

Módszertani Futár

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



Lelki morzsák



Mindig van lehetőség az újrakezdésre

Vannak emberek, akiket nagyon könnyen a múltjuk alapján kezdünk el nézni. Egy rossz döntés, egy nehéz életszakasz, egy függőség, egy családi törés vagy éppen sok egymás után következő kudarc lassan ráéig valakinek az életére. És egyszer csak már nem is az embert látjuk, hanem mindazt, ami vele történt. Sokszor maga az érintett is így kezd gondolkodni önmagáról: én már ilyen vagyok, nekem már úgysem sikerül másként.

Talán ezért olyan különleges számunkra Szent Mária Magdolna alakja. Az evangéliumok egy olyan asszonyt mutatnak meg nekünk, akinek az életében valami gyökeresen megváltozott, amikor találkozott Jézussal. Nem azért lett fontos szereplője az evangéliumi történeteknek, mert tökéletes volt. Éppen ellenkezőleg. Azért válik közelivé számunkra, mert az ő története azt mutatja meg, hogy az ember nem azonos a múltjával. Hogy mindig van tovább.

Mária Magdolna nem maradt ott annál, ami korábban meghatározta az életét. Nem zárta be saját magát a régi történeteibe. És talán éppen ezért különösen beszédes, hogy a feltámadás hajnalán ő az első, aki találkozik a feltámadt Krisztussal. Mintha Isten ezzel mondaná ki újra és újra, hogy ott is lehet új kezdet, ahol az ember már csak lezárást lát.

Akik segítő hivatásban dolgoznak, talán naponta találkoznak ezzel a kérdéssel. Hányszor ül velünk szemben valaki, akiről már sokan lemondtak. Egy család, amely újra ugyanabba a válságba kerül. Egy szenvedélybeteg, aki megint visszaesett. Egy fiatal, aki már sokadszor nem tud élni azzal a lehetőséggel, amit kapott. És ilyenkor bennünk is megszületik néha a gondolat: **vajon van még értelme újra próbálni?**

Pedig lehet, hogy éppen itt kezdődik a valódi szolgálat egyik legnehezebb része. Nem ott, amikor minden szépen halad, amikor látjuk az eredményeket, amikor

érezzük, hogy van visszajelzés. Hanem akkor, amikor újra hinni kell valakiben úgy, hogy közben ő maga sem hisz már saját magában.

A világ körülöttünk gyorsan mond ítéletet. Könnyen rákerül valakire egy bélyeg, és onnantól sokan már csak ezen keresztül látják őt. De talán a keresztyén ember hivatása éppen az, hogy ne a sebeket tekintse az utolsó szónak. Hogy ott is képes legyen reményt hordozni, ahol mások már csak lezárt történeteket látnak.

Mária Magdolna története erre emlékeztet. Nem arra, hogy minden helyzet könnyen megoldódik. Nem arra, hogy minden ember biztosan megváltozik. Hanem arra, hogy senkiről nincs jogunk végleg lemondani.

És talán ez a remény az egyik legfontosabb ajándék, amit a munkánkon keresztül továbbadhatunk.

Mert vannak helyzetek, amikor nem pénzre, nem megoldásra, nem azonnali válaszokra van a legnagyobb szükség. Hanem egyszerűen arra, hogy legyen valaki, aki a sok kudarc mögött még mindig képes meglátni az embert. És néha éppen ebből a hitből születik meg az a bizonyos első lépés az újrakezdés felé.

Szerző: Kepes Anita



Amikor panasz érkezik – ki mit tudhat meg?

A nyár az intézményekben sem csak a pihenés időszaka. Szabadságok kezdődnek, helyettesítések indulnak, feladatok kerülnek át egyik munkatárstól a másikhoz. Ilyenkor természetes, hogy mások is hozzáférnek olyan információkhoz, amelyekkel év közben nem dolgoznak. Ez a cikk ezekről a helyzetekről szól.

Szabadság alatt is felelősek vagyunk?

