

Módszertani Futár



LELKI MORZSÁK • ADATVÉDELMI KALAUZ
SZAKMAI SZABÁLYZÓK • MENTÁLHIGIÉNÉS KALAUZ
MÓDSZERTANI KITEKINTŐ

Lelki morzsák



A derű nem azt jelenti, hogy minden könnyű

Van egy régi történet egy bohócról. Egy férfi felkeresi az orvost, mert mélyen szomorú. Nem talál örömet az életében, magányosnak érzi magát, és úgy érzi, elveszítette mindazt, ami korábban erőt adott neki. Az orvos meghallgatja, majd azt tanácsolja: menjen el a városban fellépő híres bohóc előadására. „Mindenkit megnevettet – biztosan magát is felvidítja.” A férfi azonban csak ránéz, és csendesen azt mondja: „Doktor úr, én vagyok az a bohóc.”

Talán azért marad meg bennünk ez a történet, mert valami nagyon emberit mond ki. Hajlamosak vagyunk azt gondolni, hogy aki másokat megnevettet, annak nincs oka sírni. Aki erőt ad, maga is erős. Aki másokat vigasztal, annak nincs szüksége vigasztalásra. Pedig nem mindig van így.

Kalkuttai Szent Teréz anyára is sokan így emlékeznek. Egy apró termetű asszonyra, aki mosolyogva fordult a betegekhez, a szegényekhez, a magukra maradt emberekhez. Kívülről nézve rendíthetetlen hit, elszántság és derű sugárzott belőle. Életének később nyilvánosságra került személyes írásai azonban egy egészen más oldalát is megmutatták. Hosszú időn keresztül mély belső szárazságot élt át. Sokszor nem érezte Isten közelségét, miközben nap mint nap éppen erről a szeretetről beszélt másoknak. Kívülről továbbra is szolgált, figyelt, mosolygott, de belül pedig sokszor küzdött. Talán éppen ettől válik az alakja közelebbivé. Mert a derű nem feltétlenül azt jelenti, hogy valakinek könnyű. Nem azt jelenti, hogy nincsenek nehéz napjai, kétségei vagy fáradtsága. Sokszor inkább azt jelenti, hogy mindezek mellett is megpróbál valamit továbbadni abból, ami számára fontos.

A segítő szakmában ezt talán különösen jól ismerjük. A munkánk során gyakran nekünk kell megnyugtatón másokat. Biztonságot adni, türelmesnek maradni, meghallgatni, bátorítani. Sokszor akkor is, amikor

bennünk sincs minden rendben. Lehet, hogy rosszul aludtunk. Lehet, hogy otthon vár ránk egy nehéz helyzet. Lehet, hogy elfáradtunk, bizonytalanok vagyunk, vagy egyszerűen csak szeretnénk egy csendesebb napot. Mégis belépünk a szobába, és azt mondjuk: jó reggelt. Meghallgatjuk ugyanazt a történetet még egyszer. Segítünk felvenni egy kabátot. Elmagyarázunk valamit újra. Megpróbálunk türelmesen válaszolni akkor is, amikor már kevés a türelmünk. Ezek a pillanatok kívülről jelentéktelennek tűnhetnek. Belülről azonban sokszor komoly erőfeszítés van mögöttük. Talán ezért fontos, hogy ne tévesszen meg bennünket egymás mosolya.



A segítő közösségekben könnyű azt gondolni arról, aki mindig megbízható, hogy neki nincs szüksége segísége. Aki ritkán panaszodik, biztosan jól van. Aki mindig másokat támogat, majd megoldja a saját nehézségeit is. Pedig lehet, hogy éppen ő az, akit régóta senki nem kérdezett meg igazán, hogy ő hogy van valójában.

