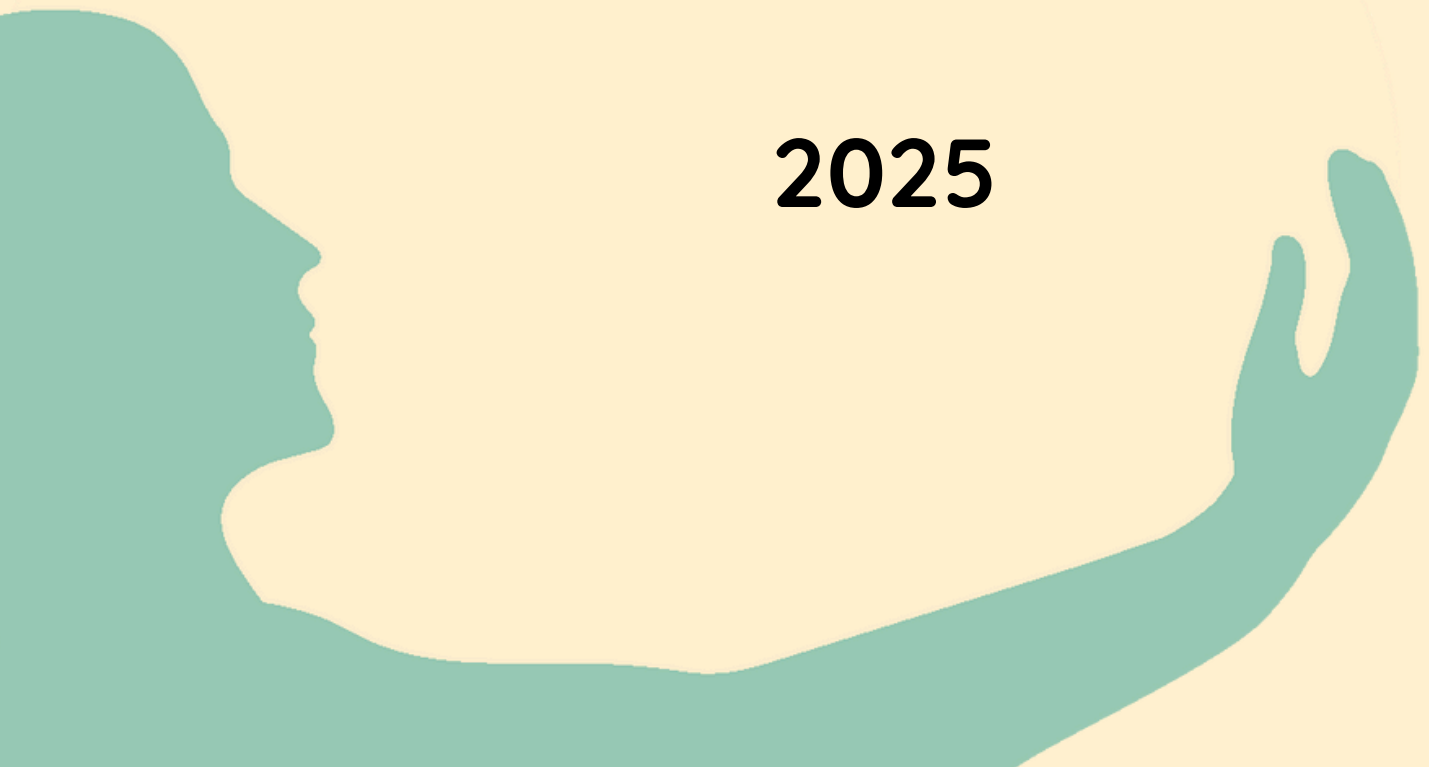


Elmondhatom Alapítvány

Szakmai beszámoló

2025



Kedves Olvasó!

A 2025-ös esztendő az Elmondhatom Alapítvány életében a „megérkezés” és a szintlépés éve volt.

Míg a korábbi két év a szakmai munka előkészítéséről szólt, idén több fontos aktivitással léphettünk a nyilvánosság elé.

Küldetésünk, hogy a gyermekkori szexuális bántalmazással érintett felnőtteknek segítsük a traumafeldolgozását, lebontva azokat a tabukat, amelyek évtizedek, évszázadok óta gúzsba kötik az érintetteket. Az elmúlt évek, de leginkább a 2024/25-ös év közéleti hírei egyre égetőbbé teszik ezt a munkát. Nagyon sok az érintett, és ők egyszer felnőnek. Ha maguktól nem indulnak el egy járatlan úton, akkor senki sem ad iránymutatást abban, merre induljanak, hogy jobban legyenek.

Bár a feladatunk nehéz és sokszor küzdelmes, az elért eredmények és a visszajelzések azt igazolják:
a kimondott szónak valóban gyógyító ereje van.

Az alapítvány hosszú távú víziója egy olyan egészséges társadalom felépítése, amely mentes a gyermekek szexuális kizsákmányolásától. Vízióinkban a felnövekvő generációknak nem pszichológiai önszegítő könyveket vagy terápiás útmutatókat kell olvasniuk, hanem kalandregényeket, és csoportterápia helyett szakkörökre járnának. Ennek eléréséhez azonban ma még az érintettek támogatására és a párbeszéd elindítására van szükség. Minél többet beszélünk tabuk nélkül a gyermekkori szexuális bántalmazás témájáról, annál több esélyünk van időben észrevenni a jeleket és megvédeni a legkiszolgáltatottabbakat.

