

MÓDSZERTANI
FUTÁR

Idő, amit átadunk

Az év elején sokan megállunk egy pillanatra. Új naptár kerül az asztalra, az oldalak még üresek. A segítő munkában dolgozók jól tudják, hogy ezek az oldalak gyorsan megtelnek időpontokkal, feladatokkal, kérésekkel. Mégis ilyenkor megszülethet bennünk a vágy, miszerint idén szeretnénk másként bánni az időnkkel.

Egy családban az idő különös módon mérhető. Nem órákban, hanem mondatokban, kérdésekben, közös pillanatokban. Egy édesapa mesélte, hogy a kislánya esténként mindig ugyanazzal a mondattal húzta az időt lefekvés előtt: „Apa, még egy percet.” Nem sok idő volt ez - mégis, ezek a percek maradtak meg leginkább. Nem azért, mert hosszúak voltak, hanem mert figyelemmel teltek.

Az idő értéke gyakran csak utólag derül ki. A hétköznapi sodrásában könnyű átsiklani felette, pedig sokszor nem több időre van szükségünk, hanem másféle jelenletre. Az év eleje jó alkalom arra, hogy ránézzünk, mire is fordítjuk a legjobb perceinket, és hol lenne helye egy kis lassításnak.

A segítői munka gyakran időszükében zajlik. Nem lehet mindent elég alaposan, elég hosszan, elég nyugodtan megtenni. Mégis van, ami nem a rendelkezésre álló percek számán múlik, hanem azon, hogyan vagyunk jelen bennük. Egy tekintet, egy türelmes válasz, egy fél percnyi megállás sokszor többet ad, mint egy hosszú, de figyelem nélküli együttlét.

Nem az a cél, hogy tökéletes időbeosztásunk legyen. Inkább az, hogy egész évben újra és újra emlékeztessük magunkat arra, hogy az idő nem elfogy, hanem megmarad abban, amit egymásnak adunk belőle. Egy odafigyelő kérdésben, egy közös nevetésben, egy csendes percben.

Az év elején talán elég annyit megfogadni, hogy nem rohanok át az időn, hanem jelen leszek benne. És ha néha mégis elsodor a mindennapok lendülete, mindig van lehetőség újakezdeni - egy csendes percben, egy imában, egy odafigyelő gesztusban.



Szerző: Kepes Anita



A szakmai szabályzók teljes terjedelemben elérhetők a www.szeretetszolgalat.hu honlapon is, a Módszertan – Aktuális jogszabályok fül alatt.

2025. évi CXIX. törvény

A Magyar Közlöny 2025. évi 156. (2025. december 22.) számában megjelent a 2025. évi CXIX. törvény belügyi humán ágazatokat érintő törvények módosításáról.

1993. évi III. törvény

A szociális igazgatásról és szociális ellátásokról szóló 1993. évi III. törvény 24/B. §-a helyébe a következő rendelkezés lép:

„24/B. § A Szociális és Gyermekvédelmi Főigazgatóságról szóló kormányrendeletben meghatározott, az Európai Unió pénzügyi alapjaiból, illetve hazai társfinanszírozásból megvalósuló segélycsomagostási és ahhoz kapcsolódó feladatokat célzó program végrehajtása céljából, adatigénylés alapján a kincstár az általa vezetett, a 18/B. §, a 20/C. § és a Gyvt. 139. § (2) bekezdése szerinti nyilvántartásból, továbbá a nyugdíjfolyósító szerv a megváltozott munkaképességű személyek ellátásairól és egyes törvények módosításáról szóló 2011. évi CXCI. törvény 21. § (1) bekezdése szerinti, valamint a Tny. 96. § (1) bekezdése szerinti nyilvántartásból a jogosultság megállapításához szükséges mértékben, zárt, naplózott elektronikus csatornán keresztül megvalósuló adattovábbítás útján átadja a állam fenntartói feladatainak ellátására a Kormány rendeletében kijelölt szervnek, valamint a család- és gyermekjóléti szolgálatnak a 64. § (7) bekezdésében meghatározott feladatai ellátásához, továbbá az Európai Unió pénzügyi alapjaiból támogatott programot végrehajtó, az európai uniós források felhasználásáért felelős miniszter által vezetett minisztériumnak a támogatás igénylése, felhasználása, elszámolása jogszerűségének

