Területi Szakmatámogatási Rendszer
Pest és Nógrád Vármegye

HÍRLEVÉL

KÖSZÖNTŐ • ESEMÉNYDÚSÍTÓ ROVAT I-IV. • MENTÁL ROVAT • SZAKMAI SZABÁLYZÓK, JOGSZABÁLYVÁLTOZÁSOK • AJÁNLÓ

2025. ÉVI II. SZÁM

NSZI Slachta Margit Nemzeti Szociálpolitikai Intézet
Belügyminisztérium
Katolikus Szeretetszolgálat www.szeretetszolgalat.hu

A PROGRAM A BELÜGYMINISZTÉRIUM ÉS A SLACHTA MARGIT NEMZETI SZOCIÁLPOLITIKAI INTÉZET TÁMOGATÁSÁVAL VALÓSUL MEG.

Területi Szakmatámogatási Rendszer

KÖSZÖNTŐ

Szeretettel köszöntöm TSZR hírlevelünk olvasóit!

Tombol a nyár, elszáradtak a tavaszi virágok, lecsaptak a villámló zivatarok, és mi még mindig dolgozunk. Megteltek a nyaralóhelyek, elfogyott a lángos, elsodorta a víz a flip-flop papucsot, de a szociális szakmában talpon kell lenni.

Mi vagyunk azok, akik mindig ott akarnak lenni a másiknak. Helyt akarunk állni és törődni akarunk mindenkivel, akivel más már nem törődik. Vörös kóddal ébredünk, GYVR-rel álmodunk, módszertani útmutatóra alszunk el. És közben mosolygunk mindig, ha fáj, ha fúj, ha üres...

De egyszer elfogy az erőnk. Kiszáradunk mi is, ha nem iszunk. És ha kiszáradunk, nem leszünk rendíthetetlenül ott, amikor kell. Fontos tehát, hogy a nyár meghozza azt az időt, amikor kitesszük az automatikus válaszüzenetet és kihúznak minket a beosztásból. Nem csöng ki a telefonunk, nem küldünk ki több emailt és nem konzultálunk Julcsi néni állapotáról.

Kedves Kolléga! Tudom, mit teszel idén nyáron. Bezárod a SZÁP-ot és felállsz a SUP-ra. Vagy legalább félreteszed azt, ami máskor sosem várhat. Bízom benne, hogy megteszed. A következő TSZR eseményen megkérdezlek, hogy sikerült-e! 😊

dr. Csizmás Ágnes
módszertani munkatárs
Pest és Nógrád vármegye TSZR
csizmas.agnes@szeretetszolgalat.hu

Pest és Nógrád vármegye TSZR-jének egyes ellátástípusokért felelős munkacsoportvezetőinek elérhetőségei megtalálhatóak honlapunk Kapcsolat menüpontja alatt: TSZR | Területi Szakmatámogatási Rendszer

A KOMFORTZÓNA SZEREPE A SZOCIÁLIS MUNKÁBAN
(BALATONI ÁGNES, TERÜLETI MUNKACSOPORTVEZETŐ BESZÁMOLÓJA)

A Komfortzóna szerepe a szociális munkában címmel nagysikerű közös szakmai konferenciát szervezett április 24-én, Tatabányán a Pest és Nógrád Vármegyei, valamint a Fejér- és Komárom-Esztergom Vármegyei Területi Szakmatámogatási Rendszer Hajléktalanellátás területi munkacsoportja.
A szakembereknek Bércesi János, a BM szociális referense által tartott bevezető előadás után, Magyar Attila szervezetfejlesztő pszichológus tartott tréning jellegű ismeretátadó, önismereti és fejlesztő foglalkozást, majd egy sikertörténetről hallhattak az érdeklődők egy pódiumbeszélgetést.

A téma aktualitását adta, hogy a hajléktalanság problémáját az elmúlt évtizedek erőfeszítése ellenére nem sikerült megnyugtatóan rendezni. A fedélnélküliek száma a ráfordított erőforrások ellenére sem csökkent jelentős mértékben. A probléma kezelésére - a szakma által egyre többször hangoztatott - paradigmaváltásra van szükség. Egy olyan szemléletváltásra, mely a hajléktalanságot már nem pusztán végállomásnak, a hajléktalan embereket ápolásra szoruló, vagy éppen elrejtendő, kitaszított embereknek tekinti, hanem egy olyan egyéni és társadalmi helyzetnek, melyből még lehetséges a kiút, lehetséges a visszaút, az integráció a hajlékkal rendelkezők társadalmába.

Mi szükséges a változáshoz? A legfontosabb, hogy a szakemberek kilépjenek a megszokott keretek közül, a rászorulók pedig valódi lehetőséget kapjanak a hajléktalanságból való kilépéshez. És miért ragaszkodunk a megszokott keretekhez? A válasz az előadásban így hangzott: „... mert a komfortzóna egy olyan kényelmi zóna, melyhez minden rutintevékenységünk köthető. Komfortzónán belül ismerjük a járást. Rutinból, megszokásból tesszük a dolgokat. A mindennapi életünkben bizonyára nagy szükség van erre. Ez adja meg a biztonságot, sok időt és erőfeszítést spórol meg. Minek feltalálni a „spanyolviaszt", ha már megtették. Itt nem érhet minket meglepetés, ugyanakkor fejlődést, változást, előrelépést, átalakulást, csakis kizárólag a tanulási zónában érhetünk el".

Mindez vagy külső vagy belső kényszer hatására következhet be. Jelen esetben egy külső kényszer, a valós segíteni akarás és hosszabb távú változás érdekében kell kilépni a komfortzónából.

