

**KATOLÍCKA UNIVERZITA V RUŽOMBERKU**  
**TEOLOGICKÁ FAKULTA KOŠICE**  
**KATEDRA SPOLOČENSKÝCH VIED**  
**A**  
**SPOLOČNOSŤ SOCIÁLNYCH SESTIER**



**Time management – rodinný život verzus  
pracovný čas a poslanstvo osobnosti  
bl. Sára Salkaházi**

*Zborník z vedeckej konferencie  
8. ročník*



**Košice 2014**

# **Time management – rodinný život verzus pracovný čas a poslanstvo osobnosti bl. Sára Salkaházi**

*Zborník z medzinárodnej vedeckej konferencie, 8. ročník  
29. októbra 2014, Košice, Hlavná 89,*

© Teologická fakulta Košice

## **Editor:**

doc. PhDr. Ing. Lýdia Lešková, PhD.

## **Recenzenti:**

prof. ThDr. PhDr. PaedDr. Jozef Jurko, PhD.

prof. PhDr. Martina Mojtoová, PhD.

doc. PhDr. Lenka Haburajová Ilavská, PhD.

doc. ThDr. Ján Jenčo, PhD.

doc. PhDr. Ing. Lýdia Lešková, PhD.

PhDr. Renáta Jamborová, PhD.

ThDr. Radoslav Lojan, PhD.

## **Odborní garanti:**

Mgr. Daniela Kimličková

PhDr. Renáta Jamborová, PhD.

prof. ThDr. PhDr. PaedDr. Jozef Jurko, PhD.

doc. PhDr. Ing. Lýdia Lešková, PhD.

## **Vedecký výbor:**

prof. ThDr. Cyril Hišem, PhD.

prof. ThDr. PhDr. PaedDr. Jozef Jurko, PhD.

prof. PhDr. Martina Mojtoová, PhD.

doc. ThDr. Ján Jenčo, PhD.

doc. PhDr. Ing. Lýdia Lešková, PhD.

doc. PhDr. Lenka Haburajová Ilavská, PhD.

PhDr. Renáta Jamborová, PhD.

## **Organizačný výbor:**

MUDr. Ludmila Magulová

Mgr. Daniela Kimličková

PhDr. Renáta Jamborová, PhD.

PhDr. Daniela Baková, PhD.

PhDr. Elena Gažiková, PhD.

PhDr. Michaela Šuľová

Mgr. Lenka Urbanová

Mgr. Gréta Gáborová

Mgr. Bc. Alena Stopková

Mgr. Peter Židó

Pre Teologickú fakultu Košice, Katolícku univerzitu v Ružomberku vydalo

Vydavateľstvo Michala Vaška, Prešov 2014, **prvé** vydanie

Zborník neprešiel odbornou jazykovou korekciou. Autori príspevkov v plnom rozsahu zodpovedajú sa obsah svojich príspevkov, ich pôvodnosť, štylistiku, gramatiku, ako aj techniku a etiku citovania.

**ISBN XY**

# OBSAH

<b>ÚVODNÝ PRÍHOVOR .....</b>	<b>5</b>
<b>Daniela Kimličková</b>	
<b>A BŰN(TUDAT) ÉS (FEL)OLDOZÁS (KOGNITÍV) METAFORÁI A KLINIKAI GYAKORLATBAN .....</b>	<b>6</b>
<b>Homa Ildikó</b>	
<b>DOHODA ALEBO ZMLUVA V PRÍBEHU ŽIVOTA .....</b>	<b>13</b>
<b>Jozef Jurko</b>	
<b>KULTÚRA ŽIVOTA V KONTEXTE PRACOVNÉHO ZAŤAŽENIA .....</b>	<b>22</b>
<b>Radoslav Lojan</b>	
<b>RODINNÉ VZŤAHY .....</b>	<b>28</b>
<b>Dušan Šlosár - Vladimír Lichner</b>	
<b>NAŠE NAJŤAŽŠIE KRÍŽE: MY SAMI A NAŠA NAJBLIŽŠIA RODINA (ESEJ)</b>	<b>34</b>
<b>Stanislav Matulay</b>	
<b>TIME MANAGEMENT V KONTEXTE SOCIÁLNEJ PRÁCE .....</b>	<b>39</b>
<b>Lýdia Lešková</b>	
<b>SYSTÉM SOCIÁLNEJ OCHRANY PRE RODINY S DEŤMI V SLOVENSKEJ REPUBLIKE .....</b>	<b>52</b>
<b>Lenka Haburajová Ilavská</b>	
<b>SYNDRÓM VYHORENIA SOCIÁLNEHO PRACOVNÍKA V KONTEXTE ČASU, STRESU A HRANÍC .....</b>	<b>59</b>
<b>Renáta Jamborová</b>	
<b>RODINNÝ ŽIVOT A WORKOHOLIZMUS AKO FENOMÉN DNEŠNEJ DOBY</b>	<b>66</b>
<b>Zuzana Budayová</b>	
<b>SYNDRÓM VYHORENIA A JEHO SOCIÁLNE A ZDRAVOTNÉ DÔSLEDKY NIELEN U SOCIÁLNYCH PRACOVNÍKOV .....</b>	<b>72</b>
<b>Daniela Baková</b>	
<b>ŠŤASTNÉ DIEŤA V NOVEJ RODINE .....</b>	<b>77</b>
<b>Katarína Vanková</b>	
<b>OHROZENIE DIEŤAŤA V DÔSLEDKU PRACOVNEJ VYŤAŽENOSTI RODIČOV .....</b>	<b>85</b>
<b>Elena Gažiková</b>	
<b>ASPEKTY ZDRAVOTNEJ STAROSTLIVOSTI O ĽUDÍ BEZ DOMOVA .....</b>	<b>93</b>
<b>Erika Krištofová</b>	
<b>POSTAVENIE MUŽA A ŽENY NA SLOVENSKOM TRHU PRÁCE</b>	<b>98</b>
<b>Ingrid Hanáková</b>	
<b>TOLERANCIA A SOCIÁLNE PREDISUDKY V MEDZIĽUDSKÝCH VZŤAHOCH MULTIKULTÚRNEJ REALITY .....</b>	<b>104</b>
<b>Peter Laca</b>	

<b>TIME MANAGEMENT ZAMESTNANÝCH RODIČOV .....</b>	<b>111</b>
<b>Andrea Jankurová</b>	
<b>DÔLEŽITOSŤ PRÁCE PRE ČLOVEKA SO ZDRAVOTNÝM POSTIHNUTÍM</b>	<b>120</b>
<b>Marcela Strhárská</b>	
<b>VOĽNOČASOVÉ AKTIVITY PRE RODINY S DEŤMI</b>	
<b>S PORUCHAMI SPRÁVANIA .....</b>	<b>125</b>
<b>Gréta Gáborová</b>	
<b>NÁSILIE V RODINE .....</b>	<b>133</b>
<b>Vladimír Lichner - Dušan Šlosár</b>	
<b>DÔLEŽITOSŤ PRÁCE PRI ROZVOJI</b>	<b>ĽUDSKEJ</b>
<b>OSOBNOSTI.....</b>	<b>140</b>
<b>Alena Stopková - Lenka Urbanová</b>	
<b>FENOMÉN SEBAREALIZÁCIE ČLOVEKA .....</b>	<b>152</b>
<b>Michaela Šul'ová</b>	
<b>RECENZIA KNIHY: RIZIKOVÉ SPRÁVANIE DETÍ V DETSKÝCH</b>	
<b>DOMOVOCH .....</b>	<b>160</b>
<b>Lýdia Lešková</b>	

# ÚVODNÝ PRÍHOVOR

---

*Daniela Kimličková*

**Vážený pán prodekan, vážení páni profesori, docenti, vážení prednášatelia,  
vážení prítomní!**

V mene Spoločnosti sociálnych sestier vás srdečne pozdravujem na tejto konferencii, ktorá sa tohto roku usporadúva už ôsmy krát ku cti blahoslavenej sestry Sáry Salkaházi, košickej rodáčky.

Tento rok slávime 70. výročie jej životnej obety, keď dobrovoľne ponúkla svoj život za záchranu slabých a prenasledovaných počas druhej svetovej vojny.

***Názov Konferencie Time management – rodinný život verzus pracovný čas  
a posolstvo osobnosti bl. Sáry Salkaházi***

poukazuje na jej duchovný odkaz. So záujmom sa zamýšľame nad myšlienkami z jej duchovného denníka „*S ohňom lásky*“, kde ju môžeme hlbšie spoznávať a nahliadnuť do jej životných zápasov. Práve teraz je čas, keď sme viac vnímaví na udalosti jej bohatého a plodného života. Môžeme povedať, že vo svojom čase bola sestra Sára majsterkou „time managementu“. Využívala každý moment dňa, keď sa napr. cestou v električke modlila žalmy; keď nachádzala silu a ďalšiu energiu po únavnej a vyčerpávajúcej práci v modlitbe; keď do svojej neveriteľne aktívnej činnosti zapájala choré sestry, ktoré sa modlili za jej apoštolské podujatia, späťne ich informovala o výsledkoch svojej činnosti, a tak ich povzbudzovala do života modlitby a dobrovoľného prijatia utrpenia choroby za tých, ktorým sa Sára venovala. Takto obdivuhodne spájala modlitbu a činnosť, dokázala zosúladiť svet duchovných, nadprirodzených hodnôt so svetom časných potrieb a aktivít.

Napriek týmto faktom sestra Sára tiež prežívala napätie a zápas s časom. Prežila aj obdobie maximálneho vyčerpania, ale rovnováhu nadobudla práve v modlitbe, stíšení, prehodnotení času.

Tento jej jubilejný rok môže byť pre nás výzvou, aby sme sa v tomto uponáhľanom svete viac zamysleli nad hodnotu času, ktorý má cenu vtedy, keď ho nezištne dávame iným, lebo takto sa nestráca. Svedčia o tom mnohí známi, ale aj skrytí a nenápadní hrdinovia nezištnej lásky, na ktorých si ľudstvo spomína s vďakou a úctou po všetky časy. Naopak, na sebeckých, egoistických „strážcov svojho času“, ktorí sa venovali len svojim záujmom, si dnes nespomenie nikto, zapadli v prachu času.

Prosme teda sestru Sáru, aby nás naučila správne zachádzať s časom v harmónii modlitby a veľkorysej činnosti pre dobro iných. Príjmime jej odkaz - darovať seba, svoj čas Bohu a blíznym. Ona to robila verne až po smrť, keď Boh prijal jej obetu a berie si jej život ako výmenu za život mnohých iných. Buďme aj my vernými svedkami Krista a jeho lásky v tomto svete, ktorý smädí po pravej, čistej a nezištnej láske.

Blahoslavená sestra Sára, majsterka time managementu, prihovára sa za nás.

Sr. Mgr. Daniela Kimličková  
Provinciálna predstavená  
Spoločnosti sociálnych sestier

# A BŰN(TUDAT) ÉS (FEL)OLDOZÁS (KOGNITÍV) METAFORÁI A KLINIKAI GYAKORLATBAN

## THE (COGNITIVE) METAPHORS OF GUILT AND ABSOLUTION IN CLINICAL PRACTICE

*Homa Ildikó*

**Abstract:** One of the reasons for the necessity of psychotherapy is that people forgot to speak to one another, and implicitly with themselves. Development of mankind began with language and creation of culture. Through language man, starting from the experience, from the sensorial living arrived to understanding, to thinking. But this road can be crossed in the opposite direction, if the sensorial experience is in contradiction with thinking, the thought can be formulated in contradiction with the sensorial experience. We can see the usefulness of this idea if we think about love: we do not need to understand love from love-making. Lakoff and Johnson in their book *Metaphors we live by* (1980) explain that metaphors structure our experiences, they are not simply figures of speech, they are means which help us to understand abstract domains in terms of more concrete experiential domains. We understand emotions in this way, by using primary concrete experiences, sensorial domains. In example when speaking (in Hungarian) of shame we use the domain of container and fire. When speaking of guilt (in Hungarian) we use the domain of burden and uncleanness. The study aims also to distinguish between shame and guilt in the clinical and pastoral practice.

**Keywords:** Cognitive metaphors. Linguistic expression of emotions. Guilt. Shame. Confession. Forgiveness. Absolution.

Ha az embert frankliánus szellemben próbáljuk megközelíteni azt kell mondanunk: az ember nem redukálható le egyik tudomány szintjére sem – sem a lélektan, sem az irodalom, sem a teológia szintjén egyedül, nem ragadható meg. Az ember az a misztérium, aki ott él a hétköznapiakban és akit ha meg akarunk látni a maga valóságában, úgy kell közelednünk hozzá, mint Mózesnek az égő csipkebokorhoz, először le kell vetnünk a “tudomány(osság) saruit”. A sarunak is természetesen megvan a maga haszna, elvezet a misztériumhoz.

Különösen is misztérium az ember akkor, amikor belép a gyóntatószékbe. A bűn és feloldozás formális helye a gyóntatószék. De a klinikai pszichológia szempontjából is beszélhetünk mindarról, ami nem formális a gyónásban: a bűnösségről, a szégyenről, a megbocsátásról és a feloldozás érzelmi vonatkozásairól.

Az ember beszélő lény, aki azért született erre a világra, hogy elmondja a történetét. A beszéd ezért különösen is fontos ahhoz, hogy a misztériumot megközelítsük. Amit tennünk kell tehát első lépésben, az az, hogy odafigyeljünk arra, hogyan is beszél az ember a bűnösségről és a szégyenről, azokról az élményeiről, amelyek arra vezetnek, hogy megoldást, felszabadulást, feloldozást keressen.

Minden ember élete történet, események és történések egybefűzése, összeépítése. Az emberi élet történetének négy olvasata lehetséges: a publikus történet, a privát történet, az átváltozási történet és a szent történet.<sup>1</sup> A *publikus* történet az, amit mindenkinek

---

<sup>1</sup> D. A. STEERE, *Rediscovering Confession: the practice of forgiveness and where it leads*, 2009, New York – London, 28-31.

elmondunk, ebben a történetben a jungi *persona* a főszereplő. A *privát* történet az álmaink világa, amelyben a vágyak és vágyakozásaink a főszereplők. Ebben a történetben vannak azonban még önmagunk előtt is elrejtett történések, őrei pedig a szégyen és a büntudat. Az *átváltósi* történet egy munka-történet, amelyen folyamatosan dolgozunk a megbocsátás és a gyógyulás érdekében. A *szent* történetben a történések azon értékek és ideálok szerint válnak rendezetté, amelyeket az átváltósi történetben megszereztünk. Ebben a negyedik történetben viszont, nem mindenki választja a gyónást, mint az élettörténet rendezésének folyamatát.

### **1. A bűn(tudat) nyelvi és klinikai vonatkozásai**

Lakoff és Johnson szerint az absztrakt fogalmak úgy válnak számunkra megfoghatókká, hogy olyan elemi domének szerint konceptualizáljuk őket, amelyek közelebb állnak a tapasztalati világunkhoz, mint például a tér vagy a testi tapasztalataink. A kognitív nyelvészet azokat az eszközöket, amelyek lehetővé teszik az elvontabb tapasztalati domének megértését, a konkrétabb tapasztalatok kategóriáin keresztül *kognitív metaforáknak* nevezi. Az érzelmeket általában ilyen módon tudjuk megragadni. A kognitív metafora szerepe a tapasztalat strukturálása és megértése. Viszont az a mód, ahogyan konceptualizáljuk, meghatározza az érzelmek megértésének módját.<sup>2</sup>

A frazeológiai szótárakban a bűn úgy jelenik meg: mint *sokaság* (annyi van, mint a bűn; több a bűne, mint a hajszála), mint *rútság* (ronda/rút, mint a bűn; vénebb a bűnnél; utálja, mint a bűnét), mint egy *ragacsos dolog* (ragad, mint a bűn; úgy ragad, mint az enyv), mint egy olyan dolog, amibe *bele lehet esni* (bűnbe esik), mint egy *út* (a bűn útjára taszít, a bűn útjára téved).

A Magyar Nyelv Értelmező szótára alapján a bűn további jellemzői: *súlya van, meg lehet tisztulni tőle*.

A fentiek alapján a következő kognitív metaforákat azonosíthatjuk: A BŰN TEHER, A BŰN TISZTÁTALANSÁG. A TEHER nemcsak a bűn sajátja, a szomorúságot is szoktuk eszerint konceptualizálni (a szomorúság nyomja a szívünket). A TISZTÁTALANSÁG viszont a bűn sajátja. Mary Douglas a bűn tisztátalanság metaforájának kialakulását a renddel magyarázza.<sup>3</sup> Szociológiai szempontból mindenki, aki renden kívül van, az tisztátalan, mert a mocskok az renden kívüli dolog. Ha a klinikai gyakorlatot tekintjük, a büntudat „steril” fogalmával nemigen tudunk mit kezdeni. Szoktuk hallani a „beiskolázott” klienseinktől: „*Bűntudatom van.*” A bűnösség érzése viszont már megragadhatóbb, mert úgy jelenik meg mint egy nyomasztó, lesújtó érzés, mint tehetetlenség, mint a mocskosság érzése.

Egy büntudattól szenvedő kliens így fogalmazott: „*Megbántottam valakit ezelőtt két évvel, egy nagyon csúnya dolgot mondtam neki. Ismételten bocsánatot kértem tőle, de nem tudtam megnyugodni, utána is bűnösnek éreztem magam. A múlt héten ismét bocsánatot kértem, de most úgy érzem, el tudtam mondani, miért mondtam azt neki és azt is, hogy nem akartam megbántani, úgy érzem, egy nagy kő terhétől szabadultam meg. Sokáig cipeltem ezt a követ.*”

Egy másik 35 éves súlyos depresszióban szenvedő kliens vallomása: „*Amikor hat éves gyerek voltam, történt valami... A szomszédos gyermekekkel játszottunk, és az egyik velemkorú fiúval szexuális kapcsolatom volt. Rettenetesen bűnösnek érzem magam azóta, nem tudok szabadulni ettől az érzéstől. Úgy emlékszem, hogy jól éreztem magam,*

<sup>2</sup> L.E. CRAWFORD, „Conceptual Metaphors of Affect”, in *Emotion Review*, 2009, 1/2, 129-139 (130).

<sup>3</sup> In: M. MCCORD ADAMS, „Sin as uncleanness”, in *Philosophical Perspectives*, 5, 1991, 1-27, (8).

*gyönyört éreztem. Nem tudom nem bűnösnek érezni magam. Azóta nem volt senkivel kapcsolatomban. Méltatlannak és mocskosnak érzem magam.”*

A büntudat a lélektani irodalomban Freud nevéhez fűződik, aki elsőként úgy írja le saját elméleti keretében, mint az id (ösztön-én) és a super-ego (felettes én) közötti konfliktus termékét. Freud szerint a büntudat a felettes én fegyvere, amellyel az én döntéseit befolyásolja. A pszichoanalitikus elmélet szerint a büntudat magánügy, csak intra-pszichikusan játszódik le, a büntudathoz nem kell egy „másik”, mert csak a self-ből ered. Otto Rank a büntudat eredetét az anya-gyerek kapcsolatban látja, az ő olvasatában a büntudat félelem és szorongás attól, hogy megszakad a kötődés, értelmezése mintegy átmenetet képez az intra-pszichikus és inter-perszonális elmélet között.

A behaviorista nézőpont szerint a büntudat az internalizált viselkedési standardokat megszegő viselkedés miatti ön-médiált büntetés. Számos empirikus kutatás azonban a büntudat inter-perszonális vonatkozását igazolta és a büntudatot a szociális érzelmek közés sorolta, amelynek funkciója: a szociális kötődés megerősítése, a másik befolyásolása és az igazságtalanság enyhítése a kapcsolatban.

A bűnösség érzése a szorongáshoz hasonló érzés, de különbözik attól. A büntudat olyan képesség, amely velünk született és egyetemes, a kifejezési formája viszont tanult. Az inter-perszonális büntudatnak két affektív forrása lehet: az empátia és a szociális kirekesztéstől való szorongás. Amikor másokat látunk szenvedni, rosszul érezzük magunkat, mintegy felelősséget érzünk mások szenvedése miatt, ez a rossz érzés a büntudat alapja. Közeli kapcsolatokban pedig, ha olyan viselkedést mutatunk, amely visszautasítást eredményezhet, a visszautasítástól való félelmet éljük meg büntudatként.

Empirikus kutatások korrelációt mutattak ki a büntudatra való hajlam és az empátia között: azok a személyek, akik empatikusabbak, hajlamosabbak a büntudatra. A nők sokkal érzékenyebbek mások iránt, ezért hajlamosabbak a büntudat érzésére is.<sup>4</sup>

## **2. A szégyen és büntudat keveredése**

A büntudatot gyakran összekeverjük a szégyen érzésével. A büntudat az a kellemetlen érzelmi állapot, amelyben a személy kifogásolja tetteit, mulasztásait, szándékait. Az antropológiai irodalom a szégyen és a büntudat közötti különbséget a privát- publikus tengely mentén látja: a szégyen inkább publikus érzelm, a büntudat inkább privát ügy. Bár ez a megállapítás nem nyert igazolást a kutatásokban, mert a szégyen és a büntudat is megjelenhet egyedülállóan és szociális helyzetekben is.<sup>5</sup>

A büntudat és a szégyen a specificitásban különbözik, míg az első egy konkrét tetre vonatkozik, az utóbbi az egész személyre. A szégyenben a negatív értékelést kiterjesztjük az egész személyre. A szégyen az érdemtelenység, a gyengeség érzésében nyilvánul meg, a büntudat a lelki furdalásban és a sajnálat érzésében. Hasonlóképpen, különböző viselkedési reakciókat vonnak maguk után: a büntudat bűnbevalláshoz, bocsánatkéréshez és a rossz jóvátételéhez vezet, a szégyen menekvéses és titkolósos viselkedéseket motivál.<sup>6</sup>

Tangney kutatásai azt mutatják, hogy a büntudat és a pszichopatológia között vagy nincs korreláció, vagy negatív, a szégyen esetében viszont a korrelációk pozitívak. A szégyen pozitívan korrelál az agresszióval, az empátia hiánnyal, a szorongással,

---

<sup>4</sup> R.F. BAUMEISTER & A. M. STILWELL & T.F. HEATHERTON, „Guilt: An Interpersonal Approach”, in *Psychological Bulletin*, 1994, 115/2, 243-267 (255).

<sup>5</sup> J.P. TANGNEY & R.S. MILLER, „Are Shame, Guilt, and Embarrassment Distinct Emotions?”, in *Journal of Personality and Social Psychology*, 1996, 70/6, 1256-1269 (1257)

<sup>6</sup> Idem, 1257.



depresszióval és a haraggal.<sup>7</sup> Egyes kutatások azt próbálták igazolni, hogy a vallásosság a mentális egészség kárára van, mivel a vallás inkább a szégyen érzését erősíti a személyben, mint a büntudat érzését. Ugyanakkor azonban a vallásnak megvannak a maga eszközei is a büntudattal és szégyennel való megküzdésre (pl. a vallásos rituálék).<sup>8</sup>

Az egyik sztereotípiája, amely a vallásosság és a lélektan viszonyáról szól, az éppen az, hogy a vallás árthat a lelki egészségnek a túlzott büntudat-okozás valamint a bűnösség érzésének fokozása miatt. A másik sztereotípiája pedig a vallás lélektanellenessége, a büntudat enyhítésére és feloldására irányuló törekvései miatt. Ahhoz, hogy ezeket a sztereotípiákat feloldjuk, szükség van arra, hogy mélyrehatóbban foglalkozzunk a büntudat és szégyen megértésével és megkülönböztetésével.

### **3. A szégyen nyelvi és klinikai vonatkozásai**

Amint láttuk, pszichológiai kutatások a szégyent és büntudatot a specificitás és az interperszonális viselkedés vonatkozásában próbálják megkülönböztetni. Nyelvészeti szempontból megvizsgálhatjuk, hogy milyen módon beszélünk a szégyenről. A leggyakoribb kifejezések, amelyek eszünkbe jutnak a következők: *szégyenbe esik, szégyenben marad, szégyent hoz rá, megszégyenül, elöntötte a szégyen, elsüllyed szégyenében, a szégyen pírja, ég az arcom a szégyentől, valakinek a szégyene.*

A bűn szó mintájára a szégyen esetében is találhatunk két fogalmi metaforát, amelyek igazából nem csak a szégyen sajátjai, hanem más érzelmeket is hasonlóképpen konceptualizálunk. A SZÉGYEN TARTÁLY (bele lehet esni, benne lehet maradni, ha feltelik, kiönt), A SZÉGYEN TŰZ (éget). Láthatjuk, hogy az a mód, ahogyan beszélünk a bűnösségről és a szégyenről, a kettő hasonlóságát sugallja: a bűnbe és a szégyenbe is bele lehet esni. Az ember mindig egy „helyzetben” van, amikor érez: a bűn vagy a szégyen helyzetében. Viszont a helyzetből való kimozdulás már másképpen történik: a bűn esetében a terhet le lehet tenni, a szégyenben viszont benne maradunk, mert a szégyen belülről ül ki az ember arcára.

A legtöbb pszichológiai kutatás a szégyen egészségtelenebb és megbetegítőbb státusát vallja a büntudattal szemben. Ennek ellenére viszont a szégyennek személyiségépítő hatása van. Egzisztencia-analitikus értelmezésben a szégyent a személy védőruhájaként értelmezzük. A szégyen véd, a megszégyenülés kiszolgáltatottá tesz. A „szégyellni” és „megszégyenülni” közötti funkció különbséget a nyelvünk is tükrözi. Szavaink nem véletlenül kapcsolódnak egymáshoz. A szavak univerzumát meghatározott orientációs irányok rendszerezik. Ezt a rendszert Szilágyi N. Sándor tanár úr a nyelvi világ értékjelentés szerinti struktúraszerveződéseként írja le a *Hogyan teremtsünk nyelvi világot* című könyvében. Ebben a rendszerben az *el* és a *meg* igeikötőknek közelítő és távolító szerepük van. Például a megy-elmegy közötti jelentéskülönbség a távolodásban van, a szeret – megszeret közötti jelentéskülönbség pedig a közeledésben. Ebben az analógiás értelmezési keretben a megszégyenülést, talán nem túl erőltetetten, tekinthetjük úgy, mint befele való elmozdulást a személy centruma felé: aki megszégyenül, az még közelebb kerül önmagához, minden elmozdulásnak a viszonyítási pontja mi magunk vagyunk. A megszégyenülés a személy határait sérti, az intimitásából hódít el területet.

---

<sup>7</sup> P. LUYTEN, J. CORVELEYN & J.R.J. FONTAINE, „The relationship between religiosity and mental health: distinguishing between shame and guilt, in *Mental Health, Religion & Culture*, 1998, ½, 165-181 (166).

<sup>8</sup> P. LUYTEN, J. CORVELEYN & J.R.J. FONTAINE, „The relationship between religiosity and mental health: distinguishing between shame and guilt, in *Mental Health, Religion & Culture*, 1998, ½, 165-181 (168).

A nyelv tehát kifejezi azt a paradox funkciót, amit a szégyen betölt az ember életében: *erősség* és *kiszolgáltatottság* egyben. A szégyenérzet védi a személy értékét, intimitását, megőrzi a méltóságát. A szégyenérzet nem egy tudatos reflexió eredménye, hanem a személy mélységeiben gyökerezik.<sup>9</sup> Ez az emberiség legősibb érzelmé: Ádám és Éva ettek a tiltott fa gyümölcséből és megszégyellték magukat, mert mezítelenek voltak. A szégyen a mezítelenség elleni ruha. De kiszolgáltatottá is tesz, mert hát végső soron az ember eredeti hivatása az, hogy mezítelenül járjon. Azért olyan nehezen gyógyíthatók a kora gyermekkori szexuális sérülések, mert a szégyenérzet még nincs kialakulva a maga érettségében, védő funkciója még nem működik, és a gyermeki lélek intimitásának teljességében jelenik meg. Később viszont megjelenik a büntudat, amely viszont már egy sérült self-re épül rá, és így sokkal ártalmasabbá válik. A fejlődéslélektani tanulmányok alátámasztják a szégyen korábbi megjelenését és szerepét a személyiség kialakulásában. Az Erik Erikson féle fejlődésmodell szerint a szégyen a 1,5-3 éves periódusban alakul ki, a büntudat később, a 3-5 éves periódusban. Mind a szégyenérzet, mind a büntudat tovább fejlődik, mindkettőnek van érett és éretlen változata.

Egy depressziós, korai incesztust átélő kliens az alábbiakat fogalmazza meg: „Amikor gyermek voltam, a fiútestvérem gyakran kihasználta. Bejött a szobába, ahol aludtam, a kezét a számra tette és megerősakolt. Nem mertem szólni senkinek, szégyelltem. Mocskosnak érzem magam. Nem tudok szabadulni a büntudattól, bűnösnek érzem magam. Többször meggyóntam.”

A klinikai gyakorlatban a büntudat és a szégyen gyakran együtt jelenik meg, egyik a másikba gyakran átvált, de nem egyszerre jelennek meg. A trauma túlélők esetében ez a váltakozás jelenség gyakori.<sup>10</sup>

Viktor Frankl szerint a személynek három olyan intimitása van, amelyet nem lehet a publikum elé tárni: az önmagammal való intimitás, amelyet a szenvedésben élünk meg; a mással való intimitás, amelyet a testi szerelemben élünk meg és az Istennel való intimitás, amelyet az imádságban tapasztalunk. Az intimitás a személy egyedi értéke, a szégyen ennek az egyedi értéknek az őre. A szégyenérzet tehát saját értékességünk megéléséből ered. Aki önmagát nem értékeli, az szégyentelen. Az embert egyedivé az arca teszi, de nem azt takarjuk el, hanem a nemi szerveinket, amelyek nagyjából egyformák mindenkinél, de ezeken keresztül a saját egyéni életünket adjuk tovább, rajtuk keresztül létesül az egyik legintimebb kapcsolat.<sup>11</sup>

A szégyenérzet és a büntudat megkülönböztetése a terápiás folyamat szempontjából nagy fontossággal bír. A bibliai történetben azt látjuk, hogy a szégyen korábban jelenik meg, mint a büntudat. A Jóisten először a szégyennel foglalkozott, megszólította az első emberpárt, vagyis a kapcsolatot igyekezett először helyreállítani, majd utána foglalkozott a tiltás megszegésével, a büntudattal és a büntetéssel. A szégyen a kapcsolatot gyengíti, a másiktól való elrejtőzéshez, hibáztatáshoz, bűnbakoláshoz vezet.<sup>12</sup> A büntudattal csak akkor lehet hatékonyan foglalkozni, ha már a kapcsolat helyreállt. Lefordítva a klinikai gyakorlatra ez azt jelenti, hogy valaki saját tetteiért csak

---

<sup>9</sup> Cristian Furnică, az Egzisztencia Analitikus és Logoterápiás Társaság keretén belül, 2004 és 2008 között szervezett képzések alatt elhangzott szóbeli előadása alapján

<sup>10</sup> E.S. KUBANY & S.B. WATSON, „Guilt: Elaboration of a Multidimensional Model”, in *The Psychological Record*, 2003, 53, 51-90 (71).

<sup>11</sup> Cristian FURNICĂ, az Egzisztencia Analitikus és Logoterápiás Társaság keretén belül, 2004 és 2008 között szervezett képzések alatt elhangzott szóbeli előadása alapján

<sup>12</sup> R.THOMAS &S. PARKER, „Toward A Theological Understanding of Shame”, in *Journal of Psychology and Christianity*, 2004, 23/2, (176-182) 179.

akkor fog tudni felelősséget vállalni, ha már kialakult mással és ezen keresztül önmagával is egy elég jó (nem feltétlenül tökéletes) kapcsolata, ha már létezik egy olyan személyes értékesség-érzet, amelyet a szégyen védhet. Csak egy többé-kevésbé koherens és stabil self képes a „helyes cselekedetekre”. A hisztériás személyiségzavarban szenvedő embernél, akinek gyakorlatilag hiányzik a személyiségmagva, láthatjuk ezt az összefüggést. A hisztériás személy gyakorlatilag képtelen a büntudatra.

#### **4. A szégyen és büntudat (fel)oldozása**

A szégyen és a büntudat szerepének ismerete kulcsfontosságú a gyónási gyakorlatban is. A gyónásban Isten bocsánatát kérjük megvallott bűneinkre, a bocsánat formális aktusa pedig a feloldozás. A bűnbevallásnak és a feloldozásnak csak akkor van értelme, ha a gyónó úgy érzi, hogy kapcsolatban van Istennel és megbízhat benne. Ha ez a kapcsolat nem létezik, a feloldozás szavai mágikus minőséget nyernek.<sup>13</sup>

Egy finnországi kutatás<sup>14</sup> szerint, a kutatásban résztvevő gyónók 42%-a különböző pszichológiai zavarok miatt (pl. szorongás, mentális problémák, szexuális büntudat) ment gyónni. Ezekben az esetekben viszont a feloldozás inkább árt, mint használ, mert a pszichológiai zavarban szenvedő személy a büntudatára keres enyhülést, és nem fog szembenézni a mélyebben rejlő problémáival. A feloldozás gyakorlatilag fenntarthatja a patológiát, mert a feloldozásnak van egy rejtett üzenete is: amit megvallottunk, az bűn. A gyónás formalitása a regresszív igényeket elégítheti ki és ebben az esetben nem segít a személynek, hogy felvállalja a felelősséget a saját élete iránt.<sup>15</sup> A szégyenérzet feloldozása azt erősíti meg, hogy a teljes személyiség bűnös, a tettektől függetlenül. A büntudat a tetről szól, a szégyen viszont a létről.

#### **5. (Meg)bocsátás és (fel)oldozás**

A feloldozást és a megbocsátást nem lehet a személy pszichodinamikájától függetleníteni. Isten bocsánata nem működik a gyónó ön-megbocsátási folyamata nélkül. A feloldozást, amint azt nyelvünk is kifejezi, mindenképpen katartikus élmény kíséri. A *fel* igekötő jelzi a személy elmozdulását a horizontális-vertikális dimenzióban. Butler egyik kutatásában<sup>16</sup> négy indokot talált, amely bűnbevallásra készítette az embereket: 1. „a feszültségtől való szabadulás”, 2. elfogadás és feloldozás élménye, 3. az igazi büntudat megtisztítása a hamis büntudattól, 4. az önjavulás érdekében vállalt felelősség. Ezek az indokok nemcsak motiválják, hanem fenn is tartják a bűnbevallási viselkedést.

A gyónás lélektani funkciói a felsorolt indokokból adódnak: 1. a büntudat és szégyen csökkentése, 2. szociális kapcsolat keresése, 3. értelem és koherencia keresése, 4. benyomás alakítása.<sup>17</sup> Jung szerint a gyónás lélektani értéke abból fakad, hogy megszünteti az elszigetelődést és elkülönülést. Az értelem keresése saját történetünkben és a koherencia érzése saját életünkkel kapcsolatban egyik alapvető igényünk. Pennebaker igazolta kutatásaiban, hogy a traumatikus élményekről való írás

---

<sup>13</sup> P. KETTUNEN, „The function of Confession: A Study Based on Experiences”, in *Pastoral Psychology*, 2002, 51/1 (13-26) 18.

<sup>14</sup> Idem, 20.

<sup>15</sup> Idem, 24.

<sup>16</sup> in A.B. MURRAY-SWANK, K.M. MCCONNELL & K.I. PARGAMENT, Understanding spiritual confession: A review and theoretical synthesis, in *Mental Health, Religion & Culture*, 2007, 10/3, 275-291 (280).

<sup>17</sup> A.B. MURRAY-SWANK, K.M. MCCONNELL & K.I. PARGAMENT, Understanding spiritual confession: A review and theoretical synthesis, in *Mental Health, Religion & Culture*, 2007, 10/3, 275-291 (280).

szanogenetikus.<sup>18</sup> Az ön-feltárás azért egészséges, mert a kognitív feldolgozás és verbalizáció révén értelmes keretbe foglaljuk az élményeinket.

Ha a gyónás csupán a katartikus szinten, marad nem lesz más, mint a „felgyülemlett gőz kieresztése”.<sup>19</sup> Persze erre is szükség van, de csak annyiban, amennyiben lehetővé teszi a további növekedést, amely a saját életünk iránti felelősségvállalásban és a megbocsátásban való növekedésben mutatkozik meg.

A nyugati kereszténységben a gyónásnak két metaforája alakult ki: a medikális és a jogi metafora.<sup>20</sup> A medikális metafora a gyónást a bűntől beteg lélek gyógyításaként értelmezi. Az orvosi procedúra sémája szerint (diagnózis – beavatkozás – kezelés), a gyónás sémája: bűnbevallás – bűnbánat – feloldozás. A megvallás azonban nemcsak a bűnök megvallását jelenti, hanem a hit megvallását is. A medikális metaforával viszont a hit megvallása kiszorul a sémából. A medikális modell másik hátránya a szimptóma listára emlékeztető bűn-listák kialakulása és ennek következményeként a bűntudat hangsúlyozása és a szégyen háttérbe szorulása. A jogi metafora szemléletében mindannyian bűnösök vagyunk Isten ítélete előtt, a menekvést a hit megvallása adja meg, és ebben az értelmezésben a bűnbevallás szorul háttérbe.

Isten megbocsátása feltétlen, az emberé viszont feltételes. A pszichoterápiában, éppen úgy, mint a gyónásban, a kulcsfontosságú elem az ön-elfogadás, a szégyenérzet által védett személyes érték megvallása és felvállalása. Erről szól az ember eredeti mezítelensége: a személyes értékről, amelynek megvallásához nincs szüksége ruhára. Amikor az ember nem tudja felvállalni személyes értékét, akkor elrejtőzik vagy bűnbakot keres, ahogy az első emberpár tette. A gyógyulás, a megbocsátás a múlt keserőségeinek és haragjainak az elengedése. A megbocsátás egy komplex folyamat, amely a helyzeti és személyiség-tényezők összjátékának függvénye. A legfontosabb személyiség tényező az önbecsülés. Két fajta ön-megbocsátás van: az egyik egy sérült önbecsülésből ered, a másik egy érett önbecsülésből.

Berecz<sup>21</sup> szerint a megbocsátás sémája: *kapcsolat - átkeretezés – elengedés* (angolul 3 R: rapport – reframe – release). A teológia a kiengesztelődést hangsúlyozza, de egyes esetekben nem lehet kiengesztelődni, csak elengedni. A többszörös bántalmazást szenvedett házastárs esetében például csak a diszjunktív megbocsátás terapeutikus. A „szelíden legelő oroszlán és a vele együtt legelő bárány” bibliai képe nem mindig segít az autentikus megbocsátásban.

Ha ismét kiemeljük a *meg* igekötő szerepét, mondhatjuk, hogy a bocsánat akkor válik megbocsátássá, ha a személy közelebb kerül önmagához. Ön-megbocsátás nélkül a bűn feloldozása nem jön létre. A bűnbevallásra akkor érkezik meg a feloldozás, amikor Isten mellett saját magunk is közbelépünk, ahogyan valaki találóan megfogalmazta: „*Sokszor egy belső rágóérzést, önmarcangolást érzek, belső fáradtságot, nyomottságot, ami leblokkol, és ha nem lépnék közbe, felemésztené.*”

A mi feladatunk tehát, hogy KÖZBELÉPJÜNK.

---

<sup>18</sup> J.W. PENNEBAKER, M.R. MEHL & K. NIEDERHOFFER, „Psychological aspects of natural language use: Our words, our selves”, 2003, in *Annual Review of Psychology*, 54, 547-577.

<sup>19</sup> D.A. STEERE, *Rediscovering Confession: the practice of forgiveness and where it leads*, 2009, New York – London, 19.

<sup>20</sup> Idem, 77.

<sup>21</sup> J.M. BEREZCZ, „All that Glitters is Not Gold: Bad Forgiveness in Counselling and Preaching”, in *Pastoral Psychology*, 2001, 49/4, 253-275 (260).

## DOHODA ALEBO ZMLUVA V PRÍBEHU ŽIVOTA

### AGREEMENT OR CONTACT IN THE STORY OF LIFE

---

*Jozef Jurko*

**Abstrakt:** Sára Salkaházi, sociálna sestra, okrem iného vyvíjala činnosť v kresťanských rodinách a viedla prednáškové turné na tému manželstvo. Strach zo životného rozhodnutia je prítomný v spoločnosti i Cirkvi. Ľudia sa utiekajú k provízórnemu rozhodnutiu a ponechávajú otvorené zadné dverka pre prípad neúspechu, neradi preberajú zodpovednosť a preto sa stále viac rozširujú dočasné riešenia a vzťahy „načas“. Sväté písmo začína príbehom o manželstve a končí obrazom manželstva. Všetko sa začalo dvojicou – mužom a ženou. Nijaký osamelý hrdina, ktorý stojí na počiatku dejín ľudstva. Manželstvo. Muž a žena, ktorí sú si vzájomne daní na počiatku vekov. Láska je najpodstatnejšou charakteristikou bytia i života človeka. Potvrďuje to aj hlavné Božie prikázanie: „Milovať budeš Pána, svojho Boha, z celého svojho srdca... a svojho bližného ako seba samého.“ Definitívnosť manželstva, kňazstva alebo zasväteného života bola však pôvodne zriadená už pri stvorení. Sľúbiť vzájomnú lásku navždy je možné, len ak človek objaví väčší plán, než sú jeho predstavy. Plán, ktorý nám umožňuje darovať milovanej osobe celú budúcnosť. Človek sa stáva skutočným kresťanom, až vtedy, keď je skrze neho kresťanské chápanie vierohodne predstavené svetu. To sa môže udiať, iba ak sa jednotlivec bude prejavovať čím menej ako „kresťan načas“, ale ako ten, ktorý vystaval svoj dom na skale a je schopný svojich bratov posilňovať.

**Abstract:** Sára Salkaházi, Sister of social service, among other things, was getting involved in activities for Christian families and led the lectures about marriage. The fear of life-long decision is present in society and Church too. People are searching for the temporary decisions and leave the back door open for the case of failure. They are not ready to take responsibility and therefore temporary solutions and relationships are spreading. The Bible starts and ends with the story about marriage. Everything begins with one couple – man and woman. There is no lonely hero at the beginning of the history. Love is the most essential characteristic of human life. It declares the main God's commandment: „Love the Lord your God with all your heart... and, love your neighbour as yourself.” Finality of marriage, priesthood or consecrated life was originally established with creation. It is possible to promise mutual love only when the man discovers bigger plan like his ideas are. The plan which allows us to give all the future to the beloved person. Man becomes the real Christian just then, when the Christian faith is credibly presented to the world. This may happen when the individual will express himself less like “temporary Christian”, but he will be presented himself like that, whom house is built on the rock and he is able to strengthen his brothers.

**KLúčové slová:** Boh. Láska. Manželstvo. Dočasnosť. Rodina. Viera. Dôvera. Kresťan.

**Key words:** God. Love. Marriage. Temporality. Family. Faith. Confidence. Christi.

Hans Urs von Balthasar na danú tému ponúka takéto vysvetlenie. Podľa neho začalo „kláštrom na čas“, a to môže dávať zmysel, že existujú „časné sľuby“, ktoré pripravujú na „večné“, trvalo platné. Je tu možnosť pre laikov na určitý čas zúčastňovať sa života v kláštore. Táto prax je rozšírená v tretích rádoch, kde mnohí ľudia vo svete túžia hlbšie spoznať spiritualitu danej rehole a chcú podľa nej žiť. Pravdaže, označenie

„kláštor načas“ zacláňa niečo podstatné, a to, že sa možno síce „vo svetskom živote“ na niečom „podieľať“, ale že takáto účasť ešte nie je „vstupom“ do kláštora.

