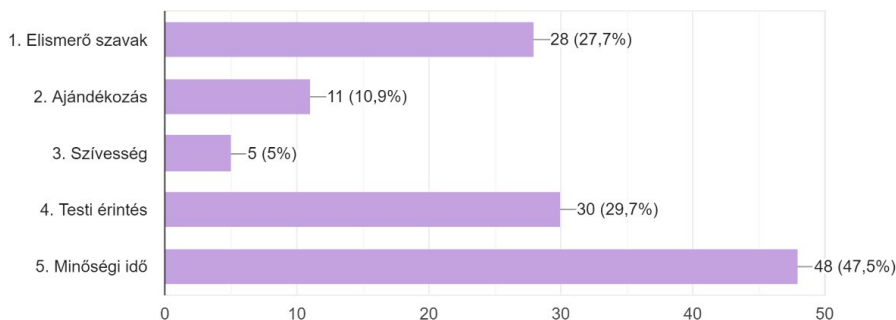


1. diagram: A legtöbbet kapott szeretetnyelv gyerekkorban (N=125)

Az 1. diagram arról nyújt információt, hogy a kitöltő családnyák/családapák gyerekkorukban melyik típusú szeretetnyelvből kapták a legtöbbet. Ahogy a grafikonon látható, a legtöbben (33,7%) az elismerő szavakat kapták. Ezt követte a testi érintés (29,7%). A kettő között elég szoros „verseny” alakult ki. Figyelemre méltó, hogy az „egyikből se kaptam” válasz 23,8%-ot kapott, ami elég magas arány. Szintén megfontolásra érdemes, hogy a szívesség nagyon alacsony értéket (7,9%) kapott.

2. Melyik volt az a szeretetnyelv, amelyiknek örült volna még, ha kicsit többet kap belőle?

101 válasz



2. diagram: A szeretetnyelv, amelyikből a kitöltők többre vágytak gyerekkorban (N=122)

Mint a 2. diagramon látható, a válaszadók majdnem fele (47,5%) a minőségi időt jelölte meg, ezt a testi érintés követte (29,7%), míg a harmadik helyre – hasonló arányban – az elismerő szavak (27,7%) kerültek. Az ajándékozáshoz 20,9%, a szívességhez pedig 5% került.

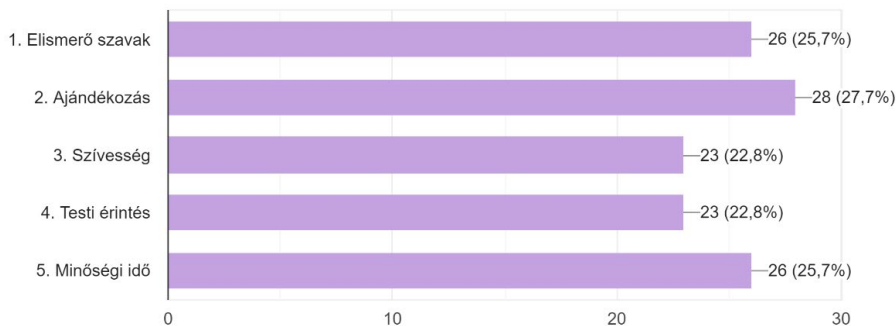
Ebből a grafikonból az szűrhető le, hogy a minőségi időt a legnehezebb megadnia egy szülőnek. Hiszen ahhoz, hogy ezt megteremtse, komoly időmenedzselésre van szüksége. A munka, iskola és óvoda órarendjét is figyelembe kell venni, nem beszélve arról, ha többgyermekes családról van szó. A szülőnek nehézséget jelenthet úgy szerveznie közös programokat, hogy az mindegyik gyerek számára megfelelő legyen. Ha eltér a gyerekek érdeklődési köre, vagy egyszerűen csak más időpontokban érnek rá, akkor máris kivitelezhetetlenné válik a közös időtöltés. Mindemellett általában mindegyik gyereknek ugyanannyi figyelemre van szüksége szüleitől, ezért kedvezőbb lenne minden gyermekkel külön időt tölteni, hogy egyenletes legyen a gyermekekre irányuló figyelem.

A testi érintések és az elismerő szavak hiányolása elég nagyarányúnak (~ 30%) tekinthető, ami egyben arra utal, hogy e két szeretetnyelv alkalmazása számos szülőnek nehezen sikerül. Ha nem olyan környezetben nevelkedett valaki, ahol az érzelmeket nyíltan kezelik, akkor szülőként nagyobb esélye van arra, hogy nehezebben nyíljon meg. Például, ha valaki olyan szülőktől származik, akik nem mondják egymásnak rendszeresen a szeretlek szót, nem fejezik ki egymás iránti érzelmeiket, nem érintik meg egymást, megfigyelhető, hogy gyermekeik is ekképpen viselkednek majd.

Az ajándékozás viszonylag alacsony értéket (10,9%) kapott. Ez a szeretettípus a materiális dolgokat kedvelőknek a szeretetnyelve, és habár nem tűnik olyan fontosnak, mint egy ölelés, van, aki akkor érzi igazán, hogy szeretik, ha egy kis ajándékot kap. A szívességek, hasonlóan a többi kérdéshez, ezúttal is az utolsó helyen végzett (5%).

