



PROBLÉMA VAGY AJÁNDÉK? – TANÍTÓK ATTITÚDVIZSGÁLATA A MENSTRUÁCIÓRA VALÓ FELKÉSZÍTÉSSEL KAPCSOLATBAN

Hodossi Nóra*, Sinka Cecília és Pigniczkiné Rigó Adrien*****

* *Eötvös Loránd Tudományegyetem Pszichológiai Doktori Iskola*

** *Károli Gáspár Református Egyetem Pedagógiai Kar*

*** *Eötvös Loránd Tudományegyetem Pszichológiai Intézet*

A menstruációval kapcsolatos szocializáció nem a menarchéval kezdődik, hanem jóval hamarabb. A gyermekek már óvodás korukban számos információt kapnak a reprodukció különböző aspektusairól (Martin & Luke, 2010). Az elsődleges információforrás jellemzően az édesanya, de jelentős a kortársak és az oktatási intézmények, valamint napjainkban már a média szerepe is (Costos et al., 2002; Spadaro et al., 2018). A serdülésre időben történő felkészítés szerepe a lányok esetében kiemelten fontos. Minél felkészültebben éri őket az első vérzésük, annál kevésbé lesz negatív élmény számukra, ami még az évtizedekkel későbbi menstruációhoz való hozzáállásukat és a menstruációval kapcsolatos egészségüket is befolyásolhatja (Chandra-Mouli & Patel, 2017; Marván & Chrisler, 2018). Mindezzel összhangban a WHO nemi egészségnevelésre vonatkozó érvényes irányelvei 6–9 éves korban minimum sztentderként jelölik meg a menstruációval kapcsolatos felvilágosítást (WHO Európai Regionális Irodája & BZgA, 2010). Azonban sokszor azok a személyek – anyák, tanítók –, akikre ez a feladat várna, tanácstalanul, bizonytalanul foglalkoznak ezzel, vagy ha csak lehet, inkább egymásra hárítják a felkészítést, tájékoztatást (Bennett & Harden, 2014). Jelen tanulmány célja kvalitatív interjúelemzés módszerével feltérképezni a tanítók attitűdjét a menstruációval kapcsolatos ismeretek átadására vonatkozóan, különös tekintettel az alsó tagozatos tanulókra.

Elméleti háttér

A menarche (első menstruációs vérzés) időpontja

Az első menstruációs vérzés átlagos időpontja napjainkban Magyarországon 12 és 13 éves kor között mérhető, ami jelentősen alacsonyabb a korábbi évszázadokhoz, de még a korábbi évtizedekhez képest is (Tóth & Suskovics, 2020). A személyes eltérések nagyok: előfordul, hogy egy-egy lány esetében már 9-10 éves korban bekövetkezik a menarche.

Ennek magyarázata részben biológiai, részben szociokulturális. Az alacsonyabb szocioökonómiai státuszú, több stressznek kitett családban élő, illetve apa nélkül nevelkedő lányok esetében nagyobb eséllyel jelenik meg a korai menarche (Romans et al., 2003).

A korai menstruáció jellemzően negatív élmény a lányok számára, aminek köszönhetően a menstruációhoz fűződő viszonyuk akár hosszú távon is negatívabb lehet. A korábban menstruáló lányok nagyobb eséllyel érzik úgy, hogy a vérzésüket titokban kell tartaniuk, mert az szégyenteljes dolog (Marván & Chrisler, 2018). A korai menarche a legfrissebb kutatások szerint még serdülőkori depresszív tüneteket és öngyilkossági gondolatokat is magával hozhat (Lee et al., 2020; Sequeira et al., 2017).

Valószínűsíthető, hogy mindezek oka – legalább részben – az, hogy a korábban jelentkező első vérzés nagyobb eséllyel éri a lányokat felkészületlenül, és kisebb társas támogatásra számíthatnak, mint a társaik. Marván és Molina-Abolnik (2012) kimutatta, hogy azok a lányok, akiknek az első vérzése előtt lehetősége nyílt az édesanyjukkal a menstruáció nemcsak fizikai, hanem lelki, érzelmi aspektusairól is beszélgetni, jelentősen felkészültebbnek érezték magukat az első vérzésükkor, és jelentősen pozitívabb élményként értékelték azt. Egy horvát kutatás szerint a felkészültség mértéke és a lány számára fontos személyek reakciója együttesen befolyásolja, hogy miként éli meg a menarchét (Radoš, 2020).

A menstruációval kapcsolatos átadott üzenetek

A lányok jelentős része az első menstruációval kapcsolatos ismereteit az édesanyjától, gondozójától szerzi. Azonban az átadott üzeneteknek sajnos nagy része negatív tartalmú (Gunning et al., 2020). Gyakori, hogy a lányok anyjuk kommunikációját úgy értelmezik, hogy a menstruációs vérzés szégyenteljes dolog, amit titokban kell tartani, és soha nem szabad beszélni róla.

Az ismeretek átadása sok esetben teljesen személytelen módon történik: a lány kap egy könyvet, vagy leültetik egy oktatóvideó elé abban a reményben, hogy ezzel a témáról való beszélgetés is „le van tudva” (Rubinsky et al., 2020). A lányok nagy százaléka érzi úgy, hogy az anyjuk visszautasította a menstruációról való beszélgetést, más esetekben pedig ez a beszélgetés kizárólag a higiénés eszközök használatára korlátozódott (Costos et al., 2002).

Utólag visszaemlékezve sok nő hiányolja a fiatal korában kapott részletesebb ismereteket arról, hogy a menstruációval járó fájdalommal és diszkomforttal hogyan lehet megküzdeni, illetve beszámolnak arról is, hogy a higiénés eszközök nagy részét sokáig nem ismerték: anyjuk egy betétet adott a kezükbe azzal a felszólítással, hogy „ezt használd” (Rubinsky et al., 2020). Mindennek az oka az elmúlt évtized kutatási eredményei alapján valószínűleg az, hogy az anyák fiatal korukban maguk is kevés megfelelő felvilágosításban részesültek a menstruációt illetően, így az ismeretek átadásának feladata előtt elbizonytalanodva állnak (Bennett & Harden, 2014). A későbbiekben a negatív üzeneteket felülírhatják, korrigálhatják a további tanulmányok során szerzett ismeretek, illetve a menstruációval kapcsolatos nyílt kommunikáció a társakkal (Gunning et al., 2020).

A menstruációval kapcsolatos iskolai egészségnevelés

Hatalmas a jelentősége tehát annak, hogy a fiatal lányok a menstruációval kapcsolatban pontos és megfelelő ismereteket kapjanak a kellő időben. A megfelelő egészségnevelés pozitív irányba befolyásolhatja a lányok menstruációval kapcsolatos attitűdjét, ami jelentős hatással van az életminőségre (Widiastini & Karuniadi, 2019).

Előfordul, hogy a lányok a menstruációval kapcsolatos tünetek miatt hiányoznak az iskolából, illetve a menstruációs fájdalom az órákon való aktivitásukat, figyelmi kapacitásukat is hátrányosan befolyásolja (Sivakami et al., 2019). Gyakori a menstruációval kapcsolatos első élmények között, hogy az iskolában a pedagógusok nem reagálnak megfelelően a lányok szükségleteire, így például a menstruáló lány nem mehet mosdóba megfelelő gyakorisággal, ami sokszor „higiénés baleset” vezet (Rubinsky et al., 2020).

Az iskolai menstruációval kapcsolatos egészségnevelés csökkentheti a családból hozott esetleges hátrányokat, és nagyon sokat segíthet abban, hogy a lányok megfelelően kezeljék a vérzésükkel járó higiénés, fizikai és lelki nehézségeket (Jarrah & Kamel, 2012). A legtöbb iskolai edukációs program a menstruáció fizikai aspektusaira koncentrálnak, ami valóban hatékony segítséget jelent a lányok számára a különböző menstruációs termékek közötti eligazodásban és az intim higiéné fenntartásában, így a bizonytalanságukat és a szorongásukat is csökkentheti (Arora et al., 2013; Rabiepoor et al., 2017). Ugyanakkor az iskolai pszichoedukáció hiányosságai is szép számmal sorolhatók. A rendelkezésre álló idő jellemzően szűkös, a nem megfelelő kommunikációból félreértések adódhatnak, így előfordulhat, hogy egy tájékoztatás nem éri el a célját. Mindemellett a lányok gyakran úgy érzik, hogy a pedagógusaikban nincsenek sok hajlandóság arra, hogy a menstruációról beszéljenek velük (Beausang & Razor, 2000).

