

# HÍRLEVÉL

**Területi szakmatámogatási rendszer működtetése, szakmatámogatási feladatok ellátása  
2025- Borsod-Abaúj-Zemplén vármegye, Heves vármegye**

**2026/2. szám**

A kiadvány a Belügyminisztérium és a Slachta Margit Nemzeti Szociálpolitikai Intézet támogatásával, a „Területi szakmatámogatási rendszer működtetése, szakmatámogatási feladatok ellátása 2025” pályázat keretében valósult meg.

A kiadvány nem tükrözi a Belügyminisztérium és a Slachta Margit Nemzeti Szociálpolitikai Intézet hivatalos álláspontját, elkészítésének és megjelenésének támogatása nem jelenti a tartalom NSZI általi jóváhagyását, a kiadvány kizárólag a szerzők szakmai álláspontját tükrözi.



BELÜGYMINISZTERIUM



Kedves Kollégák!

Köszöntünk Titeket módszertani Hírlevelünk 2026. évi második számának megjelentetésével! Törekedtünk rá, hogy minden szakmai szolgáltatás vonatkozásában újdonságokat szolgáltatassunk, és bízunk benne, hogy az összegyűjtött írások érdekes és új tartalmakat kínálnak nektek. Fogadjátok tőlünk nagyon sok szeretettel az összegyűjtött információkat, aktualításokat, cikkeket, bemutatókat, értekezéseket.

- Hírlevelünkben bemutatkozik a Mezőcsát Lótuszvirág Pszichiátria Nappali Intézmény, mely 2026. áprilisában nyitotta meg kapuit, és pszichiátriai nehézséggel élő ellátottakat fogad.
- Bemutatjuk továbbá a Dr. Csiba László Integrált Szociális Intézmény Aranyág Otthonában zajló mentálhigiénés tevékenységet az időskorú illetve pszichiátriai beteg ellátottaknál.
- Hírlevelünkben szerepeltetünk egy különleges kezdeményezést mely az önkormányzati, gazdasági és civil szféra találkozását mutatja be Civil Expo szervezésén keresztül.
- Foglalkozunk még az intézményvezetők reziliens képességeivel, azok fejlesztési területeivel.
- A falugondnoki és tanyagondnoki szolgáltatás tekintetében legfontosabb híreket és aktualításokat közlünk a témában.
- Szeretnénk bemutatni nektek továbbá a Harmónia Integrált Szociális és Gyermekvédelmi Intézmény Heves Vármegye otthonában végzett terápiákat, foglalkozásokat és fejlesztéseket.

Bátorítunk továbbra is titeket, hogy szakmai kérdések és problémák felmerülésekor keressétek bizalommal a megbízott módszertani támogatást nyújtó kollégákat, elérhetőségeiket a korábbi Hírlevelünkben, illetve a Szociális Ágazati Portálon (<https://szocialisportal.hu/borsod-abauj-zemplen-heves/>) találjátok meg!

Kellemes olvasást és eredményes szakmai tevékenységet kívánunk nektek az elkövetkező hónapokra!

Gúr Péter Attila  
MESZEGYI igazgató,  
TSZR 2025 szakmai vezető

Homovics Dóra  
MESZEGYI módszertani munkatárs  
46/562-276, 06/70-475-4141  
tszr2025@meszegyi.hu

Miskolci Egyesített Szociális, Egészségügyi és Gyermekjóléti Intézmény (Borsod-Abaúj-Zemplén és Heves vármegyék szakmatámogatási konzorcium gesztorintézménye)



BELÜGYMINISZTERIUM



## Mezőcsát Lótuszvirág Pszichiátria Nappali Intézmény bemutatkozása

*Mezőcsát Kistérség Többcélú Társulása* - 2026. április 27-én megnyitotta Mezőcsát, a Lótuszvirág Pszichiátria Nappali Intézményt, amely a Mezőcsáti Kistérség Humánszolgáltató Központ fenntartásában kezdte meg működését. Az intézmény 25 fő befogadására kapott engedélyt.

A pszichiátriai betegek nappali intézménye személyes gondoskodást nyújtó alapszolgáltatás, a tizennyolcadik életévüket betöltött, fekvőbeteg-gyógyintézeti kezelést nem igénylő pszichiátriai betegek részére. A nappali ellátás alapvetően egy nyitott, szükségletekre gyorsan reagáló, a közösségre épülő (azok erőforrásait használó), integráló szerepet betöltő ellátási forma, amely térségi szinten háttérét adhatja az alapszolgáltatások összekapcsolásának.

A nappali ellátás az igénybe vevők öntevékenysége, önsegítésére épülve biztosítja a szociális, egészségi és mentális állapotuknak megfelelő napi életritmust, közösségi együttlétet, igényeik és szükségleteik alapján a kulturális, szabadidős, tájékoztató, képzési, átképzési, állasközvetítő, lakossági és családi programok, találkozók szervezését, lebonyolítását. Lehetőséget biztosít továbbá a napközbeni tartózkodásra, társas kapcsolatokra, valamint az alapvető higiéniai szükségletek kielégítésére, igény szerint megszervezi az ellátottak étkeztetését.

Legfontosabb cél az egyén életminőségének javítása, amely magában foglalja a fizikai egészséget, pszichés állapotát, függetlenségének fokát, társadalmi kapcsolatait, valamint a környezet lényeges jelenségeihez fűződő szubjektív viszonyát. (Emberi Erőforrások Minisztériuma, Szakmai ajánlás 2018)

A Mezőcsáti Kistérség Humánszolgáltató Központ szakmai vezetésének részéről felmerült annak lehetősége, hogy Mezőcsát, pszichiátriai betegek nappali ellátása, mint szociális alapszolgáltatás működhessen a Mezőcsáti Kistérség Humánszolgáltató Központ szociális intézmény struktúrájának keretein belül. A pszichiátriai szakorvos is kezdeményezte ezen ellátást, mivel a járás településein élők között egyre növekvő számban jelennek meg a pszichiátriai kórképpel rendelkező betegek, akik még szakellátást nem igényelnek, de támogatás szükséges a mindennapi életvitelük segítéséhez, mentális gondozásukhoz. 2024. évben a pszichiátria szakellátás becsült betegforgalma alapján közel 300 fő érintett járás településen élő jelent meg a szakrendelésen, akik rendelkeznek a nappali ellátás igénybevételéhez szükséges BNO 10 kódkönyv F20-48 diagnózissal. Térségünkben a depresszió és a szorongás a domináns probléma. Ezek a betegségek gyakran teljesen felborítják a napi rutint, a beteg nehezen kel fel, elszigetelődik és elveszíti motivációját.