Po „kláštore načas“ prišiel „opát na čas“ a „biskup na čas,“ dnes máme postulát „pápež načas“, taktiež „kňaz na čas“ „manželstvo na čas“, a samozrejme „rehoľníka a rehoľníčku načas“. Pálčivá sa teda stáva táto otázka pri kňazstve, manželstve a „rehoľnej profesii“.<sup>1</sup>

### Sára Salkaházi

Svoj rušný a premenlivý život novinárky „na voľnej nohe“ charakterizovala neskôr Sára Salkaházi týmito slovami: Samostatnosť, cigarety, kaviareň, túlanie sa po širom svete s rukami vo vreckách, rýchla večera v malom hostinci, cigánska hudba... Vskutku existencia hodná skôr bohémky, ako budúcej sociálnej sestry. Istý čas, na prelome rokov 1922 a 1923, **bola dokonca zasnúbená s akýmsi študentom poľnohospodárskej školy, ktorý sa u nich zdarma stravoval. Sama pochopila, že takýto vzťah nebol tým pravým pre ňu a zasnúbenie zrušila.** V tom čase opäť začala meditovať nad svojim životným poslaním a pomaly sa dopracovávala k poznaniu prebúdajúceho sa povolania.

Začiatkom roku 1929 ju prijali do Spoločnosti sociálnych sestier ako **novicku**. Noviciát prežívala v Szegvári a v Košiciach, kde organizovala charitatívnu činnosť. **Prvé sľuby zložila v roku 1930**, ale neznamená to, že by sa tým jej ďalšia cesta stala ľahšou. Človek sa ťažko zvlieka zo svojej kože a slobodomyselnej a inteligentnej Sára sa veľakrát zdalo, že je obklopená všednou malichernosťou. V roku 1932 ju preložili do Komárna, kde slúžila na čele charity, viedla kuchyňu pre deti, pôsobila ako katechétka a redigovala časopis *Katolícka žena /Katolikus nő/*. Okrem toho viedla obchod s náboženskými potrebami, dozerala na útulok pre chudobných, vyvíjala činnosť v kresťanských rodinách a v roku 1934 vytvorila spolu s Lujzou Esterházyovou Katolícke spoločenstvo žien. Na čele tohto spoločenstva pôsobila do roku 1937.

Prvýkrát sa v sestre Sára ozvala túžba po misionárskom pôsobení v zahraničí v roku 1934. Vedela, že je dopyt po sociálnych sestrách v Brazílii, a tak si podala žiadosť. Prijali ju, ale nie hneď vybavili. Sára Salkaházi medzitým organizovala dievčenskú mládež a absolvovala prednáškové turné na tému kresťanské manželstvo. Aby sa jej túžba po misijnej činnosti mohla uskutočniť, musela zmeniť štátne občianstvo /brazílske misie viedli maďarskí benediktíni/. Odišla teda, zdalo sa, že navždy do Budapešti. Ten moment prišiel v prvý deň po vianočných sviatkoch, 27. decembra 1944.

Deň predtým obklúčila Budapešť Červená armáda. Zatiaľ čo nemecké jednotky kládli Rusom zúrivy odpor, maďarské oddiely šípových krížov, „nilašov“, masovo vraždili vlastné obyvateľstvo. V tejto peknej atmosfére obklúčili nilaši robotnícky ženský domov na Bokréta utca /Kytíčkovej ulici/ v peštianskej robotníckej štvrti Ferencváros. Pri pátraní po Židoch zaistili štyri osoby a jednu z katechétok. Sára Salkaházi sa tam vtedy práve nezdržiavala. Prišla až ku koncu celej akcie. Keby sa zatajila, mohla prežiť, ale ona „vstúpila do deja“. Okamžite chytili aj ju - ako vedúca domu bola za ukrývanie Židov zodpovedná. Ešte v ten večer vyvliekli zadržaných k nábřežiu Dunaja poniže Petőfiho mosta. Vyzliekli ich donaha, pozväzovali drôtni, zastrelili a ich telá hodili do ľadových vôd rieky. Asi sedem kilometrov južne odtiaľ sa už do Budapešti prebýjala Červená armáda!

Sára Salkaházi si priala obetovať život Bohu a jej spolusestry zo Spoločnosti sociálnych sestier cítia, že Pán jej želanie prijal. Ani jednej z nich sa už nič počas vojny

---

<sup>1</sup>BALTHASAR von, Hans Urs. Cesty k ujasnění. Brno : CDK, 1998, s. 148-149.

nestalo. Sociálnym sestrám vďačí za záchranu v dobe hrôzovlády okolo tisíc osôb, z nich sto priamo sestre Sára. V januári 1997 dala Svätá stolica súhlas k začatiu procesu blahorečenia sestry Sára Salkaházi.<sup>2</sup>

### Manželstvo v Božom príbehu

Sväté písmo **začína** príbehom o manželstve a **končí** obrazom manželstva. Príbeh, ktorý rozpráva Boh, príbeh, ktorý objasňuje náš život. Sväté písmo v prvej kapitole pri opise stvorenia graduje v manželstve. „*Pán, Boh, dopustil na Adama tvrdý spánok. A keď zaspal, vybral jedno z jeho rebier a jeho miesto zaplnil mäsom. Z rebra, ktoré Pán, Boh, Adamovi vybral, vytvoril ženu a priviedol ju k Adamovi. A Adam zvolal: „Toto je konečne kosť z mojich kostí a telo z môjho tela. Bude sa volať Mužena, lebo z muža bola vzatá. Preto muž opustí svojho otca i matku a pripúta sa k svojej manželke a budú jedno telo. Obaja, Adam i jeho žena, boli nahí a nehanbili sa.“* (Gn 2,21-25)

Všetko sa začalo dvojicou. Nijaký osamelý hrdina, ktorý stojí na počiatku dejín ľudstva. Manželstvo. Muž a žena, ktorí sú si vzájomne daní na počiatku vekov. Ľudský rod vstupuje do najväčšieho dobrodružstva a zároveň do najväčšieho trápenia. Boh začína svoj nádherný príbeh tým, že nám predstavuje hrdinu a hrdinku. A sú to manželka. Manželstvo teda musí hrať podstatnú úlohu v živote ľudstva. Veľkolepý príbeh vyvrcholí na konci sveta. „*Videl som nové nebo a novú zem... A videl som, ako z neba od Boha zostupuje sväté mesto, nový Jeruzalem, vystrojené ako nevesta, ozdobená pre svojho ženicha... „Pod’ ukážem ti nevestu, Baránkovu manželku!“* (Zjv 21, 1 - 2. 9)

Na posledných stránkach Knihy Zjavenia znejú trúby a koná sa hostina - svadobná hostina. Na začiatku Knihy Genezis máme svadobný obrad a teraz opäť vidíme svadobný obrad v Božom kráľovstve. V istom zmysle je manželstvo Božím kráľovstvom. Práve oň Boh bojoval celé tie veky - o manželstvo Krista s jeho Cirkvou. Všetky ostatné manželstvá sa zavŕšia v tomto manželstve a Boh sa zjednotí so svojím ľudom. Od samého začiatku do konca vidíme, že Veľký príbeh, v ktorom aj my hráme svoju úlohu, sa začína a končí manželstvom.

**Aj uprostred** Svätého písma sa Ježišovo poslanie začína na svadbe v Káne. (Jn 2,1-12) Tento príbeh je symbolický. Ján ním chcel vyjadriť, že medzi Kristovým príchodom na svet v ľudskej podobe a svadbou muža a ženy je úzke spojenie. Keď sa Boh stáva človekom, slávi tým s človekom svadbu a je s ním rovnako zjednotený ako muž so ženou v manželstve. Tým, že sa Boh stal človekom, spojil sa s nami v manželskej láske. A to náš život premieňa. Už v ňom viac nejde o striktné dodržiavanie zákona. Kto sa riadi len prikázaniami, môže ľahko ustrnúť. Jeho život skamenie a stane sa nezmyselným. Stratí svoju chuť. Tým, že sa Boh stal človekom, naša voda sa premenila na víno. Náš život dostáva novú chuť. Sme s Bohom sláviť slávnosť svadby. Ranní kresťania chápali Eucharistiu ako svadobnú hostinu, ako pokrm zjednotenia sa s Bohom.

Mnohí manželka majú strach, že sa ich láska pominie, že ju všedné dni vyprázdnia, že sa stane bezduchou ako voda. Čarovná láska sa vytratí. Víno sa minie. Život bude rutinou. Na tento strach odpovedá Ján: „Pretože sa Boh stal človekom, víno tvojej lásky sa nikdy neminie. Nemusíš pocity lásky vždy čerpať len z vlastných síl. Je v tebe aj prameň Božskej lásky. A ten nikdy nevyschne. Ak prídeš do kontaktu s Božou láskou v tebe, tvoj život dostane novú chuť. Znova zažiješ svadbu, sviatok svojej lásky.“<sup>3</sup>

---

<sup>2</sup>SCHÉDA, M. Sára Salkaházi apoštolka sociálnej lásky. In <http://kosice.korzar.sme.sk/c/4549853/zivotnaupt-dcery-kosickeho-hoteliara-sara-salkahazi.html#ixzz38I2UZqb3>

<sup>3</sup>GRUN,A. Manželstvo. Prešov : VMV, 2004, s. 24-25.

## Príbeh gradujúci v definitíve

Boh je láska, vraví apoštol Ján a opätovne nám to pripomína, aby sme nezabudli: „Boh je láska a kto zostáva v láske, zostáva v Bohu“ (1 Jn 4, 16). Láska je najpodstatnejšou charakteristikou bytia i života človeka. Boh je vášnivý a žiarlivý milenec. Z lásky nás stvoril a stvoril nás pre lásku. „Milujeme, pretože on prvý miloval nás“ (1 Jn 1,19).

Či to nepotvrdzujú aj dve najväčšie prikázania? „Milovať budeš Pána, svojho Boha, z celého svojho srdca... a svojho blížneho ako seba samého“ (Lk 10,27). Práve preto je láska tvojím osudom. Milovať Boha a milovať blížnych. Transparenty, ktoré sa vznášajú nad Božím kráľovstvom, sú o láske. Nie sú o štúdiu Svätého písma a dôslednom navštevovaní bohoslužieb, dokonca ani o vernom manželstve. Je to príbeh vášnivého ľúbostného vzťahu. „Láskou odvekou ťa milujem,“ vraví Boh, „preto som ťa milosrdne pritiahol“ (Jer 31,3). Žijeme v príbehu lásky, v romanci napísanej ešte skôr, ako boli položené základy zeme. Či nie sú najoduševnenejšie výzvy o láske vo Svätom písme? „Preto sa zo srdca navzájom vrúcne milujte!“ (1Pt 1,22) „Milovaní, milujme sa navzájom.“ (1 Jn 4,7) „Nové prikázanie vám dávam, aby ste sa milovali navzájom.“ (Jn 13,34)

Sväté písmo vraví, že sme stvorení na Boží obraz. Ľudské bytosti sú v samej podstate hlboko vzťahové. Boh je Najsvätejšia Trojica, spoločenstvo lásky. Láska a intimita je základom jeho bytia a každému z nás dal rovnaké srdce, aké má On. Boh to urobil, aby nám zjavil náš najhlbší cieľ - milovať a byť milovaný.<sup>4</sup>

## Kristus raz navždy

Základné danosti kresťanského chápania sa vyznačujú výrazom „raz navždy.“ Tento pojem sformuloval sv. Pavol: Kristus „zomrel raz navždy hriechu.“ (Rim 6,10) „Ved' aj Kristus raz navždy trpel za hriechy.“ (1 Pt 3,18); v liste Hebrejom sa obrat stáva leitmotívom: „Ježiš to učinil raz navždy, keď obetoval seba samého.“ (Heb 7,27), rozlámal raz navždy to, čo rozdeľovalo Boha a človeka (Hebr 9,12), preto sme posvätení, lebo Ježiš Kristus raz navždy obetoval svoje telo. (Hebr 10,10) Túto definitívu ľudstvo dostalo v sebaobetovaní Ježiša Krista.

Cirkev, ktorá je vybudovaná na dvanástich základných kameňoch, prvých učeníkoch, spočíva na vyvolení a rozhodnutí, ktoré sú bezpodmienečné, definitívne. „Aj vy chcete odísť?“ „Pane, a ku komu by sme išli? Ty máš slová večného života.“ (Jn 6,68) On ich nielen má, On je súhrnom týchto slov, ktoré sú zároveň jeho rozhodnutiami a jeho činmi. „Čo hovorím, to konám“. Postavme slovo „načas“ pred apoštola Pavla. Tento muž je raz navždy vykorenený, a inde presadený strom. Ráznosť jeho slov a správanie, ktorými obce zakladá, riadi, pochádza z nedeliteľnosti jeho existencie. Vie síce o výnimočnosti svojho vyvolenia, ale zakotvil svoje poslanie v zákone, ktorý platí pre všetkých kresťanov a vyžaduje nasledovanie jedinečného, činného Božieho rozhodnutia v Kristovi. (2Kor 5, 14n; Rim 6,10 n) Kresťanská existencia a cirkev ako celok je „eschatologická“: môžeme toto slovo reprodukovať ako konečné, platné, a tým neprekonateľné, a vo svojej podstate nezmeniteľné. Oboje, kresťanská existencia a Cirkev ako celok, nie sú načas, ale naveky, sú pripomínajúcim pamätníkom uprostred mihnajúceho sa času. Definitívna Božia budúcnosť začala už tu a teraz.<sup>5</sup>

<sup>4</sup>ELDREDGE, S. – J. *Láska a vojna*. Bratislava : Lúč, 2011, s. 33-35.

<sup>5</sup>BALTHASAR von, Hans Urs. *Cesty k ujasnění*. Brno : CDK, 1998, s. 149-150.



## Príbeh národa prisľúbení

Židia sú múdri. Moslimov je viac ako miliarda a majú sedem nositeľov Nobelovej ceny. Židov je pätnásť miliónov a majú sto dvadsaťdeväť nositeľov Nobelovej ceny. Vo všetkých odboroch, vedeckých i umeleckých, sú špičkou. Ako to je možné? Čím to je? Devätnásť storočí boli bez štátu, bez vlastného územia, bez polície, bez armády, zažili nespočetné pogromy, a napriek tomu prežili, ďalej sa opierajú o svoju kultúru a vieru. Naučili sa hospodáriť s priazňou a požehnaním Pána.

My im vd'ačíme takmer za všetko, od Abraháma až po apoštolov. Škoda, že sme od nich neprijali viac. Veriaci Židia čítajú a prežívajú slovo Božie. Sami povedia, že stoja na troch pilieroch: Biblii, sobote a rodine. Vedia, ako pracovať s Božou priazňou. Možno obdivovať ako židia oslavujú sobotu, vedia deti zaujať natoľko, že v sobotu nepoškľujú po mobile, počítači a televízii. Nič z toho v sobotu nepoužívajú. Pred rokmi vyšla kniha Paula Spiegla „Kto sú Židia“. Keď ju čítaš, začneš im závidieť. A prial by som si, aby niekto napísal takúto knihu o kresťanstve. Na druhej strane som Ježišovi vd'ačný za to, že nás oslobodil od zákonníkov a farizejov.

Hltal som roky všetko židovské, pretože to sú naše korene. Kedykoľvek hovoria o dôveryhodnosti Bohu, poukazujú na skúsenosti Izraela s Hospodínom. Na Izraelitoch vidíme vieru opretú o skúsenosť.

V čom je náboženstvo také ojedinelé? Vedci objavili, že všade, kde sa pastierska kultúra menila na poľnohospodársku, zmenili sa božstvá. Tak tomu bolo aj v našich dejinách, len u Židov nie. Podobne, keď vznikali kráľovstvá, jedno knieža premožlo ostatné kniežatá, urobilo ich svojimi vazalmi, vyhlásilo sa za kráľa a svoje náboženstvo vyhlásilo za jediné. Časom si potom náboženstvo prispôboval, ako sa mu to hodilo, a z náboženstva sa stala ideológia. Skvele to opisuje G. Orwell vo Farme zvierat. V Izraeli mali králi podobné sklony, ale vďaka prorokom sa zachovala čistá predstava o Pánovi, o jeho zjaveniach a prikázaniach.

Pred sto rokmi by nikto neveril, že Židia budú mať ešte svoj štát na svojom historickom území. A podarilo sa. Izrael je zvláštnou krajinou, oddávna križovatkou významných ciest, kedysi úrodná, ale neskôr ekologicky zničená všetkými okupantmi, počnúc Asýřčanmi. Za Šalamúna na Sinaji rástli cédre. V 20. storočí to bola krajina piesku, hory a kopce boli obnažené na kosť. Židia za tridsať rokov vysadili dvesto miliónov stromov. To ale znamená ku každej sadenici stromu priviesť hadicu s vodou. Kam zavedú v púšti vodu, tam je úrodné miesto. To, čo dokázali, je neuveriteľné. Je na mieste otázka: Keby sa Židia držali pevnejšie Hospodina, bolo by také napätie na Blízkom Východe? Do akej miery sa držíme Pána, do takej miery sa nám dostáva jeho požehnanie. Na histórii Izraela, na histórii západného sveta a na svojom živote pozorujem, čo znamená priazeň Božia.<sup>6</sup>

## Výzvy k nasledovaniu

Cirkev má byť v nasledovaní svojho Pána plná milosrdenstva voči slabým a hriešnym, má ich oslobodzovať od bremien. Nemá odmietat tých, ktorým hrozí, že sa zrútia pod prevzatým príkazom. Je potrebné počítať s faktom, že človek v slobode, ktorú dostal od svojho Stvoriteľa, sa slobodne rozhoduje pre dobro a vernosť. Je to najušľachtilejší akt. To je možné už v každej ľudskej láske, ktorá je zakotvená v pôvodnom Božom zámere a z dvoch vytvára jedno telo. „A preto, čo Boh spojil, nech človek nerozlučuje.“ (Mk 10,9) V tomto tvorivom poriadku vložil Boh do osôb, ktoré sa

---

<sup>6</sup>BERÁNEK, J. –VACEK, V. *Měl jsem štěstí na lidi*. Praha : Vyšehrad, 2014, s. 264-265.

spojili v „jedno telo“, jednu plodnosť, jedno dieťa, niečo zo svojej večnej definitívnosti. A muž, ktorý opúšťa otca a matku, aby sa pripojil k svojej žene, vie rovnako ako žena, že tento odchod nie je myslený „načas“.

Definitívnosť manželstva, ktorá bola pôvodne zriadená pri stvorení, Kristus potvrdzuje: ukazuje, prečo dostal človek na svoju všednú cestu toľko večnosti (Ef 5). Konečné odovzdanie sa Ježiša svojej „neveste“, ľudstvu zhromaždenému v Cirkvi, pochádza od onoho prvého zväzku a pečatuje ho ako definitívne. Tiež kňaz sa zveruje do tohto definitívneho zväzku podľa dvetisícročnej tradície Cirkvi. Bolo by hanebné, keby sme sa po Kristovom úplnom sebaobetovaní za ľudstvo a po životnom rozhodnutí apoštolov zasvätiť svoje pozemské bytie evanjeliu, chceli vrátiť späť k obyčajnému sociologicko-funkcionárskemu chápaniu kňazskej služby.

Ak sa pripúšťajú v Cirkvi „sľuby načas“, tak len v priebehu cesty a ako zácvik do bezpodmienečného odovzdania sa. Tak ako aj zasnúbenie predchádza sobáš. A tak ako muž a žena pri sobáši vedia, že ich láska je mienená ako konečne platná a berú na seba povinnosť túto lásku s pomocou Božou trvalo uchovať, rovnako tak vie novic, ktorý sa pripravuje na „večné sľuby“, že sa vrhá do milosti Kristovej, na dobré i zlé časy, bez spätného poistenia pre prípad, že sa niečo nevydarí. A tento akt sám prepožičiava kresťanskému bytiu - či v stave manželskom alebo kňazskom alebo v živote podľa evanjeliových rád - potrebnú vnútornú i vonkajšiu plodnosť.

### **S ťažkosťami v príbehu**

Strach zo životného rozhodnutia nahľadáva dnes spoločnosť i Cirkev. Snád' preto dnes mladí ľudia toľko hovoria o kariére, pretože sa pri rozhodovaní obávajú onoho „raz navždy“. Utiekajú sa k provizórnemu rozhodnutiu a ponechávajú otvorené zadné dvierka pre prípad neúspechu. Domnievajú sa, že to myslia vážne, ale v skutočnosti nikdy nespravia zodpovedné rozhodnutie.

Môžu to byť rôzne sociologické dôvody, prečo ľudia dnes tak neradi prijímajú zodpovedné rozhodnutia, a kresťania sú tiež týmito dôvodmi ovplyvnení. V podstate stoja za týmito tromi programami „manželstvo načas“, „kňazom načas“, „sľuby načas“, ono nevyslovené „kresťanom načas“.

Čo by asi odpovedali títo dnešní kresťania na Ježišovu otázku: „*Aj vy chcete odísť?*“ Pravdepodobne: „My to zatiaľ ešte nevieme.“ Snád' budú musieť prejsť pozemskou skúškou ohňom, v ktorej potom sú už možné len dve odpovede na otázku: Si kresťanom? Áno alebo nie. Snád' im bude v hodine rozhodnutia darovaná milosť a zrazu spoznajú nedeliteľnosť kresťanstva ako rozhodnutie Božie pre človeka a človeka pre Boha a oni znovu objavia, čo znamená kresťanské svedectvo.<sup>7</sup>

Potreba spolupatričnosti dnes podľa sociológov hýbe ľuďmi silnejšie než v minulosti. Tento pocit im dáva istotu a je im oporou. Táto zmluva ich vzájomne spája. Manželstvo (Ehe) súvisí aj s pojmom „pravý, úprimný, nefalšovaný“ (echt). Ide o to, aby sme žili úprimne a autenticky. Manželstvo sa vydarí len vtedy, ak sú manželka k sebe úprimní a ak si navzájom nič nepredstierajú. Súvislosť medzi manželstvom (Ehe) a úprimnosťou (echt) však poukazuje aj na to, že manželstvo zodpovedá ľudskej podstate, ktoré v podobe muža a ženy stvoril Boh.

### **Súčasnú učenie Cirkvi**

Apoštolská exhortácia pápeža Františka „**Evangeliu gaudium**“, vydaná v Ríme na záver Roka viery 24. 11. 2013, ponúka jasné formulácie. V kontexte s témou znejú pápežove slová: „Nie je úlohou pápeža ponúknuť detailnú a kompletnú analýzu

---

<sup>7</sup>BALTHASAR von, Hans Urs. *Cesty k ujasnení*. Brno : CDK, 1998, s. 150-152.

súčasného sveta, ale chcem vyzvať všetky spoločnosti, aby sa venovali rozvíjaniu „bdelej schopnosti študovať znamenia čias“. Je to vážna zodpovednosť, pretože niektoré skutočnosti dnešnej doby, ak pre ne nenájdeme dobré riešenia, môžu prerásť do procesov odludštenia, pri ktorých sa už veľmi ťažko hľadá cesta späť. Je potrebné ozrejmiť, čo je plodom kráľovstva a čo škodí Božiemu plánu. Znamená to nielen rozpoznať a interpretovať vnuknutia tak dobrého, ako aj zlého ducha, ale – a toto je skutočne dôležité – vybrať si vnuknutia dobrého a odmietnuť tie, ktoré pochádzajú od zlého.“ (EG 51)

V dobe, keď sa všade, vždy a každý usiluje o pozitívne vyjadrenie, práve Svätý Otec František sa otvorene vyjadruje kategorickým imperatívom – nie! Nie ekonómii vylúčenia! Nie novej idolatrii peňazí! Nie nerovnosti, ktorá plodí násilie! Nie sebeckej ľahostajnosti! Nie sterilnému pesimizmu! Nie duchovnému zosvetšteniu! Nie vojne medzi nami! ALE - Áno novým vzťahom vytvoreným Ježišom Kristom! K dôležitému miestu v spoločnosti, ktorá potrebuje mať pevné základy na svoj rozvoj a stabilitu, pápež ukazuje na rodinu. Venuje jej dva články, ale v nich je kladený dôraz pre kresťanov žijúcich v tomto svete na vzťah k Bohu Otcovi a na medzilidské vzťahy. V pestovaní tohto zámeru vzťahu k Otcovi na nebi sa majú kresťania usilovať spoznávať druhých, obväzovať rany, budovať mosty, vstupovať do vzťahov a pomáhať si nosiť „vzájomne bremená“.<sup>8</sup>

Svätý Otec František v prvej svojej encyklike „**Lumen fidei**“ vydanéj v Ríme 29. 06. 2013, v štvrtej kapitole sa vyjadruje o rodine v dvoch článkoch s názvom „Viera a rodina“. Začína od Abrahámovej cesty, ktorá je garantovaná Božím požehnaním v prostredí, ktorým je rodina. Stály zväzok muža a ženy v manželstve vzniká z lásky, lebo ona je znamením Božej prítomnosti. Uznanie a prijatie dobra pohlavnej rôznosti manželom umožňuje zjednotenie v jednom tele a vďaka nej sú schopní zrodiť nový život. Sľúbiť vzájomnú lásku navždy je možné, len ak človek objaví väčší plán, než sú jeho predstavy, ktorý nás podopiera a umožňuje darovať milovanej osobe celú budúcnosť. Viera môže pochopiť tvorivú lásku a zverenú tajomstvo druhého človeka. V rodine sa vytvárajú predpoklady viery a dôvery pre deti a mladých, spoločné praktiky viery a modlitby, ktoré im pomôžu prejsť zložitým životom. Povolanie pre lásku a odovzdanie sa Božej vernosti ponúka ľuďom našich čias rozširovať svoje horizonty a opierať sa o nádej, ktorá siaha za horizonty časnosti.<sup>9</sup>

### **Veriť a dôverovať**

Nemčina má pre sobáš dva výrazy: „Heirat“ a „Trauung“. „Heirat“ pritom môže znamenať aj „vydaj“ resp. „ženba“. Pochádza z dvoch slov: domov (Heim) a pomoc (Rat). Pôvodne znamenal „starostlivosť o dom“. Pod pomocou sa tu chápu prostriedky, ktoré sú potrebné pre živobytie. Sobášom vzniká domov, domovina. Aby bolo manželstvo domovom pre celú rodinu, potrebuje k tomu nevyhnutné prostriedky. To nie sú len veci, ale aj určité spôsoby správania. Potrebuje poradiť (raten), ako možno spolu čo najlepšie vychádzať. Domov, ktorý vzniká sobášom dvoch ľudí, sa má stať aj domovom pre druhých. Kde sa ľudia majú radi, tam sa vytvára priestor lásky, v ktorom sa aj iní cítia byť milovaní a vďaka tomu sa cítia ako doma.

---

<sup>8</sup>FRANTIŠEK, Apoštolská exortácia Evangelii gaudium. 24.11.2013. In <http://www.kbs.sk/obsah/sekcia/h/dokumenty-a-vyhlasenia/p/dokumenty-papezov/c/apostolska-exhortacia-evangelii-gaudium>

<sup>9</sup>FRANTIŠEK, Encyklika Lumen fidei. 29.06.2013. In <http://www.kbs.sk/obsah/sekcia/h/dokumenty-a-vyhlasenia/p/dokumenty-papezov/c/encyklika-lumen-fidei>

Výraz „Trauung“ je odvodený od slova „verit“, vzájomne si dôverovať“ (trauen). Kto si niekoho berie za zákonitého partnera, oddáva sa mu (antrauen). Doň, aj do Božieho požehnania, vkladá svoju dôveru. Verí sebe, aj tomu druhému, že si zostanú verní (treu). Dôvera (Vertrauen) súvisí s vernosťou (Treue). Byť verný pôvodne znamenalo „byť pevný, silný ako strom“. Kto verí, že sa môže niekomu oddať, má nádej, že vernosť, ktorá z toho vzíde, sa mu stane oporou, ktorej sa bude môcť držať, ktorá mu daruje istotu, na ktorú sa bude môcť spoľahnúť. Podobne ako strom, aj dôvera musí rásť a silnieť. Nie je to hneď od počiatku. Kto slávi sobáš, vyjadruje tým, že jeho dôvera v toho druhého a v Božie požehnanie budú dosť silné, aby sa mohol na celý svoj život zviazať s tým druhým. Dnes majú ľudia často z takéhoto záväzku strach. V minulosti skúsenosť bola zjavne iná. Vtedy bol sobáš (Trauung) príslubom vernosti (Treue), útechy, pevnosti a opory.

Svadba (Hochzeit) je slávnosťou (Hoch), dôležitým momentom (hohe Zeit) v živote človeka. Ľudia už oddávna chápu a cítia, že keď sa dvaja ľudia ľúbia až natoľko, že chcú ísť spoločnou cestou, je to veľký okamih. Svadba je slávnosť, ktorá ľudí očarí a daruje im príslub, že ich všedný deň bude pretekať Božou milosťou. Boh sám prenikne do ich života a dá im svoj najväčší dar. Ženích a nevesta svojou svadbou vyjadrujú, že ich život je naplnený tajomstvom Božej lásky. A pozývajú aj ostatných, aby to s nimi spoločne oslávili. Keď nenájdu odvahu takúto slávnosť podstúpiť, hovorí to čosi o ich vzťahu. Ako málo si dôverujú, že nepovažujú za dôležité osláviti svoj vzťah a pozvať k tomu aj ostatných. Aká nudná musí byť ich láska, že ju nemožno vyjadriť svadbou.

V textoch svadobných oznámení si často môžeme prečítať, že nevesta a ženích si vzájomne povedia „áno“. To má svoj hlboký význam. Komu povieme svoje „áno“, tomu vyjadríme svoj súhlas s ním samým, to, že ho akceptujeme. Ak sa dvaja ľudia prijmu takí, akí sú, ak povedia svoje „áno“ všetkému, čo je v tom druhom, vznikne priestor, v ktorom sa môžu viac a viac premieňať v obraz, ktorý mal na mysli Boh, keď ich stvoril. „Áno“ toho druhého je pre mňa spojivom, ktoré dokáže to všetko zdanlivo rozporuplné a nepochopiteľné vo mne udržať pohromade. A to mi dáva pocit pevnosti a stálosti. Umožňuje mi to stať sa sebou samým. Prostredníctvom slova „áno“, ktoré si dvaja ľudia povedia, sa dostane do pohybu aj ich okolie. V blízkosti ľudí, ktorí sa bezpodmienečne prijímajú, sa prijatými cítia byť aj ostatní. Tak je svadba slávnosťou a sviatkom radosti z toho, že ľudia sú bezpodmienečne prijatí samotným Bohom, a preto sa môžu prijať aj navzájom.<sup>10</sup>

### **Verifikácia kresťanstva**

Kresťanstvo je vo svojej podstate odkázané na svet, aby v službe bratom, hladujúcim, nahým, väzneným, chorým, mučeným a spoločenským štruktúram, ktoré toto utrpenie skôr podporujú než odstraňujú, dospelo k svojmu pravému bytiu o sebe. Spočiatku by sa mohlo zdať, že toto otvorenie sa svetu, je ešte len vlastným procesom kresťanského rozhodnutia.

Človek nie je nikdy už dopredu kresťanom, ale stáva sa ním vždy až vtedy, keď sa ako taký osvedčí vo svete. Som až potom kresťanom, keď je skrze mňa kresťanské chápanie vierohodne predstavené svetu, a to sa deje, kým som žil, nie raz navždy, ale vždy len teraz.

A keďže sa tu jedná o ľudské nasadenie, zachovávajú svoj ľudský rozmer a sú konečné, priestorovo i časovo ohraničené, a musia sa za zmenených okolností nanovo premyslieť. Preto sa zdá, že čas získava prevahu nad rozhodnutiami „raz a navždy“. Z

---

<sup>10</sup> GRUN, A. Manželstvo. Prešov : VMV, 2004, s. 10-13)

druhej strany je tiež - v čase a na čas - relativizované bodmi Odkiaľ a Kam. Pre Odkiaľ zostáva totálne a definitívne Ježišovo nasadenie až po kríž, pre takto podmienené Kam zostáva príchod kráľovstva Božieho. Práve toto dvojité zopätie všetkých podmienených verifikácií kresťanstva v akcii Kristovým Alfa a Omega ukazuje, že kresťanská akcia, aby bola vôbec ako taká poznateľná, musí byť nesená silou neseného, ktorá prichádza z väčšej diaľky, ako všetky ľudské iniciatívy a taktiež smeruje ďalej.

Táto ratifikácia sa nazýva viera. A práve táto viera koná v duchu Kristovom to, čo je v určitej svetskej, časovo ohraničenej situácii možné. A toto svedectvo bude o to vierohodnejšie, čím menej sa jedinec bude prejavovať ako „kresťan načas“, ale ako ten, ktorý vystaval svoj dom na skale a je schopný svojich bratov posilňovať.<sup>11</sup>

## ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY

- Písmo sväté Starého i Nového zákona*. Rím : SÚSCM, 1995.  
FRANTIŠEK. *Evangelii gaudium*, 2013. Trnava : SSV, 2014.  
BALTHASAR von, Hans Urs. *Cesty k ujasnění*. Brno : CDK, 1998.  
BERÁNEK, J. – VACEK, V. *Měl jsem štěstí na lidi*. Praha : Vyšehrad, 2014.  
ELDREDGE, S. – J. *Láska a vojna*. Bratislava : Lúč, 2011.  
GRUN, A. *Manželstvo*. Prešov : VMV, 2004.  
RAVASI, G. *Czym jest człowiek?* Kraków : Homo Dei, 2011.  
SCHÉDA, M. Sára Salkházi apoštolka sociálnej lásky. In <http://kosice.korzar.sme.sk/c/4549853/zivotna-put-dcery-kosickeho-hoteliara-sara-salkahazi.html#ixzz38I2UZqb3>  
FRANTIŠEK, Apoštolská exortácia *Evangelii gaudium*. 24.11.2013. In <http://www.kbs.sk/obsah/sekcia/h/dokumenty-a-vyhlasenia/p/dokumenty-papezov/c/apostolska-exhortacia-evangelii-gaudium>  
FRANTIŠEK, Encyklika *Lumen fidei*. 29.06.2013. In <http://www.kbs.sk/obsah/sekcia/h/dokumenty-a-vyhlasenia/p/dokumenty-papezov/c/encyklika-lumen-fidei>

## KONTAKT NA AUTORA

prof. ThDr. PhDr. PaedDr. Jozef Jurko, PhD.  
Teologická fakulta Košice  
Hlavná 89  
04121 KOŠICE  
[jurko@ktfke.sk](mailto:jurko@ktfke.sk)

---

<sup>11</sup>BALTHASAR von, Hans Urs. *Cesty k ujasnění*. Brno : CDK, 1998, s. 153-154.

# KULTÚRA ŽIVOTA V KONTEXTE PRACOVNÉHO ZAŤAŽENIA

## CULTURE OF LIFE IN THE CONTEXT OF WORKLOAD

---

*Radoslav Lojan*

**Abstrakt:** Tento príspevok chce poukázať na skutočnosť, že dnes nie je možné budovať kultúru života v kontexte pracovného zaťaženia ak sa nezmení pohľad spoločnosti na človeka ako osoby, jeho podstaty, povahy jeho bytia ako celku, ako aj smerovania a hodnotovej orientácie v živote.

**Abstract:** This paper highlights the importance of the fact that today it is not possible to build a culture of life in the context of workload if the change view will not change on man as a person, its essence, the nature of his being as a whole, as well as the direction and value orientation in life.

**КП'у́чové slová:** Etika. Kultúra. Zaťaženie. Človek ako osoba.

**Keywords:** Ethics. Culture. Workload. Man as person.

### Úvod

Ktosi raz povedal: „Tento svet sa dnes inak díva na človeka.“ Samozrejme, tento výrok sa dá vnímať z rôznych uhlov pohľadu. Človek aj napriek tomu, že je stredobodom bytia, stráca pojem, lebo sa v rukách mnohých stáva nástrojom a vecou. V pohľade na človeka sa mení aj môj prístup k človeku. Ako sa pozerám na človeka, takú politiku, kultúru, prácu vediem, takým spôsobom vychovávam, také riešenia ponúkam na problémy človeka. Čím sa na človeka pozeráme z užšieho a špecifickejšieho pohľadu, tým je miera ochudobnenia uvažovania, sebauvedomenia jednotlivca a jeho reflektovania druhých ľudí väčšia. Tento príspevok si nerobí nárok na komplexné sociálne, ekonomické, či etické pohľady na človeka v kontexte pracovného zaťaženia, skôr sa chce zamerať na budovanie kultúry života v živote jednotlivca, ako aj spoločnosti, nezabúdajúc na vzťahové a duchovné rozmery existencie ľudského bytia. Začnime preto s definíciami pojmov **kultúra** a **(ľudský) život** a následne s ich vnímaním v súčasnej spoločnosti.

### Vymedzenie pojmu kultúra

Slovo **kultúra** pochádza z latinského colere = starať, pestovať, obrábať, ošetrovať, zušľachtovať, chrániť, vychovávať. Samuel Pufendorf (1632-1694), učiteľ prirodzeného práva, ako prvý označil starostlivosť človeka o prírodu (príroda ako životný priestor človeka, a to, čo v tejto prírode sám vytvára) výlučne prejavom kultúra. Waldenfels v knihe *Kontextová fundamentálna teológia* upozorňuje, že „to, čo bolo pôvodne predmetom starostlivosti a úcty, však postupne - najneskôr v dejinách západného novoveku - ustúpilo túžbe prírodu ovládnuť. Človek stratil bezprostredný prístup k prírode, ak mal kedy aký, nežije už v prirodzenom svete, ale všade sa stretáva so sebou samým. (...) Kultúrny život sa stáva segmentom celkovej realizácie života, pre mnohých však dostáva skôr dekoratívne, okrajový charakter, ktorý zostáva významný prevažne ako funkcie voľného času a záľub.“ Kríza kultúry sa potom prejavuje vo volaní po rezignácii na konzum, po novom, alternatívnom spôsobe života, či v negatívnom postoji voči technike.

V aristotelovskom ponímaní kategórií matérie a formy možno stručne vymedziť termín **kultúra** takto: Kultúra je forma spoločnosti. Spoločnosť bez kultúry je spoločnosť bez formy, teda bez vnútorného zjednocujúceho princípu, akási beztvárá

masa alebo zbierka jednotlivcov, udržiavaná spolu len momentálnymi potrebami. Čím je však kultúra silnejšia, tým viac a plnšie je spoločnosť formovaná a transformuje rozličné ľudské materiály, z ktorých je zložená. Kultúra sa teda javí aj ako prenos hodnôt ľudskej existencie v živote spoločnosti.

Iné vymedzenie kultúry sa uplatňuje pri chápaní vzťahu človeka k svetu a osobitne k prírode, kde sa zdôrazňuje proti postavenie voči prírode. Kultúra je chápaná ako umelé sekundárne prostredie, ktoré človek prekladá na to pôvodné prirodzené prostredie, ktorým je príroda nedotknutá človekom. Toto človekom vytvorené prostredie obsahuje jazyk, zvyky, idey, viery, obyčaje, spoločenskú organizáciu, dedičné faktory, technické postupy, hodnoty.<sup>1</sup>

Pastorálna konštitúcia Gaudium et spes Druhého vatikánskeho koncilu definuje kultúru ako ...“všetko to, čím človek cibrí a rozvíja svoje mnohoraké duševné a telesné vlohy; keď sa poznávaním a prácou usiluje ovládnuť sám svet; a keď prostredníctvom zdokonaľovania mravov a ustanovizní robí spoločenský život v rodine aj v celej občianskej spoločnosti ľudskejším a napokon v priebehu vekov svojimi dielami prejavuje, odovzdáva a uchováva veľké duchovné zážitky a aspirácie, aby mohli slúžiť na úžitok viacerým, ba aj celému ľudstvu. Z toho vyplýva, že ľudská kultúra má nevyhnutne historický a spoločenský charakter a slovo „kultúra“ často nadobúda sociologický a etnologický význam. V tomto zmysle sa hovorí aj o pluralite kultúr. Lebo podľa rozličných spôsobov používania vecí, vykonávania práce, vyjadrovania sa, praktizovania náboženstva, formovania mravov, ustanovovania zákonov a právnych zriadení, rozvíjania vied a umení, ako aj pestovania zmyslu pre krásu vznikajú rozmanité spoločné životné podmienky a rôzne formy usporiadania životných hodnôt. A tak sa zo zdedených obyčají utvára svojské dedičstvo každej ľudskej pospolitosti.“ (GS 5)

Ak budeme termín **kultúra** chápať úzko ako osobitosti životnej činnosti človeka v konkrétnych oblastiach spoločenského života, môžeme teda, v súlade s vyššie uvedeným vymedzením pojmu kultúra, hovoriť o kultúre života a kultúre smrti ako o činnosti, vedomie, špecifickom správanie ľudí v súvislosti so začiatkom, priebehom a koncom ľudského života, ktorý môžeme vo všetkých týchto fázach podporovať, chrániť, alebo usilovať o jeho ukončení a zničenie. Faktory určujúce fenomén kultúry možno tiež sústrediť do piatich konštitutívnych okruhov: 1. reč (jazyk), 2. technika, 3. sociálne normy, 4. hodnoty, 5. náboženstvo.

### Vymedzenie pojmu „život“

Grécki filozofi používali na označenie **života** termíny: BIOS i DZOOE. Pojem BIOS bol často spájaný s dejinami jestvovania človeka. Preto slovo bios vystupuje najčastejšie v kompozícii „bio-grafia“, „biogram“. Teda ide o označenie jestvovania, v ktorom vedomie i pamäť sú podstatou života. Z toho dôvodu slovo bios označuje každodenný jednoduchý ľudský život. Termín DZOOE označuje zase fakt samotného života v opozícii voči smrti. Žiť znamená toľko ako existovať, a to bez rozdielu, či ide o život ľudí, zvierat alebo rastlín. Latinské slovo **VITA** zotiera vyššie uvedené grécke rozlíšenie medzi BIOS (dej, trvanie) a DZOOE (život, existencia). Je vidieť, že zo samotnej analýzy slov nie je možné získať definitívne chápanie ľudského života. Napriek tomu je možné si uvedomiť podstatné vlastnosti ľudského života, ktorými sú vedomie i pamäť.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Porov. CSONTOS, L.: *Úvod do filozofie kultúry*. Trnava : Dobrá kniha, 1996, s. 39.

<sup>2</sup> Porov. DEGRO, I.: *Filozofické základy nenarušiteľnosti ľudského života*. In: *Filozofia* 59/1, 2004, s. 42.

V priestore dejín filozofie je ľudský život do veľkej miery interpretovaný v závislosti od chápania života ako takého (vo všeobecnosti) i od samotnej koncepcie človeka. S chápaním života v presnom zmysle sa stretávame u Platóna (+347 pred K.). Podľa neho život patrí duši a prejavuje sa v jej činnosti (pohybe). Takto ponímaná duša ako „zdroj pohybu“ je zdrojom života. Od čias Platóna vo filozofii život zostane spojený s jestvovaním „samopohybujúcej sa duše“ sveta i duchom-dušou.