Teréz anya története arra is figyelmeztethet bennünket, hogy nem látunk bele egymás belső világába. Nem tudjuk, milyen küzdelmek vannak egy mosoly mögött. Nem tudjuk, milyen súlyt visz magával az a kolléga, aki reggel pontosan érkezik, elvégzi a feladatát, és még ránk is rámosolyog. A derű ezért nem lehet elvárás. Nem kell mindig erősnek látszanunk. Nem kell minden nehézséget mosollyal elfednünk. A valódi közösségben annak is helye kell hogy legyen, amikor valaki elfárad, amikor segítséget kér, vagy amikor egyszerűen csak kimondja, hogy most nekem nehéz. Talán különös módon éppen ettől válhat hitelesebbé a derű is. Mert nem abból fakad, hogy minden rendben van. Hanem abból, hogy a nehézségek között sem veszítjük el teljesen a kapcsolatot egymással, a reménnyel, azzal, ami fontos számunkra.



Kalkuttai Teréz anya életéből nem azt kell megtanulnunk, hogy mindig mosolyogjunk. Sokkal inkább azt, hogy ne ítéljük meg egymást a külső alapján. Aki derűs, annak is lehet nehéz. Aki erősnek látszik, annak is lehet szüksége támaszra. És talán nekünk, segítő szakmában dolgozóknak különösen fontos ezt időnként egymás felé is megélni. Nemcsak azt észrevenni, akiről gondoskodunk. Hanem azt is, aki mellettünk gondoskodik másokról.

Szerző: Kepes Anita



Láthatatlan helyzetek

Nap mint nap sokféle információval dolgozunk. Van, amelyik hétköznapiaknak tűnik, és van, amelyikről ösztönösen érezzük, hogy különösen óvatosan kell vele bánnunk. Egy diagnózis, egy családi körülmény vagy valakinek a mentális állapotára vonatkozó információ többet mondhat el egy emberről, mint azt elsőre gondolnánk. Ez a cikk arról szól, miért nem egyforma minden adat – és miért számít néha különösen sokat az a néhány másodpercnyi megállás.

Nem minden adat egyforma – amikor különösen óvatosnak kell lennünk

„Csak annyit mondtam, hogy demenciával él.” Egy félmondat. Talán azért hangzik el, hogy megmagyarázzunk egy helyzetet. Talán egy kollégának, egy másik ellátott hozzátartozójának vagy valakinek, aki érdeklődik. Nem rossz szándékból. Sőt, sokszor éppen segíteni szeretnénk.

Mégis van különbség aközött, hogy valakiről elmondjuk a nevét, vagy azt, hogy milyen betegséggel él, milyen gyógyszert szed, gondnokság alatt áll-e, esetleg milyen nehéz családi helyzetben van.

Nem minden adat egyforma.

Vannak információk, amelyek különösen sokat árulnak el rólunk. Az egészségi állapotunk, testi vagy mentális nehézségeink, vallási meggyőződésünk vagy más személyes életkörülményeink nem egyszerűen adatok egy nyilvántartásban. Olyan részei az életünknek, amelyekhez másoknak csak akkor és olyan mértékben kell hozzáférniük, amikor arra valóban szükség van.

A szociális intézményekben ez különösen fontos.

A gondoskodás természetéből fakad, hogy munkánk során nagyon sokat tudunk az ellátottakról. Olyan dolgokat is, amelyeket ők talán a külvilággal soha nem osztanának meg. Ez a tudás szükséges ahhoz, hogy jól tudjunk segíteni – ugyanakkor felelősséget is jelent.

A kérdés ezért nem az, hogy tudhatjuk-e. Hanem sokszor az, hogy **kinek kell még tudnia?**



Egy információ lehet szükséges az ápolónak, az orvosnak vagy az ügyben eljáró munkatársnak. Ettől azonban még nem válik szükségessé, hogy ugyanaz az információ egy közös helyiségben, egy másik ellátott előtt vagy egy kívülállóval folytatott beszélgetésben is elhangozzon. És néha maga a helyzet árul el többet, mint gondolnánk.

Egy fénykép egy adott intézményben. Egy gyógyszer neve az asztalon. Egy dokumentum fejlécén szereplő információ. Egy félmondat arról, miért került valaki hozzánk.

Külön-külön talán jelentéktelennek tűnnek. Együtt azonban már történetet mesélhetnek valakiről. Ezért az érzékenyebb információknál érdemes még egy pillanatra megállni:

- Szükséges, hogy ezt most elmondjam vagy megmutassam?
- Annak mondom, akinek valóban szüksége van rá?
- Annyit mondok, amennyi ehhez a helyzethez szükséges?
- Olyan helyen teszem, ahol más nem hallhatja vagy láthatja?