3. Melyik volt az a szeretetnyelv, amelyikből keveset vagy egyáltalán nem kapott?

101 válasz

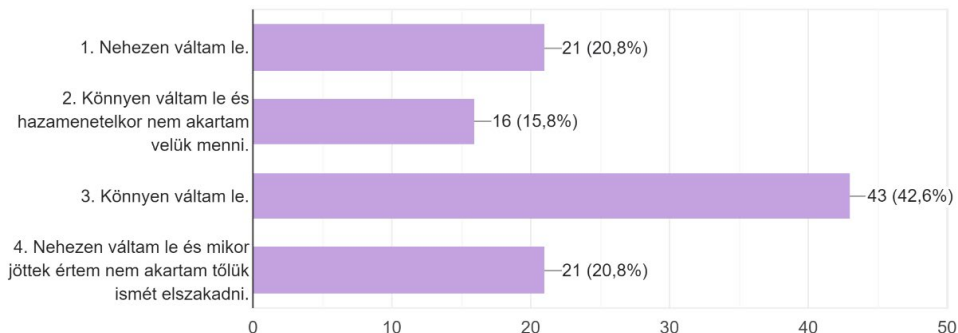


3. diagram: A szeretetnyelv, amelyikből a kitöltők keveset kaptak (N=126)

Mint a 3. diagramon látható, arra vonatkozóan, hogy a kitöltők melyik szeretetnyelvből kapták a legkevesebbet, nem mutatkozik nagy szórás. A legmagasabb érték (27,7%), amely az ajándékozást mutatja és a legalacsonyabb értékek (a szívesség és a testi érintés egyaránt 22,8%-ot kapott) között mindössze 4,9% különbség van. Ilyen kis különbségek esetében nem lehet levonni releváns következtetést.

4. Óvodás korában mennyire sikerült reggelente leválnia a szülőjéről?

101 válasz



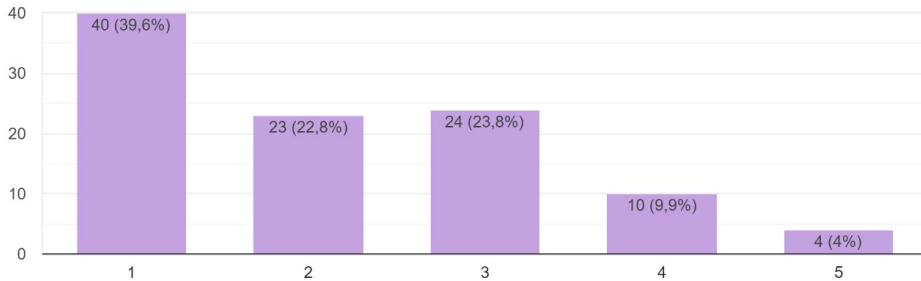
4. diagram: A kitöltők óvodás korukban mennyire könnyen váltak le a szülőjükről (N=101)

A 4. kérdés célja az volt, hogy feltárjuk, hogy milyen fajtájú kötődés van a kitöltők és szüleik között. A válaszadók 42,6%-a jelölte meg a könnyű leválást (3. válasz). Ez azt jelenti, hogy a többség nem ragaszkodott szülőjéhez, amikor elköszöntek egymástól az óvodában, nem váltott ki belőlük heves reakciót a szülő távozása. Vannak, akik viszont már nehezen váltak le, ők összesen 20,8%-ban fordulnak elő. Valószínűleg elváláskor valamilyen reakciót válthatott ki belőlük a szülő távozása, ragaszkodhattak hozzá, sírást válthatott ki belőlük, amikor a szülő otthagya őket. A kitöltők a 4. válasznál szintén 20,8 %-os eredményt értek el, ami nehéz elválást jelent elköszönéskor, és erős ragaszkodást a szülő érkezésekor. Elmondható, hogy felzaklatta őket a szülő távozása, és amikor jött a gyermekért, akkor nem akart elválni tőle. Ezt a fajta kötődést organizált, biztonságos kötődésnek nevezzük. Ez egy optimális, ideális kötődés a szülő és a gyermek között.

Azt a lehetőséget (2. válasz), hogy a kitöltőknek könnyű volt a leválás, és hazamenetkor nem akartak a gondviselővel hazamenni, 15,8% választotta. Ez mindenképpen egy bizonytalan kötődési stílus.

5. Gyerekkorában mennyire érezte magát rossz gyerekeknek?

101 válasz



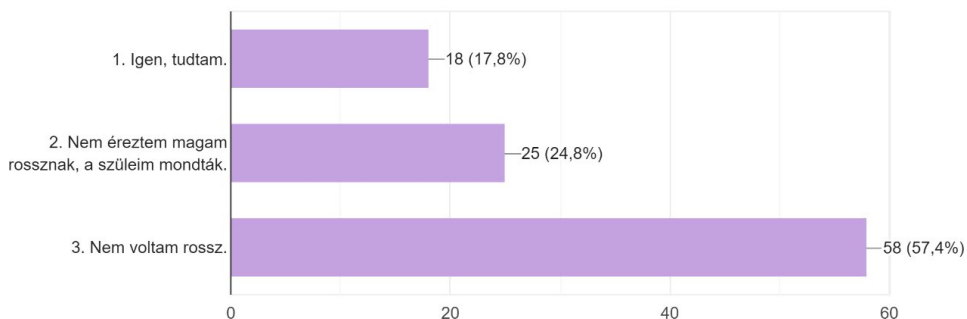
5. diagram: A kitöltők magatartása gyermekkorban (N=101)

Az 5. kérdést azzal a céllal tettük fel, hogy fel tudjuk mérni, milyen kapcsolatban állhattak gyermekkorukban a kitöltők azokkal, akik felnevelték őket. Ennél a grafikonnál ötfokozatú Likert-skálát alkalmaztam (1. semennyire, 3. közepesen, 5. nagyon), mellyel könnyebben el tudták dönteni a kitöltők, hogy hova is sorolják be magukat.