Egy mexikói vizsgálat (Marván & Bejarano, 2005) arra kereste a választ, hogy a menstruáció előtt álló lányok és a tanítók mennyire érzik úgy, hogy az első vérzésre való felkészítés sikeresen megtörtént. Az eredményekből kitűnik, hogy a tanítók és a tanulók megélései nem mindig találkoznak. A tanítók sokkal felkészültebbnek vélték a lányokat, mint a lányok saját magukat, valamint a tanítók véleménye szerint a menstruáció lelki aspektusait is megvitatták a diákokkal, akik viszont jóval kisebb arányban számoltak be ugyanerről. Mindemellett a pedagógusok szégyenlősebbnek látták a lányokat, mint ahogyan ők érezték magukat. A fiúk viselkedéséről is különböző benyomásuk volt: a lányok úgy érezték, hogy a fiúk gyakran gúnyolják őket, míg a tanítók ezt a viselkedést inkább az idegesség, feszültség jeleként értelmezték.

Magyarországon kevés olyan kutatás akad, amely kifejezetten az iskolai keretek közötti menstruációs egészségneveléssel foglalkozna. Az eredendően katolikus szellemiségű Családi Életre Nevelés program az elmúlt másfél évtizedben Németországból adaptálta a „Ciklus-show” nevű menstruációs felvilágosító programot (Hortobágyiné Nagy, 2010). Ezen túl elsősorban a szexuális egészségnevelés részeként, illetve a 7–8. osztályos biológia tananyagban található meg a téma (Forrai, 2012). A mindezekre reflektáló tanulmányok leginkább mint méltatlanul és veszélyesen elhanyagolt területre hivatkoznak a menstruációs és egyéb női egészségnevelésre az általános iskolás korban (Semsey, 2018; Tamás, 2010; Varga-Tóth et al., 2019).

Módszer

Jelen vizsgálat azt kívánta feltérképezni, hogyan viszonyulnak az általános iskolai, alsó tagozatos gyermekekkel foglalkozó tanítók a menstruációval kapcsolatos ismeretek átadásához és a lányok első vérzésre való felkészítéséhez. A vizsgálat kvalitatív interjúelemzés módszerével történt. Tíz, félig strukturált interjú készült tanítónőkkel, akik legalább öt éve dolgoznak általános iskolában alsó tagozatos tanítóként. A férfi tanítókat nem vontuk be ebbe a kutatásba, mert ők feltételezhetően új, a női tanítókéttől különböző szempontokat vetnének fel – ezek vizsgálata egy következő kutatás tárgya lesz. A résztvevőket kényelmi mintavétellel, személyes ismeretségek segítségével toboroztuk.

A vizsgálati személyek pályán töltött éveinek száma 5 és 44 év között mozog. Egy részük a fővárosban, másik felük az Alföld különböző területein, különböző méretű településeken (község, nagyobb város, megyeszékhely) tanít. Az iskola típusa szerint változatosságra törekedtünk: a tanítók nagyobb része állami iskolában, más részük egyházi, valamint Waldorf-iskolában dolgozik.

A jelentkezők először kitöltötték egy online beleegező nyilatkozatot, melyben tájékoztatást kaptak a kutatás céljáról, a részvételtől való elállás lehetőségéről, valamint az adataik bizalmas kezeléséről. Az interjúk a vírushelyzet miatt online felületen (Zoom), videóhívásban történtek, egyesével 20–50 perc időtartamban. A teljes beszélgetésekről felvétel készült, amit biztonságos gépen, jelszóval védetten tároltuk. A kutatáshoz az etikai engedélyt az ELTE Pszichológiai Intézet Kutatás-Értékelési Bizottsága adta ki (engedélyszám: 2020/516).

Az interjúk hanganyagait szó szerint leírtuk, majd az átiratok szövegét elemeztük a következő kutatási kérdések mentén: (1) Milyen szereplők felelősségének tulajdonítják a tanítók a menstruációval kapcsolatos felvilágosítást? (2) Milyen menstruációval kapcsolatos előismereteket, érzéseket, hozzáállást és érettséget tulajdonítanak a tanítók az alsó tagozatos fiúknak és lányoknak? (3) Milyen a tanítók saját menstruációval kapcsolatos attitűdje, és mi a gyermekek számára átadni kívánt üzenete a témában? (4) Megvalósul-e a gyakorlatban a gyermekek és a tanítók között menstruációval kapcsolatos beszélgetés, és milyen formában?

A kutatási kérdések vizsgálata kvalitatív tartalomelemzés (CA) módszerével, manuálisan, szövegelemző szoftver használata nélkül történt. Mivel több kutatási kérdésre kerestük a választ, az interjúk többszöri átolvasása után az adott kutatási kérdéshez kapcsolódó egységeket kiemeltük. A kiemelt szövegrészek tartalmának sűrítésével, majd a tartalomjegyzékek jelentését interpretálva hoztuk létre a kódokat. Ezt követően a hasonló jelentéssel bíró kódokat témákba soroltuk.

Eredmények

A hasonló tartalmat mutató kódok témákba sorolása mentén mutatjuk be az eredményeket. A kialakult témák az 1. táblázatban láthatóak.

1. táblázat. Témák

<i>Kutatási kérdés</i>	<i>Témák</i>
Milyen szereplők felelősségének tulajdonítják a tanítók a menstruációval kapcsolatos felvilágosítását?	1. Védőnő által tartott program 2. Család 3. Iskola és a tanítók
Milyen menstruációval kapcsolatos előismereteket, érzéseket, hozzáállást és érettséget tulajdonítanak a tanítók az alsó tagozatos fiúknak?	1. Fiúk éretlensége 2. Fiúk zavarba hozzák a lányokat 3. Fiúk találkozása a menstruációval 4. A hozzáállás alakítása
Milyen menstruációval kapcsolatos előismereteket, érzéseket, hozzáállást és érettséget tulajdonítanak a tanítók az alsó tagozatos lányoknak?	1. Érés folyamat különbözőségei 2. Előismeretek és forrásaik 3. Technikai szükségletek 4. Érzelmi szükségletek
Milyen a tanítók saját menstruációval kapcsolatos attitűdje, és mi a gyermekek számára átadni kívánt üzenete a témában?	1. Menstruáció mint természetes dolog 2. Menstruáció mint pozitív dolog 3. Menstruáció mint tabu 4. Menstruáció mint kellemetlen, gyengítő esemény
Megvalósul-e a gyakorlatban az iskolában a gyermekek és a tanítók között menstruációval kapcsolatos beszélgetés, és milyen formában?	1. Nincsen beszélgetés 2. Négy szemközt beszélgetés 3. „Reagáló” beszélgetés 4. Tervezett beszélgetés

A felvilágosító beszélgetés felelőssége

A védőnő által tartott program

Azzal a kérdéssel kapcsolatban, hogy milyen szereplőknek milyen módon és mértékben feladata a menstruációval kapcsolatos ismeretátadás, a tanítók válaszaiból három fő téma emelkedik ki. Az első a *védőnő által tartott program*, ami a válaszok alapján az érintett iskolák nagyjából felében jelen van. Jellemzően felső tagozatban, nemenként szerepelve valósul meg. A sikeressége változó, van olyan tanító, aki arról számol be, hogy a nem elég jól sikerült védőnői felvilágosítás hatására a lányok sírtak, mert annyira megijesztette őket az alkalom.

„A szülők kezdeményezték azt, hogy az iskola is segítsen ebben, és kértek segítséget a védőnőtől. Igaz, nem jól sült el, és akkor is láttuk, hogy nem mindegy, hogy ki az, aki tartja az előadást. (...) Az történt, hogy egy-két lány sírva ment haza, hogy ilyen fog velük történni, hogy vérezni fog.” (6. *alany*)

Más esetekben előfordul, hogy a védőnő külön, egyesével, az aktuális vizsgálatok alkalmával személyesebben elbeszélget a serdülés előtt álló lányokkal.

„Van védőnő, ő szokott, ha van vizsgálat, akkor a lányokkal erről beszélgetni negyedikben. De ő is csak azért, mert ő ezt fontosnak tartja. (...) Főleg a fejlettebb lánykakkal, meg a hátrányos helyzetűekkel, mert náluk hamarabb elérkezik a menstruáció.” (2. *alany*)

Család

A második téma, a *család* két fő aspektusra bontható. A *családi háttér jelentőségét* a tanítók nagyobb része hangsúlyozza. Úgy vélik, hogy az előismeretek mennyisége és minősége is a családi háttér függvénye. Vannak lányok, akiket az édesanyjuk körültekintően felvilágosít, ám máshol előfordulhat, hogy a család kulturális közegében a menstruáció témája tabu, erről egyáltalán nem lehet beszélni. A hátrányos helyzetű és állami gondozásban felnövő lányok esetében jellemzően nincsen ideje és kapacitása a nevelőnek arra, hogy a lányok menarchéra való felkészítéséről is gondoskodjon.