Neskôr však pohľad na život rozšíri Aristoteles (+322 pred K.). On život nechápe ani ako „samopohyb“, ani ako „božského ducha“, ale ako vnútornú zásadu organizovania si matérie pre seba. Aristoteles spojí chápanie života s dušou, ktorá je vnútorným aktom bytia, teda zdrojom jeho činnosti. Odvolávajúc sa na prvenstvo aktu pred možnosťou, poukazuje práve na rozdiel medzi bytiami majúcimi aktuálny život a bytiami, ktoré majú život v možnosti (svet matérie). Život je dobrom, ak je aktom bytia i vyjadrením jeho dokonalosti. Život v prvom rade patrí prvému aktu - Absolútnu, a potom až svetu, ktoré po najvyššom dobré túži.

Ďalšou filozofickou interpretáciou je chápanie života ako neustáleho pohybu i nekonečného procesu. Táto interpretácia vychádza z filozofie Plotina (+269) a je charakteristická pre celú neoplatónsku tradíciu. Život je identifikovaný s pohybom, činnosťou a neohraničenosťou. Život sa objavuje ako istá nutnosť, ako dôsledok všeobecného rozvoja sveta prírody alebo ako element v hierarchii bytí či ako etapa tvorivého rozvoja ducha a pod.

V tomto krátkom filozofickom hľadaní definície a chápania života nemôžeme nespomenúť významného filozofa Tomáša Akvinského, vďaka ktorému, filozofická koncepcia ľudského života je vnímaná stále vo vzťahu k druhému človeku a najmä vo vzťahu k Absolútnu (Bohu) ako k poslednému zdroju svojej existencie. Človek je niečo viac ako len príroda. Je pravda, že žije vo svete prírody a je do nej ponorený, ale z aspektu svojej existencie i spôsobu činnosti prekračuje celú prírodu. Poznáva seba ako toho, kto prírodu pretvára, zdokonaľuje, dopĺňa, i ako tvorcu kultúry (umenie, technika, náboženské kultúry, spoločenský život, veda). Človek ako človek sa aktualizuje v existencii a v slobodnej činnosti. Práve cez ňu najviac ukazuje svoju transcenciu vo vzťahu k prírode. Človek však sa od ostatných živých existencií odlišuje aj svojou dôstojnosťou, úplnosťou a tým, že je podmetom práv. Teda človek v racionálnom poriadku sa nám javí ako bytie vo svojej najvyššej, najvznešenejšej rovine.<sup>3</sup>

### **Čo sa skrýva za slovným spojením „kultúra života“?**

Kultúru života veľmi výstižne definovala profesorka filozofie náboženstva Hanny-Barbara Gerl-Falkovitzová, ktorá ju definuje takto: „Kultúra života znamená, že človek prijíma a žije vlastný život ako dar. Ako dar, ktorý dostal od niekoho iného. Kultúra života znamená, že dar života človek prizná a praje i všetkým ostatným ľuďom a to od jeho počiatku až do jeho konca. Kultúra života znamená smieť ďalej odovzdávať život, môcť privítať vlastné dieťa v tomto svete napriek všetkým jeho nástrahám a ťažkostiam. Kultúra života znamená môcť umrieť, keď príde čas, znamená pochopiť smrť ako prechod z jedného života do života iného. Znamená to vedieť prijať tento prechod s pomocou najbližších a nemusieť sa hanbiť za to, že fyzická podoba a stav človeka sú poznačené časom a utrpením. Namiesto toho aby sme sa niekoho „zbavovali“, kultúra života znamená spoločne sa postarať o jeho dôstojný odchod. Tieto slová môžu byť vyrieknuté len vtedy, keď si človek uvedomí, že jeho život pochádza od Prvotného

---

<sup>3</sup> Tamže, s. 50-51.



Bytia. Z tohto presvedčenia európska kultúra čerpala po stáročia. Prišiel čas, keď musíme znovu otvoriť horizont kultúre života.“<sup>4</sup>

V kresťanskom kontexte, kultúra života znamená, že život človeka je posvätný, pretože život je z Boha. Boh je Živý, on dáva dych života každej živej bytosti. Život je úžasný Boží dar a tajomstvo zároveň. Z toho vyplýva posvätnosť života ako takého. Človek je navyše stvorený „na obraz Boží“ (Gn 1, 27), to znamená, má niečo navyše, čo iné živé tvory nemajú. Každý človek má v sebe vtlačenú slobodnú, nesmrteľnú, rozumovú dušu, ktorá ho robí podobným Bohu. A to je dôstojnosť človeka (EV 4). Preto hovoríme, že človek je koruna stvorenia, vrchol stvorenia, že človek je viac ako zvierka, viac ako rastlina, pretože tie nemajú rozumovú dušu. Každá ľudská osoba je obdarovaná takou dôstojnosťou, pre ktorú si zasluhuje bezpodmienečnú úctu a nikdy ju nemožno zredukovať na užitočný „predmet“, ale vždy musí byť považovaná za subjekt.<sup>5</sup> Tu je dôležité pripomenúť, že samotnú dôstojnosť nedostáva človek ani zvonka, ani od niekoho, ani v dôsledku niečoho, ale jedná sa o neodňateľný atribút, neodlučiteľne spojený so samotným obsahom človečenstva (EV 5).

Tak napr. manželská láska chápaná v kontexte kultúry života nemá nijaké právo vylučovať život, ale naopak musí byť zameraná na darovanie života. Žiaľ, spoločenská a kultúrna situácia vo svete je veľmi nepriaznivá pre realizáciu opravdivej manželskej lásky, pretože oživuje a podporuje negatívny postoj voči životu. Blahobytné, ekonomické a konzumné zmýšľanie modernej spoločnosti nechce chápať pravú hodnotu ľudského života a zo strachu pred budúcnosťou odmieta prijať nový život. Kardinál Ratzinger na túto tému píše: „Ľudia preniknutí náboženskou mentalitou a kultúrou kladú dar života na jednu rovinu s požehnaním. Život je dar a rodina, ktorá má deti, je preto šťastná rodina. Úlohou Cirkvi je chrániť a zabezpečiť práva rodičov na výchovu a s tým spojenú povinnosť vychovávať deti. Úloha vychovávať deti má korene v poslaní rodičov spolupracovať na stvoriteľskom Božom diele“.<sup>6</sup>

### **Pracovná záťaž na súčasného človeka**

Ak sme vyššie vymedzili kultúru života, môžeme teraz obdobne vymedziť aj súčasnú kultúru života v kontexte pracovného zaťaženia. Tú predstavuje život prežívaný v zmysle reklamných sloganov „Pracuj, koľko vládzeš“, „Bud' sám sebou“, „Najprv práca, potom rodina“ a pod. Cieľom je tu hmotný blahobyt zacielený na nezdravý individualizmus, konzumizmus, príjemnosti fyzického života, ekonomickú efektivitu života, zabúdajúc na vzťahové a duchovné rozmery existencie ľudského bytia. Celkové pracovné zaťaženie je v súčasnej spoločnosti spojené s vysokými nárokmi na človeka, ktoré sú náročné na sústredenosť, zodpovednosť, presnosť pri práci, zapamätanie si množstva informácií, prepojenia pozornosti z jednej činnosti na druhú, riešenia konfliktných situácií, schopnosti komunikácie za všetkých okolností, asertívneho správania, udržiavania profesionálneho nadhľadu.

Takto vnímaná efektivita života v kontexte pracovného zaťaženia je postavená na týchto základoch:

- individualizmu
- konzumizmu a ekonomickej efektivity

---

<sup>4</sup> Porov. GERL-FALKOVITZ, H.-B.: *Eros - Glück - Tod, und andere Versuche im christlichen Denken*, Gräfelting, Resch Vlg 2001, s. 20.

<sup>5</sup> Porov. ĎAČOK J.: *Špeciálna morálna teológia*, Aloisianum, Bratislava 1996, s. 28-29.

<sup>6</sup> Porov. RATZINGER, J.: *Európa: prísľub alebo hrozba*. In: *Duchovný pastier: Revue pre teológiu a duchovný život*. Trnava: Spolok svätého Vojtecha, 1991, s. 12.

- vykoreňovania skutočnosti staroby, choroby, umierania a smrti
- konzumného správania a úsilia o vysoký hmotný štandard ako symbolu úspešnosti
- absenciu transcencie.

S takto vnímaným pohľadom na život človeka sú spojené i ďalšie fenomény ako napríklad: oslabenie či strata zmyslu pre hodnotu života, prijatie hedonizmu ako životného ideálu, egoisticky chápaná sloboda, orientácia na vlastný prospech, úžitok a potešenie na úkor druhých, ľahostajnosť a neúcta k životu. Nositeľmi tejto pseudokultúry sú ľudia, ktorí, v duchu uvedených charakteristík, považujú svoj život a život ľudí v spoločnosti za zmysluplný a efektívny iba vtedy, ak ho môžu čo najviac užívať, uspokojovať vlastné potreby a naplňovať tak jeho zmysel. Ak prevažujú ľubovôle, život je príjemný, telo zdravé, výkonné a pestované, potiaľ je život vnímaný ako zmysluplný. Bezproblémový život potom nie je narušovaný vidinou umierania a smrti, ktoré sú vytlačované, ale je garantovaný produkciou a ponukou tovaru, služieb, zážitkov. V okamihu, keď sú napr. v dôsledku choroby, úrazu, staroby, títo ľudia zbavení pôžitkov a začínajú prevažovať nevôle, nevidia často dôvod, prečo ďalej žiť. Vďaka absencii vedomia transcencie vnímajú ľudský život spravidla ako vec, s ktorou môžeme voľne nakladať, manipulovať, teda ju aj „odhodiť“.

V ekonomicky rozvinutejších krajinách je značne rozšírená aj legislatíva odporujúca životu, ktorá ovplyvňuje morálne zvyklosti a prax, a tak sa šíri mentalita nechoty prijať dieťa. Vyznávači tejto kultúry života sa tak de facto stávajú reprezentantmi kultúry smrti. Nositeľmi tejto pseudokultúry sú ľudia, ktorí sami majú skúsenosť s vážnou chorobou, svoju alebo svojich blízkych. Z pohľadu tých, ktorí sú zástancami vysokej pracovnej efektivity v živote, nemá život vďaka utrpeniu, bolesti alebo blížiacej sa smrti už žiadnu hodnotu, žiadny zmysel, a preto nie je dôvod, aby žili ďalej. Títo ľudia však, hoci spojení s chorobou, umieraním a smrťou, paradoxne bývajú neskôr predstaviteľmi kultúry života, pretože sa museli vyrovnávať s vlastnou smrteľnosťou, prekonať bolesť, úzkosť, strach. Svojím aktívnym postojom k najrôznejším „obmedzeniam“ vlastného života či života druhých dávajú dôležitý signál do spoločnosti o tom, v čom spočíva hodnota a kvalita života.

Je zrejmé, že vyššie vymenované znaky kultúry života a následne kultúry zaťaženej na efektívitu jednotlivca – človeka nemožno generalizovať, lebo dochádza aj k ich prelínaniu. V rámci jednotlivých skupín sa môžu navyše vyskytovať ľudia, ktorí svoj život orientujú podľa úplne odlišných meradiel a hodnôt. Napriek tomu však vyššie uvedené charakteristiky ukazujú, že v spoločnosti orientovanej na úspech, v ktorej meradlom rozhodovania je vlastný prospech, úžitok a potešenie na úkor druhého, kde prevažuje individualistické chápanie slobody a dôraz na „mať“ nad dôrazom „byť“, môžu tieto postoje ústiť v „falošnú“ kultúru života, a na druhej strane, že hraničné životné situácie môžu viesť k zmene hodnotovej orientácie a k angažovanosti v prospech kultúry života.

## **Záver**

Spoločnosť, v ktorej dnes žijeme, je vnímaná spravidla ako spoločnosť konzumná, s dôrazom na peniaze, úspech, moc, kariéru a majetkové hodnoty. Konzumný štýl života sa potom často odráža v negatívnom pohľade na ľudí neefektívnych, starých, chorých, postihnutých, umierajúcich. Tí nie sú z hľadiska „väčšiny spoločnosti“ vnímaní ako perspektívni, ale, naopak, ako záťaž pre spoločnosť. Preto je imperatívom pre mnoho dnešných ľudí zostať čo najdlhšie mladý, zdravý, výkonný, flexibilný, dynamický. Pretože to však nie je trvalo možné, môže tam, kde je všetko vedome vykoreňované, čo

nás upomína na krehkosť a zraniteľnosť nášho života, kde je absencia zmyslu pre transcenciu, byť začiatkom definitívneho pádu ľudstva.

Sú ale aj ľudia v dnešnej spoločnosti, ktorí nie sú zaujatí primárne sami sebou a svojím prospechom, ktorí majú hlbšie potreby než len vlastniť, a sú skôr otvorení pre to, čo je v živote podstatné a dôležité, čo nachádza výraz nielen v ich vlastnej hodnotovej orientácii, ale aj v názoroch na ľudí znevýhodnených, marginalizovaných. Títo ľudia majú porozumenie pre druhých a sú schopní aj vo svojom vlastnom živote sa niečo vzdať. Ako to zdôraznil emeritný pápež Benedikt XVI.: „Pravá kultúra života je založená na pozornosti voči druhým, bez toho, aby sme niekoho vylučovali alebo diskriminovali. Každý ľudský život, ako taký, si vždy zasluhuje a vyžaduje ochranu a podporu. Dobré vieme, že táto pravda často stojí v protiklade s názorom rozšíreným v takzvaných blahobytných spoločnostiach - život je velebený, kým je príjemný, v chorobe či invalidite už rešpektovaný nebýva. Ak budeme každého človeka hlboko milovať, budeme sa môcť účinne podieľať na službe životu, a to tak tomu, ktorý sa rodí, tak aj tomu, čo je poznačený utrpením, zvlášť v jeho konečnej fáze alebo aj na okraji spoločnosti.“<sup>7</sup>

## ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY

### Pramene

*Dokumenty II. Vatikánskeho koncilu*, Trnava : SSV 1993.

*Sväté písmo*, SÚSCM, Rím 1995.

JÁN PAVOL II. Encyklika *Evangelium Vitae*, Trnava : SSV 1995.

BENEDIKT XVI. *Život je dar a má byť žitý v láske*. Príhovor pred modlitbou Anjel Pána 5. 02.2006.

CSONTOS, L. *Úvod do filozofie kultúry*. Trnava : Dobrá kniha, 1996.

ĎAČOK J. *Špeciálna morálna teológia*, Aloisianum, Bratislava 1996.

DEGRO, I. *Filozofické základy nenarušiteľnosti ľudského života*. In: *Filozofia* 59/1, 2004, s. 41-53.

GERL-FALKOVITZ, H. B. *Eros - Glück - Tod, und andere Versuche im christlichen Denken*. Gräfelting, Resch Vlg 2001.

RATZINGER, J. *Európa: prísľub alebo hrozba*. In: *Duchovný pastier: Revue pre teológiu a duchovný život*. Trnava : SSV, 1991.

## KONTAKT NA AUTORA

ThDr. Radoslav Lojan, PhD., Katolícka univerzita v Ružomberku

Teologická fakulta Košice

Katedra systematickej teológie

Hlavná 89, 041 21 Košice

E-mail: lojanr@gmail.com

---

<sup>7</sup> Porov. BENEDIKT XVI.: *Život je dar a má byť žitý v láske*. Príhovor pred modlitbou Anjel Pána 5. 02. 2006.

# RODINNÉ VZŤAHY

## FAMILY RELATIONSHIPS

---

Dušan Šlosár - Vladimír Lichner

**Abstrakt:** Rodina ako základná bunka spoločnosti, si vyžaduje osobitnú pozornosť. Najmä vzhľadom na oslabenie vzťahov, ktoré sa v tejto sociálnej inštitúcii tvoria a ovplyvňujú jej fungovanie. Kvalita sociálnych vzťahov ovplyvňuje aj kvalitu života rodiny. Dysfunkcie v rodinných vzťahoch priamo ovplyvňujú rodinu, ale môžu ju aj priamo ohroziť.

**Abstract:** The family as a fundamental unit of society requires special attention. Especially given the weakening of relations that are in the form of social institution and affect its operation. The quality of social relations affects the functioning of the family. Dysfunction in family relationships affect the family but it can also directly threaten.

**Kľúčové slová:** Rodina. Rodinné vzťahy. Dysfunkcia v rodinných vzťahoch.

**Keywords:** Family. Family relationships. Dysfunction in family relationships.

V posledných desaťročiach pozorujeme značné zmeny vo vývoji rodiny. Najmä v oblasti kreovania rodinných vzťahov. Môžeme konštatovať, že vývoj smeruje od veľkej ku malej rodine, bežnejším sa stáva spolužitie bez uzavretia manželstva. Narastá počet neúplných rodín, klesá sobášnosť a natalita, voľná dostupnosť umelého prerušenia tehotenstva zredukovala rodenie nechcených či neplánovaných detí na minimum a umožnila partnerom odsunúť počatie dieťaťa na neskoršiu dobu. Žijeme v dobe, v ktorej vytváranie manželských rodín sprevádza značná voľnosť, v ktorej sú manželstvá uzatvárajú s vedomím, že sa môžu ľahko ukončiť, spoločný život bez svadby je spoločensky prijateľný, dokonca módný.<sup>1</sup>

Pojem rodina je komplexný, mnohovýznamový termín. Pre náš príspevok je najvýznamnejšie sociologické vymedzenie, ktoré ponúkame:

Rodina je najuniverzálnejšou formou sociálneho života, ktorá poskytuje svojim členom starostlivosť a sprostredkuje zaradenie svojich členov do spoločnosti.<sup>2</sup> Rodina je azylom či útočiskom a priestorom stability, kde si členovia rodiny navzájom poskytujú oporu a pocit spolupatričnosti.

Rodinu je možné definovať prostredníctvom jej funkcií. G. P. Murdock definoval rodinu prostredníctvom štyroch základných univerzálnych črt a funkcií rodiny. Medzi tieto základné črty a funkcie zaradil:

- ✓ sexuálne spolužitie rodičov,
- ✓ legítimnú reprodukciu potomstva,
- ✓ starostlivosť o deti a zodpovednosť za ich výchovu,
- ✓ ekonomickú spoluprácu.<sup>3</sup>

Treba zdôrazniť, že všetky uvedené funkcie pôsobia paralelne a vzájomne sa prelínajú.

### 1.1 Funkčnosť a dysfunkčnosť rodinného prostredia

Keďže rodina je spoločenskou inštitúciou, sú na ňu kladené určité požiadavky, ku ktorým patria aj funkcie rodiny. Funkčná rodina je základným predpokladom pre zdravý

---

<sup>1</sup> Porov. SMITHOVÁ H. *Děti a rozvod*. Praha : Portál, 2004, s. 183.

<sup>2</sup> Porov. KRÁĽOVÁ E. *Sociálne inštitúcie*. Prešov : KM Systém, 2007, s. 255.

<sup>3</sup> Porov. KRÁĽOVÁ E. *Sociálne inštitúcie*. s. 188.

vývin dieťaťa. Mnohé rodiny sa s touto skutočnosťou nestotožňujú. Je pravdepodobné, že základné funkcie nepoznajú, alebo ich ignorujú či prehládajú. V rámci problematiky rodinných vzťahov, pokladáme za prínosné uviesť základné funkcie, ktoré by každá rodina mala naplňovať voči sebe samej, aj voči spoločnosti. Zameriame na vymedzenie podstatných aspektov, ktoré vznikajú v prípade neplnenia jednotlivých funkcií, t.j. na dysfunkčnosť rodinného prostredia.

K základným funkciám rodiny, s ktorými sa stretávame u viacerých autorov a autoriek, môžeme zaradiť: biologicko-reprodukčnú, ekonomicko-zabezpečovaciu, výchovnú, emocionálnu a ochrannú funkciu.<sup>4</sup> Ďalej je to regeneračná a odpočinková funkcia.

K historicky najstaršej funkcii patrí **biologicko-reprodukčná funkcia**, ktorá zabezpečuje biologickú reprodukciu rodiny aj celej spoločnosti, realizuje sa v sexuálnych vzťahoch partnerov.<sup>5</sup> Reprodukcia nezahŕňa len počatie a pôrod, ale aj následnú starostlivosť o dieťa. Preto považujeme za dôležité uviesť, že každý človek by mal k počatiu potomka pristupovať zodpovedne. Zodpovednosť je vymedzená zodpovednosťou za ľudský život a zodpovednosťou za to, akým človekom sa dieťa stane.

Nezodpovedný prístup k rodičovstvu je častým problémom súčasnej spoločnosti. Je sprevádzaný mnohými negatívnymi dôsledkami, medzi ktoré nepochybne patrí aj zanedbávanie či týranie „nechceného“ dieťaťa.<sup>6</sup> O poruche tejto funkcie je možné hovoriť v súvislosti s potratmi, zanedbávaním rodičovských povinností, odopieranie rodinného prostredia či neplánované rodičovstvo.<sup>7</sup>

Ďalšou funkciou je **ekonomicko-zabezpečovacia funkcia**. Môžeme povedať, že základom tejto funkcie je zabezpečiť základné životné potreby rodiny, na základe príjmov dospelých členov rodiny. Dunovský podotýka, že táto funkcia sa netýka len materiálnej oblasti, ale postupne prechádza do sociálnej, duševnej a duchovnej oblasti. Z toho vyplýva, že má svojim členom poskytovať životné istoty. V prípade neplnenia tejto funkcie rodina nezabezpečuje dôstojné podmienky pre život svojim členom.<sup>8</sup> V sociálnom štáte by nikto nemal žiť pod ľudskú úroveň. Táto úroveň však jasne definovaná nie je.

Osobitné miesto zastáva **emocionálna funkcia (citová)**. Tá je podľa nášho názoru vo vzťahu k dieťaťu nenahraditeľná a najdôležitejšia. Táto funkcia zabezpečuje citové, stabilné a emocionálne bezpečné prostredie. Zároveň aj saturáciu významných potrieb akými sú podpora, pomoc, pokoj, zdieľanie zážitkov a i., ktoré sú potrebné pre psychickú stabilitu a zdravý osobnostný rozvoj detí. Dôležitou skutočnosťou je, že táto funkcia sa viaže na plne rozvinutého, zrelého a zodpovedného človeka.

---

<sup>4</sup> Porov. PREVENDAROVÁ, J. *Rodinná terapia a poradenstvo*. Bratislava : OZ Sociálna práca, 2004, 120 s.

<sup>5</sup> Porov. ORAVCOVÁ, J. Rodiny týrajúce a zneužívajúce svojich členov. In ORAVCOVÁ, Jitka - ĎRUCOVÁ, Lenka - BINDASOVÁ, Oľga. *Psychológia rodiny*. Banská Bystrica : Fakulta humanitných vied Univerzity Mateja Bela, 2007.

<sup>6</sup> Porov. HALACHOVÁ, M. – RÉMIASOVÁ, E. – ŽIAKOVÁ, E. Násilie páchané na ženách. In LOVAŠOVÁ, S. a kol. (eds.) *Násilie v sociálnej práci : zborník príspevkov*. Košice : Katedra sociálnej práce FF UPJŠ, 2013. s. 139-146.

<sup>7</sup> Porov. HUDECOVÁ, A. Rodina – primárny socializačný činiteľ. In HUDECOVÁ, Anna - BROZMANOVÁ BREGOROVÁ, Alžbeta a kol. *Sociálna práca s rodinou*. Banská Bystrica : Pedagogická fakulta, UMB, 2009.

<sup>8</sup> Porov. DUNOVSKÝ, J. - KOVAŘÍK, J. et al. Rodina. In DUNOVSKÝ, J. et al. *Speciální pediatrie*. Praha : Grada Publishing, 1999.

Nenaplnenie tejto funkcie sa môže prejaviť citovou depriváciou dieťaťa, ktorá môže následne viesť k vzniku deviantných foriem správania. Porucha emocionálnej funkcie môže byť spôsobená mnohými príčinami. Napr. rodinný rozvrat, rozvod rodičov, nechcené dieťa, nedostatočný záujem o dieťa, ktorý vyúsťuje k opusteniu, zanedbávaniu, týraniu a zneužívaniu dieťaťa. Práve sociálna práca venuje pozornosť problémom, ktoré vznikajú dôsledkom neplnenia emocionálno-psychohygienickej funkcie.<sup>9</sup>

K základným funkciám patrí aj **výchovná funkcia**. Niektorí autori a autorky ju nazývajú aj **socializačno-výchovná**. Podstata tejto funkcie spočíva vo vytváraní optimálneho prostredia a vhodných podmienok pre úspešný proces začleňovania dieťaťa do spoločnosti. Je to prvé prostredie, v ktorom si dieťa osvojuje základné pravidlá, normy, názory, postoje, hodnoty. Na základe uvedeného môžeme povedať, že rodičia sú pre svoje deti výchovnými vzormi. Preto je veľmi dôležité, aby vzory rodičov boli pozitívne. Je dokázané, že správanie, s ktorým sa deti stretávajú v rámci primárneho prostredia prenášajú do svojich budúcich vzťahov, ide o tzv. transgeneračný prenos.

Príčinami porúch tejto funkcie je, že rodičia sa nevedia alebo nemôžu starať o dieťa. Ide o poruchy osobnosti či nezrelosť rodičov. Nezujem o dieťa môže vyústiť do ohrozovania, poškodzovania vývinu dieťaťa, následkom čoho sociálny pracovník, pracovníčka musí dieťa z rodiny vyňať. V tomto prípade ide o afunkčnú<sup>10</sup> rodinu, kedy nie je možné realizovať ani sanáciu rodiny. Príčinou poruchy výchovnej funkcie je zároveň preferovanie rôznych negatívnych štýlov výchovy, ktoré sa prejavujú správaním, vzťahom a kladením požiadaviek na dieťa.<sup>11</sup>

Na základe uvedených poznatkov sme presvedčení, že funkčnosť a dysfunkčnosť rodiny je podmienená samotnými schopnosťami rodičov plniť si svoje úlohy. Vieme, že nie každý človek má vhodné predispozície k naplneniu rodičovskej roly. Podľa nás je v dysfunkčných rodinách nevyhnutné realizovať sanáciu rodiny. Ak v rodine nastanú problémy a nedokáže ich riešiť vlastnými silami, často sa stáva, že rodič si kompenzuje svoju bezmocnosť na ďalších členoch rodiny.

## 1.2 Špecifické charakteristiky rodiny s prítomnosťou násillia

Nepochybne, rodiny týrajúce, zneužívajúce a zanedbávajúce svoje deti sú charakteristické určitými antisociálnymi rysmi. Pre tieto rodiny je typické, že všetky znaky zdravej rodiny v nej postupne odumierajú. Necitlivosť k potrebám dieťaťa vyplýva zo samotnej osobnosti rodičov a ich hodnotovej orientácie. Táto skutočnosť však nie je jedinou charakteristikou.<sup>12</sup>

Za nepriateľskú rodinnú interakciu, považujeme takú, v ktorej prevláda kritika, trestanie, odmietanie a požiadavky, ktoré členovia kladú sú vysoké, nereálne a nekonzistentné. Ide o vzťahovú patológiu a patologické interakcie medzi rodičmi. Tieto rodiny majú nejasné kompetencie a aj bežný chod domácnosti zvládajú s ťažkosťami. Komunikácia je jednostranná, vyskytujú sa časté povely. Rodičia sa

---

<sup>9</sup> Porov. LEVICKÁ, J. a kol. *Sociálna práca s rodinou*. Trnava : Mosty a Fakulta zdravotníctva a sociálnej práce TU, 2004.

<sup>10</sup> Poruchy rodiny sú takého rozsahu, že prestáva plniť svoju základnú úlohu a ohrozuje dieťa v samotnej existencii (Laca, 2011).

<sup>11</sup> Porov. KAMENSKÁ, J. Význam rodinného prostredia a jeho sanácia. In *V. Medzinárodná konferencia doktorandov odborov psychológia a sociálna práca : zborník príspevkov*. Nitra : Fakulta sociálnych vied a zdravotníctva UKF Nitra, 2010

<sup>12</sup> Porov. RUSNÁKOVÁ, M. *Rodina v slovenskej spoločnosti v kontexte sociálnej práce*. Ružomberok : PF Katolíckej univerzity, 2007. 167 s.

snažia usmerňovať deti kritikou, nemajú schopnosť posilňovať žiaduce správanie dieťaťa.<sup>13</sup> Rodičia majú často nereálne požiadavky či nároky a skreslené predstavy o tom, čo ich deti dokážu a čo nie. Pre rodiny s prítomnosťou násilia je charakteristické, že násilie páchajú na deťoch, ktoré ich vyčerpávajú, ktoré nespĺňajú ich očakávania a tiež na deťoch s málo pochopiteľným správaním.

Príčinu zlyhávania rodín je možné vidieť aj v samotnej spoločnosti. Súčasné ekonomické podmienky vytvárajú psychický tlak. Hlavne v sociálne slabších rodinách, v ktorých neustále pretrváva napätie či bude môcť rodina zabezpečiť svojich členov aj v ďalšom období. Príčinu zlyhávania však nájdeme aj u zamestnaných rodičov, ktorí nie sú spokojní so svojou prácou. Svoju nespokojnosť prenášajú domov, kde si ju aj ventilujú. Následkom je, že k nahromadenému napätiu stačí jediná stresujúca situácia (napr. dieťa dostane zlú známku), a tá sa stáva spúšťáčom násilia. Pre tieto rodiny je tiež charakteristické, že svoje agresívne impulzy nevedia ovládať, často upadnú do nevládateľnej štruktúry afektov.<sup>14</sup>

Pri charakterizovaní zdravej rodiny sa berú do úvahy psychosociálne črty ako vysoký stupeň súdržnosti a spolupráce, pozitívne emocionálne vzťahy, otvorená, úprimná, zrozumiteľná komunikácia, vzájomný rešpekt, premenlivá deľba rol, na základe rešpektu zrelosti a záujmov členov, schopnosť pokonávať záťažové či konfliktné situácie, opora rodiny. Pre disfunkčné rodiny je charakteristická absencia týchto črt a posúva ich z pásma zdravia do klinického pásma. Ide o neschopnosť prekonať záťažové konfliktné situácie. Vhodné je tiež spomenúť, že pre disfunkčné rodiny je zároveň charakteristické, že mnohé negatívne vzorce správania, konania, vystupovania si prenášajú zo svojho primárneho prostredia v dôsledku medzigeneračného či transgeneračného prenosu. Na základe toho sa v spoločnosti vytvára opakujúci sa, negatívny kolobeh opakujúcich sa problémov.

Pre disfunkčné rodiny sú charakteristické viaceré faktory, aspekty, činitele. Stručne uvedieme niektoré z nich:

*Sociálna a kultúrna opora používania násilia* hovorí o tolerancii či akceptácii používania fyzických trestov, hoci je v súčasnosti trestne stíhaná. Na základe uvedeného môžeme povedať, že rodina neakceptuje spoločenské normy, ale vytvára si vlastné nevhodné pravidla výchovy.

*Čas ako rizikový faktor* znamená nedostatok času venovaný deťom. Môže ísť o rodiny s náročným zamestnaním, rodiny ambiciózne či preťažené.

*Súkromie a uzavretosť rodín* znamená, že moderná rodina je súkromnou inštitúciou, ktorá je ukrytá pred zrakom, sluchom a často aj pravidlami spoločnosti. Problémy rodiny zostávajú utajené a vzhľadom k právu na súkromie sociálni pracovníci, pracovníčky nemajú možnosť odhaliť disfunkcie, ktoré sa odohrávajú za dverami bytu.

Pri faktore *nerovnosti* by sme zjednodušene mohli povedať, že fyzicky silnejší člen rodiny (obvykle otec) zneužíva svoju pozíciu na vnucovanie svojich postojov. Pre disfunkčné rodiny sú charakteristické dva extrémne prístupy, a to silne autoritársky alebo zanedbávajúci.

Faktor *stres* naznačuje, že pre disfunkčné rodiny je obvyklá vysoká miera stresu spojeného s rôznymi udalosťami a nevhodné spôsoby jeho zvládania.

Faktor *rodinné mýty*. Ide o určité presvedčenia, ktoré si o sebe rodina vytvára. Napriek tomu, že bývajú skryté, prejavujú sa v správaní rodiny. Medzi základné mýty, ktoré môžu ohrozovať dieťa patria: „mýtus harmónie“ (sme a budeme šťastní), „mýtus

---

<sup>13</sup> Porov. MATOUŠEK, O. et al. *Metódy a řízení sociální práce*. Praha : Portál, 2003. 380 s

<sup>14</sup> Porov. VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha : Portál, 2004. 872 s.

obetného baránka“ (niekto je vinný), „mýtus prehnanej súdržnosti“ (všetci mimo rodinu sú nepriatelia). V našej kultúre prevládajú v súvislosti s výchovou nasledovné presvedčenia, ako napr. zdravá facka nezaškodí, deti na to tak či tak rýchlo zabudnú, rozmaznávanie nemožno neskôr napraviť, správny otec musí mať tvrdú ruku.<sup>15</sup>

Celková atmosféra rodinného života, vzájomné vzťahy, interakcie, komunikácia, kompetencie, uznávaný systém hodnôt, noriem, vzorov správania a presvedčení o výchove nám môžu naznačiť patológiu rodinného prostredia. Obeťou takýchto rodín sa stávajú všetci členovia rodiny. Preto je pre sociálneho pracovníka nevyhnutné vedieť rozpoznať patologické prejavy a včas zakročiť.

Taktiež aj základné znaky rodinných systémov ovplyvňujú dysfunkčnosť rodiny. Vyberáme z nich len tie, ktoré sa nám javia najpodstatnejšie:

- otvorenosť podmieňuje životaschopnosť systému, schopnosť reprodukcie, kontinuity a schopnosť zmeny,
- adaptabilnosť, rodinné systémy sú adaptabilné, vyvíjajú sa a menia na základe citlivých reakcií na podnety vonkajšieho a vnútorného pôvodu,
- spätná väzba je spôsob, akým rodinný systém reaguje na podnety od svojich členov alebo z okolia zosilnením alebo potlačením určitého vzorca správania takým spôsobom, že tým prispieva k vlastnému zachovaniu,
- cirkulárna kauzalita znamená, že zmena u jedného z jej členov pôsobí na ostatných a na skupinu ako celok.

V rodinách sa prelínajú rôzne spôsoby zvládania problémov, každý člen rodiny je ovplyvňovaný spoločnosťou, ale aj názormi vlastnej rodiny. Každý rodinný systém sa skladá z niekoľkých subsystémov. Vo všeobecnosti môžeme vymedziť, že existujú nasledovné subsystémy, a to manželský subsystém, subsystém rodič – dieťa a súrodenecký subsystém, ktoré sa vzájomne a nevyhnutne ovplyvňujú. Z hľadiska fungovania rodiny sú veľmi dôležité hranice medzi nimi. Vonkajšie hranice chránia integritu rodiny, vnútorné rozlišujú jednotlivé subsystémy. Hranice by mali byť pevné, ale flexibilné, jasne vymedzené, ale v prípade potreby schopné zmeny.<sup>16</sup>

Napriek zmenám, ktoré spoločnosť prináša, je pre nás rodina najvyššia hodnota spoločnosti. Je miestom, ktoré je pre jej členov útočiskom i azylom. Ak má rodinný systém zostať neporušený, musí neustále reagovať na vonkajšie a vnútorné podmienky. Vyžaduje to mobilizáciu všetkých síl v rodine a riešenie vzniknutých záťažových situácií. V opačnom prípade dochádza k vychýleniu z rovnováhy, vzniku konfliktu, krízy, prípadne k rozpadu rodiny.

## ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY

BALOGOVÁ, B. - GERKA, M. - ALEŠ, P. *Úvod do sociálnej práce*. Prešov : Prešovská univerzita, 2002. 80 s. ISBN 80-8068-120-1.

BROZMANOVÁ GREGOROVÁ, A. - HUDECOVÁ, A. Rodina ako klient sociálnej práce. In HUDECOVÁ, A. - BROZMANOVÁ GREGOROVÁ, A. a kol. *Sociálna práca s rodinou*. Banská Bystrica : Pedagogická fakulta, UMB, 2009. ISBN 978-80-8083-845-4, s. 26 – 37.

DUNOVSKÝ, J. - KOVAŘÍK, J. et al. Rodina. In DUNOVSKÝ, J. et al. *Speciální pediatrie*. Praha : Grada Publishing, 1999. ISBN 80-7169-254-9, s. 91 – 93.

---

<sup>15</sup> Porov. FUCHSOVÁ, K. *Týrané dieťa*. Bratislava : IRIS, 2009. 190 s.

<sup>16</sup> SOBOTKOVÁ, Irena. 2001. *Psychologie rodiny*. Praha : 173 s



- FUCHSOVÁ, K. *Týrané dieťa*. Bratislava : IRIS, 2009. 190 s. ISBN 978-80-89256-30-3.
- HALACHOVÁ, M. – RÉMIÁSOVÁ, Ľ. – ŽIAKOVÁ, E. Násilie páchané na ženách. In LOVAŠOVÁ, S. a kol. (eds.) *Násilie v sociálnej práci: zborník príspevkov*. Košice : Katedra sociálnej práce FF UPJŠ, 2013. s. 139-146. ISBN 978-80-8152-063-1.
- HUDECOVÁ, A. Rodina – primárny socializačný činiteľ. In HUDECOVÁ, A. - BROZMANOVÁ BREGOROVÁ, A. a kol. *Sociálna práca s rodinou*. Banská Bystrica : Pedagogická fakulta, UMB, 2009. ISBN 978-80-8083-845-4, s. 14 – 24.
- LEVICKÁ, J. a kol. *Sociálna práca s rodinou*. Trnava : Mosty a Fakulta zdravotníctva a sociálnej práce TU, 2004. ISBN 80-89074-93-6, s. 105 – 114.
- MATOUŠEK, O. *Rodina jako inštituce a vztahová síť*. Praha : SLON, 2003. 159 s. ISBN 80-86429-19-9.
- RUSNÁKOVÁ, M. *Rodina v slovenskej spoločnosti v kontexte sociálnej práce*. Ružomberok : PF Katolíckej univerzity, 2007. 167 s. ISBN 978-80-8084-248-2.
- VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha : Portál, 2004. 872 s. ISBN 80-7178-802-3.

#### **KONTAKT NA AUTOROV**

Doc. JUDr. Mgr. Dušan Šlosár, PhD.  
Mgr. Vladimír Lichner  
Katedra sociálnej práce FF UPJŠ Košice  
Košice, Moyzesova 9  
e-mail: dusan.slosar@upjs.sk;  
vladimir.lichner@gmail.com

# NAŠE NAJŤAŽŠIE KRÍŽE: MY SAMI A NAŠA NAJBLIŽŠIA RODINA (ESEJ)

*OUR HEAVIEST CROSSES: WE OURSELVES AND OUR CLOSEST FAMILY (essay)*

---

*Stanislav Matulay*

**Abstrakt:** Pre svoj príspevok som zvolil formu eseje, pretože si myslím, že mi umožnila lepšie naplniť ciele, ktoré som si zvolil vzhľadom k tejto téme. V prvej časti textu tejto práce som formuloval štyri druhy dospelosti, a to osobitne dospelosť osobnostnú, bez ktorej sa stávame nielen krížom pre našich najbližších, ale aj krížom samým sebe. V druhej časti textu tejto práce som pertraktoval problematiku kríža situácií, keď sa stávame krížom samý pre seba. Napokon v tretej časti textu som venoval pozornosť klasifikáciám rodinných krížov, to znamená problémov rodinných vzťahov. V rámci toho som sa stručne dotkol aj súčasných útokov proti katolíckej cirkvi a katolíckej rodine, ktoré sa pomaly ale iste menia na ďalšie kríže.

**Abstract:** I composed my contribution in the form of an essay, because I believed that this form would allow me to better fulfil my goals which I had set regarding this topic. In the first part of the composition I defined four types of adulthood; and especially the personality adulthood – if we do not reach it, we become a cross to bear not only for our closest people but also for ourselves. In the second part of the essay I discussed the cross phenomenon of situations when we become a cross to bear for ourselves. And finally, in the third part, I focused my attention on the classification of family crosses, i.e. problems of family relationships. Here, I briefly included also current attacks on the Catholic Church and the catholic family, which are slowly, but for sure turning into further crosses.

**Kľúčové slová:** Kríž. Rodina. Homosexualita. Homofóbia.

**Key words:** Cross. Family. Homosexuality. Homophobia.

Podľa teórie, ktorá nie je moja, ja som ju iba trochu dopracoval, človek dosahuje štyri druhy dospelosti. Tá prvá je fyzická, a pod ňou chápem celkové ukončenie vývoja a rastu organizmu, a v tom hlavne schopnosť stať sa rodičmi, čo dosiahnu takmer všetci, dokonca už v puberte, a to až na malé percento tých, ktorí ochorejú na niektorú zo zriedkavých chorôb, ktorá im tak poškodí fyzický organizmus, že sa táto premena dieťaťa na dospelého muža či ženu neukončí.

Tá druhá dospelosť je právna a spoločné s dospelosťou fyzickou má to, že mladý človek sa ani o túto dospelosť nemusí snažiť; ona príde sama s určitým vekom a dokonca táto právna dospelosť sa nedá ani odmietnuť, ani oddialiť. Po dosiahnutí pätnásteho roku veku prichádza trestná zodpovednosť za prečiny voči zákonu a po 18 roku veku končí obdobie „polovičnej sadzby trestov“ a mladý človek je za porušenie zákona plne zodpovedný.

Tretí druh dospelosti som nazval dospelosťou ekonomickou, ktorá prichádza vtedy, keď mladý človek nastúpi do pravidelného zamestnania, ktoré mu zabezpečí pravidelný finančný príjem. Na obranu mladých ľudí na Slovensku musím povedať, že taktika „mama-hotel“, respektíve trvalejšie prekvalifikovanie rodičov na „matko-banku“ a „tatro-banku“, je vo väčšine prípadov objektivizovaná zárobkom okolo 300 - 400 Eur, čo naozaj na samostatný život mladých ľudí nestačí. V každom prípade, ekonomická

dospelosť, na rozdiel od fyzickej a právnej, už neprichádza automaticky, osobitné nájdenie prvého zamestnania, po absolvovaní školy, je pre mladých ľudí často viac než obťažné a pýta si vyvinutie značnej snahy. Ale aj túto dospelosť nakoniec väčšina mladých ľudí získa, keď abstrahujeme od mládeže rómskej, kde sú ale „vstupné hodnoty“ osobitné vzdelanie, na úplne inej úrovni.

Napokon štvrtým druhom dospelosti je podľa mňa dospelosť osobnostná. Za najpodstatnejšiu zložku tohto druhu dospelosti považujem schopnosť jedinca, vždy keď sa mu stane niečo nepríjemné, keď narazí na problém, uskutočniť analýzu vlastných myšlienok, slov a činov, následne uskutočniť aj syntézu s cieľom nájsť riešenie daného problému. Čiže jednoduchšie povedané schopnosť jedinca hľadať a nájsť čo najpresnejšie odpovede na tri otázky: Čo sa mi to stalo? Prečo sa mi to stalo? Ako dosiahnuť, aby sa mi to už nestalo, respektíve, aby sa mi to stávalo čo najmenej?

A opäť za najpodstatnejšiu zložku tejto zložky, čiže toho, čo nazývam osobnostnou dospelosťou, považujem schopnosť dokázať, hlavnú pozornosť v tomto hľadaní venovať hľadaniu odpovede na otázku: Čím (respektíve ako) som k vzniku tohto problému prispel ja?

Už samotné hľadanie, ale aj na to nadväzujúce nachádzanie odpovedí, na túto otázku považujem za meradlo reálne dosiahnutého osobnostného stupňa a vývoja (rozvoja) daného jedinca, pričom vyslovujem hypotézu:

- Predpokladám, že čím väčší podiel viny daný jedinec nachádza vo svojej rodine, tým je stupeň jeho osobnostného rozvoja nižší.
- Túto hypotézu môžeme formulovať aj opačne: Predpokladám, že čím vyšší podiel viny nachádza jedinec v sebe, tým je stupeň jeho osobnostného rozvoja vyšší.

