

A gyermekgondozási ellátások a jólléti mutatók tükrében

¹ Kopp Mária Intézet a Népesedésért és a Családokért (KINCS), elnök; Makovecz Campus Alapítvány (MCA)

– Collegium Professorum Hungarorum (CPH), kutató; MTMT-azonosító: 10094446;

levelező szerző: Fűrész Tünde, furesz.tunde@koppmariaintezet.hu

DOI-hivatkozás: <https://doi.org/10.63582/KAPOCS.2025.3-4.3>

Absztrakt

A kisgyermekek gondozásának időszaka alatt – amely alapvetően a gyermekek hároméves koráig tart – számtalan ellátásban részesülnek Magyarországon az édesanyák: a gyermekágyas időszakban a gyermek fél éves koráig a csecsemőgondozási díj (csed), azt követően a gyermek két éves koráig a gyermekgondozási díj (gyed), majd hároméves korig a gyermekgondozást segítő ellátás (gyes) azok a juttatások, amelyek a szülést követően ellensúlyozzák az édesanya munkából való kiesése miatti jövedelemhátrányt. Ezen időszak meghatározó a családok számára, egy új családtag életének kezdetét jelenti, amikor a biztonság és a kiszámítható körülmények még fontosabbak, mint bármikor máskor. A gyermekgondozási ellátások, az egyéb családtámogatásokkal együtt az anyagi biztonságérzet növeléséhez járulnak hozzá, miközben egyúttal elősegíthetik a lelki, mentális egyensúly elérését is a szülők számára. A KINCS Közérzetkutatása, amely 2020 óta követi hónapról hónapra a magyar lakosság mentális állapotát, valamint biztonság- és egészségérzetét, rávilágít arra, hogy a legjobb lelkiegyeség- és közérzetmutatók a kisgyermeket gondozók körében tapasztalhatók. Longitudinális kutatásunk alapján Magyarországon a 2020-as évek első felében a kisgyermekgondozás olyan örömforrást jelent, ami a legjobb szubjektív jólléttel jár együtt.

Kulcsszavak: gyermekgondozási ellátások, jólléti mutatók, anyagi biztonságérzet, közérzetkutatás

Abstract

During the period of caring for young children, which basically lasts until the children reach the age of 3, mothers in Hungary receive numerous benefits: during the postnatal period, they receive infant care fee (csed) until the child reaches the age of 6 months, followed by childcare fee (gyed) until the child reaches the age of 2, and then a childcare allowance (gyes) until the child reaches the age of 3. These benefits compensate for the loss of income due to the mother's absence from work after giving birth. This period is crucial for families, as it marks the beginning of a new family member's life, when stability, security and predictability are more important than ever. Childcare benefits, along with other family support measures (family tax credits and family allowances), contribute to a greater sense of financial security, which in turn can help parents achieve emotional and mental balance. KINCS Well-being Survey, which has been tracking the mental state and sense of security and health of the Hungarian population monthly since 2020, highlights that the best mental health and well-being indicators are found among those caring for young children. Based on our longitudinal research conducted in the first half of the 2020s in Hungary, caring for young children is a source of joy that is associated with the highest subjective well-being.

Keywords: child care benefits, well-being indicators, financial security, well-being surveys

Bevezetés

Nem túlzás azt állítani, hogy ha összehasonlítjuk az Európai Unió családtámogatási rendszereit (Agócs és mtsai. 2024), akkor Magyarország biztosítja az egyik legkiterjedtebb és legnagyobb rugalmasság mellett igénybe vehető gyermekgondozási támogatási rendszert. Nagyon kevés olyan ország van még az Európai Unióban, amely lehetővé teszi a szülők számára, hogy akár a gyermekük hároméves koráig otthon maradjanak a gyermekkel fizetett gondozási szülői szabadságon – erre Magyarországon kívül csak Csehországban és Szlovákiában van lehetőség (bár Csehországban csak akkor, ha a gyermek nem jár bölcsődébe). A magyar rendszer abban különbözik a legtöbb ország gyakorlatától, hogy nálunk a szülést követő

első három hónapot kivéve lehetővé teszi a szülő számára, hogy a gyermekgondozási ellátás igénybevétele mellett dolgozzon és közben bölcsődébe járassa a gyermekét. Hazánkban tehát egy kisgyermekes szülő egyszerre veheti igénybe a gyermekgondozási juttatásokat és a bölcsődei ellátást, miközben megkapja a teljes munkabérét (Agócs és mtsai. 2024).

A gyermekgondozási ellátások összege változó a gyermek életkora alapján, legmagasabb az első hat hónapban, és ahogy a gyermek nő, egyre alacsonyabb. Három plusz egy alapvető gyermekgondozási ellátásról beszélhetünk: a csedről, a gyedről, a gyesről, valamint a gyetről (1. táblázat).

1. táblázat. 3+1 alapvető gyermekgondozási ellátás Magyarországon 2025 júliusától

Gyermekgondozási ellátás megnevezése	Meddig jár?	Kinek?	Összege	Lehet-e mellette dolgozni?	Mit vonnak le belőle?
1. Csecsemőgondozási díj (csed; korábbi nevén terhességi-gyermekágyi segély, tgyás)	Gyermek 6 hónapos koráig	Anya	Korábbi fizetés 100%-a	A gyermek 3 hónapos kora után igen (csed extra 2025. július óta)	Semmit (2025. júliustól adó- és járulékmentes)
2. Gyermekgondozási díj (gyed)	Gyermek 6 és 24 hónapos kora között	Anya vagy apa vagy nagyszülő	Korábbi fizetés 70%-a, de max. a minimálbér 140%-a	Igen (gyed extra 2014 január óta)	Csak járulékot (2025 júliusa óta adómentes)
3. Gyermekgondozást segítő ellátás (gyes; korábbi nevén gyermekgondozási segély)	Gyermek 3 éves koráig	Anya vagy apa vagy nagyszülő	A szociális vetítési alap összegével megegyező	Igen, a gyermek féléves korát követően (gyes extra 2016 január óta)	Csak járulékot
+1. Gyermeknevelési támogatás (gyet)	A legkisebb gyermek 8 éves koráig	3 vagy több gyermekes anyának vagy apának	A szociális vetítési alap összegével megegyező	Max. 30 órában	Csak járulékot

Forrás: Csalad.hu (2025), a szerző szerkesztése

A fentiekén túl még vannak speciális helyzetek, például beteg gyermek esetén a gyermekek otthongondozási díja (gyod) illeti meg a szülőket, amelynek összege megegyezik a minimálbérrel. Alapesetben ugyanakkor a csed, a gyed és a gyes azok a gyermekgondozási ellátások, amelyek a kisgyermekek gondozásához járulnak hozzá a születés és a hároméves kortól kötelező óvodai nevelés megkezdése között. A gyet a nagycsaládos

szülők számára teszi lehetővé a gyermekgondozás alapján biztosított időnek számító időszak meghosszabbítását.

