

A Kék Vonal Gyermekkrízis Alapítvány módszertani anyaga

---

# JOGOD VAN A BIZTONSÁGHOZ!

Hogyan védheted meg szakemberként a  
gyerekeket a bántalmazásoktól?



unicef   
minden gyerekért



# Jogod van a biztonsághoz!

## Hogyan védheted meg szakemberként a gyerekeket a bántalmazásoktól?

### Szerző

Reményiné Csekeő Borbála

### Szakmai lektorok

Baranyai Blanka

Nagy Melinda

Táler Orsolya

### Kiadványtervező

Petrovics Sára

Kiadta a Kék Vonal Gyermekkrízis Alapítvány, 2024

[www.kek-vonal.hu](http://www.kek-vonal.hu)

A kiadvány az UNICEF és a Kék Vonal Gyermekkrízis Alapítvány együttműködésében jött létre.

Minden visszajelzést és észrevételt köszönettel fogadunk az [info@kek-vonal.hu](mailto:info@kek-vonal.hu) címen.



# TARTALOM

<b>BEVEZETÉS.....</b>	<b>1</b>
<b>A KÉK VONALRÓL.....</b>	<b>2</b>
<b>AZ ALAPOK ÉS TÉNYEK.....</b>	<b>4</b>
<b>Fizikai bántalmazás.....</b>	<b>6</b>
<b>Érzelmi bántalmazás.....</b>	<b>9</b>
<b>Szexuális bántalmazás.....</b>	<b>11</b>
<b>Elhanyagolás.....</b>	<b>14</b>
<b>A gyermekbántalmazás következményei.....</b>	<b>17</b>
<b>MIT TEHETNEK A SZAKEMBEREK?.....</b>	<b>18</b>
<b>Hogyan lehet a gyermekbántalmazást megelőzni?.....</b>	<b>18</b>
<b>Mit tehetsz szakemberként a gyermekbántalmazás látenciájának csökkentéséért?.....</b>	<b>21</b>
<b>Mit tehetsz szakemberként, hogy könnyebb legyen a segítségkérés.....</b>	<b>26</b>
<b>Hogyan beszéljess egy gyerekkel, aki megosztotta veled, hogy bántalmazták.....</b>	<b>33</b>
<b>Mit kell tenned szakemberként, ha tudomásodra jut, hogy egy gyerek bántalmazás áldozata.....</b>	<b>35</b>
<b>Kiegészítés prevenció.....</b>	<b>36</b>
<b>FELHASZNÁLT ÉS AJÁNLOTT FORRÁSOK.....</b>	<b>39</b>

## BEVEZETÉS

A Kék Vonal Gyermekkrízis Alapítvány jelen kiadványának célja a gyermekbántalmazások megelőzése, a látencia csökkenése és a bántalmazott gyerekek segítésének támogatása.

A gyermekbántalmazás olyan, gyermekek ellen elkövetett cselekedet, amely valóságosan vagy potenciálisan fizikai, illetve lelki károsodást okoz a gyerekek, sérti emberi méltóságát, akadályozza a fejlődését. Erőfölényen alapuló kapcsolatban zajlik, az elkövetője olyan személy, akinek az lenne a feladata, hogy biztonságot és bizalomteli légkört biztosítson a gyerekeknek, és felelősséget vállaljon érte.

A gyerekeket minden nap, mindenhol érheti bántalmazás. Jelen segédanyagunkban a családon belül elszenvedett bántalmazásra fókuszálunk. Lelkisegély-szolgálatunk adatai is azt támasztják alá, hogy a legtöbb sérelem a családon belül éri a gyerekeket, illetve a legmélyrehatóbb, legpusztítóbb hatása a szülők, illetve az elsődleges gondozók által megvalósult bántalmazásnak, elhanyagolásnak van. Természetesen tapasztaljuk az intézményi erőszak, a kortársbántalmazás, és a gyerekek körül lévő szakemberek bántalmazó jelenlétét és következményeit is, de úgy véljük, az alábbiak ezekre a helyzetekre adaptálva is támpontokat tudnak adni.

Kiadványunk első részében a gyermekeket ért bántalmazáshoz kapcsolódó elméleti háttérrel vázoljuk fel, a második részben pedig rövid gyakorlati útmutatót szeretnénk adni a lelkisegély-szolgálatunk tapasztalati alapján a bántalmazások látenciájának csökkentéséhez, a bántalmazásban érintett gyerekekkel való kommunikációhoz, és a lehetséges gyermekvédelmi lépések megtételéhez.

Fontosnak tartjuk hangsúlyozni, hogy bántalmazás áldozata bárki lehet. Tévűt azt gondolni, hogy a potenciális áldozat viselkedésén múlik a bántalmazás elkerülése. Ugyanakkor a bántalmazás áldozati oldaláról is van lehetőség a rizikófaktorok csökkentésére és a segítségkérés megkönnyítésre. Mert áldozat mindenkiből lehet, azonban a hosszútávú következmények szempontjából sorsdöntő, hogy ki mikor tud segítséget kérni és milyen attitűddel fog később az őt ért sérelmekre emlékezni.

*Gyerekekkel foglalkozó szakemberként (és felelős felnőttként) legfontosabb feladatunk a protektív faktorok erősítése, a gyermekbántalmazás látenciájának csökkentése és a bántalmazott, kihasznált, elhanyagolt gyerek támogatása. A cél, hogy minél előbb ismerje fel az őt ért jogsértéseket és tudjon, merjen segítséget kérni, és kapjon is számára elfogadható válaszokat a segítségkérésére!*

## 1. A KÉK VONALRÓL

A Kék Vonal Gyermekkrízis Alapítvány több mint 30 éve működtet lelkisegély-szolgálatot gyerekeknek és fiataloknak 24 éves korig. Misszióink 1993 óta változatlan: a gyerekeket meg kell hallgatni és a felnőtteket segíteni kell abban, hogy erre képesek legyenek. Azért dolgozunk, hogy a gyerekek valódi odafigyelést, elfogadást és a bajban segítséget kapjanak. A gyerekeknek joguk van a megfelelő testi, lelki, szellemi fejlődés lehetőségét biztosító környezetben élni. Joguk van a meghallgatáshoz és a segítségkéréshez, ha bajban vannak, ha jogaik sérülnek.

A névtelen, anonim és ingyenes szolgáltatásaink azoknak a gyerekeknek és fiataloknak is lehetőséget és esélyt adnak a változásra, akiket természetes családi közegük nem támogat és egyelőre bármilyen intézmény küszöbe túl magas számukra a segítségkéréshez.

A Kék Vonal Gyermekkrízis Alapítvány a gyerekeket, fiatalokat partnernek tekinti, azaz hiszünk benne, hogy a gyerek saját helyzetének leírásában és megítélésében kompetens. Misszióinkból fakadó feladatunk a gyerekek közvetlen meghallgatásán és segítésén túl, a környezetüket jelentő felnőttek támogatása abban, hogy erre az odafordulásra képesek legyenek, és minél több gyereket, fiatalot hatékonyan tudjanak a saját megküzdési eszköztáruk gazdagításában kísélni. A felnőttek feladatának tartjuk, hogy tudják a gyerekeket támogatni abban, hogy érzéseiket képesek legyenek megmutatni, lehetőségeiket átgondolni, és így helyzetüknek megfelelő döntéseket hozni.

A Kék Vonal szolgálatainak tapasztalatai egybecsengenek a gyermekvédelem és a gyermek mentálhigiéné területén dolgozókéval, melyek szerint a tizenévesek és a fiatal felnőttek nincsenek jól. A szorongásokkal, általános lehangoltsággal, magánnyal, önsértéssel és öngyilkossági gondolatokkal, késztetésekkel kapcsolatos megkeresések száma évek óta meredeken emelkedik lelkisegély-szolgálatunkban. A rossz lelkiállapot, a pszichés problémák mögött gyakran a megtartó családi közeg hiányában átélt negatív életesemények, vagy egyenesen bántalmazás, elhanyagoló vagy legalábbis eszköztelen szülők állnak.

*A szexuális, fizikai, érzelmi bántalmazás sokszorosan megnöveli a gyermekkori traumatizáció esélyét, amely hosszú távon károsítja a gyerekek fejlődését, valamint személyiség szerveződési problémákat és kapcsolódási nehézségeket okozhat. Megakadályozhatja, hogy a gyerek egészségesen lépjen a felnőttkorba.*

A Kék Vonal Gyermekkrízis Alapítvány minden tevékenységében a gyermekközpontúság, a bizalom, a felelősség és az együttműködés a legfontosabb értékek. Abból indulunk ki, hogy a gyerekek biztonsága a felnőttek közös felelőssége. Így minden olyan esetben, amikor felmerül egy gyerek veszélyeztetése a beszélgetésben illetve levélváltásokban, felajánljuk, hogy mi is tudunk jelzést tenni, a helyzetére kivizsgálást kérni. Ez legjellemzőbben családon belüli bántalmazás okán merül fel, de a kortárs bántalmazás eseteiben is van, hogy beavatkozásra van szükség. Utóbbi körülbelül 100 alkalommal jelent meg témaként a megkeresésekben, míg a családon belüli veszélyeztetés, rossz bánásmód legalább tízszer-hússzor ennyi esetben. A mi felelősségünk minden bántalmazást elszenvedő vagy más módon veszélyben lévő megkeresővel szemben a bizalomépítés, az információadás, a jogokról való tájékoztatás és a konkrét segítség szervezésének felajánlása. Azokban az esetekben, ahol megtisztel egy gyerek minket a bizalmával és adatokat ad meg a jelzésen túl, a gyerek helyzetét utókövetjük és felajánljuk konzultatív segítségünket az esetben szerepet vállaló segítőknek. Ha egy kortárs vagy aggódó felnőtt felől jön jelzés egy gyerek észlelt veszélyeztetésének gyanújára, szintén jelzést teszünk, és a lehető legkörültekintőbben, a gyermekvédelem munkatársaival együttműködve keressük a gyerek érdekét a helyzetben. Sajnos vannak olyan esetek is, amikor nincs meg a bizalom a gyermekvédelem, a hatóságok vagy az egészségügy intézményei felé, ilyenkor különösen nehéz eljutni odáig, hogy beavatkozhassunk. Minden veszélyhelyzetben minden rendelkezésünkre álló adatot felhasználunk az érintett gyerek biztonsága érdekében. Ugyanakkor tapasztalataink szerint akkor tud bármilyen segítség valóban pozitív változásokat hozni, ha abban a segítségkérő is együttműködő tud lenni. Ehhez gyakran több beszélgetés kell, hiszen egy alacsonyküszöbű, anonim segélyvonal felkeresése még egészen más motiváció a helyzetek többségében, mint ami ahhoz kell, hogy valaki kész legyen egy gyermekvédelmi jelzés vagy hatósági intézkedés következményeit vállalni.

*Alapelvünk, hogy ne ártsunk. Ez azt is jelenti, hogy nem lehet célunk hosszú távon kísérni olyan helyzeteket, amiket megváltoztatni és nem elviselhetővé kell tenni. Így arra is van példa, hogy az anonimitásról való lemondáshoz kell kötnünk a beszélgetés folytatását, mert egy életveszélyes helyzetben a beszélgetés nem elég.*



## 2. AZ ALAPOK ÉS A TÉNYEK

*Minden gyermeknek a testi, lelki, szellemi fejlődéséhez egy erőszakmentes és érzelmileg is biztonságot adó környezetre van szüksége.*

A Gyermejjogi Egyezményt 30 évvel ezelőtt, 1989. november 20-án fogadta el az ENSZ Közgyűlése New Yorkban. Azóta ezen a napon ünnepeľjük a gyermekek jogainak a világnapját. A Gyermejjogi Egyezmény a világ legszélesebb körben jóváhagyott nemzetközi emberi jogi megállapodása, szinte valamennyi ország magára kötelezőnek ismerte el. Magyarország az elsők között, még 1991-ben. Az egész Egyezmény elkötelezett a gyerekek testi-lelki biztonsága mellett, de 19. cikk kifejezetten erre fókuszál.

### 19. cikk

1. Az Egyezményben részes államok megtesznek minden arra alkalmas, törvényhozási, közigazgatási, szociális és nevelési intézkedést, hogy megvédjék a gyermeket az erőszak, a támadás, a fizikai és lelki durvaság, az elhagyás vagy az elhanyagolás, a rossz bánásmód vagy a kizsákmányolás – ideértve a nemi erőszakot is – bármilyen formájától mindaddig, amíg szüleinek vagy valamelyik szülőjének, illetőleg törvényes képviselőjének vagy képviselőinek, vagy bármely más olyan személynek, akinél elhelyezték, felügyelete alatt áll.

2. Ezek a védelmi intézkedések szükség szerint olyan hatékony eljárásokat foglalnak magukban, amelyek a gyermek és gondviselői számára szükséges szociális programok létrehozását teszik lehetővé, továbbá a fentebb leírt rossz bánásmód eseteiben hozzájárulnak a cselekmény felismeréséhez, bejelentéséhez, a jelentés illetékes helyre juttatásához, vizsgálatához, kezeléséhez és az esetek figyelemmel kíséréséhez; szükség szerint magukban foglalják a bírói beavatkozással kapcsolatos eljárást is.

Bár a fent idézett Gyermejjogi Egyezményre nehéz lenne bármely, a fejlett világhoz csatlakozni kívánó államnak nemet mondani, nagyon változó, hogy az egyes társadalmakban valójában mi valósul meg az Egyezményben foglaltak közül. Eddig csupán 60 ország (köztük hazánk) fogadott el olyan jogszabályt, amely a testi fenýtés minden formáját megtiltja a családon belül, így 600 millió 5 év alatti gyermeket még mindig nem véd jogszabály.

*A világon minden ötödik percben meghal egy gyermek erőszak következtében.*

Az UNICEF adatai alapján az 5 év alatti gyermekek 91% -a olyan országokban él, ahol az otthoni testi fenýtés nem jogellenes. A 2–4 éves gyermekek 75% -át a szülő vagy gondviselő rendszeresen fegyelmezi erőszakkal. 1,1 milliárd szülő vagy gondviselő gondolja úgy, hogy a testi fenýtés a fegyelmezés szükséges formája.

A WHO (World Health Organization – Egészségügyi Világszervezet) becslése szerint világszerte 20 százalékra tehető azoknak a nőknek, és 5–10 százalékra azoknak a férfiaknak az aránya, akiket gyermekkorukban szexuális bántalmazás ért, és ennél jóval többeket ér gyermekként fizikai bántalmazás.

Ma Magyarországon több mint 160 ezer gyermek veszélyeztetettségéről tudunk. Ráadásul a látencia kutatások szerint csak a jéghegy csúcsát látjuk. Egy feltárt gyermekbántalmazási esetre feltehetően 25 rejtett eset jut, ezzel együtt a felderített bántalmazások száma is évről évre növekszik. Egyes kutatások arra utalnak, hogy nemcsak a látencia csökken, hanem a bántalmazásban érintett gyermekek valós száma is nő. A Hintalovon alapítvány 2022-es Gyermekjogi jelentésében hivatkozott bűnügyi statisztika adatai szerint a 14 éven aluli gyerekek sérelmére elkövetett erőszakos bűncselekmények száma nőtt 2021-hez képest, továbbá a 2022-es évben valamelyest megnőtt a gyermekkorúak (0–13 évesek) által elkövetett regisztrált bűncselekmények száma is. Egyre több gyereket emelnek ki a családjából. A KSH adatai szerint 2022. december 31-én a gyermekvédelmi szakellátásban nevelkedő kiskorú gyerekek száma tovább emelkedett.