Azok, akik úgy érezték, egyáltalán nem voltak rossz gyermekek, 39,6%-ban fordultak elő. Akik még szintén idesorolhatók (2. oszlop), viszont néhanapján azért egy kis csintalanságot is megengedtek maguknak, 22,8%-os arányban voltak. Közepeset (3. oszlop) jelöltek azok, akiknél már előfordultak komolyabb rosszalkodások, de elég ritkán. Viszont akiknél már a rendetlen viselkedések gyakrabban fordultak elő, ők alkotják a 4. oszlopot, összesen 9,9%-kal. Nagyon rossznak (5. oszlop) csak a kitöltők 4%-a jelölte magát.

6. Ön tudta, hogy rossz volt, vagy csak a szülei mondták folyamatosan?

101 válasz



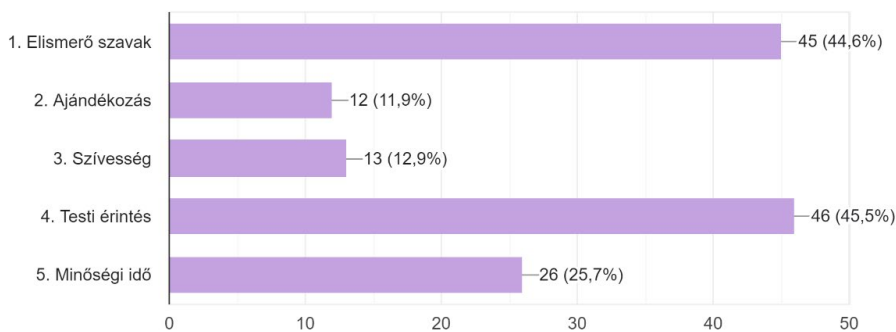
6. diagram: Szülői fegyelmezés gyermekkorban (N=101)

A 6. kérdésnél három választási lehetőséget adtunk. Az első jelölték be azok, akik pontosan tudták magukról, hogy viselkedésük nem volt az ideális magatartásnak megfelelő, erre összesen 17,8%-ban szavaztak. Ez azt mutatja, hogy bármennyire is mondták vagy nem mondták a szülők, hogy rossz gyermekek, ők teljes mértékben tudatában voltak cselekedeteiknek, és egyértelmű volt számukra, hogy az optimális viselkedésformának az ellentétét produkálják. A második lehetőséget azok választották (24,8%), akik nem érezték magukat rossz gyermeknek, szüleik viszont ezt éreztették velük.

Legtöbben (57,4%) a harmas válaszhoz tették jelölésüket. Ők alkotják a jó gyerekek csoportját. Tudták, hogy nem követtek el rosszaságokat gyermekkorukban, és szüleik nem is éreztették velük azt, hogy magaviseletük nem lenne megfelelő. Egy egészséges szülő-gyermek kapcsolat kialakításához ez lenne a helyes hozzáállás.

7. Önnek mi az elsődleges szeretetnyelve?

101 válasz

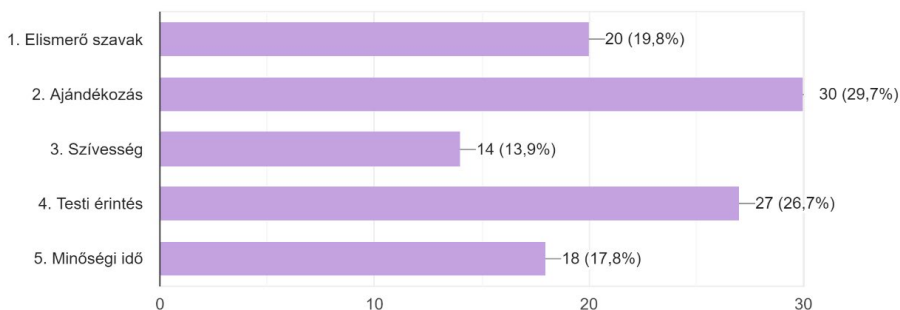


7. diagram: A kitöltők elsődleges szeretetnyelve

A 7. diagramon az látható, hogy mi az elsődleges szeretetnyelve a kitöltőknek. A testi érintést (4. válasz) 45,5% választotta. Ebbe tartoznak kisebb vagy akár nagyobb gesztusú fizikai érintések, puszik, ölelések. Így hát azoknak a szülőknek, akik a kérdőívemet kitöltötték, nagy része elsősorban fizikálisan tudja kimutatni, másokkal éreztetni szeretetét. Az elismerő szavak (1. válasz) 44,6%-kal végzett, szorosan a második helyen. A válaszolók köreiből tehát elterjedt még az is, hogy szavakba öntve tudják szeretetüket éreztetni másokkal. Majdnem fele ennyi százalékkal következik utána a minőségi idő (5. válasz), amire 25,7%-ban szavaztak. Az értelmesebben, tudatosan folytatott közös időtöltés még mindig viszonylag több embernél előfordul mint elsődleges szeretetkifejező típus. Amire már kevés választás (12,9%) érkezett, az a szívesség (3. válasz). A legkevésbé az ajándékozást (2. válasz) választották mint elsődleges szeretetnyelvet. Ez 11,9%-ban fordul elő.