„Ezek ilyen generációs dolgok. Egy anya, ahogyan elmondja az ő gyerekének, ahogy ez családon belül zajlik, öröklődik, szerintem ez minden családban speciális, hogy hogyan beszélnek erről. Vannak olyan családok, ahol teljesen szabadon, egy asztaltársaságban ezt így kibeszélik, megbeszélik, de van olyan, és én ezt támogatom, ahol igenis helye van annak, hogy elvonulunk, és akkor őszintén, de mégis diszkréten és tiszteletben tartva a kislánynak a lelkét, a személyiségét, hogy ebben maradjon meg tisztán.” (3. *alany*)

„Attól függ, hogy milyen családból jönnek, mert valahol a szülő teljesen jól kezeli, valahol viszont a szülő sem kezeli jól, és így a lányok sem egészen tudják, hogy hogyan kell ezt kezelni.” (7. *alany*)

A *család és iskola együttműködése* szintén fontos tényezőnek bizonyul. Három tanító kifejezetten intenzív kommunikációról számol be a szülők és a tanító között annak érdekében, hogy a lányok minél megfelelőbb felkészítést kapjanak. Ám néhány esetben éppen ellenkezőleg: az együttműködés hiánya vagy nehézségei jelennek meg. Némely tanító arról számol be, hogy a szülők esetenként kifejezetten rossz néven veszik a lányuk felvilágosítását, akár a roma kultúrából származó, akár vallásos tabuk miatt.

„Náluk egyébként is azt látom, hogy tabutéma erről a témáról beszélni a kultúra miatt. Elég zárkóztak ilyen téren, meg nem nagyon szívesen veszi a szülő, ha felvilágosítják a gyereket.” (4. *alany*)

Szintén sok esetben előfordul, hogy a szülők bizonytalanságukban a tanítókhöz fordulnak tanácsért, illetve kifejezett szándékuk az iskolára hárítani a menstruációról való beszélgetés feladatát, mondván, hogy a tanító a „szakember”, így ő ehhez a témához is jobban ért.

„Nekem az a tapasztalatom, hogy a szülők ebben a kérdésben nagyon nem akarnak melleszteni. Próbálják őket segíteni, kapnak könyveket is, próbálnak nekik segítséget adni, de még mindig olyan fogódzkodó nélkül érzik magukat. Ezért kének segítséget az iskolától, hogy szakszerű legyen.” (6. *alany*)

Iskola és tanítók

Harmadik témaként az jelent meg, hogy az *iskola és a tanítók* feladatának látják a megkérdezettek az iskolában történő technikai segítségnyújtást, elsősorban az intim higiéniére és a fájdalom menedzselésére vonatkozóan. Több tanító is beszámol róla, hogy szükség esetén gyógyszer és betétet tesznek félre a tanárban a lányok részére. Emellett pedig a tanítók saját feladatuknak érzik a menstruáció osztályközösségben való megfelelő kezelését. Az ő felelősségük, hogy a korábban menstruáló lányt ne csúfolják, hanem együttérzés, támogatás alakuljon ki a lányok között.

„A tanárban nekünk is ott van minden hozzá, ott vannak a betétek, és megpróbáljuk ezt, amikor ilyen történik, diszkréten kezelni.” (3. *alany*)

„Megbeszéljük, hogy hogyan tudják elrendezni ezeket a dolgokat, hol lesz a betét az osztályban, hogyan kell segítséget kérni, ha át szeretnének öltözni, ha rosszul érzik magukat, hogyan segítsenek egymásnak abban, hogy ez ne közszemlére legyen téve, és ezen ne buta vihogások legyenek, és ne a kipellengérezése a másoknak.” (5. *alany*)

Egyszer említik az iskola vezetőségének és az intézményi adottságoknak a szerepét: van olyan iskola, ahol kezdetben harcolni kell azért, hogy a mosdóban kukát helyezzenek el, hogy legyen hová dobniuk a lányoknak a használt menstruációs eszközöket.

„Régen a vécékben nem volt tisztasági betétes kuka. Szólni kellett, amikor a gyerekek olyan érettebbek voltak, hogy tegyenek szemetest, mert hát eszükbe sem jutott, hogy ilyeneket kéne tenni alsó tagozatban a vécékbe.” (9. *alany*)

Fiúk bevonása a menstruációról való beszélgetésbe

Fiúk éretlensége

A megkérdezett tanítók egyöntetűen kiemelik, hogy az alsó tagozatos *fiúk* (mind testi, mind szellemi) *érettsége lemarad a lányokéhoz képest*.

„A pici fiúk még nagyon fejletlenek, éretlenek még a felső tagozaton is, nemhogy az alsó tagozaton. Tehát sokkal hamarabb érnek a lányok.” (1. *alany*)

Ennek következtében a tanítók szinte mindannyian úgy látják, hogy a fiúk ebben az életkorban nem tudnának mit kezdeni a menstruáció témájával, és kíváncsiságot sem feltételeznek róluk: észre sem veszik, ha a lányok elvonulnak beszélgetni.

„Beülünk a terembe vagy a tanárba, ebből a fiúk nem is észlelnek semmit, meg nem is érdekli őket, hogy miről beszélgetünk, örülnek, hogy addig focihatnak kedvükre.” (2. *alany*)

A fiúk zavarba hozzák a lányokat

A megkérdezettek nagyjából egyharmada úgy véli, hogy a különböző nemű gyermekek számára kellemetlen lehetne a közös foglalkozás, mert a lányok a vérzést a fiúk előtt jobban szégyellik, mint egymás előtt. Többen is problémaként említették a fiúk éretlen csipkelődését, amivel *a lányokat zavarba hozzák*.

„Ők kicsik hozzá, egyáltalán nem fogják fel, sőt még felsőben is, és ez gondot jelent, mert a fiúk ezt a részét elröhögik és kicikizik a lányokat.” (7. *alany*)

„Szerintem elhülyéskednék a fiúk, mert zavarba jönnének, (...) a lányok meg a fiúk előtt lennének zavarban.” (10. *alany*)

A hozzáállás alakítása

Mindezzel összefüggésben azonban a tanítók nagyjából egyharmada azt is megfogalmazza, hogy a fiúk bevonása a menstruációról való beszélgetésbe nagyon is fontos lehet, hiszen az ő *megfelelő hozzáállásuk* a lányoknak is komoly segítség. A többek által is meghatározott cél az, hogy a fiúkban egészséges viszonyulás és megfelelő erkölcsi normák alakuljanak ki: megfelelő tisztelettel bánjanak az ellenkező nemmel, és a menstruáció témakörét egészségesen kezeljék a későbbi életük során is.

„Én azt gondolom, hogy a fiúkat be kell vonni, mivel azt szeretném, hogy ők egészségesen nézzenek a világra, és egészségesen tekintsenek saját magukra, és egyébként egészséges viszonyuk legyen a másik nemhez is, azt gondolom, hogy igen, a fiúknak tudni kell.” (5. *alany*)

Fiúk találkozási a menstruációval

Az első ponttal ellentétes szempont is megjelenik: hiszen sok fiúnak van lánytestvére, és édesanyjuk sem biztos, hogy tabuként kezeli a vérzés kérdését, ezért a családból hozott tapasztalatoknak, és a tévében látható reklámoknak köszönhetően a *fiúk már nagy valószínűséggel mind hallanak alsó tagozatban a havi vérzésről*, és így valószínű, hogy fogalmazódnak is meg bennük kérdések, melyekre jó volna, ha megfelelő választ kapnának.

„De az is tény, hogy most például a szülői beszélgetésekből kiderült, hogy a fiúk tudnak erről. Éppen azért, mert nagy családokban élnek, és az anyukák nem kezelik a menstruációt tabutémaként, nevezik valahogy, találkoznak a gyerekek a betéttel, ott van előttük, hogy ez jelen van, azért gondoltuk, hogy az első alkalmon ott legyenek a fiús anyák is, mert a kérdések hozzájuk is el fognak érni. És lehet, hogy lesz néhány olyan okosabb, szemfülesebb fiú, aki azért érzékeli fog valamit, és ha ő kérdést tesz fel, akár 4. osztályban, akkor neki is válaszolni kell.” (5. *alany*)

Ennek megvalósulását némely tanító inkább a lányoktól külön, szeparált foglalkozás keretében, némely tanító pedig együtt, közös kiscsoportos foglalkozásként, vagy akár tanórai keretek között is el tudná képzelni. A tanítók nagyobb része szerint ez az alsó tagozatos életkorban a fiúk esetében inkább a szülőkre kell, hogy háruljon, az iskolai beszélgetést pedig csak későbbi életkorban valósítaná meg. Arról, hogy mi ez az életkor, a tanítók véleménye nagyon nagy mértékben különbözik. Van, aki már alsó tagozatban is el tudja képzelni a téma óvatos, közös felvezetését, van, aki szerint felső tagozatban kell először próbálkozni vele, és olyan tanító is van, aki szerint ez csak a középiskolás életkorban lesz releváns kérdés, mert addig nem támogatják a párkapcsolatok létesítését, így a témával foglalkozni korábban nem is szükséges.