BELÜGYMINISZTERIUM



A nappali ellátás rendszeres életritmust „kényszerít” ki, segít leküzdeni a depressziós bénultságot, kiszámíthatóságot és biztonságérzetet ad.

A pszichiátriai nappali intézményekben zajló csoportfoglalkozások **a strukturált napirend biztosításával, a készségfejlesztéssel és a közösségi reintegrációval segítik a mentális betegséggel élők stabilizálását és gyógyulását.** Pl:

-**Kognitív és funkcionális tréning:** Az emlékezet, a figyelem és a problémamegoldó képesség szinten tartása és fejlesztése.

-**Életviteli és önellátási tréning:** Pénzkezelés, ügyintézés, háztartási ismeretek és az egészséges életmód gyakorlása a mindennapi önállóságért.

-**Szociális készségfejlesztés:** A verbális és nonverbális kommunikáció javítása, a társas helyzetek kezelése és az asszertív érdekérvényesítés.

-**Kontextus- és valóságorientációs csoport:** A napi aktualitások, hírek megbeszélése, ami segít a külvilággal való kapcsolat fenntartásában.

-**Művészetterápia: Rajzolás, festés, agyagozás vagy kézműves tevékenységek, amelyek segítik a belső feszültségek és traumák nonverbális kifejezését.**

Az intézmény szakorvosa: Dr. Nagy Filomela pszichiáter, aki külső szakmai tanácsadóként, konzultánsként támogatja az intézmény dolgozóit. Segítséget nyújt annak elbírálásában, hogy a jelentkező pszichés állapota alkalmas-e a nappali intézményi tagságra. Konzultáció keretében segít a gondozóknak felismerni a betegek visszaesésének korai előjeleit-, esetmegbeszélések alkalmával segít a kliensek rehabilitációs útjának kialakításában.

A pszichiátriai nehézségekkel élő emberek gyakran nemcsak a betegségükkel küzdenek, hanem az elszigetelődéssel, az előítéletekkel és a magány érzésével is. A Lótuszvirág Pszichiátria Nappali Intézmény azért jött létre, hogy ezeknek az embereknek biztonságos, elfogadó és támogató közeget nyújtson – egy olyan helyet, ahová jó belépni, és ahonnan erőt lehet meríteni a mindennapokhoz.

Intézményünk célja, hogy a nappali ellátás keretein belül:

- strukturált napirendet,
- terápiás és közösségi foglalkozásokat,
- szakmai támogatást,
- és emberi kapcsolódást biztosítson mindazok számára, akik pszichiátriai problémákkal élnek, és akiknek szükségük van arra, hogy ne egyedül kelljen megküzdeniük nehézségeikkel.



A nappali intézmény hidat képez az otthoni élet és az egészségügyi ellátás között. Segít abban, hogy az ellátottak megtarthassák önállóságukat, miközben támogatást kapnak a stabilabb, kiegyensúlyozottabb élet felé vezető úton.

Nem véletlenül választottuk a lótuszvirágot intézményünk jelképéül.

A lótuszvirág a zavaros, iszapos vízből nő ki, mégis tiszta, szép és sértetlen marad. Számunkra ez a szimbólum azt üzeni, hogy a nehézségek, veszteségek és krízisek ellenére is van lehetőség a fejlődésre, a gyógyulásra és az újrakezdésre.

A Lótuszvirág Pszichiátria Nappali Intézmény azt szeretné képviselni, hogy minden emberben ott van a változás lehetősége. Akkor is, ha az út nehéz, akkor is, ha a körülmények nem kedvezőek. Mi abban hiszünk, hogy megfelelő támogatással, türelemmel és elfogadással ez a belső erő felszínre hozható.

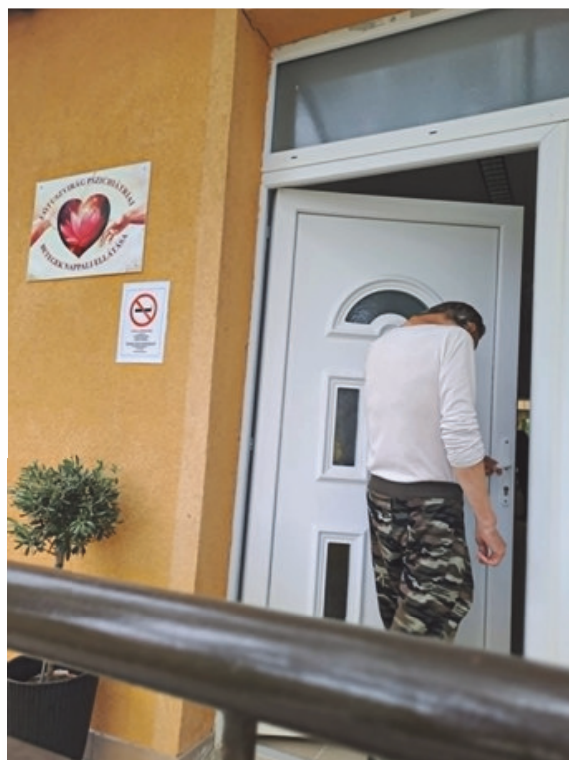
Bízunk benne, hogy Intézményünk nemcsak egy ellátóhely lesz, hanem egy közösség, ahol az elfogadás, a bizalom és az emberi kapcsolatok kapják a főszerepet.

Azért dolgozunk, hogy ez az intézmény valóban olyan hellyé váljon, ahol a lótuszvirághoz hasonlóan sok ember találhat rá saját belső erejére és megújulására.