8. Melyik az a szeretetnyelv típus, amit a legnehezebb használnia?

101 válasz

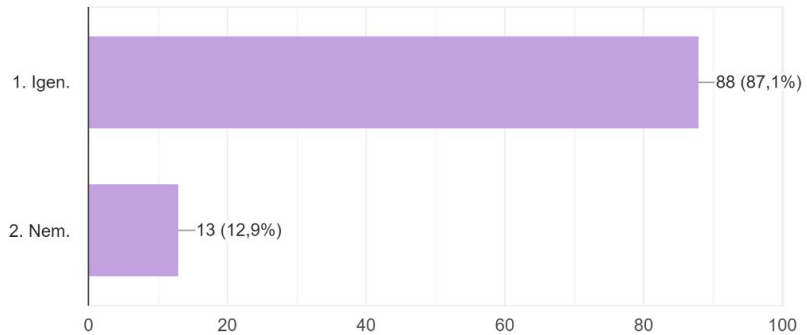


8. diagram: A szeretetnyelv, amelyet a legnehezebb kimutatniuk a kitöltőknek (N=109)

Az előbbieket során már igen sok mindenre fény derült. Tudjuk, hogy mi az elsődleges szeretetnyelve a kitöltőknek, illetve azt is, hogy melyik szeretetnyelvből kapták a legkevesebbet gyermekkorukban szüleiktől. Viszont annak az alátámasztására, hogy ezeknek köze van-e egymáshoz, hoztuk létre a 8. kérdést. A hipotézisünk az volt, hogy a nevelőktől kapott szeretettípusnak hatása van arra, hogy milyen szeretetnyelve lesz gyermeküknek. Az előző kérdésben a testi érintést és az elismerő szavakat jelölte meg a többség, tehát onnan már egyértelműen kitűnik, hogy kinek mi a szeretetnyelve. A harmadik kérdésnél pedig az ajándékozást jelölték meg mint olyan szeretetnyelvet, amelyből keveset vagy egyáltalán semmit nem kaptak. Az itt szereplő kérdés arra ad választ, hogy melyik típust nehéz alkalmaznia a kitöltőknek. Első helyre került az ajándékozás 29,7%-kal. Ezáltal elmondható, hogy azt a szeretetnyelvet a legnehezebb alkalmaznia a válaszadók javának, amelyikből szinte semennyit nem kaptak. Ez beigazolta azt a feltevésünket, hogy elsősorban azt a szeretetnyelvet adjuk tovább gyerekeinknek, amit a szüleinktől kaptunk.

9. Mit gondol, van köze a szülei neveltetésének/mintájának ahhoz, hogy milyen módon tudja szeretetét kimutatni?

101 válasz

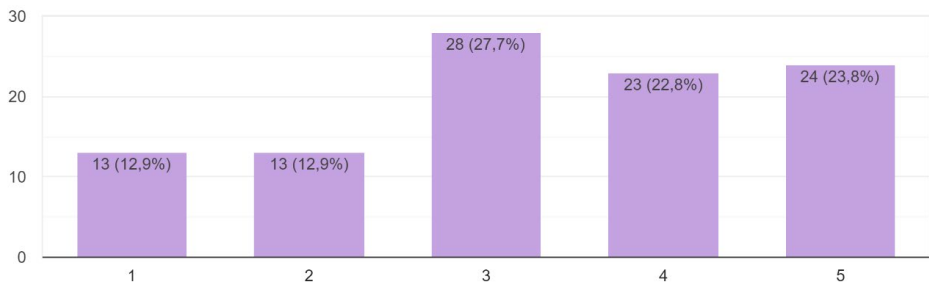


9. diagram: A szülőktől kapott neveltetési minta hatása a szeretet kimutatására (N=101)

A 9. kérdésnél teljesen egyértelmű válasz született: a kitöltők szerint összefüggés van a gyermekkorban látott minta (azaz hogyan szerették őket a szüleik) és aközött, hogy ők hogyan szeretik gyermekeiket.

10. Milyen kapcsolatban áll/állt édesanyjával?

101 válasz



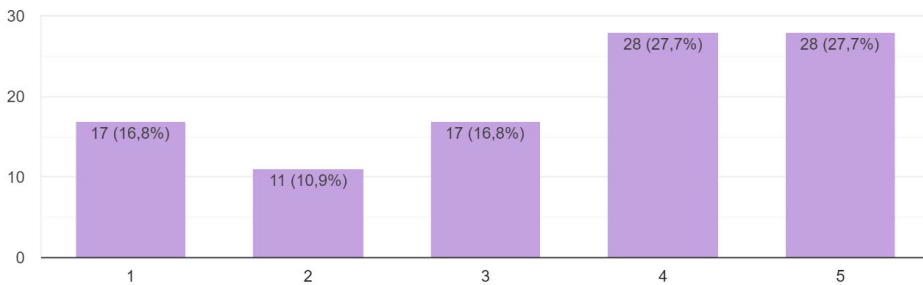
10. diagram: A kitöltők kapcsolata édesanyjukkal (N=101)