[https://hintalovon.hu/wp-content/uploads/2023/05/Gyermekjogi\\_jelentes\\_2022.pdf](https://hintalovon.hu/wp-content/uploads/2023/05/Gyermekjogi_jelentes_2022.pdf)

A bántalmazás negatív következményei akár egész életében végigkísérhetik az érintetteket, befolyásolhatják testi és lelki egészségüket, káros hatással lehetnek a tanulási teljesítményükre, munkahelyi és párkapcsolati problémákat okozhatnak. Nem nehéz látni, hogy a gyermekbántalmazás egy egész ország gazdasági és szociális lemaradásához is hozzájárulhat.

A gyermek soha nem lehet felelős az őt ért bántalmazásért, ugyanakkor lehetnek rizikófaktorai az áldozattá válásnak. Az átlagosnál jobban veszélyeztetettek a nem kívánt, a szülői elvárásoknak megfelelni nem képes, az átlagosnál többet síró, speciális szükségletekkel vagy az átlagostól eltérő fizikai jellemzőkkel rendelkező gyermekek. A bántalmazás nagyobb valószínűséggel fordul elő négy év alatti, illetve kamasz gyerekek esetében. A szülőket tekintve jelentős kockázati faktor az újszülöttel való kapcsolat megteremtésének nehézsége, a saját gyermekkorban történt bántalmazottság, a gyermeki fejlődésre vonatkozó ismeretek hiányossága, az alkohol- és kábítószerfüggőség, a bűnözői aktivitás, illetve a pénzügyi nehézségek. Növelheti a gyermekbántalmazás kockázatát a család közösségen belüli elszigeteltsége, a társadalmi, illetve a nemek közötti egyenlőtlenségek, a megfelelő lakhatás hiánya, a munkanélküliség, valamint a gyermekek védelmére szolgáló társadalmi és jogi normák fejletlensége.

Különbséget tehetünk a gyermekbántalmazás aktív és passzív magatartásformája között. Az aktív bántalmazás történhet fizikailag, a gyermeknek szándékosan vagy gondatlanul okozott sérülés, fájdalom révén; érzelmileg, rendszeresen, hosszú időn át alkalmazott rossz bánásmóddal, amely káros hatással lehet a gyermek érzelmi fejlődésére;



de történhet szexuálisan is, ha a gyermeket valamilyen szexuális tevékenységbe vonják be, beleegyezése nélkül, életkorának nem megfelelő módon, a gyermek kiszolgáltatottságával visszaélve.

A passzív bántalmazás, azaz az elhanyagolás ugyancsak lehet érzelmi vagy fizikai jellegű, előbbi esetben a gyermektől az érzelmi kötődés, biztonságérzet kialakulásának lehetőségét tagadják meg, utóbbi esetben a gyermek fizikai és higiénés szükségletei ki nem elégítése, az orvosi ellátás késleltetése valósítja meg a passzív bántalmazást. A WHO megfogalmazásában a gyermekek bántalmazása és elhanyagolása a fizikai, érzelmi és/vagy szexuális visszaéléseken, valamint a hanyag bánásmódon túlmenően minden olyan kizsákmányolási formát is magába foglal, ami a gyermek egészségének, fejlődésének vagy méltóságának sérelmét eredményezi egy felelősségen, bizalmon vagy hatalmon alapuló kapcsolat keretében. A bántalmazás különböző típusai rendszerint nem egyedül járnak. Ahol megszokott a testi fenytés, ott jó eséllyel jelen van az érzelmi bántalmazás is, az elhanyagolás pedig mindegyik bántalmazási formának megágyazhat, hisz az elhanyagolt gyermekből könnyebben lehet áldozat.

## FIZIKAI BÁNTALMAZÁS

*A fizikai bántalmazás a gyermek ellen aktívan elkövetett, testi-lelki autonómiáját és integritását romboló cselekedet.*

Fizikai bántalmazás esetében az elkövető fenyegeti vagy megsérti a gyermek testi épségét, például megüti, meglöki, megrázza, rángatja.

Ha gyermekbántalmazásról van szó, talán az emberek többsége pofonokra, verésre, körmösökre asszociál. A bántalmazás ennél jóval tágabb fogalom, de tény, hogy ijesztően sok gyerek mindennapjainak része a szándékos testi fájdalom okozása. Miközben gyermekvédelmi törvényünk (a 2005. január 1-jétől hatályos módosított tartalma) rögzíti a bántalmazás teljes tilalmát, miszerint „a gyermeknek joga van emberi méltósága tiszteletben tartásához, a bántalmazással – fizikai, szexuális vagy lelki erőszakkal –, az elhanyagolással és az információs ártalommal szembeni védelemhez. A gyermek nem vethető alá kínzásnak, testi fenytésnek és más kegyetlen, embertelen vagy megalázó büntetésnek, illetve bánásmódnak.” Ez a törvény fontos mérföldkő, de önmagában semmin nem változtat. Sok családban a testi fenytést még mindig elfogadható gyermeknevelési eszköznek, és nem bántalmazásnak tekintik. Csak Magyarországon a UNICEF becslése szerint évente 15 000 gyermeket bántalmaznak, de az erőszak sokszor a négy fal között marad.

A UNICEF Magyarország végeztetett egy kutatást 2021-ben, amelynek keretében a magyarok gyermekbántalmazással kapcsolatos attitűdjét vizsgálta.

<https://publicus.hu/blog/kutatas-a-gyermekbantalmazasrol/>

Az 1003 fő megkérdezésével végzett országos kutatás szerint a többség (83%) nem tartja elfogadhatónak, hogy a szülő fizikai fenytéssel „nevelje” gyermekét. Tizennégy százalék ugyanakkor nem lát ebben kivetnivalót. A megkérdezettek 38%-a szerint egy-egy pofontól nem lesz baja a gyereknek. Ugyanennyien értenek egyet azzal a kijelentéssel, hogy a gyerekeknek elsősorban kötelességei vannak, nem jogaik. Talán még beszédesebb, hogy több mint 1000 tizenéves 44 százaléka, tehát közel minden második gyerek gondolja úgy, hogy egy pofon, vagy ha megütik, nem számít erőszaknak. A többség (66 százalék) szerint a szülőnek joga van belenézni a gyermeke telefonjába, személyes üzeneteibe. Az eredmények azt mutatják, hogy a szeretetmegvonást (74 százalék), valamint a gyermek ignorálását, a „beszédmegvonást” (63 százalék) érzik a magyarok a leginkább bántalmazó gyakorlatnak. A szóbeli szidalmazást ugyanakkor csak 30 százalék, a telefon elkobzását 14 százalék, a szobafogságot pedig mindössze 20 százalék tekinti annak.

A verésen, ütésekén kívül számtalan formája van a fizikai bántalmazásnak. Minden szándékosan fájdalmat okozó tevékenység bántalmazás, de akár a fájdalomkózos szándéka nélkül is tudnak a szülők, gondozók komoly károkat okozni. Az egyik közvetlen életveszélyt is okozni tudó helyzet, az úgynevezett „shaken baby”, magyarul **megrázott gyermek szindróma** előidézése.

Ez azt jelenti, hogy a kisbabát a szülő, illetve gondozó a hónaljánál fogva megemeli, és – legtöbbször a csecsemő sírása miatt érzett tehetetlenségében – erősen megrázza. (Hasonló módon okozhat kárt a kis csecsemő dobálása is.) Ezek a felnőtt számára ártalmatlannak tűnő mozdulatok a gyermek számára egy olyan traumának is megfelelhetnek, mintha egy felnőtt frontálisan ütközne nagy sebességgel száguldó autójával. A fejét önállóan megtartani még nem képes, gyenge nyakizmok miatt a rázás folyamata alatt a baba feje előre-hátra nyeklik, miközben a csontos koponyaüregben belül agya a mozgás végpontjain a csontos falba ütközik. Ennek következtében az agyállományon belül futó gyenge érrendszeren mikrosérülések keletkeznek, melyek kisebb-nagyobb kiterjedésű agyállományi vérzéshez vezetnek. A megrázott szindrómás csecsemők viszonylag nagy hányada esetén ki sem derül, hogy valójában mi történt, mert sokszor nem jár látványos tünetekkel, és a legtöbb esetben a szülő sincs azzal tisztában, hogy valami nagy bajt okozott a gyermekének. Figyelemfelkeltő jel lehet, ha a kicsi letargiássá, aluszékonnyá, nehezen táplálhatóvá válik. Súlyos, előrehaladott esetekben felléphetnek ismétlődő hányások, görcsrohamok vagy akár tudatzavar is. A megrázott gyermek szindróma jellegzetes elváltozásokat okoz az agyállományban, melyek MR-vizsgálattal igen jól detektálhatók. A bevérzések, az agyállomány duzzanata alapján viszonylag könnyen kórismézhető a probléma. A sérülések sok esetben a látóapparátust is érintik, mely látásromláshoz, szemfenéki bevérzéshez vezethet.

A különféle tünetek miatt orvosokhoz kerülő megrázott szindrómás gyermekek sajnos a legtöbbször annyira súlyos állapotban vannak, hogy életben tartásuk, illetve a későbbi, maradandó sérülés elkerülésének érdekében tett egészségügyi beavatkozások gyakran kudarcba fulladnak. Egyes felmérések szerint kb. 20%-uk meghal, a maradék 80%-uknál pedig igen nagy számban fordul elő a későbbiekben maradandó sérülés vagy akár élethosszig tartó látásromlás.

A síró csecsemőt megrázó szülő tehetetlensége nagyon hasonló ahhoz az eszköztelenséghez, ami idősebb gyerekek bántalmazásához is vezethet. A szülő bántalmazó magatartása mögött teljes szülői eszköztelenség, a minta hiánya, rossz beidegződések vagy akár kezeletlen pszichés betegség is húzódhat. A gyereket testi fenytéssel büntető, indulataikat kontrollálni nem tudó, vagy valamilyen (gyakran a saját traumáik következtében kialakuló) személyiségzavarban szenvedő, a feltétel nélküli szeretetre, gondoskodásra képtelen szülőknél segítségére van szüksége.

Ahhoz, hogy érezhető módon csökkenjen a gyerekeket ért erőszak, a szülőket is célzó edukációra, a mentálhigiénés ellátás fejlesztésére és társadalmi szemléletváltásra lenne szükség.

#### **A fizikai bántalmazás jelei lehetnek többek között az alábbiak:**

- **Testi tünetek:** sérülések, gyakori "balesetek", pszichoszomatikus tünetek
- **Viselkedési jelek:** elkerülő viselkedés a szülők irányában, megdermedés illetve lefagyás, önbántalmazás, hirtelen hangulatingadozások, regresszió a viselkedésben (pl. ágybavizelés, szobatisztaság megszűnése, evési szokások hirtelen megváltozása), félelem a felnőttektől, alvászavarok és gyakori rémálmok, elszigetelődés, visszahúzódó viselkedés, teljesítményromlás, ellenállás a testi foglalkozásokkal szemben, például tornaóra, úszás, az iskolaorvosi vizsgálattal szembeni ellenérzések, iskolakerülés, alkohol, drogfogyasztás, önsértés, legsúlyosabb esetekben öngyilkossági próbálkozások.



Jelenleg, ahhoz, hogy a gyermekbántalmazásban érintett családoknak a megfelelő segítségre legyen esélyük, jellemzően az kell, hogy a gyereken már egyértelműek legyenek a fizikai bántalmazás tünetei, és legyen a környezetében olyan felelős személy, aki nem néz félre az egyértelmű jeleket látva. Sőt, a Kék Vonal tapasztalatai szerint sajnos ijesztően gyakran az is megtörténik, hogy akkor sem érkezik a gyermekvédelem felé jelzés, és így akkor sem történik semmilyen beavatkozás a családok „belügyeibe”, ha konkrét sérülések árulkodnak a bántalmazásról. Pedig a sérülés okozása általában a jéghegy csúcsa. A fizikai bántalmazás ritkán jár egyedül, rendszerint kiegészül az érzelmi bántalmazással, amelynek része lehet a testi fenyegetéssel való állandó fenyegetés is.

## ÉRZELMI BÁNTALMAZÁS

A testhatárok megsértése és a lekicsinylés, csúfolás, gúnyolás, szeretetmegvonás, hibáztatás mind tipikus megjelenési formái az érzelmi bántalmazásnak. A verbálisan megvalósuló bántások még inkább rejtve maradhatnak, a lelki terror láthatatlan, megfoghatatlan.

Minden ember legfontosabb szüksége a másokhoz való kapcsolódás, és annak megtapasztalása, hogy elfogadják és szeretik. A gyerekekkel szembeni érzelmi bántalmazás éppen ezt rombolja, egy olyan érzékeny időszakban, amikor a személyiségfejlődés zajlik. Érzelmi bántalmazásnak tekinthető tulajdonképpen minden olyan szülői magatartás, ami nem a feltétel nélküli elfogadást és szeretetet közvetíti a gyerek felé. A feltétel nélküli szeretet a lelki egészség legfontosabb bázisa. Érzelmi bántalmazás, ha egy gyermek felé a környezet azt közvetíti, hogy ő értéktelen, nem elfogadható, nem szerethető, vagy legfeljebb addig, ameddig más szükségleteit kielégíti vagy azokhoz igazodik. Az érzelmi bántalmazás rendszerint hosszan tart, méregcseppenként épül be az el nem fogadottság érzése a gyerek önképébe. Súlyos esetekben azt is érezheti, hogy egész létezésének jogossága megkérdőjelezett, ami gyakran vezet pszichés megbetegedéshez, akár önagresszióhoz is.

Nagyon sok alakot ölthet az érzelmi bántalmazás. Az egyik jellemző helyzet, amikor az érzelmi bántalmazó környezet olyan elvárásokat támaszt a gyerekekkel szemben, amit az koránál vagy személyiségénél fogva nem tud teljesíteni. Ezen elvárások súlya alatt a gyermek megéli a félelmet, fenyegetettséget. Például ha egy introvertált, szorongó gyereket kényszerítenek, hogy színpadon szerepeljen, és ha ezt nem meri megtenni, megszégyenítik, vagy egy kisebb testvért állandóan a kitűnően teljesítő idősebb bátyhoz, nővérhez hasonlítanak, akár sporteredményekben, akár tanulmányaikban. Az érzelmi bántalmazás lehet passzív is. Ennek a leglátványosabb módja, amikor a nem az elvárásoknak megfelelően viselkedő gyereket a szülő napokig levegőnek nézi, szeretetmegvonással bünteti. Az érzelmi bántalmazás aktív formája, amikor a gyereket folyamatosan lekicsinylik, fenyegetik, hibáztatják, bűnbakká teszik, ijesztgetik, csúfolják, kirekesztik, vagy megszégyenítik. Bántalmazás az is, ha párkapcsolati vagy egyéb erőszak okán folyamatos feszültségben telnek a gyerek mindennapjai.