Kallóné Szilvási Zita

intézményvezető

Mezőcsát Lótuszvirág Pszichiátria Nappali Intézmény



BELÜGYMINISZTERIUM





BELÜGYMINISZTERIUM



## **1. Bevezetés és elméleti háttér**

A mentálhigiéné a lelki egészség megőrzésének és fejlesztésének tudománya és gyakorlata, amely kulcsszerepet játszik a pszichés jólét fenntartásában, különösen olyan közösségekben, ahol az egyének testi és mentális erőforrásai korlátozottak. A pszichiátriai betegek csoportjában a mentálhigiénés tevékenységek a fizikai állapot megőrzése mellett a szellemi frissesség, érzelmi egyensúly és szociális kapcsolatok ápolására is irányulnak.

Az elméleti megközelítés szerint a mentálhigiénés tevékenységek több pilléren nyugszanak:

- **Prevenció:** A pszichés problémák kialakulásának megelőzése testi-lelki aktivitás fenntartásával és a társas kapcsolatok erősítésével.
- **Rehabilitáció:** A pszichés és szociális funkciók visszanyerésének támogatása betegségek vagy sérülések után.
- **Kompenzáció:** A csökkent képességek pótlása, helyettesítése a jóléti állapot fenntartása érdekében.
- **Motiváció:** Az ellátottak önbizalmának és aktivitásának ösztönzése sikerélmények által.

A mentálhigiénének kiemelkedő szerepe van az intézményi keretek között élő emberek életminőségének javításában, hiszen az otthoni környezet hiánya vagy korlátozottsága gyakran vezethet izolációhoz, depresszióhoz vagy demenciához.

## **2. Mentálhigiénés tevékenységek típusai és tartalma**

A mentálhigiénés munka komplex és sokrétű, mely magába foglalja a testi aktivitást, szellemi-foglalkoztatást, kulturális programokat, valamint a szociális és érzelmi támogatást. Ezek a tevékenységek egymást kiegészítve hozzájárulnak az érintettek testi és lelki állapotának javulásához, fenntartásához.

- **Testi aktivitást segítő programok:** Rendszeres mozgásformák biztosítása, amelyek megfelelnek a résztvevők életkorának és fizikai állapotának, például könnyített torna, mozgásos játékok.
- **Szellemi és szórakoztató foglalkozások:** Memórijátékok, kvíz, játékok, amelyek stimulálják a gondolkodást és elősegítik az intellektuális aktivitást.
- **Kulturális és közösségi rendezvények:** Ünnepségek, kirándulások, zenehallgatás, közös éneklés, amely erősíti a kapcsolati hálót és a közösséghez tartozás érzését.
- **Érzelmi és pszichés támogatás:** Egyéni vagy csoportos beszélgetések, konfliktuskezelés, az érzések kifejezésének támogatása.



### 3. Gyakorlati megvalósítás az Aranyág Otthonban

Az Aranyág Otthonban Izsófalván a mentálhigiénés tevékenységek megvalósítása magas színvonalon, személyre szabottan történik, figyelembe véve az ellátottak egészségi és szellemi állapotát, életkorát és egyéni képességeit.

#### 3.1 Aktivitást segítő tevékenységek

- **Könnyített torna:** Heti rendszerességgel tartanak ülő tornát, amely kerekesszékes lakók számára is hozzáférhető. A torna fő célja a mozgékonyság fenntartása, javítása, ugyanakkor a közösségi élményt is szolgálja, amit a torna utáni népdaléneklés erősít.
- **Célba dobás:** Ez a mozgásos játék szabadban zajlik, és a lakók hangos csörömpöléssel járó konzerves dobozok eltalálásával mérik ügyességüket. Nagy csoportokban zajlik, így közösségformáló ereje is jelentős.
- **Sportnap:** Évente egy alkalommal szervezett esemény, amelyen dobó játékok és ügyességi feladatok közül választhatnak az érdeklődők.

#### 3.2 Szellemi és szórakoztató foglalkozások

- **Kvízjáték:** Az egyik legnépszerűbb tevékenység, amely 5 fős csapatokban zajlik, és a résztvevők különféle tudományos és műveltségi témákban mérhetik össze tudásukat. A sikerélmény emléklap és érem formájában is megjelenik, ami különösen motiváló.
- **Memóriajáték:** Egy klasszikus párkereső kártyajáték, amely fejleszti a memória és a koncentrációs képességeket.
- **Zenehallgatás és hangszeres foglalkozás:** Rendszeres alkalmak, ahol zenei kíváncságműsorral és közös énekléssel erősítik a közösségi élményt. A lakók örömmel használják az intézményben található hangszereket.
- **Sakk és malom:** Kisebb, de rendszeres foglalkozás azok számára, akik más programokban kevésbé vesznek részt.
- **Könyvtári nap:** Heti egy alkalommal működik, és a rendszeresen olvasó lakók kedvelt programja.

#### 3.3 Kulturális programok

- **Egyházi és világi ünnepek megünneplése:** Az intézményben és a helyi templomban is rendszeresen tartanak ünnepségeket, amelyek erősítik az identitás és az összetartozás érzését.



- **Rendezvények látogatása:** Együttműködés a helyi önkormányzattal, református gyülekezettel és a szociális intézményekkel, rendszeres program látogatások szervezése.
- **Farsangi bál:** Vidám, táncos esemény, amely az Idősek Klubjával közösen kerül megrendezésre, hozzájárulva a közösségi élet gazdagításához.

## 4. Tapasztalatok és eredmények

### 4.1 Lakók motiváltsága

Az ellátottak motiváltsága változó. A fejlesztő foglalkoztatásban aktívan részt vevők mellett vannak, akik csak azonnali jutalom reményében kapcsolódnak be. Jelentős azonban azok száma (kb. 40 fő), akik egészségi vagy mentális állapotuk miatt nem motiválhatók, ami külön szakmai odafigyelést igényel.

A motiváció felkeltésére és fenntartására az alábbi eszközök állnak rendelkezésünkre:

- Motivációs interjú: A szakember és a lakó kapcsolatépítését szolgálja, a biztonságot nyújtó, elfogadó közeg megteremtése útján. Közös kidolgozzák a változáshoz vezető személyre szabott programot. A változás iránti motiváció előhívása, az ellenállás feloldása. Célok meghatározása, az elérési utak feltárása. Az otthonban a mentálhigiénés munkatárs segíti motiválni a lakókat, hogy kimozduljanak a szobájukból és bekapcsolódjanak a közösségi életbe. A krónikus pszichiátriai betegséggel élőknel segíti a gyógyszerelést, mivel a nagy részüknel a betegségbelátás hiányzik. Segít mérlegelni a gyógyszeresedés előnyeit és hátrányait.