Egy egyszerű kapaszzkodó

Ha egy információ egészségi állapotról, fogyatékoságról, mentális állapotról, vallásról vagy más különösen személyes életkörülményről szól, bánjunk vele egy fokkal tudatosabban.

Nem kell minden helyzetben hosszú adatvédelmi mérlegelést végezni. Sokszor elég egy egyszerű kérdés:

Ha rólam lenne szó, szeretném, hogy ezt ebben a helyzetben más is megtudja?



Ez természetesen nem helyettesíti a szakmai szabályokat. De a hétköznapi helyzetekben jó iránytű lehet. Az adatvédelem ugyanis nem azt jelenti, hogy a szükséges információkat elzárjuk egymástól. A megfelelő ellátáshoz szükséges adatnak el kell jutnia ahhoz, akinek szüksége van rá.

A különbség a **szükséges megosztás és a felesleges továbbadás** között van.

És ebben sokszor nem egy nagy döntés számít, hanem egy félmondat, egy pillantás a környezetünkre vagy az a döntés, hogy valamit inkább nem mondunk ki mások előtt.

Mert minél többet tudunk valakiről, annál nagyobb felelősséggel tartozunk azért, hogyan bánunk ezzel a tudással.

Szerző: Dr. Medveczky Zoltán
Adatvédelmi tisztviselő (DPO)



A szakmai szabályzók teljes terjedelemben elérhetők a www.szeretetszolgalat.hu honlapon is, a [Módszertan – Jogszabályváltozások](#) fül alatt.

A Kormány 136/2026. (VIII. 31.) Korm. rendelete

A Magyar Közlöny 2026. évi 121. (2026. augusztus 31.) számában megjelent a Kormány 136/2026. (VIII. 31.) Korm. rendelete a támogató szolgáltatás és a közösségi ellátások finanszírozásának rendjéről szóló 191/2008. (VII. 30.) Korm. rendelet módosításáról.

A rendelet célja a tanodaszolgáltatások, valamint a fejlesztő foglalkoztatás folyamatos és kiszámítható finanszírozásának biztosítása, továbbá a 2028–2030. közötti finanszírozási időszakokra vonatkozó általános pályázat előkészítése.

A módosítás értelmében a **tanodák 2027. évi finanszírozására nem kell általános pályázatot kiírni**. A 2026. december 31-én hatályos finanszírozási szerződések automatikusan 2027. december 31-éig meghosszabbodnak, és a finanszírozási időszak is eddig az időpontig tart.

Ugyanez a szabály vonatkozik a **fejlesztő foglalkoztatás 2027. évi finanszírozására** is: általános pályázat kiírására 2027-re nem kerül sor, a 2026. december 31-én hatályos finanszírozási szerződések hatálya 2027. december 31-éig meghosszabbodik.

A rendelet **2026. szeptember 1-jén lépett hatályba**.

A Kormány 138/2026. (VIII. 31.) Korm. rendelete

A Magyar Közlöny 2026. évi 121. (2026. augusztus 31.) számában megjelent a Kormány 138/2026. (VIII. 31.) Korm. rendelete a gyermekvédelmi gondoskodásban élők járművezetésre jogosító vezetői engedélyének és GKI igazolványának megszerzéséhez nyújtott támogatásról szóló 32/2026. (II. 26.) Korm. rendelet módosításáról.

A módosítás célja, hogy a támogatási rendszer működtetéséhez és a feladat végrehajtásához további felkészülési időt biztosítson.

A rendelet a támogatási rendszer indulásának időpontját módosítja: a korábban meghatározott **2026. szeptemberi időpont helyébe 2027. január lép**. Ennek megfelelően a gyermekvédelmi gondoskodásban élők „B”, „C” és „CE” kategóriás vezetői engedélyének, valamint GKI igazolványának megszerzéséhez kapcsolódó támogatási igények benyújtásának kezdete 2027 januárjára tolódik.

A rendelet **2026. szeptember 1-jén lépett hatályba**.