Az érzelmi bántalmazás speciális esete, ha a felnőtt a saját felelősségét hárítja át a gyerekekre és felnőtt feladatokat bíz rá, például beteg rokonra vagy kisebb testvérré rendszeresen vigyázni, pénzt szerezni, háztartást vezetni vagy a szülőnek barátja, lelki támasza lenni. Érzelmi bántalmazás, ha megcserélődnek a szerepek és egy szülő (akár tudattalanul) azt érezteti a gyerekével, hogy a gyereknek kell rá vigyáznia. A szakirodalom ezt a szerepcserét, amikor a gyerek olyan, életkorát meghaladó feladatokat kényszerül ellátni, amelyek a szülők kötelessége lenne, parentifikációnak nevezi. Ha a gyermek részese a szülői feladatokból és ezáltal csökkentheti a családban jelen lévő terheket, az még önmagában nem probléma. Sőt, ennek során megtapasztalhatja a hozzájárulás érzését, ha az állapot átmeneti és transzparens, hogy nem ez a dolgok normális menete. Viszont, ha a helyzet tartós és a gyerek teljesítménye észrevétlen marad, nem kap dicséretet, támogatást, viszonzást, az gyakorlatilag a gyermekkor elvesztését jelenti. Ráadásul mivel a gyerekek sohasem tudják a szülői szerepeket tökéletesen betölteni, állandó kudarcra vannak ítélve, gyakran bizonytalanokká, szorongókká válnak, bűnösnek érzik magukat. Gyakori negatív következményei ennek a depresszió, a megmagyarázhatatlan szorongás, pszichoszomatikus betegségek, de előfordulhatnak különféle magatartászavarok is.

Érzelmi bántalmazás többek között az is, ha a gyerek szemtanúja a szülők, illetve róla gondoskodó felnőttek egymás közötti agressziójának. A bántalmazás szemtanúsága is traumatizáló hatású. A gyermek a szüleitől függ, védtelen, a szülők megnyugtató jelenléte feltétele a biztonságérzetének. Amennyiben a gyermek agressziót, erőszakot lát a szülei között, félni és rettegni fog, hiszen abban a pillanatban nem áll rendelkezésre olyan személy, aki ezt az érzést csillapítsa. Még toxikusabb, ha azt is elvárják, hogy egy szülők közötti konfliktusban egyik vagy másik oldalra álljon. Kevés ijesztőbb és megterhelőbb helyzet van egy gyerek számára, mint ha a szülei kapcsolatának megromlása miatt állandó feszültségben telnek a napjai. A legfájdalmasabb, ha szó szerint aggódni kell valamelyik szülőjéért, annak házastársának, élettársának bántalmazó magatartása miatt. Ráadásul nem nehéz elképzelni, hogy a felnőttek (akár a szülők, akár nagyszülők vagy más rokonok között) között zajló, fizikai erőszakig fokozódó bántalmazás során a jelenlévő gyerekek testi épsége sincs mindig biztonságban.

Szintén az érzelmi bántalmazás egy formája, amikor az egyik szülő a másiktól el akarja idegeníteni a közös gyereket, a másik szülőt kizárja a nevelésből, és a gyereket manipulációval, fenyegetéssel ellene fordítja. Nagyon nehéz, és különösen válás után gyakori dilemma, hogy amit kívülről látunk egy család dinamikájában, az a szülői elidegenítés, vagy egy bántalmazó, a gyerekekre veszélyes szülő távoltartásának kétségbeesett kísérlete a másik szülő részéről.

## A fizikai bántalmazás jelei lehetnek többek között az alábbiak:

- Erős teljesítménykényszer
- Szorongások, félelmek, visszahúzódás társas helyzetekben
- Agresszív viselkedés
- Szélsőséges hangulatingadozások
- Kamaszkorban függőségek, deviáns viselkedés

Az érzelmi bántalmazás egyetlen formája sem megengedhető, és rendkívül káros, de sokszor nem jár egyedül. Már az is nagy teher egy gyereknek, ha ugyan nem ütik meg, de éveken keresztül lekicsinylik – azonban sajnós jellemző, hogy a különböző bántalmazási formák nem elszigetelten vannak jelen, hanem több formában is egyszerre. A fizikai bántalmazás és minden szexuális visszaélés természetesen egyben érzelmi bántalmazás is, mert benne van a másik megalázása, önértékelésének teljes lerombolása, a bizalmával való visszaélés.

## SZEXUÁLIS BÁNTALMAZÁS

A jog megkülönbözteti a szexuális erőszakot és a szexuális visszaélést. Szexuális erőszak a hatályos jogi szabályozás szerint, ha a bántalmazó a szexuális kényszerítést erőszakkal, illetve az élet vagy a testi épség elleni közvetlen fenyegetéssel követi el, illetve más védekezésre vagy akaratnyilvánításra képtelen állapotát szexuális cselekményre használja fel. Szexuális erőszakot követ el az is, aki tizenkettedik életévét be nem töltött személlyel szexuális cselekményt végez vagy végeztet. Súlyosbító tényező, ha az elkövető a hozzátartozója, vagy nevelése, felügyelete, gondozása, gyógykezelése, illetve egyéb módon a hatalma vagy befolyása alatt álló személy sérelmére követi el az erőszakot, vagy azonos alkalommal, egymás cselekményéről tudva, többen követik el azt. Szexuális visszaélést követ el az a tizennyolcadik életévét betöltött személy, aki tizennegyedik életévét be nem töltött személlyel szexuális cselekményt végez, vagy ilyen személyt arra bír rá, hogy mással szexuális cselekményt végezzen, továbbá az a tizennyolcadik életévét betöltött személy, aki tizennegyedik életévét be nem töltött személyt arra törekszik rábírnival, hogy vele vagy mással szexuális cselekményt végezzen. Az a tizennyolcadik életévét betöltött személy, aki tizennegyedik életévét betöltött, de tizennyolcadik életévét be nem töltött személlyel a vele kapcsolatban fennálló hatalmi vagy befolyási viszonyával visszaélve szexuális cselekményt végez, szintén szexuális visszaélést követ el, ami szabadságvesztéssel büntetendő.

Szexuális abúzus lehet a szexuális töltetű érintés vagy az érintésre való felszólítás (fogdosás, dörgölődés, szájjal érintés, bármilyen behatolás), és lehet érintés nélküli is. Ide tartozik a gyerekek szexuális töltetű fényképezése, pornográf felvételek mutogatása, gyerek jelenlétében történő bármilyen szexuális tevékenység, sexualizált légkör teremtése (szexualitáshoz köthető szó, hangnem használata a gyerek felé vagy a gyerek jelenlétében).

idősebb fél → fiatalabb fél ↓	12 év alatti	12-14 év között	14-18 év között	18 év felett
12 év alatt	nincs büntetőjogi felelősség	nincs büntetőjogi felelősség	szexuális erőszak	szexuális erőszak
12-14 év között	nincs értelmezve	nincs büntetőjogi felelősség	nem büntetendő	szexuális visszaélés
14-18 év között	nincs értelmezve	nincs értelmezve	nem büntetendő	veszélyes terület
18 év felett	nincs értelmezve	nincs értelmezve	nem büntetendő	nem büntetendő

Szintén ide tartozik a gyerek és az elkövető között zajló chatelés, **gyerekekről készült pornográf felvételek készítése, tárolása, gyűjtése, terjesztése.**

Legtöbbször talán azt gondolnák, hogy a gyerekek ellen elkövetett szexuális visszaéléseket a gyerek számára idegen személyek követik el, pedig a felmérések szerint ez mindössze az esetek 7 százalékában történik így. Sokkal gyakoribb, hogy családtagok, ismerősök, rokonok közül kerül ki az elkövető. Az abúzus alapja a fentebb már említett erőfölény. Mivel a kapcsolat nem egyenlő, ezért **nem beszélhetünk beleegyezésről** akkor sem, ha az áldozat nem tiltakozott, vagy szexuális élvezetet élt át az abúzus során. Beleegyezés csak egyenlő felek között történhet.

A visszaélés általában valamilyen ártatlannak tűnő közeledéssel kezdődik, ami félrevezeti a gyereket (pl. "Hadd masszírozzalak meg!", "Megmutatom, hogyan tartsd a füttyit", "Én szeretlek a legjobban, nézd, mennyire" stb). Az ártatlannak tűnő játékok sokszor észrevétlenül fordulnak abúzusba, vagyis nincs nyílt erőszak, helyette manipuláció, érzelmi zsarolás, szeretetmegvonás van. Mivel a gyerekek bíznak a körülöttük lévő felnőttekben, sőt sok esetben nem is megengedett, hogy megkérdőjelezzék őket, fel sem merül bennük, hogy nemet mondjanak, ellenálljanak, akkor sem, ha érzik, hogy valami nincs rendben. Továbbá, ha fel is ismerik a helyzetet, ha ellen is akarnának állni, gyakran nyílt agresszióval, testi erővel, vagy akár életveszéllyel találnák szembe magukat.

A szexuális bántalmazás dinamikájának jellemzője továbbá, hogy az elkövetőnek és az áldozatnak **lesz egy közös titka**, amit senkinek sem szabad elmondani. Ezt van, hogy érzelmi nyomás gyakorlással, manipulálással tartja fenn az elkövető, de arra is van példa, hogy erőszakkal, zsarolással, fenyegetéssel.

A gyerekkorban elkövetett szexuális bántalmazásnak rendkívül súlyos következményei lehetnek, hatása sokrétű, így szinte bármilyen tünet vagy tünetegyüttes megjelenhet a nyomában. A PTSD (poszttraumás stressz szindróma) a leggyakoribb következmény. Ennek jellemző tünete, hogy az áldozat folyamatos készenléti állapotban van, nyugtalan, erősen szorong. A feldolgozatlan traumatikus emlékfoszlányok bármilyen, a traumára emlékeztető ingertől (ami lehet egy szag, kép, hang) aktiválódhatnak és betörhetnek a tudatba, elárasztva az egykori áldozatot, ami erős szorongást, pánikos reakciókat okozhat. Érthető módon, az áldozat minden olyan helyzetet el akar kerülni, ami aktiválhatja ezt az elárasztottságot, de ez az állandó szorongás mellett beszűkültséget, elmagányosodást hozhat. Jellemző alapérzéssé tud válni az üresség és az állandó feszültség is.

A PTSD mellett a szorongásos zavarok, depresszió, öngyilkossági gondolatok, evészavarok, szexuális zavarok is megjelenhetnek, emellett szerfüggőség (drog, alkohol) vagy viselkedési függőség (pl. számítógép-függőség), és különböző testi panaszok is kialakulhatnak (pl. krónikus fájdalom vagy gyulladás a traumában érintett területen, későbbi fogamzási nehézségek).

A szexuális abúzus gyakori kísérője a disszociáció, azaz egy olyan állapot, amikor valaki mentálisan és érzelmileg kilép a helyzetből, nincs ott a tudatával. A disszociáció pszichológiai és neurobiológiai védekezési mechanizmus, amelynek célja a testi és lelki fájdalom elkerülése, illetve kikapcsolása. Tipikus mondatok, amelyek nyilvánvalóvá teszik a disszociációt: "Felülről láttam magunkat az ágyon", "Olyan volt, mintha kiléptem volna a testemből". Az abúzus alatt az áldozat azzal, hogy lélekben "nincs ott", védi magát, de hosszútávon, ha a disszociáció lesz a jellemző stratégia a stresszteljes helyzetekben, az akadályozza az egészséges életvitelt.

Az abúzus nem marad jelek nélkül. Sokszor egy szorongásos zavar és önsértés háttérben sejlik fel egy évvel ezelőtti szexuális bántalmazás, de ha egy gyereket szexuálisan bántalmaznak, annak a rövidtávú jelei-következményei is sokszor észlelhetőek. A következő jelek közül minél több van jelen egyidejűleg, annál nagyobb a valószínűsége a háttérben lévő bántalmazásnak.

### **A szexuális bántalmazás jelei lehetnek többek között az alábbiak:**

#### Testi tünetek:

- Viszketés, fájdalom a nemi szerv környékén
- Gyakori indok nélküli fájdalom (has, torok)
- Nehéz járás, ülés
- Fertőzések
- Hirtelen testsúlynövekedés vagy csökkenés
- Pszichoszomatikus tünetek (fejfájás, hasfájás, torokfájás)



## Viselkedéses tünetek

- Álmatlanság
- Szorongás, depresszió, nyugtalanság
- Étvágytalanság
- Romló iskolai teljesítmény
- Csökkent önértékelés
- Szexualizált viselkedés
- Önsértés
- Visszahúzódás, érdeklődés elvesztése
- Egy bizonyos személytől való félelem

*Minden bántalmazás negatív hatásait mélyíti a bántalmazott büntudata, szégyene és a titoktartás kimondott-kimondatlan parancsa.*

Ez különösen jellemző a szexuális abúzus eseteiben. Az elkövető gyakran ilyesmiket mond a gyerekeknek: "Ha ezt elmondod, anya meghal", "Akkor engem elvisznek". Gyakran már az abúzus közben büntudatot kelt a gyerekekben: "Miattad van, te csábítottál el, te vagy olyan, hogy ezt kell csinálnom". A közös titok aztán lassan tönkreteszi a gyerek lelkét, és ellehetetleníti a segítségkérést.

## **ELHANYAGOLÁS**

Az elhanyagolás röviden azt jelenti, hogy nincs figyelem a gyermek fizikai és érzelmi szükségleteire. A bántalmazás ebben az esetben nem aktív, hanem inkább mulasztás formájában valósul meg. A WHO definíciójában az elhanyagolás az egészség, iskoláztatás, érzelmi fejlődés, a táplálás és a megfelelő lakhatási körülmények biztosításának hiányára terjed ki, utóbbi kettő akkor, ha nem a család anyagi körülményeivel magyarázható. A gyerekek akkor tudnak megfelelően növekedni testi, mentális és érzelmi szempontból is, ha gondoskodó, támogató, szerető család veszi körül őket. Olyan család, amelyik figyel a gyerek fizikai szükségleteire, szeretetet, érzelmi odafordulást, oktatást, orvosi ellátást biztosít, és mentálhigiénés segítséget, ha arra van szükség.

### **Az elhanyagolás fajtái:**

**Fizikai elhanyagolás:** Ez akkor történik, amikor a gyermekek nem kapják meg a megfelelő fizikai gondoskodást, például nem kapnak elegendő táplálékot, ruhát, nem biztosítanak számukra higiénikus környezetet. Az elhanyagoló szülők úgy is veszélyeztethetik a gyerekeik (többek között) fizikai biztonságát, hogy rendszeresen felügyelet nélkül hagyják őket.

**Érzelmi elhanyagolás:** Ez akkor következik be, amikor a gyermek nem kap megfelelő érzelmi támogatást, gondoskodást és figyelmet. A szülők vagy gondviselők lehetnek érzelmileg elérhetetlenek, hidegek, vagy nem fejezhetik ki érzelmeiket a gyermek iránt. Mindezek negatívan befolyásolhatják a gyermek érzelmi és szociális fejlődését.