Ez a módszer nem meggyőzni akar. Fontos az empátia kifejezése és a vita elkerülése. Az ambivalencia feloldása: a szakember segíti szembeállítani a jelenlegi viselkedését a lakó saját céljaival. Az önhatékonyaság támogatása.

- Személyre szabott gondozási terv. A mentálhigiénés munkatárs és a gondozó személyzet által közösen vezetett szakmai dokumentum, amely rögzíti a lakó motivációs pontjait és folyamatosan monitorozza a részvételi hajlandóság változását.

### 4.2 A foglalkozások hangulata

A foglalkozások általában vidámak és sikerorientáltak. A személyre szabott feladatkiadás segít abban, hogy minden résztvevő sikerélményhez jusson, ami további részvételre ösztönzi őket. Ez a pozitív visszacsatolás a motiváció fontos forrása.



#### 4.3 Konfliktuskezelés

Az együttélésből fakadó kisebb-nagyobb konfliktusokat az ápoló-gondozó személyzet jelzi a mentálhigiénés munkatársnak, aki egyéni vagy kiscsoportos beszélgetések során segít a konfliktusok feloldásában. Szükség esetén a házirend szabályait közösen átvizsgálják, hogy a következmények is egyértelműek legyenek.

#### 4.4 Érzelmek kifejezése

A lakók az egyéni és csoportos beszélgetések során könnyen megnyílnak, érzéseiket pozitív és negatív élményeiket egyaránt megosztják, ami hozzájárul lelki egyensúlyuk fenntartásához.

#### 4.5 Személyzeti együttműködés

A hatékony mentálhigiénés munka alapja a kölcsönös tiszteleten alapuló együttműködés az ápoló-gondozó személyzettel. Míg az ápolók a mindennapi testi szükségletek kielégítésével foglalkoznak, a mentálhigiénés munkatárs biztosítja a lelki támogatást és a hosszabb távú mentális fejlődést.

Balajti Augusztina  
módszertani megbízott

Dr. Csiba László Integrált Szociális Intézmény B-A-Z Vármegye



BELÜGYMINISZTERIUM





BELÜGYMINISZTERIUM



## Szektorok közötti együttműködés és prevenció a Civil Expo rendezvényén

A területi szakmatámogatási rendszer(ek) is hangsúlyozzák: a hatékony primer prevenció alapja a hálózatosodás. A Füzesabony-Szihalom Szociális, Család- és Gyermekjóléti Központ életében az egyik legfontosabb ilyen szakmai platform a térségben rendszeresen, a Kis-Bocs Baba-Mama Közhasznú Egyesület által megrendezett Civil Expo, ahol intézményünk, mint kulcsfontosságú együttműködő partner vesz részt.

### Miért pont a Civil Expo? Az önkormányzati, gazdasági és civil szféra találkozása

A helyi Civil Expo és gyermeknap rendezvényt sorozat messze túlmutat egy klasszikus családi napon. Szakmai szempontból ez egy olyan fúziós tér, ahol a civil szervezetek (például a főszervező Kis Bocs Egyesület, alapítványok, egyesületek), a gazdasági szereplők, az önkormányzatok és a hivatalos ellátórendszer közvetlenül találkoznak.

A szihalmi kemencés udvarban szervezett Civil Expo immár több mint egy évtizedes múltra tekint vissza. A Füzes Hírek (helyi média) tudósításai és a helyi reflexiók alapján az esemény egy olyan komplex társadalmi fórum, ahol három fő szektor képviselői lépnek közvetlen interakcióba:

- **A civil szféra:** A főszervező Kis Bocs Baba-Mama Közhasznú Egyesület mellett számos helyi és regionális alapítvány (például az Egri Norma Alapítvány) karitatív szervezet és önkéntes csoport mutatkozik be, akik közvetlen humán és tárgyi erőforrást jelentenek a rászoruló családoknak.
- **A közigazgatás és az intézményrendszer:** A Szihalmi Önkormányzat, a környéken működő többcélú társulások, oktatási-nevelési intézmények, védőnői szolgálatok, család- és gyermekjóléti szolgáltatást végző intézmények és a rendvédelmi szervek közösen képviselik a hivatalos ellátó hálót.
- **A gazdasági szektor:** Helyi vállalkozások, kézművesek és cégek, amelyek társadalmi felelősségvállalásuk révén bevonhatók a hátrányos helyzetű gyermekek támogatásába.

A rendezvény rendszeresen több mint 40-60 kiállítót és civil szervezetet mozgat meg, ami páratlan lehetőséget biztosít a szakmai horizont tágítására.

A Füzesabony-Szihalom Szociális, Család- és Gyermekjóléti Központ számára ez az expó három szinten támogatja a preventív munkát:



BELÜGYMINISZTERIUM



1. **A stigmatizáció lebontása:** A családsegítéshez vagy a gyermekjóléthez a köztudatban gyakran még mindig hatósági kép társul. Ha a családok egy pozitív hangulatú, nyitott rendezvényen, játékos formában találkoznak a munkatársainkkal, a bizalmi küszöb jelentősen lecsökken.
2. **Közvetlen elérés:** Olyan gyermekeket és szülőket érünk el a kitelepüléseken, tanácsadásokon és játékos preventív programokon keresztül, akik egyébként nem jelennének meg a jelzőrendszerünkben, de támogatásra szorulhatnak.
3. **Erőforrások becsatornázása:** A helyszínen lévő más civil és gazdasági partnerek megismerésével olyan új adományozási, önkéntes vagy szakmai együttműködési utak nyílnak meg, amelyeket később a krízisben lévő családok megsegítésére fordíthatunk.