megállapítása, az Európai Unióval történő elszámolása céljából

- a) a program jogosultja, a jogosult törvényes képviselője és a jogosulttal közös háztartásban élő, aktív korúak ellátására jogosult személy
- aa) természetes személyazonosító adatait,
- ab) lakcímét,
- ac) társadalombiztosítási azonosító jelét;
- b) a program jogosultja ellátásának típusára és a jogosultság fennállásának időtartamára vonatkozó adatot, valamint
- c) a jogosulttal közös háztartásban élő személynek megállapított aktív korúak ellátására való jogosultság kezdő időpontjára vonatkozó adatot.

1997. évi XXXI. törvény

A gyermekek védelméről és a gyámügyi igazgatásról szóló 1997. évi XXXI. törvény (Gyvt.) 135. § (2) bekezdés b) pont bc) alpontja helyébe a következő rendelkezés lép:

[Az (1) bekezdés szerinti szervek és személyek jogosultak a szülő, törvényes képviselő, befogadó szülő, bántalmazott személy, várandós anya]

- „bc) gyermekneveléssel összefüggő, így különösen életvezetésére, nevelési magatartására, az ellene folyamatban lévő szabálysértési és büntetőeljárásra vonatkozó,”

[adatainak a kezelésére.]

A Gyvt. 135. §-a a következő (2a) bekezdéssel egészül ki:

„(2a) A gyermekjóléti központ és a gyámhatóság a gyermek veszélyeztetettsége mértékének megállapítása, értékelése, a veszélyeztetettség megelőzése és megszüntetése céljából adatigényléssel fordulhat a bűnügyi nyilvántartó szervhez annak megismerése érdekében, hogy a (2) bekezdés

b) pontja szerinti személyi kör tekintetében folyamatban van-e büntetőeljárás a Büntető Törvénykönyvről szóló 2012. évi C. törvény XIII. Fejezetében meghatározott emberiség elleni bűncselekmények; XV. Fejezetében meghatározott élet, testi épség és egészség elleni bűncselekmények; XVII. Fejezetében meghatározott egészséget veszélyeztető bűncselekmények; XVIII. Fejezetében meghatározott emberi szabadság elleni bűncselekmények; XIX. Fejezetében meghatározott nemi élet szabadsága és nemi erkölcs elleni bűncselekmények; XX. Fejezetében meghatározott gyermekek érdekét sértő és család elleni bűncselekmények; zaklatás, kiszolgáltatott személy megalázása; XXIX. Fejezetében meghatározott hivatalos személy elleni bűncselekmények; XXX. Fejezetében meghatározott közbiztonság elleni bűncselekmények; XXXII. Fejezetében meghatározott köznyugalom elleni bűncselekmények; embercsempészség, családi kapcsolatok létesítésével visszaélés, veszélyes állat, illetve veszélyes eb tartásával kapcsolatos kötelezettség megszegése; XXXV. Fejezetében meghatározott vagyon elleni erőszakos bűncselekmények; XXXVI. Fejezetében meghatározott vagyon elleni bűncselekmények elkövetésének gyanúja miatt.”

1568/2025. (XII. 23.) Korm. határozat

A Magyar Közlöny 2025. évi 157. (2025. december 23.) számában megjelent a Kormány 1568/2025. (XII. 23.) Korm. határozata a gyermekvédelmi gondoskodásban élő gyermekek és fiatal felnőttek életkörülményeit javító egyes intézkedésekről.