Na podoprenie, a hlavne vysvetlenie týchto tvrdení, ktoré určite časť čitateľov nepotešia, ani nepresvedčia, zdôrazňujem, že pri týchto hypotézach mi nejde o hľadanie, či dokazovanie viny, respektíve morálnej zodpovednosti, hoci nechcem tvrdiť, že tento aspekt je bezvýznamný. V tomto prípade je pre mňa podstatne dôležitejšie je poznanie toho, že zmeniť môžem jedine seba, nikdy nie tých druhých a to ani tých najbližších, a svoje deti, po tom, čo dosiahnu právnu, príjade dokonca i ekonomickú dospelosť, už vôbec nie.

Z toho logicky vyplýva, že tak z hľadiska riešenia vzniknutého problému ako i z hľadiska toho, ako zabrániť opakovaniu sa tých istých problémov, je naozaj iba sebaanalýza a sebareflexia. Akokoľvek podrobná analýza chýb, nedostatkov alebo omylov predstaviteľov druhej strany rodinného konfliktu, môže byť síce zaujímavá, môže mi priniesť aj určité poznatky, ale to mi nepomôže.

Z pohľadu mojich rodinných partnerov to bude vždy len ďalší pokus o exkaláciu napätia, ďalší útok, či pokus o sponchybienie ich osobnosti, ich pravdy, jednoducho moje argumenty vo väčšine prípadov neprijmú z jednoduchého principiálneho dôvodu: útočiť nielen na cudzích, ale dokonca aj na našich najbližších, je vždy oveľa ľahšie, než útočiť na seba.

Vychádzajúc z doteraz povedaného, ako aj z mnohých konfliktov, ktoré sme takmer všetci už zažili, zažívame a zažívať budeme, (tých zopár výnimiek iba potvrdzuje pravidlo), mi vychádzajú ďalšie hypotézy:

- Predpokladáme, že osobnostná dospelosť je stratifikovaná.
- Predpokladáme, že dosiahnuť vyššie stupne osobnostnej dospelosti je ťažšie, ako dosiahnuť dospelosť ekonomickú.
- Predpokladáme, že dosiahnutie osobnostnej dospelosti nie je nikdy definitívne, je to niečo, čo je potrebné neustále obnovovať.

- Predpokladáme, že čím je stupeň dospelosti vyšší, tým menej dospelých jedincov ho počas svojho života dosiahne.

Napokon si ešte nemôžem odpustiť poznámku, že pojem osobnostná dospelosť mi tak trochu pripomína pojem svätosť, dokonca môžem utvoriť aj reťaz: málo svätosti – málo osobnostnej dospelosti – veľa rodinných problémov, nedorozumení, nepochopenia, hádok. (A nakoniec poznámka pre tých, ktorým v identifikácii pojmu osobnostná dospelosť chýba emocionálna inteligencia, či emocionálne IQ: toto pod náš pojem možno zahrnúť, ale z pohľadu tejto mojej témy to nepovažujem za rozhodujúce.)

Priznávam, že v tomto momente som sa pri písaní zastavil a pomyslel som si: Tento môj text je možno aj dobrý, ale tak trochu mimo témy, pretože nadpis príspevku je predsa o rodine a o krížoch. Rodinu som síce viackrát spomenul, ale kríže vôbec nie.

Druhá moja myšlienka znela: Doterajší text je nevyhnutným úvodom, je základom na ktorom môžem ďalej budovať. A napokon tretia myšlienka: Celý predošlý text nie je úvodným textom, ale textom in medias res, celý tento text je síce prvoplánovo o rodine, respektíve dokonca o druhoch dospelosti, čo by tam možno ani nemuselo byť, ale zároveň druhoplánovo je presne o tom o čom má byť, o čom je aj názov celého príspevku, čiže o krížoch.

Na tomto mieste položím rečnícku otázku: Nie sú naše spory s našimi najbližšími členmi rodiny, s našimi manželskými partnermi, s našimi deťmi, s našimi rodičmi, našimi súrodencami zároveň aj našimi (ťažkými, niekedy i najťažšími) krížmi, ktoré nesieme dlhé roky a často aj po celý svoj život?

Namiesto ďalšej obširnej argumentácie uvediem opäť dve hypotézy a ostatný text nechám na čitateľa:

- Predpokladáme, že nedorozumenia s najbližšími členmi našej rodiny, nás zraňujú viac ako nedorozumenia s ostatnými ľuďmi.
- Predpokladáme, že nedorozumenia našich najbližších členov rodiny s nami ich zraňujú viac, ako nedorozumenia s ostatnými ľuďmi.

Tieto myšlienky nám rozsah tohto príspevku neumožňuje ďalej rozvíjať, preto sa vráťme k analýze našich rodinných problémov, ktoré sú pre nás kresťanov v prvom rade našimi krížmi. Pritom vzhľadom na logiku prvej časti môjho textu, môžem začať formulovaním nasledovnej hypotézy: Predpokladám, že naším najťažším krížom sme my sami.

Ja som dokonca presvedčený, že aj najväčším mojím nepriateľom som ja sám, a že v tomto nie som vôbec sám, naopak je nás veľmi veľa. A to preto, že dokonca aj v tom prípade, keď venujeme relatívne málo času analýzam kto, kedy či ako nám ublížil, alebo môže ublížiť, analýze toho, ako a kedy si ubližujeme my sami venujeme ešte menej času. Krajnou hranicou seba ubližovania pre nás kresťanov je ohrozenie spásy našej duše, a to môžeme naozaj len my sami. To je možno aj najväčším dôkazom našej slobody a toho, že ako kresťania sme synmi samotného Boha, takže do pekla nás môže dostať iba naša sila, iba naša vôľa, iba naše slobodné rozhodnutie.

Na rozdiel od iných krízov, kríž, ktorým sme pre seba my sami, nemôžeme zhodiť z našich pliec, ale môžeme prosiť Boha o pomoc, a dokonca si ho môžeme urobiť aj krížom znesiteľným, a to práve tak, že sa snažíme dosiahnuť čo najvyšší stupeň osobnostnej dospelosti. Túto osobnostnú dospelosť môžem nazvať aj kresťanskou dospelosťou, ktorá sa, možno na prvý pohľad paradoxne, prejavuje v detskej dôvere dospelého kresťana v Boha, v Božiu lásku, v Božiu moc, v Božiu spravodlivosť.

Ako som už spomenul vyššie v texte, platí to aj naopak, to znamená, že tí, čo ešte nedosiahli a asi ani nikdy nedosiahnu osobnostnú dospelosť, obviňujú za svoje problémy iných ľudí, samozrejme v prvom rade svoju rodinu, kresťania ešte aj Boha

a ateisti, či kvázi ateisti najrozličnejších stupňov, „údajne neexistujúcemu Bohu“, ponúkajú obchod, ak im pomôže tak sa stanú veriacimi.

Tento biznis z pohľadu ľudského rozumu vyzerá celkom prijateľne, problém je ale v tom, že viera je čistý, čiže nezaslúžený dar Boží, inými slovami povedané človek dokáže uveriť skoro všetkému, ale tomu, že Boh existuje vlastnou silou uveriť nedokáže. Takže takýto človek musí dostať dva dary - jedným je vyriešenie jeho problému, tento dar si všimne, a druhým darom je viera v Boha – tento dar si nevšimne, pretože nezaťažený bližšou znalosťou Svätého písma, si tento zázrak pripíše sebe, pretože si neuvedomuje, že ide o zázrak.

Pokiaľ ide o kríže, ktorými sme si navzájom ako príslušníci jednej rodiny, ich klasifikácia je jednoduchá: manželia navzájom, manželia a ich deti navzájom, dospelé deti a rodičia navzájom a nakoniec ešte súrodenci navzájom, občas i vnuci a starí rodičia navzájom.

Ako vieme, zvláštnym prípadom nesených rodinných krízov sú prípady, keď už rodičia zomreli, ale ich dospelé deti, ktoré sú už samé rodičmi, nesú napríklad kríže neporozumenia, či nelásky ďalej, a to až do svojej vlastnej smrti. Mám priateľa, ktorý má už 72 rokov, takýto kríž nesie, a bude ho aj niest', naozaj až do svojej smrti.

K tomu dodávam len toľko, že na druhej strane to nevidím ako úplne nevyhnutné. Ja sám som presne takýto kríž niesol orientačne asi štvrt' storočia a dnes ho už nenesiem. Je to otázka viacerých faktorov - prejavov nelásky je veľa druhov a stupňov, je to vždy aj otázka objektívnych faktov a ich subjektívneho hodnotenia, ale aj hĺbky kresťanskej viery, hlavne mám na mysli ten text Svätého písma, ktorý hovorí, že len jeden je pán a len jeden je sudca.

K tomu ešte treba pripočítať všetko to, čo som vyššie v texte uviedol o osobnostnej dospelosti, to znamená fakt, ktorý vysvetlím celkom stručne: Všetky udalosti, ktoré sa nám v živote stanú, nie sú principiálne ani dobrými ani zlými, ako dobré či zlé ich nálepkuje my sami, a to až potom, keď sa stanú. Čiže je to len otázka našej interpretácie toho, čo sa stalo, my sami veciam, ktoré sa stali, prideľujeme znamienka plus alebo mínus, pričom zdôrazňujem, že často tak robíme len na základe našich veľmi obmedzených informácií.

Tento fakt uznávajú aj myslitelia – ateisti, ktorí vychádzajú z logiky ako vedy. My ako kresťania máme k tomuto ešte jeden veľmi dobrý dôvod navyše. Náš Boh má v našich životoch posledné slovo, my máme síce slobodu, ale On má moc dať konečné znamienko plus alebo mínus každej udalosti, ktorá nás postretne a má aj k dispozícii všetky informácie, ktoré k tomu potrebuje, a ktoré my nemáme. A navyše má ešte moc zmeniť každé zlo, každé utrpenie na dobro.

V súčasnosti sa zdá, že naozaj iba Boh je naša jediná nádej. Priame útoky proti Cirkvi sú nahradzované sofistikovanejšími metódami; napríklad neustálymi pokusmi vytesniť Cirkev z politiky a spoločenského života, marginalizovať cirkevné školstvo, pod kepienkou demokracie a obrany práv menšín uprednostniť práva 5% homosexuálnych párov pred právami 95 % bisexuálov, bisexuálov nesúhlasiacich aby ich deti boli vychovávané homosexuálne, postaviť mimo zákon. Označenie ich zločinu sa už začína v USA a Francúzsku vžívať pod pojmom „homofóbia“, čo sa interpretuje ako vážny prečin proti slušnosti, demokracii, znášanlivosti, tolerancii, skrátka ako odsúdenia hodné názory, rovné arabskému či moslimskému terorizmu, fanatizmu, fundamentalizmu.

Súčasťou toho sú aj sofistikované útoky proti rodine, osobitne proti kresťanskej rodine, a to prostredníctvom šírenia ideí konzumného života, ideí voluntarizmu, individualizmu a bezbrehého liberalizmu a osobitne ideí „užívania si blaha“ ako hlavného zmyslu ľudského života. Podľa tejto ideológie rodina, a teda hlavne

manželský partner, či partnerka, má len inštrumentálnu hodnotu, to znamená, ak prestane v tejto funkcii vyhovovať, má druhý partner nielen právo, ale dokonca až povinnosť nahradiť ho iným, a to samozrejme aj viackrát po sebe. Toto uvažovanie úzko súvisí aj s tou závažnou zmenou, že hlavná funkcia sexu – plodenie detí, bola nahradená vnímaním sexu ako predovšetkým užívania si blaha, čiže zábavy.

Výsledok tohto „údajne pokroku“ je práve to, o čom hovorí názov nášho príspevku: V prvom rade manželia a po nich aj ďalší blízki príbuzní, sa stali sebe navzájom, povedané kresťanským jazykom, ľnamiesto oporami – krížmi. A krížmi sami pre seba sa stali aj státisíce európskych singles, ktorí užívaním si slobody, sexu bez záväzkov, prepychu a dovolenkami v prímorských destináciách, naplnili svoj život prázdnotou, ktorá sa im nesie ťažie, ako nám katolíckym homofóbom, ktorí sa uspokojili s jednou ženou a značnú časť svojich peňazí a životných síl venovali svojim deťom.

Na záver ešte zopár hypotéz danej oblasti:

- Predpokladáme, že v katolíckych rodinách sú príslušníci rodiny navzájom pre seba menej krížmi, ako je to v rodinách iných.
- Predpokladáme, že čím pevnejšie a úprimnejšie členovia katolíckej rodiny praktizujú svoju vieru, tým menej sú navzájom sami pre seba krížmi.
- Predpokladáme, že čím pevnejšie a úprimnejšie daný katolík praktizuje svoju vieru, tým ľahším krížom vo svojom živote je sám pre seba.

Celkom na záver ešte poznámka vyplývajúca z nášho textu: Človek je údajne jediným tvorom, do ktorého Boh zakódoval sklon pre seba- zničenie. Ja tento výrok parafrázujem nasledovne: Človeka od zvierat'a, okrem iných daností, oddeľuje to, že od Boha dostal svoj kríž, nie je už podstatné, či ho dostal od narodenia, alebo počas detstva, či až v dospelosti. Ľudí v tomto zmysle neoddeľuje nič, akurát, ateisti nazývajú svoj kríž problémami.

#### **KONTAKT NA AUTORA**

doc. PhDr. Stanislav Matulay, PhD.

Vysoká škola Danubius

Richterova ul. 1171,

925 21 Sládkovičovo

mobil: 0903 602 449

e-mail: smatulay@gmail.com

# TIME MANAGEMENT V KONTEXTE SOCIÁLNEJ PRÁCE<sup>1</sup>

## TIME MANAGEMENT IN THE CONTEXT OF SOCIAL WORK<sup>2</sup>

---

Lýdia Lešková

**Abstrakt:** Sociálny pracovník pri výkone svojej profesie uplatňuje viaceré manažérske spôsobilosti. K tomu, aby dosiahol ciele pri práci s klientom a zároveň zabránil syndrómu vyhorenia, využíva v svojej práci time management – riadenie efektívneho využívania času (plánovanie využitia svojho času). Príspevok sa zaoberá pôsobením sociálneho pracovníka v role manažéra, predkladá teoretické východiská time managementu a následne ich aplikuje do sociálnej praxe. V závere sú predložené návrhy, ktoré môžu s využitím time managementu priniesť pozitívny efekt v pomoci klientom.

**Abstract:** Social worker in the exercise of his profession applies several managerial competences. In order to achieve the objectives when working with clients or to avoid burnout, uses in his work time management - effective use of time (planning of his time). The report deals with the actions of a social worker in the role of manager, presents the theoretical basis of time management and subsequently applied them in social practice. At the end of the report are submitted proposals, which can be used in time management to bring positive effect in helping clients.

**KLúčové slová:** Sociálny pracovník. Manažment. Manažérske spôsobilosti. Plánovanie času. Time management.

**Key words:** Social worker. Management. Managerial competences. Time management. Planning of his time.

### Úvod

Manažovanie samého seba, svojho osobného ako i pracovného života, patrí k veľkým výzvam, ktoré ak chceme byť úspešní, mali by sme zvládnuť. Čas v živote človeka má veľkú hodnotu, a preto by sa mal naučiť s ním narábať – t.j. naučiť sa racionálne plánovať využitie svojho času. Pomáhajúci pracovník, ak chce dosiahnuť ciele, ktoré si stanovuje v svojej práci, má túto úlohu o to zložitejšiu, že jeho racionálne plánovanie je zamerané nielen na seba samého (plánovanie svojho času), ale jeho úlohou je i pomáhať naučiť svojich klientov plánovať svoj čas, aby boli taktiež schopní dosahovať svoje ciele. Time management využívame vo všetkých oblastiach sociálnej práce pri uplatňovaní sociálno-právnej ochrany zraniteľných skupín. Taktiež nachádza svoje uplatnenie nielen pri priamej, nepriamej či presahujúcej práci s klientom, ale má svoje miesto i pri príprave budúcich sociálnych pracovníkov priamo vo vyučovacom procese, a to minimálne v týchto aspektoch:

- ✓ manažovanie vyučovacej hodiny (manažovanie seba samého pri príprave vyučovacích hodín, ako aj pri samotnej výučbe),

---

<sup>1</sup> Príspevok spracovaný v rámci projektu KEGA 018KU-4/2013 - *Výskum využívania aktivizujúcich metód v sekundárnom vzdelávaní predmetu sociálnoprávna ochrana a tvorba nových učebných pomôcok pre ich implementáciu do edukačného procesu.*

<sup>2</sup> Contribution elaborated in the framework of the project KEGA 018KU-4/2013 - *The research of using activating methods in secondary education in the subject of social- legal protection and creating of new teaching instruments for thier implematation in the educational proces.*

- ✓ manažovanie využívania aktivizujúcich či inovačných metód vo vyučovacom procese,
- ✓ poukázanie na možnosti využitia time managementu pri organizovaní práce s klientom, ako i poskytnutie informácií o dopadoch, ktoré môžu nastať pri jeho absentovaní.

*Príspevok:*

- ✓ podáva základné východiská, v ktorých opisuje sociálneho pracovníka ako manažéra,
- ✓ pokúša sa odpovedať na otázku, či je manažment dôležitou súčasťou sociálnej práce, a teda práce pomáhajúcej profesie sociálneho pracovníka pôsobiaceho na poli sociálno-právnej ochrany,
- ✓ približuje time management a aplikáciu jeho vybraných pravidiel v kontexte sociálnej práce,
- ✓ predkladá návrhy, ako využiť pravidlá time managementu pre pomoc a podporu klienta.

Vzhľadom k tomu, že prezentovaná problematika je pomerne rozsiahla, jednotlivé oblasti sú len krátkym exkurzom a ponúkajú priestor na ďalšiu diskusiu.

### **Sociálny pracovník – ako manažér**

V súvislosti s vysokými požiadavkami na pomáhajúce profesie, teda aj na sociálneho pracovníka, sa stretávame až s neprimeranou záťažou, ktorá je na nich kladená. Ak takýto stav trvá dlhšiu dobu a neprimeraná záťaž pretrváva, môže takýto stav u sociálneho pracovníka viesť k úplnému vyčerpaniu, resp. k tzv. vyhoreniu.<sup>3</sup> Najrizikovejšou skupinou zostávajú na jednej strane ľudia pracujúci s ľuďmi a na druhej strane manažéri, ľudia, ktorí podávajú kontinuálne vysoký výkon. Nie sú to však ľudia v riadiacich funkciách, pretože vzájomná závislosť je vlastne opačná. *Čím nižšia pozícia, tým väčšia hrozba vyhorenia.* Ľudia, ktorí sú vo vrcholovom manažmente, majú síce veľkú zodpovednosť, ale aj omnoho viac slobody. Platí to napríklad aj v zdravotníctve: „najohrozenejší vyhorením sú sanitári, potom sestričky, až za nimi nasledujú lekári a primári,“ uvádzajú výsledky prieskumov.<sup>4</sup> *Prevenia* si vyžaduje poznať príčiny syndrómu vyhorenia a v praxi ich eliminovať. To sa dá dosiahnuť cieľavedomou výchovou v oblasti vedomostnej a duchovnej. Nezanedbateľný je *správny výber*

---

<sup>3</sup> *Syndróm vyhorenia* (burn out) – tento pojem sa objavil v odbornej literatúre v 70. rokoch minulého storočia. Vznikol na základe anglického výrazu „burn – out“, čo znamená vypáliť – vyhasnúť, prenesene povedané vyčerpať sa. Porov. KOLEKTÍV AUTOROV. *Transformácia zariadení sociálnych služieb s cieľom sociálnej a pracovnej integrácie ich obyvateľov. Rozvoj komunitných sociálnych služieb.* Bratislava: Rada pre poradenstvo v sociálnej práci 2006, s. 76. Jankovský taktiež uvádza, že je to celý súbor príznakov prejavujúcich sa spravidla u tzv. angažovaných pracovníkov stratou elánu, radosti zo života a predovšetkým energie a nadšenia potrebného pri výkone profesie. Príčinou vyčerpania môže byť akákoľvek dlhotrvajúca záťaž. Porov. JANKOVSKÝ, J. *Etika pro pomáhající profese.* Praha: Triton 2003, s. 158 - 159; Syndróm vyhorenia máva pozvoľný, plazivý priebeh. Sociálny poradca ho vôbec nemusí registrovať. Za účinnú prevenciu tohto syndrómu sa pokladá frekventovaný kontakt s prírodou, umením a ľuďmi (neklintami), asertívne komunikovanie, nepreceňovanie svojich síl, zbavenie sa workoholických tendencií, nenosenie si práce domov, pričom veľmi dôležitá je supervízia. Porov. GABURA, J. *Sociálne poradenstvo.* Bratislava: Občianske združenie Sociálna práca 2005, s. 203.

<sup>4</sup> Porov. MOJTOVÁ, M. - GAŽIKOVÁ, E. - GREY, E. *Vybrané kapitoly z etiky pre študentov zdravotníckych a sociálnych odborov.* Bratislava: SAP, 2008.



pracovníkov, ich rotácia, vytváranie dobrých pracovných podmienok, zázemia v práci a rodine, sociálneho zabezpečenia a možnosti oddychu.<sup>5</sup>

Aby sme takémuto stavu predchádzali, je nevyhnutné, aby sociálny pracovník mal v svojej kompetenčnej výbave i kompetenciu, ktorá sa naplno môže uplatniť v role manažéra.

Sociálny pracovník veľmi často pri výkone svojej profesie uplatňuje rozličné manažérske spôsobilosti. Obvykle sa medzi ne zaraďujú tie, ktoré sú spojené s výkonom manažérskej roly.<sup>6</sup> Pri uplatňovaní roly manažéra sociálny pracovník využíva aj samoriadenie<sup>7</sup> (self management - realizuje sa prostredníctvom funkcií, ktorých obsah zahŕňa také prvky, ako je sebaakceptovanie, sebauplatňovanie, ale tiež sebarozvoj a seba vzdelávanie) ako aj manažment času (time management).<sup>8</sup>

Sociálny pracovník ako *prípadový manažér (broker)* nadväzuje kontakt medzi konkrétnym klientom a jeho potenciálnymi zdrojmi, službami a príležitosťami, ktoré na riešenie sociálneho problému môže využiť. Medzi základné aktivity, ktoré pritom musí vykonávať, patrí podľa Levickej:

- ✓ posúdenie *potreby* klienta,
- ✓ lokalizácia dostupných zdrojov,
- ✓ koordinácia a výber poskytovaných služieb,
- ✓ neustále *monitorovanie* prípadu.<sup>9</sup>

V súvislosti s týmito aktivitami je nevyhnutné vyzdvihnúť ešte jednu aktivitu, a to vytvorenie si *tímu spolupracovníkov*,<sup>10</sup> ktorý pomáha pri dosahovaní stanovených cieľov.

---

<sup>5</sup> Porov. MOJTOVÁ, M. a kol. *Sociálna práca v zdravotníctve*. Bratislava: SAP, 2008.

<sup>6</sup> Sú to predovšetkým: *intrapersonálne* spôsobilosti (rozhodovanie, plánovanie, riadenie cieľov a aktivít), *interpersonálne* spôsobilosti (komunikácia, zvládanie konfliktu, motivovanie), *spôsobilosť učiť sa* (sebauvedomovanie, sebaopoznanie, učenie prostredníctvom činnosti), *administratívne* spôsobilosti, *spôsobilosť využívať* také *osobnostné črty*, ktoré sú spojené s manažérskymi spôsobilosťami (proaktivita, dispozícia k vodcovstvu, objektivita, ale i dodržiavanie etiky). Porov. MĚSÁROŠOVÁ, M. et al. *Komunikačné a manažérske spôsobilosti pre prax*. 1. vyd. Košice: VÚSI, 2008, s. 108-109. K. Darr v tejto súvislosti zdôrazňuje, že každý manažér sociálnej práce by mal rozvíjať nielen profesijnú, ale aj svoju individuálnu etiku, pričom obe by mali vytvárať funkčný celok. Porov. DARR, K. *Ethics in Health Services Management*. London: Greenwood Press, 1987.

<sup>7</sup> Self management je jednou z kľúčových kompetencií, ktorá je potrebná k efektívnemu zvládnutiu nielen profesijných, ale aj súkromných cieľov. Sebariadenie je proces, pozostávajúci z aktivít a činností, prostredníctvom ktorých si každý človek stanovuje svoje pracovné a osobné ciele, plánuje, organizuje a aj hodnotí ich dosahovanie. Porov. PORVAZNÍK, J. *Celostný manažment. Piliere kompetentnosti v riadení*. 1. vyd. Bratislava: SPRINT v.f.a., 1999, s. 412. Podobne danú problematiku popisujú viacerí autori (Col, Dudinská, Budaj, Vitko). Col (1993) selfmanažment vníma ako osobný rozvoj a postupy zamerané na oblasť kognitívno-rozumovú, hodnotovo-emočnú, individuálne-sociálnu a organizačno-kontrolnú. Porov. SCHAVEL, M. – SCHAVEL, M. *Úloha manažmentu v sociálnej práci* [online]. [cit. 2014-09-11]. Dostupné na internete: <http://www.manazment.mantamedia.eu/text01.doc>. Dudinská, Budaj, Vitko delia náplň sebariadenia na sebaopoznanie (selfconcept), sebarozvoj (selfdevelopment) a sebahodnotenie (selfevaluation). Porov. DUDINSKÁ, E. – BUDAJ, P. – VITKO, Š. *Manažment v sociálnych službách*. Prešov: Vydavateľstvo Michala Vaška, 2009, s. 59.

<sup>8</sup> Time management – riadenie efektívneho využívania času (plánovanie využitia svojho času). Porov. PORVAZNÍK, J. *Celostný manažment. Piliere kompetentnosti v riadení*. 1. vyd. Bratislava: SPRINT v.f.a., 1999, s. 429.

<sup>9</sup> Porov. LEVICKÁ, J. *Základy sociálnej práce*. 1. vyd. Trnava: FZaSP TU, 2004, s. 149.

<sup>10</sup> Oblasť vytvárania tímov, či koordinačných kompetencií orgánov SPODaSK vytvára možnosť participovať na lokálnych či regionálnych projektoch. Porov. PIPÍŠKOVÁ, I. Sociálna kuratela. In *Sociálna politika a zamestnanosť*. 2008, roč. 5, č. 2, s. 4-5; Pre efektívnosť práce sociálneho kurátora je nevyhnutné vedieť pracovať v pracovných tímoch a s tímom, pričom efektívny sociálny kurátor v úlohe manažéra sa nemôže sťažovať, že nemá kolegov, akých by potreboval. Porov. ŠIPOŠOVÁ, E. Sociálny

Hlavnou úlohou je neustále nachádzanie vhodných prostriedkov a ich expedovanie smerom ku klientovi. A. Žilová uvádza, že pri **prípádovom manažérovi** sú dve špecifické roly, v ktorých môže sociálny pracovník vystupovať, a to: <sup>11</sup>

- ✓ sociálny pracovník ako *personálny manažér*,
- ✓ sociálny pracovník ako *manažér pracovnej náplne*.

Sociálneho pracovníka ako *personálneho manažéra* je potrebné chápať ako kvalifikačne kompetentného personalistu so schopnosťou pracovať nielen koncepčne pri zabezpečovaní vhodných kvalifikovaných sociálnych pracovníkov, ale aj tvorivo. Určite je na mieste otázka, či rola manažéra pracovnej náplne je v sociálnej oblasti vôbec potrebná a čo by mal manažér pracovnej náplne robiť. Ide o rolu, ktorú možno vnímať z dvoch pohľadov v súvislosti s tým, komu bude zabezpečovať manažovanie pracovnej náplne, a to *manažovanie pracovnej náplne sociálnych pracovníkov* a *manažovanie pracovnej náplne sociálneho klienta*.

O manažovaní **pracovnej náplne** sociálnych pracovníkov je potrebné uvažovať z viacerých dôvodov:<sup>12</sup>

- ✓ objem práce – počet sociálnych klientov na jedného sociálneho pracovníka - vyvoláva nutnosť prácu s jednotlivými klientmi vopred plánovať. Zvládnutie nadmerného objemu práce veľmi úzko súvisí:
  - s počtom klientov na jedného pracovníka,
  - so zložitou sociálnym problémom, s ktorým klient prichádza za sociálnym pracovníkom,
  - s vymedzením časového intervalu potrebného na poskytnutie adekvátnej pomoci, čo je pri pomáhajúcich profesiách veľmi ťažko stanoviteľné ukazovateľ,
  - so schopnosťami, zručnosťami, profesionálnymi kompetenciami sociálneho pracovníka,
- ✓ objem práce – počet, ale aj zložitost' administratívnych úkonov potrebných pri práci s klientom, čiže úkony, ktoré sú nevyhnutné k riešeniu, resp. vyriešeniu sociálneho problému,
- ✓ koordinácia postupnosti zásahov zo strany sociálneho pracovníka - načasovanie a poskytnutie včasnej i vhodnej intervencie pri súbežnom sledovaní kvality jej poskytovania (poradenstvo, služby, dávky) a priebežné spracovanie získaných informácií,
- ✓ koordinácia postupnosti zásahov zo strany zúčastnených pomáhajúcich sociálnych pracovníkov, čo veľmi úzko súvisí s vytvorením optimálnej štruktúry medzi pracovnými pozíciami.

Úlohou sociálneho pracovníka v role manažéra pracovnej náplne sociálneho klienta je komplexné posúdenie celej sociálnej situácie klienta, zváženie jeho silných a slabých

---

kurátor v systéme sociálnoprávnej ochrany detí. In *Sociálna politika a zamestnanosť*. 2007, roč. 4, č. 9, s. 10. Zákon č. 305/2005 Z. z. o sociálnoprávnej ochrane detí a o sociálnej kuratele v znení neskorších predpisov jasne vymedzuje kompetencie v otázkach súčinnosti a spolupráce s inými subjektmi, a to najmä v oblasti primárnej prevencie. Porov. PIPÍŠKOVÁ, I. Sociálna kuratela. In *Sociálna politika a zamestnanosť*. 2008, roč. 5, č. 2, s. 5.

<sup>11</sup> Porov. LEVICKÁ, J. *Základy sociálnej práce*. 1. vyd. Trnava: FZaSP TU, 2004, s. 149-150.

<sup>12</sup> Porov. LEŠKOVÁ, L. Uplatňovanie manažérskeho čít práce v sociálnej oblasti. In ŽILOVÁ, A. – JANIGOVÁ, E. (edit.) *Sociálna práca, manažment a ekonómia - prepojenie a spolupráca*: zborník. Dolný Kubín: PF KU, 2009, s. 143-153.

stránok a manažovanie postupu pomoci.<sup>13</sup> Takáto pomoc ale nepatrí ku krízovej intervencii, ale k intervencii bežnej, ktorá je zdĺhavá. Rola sa usiluje o zabezpečenie, koordináciu, vhodný výber a súvislé kontinuálne poskytovanie služieb predovšetkým u klientely s väčším množstvom sociálnych problémov.

Manažovanie zohráva veľmi dôležitú úlohu a vyžaduje si ovládanie manažérskych schopností od sociálneho pracovníka. Taktiež ho, vychádzajúc z osobných skúseností, možno vnímať v dvoch rovinách:

- ✓ *v teoretickej rovine* - manažovanie sa dá prirovnať k etapám sociálnej práce so sociálnym klientom ( manažovanie jednotlivca, rodiny, skupiny, komunity),
- ✓ *v praktickej rovine* - konkrétne plány sociálnej práce s klientom, na základe ktorých sociálny pracovník pri práci postupuje. Takéto konkrétne plány majú niekoľko častí –krokov (identifikovaný problém klienta, cieľ práce s klientom, čiastkové úlohy na dosiahnutie stanoveného cieľa, metódy a formy práce, zúčastnené osoby a ich zodpovednosť, vyhodnotenie úloh a úroveň splnenia vytýčeného cieľa).

### **Time management – teoretické východiská**

Pre úvod tejto časti príspevku použijem výrok Warrena Bennis:<sup>14</sup>

*„Manažér robí veci správne. Líder robí správne veci.“*

V súvislosti s týmto jeho výrokom môžeme uviesť, že: Je lepšie robiť správnu prácu (=efektívnosť), ako robiť prácu správne (=účinnosť).

#### ***TM – jeho definovanie a vývojové etapy***

*Time management* (ďalej len „TM“) je moderná vedná disciplína, ktorá skúma človeka z pohľadu jeho činností v čase, predstavuje súbor psychologických poznatkov, ktoré využívame k tomu, aby sme si vedeli určiť priority a zadeliť čas. Ide o zvládnutie vlastného času a práce namiesto toho, aby oni ovládli nás.

Základnou myšlienkou TM je organizovať a vykonávať všetko na základe priorít. Pri TM si nielen určujeme osobné a pracovné ciele, ale jeho úlohou je i zabezpečiť dosahovanie cieľov, eliminovať stres, ktorého zdrojom je nedostatok času a zároveň získať voľný priestor pre tvorivú činnosť, čím si zabezpečíme životný zmysel a jeho správnu orientáciu.

Ak chceme uvažovať o aplikácii time managementu do sociálnej práce, je nevyhnutné uviesť, že jeho vývoj môžeme začleniť do viacerých generácií:

*I. generácia* – odpovedá na otázku: čo sa má robiť (systém upomienok),

*II. generácia* - kedy sa to má robiť (používanie kalendárov a diárov),

*III. generácia* - ako sa to má robiť, pričom jej základom sú ciele a čas (dôležitosť a priorita),

*IV. generácia* - sa nezaobrá iba tým, čo a ako naplánovať. Ide o prijatie celej filozofie vo forme vytvorenia nového životného štýlu, v ktorom ide o to, aby sme svoj čas, venovaný na úlohy, preniesli na celý kontext života: efektívnosť, vzťahy, kondíciu,

---

<sup>13</sup> K. Ludewig konštatuje, že korektné pomáhanie musí principiálne predpokladať hľadanie pomoci. Ak je takáto pomoc vykonávaná alebo vnucovaná nezávisle na žiadosti, je potrebné hovoriť o starostlivosti, kontrole alebo dokonca poručníctve či zmocňovaní sa klienta. Porov. LUDEWIG, K. *Systematická terapie. Základy klinickej teórie a praxe*. Praha: Pallata, 1994, s. 82.

<sup>14</sup> Warren Bennis (1925-2014) bol americký vedec, univerzitný profesor považovaný za priekopníka súčasného odboru Leadership.

spokojnosť. V rámci štvrtej generácie je vytvorená nová paradigma, ktorá vychádza z poznania, že správny výsledok - cieľ – je z hľadiska človeka menej dôležitý, ako *správna cesta* k nemu (riadenie samého seba v čase),<sup>15</sup>

V. generácia – vychádza zo základu štvrtej generácie a z postupov neurolingvistického programovania. Prihliada sa tu na vlastnosti času, a taktiež na to, ako je možné meniť veci prítomné a budúce.

Ak by sme tieto poznatky z vývoja generácií TM zosumarizovali, môžeme si ich usporiadať do nasledujúcej Tabuľky 1.

**Tab. 1** Generácie time managementu

GENERÁCIA	?	Základ generácie TM
I.	ČO	System upomienok – zoznamy úloh
II.	KEDY	Používanie kalendárov a diárov – časové harmonogramy
III.	ČO – KEDY - AKO	Dôležitosť a priorita
IV.	SPRÁVNNA CESTA - Čo – kedy a ako	Dôraz sa kladie na osobnosť a jej priority
V.	Nové postupy – PROJEKTOVANIE VÍZIÍ	Kreatívne plánovanie a delegovanie

#### **SMART ako metóda stanovenia cieľov**

V rámci TM je nevyhnutné odpovedať na otázku ČO, ktorá bola prioritou pri prvej generácii TM. Samozrejme táto otázka pri ďalších generáciách nemohla byť potlačená do ústrania, i keď ústredné otázky (*čo, kedy, ako*) počas jednotlivých generácií TM prešli cestou modifikácie. V každom prípade TM počíta s tým, že pre splnenie úloh, s ktorými sa človek stretáva v osobnom i pracovnom živote, je nevyhnutné, aby vedel určiť priority a zadeliť si čas. Tretia a štvrtá generácia TM vnímajú problematiku cieľov odlišne. Pokiaľ sa štvrtá generácia zameriava hlavne na priority a stanovovanie jednotlivých cieľov nepovažuje až tak za podstatné, pre tretiu generáciu je naopak stanovenie cieľov jedným z hlavných postupov. Ciele, ako predstavy, ktoré sú zamerané do budúcnosti, dokážu človeka motivovať, a ak sa mu ich podarí splniť, sú nielen dôvodom k radosti, ale taktiež vedia povzbudiť k ďalším výkonom.

K stanoveniu cieľov môžeme využiť, napr. metódu SMART,<sup>16</sup> ktorú v roku 1981 prezentoval v časopise *Management Review* George T. Doran. Podľa Armstronga<sup>17</sup> samotné slovo SMART / SMARTER predstavuje prvé písmená nasledujúcich kritérií (Tab. 2):

<sup>15</sup> Princípy IV. generácie: 1. Človek je viac než čas; 2. Cesta je viac než cieľ; 3. Z vnútra je viac než z vonku; 4. Pomaly je viac než rýchlo; 5. Celok je viac ako časť. Porov. PACOVSKÝ, P. *Človek a čas: time management IV. generace*. 2. aktualiz. vyd. Praha: Grada Publishing, 2006, s. 37-41.

<sup>16</sup> Metóda je prevzatá z oblasti *managementu*. Ten Cejthamr, Dědina ho definujú ako: „proces tvorby a udržiavania prostredia, v ktorom jednotlivci pracujú spoločne v skupinách a účinne dosahujú vybrané ciele“. Uvádzajú taktiež, že management je aplikovaný vo všetkých organizáciách, a to bez ohľadu na poslanie či odbor činnosti, čo značí, že management sa vyskytuje i v sociálnej práci. Porov. CEJTHAMR, V. - DĚDINA, J. *Management a organizační chování*. 2. vyd. Praha: Grada Publishing a.s., 2010, s. 19.

<sup>17</sup> Porov. ARMSTRONG, M. *Řízení pracovního výkonu v podnikové praxi*. 1. vyd. Praha: Fragment, 2011.

**Tab. 2 SMART**

S	<i>specific</i>	konkrétny, jasný, pochopiteľný
M	<i>measurable</i>	merateľný, a to pokiaľ ide o čas, kvalitu, kvantitu
A	<i>achievable</i>	dosiadateľný
R	<i>relevant</i>	dôležitý z hľadiska cieľov organizácie – prepojenie cieľov organizácie s cieľmi jednotlivca
T	<i>time framed</i>	dosiadateľný v určitom termíne – ohraničený v čase
E	<i>evaluate</i>	hodnotený – podrobený evaluácii
R	<i>reevaluate</i>	priebežne hodnotený

***Dôležitosť a priorita v time managemente***



Na základe popísania vývoja generácií time managementu, ako i zhrňujúcej Tabuľky 1 je zrejmé, že pri TM zohráva dôležitú úlohu nielen čas, ale aj dôležitosť a priorita, ktoré pre jednotlivé úlohy stanovujeme.

Pre nastavenie priorít existuje niekoľko techník, pričom medzi najznámejšie patria:

- ✓ Paretova analýza (Paretov princíp),<sup>18</sup>
- ✓ ABC (ABCDE) analýza (metóda),<sup>19</sup>
- ✓ Eisenhowerov princíp.<sup>20</sup>

*Paretovu analýzu* môžeme znázorniť nasledovne (Tab. 3):<sup>21</sup>

**Tab. 3 Pareto princíp (analýza)**

Vynaložený čas		Výsledky
80%		20%
20%		80%

*ABC(DE)* analýza je metódou na stanovenie krátkodobých priorít, kde jednotlivé činnosti môžeme rozdeliť do úrovní. Na úrovni A sa nachádzajú najdôležitejšie činnosti, ktorým by sa mal človek venovať prednostne (asi 15 % úloh zo všetkých, ktorým sa počas dňa venujeme); asi 20 % času nám zaberajú úlohy z úrovne B, pričom kvôli nim nemôžeme zanedbávať úlohy z úrovne A; najviac pracovného času zaberajú úlohy úrovne C (asi 65 %) a týmto by sa mal človek venovať v poslednom rade.<sup>22</sup>

<sup>18</sup> Analýza je založená na tom, že 80% úloh môže byť ukončených za 20% času, ktorý máme k dispozícii. Zostávajúcich 20% úloh bude trvať 80% času. Platí teda pravidlo 80:20 – 20 % všetkých našich činností prináša 80% zisku a 20% vynaloženého času vedie až k 80% celkových výsledkov (alebo naopak – 80% času vedie len k 20% výsledkov). Porov. KNOBLAUCH, J. - WÖLTJE, H. *Time management: Jak lépe plánovat a řídit svůj čas*. Praha: Grada Publishing, 2006, s. 23.

<sup>19</sup> A - musíme urobiť, inak budeme musieť znášať následky; B - mali by sme urobiť, ak ich nesplníme, dôsledky budú menej závažné; C - bolo vhodné splniť, ale ak to neurobíte, nebude to mať žiadne následky; D - môžu urobiť iní; E - môžeme zo zoznamu vyškrtnúť.

<sup>20</sup> V literatúre sa stretávame i s označením ako matica time managementu.

<sup>21</sup> Porov. KNOBLAUCH, J. - WÖLTJE, H. *Time management: Jak lépe plánovat a řídit svůj čas*. Praha: Grada Publishing, 2006, s. 23.

<sup>22</sup> Porov. BISCHOF, A. - BISCHOF, K. *Aktivní sebeřízení: jak získat kontrolu nad svým časem a prací*. Praha: Grada, 2003, s. 56-58.

*Eisenhowerov princíp* spočíva v tom, že všetky činnosti je možné rozdeliť do štyroch kvadrantov podľa ich dôležitosti a naliehavosti. Tento princíp aplikuje vo svojich prácach viacero autorov, pričom vytvárajú rôzne modifikácie schém (Tab. 4).

**Tab. 4** Eisenhowerov princíp (Matica time managementu)<sup>23</sup>

		NALIEHAVOSŤ			
		<i>REAKTÍVNE ÚLOHY</i>	<i>Naliehavé</i>	<i>Nenaliehavé</i>	<i>PROAKTÍVNE ÚLOHY</i>
DÔLEŽITOSŤ	<i>Dôležité</i>	I. Súrne a dôležité (urobte sami a čo najskôr)	II. Nie súrne, ale dôležité (urobte sami a venujte týmto aktivitám čo najviac času)	<i>Dôležité</i>	
	<i>Nedôležité</i>	III. Súrne a nie dôležité (pokúste sa delegovať)	IV. Nie súrne a nie dôležité (snažte sa čo najviac obmedziť)	<i>Nedôležité</i>	
	<i>PRIORITY NIEKOHO INÉHO</i>	<i>Naliehavé</i>	<i>Nenaliehavé</i>	<i>ZABÍJAČI ČASU</i>	

Matica dôležitosti a naliehavosti sa bežne používa na organizovanie osobného času, ide teda o tzv. plánovaciu maticu v IV. generácii managementu. Pomocou tejto matice sa ľudia rozhodujú o svojich prioritách v kvadrantoch naliehavosti a dôležitosti.