**Oktatási elhanyagolás:** Ez akkor fordul elő, amikor a gyermekek nem kapnak megfelelő oktatást vagy nem biztosítanak számukra megfelelő tanulási lehetőségeket. Ez lehet például a rendszeres iskolába járás elmulasztása, az iskolával való kapcsolattartás hiánya vagy az iskolai követelmények elhanyagolása.

**Orvosi elhanyagolás:** Ez akkor történik, amikor a gyermek nem kap megfelelő orvosi ellátást, kezelést vagy gondoskodást. Ez magában foglalhatja a gyermek orvosi vizsgálatokon való részvételének vagy a szükséges gyógyszerek beadásának elmulasztását, valamint az egészségügyi problémák figyelmen kívül hagyását.

Bár az elhanyagolásnak több típusát is megkülönböztetjük, nem egyszer "csomagban" kapja a gyerek, vagyis egyik fajta elhanyagolás magával hozza a másikat. Az a család, amelyik nem viszi el orvoshoz a gyereket, vagy napokon keresztül hagyja magára, érzelmileg is elhanyagoló lehet. Viszont míg az alultápláltság, a koszos ruha vagy egy kék-zöld folt jól látható a tágabb környezet számára is, az érzelmi elhanyagolás jelei kevésbé feltűnőek. Pedig a gyerekeknek egyik legfontosabb szükségletük az érzelmi kapcsolódás.

Az érzelmi kapcsolódás azt jelenti, hogy az átélt érzéseket visszatükrözi a másik. A későbbi érzelmek szabályozási készségeknek alapja, hogy a gyerekek látva és elfogadva, bátorítva érezhessék magukat és kifejezhessék az érzelmeiket. Előfordul, hogy egy gyermek megkapja a testi fejlődéséhez szükséges minőségű és mennyiségű ételt, szép házban él, edzésre járhat és jó iskolába, érzelmileg azonban elérhetetlen a családja. Nem kérdezik meg, hogy van, nem kérdezik meg, hogy egy-egy helyzet neki milyen, nem fejezheti ki a határait, nem oszthatja meg szabadon az érzéseit. Az érzelmi odafordulás leföldel, így ennek hiányában a gyerekek úgy érezhetik magukat, mintha csak úgy lebegnének a semmiben.



A nehéz érzések kifejezésének folyamatos letiltása (pl. "Ne hisztizz, ne sírj, szedd össze magad!") éppúgy elhanyagolásnak számít, mint az, ha a szülő nem engedi, hogy a gyerek elmenjen az iskolapszichológushoz, vagy nem kér segítséget pszichés problémák, például evészavar vagy önsértés esetében.

Sok dolog miatt történhet meg, hogy a szülők elhanyagolják a gyerekeket. Megtörténhet azért, mert az egymás között zajló konfliktusok mellett már nem marad energia a gyerekekre is figyelni. Persze időnként előfordulnak nehéz időszakok, egy **válás** folyamán például megtörténhet, hogy a gyerek egy ideig csak sodródik az eseményekkel, de lényeges kérdés, hogy ez mennyi ideig tart. Bármennyire nehéz is a szülők számára egy ilyen időszak, fontos, hogy a gyerek igényei, szükségletei is meg tudjanak jelenni! Neki is joga van a saját szintjén informálódni a körülötte zajló eseményekről, ahogyan ahhoz is, hogy érezze, mindkét szülőjére számíthat és nem ő a hibás a történetekért. Okozhat elhanyagolást az egyik vagy mindkét szülő **szenvedélybetegsége**. Az alkohol- és szerfüggőség hatalmas terhet jelent az egész család, és főleg a gyerekek számára. A függő szülő ugyanis időszakosan elérhetetlen, és amikor részeg vagy egyéb drog hatása alatt áll, félelmetes lehet a gyerek számára. A józanság és a részegség közötti hullámlás kibillentheti a gyereket a biztonságból, megzavarja vagy akadályozza a biztonságos kötődés kialakulását, hiszen nem tud megbízni a szülőben. Az érzelmi elhanyagolás mellett ilyen esetekben a fizikai, orvosi, oktatási elhanyagolás is felmerülhet, mert a szenvedélybeteg szülő nem tudja ellátni a gondoskodási feladatait. Emellett az elhanyagolás származhat a szülő **mentális betegségeiből** is. A depressziós, személyiségzavaros szülő szintén nem elérhető érzelmileg vagy egyéb módon sem, és még az is előfordulhat, hogy felmerül a fizikai és érzelmi bántalmazás is, ami tovább súlyosbítja a gyerek életét.

### **Az elhanyagolás jelei lehetnek többek között az alábbiak:**

- Iskolai hiányzások
- Gyakori betegség
- Szegényes, nem megfelelő, nem tiszta ruházat
- A szülők távolmaradása iskolai és egyéb rendezvényektől
- A gyerek visszahúzódó, szorongó viselkedése
- Nem kezelt pszichés tünetek, tanulási nehézségek

*Az elhanyagolás az összes családon belüli bántalmazás kockázati tényezőjének is tekinthető, mert az elhanyagolt gyerek sokkal inkább ki van téve más jellegű, például szexuális bántalmazásnak is.*

Az elhanyagolt, szeretetre, figyelemre kiéhezett gyerek könnyű célpont lehet, már csak azért is, mert egyedül van. A fizikai, orvosi elhanyagolás konkrétan akár életveszélyt is jelenthet.

## A GYERMEKBÁNTALMAZÁS KÖVETKEZMÉNYEI

Bizonyított tény, hogy a gyermekkori élmények nagyban befolyásolják a későbbi személyiségfejlődést. Minden gyermek személyiségében a jövő felnőtt társadalma rejlik: a traumás gyermekkor halmozottan traumás felnőttkort eredményezhet.

Egy támogató és gondoskodó, biztonságot és elfogadást nyújtó családi környezetben ki tudnak bontakozni az egészséges, érett felnőtt működéshez szükséges megküzdési módok és képességek. Ezzel szemben, bántalmazó környezetben, ahol nincs elfogadás, nem lehet hibázni, a véleményt pofonnal jutalmazzák, és nem kell sokat tenni azért, hogy ütésre lendüljön a kéz, a gyerek mind testi, mind a lelki fejlődése szempontjából veszélyeztetettnek számít. Különösen akkor, ha ez a környezet a család, a bántalmazás korán kezdődik és hosszan, az egész gyerekkoron átívelően tart. Egy gyermeket ért bántalmazás minden időszakban traumatikus, de leginkább a koragyermekkorban és a serdülőkorban pusztító a hatása. Utóbbi esetben azért, mert a serdülőkor az identitásképzés időszaka, így különösen érzékeny a kívülről jött minősítésekre, értékelésekre. A bántalmazás következménye lehet a súlyos önbizalomhiány, önsértő gondolatok. A bántalmazott gyerekek lehetnek visszahúzódnók, szorongók, hajlamossá válhatnak teljesítménykényszerre, hiszen a feltétel nélküli elfogadást nem tapasztalták meg. Jellemzően alacsony önértékeléssel rendelkeznek (bár ezt minden eszközzel leplezni is próbálhatják, kifejezetten beképzelt személy benyomását keltve). Az is lehet, hogy egy társaival agresszív gyerekről derül ki, hogy otthon bántalmazták. Gyakran az agresszió csak fedőtünet, ami mögött egy ijedt, alacsony önbizalmú fiatalot találunk.

A hosszan tartó bántalmazás hatására egyes agyi struktúrák fejlődése megváltozik, méretbeli eltérések alakulnak ki a normális fejlődéshez képest, a stresszválasz működése egész életre elállítható. A felfokozott fenyegetésszlelés, az újra és újra megismétlődő súlyos és kezeletlen érzelmi állapotok (mondjuk egy bántalmazás előtti félelem) és a megküzdéshez szükséges képességek hiánya szinte állandó stresszállapotot idéznek elő, amiben sérülhet az immunrendszer.

Később, akár már a felnőttkorban előfordulhat, hogy egy-egy betegség a beteg közelmúltjában átélt erőteljes stressz- és/vagy veszteségélményekkel összefüggésben lángol fel, de lehetséges, hogy nem önmagában, hanem a gyermekkori traumatikus élményeket triggerelő eseményként, azaz gyerekkori sebeket felszakítva jelenik meg. Az „Adverse Childhood Experiences study” – Ártalmas Gyermekkori Élmények kutatás (a továbbiakban: ACE kutatás) az első követéses epidemiológiai vizsgálat volt. A kutatás 1995-ben indult és célja a gyermekkorban elszennvedett ártalmak felnőttkori egészségi állapotra gyakorolt hatásainak vizsgálata. A több mint 17.000 résztvevővel folyó vizsgálat során a résztvevők retrospektíven számolnak be gyermekkori traumáikról és ezzel párhuzamosan az egészségi állapotuk nyomonkövetése folyamatos. E kutatás újdonsága, hogy a kutatásban résztvevő személyek jórészt középosztálybeliek (korábban inkább alacsonyabb szocioökonómiai státuszú személyeket vizsgáltak) és a kutatás során számos kimeneti változót, többek között szomatikus következményeket is vizsgálnak.

A diszfunkcionális családi körülményekkel bővített trauma fogalmán alapuló ACE kutatás eredményei szerint mind a direkt, mind a gyermeket körülvevő indirekt ártalmak előfordulási gyakorisága igen magas. A kutatás eredményei bizonyították, hogy a családon belül elszenvedett gyermekkori traumatikus élmények erős előrejelzője, mind a mentális zavaroknak, mind a multiplex szomatikus következményeknek (pl. krónikus fájdalom, irritábilis bélszindróma, légzőszervi betegségek, elhízás stb.).  
<https://real.mtak.hu/132924/1/article-p1.pdf>

A tartósan bántalmazott gyerekek felnőttként is hajlamosak lesznek bántalmazó partnert választani, tudattalanul a régi mintákat keresve, illetve gyakran válhatnak túlgondoskodó, folyton csak a mások igényeit, szükségleteit figyelő felnőttekké. Feldolgozatlan traumáik kihatnak arra is, hogy milyen szülőkké tudnak válni, így ha segítség nélkül maradnak, a bántalmazó magatartás generációról generációra öröklődhet tovább.

### 3. MIT TEHETNEK A SZAKEMBEREK?

#### HOGYAN LEHET A GYERMEKBÁNTALMAZÁST MEGELŐZNI?

Gyerekekkel foglalkozva akár szakemberként, akár szülőként azzal tehetsz a jövőbeli bántalmazások megelőzéséért, hogy mintát adsz a jelen gyerekeinek önismeretből, érzelemszabályozásból, erőszakmentes kommunikációból és az emberi jogok tiszteletben tartásából. A mintaadás a leghatásosabb lehetőség felnőttként hatással lenni a gyerekekre, fiatalokra.

*A gyermekbántalmazás tökéletesen nem megelőzhető. Áldozat bárkiből lehet, de a bántalmazások prevenciójáért azzal is tehetünk, hogy nem nevelünk bántalmazókat.*

#### **Mentalizáció**

A rendszeresen másokat, jellemzően a maguknál gyengébbeket bántók, jó eséllyel elfogadás, biztonság, szeretet hiányban töltötték a gyerekkorukat vagy annak egy részét. Sokuknak nem megfelelő a mentalizációs készsége. A mentalizáció felöleli az önmagunkban és másokban megjelenő érzések, gondolatok, vágyak és hiedelmek észlelését, az ezekről való gondolkodást. Komplex készség, mellyel egyidejűleg értjük saját és mások elméjének állapotát, és fel tudjuk térképezni mások viselkedésének mozgatórugóit. A mentalizáció minden együttműködés, sőt a békés együttélés alapja. Fejlesztése hatékony eszköz a kortárs erőszak, a bullying kezelésében is.

Ha ez a készség hiányzik, folyamatos a szorongás és frusztráció, hiszen a világ végtelenül kiszámíthatatlan önmagad és a másik értéke nélkül. Ha szeretnénk megérteni a másik viselkedésének motivációit, nemcsak oda kell figyelnünk rá, de szempontot is kell váltanunk.

Ez optimális esetben nagyjából kisiskolás korra megugorható feladat. Ahol ez hiányzik, ott érdemes a hiány okainak és speciális fejlesztés lehetőségeinek utánamenni.

A mentalizáció természetesen elsősorban a szülő-gyermek kapcsolatban alakul ki. Jó esetben van egy vagy néhány állandó személy, aki az állandó együttlétek során a kisgyermek mentális állapotát figyeli és szavakba önti. Tükrözi a gyermek érzéseit, felismeri, megérti, megfogalmazza, hogy mi mehet végbe a gyerekekben, amikor az kacag vagy sír, toporzékol vagy éppen elvonul a többiektől. Nem csak visszajelzi, amit lát, de kifejezi együttérzését is. Ilyenkor a felnőtt a reakciójával egyben vigaszt is ad, biztonságot nyújt, amivel segíti a negatív érzésekkel való megküzdést, az érzelemszabályozást. A folyamat az által lesz hiteles és így hatékony, hogy a gyerek rendszerint látja a róla gondoskodó felnőttet is szomorúan, haragosan, lelkesen vagy kedvetlenül, és megtapasztalja azt is, hogy hogyan bánik ezen érzelmekkel, hogyan tereli mederbe indulatát vagy akár túláradó jókedvét.

A gyerekek tehát ezekből a korai érzelmi interakciókból tanulják meg értelmezni saját érzéseiket, és különbséget tenni saját maguk és a másik között. Érthető módon, azok a gyerekek, akik számára a szülei megteremtik a biztonságos kötődés lehetőségét, könnyebben sajátítják el a mentalizáció képességét. Könnyebben tudnak következtetéseket levonni társaik viselkedéséből, és empatikusabban bánnak velük. Viszont ahol valami félre megy a korai szülő-gyermek kapcsolódásban, ott sérülhet a mentalizációs képesség, és ez a károsodás sokféle viselkedési és egészségügyi probléma nagyobb valószínűségét vetíti előre.

Az iskolai környezetben is fontos a mentalizáció képességének fejlesztése. Egyrészt azért, mert ha kismértékben is, de pótolhat korábbi hiányokat, másrészt pedig segíthet a koragyermekkorai alapok továbbfejlesztésében. Az óvodában, iskolában különböző környezetből és családi háttérből érkező diákok kerülnek egy közösségi térbe, ahol a gyerek viselkedését elsősorban az otthonról hozott minták és az emberi kapcsolatokról alkotott előfeltevések irányítják. Ahhoz, hogy a gyerekek mentalizációs képessége kialakuljon illetve tovább tudjon fejlődni, az oktatási intézményekben is olyan felnőttek közreműködésére van szükség, akik képesek elfogadni, elviselni („tartalmazni”) és átalakítani a gyerek megemésztetlen, nyomasztó érzéseit, tapasztalatait.

A pedagógusok és egyéb, a gyerekek családon kívüli környezetét jelentő felnőttek mintául tudnak szolgálni a megértésre és empatikus viszonyulásra. Ezért is fontos, hogy képes legyen megtartani a diákok előtörő intenzív érzéseit. Gyerekekkel foglalkozó szakemberként előfordulhat, hogy akár krízishelyzetekben kell megnyugtató jelenléttel támogatni egy kétségbeesett, elkeseredett vagy pánik tünetektől szenvedő, esetleg (ön)agresszív viselkedését egyedül megfékezni nem tudó gyereket, fiatalt, lehetőleg higgadtan, józanul és mindenképpen viszont agresszió nélkül.

