



A gyermekvédelmi munka pszichológiai kihívásai és az alkalmasságvizsgálat rendszere

The Psychological Challenges of Child Protection Work and the System of Suitability Assessment

Kovács Péter

Dr., PhD, klinikai szakpszichológus, pszichoterapeuta, egyetemi adjunktus
Belügyminisztérium,
Kiválasztási és Alkalmasságvizsgálati Főosztály
Országos Onkológiai Intézet,
Rehabilitációs Részleg és Nemzeti Tumorbiológiai Laboratórium
peter.kovacs3@bm.gov.hu



Malét-Szabó Erika

Dr., PhD, klinikai szakpszichológus, főosztályvezető, rendőr ezredes
Belügyminisztérium,
Kiválasztási és Alkalmasságvizsgálati Főosztály
erika.malet-szabo@bm.gov.hu



Hegedűs Judit

Dr., PhD, habilitált egyetemi docens, tanszékvezető
Nemzeti Közszolgálati Egyetem,
Rendészettudományi Kar
hegedusjudit@uni-nke.hu



Absztrakt

Cél: A tanulmány célja a gyermekvédelemben dolgozó szakemberek pszichés terheinek és kockázatainak áttekintése, valamint annak bemutatása, hogy a rendszer- és szervezeti körülmények, a gyermekek sajátos szükségletei és a dolgozók egyéni élettörténeti tényezői miként alakítják a mindennapi szakmai kihívásokat.

Módszertan: A cikk elméleti áttekintésre és szakirodalmi hivatkozásokra épül, amelyeket a szerzők saját szakmai tapasztalataiból származó fiktív, megoldási lehetőségeket is felvillantó esettanulmányok egészítenek ki. Az elemzés három fő dimenzió – körülmények, gyermekre vonatkozó tényezők, egyéni élettörténeti változók – mentén szerveződik.

Megállapítások: A három dimenzió együttes fennállása jelentős pszichés megterhelést eredményez, amely protektív tényezők hiányában kiegészítéshez, másodlagos traumatizációhoz vagy pályaelhagyáshoz vezethet. A szakmai szupervízió, intervízió és a rendszeres pszichológiai alkalmasságvizsgálat fontos eszközök lehetnek a dolgozók pszichés biztonságának megőrzésében és a szakmai minőség fenntartásában.

A szerzők a kéziratot magyar nyelven nyújtották be. Benyújtás: 2025. 10. 13. Átdolgozás: 2025. 10. 16.
Elfogadás: 2025. 10. 22.

Érték: A tanulmány hozzájárul a gyermekvédelmi munka pszichológiai aspektusainak mélyebb megértéséhez, valamint alátámasztja a preventív szemléletű pszichológiai alkalmasságvizsgálat szükségességét. A szakterületre és a benne dolgozóakra háruló kihívások alapos feltérképezése és az alkalmasságvizsgálat rendszere elősegítheti, hogy a gyermekvédelemben olyan szakemberek legyenek és maradjanak, akik hosszú távon képesek biztosítani a gyermekek érdekében védelmét és a szakmai munka magas színvonalát.

Kulcsszavak: pszichés terhelés, alkalmasságvizsgálat, reziliencia, szupervízió

Abstract

Aim: The aim of this study is to review the psychological burdens and risks faced by child protection professionals, and to demonstrate how systemic and organizational conditions, the specific needs of children, and the individual life history factors of workers shape everyday professional challenges.

Methodology: The article is based on a theoretical review and literature references, complemented by fictitious case studies derived from the authors' professional experience, which also highlight possible solutions. The analysis is organized along three main dimensions: circumstances, child-related factors, and individual life history variables.

Findings: The simultaneous presence of these three dimensions results in significant psychological strain, which, in the absence of protective factors, may lead to burnout, secondary traumatization, or career dropout. Professional supervision, peer consultation, and regular psychological fitness assessments may serve as key tools for preserving workers' psychological safety and maintaining professional quality.

Value: The study contributes to a deeper understanding of the psychological aspects of child protection work and supports the necessity of preventive psychological fitness assessments. Mapping the challenges faced by the field and its professionals, along with introducing a structured assessment system, may help ensure that child protection is staffed and sustained by professionals capable of safeguarding children's best interests and maintaining high professional standards in the long term.

Keywords: psychological burden, fitness assessment, resilience, supervision

Bevezetés

A gyermekvédelemben dolgozó szakemberek munkája összetett és kihívásokkal teli, hiszen a mindennapi tevékenység egyszerre igényel magas fokú szakmai felkészültséget, empátikus hozzáállást, valamint elvárt a jogi és intézményi szabályozásoknak való folyamatos megfelelés is. Mindemellett a különböző feladatok és munkakörök jellemzően magas felelősséggel és érzelmi megterheléssel járnak. Ezt a nehezítettséget számos egyéb tényező – mint a szervezeti szinten fennálló szakemberhiány, a külső és belső elismerések hiánya, a támogató szakmai környezet hiátusai stb. – is tovább fokozhatják.