A tanulási zónában, ahogy a neve is jelzi, lehetőség van a fejlődésre. „Ha ebben a zónában tartózkodunk, mindig tele lehetünk azzal az energiával, amit a sikerek generálnak. Pl: ha egy új – de eddig nem alkalmazott, vagy rettegett módszert vetünk be azért,

hogy egy régi ügyfél az intézményes ellátást igénybe vegye, és ez a módszer sikerre vezet, akkor a változással elértük a célokat.”

A zónában folyamatosan új ingerek, élmények, feladatok érnek, melyek lehetnek akár pozitívak vagy negatívak, de mindig előre fognak vinni. „Érdemes végig gondolni a pro és kontra érveket, de hosszútávon semmiképp sem előnyös, ha nem követjük a változás hívó szavát.” – hangoztatta Magyar Attila pszichológus, aki a délelőtt folyamán számos játékkal, aktív módon vezette rá a résztvevőket a komfortzóna biztonságára, és a fejlődés fontosságára.

Kora délután egy érdekes, és sok kérdést felvető beszélgetéssel folytatódott a konferencia. Domokos Mara szociális munkás egy olyan ügyfél történetet osztott meg a résztvevőkkel, amely történetben a segítő és segített egyaránt kiléptek komfortzónájukból és ez a lehető legpozitívabb irányba mozdította el a kliens életét. A gondolatébresztő, vitaindító megosztás kapcsán is megállapítást nyert az a hangsúlyozandó hozzáállás, hogy a határok átlépése sikert hozhat, ugyanakkor mindig hordoz magában kockázatokat. A szakmai keretek elsősorban a segítőt védik a kiégéstől és a túlzott érzelmi bevonódástól, amelyről soha nem szabad megfeledkeznünk.

A SZÉGYEN MEGJELENÉSE ÉS FELDOLGOZÁSI LEHETŐSÉGEI (ELEK VIKTÓRIA TERÜLETI MUNKACSOPORTVEZETŐ BESZÁMOLÓJA)

Pest és Nógrád vármegye idősügyi munkacsoportja május 23-án gesztorszervezetünk, a XXIII. János Otthon épületében egy különleges témájú szakmai eseményt szervezett „A szégyen megjelenése és feldolgozási lehetőségei az idősgondozásban" címmel.

A szégyenérzetről való beszélgetés az idősgondozásban különösen fontos, mert ez az érzés mélyen befolyásolhatja az idősek lelkiállapotát, önértékelését, valamint az ápolókkal és családtagokkal való kapcsolatukat. A szégyenérzet tabu volta ellenére fontos része az időskor megélésének, különösen gondozási helyzetekben. Ha erről beszélünk, az segít az időseknek megőrizni emberi méltóságukat, erősíti a bizalmi kapcsolatokat, és hozzájárul egy humánusabb, érzékenyebb gondozási környezet kialakításához. Ha a gondozók, mentálhigiénés munkatársak tudatosan figyelnek arra, hogy a gondozott szégyenérzetet élhet át, empatikusabban és tiszteletteljesebben tudnak viselkedni. Ez növeli a méltóságteljes bánásmód esélyét.

- A szakmai nap elején **Csurgai-Horváth Zsófi**, mentálhigiénés szakember tartott előadást **A szégyen lélektana címmel.** A szégyen pszichológiai és szociális aspektusait vette górcső alá az előadás, kitérve többek között arra, hogy a szégyen mély belső fájdalommal jár, gyakran önmarcangolással, elszigetelődéssel és identitásbeli válsággal.
- A pszichológiai megközelítést Elek Viktória, szociális menedzser, az idősügyi területi munkacsoport vezetője a demencia és szégyen kapcsolata témakörével egészítette ki. Előadásában kitért rá, hogy a demenciában szenvedők gyakran tapasztalnak szégyenérzetet a képességeik fokozatos csökkenése miatt. A memóriazavarok, a zavartság és a kontrollvesztés miatt megalázónak érezhetik saját állapotukat, különösen akkor, ha környezetük negatívan reagál. Az előadás sorra vette a demencia korai szakaszát, a hozzátartozók szerepét, a szégyen kép kialakulását és a megszégyenítés formáit. Az intézményi környezettel kapcsolatosan kitért a társadalmi elvárások, megszégyenítés hatásai témákra, majd személyes történettel gazdagította a hallottakat.
- A szakmai esemény következő részében Nagy Sándor teológus érdekes előadását hallgathatták

meg a résztvevők A szégyen a Bibliában címmel, majd

- **Tóthné Major Ágnes,** terápiás munkatárs fűzte tovább a gondolatokat **Méltóság az idősellátásban** címmel. Gyakorlatias előadásában kifejtette, hogy a méltóságteljes bánásmód olyan empatikus, figyelmes hozzáállást feltételez, amely figyelembe veszi a lakók egyéni szokásait, múltját és igényeit. Az autonómia tisztelete és a képzett szakemberek szerepe szintén előkerült az alaptéma kapcsán hangsúlyozva, hogy a gondozók kommunikációs és érzelmi intelligenciája kulcsfontosságú a szégyen megelőzésében.
- Az esemény mélységét tovább növelte, hogy a szakmai napon Lakók és hozzátartozók vallomásai a szégyenről címmel értékes gondolataikat, saját megéléseiket is megosztotta egy lakó és egy hozzátartozó. (Többek között felütést adtak mondandójukhoz az alábbi mondatok: **„Nem akarom, hogy így lássanak a gyerekeim", „Szégyellem, hogy néha haragszom rá, pedig nem tehet róla".**) A vallomások rávilágítottak arra, hogy a szégyen mindkét félben megjelenhet, és fontos a közös feldolgozás lehetősége.