#### **A partneri jelenlét módszertani előnyei a gyakorlatban**

A Civil Expón való aktív részvételünk bizonyítja, hogy a prevenció leghatékonyabb eszköze az élményalapú, informális jelenlét. A helyi médiában, a Füzes Híreken, a közösségi média egyéb területein is követhető visszajelzések alapján a rendezvény kiváló terepet biztosít az óvodai és iskolai szociális segítőknek és a családsegítőknek, tanácsadóknak és esetmenedzsereknek egyaránt. A gyerekek saját, természetes kortárs közegükben figyelhetők meg, miközben a szülők kötetlenül kérhetnek nevelési vagy életvezetési tanácsokat szakembereinktől.

#### **Egységben a családokért**

A füzesabonyi és szihalmi kistérségben végzett gyermekjóléti munka sikere a partnerségben is rejlik. A Civil Expo fényes bizonyítéka annak, hogy ha a civil kurázsi és a szakmai intézményrendszer összeadja erejét, abból egy olyan áttörhetetlen védőháló jöhet létre, amely képes lehet megvédeni a gyermekeket a veszélyeztetettség kialakulásától. Intézményünk a jövőben is elkötelezett amellett, hogy a hasonló komplex, szektorok közötti együttműködések aktív motorja maradjon.

Veres Péter  
módszertani megbízott

Füzesabony-Szihalom Szociális, Család- és Gyermekjóléti Központ





BELÜGYMINISZTERIUM



## Miért fontos a reziliencia?



### Miért fontos és hasznos képesség az intézményvezetőknek reziliensnek lenni?

Az intézményeinkben dolgozó vezetők mindennapjai gyakran szélsőségesen változó helyzetek között telnek. A szervezeti és emberi erőforrások szűkössége, a szakmai és adminisztratív terhek növekedése, a kliensek komplex szükségletei és a társadalmi elvárások mind olyan tényezők, amelyek fokozott pszichés és szervezeti megterhelést jelentenek. Ebben a környezetben **reziliencia**, vagyis a rugalmas alkalmazkodóképesség és megküzdési erő, kulcsfontosságú kompetenciává válik a vezetők számára.



(Fotó: Kocsenga Anton)

### Miért is fontos a reziliencia?

A reziliencia nem csupán azt jelenti, hogy valaki „túlél” megterhelő helyzeteket, hanem azt is, hogy képes **tanulni és fejlődni** a nehézségekből. A reziliens vezető:

- **kiegyensúlyozottabban hoz döntéseket**, még stresszhelyzetben is,
- képes **megtartani a szakmai és emberi fókusz**t, amikor mások esetleg széthullanak,
- az adott feladat megoldására tud fókuszálni, jelen tud lenni minden képességével



BELÜGYMINISZTERIUM



- **pozitív mintát ad a munkatársaknak**, ami közvetlenül javítja az intézmény légkörét,
- hatékonyabban kezeli a változásokat, konfliktusokat és kríziseket,
- segít stabil szervezeti kultúrát kialakítani, amelyben az együttműködés, bizalom és szakmai felelősség erősödik.

A vezető rezilienciája ráadásul **multiplikatív hatású**: ha ő stabil és támogató, a munkatársak is nagyobb biztonságot élnek meg, ami csökkenti a fluktuációt, a kiégés kockázatát és növeli a szolgáltatás minőségét.

## **Mit ad a reziliencia a vezetőnek és a szervezetnek?**

### **1. Stressztűrés és energiamenedzsment**

A reziliencia segítségével a vezető jobban tudja priorizálni feladatait, felismeri saját határait, és képes megfelelően regenerálódni. Ez hosszabb távon fenntartható teljesítményt eredményez.

### **2. Rugalmasság és változáskezelés**

A szociális ágazatban gyakoriak a jogszabályi módosítások, kapacitásproblémák vagy váratlan krízisek. A reziliens vezető képes gyorsan és konstruktívan reagálni.

### **3. Biztonságérzet és motiváció a munkatársak számára**

A vezető érzelmi stabilitása közvetlenül hat a csapatra. Ha a kollégák azt látják, hogy a vezető nyugodt, átlátható és következetes, akkor ők is nagyobb bizalommal fordulnak felé és egymás felé.

### **4. Szervezeti kultúra erősítése**

A reziliens vezető képes olyan környezetet teremteni, ahol a hibákból való tanulás természetes, ahol a kommunikáció nyílt, és ahol a szakmai felelősség megoszlik.

## **Fejleszthető a reziliencia?**

A reziliencia nem veleszületett tulajdonság, hanem tanulható és fejleszthető készség. A leghatékonyabb módszerek közé tartoznak:

### **1. Önismereti munka és reflexió**

- Rendszeres önreflexió vezetői döntésekről.
- Saját erősségek és vakfoltok feltárása.
- Személyes értékek tudatosítása.

### **2. Stresszkezelési technikák**

- Mindfulness és tudatos jelenlét gyakorlása.
- Légzéstechnikák, relaxációs módszerek.
- A munka és pihenés tudatos egyensúlyának kialakítása.



### 3. Támogató kapcsolatok építése

- Szakmai szupervízió rendszeres igénybevétele.
- Vezetőtársakból álló támogató hálózat kialakítása.
- Nyílt kommunikációs kultúra ösztönzése a szervezeten belül.

### 4. Megküzdési stratégiák fejlesztése

- Konfliktuskezelési és kommunikációs készségek erősítése.
- Problémamegoldó és döntéshozatali technikák tudatos használata.

### 5. Pozitív pszichológiai technikák

- Hálanapló vagy sikernapló vezetése.
- Erősség-alapú megközelítés alkalmazása önmagukkal és a csapattal szemben.

## Mit ad a vezetőknek személyesen?

### 1. Nagyobb belső stabilitást és egyensúlyt

A reziliens vezető képes érzelmileg kiegyensúlyozott maradni akkor is, amikor nagy a nyomás. Ez nem hidegséget jelent, hanem azt, hogy a stressz nem borítja fel a belső egyensúlyt – így könnyebb higgadtan reagálni, a saját értékek mentén dönteni.

### 2. Önbizalmat és hatékonyságérzést

A reziliencia erősíti azt az érzést, hogy „képes vagyok megküzdeni a helyzettel”. Ez az önhatékonyság-érzés az egyik legerősebb védőfaktor a vezetői kiégéssel szemben, és segít fenntartani a motivációt.