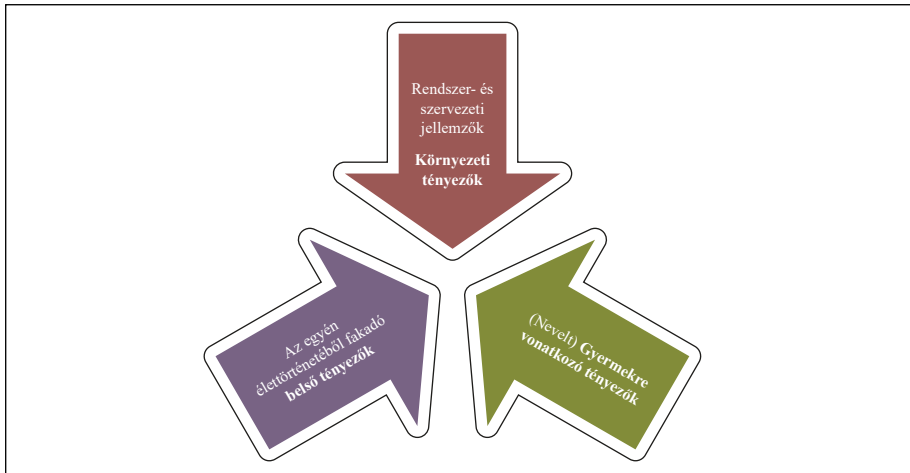
A szervezeti körülmények mellett mindenképpen szükséges figyelembe venni, hogy a gyermekvédelmi dolgozók gyakran olyan családokkal, szülőkkel és értelemszerűen gyermekekkel kerülnek kapcsolatba, akik ellenállóak, bizalmatlanok vagy konfliktusosak, adott esetben agresszívek, azaz olyan jellemzőkkel rendelkeznek, amik megnehezítik a velük való kapcsolatot. A szakembereknek minden helyzetben egyszerre kell segítőnek, támogatónak és professzionálisnak, szakmailag következetesnek lenniük. Ez a kettős, gyakran ambivalens érzésekkel terhelt szerep, valamint a terület jellegéből fakadó etikai és morális dilemmák, a jogi és intézményi korlátok további jelentős pszichés terhet rónak az egyénre, így növelhetik a kiégés, ezáltal pedig a pályaelhagyás kockázatát.

A rendszerszintű kihívások és a traumatizált gyermekekkel, családokkal való munka mellett természetesen az egyén egyedi jellemzői is meghatározzák saját szerep- és felelősségvállalását a gyermekvédelmi munkavégzés során (egyéni motiváció, traumatizált élettörténet, aktuális élethelyzeti krízisek stb.). Mindez épp úgy jelenthet további feszültségforrást, mint az egyén rendelkezésére álló megküzdési módok, tapasztalatok révén esélyt és egyben energiaforrást a gyermekvédelmi munkából fakadó komplex feszültségek hatékony kezelésére.

A tanulmányban ezen, a gyermekvédelmi szakellátásban dolgozókat érintő hármas megterhelési mátrix (lásd 1. számú ábra) jellemzőit ismertetjük részletesen, amit a szerzők saját tapasztalataiból táplálkozó fiktív esettanulmányok tesznek színesebbé és plasztikusabbá, miközben utat mutatnak a megoldási lehetőségek felé is.

1. számú ábra

A gyermekvédelmi dolgozók megterhelési mátrixa



Forrás. A szerzők saját szerkesztése.

A gyermekvédelmi munka körülményeire vonatkozó tényezők

A gyermekvédelemben végzett munka többek között a folyamatos létszámhiány, a teljes időben igényelt/elvárt felelősséggel terhelt elérhetőség, vagyis a kvázis folyamatos rendelkezésre állás, adott esetben a műszakos munkarend, a rendszerszinten is megjelenő társas-társadalmi, illetve szociológiai kihívások és problémák, a külső elismerés hiánya, valamint a szigorú jogi és eljárásrendi szabályozottság miatt kimondottan nehéz. A dolgozók könnyen és gyakran érezhetik magukat hatástalannak, eszköztelennek és sokszor éppen az intézményi, a jogi és a szabályozási keretek miatt nem tudnak – legalábbis érzésük és megélésük szerint – megfelelő segítséget nyújtani. Tovább növeli a kiszolgáltatottságélményt az átvezényelhetőség gyakorlata, amikor egy vezető (sokszor egyébként kényszerűségből) az adott munkavállalót más telephelyen kívánja (kénytelen) foglalkoztatni. Ezek a speciális körülmények értelemszerűen növelik és folyamatosá teszik a gyermekvédelemben dolgozók kitettséget, kiszolgáltatottságát, ezáltal pedig fokozzák a megterhelődésüket. Ezeket a tényezőket nevezzük összefoglalóan körülményváltozóknak.

A gyermekvédelmi dolgozók (például nevelőszülők, lakásotthonban dolgozók, gyermekfelügyelők, nevelők stb.) gyakran olyan traumatizált családokkal és szülőkkel kerülnek kapcsolatba, illetve kénytelenek együttműködni, akik helyzetükből fakadóan ellenállnak, bizalmatlanok vagy éppen nyíltan elutasítók

és ellenségesek, vagyis a kapcsolat eleve konfliktusos. A gyermekvédelemben kerülő gyermekek családjai/szülei gyakran úgy érzik, hogy kívülről akarják befolyásolni, kontrollálni az életüket, ezért szociális kiszolgáltatottságot élnek meg, ami szinte természetszerűleg vezet védekezéshez és ellenséges attitűdhez. Ebben a helyzetben kell a gyermekvédelmi dolgozónak egyszerre empatikus, megértő segítőnek, illetve szankcionáló, végrehajtó, ellenőrző szereplőnek is lennie. Ez az ellentmondó szerepvállalás ambivalens érzésekkel átítatott márkáns szerepkonfliktust eredményezhet (Munro, 2011). A fentiek következményeképpen a szakemberek egyfajta bizalmi vákuumban dolgoznak, hiszen nehéz benignus attitűddel, jóindulattal kapcsolatot építeni akkor, amikor a másik fél úgy érzi, hogy ítélet, minősítés, nem kívánt intézkedés alá kerül.