### **Ako využiť time management v sociálnej práci a úspešne prekonať prekážky ?**

Napriek tomu, že máme dostatok informácií o time managemente, často sa dopúšťame chýb, ktoré spomaľujú našu prácu, sú jej brzdou, práca je málo efektívna, i keď na ňu vynakladáme veľké množstvo svojej energie a času. Viacerí autori v súvislosti s time managementom hovoria o *typických chybách*,<sup>24</sup> ktorých sa dopúšťame a o „zlodejoch“ času.<sup>25</sup>

<sup>23</sup> Vlastné spracovanie podľa: porov. COVEY, S. R. *7 návykú víťazných osobností pro úspěšný a harmonický život: návrat etiky charakteru*. 1. vyd. Praha : Pragma, 1994, s. 149; porov. BISCHOF, A. - BISCHOF, K. *Aktivní sebeřízení: jak získat kontrolu nad svým časem a prací*. Praha: Grada, 2003, s. 54-55; porov. PACOVSKÝ, P. *Člověk a čas: time management IV. generace*. 2. aktualiz. vyd. Praha: Grada Publishing, 2006, s. 201-204.

<sup>24</sup> *Typické chyby*: chceme vybaviť všetko a okamžite – stanovíme si veľa úloh, ktoré máme vybaviť v nereálnom čase; nemáme jasné ciele – ciele si buď vôbec nestanovíme, alebo si ich stanovíme úplne nejasne a neurčito; neporiadok vo veciach – počítač, pracovný stôl, dokumentácia; chceme byť informovaní o všetkom, až prestaneme vidieť to podstatné; akceptácia neohlásených návštev a rozhovorov; rozptyľovanie v práci nepodstatnými vecami a nedostatočná koncentrácia; slabá sebadisciplína, presúvanie neprijemných vecí na neskôr; nedostatočné delegovanie úloh na iných a pod. Porov. ARMSTRONG, M. *Řízení pracovního výkonu v podnikové praxi*. 1. vyd. Praha: Fragment, 2011; porov. MIKULA, A. *9 každodenných pravidiel úspechu. EBOOK. 5 najzdieľanejších článkov z blogu TimeManagement.sk*. [online]. [cit. 2014-09-11]. Dostupné na internete: <<http://www.timemanagement.sk>>. Prokrastinácia – najväčší nepriateľ produktivity.

<sup>25</sup> *Zlodeji času*: nečakaná návšteva bez predchádzajúceho dohovoru, neplánované porady, telefón, odklad povinností, nedefinované priority, zlá komunikácia, neschopnosť povedať nie, nízka sebadisciplína, nerozhodnosť a odkladanie rozhodnutí, perfekcionalizmus, únava, nemoc a nesústredenosť, a pod. Porov.

Skúsme sa pristaviť pri typických chybách a zlodejoch času, ktoré sprevádzajú sociálneho pracovníka a dovoľte mi, aby som na základe osobných skúseností, získaných na oddelení sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately, ich aplikovala do praxe:

- ✓ sociálni pracovníci, pôsobiaci v rámci orgánu SPODaSK, spravujú agendu klientov na dvoch úsekoch, a to sociálno-právna ochrana detí a sociálna kuratela (kuratela detí a kuratela plnoletých fyzických osôb). Rozsah činností, ako i počet klientov vysoko preyšujú štandardné počty, ktoré sú odporúčané na jedného sociálneho pracovníka.<sup>26</sup> Pri vysokom počte klientov sa zároveň kumulujú úlohy, ktoré je nevyhnutné riešiť súbežne;
- ✓ toto oddelenie je špecifické tým, že lehoty nie sú také, ako je to obvyklé (30 dní na vybavenie, ale často kratšie, 10, 7, 3 - dňové, resp. ak sa vyžaduje neodkladné riešenie - ihneď), čo núti sociálneho pracovníka riešiť súbežne viacero úloh okamžite, v nereálne krátkom čase;
- ✓ v krátkosti času si sociálny pracovník neujasní ciele, resp. si ich vôbec nestanoví a koná intuitívne (podľa toho, čo si myslí, že bude „dobré pre klienta“);
- ✓ v návale administratívnej agendy<sup>27</sup> dochádza k neporiadku vo veciach a nestíhaniu riešiť veci podľa priority;
- ✓ orgán SPODaSK sa vyznačuje značnou variabilitou v činnostiach a aktivitách, ktoré spadajú do kompetencií sociálneho pracovníka.<sup>28</sup> S tým súvisí i skutočnosť, že sociálny pracovník nepracuje len s tými klientmi, s ktorými sa dohodne na presnom termíne stretnutia, ale ide aj o klientov, ktorí prichádzajú spontánne s problémami, resp. sú na SPODaSK niekým distribuovaní;
- ✓ keďže toto oddelenie pracuje s klientmi, u ktorých sa obvykle riešia závažné problémy,<sup>29</sup> často je potrebné poskytnúť krízovú intervenciu, ktorá je neodkladná (t. j. vyžaduje si neodkladné riešenie);
- ✓ neustále príchody klientov počas celého dňa spôsobuje u sociálneho pracovníka

---

ARMSTRONG, M. *Řízení pracovního výkonu v podnikové praxi*. 1. vyd. Praha: Fragment, 2011; porov. MIKULA, A. 9 každodenných pravidiel úspechu. *EBOOK. 5 najzdieľanejších článkov z blogu TimeManagement.sk*. [online]. [cit. 2014-09-11]. Dostupné na internete: <<http://www.timemanagement.sk>>. Prokrastinácia – najväčší nepriateľ produktivity.

<sup>26</sup> Napr. štandard v krajinách Európskej únie predstavuje maximálne 70 klientov na jedného sociálneho kurátora. V SR je tento počet oveľa vyšší a už niekoľko rokov prekračuje hranicu 200 klientov na jedného sociálneho kurátora. Porov. LEŠKOVÁ, L. *Sociálny kurátor pre deti a sociálna práca*. Prešov: vydavateľstvo Michal Vaško, 2012, s. 63, s. 184. Gažiková, E. doporučuje, aby mali pracovníci SPODaSK vymedzenú agendu, napríklad detí v ústavnej starostlivosti. Poukazuje na veľký počet klientov na jedného sociálneho pracovníka a v dôsledku toho na nedostatok času a priestoru na dôkladnú prácu s klientom. V prípade vymedzenia agendy má sociálny pracovník vo svojej kompetencii menej prípadov, ktoré dokáže komplexne riešiť a zabezpečovať vhodné opatrenia SPODaSK, ktoré sú v najlepšom záujme dieťaťa. Porov. GAŽIKOVÁ, E. *Rizikové správanie detí v detských domovoch*. 1. vyd. Košice: Equilibria, 2014.

<sup>27</sup> K administratívnej agende pracovníka OSPODaSK patrí: napr. *vedenie spisovej dokumentácie dieťaťa* - prvotná evidencia klienta, individuálny plán sociálnej práce s dieťaťom a rodinou, písomné vyhodnocovanie plánov, záznamy z pohovorov, záznamy z terénnej sociálnej práce, písomné podklady pri umiestnení dieťaťa v zariadení pre výkon rozhodnutia súdu, rozhodnutia o prijatých výchovných opatreniach a resocializačnom príspevku, rôzne druhy správ a vyjadrení; *vedenie evidencií* - Evidencia spisovej dokumentácie dieťaťa, Evidencie výchovných opatrení, a pod.

<sup>28</sup> Úlohy a kompetencie sociálnych pracovníkov orgánu SPODaSK sú bližšie vymedzené v *zákone č. 305/2005 Z. z. o sociálnoprávnej ochrane detí a o sociálnej kuratele v znení neskorších predpisov*.

<sup>29</sup> Ide o problémy rodín s viacerými problémami - mnohoproblémové rodiny; problémy jednotlivcov, ktorí sa vracajú z výkonu trestu, resp. z výkonu väzby.

rozptyľovanie sa v práci (často i nepodstatnými vecami), čo má za dôsledok i pomerne veľkú nedostatočnú koncentráciu;<sup>30</sup>

- ✓ nie je neobvyklé, že sociálny pracovník potrebuje problémy klientov konzultovať s kolegami z oddelenia, alebo s inými odborníkmi, kde by mohlo prísť i k distribúcii klienta.<sup>31</sup> Ak ale sociálny pracovník nie je schopný prehodnotiť svoje sily i kompetencie, ktoré má, zvykne sa dopustiť chyby, a to v tom, že nevie/ nie je schopný delegovať úlohy na iných, resp. klienta distribuovať k odborníkovi;
- ✓ v prípade, že dôjde ku kumulácii úloh, s ktorými si sociálny pracovník nevie poradiť, resp. nemá záujem momentálne veci riešiť (zo subjektívnych, resp. objektívnych dôvodov), dochádza k ďalšej chybe vo forme presúvania nepríjemných úloh na neskôr v dôsledku slabej sebadisciplíny; tomuto javu sa hovorí – *prokrastinácia*;<sup>32</sup>
- ✓ sústavná kumulácia úloh a ich prekladanie zo dňa na deň môže spôsobiť zníženie efektivity práce, zároveň sa u pracovníkov vyskytuje stres, silné nervové vypätie, čo môže vyústiť do skrytých či otvorených konfliktov na rôznych úrovniach (sociálny pracovník : sociálny pracovník; sociálny pracovník : sociálni pracovníci; sociálny pracovník : klient; sociálny pracovník : inštitúcia – vlastná, alebo cudzia);
- ✓ pri neustálom strese a neriešení problémov sa nezriedka dostavuje u sociálneho pracovníka pocit zlyhania, silný negativizmus a prvé psychosomatické problémy, ktoré môžu prerásť do neskorších závažnejších problémov s vyústením do úplného syndrómu vyhorenia.

Napriek všetkým nástrahám, ktoré musí sociálny pracovník prekonávať, typickým chybám, o ktorých máme dostatočné teoretické vedomosti, a aj tak sa ich opakovane dopúšťame, ako i zlodejom času, ktorým dovoľíme, aby sa „vkradli“ do našej práce, pokúsme sa ešte raz položiť otázku:

*Vieme využiť time management v prospech sociálnej práce?*

Skúsme si aspoň v krátkosti zosumarizovať, čo by sme mohli urobiť pre dosiahnutie pozitívneho efektu v našej sociálnej práci:

---

<sup>30</sup> V súvislosti s touto chybou, ktorej sa často dopúšťame, môžeme uviesť jednu z techník, ktorú vymyslel pred viac ako 20 rokmi Francesco Cirillo v Taliansku. Pomodoro technika vychádza z teórie, že maximálna doba, po ktorú je človek schopný naplno sa koncentrovať, je zhruba pol hodina. Ak chceme začať používať Pomodoro, je nevyhnutné rozdeliť projekt na 25 minútové úseky vysoko intenzívnej práce, po ktorých nasleduje krátka 5 minútová pauza. Po štyroch pomodórach nasleduje jedna väčšia pauza. Počas týchto 25 minút sa musí robiť iba jedna vec, t.j. žiadne e-maily, žiadne telefonáty, žiadne surfovanie po webe. Porov. MIKULA, A. 9 každodenných pravidiel úspechu. *EBOOK. 5 najzdieľanejších článkov z blogu TimeManagement.sk*. [online]. [cit. 2014-09-11]. Dostupné na internete: < <http://www.timemanagement.sk>>. Prokrastinácia – najväčší nepriateľ produktivity.

<sup>31</sup> V rámci týchto aktivít prichádza k sieťovaniu, ktoré môžeme označiť ako interné sieťovanie – v rámci vlastnej inštitúcie a externé sieťovanie – mimo vlastnej inštitúcie (vonkajšie prostredie).

<sup>32</sup> V súvislosti so slabou sebadisciplínou a presúvaním vecí na neskôr je nevyhnutné uviesť najväčšieho nepriateľa produktivity – prokrastináciu. Slovo prokrastinácia má pôvod v latinčine - *Pro crastinus* = na zajtra. Prokrastinácia je teda chorobné odkladanie našich povinností na neskôr. Z dlhodobého hľadiska môže byť práve prokrastinácia deštruktívny zlovyk, ktorý nám bráni dosiahnuť úspech. Porov. MIKULA, A. 9 každodenných pravidiel úspechu. *EBOOK. 5 najzdieľanejších článkov z blogu TimeManagement.sk*. [online]. [cit. 2014-09-11].

Dostupné na internete: < <http://www.timemanagement.sk>>. Prokrastinácia – najväčší nepriateľ produktivity.

V súvislosti s prokrastináciou sa stretávame s pojmom „*slučka prokrastinácie*“, ktorá predstavuje kruh tvorený nasledovnými prvkami: nerobím nič – mám výčitky – pochybujem o sebe – mám pocit bezmocnosti.



1. Stanovme si ciele podľa metódy SMART, dajme si konkrétny jasný cieľ, ktorý vieme na základe kvantitatívnych a kvalitatívnych ukazovateľov odmerať. Je nevyhnutné zvoliť si cieľ, ktorý je dosiahnuteľný. Ak tak neurobíme, neúspech nás môže demotivovať k ďalšiemu napredovaniu v práci. Naše ciele by mali byť v súlade s cieľmi, ktoré si stanovuje inštitúcia, pre ktorú pracujeme. Ak by sme cieľ neohranili takou veličinou, ako je čas, opäť by sme, v prípade, že máme slabú sebadisciplínu, riešenie úloh odkladali na neurčito;
2. Počet cieľov na deň je potrebné prispôbiť času, ktorý si rozdelíme na čas (pritom dbáme, aby časové úseky boli v dostatočnom rozsahu):
  - a. pre svoje úlohy, súvisiace s bežnou, ale povinnou administratívou,
  - b. pre konzultácie a supervíziu s kolegami,
  - c. pre prácu s klientmi,<sup>33</sup>
  - d. pre prácu v teréne,
  - e. pre nepredvídané udalosti;
3. Úlohy, ktorým sa chceme venovať, je nevyhnutné rozdeliť podľa naliehavosti a dôležitosti.
  - a. Ak uvažujeme a rozhodujeme sa v rámci úloh o dôležitosti, je potrebné sa naučiť úlohy delegovať. Sociálna práca je prácou nie samostatne stojaceho „pešiaka“ na pomyselnéj šachovnici, ale ide o tímovú spoluprácu. Ak chceme predísť syndrómu vyhorenia, tak je potrebné naučiť sa eliminovať nenaliehavé a nedôležité úlohy, t.j. zabíjače času, na minimum a taktiež je potrebné naučiť sa veci síce naliehavé, ale nedôležité delegovať;<sup>34</sup>
  - b. V rovine naliehavosti je vhodné rozlišovať medzi bežnou a krízovou intervenciou.<sup>35</sup>
4. Aj keď sociálny pracovník má dosť vlastnej administratívnej práce, pri úlohách, ktoré má plniť, je potrebné, aby si zaviedol „písanie úloh na papier“, t. j. zaviesť systém zoznamov úloh;
5. Poznanie asertívnych techník bez ich uplatňovania v praxi, nič nerieši. Sociálny pracovník okrem empatie, ktorá je v pomáhajúcich profesiách nevyhnutná, je vybavený i schopnosťou vedieť povedať, ako aj dodrží, asertívne „nie“.
6. Ak chce pomáhajúci pracovník predchádzať syndrómu vyhorenia, nevyhnutne potrebuje rešpektovať pravidlá, ktoré nielen poukazujú na úlohy, ktoré musí plniť, ale i ukazujú cestu, ako vyhoreniu predchádzať. Lepšie je však snažiť sa o synergický efekt s využitím všetkých znalostí o time managemente, ktorý pri jeho dobrom zvládnutí musí nevyhnutne prísť v podobe úspory času, vynaloženej energie, vyššej efektivity práce (nižšia chybovosť). S tým súvisí i pocit pohody, zníženie stresu a nervového napätia.<sup>36</sup>

---

<sup>33</sup> Ide o čas, ktorý máme vopred naplánovaný pre konkrétnych klientov, t.j. klienti sú objednaní na presnú hodinu.

<sup>34</sup> Na oddeleniach SPODaSK sú zamestnaní v rámci projektov terénni sociálni pracovníci s vysokoškolským vzdelaním II. stupňa v odbore sociálna práca, ktorí majú vo svojej pracovnej náplni vymedzené úlohy a kompetencie. Tieto im umožňujú preberať na seba zodpovednosť a zároveň pracovníkom v štátnozamestnaneckom pomere na ÚPSVaR, oddelení SPODaSK delegovať na nich úlohy.

<sup>35</sup> Dôležité a naliehavé, t.j. reaktívne úlohy je potrebné vybaviť prioritne. Môžeme tam zaradiť napr. situácie, keď je dieťa ohrozené na živote a sociálny pracovník musí bezodkladne zasiahnuť.

<sup>36</sup> Profesia sociálneho pracovníka je síce zaujímavé, ale aj náročné povolanie. Postupne nadobúda novú podobu, v ktorej sa mení aj postavenie sociálneho pracovníka. V sociálnej práci sú vedomosti dôležité, no nemenej dôležitá je aj osobnosť sociálneho pracovníka, jeho charakterové vlastnosti a postoje. Porov.

Definovanie jasných cieľov a stanovenie priorít bežného pracovného dňa, reálne naplánovanie plnenia úloh s rovnomerným rozložením práce pri rešpektovaní výkonnostnej krivky človeka, nemať strach delegovať prácu na iných, ako i eliminácia nepotrebných činností, to sú len zlomky, ktoré ak začneme postupne v svojej činnosti dodržiavať, môžu priniesť na konci pracovného dňa pocit úspechu, väčšiu spokojnosť a motiváciu do ďalšej práce.

## **ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY**

*Zákon č. 305/2005 Z. z. o sociálnoprávnej ochrane detí a o sociálnej kuratele v znení neskorších predpisov.*

ARMSTRONG, M. *Řízení pracovního výkonu v podnikové praxi*. 1. vyd. Fragment Praha: Fragment, 2011. ISBN 978-80-253-1198-1.

BAKOVÁ, D. Osobnosť sociálneho pracovníka. In *Vychovávateľ časopis pedagógov*. Bratislava : Educatio 5-6, s. 37 - 40. ISSN 0139-6919.

BISCHOF, A. - BISCHOF, K. *Aktivní sebeřízení : jak získat kontrolu nad svým časem a prací*. Praha: Grada, 2003. 118 s. ISBN 8024706474.

CEJTHAMR, V. – DĚDINA, J. *Management a organizační chování*. 2. vydání. Grada Publishing a.s. Praha 2010. ISBN 978-80-247-3348-7.

COVEY, S. R. *7 návyků vůdčích osobností pro úspěšný a harmonický život : návrat etiky charakteru*. 1. vyd. Praha : Pragma, 1994. 329 s. ISBN 8085213419.

DARR, K. *Ethics in Health Services Management*. London : Greenwood Press, 1987. 270 s. ISBN 0275924440.

DUDINSKÁ, E. – BUDAJ, P. – VITKO, Š. *Manažment v sociálnych službách*. 1. vyd. Prešov : Vydavateľstvo Michala Vaška, 2009. 237 s. ISBN 80-7165-756-9.

GABURA, J. *Sociálne poradenstvo*. Bratislava : Občianske združenie Sociálna práca 2005. 221 s. ISBN 808918510X.

GAŽIKOVÁ, E. *Rizikové správanie detí v detských domovoch*. 1. vyd. Košice: Equilibria, 2014. 136 s. ISBN 978-80-558-0686-0.

JANKOVSKÝ, J. *Etika pro pomáhající profese*. Praha : Triton 2003. 223 s. ISBN 80-7254-329-6.

KNOBLAUCH, J. - WÖLTJE, H. *Time management : Jak lépe plánovat a řídit svůj čas*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2006. 106 s. ISBN 802471440X.

KOLEKTÍV AUTOROV. *Transformácia zariadení sociálnych služieb s cieľom sociálnej a pracovnej integrácie ich obyvateľov. Rozvoj komunitných sociálnych služieb*. Bratislava : Rada pre poradenstvo v sociálnej práci 2006. 109 s. ISBN 80-969581-7-8.

LEŠKOVÁ, L. *Sociálny kurátor pre deti a sociálna práca*. Prešov : vydavateľstvo Michal Vaško, 2012. 327 s. ISBN 978-80-7165-895-5.

LEVICKÁ, J. *Základy sociálnej práce*. 1. vyd. Trnava : FZaSP TU, 2004. 170 s. ISBN 80-968952-3-0.

LOJAN, R. *Ľudská osoba ako centrum kultúry - kultúry života*. In *Hľadanie dialógu modernej kultúry a teológie: zborník z vedeckej konferencie /ed. Inocent-Mária*

---

BAKOVÁ, D. Osobnosť sociálneho pracovníka. In *Vychovávateľ časopis pedagógov*. Bratislava : Educatio 5-6, s. 37. R. Lojan v tejto súvislosti uvádza, že aj hodnotový systém sociálneho pracovníka ako osoby je dôležitým faktorom. Porov. LOJAN, R., Ľudská osoba ako centrum kultúry - kultúry života. In *Hľadanie dialógu modernej kultúry a teológie: zborník z vedeckej konferencie / ed. Inocent-Mária Vladimír SZANISZLÓ, Radoslav LOJAN, Peter BENČO*. Prešov : Michal Vaško, 2013. s. 70-75.

- Vladimír SZANISZLÓ, Radoslav LOJAN, Peter BENČO. Prešov : Michal Vaško, 2013. s. 70-75. ISBN 978-80-7165-923-5.
- LUDEWIG, K. *Systematická terapie. Základy klinické teorie a praxe*. Praha : Pallata, 1994. 150 s. ISBN 80-901710-0-1.
- MESÁROŠOVÁ, M. et al. *Komunikačné a manažérske spôsobilosti pre prax*. 1. vyd. Košice: VÚSI, 2008. 274 s. ISBN 978-80-89383-00-9.
- MOJTOVÁ, M. *Sociálna práca v zdravotníctve*. Bratislava: SAP 2008. 137 s. ISBN 978-80-89271-45-0.
- MOJTOVÁ, M. - GAŽIKOVÁ, E. - GREY, E. *Vybrané kapitoly z etiky pre študentov zdravotníckych a sociálnych odborov*. Bratislava: SAP, 2008. 125 s. ISBN 978-80-89271-40-5.
- ROTHMAN, J. – SAGER, J.S. 2. ed. *Case Management. Integrating Individual and Community Practice*. Boston: Allyn and Bacon, 1998.
- PACOVSKÝ, P. *Človek a čas: time management IV. generace*. 2. aktualiz. vyd. Praha: Grada Publishing, 2006. 259 s. ISBN 8024717018.
- PORVAZNÍK, J. *Celostný manažment. Piliere kompetentnosti v riadení*. 1. vyd. Bratislava : SPRINT v.fra, 1999. 493 s. ISBN 80-88848-36-9.
- LEŠKOVÁ, L. Uplatňovanie manažérskych črt práce v sociálnej oblasti. In ŽILOVÁ, A. – JANIGOVÁ, E. (edit.) *Sociálna práca, manažment a ekonómia - prepojenie a spolupráca : zborník referátov z vedeckej konferencie s medzinárodnou účasťou*. Dolný Kubín : PF KU, 2009. s. 143-153. ISBN 978-80-8084-501-8,
- PIPIŠKOVÁ, I. Sociálna kuratela. In *Sociálna politika a zamestnanosť*. ISSN 1336 5053, 2008, roč. 5, č. 2, s. 4-5.
- ŠIPOŠOVÁ, E. Sociálny kurátor v systéme sociálnoprávnej ochrany detí. In *Sociálna politika a zamestnanosť*. ISSN 1336 5053, 2007, roč. 4, č. 9, s. 10.
- MIKULA, A. 9 každodenných pravidiel úspechu. *EBOOK. 5 najzdieľanejších článkov z blogu TimeManagement.sk*. [online]. [cit. 2014-09-11]. Dostupné na internete: <<http://www.timemanagement.sk>>. Prokrastinácia – najväčší nepriateľ produktivity.
- SCHAVEL, M. – SCHAVEL, M. *Úloha manažmentu v sociálnej práci* [online]. [cit. 2014-09-11]. Dostupné na internete: <<http://www.manazment.mantamedia.eu/text01.doc>>.

#### **KONTAKT NA AUTORKU**

doc. PhDr. Ing. Lýdia Lešková, PhD.  
 Katolícka univerzita v Ružomberku  
 Teologická fakulta Košice  
 Katedra spoločenských vied  
 Hlavná 89, 041 21 Košice, SR  
 e-mail: [lydia.leskova@ku.sk](mailto:lydia.leskova@ku.sk)  
 tel.: + 00421/55/68 36 155

# SYSTÉM SOCIÁLNEJ OCHRANY PRE RODINY S DEŤMI V SLOVENSKEJ REPUBLIKE<sup>1</sup>

## SYSTEM OF SOCIAL PROTECTION FOR FAMILIES IN SLOVAK REPUBLIC

*Lenka Haburajová Ilavská*

**Abstrakt:** Každá sociálna politika sa svojimi opatreniami a nástrojmi snaží prispievať k blahu a kvalite života svojich občanov. V našom príspevku sa budeme orientovať na rodiny s deťmi, ktoré sa z pohľadu sociálneho zabezpečenia považujú za zraniteľnú skupinu. Poukážeme na možnosti zabezpečenia rodín v rámci systému sociálnej ochrany v Slovenskej republike s akcentom na európsky sociálny model.

**Abstract:** Each social policy with its provisions and tools trying to contribute to the welfare and quality of life of its citizens. In our contribution we will focus on families with children who are from the perspective of social security considered vulnerable group. Point out the possibility of families in social protection scheme in the Slovak Republic with an emphasis on the European social model.

**KLúčové slová:** Sociálna politika. Sociálna ochrana. Deti. Rodina.

**Key words:** Social policy. Social security. Childrens. Family.

Demografické procesy spolu s procesmi na trhu práce a technologickým rozvojom vytvárajú novú sociálnu realitu, zoči-voči ktorej sa hľadajú odpovede tak na individuálnej ako i na celospoločenskej úrovni. Rodinná politika sa stáva kľúčovou oblasťou intervencií, s ktorou sú spájané očakávania v rôznych oblastiach.<sup>2</sup>

Navyše v oblasti rodinnej politiky sa začali vyvíjať aktivity aj na úrovni EÚ, ktorých cieľom je podporiť diskusiu a výmenu informácií o osvedčených riešeniach a prístupoch (príkladom je zriadenie fóra European Alliance for Families), ale aj zabezpečiť vo vybraných oblastiach spoločné minimálne štandardy (príkladom môže byť smernica o rodičovskej dovolenke). Na úrovni EÚ boli formulované ciele dotýkajúce sa priamo náplne rodinnej politiky, napríklad v roku 2002 boli na summite v Barcelone stanovené kvantifikované ciele v oblasti pokrytia detí v predškolskom veku službami starostlivosti. Spoločné hľadanie riešení sa tu stáva dôležitým rámcovaním uvažovania o profiloch rodinnej politiky na národnej úrovni.<sup>3</sup>

Príslušné politiky možno vo všeobecnosti definovať ako opatrenia, ktoré podporujú „zlad'ovanie pracovného a rodinného života, zabezpečujú adekvátnosť zdrojov v rodine, podporujú vývoj dieťaťa, uľahčujú voľbu rodičov ohľadne práce a starostlivosti a napomáhajú rodovej rovnosti v príležitostiach na trhu práce" (OECD, 2007: 13). Ide teda o politiky, ktoré sú zamerané na zvýšenie rôznych typov zdrojov v rodine (príjem, služby, čas na výchovu) a zároveň na posilnenie vzťahu rodičov k trhu práce (OECD, 2007: 13). Pohľad na definíciu politik a na očakávania s nimi spojené naznačuje, že ide o rôznorodú zmes intervencií. Nájdeme tu predovšetkým služby pre rodiny s malými deťmi, ktoré „socializujú" náklady spojené s ich výchovou, či rodičovskú dovolenku,

<sup>1</sup> Príspevok vznikol v rámci projektu VEGA č. 1/0719/13 Bezdomovectvo ako sprievodný negatívny jav našej doby.

<sup>2</sup> BODNÁROVÁ, In: Východiská a výzvy pre vypracovanie štátnej rodinnej politiky, 2010, s. 5.

<sup>3</sup> Tamtiež, s.6.

ktorej dizajn zásadným spôsobom rámcuje výber preferovanej formy starostlivosti o dieťa. Patria sem ale i opatrenia v oblasti daní a finančných transferov uľahčujúce návrat rodičov na trh práce (napríklad daňové kredity viazané na výdavky na predškolskú starostlivosť – napr. situácia v UK), rôzne stratégie flexibilizácie práce (flexibilizácia pracovného času, miesta pracovného výkonu), ako i kroky podporujúce iniciatívy súkromného sektora (napríklad súťaže odmeňujúce zamestnávateľov ústretovcami voči rodinným potrebám svojich zamestnancov).<sup>4</sup>

Článok 2 **Dohody Európskej únie** stanovuje podporu vysokej úrovne sociálnej ochrany a rozvoja ekonomickej a sociálnej previazanosti členských štátov ako úlohu Spoločenstva.

Z dôvodu monitorovania vývoja sociálnej ochrany v členských štátoch EÚ, Európska komisia vyžaduje dostupnosť k aktuálnym a podrobným údajom a informáciám o systémoch, súčasnom stave a rozvoji sociálnej ochrany v členských štátoch. Jedným zo základných nástrojov štatistického sledovania sociálnej ochrany je **Európsky systém jednotných štatistík sociálnej ochrany (ESSPROS)**.

Sociálna ochrana obsahuje všetky intervencie zo strany verejných alebo súkromných organizácií, ktorých cieľom je oslobodiť domácnosti a jednotlivcov od bremien definovaných rizík alebo potrieb za predpokladu, že neexistuje ani simultánna a ani individuálna dohoda.

Manuál ESSPROS klasifikuje sociálne dávky podľa ôsmich nasledovných účelov:

- choroba/zdravotná starostlivosť,
- invalidita,
- staroba,
- pozostalí,
- rodina/deti,
- nezamestnanosť,
- bývanie,
- sociálne vylúčenie.

Vďaka otvorenej metóde koordinácie (OMK) podporuje od roku 2006 Európska únia (ďalej len EÚ) členské štáty v ich snahe o väčšiu sociálnu kohéziu v Európe. Realizuje sa tak základná snaha o zviditeľňovanie sociálnych hodnôt EÚ jej obyvateľom. OMK pomáha prehľbovať vzájomnú výmenu skúseností a rozširovať zapojenie zainteresovaných strán na vnútroštátnej a európskej úrovni. Prostredníctvom OMK sa zvýšilo povedomie o viacrozmernosti vylúčenia a chudoby a ukotvil sa spoločný prístup k reformám sociálnej ochrany. Ten je založený na princípoch prístupnosti, primeranosti, kvality, modernizácie a trvalej udržateľnosti. Národné správy vypracované za uplynulé roky, ukázali, že zohľadnenie všetkých cieľov napomohlo zefektívneniu politiky a zlepšilo kvalitu verejných výdavkov.

Vďaka integrovanému procesu sa posledné strategické správy v rámci EÚ zamerali na obmedzenejší okruh priorít. Začala pôsobiť pozitívna interakcia medzi realizáciou národných stratégií sociálnej ochrany a sociálnej inklúzie a stratégie národných programov reforiem pre rast a zamestnanosť. Kríza zdôraznila dôležitú úlohu, ktorú má i vzdelávanie zohrávať pri dosahovaní cieľov Európskej komisie určených v stratégii Európa 2020, a to tým, že umožňuje dospelým zlepšiť svoju schopnosť prispôbiť sa zmenám na trhu práce a v spoločnosti a vyhnúť sa tým sociálnej inklúzii<sup>5</sup>. Aj táto

---

<sup>4</sup> BODNÁROVÁ, In: Východiská a výzvy pre vypracovanie štátnej rodinnej politiky, 2010, s.33.

<sup>5</sup> JANKUROVÁ in: Socioekonomické aspekty trvale udržiteľného rozvoje Českej republiky 10 let po vstupe do Evropské unie, 2014, s.120 - 125

správa je napojená na slovenský Národný akčný plán sociálnej inklúzie, ako aj ďalšie národné strategické dokumenty z rôznych oblastí. Cieľom je zamerať sa na posilnenie modernizácie systémov sociálnej ochrany (feeding out). Národný akčný plán sociálnej inklúzie predstavuje pilier sociálnej inklúzie v národnej strategickej správe.<sup>6</sup>

Základným cieľom sociálnej politiky SR je utvárať pre obyvateľov taký legislatívny a inštitucionálny rámec a prijímať a realizovať opatrenia, ktoré zabezpečia udržanie a rozvoj ľudských, hospodárskych, sociálnych a kultúrnych práv a zdrojov smerujúcich k zabezpečeniu dôstojnej životnej úrovne každého človeka, podpore rodovej rovnosti, zabezpečeniu rovnosti príležitostí a eliminácii akejkoľvek formy diskriminácie. Strategické priority SR na roky 2008 - 2010 v uvedených troch oblastiach cez reflexiu troch hlavných spoločných cieľov Otvorenej metódy koordinácie pre sociálnu ochranu a sociálnu inklúziu a v súlade s princípmi Stratégie konkurencieschopnosti Slovenska do roku 2010 (Lisabonská stratégia) a obnovenej Lisabonskej stratégie pre rast a zamestnanosť prinášajú súhrnnú informáciu, zámery a kroky, ktorých napĺňanie v uvedených oblastiach považuje Slovenská republika v rokoch 2008 - 2010 za kľúčové. Zámerom je zdôrazniť vzájomné prepojenia a posilňujúce účinky krokov stratégií jednotlivých oblastí sociálnej ochrany a sociálnej inklúzie smerom k zabezpečeniu napĺňania cieľa rastu, zamestnanosti a sociálnej súdržnosti.<sup>7</sup>

**Sociálna ochrana pre rodiny s deťmi sa dá ponímať cez nasledujúce prioritné ciele.**

#### **1. Ochrana rodiny**

Rámec právnej ochrany rodiny s ohľadom na rovnosť práv vytvárajú predovšetkým tieto základné dokumenty:

- Revidovaná Európska sociálna charta
- Ústava SR
- Zákon č. 36/2005 Z. z. o rodine

#### Revidovaná Európska sociálna charta

Revidovaná Európska sociálna charta vo svojom článku 16 špecifikuje právo rodiny na sociálnu, právnu a hospodársku ochranu takto:

„Na zabezpečenie nevyhnutných podmienok na plný rozvoj rodiny ako základnej jednotky spoločnosti sa zmluvné strany zaväzujú podporovať hospodársku, právnu a sociálnu ochranu rodinného života prostredníctvom sociálnych a rodinných dávok, finančnými opatreniami, výstavbou bytov na bývanie rodín, pomocou mladým manželstvám alebo inými vhodnými opatreniami.“

#### Ústava SR

Podľa čl. 41 ods. 1 až 5 Ústavy SR č. 460/1992 Zb. v znení neskorších predpisov manželstvo, rodičovstvo a rodina sú pod ochranou zákona. Zaručuje sa osobitná ochrana detí a mladistvých. Žene v tehotenstve sa zaručuje osobitná starostlivosť, ochrana v pracovných vzťahoch a zodpovedajúce pracovné podmienky. Deti narodené v manželstve i mimo neho majú rovnaké práva.

Starostlivosť o deti a ich výchova je právom rodičov. Deti majú právo na rodičovskú výchovu a starostlivosť. Práva rodičov možno obmedziť a maloleté deti možno od

---

<sup>6</sup> Národná správa o stratégiách sociálnej ochrany a sociálnej inklúzie 2008-2010, s. 3-5

<sup>7</sup> Národná správa o stratégiách sociálnej ochrany a sociálnej inklúzie 2008-2010

rodičov odlúčiť proti vôli rodičov len rozhodnutím súdu na základe zákona. Rodiča, ktorí sa starajú o deti, majú právo na pomoc od štátu.

#### Zákon č. 36/2005 Z. z. o rodine

Zákon o rodine špecificky zahrňuje Dohovor o právach dieťaťa a viaže sa na koncepciu legislatívy Občianskeho zákonníka zameraného na úpravu rodinného práva.

Normatívnu základňu právnych vzťahov rodiny vo vnútri a navonok vymedzujú:

- Rodinné právo
  - Zákon o rodine (č. 36/2005)
  - Ostatné právne normy
- zákon č. 40/1964 Zb. Občiansky zákonník v znení neskorších predpisov
  - zákon č. 300/2005 Z. z. Trestný zákon
  - zákon č. 311/2001 Z. z. Zákonník práce v znení neskorších predpisov
  - zákon č. 305/2005 Z. z. o sociálnoprávnej ochrane detí a o sociálnej kuratele<sup>8</sup>
  - zákon č. 201/2008 Z. z. o náhradnom výživnom
  - zákon č. 601/2003 Z. z. o životnom minime
  - zákon č. 600/2003 Z. z. o prídavku na dieťa

*Z ďalších medzinárodných dohovorov, ktoré Slovenská republika ratifikovala a upravujú oblasť práv rodiny a detí, je z tohto hľadiska významný:*

Dohovor o občiansko-právnych aspektoch medzinárodných únosov detí,

Dohovor o ochrane detí a spolupráci pri medzištátnych osvojeniach z roku 1993

Dohovor práv a opatrení na ochranu dieťaťa z roku 1966

Slovenská republika sa zapojila do dvoch veľmi významných programov v oblasti rodinnej politiky.

1. program Rady Európy „Budujme Európu pre deti a s deťmi“. Cieľom tohto programu je odstrániť všetky formy násilia páchaného na deťoch prostredníctvom ochrany detí, odstránenia násilia, stíhania jeho páchatel'ov a participáciou detí. Program venuje osobitnú pozornosť obzvlášť zraniteľným deťom – deťom so zdravotným postihnutím, deťom žijúcim v chudobe a deťom, ktoré vyrastajú bez rodičov.

2. kampaň „Budovanie Európy pre deti a s deťmi“, ktorý chce pomôcť štátom upevniť alebo rozvinúť národné stratégie na ochranu práv detí. Pomôže štátom vypracovať aj komplexné obsažné a dostupné právne rámce. Navrhne modely účinných inštitucionálnych rámcov a podporí spustenie participačných procesov s cieľom navrhnuť a aplikovať národné postupy. Program vystupuje proti všetkým formám násilia páchaného na deťoch, bude sa snažiť najmä o zvýšenie informovanosti, vzdelávanie, školenie a budovanie kapacít na podporu kultúry bez násilia a o dosiahnutie nulovej hranice jeho tolerovania.

## **2. Podpora zosúladenia práce a rodinného života**

Realizované prostredníctvom opatrení a služieb v oblasti starostlivosti o deti v predškolskom veku.

A). Služby v oblasti starostlivosti o deti v predškolskom veku- jasle, materské školy, špeciálne materské školy.

---

<sup>8</sup> Systém sociálno-právnej ochrany v súčasnom ako i historickom kontexte podrobne popisuje Lešková. Porov. LEŠKOVÁ, L. *Sociálny kurátor pre deti a sociálna práca*. Prešov : Michal Vaško, 2012. 327 s. ISBN 978-80-7165-895-5.

Materská škola (a špeciálna materská škola) bola zákonom č.279/1993 definovaná ako súčasť výchovno-vzdelávacích zariadení s dôrazom na jej pedagogické pôsobenie. V roku 1994 došlo k zníženiu vekovej hranice pre nástup do materskej školy na dva roky. Zo strany MSPVR bol iniciovaný zákon č. 561/2008 o príspevku na starostlivosť o dieťa, ktorého cieľom je „pozitívne ovplyvniť rozhodovanie mladých ľudí založiť si rodinu a mať deti a zároveň vytvoriť priestor pre profesionálny rast rodičov a ich uplatnenie sa na trhu práce<sup>9</sup>.

#### *Príspevok na starostlivosť o dieťa:*

Upravuje ho zákon č. 561/2008 Z. z o príspevku na starostlivosť o dieťa a o zmene a doplnení niektorých zákonov. Tento zákon upravuje poskytovanie príspevku na starostlivosť o dieťa do troch rokov veku dieťaťa alebo do šiestich rokov veku dieťaťa s dlhodobou nepriaznivým zdravotným stavom (ďalej len „príspevok“) ako sociálnej dávky.

B). Opatrenia v oblasti starostlivosti o deti v predškolskom veku.

#### *Rodičovská dovolenka*

Poskytovaný je rodičovský príspevok - štátna sociálna dávka, ktorou štát prispieva oprávnenej osobe na zabezpečenie riadnej starostlivosti o dieťa. Upravuje ju zákon č. 571/2009 Z. z. o rodičovskom príspevku a o zmene a doplnení niektorých zákonov

Podpora zosúladenia práce a rodinného života sa neodohráva len v oblasti služieb alebo v oblasti poskytovania dávok, ale i v oblasti politiky zamestnanosti a trhu práce. Bezprostredne túto problematiku legislatívne zastrešuje zákon č. 311/2001 Z. z. Zákonník práce (platené pracovné voľno za účelom osobnej starostlivosti a výchovy, ochrana matky ako pracovnej sily, kombinácia pracovného a rodinného života a vytvorenie vhodných podmienok na pracovisku, presadzovanie flexibilných foriem organizácie práce - flexibilný pracovný čas. Z hľadiska harmonizácie pracovných a rodinných povinností má osobitný význam uplatňovanie – Dohovoru Medzinárodnej organizácie práce o rovnakých príležitostiach a rovnakom zaobchádzaní s mužmi zamestnancami a so ženami zamestnankyňami; zamestnancami so zodpovednosťou za rodinu č. 156 z roku 1981 (k oznámeniu č. 205/2003 Z. z.). Jeho dôsledná aplikácia vo vnútroštátnej legislatíve, najmä v oblasti pracovného práva, služieb zamestnanosti a sociálneho zabezpečenia má umožniť osobám so zodpovednosťou za rodinu ( voči nezaopatreným deťom a k iným členom najbližšej rodiny, odkázaným na ich starostlivosť alebo podporu), ktoré chcú byť zamestnané, uplatniť ich právo vykonávať alebo získať zamestnanie bez toho, aby sa stali objektom diskriminácie a podľa možnosti bez rozporu medzi ich zamestnaním a zodpovednosťou za rodinu.

### **3. Podpora primárnej rodiny**

Základný rámeč na budovanie systému štátnej sociálnej podpory vytvorila Koncepcia transformácie sociálnej sféry a Zásad štátnej sociálnej podpory schválené vládou SR uznesením č. 979/1995<sup>10</sup>. Je realizovaná dávkami v rámci schémy štátnej sociálnej podpory. Pomoc štátu rodinám je vždy otázkou prerozdelenia. Základnou formou hmotného zabezpečenia rodín s deťmi sú rodinné dávky. Ich účelom je prispieť rodine k úhrade zvýšených nákladov spojených s výchovou dieťaťa a obmedziť tak znižovanie životnej úrovne rodín s deťmi v porovnaní s rodinami bezdetnými<sup>11</sup>. V

---

<sup>9</sup> BODNÁROVÁ, In: Východiská a výzvy pre vypracovanie štátnej rodinnej politiky, 2010, s. 39-41.

<sup>10</sup> GEJDOŠOVÁ, Z. Sociálne zabezpečenie v systéme verejnej správy na Slovensku. Ružomberok: Verbum, 2012, s. 86.

<sup>11</sup> TOMEŠ, I. Úvod do teórie a metodológie sociálnej politiky. Praha: Portál, 2010, s. 245.



rámci systému evidujeme nasledovné dávky pre rodiny s deťmi: (prídavok na dieťa, osobitný príjemca, príplatok k prídavku na dieťa, príspevok pri narodení dieťaťa, príplatok k príspevku pri narodení dieťaťa, príspevok rodičom, ktorým sa súčasne narodili tri deti alebo viac detí alebo ktorým sa v priebehu dvoch rokov opakovane narodili dvojčatá, príspevok na pohreb, náhradné výživné.