„Az a helyzet, hogy nálunk nem jellemző az, hogy a fiúk meg a lányok korai kapcsolatokat létesítenek. A mi iskolánkban ezt nem is támogatjuk. Általános iskolában meg semmiféleképpen nem. Én azt gondolom, hogy mindenképpen a gimnáziumi idő az, mikor a fiúkat esetleg be lehetne ebbe vonni, biológiaóra keretén belül. Kilencedikben, tizedikben, szerintem ez az a korosztály, amikor már nem röhécselik el, meg nem viccelődnek, hanem már nagyjából lehet velük komolyabban is beszélni ezekről a dolgokról.” (3. *alany*)

A lányok előismeretei, érzései, hozzáállása

Az érési folyamat különbözőségei

A megkérdezett tanítók válaszai alapján kiderül, hogy nemcsak a fiúk és a lányok érési ütemét látják rendkívül különbözőnek, hanem *a lányok között is nagy szórást vélnek felfedezni* mind a fizikai érés, mind az előismeretek tekintetében. Ezért többen fontosnak tartják az adott gyerekcsoporthoz mérni a menstruációról való ismeretátadás ütemét. Ennek érdekében intenzíven figyelik a lányok testi változásait – némely esetben a szülőkkel is konzultálva erről.

„Nagyon nagy a szórás alsó tagozatban a gyerekek között: van olyan, aki még kisgyerek, és azt se tudja, miről van szó, és vannak ezek a nagyon érettebb lányok, akik már otthon is beszélgettek róla.” (9. *alany*)

„Mivel nekem negyedikes osztályom van, ott azt tapasztaltam, hogy van három-négy kislány, akiknek a testi változásai gyorsabbak, és a szülők is ezt jelezték, hogy ezek a változások gyorsulnak. Így pont most, nem egészen három hete volt egy online szülői est, ahol erről beszélgettünk, hogy akármennyire is azt gondoljuk, hogy ráérnének még, ugyanakkor a testi jelzések azt fogják mutatni, hogy a tanév végéig, vagy a nyáron ennek a három kislánynak biztos, hogy meg fog jönni.” (5. *alany*)

Néhány interjúalany hangsúlyozza, hogy bár az önreflexió és a szellemi fejlődés szempontjából ideális lenne csak felső tagozattól beszélni a gyermekekkel a havi ciklusról, ez a fizikai érés hamarabbra kerülése miatt valójában már túl késő. Bár nem jelentkezik minden lány első vérzése egyformán korán, ennek ellenére fontos tekintettel lenni a korán érőkre, ezért olyan is van a megkérdezett tanítók között olyan, aki 2. osztálytól szükségesnek véli a felvilágosító beszélgetést, hiszen 3. és 4. osztályban már előfordul, hogy a menstruáció elkezdődik.

„Én úgy gondolom, hogy lányokkal már olyan második osztályos korokban, tehát olyan 8 évesen [kell elkezdni beszélgetni a menstruációról], hogy akinek megjön már 9 évesen, az fel tudjon rá készülni. Én úgy gondolom. Aki elhúzza tovább, szülő vagy pedagógus, az nem jó. Mert tényleg már előfordul, hogy 8-9 évesen. Jó, az nagyon ritka, de az, hogy 9 évesen, az már egyre gyakoribb. Szóval egy 8 éves kort mondanék, ami szerintem ideális.” (2. *alany*)

Egy interjúban dilemmaként felmerült a korábban és később érő lányok esetleges különválasztása, és az előbb leírtakkal teljesen ellentétes vélekedés is akad, miszerint egyáltalán nem szükséges alsó tagozatban beszélgetni a menstruációról, hiszen a lányok ekkor még kicsik hozzá.

Előismeretek és forrásaik

A tanítók a lányok menstruációval kapcsolatos *előismereteit* is meglehetősen különbözőnek látják. Némely megosztott tapasztalat szerint a lányok már harmadikos korban is mind tisztában voltak a menstruáció létezésével, más tapasztalat szerint viszont meglehetősen tájékozatlannak bizonyulnak. Többen hangsúlyozzák a családi, szociokulturális háttér szerepét a tájékozottság mértékében, sőt a menstruációról való hiányos diskurzus transzgenerációs öröklődését is.

„A valódi jelentőségéről nem tudnak semmit, mert a szülők erről nem beszélnek nekik, mert zavarban vannak ettől. Mert nekik sem beszélt erről senki.” (10. *alany*)

A lányok a menstruáció létezésének tényéről a menstruációs termékeket népszerűsítő reklámokból is értesülnek, illetve gyakori incidens, hogy a felsőbb évfolyamos tanulókkal közösen használt mosdók kúráiban találkoznak használt betétekkel. A gyerekek egymás közötti információátadásának a szerepe is jelentős.

„Szerintem annyit hallanak, látnak a külvilágból. Ha csak elmész vásárolni, beteszed a kosaradba a betétet, vagy hogy a tévéből ki az a néni, mi az a kék folyadék satöbbi. Szerintem nem újdonság nekik egyáltalán.” (8. *alany*)

Több tanító meglátása szerint is fontos figyelmet fordítani arra, hogy a megfelelő tudásanyag a megfelelő időben jusson el a tanulókhöz, mert a túl korai, nem megfelelően átadott ismeretek ijedséghez is vezethetnek.

Technikai szükségletek

Nagyjából a tanítók háromnegyedének beszámolója szerint a lányok gyakran igényelnek a vérzésük kapcsán *technikai segítséget* az iskolában. Bizonyos iskolákban a tanítók ezért direkt készülnek tisztasági eszközökkel és fájdalomcsillapítókkal arra az esetre, ha a lányoknak szükségük lenne rá. Előfordul, hogy a tanulók technikai jellegű kérdésekkel fordulnak a tanítójuk felé: tanácsot kérnek, hogy milyen eszközt használjanak, és a pontos alkalmazással kapcsolatos bizonytalanságukat is megosztják.

„A különböző eszközökről, az eszközök használatáról kérdeztek inkább, meg hogy milyen lehetőségeik vannak. Mert azért náluk van, aki nem biztos, hogy tudja használni a szükséges dolgokat.” (4. *alany*)

A megkérdezett tanítók között van, aki arról is beszámol, hogy az iskolában bekövetkezett vérzés miatt átöltözésre is szükség lehet, ilyenkor a tanító a szülőnek telefonál, hogy a lány tiszta ruhához jusson.

Visszatérő technikai kérdés az éppen menstruáló lányok testnevelés órai részvétele. Előfordul, hogy a lányok szülei ilyen esetben felmentést írnak, más esetekben viszont keletlenység adódik abból, hogy az érintett tanulók nem merik felvállalni a tanító előtt, hogy miért nem szeretnének részt venni bizonyos gyakorlatokban. Éppen ezért egyes tanítók hangsúlyozzák a jelentőségét annak, hogy ezzel kapcsolatban megfelelő gyakorlat alakuljon ki.

„Akinék már negyedik osztályban indult, (...) már szóltak tesiórán, hogy most hadd üljek le tanár néni, mert most inkább nem. Először próbálkoztak azzal, hogy jaj, nem hoztam felszerelést, de aztán rájöttek, hogy ez így nem jó, mert túl sok egyes lesz. Hanem akkor inkább őszintén elmondják, hogy mi a helyzet.” (4. *alany*)

„A tornatanár férfi volt, vele is beszélünk róla. Volt egy megállapodás, megegyezés, hogy a lányok hogy jeleznek, ha felmentést szeretnének kérni.” (5. *alany*)

Érzelmi szükségletek

Szinte minden megkérdezett tanító kiemelte, hogy a bizalom kulcsmomentum abban a kérdésben, hogy a lányok az *érzelmi vonatkozású kérdéseiket* fel merik-e tenni a tanítóknak, és így a tanítók bepillantást nyerhetnek-e tanítványaik menstruációval kapcsolatos érzelmi világába.