Megérkezik a nyár.

Valaki szabadságra megy. Egy kolléga átveszi a feladatait. Megkap egy mappát, egy kulcsot, egy e-mail postafiók hozzáférést vagy néhány fontos információt.

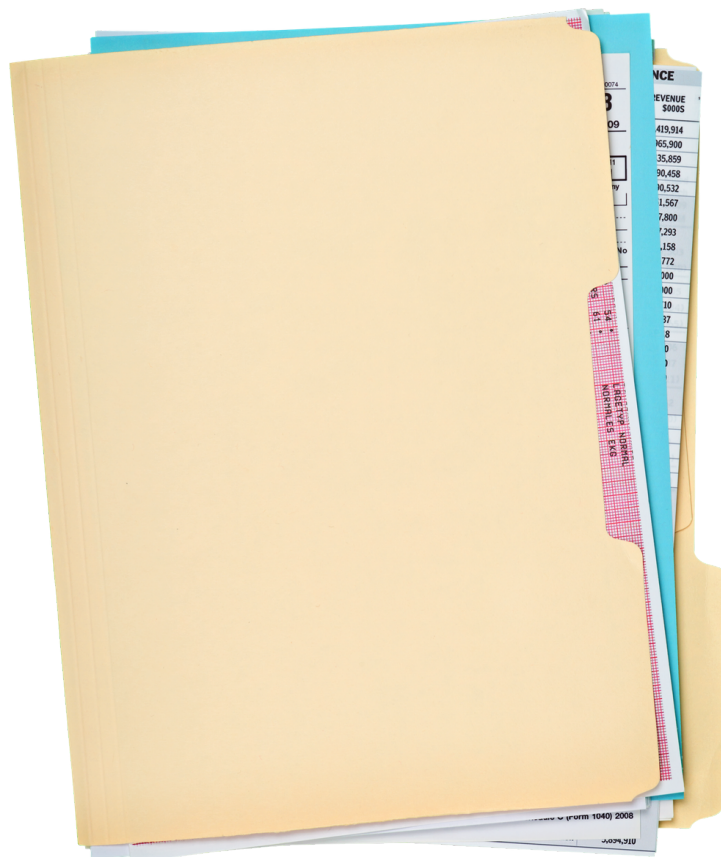
Mindez teljesen természetes. A legtöbb intézményben a helyettesítés a mindennapi működés része. Nélküle nem lenne folytonos az ellátás, nem lennének válaszok a megkeresésekre, és számos ügy egyszerűen megállna.

Mégis: a helyettesítések időszaka adatvédelmi szempontból különleges helyzet.

Ilyenkor ugyanis gyakran olyan emberek férnek hozzá bizonyos információkhoz, akik a feladataik ellátásához valóban rászorulnak ezekre az adatokra – de csak átmenetileg.

Az adatvédelem ilyenkor nem azt kérdezi, hogy lehet-e helyettesíteni. Hanem azt: pontosan mire van szükség a helyettesítéshez?

Sokszor megszokásból többet adunk át, mint amennyire valóban szükség van. Egy teljes postafiókot. Egy egész mappastruktúrát. Olyan dokumentumokat is, amelyek a konkrét feladat szempontjából nem lényegesek.



Pedig a cél nem az, hogy a helyettes mindent lásson. A cél az, hogy el tudja végezni a rá bízott feladatokat.

Ez a különbség elsőre apróságnak tűnhet, valójában azonban az adatvédelem egyik alapvető gondolata.

A nyári időszakban ezért különösen hasznos lehet néhány egyszerű kérdés:

- Valóban szükség van erre a hozzáférésre?
- Pontosan mely feladatok ellátásához kell ez az információ?
- Meddig lesz szükség a jogosultságra?

Sokszor már ezek a kérdések is segítenek megtalálni az arányos megoldást.

A helyettesítés nem csak hozzáférések átadásáról szól. Arról is, hogy a szabadság végén minden visszakerüljön a megszokott rendbe.