A nyilvánosságra lépésünk egyik belső feltétele az volt, hogy létrehozzuk a Védelmi Irányelvet, amely a honlapunkon megtalálható. Ez a Védelmi Irányelv meghatározza a működésünk szabályait, és a sérülékeny csoportok tagjainak védelmét szolgálja az alapítvánnyal való közvetlen vagy közvetett kapcsolatba kerülés során. Az irányelvet a szakemberekkel való egyeztetést követően az Elmondhatom Alapítvány kuratóriumának tagjai elfogadták. Az irányelv érvényes minden, az alapítványban dolgozó munkatársra, önkéntesre, partnerre és megbízottra, és a szerződés részét képezi a jogviszonytól függetlenül.

Létrehoztunk továbbá egy Digitális Védelmi Irányelvet is, amely az online térben való megjelenésünket szabályozza, különös tekintettel arra, milyen irányelveket követünk, amikor felkeres bennünket egy érintett, de kitér a kommentek kezelésére is. Létrehoztunk egy Panaszkezelői Testületet is, ahová bejelentést tehet bárki, aki az alapítvány közvetlen munkája kapcsán bármilyen hátrányt szenvedett. A testület köteles megvizsgálni a bejelentést, és annak mértékétől függően megtenni a szükséges lépéseket. A bejelentésekről minden évben közzéteszünk egy jelentést a honlapunkon.

Az év kiemelt projektje: „Traumán túl” videósorozat

2025-ben publikáltuk Magyarország első olyan videósorozatát, amelyben egy érintett – Ivák Bence, az alapítvány vezetője – nyíltan és hitelesen beszél a felépülés folyamatáról. A sorozatot komoly háttérmunka előzte meg: a forgatókönyv megírásakor ügyeltünk arra, hogy a teljes utat lefedjük: a trauma felismerésétől kezdve a terápiás folyamat nehézségein át egészen a bántalmazóval való szembesítésig.

A hitelességet három neves szakmai partner közreműködése garantálta, akik praktikus támpontokat és szakmai kiegészítéseket adtak az egyéni élmények mellé:

**Dr. Gyurkó Szilvia, Hintalovon Alapítvány,
gyermekjogi szakértő**

Dr. F. Lassú Zsuzsa szexuálpszichológus

Dr. Virág György klinikai szakpszichológus

A „Traumán túl” publikálásakor nagy izgalommal vártuk a fogadtatást, mert tapasztalatunk szerint az áldozathibáztatás – amivel a következő években szintén sokat fogunk foglalkozni – erősen jelen van. Kétségeink voltak afelől is, hogy szabad-e, lehet-e ennyire nyíltan beszélni erről a témáról. A visszajelzések igazolták elképzeléseinket és vágyainkat: a sorozat egy év alatt elérte a 200 000 összmegtekintést. Nemcsak érintettek, hanem tájékozódni vágyó szülők, pedagógusok és gyermekvédelmi szakemberek is nézték, ami külön örömmel töltött el bennünket.

Fontos hangsúlyozni, hogy mi, az alapítvány munkatársai nem vagyunk terapeuták, ezért egyéni történetek feldolgozását nem vállaljuk.

Ezt minden olyan megkereséskor jeleztük, amikor a segítségkérés túlmutatott jelenlegi kompetenciánkon.

Létrehoztunk a weboldalunkon egy „Segítségre van szükségem” aloldalt, ahová irányítottuk az érintetteket.

Itt a helyzetükhöz mértén ki tudták választani azt a szervezetet vagy szolgáltatót, ahol jelzést tehetnek, vagy terápiás segítséget kérhetnek.

Kapcsolat az egyházi közösségekkel

Fontos küldetésünk, hogy felkeressük a magyarországi katolikus közösségek vezetőit, szerzeteseket, papokat és hitoktatókat, hogy megtartsuk nekik szintén szakmai partnerek által lektorált előadásunkat. Ennek célja, hogy a hozzájuk forduló érintettekkel traumaszenzitív módon tudjanak kommunikálni. A program célja nem a katolikus egyházban előforduló esetek miatti felelősségre vonás vagy az okok keresése. Küldetésünk az, hogy ha valaki a lelki vagy vallási vezetőjéhez fordul segítségért, ez a vezető ismerje a téma kifejezéseit, és egy érintett előadótól megtanulja, milyen hozzáállás segíti a jelentkezőt az elindulásban a gyógyulás útján.

Az első évben sokat dolgoztunk azon, hogy eljussunk e közösségek vezetőihez. Ez nem volt zökkenőmentes, mert nagy a bizalmatlanság. A következő évben igyekszünk még több helyre eljutni, bízva abban, hogy sikerül meggyőzni őket az ügy fontosságáról, és arról, hogy célunk nem a hibáztatás vagy a felelősségre vonás.

Stabilitás és eredmények

Megkaptuk a közhasznú minősítést, ami elismeri társadalmi hasznosságunkat, és kapukat nyit meg pályázati lehetőségek előtt.

2026-tól már gyűjthetjük az adó 1%-os felajánlásokat, ami reményeink szerint nagyban hozzájárul majd jövőbeli működésünk biztosításához

Az év végén pedig nagyszerű hírrel szolgálhattunk: a BioTechUSA pályázatán először a szakmai zsűri, majd a közönségszavazás útján megnyertük „Az év legkiemelkedőbb edukációs módszertana vagy egészségműveltséget célzó kampánya” különdíját, amelyet a következő évben valósítunk meg.

Köszönjük ezt az évet
minden nézőnknek és
partnerünknek!



Ivák Bence
Elmondhatom Alapítvány, elnök
2025. december 31.