### 3. Jobb stressztűrést és kevesebb kimerülést

A reziliens vezetők felismerik saját határaikat, és megtanulják úgy beosztani energiáikat, hogy maradjon erő a magánéletre is. Saját igényeire is jobban tud figyelni. Ez csökkenti a fizikai és mentális kimerülés, illetve a túlterheltség érzését.

### 4. Nagyobb rugalmasságot és gyorsabb regenerálódást

Amikor nehézség vagy konfliktus éri őket, gyorsabban „állnak vissza” az eredeti, működő állapotba. Ez hatékonyabb megküzdést és jobb érzelmi önszabályozást eredményez.

### 5. Önismeretet és tudatosabb működést

A reziliencia fejlesztésével nő a vezető saját reakcióinak, erősségeinek és fejlődési területeinek ismerete. Ez kiegyensúlyozottabb döntéshozatalt és kevesebb belső feszültséget eredményez.

### 6. Pozitívabb kapcsolódást másokhoz

A stabil vezetők hitelesebben, türelmesebben és együttérzőbben kommunikálnak.



Ennek köszönhetően a munkatársakkal, fenntartóval és külső partnerekkel való kapcsolataik is erősödnek, és kevesebb konfliktus alakul ki.

### **7. Nagyobb személyes elégedettséget és szakmai örömet**

A reziliencia segít meglátni a sikereket, értékelni az apró eredményeket, és pozitívabb perspektívában kezelni a kihívásokat. Ez hosszú távon is fenntarthatóbbá teszi a vezetői hivatást.

Jakobszen-Tátrai Zsófia

Vezetőfejlesztési szakértő

Módszertani munkatárs

Magyar Máltai Szeretetszolgálat Egyesület



BELÜGYMINISZTERIUM



## A Borsod-Abaúj-Zemplén Megyei Tanya-és Falugondnokok Egyesületének 2026. második félévében végzett szakmai munkája

Egyesültünkhez számos kérdés érkezik hétről hétre, a falu- és tanyagondnoki szolgálatok mindennapi működésére vonatkozóan. A kérdéseket e-mailben, telefonon válaszoljuk meg. ehhez kapcsolódóan gyűjtöttük össze az elmúlt időszak falu- és tanyagondnoki szolgálataival kapcsolatos változásait, melyeket a rendszeresen megtartott falugondnoki munkacsoport üléseken megbeszéltünk.

### TUDNIVALÓK, VÁLTOZÁSOK!

#### Adatszolgáltatási kötelezettség!

A szociális, gyermekjóléti és gyermekvédelmi igénybe vevői nyilvántartásról és az országos jelentési rendszerről szóló 415/2015. (XII. 23.) Korm. rendelet 1. számú melléklete szerint:

a falugondnoki és tanyagondnoki szolgáltatás tekintetében az alábbi adatokat kell évente kétszer, január 31-éig és július 31-éig bejelenteni az országos jelentési rendszerbe (KENYSZI):

- a jelentési időszakban a szolgáltatást igénybe vevők száma,
- a jelentési időszakban futott kilométer,
- a jelentési időpontban használt gépjármű rendszáma, forgalomba helyezésének időpontja és összes futott kilométere. A nyilvántartásokba történő adatszolgáltatásért a fenntartó felel.

#### Módosult a tevékenységnapló a falugondnoki és tanyagondnoki szolgáltatáshoz!

Módosításra került a falugondnoki és tanyagondnoki tevékenységnapló formátuma, és kiegészült a kitöltési útmutató is.

Fontos! A tevékenységnapló tartalmi megfelelés kötelező, a formai megjelenítés az átláthatóság figyelembevételével mellett alakítható, tehát álló, vagy fekvő formátumban is használható.

Módosítások:

-A kitöltési útmutató 1. pontja módosult:

*"1. A nyilvántartást a szolgáltatás minden napján, külön lapon (lapokon) kell vezetni."*

-A kitöltési útmutató kiegészült egy 10. ponttal:

*"10. Adott napon több lap alkalmazása esetén a sorszámot folytatólagosan kell megjeleníteni"*

<https://szocialisportal.hu/modosult-a-tevekenysegnaplo-a-falugondnoki-es-tanyagondnoki-szolgaltatashoz/>



BELÜGYMINISZTERIUM



### **Olvasnivaló a falu- és tanyagondnokok munkájáról:**

A falugondnoki szolgálatok 35 éve jelenen vannak, és az elhivatott falu- és tanyagondnok kollégák töretlenül a kistelepüléseken, tanyákon élők támogatása érdekében teljesítik szakmai feladataikat.

A Magyar Máltai Szeretetszolgálat és a Zalai Falvakért Egyesület kiadványát ajánljuk az érdeklődők figyelmébe.

A Kiadványban a dunántúli képzések résztvevőinek személyes élményeit olvashatják.

Ezek az írások jól tükrözik a falu- és tanyagondnoki munka sokszínűségét, a falugondnokok mindennapi élményeit, küzdelmeit.

### **A Kiadvány az alábbi linken elérhető:**

<https://zalaifalvak.hu/index.php/kiadvanyok/206-ide-tudna-most-jonni-szemelvenyek-a-falu-es-tanyagondnoki-szolgalatok-mindennapjaibol>

### **Képzések:**

Nem lehet elégszer hangsúlyozni, hogy ne feledkezzenek meg a munkáltatók az újonnan kinevezett kollégát a falu- és tanyagondnoki alapképzésre bejelenteni.

A képzésre az alábbi linken tudnak jelentkezni:

<https://nszi.hu/szakmai-tevekenysegek/kepzes/kepzesszervezes/kepzesszervezes-szocialis-szolgaltatast-vegoknek>

Továbbképzés:

2026 őszén Heves és Borsod-Abaúj-Zemplén Vármegye falu- és tanyagondnokai számára munkakörhöz kötött továbbképzés megszervezését tervezzük. Kérem a továbbképzések iránt érdeklődő kollégákat, hogy emailben és telefonon keressenek.