A szakemberek kettős szerepben kell, hogy jelen legyenek: egyszerre segítenek, közben pedig meg kell felelniük a jogi és a szakmai előírásoknak és szabályoknak is. Ez az egyébként látszólagos ellentmondás természetesen nem arról szól, hogy a jogi szabályozás ne volna segítő célú, vagy ne rendelkezne támogató szándékkal, sokkal inkább az egyén szintjén az egyes helyzetekben megélt belső morális dilemmát jelzi. A szakmai felkészültség (végzettség, továbbképzés, irányelvek stb.), illetve a szakmai szupervízió/intervízió (részletesen lásd később), a segítségkérés lehetősége az ilyen belső konfliktusok esetében kulcsfontosságú, hiszen átlátható szempontrendszerrel kínál és a transzparencia által segíti a döntéshozatalt. Nem az érintett családok iránti érzéketlenség forszírozása a cél, hanem az, hogy szakmai szempontok mentén lehessen a védelemre szoruló gyermekek érdekeit képviselni. A megélt kettős szerep és belső konfliktus, valamint az intézményi kiszolgáltatottság élménye (például „érezem, hogy mit kell tennem, de nem tehetem, mert a jogszabály/a rendszer nem engedi”) fokozottan igénybe veszik, adott esetben kimerítik a dolgozó érzelmi kapacitáit, így hosszú távon kiegészéshez, pályaelhagyáshoz vezethetnek (Munro, 2011; Maslach, 1998). Etikai kérdéskört feszeget, hogy a gyermekvédelemben dolgozók egyszerre próbálják megvédeni és mindenekelőtt szem előtt tartani a gyermekek érdekeit úgy, hogy közben a szülők jogait is tiszteletben kell tartaniuk. Mind a szerepkonfliktus, mind az etikai bizonytalanság tovább fokozhatják az érzelmi megterhelődés mértékét negatív érzéseket generálva.

Külön említést érdemelnek a körülményváltozók esetében azok a hivatalból induló belső vizsgálatok a gyermekvédelmi dolgozóval kapcsolatban, amelyek részeként akár soron kívüli alkalmasságvizsgálat is szükségessé válik. Ezek a típusú vizsgálatok értelemszerűen a gyermek érdekeit a leginkább előtérbe helyezni kívánó szabályozási környezet következményei és követelményei is egyben. Ezt fokozhatja, hogy valótlan, különböző és sokszor nem felderíthető indíttatásból származó, gyakran alaptalan és téves jelzések nyomán ugyanúgy

hivatalból történő kivizsgálást és eljárást szükséges elrendelni, mint a valódi sérelmeken alapuló cselekményeket követően. Ezek a vizsgálatok és eljárások fokozottan próbára teszik a gyermekvédelmi dolgozók integritását, türelmét, érzelmi kapacitását, hiszen a méltatlan helyzetben túl egyfajta teljes (akár egzisztenciális vonatkozású) kiszolgáltatottságot, krízist és kontrollvesztettséget is átélnek ilyenkor.

A gyermekek sérelmére elkövetett cselekmények természetesen minden esetben alapos és teljes körű kivizsgálást kívánnak meg a vonatkozó szigorú szankcionálással együtt, ugyanakkor rendszerint nehéz alapos vizsgálat nélkül kiszűrni a valótlan állításokat. A kiszolgáltatott gyermekek érdekét mindenekelőtt szem előtt tartva szükségeszerű a körültekintő eljárásrend, melynek részeként rendkívül fontos, hogy az érintett gyermekek meghallgatása szakmailag megfelelő körülmények között és módszertannal, valamint arra speciálisan felkészített személyek által történjen. Ugyanakkor a minél gyorsabban lebonyolított belső vizsgálat – ennek részeként pedig a gyors soron kívüli alkalmasságvizsgálat – vélhetően könnyíteni tud ezeken a folyamatokon a gyermekvédelmi dolgozók számára is. Szükséges a tájékozottság és adott esetben a rendszer által biztosított tanácsadó, aki tájékoztatni és támogatni tudja az eljárás során a dolgozót, hogy ne maradjon egyedül – a sokszor alaptalan vádak miatt megélt – kiszolgáltatott és méltatlan helyzetben. Emellett kiemelten fontos, hogy a dolgozóval ismertessék az eljárás lépéseit, csökkentve ezzel a helyzetből fakadóan amúgy is meglévő szorongások eszkalálódását. Megjegyzendő, hogy az alkalmasságvizsgálat nem nyomozati hatósági eljárás, emiatt nem várható tőle a történések maradéktalan felderítése, ugyanakkor a személyiségműködés klinikai szintű kivizsgálása hasznos támpontokat nyújthat arra vonatkozóan, hogy az esetlegesen bántalmazó viselkedések kapcsán rizikóbecslést lehessen tenni.

A körülmények szempontjából kompenzatorikus, ezáltal kiemelt jelentőségű a gyermekvédelemben dolgozó szakemberek számára a szakmai szupervízió és intervízió lehetősége, amelyek nem csupán egy-egy lehetséges támogatási formát jelölnek, hanem a magas színvonalú szakmai munka garanciáját is jelentik. Ezek a folyamatok nélkülözhetetlen szerepet játszanak a kiégés megelőzésében, hiszen lehetőséget nyújtanak a munkával járó pszichés terhek feldolgozására. A gyermekvédelmi munkakörök sajátosságai miatt a szupervízió/intervízió különösen fontos. A szakemberek napi szinten ki vannak téve intenzív érzelmi megterhelésnek, például traumatizált gyermekekkel vagy veszélyeztetett családokkal dolgoznak, gyakran érzelmileg és felelősségvállalás szempontjából egyaránt megterhelést és igénybevételt jelentő helyzetekben. A szakmai szupervízió meghatározása szerint olyan rendszeres, strukturált támogatás, ahol egy tapasztalt szakember segíti a segítő szakembert a szakmai problémák, dilemmák és

érzelmi terhek feldolgozásában azáltal, hogy a munkatárs megosztja kérdéseit, dilemmáit, érzelmeit, terhelődéseit a szupervizorral. A szupervíziós folyamat során általában külső szakember bevonása történik. Ezzel szemben az intervízió egy önsegítő csoportos konzultáció, ahol a szakemberek egymás tapasztalataiból tanulnak, és közösen keresnek megoldásokat szakmai kérdésekre. Az intervízió számára szintén az adott munkatárs által megosztott egyéni szakmai dilemmák és nehézségek jelentik a kiindulási alapot.