A gyermekgondozási ellátások rendszere 2010 óta számos változáson esett át, amelyek egyre rugalmasabb és kedvezőbb feltételeket biztosítottak az édesanyák számára (Novák és Fűrész 2021). Mérföldkőnek tekinthető több olyan változás is, amely vagy az ellátás melletti munkavégzés, vagy

az ellátás összege tekintetében hozott jelentős változást, az alábbiak szerint (Csalad.hu 2025):

- **2014 január – gyed/gyes extra és hallgatói/diplomás gyed bevezetése:** ennek keretében a gyed és gyes mellett lehetővé vált akár a teljes munkaidős munkavégzés, valamint bevezették, hogy testvérek esetén minden gyermek után jár a szülőnek az adott ellátás, és nemcsak egy ellátást kap, mint korábban, valamint bevezették a hallgatói/diplomás gyedet is a felsőoktatásban részt vevő édesanyák számára.
- **2020 január – nagyszülői gyed:** kibővítették a gyermekgondozási ellátást igénybe vevők körét, ennek értelmében már a dolgozó nagyszülő is elmehetett gyedre.
- **2021 július – csed 100 bevezetése:** a csed összege a korábbi fizetés 100%-ára emelkedett a korábbi 70% helyett, ezzel több pénzhez juttatva az édesanyákat, mint amikor még dolgoztak, mivel a csed után csak szja-t kellett fizetni.
- **2025 július – csed, gyed szja-mentessége:** a csed és a gyed után már szja-t sem kell fizetni, ami a csed esetében azt jelenti, hogy annak nettó összege megegyezik a korábbi bruttó fizetés összegével, ezzel egyértelmű anyagi előnyt biztosítva a kismamáknak.
- **2025 július – csed extra:** a csed esetében a gyermek három hónapos kora után már lehetővé vált a munkavégzés akár teljes munkaidőben a csed 70%-ának megtartása mellett.

Szakirodalmi áttekintés

Ha megvizsgáljuk, hogy a koragyermekkorhoz kötődően milyen kutatások és tanulmányok jelentek meg a családok lelki egészségéhez kapcsolódóan, kettős képet kapunk. Számtalan olyan írás lelhető fel, amely elsősorban a kisgyermekek gondozásával járó időszak nehézségeire fókuszál, hosszan taglálva annak stresszes, depresszív és szorongással teli jellegét, illetve hatását a gyermekek fejlődésére, míg más írások (sokkal kisebb számban és kevésbé fellelhetően) inkább azt emelik ki, hogy a gyermekgondozás öröme és felelőssége milyen pozitív változásokat eredményeznek a szülők kognitív viselkedésében, illetve hogyan hatnak a gyermekek egészséges fejlődésére.

A lelki egészség, azaz a jóllét nemzetközileg elfogadott mutatója, a WHO jóllétindexe (WHO-5) alapján megállapítható, hogy a gyermeknevelés és

A családok jóléte (*welfare*), ami az anyagi biztonság-hoz kapcsolódik és jólléte (*well-being*), ami a mentális, lelki, szellemi biztonság-hoz kapcsolódik, nem választhatók el egymástól, ezért kölcsönhatásuk és együttes érvényesülésük biztosítása ma már egyre több szerző szerint fontos feladata a szakpolitikának (Taylor 2011, Layard 2021, Fűrész 2024). A magyar gyermekgondozási ellátások rendszere feltételezésem szerint a kisgyermekes családok jólétével és jóllétével egyaránt összefügg. Jelen tanulmányban a gyermekgondozási ellátások jóléti funkciójának, azaz a pénzbeli, anyagi támogatási jellegének részletes bemutatása helyett a jólléti funkció kerül előtérbe, hangsúlyozva ugyanakkor azt, hogy 2010 óta a családtámogatások bővülő rendszere egyre inkább beteljesíti azt a feladatát, hogy a szülést követő időszakban anyagi biztonságot nyújtson a gondozást végző szülőnek. Az anyagi biztonság mellett azonban ebben az életszakaszban mind a csecsemőknek és kisgyermekeknek, mind az édesanyának és az édesapának nagyon nagy szüksége van az érzelmi biztonságra is, hiszen ez egy igen érzékeny és felelősséggel teli időszak, amely meghatározó jelentőségű a gyermek további fejlődése szempontjából ugyanúgy, mint a családi kohézió megőrzése miatt. Ennélfogva a gyermekgondozási ellátások családi jóllétet, azaz a lelki, mentális egészséget, a szubjektív jóllétet befolyásoló hatásai is igen nagy jelentőséggel bírnak.

a gondozási feladatok a nők és a férfiak esetében is jobb mentális állapotot eredményeznek (Susánszky és mtsai. 2006). Erre a Nemek Közötti Egyenlőség Európai Intézetének (European Institute for Gender Equality, EIGE) elemzése is rávilágít (EIGE 2021). Beszámolójukból megállapítható, hogy az önbevalósító WHO-jóllétindex alapján 2016-ban a magyar nők rendelkeztek a harmadik legjobb mentális mutatóval az Európai Unióban, Dánia és Írország után, ami különösen figyelemreméltó abból a szempontból, hogy Magyarországon a felnőtt korú nők háromnegyede édesanya (KSH 2022).