- A rendezvény utolsó szakaszában Elek Viktória A szégyen megjelenése a művészetekben címmel képekkel, videókkal, irodalmi szemelvényekkel emelte a nap sokszínűségét, kiemelve azt is, hogy a művészetek gyakran tematizálják a szégyent – ezáltal segítik az egyéni és kollektív feldolgozást.

A szakmai nap összegzéseként megállapítást nyert, hogy fontos, hogy az ellátórendszer, a családtagok és a társadalom egésze is törekedjen arra, hogy ne mélyítse el ezt az érzést, hanem segítse a méltóság megőrzését és az elfogadást. A művészetek és a vallás lehetőséget adnak a szégyen feldolgozására és átkeretezésére, így hozzájárulnak az egyéni lelki békéhez és közösségi megértéshez is.

SZAKMAI NAP A FALU- ÉS TANYAGONDNOKI ELLÁTÁSBAN DOLGOZÓK SZÁMÁRA

(BOGNÁR LÁSZLÓ TERÜLETI MUNKACSOPORTVEZETŐ BESZÁMOLÓJA)

Május 29-én, Cegléden találkoztak Nógrád és Pest vármegye falu- és tanyagondnok kollégái, valamint a fenntartók képviselői. A rendezvény házigazdája és támogatója Cegléd Város Önkormányzata volt.

A nap során a résztvevők bemutatkoztak, és megosztották egymással tapasztalataikat, beszéltek a településeikről és mindennapi munkájukról. Áttekintésre került a 2025-ben újraindult Nógrád-Pest vármegyei Területi Szakmatámogatási Rendszer (TSZR) felépítése, valamint a falu- és tanyagondnoki szolgáltatás jogszabályi hátteréhez kapcsolódó több gyakorlati kérdés, mint például a gyermek- vagy étel-szállítás, valamint a helyettesítés szabályozása.

A szakmai beszélgetések során a jelenlévők megosztották egymással jó gyakorlataikat és dilemmáikat is, segítve ezzel egymás munkáját és szakmai fejlődését.

Krisztián Mária Krisztina, a Máltai Módszertani Munkacsoport munkatársa vitaindító előadásában hangsúlyozta a szakmai program elkészítésének és rendszeres felülvizsgálatának fontosságát. Előadása rámutatott arra, hogy a megfelelően összeállított szakmai program nem csupán jogszabályi kötelezettség, hanem a mindennapi munka során is hasznos kapaszkodó a szakemberek és a fenntartók számára egyaránt – akár munkaszervezésről, akár panaszkezelésről van szó.

Sümeginé Országh Edit, a Falugondnokok Duna–Tisza Közi Egyesületének ügyvezetője átfogó és informatív előadást tartott a képzési rendszer működéséről. Bemutatta az alapképzéseket, a kötelező továbbképzések rendszerét, valamint az Egyesülete által szervezett választható képzési lehetőségeket. Szó esett az OJKF felület használatáról, a továbbképzési tervek készítéséről, valamint a képzések díjfizetési kötelezettségeiről is.

A rendezvényt megtisztelte jelenlétével Hegedűs Ágota, Cegléd város alpolgármestere, valamint Dr. Csáky András, Cegléd város polgármestere.

A szakmai programot közös ebéd zárta, ahol a résztvevők megkóstolhatták a Nádas Étterem híres halászlevét és túrós csuszáját.

ELVESZVE EGY SZENVEDÉLYBETEG CSALÁDBAN
(KOHÁRI SZILVIA TERÜLETI MUNKACSOPORTVEZETŐ BESZÁMOLÓJA)

„Elveszve egy szenvedélybeteg családban" címmel az egészségügyi és szociális ellátásban dolgozók számára nagy sikerű konferencia került megrendezésre Pásztón, június 5-én.

A szervezők a korábbi salgótarjáni konferencia tapasztalatai alapján (amely a „Szerhasználó fiatalok támogatása: kihívások és lehetőségek a gyermekjóléti és szenvedélybeteg ellátásban" címmel, 2024.11.07. napján került megrendezésre) szerettek volna egy olyan szakmai rendezvényt, amely összeköti az ellátóhelyeket, a szenvedélybeteg családok ellátásának fókuszával. Ennek előzménye volt az is, hogy Pásztón Dr. Sótér Eszter pszichiáter vezetésével egy jelentős team alakult ki a „Köttusa kampány" kapcsán, és országos átlagban ebben az adománygyűjtő akcióban Pásztó kiemelkedően aktív volt. A „Köttusa kampány" szenvedélybeteg családokban felnövő gyerekek számára szervezendő programokhoz gyűjtött adományokat, fontos volt ezért, hogy a kialakult összefogás valahogyan folytatódjon szakmai körökben, a Területi Szakmatámogatási Rendszer kereteit és lehetőségeit is bevonva.

A rendezvény Kohári Szilvia területi munkacsoportvezető, **Dr. Földi András**, a Margit kórház új orvosigazgatója, majd **Dr. Sótér Eszter** köszöntőjével kezdődött és három rendkívül érdekes és sokszínű szakmai előadással folytatódott:

- **Békési Tímea**, addiktológiai konzultáns, meseterapeuta, gyászkisérő, családi tanácsadó, a veszteségekről és a gyászmunka jelentőségéről beszélt a szenvedélybeteg családban
- Ezt követően **Frankó András**, családterapeuta, mentálhigiénés szakember, a Magyar Máltai Szeretetszolgálat Fogadó Pszichoszociális Szolgálatának vezetője beszélt az eddigi munkájukról és tapasztalataikról, szenvedélybeteg családokban felnövekvő gyerekek kapcsán szerzett csoportmunka tapasztalatairól. (A témához kapcsolódóan az érintettek és a segítő szakemberek számára is hasznos, letölthető szakmai anyagok találhatók **ezen a linken.**)
- A kávészünetet követően a harmadik, interaktív, élményszerű előadást Márk Tibor, az Árral Szemben a Jövőért Alapítvány elnöke, tapasztalati szakértő tartotta meg, amelyben az alapítvány előadásairól és a fiatalok szerhasználatának okairól beszélt, valamint arról a prevenciós munkáról, amelyet alapítványuk képvisel.