A szupervízió/intervízió során a munkatársak lehetőséget kapnak arra, hogy megosszák, elmélyítsék és megerősítsék szakmai identitásukat, valamint megtalálják a hivatásgyakorlathoz szükséges belső tartalékaikat. A szupervízió/intervízió folyamata segíthet abban, hogy a szakember elkülönítse a személyes élményeket a munkájától, fenntartsa a szakmai határokat, és tudatosan alakítsa ki a professzionális segítői attitűdjét. Mindezek révén a szupervízió/intervízió nemcsak a munka minőségének színvonalát növeli, hanem a szakember pszichés stabilitását és hosszú távú elköteleződését is támogatja.

A szupervízió és az intervízió sajátos jellemzőiről, valamint egy a gyermekvédelemben is kialakításra javasolt komplex munkahelyi egészségfejlesztési rendszerben való szerepéről olvashatunk részletesebben Kovács & Malét-Szabó (2025) cikkében.

Esetpélda – Miklós a rendszer árnyékában

Miklós gyermekfelügyelőként dolgozik egy nagyvárosi gyermekvédelmi lakásotthonban. Munkáját eleinte nagy lelkesedéssel végezte: fontosnak érezte, hogy közvetlenül támogathatja az állami gondozásban élő gyermekeket. A mindennapok során azonban egyre erősebben szembesült a rendszer működésének nehézségeivel: alacsony létszámú személyzet, folyamatos helyettesítési kényszer, gyorsan változó szabályozások nehezítették a stabil, kiszámítható gyermekfelügyelői szemléletű jelenlét lehetőségét. A túlterhelt munkakörnyezetben Miklós gyakran tapasztalta, hogy nincs elegendő idő a gyermekek egyéni igényeire való odafigyelésre. Gyakran csupán a fizikai szükségletek kielégítésére maradt kapacitás, miközben az érzelmi támogatás háttérbe szorult. Az adminisztratív terhek és az állandó személyi változások miatt úgy érezte, hogy munkája elszemélytelenedik, csupán egy ügyeletes lett. Miklós frusztrációját fokozta, hogy a gyermekek problémás viselkedése, az agresszív megnyilvánulások, ismétlődő szökések, dühkitörések, gyakran rendszerszintű hiányságokból (például megfelelő pszichológiai támogatás hiánya) fakadtak, ám ezek kezelésére kevés eszköz állt a rendelkezésére. Bár igyekezett

fenntartani a szakmai elköteleződését, a folyamatos strukturális akadályok egyre inkább aláásták belső motivációját és énhatékony-ság-érzését.

Megoldási lehetőség: Egy intézményi intervíziós folyamat támogató-sa által felismerte, hogy pályán maradása érdekében szüksége van arra, hogy reálisabban értékelje a munkaköre lehetőségeit és körülményeit, differenciálja saját felelősségi körét, és megtalálja azokat a kis sikereket, amelyek erőt adhatnak a hétköznapiakban.

A vezetői szerep többletterhei a gyermekvédelemben

A gyermekvédelmi munka specifikus körülmény jellemzői sorában mindenképpen külön is érdemes kitérni a vezetői szerepet betöltők plusz terheire, mivel az ő szerepük kiemelten fontos egyrészt az általuk irányított szervezet hatékony és egyben egészséges működése szempontjából, másrészt pedig a gondjaikra bízott nevelt gyermekek biztonsága és védelme szempontjából. Mindemellett nem szabad megfeledkezni arról sem, hogy ezen kiemelt és egyben fokozottan megterhelő vezetői szerep az azt betöltő testi és lelki egészsége szempontjából is veszélyeztető tényező lehet hatékony megküzdési stratégiák, az egyén reziliens működésének hiányában. Már az 1950-es években megindultak azok a vizsgálatok, melyek a vezetők specifikus stressz-megterhelési jellegzetességeit kutatták. Kezdetben az úgynevezett „vezetői életmód” (Buda, 2002) sajátos jellemzőit – mint hajsolt élet, kevés mozgás, túlmunka, dohányzás és fokozott alkoholfogyasztás stb. – okolták leginkább a vezetők fokozott terheiert, melyből később a hajsoltság szerepe emelkedett ki.