Ez azért is nagyon fontos, mert ha egy felelős felnőtt egy feszült konfliktusban agresszíven reagál az esetleg korábbi traumái miatt provokatívan vagy kifejezetten erőszakosan viselkedő gyerek magatartására, előfordulhat, hogy ezzel újratertemti a gyerek számára traumatikus otthoni környezetet. A megbélyegzés, a bántás megismétlődése megerősítheti a gyereket abban, hogy az érzései elfogadhatatlanok, és ezzel ő maga is értéktelen és elfogadhatatlan. Egy esetleges agresszív reakcióval a gyereket újra traumatizálhatjuk, ezzel megerősítve a bántalmazás ördögi körét. Ha viszont sikerül szétválasztani a valid érzéseket a nem megfelelő viselkedéstől, az azt sugallja, hogy a zaklatott gyerek dühe, indulata érthető és elfogadható, de ennek az indulatnak megfelelő kifejezési módot kell találnia.

A mentalizációs készség fejlődését pedig azzal tudod segíteni, ha minden konfliktust okozó vagy bántalmazó helyzetben segítesz a résztvevőknek több szempontból is megérteni, mi történik, az kinek hogyan eshet, milyen érzéseket válthat ki, és milyen következményekkel járhat. A mögöttes okok megértése és a kezelhetetlen impulzusok megfelelő mederbe terelése nem csak az adott helyzetet kezeli, hanem továbbiakat is segít megelőzni.

*Fontos, hogy az érzelmileg megterhelő esetekben magunknak is szükségünk lehet a megértő, segítő támogatásra! Szerencsés, ha ilyen esetekben van lehetőségod csapatban gondolkodni.*

## **Kommunikáció**

A bántalmazó viselkedést, akár az elkövetővé, akár az áldozattá válást, segít megelőzni az is, ha egy gyerek nemcsak érti, felismeri érzéseit, szükségleteit és a másik motivációit, de jól is tud minderről kommunikálni: ki tudja fejezni érzéseit, szükségleteit, tud üzenetekben kommunikálni, határokat húzni, nemet mondani. A kommunikációs készségek fejlesztése érdekében (is), akár pedagógusként, akár más munkakörben gyerekekkel találkozáskor, érdemes mindig facilitálnod és megerősítened a szubjektív vélemények megosztását. Hatalmas hiba a jelen oktatási rendszerben (és sok család működésében is), hogy kevés tér van arra, hogy a gyerekek olyan helyzetbe legyenek hozva, ahol nem egyetlen helyes választ kell megtalálniuk, hanem az elsajátított tényanyagból és a személyes tapasztalataikból kiindulva valami egyedit, személyeset kelljen alkotniuk. Még a művészeti tárgyakban is sokszor a teljesítményelvárás öli meg a kreativitást, így fékezve az önmagukhoz való kapcsolódás esélyét. Azok a gyerekek, akiket rendszeresen kérdeznek otthon és az iskolában is egyéni véleményükről olyan felnőttek, akik (józan, felelős, de minél szélesebb keretek között) elfogadják a meglátásaikat, komolyan veszik őket, megértéssel és őszinte érdeklődéssel fordulnak hozzájuk, sokkal hamarabb kezdenek önreflektíven működni.

## **Önismeret, helyes önértékelés**

A gyerekek önismerete és helyes önértékelése is protektív faktor a bántalmazó viselkedéssel és áldozattá válással kapcsolatban. Az a gyakori – kimondatlan – elvárás, hogy légy jó mindenben, légy ötös, légy kitűnő, nem csak eleve elrendelt kudarcra ítél sok gyereket, de megfosztja annak a lehetőségétől is, hogy maga keresse meg, találja ki, mit milyen mélységben, milyen szinten és főleg mennyi erőfeszítéssel szeretne tanulni. Természetesen vannak észszerű minimumok és a túl korai specializációnak sok veszélye lehet, de nagyon sokat tehetsz egy gyerek önismereti fejlődésért, ha nem veszed adottnak, hogy mindenben egyformán és maximálisan kell teljesítenie.

Nagyon fontos a gyerek partnernek tekintése, az őt érintő kérdésekbe való bevonása. A gyerekek jellemzően körbe vannak véve olyan felnőttekkel – tisztelet a kivételnek – akik megspórolnak nekik fontos döntéseket, vagy éppen túl korán túl nagy felelősséggel hagyják őket magukra. Egyaránt káros, amikor egy 10 éves nem döntheti el, milyen színű pólóban akar iskolába menni, de az is, ha megkérdezzük tőle, melyik szülőjével akar élni a szülők válása után, vagy szeretne-e ebéd helyett egy tábla csokoládét. Viszont a mindig az adott életkornak és egyéni érettségnek megfelelő döntésekre való lehetőség segíti a felelősségtudat kialakulását és a személyes értékválasztást. Természetesen az érettség megítéléséhez ismerni kell az adott gyereket, valódi kapcsolatban kell vele lenni.

## **MIT TEHETSZ SZAKEMBERKÉNT A GYERMEKBÁNTALMAZÁSOK LÁTENCIÁJÁNAK CSÖKKENTÉSÉÉRT?**

Sokszor nehezen érthető, hogy pokoli szenvedéseket kiálló gyerekek (vagy akár felnőttek) miért nem kérnek segítséget, miért derül sokszor csak későn fény a családon belüli erőszakra, és miért marad olyan ijesztően nagy a látencia – annak ellenére, hogy el kell ismerni, sokkal több szó esik ma akár a mainstream médiában is a témáról. Pedig a látenciáért számos ok felelős.

A gyerekek jó része nem ismeri a saját jogait, de lehet még a saját érzéseiket és szükségleteiket sem ismerik fel. Nehezen mondanak nemet egy felnőttnek, és érthető módon könnyen megfélemlíthetők.

Már önmagában segít a látenciát csökkenteni, ha olyan felnőtt vagy a gyerekek mellett, akiben megbízhatnak, akit könnyen megszólíthatnak. Továbbá vannak olyan témák, amikre érdemes egy-egy külön fókuszált foglalkozást is szánni, mindig az adott életkorra adaptálva. Egy ideális világban bízhatnál abban, hogy mindegyik a család tanítja meg, készíti fel a gyerekeket, de ha egy ideális világban élnénk, ez a kiadvány meg sem születne!



## **Mit érzel? Mit érezhet a másik?**

A legkülönbözőbb helyzetekben is érdemes megkérdezni totyogóktól éppen úgy, mint nagy kamaszoktól, hogy mit éreznek. Segíts különválasztani az érzéseket a tényektől és gondolatoktól! A saját érzés felismerését és megnevezését követheti a másik érzelmeinek olvasása. Óvodás korban a mesekönyvek, böngészők segítségével, később a szerepjátékok során kérdezz rá a szereplők érzéseire. Arc kifejezéseket, erős érzelmekről tanúskodó testbeszédet ábrázoló képekkel lehet gyakorolni a felismerést. Erre kiválóan alkalmas ismert eszköz az úgynevezett macikártya, de képes magazinokból vagy internetről gyűjtött képek is megteszik. A játékos feladatot meg is lehet fordítani: adott érzelmet fejezzenek ki a gyerekek arccal, testtel.

Kisiskolás korban egyre inkább elvárható, hogy egy összetett történetben szereplőkről is meg tudják ítélni, kiben milyen érzések lehettek. Az érzések egyre differenciáltabb verbalizálására sokféle tréning eszköz is létezik, az egyik leghasznosabb az online is több helyen elérhető érzelemkerék. Harmadik-negyedik osztályosokkal az érzelmek működéséről remek beszélgetés indító film az Agymanók is (a Békés Iskolák oldaláról komplex foglalkozás sorozat is letölthető a filmhez kapcsolódóan).

Tizenkét év felett képzőművészeti és zenei alkotások, versek, kötelező olvasmányok, filmélmények egészíthetik ki a macikártyát és társaikat, és a hogyan érzed magad-on túl érdemes a hogyan éreznéd magad egyes helyzetekben kérdések mentén is gondolkodást facilitálni. Érdemes beszélgetni az ambivalens vagy az olyan nehezen felvállalható érzésekről, mint a szégyen, a bűntudat – ezzel többek között a bántalmazásban érintett gyerekek segítségkérését is megkönnyítheted.

## **Mondj nemet!**

A mindig szófogadó, mindenkinek engedelmes és ráadásul mindig kedves és csendes gyerek mint pozitív kép rendkívül káros! Teljesen mindegy, hogy egy gyerek 3 vagy 13 éves, nem elvárható és nem is biztonságos, ha arra szoktatjuk, hogy nem mondhat ellent a felnőtteknek. Már írtunk a gyerek partnernek tekintéséről és a döntésekbe való bevonásáról, de az is fontos, hogy konkrétan gyakorolja a nemet mondást, a saját határainak kijelölését.



Felnőttként is gyakran tapasztalhatod, hogy mennyivel könnyebb lenne az élet, ha nem társulna annyi negatív érzés, szorongás azokhoz a helyzetekhez, amikor visszautasítunk valamit vagy valakit. Aki már gyerekként megtanul kiállni magáért és képes nemet mondani, ellenállóbb lesz a kortárs nyomással szemben is. Nem fog meghátrálni a konfliktushelyzetektől, bátrabban tart majd ki akár a többségtől eltérő véleménye mellett is, és könnyebben fogja érvényesíteni az érdekeit. Ez nemcsak kamaszkorban lehet hasznos, a szexuális életében vagy például amikor cigivel, alkohollal, kábítószerrel kínálják, hanem már az óvodásoknak, kisiskolásoknak is megkönnyíti egy rosszindulatú felnőtt csábítási kísérletének visszautasítását, vagy azt, hogy kilépjen egy helyzetből, ha számára kellemetlenné válik.

Ma már remélhető, hogy minden gyermekekkel foglalkozó szakember hallott a bugyiszabályról: azaz, hogy a gyerekeknek meg kell tanítani, hogy a fehérneművel fedett területeket senki nem érintheti meg az ő engedélye nélkül (és ebből ugye az is következik, hogy ezt ő sem teheti meg mással). Az erről való beszélgetést könnyíti meg a Minden gyerek kicsi kincs című mesekönyv.

[https://hintalovon.hu/termek/bugyiszabaly\\_konyv/](https://hintalovon.hu/termek/bugyiszabaly_konyv/)

Ugyanakkor még mindig sokan bíznak abban, hogy az ilyesmi a szülők dolga. Ilyenkor érdemes abba belegondolni, hogy ma Magyarországon közel 23 ezer gyerek él gyermekvédelmi szakellátásban, jó részük azért, mert a szülei nem gondoskodtak róluk megfelelően, vagy felmerült valamilyen abúzus gyanú. És ennek a számnak többszöröse azon gyerekek száma, akiket védelembe vett a gyámhatóság, nem ritkán szülői rossz bánásmód miatt. Elhanyagoló, abuzív szülőkre sehogyan se bízható a következő generáció szexuális nevelése, de még tágabb az a kör, akiknek nincs erre figyelme, eszköze, tudása. Így tehát el kell fogadni, hogy a szexuális nevelésben és a testhatárok védelmének bátorításában is kiemelt feladat hárul az oktatási intézményekre. Kiemelt, de nehéz feladat. Különösen, hogy erre általános képzés, deklarált idő, erőforrás nincs vagy csak esetlegesen van. A 2021-es köznevelési törvény módosításával ráadásul ebbe a munkába a civil szervezetek, külső szakértők bevonása is egyelőre ellehetetlenült.

A nemet mondást lehet gyakorolni játékos formában. Az ismert népi játékot kicsit megvariálva, már óvodásokat is lehet olyan helyzetbe hozni, hogy gyakorolhassák a saját hangjukon a nem szócskát – akár egy felnőttel szemben is. A játékban a játékvezető (először a pedagógus) szemben áll a többiekkel és sorban mondja az utasításokat. Ha úgy kezdi, hogy Mátyás király parancsára, akkor végre kell hajtani, ha nincs előtte, akkor nem szabad megcsinálni. Sőt, ha a célunk a nemet mondás facilitálása, bíztasd a gyerekeket, hogy hangosan kiabálják: „nem”, „nem ülünk le”, „nem állunk fel” stb.

Nagyobbaknál a határ kijelölésre hasznos gyakorlat, amikor párok állnak egymással szemben, elkezdnek közeledni (először az egyik, aztán a másik tagja a párnak, majd egyszerre mindketten) és csak nonverbális jelekkel lehet a másiknak jelezni, hol álljon meg, ami még komfortos.

Az érzelmek megismeréséhez, verbalizálásához hasonlóan hatékony, ha különböző történeteken keresztül beszéljük át a gyerekekkel a nemet mondás témáját. Mikor nem szabad, akár veszélyes egy felnőttel szemben ellenkezni, tehát mik azok a szabályok, amiket fontos betartani (pl. nem szaladunk át a piros lámpánál vagy éppen nem ütjük meg a másikat), mik azok a helyzetek, amikor egy gyereknek joga van saját döntést hozni, és akár mondhat nemet is. És végül, de nem utolsó sorban, melyek azok a szituációk, amikor kifejezetten fontos visszautasítani a másik kérését (például amikor egy idegen a személyes adataidat kéri, ismeretlen helyre akar hívni, olyat kér tőled vagy olyan módon érint meg, ami kellemetlen vagy zavarba ejtő számodra stb.)

### **Mire van szükséged, mihez van jogod?**

Mindig az életkoruknak megfelelő módon kell a gyerekeket tájékoztatni a jogaikról, és segíteni őket abban, hogy a jogsértő helyzetekben tudjanak nemet mondani, lehetőség szerint lépjenek ki a helyzetből és kérjenek segítséget.

Azt, hogy jogod van az élethez, a testedhez, a biztonsághoz, a pihenéshez, továbbá jogod van a véleményedhez, már jó, ha egy óvodás is tudja, és az iskola kezdetekor már a gyermekjogi egyezmény minden pontját érdemes megismertetni és átbeszélni a gyerekekkel. Fontos, hogy értsék, hogy az egyes jogok milyen szükségletekre reagálnak. A jogok fogalmával való ismerkedést érdemes onnan indítani, hogy mire van szüksége egy élőlénynek, egy embernek, mire van szüksége egy gyereknek, ahhoz, hogy testi-lelki-szellemi fejlődése biztonságos legyen?

Egy-egy interaktív foglalkozással segítheted, hogy világossá váljon, mit jelentenek az egyezmény szövegében szereplő fogalmak és hogyan valósul vagy valósulhatna meg egy-egy jog a mindennapi életükben. A megvalósulásra vagy akár annak hiányára konkrét példákat hozva, továbbá a gyermekjogok csoportosításával, rangsorolásával, ütköztetésével, mélyülhet a megismerés. A téma feldolgozását segítheted kreatív technikákkal: elmetérkép, plakát, szórólap készítésével, vagy olyan közös gondolkodásra hívó feladatokkal, amikor egy-egy olyan helyzetben, amikor jogok ütköznek egymással, kell döntéseket hozni.