Egy ideiglenes jogosultság ne maradjon aktív hónapokkal később is. Egy átadott dokumentum ne kallódjon el. Egy közös használatra megnyitott mappa ne maradjon korlátlanul hozzáférhető.



Az adatvédelem ebben a helyzetben nem akadályozza a munkát.

Éppen ellenkezőleg. Segít abban, hogy a helyettesítés biztonságosan és kiszámíthatóan történjen, miközben az ellátás folyamatossága sem sérül.

A nyári szabadságok minden évben visszatérnek. A jó gyakorlatoknak is érdemes visszatérniük velük együtt.

A felelősség nem megy szabadságra. Csak átadásra kerül – és éppen ezért fontos, hogy tudjuk, kinél van.

Szerző: Dr. Medveczky Zoltán
Adatvédelmi tisztviselő (DPO)



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

Frissítésre került a gyermekvédelmi jelzőrendszeri készenléti szolgálatok listája

A Budafok–Tétényi Család- és Gyermekjóléti Központ (1225 Budapest, Nagytétényi út 261.) készenléti ügyeleti száma megváltozott. Ennek okán a gyermekvédelmi jelzőrendszeri készenléti szolgálatok listája 2026.06.10. napján frissítésre került.

Kérjük a Tisztelt Család- és Gyermekjóléti Központokat, hogy a készenléti szolgálat telefonszámának változása esetén, soron kívül tájékoztassák a Slachta Margit Nemzeti Szociálpolitikai Intézet Módszertani Igazgatóságát a modszertan@nszi.gov.hu és a gyermekvedo.hivoszam@nszi.gov.hu címeken.

A lista megtalálható a [Jogszabályváltozások](#) fül alatt.





Kapcsolat képernyőn keresztül

Előző írásainkban arról gondolkodtunk, hogyan hat mindennapjainkra a folyamatos digitális jelenlét. Szó volt arról, hogy a telefonok, értesítések és az állandó elérhetőség milyen könnyen szétzúrodottá tehetik a figyelmünket, valamint arról is, hogy mennyire fontos tudatos határokat húzunk ahhoz, hogy valóban legyen időnk a pihenésre és a feltöltődésre. A digitális világ azonban nemcsak a figyelmünket vagy a napi ritmusunkat alakítja át, hanem azt is, ahogyan kapcsolatban vagyunk egymással.

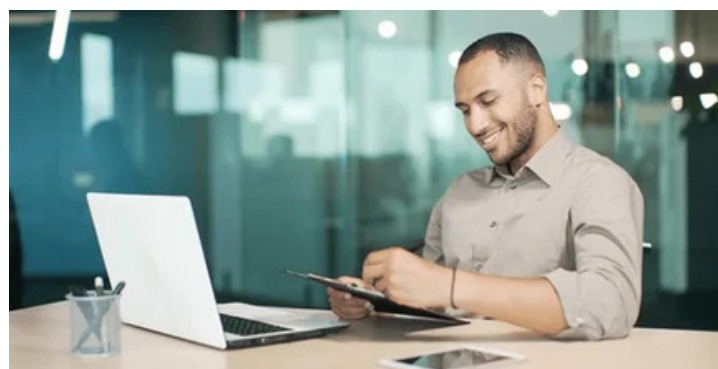
Az elmúlt években teljesen természetessé vált, hogy egyre több beszélgetés online felületeken zajlik. Üzeneteket küldünk, videóhívásokat bonyolítunk, közösségi felületeken tartjuk a kapcsolatot, és sokszor úgy kommunikálunk egymással, hogy közben fizikailag egyáltalán nem találkozunk. Ezek az eszközök rengeteg lehetőséget adnak számunkra, ugyanakkor lassan átalakítják azt is, ahogyan a másik emberhez kapcsolódunk.