Több nemzetközi és hazai kutatás is nagy hangsúlyt fektet a szülői stressz, a depresszió és a szorongás a gyermekek érzelmi és kognitív fejlődésére kifejtett jelentős hatására. A klasszikus kötődésselmélet (Bowlby 1958, 1969, Ainsworth 1978) már

rámutatott arra, hogy a szülő érzelmi állapota meghatározó a gyermek biztonságos kötődésének kialakulásában. A nemzetközi szakirodalom egy része szerint a perinatális periódusban jelentős a depresszióra és a szorongásra való hajlam. Howard és társai (2020) szerint a perinatális mentális zavarok mind az anyákat, mind az apákat érinthetik. A COVID19-járvány idején a szülői stressz és depresszió előfordulása ráadásul jelentősen fokozódott (Murthy 2024). A hazai kutatások (Danis és mtsai. 2020) szerint a magyar szülők körében a szocioökonómiai nehézségek és a társas támogatás hiánya különösen fontos rizikótényezők. További kutatások (Ribas és mtsai. 2024, Stracke és mtsai. 2023) alátámasztják, hogy a szülői stressz és depresszió megnöveli a gyermekek érzelmi és viselkedési problémáinak kockázatát. Östberg és társai (2002) hangsúlyozzák, hogy a tartós szülői stressz befolyásolja a gyermek szociális készségeinek fejlődését. Bécsi és társai (2025) pedig azt állapították meg, hogy a szülők iskolázottsága és mentális egészsége jelentősen befolyásolja a gyermekek pszichológiai és általános egészségi állapotát, ezért a célzott megelőzési és egészségfejlesztési stratégiák elengedhetetlenek mind a gyermekek, mind a családok támogatásához. A hazai szakirodalom (pl. Danis és mtsai. 2020) többek között kiemeli a védőnői hálózat kulcsszerepét a korai felismerésben és az intervencióban. A magyar szülők körében a szocioökonómiai és regionális különbségek is erőteljesen meghatározzák a mentális egészségi kockázatokat. Gyöngy Kinga (2021) kiemeli, hogy a szülősegítés évszázados múltra tekint vissza, amelynek különböző formái vannak a nevelési tanácsoktól a különböző szülőtréningekig. A tanulmányában különös hangsúlyt fektet a három éven aluli kisgyermekeket nevelő szülők támogatásának lehetőségeire. A szülősegítés számtalan formában, finanszírozásban és tartalommal valósulhat meg, a szülők támogatása sokféle lehet, néha az információk nyújtása vagy a támogató meghallgatás is elegendő.

A kutatások és tanulmányok egy másik csoportja a kisgyermek gondozásának életminőséget és lelki egészséget javító jellegére fókuszál. Glass és társai (2016) megvizsgálták, miként befolyásolják a szülői szerepek és a családtámogatások a szülők boldogságát és elégedettségét. A kutatás középpontjában az állt, hogy a szülők boldogsága szempontjából rendkívül fontosak a támogató

családpolitikai intézkedések, mint például a gyermekgondozási támogatások vagy a rugalmas munkavégzés lehetőségének biztosítása, illetve rávilágít arra, hogy a szülői boldogság kérdésköre nem kizárólag magánügy, hanem szélesebb társadalmi és kulturális összefüggésrendszerben érthető meg. Egy, a szülőség védelmében folytatott nemzetközi kutatás eredményei azt mutatták, hogy a szülők (különösen az apák) magasabb szintű boldogságról, pozitív érzelmekről és életbe vetett hitről számoltak be, mint a gyermektelenek (Nelson és mtsai. 2012). Egy másik kutatás ugyancsak alátámasztotta, hogy a gyermekvállalás mindkét szülő jóllétét növeli és különösen erőteljesen hat az apák eudaimonikus, azaz a személyes növekedéssel, önfogadással, célok elérésével, másokkal való pozitív kapcsolatokkal jellemezhető jóllétére (Gosselin és mtsai. 2022). Ezek az eredmények összecsengenek Kopp Mária és Skrabski Árpád kutatásaival is, akik bebizonyították, hogy „komoly egészségvédő tényező a jó házasság és a szerető, harmonikus család”, különösen a férfiak esetében. Kutatásaikból kiderült, hogy „azok a férfiak, akiknek jó a kapcsolatuk a gyermekekkel, négyszer nagyobb valószínűséggel élnek meg a 69. életkort”, ezért is fogalmazták meg a következő felhívást: „Pelenkázz, tovább élsz!” (Kopp és Skrabski 2020). A 2021-es Hungarostudy adataira épülő tanulmány (Nagy és Horváth-Varga 2022) megállapítja, hogy a kisgyermek nevelése valódi örömforrást jelent a családok számára. Ez alapján elmondható, hogy a csenden, gyesen, gyeden, gyeten lévő válaszadók rendkívül magasra, 8,44-re értékelték a saját boldogságukat a tizennyolc–negyven évesek átlagához (7,88) képest. Fontos kiemelni, hogy a gyermekesek (függetlenül a gyermekek számától) boldogabbnak vallották magukat, mint azok a tizennyolc–negyven évesek, akiknek még nincs gyermekük. Továbbá a kisgyermek nevelése és gondozása az egyik legfontosabb tényező, amely jelentős mértékben pozitívan hat a megkérdezettek boldogságára és elégedettségére. A KINCS közérzetkutatására épülő tanulmány (Horváth-Varga és mtsai. 2023) kiemeli, hogy a család, a gyermekek nevelése jelentős tényező a boldogság és a jó közérzet szempontjából. A 2020. november és 2023. március közötti időszakot felölelő elemzés számot ad arról, hogy egy tízfokú skálán a kisgyermekesek értékelték a legmagasabbra a szubjektív boldogságukat (8,4) és egészségérzetüket (8,1), de a biztonságérzet (7,8), a saját dolgok alakulása (7,3), valamint

az elégedettségérzet (7,5) esetében is jóval az átlag feletti érték jellemzi őket (főátlag: 6,7). A reprezentatív kutatás tehát egyértelmű összefüggést mutat

a családi élet és a szubjektív jóllét között, mindezek alapján a gyermeknevelés közérzetjavító szerepe feltételezhető.

Módszerek

A tanulmány a KINCS Közérzetkutatása alapján megvizsgálja a fentiekben ismertetett eredményeket, kiemelt figyelmet fordítva arra, hogy a 2023-as előző elemzés óta eltelt két év hozott-e változásokat a kisgyermeket nevelők szubjektív jóllétében, illetve arra, hogy a különféle gyermekgondozási rendszert bővítő intézkedések összefüggést mutatnak-e a kisgyermekes szülők közérzetének javulására.