A kutatási eredmények azonban rámutattak arra, hogy sokkal inkább a vezetői szerepek tisztázatlansága és a vezetői szerepnek az egyén más – például családi – szerepeivel való konfliktusai azok, amelyekből a legtöbb specifikus vezetői stressz ered (Malét-Szabó, 2020). Különösen igaz mindez a középvezetőkre, akik a feléjük áramló, sokszor egymásnak ellentmondó elvárások kapcsán már a beosztásuknál fogva is beékelődnek a felsővezetők és a beosztottak közé. Tovább árnyalja a gyermekvédelmi vezetői szerepvállalás többletterhelődésének komplexitását, hogy a gyermekvédelmi intézmények vezetői gyakran olyan közvetítői szerepbe kényszerülnek, amelyben egyidejűleg kell képviselniük mindenekelőtt a gyermekek érdekeit és megtartaniuk eközben a munkatársaikat, valamint kezelniük a szakmai konfliktusokat, illetve megfelelniük a jogszabályi, intézményi és adminisztratív elvárásoknak egyaránt. A gyerekek és felnőttek közötti konfliktusokban gyakran olyan pozícióba kerülnek, ahol különböző emberek, világnézetek, személyiségek és értékrendek

között kell egyensúlyt találniuk, mindezt úgy, hogy közben a munkatárs lojalitását, motivációját és működőképességét is fenntartsák. Ez a pszichésen összetett, többirányú megfelelési kényszer jelentős érzelmi többletterheléssel járhat, és hosszú távon fokozott kiegészítő kockázatot hordoz magában a vezetői szerepben dolgozók számára.

Mindennek a hatékony kezeléséhez pedig elengedhetetlen és egyben szakmai értelemben szükségszerű, hogy a személy vezetői motivációja a megfelelő vezetői kompetenciákra épülően tudjon megvalósulni és kiteljesedni. Fontos tehát a gyermekvédelmi pszichológiai alkalmasságvizsgálatok során a vezetői kompetenciák célzott vizsgálata a gyermekvédelmi vezetők körében, hiszen a vezető személye, illetve készségei/képességei alapján hozott döntései határozzák meg az intézmény, a szakmai közösség működését, ezáltal pedig a gyermekek életére és biztonságára is hatással vannak.

A gyermekekre vonatkozó tényezők

A gyermekvédelemben végzett munka különösen nagy érzelmi igénybevétellel jár. A különböző területeken dolgozó szakemberek nap mint nap szembesülnek súlyos traumákat átélt gyermekek és családok történeteivel, családon belüli erőszakkal, elhanyagolással, szociális, egzisztenciális, mentális problémákkal, valamint a szülők elhanyagoló és bántalmazó viselkedésével, a szülők és/vagy a gyermek kriminalizálódásával, szerhasználatával, sokszor mentális betegségeivel. A gyermekek szenvedése, a sokszor kilátástalannak megélt szituációk, a sérült vagy tartósan sérült gyermekekkel való foglalkozás, a rendszer túlterheltségéből adódó nehézségek és a fizikai kifáradás mellett könnyen érzelmi telítődéshez vezethetnek, melyek igénybe veszik a szakemberek érzelmi kapacitását. Ezeket nevezzük a modellben gyermekváltóknak.

Empátiával rendelkező emberek számára a gyermekek szenvedése kiemelkedő szintű érzelmi stresszel, illetve nem reflektált esetekben és/vagy hosszabb távon akár testi-lelki következményekkel is járhat. Aki traumatizált emberekkel/gyerekekkel foglalkozik, maga is könnyen traumatizálódhat (Cieslak et al., 2014). A gyermekvédelmi munka bármely munkaköre magában hordozza ezt a fajta közvetett (másodlagos) traumatizáción alapuló többletterhelődést, amit különböző tényezők tovább fokozhatnak. A fogyatékossággal élő, szomatikus és/vagy mentális betegséggel rendelkező gyermekek segítése speciális nevelési igény esetén, de más minősített helyzetekben is, a gyermekvédelmi dolgozók érzelmi terhelődése kiugróan magas szintű. Ez az érzelmi igénybevétel, a személy bevonódása, kapcsolódása, altruizmusa, adott esetben segítőkényszerszere,

kiegése, önfeláldozása olyan viselkedésmintázatokat rögzíthet, amelyek bizonyos tekintetben meghaladhatják a racionalitást. Ez értelemszerűen nem azt jelenti, hogy a gyermekvédelmi dolgozók viselkedése irracionális volna, hanem inkább arra kíván rávilágítani, hogy az egyes szakterületek, a különböző érintettséggel rendelkező gyermekekkel végzett munka különféle (szakmai és személyiségbeli) működésmódokat válthatnak ki a munkavállalóból, és speciális attitűdöt is igényelhetnek az egyéntől.

Ilyen viselkedési/viszonyulási módokat jeleznek például az alábbi helyzetek:

- a dolgozó saját pénzén vásárol ruhát, játékot vagy élelmiszert a gondozott gyermeknek;
- a gondozó/nevelő/gyermekefelügyelő stb. nem megy szabadságra, vagy beteg is bejár dolgozni;
- egy gyermekkel való kapcsolat túlzottan személyessé válik („kisfiam”, „kislányom” megszólítás intézményi nexusban);
- a kollégák között konfliktus alakul ki amiatt, hogy ki „érzi jobban” vagy „szereti jobban” a gyermeket;
- a dolgozó nem tudja befejezni a munkanapot;
- a személyes élet háttérbe szorul („nem tudok kikapcsolni”, „nekem ezek a gyerekek a családom”).

Ezek a viszonyulási mintázatok jellemzően nem a patológiás működésből, hanem éppen a traumatizált gyermekekkel kapcsolatban érzett mély és őszinte emberi elköteleződés érzéséből fakadnak, így a gyermekvédelmi munka természetes kockázati tényezői.