A segítői munka egyik legfontosabb alapja maga a kapcsolat. Sokszor nem is a kimondott szavak jelentik a legtöbbet, hanem azok az apró jelzések, amelyeket ösztönösen érzékelünk a másik emberen. Egy tekintet, egy hosszabb csend, egy bizonytalan arckifejezés vagy éppen egy halkabb hangszín gyakran többet mond, mint maga a beszélgetés tartalma. A személyes találkozásoknak éppen ez az egyik legnagyobb értéke. Jelen vagyunk egymás számára, és közben folyamatosan érzékeljük a másik ember rezdüléseit.

Az online térben ezek közül sok minden háttérbe szorul. Egy videóhívás során csak részben látjuk a másik embert. Egy telefonbeszélgetésből hiányzik a mimika. Egy egyszerű üzenetből pedig teljesen eltűnik a hang-

súly, az érzelem és sokszor a valódi szándék is. Talán mindannyian tapasztaltuk már, milyen könnyen születhet félreértés egy rövid üzenetváltásból. Egy néhány szavas válasz könnyen tűnhet ridegnek vagy elutasítónak, miközben a másik fél valójában csak sietett vagy fáradt volt. Az online kommunikáció gyors, de sokszor kevésbé személyes.

Segítőként ez különösen fontos kérdés. Sok esetben éppen azok a finom jelzések segítenek bennünket abban, hogy megértsük, milyen állapotban van a másik ember. Egy személyes találkozás során könnyebben észrevesszük, ha valaki szorong, bizonytalan vagy éppen valami olyat próbál elrejtteni, amit nehezen tud szavakba önteni. A digitális kommunikáció ezt sokszor megnehezíti.



Emellett online helyzetekben gyakran jelenik meg egy másik jelenség is, ami az osztott figyelem. Beszélgetés közben könnyen előfordul, hogy közben e-maileket olvasunk, értesítéseket nézünk meg vagy más feladatokon gondolkodunk. Úgy érezhetjük, egyszerre több helyen is jelen vagyunk, valójában azonban a figyelmünk folyamatosan megoszlik. A másik ember ezt sokszor akkor is érzékeli, ha semmit nem mondunk róla. Egy kapcsolat minőségét ugyanis nemcsak a beszélgetés tartalma alakítja, hanem az is, mennyire tudjuk a figyelmünket valóban odaadni.

Természetesen mindez nem azt jelenti, hogy az online kapcsolattartás rossz vagy kerülendő lenne. Számos helyzetben kifejezetten segítséget jelenthet. Távolságokat hidal át, gyorsabbá teszi a kommunikációt, és sok esetben lehetőséget ad arra, hogy kapcsolatban maradjunk akkor is, amikor személyes találkozásra nincs mód. A kérdés inkább az, hogyan használjuk ezeket az eszközöket.

Talán érdemes időnként tudatosan figyelni arra, hogyan kommunikálunk a digitális térben. Egy beszélgetés alatt valóban a másik emberre figyelek? Meghallom azt is, amit nem mond ki? Adok-e elég időt és figyelmet a kapcsolódásra, vagy csak információkat cserélünk egymással?



A technológia sok mindenben megkönnyíti az életünket. Ugyanakkor könnyen előfordulhat, hogy miközben egyre könnyebben elérjük egymást, egyre nehezebbé válik az igazi kapcsolódás.

A segítői jelenlét lényege azonban továbbra sem változik. Nem elsősorban az számít, milyen eszközön keresztül kommunikálunk, hanem az, hogy a másik ember megélheti-e, hogy most valóban figyelek rám.

A digitális világ valószínűleg továbbra is egyre nagyobb teret fog kapni az életünkben. Éppen ezért talán az egyik legfontosabb feladatunk az, hogy megtanuljunk úgy jelen lenni ebben az új közegben, hogy közben az emberi kapcsolataink valódi értékei megmaradjanak. Mert kapcsolatban lenni és valóban kapcsolódni nem mindig ugyanaz.

Szerző: Kepes Anita



Írányt mutató dokumentumok - Kérelem

A Módszertani kitekintő jelenlegi számában a szociális ellátás iránti **kérelem** dokumentációs gyakorlata kerül bemutatásra.