Az elemzés során negyedéves bontásban kerül bemutatásra 2020 negyedik negyedétől 2025 második negyedévéig az, hogy hogyan értékelték a magyarok egy tízes skálán a boldogságukat, az elégedettségüket, az egészségüket, a biztonságukat, és ehhez képest mit gondoltak ugyanezekről

a csenden, gyeden, gyesen és gyeten lévő kisgyermekes szülők. A KINCS közérzetkutatásában a fentiek értékelése során a 10-es érték jelenti a legpozitívabb, a 0 a legnegatívabb értékelést.

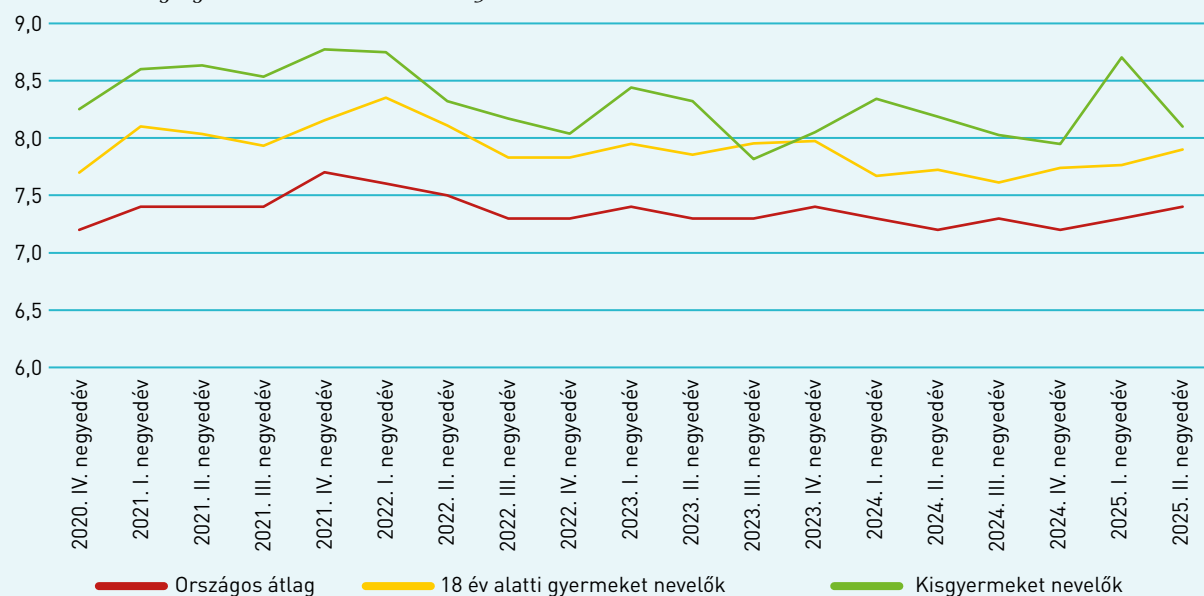
A KINCS longitudinális vizsgálata minden hónapban ezer fő megkérdezésével valósul meg, ami az országosan reprezentatív minta miatt azt jelenti, hogy ezekben a mintákban a kisgyermekes szülők esetében viszonylag kis elemszámról, összesen huszonöt-negyven főről beszélhetünk. Emiatt az elemzés során az országos átlagokra vonatkozó adatokat nemcsak a gyermekgondozási ellátásokat igénybe vevő válaszadók, hanem a tizennyolc év alatti gyermeket nevelő szülők válaszaival is összehasonlítom.

A kisgyermekes szülők a legboldogabbak

A KINCS közérzetkutatása 2020 őszén, a pandémia időszakában indult el. Az azóta eltelt öt év alatt számtalan olyan esemény történt, amely váratlanul, emiatt felkészületlenül érte az embereket és inkább negatív változásokat hozott (orosz-ukrán háború, energiaválság, infláció). A veszélyek

korábban különösen fontos a reziliencia, a problémák megoldásának képessége, ezért is különösen érdekes, hogy a magyar társadalom és ezen belül a gyermeket nevelő családok hogyan tudtak megküzdeni az új helyzetekkel.

1. ábra. A boldogságérzet alakulása 2020 és 2025 között



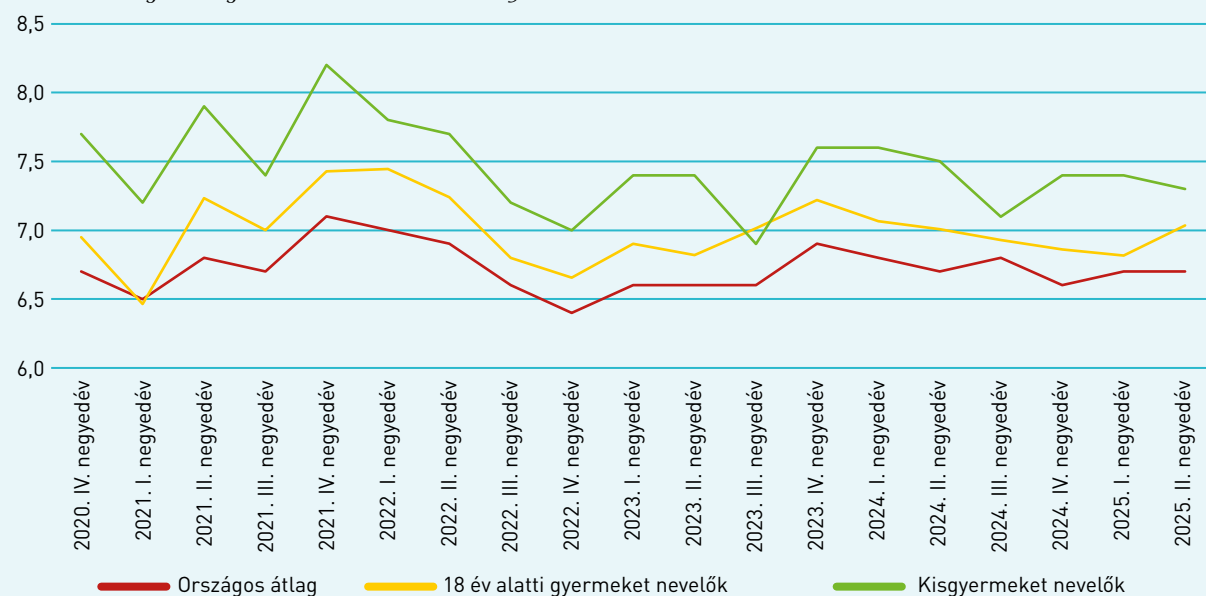
Forrás: KINCS Közérzetkutatás, a szerző szerkesztése

Az adatok azt mutatják, hogy néhány nehezebb időszaktól eltekintve (pandémia, háború kitörése utáni időszak) a magyarok boldogságérzete nem sokat változott, az öt év átlagában egy tízes skálán 7,4-es értéket mutat. A legalacsonyabb értékek 2020 év végén és 2024-ben voltak tapasztalhatók, a legmagasabb értékek pedig 2021 végén és 2022 elején.

