

SZAKMAI TÁJÉKOZTATÓ — NEVELŐSZÜLŐI ELLÁTÁS

Nevelőszülőknek

A magával hozott trauma és a kapcsolattartás biztonsága

A gyermek a múltját is hozza · Stabil, biztonságos háttér · Nem terápia — gondoskodás · **⚠️ A kapcsolattartás kockázata**

A nálad élő gyermek gyakran olyan családból érkezett, ahol párkapcsolati erőszak zajlott — és a látott vagy átélt erőszak hatásait magával hozza, akkor is, ha közvetlenül nem őt bántották.

A te szereped kettős: stabil, biztonságos hátteret adsz ahhoz, hogy a gyermek újra biztonságban érezhesse magát, és a vér szerinti szülővel való kapcsolattartásban is figyelsz a biztonságára — miközben nem vagy terapeuta, és nem maradsz egyedül a feladattal.

01**MIÉRT MÁS A NEVELŐSZÜLŐ HELYZETE?**

- A nálad élő gyermek gyakran olyan családból érkezett, ahol párkapcsolati erőszak zajlott — a szülők közötti erőszak tanújaként a gyermek súlyosan érintett, akkor is, ha közvetlenül nem őt bántották. [\[WHO – gyermekek elleni erőszak\]](#)
- A gyermek magával hozza a korábbi élményeinek hatásait: a viselkedésében, a kapcsolódásában, a félelmeiben jelenik meg az, amit átélt — ez nem „rossz természet”, hanem a trauma érthető következménye. [\[NCTSN – komplex trauma\]](#)
- Te nem kívülálló szakember vagy, mint sok más, akivel a gyermek találkozik, hanem a napi gondozója — a feladat itt nem elsősorban a felismerés, hanem a biztonságos, nyugodt hétköznapiak megteremtése.
- A vér szerinti szülővel való kapcsolattartás a nevelőszülői helyzet sajátos kihívása: itt a korábbi erőszak újraéledhet, és a gyermek vagy akár te is veszélybe kerülhetsz.
- Nem vagy egyedül és nem vagy terapeuta: a gyermekvédelmi gyámmal, a szakszolgálattal és a gyermek terapeutájával együtt dolgozol — a szereped a stabil háttér, nem a kezelés.

A nevelőszülő legfontosabb „eszköze” a kiszámítható, biztonságos jelenlét. Nem azt kell elérni, hogy a gyermek elfelejtse a múltját, hanem hogy megélhesse: van olyan hely, ahol biztonságban van.

02**MIRE FIGYELJEK A GYERMEKNÉL?**

A párkapcsolati erőszakot átélt gyermek viselkedése sokféle lehet — nincs egyetlen „tünet”. A jelek a trauma érthető reakciói, nem a gyermek hibái.

A TRAUMA LEHETSÉGES JELEI**A KAPCSOLATTARTÁS KÖRÜLI JELEK**

- Fokozott éberség, ijedősség, megrezzenés hangos hangokra, konfliktusra, emelt hangra — a gyermek „készenlétben” él. [\[NCTSN\]](#)
- Alvászavar, rémálmok, bevizezés, evészavar, testi panaszok azonosítható ok nélkül.
- Szélsőséges reakciók: dührohamok, agresszió, vagy épp túlzott alkalmazkodás, „túl jó” viselkedés, érzelmi lefagyás.
- A kapcsolódás nehézsége: bizalmatlanság, vagy épp válogatás nélküli kötődés; a határok bizonytalansága.

- Feszültség, regresszió, viselkedésromlás a kapcsolattartás előtt és után — gyakran napokkal körülötte.
- Szorongás, alvászavar, testi tünetek a láthatás közeledtével; félelem vagy ambivalencia a vér szerinti szülő iránt.
- A gyermek a kapcsolattartás után dolgokat mond vagy eljátszik, ami a korábbi erőszakra utalhat.
- Hűségkonfliktus: a gyermek büntudatot, megosztottságot él meg a vér szerinti szülő és közted.

A kapcsolattartás körüli viselkedésromlás nem azt jelenti, hogy „rosszul neveled” — gyakran a gyermek így dolgozza fel a találkozást. Ezeket a jeleket érdemes tárgyilagosan rögzíteni és a szakemberekkel megosztani.