A gyermekvédelemben dolgozók gyakran szembesülhetnek azzal, hogy az elkötelezett munkájuk ellenére sem tudják érdemben megváltoztatni a gyermek helyzetét (például a gyermek tartós mentális/szomatikus betegsége, szerfüggőség addiktológiai következményei, ha a gyermek többször visszakerül a bántalmazó környezetbe, ha az adott környezet erőforrásai végesek stb.). Ez az eredménytelenség a személyes indítatásból és belső motiváció, illetve elhivatottság mentén a gyermekvédelmi pályát választó személyek esetében különösen megterhelő lehet, hiszen könnyen személyes kudarcnak élhetik meg. Az ilyen helyzetek fokozzák a személy által átélt belső feszültségeket, hiszen a segítő szembesül a saját határaival, korlátaival, és gyakran azt tapasztalja, hogy éppen azon a gyermekén nem tud segíteni, aki rá van bízva, vagy akivel kapcsolatban fokozott érzelmi elköteleződést él meg. Ha nincs lehetőség a keletkező frusztrációk, kudarcnak megélt élmények, negatív és önértékelésre is ható érzések feldolgozására, az könnyen közvetett (vikariálós vagy másodlagos) traumatizációhoz, Helyettes-szindrómához vagy kiegészítéshez vezethet (Bride, 2007; Newell & MacNeil, 2010; Kovács & Malét-Szabó, 2025).

Esetpélda – Eszter és a reménytelenség köre

Eszter gyermekotthoni nevelőként dolgozik. Nap mint nap súlyosan traumatizált gyermekekkel találkozik, akik közül sokan már több intézményt is megjártak. Egyik gondozottja, Laci, különösen közel került a szívéhez: egy 14 éves fiú, aki rendszeresen megszökik, iskolakerülő és szabálysértésekbe keveredik. Eszter rengeteg energiát fektetett Laci támogatásába: egyéni fejlesztő programokat dolgozott ki számára, szorosabb kapcsolatot próbált kialakítani vele. Azonban minden erőfeszítése ellenére Laci viselkedése nem változott tartósan. Eszter egyre gyakrabban tapasztalt csalódottságot, tehetetlenséget, sőt büntudatot is: úgy érezte, talán ő nem elég jó nevelő. Az ismétlődő kudarcok hatására lassan megjelent nála az érzelmi kimerültség, a kiégés korai jeleit is felismerte magán.

Megoldási lehetőség: Végül kollégái segítségével szembesült azzal, hogy túlzásba esett Laci kapcsán, és hogy szakmai segítségre lehet szüksége. A munkahelyi intervizió és eseti szakmai szupervízió segítségével újraértelmezte saját szerepét: nem a megmentés többé az egyetlen értékelhető célkitűzés a számára, hanem a biztonság és a stabil nevelői jelenlét, illetve az érzelmi elérhetőség biztosítása.

Az egyén élettörténetéből adódó tényezők

A segítő foglalkozásuk körében gyakori jelenség, hogy gyermekkorukban maguk is valamilyen ártalomnak, bántalmazásnak, elhanyagolásnak voltak kitéve: traumatikus élmények érték őket, amelyek aztán hatással voltak a későbbiekben motivációjukra és pályaválasztásukra (Bryce et al., 2023).

A gyermekekkel történő munkavégzés vonatkozásában a hivatásgyakorlás a saját, munkavállaló által történő érzelmi bevonódás fokozott követelményét is támasztja a területen dolgozókkal szemben, amely tovább növeli és fokozza az egyén által egyébként is átélt normatív vagy aktuálisan fennálló akcidentális krízisek általi pszichés terhelést. A saját élettörténeti traumát átélt vagy mentális problémákkal rendelkező gyermekvédelmi dolgozók – melyről, a gyermekvédelmi dolgozók saját élettörténetéből fakadó megterhelődések és a hivatásgyakorlásra vonatkozó motivációjuk összefüggéseiről részletesen olvashatunk Kovács és munkatársai (2025) tanulmányában – különösen veszélyeztetettek a nevezett körülmények mentén a kiégés, a másodlagos traumatizáció vagy például a Helfer-szindróma (Schmidbauer, 1978; Fekete, 2000; Boyas, 2022; Kovács & Malét-Szabó, 2025) kialakulása kapcsán. Ezen tényezőket nevezzük összefoglalóan egyéni változóknak.

Esetpélda – Dániel sebezhető elhivatottsága

Dániel évek óta dolgozik nevelőszülőként. Saját gyermekkorra számos megpróbáltatással járt: állami gondozásban nőtt fel, többször fordult elő élettörténetében intézményváltás is, érzelmi biztonságot kevésbé tapasztalhatott. Mindezek ellenére felnőttként elhatározta, hogy olyan otthont kíván teremteni más gyermekek számára, amilyenben ő maga soha nem részesülhetett. Az első gyermek, akit gondozásba vett, mély nyomot hagyott benne. Dániel intenzíven törekedett arra, hogy mindent megadjon neki: nemcsak fizikai biztonságot, hanem érzelmileg is legyen mindig elérhető a számára. Azonban a gyermek komplex traumái miatt gyakran elutasítóan, dühösen, adott esetben agresszíven vagy éppen visszahúzódoan viselkedett. Dánielben ez saját gyermekkori elhagyatottságérzését aktiválta, és egyre gyakrabban kezdte magát elveszettnek, tanácstalannak érezni. Sokszor túlzottan bevonódott, úgy érezte, hogy kizárólag egyedül felel a gyermek érzelmi fejlődéséért és annak biztonságáért. Ez az érzelmileg megélt erőn felüli felelősségvállalás jelentősen kimerítette Dánielt. Időnként konfliktusai is voltak szakmai tanácsadójával, a gyermek gyámjával, akik úgy látták, hogy Dániel túlzott elvárásokat támaszt a gyermekkel és önmagával szemben is.

Megoldási lehetőség: Egy szupervíziós folyamat során Dániel fokozatosan felismerte, hogy saját feldolgozatlan múltbeli tapasztalatai erőforrásként is működhetnek, ha tudatosan reflektál rájuk. Megtanulta, hogyan őrizze meg érzelmi határait, saját integritását, és hogyan tud a szeretetelli jelenlét mellett is stabil, fenntartható nevelőszülői szerepben maradni úgy, hogy a saját hangját is érvényre juttatja.