#### **4. Podpora vzdelávania**

Nástrojmi v tejto oblasti sú dotácie poskytované na stravu, školské potreby na podporu vzdelávania pre deti zo sociálne znevýhodneného prostredia, resp. rodín v hmotnej núdzi. S cieľom zvýšiť podporu prístupu k vzdelávaniu a motiváciu detí z nízkopríjmových rodín sa v rámci systému pomoci v hmotnej núdzi zavádza nový nástroj, ktorý bude podmienený plnením povinnej školskej dochádzky. Popri pomoci v hmotnej núdzi sa na podporu rodiny a detí zameriavajú aj ďalšie štátne dávky pre podporu detí a rodiny. Najmä v prípade tých najzraniteľnejších v rodine - detí - je nutné sa zamerať nielen na riešenie akútnej núdze, ale aj na preventívne pôsobenie, a tým je zabezpečenie životných podmienok a podpora vzdelávania, ktoré im v budúcnosti poskytujú väčšie šance vyhnúť sa rizikám chudoby.

Inkluzívne politiky vo vzdelávaní sa okrem toho realizovali prostredníctvom programov finančnej podpory, akými boli príspevky a dotácie na podporu prístupu ku vzdelávaniu pre deti a žiakov z nízkopríjmových rodín, a to dotácie na stravu, školské potreby a motivačný príspevok pre deti z materských a základných škôl, dotácie na štipendiá študentov stredných škôl zabezpečovaných z Európskeho sociálneho fondu, sociálne štipendiá pre študentov vysokých škôl, ako aj príspevky na dopravu žiakov základných škôl. Prostredníctvom systému dotácií sa pokračovalo v podpore prístupu ku vzdelávaniu detí z nízkopríjmových rodín, a to už od predškolského vzdelávania.

#### **Záver**

Rodina bola v minulosti, a je aj v dnešnej dobe, prirodzeným prostredím, v ktorom prichádzajú na svet noví ľudia. Človek prichádza do sveta bezbranný a odkázaný na pomoc druhých ľudí. Preto rodina na základe svojho prirodzeného poslania najlepšie zodpovedá prirodzenosti človeka a jeho materiálnym duchovným potrebám. Jej prináleží vážna a zodpovedná úloha, aby vychovávala človeka, aby našiel v nej prostredie pre svoj fyzický a duchovný rozvoj<sup>12</sup>. Rodina ako základná bunka spoločnosti sa stáva centrom pozornosti každej sociálnej politiky štátu. Štáty sa na rodinu orientujú z hľadiska jej vývoja, perspektív, demografie, funkcií, výchovy i cieľov, ktoré plní. Rodinná politika zastáva v rámci oblastí sociálnej politiky jednu z kľúčových priorít sociálnej politiky štátu. Ako podsystem sociálnej politiky sa zameriava na realizáciu funkcií rodiny, najmä jej výchovného a resocializačného pôsobenia, s požiadavkou o rešpektovanie potrieb a záujmov rodiny.<sup>13</sup> V príspevku sme sa snažili o zmapovanie systému štátnej sociálnej podpory s odkazom na legislatívu viažúcu sa na túto tému.

---

<sup>12</sup> JANIGOVÁ, E.: Rodina ako objekt i subjekt sociálnej starostlivosti. Ružomberok: PF KU, 2008. s. 17.

<sup>13</sup> RUSNÁKOVÁ, M.: *Rodina v slovenskej spoločnosti v kontexte sociálnej práce*. Ružomberok: Pedagogická fakulta, Katolícka univerzita v Ružomberku, 2007, s. 21.

## **ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY**

GEJDOŠOVÁ, Z. (2012). *Sociálne zabezpečenie v systéme verejnej správy na Slovensku*. Ružomberok: Verbum, 218 s. ISBN 978-80-8084-894-1.

JANIGOVÁ, E. (2008). *Rodina ako objekt i subjekt sociálnej starostlivosti*. Ružomberok: PF KU, 2008. ISBN 978-80-84-300-7.

LEŠKOVÁ, L. *Sociálny kurátor pre deti a sociálna práca*. Prešov : Michal Vaško, 2012. 327 s. ISBN 978-80-7165-895-5.

RUSNÁKOVÁ, M.: *Rodina v slovenskej spoločnosti v kontexte sociálnej práce*. Ružomberok: Pedagogická fakulta, Katolícka univerzita v Ružomberku, 2007, 167 s. ISBN 978-80-8084-248-2

TOMEŠ, I. (2010). *Úvod do teórie a metodológie sociálnej politiky*. Praha: Portál, 435 s. ISBN 978-80-7367-680-3.

Národná správa o stratégiách sociálnej ochrany a sociálnej inklúzie 2008-2010

Sociálna ochrana ESSPROS v Slovenskej republike v rokoch 1995-2006

Východiská a výzvy pre vypracovanie štátnej rodinnej politiky, 2010

Social Inclusion in South-East Europe, FES Sofia, 160 s., 2010

[http://ec.europa.eu/europe2020/index\\_sk.htm](http://ec.europa.eu/europe2020/index_sk.htm) / 22.2.2014

Jankurová in: Socioekonomické aspekty trvale udržiteľného rozvoje Českej republiky 10 let po vstupu do Evropské unie, 2014

## **KONTAKT NA AUTORKU**

Doc. PhDr. Lenka Haburajová Ilavská, PhD.

Fakulta sociálnych vied a zdravotníctva UKF

Kraskova 1, 949 01 Nitra

[lhaburajova-ilavska@ukf.sk](mailto:lhaburajova-ilavska@ukf.sk)

# SYNDRÓM VYHORENIA SOCIÁLNEHO PRACOVNÍKA V KONTEXTE ČASU, STRESU A HRANÍC

## *SOCIAL WORKER AN BRN OUT IN THE CONTEXT OF TIME, STRESS AND BORDER*

*Renáta Jamborová*

**Abstrakt:** Čas patrí k vzácnym darom v našom živote. Hľadáme rôzne metódy, ako stihnúť čo najviac práce, hľadáme spôsoby, ako rýchlejšie vykonať prácu a organizovať svoj deň. Vnútorne symptómy stavu vyhorenia sú: strata odvahy, sebaúcty, strata objektívnosti, emočná vyčerpanosť, negatívne postoje. Učiť sa tichu a využívať samotu ako niečo, čo má dôležitý význam pre naše hlbšie poznanie. Hranice v nás nie sú dedičné, hranice si budujeme. Tvorba hraníc je neustály proces, ktorý začína už v rannom detstve. Všetdný bežný deň je cvičiskom stability našej osobnosti a ukazuje na stabilitu pilierov nášho duchovného života. Nerozhoduje, ako veľa času máme, ale či sme v danom okamžiku tam, kde naozaj práve sme a či robíme práce, ktoré sú naozaj osožné z hlbšej perspektívy.

**Abstract:** Time is one of the most precious gifts in our life. We are looking for various methods to catch as much work, and we looking for ways to do work faster and organize our day. The internal state of burn out show the symptoms : loss of courage, self-esteem, loss of objectivity, emotional distress, negative attitudes. For person is important to learn have to use the silence and solitude as something very crucial for our deeper personal understanding. Borders are not inherited - boundaries we have to built. Creating boundaries is an ongoing process that begins in early childhood. Mundane ordinary day is training ground our stability and the stability of our spiritual life. Does not matter how much time we have, but if we are in that moment in the place where we really work in physically and mentally this is the beneficial for us.

**KLúčové slová:** Syndróm vyhorenia. Čas. Hranice. Hranice k sebe samému. Symptómy vyhorenia. Stres.

**Key words:** Burn out. Time. Borders. Borders in our self. Symptoms of burn out. Stress.

## Úvod

Čas patrí k tým najdiskutovanejším témam v našom živote. Bez vedomia rozmeru veľičiny času by sme nemali plánovať, hospodáriť, pracovať alebo robiť nejakú dôležitú a zásadnú činnosť. Mnohí z nás si nevieme čas rozumne rozvrhnúť a pracovať v striedaní práce a odpočinku. Práve naopak, čas častokrát pociťujeme ako časovú tieseň, chvat alebo stres. Hľadáme rôzne metódy, ako stihnúť čo najviac práce, hľadáme spôsoby, ako rýchlejšie vykonať prácu a organizovať svoj deň. Zvonku sú na nás kladené úlohy, ktorých je stále viac a viac. Dôsledku toho stúpa tlak na čas a výkon čím veľmi trpíme. Často je to množstvo práce a úloh spojení s pocitom zodpovednosti a zmyslom pre povinnosť. V tomto ponímaní sa nám môžu vynárať otázky, ktoré sú súčasťou v časového manažmentu : *Čo je dôležité, čo je podstatné? Na čo sa musím zamerať a čoho vzdať, aby som nepreťažil svoje tele alebo dušu?*<sup>1</sup>

<sup>1</sup> GRUN, A. - ASSLANDER, F. *Time management jako duchovní úkol*. Karmelitánské nakladatelství, Kostelní Vydří, s. 25-26. 2010.

Podľa Gruna, staré benediktínske pravidlo „Ora et labora“ je pravidlo striedania modlitby a práce. Je to stále aktuálne pravidlo ako narábať s časom. Zmysluplný rytmus v podobe striedania práce a odpočinku vytvára základný rámec pre vzorec života, podobne ako striedania noci a dňa. Slovo „labora“ teda aktívna stránka nášho života a ora – pasívna stránka, zameraná a upriamená pozornosť do nášho vnútra. Venovanie pozornosti obidvom komponentom nášho fungovania prináša pozornosť vlastnému telu, nálade, vedomiu vlastných potrieb a zabezpečuje nám rovnováhu a stabilitu nášho fungovania.

Umenie zastaviť sa môže mať na náš organizmus podstatný a blahodarný účinok. Cieľom modlitby – stíšenia, zastavenia sa, je dospieť k blahodarnému pokoji a hľadať odpoveď na otázku: *Čo v skutočnosti chcem? Čo je potrebné? Čo potrebujem ja a tí okolo mňa k tomu, aby sa nám darilo?* V čase stíšenia môžeme rozpoznať svoje negatívne vzorce správania, žiadostivosti, ale tiež svoje emócie ako sú hnev alebo nenávisť.<sup>2</sup> Moment prítomnosti a aktívneho načúvania nie je iba nevyhnutnosťou pre tých, ktorí sú chorí, alebo sa zastavili vďaka nejakej životnej prekážke, ale je to dôležité rozhodnutie „*byť aktuálne prítomný*“, aktuálne prežívať svoj deň a čas. Znamená to rozvíjať senzitivitu a empatiu voči sebe, svojim pocitom a ľuďom, ktorým slúžime.<sup>3</sup>

### STAV VYHORENIA

Stav vyhorenia je možné definovať ako druh stresu a emocionálnej únavy, frustrácie a vyčerpania, ku ktorému dochádza v dôsledku toho, že sled istých udalostí týkajúcich sa vzťahu, poslania alebo životného štýlu, či zamestnania daného jedinca, neprináša očakávané výsledky. Uvedený stav je typický pre výkonných ľudí, ktorí sa snažia niečo dosiahnuť a byť úspešní. Vyhorenie môže stretnúť kohokoľvek v najrozličnejšom povolani, primárne však v humánných povolaniach. Všetci tí, ktorí trpia vyhorením, prežívajú určitú emocionálnu, duševnú, ale aj duchovnú bolesť.<sup>4</sup> Vyhorenie je cena, ktorú ľudia platia za svoje úspechy.

Vnútorne symptómy stavu vyhorenia môžu byť nasledovné:

#### 1) *Strata odvahy*

Výkonní pracovníci sú od prirodzenosti veľmi silní ľudia. Emocionálna, duševná a fyzická vyčerpanosť však ľudí premieňa na zbabelcov alebo nepotrebných jednotlivcov. Vysoko aktívni ľudia sa kedysi pozerali na svoj život ako na príležitosť, ale dnes nie sú schopní dosiahnuť ani najnepatrnejší cieľ. Dnes si pripadajú nepotrební, nechcení, neužitoční.

#### 2) *Strata identity a sebaúcty*

Významným vnútorným syndrómom stavu vyhorenia je strata osobnej identity a sebaúcty. Dochádza k nej vtedy, ak si dotyčný uvedomí, že už nie je schopný dosahovať rovnaké úspechy a výkon ako kedysi. Prestane si klásť akékoľvek ciele, pretože je presvedčený, že aj tak ich nemôže dosiahnuť. Začína pohrdať ľuďmi okolo seba. S ubúdajúcim výkonom jednotlivca jeho pocity, postoje a zmeny, mu signalizujú jeho strácanie sa, čím si uvedomuje, že vlastne nevie kto je a prestáva si veriť. Úspechy a vysoká výkonnosť, na ktorej si doposiaľ zakladal, a na ktorej stojí jeho osobná identita a sebaúcta, sa vytratili.

---

<sup>2</sup> tamtiež s.117-119

<sup>3</sup> CARSON, V.B.-KOENING,H. *Spiriual caregiving*. Healthcare as a ministry. Pennsylvania. 104 s. 2004

<sup>4</sup>Porov. RUSH D.MYRON. *Syndróm vyhorenia*. Návrat domu. s.7. Praha 2004

### 3) *Strata objektivnosti*

Vyhorení ľudia strácajú pohľad na realitu a miesto faktov sa rozhodujú podľa svojich pocitov. Výkonní jedinci boli v minulosti preto úspešní, že vedeli v správnom čase urobiť správne rozhodnutia. Obete vyčerpanosti však strácajú schopnosť riadiť sa rozumnými princípmi, pretože vyhoreli, strácajú objektívny pohľad na realitu. Stávajú sa nestálymi, pretože robia rozhodnutia, ktoré ešte pred uskutočnením menia.

### 4) *Emočná vyčerpanosť*

Ďalším symptómom vyhorenia je emočná nestálosť a labilita. Emočná vyčerpanosť obvykle prebúda túžbu utiecť zo súčasnej situácie na nejaké vzdialené, tiché a opustené miesto. Ďalšia neschopnosť je vyrovnať sa s každodenným tlakom, ťažkosťami a situáciami. Emočné vyčerpanie dostáva osobu do situácie, v ktorej sa nevie vysporiadať z jednoduchými situáciami. Osoby potom prichádzajú k záveru, že jediným riešením je utiecť.

### 5) *Negatívne postoje*

Výkonní jednotlivci sa zvyčajne pozerajú na svet pozitívne – k životnej situácii pristupujú prakticky a rozumne. Ak začínajú pociťovať vyhorenie, ich postoje sú čím ďalej tým negatívnejšie, až nakoniec vidia život v tých najčernejších farbách. Nie sú schopní prekonať prekážku, odmietnutie alebo ďalšie problémy.<sup>5</sup>

## **AKO PREDÍŠŤ VYHORENIU**

- ***Majte na pamäti svoje obmedzenia***

Jeden z prvých krokov obnovy, je vrátiť svojmu životu rovnováhu. Každý z nás je schopný robiť len niečo, a to tiež iba po istú dobu. Odaní kresťanskí misionári majú sklon k prepínaniu. Niektorí si myslia, že práve vysoké nasadenie v službe je známkou duchovnej zrelosti. V skutočnosti je to iba nedostatočný ohľad na svoje obmedzenia, ktoré u vysoko výkonných ľudí vedú k tomu, že ich úspešná služba nakoniec skončí predčasne.

- ***Pravidlo 80/20***

Pravidlo 80/20 hovorí, že 80 percent nášho úspechu vychádza z 20 percentnej aktivity a z ostatku 80% našej aktivity je iba 20 percent nášho úspechu. Uvedené pravidlo sa vzťahuje na všetky oblasti nášho života. Štúdie ukazujú, že u podnikateľov je 20% času zdrojom väčšiny úspechov, zvyšok času využívajú na rutinné činnosti, ktoré môže urobiť aj iní. Tento princíp sa vzťahuje aj na nás sociálnych pracovníkov. Pričom 80 percent úspechu pramení z niekoľkých našich najdôležitejších rozhodnutí a pár hodín, ktoré strávime produktívnym spôsobom. To znamená, že väčšinu času, energie a úsilia, ktoré denne vynakladáme bude zdrojom len malého percenta životných úspechov. Ak nemáme čas na rodinu, spoločenstvo, začnime upúšťať od činností, ktorým sa venujem každý deň a ktoré iba minimálne zvyšujú našu produktivitu.

- ***Správny pohľad na prácu***

---

<sup>5</sup> Porov. tamtiež. s.41-47. Syndrómom vyhorenia, jeho príčinami i dôsledkami sa zaoberá i Lešková. Porov. LEŠKOVÁ, L. *Úvod do základov sociálnej práce*. Košice : Seminár sv. Karola Boromejského, 2008, s. 148-152.

Nenechať sa premôcť prácou a službou - mať nad ňou vždy kontrolu. Naučiť sa správne pohľadu na prácu. Stále bude čo robiť. Byť schopný vzdialiť sa od potrieb ľudí, aj keď sa dožadujú našej pozornosti preto, aby sme sa učili rovnováhe a aby sme im neskôr mohli poslúžiť ešte lepšie.

- **Pravidelné prehodnocovanie cieľov a priorít**

Tak ako sa neustále mení svet okolo nás, musíme sa meniť aj my. Bez pravidelných zmien totiž nie je možné udržať život v rovnováhe. Majme na pamäti, že je treba žiť vyvážené. To nie je možné dosiahnuť, ak sa z času na čas nezastavíme, aby sme si overili svoju rovnováhu. Aby sme k takémuto zastaveniu prišli, je nutné dostať sa z každodennej rutiny. Možno je to o výlete, odchode na iné miesto, kde môžeme prehodnotiť svoje plány, ciele alebo priority.

- **Čas na vychutnávanie života**

Niekedy sme tak zaneprázdnení cieľom cesty, že zabudneme na fakt vychutnať si samotnú cestu, ktorá do cieľa vedie. „*Cítiť vôňu ruží*“ vedľa cesty. Ak chceme vo svojom živote zachovať rovnováhu a vyhnúť sa vyhoreniu, je potrebné naučiť sa vytvoriť si čas na skutočný život. Pre výkonného sociálneho pracovníka, to môže byť šokujúce zistenie, ale život skutočne zahŕňa viac než iba dodržiavanie termínov a plánov. Oddych a voľný čas je pre výkonných ľudí veľmi dôležitý. Ak chceme udržať rovnováhu musíme sa naučiť rovnako zabávať, oddychovať ako pracovať.

Autor Wicks<sup>6</sup> hovorí o čase ako o spôsobe učenia sa, v ktorom môžeme byť posilnení. Hovorí, že prvé a dôležité je naše sebazpoznanie a učenie sa načúvať a robiť rozbor toho, čo sme prežili. Učiť sa ticho a využívať samotu ako niečo, čo má vysoký význam pre naše hlbšie poznanie. Ľudia stále majú čas preto, aby sa zamestnávali a niečo robili. Ale rovnako, ako niečo robiť a na niečom pracovať, znamená naučiť sa sedieť v tichu. Naša prirodzenosť nás vedie do aktivity, pričom vynechávame ticho a čas zostať v samote. Mať plnú a zamestnanú myseľ je dnes pre nás ľahšie ako zostať sám so sebou alebo v meditácii. Ak sa chceme učiť reflektujúcemu životu, resp. učiť sa viac sebazpoznaniu, musíme vedieť, že je to omnoho pomalší proces, ako by sa nám páčilo. Rovnako uvažovanie nad sebou prináša ďalší rozmer do nášho vnútra.

Pocit *samoty a osamotenía*. Je to priestor pre nové hľadanie a učenie sa. Ak sa staneme otvorení pre osamotenie, zraniteľnosť a ticho, prichádza psychologické vákuum, ktoré v nás začne vynárať spomienky a uvedomenie si mnohých situácií a udalostí. Je to čas, ktorý nám prináša :

- Priestor pre zastavenie a otvorenie seba
- Dáva nám indikácie o typoch strachov a slabosti
- Pripravuje našu myseľ na prežívanie prítomnosti, nie stále túlanie v minulosti alebo utekanie do budúcnosti

---

<sup>6</sup> Robert J. WICKS, PsyD. Pochádza zo Spojených štátov amerických. Je profesorom na Univerzite Loyola v Marylande pri štáte Washington. Je autorom desiatok kníh zaoberajúcimi sa vyhorením, stresom, hranicami v pomáhajúcej profesii. Bol zodpovedný za psychologický rozbor situácie a evalváciu situácie spolu sociálnymi pracovníkmi počas občianskej vojny v Rwande. Pomáha ako odborný poradca pracovníkom v zdravotníctve, a sociálnej oblasti pri zvládaní stresu, posilňovaní vnútorných zdrojov a zvládaní životných ťažkostí a sebazpoznania a starostlivosti o svoje zdravie.

Ak sa vieme stíšiť, vieme nazvať veci, ktoré nás ťahajú, ovplyvňujú či manipulujú počas dňa. Zároveň nám dávajú možnosť otvárať sa pre zmenu a nové veci, ak je to potrebné. Tiež spoznávame nielen to, čo nás zaplavuje, ale aj to, čo je pre nás dôležité na psychologickú alebo spirituálnu rovňu. Pokojný čas nás zastavuje pre neustálym behom, bez možnosti nadýchnuť sa a reflektovať, čo je dôležité pre život a reflektovanie, čo je priorita nášho života. Skúsenosť ticha nám tiež dáva novú perspektívu byť pozorní na potreby iných. Učí nás byť prítomní tu a teraz, najskôr pre seba a Boha v našom živote - a potom aj pre iných.<sup>7</sup>

### **Hranice**

Vo fyzickom svete sú hranice dobre viditeľné. Ploty, značky, hradby, živé ploty to sú fyzické hranice. Hoci vyzerajú rôzne, majú jasný odkaz – tu je môj pozemok. Fyzické hranice jasne vyznačujú hranicu. V duchovnom a psychologickom význame sú tiež skutočné hranice, ale často je ťažšie ich rozoznať. Tieto hranice sú, ale pre nás veľmi dôležité, pretože rozhojňujú našu lásku a chránia náš život. Tieto hranice v skutočnosti určujú našu dušu a pomáhajú ju chrániť.

Hranice nás definujú. Určujú, čo sme a čo nie sme. Hranice ukazujú, kde končím ja, a kde začína niekto iný. Ak viem, čo mám vlastniť a za čo mám niesť zodpovednosť, dáva mi to slobodu. Sme zodpovední za seba, ale aj voči iným.<sup>8</sup>

### **Tvorba hraníc**

Hranice nie sú dedičné hranice sa budujú. Tvorba hraníc je neustály proces, ktorý začína už v rannom detstve. Sme tvorení pre vzťah. Príchylnosť je základom existencie duše. Ak je tento vzťah narušený, vytvoriť hranice nie je možné. Hranice sa upevňujú v jednotlivých etapách nášho vývojového procesu, pričom základy sú dané už vo veľmi rannom detstve. Rodičia majú jedinu úlohu voči svojim deťom, naučiť ich mať vnútorné vedomie hraníc a rešpektovať hranice iných.

### **Stanovenie hraníc sebe samému**

Naučiť sa klásť hranice sebe samému nie je také jednoduché. Základným predpokladom je naučiť sa nadväzovať vzťah s inými. Budovanie vzťahu je časovo náročný, riskantný a dlhodobý proces. *Spojenie s inými nie je jedna z možností, ani prepych, je to otázka duchovného a emocionálneho života alebo smrti.*

Pre budovanie a udržanie zdravých hraníc predkladáme niekoľko rád :

- *Riešte to, čo naozaj potrebujete.* Správanie, vymykajúce sa kontrole, často maskuje potrebu niečoho iného. Je potrebné zaujímať sa o túto základnú potrebu.
- *Dovoľte si neúspechy.* Neúspechy musíme prijať miesto túžby, aby sme sa snažili vyhnúť im. Ľudia, ktorí sa snažia vyhnúť neúspechu, unikajú tiež osobnej zrelosti.

---

<sup>7</sup> WICKS, J.R. *Bounce. Living the resilient life.* s. 92, 130. Oxford. 2010

<sup>8</sup> Porov. CLOUD, H.-TOWNSEND, J. *Hranice. Návrat domu.* S.224-25 Praha 1998. Porov. tiež LOJAN, R. Hodnota ľudskej osoby v súčasnej spoločnosti. In: *Konferencia o živote a diele Prof. Dr. Karl Heinz Peschke SVD: zborník z vedeckej konferencie / ed. Inocent-Mária Vladimír SZANISZLÓ, Daniel DEMOČKO.* Prešov: Vyd. Michala Vaška, 2012, s. 94-103.

- *Načúvať spätnú väzbu od iných.* Časom potrebujem počuť spätnú väzbu od iných, aby sme vedeli, kde sme. Druhí nám môžu poskytnúť pravdivý pohľad na situáciu a tiež poskytnúť podporu.

Osvojovanie si zásad, ako budovať lepšie vnútorné hranice, je proces, ktorý má svoj poriadok. Najskôr nám iní ukážu ničivosť nášho správania, ale neskôr vďaka ich podpore, láske a trpezlivosti, môžeme dosiahnuť vysoký stupeň zrelosti. Naše vnútorné hranice sa posilnia, ak sa budeme zameriavať na naše skutočné potreby, budeme otvorení na empatickú spätnú väzbu a zakúsime pozitívne dôsledky, ktoré nás môžu budovať.<sup>9</sup>

### ***Rovnako, ako je dôležitý cieľ, je dôležitá aj cesta***

Čas je nielen ústredným hľadiskom, ale aj paradoxom života. Čas ako obmedzená doba života, nás má upozorňovať na to, že život je konečný. Sv. Benedikt používa tri termíny: **Discretio** umenie rozlišovať, čo je pre druhých dobré, kde ich máme povzbudiť, aby svoje hranice prekročil a kde ich máme zase rešpektovať. Ide o umenie nájsť správnu mieru.

**Tempus** - správna miera v čase, ale aj v správnosti vnútorného postoja. Mensura - posudzovať, vnímať, vidieť, mať citlivosť pre veci okolo seba. Ten, kto čerpá z vnútorného prameňa, nepocíti čas ako bremeno. Nedostáva sa do časovej tiesne. Všetky tri pojmy – mensura, temperare, discretio – popisujú umenie nájsť správnu mieru pre seba a pre druhých z pohľadu potrieb seba, ale aj okamžitej situácie.

### ***Odkaz bl. Sáry Salkaházi***

*Moje prvé duchovné rozjímanie počas tunajšieho pôsobenia! Už dva mesiace, čo som ho nekonala. Aj teraz je rozjímanie také, akoby ani nebolo. Silencium sa ešte ako tak dá dodržať, ale dušu, túto rozvrátenú, uštvanú, vybičovanú dušu nejako priviesť k disciplíne, dostať ju na hlbšiu úroveň, sa mi ledva podarí! Myšlienky mám kade-tade. Práca sa nado mnou rozpína a ťaží ma. Skoro mi ničí dušu. Mám strašne veľa práce. Niekedy som celkom znechutená. Nevieť to zvládnuť! Myšlienky sa mi ešte stále neukľudnili. Cítim vysokú zodpovednosť za to, že žijem v spoločenstve. Domnievam sa, že to neviem vydržať. Čo mám robiť? Ako bude? Dnes sú to už 3 dni, čo som nebola na omši. Hrozne som bola unavená, dlhšie som spala. Zanedbala som aj rozjímanie a duchovné čítanie. Počas ruženca som zaspala. Žijem ja rehoľný život?*

### ***Čas milosti - stíšenie***

*Len milosť mi daj, Pane Bože, aby som vedela dobre využiť čas. Dnes som mala rozjímanie, mala som čas byť so sebou a s Tebou. Bolo to veľmi dobré! Úplné silencium, veľa modlitieb... Blaženosť, mier... Teraz je vo mne ticho, poriadok a pokoj...<sup>10</sup>*

## **Záver**

Každý deň je mimoriadnym darom s možnosťou a príležitosťou prežiť plný a bohatý deň. Na jednej strane môžeme dovoliť, aby nám náš deň iní zaplnili s úlohami a očakávaniami, ale môžeme sa tiež rozhodovať pre zmenu a naplniť deň tým, čo je naozaj dôležité pre náš život z perspektívy dôležitosti citlivosti „večných“ hodnôt.

<sup>9</sup> Tamtiež. 197-203

<sup>10</sup> PUSKELY, M. *Sára Salkahazi*. Apoštolka sociálnej služby. Budapešť. 2010.



Môžeme robiť veci s hnevom, alebo pozorne a s pokojom. Všetdný bežný deň je cvičiskom stability našej osobnosti a ukazuje na stabilitu pilierov nášho duchovného života. Nerozhoduje ako veľa času máme, ale či sme v danom okamžiku tam, kde naozaj práve sme, či robíme práce, ktoré sú naozaj osožné. Obmedzený čas nie je pre nás dôvodom časovej tiesne, ale vedie nás k tomu, aby sme vďačne, pozorne a s celého srdca žili prítomný okamžik.<sup>11</sup> Učme sa prežívať život a čas v kontexte chvíle „tu a teraz“ v daných okolnostiach a za daných možností, ktoré môžeme vždy ovplyvniť. Berme čas ako vzácny dar, ako príležitosť pre rozlišovanie toho, čo je dôležité a potrebné z pohľadu vyššej perspektívy, v ktorej už nebude čas a hranice, ale iba prítomnosť.

#### **ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY**

- ASSLANDER, F-GRUN, A. *Time management jako duchovní úkol*. Karmelitánska nakladatelství, Kostelní Vydří. 223 s. 2010. ISBN 978-80-7195-338-8
- LEŠKOVÁ, L. *Úvod do základov sociálnej práce*. Košice : Seminár sv. Karola Boromejského, 2008. 167 s. ISBN 978-80-89361-23-6.
- LOJAN, R. Hodnota ľudskej osoby v súčasnej spoločnosti. In *Konferencia o živote a diele Prof. Dr. Karl Heinz Peschke SVD: zborník z vedeckej konferencie* / ed. Inocent-Mária Vladimír Szaniszló, Daniel Demočko. Prešov: Vyd. Michala Vaška, 2012, s. 94-103. ISBN 978-80-7165-897-9.
- RUSH,M.D. *Syndrom vyhoření*. Návrat domu, Praha. 129 s. 2004 ISBN 80-7255-074-8
- CLOUD,H.-TOWNSEND, J. *Hranice*. Návrat domu. Praha1998.266s.ISBN 80-85495-83-X
- WICKS,R. *Bounce. Living the resilient life*. Oxford. University press.211s. 2010. ISBN 978- 0-19-536768-3
- PUSKELY.M. *Sára Salkahazi*. Apoštolka sociálnej služby. 35s. 2010.
- CARSON, V. B.- KOENING, H. *Spiriual caregiving*. Healthcare as a ministry. Radnor, Pennsylvania. 227s. 2004. ISBN 1-932031-55-3

#### **KONTAKT NA AUTORKU**

PhDr. Renáta Jamborová, PhD.  
Odborný asistent na TF v Košiciach  
Teologická fakulta 89  
Košice 040 11  
e-mail: rena.jamborova@gmail.com

---

<sup>11</sup> Porov. GRUN, A-ASSLANDER, F. *Time management jako duchovní úkol*. Karmelitánské nakladatelství 2010, Kostelní Vydří, s. 222-223

# RODINNÝ ŽIVOT A WORKOHOLIZMUS AKO FENOMÉN DNEŠNEJ DOBY

## FAMILY LIFE AND WORKAHOLISM AS A PHENOMENON OF OUR TIMES

Zuzana Budayová

**Abstrakt:** Rodina je základom našej spoločnosti. Najmodernejšie psychologické výskumy potvrdzujú, že práve rodina je prvým a jedinečným miestom, kde sa dieťa učí láske, úcte a rešpektu. Nakoľko je dnešná doba príliš hektická a v mnohých smeroch prináša rôzne nežiaduce faktory, dochádza v mnohých rodinách k problémom, ktoré rodina nedokáže poskytnúť a zabezpečiť zdravý vývoj dieťaťa. Deti veľmi citlivo vnímajú atmosféru v rodine. Dobre fungujúca rodina vytvára miesto, kde sa deti vždy môžu vrátiť, nájsť v nej oporu, útočisko. Rodina však vytvára aj prostredie pre oddych a načerpanie nových síl.

**Abstract:** The family is the foundation of our company. Most modern psychological research confirms that the rights of the family is the first and unique place where a child learns love, honor and respect. Since today is very hectic time and in many ways brings various adverse factors, occurs in many families the problems that the family is unable to provide and ensure the healthy development of the child. Children very sensitive to the atmosphere in the family. A well-functioning family creates a place where children can always return them with some support, shelter. The family, however, also creates an environment for rest and recharge your batteries.

**KLúčové slová:** Odolnosť. Partner. Riziká. Rodina. Typológia. Workoholizmus.

**Key words:** Resistance. Partner. Risks. Family. Typology. Workaholism.

### 1 Rodinné prostredie

„Rodina je najstaršou spoločenskou inštitúciou a v štruktúre spoločnosti má svoje pevné miesto. Je dôležitým spojovacím článkom medzi jednotlivcom a spoločnosťou a pôsobí primárne výchovne. Rodina je malou spoločenskou skupinou, ktorú spája intimita manželského spoluzitia, pevné citové putá, vzájomná úcta, každodenný kontakt zoči – voči, spoločná domácnosť a podobne.“<sup>1</sup> V najširšom vymedzení môžeme o rodine hovoriť ako inštitucionálne zaistenej ľudskej reprodukcií, legítimnej v danej spoločnosti, alebo spoločnosťou uznávaná ako mať a vychovávať deti.<sup>2</sup>

Socializácia vytvára spojenie medzi jednotlivými generáciami. Narodenie dieťaťa prináša zmenu do života tých, ktorí sú zodpovední za jeho výchovu, pri ktorom však sami získavajú nové skúsenosti. Rodičia a ich úloha má obvykle za následok to, že hocijaká činnosť dospelého sa po zbytok života spája s ich deťmi.<sup>3</sup>

Plnenie funkcií rodiny závisí, a je ovplyvnené, od mnohých spoločenských faktorov, ako je napríklad rodinná štruktúra, politika štátu a veľkú mieru má dosah aj doba, v ktorej žijeme, s neblahými následkami, akou sú neúplné rodiny, alkoholizmus, rozvodovosť, existencia nefunkčných rodín a podobne.

<sup>1</sup> KOVALČÍKOVÁ, I. *Pedagogika (Úvod do štúdia)*. Prešov : Prešovská univerzita v Prešove, Pedagogická fakulta, 2003, s. 53 – 54.

<sup>2</sup> Porov. MOŽNÝ, I. *Rodina a spoločnosť*. Praha : SLON, 2008, s. 114.

<sup>3</sup> Porov. GIDDENS, A. *Sociologie*. Praha : Argo, 1999, s. 39.

Každá stabilná a životaschopná rodina plní viacero funkcií:

- Biologicko-reprodukčná funkcia.
- Ekonomicko-zabezpečovacia funkcia.
- Emocionálna funkcia.
- Socializačno-výchovná funkcia.<sup>4</sup>

Funkcie rodiny sa navzájom dopĺňajú a podporujú, je potrebné, aby rodina dokázala plniť všetky tieto funkcie, je to dôležité nielen pre ďalší zdravý vývoj dieťaťa, ale taktiež pre jeho budúcnosť, aby sa predišlo neskôr nežiaducim príčinám a dôsledkom správania sa dieťaťa v jeho ďalšom živote.

Z hľadiska priebehu socializačného procesu hovoríme o rodine:

- funkčnej – patrí sem väčšina rodín, v nich je zabezpečený uspokojivý vývin dieťaťa,
- problémovej – vyskytujú sa v nich vážnejšie poruchy niektorých funkcií, ale zdravotný vývin dieťaťa nie je ohrozený. Rodina je schopná riešiť problémy vlastnými silami,
- dysfunkčnej – nefunkčnej, je funkcia rodiny narušená, vývin detí je ohrozený, rodina nie je schopná riešiť problémy sama. Väčšinou ide o rodičov alkoholikov, rodina je po rozvode, má povrchný záujem o deti, rodina má veľmi nízky príjem,
- afunkčné – rodina stratila svoju funkciu, neplní svoj cieľ a dieťa ohrozuje. Riešenie, ktoré zabezpečí vývin dieťaťa, treba hľadať mimo rodiny.<sup>5</sup>

Rodina funkčná naplňa jednotlivé funkcie v takej miere, že nie je ohrozený bio-psycho -sociálny vývin dieťaťa. Rodina nefunkčná, buď zlyháva v jednej funkcii alebo vo viacerých funkciách. Takéto rodiny, kde dochádza k zlyhaniu funkcii, nazývame rodinou nefunkčnou. Rodina môže byť funkčným alebo nefunkčným systémom. O takýchto typoch je potrebné uvažovať nielen v súvislosti s prirodzenou úplnou rodinou, ale aj v súvislosti s neúplnou, zmiešanou a inštitucionálnou rodinou.<sup>6</sup>

Za hlavné znaky funkčnej rodiny môžeme považovať schopnosť rodiny vysporiadať sa s problémami, premenlivá deľba rolí rodičov, vzájomná úcta a rešpektovanie medzi všetkými členmi rodiny, otvorená a úprimná komunikácia.

„Za hlavné rysy zdravej rodiny považujeme:

- vysoký stupeň súdržnosti a spolupráce v rodine a to medzi všetkými členmi navzájom,
- emočné pozitívne vzťahy, vzťahy, ktoré umožňujú poskytovanie aj prijímanie vzájomnej sociálnej podpory, a z toho plynúcu životnú istotu, otvorenú, úprimnú a zrozumiteľnú komunikáciu medzi členmi rodiny,
- vzájomný rešpekt všetkých členov navzájom,
- premenlivú deľbu rolí, pri ktorej sa rešpektuje zrelosť i záujmy jednotlivých členov,
- dynamiku vzťahov, ktorá sa prejavuje v postupných zmenách rolí i postojov, plynúcich z vývoja detí. Znižuje riziko adolescentných kríz konfliktov, ktoré veľakrát narušujú stabilitu rodiny, schopnosť rodiny prekonávať záťažové a konfliktné situácie, opora rodiny v širšom sociálnom zázemí (širšia rodina, priateľské väzby s inými rodinami a podobne).<sup>7</sup>

<sup>4</sup> Porov. KOVALČÍKOVÁ, I. *Pedagogika (Úvod do štúdia)*. Prešov : Prešovská univerzita v Prešove, Pedagogická fakulta, 2003, s. 54 – 55.

<sup>5</sup> Porov. ČÁP, J. *Rozvíjení osobnosti a způsob výchovy*. Praha : ISV, 1996, s. 41.

<sup>6</sup> Porov. SATIROVÁ, V. *Rodina funkčná a nefunkčná*. In *Čistý deň* 2/2004, s. 6 (1994).

<sup>7</sup> BRICHÁČEK, V. *Zdraví jako bisociální proces*. Československá pediatrie, 1987, s. 390.

### 1.1 Rizikové faktory a význam rodiny

Z vážnych problémov, ktoré negatívne a nevhodne vplyvajú na kvalitu rodinných vzťahov, socializáciu jednotlivca, jeho život, uvádzame niekoľko príkladov:

„*Alkoholizmus* – je choroba celej rodiny, týka sa každého jej člena a každého jedného táto choroba poznačí. Prechádza generáciami a má devastujúce účinky. Tí, ktorí sú alkoholikovi najbližšie, sa trápia najviac. Prichádza o zamestnanie, príbuzní i priatelia nedokážu tolerovať správanie alkoholika a začnú sa jemu i celej rodine vyhýbať. Členovia rodiny sú bezmocní, bez pomoci. Postupne sa zamotávajú do dôsledkov choroby a sami sa stávajú citovo narušenými.“<sup>8</sup>

*Nezamestnanosť* – prináša so sebou mnoho negatívnych dôsledkov, ktoré sú nežiaduce a obmedzujúce v živote človeka. Negatívne pôsobia aj na život celej rodiny a taktiež ovplyvňuje životný štandard detí. Dochádza k narušeniu a zníženiu motivácie pracovať, začína sa rozpadávať denný režim a je narušený celý rad zvyklostí rodiny. Nezamestnaný stráca sebadôveru, klesá jeho aktivita k vyhľadávaniu práce. Nezamestnanosť je v úzkom vzťahu s chudobou, či už sa týka jedinca alebo celej rodiny.

*Chudoba* – je charakterizovaná ako sociálny jav, ktorý je chýbajúcim nedostatkom životných prostriedkov jednotlivca alebo skupiny.<sup>9</sup>

## 2 Workoholizmus a typy závislých na práci

- môže mať rôzne podoby, ktoré vyžadujú rôzne formy pomoci :

- **Velikán** - ide mu predovšetkým o obdiv, uznanie, vplyv, veľkosť a moc. Má sklon preceňovať vlastnú prácu a podceňovať prácu druhých ľudí. Nevie dostatočne dobre pracovať v tíme, a preto býva u spolupracovníkov i podriadených neoblúbený.
- **Dobrák** - pracuje s cieľom, aby bol čo najviac užitočný a čo najobľúbenejší. Sám nič nechce a necháva sa druhými využívať alebo i zneužívať. V niektorých povolaniach sú dobráci častejší - napr. v zdravotníctve alebo v sociálnej starostlivosti. Veľa „uštvaných“ ale nájdeme i medzi babičkami.
- **Pedant** - (povoláním typicky napr. ekonóm), najviac zo všetkého si cení poriadok, pravidlá, predpisy a disciplínu. Je to človek, pre ktorého býva obrovským problémom prijímať nové myšlienky a nápady, i keď by boli užitočné a uľahčili mu prácu.
- **Rozpoltený workoholik** - do seba „zapozeraného“ človeka. Chcel by mať tesné vzťahy s druhými ľuďmi, ale zároveň má z takých vzťahov strach. Aby unikol tomuto vnútornému konfliktu, vrhá sa do akejkoľvek práce, či už je potrebná alebo nie.
- **Štartér** – je hľadač nových podnetov, prekypuje energiou. Neznáša nudu a aby sa jej vyhol, vyhľadáva nové a nové pracovné úlohy. Má však problémy s ich dokončením a často sa zapletie do zmätku, ktorý okolo seba narobil.
- **Šprt** - má mentalitu školáka, ktorý sa bojí pána učiteľa a robí úlohy navyše, aby sa zavd'áčil. Je úzkostlivý a závislý na druhých. Trpí neistotou a potrebuje nadriadeného, ktorý mu vždy povie, čo a ako má robiť. Neúspech ho desí.<sup>10</sup>

---

<sup>8</sup> Porov. WOITTIZOVÁ-GERINGEROVÁ, J. *Dospelé deti alkoholikov*. Bratislava : Sofia, s. 17.

<sup>9</sup> Porov. TOKÁROVÁ, A. et. al. *Sociálna práca, Kapitoly z dejín, teórie a metodiky sociálnej práce*. Prešov : Filozofická fakulta Prešovskej univerzity, 2003, s. 349.

<sup>10</sup> Porov. NESPOR, K. *Závislost na práci*. Praha : Grada, 1999, s. 15.

K. Nešport v novšej publikácii uvádza i iné typy workoholizmu :

**Urputný typ** – ľudia tohoto typu sa venujú práci takmer neustále, či to vhodné je, alebo nie je. To vedie k riziku zlých úkonov, ale i pracovných úrazov.