Kohári Szilvia zárszót és összegzést mondott a TSZR nevében, megköszönve a kitartó és végig jelenlévő száz fős hallgatóságnak a figyelmet és párbeszédet.

A konferencia nemcsak tudományosan volt értékes. Fontos előrelépés volt, hogy egy egészségügyi intézmény fogadta be a főleg szociális munkával foglalkozó résztvevő szakembereket, aminek a jövőben a szakmai együttműködések szempontjából kiemelt jelentősége lehet.

SZÍNEK ÉS HANGOK A SZOCIÁLIS GONDOSKODÁSBAN
(CSIZMÁS ÁGNES, MÓDSZERTANI MUNKATÁRS ÍRÁSA)

Aki nap mint nap gondoz, ápol, foglalkoztat demenciával vagy fogyatékossággal élőket, folyamatosan tapasztalja, hogy nincsenek csodaszerek, nincs átfogóan gyógyító, tünetmentesítő injekció vagy tabletta. Amikor azonban eszközöket keresünk ahhoz, hogy a demenciával élők vagy más gondozottak életminőségét, mindennapjait teljesebbé, jobbá és ezzel saját munkánkat is könnyebbé tegyük, érdemes újra gondolnunk olyan egyszerű dolgok tudatos használatát, mint a színek és a zene. Bár szinte minden idős – és fogyatékos ellátásban alkalmaznak a zeneterápiában is használt eszközöket és legalább a foglalkozás/foglalkoztatás területén megjelennek a színek, hasznos lehet ezek tudatosabb és egyidejű alkalmazásával is foglalkoznunk.

Színek és hatásaik

Ma már általánosan elismert tény, hogy minden szín eltérő hullámhosszú rezgéssel, más és más módon hat a szervezet működésére, idegrendszerünkre, illetve az érzelmekre. A színek hatása bizonyos helyzetekben azonnal érezhető, például öltözetünk nemcsak a többiek számára tükrözi aznapi hangulatunkat, hanem a különböző ruhákban mi is másként érezzük magunkat.

A szociális ellátásban a színek fontos eszközök. A ruhaszín, falszín, ajtószín, dekoráció színe, a foglalkozáson kikészített árnyalatok, a tudatos jelölések és tálalás mind az ellátást segíthetik. A színek tudatos használatával komolyan befolyásolhatjuk nemcsak az általános **hangulatot** az adott gondozási napon, de az **aktivitást, az egészségügyi jellemzőket, a kooperációs készséget és a változások elfogadására való képességet** is.

A teljesség igénye nélkül vizsgáljuk meg néhány szín hasznos hatását!

A **vörös** szín egyes kutatások szerint képes lehet a hőérzet növelésére. Ha egy lakónk gyakran fázik, amikor a levegő hőmérséklete egyébként nem hideg, megpróbálhatjuk "felmelegíteni" a szobát számára vörös takaróval, párnával. A falakra festett piros szín azonban kisebbítheti a teret és ha a színt szemmagasság fölé festik, az arra ösztönözhet, hogy elhagyjuk az adott helyet, ezért óvatosan kell alkalmazni. A vörös szín étvágyserkentő hatását is fi-

gyelembe vehetjük, ha nem eszik eleget lakónk, akár az étel piros tányéron történő tálalásával.

A **narancssárga** szín általánosságban felfrissít, növeli a fizikai erőnlétet, mozgásra ösztönöz, enyhíti az izomfeszültséget, a görcsöket és segít elűzni a depressziót. Erősen hat az érzékekre, a szexualitásra, mindemellett jótékony hatással lehet a lépre, az emésztésre, a csontrendszerre és az izmokra. Inspiráló hatása által erőt ad a változásokhoz és ahhoz, hogy képesek legyünk szembenézni az egyes problémákkal, nehézségekkel.

A **kéket** gyakran a békével és a nyugalommal társítják (gondoljunk a kék égre vagy az óceánra), és a kutatások azt mutatják, hogy a kék szín csökkentheti a vérnyomást és a szorongást (pl. kék fal). A világoskéktől eltérően a sötétkék pedig segíthet az étvágycsökkentésben ellátottaink számára (pl. sötétkék tányér, teríték).

A **zöld** bizonyítottan csökkenti a központi idegrendszer aktivitását, megnyugtat. A lime zöld viszont élénk szín, amelyet jól láthatunk az életkor előrehaladtával vagy szemproblémák megléte esetén is. A lime zöld bizonyítottan hatékonyan felhívja a figyelmet a fontos emberekre, helyekre és dolgokra. Megkülönböztető lehet például, ha ilyen színű ruhát viselnek a gondozók, vagy hasznos lehet, ha ilyen színnel jelöljük meg a kikapcsoló/bekapcsoló gombot, ha annak helyét el szokta felejteni a demenciával élő. Ugyanígy csökkenthető az esés kockázata, pl. WC ülőke vagy lépcső megjelölésével.