Összegzés és konklúzió

A gyermekvédelmi munka pszichés szempontból kiemelt jelentőségű terhei három, egymással kölcsönhatásban álló változócsoporthoz ragadhatók meg. A körülményekre vonatkozó tényezők (1), a gyermekek speciális tulajdonságait jelentő szempontok (2) és a dolgozó saját egyéni vonatkozásai (3) adják a hivatásgyakorlás kihívásait jelentő legfontosabb összetevőket, amelyek külön-külön is próbára tehetik, valamint óhatatlanul igénybe is veszik, és ezáltal értelemszerűen szükségessé is teszik az egyén (lehetőség szerint adaptív) alkalmazkodóképességét (lásd 2. számú ábra).

2. számú ábra

A gyermekvédelmi hivatásgyakorlás kihívásait jelentő legfontosabb változók

Körülményekhez kapcsolódó, külső tényezők (körülmenyváltozók)	Gyermekre vonatkozó tényezők (gyermekváltozók)	Az egyén saját élettörténetéből adódó, belső tényezők (egyéni változók)
<ul style="list-style-type: none">• gyermekvédelmi rendszer működése, túlterheltsége (például munkahelyi konfliktusok, átvezénylés szükségessége)• alacsony anyagi megbecsültség, egyéb explicit megbecsülés hiánya, társadalmi megítélés• soron kívüli vizsgálatnak való kitettség, rendőrségi feljelentés/vizsgálat• szocioökonómiai nehezítettségek (például otthoni vagy lakásotthoni körülmények, alapvető egzisztenciális kihívások stb.)• speciális családi rendszerek (elvált szülők, mozaikcsaládok stb.)• kriminalizálódott szülők• nem elérhető szülők• mentálisan beteg szülők• fenyegető viselkedésű szülők• munkahelyi közösségen belüli személyi feszültségek	<ul style="list-style-type: none">• speciális nevelési igényű gyermek• kriminalizálódó gyermek• szerhasználó gyermek• életkori sajátosságokból adódó kihívások• gyermek szomatikus betegsége• gyermek mentális betegsége• fejlődésben visszamaradott gyermek, értelmi fogyatékos-sággal élő gyermek• traumatizált, bántalmazott, elhanyagolt, nehéz sorsú gyermek	<ul style="list-style-type: none">• a személyiség működése• normatív élettörténeti krízis(ek) (Erikson, 1980; Roberts, 2005)• akcidentális krízisek(ek) (Roberts, 2005)• élettörténeti trauma• kiegész• személyiségműködés, illetve a hangulati élet zavarai• reziliencia és egyéb pszichés erőforrások megléte/hiánya• alkalmazkodási zavarok, a dolgozó egyéb mentális zavarai• vikariáló traumatizáció (Figley, 1995; Bride, 2007; Newell & MacNeil, 2010)• Helfer-szindróma (Figley, 1995; Bride, 2007; Newell & MacNeil, 2010)

Forrás. A szerzők saját szerkesztése.

A didaktikai szempontból kategorizált és nevezett változók a gyermekvédelmi rendszerben dolgozó személyek számára minden esetben tulajdonképpen egyszerre vagy legalábbis különféle módokon és mennyiségben kombinálódva jelennek meg, és értelemszerűen egymásra is hatást gyakorolnak. A hivatásgyakorlás során a személyt érő megterhelés egyedi és mind a három változó (körülmények, gyermekre vonatkozó és egyéni tényezők) mentén eltérő módon alakul. Hangsúlyozni kell viszont, hogy a felsorolt terhelő, ártalmat jelentő, veszélyeztető tényezők és változók fennállása, továbbá a munkavállaló sikeres megbirkózási képességének és erőforrásainak a hiánya könnyen az egyén fizikai és mentális kimerüléséhez vezethet, ezzel is növelve a kiegész vagy például a hangulati dekompenzálódás, illetve az emelkedett szorongásszint tartós kockázatát, ami összességében könnyen pályaelhagyáshoz vezethet.

Mindezt szem előtt tartva kijelenthető, hogy a gyermekvédelem magas színvonalú minősége, és legfőképpen az érintett gyermekek érdekének érvényesítése csak olyan szervezeti kultúrában tartható fenn és érvényesíthető, amely a munkára alkalmas szakemberek pszichés biztonságát rendszerszinten is óvja:

reflektív tereket biztosít, fejlesztő szemléletű alkalmasságvizsgálatot működtet, és a mindennapi gyakorlatba is beépíti a traumatudatos, etikus, transzparens működés feltételeit. Mind a szakmai munka minősége és természetesen mindenekelelt a gyermekek biztonsága megköveteli a reflektív, stabil és érett személyek jelenlétét a gyermekvédelmi ellátás bármely területén. A gyermekvédelmi munkakörök végzéséhez elvárt érzelmi és egyéb vonatkozású minimumfeltételek vizsgálatának és felmérésének kiemelten fontos platformja és egyben eszköze is a gyermekvédelmi területen dolgozók újonnan bevezetett kötelező pszichológiai alkalmasságvizsgálati rendszere.