A gyermeket nevelő szülők boldogságérzete minden negyedévben magasabb volt az országos átlagnál, és még hozzájuk képest is jobb lelki állapotról tanúskodnak a három év alatti kisgyermeket nevelő szülők által adott válaszok. Az öt év átlagát tekintve a gyermekesek átlagértéke 7,9, míg a kisgyermekeseké ennél is magasabb: 8,3 volt.

Az elégedettség érzése kapcsán hasonló tendenciát látunk: a kisgyermeket nevelő szülők és általában a szülők mindig elégedettebbnek bizonyultak a magyar átlaghoz képest. Míg az országos átlag 2020 év vége és 2025 nyara között 6,7 volt, addig a gyermekesek átlaga 7, a kisgyermekeseké pedig 7,5 volt. Az elégedettség- és a boldogságmutatók esetében is alapvetően egymással párhuzamosan mozogtak a kisgyermekesekre, a gyermekesekre vonatkozó és az összesített átlagok, ugyanakkor a gazdaságilag nehezebb időkben (2023 harmadik negyedéve, 2024 harmadik negyedéve) látható közeledés a gyermekes magyarok és az összes magyar attitűdjeinek önértékelése között.

2. ábra. Az elégedettségérzet alakulása 2020 és 2025 között



Forrás: KINCS Közérzetkutatás, a szerző szerkesztése

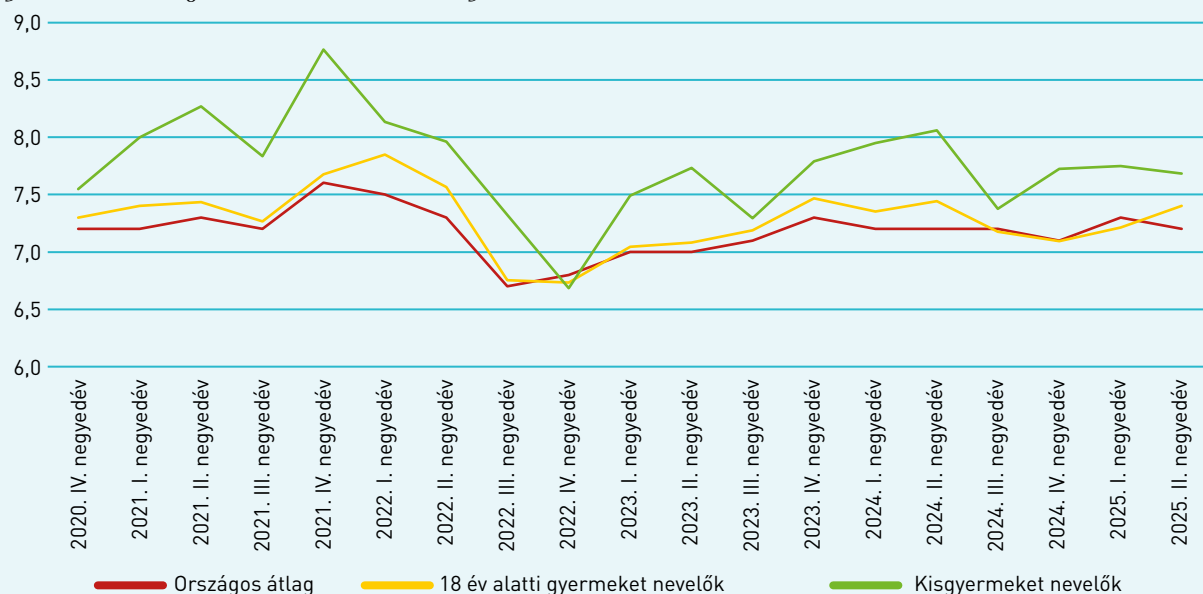
A gyermekgondozási időszak biztonságot nyújt

Biztonságérzet tekintetében nincs jelentős különbség a magyar átlag és a szülői csoport között, ugyanakkor a három év alatti gyermeket nevelők, úgy tűnik, mindig nagyobb biztonságban érezték magukat. Ez alól kivétel 2022 év vége, amikor valószínűleg a szomszédban dúló háború kedvezőtlen hatásai miatt egységesen megrendült a biztonságérzet az egész országban: ekkor egységesen, minden társadalmi csoportban a legalacsonyabb értékeket mérték, 2022 negyedik negyedévében mindössze 6,7 volt az átlagérték, miközben az ötéves időszak egészét vizsgálva 7,2, a gyermekeseknél 7,3,

a kisgyermekeseknél pedig 7,8 volt a biztonságérzet átlagos mutatója.