Az ingyenesen letölthető Kiskompasz – Kézikönyv a gyermekek emberi jogi neveléséhez (Mobilitás Országos Ifjúsági Szolgálat, 2009) sok további ötletet ad, a gyakorlatok részletes leírásával, segédletekkel és hasznos háttér információkkal. Néhány példa kifejezetten a Gyermekjogi Egyezményről való foglalkozásokhoz:

- A résztvevők elképzelik, milyen gondoskodásra van szüksége egy kisnyúlnak, és ebből kiindulva megvitatják, milyen szükségletei vannak a gyerekeknek, beszélgetnek az élethez és a fejlődéshez való jogról.
- A gyerekek TV reklámot készítenek a gyermekek jogairól.
- A gyerekek eldöntik, hogy a Gyermekjogi Egyezmény mely cikkeit törölnék, beszélgetnek arról, hogy milyen következményei lennének ennek, illetve arról, hogy a jogok hogyan függenek egymástól kölcsönösen.

## **A jó titok és a rossz titok**

A bántalmazóknak, elsősorban, de nem kizárólagosan a szexuális abúzust elkövetőknek, mérgező fegyverük a titok. A titok ellehetetleníti a segítségkérést, nyomaszt, szorongást okoz, elmagányosít. A titok minden életkorban izgalmas és könnyen életkorra szabható téma. Rendkívül sok etikai és erkölcsi dilemma, hagyományok, szépirodalmi alkotások, történelmi események kapcsolhatóak a fogalomhoz. Minden humán, illetve művészeti tárgyban van tér újra meg újra beszélni róla.

Nagyon fontos már az óvodában megtanítani a gyerekeknek és sok-sok számukra ismerős példával átélhetővé tenni, hogy mi a különbség jó titkok és rossz titkok között.

A jó titok kellemesen izgalmas, de nem félelmetes, nem kelt rossz testi érzéseket. Nem fájdtja meg a hasunkat, fejünket. Általában csak egy ideig kell őrizni (például egy születésnapig, vagy míg anya haza nem ér és meg nem látja a meglepetést). A rossz titoknál kevésbé megfogható, hogy meddig is kell titkolni és miért. Rossz érzéseket, főleg szégyent és félelmet, esetleg rémálmokat okoz. Fontos, hogy megértsék, hogy ha valaki rossz titok megtartására kéri őket, azt nem kell teljesíteniük. Nem árukkodás, ha ilyenkor szólnak egy felnőttnek, és elmondják azt, ami történt velük – hanem segítségkérés.

## **Árukkodás versus segítségkérés**

Az „árukkodni csúnya dolog” mondat már az ötéveseknek is bevésődik, sokszor anélkül, hogy megtanulnák, megértenék, mi a különbség árukkodás és segítségkérés között. Segíteni kell a gyerekeket abban, hogy felismerjék és differenciálni tudják a saját motivációikat. Miért is akarom én elmondani ezt? Magam számára kérek segítséget? Segíteni szeretnék valakin? Vagy csak jól kiszúrni azzal, akit beárukkolok? Mi lehet a következménye, ha szólok, és mi történhet, ha nem szólok? Van-e valaki veszélyben?

Akár óvoda, akár gimnázium, ebben talán az a leghatékonyabb, ha mindig törekszel rá, hogy az adott, aktuális helyzeteket több szempontból, hibáztatás és megbélyegzés nélkül átbeszéljétek. Ez elsősorban az adott közösségen belüli kortárs bántalmazással kapcsolatban nagyon fontos. Ide tartozik az az alapszabály is, hogy a potenciális segítségkérések szempontjából nagyon motiváló, hogy legyen átlátható és ismert következménye minden bántalmazásnak! Természetesen a következmény nem egyenlő a büntetéssel! Az a megfelelő hozzáállás, ha a kérdés nem az, hogy ki milyen büntetést követett el és milyen büntetést érdemel, hanem az, kinek mire, milyen segítségre lenne szüksége, ki mitől érezné magát biztonságban, és hogyan lehet az adott közösségben jóvá tenni a már megtörtént bántásokat.

## MIT TEHETSZ MÉG SZAKEMBERKÉNT, HOGY KÖNNYEBB LEGYEN A SEGÍTSÉGGÉRÉS?

A média (már nem csak a bulvár) rendszeresen tájékoztat minket egyesek magánéletének minden rezdüléséről, egymást érik a valóságshow-k, és a közösségi média felületein is feloldódni látszanak egy család intimitásának határai, azonban ha felmerül a családi erőszak gyanúja, sokaknál még most is bekapcsol a parancs, miszerint ne szóljunk be mások magánéletében. A társadalom többsége sajnos még mindig a család belügyének tekinti a bántalmazást, és ha sejtik is, hogy valami nincs rendben egy családban, nagyon nehezen kérnek segítséget a kiszolgáltatott helyzetben lévő gyerekek számára. Ezzel a közönyös, kényelmes attitűddel gyerekeket hagyhatunk földi poklokban.

A feltárás ellen hat, hogy szülőként rendkívül nehéz nevelési, illetve metálhigiénés támogatást kérni – arról nem is beszélve, hogy kapni sem könnyű. Már elnevezésében is megszűnt a „nevelési tanácsadó”, a családsegítőkhöz fordulást félelmek nehezítik, a pszichológushoz járást még mindig előítéletek övezik, és persze a helyzetet tovább nehezíti, hogy ingyenes és kompetens szakembereket egyre nehezebb elérni. Így nagyon gyakori, hogy még ha maguk a szülők is tudják, érzik, hogy nem tudnak megfelelni a szülői szerepeikben, nem elég jó szülők, a gyerek akkor kap először esélyt a változásra, ha maga tudja jelezni, hogy nagy baj van otthon.

A segítségkérés lehet olyan mértékű viselkedési probléma, amit már nem lehet nem észrevenni. Sokan magatartászavarral, önsértéssel, szerhasználattal, egyre veszélyesebb devianciákkal hívják fel magukra a figyelmet. Szó szerint életveszélybe sodorja az a felnőtt az érintett gyereket, fiatalt, aki ezeket a tüneteket nem kezeli súlyuknak megfelelően, mert ezzel óhatatlanul arra sarkallja őt, hogy „emelje a tétet”, még látványosabban jelezze, hogy valami nincs rendben. Ezért különösen szívszorító, ha akár szülők, akár szakemberek bagatellizálják a fiatalok szerhasználatát, önsértését, kriminalizálódását, vagy tudomást sem vesznek szorongásos tüneteikről, megváltozott étkezési-alvási szokásaikról, romló teljesítményükről.

Természetesen könnyebb lenne, ha az áldozattá vált gyerek elé állna, és szép kerek mondatokban elmondaná, hogy milyen sérelmek érik. A fenti témák feldolgozásával, a fenti kulcsfogalmak (érzések, határok, szükségletek, jogok, titkok...) rendszeres szóba hozásával már tehetsz azért, hogy több gyerek merjen segítséget kérni, de ezt egyrészt nem várhatjuk el, másrészt nem várhatjuk meg. Ugyanakkor megkönnyíthetjük a verbalizálást több módon is, de ehhez előbb meg kell érteni és el kell ismerni az ezt akadályozó tényezőket.



## **A gyerek nem akar rosszat a szüleinek.**

A gyermekek lelki, fizikai és szexuális bántalmazása az esetek többségében a családon belül történik. A családban, aminek a biztonság, gondoskodás, elfogadás szigetének kellene lennie minden gyermek életében. Az elkövető pedig sokszor a szülő. A szülő, akitől az áldozattá váló gyerek függ, akit a gyerek szeret, akit gyakran félt. Félt attól, hogy fájdalmat okozna neki, és félti a következményektől. A nem akarom, hogy anya/apa börtönbe kerüljön, nem akarok teher lenni, nem akarok hálátlan lenni, és hasonló gondolatok hatalmas gátjai a segítségkérésnek. Sokszor a bántalmazott gyerekek meg is kapják otthon, hogy ha a gyerek panaszkodik, bajt hozhat az egész családra.

### **Amit tehetsz:**

A cél itt az, hogy a segítség ne legyen negatív szó! Nagyon sok szülő nem akarja szándékosan bántani a gyerekeit. Talán őt is bántották, talán nincs jó mintája, talán nem tudja az indulatait kontrollálni, talán félelmek és szorongások irányítják, amikor érzelmileg bántalmazza vagy testileg fenýíti a gyereket. Ezeknek a szülőknek segítségre van szüksége! Ez az üzenet nem csak igaz, de talán könnyebben is befogadható, mint az apád/anyád büntetését érdemel. Azonban nem szabad eltitkolni, hogy van a bántalmazásnak az a szintje, amikor nem kizárható a jogi következmény sem.

### **Segítõ mondat:**

*„Azt gondolom, a szüleidnek segítségre van szükségük ahhoz, hogy egy biztonságos otthont tudjanak neked teremteni. Mit gondolsz errõl?”*

## **A gyerek fenyegetve érzi magát.**

Sokszor a bántalmazott gyerekek azért titkolóznak, mert fenyegetve érzik magukat. Azt gondolják, ha elmondják valakinek, ami velük történik, jön az újabb pofon, az üvöltözés, az érzelmi és fizikai bántalmazás. És nem tudják, hova fordulhatnak segítségért. Nem lenne reális, hogy kockáztassák azt, hogy még rosszabb helyzetbe kerülnek, ha nincs semmi és senki, ami a biztonságukat garantálná. Ráadásul a legtöbb bántalmazó, különösen a szexuális visszaélést elkövetõk, legfõbb fegyvere a titok. A „megbánod, ha ezt bárkinek elmondod”, „addig jó, míg ez a mi titkunk” és hasonló mondatokkal elért félelem gátja a segítségkérésnek.

### **Amit tehetsz:**

Nagyon fontos a lehetõ legpontosabban feltérképezni, hogy mitõl tart a gyerek, és tájékoztatni arról a lehetõségrõl, hogy ha azt érzi, hogy veszélybe (még nagyobb veszélybe) kerülhet, ha segítséget kér, akkor arra is van mód, hogy azonnal védelmet kapjon egy befogadó otthonban. Természetesen egy átmeneti gyermekotthonban tölteni az éjszakát, és ott várni (ki tudja, pontosan meddig, amíg a gyámhatóság dönt a további sorsáról), egyetlen gyermeknek sem túl vonzó lehetõség, de nem szabad elfelejteni, hogy ez a lehetõség esetleg szó szerint megmenthet egy életet!

**Segítő mondat:**

*„Ha otthon nem vagy biztonságban, van arra mód, hogy ne kelljen hazamenned. Milyen ezt hallani?”*

**Magukat hibáztatják és/vagy félnek, hogy mások fogják őket hibáztatni.**

*A segítségkérésnek az egyik legnagyobb gátja az áldozathibáztatástól való félelem.*

Jellemző, hogy a bántalmazott gyerekek rengetegszer hallottak olyan mondatokat, amik az önértékelésüket rombolták, a szégyenérzetüket növelték és állandó érzésükké tették a bűntudatot. Sajnos lehet, hogy nem csak a bántalmazóiktól, hanem olyan emberektől is, akiktől segítséget akartak kérni vagy aki rálátott a helyzetükre. Miért kell provokálni anyukádat? Miért nem tudtál rendesen viselkedni? Miért nem tudsz tekintettel lenni a szüleidre? Miért öltözködsz olyan kihívóan? Folytathatnánk a toxikus kérdésbe rejtett megbélyegzéseket.

Fájdalmas, amikor gyerekekektől olyan kérdést kell hallani, hogy nekik mit kéne máshogy csinálni, hogy anya-apa ne bántsa őket. Számos esetben még azok a tizenévesek, akiknek életkori feladatuk is kritikusnak lenni a felnőttekkel, abból indulnak ki, hogy bizonyára ők csináltak valami rosszat, az ő viselkedésük az, amin változtatni kell. Ez annak a jele, hogy a bántalmazó sikeresen elhitette velük, hogy ők maguk nem elég jók, így megérdemlik a bántást, a megalázást. Hosszabb távon így okozza a legnagyobb rombolást minden bántalmazás: leépíti a másik önértékelését, önbecsülését. Ha egy gyerektől azt hallod, mikor a vele szembeni rossz bánásmódról beszél, hogy ő ezt érdemli, sejtethet, hogy nagyon régóta bántalmazásnak lehet kitéve.

**Amit tehetsz:**

*Soha ne hibáztasd az áldozatot!*

Ne az áldozat felelősségét keresd, még kérdéseiddel se, különösen nem egy egyértelműen egyensúlytalan helyzetben. Fontos tisztázni, hogy egy gyerek-felnőtt kapcsolatban mindig a felnőtté a felelősség. Egy felnőtt nem engedheti meg magának, hogy egy gyerek úgy kihozza a sodrából, akár addig provokálja, míg erőszakos nem lesz. Ha ilyesmi megtörténik, az is csak annak a bizonyítéka, hogy régen kicsúszott az irányítás a felnőtt kezéből, és nincs biztonság a gyerekekkel való kapcsolatában. Jó szolgálatot tehet ilyenkor, ha tudsz hivatkozni a gyerekjogokra, a gyermekvédelmi törvényre, a testi fenyegetés zéró toleranciájára. Kimondani, hogy senkinek nincs joga téged bántani, azokban az esetekben is nagyon fontos, ha nem biztos, hogy rögtön tudsz az áldozat számára elfogadható menekülő utat javasolni.

**Segítő mondat:**

*Egyszerűen nem lehetséges, hogy te vagy a felelős a téged ért bántásokért. Az erőszakot, a testi-lelki bántalmazást senki nem érdemli meg!*

## **Félnek, hogy nem hinnének nekik.**

Könnyen belátható, hogy ez is jogos félelem. És ezt a félelmet a bántalmazók is erősítik azzal, hogy számtalanszor elismétlik, „úgysem hisznek majd neked”.

Sok gyereknek az, hogy nem hisznek neki, nemcsak félelem, hanem tapasztalat. Számos esetben megtörténik, hogy ha egy gyerek segítséget kér, elkezd mesélni zárt ajtó mögött történő sérelmekről, a környezetét jelentő felnőttek, rokonok, barátok, akár szakemberek is, a felnőtt pártjára állnak: „apukádat is meg lehet érteni”, „anyukád biztosan jót akart”, „a szülőknél sem könnyű”. Még ha ezeknek a mondatoknak adott esetben van is valóságtartalma, nem indulhatsz ki egy ideális képből, még abból sem, hogy a szülők bizonyára szeretik a gyerekeiket, vagy hogy mentálisan épek, különösen nem, ha nem ismered jól a családot.

Egy családi erőszak történetében gyakran tanúk és egyéb kézzel fogható bizonyítékok nélkül áll egymással szemben elkövető és áldozat. Ez még két felnőtt ember esetében sem egyenlő helyzet, de ha egy gyerek az áldozat, akkor különösen nagy visszatartó erő lehet, hogy nem tudja bizonyítani állításait a felnőttekével szemben. Különösen igaz ez a gyerekek szexuális bántalmazásakor. Lelkiségegy-vonalunkon is tapasztaljuk, hogy a gyerekek anonim szolgáltatásainkban nem először próbálnak beszélni ezekről a helyzetekről, de korábban a felnőttek elbagatellizálták a jelzéseiket, talán valóban azt gondolták (vagy csak remélték), hogy a gyerek félreértett valamit.