426/2025. (XII. 23.) Korm. rendelet

A Magyar Közlöny 2025. évi 157. (2025. december 23.) számában megjelent a Kormány 426/2025. (XII. 23.) Korm. rendelete a kötelező legkisebb munkabér (minimálbér) és a garantált bérminimum megállapításáról.

A teljes munkaidőben foglalkoztatott munkavállaló részére megállapított alpbér kötelező legkisebb

összege (minimálbér) a teljes munkaidő teljesítése esetén 2026. január 1-jétől:

- havibér alkalmazása esetén 322 800 forint,
- hetibér alkalmazása esetén 74 210 forint,
- napibér alkalmazása esetén 14 850 forint,
- órabér alkalmazása esetén 1 856 forint.

A legalább középfokú iskolai végzettséget vagy középfokú szakkézettséget igénylő munkakörben foglalkoztatott munkavállaló részére alpbérként megállapított garantált bérminimum a teljes munkaidő teljesítése esetén 2026. január 1-jétől:

- havibér alkalmazása esetén 373 200 forint,
- hetibér alkalmazása esetén 85 800 forint,
- napibér alkalmazása esetén 17 160 forint,
- órabér alkalmazása esetén 2 145 forint.

A rendelet 2026. január 1-jén lépett hatályba.

427/2025. (XII. 23.) Korm. rendelet

A Magyar Közlöny 2025. évi 157. (2025. december 23.) számában megjelent a Kormány 427/2025. (XII. 23.) Korm. rendelete a kiegészítő szociális pótlék kifizetéséhez kapcsolódó támogatásról, valamint egyes gondoskodáspolitikai tárgyú kormányrendeletek módosításáról.

A kiegészítő szociális pótlék bevezetésével megvalósuló emelés kiterjed az állami, önkormányzati, egyházi és civil fenntartók intézményeiben foglalkoztatottakra egyaránt, függetlenül attól, hogy szakmai vagy technikai munkakörben kerülnek foglalkoztatásra.

55/2025. (XII. 30.) BM rendelet

A Magyar Közlöny 2025. évi 160. (2025. december 30.) számában megjelent a belügyminiszter 55/2025. (XII. 30.) BM rendelete a személyes gondoskodást nyújtó gyermekjóléti, gyermekvédelmi intézmények, valamint személyek szakmai feladatairól és működésük feltételeiről szóló 15/1998. (IV. 30.) NM

rendelet, továbbá a javítóintézetek rendtartásáról szóló 1/2015. (I. 14.) EMMI rendelet módosításáról.

Az NMr. 78. §-a helyébe a következő rendelkezés lép:

„A személyi higiéne biztosítása, valamint a textiliával való ellátás keretében gyermekeként biztosítani kell legalább

- a) a mindennapos tisztálkodáshoz, testápoláshoz szükséges feltételeket, tisztálkodási és testápolási szereket, valamint textiliákat,
- b) a csecsemők és kisgyermek ellátásához szükséges anyagokat, eszközöket és
- c) 3 váltás ágyneműt.

A tisztálkodáshoz kapcsolódó kiadásokra fordított támogatás összege nem lehet kevesebb gyermekeként évi 60 000 forintnál.”

A rendelet 2026. január 1-jén lépett hatályba.





