

KÖZVETLEN KÖRNYEZET — CSALÁD

Ha egy családtagodat bántalmaznak

Támogatás, határok és a közös család

Jelenlét · Határok · Támogatás

Családtagként nehéz végignézni, ha valakit, akit szeretsz, bántanak.

A támogatásod az egyik legfontosabb védőháló lehet — akár évekig is.

01

MIÉRT NEHÉZ EZ CSALÁDON BELÜL?

- Az izoláció a bántalmazás egyik fő eszköze — a család sokszor az utolsó megmaradó kapocs. [\[UK Home Office\]](#)
- A közös család, az ünnepek, a gyerekek-unokák miatt nehezebb távolságot tartani az elkövetőtől.
- Sokszor nyomás nehezedik rád: „ne avatkozz bele”, „ez az ő dolguk”. A biztonság viszont mindig fontosabb a látszatnál.

Nem kell választanod a család egysége és a szeretted biztonsága között. A biztonság az első.

02

MIRE FIGYELJ?

- Ritkábban jön a családi eseményekre, vagy mindig csak a partnerrel együtt, aki nem hagyja egyedül.
- Egyre ritkábban marad egyedül a családtagjaival vagy a barátaival.
- Megváltozik: feszült, óvatosan válogatja a szavait, a partnerre pillant, mielőtt válaszol. [\[SAMHSA TIP 57\]](#)
- Gyakran a partner válaszol helyette, vagy megszakítja, amikor beszél.
- Egyre többször kér bocsánatot olyan dolgokért, amelyekért nem kellene.
- Nincs befolyása a saját pénzére, idejére, kapcsolataira.
- A gyerekek visszahúzódnak, feszültek, vagy szokatlanul próbálják védeni az egyik szülőt.
- Sérülések vagy panaszok, amelyeket a magyarázat nem indokol.

03

MIT TEGYÉL?

- Tartsd a kapcsolatot — rendszeres, nyomásmentes jelenlét. „Gondolok rád. Itt vagyok.”
- Teremts alkalmat a négy szemközti beszélgetésre, ahol a partner nincs jelen.
- Hidd el, amit mond, és ne minősítsd a döntéseit. „Ez nem a te hibád.”
- Mondd ki: „Mindig lesz helyed nálunk.” — és hogy akkor is a család része marad, ha nehéz döntéseket hoz.

- Ajánlj fel konkrét segítséget: „Bármikor jöhetsz hozzánk.” „Segítek, ha kell.”
- Ha vannak gyerekek, az ő biztonságuk is számít — a gyermekvédelmi jelzés veszélyeztetettség esetén lehetőség. [\[1997. évi XXXI. tv.\]](#)

A családi kötelék tartós. Néha már az is sokat jelent, hogy tudja: számíthat rád.

04

MIT NE TEGYÉL?

- ✗ *Ne kényszerítsd döntésre, és ne állíts ultimátumot.*
- ✗ *Ne konfrontáld az elkövetőt — ez az érintettre nézve veszélyes lehet.*
- ✗ *Ne próbálj békét közvetíteni a bántalmazó és az érintett között.*

- ✗ *Ne beszélj meg a tág családdal a beleegyezése nélkül.*
- ✗ *Ne várd el, hogy az ünnepek vagy a „család egysége” kedvéért eltűrje a bántást.*
- ✗ *Ha nálad keres menedéket ne küld haza.*

05

HA AZONNALI VESZÉLYT LÁTSZ

AZONNALI SEGÍTSÉG HÍVÁSA SZÜKSÉGES, HA:

- Életveszély, fizikai bántalmazás zajlik vagy most történt.
- Fojtogatás jelei — a későbbi súlyos erőszak egyik legerősebb ismert kockázati jelzője. [\[Campbell et al. 2003\]](#)
- Halálos fenyegetés vagy öngyilkossággal való fenyegetés hangzik el.
- Fegyverrel fenyeget, vagy fegyver van a háztartásban.
- Gyermek veszélyeztetése vagy bántalmazása.

06

FONTOS SZÁMOK

OKIT (állami krízis)	06 80 20 55 20
Áldozatsegítő Központ (ÁSK)	116 006
Rendőrség	112
NANE	06 80 505 101
Patent (jogsegély)	06 80 80 80 81

A család lehet az utolsó biztonságos pont. Néha már az is sokat jelent, hogy valaki tudja: van hová fordulnia.

**ETIKUS MUNKAHELY
PROGRAM**
etikusmunkahely.hu