Előfordulhat az is, hogy bizonyos színek nehezítik a kommunikációt, a bizalom kialakulását vagy az ellátást magát. Pl. bizonyos kutatások szerint a **fekete** színre különös figyelmet kell fordítani az idősek, demenciával élők esetében: a feketét gyakran ijesztőnek vagy félelmetesnek érzékelik, főleg, ha térdtől lefelé viselik, tehát a világosabb árnyalatú nadrág és cipő megelőzhet bizonyos fokú szorongást az erre érzékenyeknél. Ugyanígy a lábtörlő, szőnyeg feketeségét akár lyukként is érzékelhetik a földben, ami félelmetes, elbizonytalanító lehet.

Hangok, színek, hangszínek

A hangok és a színek közötti kapcsolat ősidők óta foglalkoztatja az embert, de az agykutatás még mindig tartogat meglepetéseket. Annyi bizonyos, hogy jól irányzott összekapcsolásuk a külön-külön meglévő általános és terápiás hatásaik felerősítésére is képes. A hangok és színek ősi rokonságát bizonyítják a közös nyelvi jelzők, mint pl. világos, tiszta, éles, vagy maga a hangszín szó.

Érdekes, ma is vizsgált mentális jelenség a **szinesztézia,** amelyben egyik érzékszerv által keltett benyomás automatikusan aktivál egy másik érzetet, tehát például a betűkhöz vagy számokhoz az ember akaratlanul is színeket társít. A szó görög eredetű: szün – együtt, egyszerre, esztészisz –érzékelés. Magyarul összeérzésnek is nevezik.

A szinesztézia leggyakoribb esete: a **„színhallás”**, amikor különböző hangokra különböző színeket látunk, vagy színekre hangokat észlelünk. Gyakoriak a színhallók az abszolút hallással rendelkezők és a világtalanok között. Mivel kisgyerekeknél sűrűn előfordul, feltételezhető, hogy veleszületett tulajdonságról van szó; a látás és a hallás szétválása gyermekkori fejlődés eredménye. Szinesztéziát okozhatnak még idegélettani, agyi diszkfunkciók, valamint drogok is előidézhetnek ilyen élményt. A képesség előfordulási gyakorisága (Cytowic vizsgálata szerint) felnőtteknél kicsi, mindössze 0,004 százalék. Több zeneszerzőnek, illetve festőnek volt szinesztéziás képessége, és zenei élményeik leírásához gyakran hivatkoznak színekre. „Ezt a részt játssza egy kicsit lilábban!” – Debussy híressé vált megjegyzése például egy zenekari próbán hangzott el.

Hangok és színek ötvözete az ellátásban

A hang- és zeneterápia önmagában is nagyon sokat segíthet a demenciával élők és más gondozottak állapotának, életminőségének javításában, kiegyensúlyozásában, érdemes azonban megfontolni az alábbi, jelentős forrást nem igénylő lehetőségek bármelyikének rendszeres alkalmazását:

- **Színek és hangok aktualitása:** mind a zene, mind a színek megfelelő kiválasztásával ellensúlyozható az aznapi általános hangulat, energiaszint, bevonhatóság. Ha túl élénk, kötekedő vagy ellenálló a gondozottunk, ezeknek az energiáknak a nyugalom irányába történő mozdításával, számára kedves emlékek választásával segíthetünk, de ha „túl nagy a nyugalom”, az élénkítő hatású zenei és színelemekhez kell nyúlnunk. (Ld.: színező mintája, előre kikészített színek, lassú ütemű zene, gyorsabb zene, magasabb frekvencia, mélyebb, nyugtató hangok).
- **Foglalkozásokon:** érdemes lehet a terápiás foglalkozáson kifejezetten alak nélküli alkotást kérni, azaz csak színek választását lehetővé tenni meglévő zenéhez, hanghoz. Ez egyébként arra is alkalmas, hogy a különböző állapotú ellátottak egyidejű alkotása a sokszínű csoport kohézióját létrehozza.
- **Érzelmi feldolgozás:** nagyon jó feladat lehet egy zenében megjelenő szereplő, vagy érzelem kiválasztása és annak megjelenítése a papíron, színekkel. A zene előzetes vagy egyidejű meghallgatása egyébként is érzelemoldó, érzelmi memóriát felszabadító hatású, az előjött érzelem feldolgozását, beszéd nélküli megformálását azonban maguk a színek és az alkotás segíthetik.

- **Színes kotta módszer elemei és színes harangok, csengők,** más hangszerek alkalmazása: képzetlen, kevésbé megtartott állapotú ellátottak számára is lehetséges ma már a közös zenei produkció létrehozása, amelyben a kottakép helyett akár csak színeket, vagy színezett pontokat alkalmazva, azokra rámutatva az azonos színű hangszer megszólaltatását kérjük. Rendkívül fejlesztő, állapotfenntartó hatású lehet a hangok és színek ilyen fokú aktivitásba történő bevonása.
- **Színes érintések:** a demenciával élőkkel való foglalkozásban fontos szerepe van az érintésnek is. Új dimenziót nyithat, ha a zenés foglalkozáson színes, eltérő hangulatú kendőket, karton-papírokat, anyagokat alkalmazunk. Az anyagok simítása, szín szerinti kiválasztása, ritmusnak megfelelő mozgatása mind erősíti a foglalkozás terápiás hatásait.
- **Állatfotók-hangok összekapcsolása**: az állatok képe, az állatvilághoz való kapcsolódás nem csak verbálisan vagy vizuálisan lehet jelen a foglalkozásokon. Érdekes lehet bizonyos megszólaltatott vagy lejátszott hangok, zenék esetében az állatképek kiválasztását lehetővé tenni. Verbálisan ép lakók esetében természetesen mindez a beszélgetés elindítására is alkalmas lehet.
- **Élő énekhez társuló érzelmek lerajzolása**: nincs éneklés nélküli intézményi élet. Szoktunk-e azonban rajzolni, színezni az élő ének alatt? Akár ketté bontva a csoportot, akár egy élő ének hallgatása közben, vagy a választás lehetőségét meghagyva ellátottunknak, változatosságot,
- pluszt adhat a kétféle tevékenység össze-kapcsolása.
- **Relaxáció képindítással, és azt követő rajzolás, satírozás,** festés színekkel. Az intézményi élet és a ki nem mondott érzelmek, nehézségek mind az ellátottak, mind a munkatársak napjainak részei. Fontos lenne időnként a napi rutin vagy a terápiás foglalkozások részévé tenni a csendes elmélyülést,. relaxációt. Gyermekeknél, fogyaté-kossággal élőknél és demenciával élőknél is jóeszköz a képindítás, amely nem jelent mást, mint egy olyan relaxációs indítást, amelynek része egy biztonságos, nyugodt, kellemes érzetet előidéző hely és képivilág elképzeltetése, amelyből a kellemes érzetet magunkkal hozzuk az éberebb állapotba is. A képzeletbeli időzést követően érdemes zsírkrétát, festéket, ceruzát elővenni és hagyni, hogy a kellemes élmény nonverbális módon kifejeződhessen.