„Ha nem lennék az osztályfőnökük, vagyok olyan jó kapcsolatban velük, hogy szerintem lehet, hogy megkérdeznék, de mint tanárként nem, van egy határ, mivel tanár vagyok. Hiába osztályfőnök és jó a kapcsolat. Viszont vannak olyan leányzók, akikkel szoktam, meg hát inkább régebben beszélgettem, ők jobban megnyílnak, ha nem tanítom őket. (...) Ez egy gátlás szerintem bennük, hogy egy tanárnak nem úgy öntik ki a szívüket, nem úgy közelednek hozzá.” (3. *alany*)

„Nagyon bizalmasan is kezelem, megbíznak bennem és kötődnek is hozzám, félig-meddig pótanyukaként is kezelnek, és én ezért merem ezt [a közös beszélgetés kezdeményezését] meglétni. Meg egymásban is megbíznak.” (2. *alany*)

Talán ennek is köszönhető, hogy a megkérdezett tanítók helyenként radikálisan különbözően látják a lányok menstruációval kapcsolatos érzelmi szükségleteit. Többen hangsúlyozzák, hogy az alsó tagozatos lányok nagyon vágynak arra, hogy a menstruáció érzelmi aspektusairól beszélgethessenek. Nagy szükségük van támogatásra mind a tanító, mind a társaik részéről, aminek elősegítését többen szintén – legalábbis részben – a tanító felelősségének tartják.

„Mondta, hogy nagyon örül, hogy behívtam beszélgetni, mert nagyon kellemetlen neki, sokat sír miatta, és nem tud kivel erről beszélni, mert sok gyereket nevel az anyuka, és retteg, hogy mi lesz, fél a következő hónaptól is. (...) Elmondta a félelmeit meg a problémáit, és akkor tőle megkérdeztem, hogy a többi leányzó tudja-e, és hogy mit szólna hozzá, ha akkor közösen is beszélgetnénk, és nagyon pozitívan nyilatkozott. Mondta, hogy egész nyugodtan, és neki ez segítség is lenne.” (2. *alany*)

Megjelenik azonban ezzel ellentétes meglátás is, ami szerint a már menstruáló alsó tagozatos lányok a szégyen és zavar érzése miatt nem vágynak a téma megvitatására.

„Ezek a lányok sem szeretnék annyira, hogy erről beszéljünk. Ők valahogy nem szeretnék, hogy ezt tudják a többiek, mert zavarja őket.” (7. *alany*)

A tanítók attitűdje és az átadni kívánt üzenet

Menstruáció mint természetes dolog

Az első fő hozzáállás és átadni való üzenet, amely a tanítók válaszaiból kiemelkedik, az a *menstruáció természetes volta*. Természetes biológiai folyamat, így az erről való beszélgetés is természetes kell, hogy legyen. Ha a tanító így áll hozzá, az megelőzheti azt is, hogy a gyerekek az osztályban egymást csúfolják és viccet csináljanak a menstruációból.

„Ahogy te reagálsz le, úgy viselkedik a gyerkőc is. És ez jellemző, akár ha mondjuk előkerül egy csúnya szó, vagy egy pucér kép egy könyvből, ha én zavarba jönnék, és ezt nem kezelném helyén, akkor ott elszabadulna a pokol. De ha érzik rajtad az egyszerűséget, hogy hát gyerkőcök, ez természetes dolog, beszéljük meg, akkor ők is annyira természetesen fognak viselkedni utána, és nem lesz belőle nevetgélés meg kacagás, és ezt te alakítod ki. Én már természetesen kezelem.” (2. *alany*)

„Azt szerettem volna, hogyha nem félelem tölti el őket, és nem egy furcsa – gyerekek szoktak így főleg a kakival és pisi és egyebek, minden olyan dolog, ami számukra kellemetlen – úgy beszélni, hogy fű. És nagy viháncolások vannak. És én ezt mind nagyon kicsi koruktól kezdve a szellentéstől a hányásig, ami megjelenik egy iskolában is, mindenre ez volt a válasz, hogy ez hozzánk tartozik, az emberhez mint minőséghez. (...) Szóval az a legfontosabb hozzáállásom, hogy természetesnek kell tekinteni.” (5. *alany*)

A menstruáció mint pozitív dolog

A második hozzáállás, amely kiemelkedik a tanítók válaszaiból, az a *menstruáció pozitív dologként való értékelése*. Van, aki arról számol be, hogy a havi vérzés szerinte egy ajándék, az ő saját életében mindig olyan időszak, amikor érzékenyebb és empatikusabb tud lenni önmaga és mások felé is, és ezt a viszonyulást szeretné a tanítványai felé is közvetíteni.

„Mindenféleképpen megnyugtató, félrehívnom, hogy a lehető legjobb dolog történt velem. Ez nyilván abból adódik, ahogy én hozzáállok ehhez a kérdéshez. Én mindenképpen úgy adnám elő, hogy ez egy hatalmas ajándék, ami veled történt, ne ijedj meg!” (6. *alany*)

Más tanítók azt hangsúlyozzák, hogy a menstruáció kezdete egy új szakasz, ami a nőiességet fejezi ki. Számukra a menstruációról való beszélgetés olyan, mint egy „női beavatási szertartás”, ahol némely tanító még apró ajándékot is készít a gyerekeknek, megünnepelve az új életszakaszba való lépést.

A megkérdozettek válaszaiból az is kiderül, hogy sokan mint lehetőségre tekintenek a menstruációról való beszélgetésre, hogy a tanító és a gyermekek még közelebb kerüljen egymáshoz. Az őszinte beszélgetéshez mindkét fél részéről bizalom szükséges: a tanítók őszintén megoszthatják a tanulókkal a saját megélésüket, a lányok pedig nyíltan fordulhatnak a felnőttöz egy ilyen intim témával is. Van olyan tanító, aki szerint ez a tanító és a tanulók közötti empátiát és a hasonlóság érzését is erősíti.

A menstruáció mint tabu

A harmadik fő téma a *menstruáció tabuként való értelmezése*. Van olyan tanító, aki hangsúlyozza, hogy ez egy nagyon intim és személyes dolog, amiről iskolában nem illik beszélni. Más tanító arról számol be, hogy az egész osztály előtt kellemetlen volna a témát felvállalni, legfeljebb négy szemközti, bizalmas beszélgetések során kerülhet elő a tanulókkal. Többen hangsúlyozták a családi háttér szerepét abban, hogy a menstruáció tabusítása kialakul-e akár egy tanító, akár a gyermekek fejében.

„Egészen biztosan minden, amit otthonról hozunk, azok sejt szinten beépülnek az emberbe, nemcsak a közvetlen szülők, hanem a nagyszülők; ez egy családba beépül. Mert ha valaki egy olyan neveltetést kap, ahol egy prúd közeg van, annak erről sokkal nehezebb beszélni, mint ha egy szabadelvű neveltetést kapott volna.” (10. *alany*)

A megkérdezett tanítók közül többen is hangsúlyozzák a menstruáció körüli tabuk ledöntésének szándékát. Célként fogalmazzák meg, hogy a tanulók képesek legyenek szabadon, tabuk nélkül megvitatni ezt a témát, és ezáltal a szorongásaik is csökkenjenek. Mindemellett a tanító a saját menstruációját is felvállalhatja esetenként a tanulók előtt, ha ez befolyással lehet az osztállyal kapcsolatos interakcióira.

„Én ezt el szoktam mondani a gyerekeknek, nem úgy, hogy kedves 4. osztály, menstruálok és most rosszul fogom érezni magam, hanem saját magam tudom, hogy az első nap mint a döglött légy tudok lenni, akkor is működök, csak sokkal lassítottabb felvételen. (...) Aztán erre lehet 8. osztályban, vagy 7.-ben, vagy amikor erre az osztály megéri, elmondani, hogy ez a mondat például ezért van. Ezt nekik is simán fel fogom tudni vállalni.” (5. *alany*)

A menstruáció mint kellemetlen, gyengítő esemény

Néhány tanító esetében negyedik témaként megjelennek a *menstruációval kapcsolatos kellemetlenségek*, és a menstruációval szembeni negatív érzések is. Akad a megkérdezettek között olyan, aki a menstruáció miatt azt kívánja, bárcsak férfi lenne, és többen is hangsúlyozzák a havi vérzéssel járó fájdalmak vagy fizikai gyengeség kellemetlen szerepét az életükben. Többen ezeket a gondolatokat és érzéseket a lányokkal is megoszthatónak tartják, így erősítve őket abban, hogy a kellemetlenségeket is át lehet vészelni.

„Engem nagyon megviselt és rosszul érintett, meg mai napig rosszul is vagyok. Ők ezeket látják, érzik, tudják, és emiatt szerintem jobban kezelik. (...) Látják azt, hogy ugye félig-meddig én ilyen példakép vagyok, mert minden tanító, akit szeretnek, az nekik egy példakép, látják, hogy én sem vagyok tökéletes, meg velem is előfordul, meg nekem is nagyon fáj, és így jobban megszokják és elfogadják a saját maguk fájdalmát és problémáit ezzel kapcsolatban.” (2. *alany*)

A menstruációval kapcsolatos beszélgetés gyakorlati megvalósulása

Nincsen beszélgetés

A menstruációról való beszélgetés a gyakorlatban a különböző osztályok számára nagyon változatos módon valósul meg. A megkérdezett tanítók majdnem fele számol be arról, hogy a diákjaikkal tulajdonképpen soha, semmilyen formában *nem beszélnek* alsó tagozaton a menstruáció témaköréről. A tananyag nem érinti, és ők maguk sem érzik szükségét, hogy előhozzák. A tanulók egyáltalán nem fordulnak ilyen kérdésekkel hozzájuk, gyakorta nincsenek is tudatában, hogy menstruál-e már az osztályukból valaki.