A kérelem benyújtásának részletes szabályait főként a szociális igazgatásról és szociális ellátásokról szóló **1993. évi III. törvény (továbbiakban: Szociális törvény)** és a **személyes gondoskodást nyújtó szociális ellátások igénybevételéről** szóló **9/1999. (XI. 24.) SzCsM rendelet** határozza meg.

A jogszabályok szerint a személyes gondoskodást nyújtó **szociális ellátások igénybevétele önkéntes**, és az ellátást igénylő vagy törvényes képviselője **szóbeli vagy írásbeli kérelem** útján kezdeményezheti.

A kérelem benyújtása

A Szociális törvény valamennyi esetben meghatározza, ki jogosult a kérelem benyújtására:

- **Cselekvőképtelen kiskorú**, illetve olyan személy esetén, aki a **cselekvőképességet teljesen korlátozó gondnokság** alatt áll, a kérelmet a **törvényes képviselő** terjeszti elő. A kérelmező véleményét – lehetőség szerint – ilyenkor is figyelembe kell venni.
- Ha az ellátást igénylő korlátozottan cselekvőképes, és a szociális ellátással kapcsolatos jognyilatkozatok tekintetében **részlegesen korlátozott**, a kérelmet a **törvényes képviselő beleegyezésével** nyújthatja be.
- Amennyiben a törvényes képviselő **ideiglenes gondnok**, az intézményi elhelyezésre irányuló kérelemhez a **gyámhatóság előzetes jóváhagyása** szükséges.

- A Szociális törvény **egyes ellátási formák esetében kivételt** is megfogalmaz. A 16–18 év közötti, kiskorúság miatt korlátozottan cselekvőképes személy a szenvedélybetegek számára biztosított közösségi alapellátás és nappali ellátás igénybevételével kapcsolatos jognyilatkozatot önállóan megteheti, ehhez nem szükséges a törvényes képviselő beleegyezése vagy utólagos jóváhagyása.¹

Kérelem írásban

Írásbeli kérelem benyújtható a **kérelmező által elkészített formában**, vagy akár az intézmény/szolgáltató által összeállított **formanyomtatványon**.



¹ Szociális törvény 93.5 (1)-(4) bekezdések

Mivel a formanyomtatvány tartalmára nincs jogszabályi előírás, célszerű azt a szolgáltatásnyújtás gyakorlati szempontjai szerint kialakítani.

Néhány javaslat a kérelem formanyomtatványának kialakításához, használatához

- A **kérelmező adatai** között javasolt azokat az információkat is feltüntetni, amik meghatározó jelentőségűek a szolgáltatás igénylésénél és igénybevételénél. Ilyenek például a cselekvőképességre vonatkozó adatok.
- A formanyomtatványon érdemes lehetőséget biztosítani arra is, hogy a kérelmező megadhasa a **kapcsolattartó vagy hozzátartozója elérhetőségét** is. Ez különösen akkor fontos, ha ellátás igénybevételéhez szükség lehet egy közeli személy bevonására.
- A kérelem adatlapon feltüntethető az **igénybevétel időtartamára vonatkozó információ, ahol előzetesen jelezheti** a kérelmező a szolgáltatást **határozott** vagy **határozatlan időre** kívánja igénybe venni.
- A **választható szolgáltatási igények** megjelenítése segítheti az ellátás tervezhetőségét. Például: a kérelmező igényel-e étkezést nappali ellátás esetén.
- A formanyomtatvány tartalmazhat egy **indokolás** részt is, ahol a kérelmező röviden leírhatja, miért van szüksége az adott ellátásra, és milyen körülmények indokolják az igényt.
- A **kérelem beadási dátumát** javasolt felvezetni a formanyomtatványra. Egyrészt a nyilvántartásba vételnél napra pontosan meg kell jeleníteni, másrészt biztosítja a folyamat átláthatóságát, visszakereshetőségét.
- Amennyiben lehetséges a **formanyomtatványt tegyük elérhetővé vagy letölthetővé**, hogy ezzel is könnyebb legyen az adminisztrációs folyamat.