A fentiek csak néhány gyakorlatias példát kívántak megjeleníteni arra vonatkozóan, hogy a demenciával élők és más gondozottak számára mennyi, állapotukat és hangulatukat befolyásoló eszközt vehetünk elő tarsolyunkból, ha színekkel és zenével foglalkozunk. Ráadásul -ami külön öröm a mai szociális ellátásban- az ötletek többsége alacsony forrásigényű és bármilyen kompetencia megléte esetén alkalmazható. (Természetesen - mint bármely terápiás hatással rendelkező eszköz alkalmazása esetén- a fent felsorolt módszerek esetében is mindig szükséges tisztázni és betartani a kompetenciahatárokat, az elérni kívánt célok, az igénybevevők állapota és szükségletei mentén történő differenciálás mellett.)

Napsárga foglalkozásokat és világoskék ellátási napokat!

A teljesség igénye nélkül néhány elérhető forrás, ahol az érdeklődők bővebben is olvashatnak a fentiekről:

Magyar Zeneterápiás Egyesület, Selfskills | szín, Színpszichológia | PDF, ADRC - Color Theory and Dementia, Gloria Dei Communities - The Power of Art and Music for Dementia Patients , Zenci - szinesztézia

Frissített tájékoztató a minősített munkakörhöz kötött és a minősített választható továbbképzések szervezésével kapcsolatban

A Slachta Margit Nemzeti Szociálpolitikai Intézeten belül a Kiemelt Szociális Továbbképzés- Szervezési Csoport feladatai közé tartozik a személyes gondoskodást végző személyek továbbképzéséről és a szociális szakvizsgáról szóló 9/2000. (VIII. 4.) SzCsM rendeletben előírt minősített kötelező, minősített munkakörhöz kötött, és – önként vállalt képzés-szervezői feladatai körében – minősített választható továbbképzések szervezése.
A továbbképzések az **Online Jelentkeztetési és Képzésszervezési Felületen** (Továbbiakban: OJKF) érhetők el.

A továbbképzésekre a munkavállalók az OJKF-en az egyéni – PÁLYÁZÓI fiókba való belépés után az „Elérhető továbbképzések" menüpont alatt tudnak jelentkezni.

Jelenleg a következő szakmai e-learning típusú továbbképzések közül választhatnak:

- Jogszabály/jogismeret aktualizálás, ellátotti-, gyermek-, betegjogok (Kötelező továbbképzés)
- Kiégés felismerése és kezelésének lehetőségei (Kötelező továbbképzés)
- ENSZ egyezmények, szakmai etika kérdései, önkéntesség (Kötelező továbbképzés)
- Jelzőrendszer ismertetése, gyermekbántalmazás prevenciója (Kötelező továbbképzés)
- KRESZ-ismeretek falu- és tanyagondnokok számára (Munkakörhöz kötött továbbképzés)
- Dokumentációs rendszerek hatékony használata a gyermekvédelmi területen
- Falu-, tanyagondnoki feladatok dokumentációi
- Dokumentációs rendszerek hatékony használata a szociális területen

Az elérhető továbbképzésekről szóló tájékoztató anyagok 2025. május 9. napján frissültek, elérhetőek **ezen a linken.**

a TB-kiskönyv megszüntetéséről, valamint a köz-nevelési, szociális és gyermekvédelmi és fogya-tékosságügyi területet érintő egyes törvények módosításáról szóló 2025. évi XXXIV. törvény

A Magyar Közlöny 2025. évi 64. számában (2025. 05. 30.) megjelent a TB-kiskönyv megszünte-téséről, valamint a köznevelési, szociális és gyermek-védelmi és fogyatékosságügyi területet érintő egyes törvények módosításáról szóló 2025. évi XXXIV. törvény. A módosítás a szociális igazgatásról és szociális ellátásokról szóló 1993. évi III. törvényt és a Gyermekek védelméről és gyámügyi igazgatásról szóló 1997. évi XXXI. törvényt is érinti. Főbb rendelkezések:

- Az adatkezelés területét érintő módosítás a **20/C. § (1)** bekezdésében található, amely h)–j) ponttal egészül ki: (A kincstár a személyes gondoskodást nyújtó szociális ellátások, szolgáltatások finan-szírozásának ellenőrzése, és a szükséges szociális szolgáltatásokhoz történő hozzáférés nyomon követése céljából nyilvántartást vezet. A nyilvántartás tartalmazza...)
- „h) **fogyatékos személyek nappali és bentlakásos ellátása, valamint támogató szolgáltatás**esetén az igénybe vevő fogyatékos-ságának típusát, támogató szolgáltatás esetén továbbá a személyi segítéssel, szállítási szolgál-tatással teljesített feladatmutatót,