Van, hogy az is felmerül, hogy a bántalmazásról beszélő gyerek „csak figyelmet akar” vagy „ezzel akarja a környezetét manipulálni”. Ha egy gyerek arról beszél, hogy bántják otthon, annak mindig oka van. Nagyon rossz belegondolni egy olyan gyereksorsba, ahol a gyerek azt gondolja, hogy csak akkor fognak rá figyelni, ha azt mondja, bántják otthon. Ez önmagában jele lehet egy nagyon súlyos érzelmi elhanyagolásnak! A „manipuláció” szó is érdemes kicsit ízeletgetni ebben a kontextusban... aki manipulál, az el akar érni valamit. Mit és milyen okból akarná egy gyerek, hogy a szüleit, nevelőit, nevelőszüleit bántalmazónak gondolják, ha nem azok? Vannak esetek, ahol amit a jelenben látunk mint viselkedéses tünetek vagy segítségkérés, nem vagy nem kizárólag a jelenben zajló helyzetekről szól, hanem egy korábbi traumatizáció következménye.

### **Amit tehetsz:**

Ne félj hinni egy gyereknek, ha arról számol be, hogy bántják! Lehet, hogy kétségbeejtő, lehet, hogy a tehetetlenség kínját hozza, de csak akkor tudsz neki segíteni, ha nem vonod kétségbe, amit megoszt veled. Pedagógusként, pszichológusként, iskolai szociális segítőként nem dolgoz egy gyerek segítségkérésekor mérlegelni, hogy szavahihető-e a gyerek, hogy az általa elmondottak mennyire élményszerűek. Amit felelős felnőttként fel kell mérni, az az, hogy felmerül-e a veszélyeztetettség gyanúja, és a saját szerepedből milyen segítséget tudsz személyesen nyújtani vagy szervezni a gyerek biztonsága érdekében.



### **Segítő mondat:**

*„Köszönöm a bizalmadat, most már nem vagy egyedül. Mindent meg fogok tenni a biztonságodért!”*

### **Nem veszik észre, hogy áldozatok.**

Ha gyerekek beleszületnek, beleszocializálódnak az erőszakba, akkor nem fogják tudni, hogy ami velük történik, az bántalmazás, hogy joguk van a védelemhez, és joguk van segítséget kérni. Sok bántalmazott gyerek nagyon zárt családban él. Ezekben a családokban akár a szülők rossz házassága, akár egy családtag pszichiátriai, addiktológiai betegsége, rossz anyagi, lakhatási körülmények miatt, vagy egyszerűen a családi diszfunkciók leplezésének szándékával, nem jellemző a vendégfogadás, a társasági élet. Sokszor a bántalmazott gyereket sem igen engedik el más otthonokba, de az is lehet, hogy mire ehhez elég idős lenne, már a bántalmazás tüneteként nem is tud úgy kapcsolódni a kortársaihoz, hogy hívják.

Az is sok esetben nehezíti a bántalmazottság felismerését és a segítségkérést, hogy a családon belül más is bántások áldozata. A gyermekbántalmazás és az egyik vagy mindkét szülő erőszakos viselkedése a házastársával vagy más hozzátartozókkal szemben normalizálja az agressziót. Különösen nehéz helyzetben vannak azok, akik a tágabb családban vagy a család lakókörnyezetében is hasonlókat tapasztalnak. Ilyenkor még nagyobb az oktatási intézmények felelőssége.

### **Amit tehetsz:**

Bár a szocializáció elsődleges helye a család, már egészen óvodáskortól fontos minta minden intézményi közeg, a közösségek működése és a gyerekekkel kapcsolatba kerülő felnőttek attitűdje. Már azzal is sokat tesz, ha egy erőszakmentesen kommunikáló, elfogadó, érzelmi biztonságot adó felnőtt vagy a gyerekek életében.

Fontos, hogy a gyerekek tudják, hogy az őket családjukban érő fizikai, szexuális, vagy lelki bántalmazás sosem lehet jogos, és ezekben a helyzetekben joguk van segítséget kérni és kapni. A gyerekjogokról és általában az emberi jogokról beszélni és beszélgetni normaképző erővel hathat. Akkor várható, hogy beépüljön a tény, miszerint senkinek nincs joga őt bántani, és ezzel természetesen az egymás bántásának tilalma, ha ez nem csak szóban hangzik el, hanem legalább a veled való kapcsolatban mindennapi valóság. Nagyon lényeges, hogy hogyan reagálsz, ha bármilyen, egy gyereket ért bántalmazás a tudomásodra jut. A legfontosabb, hogy soha ne normalizáljuk az erőszakot! Ne mentsd fel az elkövetőt és ne kicsinyeld le az áldozat fájdalmát!

### **Segítő mondat:**

*„Ennek nem lett volna szabad megtörténnie! Senkinek nincs joga bántani téged.”*

## Nincs kihez fordulniuk.

Sok gyereknek egy illúzió, amit a krízishelyzetek beszűkülése okoz, de másoknak a mindennapok szomorú valósága, hogy nincs kihez fordulniuk. Ha egy gyereknek a családjában nincs olyan felnőtt, akihez egyértelműen fordulhat, ha bajban van, ha bántják – végtelenül kiszolgáltatottá válik. Az ő sorsukban különösen nagy felelőssége van a környezetnek. Ha van olyan tanár, edző, egyéb szakember vagy akár csak egy barátságos szomszéd, akinek bizalmat mer szavazni, az életmentő lehet.

### Amit tehetsz:

Egyszerűen légy jelen! Légy elérhető, könnyen megszólítható. Ugyanakkor tartsd a saját határaidat! Nem az a jó segítő, aki mindig mindenkinek azonnal ott van, hanem aki tényleg teljes odaadással ott van, abban az időben, amikor ez munkaköri kötelessége és/vagy ezt tényleg jó szívvvel és nem önmagát kizsigerelve teszi.

Már egészen kicsi gyerekekkel érdemes közösen átgondolni, ha bármilyen baj vagy kellemetlen dolog történik velük, hogy ki az, akihez segítségül tudnak fordulni. Fontos, hogy egy gyereknek több ilyen bizalmas is legyen a tarsolyában. Ha egy gyerekkel kapcsolatban az az érzésed, bármikor szüksége lehet segítségre, javasolj olyan lehetőségeket, amiket akkor is elér, amikor téged nem! Beszélj a Kék Vonal ingyenes Lelkisegély-vonaláról is, de az is fontos, hogy a gyerekek tudják, milyen esetekben kérhetnek a 112-es segélyhívón azonnali segítséget.

### Segítő mondat:

*„Most már nem vagy egyedül. Semmit nem kell egyedül megoldanod. A te biztonságod a felnőttek felelőssége.”*



## HOGYAN BESZÉLGESS EGY GYEREKKEL, AKI MEGOSZTotta VELED, HOGY Bántalmazták?

Akár közvetlenül téged szólít meg egy gyerek, hogy segítséget kérjen, vagy egyszerűen csak megosztja, ami nehéz, ami fáj, akár te veszel észre olyan tüneteket, amik bántalmazásra utalhatnak, fontos, hogy milyen körülmények között kerül sor az erről való beszélgetésre. A legszerencsésebb, ha először négy szemközt, egy zavartalan helyszínen és olyan időpontban tudtok beszélni, amikor valóban tudsz időt szánni a beszélgetésre. Egy fél órás beszélgetés alatt nagyon sok minden kiderül, és ez általában elég is arra, hogy legalább a következő lépés egyértelmű legyen, de szerencsés, ha ennél szükség esetén több idő van, ha nem kell időre sietned sehová. Természetesen ez csak azokra a helyzetekre vonatkozik, amik tervezettek. Egy hirtelen jött krízisben a lehetőségekhez mérten kell kihozni a helyzetből a maximumot, de az alábbi pontok minden szituációban hasznosak lehetnek.

### 1. Hallgasd meg!

Talán evidensnek és egyszerűnek tűnik, de nem is mindig olyan könnyű hallgatni, meghallgatni, végighallgatni egy gyereket. Sokszor erős próbája a türelemnek. Akár azért, mert hallva egy gyerek nehézségeit könnyebb cselekedni, gyorsan tenni valamit, ami aktívabb, látványosabb, mint a hallgatás. A hallgatást nehezítheti az is, ha a hallott történet zavaros, ellentmondásos, vagy a beszélő nehezen fejezi ki magát. Fontos észben tartanod, ha egy bántalmazott gyerekekkel beszélgetsz, hogy mennyi gáton kell átjutnia, és milyen sok negatív tapasztalat és csalódás után szavaz most bizalmat neked!

### 2. Figyelj rá!

A meghallgatás még nem elég! A segítő kapcsolathoz valós, aktív figyelem kell. Tegyél félre mindent és add teljes figyelmedet. Testbeszéddel, nonverbális jelzésekkel, rövid, megerősítő visszajelzésekkel bátorítsd! Ne arra koncentrálj, míg a másik beszél, hogy hogyan fogsz reagálni, ne készíts rögtön akciótervet magadban! Ne csak a kimondott szavakra figyelj, hanem próbálj kapcsolódni a másik egész lényéhez, hangolódj rá a ritmusára, és éreztesd vele, hogy hiszel neki és bízhat benned.

### 3. Ne faggasd!

A sok kérdés riasztó lehet. A miért kezdetű kérdések pedig magyarázkodásra sarkallhatják és zavarba hozhatják az amúgy is jellemzően sok önváddal és kétséggel küzdő fiataalt. Kérdések helyett sokszor egy bólintás, egy reflexió, az empátiád kifejezése is elég lehet, mert ha a gyerek megértve érzi magát, szívesen beszél tovább. Ezt nyitott, nem sürgető kérdésekkel segítheted.

## 4. Validáld az érzelmeit!

Az érzelmileg bántalmazott, elhanyagolt gyerekek gyakran abban nőnek fel, hogy a negatív érzelmeiket letiltják, sérelmeiket bagatellizálják. Ezért különösen nagy erővel hat, ha tőled azt hallhatja, hogy érthető, ha szomorú, jogos a haragja, és megérted azt a fájdalmat, csalódást, félelmet, amiről beszél.

## 5. Támogasd!

Soha ne hibáztasd az áldozatot!

Ne az legyen a célod, hogy a negatív érzéseit gyorsan pozitívba fordítsd! Nem az a cél egy bántalmazott gyerekekkel beszélve, hogy megvigasztalódjon és megnyugodjon, hanem, hogy legyen ereje, bátorsága tenni magáért, és elfogadni segítséget a helyzete változásához.

## 6. Gondolkozz vele közösen!

Érthető, ha szeretnéd a bántalmazott gyereket megmenteni, de zsákutcába fut minden kísérlet, ha abban a másik nem partner. Egy olyan helyzetben, amikor egy gyerek arról számol be, hogy bántva, elhanyagolva érzi magát, hogy fél, hogy bajban van, nehéz hátra lépni és teret adni, különösen ha olyan tanácsokkal állsz elő vagy olyan megoldásban kezdesz gondolkodni, ami a gyerek számára még nagyon félelmetes.

## 7. Tájékoztasd!

A közös gondolkodás akkor hatékony, ha hozzá teszed azokat a gyermekvédelmi, jogi tényeket, lehetőségeket és a lehetőségek korlátait, amikről neked, gyerekekkel foglalkozó szakemberként, kötelességed tájékozottnak lenni, de egy gyerek számára teljesen ismeretlen terület lehet ez. Törekedj minél tényszerűbb információkat adni és tartózkodni a felelőtlen ígéretektől. Egy veszélyhelyzetben nagy lehet a kísértése a „biztos minden jó lesz” ígéret csodafegyverét bevetni, de ezzel a gyerek elveszítheti a benned való bizalmát is. Akkor tudsz felelősen tájékoztatni, ha előtte te már tájékozódasz.

## 8. Maradj mellette!

Ha egy gyerek az őt ért bántalmazás vagy akár önagresszív késztetések miatt életveszélyben van, vagy könnyen abba kerülhet, semmiképpen se hagyd őt magára! Ez adott esetben azt is jelentheti, hogy hívd hozzá rendőrt, mentőt, kísérd be egy átmeneti otthonba vagy egy kórházba. Ehhez fontos, hogy te tájékozott légy, ismerd az elérhető intézményrendszert, tudj a felelőtlen ígéreteket elkerülve is válaszolni a gyerek kérdéseire.

## MIT KELL TENNED SZAKEMBERKÉNT, HA TUDOMÁSODRA JUT, HOGY EGY GYEREK BÁNTALMAZÁS ÁLDOZATA?

A családjukban bántalmazott gyerekek viselkedésükkel szinte kivétel nélkül mindig jeleznek nekünk, ha valami nincs rendben. Persze ezek a jelzések nagyon sokfélék lehetnek: hirtelen viselkedésbeli változások, pszichoszomatikus tünetek, alvás-, illetve evészavarok, autoagresszív viselkedések, az iskolai teljesítmény romlása, illetve más deviáns, esetleg mások felé erőszakos viselkedések... Tartsd észben, hogy minden gyerek egyedi, és hasonló helyzetekre sem reagálnak egyformán! Az osztály fekete báránya, az a „tipikusan rossz gyerek”, akivel visszatérően gondok vannak, éppen úgy gyaníthatóan segítségre szorul, mint a mindig csendes, szorongó, kezeit tördelő „tipikusan jó tanuló”. Nagyon sok oka lehet minden, az átlagtól eltérő viselkedésnek, vagy viselkedésváltozásnak, de ilyenkor fontos, hogy ne nézz félre és fejezd ki az aggodásodat. Talán nincs is annál rosszabb üzenet a gyerekek számára, mint amikor érezzük, érzékeljük, hogy bajban vannak, hogy segítségre lenne szükségük, de nem teszünk értük semmit. Hogyha azt észleljük, hogy egy gyerek veszélyben van, akkor egyértelműen rajtunk is múlik, hogy a gyerek helyzete javulni fog-e.

### 1. **Tegyél jelzést!**

Rengeteg kérdés, dilemma, jogos félelem kapcsolhat be, amikor azt érzed, hogy neked kell döntenie, hogy mi legyen az első lépés a gyerek biztonsága érdekében. Ugyanakkor, ha egy gyerek veszélyben van, egyvalami nem a te döntésed, viszont a te kötelességed a gyerekekkel munkakörödből adódóan találkozó szakemberként: jelezned kell a gyermekjólét felé a veszélyeztetés gyanúját!

Állandó félelemként halljuk a Segélyvonalunkon és szakemberképzéseinken is, hogy bár ott a gyanú, mégsem akarják feljelenteni a szülőket. A gyermekjóléti szolgálat felé tett jelzés azonban nem feljelentés, hanem annak jelzése szakemberek felé, hogy aggódom egy gyerekért, azt gondolom, hogy a gyerekek és a családnak segítségre van szükségük.

### 2. **Ne nyomozz!**

Szintén visszatérő dilemma, szakemberek és laikus felnőttek részéről is, hogy csak sejtik, de nem tudják biztosan, mi történik. Senkinek sem feladata oknyomozó riporterként, a családot a kerítésen keresztül kémlelve megbizonyosodni a bántalmazásról. Már egy-egy aggasztó helyzet feltárásához is segítségül lehet hívni iskolapszichológust és/vagy a Családsegítő Központ és/vagy a Pedagógiai Szakszolgálat szolgáltatásait.