Az extrém hideg miatt fokozott készültséget kért az NNGYK

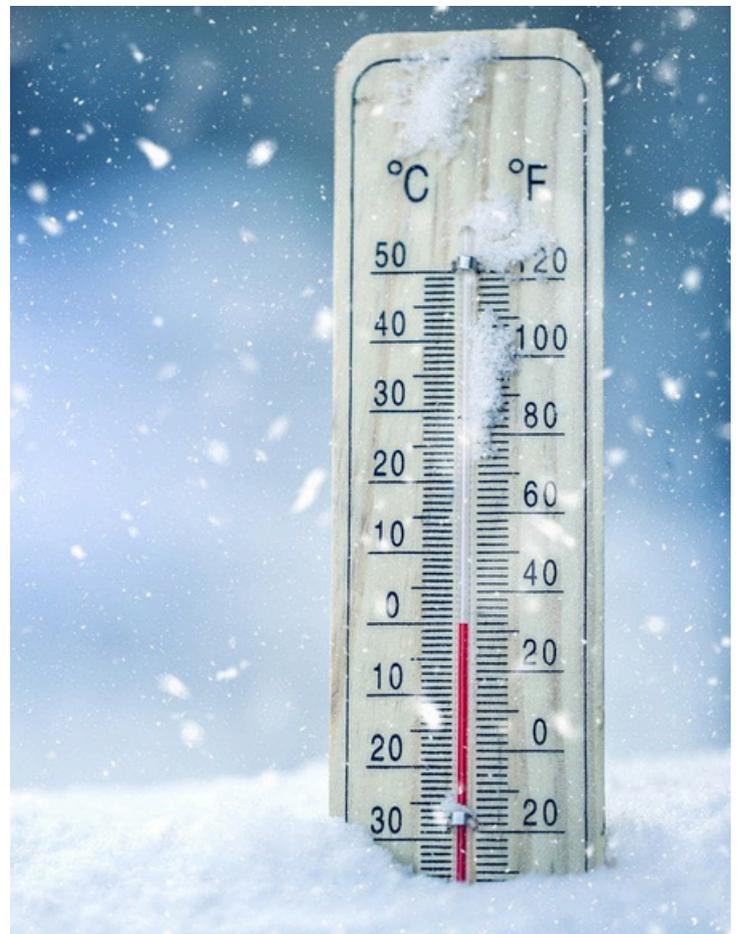
(az NNGYK honlapján közzétett írást változatlan formában közöljük)

Az előttünk álló napokban várható rendkívüli téli időjárás fokozott egészségügyi kockázatot jelent, elsősorban a veszélyeztetett csoportok számára. A biztonságos és zavartalan betegellátás fenntartása érdekében a Nemzeti Népegészségügyi és Gyógyszerészeti Központ (NNGYK) időben megtette a szükséges intézkedéseket, és felkérte az egészségügyi ellátórendszer szereplőit az extrém hideg időjárásra való felkészülésre. Egyúttal kéri a lakosságot, hogy a rendkívüli hideg idején fokozottan figyeljen önmagára és környezetére.

A folyamatos és biztonságos betegellátás érdekében az NNGYK arra kérte a fekvőbeteg-ellátó intézményeket, hogy az extrém hideg időjárásra tekintettel tegyék meg a szükséges intézkedéseket. Ennek keretében kérte, hogy mérlegeljék a dializált, valamint kúraszerű ellátásban részesülő betegek ideiglenes fekvőbeteg-ellátását. A patikákat arra kérték, hogy ellenőrizzék és töltsék fel készleteiket. Különösen figyeljenek a sürgősségi gyógyszerekre, a krónikus betegek orvosságaira, valamint az ügyeleti időszakban várható igényekre, hogy elkerüljék az időjárás okozta esetleges ellátási akadozást.

Az extrém hideg időjárás különösen veszélyes az idősekre, a csecsemőkre és kisgyermekre, a krónikus betegségben szenvedőkre, a mozgásukban vagy mentálisan korlátozott személyekre, a szociálisan hátrányos helyzetűekre, valamint a hajléktalan

emberekre. Az idősek szervezete a hidegre fokozottan reagál: az alacsony hőmérséklet növeli a szív- és érrendszer terhelését, emelheti a vérnyomást, szívritmuszavart idézhet elő, valamint súlyosbíthatja a légúti és anyagcsere-betegségeket. A krónikus betegek számára ezért különösen fontos, hogy extrém hidegben lehetőség szerint ne tartózkodjanak huzamosabb ideig a szabadban.