### **Elérhetőségeink:**

e-mail: [bazfalu@gmail.com](mailto:bazfalu@gmail.com)

Tel.: +36703347303

Lippai Szabolcsné  
módszertani megbízott

Borsod-Abaúj-Zemplén Megyei Tanya- és Falugondnokok Egyesülete



BELÜGYMINISZTERIUM



## A Harmónia Integrált Szociális és Gyermekvédelmi Intézmény Heves Vármegye otthonában végzett terápiák, foglalkozások és fejlesztések

A Hírlevél jelenlegi számában egy újabb betekintést adunk Heves Vármegye szociális ellátórendszerébe, a fogyatékkal élők szakterületén végzett munkáról.

A Szociális és Gyermekvédelmi Főigazgatóság fenntartásában működő Harmónia Integrált Szociális és Gyermekvédelmi Intézmény Heves Vármegye otthonában végzett terápiákat, foglalkozásokat és fejlesztéseket Apáti Éva vezető konduktor, mentálhigiénés csoportvezető mutatja be az olvasók számára.

Az intézményben fogyatékkal élők ápoló-gondozó otthoni ellátása, lakóotthoni ellátása, fejlesztő foglalkoztatása, konduktív fejlesztése zajlik, valamint fogyatékkal élő személyek nappali ellátása működik. Mindezek mellett különleges ellátást biztosít az életkora és/vagy állapota alapján gyámhivatali határozat alapján a fogyatékkal élő gyermekek számára.

Az intézményben középsúlyos, súlyos értelmi fogyatékkal élő, halmozottan, súlyosan halmozottan fogyatékos ellátottak helyezhetőek el. Engedélyezett ellátotti létszám: 160 fő, négy gondozási egységben.

A művészetterápia különleges helyet foglal el a pszichoterápiás módszerek palettáján. Szimbolikus közvetítője, eszköze a kifejezésnek, segít, hogy az alkotásban el tudjuk mondani, ami szavakkal ki nem mondható, vagy nehezen megfogalmazható. Az alkotó folyamat a kreativitás által felszabadítja a komplexus által megkötött energiákat, amelyek elindíthatják a személyiség fejlődését, az individuációt. A képzőművészet-terápia az elveszett egyensúly helyreállítására törekszik, célja az alkotómunka során megvalósuló személyiségépülés, olyan pszichikus szerveződés kialakítása, melyben a megrekedt alkotófolyamat megrendítésével a megnyugvás, a megkapaszkodás, a biztonságérzet kialakulása pszichikus tértáguláshoz vezet. A művészetterápia, a szociális szféra bármely területén megtalálhatja helyét. Intézményünkben elengedhetetlen, hogy nagy figyelmet szenteljünk a kreativitás, a gondolkodás, a beszéd fejlesztésére, amire a terápiás foglalkozások kiváló alkalmat teremtenek. Az alkotóműhelyben előtérbe kerül, hogy minél sokoldalúbban tudjuk fejleszteni a lakóink általános gondolkodási, vizuális és az alkotáshoz szükséges képességeit. De ami igazán fontos, hogy a művészeti tevékenységen keresztül meg tudjuk teremteni a lelki egészségvédelmüket. Fontos az alkotás, a szép iránti vágy kialakítása, környezetkultúrájuk fejlesztése.



A harmónia megteremtésével a kreativitás fejlesztése. Nagyon fontosnak tartjuk, hogy a legmegfelelőbb alkotói környezetet biztosítsuk, és az alkotói tevékenységhez szükséges hangulati háttér megteremtődjön (zene, irodalom, kép). A művészeti csoportfoglalkozásokat heti rendszerességgel tartjuk az intézményben élőknek.

Ugyanilyen rendszeres a Meseterápiás foglalkozás minden osztályon. Korcsoportonként, az ellátottak állapotához igazítva tartjuk a meseterápiás foglalkozásokat:

- Interaktív meseterápia
- Zenés meseterápia (Receptív és Aktív zeneterápiával összekapcsolva)
- Alkotó kincskereső meseterápia

A mesék segítenek a gondozottaknak legyőzni a félelmeiket és a szorongásaikat, akár tudják a félelem okát, akár ismeretlen a szorongás tárgya. Viselkedési zavarok, alvással, táplálkozással kapcsolatos problémák esetén oldják a stresszt, és segítenek feldolgozni a belső vagy külső nyomást. A jó mesék fejlesztik az együttérzés képességét, az érzelmi intelligenciát, ami támogatja a társas kapcsolatokat. Megtanítanak együttműködni, megmutatják, hogy nem vagyunk egyedül. A jól megválasztott mesék segítségével a képzelőerő szárnyra kap, és ez felszabadító erővel hat az élet minden területén. A hatás nem csak az iskolai teljesítményre, de a kapcsolatokra és általános közérzetére is kihat.

A hangtálakkal való játék inspirál, növeli a kreativitást és hatással van a magatartási és viselkedési problémákra, az egészséges önbizalom és megfelelő önértékelés kialakítására, oldja a teljesítménnyel kapcsolatos szorongást, fejleszti a hallásfigyelmet, az önfegyelmet, és harmonizál. Egy hangburokban vannak ilyenkor a résztvevők, hiszen a hangokkal történő ellazulás csillapítja a félelmet és a belső nyugtalanságot, elősegíti a felfogó képességet, egyedi módon segíthet a speciális igényű ellátottaknak is. A gyerekek nyitottak a hangokra, a rezgésekre, ami komplexen fejleszti a készségeiket, mely készségek fejlettsége alapfeltétele az iskolai jó teljesítménynek, a boldog gyermeki létnek. A hangtálakkal való foglalkozás segíti a motorikus fejlődést, a mozgáskoordinációt, elősegíti az összpontosítást, valamint jó hatással van a túlmozgásos gyerekekre is.

Természetesen a hangtálakkal történő foglalkozásoknál sem lehet szétválasztani a fejlesztendő területeket egymástól, minden foglalkozás, játék több területre is hat, melyek a következők: szociális magatartás, kommunikáció, az érzékszervek, a „befelé figyelés”, a térorientáció, a testtudat és testséma, a képzelet fejlesztése.

2024 júniusától Komplex Táncterápiás foglalkozásokkal is gazdagítjuk az intézményünkben lakók életét.