„Sem környezetóra, sem etikaóra alatt nem javaslom, hogy erről premier plán beszéljünk, mert pontosan azért, mert a fiúk még ehhez éretlenek, és nagyon sok lány nem is tudja, miről beszélünk, mert ők is éretlenek hozzá. Úgyhogy én órakeretet nem szánnék erre”
(7. *alany*)

„Nem szoktunk semmilyen módon, nem jön előtérbe, mert még nincsenek abban az érési szakaszban a gyerekek alsó tagozatban.” (3. *alany*)

Négyszemközti beszélgetés

Sok esetben azonban kifejezetten jellemző a lányokkal történő *négyszemközti beszélgetés*. Amikor egy lány menarchéja bekövetkezik, előfordul, hogy a tanító külön, félrevo-nulva megbeszéli vele az ezzel kapcsolatos érzéseit, nehézségeit, még gyakrabban pedig technikai segítséget kínál.

„Külön behívtam a tanáriba, és mondtam, hogy nem akarom zavarba hozni vagy megbántani, csak segíteni szeretnék, és mondtam, hogy hallottam az anyukájától, hogy – ők így fogalmazznak – nagylány lett, (...) és hogy ha problémája van, akkor egyből mondja el.” (2. *alany*)

„Reagáló” beszélgetés

Ha az osztályban 3. vagy 4. osztályban egy lány első vérzése megjelenik, esetenként a tanító az osztály lányjaival *„reagáló beszélgetést”* folytat. Két tanító is beszámol arról, hogy az osztályközösség más lányai értetlenül, esetleg a menstruáló lányt csúfolva fogadták a társuk menarchéját. Ezekben az esetekben a közös beszélgetés célja a lányok közötti szolidaritás kialakítása és a kialakult helyzetre való reagálás volt.

„Azok a lányok, akik még nem menstruáltak, azaz az összes többi, ők csúfolták meg kiközösítették. És erről szólt az egész, hogy ez teljesen természetes dolog, ő már érettebb. (...) Úgyhogy a beszélgetés arra irányult, hogy el kell fogadni, ez teljesen normális, természetes dolog, nagyon bután viselkednek, és ők a buták, ha ezt nem úgy fogják fel.”
(1. *alany*)

Tervezett beszélgetés

Mindösszesen csak egy interjúalany számol be arról, hogy a tanulói számára már alsó tagozaton előre módszeresen *megtervezett programmal* készül azzal a céllal, hogy a lányokat ne érje készületlenül az első vérzés. A program több alkalommal, a szülőkkel szoros együttműködve valósult meg.

„Egyrészt azt gondolom, hogy erről a kérdésről először a szülőkkel kell beszélgetni. Az ő menstruációhoz való viszonyukat kell – elsősorban az anyáknak – tisztázni. (...) Ez szerintem nagyon fontos ahhoz, hogy tisztában legyen azzal, hogy mit fog tudni közvetíteni a saját gyerekének. És azt gondoltuk, hogy az első alkalmat, 3 alkalmat tervezünk, az első alkalmat az édesanyáknak hirdetnénk meg. (...) A második alkalom az a lányokkal és a lányos anyákkal lenne. Tehát ez az anya és lánya alkalom, amikor egy közös mese lenne, tehát egy történet jelenne meg. (...) És itt az lenne a lényeg, hogy az anyukák a saját gyerekeikkel dolgozzanak utána. (...) És a harmadik alkalommal viszont ketten lennénk ott, én, az osztálytanító, és egy napközis kollegám. (...) Ez a harmadik alkalom egy abszolút praktikus megbeszélés, hogy technikailag hogyan fogjuk ezt csinálni.”
(5. alany)

A tanítók felkészültsége, ismeretei

Az interjúalanyoktól szintén megkérdeztük, hogy a menstruációval kapcsolatos felvilágosítás, segítségnyújtás, egészségnevelés témakörében milyen szakmai ismeretekkel bírnak: képzésük során találkoztak-e a témakörrel, és ha igen, akkor milyen információkra, készségekre tettek szert, és ezeket mennyire tudják a gyakorlati munkájuk során kamatoztatni. A válasz mind a tíz megkérdezett tanító esetében kifejezetten egységes: a pedagógusképzésben töltött éveik során szinte soha, semmilyen tantárgy keretén belül, semmilyen módon nem érintették a témakört, így semmilyen ismeretre nem tettek szert ezen a területen. Egy interjúalany kiemeli, hogy a menstruáció témakörének tabusítása annyira erősen megjelent a tanítóképzésben töltött évei során, hogy még testnevelés órákon sem volt lehetőség arra, hogy az aktuális vérzést jelezzék: amennyiben ezt megpróbálták, az oktató erős elutasítással reagált.

Némely megkérdezett tanító beszámol arról, hogy a pszichológia tantárgyakon belül fejlődéslelektan kurzuson érintőlegesen felmerült a nemi érés kérdése, ám kifejezett útmutatást a menstruációra való felkészítéssel kapcsolatban ők sem kaptak. Egy interjúalany visszaemlékszik, hogy a havi vérzésre rátérve az oktató annyit mondott, hogy a felkészítés a szülők feladata lesz. Kifejezetten ilyen irányú továbbképzésen sem vettek részt a megkérdezett tanítók. Egy interjúalany beszámol arról, hogy fejlesztő-differenciáló pedagógia továbbképzésen részt vett, és itt érintették a menstruáció témakörét, de az itt szerzett ismereteket már nem tudja felidézni, illetve konkrét iránymutatásra ő sem emlékszik.

Diszkusszió

Jelen kutatásban félig strukturált interjúk elemzésével tártuk fel, hogy milyen attitűdökkel viszonyulnak a kutatásban részt vevő tanítónők a menstruációval kapcsolatos ismeretek átadásához: szerintük kiket terhel a felvilágosítás elvégzésének felelőssége, milyen érettséget és előismereteket tulajdonítanak alsós tanítványaiknak, milyen a menstruációhoz való alapvető hozzáállásuk, mit szeretnének ezzel kapcsolatban átadni, végül a gyakorlatban megvalósul-e az ismeretátadás, és ha igen, akkor jellemzően milyen körülmények között zajlik.

Tíz félig strukturált interjú készült legalább öt éve – az ország különböző részein – dolgozó tanítónőkkel. Az interjúk kvalitatív tartalomelemzése (CA) során több téma emelkedett. A válaszadók a családból hozott előismeretek és hozzáállás mellett saját szerepüket is fajsúlyosnak látják az ismeretátadás terén, illetve a védőnőt említik további fontos szereplőként. Azonban a tanulóik közül a fiúkat éretlennek gondolják a menstruációval kapcsolatos ismeretek fogadására, bár hangsúlyozzák, hogy a témával már valószínűleg ekkorra ők is találkozhatnak, a hozzáállásuk alakítása pedig a lányok számára is fontos segítő tényező lehet, hiszen a fiúk sokszor zavarba hozzák őket a nem megfelelő hozzászólásaikkal. A lányok érettségét nagyon eltérőnek látják, akiknek némely tanító szerint nagy szükségük volna a menstruáció érzelmi vonatkozásairól való beszélgetésre, ám más tanítók szerint erre nincs is igényük, inkább csak a technikai segítségnyújtás a kívánatos. Magát a havi vérzést némely válaszadó a pozitív aspektusait kiemelve ajándéknak, mások inkább kellemetlen, gyengítő eseménynek, esetleg tabunak látják, amiről csak nagyon óvatosan és bizalmasan lenne szabad beszélni, vagy pedig éppen ellenkezőleg: néhányuk törekvése éppen ezen tabuk ledöntését célozza. Többen hangsúlyozták a menstruáció természetes voltát is, illetve azt, hogy fontos, hogy természetesen lehessen róla beszélgetni az iskolában is. A beszélgetés a gyakorlatban némely válaszadó szerint egyáltalán nem valósul meg, más esetekben négy szemközt az érintett lánnyal, vagy pedig az osztályba járó lányokkal egy aktuális felmerülő helyzetre való reakcióként, elvétve pedig előre eltervezett, szervezett foglalkozás keretei között.

Összességében a megkérdezett tanítók válaszaiból nagyon különböző attitűdök és gyakorlatok bontakoztak ki. Ennek háttérben részben az állhat, hogy a pedagógusok egyöntetűen arról számoltak be, hogy a tanítóképzés során egyáltalán nem kaptak irányelveket a tanulóik serdülésre és első menstruációra való felkészítésével kapcsolatban.