**Záchvatový typ** - profesor Robinson prirovnáva tento spôsob chovania k bulímii, teda poruche príjmu potravy, kedy sa osoby najprv prejedú a potom následne vyvolajú zvracanie.<sup>11</sup> Porucha sa prejavuje nárazovo, medzi záchvatmi nárazovej práce sa môžu nachádzať fázy apatie, útlmu, alebo zrútenia. Produktivita jeho práce nie je vyššia, ale častokrát nižšia.

**Hyperaktívny typ s poruchami pozornosti** – títo ľudia okolo seba šíria atmosféru zmätkov a rozruchu.

**Pracovný labužník** – pedanti, perfekcionisti, ktorým chýba určitý pracovný nadhľad a ktorí nie sú v kolektive zvlášť obľúbení.

**Starostlivý workoholik** – ktorý sa často „okázale“ obetuje pre druhých. Tým však v nich vyvoláva pocity viny.<sup>12</sup>

## 2.1 Varovné známky závislosti na práci

**Varovné známky týkajúce sa tela:** bolesti hlavy, únava, alergia, nechutenstvo alebo prejedanie sa, porucha trávenia, bolesti žalúdka a vredová choroba žalúdka alebo dvanástnika, bolesti na prsiach a búšenie srdca, rôzne bolesti bez zjavnej telesnej príčiny, vyššie riziko srdcových ochorení, problémy s dychom, tiky, závraty, poruchy potencie alebo menštruačné problémy, oslabenie imunitného systému (časté nachladenia, bolesti svalov, ...), vysoký krvný tlak, viac vyfajčených cigariet, vypitého alkoholu alebo liekov. Častejšie úrazy a nehody. Niektorí odborníci dávajú do súvislosti i niektoré prípady chronického únavového syndrómu.

**Varovné známky týkajúce sa chovania a psychiky:** výbuchy hnevu, neklud a nadmerná aktivita, nespavosť, úzkosti, neschopnosť sa uvoľniť a odpočívať, obtiažne sústredenie sa, pocity nudy, kolísanie nálad od veľkej radosti k depresiám a naopak. Niekedy denné snenie, nerozhodnosť a apatia.

**Varovné známky týkajúce sa medziludských vzťahov:** vzájomné odcudzenie, napätie v rodine, nedostatok času na seba, neschopnosť prejavovať druhým náklonnosť a oceniť ich, nedostatočná komunikácia, zanedbávanie detí a ďalších najbližších členov rodiny, povrchné vzťahy bez citovej hĺbky, rozvody.

**Varovné známky týkajúce sa pracovného prostredia:** veľké problémy pri tímovej práci. Postupné znižovanie výkonnosti, pokles sebadôvery a energie, niekedy až nespoľahlivosť, nepredvídateľnosť a opakované zlyhávanie.

## 2.2 Čo zvyšuje odolnosť proti pracovnému zat'azeniu

### • Optimizmus

Podľa výskumov vykonávaných Univerzite v Pensylvánii Dr. Seligmanom ľudia, ktorí sú v zásade optimisti, trpia menej často depresiami pri stretnutí s nepriaznivou životnou situáciou, majú menej telesných problémov a dožívajú sa vyššieho veku.

- Optimista si nekladie za vinu nepriaznivú udalosť, zbytočne nevyčíta,
- Optimista vníma túto udalosť ako obmedzenú v čase i rozsahu,
- Optimista nepopiera konkrétne následky udalosti v svojom živote, vníma ich ale špecificky a zbytočne ich nezovšeobecňuje.

<sup>11</sup> Porov. NESPOR, K. *Závislosť na práci*. Praha : Grada, 1999, s. 16.

<sup>12</sup> Porov. NESPOR, K. *Návykové chováni a závislosť*. Praha : Portál, 2011, s. 39.

- **Sebadôvera, že môže veci ovplyvňovať**

Takýto človek sa nevníma ako obeť vonkajších okolností, ale ako aktívny činiteľ.

- **Zaujatie, zmysluplnosť, schopnosť vnímať prekážky ako výzvu a pružnosť**

- **Sieť sociálnych vzťahov**

Udržiavať si fungujúce rodinné zázemie a dobré vzťahy nemá len pozitívny význam pre jeho odolnosť a pracovný výkonnosť, ale i pre dožitie esa vyššieho veku.

- **Schopnosť uvedomovať si a vyjadrovať pocity a zmysel pre humor**

Má význam v prevencii psychosomatických ochorení.

- **Motivácia k uvoľnenej družnosti**

Americký psychológ Dr. D. McClelland definoval túto skupinu ľudí ako tých, ktorí k druhým pristupujú priateľsky a nevnímajú ich len ako prostriedok k dosahovaniu vlastných cieľov. Títo ľudia boli menej zablokovaní a boli zdravší ako tí, ktorých motivácia bola len túžba po moci a zisku.

- **Informovanosť, pripravenosť a kompetence**

Byť na svoju prácu dobre pripravený, a mať k nej potrebné informácie a podklady, znižuje mieru pracovného stresu. Existuje však optimum skutočne podstatných informácií, ktoré dokáže človek prijať.

- **Rozumný spôsob života**

Ten zahŕňa dostatok spánku (relaxačné techniky, nenútiť sa do spánku, kľudné a príjemné činnosti, nespáť cez deň, nepiť kávu a čaj, upraviť zdroj svetla, bylinky – medovka, teplé mlieko, modlitby, primeraná teplota, ...), primeranú výživu a priemernú telesnú aktivitu.<sup>13</sup>

- **Rodiny a závislosť na práci**

V rodinách, kde sa vyskytuje závislosť na práci, dochádza k horšej schopnosti riešiť problémy, horšej komunikácii, horšiemu rozdeleniu rolí, k menším citovým prejavom a k celkovému horšiemu fungovaniu rodiny.

Človek závislý na práci venuje neprimerane veľa času práci, pričom, dôvodom môžu byť pocity menejcennosti, nutkavá obrana proti úzkosti, potreba uznania, strach z intimity a sexu. Závislý na práci si spravidla vyberá manželku, ktorá sa od neho líši, než aby sa mu podobala, vo vzťahu k nej má ale nadmerné očakávania. Vyžaduje tiež oveľa viac od svojich detí, než by bolo rozumné. Voľný čas má tendenciu zaplniť prácou.

V manželskom konflikte sa závislý na práci väčšinou správa vyhýbavo, alebo používa i pasívnu agresiu (napr. urazené mlčanie).

Ľudia závislí na práci častejšie nadväzujú povrchné mimomanželské vzťahy a majú menší záujem o sex v manželstve. Môžu mať i sexuálne problémy. Majú väčší sklon k závislosti na alkohole a k jeho škodlivému užívaniu.

Partner/ka sa cíti odstrčená, nedocenená a nemilovaná, má dojem, že všetka zodpovednosť za chod rodiny a výchovu detí je len na nej/ňom. Cítí, že pre manžela je v najlepšom prípade až na druhom mieste za jeho prácou. Vníma sa ako akýsi prívesok partnera, ktorý chce byť stredobodom pozornosti. Má dojem, že s ňou okolie manipuluje. Snaží sa upútať partnerovu pozornosť. Vzťah vníma ako neradostný bez voľného času a zábavy. Má pocity viny z toho, že si robí nároky na partnerov čas, zatiaľčo ho jeho okolie často vníma ako skvelého a bezchybného. Cítí sa vedľa partnera menejcenná, pretože nestačí jeho pracovnému tempu a pretože si jej prácu okolie dostatočne necení. Niekedy má dokonca pochybnosti o svojom duševnom zdraví.

---

<sup>13</sup> Porov. NESPOR, K. *Závislosť na práci*. Praha : Grada, 1999, s. 23-30.

Preto sa často stáva to, že nie človek závislý na práci hľadá odbornú pomoc, ale niekto z jeho okolia. I v tomto bode sa závislosť na práci podobá iným závislostiam.

## **Záver**

Nie každá rodina dokáže vytvoriť plnohodnotný život, nie každý človek má to šťastie byť v rodine, ktorá mu poskytne nielen materiálne veci, ale hlavne psychickú a duchovnú pohodu. Nie je umením človeka zabezpečiť rodinu materiálnymi objektmi, predmetmi vtedy, ak je zamestnaný, ale dať mu úplne iné hodnoty, ktoré budú pre samotných jedincov v živote užitočnejšie. Ktoré dokážu vytvoriť a utvoriť pre jednotlivcov prostredie s milujúcimi osobami a časom, ktorého jedinec je vždy vládcom. Toto by malo byť poslaním života človeka na výchovu seba, ale i svojich detí, ktoré sa budú snažiť zachovať hodnoty rodiny a odovzdávať ich ďalej.

## **ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY**

- BRICHÁČEK, V. *Zdraví jako bisociální proces*. Československá pediatrie, 1987. s. 390.
- ČÁP, J. *Rozvíjení osobnosti a způsob výchovy*. Praha : ISV, 1996, 302 s. ISBN 80-8586-615-3.
- GIDDENS, A. *Sociologie*. Praha : Argo, 1999. 595 s. ISBN 80-7203-124-4.
- KOVALČÍKOVÁ, I. *Pedagogika (Úvod do štúdia)*. Prešov : Prešovská univerzita v Prešove, Pedagogická fakulta, 2003. 125 s. ISBN 80-8068-138-4.
- MOŽNÝ, I. *Rodina a spoločnosť*. Praha : SLON, 2008. 323 s. ISBN 978-80-8642-987-8.
- NESPOR, K. *Závislost na práci*. Praha : Grada, 1999. 143 s. ISBN 80-7169-764-8.
- NESPOR, K. *Návykové chování a závislost*. Praha : Portál, 2011. 176 s. ISBN 978-80-7367-908-8
- SATIROVÁ, V. *Rodina funkčná a nefunkčná*. In Čistý deň 2/2004, s. 6 (1994).
- TOKÁROVÁ, A. et. al. *Sociálna práca, Kapitoly z dejín, teórie a metodiky sociálnej práce*. Prešov : Filozofická fakulta Prešovskej univerzity, 2003. 573 s. ISBN 80-9683-675-7.
- WOITTIZOVÁ-GERINGEROVÁ, J. *Dospelé deti alkoholikov*. Bratislava : Sofia, 2003. 157 s. ISBN 80-8575-250-6.

## **KONTAKT NA AUTORKU**

PhDr. Zuzana Budayová, PhD.  
KU, Teologická fakulta,  
Teologický inštitút, Spišské Podhradie  
e-mail: budayova@gmail.com  
Mobil: 0907317635

# SYNDRÓM VYHORENIA A JEHO SOCIÁLNE A ZDRAVOTNÉ DÔSLEDKY NIELEN U SOCIÁLNYCH PRACOVNÍKOV<sup>1</sup>

## BURNOUT AND ITS SOCIAL AND HEALTH CONSEQUENCES NOT ONLY FOR SOCIAL WORKERS

*Daniela Baková*

**Abstrakt:** Autorka v príspevku približuje pôvod, príznaky, príčiny a dôsledky syndrómu vyhorenia. Formy, ako sa vyhnúť tomuto syndrómu, či ako zrealizovať tvorivý potenciál a vstať z krízy, sa v sociálnej práci javí ako aktuálny problém. Sociálni pracovníci, a nielen oni, prechádzajú určitými štádiami tohto problému, o ktorých v príspevku pojednávam, a preto vedomosť o svojpomoci či pomoci iných subjektov je veľmi dôležitá.

**Abstract:** The author in this paper approaches the origin, symptoms, causes and consequences of burnout. Forms to avoid this syndrome, and how to realize the creative potential and to rise from the crisis in social work seems to be a current problem. Social workers and they just pass through certain stages of this problem, which I analyze in this paper, and therefore knowledge of self-help or help others is very important.

**KLúčové slová:** Burn-out. História. Sociálny pracovník. Prevencia.

**Keywords:** Burn-out. History. Social worker. Prevention.

### Úvod

*Vlečiem sa ako telo bez duše. Akoby môj tieň z posledných síl ťahal za sebou príslušné telo. A to telo je celkom stečené z energie. Každý krok, najmä po schodoch, je vrcholným výkonom. Imunita nefunguje – zápal strieda zápal alebo iné drobnejšie, ale o to otravnejšie ochorenia. Práca, akokoľvek z vonkajšieho pohľadu atraktívna, predstavuje čosi ako smrdiaci exkrement, od ktorého sa treba držať čo najďalej. A hoci všetko okolo je objektívne v poriadku, stav pretrváva dlhšie, ako je mi milé. Subjektívny pocit je, že fyzická schránka sa nejako zvnútra rozpadáva a ja netuším, čo mám robiť. Infarkt duše, vybité baterky, vnútorné prázdno – rôzne pomenovania tohto stavu dostali súhrnný názov syndróm vyhorenia a ten opis patril môjmu niekdajšiemu vlastnému vyhoreniu.<sup>2</sup>*

Donedávna sa predpokladalo, že syndróm vyhorenia postihuje zrejme najviac ľudí v tzv. pomáhajúcich profesiách. Jassingerová uvádza,<sup>3</sup> že to nezodpovedá skutočnosti. Syndróm sa prejavuje v celej populácii naprieč všetkými profesiami a vekovými kategóriami. Syndróm vyhorenia stojí na konci každej slepej uličky či už práce alebo vzťahov.

### Ženy verzus muži

Ženy postihuje syndróm vyhorenia o niečo vyššej miere ako muži. Fyzickým korelátom u žien sú tiež častejšie zápalové procesy ako u mužov. Predpokladá sa, že aj

---

<sup>1</sup> Príspevok vznikol v rámci riešenia grantovej úlohy KEGA – Sémanticky orientovaná elektronická učebnica Etiky sociálnej práce, Projekt č. 067UKF-4/2012.

<sup>2</sup> Porov. JASSINGEROVÁ, N. *Syndróm vyhorenia/Burn Out*. Dostupné na: <http://www.ananda.sk/clanky/syndrom-vyhorenia/>

<sup>3</sup> Porov. JASSINGEROVÁ, N. *Syndróm vyhorenia/Burn Out*. Dostupné na: <http://www.ananda.sk/clanky/syndrom-vyhorenia/>



preto, lebo sa viac snažia vyhovieť všetkým a z kultúrnej zotrvačnosti robiť veci tak, aby sa len o nich nemohlo povedať, že sú egoistické. Vo vnútri potom prebieha boj medzi sebazáchovnými tendenciami a plnením často aj nezmyselných úloh. Vyhorenie pociťujú dosť bežne matky najmä okolo 8. či 9. mesiaca veku dieťaťa, keď nastupuje veľká únava z neustáleho rutinného kolobehu a nevyspatia. Aj stále viac študentov dnes prechádza týmto stavom. Je celkom jedno, či má vyhorený prácu, ktorú má rád či nerád, či študuje, čo ho baví alebo nebaví, či miluje svoje deti alebo nie. Depresia čiže dolná amplitúda na krivke nálady, strach zo zlyhania, poruchy spánku, nijaká radosť z ničoho – takýto stav nestav, život neživot sa objavuje stále častejšie ako následok stále väčších očakávaní, časového a výkonnostného tlaku, ale aj mediálnej a farmaceuticko-medicínskej indukcie.<sup>4</sup>

#### **Ako je to u sociálnych pracovníkov?**

Opýtajte sa 10 ľudí, či sa starajú sami o seba, aby neupadli do stavu vyhorenia. Väčšina vám povie niekoľko dôvodov, prečo nemajú čas, alebo si vôbec neuvedomujú, že vôbec môžu byť už v ohrození a postupne upadajú do syndrómu vyhorenia. Ak sa opýtate na rovnakú otázku 10 sociálnych pracovníkov, je pravdepodobné, že rovnaký počet vám povie podobné výhovorky. Rozdiel je v tom, že sociálni pracovníci sú vyškolení a majú informácie o tom čo je burn out syndróm, aby lepšie spoznali nielen sami na sebe tento stav.

Kým oni radiia svojim klientom ako by mali inklinovať k vlastným potrebám a rozpoznať následky tohto fenoménu, a čo sa stane, keď tak neurobia, tak sami sociálni pracovníci často zabúdajú ako poradcovia sami na seba. O seba sa postarať buď nevedia, alebo žijú s týmito príznakmi dovtedy, pokiaľ ich tento syndróm nepohlí úplne. Riziká spojené s ich profesijnou praxou sú vysoké. Dotieravý stres tak môže postupne erodovať zdravie a osobnú pohodu vedúcu k únave, nezájmu až do pracovného vyhorenia, ktoré je už aj tak ochromené, že jednotlivci môžu až odísť od svojej zvolenej profesie. Osobná starostlivosť každého človeka o seba je nevyhnutná a veľmi zásadná. Je síce potrebné učiť študentov sociálnej práce ako sa starať o klientov, ale tiež je potrebné ich naučiť aj to, ako sa postarať o seba samého. Na mieste by bolo vytvorenie ďalšieho vzdelávania v oblasti znižovania stresu pre profesionálov napr. formou pravidelných trojhodinových workshopov, ktoré sa zaoberajú vyhorením, únavou a súcitom. Najlepšie je takéto školenie absolvovať mimo miesta svojho pracoviska. V zahraničí tento formát v súčasnosti beží a pomáhajúce profesie vykazujú jeho značnú úspešnosť, ktorá sa odzrkadlila hlavne v zníženej práceneschopnosti u sociálnych pracovníkov.

Na univerzite v Buffale, ponúkli študentom sociálnej práce: kolekciu nástrojov a mnohých zdrojov, ako naštartovať starostlivosť o seba tak, aby im pomohli vyrovnať sa so stresom z akademického života. Aplikovateľnosť a úspešnosť týchto krokov sa ďalej prenieslo aj k profesionálom vykonávajúcim sociálnu prácu v praxi. Dvaja sociálni pracovníci z univerzity v Californii (State University Chico), docent Kathy Cox, PhD, a profesor Sue Steiner, PhD, spozorovali nedostatok porozumenia a starostlivosti o seba medzi svojimi študentmi, čo ich viedlo k výskumu danej témy. Študenti "nemajú jasno, čo sa rozumie pod pojmom starostlivosť o seba a mnohí sa cítia

---

<sup>4</sup> Porov. JASSINGEROVÁ, N. *Syndróm vyhorenia/Burn Out*. Dostupné na: <http://www.ananda.sk/clanky/syndrom-vyhorenia/>. Syndrómom vyhorenia, jeho príčinami i dôsledkami sa zaoberá i Lešková. Porov. LEŠKOVÁ, L. *Úvod do základov sociálnej práce*. Košice : Seminár sv. Karola Boromejského, 2008. s. 148-152.

byť frustrovaní, keď odporúčajú praktizovať to, čo iba hovoria, ale nemajú prežitie." Všetci sa vyhovávajú na to, že „máme toľko práce a zodpovednosti, nemáme čas na starostlivosť o seba". Začali sa teda pýtať seba, aký je význam starostlivosti o vlastnú osobu a uskutočnili rozsiahly prehľad literatúry zaoberajúcich sa danou témou. Ďalej uskutočnili množstvo cieľových skupín v komunite, aby preskúmali význam pre prax u sociálnych pracovníkov".

Výsledkom je kniha, „*Starostlivosť o seba - v sociálnej práci: príručka pre prax, dohľad s webovými stránkami*“, Starostlivosť o seba v sociálnej práci je dostupná aj na tomto odkaze: ([www.selfcareinsocialwork.com](http://www.selfcareinsocialwork.com)), ponúka celý rad nástrojov a zdrojov na hodnotenie pre podporu vlastnej starostlivosti, spolu s cvičeniami.

Medzi prekážky, ktoré sa objavujú u človeka v starostlivosti o seba mnohí odborníci identifikujú:

- nedostatok energie v starostlivosti o seba,
- príliš veľa povinností,
- strach z objavenia slabých alebo zraniteľných stránok.

Medzi ďalšie prekážky by sme mohli zaradiť aj obtiažnosť u osoby, ktorá nie je schopná uznať, že jej potreby si zaslúžia prioritu. Taktiež i iné dôvody, prečo sa ľuďom nedarí, aby sa venovali starostlivosti o seba:

- problémy so sebavedomím,
- nadmerná stimulácia spolu s ambíciou,
- potreba dvojitej kariéry.

Cox a Steiner v ich výskume poukazujú aj na to, že sociálni pracovníci „zlyhávajú v praktizovaní vlastnej starostlivosti o seba, pretože sú „zabalení“ do takého stavu mysle, ktorý im naznačuje, že je potrebné pracovať nonstop. Pozerajú sa na starostlivosť o seba ako činnosť, na ktorú nemajú čas.“

Ak by sme sa pozreli na podmienky sociálnych pracovníkov v SR, mohli by sme súhlasiť s ich výsledkom, ktorý dosiahli vo výskume, pretože čas je jedným z najčastejších dôvodov, sociálni pracovníci zanedbávajú starostlivosť o seba samých. Vykonávanie sociálnej práce môže pre niektoré osoby spôsobovať vysoké napätie. Neschopnosť postarať sa o seba môže mať neskôr za následok pokračujúci stres, ktorý sa zhromažďuje a ktorý môže preniknúť i do osobného života. Môže znižovať sebauspokojenie, ktoré vyplýva z pracovnej činnosti a svojich schopnosti byť všade plne prítomný so svojimi klientmi.

Chronický stres, ktorý nie je efektívne riadený, môžu mať ľudia, ktorí sú už psychicky chorí.<sup>5</sup> V niektorých prípadoch to môže viesť k hypertenzii, ochoreniu kože spojenej s cukrovkou alebo obezitou. "Behaviorálne prejavy" zahŕňajú impulsivitu, zníženú toleranciu k druhým, alebo agresiu," dodáva Cox. Postupom času, ako ďalej hovorí, "neriadený stres môže viesť k emocionálnemu či fyzickému vyčerpaniu, vyhoreniu." „Burnout“, sa odvoláva na nadmerné pracovné zaťaženie a malú podporu spojenú s pocitmi beznádeje a emocionálneho vyčerpania.

Medzi dôsledky vyhorenia patrí i: úzkosť, depresia, hnev, podráždenie, dlhotrvajúce zdravotné problémy, problémové vzťahy na pracovisku, absencia, problémy s kolegami, a zlá produktivita a výkon, ktorý "môže znížiť sebavedomie a zvýšiť pocity neschopnosti".

---

<sup>5</sup> Porov. COX, T. (1990). *The recognition and measurement of stress: (conceptual and methodological issues*. In WILSON, J.R. – CORLETT, N. (Eds.), *Evaluation of human work*. London: Taylor – Francis. (pp. 628-647).

Ak už sociálni pracovníci majú skúsenosti s vyhorením alebo pocitom únavy či súcitom, ich klienti trpia rovnako. Je samozrejmé, že ak sa sociálni pracovníci nestarajú o seba, ich schopnosť starať sa o ostatné osoby bude znížená alebo už dokonca vyčerpaná. Ďalším kľúčovým aspektom je vedieť, kedy povedať nie. Dôležité je to aj u sociálnych pracovníkov, ktorí často dávajú zo seba maximum každému a všetkým okolo seba. Vyprázdňujú svoje vnútorné zdroje, ale na oplátku, chýbajú prostriedky, ktoré by ich naplňali ísť ďalej.

V slovenských podmienkach absentuje akčný plán na riešenie tohto problému. Téma je vysoko aktuálna, a to nielen u sociálnych pracovníkov, ale aj v iných profesiách. Vieme, že pomocou supervízie sa dajú iba okrajovo riešiť problémy, no ak o supervíziu nie je zo strany nadriadených pracovníkov záujem, tak problém zotráva príp. prerastá a nabera väčší rozmer.

Starostlivosť o fyzické zdravie, riadenie a znižovanie stresu, citiť emocionálne a duchovné potreby, budovanie vzťahov a nájdenie rovnováhy v osobnom a pracovnom živote či študentského života, je nevyhnutné, a to nielen v sociálnej práci. Na dosiahnutie týchto cieľov, každý človek potrebuje zistiť, čo si treba vážiť a čo je potrebné ako súčasť každodenného života, v ktorom by mala byť súčasťou aj údržba samého seba, a to cez starostlivosť o seba. Identifikovať stratégie, ktoré by sa mohli využívať, sú cestou ako a kedy čeliť kríze.

### **Faktory podporujúce vyhorenie u človeka**

*Podľa Jassingerovej,<sup>6</sup> sem možno zaradiť:* vysoké pracovné nasadenie, zlé pracovné podmienky, časový tlak, zlá atmosféra na pracovisku, zlé vzťahy, práca v noci a na zmeny, ktoré nezodpovedajú prirodzeným biorytmom, zlá komunikácia, nedostatok podpory od zamestnávateľa – iba vyžaduje, nič nedáva, neoceňuje, zložitost' a neprehľadnosť pracovných procesov, nemožnosť ovplyvňovať podmienky na pracovisku, neosobné prostredie – tzv. choré budovy, teda to, čo sa teraz u nás vo veľkom stavia – sklenený plášť, plná klimatizácia, otvorené haly bez súkromia pre pracovníkov – otrokov za počítačmi, šikanovanie, neustále organizačné zmeny, neustála obava o stratu zamestnania...

Medzi najdôležitejšie praktiky, ktoré sú zahrnuté v spomínanom programe, ktorý sa realizuje pre študentov sociálnej práce je:

- ako rozvinúť zdravé návyky,
- ako vytvoriť jasné hranice,
- ako požadovať a prijímať pomoc,
- ako nájsť rôzne spôsoby riešenia,
- ako riadiť perfekcionistické tendencie,
- ako si byť vedomý toho, čoho ste ľudsky schopní.

Spomínané praktiky by bolo vhodné zaradiť priamo do štúdia sociálnych pracovníkov i v našich podmienkach. Mnohé sú predmetom rôznych kurzov, ktoré sú však dosť finančne nákladné a pre mnohých tak nedostupné.

### **Záver**

Keď už nastanú problémy s burn out syndrómom, človek bude musieť najskôr preskúmať svoju cestu a svoje skryté postupy, ktoré najlepšie vyhovujú jeho potrebám. Udržovať pokoj je možné aj prostredníctvom meditácie, cvičením či prechádzkami

---

<sup>6</sup> Porov. JASSINGEROVÁ, N. *Syndróm vyhorenia/Burn Out*. Dostupné na: <http://www.ananda.sk/clanky/syndrom-vyhorenia/>

v prírode, venovaní sa obľúbeným činnostiam. Súčasťou starostlivosti o vlastnú osobu, je vedieť aj to, kedy vyhľadať pomoc. Terapia môže byť dôležitou taktikou, a to nielen preto, že poskytuje pohľad z radou vyškolených odborníkov, ale aj preto, že terapeut môže tiež pomôcť sociálnemu pracovníkovi pri rozvoji jeho režimu v problematike starostlivosti o seba.

#### **ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY**

JASSINGEROVÁ, N. *Syndróm vyhorenia/Burn Out*. Dostupné na: <http://www.ananda.sk/clanky/syndrom-vyhorenia/>

COX, T. (1990). *The recognition and measurement of stress: (conceptual and methodological issues)*. In WILSON, J.R. – CORLETT, N. (Eds.), *Evaluation of human work*. London: Taylor – Francis. (pp. 628-647).

LEŠKOVÁ, L. *Úvod do základov sociálnej práce*. Košice : Seminár sv. Karola Boromejského, 2008. 167 s. ISBN 978-80-89361-23-6.

#### **KONTAKT NA AUTORKU**

PhDr. Daniela Baková, Ph.D.

Vysoká škola Danubius, s.r.o.,

Fakulta sociálnych štúdií,

Richterova ul. 1171,

925 21 Sládkovičovo.

Mobil: 0904 104327

e-mail:danielabakova@gmail.com

# ŠŤASTNÉ DIEŤA V NOVEJ RODINE<sup>1</sup>

## HAPPY CHILD IN A NEW FAMILY

---

*Katarína Vanková*

**Abstrakt:** Príchod dieťaťa je tým najvzácnejším darom, aký môže rodina vo svojom živote dostať. Dieťa je zmyslom života, nositeľom našej minulosti a tvorcom našej budúcnosti. Prichádza a ani netuší, ako ovplyvní náš celý život a vytvorí pocit skutočnej rodiny. Potrebuje našu lásku, starostlivosť, pocit istoty a bezpečia domova. Práva dieťaťa zaručuje Deklarácia práv dieťaťa, ktorá bola prijatá OSN 20.11.1959, obsahuje desať morálnych princípov, ktoré potvrdzujú, že „ľudstvo je povinné dať dieťaťu to najlepšie, čo má“. Aj napriek tomu, sa denne porušujú práva dieťaťa. Niekedy sa stáva to najhoršie ako odvrhnutie vlastnej matky, opustenie bez vysvetlenia a rozlúčky, týranie, zneužívanie, ale aj zanedbávanie. V súčasnej dobe existujú rodiny, ktorým chýba niekto, koho by mohli bezpodmienečne milovať a poskytnúť mu teplý, srdečný domov. Práve spomínané deti, odmietnuté rodičmi a následne umiestnené a vyrastajúce v prostredí ústavnej či náhradnej rodinnej starostlivosti, sú šancou pre takéto bezdetné páry, ktoré nedostali od života príležitosť mať vlastného potomka. Alebo pre ľudí, ktorí chcú nezištne pomáhať a ponúknuť deťom život v rodine.

**Abstract:** The arrival of a child is the most precious gift, what the family can get in your life. The child is the meaning of life, bearer of our past and our future creators. Coming and no idea how they affect our life and create a sense of real family. He needs our love, care, peace of mind home. Rights of the Child guarantees the Declaration on the Rights of the Child, which was adopted by the UN 11/20/1959, contains ten moral principles, confirming that "humanity is obliged to give the child the best it has." Although the daily violation of the rights of the child. Sometimes the worst as her mother's rejection, abandonment without explanation and farewell, torture, abuse as well as neglect. Currently there are families lacking someone could unconditionally love and give him a warm, warm home. Just mentioned children, parents refused and subsequently placed and growing up in an institutional or foster care are the chances for such childless couples who did not get the opportunity to have a life of their own offspring. Or for people who want to help selflessly offer children and family life.

**КРiучові слова:** Dieťa. Rodina. Domov. Syndróm CAN. Pomoc. Osvojenie. Život. Radosť. Starostlivosť. Láska. Nádej. Šťastie.

**Keywords:** Child. Family. Home. CAN syndrome. Help. Adoption. Life. Joy. Care. Love. Hope. Happiness.

Sestra Bl. Sára Salhaházi celý svoj život prežila službou a starostlivosťou o iných. Nezištne sa starala o charitu, rodiny, ktoré potrebovali pomoc, opusteným deťom, dokonca bola učiteľkou – vyučovala náboženstvo a viedla kuchyňu pre deti. Veľmi trpela, ak videla nespravodlivosť, krivdy páchané na bezbranných a nevinných deťoch, trápili ju najmä opustené deti, starala sa o ne. V súčasnej dobe už poznáme viacero

---

<sup>1</sup> Príspevok vznikol v rámci riešenia grantovej úlohy VEGA - Bezdomovectvo ako sprievodný negatívny jav našej doby. Teoretická analýza v aplikácii na využitie teórie pre študentov pomáhajúcich profesií. Projekt č. 1/0719/13.

spôsobov, ako dieťaťu nájsť vhodnú rodinu, napríklad formou náhradnej osobnej starostlivosti, pestúnskej starostlivosti, profesionálne rodičovstvo, ale jediným možným spôsobom, kedy človek prijíma dieťa za svoje so všetkými právami a povinnosťami a s tým, že mu vytvorí domov a ponúkne pocit bezpečia, je adopcia. Osvojiteľ musí rátať s tým, že nie je to prijatie dieťaťa na určitý čas, na prechodnú dobu, kým nepríde niekto ďalší, nejde o prestupnú stanicu, ale o skutočnú rodinu navždy. Práve stálosť je najdôležitejším kritériom, pre ktoré žiadatelia volia formu adopcie. Chcú dieťa, ktoré bude ich už navždy, a chcú ho so všetkým, čo si nesie v životnom kufríku, či už si tam niečo stihlo nabaliť, alebo nie. Adopcia je predovšetkým prijatím dieťaťa aj s jeho minulosťou, ktorá je jeho neoddeliteľnou súčasťou a vyžaduje si citlivý prístup. Nie vždy prichádza do rodiny dieťaťko, ktoré má len pár dní, prevažná väčšina detí už vníma to, čo sa s nimi deje, odkiaľ prichádzajú a že rodičia nie sú tí, ktorým sa narodili.

Adopcia alebo osvojenie je novým začiatkom a šancou pre vytvorenie rodiny. Je ale potrebné uvedomiť si, že je to aj rad zložitých procesov, ktoré si vyžadujú trpezlivosť a lásku. Je nutné prijať fakt, že dieťa si prináša so sebou svoj smutný príbeh, ktorý je sprevádzaný mnohými dopadmi na jeho psychický stav a duševné zdravie. To, že dieťa začne plakať, keď vás nevidí, že si drží odstup alebo sa, naopak, hádže do náručia každému, kto sa na ňá čo i len pekne pozrie, sú reakcie strachu z opätovného odlúčenia a z pocitu straty. Deprivačné prejavy, ako ich možno odborne nazvať, sú súčasťou adaptácie dieťaťa pri interakcii s novým prostredím.

**Osvojenie/adopcia** je prijatie cudzieho maloletého dieťaťa za vlastné. Medzi dieťaťom - osvojencom a jednotlivcami alebo manželmi - osvojiteľmi vzniká právny vzťah ako medzi rodičmi a deťmi. Samotné osvojenie právne upravuje Zákon č. 36/2005 Z.z. o rodine v paragrafoch 97 – 109. Osvojenie vzniká na návrh osvojiteľa rozhodnutím súdu, so súhlasom biologických rodičov. Súhlas nie je potrebný, ak biologickí rodičia neprejavia počas minimálne šiestich mesiacov o dieťa záujem, alebo aj minimálne dva mesiace po narodení. Osvojiť je možné len maloleté dieťa, ktoré pred samotným osvojením je aspoň deväť mesiacov v predosvojiteľskej starostlivosti budúcich osvojiteľov. Osvojiteľia sa právoplatnými rodičmi stávajú po zapísaní do zmeneného rodného listu dieťaťa. Je na mieste, kde spomeniem aj **medzištátne osvojenie**, v zahraničí neprístupujú k osvojeniu na základe predsudkov k etnickým menšinám alebo k zdravotným problémom. Deti, ktorým sa nepodarilo dlhšiu dobu nájsť vhodnú rodinu v našej krajine, môžu byť na základe Dohovoru o ochrane detí osvojené v inej krajine. Slovenská republika ratifikovala spoluprácu pri medzinárodných osvojeniach k 1.10.2001. Osvojenie musí byť v záujme dieťaťa, napríklad, ak je žiadateľ občanom Slovenskej republiky a jeho obvyklý pobyt je v cudzine postup podlieha medzištátnemu osvojeniu dieťaťa. Medzištátne osvojenia pre Slovenskú republiku vykonáva Centrum pre medzinárodnoprávnu ochranu detí a mládeže. Pri sprostredkovaní medzištátneho osvojenia vykonávajú orgány sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately a detské domovy úlohy stanovené Zákonom č. 36/2005 Z.z. o rodine, avšak niektoré úlohy môže plniť aj akreditovaný subjekt.

Jedným z najznámejších tréningov prípravy na náhradné rodičovstvo je PRIDE. Pochádza z USA a na Slovensku sa začal používať v roku 2002. Vlastníkom licencie je Úsmev ako dar, ktorý bol aj organizátorom prvého tréningu na vyškolenie ľudí, ktorí s ním v súčasnosti pracujú. Filozofia tohto tréningu spočíva v tom, že kompetencie rodičov sa postupne rozvíjajú a je možné ich stimulovať k rastu. Rozsah tréningu je 30 hodín, ktorých obsahom je deväť stretnutí zameraných na dôležité aspekty náhradného rodičovstva. Súčasťou tréningu sú aj dve individuálne konzultácie v rodinnom prostredí klientov. Rozhovor umožňuje účastníkom tréningu rozprávať o svojich pocitoch a predstavách ohľadne náhradnej výchovy. Jednotlivé stretnutia majú svoje tematické zameranie:

- oboznámenie sa s programom PRIDE,

- tímová práca zameraná na stálosť,
- poznanie vývinových potrieb dieťaťa, pripútanie,
- straty a štádiá prežívania straty,
- posilnenie sebahodnoty a vzťahov v rodine,
- disciplína a stres,
- pokračovanie rodinných vzťahov,
- plánovanie zmeny,
- rozhodnutie a certifikácia.

Súčasťou tréningu je aj hodnotiaci proces, ktorý prebieha za účasti účastníkov tréningu. Táto forma prípravy je vedená psychológom a náhradným rodičom, ktorý odovzdáva klientom nielen teoretické, ale aj svoje dlhodobé nadobudnuté praktické skúsenosti. Tréning PRIDE je supervidovaný, čo znamená, že na jednom zo stretnutí sa zúčastňuje supervízor. Takáto forma spätnej väzby zabezpečuje kvalitu uskutočňovaných tréningov.

Rodičia, ktorí sa rozhodli pre adopciu, musia byť veľmi dobre preverení z hľadiska osobnosti, ako aj zrelosti vychovávať maloletého. Musia byť vybavení schopnosťou zvládať najrôznejšie životné situácie spojené s výchovou a plnením si rodičovských povinností. V prípade zložitých situácií sa však osvojiteľia majú možnosť obrátiť na inštitúcie, ktoré im poskytnú komplexnú pomoc. Podstatou procesu adaptácie je budovanie vzťahu a zvykanie si jeden na druhého. Je to najdôležitejšie obdobie, ktoré má vplyv na to, ako bude vypadať celý nasledujúci život rodiny.

Po dlhom období príprav a právnych úkonov konečne dôjde k tomu, čo je vlastne podstatou osvojenia. Dni, mesiace, roky čakania sa zrazu stali skutočnosťou. Viera „rodičov“ v to, že niekedy stretnú svoje vytúžené dieťa, pomaly strácala svoju intenzitu. Do spoločenstva manželov zrazu prichádza dieťa, ktoré je na jednej strane cudzincom a na druhej strane splneným snom. Na prahu nového domova sa ocitá so svojou smutnou minulosťou a vierou v lepšiu budúcnosť. Rodičia dostávajú príležitosť vytvoriť vytúženému a dlho očakávanému dieťaťu zázemie a ponúknuť mu teplo domova, stať sa jeho rodinou.

### **Prvý vzájomný kontakt**

Priebeh a obsah prvého kontaktu s dieťaťom sa v prvom rade odvíja od veku dieťaťa. Je to proces, pri ktorom sa žiadatelia dozvedajú základné informácie o dieťati od kvalifikovaných odborníkov a na základe opakovaných stretnutí sa rozhodujú o ďalšom vývoji ich vzťahu.

Prvý kontakt s dieťaťom sa odohráva za účasti psychológa, sociálneho pracovníka, prípadne aj pracovníka zariadenia alebo inštitúcie, v ktorom sa dieťa nachádza.<sup>2</sup> Ak rodič chce, účastníkom tohto procesu môže byť aj odborný pracovník, ktorý bol súčasťou jeho prípravy na proces osvojenia. Účast' pediatra je veľmi ojedinelá, väčšinou len pri prevzatí dieťaťa rovno z pôrodnice, psychológ by mal byť schopný priblížiť rodičom sociálnu situáciu dieťaťa, jeho doterajší psychický stav a prípadnú diagnózu dieťaťa. V prípade určitej diagnózy vysvetlí rodičom laickým jazykom, o akú poruchu či ochorenie sa jedná, prípadne možnú liečbu a prognózy. Všetky tieto informácie podávajú rodičom obraz toho, ako sa majú k dieťaťu pri prvom stretnutí zachovať. Pri prvom kontakte s dieťaťom sa rodičia môžu cítiť neisto a dieťa samozrejme tiež. Nevyhnutným je, aby sa rodičia chovali čo najviac prirodzene a uvoľnene.

Rodičia často premýšľajú o tom, čo dieťaťu na prvé stretnutie priniesť. Je však dôležité, aby si uvedomili, že žiadne drahé darčeky nezaručia záujem a pozornosť

---

<sup>2</sup> WIEDER, H. *Handbook on Adoption. A psychoanalytic view.* United States of America : Authors Choice Press, 2001.

dieťaťa. Deti nezaujímajú predmety, ale ten, kto za nimi prišiel, a tak žiadne darované predmety nezaručujú vznik pozitívneho vzťahu.<sup>3</sup>

Po tom, čo sa rodičia rozhodli vziať si svoje vytúžené dieťa domov, sa musia pripraviť na začiatok novej cesty, ktorá je pred nimi. Do tohto nového života však nebudú zapojení už len rodičia a dieťa, ale aj najbližší príbuzní a okolie.

### **Príchod dieťaťa do rodiny a reakcie okolia**

Prijatie dieťaťa a jeho príchod do rodiny nemá vplyv len na samotné spoločenstvo manželov, ale aj na celé širšie okolie zahŕňajúce najbližšiu rodinu, susedov a ďalších, ktorý budú s dieťaťom a jeho rodičmi v častom kontakte. Reakcie okolia na prijaté dieťa sú rôzne. Prejav, s ktorými sa možno najčastejšie stretnúť, sú obdiv, povzbudenie, ale aj podozrievanie a odsudzovanie.

Najdôležitejšie je pripraviť na príchod cudzieho dieťaťa svoju najbližšiu rodinu. Ak sa v rodine už jedno dieťa nachádza, bez ohľadu na to, či je vlastné alebo adoptované, malo by vedieť o úmysloch rodičov a do určitej miery by sa malo podieľať na procese rozhodovania. Konečné slovo zostáva na rodičoch, ale dieťaťu sa poskytuje priestor, aby sa rozhodlo, či chce mať so svojím novým súrodencom spoločnú izbu, môže si vybrať skriňu, posteľ a pod. Aby nedochádzalo k pocitu, že primárne dieťa stráca záujem svojich rodičov, je dobré, aby bol vyhradený jeden deň v týždni iba jemu, na spoločné trávenie času.<sup>4</sup>

Reakcie širšej rodiny sú vždy dôležité a ten, koho sa dotýkajú, na ne citlivo reaguje. Tak ako rodičia, aj širšia rodina si potrebuje zvyknúť na novú situáciu a potrebuje čas. V takomto prípade je vždy vhodné poskytnúť im čo najviac informácií a odpovedať na otázky, ktoré ich zaujímajú. Najvýznamnejším faktorom je správať sa v novej situácii čo najprirodzenejšie a možno to presvedčí príbuzných, ktorí spočiatku boli proti, aby zmenili názor a prijali dieťa do rodiny. Poskytnutím informácií o prijatí dieťaťa širšiemu okoliu môže často zabrániť ohováraniu a predsudkom.<sup>5</sup>

Pre každého člena rodiny, ako aj pre rodičov a deti, je táto situácia nová a vyžaduje si čas na to, aby si na seba navzájom zvykli, prispôbili sa a naučili sa spolu žiť ako rodina.

### **Proces adaptácie**

Význam procesu spočíva v tom, aby sa dieťa čo najviac zapojilo do života rodiny, ktorá ho prijala za svoje.

„Po príchode dieťaťa do rodiny sú náhradní rodičia často konfrontovaní s nasledovnými prejavmi správania u detí súvisiacimi s poruchou pripútania a strachom z novej situácie:

- predstieraná milota podmanivosť,
- nedostatok očného kontaktu,
- náklonnosť- prítulnosť k cudzím bez rozdielu,
- nedostatok náklonnosti a prítulnosti k rodičom,
- deštruktívnosť voči sebe samému, voči druhým a voči hmotným veciam,
- kradnutie,
- klamanie o jednoznačných veciach,
- impulzívnosť,
- neprítomnosť svedomia,
- zlé vzťahy s rovesníkmi,

---

<sup>3</sup> CAUGHMAN, S. – MOTLEY, I. *You Can Adopt; An Adoptive Families Guide*. United States of America : New Hope Media, 2009.