Amikor a telefon menekülés- Digitális eszközök, mint kapaszkodók a magány, az unalom és a nehéz érzések idején

Előző írásunkban azt jártuk körül, hogyan változtatja meg az online tér az emberi kapcsolódásainkat, és vajon lehetünk-e valóban jelen egymás számára akkor is, amikor egy képernyő választ el bennünket. A digitális kommunikáció azonban nemcsak a segítő kapcsolatokat alakítja át. Egyre nagyobb szerepet kap azoknak az embereknek a mindennapjaiban is, akiket munkánk során kísérünk és támogatunk.

Előző írásunkban arról gondolkodtunk, hogy a digitális világ milyen sokféle szerepet tölthet be az ellátottak életében. Lehet kapcsolat a családdal, lehetőség a tanulásra, szórakozásra vagy önállóságra, de lehet olyan tér is, amelyben könnyű elveszni. Azt is láttuk, hogy nem önmagában a képernyő előtt töltött idő a legfontosabb kérdés, hanem az, hogy mi történik közben és mire használja valaki ezt az időt. Van azonban egy pont, amikor érdemes tovább kérdezni: miért nyúl valaki újra és újra a telefonjához?

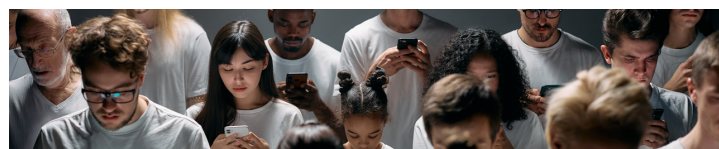
Sokszor megszokásból. Máskor azért, mert unatkozik. Előfordulhat azonban az is, hogy a képernyő segít elterelni a figyelmet valamiről, amivel nehéz lenne szembenézni. Magányról, szorongásról, veszteségről, feszültségről vagy egyszerűen arról az érzésről, hogy „nem tudok mit kezdeni magammal”. Ilyenkor a telefon nem pusztán eszköz, hanem menedék.

Ez önmagában még nem feltétlenül probléma. Mindannyian keresünk olyan tevékenységeket, amelyek segítenek kiszakadni egy nehéz helyzetből vagy átmenetileg csökkentik a feszültséget. Van, aki zenét hallgat, más sétál, beszélget valakivel vagy

televíziót néz. A digitális eszközök is lehetnek ilyen kapaszkodók. A nehézség akkor kezdődik, amikor ez válik az egyetlen vagy szinte kizárólagos megküzdési móddá.

Ha valaki minden csendes pillanatban a telefonjához nyúl, ha a magány érzését kizárólag videókkal, hírekkel vagy közösségi médiával próbálja elnyomni, akkor könnyen kialakulhat egy körforgás. Minél kellemetlenebb a belső csend, annál inkább keresi az ingert. Minél több inger éri, annál nehezebb később megmaradni a csendben.

Ez nemcsak az ellátottak életében figyelhető meg. A segítő szakmákban dolgozók is könnyen felismerhetik magukon ugyanezt a működést. Egy fárasztó nap után egyszerűbb lehet automatikusan elővenni a telefont, mint végiggondolni, mi történt velünk aznap. Egy nehéz beszélgetés után sokszor könnyebb néhány percig görgetni a híreket, mint megmaradni annak az érzésével, amit a helyzet bennünk hagyott.



A digitális menekülés egyik sajátossága éppen az, hogy nagyon könnyen hozzáférhető. Nem kell hozzá külön hely, idő vagy előkészület. Elég egy mozdulat, és máris új inger érkezik. Egy videó után jön a következő, egy hír után egy másik, és közben talán észre sem vesszük, hogy eredetileg csak néhány percre vettük kézbe a telefont.

Segítőként ezért fontos lehet, hogy a túlzott telefonhasználat mögött ne csak „rossz szokást” lássunk. Érdekes inkább megpróbálni megérteni, milyen szükséglet húzódhat meg mögötte. Lehet, hogy valaki azért nézi órákon át ugyanazokat a tartalmakat, mert kevés személyes kapcsolata maradt. Lehet, hogy a telefon ad számára kiszámíthatóságot egy olyan élethelyzetben, amelyben sok minden felett elvesztette az irányítást. Az is lehet, hogy a képernyő egyszerűen elviselhetőbbé teszi azokat az időszakokat, amikor nincs program, nincs társaság, nincs feladat.