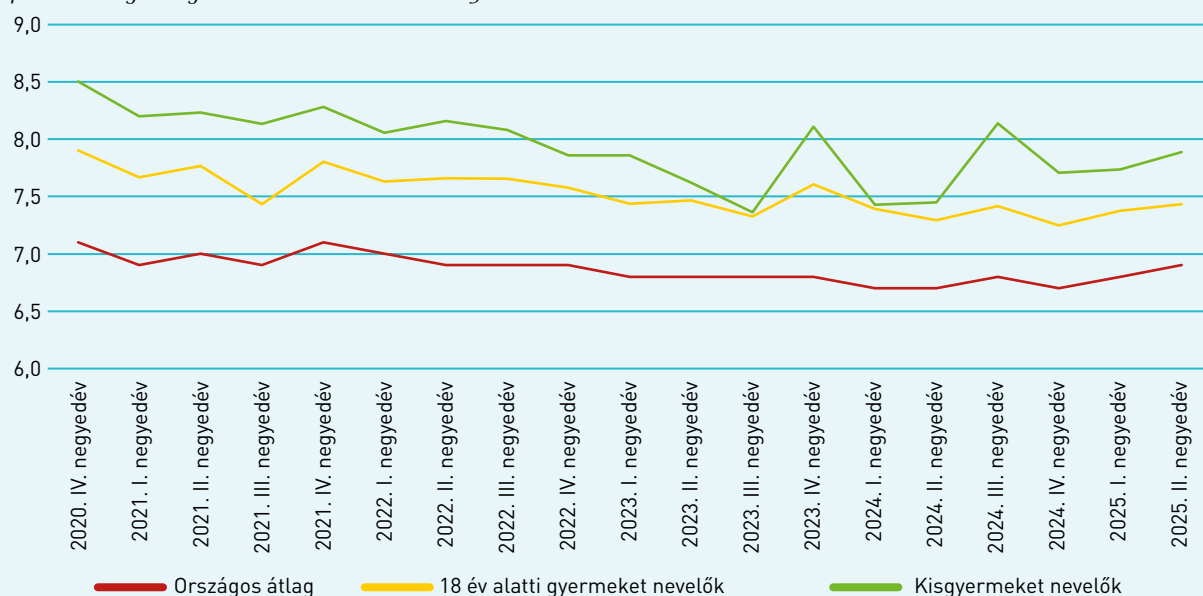
Az egészségérzet mutatói az átlaghoz képest minden évben jobbak voltak a szülői korosztályban, ami abból az életkori sajátosságból is adódik, miszerint az idősebb korosztály tagjai mindig rosszabb egészségi állapotról számolnak be, mint a fiatalabbak. Országosan a legmagasabb értéket 2021 év végén, a pandémia lecsengése után mérték (7,1) valamennyi csoportban, miközben az ötéves országos átlag 6,9 volt, a szülők esetében 7,4, a kisgyermeket gondozók között pedig 7,9.

3. ábra. A biztonságérzet alakulása 2020 és 2025 között



Forrás: KINCS Közérzetkutatás, a szerző szerkesztése

4. ábra. Az egészségérzet alakulása 2020 és 2025 között



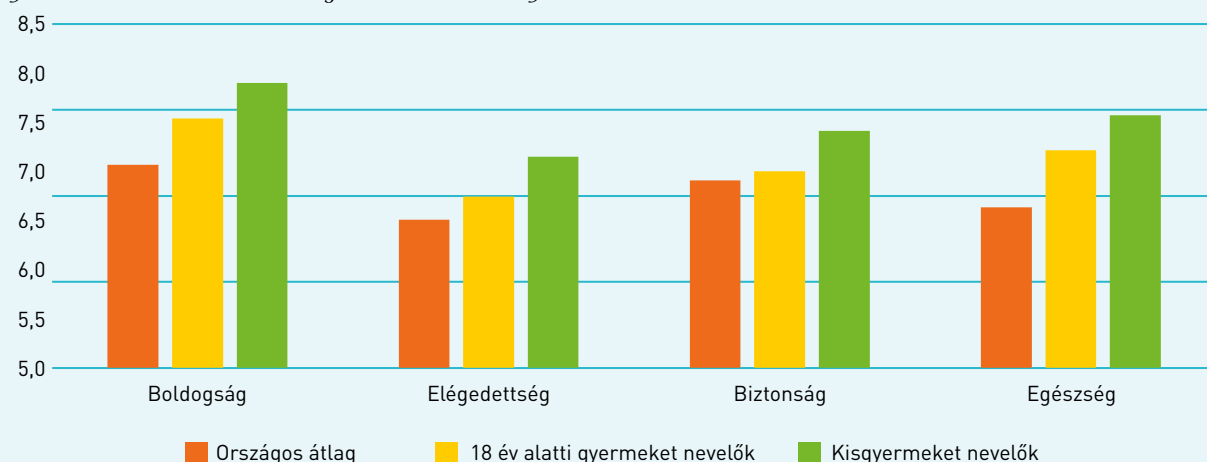
Forrás: KINCS Közérzetkutatás, a szerző szerkesztése

A kisgyermekes szülők közérzetére hatnak a családtámogatások

A 2020-as évek első felének öt évét felölelő longitudinális felmérés alapján megállapítható, hogy a három év alatti gyermeket nevelő szülők rendelkeznek a legjobb közérzetmutatókkal. Értékeik messze jobbak az országos átlagnál, és

a tizenhét év alatti gyermeket nevelő szülőkön belül is ők tekinthetők a legjobb jóléti mutatókkal rendelkezőknek.

5. ábra. Összesített közérzet-átlagértékek 2020 és 2025 között



Forrás: KINCS Közérzetkutatás, a szerző szerkesztése

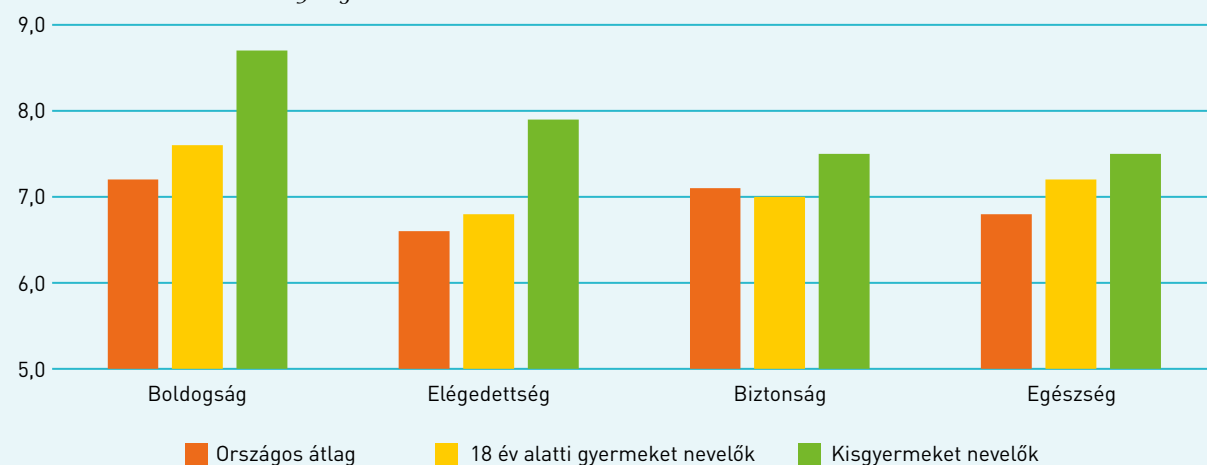
Fontos hangsúlyozni, hogy a gyermekgondozási ellátásokat igénybe vevő szülők stabilan magas mutatói azonban nem konstansan jelentenek magas értékeket, és az ő csoportjukon belül is vannak ingadozások az időszakok között. Szubjektív jóllétükre, különösen a boldogság- és elégedettségérzükre jelentősen hatnak azok a pozitív vagy negatív események, intézkedések, amelyek befolyásolhatják a mindennapjaikat.