Kérelem szóban

A szociális szolgáltatásoknál a szóbeli kérelem lehetőségét is biztosítani kell.

A szolgáltatást nyújtó részéről érdemes lehet a szóbeli kérelem tartalmának **írásban történő rögzítése és iktatása**, hogy a kérelmezés ténye egyértelműen dokumentált legyen, és a további ügyintézéshez rendelkezésre álljanak a szükséges adatok.

A következő cikkben a kérelemhez csatolt kötelező mellékletek 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



Zenére hangolva

A foglalkozás témája, célja:

Zenehallgatás és rajzolás kombinációjából álló tevékenység. A zene mint komplex, kognitív, mozgásos és önkifejezési funkciókat segítő eszköz felhasználása demenciával élők számára szervezett élményprogram keretében.

Célcsoport: demenciával élő idősök

Időtartam: 30-45 perc

Szükséges eszközök: előre összeállított zenelista külső adathordozón, zenelejátszó (MP3-lejátszó/ CD lejátszó/ IPOD dokkoló), színes ceruza / filctoll / zsírkréta, rajzlap A/4-es méretben.

A foglalkozás leírása:

- Előkészítésként – a célcsoport élettörténetének figyelembevételével – zeneszámokat gyűjtünk, amelyek leginkább az érintett idős emberek fiatalkorában voltak divatban és azokat akkoriban gyakran hallgathatták. A zene megválasztásánál azt is szem előtt kell tartanunk, hogy lehetőleg kellemes hangzású, ugyanakkor „álmodozásra” serkentő hatású legyen, ami kapaszkodó lehet a résztvevőknek. Ha a beszerzett információkat és az idős reakcióin, testbeszédén alapuló saját megfigyelésünket összefésültük, akkor össze is állt a repertoár.
- A megérkezés és a kör alakban elhelyezett ülőhelyek elfoglalása után néhány izomfeszítő és ellazító mozdulat következik a lazább állapot, az oldott légkör megteremtésének érdekében.

- A résztvevők becsukják a szemüket, kényelmesen hátradőlnek a karosszékekben és átadják magukat a zenének. Ekkor elindítjuk a lejátszót, majd fokozatosan erősítjük a hangerőt. Zenehallgatás közben folyamatosan megfigyeljük az idősök levegővételét, mozdulatait, reakcióit, mert ezek mind megmutatják számunkra azt, hogy mennyire tudják átélni a hallottakat, illetve az érzéseikről is visszajelzést kaphatunk.
- Az összeállított repertoár többször is elhangzik. Első ízben még senki sem rajzol, csakis a zenével kapcsolatban előjövő belső képeire koncentrálnak.
- A foglalkozás második felében viszont már kezdetét veszi az alkotás, az érzések papíron történő megjelenítése, de előbb megkérjük a résztvevőket, hogy mozgassák meg végtagjaikat és nyissák ki a szemüket, majd újra elindítjuk a lejátszót.
- Lezárás: A rajzolás befejeztével egyenként szólítjuk meg a csoporttagokat, akik felmutatják a munkájukat társaiknak és beszámolnak a látottakról, illetve a bennük létrejövő megélt érzéseikről, gondolataikról.

Tapasztalatok: Az együttes élményeknek, az időben ritmikusan ismétlődő találkozásoknak kohéziós hatásuk van. A jól megválasztott terápiás módszer alkalmazása által általában csökken a demenciával élő személyek elköborlása, az emlékezet - megtartásuk javul, de legalábbis kisebb mértékben romlik, valamint a szociális interakciók megnövekednek, aminek következményeképpen az izoláció is csökkenhet.

Beküldő: Kissné Palásti Anita,
Katolikus Szeretetszolgálat Szent Klára Idősek Otthona

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