A 10. kérdésnél – Milyen kapcsolatban áll az édesanyjával – ötfokozatú Likert-skálát (1. semmilyen, 3. semleges, 5. nagyon erős) alkalmaztunk a kapcsolat felméréséhez. A közepes választ a kitöltők 27,7%-a választotta. Ők azok, akik úgy gondolják, hogy enyhén semleges kötelék van édesanyjuk és saját maguk között. Nem mondható gyengének, de nem is nevezhető erősnek. Általában ezek az emberek szokták hullámmódon jellemezni a kapcsolatot szüleikkel, úgy vélik, hogy egyszer ilyen a helyzet, máskor meg olyan, de összességében a kettő kiegyenlíti egymást, ezért a „mérleg” közepén áll náluk. Az 5. választ, azaz azt, amelyik az erős kapcsolatot szimbolizálja, 23,8%-ban

választották. Tartalmában ez a kölcsönös, mély szeretetre épülő kapcsolat. Természetes a két félnek az akár mindennapos beszélgetés, tudják, hogy bármi történjék is, számíthatnak a másikra. Ez a legoptimálisabb az összes lehetőség közül. Egy százalékkal (22,8%) szavaztak kevesebben a 4. válaszra. Számunkra ez azzal a jelentéssel bír, hogy ők még mindig jó kapcsolatot ápolnak egymással. Azok, akik ezt jelölték, ugyanúgy számíthatnak egymásra, ha bármi gond adódik. Viszont előfordulhatnak kisebb nézeteltérések, problémák. A 2. válasz, amely már a nem ideális viszonyt jelenti, 12,9%-ot kapott. Erre a kötelékre jellemző, hogy a felek nem támogatják egymást, hiányos a szeretet kifejezése, kimutatása. Gyakrabban fordulnak elő konfliktusok. Az 1. válasz szintén 12,9%-ot kapott. Ők egyáltalán nincsenek jóban édesanyjukkal, kapcsolatnak talán annyiból lehet mondani, hogy ők elfogadták egymást mint rokonok, de nem keresik egymás társaságát rendszeresen, és kapcsolatukat a viharosság jellemzi.

11. Milyen kapcsolatban áll/állt édesapjával?

101 válasz



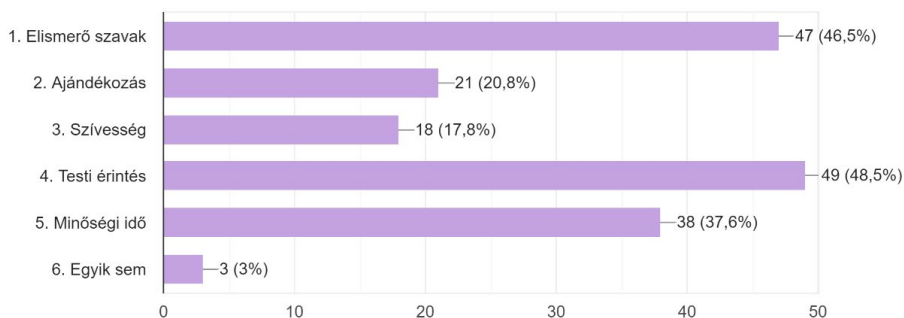
11. diagram: A kitöltők kapcsolata édesapjukkal (N=101)

A 11. kérdésnél a gyermekek édesapjukkal való kapcsolatát vizsgáltuk. Míg az édesanyjakkal való köteléket a válaszadók leginkább közepesre értékelték, addig az édesapák mind a 4. válasznál, mind az 5. válasznál 27,7%-27,7%-ot kaptak. Ez így együtt több mint 50%. Itt kell felhívni a figyelmet arra, hogy a kitöltők túlnyomó része (80,2%) nő volt. Véleményünk szerint ez igazolja azon elméletet, mely szerint a lányok édesapjukkal, a fiúk pedig édesanyjukkal állnak közelebbi kapcsolatban. Ezt a hétköznapi pszichológia „anyuci pici fia” vagy „apuci kicsi lánya” kifejezéssel illeti. A közepes erősségű kapcsolat 16,8%-ot kapott. Egy apa és gyermeke közötti közepes kapcsolat, főként ha lánygyermekről beszélünk, még mindig nem hangzik olyan vészesnek, mint az anya és gyermeke közötti. A kettes pont 10,9%-ot, míg az egyes pont 16,8%-ot kapott.

A kérdőív ezen pontjától kezdve a kérdések már nem a megkérdezettek gyermekkorára és szüleire fókuszáltak, hanem saját gyermekeikre és a velük folytatott kapcsolataikra.

12. Gyermeké felé hogyan mutatja ki leginkább a szeretetét?

101 válasz

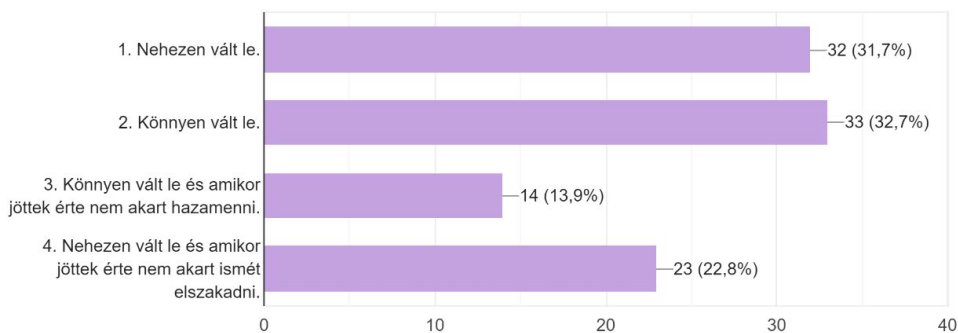


12. diagram: A kitöltők gyermekeiknél alkalmazott szeretetnyelve (N=176)