A Gyermekjóléti Szolgálatok feladata, hogy környezettanulmány, iskolai pedagógiai szakvélemény, a gyerekekkel és szülőkkel folytatott beszélgetések, a segítő szociális munka eszközeivel feltérképezzék, hogy mi történik a családban. Ha aggódsz egy gyerekért, de nem ismered a részleteket, már a feltárás fázisában is kérhetsz segítséget!

### **3. Ismerd meg a gyermekvédelmi rendszert!**

A gyermek- és ifjúságvédelem azt a tevékenységrendszert, jogszabályrendszert és intézményrendszert jelenti, amelynek célja a gyermekek családban történő nevelkedésének elősegítése, veszélyeztetettségük megelőzése és megszüntetése, valamint azoknak a gyermekeknek a helyettesítő védelme és a nevelésükről-gondozásukról történő gondoskodás, akik hatósági intézkedés következtében kikerülnek vér szerinti családjukból. A gyermekek védelmének általános szabályait, rendszerét a „Gyermekek védelméről és a gyámügyi igazgatásról szóló 1997. évi XXXI. törvény” (közkeletű elnevezéssel a gyermekvédelmi törvény) határozza meg. Te is kompetensebben tudsz a segítő lehetőségekről beszélni, ha átlátod a rendszert.

Gyakori félelem, hogy a „gyermekvédelmisk” a jelzés hatására elveszik a családtól a gyereket. A gyermekvédelem egyik legfontosabb alapelve a család elsődlegessége, ami azt jelenti, hogy minden intézkedés arra fog irányulni, hogy az adott családot segítsék és erősítsék meg annak érdekében, hogy az érintett gyermek ott biztonságban és egészségesen nőhessen fel. Persze ha bebizonyosodik a gyermekek súlyos bántalmazása, akkor lehetősége van a hatóságnak a gyerekek azonnali kiemelésére is.

Segélyvonalas tapasztalataink szerint sokan félnek attól is, hogy a jelzésüknek valamilyen negatív következménye lesz számukra, de alapvetően a gyermekjóléti szolgálatnak a gyermekbántalmazásról szóló jelzést kérelem hiányában is zártan kell kezelni. Tehát ha szeretnénk, a család számára nem fog kiderülni, hogy tőlünk érkezett ez a jelzés. Persze ezzel kapcsolatban rengeteg dilemmával, problémás helyzettel találkozhatunk, így azt gondoljuk, hogy amennyiben lehetséges, fontos, hogy a jelzéstevő is névvel és arccal tudja vállalni azt, amit lát, amit tapasztal egy gyermek környezetében. Így lesz átláthatóbb a segítő folyamat, így tud kialakulni egy bizalmi kapcsolat a család és a gyermekjóléti szolgálat szakemberei között.

*Gyakran tapasztaljuk mi is, hogy a gyermekvédelem hiányosan működik, néha pedig pont túlreagál, de nincs olyan alternatív rendszer, ami hatékony védelmet tud adni az áldozatoknak!*

### **KIÉGÉS PREVENCIÓ**

Azok a szakemberek, akik felelősséget éreznek a gyerekek biztonságáért és tudatosan nem néznek félre, ha a bántalmazás jeleit tapasztalják, jellemzően ugyanazok a szakemberek, akik hajlamosak a munkakörükben nem a minimumra törekedni, akikre gyerekek és kollégák akár munkaidőn túl is, akár személyes kérdéseikben is számíthatnak. Ahhoz, hogy ez az elkötelezett jelenlét tartósan fenntartható legyen, különösen fontos, hogy a saját határaidra és szükségleteidre is figyelemmel legyél. Az önreflektív és kiszámítható keretekkel működés nem csak a veled kapcsolatba kerülő gyerekeknek fontos, hanem a kiégés szempontjából is védőfaktor.

Ez nem könnyű, különösen nem, ha hiányos az ellátórendszer, ha a segítségért kinyúló kéz nem talál szakembert, intézményt.

Mi is tudjuk, látjuk, naponta tapasztaljuk, hogy – a rendkívül forráshiányos és nem korszerű oktatás és egészségügyi ellátáshoz képest is – milyen nehéz helyzetben van a szociális szféra és azon belül a gyermekvédelem. Látjuk, hogy a törvényben még jól hangzó elvek a terepen nem működnek. Nincs elég megbecsült, megfizetett, képzett és jó attitűddel működő szakember, aki a törvényeknek érvényt tudna szerezni.

Tudjuk, hogy a jól mutató, nagy százalékra felküzdött nevelőszülőknél való elhelyezés mögött milyen végtelenül túlterhelt nevelőszülői családok vannak. És tudjuk, hogy az erőn felül és gyakran eszköztelenül, nem elégséges szakmai segítséggel teljesítő nevelőszülőknél már csak a lakásotthonok, gyermekotthonok vannak rosszabb helyzetben. Bár ott talán a kontrollra vagy a kontroll lehetőségére több esély van, közben gyakran még kevesebb az egy gyerekre jutó anyagi és emberi erőforrás. Egyre kevesebb pénz, idő, figyelem jut egy-egy gyermekre. Látjuk az alapellátás nehézségeit is. Nagyon gyakran későn érkezik jelzés, a családok jó része ellenséget lát a gyermekvédelemben, nem kérnek és nehezen fogadnak el segítséget – különösen, ha van már olyan tapasztalatuk, hogy nem kaptak megfelelő támogatást, vagy a rendszer hiányosságai miatt elhanyagolást, esetleg rendszerabúzust tapasztaltak. Az alapellátás lehetőségei a prevencióra sajnos nagyon korlátozottak. Nincs forrás a szociális vészhelyzetek orvoslására sem, túl gyakran fordul elő, hogy nem lehet biztonságot adni a kapcsolati erőszak áldozatainak, nincs elérhető gyógypedagógus, pszichológus, gyermekpszichiáter. Tudjuk azt is, hogy nem lehet szabadon, a gyerek érdekét nézve döntéseket hozni, amikor a férőhely és általában az erőforráshiány köti gúzsba a segítőszándékot és a hivatástudatot.

Az általános gazdasági, szociális helyzet is hat a családokra, a gyerekekre. Tudjuk, hogy a mélyszegénységben élő gyerek sorsára nézve nemhogy esélyegyenlőségről, esélyekről is nehéz beszélni. A mélyszegénységben élő családoknál generációról generációra újra termelődik a nyomor és a kilátástalanság a jó minták hiánya és a folyamatosan tapasztalható diszkrimináció eredményeként, és nincsenek biztosítva a legkisebbeknek sem a testi-lelki fejlődéshez szükséges feltételek sem. Ezek a gyerekek jellemzően sem megfelelő egészségügyi ellátáshoz, sem megfelelő oktatáshoz nem jutnak.



Alapvető jogaik nem érvényesülnek. Ezekben a családokban jobban látszódik a baj... a védelembe vett vagy a gyermekvédelmi szakellátásba került gyermekek többségében ezekből a családokból kerülnek ki. És nagy kérdés, hogy a rendszer tud-e akárcsak hajszálnyival jobb körülményeket teremteni számukra, vagy a családból való kiemelés traumája után hasonló helyzetbe kerülnek, csak más fedél alatt?

Valljuk, hogy a gyerekek nem lehetnek jól, ha nincsenek jól a környezetükben lévő felnőttek. Ha szüleiket, pedagógusaikat a mindennapi megélhetés gondjai nyomasztják, nehezebben lesz meg az a teljes figyelem a gyerekek felé, ami alapvető szükségletük. Látjuk ugyanakkor azt is, hogy az ország legkülönbözőbb területein milyen heroikus küzdelmet folytatnak pedagógusok, pszichológusok, szociális munkások, gyermekvédelmi gyámok és hivatásos nevelőszülők, hogy egy-egy gyermek sorsán moccantsanak egy kicsit a jó irányba, de tudjuk azt is, hogy ezt milyen sokszor kell árral szemben tenniük. Ez végtelenül fontos! Sorsfordító lehet akár egyetlen személy is, akiben egy gyereknek nem kell csalódnia, aki azt érezteti, hogy ő fontos, aki nem hagyja egyedül a bajban. Fontos, hogy legyenek ilyen felelős felnőttek, de fontos az is, hogy miközben megpróbálsz segíteni, tisztában legyél a saját kompetenciáiddal és lehetőségeiddel.

Mi lehet a megoldás? Hogyan tudsz ott lenni a gyerekek mellett, akik lehet, hogy csak rád számíthatnak? Hogyan tudod akár kereteket felbontva az ő érdekeiket képviselni, de közben magadat is védeni, a saját mentális egészségedre és felelősséged határait figyelni? A Kék Vonalnál azért tartjuk alapértékünknek az együttműködést, mert egyedül ez nem megvalósítható. A problémákat nem kell egyedül megoldanod, ez nem is feladatod! Gyűjtsd össze azokat a kollégákat, személyeket, szervezeteket és helyi szolgálatokat, ahol kompetens szakemberek dolgoznak és támogatást tudnak nyújtani az ilyen helyzetekben.

### **Mit tehetsz a saját védelmed érdekében?**

- Gondolkozz teamben!
- Kérj segítséget!
- Ha lehetőséged van rá, vedd igénybe szupervíziós kísérést!
- Hívd a Kék Vonalat a 116 000 számon!

Szakemberként konzultálhatsz A Kék Vonal Gyermekkrízis Alapítvány 116 000 Segélyvonalán olyan esetekről, amelyekben bizonytalan vagy, amelyek nagyon megterhelőek számodra, vagy amelyekben különböző érvek feszülnek egymásnak. Hívásod során megőrizheted anonimitásodat is. Beszélj át aggodalmaidat, kérdéseidet, kétségeidet képzett ügyelőkkel!

Rendszerhibákat nehéz alulról orvosolni, talán nem is lehet, de egy-egy gyermekért összefogva el lehet érni olyan apró változásokat, ami egy krízisbe került gyerek számára magát az életet jelentheti, és közben hitet ad, és jó mintául szolgálhat másoknak is.

**A gyerekek biztonsága közös felelősségünk! Ne hagyjuk őket egyedül!**



## 4. FELHASZNÁLT ÉS AJÁNLOTT FORRÁSOK

Kovács-Tóth Beáta (témavezető: Dr. Kuritárné Dr. Szabó Ildikó): Serdülők ártalmas gyermekkori élményeinek együttjárása az aktuális mentális és viselkedéses tüneteikkel és szubjektív egészségi panaszokkal

<https://dea.lib.unideb.hu/server/api/core/bitstreams/0cc172ef-04cb-4431-9c42-e98df1fb69cf/content>

Góczéné Pankaczi Henriette, Tóthné Németh Gabriella, Varga Ferencné: Gyermek- és ifjúságvédelem a köznevelésben, szakmai segédanyag

[https://www.oktatas.hu/pub\\_bin/dload/kozoktatas/pok/Zala/2022/Gyermek\\_es\\_ifjusagvedelem\\_2021.pdf](https://www.oktatas.hu/pub_bin/dload/kozoktatas/pok/Zala/2022/Gyermek_es_ifjusagvedelem_2021.pdf)

Kiko és a Kéz

<https://www.youtube.com/watch?v=JHySz59ydCs>

Kertész Erzszi: NEM mese

<https://egigero.hu/nemet-mondas-muveszete-gyerekeknek-kertesz-erzsi-nem-mese#sthash.ax1Q5vGl.dpbs>

Gyermekjogi Egyezmény gyereknyelven - Készült az Egyezmény 30. évfordulójára

<https://unicef.hu/wp-content/uploads/2019/05/gyermekjogi-egyezmény-gyereknyelven-2019.pdf>

Az átfogó szexuális nevelés alapjai - Kézikönyv tanároknak és más gyermekekkel foglalkozó szakembereknek

<https://szexualisneveles.hu/szakmai-anyagok-kezikonyvek>

A magyar gyermek-és ifjúságvédelem rendszere

[https://archiv.budapest.hu/Documents/gyermekvedelem/gyermekvedelem\\_rendszere.docx](https://archiv.budapest.hu/Documents/gyermekvedelem/gyermekvedelem_rendszere.docx)

<https://nepijateknapja.hu/matyas-kiraly-parancsara/>

Nyitott szem, nyitott szív program

[https://www.marista.hu/gyermekvedelem/?page\\_id=1322](https://www.marista.hu/gyermekvedelem/?page_id=1322)

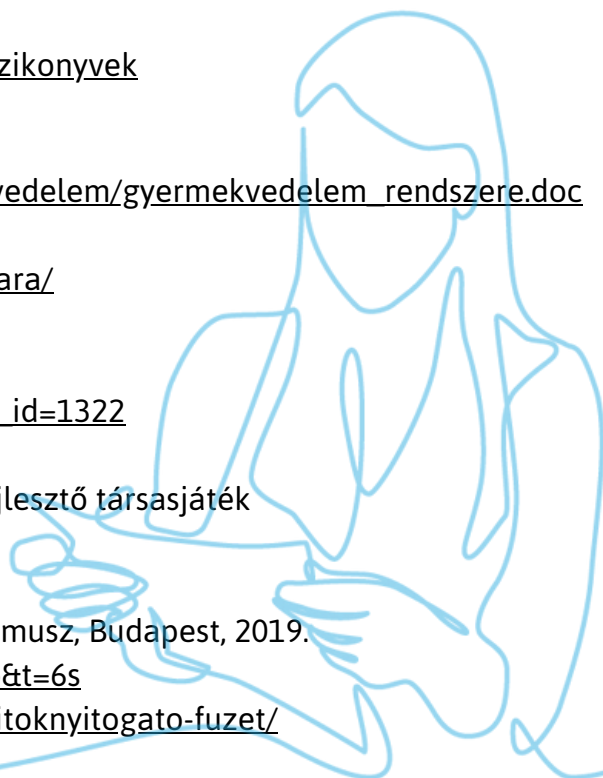
Az érzelmek birodalma - érzelmi intelligencia fejlesztő társasjáték

<http://azerzelmekbirodalma.hu/jatek.html>

Paulik Móni, Vincze Zsuzsi: Lili és a bátorság, Lakmusz, Budapest, 2019.

<https://www.youtube.com/watch?v=LDpIP27YF-o&t=6s>

<https://hintalovon.hu/termek/lili-es-a-batorsag-titoknyitogato-fuzet/>



Paulik Móni: Szabad a NEM, Csimota Könyvkiadó, 2022

Gyurkó Szilvi, Szabó T. Anna, Palya Bea: Minden gyerek kicsi kincs!

[https://hintalovon.hu/termek/bugyiszabaly\\_konyv/](https://hintalovon.hu/termek/bugyiszabaly_konyv/)

Kiskompasz - Kézikönyv a gyermekek emberi jogi neveléséhez, Mobilitás Országos Ifjúsági Szolgálat, 2009

<https://rm.coe.int/2009-compasito-hu-with-cover/168075abf6>

„Hol a határ?” Gyermeknevelési szokások Magyarországon

[https://unicef.hu/wp-content/uploads/2016/11/Hol-a-hat%C3%A1r-kutat%C3%A1s\\_2016.pdf](https://unicef.hu/wp-content/uploads/2016/11/Hol-a-hat%C3%A1r-kutat%C3%A1s_2016.pdf)