Az NNGYK felhívja a figyelmet arra is, hogy a kihűlés veszélye nemcsak a szabadban, hanem zárt térben is fennáll, amennyiben a helyiség hőmérséklete tartósan 15 °C alá csökken. A nem megfelelően fűtött lakásokban a szervezet hőháztartása felborulhat, ami fokozatos kihűléshez vezethet. Ez különösen az egyedül élő idősök és betegek esetében jelent komoly kockázatot, mivel csökkent hőérzetük miatt a kihűlés akár rövid idő alatt is kialakulhat.

A kihűlést gyakran figyelmeztető tünetek előzik meg, mint a végtagfájdalom, a mozgás lelassulása és a figyelem csökkenése. Ilyen esetekben haladéktalanul meleg helyre kell húzódnia, és könnyű mozgással segíteni a keringést. Mellkasi fájdalom vagy légszomj esetén azonnal mentőt kell hívni a 112-es segélyhívó számon. A melegedőhelyek listája a katasztrófavédelem honlapján folyamatosan elérhető. A rendkívüli hideg különös odafigyelést igényel a kisgyermekes esetében is. -10 °C alatt lehetőség szerint ne vigyék sétálni a kisgyermekeseket.

Amennyiben ez elkerülhetetlen, javasoljuk a réteges, alapos öltöztetést, az arc és az orr zsíros krémmel történő védelmét, a szélvédett babakocsi használatát, valamint a szabadban töltött idő minimálisra csökkentését. Erős szélben vagy sűrű ködben csak indokolt esetben induljanak útnak kisgyermekkel.

Az NNGYK felhívja a figyelmet arra, hogy az extrém hideg a közlekedésben is kockázatot jelent. A gépjárművel hosszabb útra indulóknak javasoljuk, hogy indulás előtt tájékozódjanak az utak állapotáról és a meteorológiai előrejelzésekről, valamint gondoskodjanak a mobiltelefonok feltöltöttségéről, és készítsenek be takarót, ivóvizet az esetleges várakozás idejére.

Az NNGYK arra kéri a lakosságot, hogy a rendkívüli hideg idején fokozottan figyeljenek környezetükben az idősekre és a veszélyeztetett személyekre, és szükség esetén időben nyújtsanak segítséget, mert az időben érkező támogatás életet menthet. A legfrissebb figyelmeztetések és információk folyamatosan elérhetők a katasztrófavédelem ingyenes tájékoztató alkalmazásán, a VÉSZ applikáción keresztül.





Amit a gondoskodás tanít – személyes növekedés a segítő hivatásban

(5., záró rész a „Lelki egészség a gondoskodásban” sorozatból)

Sorozatunk eddigi részeiben végigjártuk a segítő hivatás fontos lelki állomásait: az örömek és terhek kettősségét, a kiegész megelőzésének lehetőségeit, a hit és a közösség megtartó erejét, valamint a támogató munkahelyi és személyes kapcsolatok jelentőségét. Zárásként érdemes megállni egy pillanatra, és feltenni a kérdést: mit ad mindez vissza annak, aki gondoskodik? Mit formál bennünk hosszú távon ez a hivatás?

A segítő munka nem hagyja érintetlenül az embert. A mindennapok során szerzett tapasztalatok – találkozások, veszteségek, örömek – lassan, észrevétlenül alakítják a személyiséget. Sok segítő számol be arról, hogy idővel érzékenyebbé válik mások szükségleteire, türelmesebb lesz, és másképp tekint az élet alapvető kérdéseire. Ez a belső változás gyakran nem tudatos, mégis mély és tartós.

A segítő hivatásokban dolgozók esetében megfigyelhető az ún. **poszttraumás növekedés**, vagyis az a jelenség, amikor a nehéz élmények feldolgozása személyes fejlődéshez vezet. Az ember új értékeket fogalmaz meg, átértékeli a prioritásait és mélyebb kapcsolatot alakít ki önmagával és másokkal. ([Mindset Pszichológia](#))

A gondoskodás sokszor tanít **alázatra**. Arra, hogy nem minden helyzet oldható meg, nem minden fájdalom csillapítható azonnal. Ez az elfogadás – ha nem vezet beletörődésbe – felszabadító is lehet. Segít elengedni a mindenhatóság illúzióját, és megengedni azt, hogy néha „elég csak jelen lenni”. A segítő munka egyik legnagyobb ajándéka az, amikor az ember megtanul csendben, figyelemmel együtt lenni a másikkal.