Ha csak magát a viselkedést próbáljuk megszüntetni, könnyen lehet, hogy valójában azt a kapaszkodót vesszük el, amely éppen valamilyen hiányt pótol.

Ezért talán érdemes másképp kérdezni. Nem azt, hogy „Miért telefonozik ennyit?”, hanem például azt: „Mit szeret leginkább nézni rajta?” „Mikor szokta leggyakrabban elővenni?” „Van olyan időszak a napban, amikor különösen hiányzik valaki vagy valami?” „Mi az, ami még jólesne a telefonozáson kívül?”

Egy-egy ilyen beszélgetésből sok minden kiderülhet. Lehet, hogy a háttérben egyszerűen unalom van, amelyre egy közös program vagy feladat is választ adhatna. Lehet, hogy kapcsolódási igény jelenik meg, amelyet egy telefonhívás vagy személyes beszélgetés enyhítene. Máskor olyan szorongás vagy veszteség állhat a háttérben, amely több figyelmet és kísérést igényel. A cél nem az, hogy „leszoktassunk” valakit a telefonról. Sokkal inkább az, hogy segítsünk többféle kapaszkodót találni.

Egy rövid séta, zenehallgatás, közös kávézás, kézműves tevékenység, ima, társasjáték, egy régi



fényképalbum elővétele vagy egyszerűen egy nyugodt beszélgetés mind lehet olyan alternatíva, amely másfajta élményt ad. Nem biztos, hogy mindenki számára ugyanaz működik. A lényeg inkább az, hogy legyen választás.

Ugyanez igaz saját magunkra is. Érdekes néha megfigyelni, mikor nyúlunk automatikusan a telefonhoz. Amikor várnunk kell néhány percet? Amikor egyedül maradunk? Amikor fáradtak vagyunk? Amikor valami kellemetlen érzést szeretnénk minél gyorsabban félretenni? Már önmagában ennek felismerése is fontos lépés lehet.

A digitális eszközök sokszor valódi segítséget nyújtanak. Kapcsolatot teremtenek, szórakoztatnak, információt adnak, és néha valóban átsegítenek egy nehéz pillanaton. A kérdés inkább az, hogy tudunk-e választani: most valóban ezt szeretném, vagy csak automatikusan menekülök valami elől? Talán nem is az a cél, hogy minden csendes percet tartalommal töltsünk meg. Néha éppen arra lenne szükségünk, hogy újra megtanuljunk egy kicsit megmaradni a csendben, az üresjáratokban, a saját gondolataink mellett.

A következő részben ezért arról lesz szó, mit jelenthet a digitális csend, és hogyan teremthetünk apró, képernyőmentes pillanatokat a mindennapjainkban anélkül, hogy teljesen kizárnánk a technológiát az életünkéből. Mert nem minden üres pillanatot kell azonnal megtölteni.

Szerző: Kepes Anita



A tájékoztatás szerepe és dokumentálása a szociális ellátások igénybevételének folyamatában

A Módszertani Kitekintő előző számaiban a kérelemhez kapcsolódó dokumentumok kerültek bemutatásra, többek között a kérelem szabadon alakítható formanyomtatványa, az egészségi állapotra vonatkozó igazolás, valamint a jövedelem- és vagyonnyilatkozat.

A szociális ellátás igénybevételének folyamatát azonban nem csak ezek a dokumentumok kísérik, hanem egy olyan, egymásra épülő tájékoztatási és nyilatkozási kötelezettségrendszer is, ami végig jelen van a szolgáltatás különböző szakaszaiban.

A megfelelő információátadás biztosítja, hogy az igénylő, az igénybevevő, a törvényes képviselő, a hozzátartozó stb. döntéshozatalkor, jogviszony létesítésekor, valamint az ellátás időtartama és a jogviszony megszűnése során minden szükséges és lényeges körülményt megismerjen, ezáltal a **szolgáltatás igénybevételének menete átláthatóbbá válik**. A szolgáltatást nyújtó számára mindez azért bír kiemelt jelentőséggel, mert a következetes, egyértelmű tájékoztatási gyakorlat – többek között – csökkenti a félreértések számát, elősegíti a gördülékeny adminisztratív folyamatok kialakítását, erősíti a bizalmat, és hozzájárul a hatékony együttműködéshez.