A 12. diagramon jól látszik, hogy a szülők 48,5%-a a testi érintést használja szeretete kimutatására gyermekei esetén. A testi érintés után az elismerő szavak 46,5%-kal a második helyen végeztek. A minőségi idő harmadik helyre került 37,6%-kal. Az ajándékozás alkalmazása a szeretet kimutatására a megkérdezettek körében 20,8%-ban van elterjedve. Utolsó előtti lett a szívesség 17,8%-kal, így egyértelmű, hogy ez a legkevésbé alkalmazott szeretettípus a válaszadóknál. Ennél a kérdésnél elhelyeztünk egy 6. választási lehetőséget is, amelynek választása azt jelentette, hogy a szülő egyik szeretettípust sem használja gyermekénél. Ezt a választ a szülők alig 3%-a választotta.

13. Gyermekének óvodás korában mennyire sikerült reggelente leválnia Önről?

101 válasz



13. diagram: A kitöltők gyermekeinek leválása az óvodáskorban (N=102)

A 13. kérdés azért került be a kérdőívbe, mert az óvodai mindennapos leválás sok mindent elárulhat egy szülő-gyermek kapcsolatról. Főként a beszoktatás ideje alatt lehet a

leginkább megfigyelni, hogy a kisgyermekek milyen szinten és hogyan kötődnek gondozójukhoz.

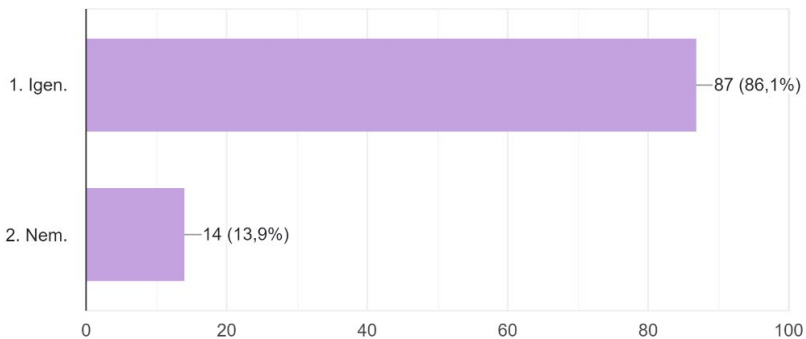
A legmagasabb értéket (32,7%) a könnyű leválás kapta. Nem volt a gyermeknél szembetűnő heves reakció, amikor a anya/apa elköszönt tőle reggel. De figyelemre méltó, hogy ennek ellentéte, azaz a nehéz leválás 31,7%-ot kapott.

A legoptimálisabb kötődési stílust 22,8%-ban jelölték meg. Ehhez tartozik, hogy a gyerek nehezen vált le a szülőről reggelente, sírással és erős ragaszkodással jelezte, hogy nem szeretné, ha őt ott hagynák. Amikor jöttek érte, akkor meg nagy örömmel szaladt a szülő felé, boldogan ölelgette, puszilgatta, és semiképpen sem szeretett volna újra elszakadni.

Végül 13,9% jelölte meg a könnyű leválást, viszont hazamenetelkor a gyermek nem szeretett volna hazamenni. A bizonytalan kötődésre enged következtetni ez a fajta attitűd. Nem ideális, ha ilyen történik. A későbbiekben, amikor a gyermek felnőtt, hatással lesz rá, emellett a szülő-gyermek kapcsolat sem alakul ki kiválóan.

14. Gyermek szereti ha meg van dicsérve?

101 válasz

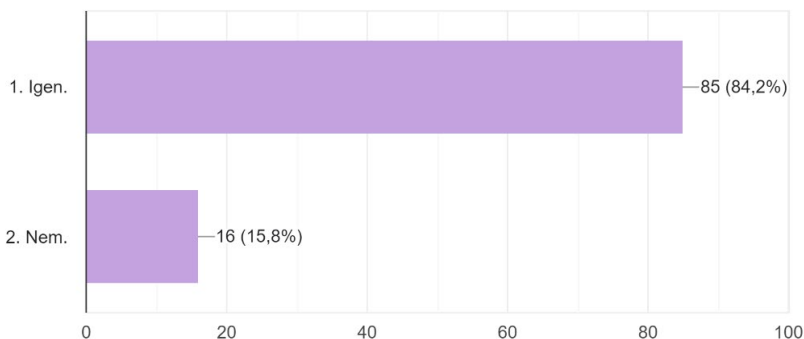


14. diagram: A kitöltő gyermekének dicséretre vágyása (N=101)

A 14. kérdésre adott válaszokból jól látható, hogy a kitöltők elsöprő többsége (86,1%) az igent jelölte meg válaszául. Ez egyértelműen azt mutatja, hogy a gyermekek nagyon szeretnek dicséretet kapni.