Ugyanakkor a segítői hivatás önismeretre is nevel. Aki rendszeresen mások történeteivel találkozik, óhatatlanul szembesül a saját határaival, sérülékenységével és erőforrásaival is. A tudatos önreflexió – akár szakmai, akár lelki keretben – segít abban, hogy a segítő ne kiégjen, hanem fejlődjön a munkája során.





Sokan számolnak be arról is, hogy a segítő munka átformálja az élethez való viszonyt. Az apró örömek felértékelődnek: egy nyugodt beszélgetés, egy csendes reggel, egy együtt elfogyasztott ebéd. A veszteségek közelsége emlékeztet arra, hogy az idő és a kapcsolatok értékesek. Ez a szemlélet gyakran a magánéletre is átszűrődik, és mélyebb jelenlétet hoz a családi, baráti kapcsolatokban.

Fontos azonban hangsúlyozni: a személyes növekedés nem automatikus. Nem minden nehézség vezet fejlődéshez. Ehhez szükség van megtartó közegre, kapcsolatokra, szakmai és lelki támogatásra – mindarra, amiről a sorozat korábbi részeiben szó volt. A fejlődést támogató munkahelyi környezet és az önreflexió lehetősége nélkül a megterhelés könnyen kiégésbe fordul. A gondoskodás tehát nemcsak adás.

hanem kölcsönhatás. A segítő nemcsak formálja a rábízottakat, hanem maga is formálódik. Ha van tér a megállásra, az átgondolásra és a kapcsolódásra, akkor ez a hivatás – minden nehézsége ellenére – belső gazdagodáshoz vezethet.

Mindezek ismeretében elmondhatjuk, hogy a lelki egészség nem egyszer elérhető állapot, hanem folyamat. A gondoskodásban dolgozók számára különösen fontos, hogy újra és újra visszataláljanak azokhoz a forrásokhoz, amelyekből meríteni tudnak: önmagukhoz, a közösséghez, a hithez, a kapcsolatokhoz.

Ha ezek jelen vannak, a segítő hivatás nem felemészt, hanem lassan és csendesen épít.

Szerző: Kepes Anita



A szociális intézmények közösségi médiajelenlétének negatív hatásai, veszélyei

Bár a közösségi média térhódítása számos előnnyel jár, a szociális intézmények esetében nem szabad figyelmen kívül hagyni a vele járó hátrányokat és veszélyeket sem. Az online jelenlét ugyanis jelentős kockázatokat rejt magában mind az ellátottak, mind a dolgozók és a hozzátartozók számára.

Az ellátottak szempontjából az egyik legkritikusabb probléma az adatvédelem és a személyes információk kezelése. A közösségi médiában megosztott tartalmak – legyen az kép, videó vagy szöveges beszámoló – könnyen visszaélés tárgyává válhatnak, ha nem történik körültekintő szerkesztés vagy engedélyeztetés. Az ellátottak könnyen válhatnak bántalmazás, negatív kommentek vagy akár álhírek áldozatává, amelyek tovább rontják az önbizalmukat és társadalmi beágyazottságukat. Emellett az online térben való részvétel kihívást jelenthet azok számára, akik technológiailag kevésbé jártasak vagy kognitív nehézségekkel küzdenek, így fennáll az elszigetelődés veszélye is.

Ezek elkerülése érdekében szükséges, hogy az intézmények alakítsanak ki egyértelmű adatvédelmi szabályzatot, amely meghatározza, milyen típusú információk, képek és videók oszthatók meg.