A pszichológiai alkalmasságvizsgálat során nemcsak a szakmai (területspecifikus, vezetői stb.) kompetenciák meglétét, hanem a személyiség integráltságát, stabilitását, a személy érzelmi teherbírását, a stresszkezelési stratégiákat és képességeket, illetve az empátia, valamint az érzelmi intelligencia színvonalát egyaránt szükséges felmérni. Mindemellett fontos hangsúlyozni, hogy a készségekre, illetve kompetenciákra felépített alkalmasságvizsgálat nem kizárólag szelektáló eszköz (bántalmazó vs. nem bántalmazó személy), hanem eredeti szándéka szerint fejlesztő funkcióval is bír, hiszen az értékelés lehetőséget ad az egyéni erősségek és fejlesztendő területek feltérképezésére, ezáltal a folyamatos szakmai előrehaladás támogatására (ne sérüljön a munkavállaló, és minél hosszabb ideig meg tudjon maradni választott munkakörében). A preventív szemléletű alkalmasságvizsgálat módszertana által hozzájárul ahhoz is, hogy a gyermekvédelemben olyan szakemberek dolgozzanak, akik hosszú távon képesek megtartani belső motivációjukat és pszichés jóllétüket egyaránt (Malét-Szabó, Takács-Fehér, 2021).

Felhasznált irodalom

- Bride, B. E. (2007). Prevalence of secondary traumatic stress among social workers. *Social Work*, 52(1), 63–70. <https://doi.org/10.1093/sw/52.1.63>
- Bryce, I., Pye, D., Beccaria, G., McIlveen, P., & Du Preez, J. (2023). A systematic literature review of the career choice of helping professionals who have experienced cumulative harm as a result of adverse childhood experiences. *Trauma, Violence, & Abuse*, 24(1), 72–85. <https://doi.org/10.1177/15248380211016016>
- Buda B. (2002). *A mentálhigiéné szemléleti és gyakorlati kérdései*. Animula.
- Cieslak, R., Shoji, K., Douglas, A., Melville, E., Luszczynska, A., & Benight, C. C. (2014). A meta-analysis of the relationship between job burnout and secondary traumatic stress among workers with indirect exposure to trauma. *Psychological Services*, 11(1), 75–86. <https://doi.org/10.1037/a0033798>

- Fekete S. (2000). Segítő foglalkozások kockázatai – Helfer szindróma és burnout jelenség. In Kelemen G. (Szerk.), *Tele-dialógus* (pp. 179–191). Pro Pannonia.
- Figley, C. R. (1995). *Compassion fatigue: Coping with secondary traumatic stress disorder in those who treat the traumatized*. Brunner/Mazel.
- Kovács P., & Malét-Szabó E. (2025). A kiegész veszélye és prevenciósi lehetőségei a gyermekvédelemben: Ajánlás egy komplex munkahelyi egészségfejlesztési rendszer kialakítására. *Belügyi Szemle*, 74(3), 759–779. <https://doi.org/10.38146/BSZ-AJIA.2026.v74.i3.pp759-779>
- Kovács P., Somogyi Zs. B., & Malét-Szabó E. (2025). A krízis és a trauma szerepe és összefüggései a gyermekvédelmi dolgozók motivációjában. *Belügyi Szemle*, 74(3), 737–757. <https://doi.org/10.38146/BSZ-AJIA.2026.v74.i3.pp737-757>
- Malét-Szabó E., & Takács-Fehér M. (2021). A Kétlépcsős Integrált Alkalmasságvizsgálati Rendszer – a tudomány válasza a rendvédelmi hivatásos állomány alkalmasságvizsgálatának kihívásaira. *Belügyi Szemle*, 69(8), 1385–1409. <http://real.mtak.hu/128242/1/MaletSzaboErika-TakacsFehérMariaBelugyiSzemle2021.evi8.szam1385-1409.pdf>
- Maslach, C. (1998). A multidimensional theory of burnout. In C. L. Cooper (Ed.), *Theories of Organizational Stress* (pp. 68–85). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780198522799.003.0004>
- Munro, E. (2011). *The Munro Review of Child Protection: Final Report – A child-centred system (CM 8062)*. The Stationery Office. <https://assets.publishing.service.gov.uk/media/5a7b45ee-5274a34770ea939/Munro-Review.pdf>
- Newell, J. M., & MacNeil, G. A. (2010). Professional burnout, vicarious trauma, secondary traumatic stress, and compassion fatigue. *Best Practices in Mental Health*, 6(2), 57–68. <https://doi.org/10.70256/607490pbruec>
- Roberts, A. R. (Ed.). (2005). *Crisis intervention handbook: Assessment, treatment, and research*. Oxford University Press. Schmidbauer, W. (2018). *Die hilflosen Helfer: Über die seelische Problematik der helfenden Berufe*. Rowohlt Verlag GmbH.

A cikk APA szabály szerinti hivatkozása

- Kovács P., Malét-Szabó E., & Hegedűs J. (2025). A gyermekvédelmi munka pszichológiai kihívásai és az alkalmasságvizsgálat rendszere. *Belügyi Szemle*, 74(3), 703–718. <https://doi.org/10.38146/BSZ-AJIA.2026.v74.i3.pp703-718>

Nyilatkozatok

Összeférhetetlenség

A szerzők nem jelentettek összeférhetetlenséget.

Finanszírozás

A szerzők nem kaptak pénzügyi támogatást a kutatáshoz, a szerzőséghez és/vagy a cikk publikálásához.

Etikai nyilatkozat

Jelen cikkhez nem kapcsolódik adatkészlet.

Nyílt hozzáférésről szóló tájékoztatás

Jelen cikk a Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY NC-ND 2.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.0/>) feltételei szerint publikált Open Access közlemény, melynek szellemében a cikk bármilyen médiumban szabadon felhasználható, megosztható és újraközölhető, feltéve, hogy az eredeti szerző és a közlés helye, illetve a CC License linkje feltüntetésre kerülnek.

Levelező szerző

A cikk levelező szerzője Kovács Péter, aki a peter.kovacs3@bm.gov.hu e-mail címen érhető el.