- i) pszichiátriai betegek és szenvedélybetegek közösségi ellátása, nappali és bentlakásos ellátása esetén az igénybe vevő diagnóziskódját vagy szenvedélybetegségének típusát,
- j) azt, hogy az igénybe vevő **ellátása külső férőhelyen történik-e."**
- A fenti szabályozás a kincstárra vonatkozik, ugyanakkor a szolgáltató jelentése nélkül nem valósulhat meg, ezért a szociális igazgatásról és szociális ellátásokról szóló 1993. évi III. törvény a következő 140/D. §-sal egészül ki:
- A Módtv 1.-gyel megállapított 20/C. § (1) bekezdés h)–j) pontjában meghatározott adatokat a Módtv 1. hatálybalépésekor ellátotti jogviszonnyal rendelkezők esetén a szociális szolgáltatást nyújtó szolgáltató, intézmény 2026. június 30-ig rögzíti az igénybevevői nyilvántartásban."
- A szociális igazgatásról és szociális ellátásokról szóló 1993. évi III. törvény **23. § (1)** bekezdése helyébe a következőrendelkezés lép: „ (1) **Ha törvény másként nem rendelkezik**, a 18–18/B. §, a 20. § vagy a 20/C. § szerinti nyilvántartásokból
- **a) a szociális ellátás iránti kérelem elutasításától,**
- b) megállapított ellátás esetén – a szolgálati időre jogosító ellátások kivételével – az ellátásra való jogosultság megszűnésétől **számított öt év elteltével törölni kell az adott személyre vonatkozó adatokat.** A szolgálati időre jogosító ellátások esetében az adott személyre vonatkozó adatok törlését a Kormány rendeletben szabályozza."
- A törvény módosításokat tartalmaz még az1993. évi III. törvény pénzbeli ellátásokra vonatkozó rendelkezéseinél is. (17. §; 17/B. §; 39/B. §; 39/D. §; 42. §).
- A Gyvt. 50/B. §-át érinti az alábbi kiegészítés:
- „50/B.§ (1) A gyermekek átmeneti otthonában kivételesen, ha a gyermek életkora, ellátási szükséglete azt indokolja, a gyermek otthontalanná vált szülője is elhelyezhető.
- (2) A gyermekek átmeneti otthona – a (3) bekezdésben foglalt kivétellel – a szülő és a gyermek együttes ellátása során teljes körű ellátást biztosít.
- (3) A szülő kérésére a elhelyezett gyermek és szülő számára a gyermekek átmeneti otthona szükség szerinti ellátást biztosíthat, ha ehhez a intézmény tárgyi feltételei adottak és azt a szülő körülményei lehetővé teszik."
- További pontosítások találhatóak az utógondozói ellátás és külső férőhelyek, valamint a nevelőszülői ellátás kapcsán (Gyvt. 53/A.§, 93.§ (10), 135.§) és több más ágazat vonatkozásában is a törvénymódosításban.
- A jogszabálymódosítás elérhető: Magyar Közlöny

Új módszertani útmutató az Idősek bentlakásos intézményei számára

Megjelent a Szociális Ágazati Portálon az Idősek bentlakásos intézményei számára készült módszertani útmutató. A 2025. szeptember 1-től hatályos útmutató ahhoz kíván segítséget nyújtani, hogy miként valósítható meg az egyéni szükségletekhez igazodó, az alkotmányos alapjogokat érvényre juttató és az élet végén is minőségi életet kínáló személyközpontú ellátás. A cél az, hogy világosan látható legyen, az ellátás komplexitása milyen elemekből áll össze és alkot egységet. Ennek érdekében ismerteti az igénybevételi eljárás során szükséges teendőket, a szolgáltatásban biztosítandó szolgáltatáselemeket, megmutatva azok összefüggéseit.

Az útmutató elérhető ezen a linken.

A Magyar Közlöny 2025. évi 79. számában (2025.06.30.) megjelent az egyes gyermekvédelmi, szociális és fogyatékosságügyi tárgyú kormány-rendeletek módosításáról. 179/2025. (VI. 30.) Korm. rendelet

Lényeges változások:

- A szociális, gyermekjóléti és gyermekvédelmi szolgáltatók, intézmények és hálózatok hatósági nyilvántartásáról és ellenőrzéséről szóló 369/2013. (X. 24.) Korm.rendelet 17. alcíme a következő 50/K.§-sal egészül ki: „50/K.§ A működést engedélyező szerv 2026. március 31-ig hivatalból bejegyzi a szolgáltatói nyilvántartásba az Szt. 92/K.§ (2) bekezdés a)pontja szerinti adatok közül a fenntartó bevett egyház, a bejegyzett egyház, illetve a nyilvántartásba vett egyház nevét, ha az 2026. január 1-jén nem szerepel a nyilván-tartásban. Ha az egyházi fenntartónak több vármegye területén van bejegyzett engedélyese, a fenntartó székhelye szerint illetékes működést engedélyező szerv jár el."
- A szociális, gyermekjóléti és gyermekvédelmi szolgáltatók, intézmények és hálózatok hatósági nyilvántartásáról és ellenőrzéséről szóló 369/2013. (X. 24.) Korm. rendelet 1. § h) pont záró szövegrészében a „lakhatási forma" szövegrész helyébe a „lakhatási forma, továbbá a he)alpont alkalmazásában az utógondozói ellátást igénybe vevő fiatal felnőtt tulajdona vagy bérleménye;" szöveg lép.
- A szociális és gyermekvédelmi ellátások országos nyilvántartásáról szóló 392/2013. (XI. 12.) Korm. rendelet 6. § (4) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép: „ (4) A szolgálati időre jogosító ellátások esetében a jogosultra irányadó nyugdíjkorhatár betöltését, vagy ha az ellátásra való jogosultság a nyugdíjkorhatár betöltését követően szűnik meg, a megszűnés dátumát követő ötév elteltével kell törölni az adatokat a Nyilvántartásból."
- A szociális, gyermekjóléti és gyermekvédelmi igénybevevői nyilvántartásról és az országos jelentési rendszerről szóló 415/2015. (XII. 23.) Korm.rendelet a következő 21.§-sal egészül ki: „21. § e rendeletnek az egyes gyermekvédelmi, szociális és fogyatékosságügyi tárgyú kormány-rendeletek módosításáról szóló 179/2025. (VI. 30.) Korm. rendelettel módosított 1. melléklete szerinti adatokkal kapcsolatos jelentési kötelezettséget első alkalommal a 2026. január 1-je és 2026. június 30-a közötti jelentési időszakra, valamint a 2026. június 30-ai jelentési időpontra vonatkozóan kell teljesíteni."
- A szociális, gyermekjóléti és gyermekvédelmi igénybevevői nyilvántartásról és az országos jelentési rendszerről szóló 415/2015. (XII. 23.) Korm.rendelet 1. melléklete helyébe az 1. melléklet lép.

A jogszabálymódosítás elérhető **ezen a linken.**

SEGÍTŐ - TSZR SZAKMATÁMOGATÁSI VIDEÓS PODCAST SOROZAT

Szeretettel ajánljuk a kedves kollégáknak a TSZR szakmatámogatási videós podcast sorozat, a Segítő alábbi epizódjait. Podcast sorozatunkban a szociális és gyermekvédelmi ágazatban dolgozók mentális támogatásának, megbecsülésének fókuszával beszélgetünk olyan szakemberekkel, akik gondolataikkal, jó gyakorlatukkal, tapasztalataikkal a segítőket tudják segíteni. A podcast sorozat részei elérhetők a Katolikus Szeretetszolgálat YouTube csatornáján, valamint a facebook.com/szakmamezo közösségi oldalon. A beszélgetéseket vezeti: Keresztes Ilona.

A Lea Anyaotthon intézményvezetője, Varga-Hegyi Eszter éppen 20 éve 2005 januárjában olvasta a Leány Anya Gyerek Alapítvány felhívását arról, hogy munkatársakat keresnek egy éppen nyíló anyaotthonba, ahol várandós kismamák befogadását tűzték ki célul. Annyira megszólítva érezte magát, hogy faképnél hagyta a családi síelést, hogy részt vehessen a felvételi tréningen. Felvették a szakmai teambe, majd pár hónappal később átvette az otthon vezetését. Nem mindennapi karrierpálya, egy különleges helyen. Rengeteg láthatatlan munka, súlyos élettörténetek, és emberi életekért vállalt felelősség.

Lelki erőforrás címmel Jung Csilla klinikai szakpszichológussal beszélgettünk. Az mindenkinek ismerős, hogy a repülőn először a szülő tegye fel a védőmaszkot, hogy azután segíteni tudjon a gyerekének. Azt már nem feltétlenül tudatosítjuk, hogy a szociális területen, segítő szakmákban dolgozók lelkiereje, tisztánlátása létfontosságú erőforrás a klienseik, pácienseik számára. Gyakran azt is elfelejtjük kibontani, hogy miért kerültek nehéz helyzetbe a ránk bízottak, akiknek segítünk. Hogy dolgozik a lelkiismeretük, hogy él bennük és hozzátartozóikban a bizonytalanság és a bűntudat, és mit kezdhet egy segítő a kliens hitével. Frivaldszkyné Jung Csilla klinikai szakpszichológussal a szenvedés értelméről és elviseléséről, a lelki egyensúlyvesztés okairól, az egyensúly megteremtésének módjairól, gyógyulásról lelkiismeretről, kiégésről és feltöltődésről is beszélgettünk.

Végül, de nem utolsósorban szeretettel ajánljuk ezt a mély, szeretetteljes beszélgetést a hospice ellátásról Tóth Krisztinával, a Magyar Hospice Alapítvány orvos igazgatójával, Hospice=Menedék címmel. Dr. Tóth Krisztina már évtizedek óta áll a betegek ágyánál. Azt vallja, hogy az ember méltósága nem az egészsége és ereje, hanem maga a léte. Legfőbb célja, hogy a súlyos betegek és a haldoklók mindennapjai élhetőek legyenek, és az embert szerető törődés vegye körül az utolsó lehelletéig. A beszélgetésben tapasztalatait, megéléseit adja át elsősorban az egészségügyi és szociális szakemberek számára, akik mindennapi munkájában szintén megjelenik az élet végi út, és az azon való kísérés.

A hírlevél a Belügyminisztérium és a Slachta Margit Nemzeti Szociálpolitikai Intézet támogatásával, a „Területi Szakmatámogatási Rendszer működtetése, szakmatámogatási feladatok ellátása 2025” pályázat keretében jött létre.
A kiadvány nem tükrözi a Belügyminisztérium és a Slachta Margit Nemzeti Szociálpolitikai Intézet hivatalos álláspontját, elkészítésének és megjelenésének támogatása nem jelenti a tartalom NSZI általi jóváhagyását, a kiadvány kizárólag a szerzők szakmai álláspontját tükrözi.
BELÜGYMINISZTÉRIUM
NSZI