Míg 2022 és 2023 vége is nehezebb időszaknak bizonyult (háború, infláció), addig 2021 vége és 2022 eleje olyan időszak volt, amelyet kifejezetten pozitívan éltek meg a kisgyermekes szülők,

ami összefüggésbe hozható a koronavírus-járvány végével, valamint 2022 elejének nagyszabású családügyi intézkedéseivel (pl. a családok számára az előző évben befizetett személyi jövedelemadó visszatérítése februárban).

Megállapítható, hogy 2025 első negyedévében, amikor bejelentésre került a családi adócsökkentési program és annak új elemeiként a gyermekgondozási ellátásokat igénybe vevők adómentessége, újra magasra emelkedett a kisgyermekes szülők közérzetmutatója, különösen a boldogságérzet, amely az öt év második legmagasabb értéke lett.

6. ábra. Közérzetmutatók 2025 augusztusában



Forrás: KINCS Közérzetkutatás, a szerző szerkesztése

3. táblázat. Gyermekgondozási ellátást igénybe vevők közérzet mutatóinak alakulása 2020 és 2025 között

	Közérzetmutatók (cseden, gyesen, gyeden, gyeten lévő)				Összesített közérzetmutató
	Boldogságérzet	Szubjektív biztonságérzet	Szubjektív egészségérzet	Élettel való elégedettség	
					
2020. IV. negyedév	8,3	7,6	8,5	7,7	8,0
2021. I. negyedév	8,6	8,0	8,2	7,2	8,0
2021. II. negyedév	8,6	8,3	8,2	7,9	8,3
2021. III. negyedév	8,5	7,8	8,1	7,4	8,0
2021. IV. negyedév	8,8	8,8	8,3	8,2	8,5
2022. I. negyedév	8,7	8,1	8,1	7,8	8,2
2022. II. negyedév	8,3	8,0	8,2	7,7	8,0
2022. III. negyedév	8,2	7,3	8,1	7,2	7,7
2022. IV. negyedév	8,0	6,7	7,9	7,0	7,4
2023. I. negyedév	8,4	7,5	7,9	7,4	7,8
2023. II. negyedév	8,3	7,7	7,6	7,4	7,8
2023. III. negyedév	7,8	7,3	7,4	6,9	7,3
2023. IV. negyedév	8,1	7,8	8,1	7,6	7,9
2024. I. negyedév	8,3	8,0	7,4	7,6	7,8
2024. II. negyedév	8,2	8,1	7,5	7,5	7,8
2024. III. negyedév	8,0	7,4	8,1	7,1	7,7
2024. IV. negyedév	8,0	7,7	7,7	7,4	7,7
2025. I. negyedév	8,7	7,7	7,7	7,4	7,9
2025. II. negyedév	8,1	7,7	7,9	7,3	7,7
Összesített átlag	8,3	7,8	7,9	7,5	7,9

Forrás: KINCS Közérzetkutatás

A kisgyermeket nevelők 2025 augusztusában kapták meg először adómentesen a gyermekgondozási ellátásokat. Ebben a hónapban a boldogságérzet (8,7) és az elégedettségérzet (7,9) is különösen magasra ugrott, elérve a korábbi maximumokat.

Összegzés

A gyermekgondozási időszak meghatározó jelentőségű a szülők, különösen az édesanyák és a gyermek életében is, hiszen ekkor alakul ki az ősbizalom az anya és a gyermek között, ami jelentősen befolyásolja a gyermekek későbbi fejlődését és életútját. Ezért is alapvető fontosságú ennek az életszakasznak a hangulata, az anya és általában a család közérzete, ami megalapozza a gyermek lelki egészségét is.

2020 óta zajló longitudinális kutatásunkban emiatt fektetünk külön hangsúlyt a három év alatti gyermeket nevelő szülők lelki egészségének vizsgálatára. Összességében megállapíthatjuk, hogy hazánkban a gyermekgondozási időszak alapvetően pozitív összefüggést mutat a mentális állapottal, hiszen időponttól és közérzetmutatótól (boldogság, elégedettség, biztonság és egészség) függetlenül

mindig a kisgyermekes szülők bizonyultak a legjobb jólléttel rendelkező csoportnak. A gyermekgondozás tehát örömforrás, amely hozzájárul a lelki egészséghez. Abban, hogy ez így lehet, szerepet játszhatnak azok a külső tényezők (pl. a család-támogató intézkedések), amelyek befolyásolhatják a gyermekgondozást és megkönnyíthetik a kisgyermekes szülők életét. Ezt támasztja alá, hogy a csenden, gyeden, gyesen és gyeten lévő válaszadók a KINCS közérzetkutatásában minden vizsgált időszakban az összes többi vizsgált alcsoporthoz képest a legjobb közérzetmutatókkal rendelkeztek. A 2020 óta eltelt öt év adatai alapján tehát megállapítható, hogy a gyermekgondozás időszaka alatt javul a szubjektív jóllét, ami elősegítheti a kisgyermekek kiegyensúlyozott nevelését.

Köszönetnyilvánítás

A kutatás a Makovecz Campus Alapítvány (MCA) – Collegium Professorum Hungarorum (CPH) keretében készült.

Felhasznált irodalom

Agócs, G. – Fűrész, T. – Kállay-Kisbán, K. – Pári, A. (2024). *Európai Unió családpolitikai kitekintő, 2024*. Budapest: Kopp Mária Intézet a Népesedésért és a Családokért.

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum.

Bécsi, B. – Pataki, J. – Szöllősi, G. J. (2025). Anxiety in Children: The Contribution of Parental Characteristics. *Children* 12(5), 553. <https://doi.org/10.3390/children12050553>.

Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *International Journal of Psychoanalysis* 39, 350–373.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Volume I. Attachment*. New York: Basic Books.

Danis, I. – Németh, T. – Prónay, B. – Góczán-Szabó, I. – Hédervári-Heller, É. (szerk.). (2020). *A kora gyermekkori lelki egészség támogatásának elmélete és gyakorlata*. Budapest: Semmelweis Kiadó. https://semmelweis.hu/mental/files/2020/12/Kora-gyermekkori-lelki-egeszseg_I-kotet.pdf. Letöltés ideje: 2025. 09. 20.

Csalad.hu (2025) <https://csalad.hu/eletesemenyek/gyermekem-szuletik> (Letöltés ideje: 2025. 09. 20.)

EIGE. (2021). *Gender Equality Index 2021: Health*. <https://eige.europa.eu/publications-resources/toolkits-guides/gender-equality-index-2021-report/women-report-poorer-mental-well-being-men>. (Letöltés ideje: 2025. 09. 20.)

Fűrész, T. (2024). Család – a legszemélyesebb közérdek. *Kommentár* 2024/2, 65–79.

Glass, J. – Simon, W. R. – Andersson, A. M. (2016). Parenthood and Happiness: Effects of Work-Family Reconciliation Policies in 22 OECD Countries. *AJS; American journal of sociology* 122(3), 886–929. www.doi.org/10.1086/688892.

Gosselin, C.A. – Huta, V. – Braaten, A.: Eudaimonic Orientation Enhances the Well-Being Experienced by Fathers. *Applied Research Quality Life* 2022. www.doi.org/10.1007/s11482-021-10020-0.

Gyöngy, K. (2021). Kisgyermeket nevelő szülők támogatásának hazai és nemzetközi lehetőségei, személyes és távsegítő formái – szakirodalmi áttekintés. *Gyermekevelés* 9. évf., 2. szám, 145–168. <https://doi.org/10.31074/gyntf.2021.2.145.168>

Horváth-Varga, A. – Nagy, T. – Pári, A. (2023). A magyarok szubjektív jólléte a veszélyek korában. *KAPOCS* 6(2–3), 13–22. <http://doi.org/10.63582/KAPOCS.2023.2-3.2>.

- Howard, L. – Khalifeh, H. (2020). Perinatal mental health: a review of progress and challenges *World Psychiatry* 2020 19(3): 313–327. doi: 10.1002/wps.20769.
- Kopp, M. – Skrabski, Á. (2020): *A boldogságkeresés útjai és útvesztői*. Budapest: Kopp Mária Intézet a Népesedésért és a Családokért (KINCS) – L'Harmattan Kiadó. https://www.koppmariaintezet.hu/books25/HU/2021/boldogsagkereses_utjai_2020.pdf
- KSH. (2022). *Népszámlálási adatbázis*. Forrás: <https://nepszamlalas2022.ksh.hu/eredmenyek/statikus-tablak> (Letöltés ideje: 2025. 09. 20.)
- Layard, R. (2021). Wellbeing as the Goal of Policy. *LSE Public Policy Review*. Vol. 2, Issue 2, 1–8. www.doi.org/10.31389/lsep-pr.46.
- Murthy, V. (2024). *Parents Under Pressure: The U.S. Surgeon General's Advisory on the Mental Health & Well-Being of Parents*. U.S. Department of Health and Human Services. <https://www.hhs.gov/sites/default/files/parents-under-pressure.pdf>.
- Nagy, T. – Horváth-Varga, A. (2022). A fiatal felnőttek boldogságának és elégedettségének vizsgálata. In: Engler, Á. – Purebl, Gy. – Susánszky, É. – Székely, A. (szerk.) *Magyar Lelekiállapot 2021. Család – egészség – közösség: Hungarostudy 2021 tanulmányok*. Budapest: Kopp Mária Intézet a Népesedésért és a Családokért, 507–519.
- Nelson, S. – Nelson, K. – Kushlev, K. – Lyubomirsky, S. (2012). In Defense of Parenthood: Children Are Associated With More Joy Than Misery. *Psychological Science* 24(1), 3–10. www.doi.org/10.1177/0956797612447798
- Novák, K. – Fűrész, T. (2021). *Családbarát évtized 2010–2020*. Budapest: Kopp Mária Intézet a Népesedésért és a Családokért (KINCS), 109–121.
- Östberg, M. – Hagekull, B. – Wettergren, S. (2002). A measure of parental stress in mothers with small children: Dimensionality, stability and validity. *Scandinavian Journal of Psychology* 43(2), 157–167. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/1467-9450.00028>
- Ribas, L. H. – Montezano, B. B. – Nieves, M. – Kampmann, L. B. – Jansen, K. (2024). The role of parental stress on emotional and behavioral problems in offspring: a systematic review with meta-analysis. *Journal de pediatria* 100(6), 565–585. <https://doi.org/10.1016/j.jpmed.2024.02.003>.
- Stracke, M. – Heinzl, M. – Müller, A. D. – Gilbert, K. – Thorup, A. A. E. – Paul, J. L. – Christiansen, H. (2023). Mental Health Is a Family Affair—Systematic Review and Synthesis. *Environmental Research and Public Health* 20(5), 4485. www.doi.org/10.3390/ijerph20054485.
- Susánszky, E. – Konkoly Thege, B. – Stauder, A. – Kopp, M. (2006). A WHO Jól-lét Kérdőív rövidített (WBI-5) magyar változatának validálása a Hungarostudy 2002 országos lakossági egészségfelmérés alapján. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika* 7. 10.1556/Mental.7.2006.3.8. https://www.researchgate.net/publication/240971055_A_WHO_Jol-let_Kerdoiv_rovidített_WBI-5_magyar_valtozatának_validálása_a_Hungarostudy_2002_országos_lakossági_egészségfelmérés_alapján_Validation_of_the_short_5-item_version_of_the_WHO_Well-Being_Scale (Letöltés ideje: 2025. 09. 20.)
- Taylor, D. (2011). Wellbeing and Welfare: A Psychosocial Analysis of Being Well and Doing Well Enough. *Journal of Social Policy* 40, 4, 777–794, Cambridge University Press. www.doi.org/10.1017/S0047279411000249.
- UNICEF Magyarország. A gyerekek és fiatalok mentális egészségéért. UNICEF. <https://unicef.hu/mentalis-egeszseg>