15. Gyermeke szeret kettesben időt tölteni olyan személlyel, akit szeret?

101 válasz

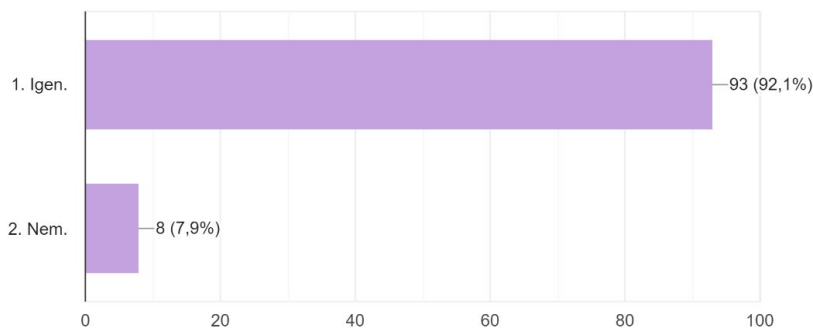


15. diagram: A minőségi idő kedvelésének aránya a kitöltők gyermekeinél (N=101)

Mint a 15. diagramon is látható, az igenek elsöprő aránya (84,2%) a minőségi idő fontosságát támasztja alá. A gyermekek szeretnek sok időt eltölteni szüleikkel. Bár figyelemre méltó a nem válaszok 15,8%-os aránya!

16. Gyermeke szeret ajándékot kapni?

101 válasz

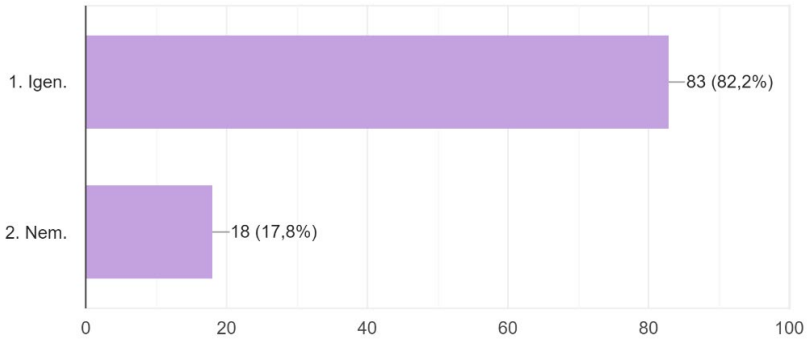


16. diagram: Az ajándékozás kedvelése a kitöltők gyermekeinél (N=101)

Mint azt a 16. diagram mutatja, a szülők szerint a gyermekek számára nagyon fontos (93,1%), hogy ajándékot kapjanak. Ez az állítás azért érdekes, mert ellentmondásban van a 7. kérdésre adott válaszokkal, hiszen ott az ajándékozás csak 12%-ot kapott. Felmerül a kérdés: ha a szülő tudja, hogy gyermeke szeret ajándékot kapni, akkor miért alkalmazza viszonylag ritkán a szeretetnyelvnek ezt a formáját?

17. Ha gyermekét egy hozzátartozója/barátja megöleli, akkor érzi, hogy szereti?

101 válasz

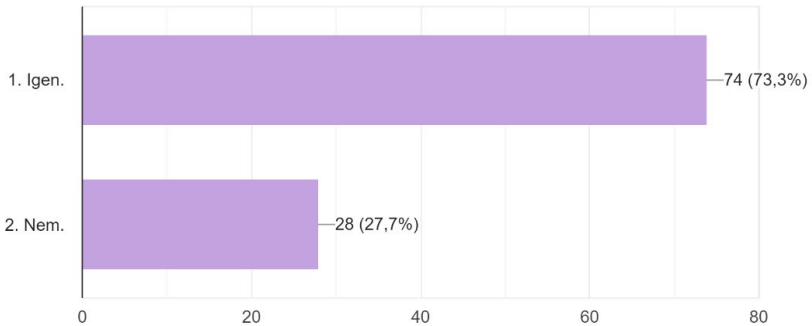


17. diagram: A testi érintés kedvelése a kitöltők gyermekeinél (N=101)

Hasonlóan a 14–16. kérdésekhez, a 17. kérdésnél is elsöprő az igen válaszok aránya (83,2%). A szülők úgy vélik, hogy gyermekeik szeretik a testi érintést. Ez teljes mértékben egybevág a kérdőív korábbi kérdéseire adott válaszokkal.

18. Gyermekeire jobban hatnak a tettek, mint a szavak?

101 válasz



18. diagram: A szívesség kedvelése a gyermekeknél (N=102)

A 18. diagram azt mutatja, hogy a szülők szerint gyermekeikre jobban hatnak a tettek (értsd: szívességek), mint az elismerő szavak. Magyarul a szívesség is fontos formája a szeretetnyelvnek, annak ellenére, hogy százalékos arányban a legkisebb értéket mutatja.

A 19. kérdésben megkértük a kitöltőket, hogy írjanak egy mondatot arról, milyennek mondanák a kapcsolatukat gyermekükkel. A válaszokat három kategóriába tudtuk besorolni:

Az első a kiváló szülő-gyermek kapcsolat. Azok a szülők tartoznak ide, akik nagyon szépeket írtak a gyermekükkel alkotott kötelékről. Például: „*szeretetteljes*”, „*szeretjük egymást*”, „*szinte mindent megbeszélünk*”, „*erős érzelmi kötelék fűz vele össze*”.