03

TRAUMA-TUDATOS GONDOZÁS A HÉTKÖZNAPOKBAN

Nem terápiát adsz, hanem azt, ami a felépülés alapja: biztonságot, kiszámíthatóságot és türelmes jelenlétet. Ezt a hétköznapi apró döntéseiben tudod megvalósítani. [\[NCTSN\]](#)

- Kiszámíthatóság: állandó napirend, előre jelzett változások — a rutin és az előre láthatóság segít a gyermeknek biztonságban érezni magát.
- Ne büntesd a trauma-reakciót: a dührohamot, a visszahúzódást, a regressziót ne fegyelmezési kérdésként kezeld, hanem a gyermek belső állapotának jeleként.
- Segíts szavakat találni az érzéseire, és fogadd el őket: „Látom, hogy most félsz / dühös vagy. Itt biztonságban vagy.” — az érzelmek elismerése önmagában nyugtató.
- Tartsd tiszteltben a gyermek tempóját a kötődésben: ne erőltess közelséget, de legyél kiszámíthatóan elérhető — a bizalom lassan épül.
- Ne minősítsd a vér szerinti szülőt a gyermek előtt: bármit is tett, a gyermeknek fáj, ha a szülőjét bántják — a gyermek érzéseit fogadd el, ne a szülőt ítéljed el.
- Vigyázz magadra is: a traumatizált gyermek gondozása megterhelő (másodlagos trauma) — a te stabilitásod a gyermek biztonságának alapja.

A felépülés nem a te feladatod egyedül — a te dolgod a biztonságos háttér. A traumafeldolgozás a gyermek terapeutájának és a szakembereknek a feladata; te ehhez a stabil keretet adod.

04

A KAPCSOLATTARTÁS BIZTONSÁGA

A vér szerinti szülővel való kapcsolattartás a gyermek joga és gyakran az érdeke is — de ha korábban erőszak volt, a biztonság feltétel. Nem a te dolgod eldönteni a kapcsolattartás kereteit, de te látod a gyermeket előtte és utána.

- A kapcsolattartás kereteiről (helye, módja, felügyelt-e) a gyámhatóság dönt — a te szereped a gyermek megfigyelése és a tapasztalatok pontos visszajelzése a gyámnak és a szakszolgálatnak. [\[1997. évi XXXI. tv.\]](#)
- Figyeld és tárgyilagosan rögzítsd a gyermek állapotát a kapcsolattartás előtt és után (dátum, viselkedés, amit a gyermek mond) — ez a szakemberek döntésének fontos alapja.
- Ha a vér szerinti szülő a kapcsolattartást arra használja, hogy a gyermeket vagy téged bántson, megfélemlítsen vagy veszélybe sodorjon, a gondozó és a gyermekvédelmi gyám kezdeményezheti a gyámhatóságnál a kapcsolattartás korlátozását, a felügyelt kapcsolattartást vagy a szüneteltetését. [\[Gyvt. 78. §\]](#)
- Ne közvetíts üzeneteket a felek között, és ne válj a konfliktus részévé — a kapcsolattartás logisztikáját és kereteit a szakszolgálat, illetve a felügyelt kapcsolattartást biztosító intézmény kezeli.
- A saját biztonságodra is figyelj: ha a vér szerinti szülő téged fenyeget vagy zaklat, ez nem a dolgod „lenyelni” — jelezd a gyámnak és szükség esetén a rendőrségnek.

A gyermek joga a kapcsolattartáshoz nem előzi meg a biztonságát. Ha a kapcsolattartás árt a gyermeknek vagy veszélyezteti, azt jelezni kell — a keretek megváltoztatása a gyámhatóság feladata, a te jelzésed alapján is.

05

EGYÜTTMŰKÖDÉS ÉS SZEREPHATÁROK

- A gyermekvédelmi gyám a gyermek törvényes képviselője és a kulcspartnered — vele egyeztesd a megfigyeléseidet, a gyermek állapotát, a kapcsolattartás tapasztalatait. [\[Gyer. 149/1997.\]](#)
- A gyermek terapeutája / a szakszolgálat végzi a traumafeldolgozást — a te dolgod, hogy a gyermeket eljuttasd, támogasd, és otthon a biztonságos keretet tartsd, nem hogy „terápiázz”.
- Dokumentálj tárgyilagosan: a gyermek viselkedése, a kapcsolattartás körüli jelek, dátummal; a tények és az értelmezések elkülönítésével — ez a szakemberek munkájának alapja.
- Kérj segítséget és szupervíziót magadnak is: a nevelőszülői feladat megterhelő, és a te kiégésed a gyermek biztonságát is veszélyezteti — a támogatás kérése nem gyengeség.
- Ismerd a szereped határait: gondoskodsz, szeretsz, biztonságot adsz — de a jogi, terápiás és kapcsolattartási döntések a megfelelő szakemberek és a gyámhatóság hatáskörében vannak.