- Minden esetben kérjenek írásos vagy egyértelmű jóváhagyást az ellátottaktól vagy törvényes képviselőiktől, mielőtt személyes adatokat vagy fényképeket tesznek közzé.
- Amennyiben lehetséges, használjanak anonim vagy összesített adatokat.

- Folyamatosan figyeljék a közösségi felületeken megjelenő kommenteket, hogy megakadályozzák a zaklatást, bántalmazást vagy félrevezető információk terjedését.

A közösségi médiajelenlét komoly nyomást helyezhet a **dolgozókra** is. Az online világban megjelenő kritikus vélemények, negatív visszajelzések vagy akár személyes támadások stresszt okozhatnak. A munkához kapcsolódó online kommunikáció ráadásul gyakran átlépi a munka-magánélet határait, hiszen a dolgozókra többletfeladatként nehezedhet az intézmény online megjelenésének menedzselése. Ezért az intézményeknek fokozottan ügyelniük kell arra, hogy a közösségi médiában megosztott információk megfeleljenek a jogi és etikai normáknak. Egyetlen figyelmen kívül hagyás súlyos következményekkel járhat, akár fegyelmi vagy jogi eljárásokhoz vezetve, ami szintén megterhelő a munkatársak számára.



Néhány javaslat a veszélyek kiküszöbölésére:

- Támogatni kell a dolgozókat abban, hogy ne érezzék kötelességüknek a folyamatos online jelenlétet munkaidőn kívül.
- Tájékoztatni kell a munkatársakat az online kommunikáció jogi vonatkozásairól, és tartsanak rendszeres képzéseket az online jelenlét megfelelő kezeléséről.

A **hozzátartozók** részéről a közösségi média felületeken megjelenő információk gyakran félreértésekhez és bizalmatlansághoz vezethetnek. Ha az intézmény online kommunikációja nem tükrözi a valós helyzetet, vagy ha túlzottan idealizált képet mutat, a hozzátartozók csalódhatnak, ami konfliktusokhoz és feszültségekhez vezethet. Az álhírek, pletykák és a hamis információk terjedése is nagy veszélyt jelenthet a családok számára, akik így téves képet kaphatnak szeretteik állapotáról vagy az intézmény működéséről. Ez az információs zaj rontja a bizalmat és megnehezíti az együttműködést.

A szociális **intézmények** közösségi médiában való megjelenése kezelhető, de komoly kockázattal jár. A legfontosabb veszélyforrások közé tartozik a személyes adatok nem megfelelő kezelése, a rosszindulatú támadások, a jogi felelősség, valamint az érzelmi túlterheltség mind az ellátottak, mind a dolgozók és hozzátartozók oldalán.

Néhány általános javaslat az intézmények számára, melyeket érdemes figyelembe venni:

- Gondoskodjanak erős jelszavakról, hozzáféréskezelésről, és arról, hogy csak jogosult személyek férjenek hozzá a közösségi média fiókokhoz.
- Rendszeresen frissítsék a digitális biztonsággal kapcsolatos ismereteket, és alkalmazzanak naprakész védelmi technológiákat.
- Készítsenek előre kidolgozott stratégiát arra az esetre, ha negatív esemény vagy online támadás történik, hogy gyorsan és hatékonyan tudjanak reagálni.

A szociális szolgáltatók közösségi médiában való megjelenése ma már szinte elkerülhetetlen, azonban a vele járó negatívumokat ismerni és kezelni kell. Mindezek figyelembevételével az online kommunikáció olyan eszközzé válhat, amely támogatja a gondozás minőségét, erősíti a bizalmat és elősegíti a társadalmi kapcsolatok fejlődését.



Szerző: Szócs Hajnalka

Kiadó neve: Katolikus Szeretetszolgálat • Kiadó székhelye: 1146 Budapest, Ajtósi Dürer sor 27/A.
Kiadásért felelős személy neve: Dr. Vajda Norbert • Szerkesztésért felelős személy neve: Szlávik Bence