A tanítók attitűdjeinek és átadni kívánt üzeneteinek jelen interjúk alapján kirajzolódó témái nagy átfedést mutatnak az első, jelenleg egyetlen magyar nyelvű adaptált menstruációs attitűd kérdőív (MAQ-H) alskáláival (Nyitrai & Takács, 2019). A „menstruáció mint természetes dolog” téma nagyrészt egybeesik a kérdőív azonos nevű („Menstruáció mint természetes esemény”) alskálájával, hasonló tartalmakat hordozva, valamint kiegészülve az iskolai beszélgetés természetességének hangsúlyozásával. A „menstruáció mint kellemetlen, gyengítő esemény” téma magában foglalja a kérdőív „Menstruáció mint kellemetlen esemény” és „Menstruáció mint gyengítő esemény” alskáláit: a megkérdezett tanítók által ezen a témán belül megfogalmazott nézetek erősen egybeesnek a két alskála állításával. A „Menstruáció mint tabu” témája bár nem esik egybe, mégis kapcsolódást mutat a

kérdőív „Menstruáció bármely hatásának tagadása” alszámlájával. Mindemellett a tanítók válaszaiban megjelenik hangsúlyos témaként a „menstruáció mint pozitív dolog” is, amire a kérdőív nem utal.

A tanítók válaszaiból nagy arányban az derül ki, hogy a menstruációval kapcsolatos felkészítést fontosnak tartják, és olyan témaként tekintenek rá, amiről „beszélni kell”. Ennek ellenére a beszélgetések gyakorlati megvalósulása tekintetében jelen vizsgálat eredményei összecsengenek azzal, amit a korábbi, magyar iskolákban megvalósuló szexuális nevelést és menstruációs felkészítést érintő tanulmányok megállapítanak: a tájékoztatás és a felkészítés az esetek nagyjából felében egyáltalán nem, illetve csak hiányosan valósul meg (Tamás, 2010). Ami a legtöbbször mégis megvalósul, az – a nemzetközi szakirodalommal összhangban – csupán technikai segítségnyújtás és a különböző menstruációs eszközökkel kapcsolatos tájékoztatás (Costos et al., 2002; Rubinsky et al., 2020). Mindez a legritkább esetben zajlik tervszerű program keretében, legtöbbször inkább spontán módon, az aktuális helyzetre vagy a gyermekek által feltett kérdésekre reagálva kerülnek szóba a menstruációval kapcsolatos témák.

Jelen vizsgálat korlátai között megemlítendő, hogy a megkérdezett tíz tanító válaszaik reprezentatívnek nem tekinthetők, így a jövőben a nagyobb mintán történő kutatás elengedhetetlen. Ezzel összefüggésben a jövőbeli célok közé tartozik – jelen kvalitatív kutatás eredményeire, valamint a releváns szakirodalomra támaszkodva – egy olyan kvantitatív mérőeszköz kialakítása, amely tanítók és szülők menstruációs ismeretek átadására való hajlandóságának vizsgálatára alkalmas. Szintén korlátként említendő, hogy jelen vizsgálat során kizárólag a tanítók nézőpontja érvényesült. Célszerű volna a jövőben a tanítók és diákjaik meglátásainak egyidejű felmérése is – különösen annak fényében, hogy a nemzetközi eredmények alapján tipikus jelenség, hogy a pedagógusok félreértik, nem megfelelően értelmezik a diákjaik szükségleteit, ezért sokszor sajnós nem is megfelelően reagálnak rájuk (Agnew & Gunn, 2019; Marván & Bejarano, 2005). A jelenleg magyar nyelven elérhető egyetlen menstruációs attitűdöket vizsgáló kvantitatív mérőeszköz (MAQ-H) prepubertás és pubertás korú gyermekek vizsgálatára nem alkalmas, így fontos jövőbeni feladat az erre megfelelő mérőeszközök adaptálása is.

Mindezek segítségével lehetővé válna annak tényleges, magyar mintán történő vizsgálata, hogy pontosan milyen szerepet játszik a szülők és pedagógusok által végzett menstruációra való felkészítés a fiatalok menstruációs attitűdjének, valamint későbbi reprodukciós egészségének alakulásában. Jelen vizsgálat eredményei alapján megfogalmazódó kutatási kérdés, hogy a különböző menstruációs ismeretátadási attitűddel rendelkező tanítók tanítványai között mérhető-e szignifikáns különbség abban, ahogyan az első menstruációjukat megélik, valamint ahogyan a későbbiekben a havi vérzéshez viszonyulnak.

Fontos megjegyezni, hogy Magyarországon nem csupán a menstruációra való iskolai felkészítés, hanem összességében a menstruáció lélektani vonatkozásainak tanulmányozása is kirívóan elhanyagolt, keveset kutatott terület. A menstruációval kapcsolatos ismeretátadásról szóló jelen tanulmány hazánkban elsőként született. Az itt szerzett ismeretek felhasználása különösen fontos volna a tanítók képzésében, valamint a menstruációval kapcsolatos felkészítő és pszichoedukációs programok, beszélgetések átgondolásában, megtervezésében is.

Irodalom

- Agnew, S., & Gunn, A. C. (2019). Students' engagement with alternative discursive construction of menstruation. *Health Education Journal*, 78(6), 670–680. doi: [10.1177/0017896919835862](https://doi.org/10.1177/0017896919835862)
- Arora, A., Mittal, A., Pathania, D., Singh, J., Mehta, C., & Bungler, R. (2013). Impact of health education on knowledge and practices about menstruation among adolescent school girls of rural part of district Ambala, Haryana. *Indian Journal of Community Health*, 25(4), 492–497.
- Beausang, C., & Razor, A. G. (2000). Young western women's experiences of menarche and menstruation. *Health Care for Women International*, 21(6), 517–528. doi: [10.1080/07399330050130304](https://doi.org/10.1080/07399330050130304)
- Bennett, C., & Harden, J. (2014). An exploration of mothers' attitudes towards their daughters' menarche. *Sex Education*, 14(4), 457–470. doi: [10.1080/14681811.2014.922862](https://doi.org/10.1080/14681811.2014.922862)
- Chandra-Mouli, V., & Patel, S. V. (2017). Mapping the knowledge and understanding of menarche, menstrual hygiene and menstrual health among adolescent girls in low- and middle-income countries. *Reproductive Health*, 14(1), Article 30. doi: [10.1186/s12978-017-0293-6](https://doi.org/10.1186/s12978-017-0293-6)
- Costos, D., Ackerman, R., & Paradis, L. (2002). Recollections of menarche: Communication between mothers and daughters regarding menstruation. *Sex Roles*, 46(1/2), 49–59. doi: [10.1023/A:1016037618567](https://doi.org/10.1023/A:1016037618567)
- Forrai, J. (2012). Szexuális nevelés, szexuálpedagógia. In É. Vámos & L. Vámosné Vigyázó (Eds.), *Tanulmányok a természettudományok, a technika és az orvoslás köréből* (pp. 155–165). Műszaki és Természettudományi Egyesületek Szövetsége Tudomány- és Technikatörténeti Bizottsága – Szellemi Tulajdon Nemzeti Hivatala.
- Gunning, J. N., Cooke-Jackson, A., & Rubinsky, V. (2020). Negotiating shame, silence, abstinence, and period sex: Women's shift from harmful memorable messages about reproductive and sexual health. *American Journal of Sexuality Education*, 15(1), 111–137. doi: [10.1080/15546128.2019.1669511](https://doi.org/10.1080/15546128.2019.1669511)
- Hortobágyiné Nagy, Á. (2010). A Boldogabb családkért – Családi Életre Nevelés (CSÉN) iskolai program – Lehetőség a család értékének megőrzésére. *Mester és Tanítvány. Család és Ifjúság*, 27, 89–106.
- Jarrah, S. S., & Kamel, A. A. (2012). Attitudes and practices of school-aged girls towards menstruation: Menstruation attitude and practice. *International Journal of Nursing Practice*, 18(3), 308–315. doi: [10.1111/j.1440-172X.2012.02032.x](https://doi.org/10.1111/j.1440-172X.2012.02032.x)
- Lee, D., Ahn, I.-Y., Park, C.-S., Kim, B.-J., Lee, C.-S., Cha, B., Seo, J.-Y., & Choi, J.-W. (2020). Early menarche as a risk factor for suicidal ideation in girls: The Korea youth risk behavior web-based survey. *Psychiatry Research*, Article 285:112706. doi: [10.1016/j.psychres.2019.112706](https://doi.org/10.1016/j.psychres.2019.112706)
- Martin, K. A., & Luke, K. (2010). Gender differences in the ABC's of the birds and the bees: What mothers teach young children about sexuality and reproduction. *Sex Roles: A Journal of Research*, 62(3-4), 278–291. doi: [10.1007/s11199-009-9731-4](https://doi.org/10.1007/s11199-009-9731-4)
- Marván, M. L., & Bejarano, J. (2005). Premenarcheal Mexican girls' and their teachers' perceptions of preparation students receive about menstruation at school. *Journal of School Health*, 75(3), 86–89. doi: [10.1111/j.1746-1561.2005.00002.x](https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2005.00002.x)
- Marván, M. L., & Chrisler, J. C. (2018). Menarcheal timing, memories of menarche, and later attitudes toward menstruation. *Cogent Psychology*, 5(1), Article 1525840. doi: [10.1080/23311908.2018.1525840](https://doi.org/10.1080/23311908.2018.1525840)
- Marván, M. L., & Molina-Abolnik, M. (2012). Mexican adolescents' experience of menarche and attitudes toward menstruation: Role of communication between mothers and daughters. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 25(6), 358–363. doi: [10.1016/j.jpag.2012.05.003](https://doi.org/10.1016/j.jpag.2012.05.003)
- Nyitrai, E., & Takács, S. (2019). A menstruációs attitűd kérdőív (Menstrual Attitude Questionnaire, Maq, Brooks-Gunn & Ruble, 1980) magyar változatának bemutatása. *Psychologia Hungarica* 7(1), 25–44. doi: [10.12663/PSYHUNG.1.2019.1.3](https://doi.org/10.12663/PSYHUNG.1.2019.1.3)