A második kategória a közepes kapcsolat. Úgy vélekedtek, hogy előfordulhatnak kisebb konfliktusok a szülő-gyermek kapcsolatban, de azért ha a szeretet megvan, akkor bármi megoldható. Például „*összeveszünk, de azért szeretjük egymást*”. Kiemelik a kapcsolat hullámozó jellegét, például: „*Mintha egy hullámvasúton ülnénk, ami szerencsére többet megy fönt.*”

A harmadik kategória a sok problémával terhelt szülő-gyermek kapcsolat. Az alábbi tipikus mondatokat írták le a válaszadók: „*Jobban kellene kimutatni a szeretetemet, szigorúbb vagyok, mint kellene.*”; „*Nem túl jól vagyunk egymással.*”; „*Viszonyunk változó.*” Volt olyan szülő, aki saját magát okolta a válaszában, mondván, hogy nincs türelme hozzá, illetve olyan szülő is volt, aki azt mondta, hogy korábban szoros kapcsolatot ápolt gyermekével, de most már nem.

Összegzés

A kérdőív kérdéseire adott válaszokból a következő négy fontos következtetés vonható le:

1. A szülő szeretetnyelvét jelentős mértékben meghatározza, hogy amikor gyermek volt, az ő szülei milyen szeretetnyelvet használtak a nevelése során. A szülőktől kapott minta alapvető jelentőségű, amikor a gyermek felnő, és neki is lesznek gyermekei.
2. A szeretetnyelv formái közül az elismerő szavak, illetve a testi érintés a két legfontosabb szeretetnyelvforma.
3. A minőségi idő szintén fontos tényezőnek bizonyult, ez adja a gyermek-szülő kapcsolat alapját. A gyermekek szeretnének minél több minőségi időt tölteni szüleikkel.
4. A szívesség mint szeretetnyelvforma az összes ezzel foglalkozó kérdésnél az utolsó helyre került.

Összegezve: napjainkban annak ellenére, hogy a világ felgyorsult körülöttünk (internet, okostelefon, a kortárs csoportok szerepének megnövekedése), a Chapman által meghatározott öt szeretetnyelv közül az elismerő szavakat és a testi érintést közel azonos arányban alkalmazzuk, a minőségi időt azonban továbbra sem tudjuk megadni a gyerekeinknek, holott gyerekként ez volt az, ami a legjobban hiányzott. Ezen lenne érdemes változtatni gyermekeink kiegyensúlyozott fejlődése érdekében.

Irodalom

- Balogh Éva (2008): *Fejlődéslélektan I. – A megtermékenyüléstől az óvodáskor végéig*. Didakt Kft., Debrecen.
- Belső Nóra (2017): *Szülés utáni depresszió*. Jaffa Kiadó, Budapest.
- Rudkin, Angharad és Carey, Tanith (2019): *Mi jár a gyerekem fejében? – Gyakorlati gyermekpszichológia mai szülőknek*. HGV Kiadó, Budapest.
- Chapman, Gary, Barr Debbie és Shaw, Edward G. (2016): *Fakuló emlékek közt is szeretetben*. Harmat Kiadó, Budapest.
- Chapman, Gary és Campbell, Ross (2015): *Szülőfüggő fiatalok*. Harmat Kiadó, Budapest.
- Chapman, Gary és Campbell, Ross (2006): *Az öt szeretetnyelv gyerekekre hangolva*. Harmat Kiadó, Budapest.
- Chapman, Gary (2002): *Családi összhangzattan*. Harmat Kiadó, Budapest.
- Chapman, Gary és Philo, Jolene (2021): *Korlátlan szeretet – Hogyan segít az 5 szeretetnyelv a sajátos nevelési igényű gyermekkel élő családban*. Harmat Kiadó, Budapest.
- Chapman, Gary és Drygas, Paige Haley (2022): *Az 5 szeretetnyelv titka fiataloknak*. Harmat Kiadó, Budapest.
- Cloud, Henry és Townsend, John (2021): *Gyerekhatárok - Mikor mondjunk igent és mikor mondjunk nemet a gyermekeknek?* Harmat Kiadó, Budapest.
- Eigner Bernadett (2022): *Játékterápia I. A korai szülő-gyermek kapcsolat*. Móra Kiadó, Budapest.
- Fischer Anna (2013): *Korai kötődés. A szőranya, drótanya kísérlet*. <https://www.bien.hu/korai-kotodes-szoranya-drotanya-kiserlet/> (2024.03.28.)
- Fullard, W. és Reiling, A. M. (1976): An investigation of Lorenz's babyiness. *Child Development*, 47. 4. sz. 1191–1193.
- Hidas György, Suhai Gábor, Ranschburg Jenő, Pál Ferenc, Raffai Jenő, Rozsnyai Margit, Vekerdy Tamás és Herskovits Mária (2008): *Család és gyermek*. Saxum Kiadó, Budapest.
- Neumann, Erich (2018): *A gyermek – A bontakozó személyiség struktúrája és dinamikája*. Oriold és Társai Kiadó és Szolgáltató Kft., Budapest.
- Newton, Ruth (2019): *A biztonságos kötődés megalapozása – A fogantatástól ötéves korig*. Kulcslyuk Kiadó, Budapest.
- Rubin, J. Z., Provezano, F. J. és Luria, Z. (1974): The eye of the beholder: Parents' view on sex of newborns. *American Journal of Orthopsychiatry*, 44. 4. sz. 512–519.
- Turcsányi Enikő (2020, szerk.): *Fejlődéslélektan óvodapedagógusoknak, fejezetek a fogamzástól a beiskolázásig*. Egyesület Közép-Kelet Európa Kutatására, Szeged.