Nem kell mindent egyedül megoldanod — és nem is vagy egyedül a feladattal. A nevelőszülői munka csapatmunka: a gyám, a szakszolgálat, a terapeuta és te együtt adtok a gyermeknek esélyt a felépülésre.

06

MIT NE TEGYEK?

- ✗ *A trauma-reakciókat (dühroham, regresszió, visszahúzódás) fegyelmezési problémaként büntetni.*
- ✗ *A vér szerinti szülőt a gyermek előtt minősíteni, ócsárolni — bármit is tett, a gyermeknek fáj.*
- ✗ *A gyermeket faggatni a múltjáról vagy a kapcsolattartásról, vagy „vallomásra” bírni.*

- ✗ *A gyermeket rávenni, hogy válasszon közted és a vér szerinti szülő között, vagy hűségkonfliktusba hajszolni.*
- ✗ *A kapcsolattartás körüli viselkedésromlást szó nélkül hagyni, vagy épp egyedül, jelzés nélkül megpróbálni „megoldani”.*
- ✗ *Saját magad túlterhelni, a kiégést, a másodlagos traumát figyelmen kívül hagyni, segítség nélkül helytállni.*

✗ Üzeneteket közvetíteni a felek között, vagy belépni a vér szerinti szülővel folyó konfliktusba.

✗ A gyermek terápiáját „helyettesíteni”, vagy a szakemberek döntéseit megkerülve eljárni.

07

⚠ MAGAS KOCKÁZAT — AZONNALI CSELEKVÉS

AZONNALI FIGYELEM ÉS A BIZTONSÁG ELSŐBBSÉGE SZÜKSÉGES, HA AZ ALÁBBIK BÁRMELYIKE FENNÁLL

- A vér szerinti szülő konkrétan megfenyegeti a gyermeket, téged vagy a családot, vagy megjelenik a lakóhelyetekenél. [\[EU 2024/1385\]](#)
- A gyermek a kapcsolattartás után konkrét, közvetlen bántalmazásról, fenyegetésről számol be. [\[Gyvt. 78. §\]](#)
- A gyermekén súlyos, friss vagy magyarázattal nem egyező sérülés látható. [\[NICE NG76\]](#)
- A vér szerinti szülő megpróbálja jogosulatlanul elvinni vagy elérni a gyermeket (a kapcsolattartás keretein kívül). [\[Gyvt. 78. §\]](#)
- A gyermek önbántalmazásra, súlyos krízisre utaló jeleket mutat.
- Fenyegetés fegyverrel, vagy a fokozódó zaklatás a kapcsolattartás/visszahelyezés körül — ez a legmagasabb kockázatú időszak. [\[National DFV Bench Book\]](#)

Közvetlen, akut veszély esetén hívd a 112-t, és haladéktalanul értesítsd a gyermekvédelmi gyámot és a szakszolgálatot. A gyermek és a te biztonságod ilyenkor minden más szempontot megelőz. [\[Campbell et al. 2003\]](#)

08

SZAKMAI HÁTTÉR

Gyermek, trauma és gondozás

NCTSN – Complex trauma	A gyermekkori, ismétlődő trauma hatásai és a trauma-tudatos megközelítés.
WHO – Violence against children	A gyermekek elleni és a tanúként átélt erőszak hatásai.
NICE NG76	Gyermekbántalmazás és elhanyagolás jeleinek felismerése.

Kapcsolattartás, gyermekvédelem és jog

1997. évi XXXI. törvény (Gyvt.)	Nevelésbe vétel, kapcsolattartás, annak korlátozása és szüneteltetése (78. §).
149/1997. Korm. r. (Gyer.)	A gyámügyi eljárás; felügyelt kapcsolattartás, a gyám és gondozó szerepe.
EU 2024/1385	Áldozatvédelem; a kiszolgáltatott áldozatok, köztük a gyermekek fokozott védelme.
National DFV Bench Book (AU)	Kockázatértékelés; a kapcsolattartás és a szétválás fokozott veszélye.
Campbell et al. 2003	Fojtogatás — a gyilkossági kockázat többszörös emelkedése (AJPH).

Megjegyzés: Magyarország az Isztambuli Egyezményt aláírta, de nem ratifikálta. Az itt hivatkozott standardokat az EU 2024/1385 irányelv és a CEDAW egyezmény azonos tartalommal írja elő.

09

SEGÍTSÉG — ELÉRHETŐSÉGEK

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

A nevelőszülő nem azt adja a gyermeknek, hogy „elfelejtse”, ami történt, hanem hogy megélhesse: van olyan hely, ahol biztonságban van. Ez önmagában gyógyító erő.

ETIKUS MUNKAHELY
PROGRAM
etikusmunkahely.hu