A tájékoztatások és a nyilatkozatok egyrészt jogszabályban előírt kötelezettségek, másrészt olyan szakmai eszközök, amik szerepe messze túlmutat a formális megfelelésen.

Lakossági tájékoztatás – érdeklődés – bemutatkozó anyag

A személyes gondoskodást nyújtó szociális ellátások iránti kérelmezést megelőzheti a szolgáltatás iránti

érdeklődés, ami gyakran informális, mégis meghatározó szerepet játszik a későbbi döntések és folyamatok alakulásában.

Fontos különbséget tenni aközött, amikor általános lakossági tájékoztatási kötelezettséget kell teljesíteni, és aközött, amikor az érdeklődő személy célzottan keresi meg a szolgáltatást nyújtó szervezetet.

Az **általános (lakossági) tájékoztatás jogszabályi kötelezettsége** több szereplőt érint. A 9/1999. (XI. 24.) SzCsM rendelet szerint a települési önkormányzat, a **fenntartó, valamint a regionális és egyházi módszertani intézmény köteles információt nyújtani** a szolgáltatás feltételeiről és az igénybevétel eljárási rendjéről. Az 1/2000. (I. 7.) SzCsM rendelet pedig előírja, hogy társulásban vagy **ellátási szerződés keretében működő alapszolgáltatások esetében a lakosságot tájékoztatni kell** a szolgáltatás elérhetőségéről, helyéről, idejéről és gyakoriságáról.

Bár ezek a kötelezettségek konkrét szervezeteket vagy működési formákat nevesítenek, szakmailag mégis indokolt lehet, ha a szolgáltatást nyújtó kötelezettség nélkül is készít olyan bemutatkozó, ismertető anyagot,

ami segíti a lakosságot, az érdeklődőket és a kérelmezőket abban, hogy **hozzáférjenek az alapvető információkhoz.**

Az **érdeklődő személy közvetlenül is megkeresheti** az intézményt vagy szolgáltatót – személyesen, telefonon esetleg e-mailben. Ilyen megkeresés esetén a **kapcsolatfelvétel szorosan összekapcsolódhat a kérelmezéssel**, például akkor, ha a szükséges formanyomtatványok elérhetőek, így az igénylő akár kitöltött dokumentumokkal érkezhet. Ilyenkor már kérelmezéshez kapcsolódó, jogszabályban rögzített tájékoztatási kötelezettség és eljárásrend alkalmazása válik szükségessé.

Más esetben az **érdeklődés és a kérelmezés elkülönül**, és az érdeklődő elsődlegesen a szolgáltatás megismerésére törekszik.



Az **intézmény vagy szolgáltató bemutatását célzó dokumentumban** a szolgáltatás lényegi bemutatása mellett **értelmes megjeleníteni** a felvételi eljárás folyamatát a kérelmezéstől az ellátás kezdetéig, akár egy egyszerű folyamatábrával szemléltetve. Hasznos, ha a dokumentum tartalmazza a pontos elérhetőségeket, ahol további információt kérhet vagy időpontot egyeztethet. A bemutatkozó anyagba beilleszthetők képek is, a személyiségi jogok maradéktalan figyelembevételével, továbbá helyet kaphat benne egy GYIK-rész, ami rövid, közérthető válaszokat ad a leggyakrabban felmerülő kérdésekre.

A következő részben a kérelmezés fázisához kapcsolódó tájékoztatási és nyilatkozattételi kötelezettségek kerülnek bemutatásra.

A jelen cikk tájékoztató és támogató jellegű, nem minősül jogforrásnak, nem hivatkozható, továbbá nem helyettesíti a hatósági állásfoglalást, a jogszabályok alapos ismeretét és az egyedi esetekhez igazodó szakmai mérlegelést.

Szerző: Laja Tiborné Zsuzsa