- Rabiepoor, S., Valizadeh, R., & Barjasteh, S. (2017). Study of the attitude and knowledge of postmenarcheal female students about menstruation in Urmia, North West of Iran. *International Journal of Pediatrics*, 5(5(41)), 4999–5001. doi: [10.22038/ijp.2017.21905.1831](https://doi.org/10.22038/ijp.2017.21905.1831)
- Radoš, S. N. (2020). Adolescent girls' emotional reaction to menarche: The role of significant other. *Suvremena psihologija*, 23(1), 21–34.
- Romans, S. E., Martin, J. M., Gendall, K., & Herbison, G. P. (2003). Age of menarche: The role of some psychosocial factors. *Psychological Medicine*, 33(5), 933–939. doi: [10.1017/S0033291703007530](https://doi.org/10.1017/S0033291703007530)
- Rubinsky, V., Gunning, J. N., & Cooke-Jackson, A. (2020). "I thought I was dying:" (Un)supportive communication surrounding early menstruation experiences. *Health Communication*, 35(2), 242–252. doi: [10.1080/10410236.2018.1548337](https://doi.org/10.1080/10410236.2018.1548337)
- Semsey, G. (2018). Szexuális nevelés az iskolában. *Iskolakultúra*, 28(12), 17–34. doi: [10.17543/ISKKULT.2018.12.17](https://doi.org/10.17543/ISKKULT.2018.12.17)
- Sequeira, M.-E., Lewis, S. J., Bonilla, C., Smith, G. D., & Joinson, C. (2017). Association of timing of menarche with depressive symptoms and depression in adolescence: Mendelian randomisation study. *British Journal of Psychiatry*, 210(1), 39–46. doi: [10.1192/bjp.bp.115.168617](https://doi.org/10.1192/bjp.bp.115.168617)
- Sivakami, M., Maria van Eijk, A., Thakur, H., Kakade, N., Patil, C., Shinde, S., Surani, N., Bauman, A., Zulaika, G., Kabir, Y., Dobhal, A., Singh, P., Tahiliani, B., Mason, L., Alexander, K. T., Thakkar, M. B., Laserson, K. F., & Phillips-Howard, P. A. (2019). Effect of menstruation on girls and their schooling, and facilitators of menstrual hygiene management in schools: Surveys in government schools in three states in India, 2015. *Journal of Global Health*, 9(1), Article 010408. doi: [10.7189/jogh.09.010408](https://doi.org/10.7189/jogh.09.010408)
- Spadaro, G., d'Elia, S. R. G., & Mosso, C. O. (2018). Menstrual knowledge and taboo TV commercials: Effects on self-objectification among Italian and Swedish women. *Sex Roles*, 78(9-10), 685–696. doi: [10.1007/s11199-017-0825-0](https://doi.org/10.1007/s11199-017-0825-0)
- Tamás, M. (2010). Az óvodai és iskolai mentálhigiénés programok alkalmazási lehetőségei. In E. Cs., Kiss & H., Sz. Makó (Eds), *Mentálhigiéné és segítő hivatás: Fejezetek az elmélet és a gyakorlat területeiről* (pp. 67–85.). Pannónia Könyvek.
- Tóth, G., & Suskovics, C. (2020). Kőrmendi növekedésvizsgálat 2018 (előzetes eredmények). *Folia Anthropologica*, 16(3), 71–79.
- Varga-Tóth, A., Németh, G., & Paulik E. (2019). A szexuális nevelésről orvosi szemmel a hazai adatok és a nemzetközi irányelvek tükrében. *Orvosi Hetilap*, 160(13), 494–501. doi: [10.1556/650.2019.31359](https://doi.org/10.1556/650.2019.31359)
- WHO Európai Regionális Irodája, & BZgA. (2010). *Az európai szexuális nevelés irányelvei. Vázlat a politikusok, nevelési és egészségügyi intézmények és szakemberek részére*. Szövetségi Egészségnevelési Központ. Retrieved from http://www.szexualpszichologia.hu/who_iranyelvei.html
- Widiastini, L., & Karuniadi, I. G. A. (2019). The effect of health education about menstruation on psychological readiness of pre-adolescent girls in facing menarche. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 8(2), 69–73. doi: [10.30994/sjik.v8i2.216](https://doi.org/10.30994/sjik.v8i2.216)

Hodossi Nóra, Sinka Cecília és Pigniczkiné Rigó Adrien

ABSTRACT

A PROBLEM OR A GIFT? – ELEMENTARY SCHOOL TEACHERS' ATTITUDES TOWARDS PROVIDING MENSTRUAL INFORMATION

Nóra Hodossi, Cecília Sinka & Adrien Pigniczkiné Rigó

The current WHO guidelines on sexual health education indicate that providing children with menstrual information is a minimum standard at the age of 6–9 years. However, unfortunately, in many cases those who should provide that – mothers and teachers – feel puzzled and insecure, and thus try to avoid this task as much as they can. The aim of this study was to explore the attitudes of 10 female elementary school teachers from various parts of Hungary towards sharing their knowledge about menstruation with their students aged 6–11. Participants were asked the following questions: Whose responsibility do they think menstrual education is? What level of knowledge, feelings, attitudes and maturity do they attribute to their students? What are their own attitudes towards menstruation? How much of that would they like to share with their pupils? Are these conversations about menstruation actually happening in practice at school? Analysis identified the following common themes: in addition to prior knowledge and attitudes brought from their families, the respondents considered their own role in knowledge transfer to be particularly important, and also mentioned nurses as further key actors. They considered boys to be too immature to grasp menstruation education, even though by that age they would have come across the topic already. They also mentioned that boys' attitudes were probably of key importance as they often embarrassed girls with related comments. Girls' maturity was perceived very differently, as according to some teachers, girls showed a great interest to talk about the emotional aspects of menstruation, while according to the teachers, this was not necessary, and merely a technical assistance was sufficient. Monthly bleeding itself was highlighted by some respondents in virtue of its positive aspects, while others saw it as an unpleasant, humiliating event or a taboo that should only be talked about very carefully and confidentially – or to the contrary: some respondents' aspirations were aimed at breaking these very taboos. Several respondents emphasized the naturalness of menstruation and the importance of being able to talk about it naturally at school. In practice, according to some respondents, such conversations do not take place at all. In other cases, it takes place face to face with the specific girl concerned or the girls of the class in response to a current situation, and rarely in a pre-planned, organized session. Overall, the attitudes and practices which emerged from the responses of interviewed teachers were very varied. This may partly be due to the fact that the interviewed respondents unanimously reported not having received any guidelines during their teacher training regarding the preparation of their students for puberty and first menstruation.

Magyar Pedagógia, 120(4). 327–346. (2020)

DOI: 10.17670/MPed.2020.4.327

Levelezési cím / Address for correspondence:

Hodossi Nóra, Eötvös Loránd Tudományegyetem Pszichológiai Doktori Iskola. H–1064 Budapest, Izabella u. 46.

Sinka Cecília, Károli Gáspár Református Egyetem Pedagógiai Kar. H–2750 Nagykőrös, Hősök tere 5.

Pigniczkiné Rigó Adrien, Eötvös Loránd Tudományegyetem Pszichológiai Intézet. H–1064 Budapest, Izabella u. 46.