A táncterápiás foglalkozások javítják a koordinációt, a ritmusérzékenységet, az egyensúlyt, a memóriát, illetve csökkentik a depresszióra való hajlamot. A terápiás foglalkozás jótékonyan hat minden fekvő, kerekesszékes, nehezen mozgó ellátott hangulatára, életminőségére. A preventív, egészségmegőrző, táncterápiás foglalkozásokat alapvetően széken ülve végezzük, így a nehezebben mozgó, vagy kerekesszékes lakók is könnyen kivitelezhetik a mozgásokat és sikerélményben lesz részük. A táncterápiás foglalkozások csoportos órák, ami mindig nagyon jó hangulatban történik.

A művészeti csoportok munkáját jól felkészült, tapasztalt, szakképzett művészetterapeuta munkatárs irányítja és segíti.

A zenei nevelés évtizedek óta része az intézményben megvalósuló fejlesztő és terápiás munkának.

A zenei nevelés kulcsfontosságú a gyermeki személyiség teljes körű fejlődésében, mivel egyszerre fejleszti a kognitív készségeket, a motorikus funkciókat és az érzelmi intelligenciát. Minél korábban kezdődik a folyamat, annál mélyebb és tartósabb pozitív hatást gyakorol az agy szerkezetére és a tanulási képességekre. A ritmusok és mondókák segítik a fonetikai hallást és a tiszta artikulációt valamint a beszéd indításában is aktív szerepet játszik. A zenei ütemek és kották megértése fejleszti a térbeli-időbeli logikát. A dalszövegek és dallamok memorizálása intenzíven edzi az agy emlékezőközpontját. A hangszerek játék vagy a receptív zenehallgatás növeli a tartós figyelmet. A zene segít az érzelmek kifejezésében, felismerésében és feldolgozásában. A közös éneklés és zenélés erősíti az összetartozást és az empátiát. A dallamok és a ritmikus mozgás bizonyítottan csökkentik a szorongást. A korai fejlesztő szakember-gyermek zenei tevékenységek elmélyítik a közösségi kapcsolatokat. A zene ütemére végzett mozgás fejleszti az egyensúlyérzékenységet. A hangszerek megszólaltatása összehangolja az ujjak és a kéz apró mozgásait. A ritmusjátékok segítik a saját test határainak és mozgásának jobb érzékelését. A zenei próbák alkalmával magával ragadó örömmel való zenélés élményben van részük a zenekar tagjainak, segítőinek és a kíváncsiskodóknak egyaránt. A zene elrepít, kizökkent a mindennapi rutinból, jó érzéssel tölti el a zenélő lakókat. Számítalan hangszert kipróbálhatnak a résztvevők, segítjük, hogy megtalálják az egyéniségükhöz legközelebb állót, amelyen begyakorolják a kiválasztott dallamokat. A dallamok összeállnak és az előadások során mások számára felejthetetlen zenei élményt nyújtanak.

Zenetanár és zenei képességekkel rendelkező jól felkészült kolléga és kollégák segítik az intézmény zenekarának a munkáját.

Magyarországon a zenei nevelés alapjait a nemzetközileg is elismert Kodály Zoltán zenepedagógiai koncepciója fektette le.



Ez a módszer az énekhangra, a népzenere és a relatív szolmizációra építve teszi a zenei műveltséget minden gyermek számára elérhetővé és élvezetessé.

Az Intézményben a zenére való festést a halmozott fogyatékossgal élő lakók esetében a Kokas Klára módszer metodikájával végezzük. A zene ritmusára mozdul a kéz a papíron a festéssel.

A fentiek mellett számos kézműves foglalkozást tartunk, amelyek segítik a kreativitást és az alkotás örömeivel töltik el az otthonban élőket. Az alkotómunka a lakók személyiségére is kifejti jótékony hatását. A mentálhigiénés csoport tagjainak ötletességét, kreativitását és segítő hozzáállását tükrözik a szebbnél szebb alkotások.

Az otthonban hittan foglalkozások is elérhetők az érdeklődők számára.

A beszélgetések segítik az értékrend formálását, a közösségi összetartozás élményét, valamint a nevelés révén pozitív erkölcsi alapokat nyújtanak. Segít a bibliai és etikai történetek feldolgozásában, hozzájárul a helyes és helytelen közötti különbségtételhez. Empatikus hozzáállásra érzékenyít és megláttatja a különbözőségeken rejlő erőt és lehetőségeket egyaránt. Biztonságos közeget teremt a hasonló értékeket valló lakóink számára, támogatva a vallási és kulturális identitás kialakulását.

Hydroterápiás foglalkozásokon is részt vehetnek az ellátottak.

A vízben végzett mozgások komplex élettani, motoros és mentális előnyöket nyújtanak. Az ízületek túlterhelése nélkül fejlesztik az állóképességet és az idegrendszert. Az otthonban előforduló betegségekből, állapotokból eredően fennálló mozgásszervi problémákra is jó hatással van a víz, a felhajtó ereje segíti a rehabilitációt és csökkenti a panaszokat. Erősen megdolgozza az izmokat, kompenzációra készítet, javítja a testtartást és az egyensúlyt. A víznek masszírozó hatása is ismert, a lebegés és a vízben végzett játék élménye csökkenti a stresszt és az érzelmi feszültséget. Az immunrendszerre, a légzőrendszerre, és a test hőszabályozó rendszerére is jó hatással vannak a kismérendőben végzett mozgások. Az otthon lakói heti rendszerességgel vehetik igénybe a hydroterápiás foglalkozást, szeretik, várják, az élményeiket mesélik, megosztják társaikkal, segítőikkel.

Tapasztalattal rendelkező, jól felkészült, szakképzett munkatárs segíti a hydroterápiás foglalkozásokat.



A különböző szakkörökön, terápiás foglalkozásokon és fejlesztéseken elkészült műveket és alkotásokat országos, megyei és városi eseményeken, pályázatokon, rendezvényeken is bemutattuk, bemutatjuk.

Jól eső érzéssel tölti el az alkotókat és segítőiket egyaránt az a dicséret, elismerő hozzáállás, amelyet a tágabb környezet kapcsán megtapasztalnak, megtapasztalunk.

Apáti Éva

vezető konduktor, mentálhigiénés csoportvezető

Harmónia Integrált Szociális és Gyermekvédelmi Intézmény Heves Vármegye



BELÜGYMINISZTERIUM