<sup>4</sup> ZEŽULOVÁ, D. *Pěstounská péče a adopce*. Praha : Portál, 2012, s. 200.

<sup>5</sup> ROHÁČEK, M. – MATEJ, V. *Hľadáme rodičov alebo aj opustené deti potrebujú rodinu*. Bratislava : Návrat občianske združenie, 2009, s. 28.



- neprimeraná požadovačnosť a ďalšie.

Tieto neprimerané, a niekedy aj nečakané, prejavy správania detí predstavujú skúšku nielen trpezlivosti a lásky, ale aj ich tolerancie porozumieť spávaniu dieťaťa s ohľadom na jeho minulosť.<sup>6</sup>

### **Nová rodina a samotná adaptácia dieťaťa**

Adaptácia dieťaťa, ktoré prichádza do novej rodiny, je veľmi náročný proces. U starších detí hrá úlohu pri oboznamovaní sa s novým prostredím jeho povaha a skúsenosti, ktoré mal doteraz s dospelými. U novorodencov a maličkých detí je situácia jednoduchšia. Treba byť však pripravený na to, že ani ich adaptačné mechanizmy nemusia byť rodičom vopred jasné.

Adaptácia detí ma svoje fázy:

1. *fáza – poznávanie* - dieťa si predovšetkým potrebuje zvyknúť na nové tváre a rituály svojich nových rodičov. U starších detí je táto fáza obdobím zaľúbenia, čo však nehovorí o skutočnej láske v pravom slova zmysle. Je to obdobie, kedy by odišli s kýmkoľvek, kto bude naplňať ich potreby.

2. *fáza – uvoľnenie* - dieťa začína uvedomovať, že miesto, kde prišlo, je jeho novým domovom. Začína skúšať a zisťovať svoje postavenie v rodine, hranice, pokiaľ možno zísť, a stabilitu nového domova. Je to však aj obdobie, kedy dieťa, ktoré bolo opustené, môže začať protiútok ako ochranu pred tým, aby mu zasa niekto ublížil, tým, že ho opustí. Prejavuje sa to tým, že dieťa začne testovať, čo všetko je rodina ochotná strpieť. Deti, ktoré boli zvyknuté na to, že sa s nimi nezaobchádzalo pekne, nepoznajú nič iné. V opačnom prípade sa stáva, že dieťa nezaujme pozíciu protiútoku, ale naopak zo strachu pred opustením, začne na matke doslova visieť. Nepohne sa od nej ani na minútu, nerešpektuje jej súkromie ani právo na oddych. Obe tieto formy môžu byť pre rodičov vysilujúce.

3. *fáza – prijatie* - fáza adaptácie dieťa má ujasnené, aké je jeho miesto v rodine, čo môže a má očakávať. Je to fáza, kedy chápe, že rodičia ho prijímajú také, aké je, na čo dieťa reaguje rovnakým spôsobom. Medzi rodičmi a dieťaťom sa vytvárajú vzťahové väzby, ktoré sú založené na skutočných a poctivých citoch a sú adresované konkrétnym osobám a nie komukoľvek.<sup>7</sup>

### **Adaptačný proces rodičov**

Veľmi časté sú pocity strachu a neistoty. Vzťah medzi rodičmi a dieťaťom môže vzniknúť len vtedy, keď rodič prijme dieťa také aké je. Vzťah, ktorý sa vytvára medzi rodičom a dieťaťom počas procesu ich vzájomnej adaptácie nazývame vzťahovou väzbou alebo pripútaním. Tento vzťah vyvoláva pocity bezpečia, istoty a pocit niekoho milovať a byť milovaný.<sup>8</sup>

Proces adaptácie a budovanie vzťahu medzi rodičom a dieťaťom je však ovplyvnený rôznymi procesmi. Po príchode dieťaťa do rodiny sú rodičia často konfrontovaní s rôznymi poruchami dieťaťa, ktoré súvisiacimi so strachom z novej situácie a poruchou pripútania sa. V tomto období sa u rodičov môže objaviť aj postadopčná depresia, kde pocity smútku vznikajú v dôsledku dosiahnutia dlhodobého cieľa spojeného s vynaložením veľkého úsilia.<sup>9</sup>

Adaptačné fázy rodičov, podľa Zezulovej sú:

1. *fáza – nadšenie* - prichádza bezprostredne po oznámení rodičom, že sa pre nich našlo dieťa, a jej dĺžka trvania je individuálna. U rodičov, ktorí na dieťa čakali dlhšiu dobu,

<sup>6</sup> KELLEY, E. *Čo vieme o náhradnom rodičovstve?* Bratislava : S.P.A.C.E., n. o., 2008, s. 76

<sup>7</sup> ZEŽULOVÁ, D. *Pěstounská péče a adopce.* Praha : Portál, 2012.

<sup>8</sup> HAŠTO, J. *Vzťahová väzba. Ku koreňom lásky a úzkosti.* Trenčín : Pro mente sana, 2005.

<sup>9</sup> KELLEY, E. *Čo vieme o náhradnom rodičovstve?* Bratislava : S.P.A.C.E., n. o., 2008.

môže byť táto fáza sprevádzaná silnými emóciami, akými sú slzy, plač a pocit šťastia. Dieťa vnímajú ako úžasné, krásne a práve oni mu pomôžu k tomu, aby bolo šťastné.

2. *fáza – rozčarovanie* - je reakcia na správanie dieťaťa, ktoré je tiež v procese adaptácie. Je to obdobie, kedy aj rodičia spoznávajú sami seba v rôznych nových situáciách. Mnohí v priebehu tejto fázy majú pocit, že si siahli na dno svojich síl, že používajú metódy, ktoré predtým úplne odsudzovali. Mnohé matky majú pocit, že výchovu nezvládajú a že nie sú dobrým rodičom.

3. *fáza – zmierenie* - je obdobím, kedy sa všetko ustáli a rodičia pochopia, že ich dieťa nie je dokonalé, tak ako nie sú ani oni. Obe strany sa učia navzájom spoznávať bez toho, aby mali nereálne očakávania a ilúzie. Začína sa vytvárať väzba pripútania, ktorú nemôže ovplyvniť nič zlé z toho, čo sa doposiaľ stalo.<sup>10</sup>

Je dôležité, aby adoptívni rodičia nečakali hneď zázraky. Dieťa, ktoré strávil čas svojho života v nezdravom prostredí, sa bude svojho strachu a neistoty zbavovať pomaly. Napriek všetkým okolnostiam sa mnohí rodičia rozhodli takéto dieťa prijať do svojej rodiny. Dôležité je pochopiť a uvedomiť si, že život nového dieťaťa, ktoré prežilo mimo nás určitý čas sa nedá vymazať, ale je nutné sa naučiť ho rešpektovať.

### **Prijatie identity**

Človek je v výsledkom nielen genetických predpokladov svojich rodičov, ale tiež životných skúseností, ktoré formujú jeho vzťahy a postoje. Osvojením preberá rodič na seba ďalšiu etapu formovania dieťaťa, pričom musí byť dobrý oboznámený s jeho genetickými danosťami, či už pozitívnymi alebo negatívnymi.

„Jednou z najťažších úloh pre osvojiteľa je prijať vlastnú identitu – identitu náhradného rodiča, ktorý je rodičom na základe záväzku, sľubu, ktorý dal nielen dieťaťu, ale aj sebe samému. Prijatie identity náhradného rodiča alebo, inak povedané, prijatie náhradného rodičovstva za „svoje“ znamená dospieť k vedomiu, že toto rodičovstvo nie je menejcenným, menej kvalitným...“<sup>11</sup>

Myšlienky adoptívnych rodičov sú často zaneprázdnené premýšľaním o primárnych rodičoch dieťaťa. Na jednej strane sa obávajú toho, čo bude ďalej, keď sa dieťa dozvie pravdu a svojom pôvode, no na druhej strane, aj keby matka bola opustila svoje dieťa hneď po pôrode, sú jej vďační za ten nepominuteľný dar, ktorý im tu nechala. Aj na základe takýchto dôvodov stojí za to vzdať im úctu a vďaku.

Biologickí rodičia sú súčasťou identity dieťaťa a keď tento fakt zatajíme, bránime mu k pochopeniu a utváraniu samého seba. To, čo je v dieťati, sa javí ako biele miesto na mape, ktoré v nás vyvoláva túžbu ho preskúmať alebo v nás vzbudzuje strach. Adopciu môžeme vidieť ako transplantáciu, pričom novým fungujúcim orgánom v živote dieťaťa sú osvojiteľia, ktorí by sa v dieťati mali zrásť s tým základom, ktorý tu bol pred nimi. Nemali by si vytvárať monopol na rodičovstvo osvojeného dieťaťa, pretože adoptované deti nie sú ich skutočnými deťmi, ale poslami života.<sup>12</sup>

Dnes každý skúsený rodič vie, že tieto citlivé informácie o skutočnej identite, by sa malo dieťa dozvedieť od ľudí, ktorí sú mu najbližší. V opačnom prípade môže dôjsť k narušeniu dôvery a samotného vzťahu. Pravdu je možné povedať rôznymi spôsobmi. Hlavné je, aby nebolo nič zatajené, aby si rodičia nevymýšľali a neklamali. Najdôležitejšie je, aby mu pravda bola podaná citlivo a aby bolo dieťa stále uisťované, že láska náhradných rodičov k

---

<sup>10</sup> Porov. ZEZULOVÁ, D. *Pěstounská péče a adopce*. Praha : Portál, 2012.

<sup>11</sup> Porov. KELLEY, E. *Čo vieme o náhradnom rodičovstve?* Bratislava : S.P.A.C.E., n. o., 2008, s. 80.

<sup>12</sup> VANKOVÁ, K. *Dieťa v systéme rodinnej starostlivosti*. In: Multidimenzionálny rozmer edukácie a sociálnej práce v rómskych komunitách : vedecké štúdie vydané v rámci projektu APVV-20-049105. Akademická a praktická inteligencia slovenskej populácie rómskych detí / Jaroslav Balvín, Mária Záhumenská. - Nitra : UKF, 2009.

nemu je bezpodmienečná. V prípade, že je dieťa naklonené fantazijným hrám a predstavám, môže mu byť pravda vyjavená aj v podobe rozprávky alebo zážitkovej hry.<sup>13</sup>

Adoptované deti, ktoré vedia pravdu, často premýšľajú o svojich biologických rodičoch a kladú si rôzne otázky. Existuje možnosť, že keď vyrastú, budú sa snažiť ich nájsť. Ako uvádza Rufo, že: „Všetky ľudské bytosti potrebujú mať minulosť, ktorá im slúži ako kotva a pomáha im utvárať budúcnosť.“<sup>14</sup> Toto všetko si rodičia prijímajúci cudzie dieťa uvedomujú a napriek tomu mu dávajú všetku svoju lásku. Prijat' dieťa za svoje znamená prijat' ho aj s jeho smutnou minulosťou a stať sa jeho krajšou budúcnosťou.

**Na záver** môžeme iba skonštatovať, že dieťa je šťastné, keď žije svoj život v šťastnej a harmonickej rodine. Každý rodič si želá, aby jeho dieťa bolo šťastné, smialo sa, prejavovalo radosť a malo harmóniu v duši. A preto je potrebné, aby rodičia boli príkladom, venovali dostatok pozornosti, brali veci s humorom, ktorý je liek na všetky neduhy, aby neodsudzovali, ale pochopili, základom všetkého je ocenenie.

Zo všetkého najdôležitejšie pre rodiča je vnútorne prijat' dieťa také aké je a recipročne dieťa prijme rodiča, ktorý sa k nemu správa ako rodič – ako matka a ako otec.

## ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY

CAUGHMAN, S. – MOTLEY, I. *You Can Adopt; An Adoptive Families Guide*. United States of America : New Hope Media, 2009. ISBN 978-0-345-50401-2

GABRIEL, Z. – NOVÁK, T. *Psychologické poradenství v náhradní rodinné péči*. Praha : Grada Publishing, 2008. ISBN 978-80-247-1788-3

HAŠTO, J. *Vzťahová väzba. Ku koreňom lásky a úzkosti*. Trenčín : Pro mente sana, 2005. ISBN 80-88952-28-X

KELLEY, E. *Čo vieme o náhradnom rodičovstve?* Bratislava : S.P.A.C.E., n. o., 2008. 133 s. ISBN 978-80-88991-29-8

KOŠČ, M. 2009. *Základy psychológie*. Bratislava : Mladé letá, 2009. 120 s. ISBN 978-80-10-01677-8

ROHÁČEK, M. – MATEJ, V. *Hľadáme rodičov alebo aj opustené deti potrebujú rodinu*. Bratislava : Návrat občianske združenie, 2009. 28 s. ISBN 978-80-969621-2-9

RUFO, M. *Pusť mě, ale neopouštěj!* Praha : Portál, 2009. 144 s. ISBN 978-80-7367-616-2

VANKOVÁ, K. *Dieťa v systéme rodinnej starostlivosti*. In: Multidimenzionálny rozmer edukácie a sociálnej práce v rómskych komunitách : vedecké štúdie vydané v rámci projektu APVV-20-049105. Akademická a praktická inteligencia slovenskej populácie rómskych detí / Jaroslav Balvín, Mária Záhumenská. - Nitra : UKF, 2009. - ISBN 978-80-8094-502-2.

VANKOVÁ, K. *Opatrenia sociálno-právnej ochrany detí a sociálnej kurately*. In: Ochrana života IX. "Slúžiť životu: médiá o živote a pre život" : konferencia, ktorú organizuje Trnavská univerzita s medzinárodnou účasťou Ochrana života IX. bude venovaná téme médií pod názvom „Slúžiť životu: médiá o živote a pre život“ a bude sa konať 25. a 26. septembra v Inštitúte Krista Veľkňaza v Žakovciach. - Trnava : Trnavská univerzita, 2008. ISBN 978-80-8082-241-5.

---

<sup>13</sup>VANKOVÁ, K. *Opatrenia sociálno-právnej ochrany detí a sociálnej kurately*. In: Ochrana života IX. "Slúžiť životu: médiá o živote a pre život" : konferencia, ktorú organizuje Trnavská univerzita s medzinárodnou účasťou Ochrana života IX. bude venovaná téme médií pod názvom „Slúžiť životu: médiá o živote a pre život“ a bude sa konať 25. a 26. septembra v Inštitúte Krista Veľkňaza v Žakovciach. - Trnava : Trnavská univerzita, 2008.

<sup>14</sup> RUFO, M. 2009. *Pusť mě, ale neopouštěj!* Praha: Portál, 2009, s. 144.

WIEDER, H. *Handbook on Adoption. A psychoanalytic view.* United States of America : Authors Choice Press, 2001. ISBN 0-595-20062-1  
ZEZULOVÁ, D. *Pěstounská péče a adopce.* Praha : Portál, 2012. 200 s. ISBN 978-80-262-0065-9

**KONTAKT NA AUTORKU**

PhDr. Katarína Vanková, PhD.  
UKF Fakulta sociálnych vied a zdravotníctva ÚRŠ  
Kraskova č. 1, 949 01 Nitra  
e-mail: kvankova@ukf.sk

# OHROZENIE DIEŤAŤA V DÔSLEDKU PRACOVNEJ VYŤAŽENOSTI RODIČOV

## THREAT TO THE CHILD DUE TO THE WORKLOAD OF PARENTS

---

*Elena Gažíková*

**Abstrakt:** Cieľom nášho príspevku je poukázať na ohrozenie dieťaťa v dôsledku pracovnej vyťaženia rodičov. Pozornosť zameriavame na niektoré negatívne javy, ktorými môžu byť deti v dôsledku nedostatočnej starostlivosti zo strany rodičov ohrozené. Poukazujeme tiež na kompetencie sociálneho pracovníka oddelenia SPODaSK, ktorý určuje mieru ohrozenia dieťaťa a rozhoduje o metódach a postupoch práce s ohrozeným dieťaťom a jeho rodinou.

**Abstract:** The goal of this article is to refer to threat to the child due to the workload of parents. We present some of the negative phenomena, which children may be at risk in the consistent lack of parental care. We also refer to the competences of social worker in department of social legal protection of children and social guardianship. Social worker determines the level of threat of the child and he determines the methods and techniques of social work with vulnerable child and his family.

**KLúčové slová:** Ohrozené dieťa. Rodina. Úteky. Záškoláctvo. Závislosť.

**Keywords:** Adiction. Family. Running away. Truansy. Vulnerable child.

### Úvod

S pojmom ohrozené dieťa sa v posledných rokoch často stretávame. Hovoríme o ňom najmä v súvislosti so syndrómom týraného, zneužívaného a zanedbávaného dieťaťa. Bité, týrané a zneužívané deti nie sú na Slovensku ničím ojedinelým. „Žiaľ, sociálni pracovníci, psychológovia, učitelia, lekári, policajti, všetci, ktorí v rámci profesie prichádzajú do kontaktu s týranými deťmi, nedokážu vždy zachytiť varovné príznaky zlej situácie dieťaťa. A dieťa samo prehovorí kvôli strachu len málokedy, prípadne ani nevie, že by malo niečo povedať, pretože pokladá svoju situáciu za normálnu“<sup>1</sup>.

V našom príspevku sa budeme venovať ohrozeniu dieťaťa v dôsledku pracovnej vyťaženia rodičov. K prioritám mnohých rodičov patrí potreba finančne zabezpečiť rodinu, nevedomujúc si pri tom, aký môže mať nedostatok času a priestoru zo strany rodiča neželaný dopad na dieťa. Dieťa sa môže cítiť sa nepochopené, nedostatočne milované, opustené. Je zraniteľnejšie, a teda viac ohrozené negatívnymi javmi vo svojom okolí, ako sú rôzne typy závislostí, úteky z domu, záškoláctvo. Sociálny pracovník na základe podnetu zvonka určuje mieru ohrozenia takéhoto dieťaťa a následne stanovuje ďalšie metódy a postupy práce s dieťaťom a jeho rodinou. Je nutné mať na zreteli rodinu ako celok a pracovať nielen s dieťaťom, ale aj s celou rodinou.

Z pohľadu zamerania nášho príspevku pod pojmom **ohrozenie dieťaťa** rozumieme rizikové javy, ktoré môžu mať negatívny dopad na zdravý psychický, fyzický a sociálny vývin dieťaťa. Podľa platnej legislatívy je ohrozené dieťa také, ktoré vyžaduje opatrenia sociálnoprávnej ochrany v zmysle zákona č. 305/2005 o sociálnoprávnej ochrane detí a sociálnej kurately. Opatreniami sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately na

---

<sup>1</sup> MOJTOVÁ, M. 2008. *Sociálna práca v zdravotníctve*. Bratislava: SAP 2008. s.61.

obmedzenie a odstraňovanie negatívnych vplyvov, ktoré ohrozujú psychický vývin, fyzický vývin alebo sociálny vývin dieťaťa sú najmä:

a) ponúknutie pomoci dieťaťu, rodičom alebo inej plnoletej fyzickej osobe alebo ponúknutie sprostredkovania pomoci pri riešení výchovných problémov alebo rodinných problémov a pri uplatňovaní nárokov dieťaťa podľa osobitných predpisov,

b) sledovanie negatívnych vplyvov pôsobiacich na dieťa a rodinu, zisťovanie príčin ich vzniku a vykonávanie opatrenia na obmedzenie pôsobenia nepriaznivých vplyvov,

c) organizovanie alebo sprostredkovanie účasti na programoch zameraných na pomoc pri riešení problémov detí v rodine, v škole a na pomoc rodinám pri riešení výchovných problémov, sociálnych problémov a iných problémov v rodine a v medziľudských vzťahoch,

d) organizovanie alebo sprostredkovanie účasti na programoch zameraných na pomoc deťom a plnoletým fyzickým osobám ohrozeným správaním člena rodiny, členov rodiny alebo správaním iných osôb,

e) organizovanie alebo sprostredkovanie účasti na programoch zameraných na plnoleté fyzické osoby, ktoré svojím správaním ohrozujú členov rodiny,

f) organizovanie alebo sprostredkovanie programov na obmedzenie a odstránenie negatívnych vplyvov prostredia a na predchádzanie sociálnemu vylúčeniu detí a plnoletých fyzických osôb<sup>2</sup>.

Pracovnú zaneprázdnenosť môžeme vnímať ako spôsob životného štýlu rodičov. Z pohľadu dieťaťa možno hovoriť o dlhodobu ohrozujúcej situácii, do ktorej dieťa nevstupuje dobrovoľne a nedokáže sa z nej vymaniť. **Rodina** založená manželstvom je v našej legislatíve definovaná ako základná bunka spoločnosti<sup>3</sup>. Môžeme ju rozdeliť podľa rodinnej konštelácie, z hľadiska úplnosti, na základe pôvodu detí, podľa rozdelenia autority a rozhodovania, z demografického aspektu. Z pohľadu sociálnej práce je pre nás dôležité rozdelenie z hľadiska funkčnosti rodiny na funkčnú rodinu, problémovú rodinu, dysfunkčnú rodinu a afunkčnú rodinu. **Funkčná rodina** funguje ako otvorený systém saturujúci potreby všetkých členov, objektívne plní najdôležitejšie základné normy postavené spoločnosťou. **Problémová rodina** je väčšinou schopná riešiť problém vlastnými silami, niekedy je potrebná aj krátkodobá odborná intervencia, ktorá mobilizuje potenciál rodiny. **Dysfunkčná rodina** je charakterizovaná vážnymi chronickými poruchami, ktoré ohrozujú a poškodzujú rodinu, negatívne vplyvajú na dospelých členov rodiny, ale najmä na deti. Závažné poruchy funkcií rodina nezvláda a nedokáže sama riešiť, potrebuje sústavnú intenzívnu odbornú pomoc a dlhodobú sanáciu. **Afunkčná rodina** neplní žiadne základné funkcie, čím ohrozuje najmä zdravý vývoj detí. V tomto type rodiny sa využívajú opatrenia, ktoré vedu k vyňatiu detí z rodiny. Práca s touto rodinou je pre sociálneho pracovníka mimoriadne náročná, pretože často absentuje motivácia zo strany rodičov a niekedy aj detí k nevyhnutnej zmene<sup>4</sup>.

---

<sup>2</sup> Zákon 305/ 2005 Z.z. o sociálnoprávnej ochrane detí a o sociálnej kuratele a o zmene a doplnení niektorých zákonov, ako vyplýva zo zmien a doplnení vykonaných zákonom 330/2007 Z.z., zákonom 643/2007 Z.z., zákonom č.215/2008 Z.z. a zákonom č.466/2008 Z.z., §11, ods.1.

<sup>3</sup> Porov. Zákon 36/2005 Z.Z. o rodine a o zmene a doplnení niektorých zákonov, čl.2.

<sup>4</sup> Porov. GABURA, J. 2012. *Teória rodiny a proces práce s rodinou*. IRIS. Bratislava. 2012, s.35. Na ohrozenie detí sociálno-patologickými javmi v dôsledku vyťaženia rodičov pracovnými povinnosťami poukazuje Lešková. Porov. LEŠKOVÁ, L. Delikvencia a kriminalita mládeže – fenomén vo vývoji spoločnosti. In *Prevenia sociálnej patológie v prostredí stredných škôl Košického samosprávneho kraja*. Košice : KSK, KSP FF UPJŠ v Košiciach, 2011, s. 201-205; porov. LEŠKOVÁ, L. Krízisben és válóféiben lévő családok problémái és hatásuk a gyermekekre. In *Deliberationes*. Vol. 3, No. 1 (2010), s. 101-114.

Upriamujeme tiež pozornosť na sociálne faktory ovplyvňujúce fungovanie rodiny. Vo vnútri rodiny je možné vnímať oslabenie, znížila sa autorita rodičov vo vzťahu k deťom, rodičia sú do istej miery vytesňovaní rovesníckymi skupinami, masovou kultúrou a elektronickými médiami. „Rodičia z dôvodu pracovného a spoločenského uplatnenia nemajú potrebný priestor na saturovanie najmä emocionálnych potrieb svojich detí“<sup>5</sup>. To môže viesť k ohrozeniu detí negatívnymi javmi, ako sú rôzne druhy závislostí, úteky, záškoláctvo.

Ak existuje predpoklad nedostatočnej starostlivosti o potreby dieťaťa, vstupuje sociálny pracovník do interakcie s rodinou dieťaťa, aby analyzoval, diagnostikoval a navrhol za predpokladu spolupráce najbližších dieťaťa intervencie k zabezpečeniu jeho potrieb<sup>6</sup>.

"**Závislosť** je stav opakujúcej sa intoxikácie, ktorý je vyvolaný opakovaným a nadmerným užívaním drogy. Existuje plynulý prechod od ľahšej psychickej závislosti k ťažkej, pri ktorých sú už prítomné nezvratné poškodenia fyzického a duševného zdravia. Prejavuje sa tým, že človek má neustálu potrebu prijímať určitú látku alebo vykonávať určitú činnosť, ktorá vyvoláva príjemný stav až do takej miery, že stráca nad svojím konaním kontrolu"<sup>7</sup>. Závislosti rozdeľujeme na látkové a nelátkové. V súvislosti s látkovými závislosťami hovoríme o drogovej závislosti. V súvislosti s nelátkovými závislosťami hovoríme o internetovej závislosti, gamblingu, mobilománii, workoholizme a shopoholizme.

K príčinám, dôvodom, pohnútkam a činiteľom vzniku drogovej závislosti patrí:

- zvedavosť, túžba po neobyčajnom zážitku,
- nedostatok pozitívnych podnetov na trávenie voľného času, zahnanie nudy,
- nedostatočná ponuka zmysluplných činností, programy detí a mládeže vo voľnom čase sú ochudobnené, povrchné,
- mladí ľudia často nemajú ujasnený zmysel života a taktiež pociťujú sociálne odcudzenie,
- veľmi častá je ľahostajnosť zo strany najbližších, hlavne rodičov,
- oslabovanie vplyvu školy,
- užívanie drog môže byť akási forma protestu, či snaha upútať na seba pozornosť,
- túžba po dosiahnutí opojenia, životného potešenia, príjemného pocitu,
- drogy môžu slúžiť na odbúranie zábran,
- rozpor medzi ambíciami a schopnosťami, neschopnosť dosiahnuť ciele,
- životná apatia, nízka sebaúcta, úzkosť, únik, domnelé riešenie vonkajších a vnútorných problémov,
- vonkajší stres, ktorý súvisí s problémami v škole, v práci, v rodine, s priateľmi,
- vnútorný stres, ktorý sa dotýka priamo človeka, ako sú depresia, náladovosť, vnútorný nepokoj,
- drogy môžu slúžiť aj na zvýšenie výkonnosti,
- priamy vplyv rovesníckej skupiny, či náboženské vplyvy,
- nedostatočná sebaidentita, samostatnosť, nezávislosť, autonómia, vyrovnanosť.<sup>8</sup>

---

<sup>5</sup> GABURA, J. 2012. *Teória rodiny a proces práce s rodinou*. IRIS. Bratislava. 2012, s.42.

<sup>6</sup> Porov. MOJTOVÁ, M., SEDLÁROVÁ, K., ŠRANK, M. 2013. *Klinický sociálny pracovník*. 1. vyd. Nitra: UKF, 2013. s.120.

<sup>7</sup> PAVELOVÁ, E.2006. *Sociálna práca v kontexte prevencie závislostí*. In Mládež a kriminalita. Zborník z II. Medzinárodnej konferencie. Nitra: Univerzita Konštantína Filizofa, 2006, s.372.

<sup>8</sup> Porov. LIBA, J. 2002. *Výchova k zdraviu a prevencia drogových závislostí*. Prešov: Metodicko – pedagogické centrum. Prešov: FHPV PU Prešov, 2002. s.121.

Odporúča sa široké využívanie krátkej intervencie pre problémy spôsobené psychoaktívnymi látkami s ohľadom na veľký počet ľudí s návykovými chorobami. Najznámejšie schémy krátkej intervencie pre problémy spôsobené psychoaktívnymi látkami:

- „5 A“ – ask, advise, assess, assist, arrange – t.j. pýtaj sa, poraď, posudzuj, pomôž a uprav,

- „FRAMES“ – feedback, responsibility, advice, menu, empathetic style, self-efficacy – t.j. spätná väzba týkajúca sa rizík, zodpovednosť pacienta, rada, ako dosiahnuť zmenu, možné stratégie zmeny, vcítenie a sebestačnosť.

- Krátku intervenciu je možné poskytovať individuálne alebo skupinovo<sup>9</sup>.

**Útek** dieťaťa z domova, je signálom, že rodina nefunguje ako zdroj istoty a bezpečia, a vo svojej funkcii nejakým spôsobom zlyháva. Dieťa uteká, pretože nie je schopné zvládnuť situáciu vhodnejším, adaptačne zrelším spôsobom. Častokrát je dôvodom nedostatok kompetencií, problém je príliš veľký na to, aby ho dieťa mohlo zvládnuť. V súvislosti z útekmi hovoríme o impulzívnych útekoch, ktoré bývajú prevažne skratovou reakciou na nezvládnutú situáciu, či už doma alebo v škole. Ich zmyslom je potreba úniku pred trestom, ktorý dieťa prežíva ako neznesiteľný, alebo od človeka, s ktorým dieťa nechce žiť. Útek je signálom zúfalstva alebo varovanie. Dieťa sa však spravidla chce vrátiť domov. Takto motivovaný útek môže byť ojedinelý a po vyriešení problému sa už neopakuje. Chronické úteky bývajú opakované, často plánované a pripravované, vyplývajú obvykle z dlhodobých problémov. Niekedy majú presný cieľ, napr. osobu, ku ktorej dieťa uteká. Dieťa sa spravidla nechce vrátiť. S takýmito útekmi sa spravidla stretávame u detí z narušených a nefunkčných rodín, v ktorých dieťa nemá žiadne zázemie, nie je citovo akceptované a niekedy je aj zneužívané a týrané<sup>10</sup>.

**Záškoláctvo** je neospravedlnená neprítomnosť alebo absencia z vyučovania bez vedomia rodičov alebo s vedomím rodičov. Na záškoláctvo bez vedomia rodičov by sme nemali pozerat' ako na fakt, ale mali by sme ho vnímať ako určitú reakciu dieťaťa, ktoré nie je schopné situáciu riešiť inak ako únikom. V súvislosti so záškoláctvom rozlišujeme nasledovné kategórie:

- Pravé záškoláctvo, kedy dieťa do školy nechodí, rodičia o jeho absencii nevedia, dieťa ráno „akože“ odchádza z domu do školy a keď rodičia odídu do práce, vracia sa domov, kde trávi celé dopoludnie alebo ide o dieťa, ktoré nemusí odchádzať ani z domu, pretože rodičia odchádzajú do práce skôr.

- Záškoláctvo s klamaním rodičov, dieťa dokáže presvedčiť rodičov, že má zdravotné problémy.

- Záškoláctvo s vedomím rodičov, ak dieťa nechodí do školy so súhlasom rodiča, často býva dôvodom skutočnosť, že rodič dieťa potrebuje doma na nejakú pomoc.

- Úteky zo školy predstavujú prípady, kedy deti do školy chodia, ale v priebehu vyučovania na hodinu alebo niekoľko hodín odídu.

- Odmietanie školy sa týka detí, ktorým predstava školskej dochádzky spôsobuje psychické problémy, deti sa boja ísť do školy<sup>11</sup>.

Záškoláctvo môže spočívať v negatívnom vzťahu žiaka ku škole, vo vplyve rodinného prostredia, či v iných dôvodoch. Niektoré príčiny záškoláctva je potrebné

---

<sup>9</sup> Porov. NEŠPOR, K. 2010. Krátka intervencie pro problémy působené alkoholem může probíhat v různých prostředích. In *Čas. Lék. čes.* 2005, č. 12, s.139

<sup>10</sup> Porov. VÁGNEROVÁ, M. 2004. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál, 2004, s.794.

<sup>11</sup> Porov. KYRIACOU, CH. 2005. *Řešení výchovných problémů ve škole*. Praha : Portál, 2005, s.45.



hľadať v rodine. Na záškoláctvo majú významný vplyv neusporiadané rodinné pomery, nedostatočný záujem rodičov o dochádzku dieťaťa, o jeho prospech či časová zaneprázdnenosť, ale aj prehnaná starostlivosť a príliš vysoké nároky.

Sociálny pracovník je po prijatí podnetu, či už zo strany rodičov, školy, obce alebo anonymu na správanie dieťaťa, ktoré je pre neho ohrozujúce, povinný určiť mieru ohrozenia dieťaťa. Veľmi pozitívne vnímame Metodické usmernenie Ústredia práce, sociálnych vecí a rodiny Plánovanie sociálnej práce pri vykonávaní opatrení sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately, ktoré nadobudlo účinnosť 2.1.2013. Pri vyhodnocovaní **miery ohrozenia** dieťaťa postupuje sociálny pracovník oddelenia SPODaSK v zmysle tohto usmernenia, kedy stanovuje aj následnú intervenciu. Rozlišujeme nasledovné miery ohrozenia dieťaťa:

- dieťa bez ohrozenia
- nízka miera ohrozenia dieťaťa
- stredná miera ohrozenia dieťaťa
- vysoká miera ohrozenia dieťaťa<sup>12</sup>

Ak sociálny pracovník vyhodnotí, že dieťa je **bez ohrozenia**, musí byť zrejmé, že nie je znížená kvalita starostlivosti rodičov o dieťa a život, zdravie a priaznivý vývin dieťaťa nie sú ohrozené. Sociálny pracovník môže poskytnúť rodičom dieťaťa sociálne poradenstvo a zväžiť potrebu informovania obce o potrebe vykonať v rodine opatrenia o sociálnoprávnej ochrane detí a sociálnej kurately. Ide o opatrenia na predchádzanie vzniku krízových situácií v rodine a to najmä:

- a) organizovanie alebo sprostredkovanie účasti na programoch, tréningoch a aktivitách zameraných na podporu plnenia rodičovských práv a povinností, plnenia funkcií rodiny, na utváranie a upevňovanie vzťahov medzi manželmi, medzi rodičmi a deťmi, rozvoj schopností riešiť problémové situácie a adaptovať sa na nové situácie,
- b) organizovanie alebo sprostredkovanie účasti na programoch a aktivitách zameraných na predchádzanie sociálnopatologickým javom,
- c) sprostredkovanie kultúrnych, záujmových a iných aktivít zameraných na podporu vhodného využívania voľného času detí<sup>13</sup>.

**Nízka miera ohrozenia dieťaťa** znamená, že zhoršená kvalita starostlivosti rodičov o dieťa bola krátkodobá a vychádzala z náhleho zhoršenia rodičovských funkcií, rodina má však potenciál zmobilizovať svoje zdroje a zabezpečiť dieťaťu starostlivosť, výchovu, výživu a zabezpečiť jeho všestranný vývin. Sociálny pracovník by mal vykonať opatrenia zamerané na prácu s rodinou v jej prirodzenom prostredí, zväžiť zapojenie akreditovaného subjektu do výkonu opatrení, prípadne uložiť jednorázovo v rodine vhodné výchovné opatrenie, a to napomenutie alebo upozornenie. Je tiež potrebné vytvoriť plán sociálnej práce.

O **strednej miere ohrozenia dieťaťa** hovoríme, ak existuje riziko ohrozenia zdravia a vývinu dieťaťa v jeho rodinnom a výchovnom prostredí, ktoré vyplýva zo zlyhania niektorých funkcií rodiny. Môže ísť o opakované zanedbávanie starostlivosti rodičov, zhoršený zdravotný stav rodiča, strata bývania, rodina ohrozená sociálnym

---

<sup>12</sup> Porov. *Plánovanie sociálnej práce pri vykonávaní opatrení sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately*. Metodické usmernenie č.5 – 14/2012. Ústredie práce sociálnych vecí a rodiny. 2013. 30 s. [cit. 2014.17.10.] Dostupné na internete: [http://www.otcovia.sk/docs/IN\\_067\\_planovanie\\_socialnej\\_prace.pdf](http://www.otcovia.sk/docs/IN_067_planovanie_socialnej_prace.pdf), s.7-8.

<sup>13</sup> Zákon 305/ 2005 Z.z. o sociálnoprávnej ochrane detí a o sociálnej kurately a o zmene a doplnení niektorých zákonov, ako vyplýva zo zmien a doplnení vykonaných zákonom 330/2007 Z.z., zákonom 643/2007 Z.z., zákonom č.215/2008 Z.z. a zákonom č.466/2008 Z.z., §10, ods.1.

vylúčením, výchovné problémy, nevhodné výchovné metódy, záškoláctvo. K intervenciám sociálneho pracovníka patrí vykonávanie opatrení zameraných na prácu s rodinou v jej prirodzenom prostredí, pričom cieľom je podpora funkcií rodiny a napĺňanie potrieb dieťaťa. Ďalej spolupráca so školou, obcou, lekárom, akreditovaným subjektom, náboženskými spoločnosťami a inými fyzickými a právnickými osobami, uloženie výchovného opatrenia a vypracovanie plánu sociálnej práce.

**Vysoká miera ohrozenia** znamená, že sa dieťa ocitne bez akejkoľvek starostlivosti, alebo je vážne ohrozený život, zdravie, priaznivý fyzický, psychický a sociálny život dieťaťa. Zaraďujeme sem tiež rizikové rodiny z pohľadu konania rodičov dieťaťa, týranie, zneužívanie alebo zanedbávanie dieťaťa. Sociálny pracovník je povinný urýchlene vykonať opatrenia zamerané na vyňatie dieťaťa z rodinného prostredia, umiestnenie do náhradného prostredia - náhradnej osobnej starostlivosti, pestúnskej starostlivosti, zariadenia na výkon rozhodnutia súdu. Následne rodine ponúkne pomoc na úpravu pomerov v spolupráci s ďalšími subjektmi (obec, akreditovaný subjekt, psychológ, atď.)<sup>14</sup>.

Považujeme za potrebné zdôrazniť, že sociálny pracovník je plne zodpovedný za vyhodnotenie miery ohrozenia dieťaťa. V prípade stanovenej vysokej miery ohrozenia dieťaťa alebo hraničnej situácie medzi strednou a vysokou mierou ohrozenia dieťaťa zodpovedný zamestnanec informuje o ďalšom postupe práce vedúceho oddelenia a konzultuje s ním navrhnutý postup práce.

Sociálny pracovník niekedy až pri opakovaných pohovoroch s dieťaťom zistí, že významný podiel na správaní dieťaťa, ktoré pokladáme za ohrozujúce má pracovná zaneprázdnenosť rodičov. Dieťa prizná, že rodičia na neho nemajú čas, sú neustále v práci, stále niekam odchádzajú. Nežiaduce správanie dieťaťa ako záškoláctvo, úteky z domu, závislosť možno v tomto kontexte chápať ako volanie dieťaťa o pomoc, snahu upriamiť na seba pozornosť. Žiaľ, býva smutnou realitou, že rodičia zostávajú voči potrebám svojho dieťaťa ľahostajní, nepripúšťajú si vlastné zlyhanie. V takýchto prípadoch je nevyhnutné, aby sociálny pracovník spolupracoval s celou rodinou a je vhodné, aby k spolupráci prizval aj psychológa referátu poradensko-psychologických služieb, ktorý je súčasťou oddelenia SPODaSk.

### **Príklad z praxe**

Matka na oddelení SPODaSK oznámila, že má pretrvávajúce výchovné problémy so svojou 13 – ročnou dcérou. Výrazne si zhoršila prospech v škole, stretávala sa s partiou starších detí, požívala alkoholické nápoje, v noci utekala z domu, fajčila, bola agresívna. Pohovormi realizovanými na oddelení SPODaSK, ako aj v prirodzenom rodinnom prostredí, bolo zistené, že sa maloletá cítila osamelá, opustená, nakoľko matka bola samoživiteľka, pracovala na zmeny, a preto bývala často sama doma. Mala pocit, že matka ju nechápe, je voči nej prehnane kritická a nemá na ňu čas. Dôležitým bol tiež fakt, že maloletá nikdy nepoznala svojho otca, nevedela kam patrí, mala problém s vlastnou identitou. Bolo pre ňu prirodzené unikať do partie, kde mala pocit pochopenia, súdržnosti. Vzhľadom k tomu, že výchovné problémy mali stupňujúcu tendenciu a maloletá svojím správaním ohrozovala svoj život a zdravie bolo potrebné ju umiestniť v zariadení na výkon rozhodnutia súdu – v reedukačnom centre. Sociálny

---

<sup>14</sup> Porov. *Plánovanie sociálnej práce pri vykonávaní opatrení sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately*. [online], s.7-8.

pracovník sa často ocitá pred dilemou, či práve umiestnenie dieťaťa do takéhoto zariadenia je v jeho najlepšom záujme. Po opakovaných návštevách maloletej v zariadení sme mohli konštatovať, že pobyt v reedukačnom centre splnil svoj účel. Maloletá dozrela, upravil sa jej vzťah s matkou, zmenila svoje priority. Potešujúca bol pre nás tá skutočnosť, že sa po ukončení základnej školy rozhodla študovať sociálnu prácu, pričom ju motivovala hlavne jej vlastná skúsenosť s prácou sociálneho pracovníka na oddelení SPODaSK a v reedukačnom centre.

## Záver

V našom príspevku sme chceli poukázať na možné ohrozenie dieťaťa v prípade, ak sú jeho rodičia pracovne zaneprázdnení. Dieťa je ohrozené rôznymi nežiaducimi javmi, ako sú závislosti, úteky, túlanie, záškoláctvo. Stojí nám za zamyslenie, či naozaj venujeme dostatok času a priestoru svojim deťom. Čas, ktorý venujeme našim deťom, nie je nikdy márný, vždy sa nám vráti v pozitívnom zmysle slova.

## ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY

- GABURA, J. 2012. *Teória rodiny a proces práce s rodinou*. Bratislava: IRIS. 2012. 318 s. ISBN 978-80-89256-95-2.
- KYRIACOU, CH. 2005. *Řešení výchovných problému ve škole*. Praha: Portál, 2005. 152 s. ISBN 80-7178-945-3.
- LEŠKOVÁ, L. Delikvencia a kriminalita mládeže – fenomén vo vývoji spoločnosti. In *Prevenia sociálnej patológie v prostredí stredných škôl Košického samosprávneho kraja*. Košice : KSK, KSP FF UPJŠ v Košiciach, 2011. s. 201-205. ISBN 978-80-970978-9-9.
- LEŠKOVÁ, L. Krízisben és válóféiben lévő családok problémái és hatásuk a gyermekekre. In *Deliberationes*. Vol. 3, No. 1 (2010), s. 101-114. ISSN 1789-8919.
- LIBA, J. 2002. *Výchova k zdraviu a prevencia drogových závislostí*. Prešov: Metodicko – pedagogické centrum. Prešov: FHPV PU Prešov. 2002. 121 s. ISBN 80-8045-271-7.
- MOJTOVÁ, M. 2008. *Sociálna práca v zdravotníctve*. Bratislava: SAP 2008. 137 s. ISBN 978-80-89271-45-0.
- MOJTOVÁ, M., SEDLÁROVÁ, K., ŠRANK, M. 2013. *Klinický sociálny pracovník*. 1. vyd. Nitra: UKF, 2013. 262 s. ISBN 978-80-558-0269-5.
- NEŠPOR, K. 2010. Krátká intervence pro problémy působené alkoholem může probíhat v různých prostředích. In *Čas. Lék. čes.* 2005, č. 12, 144 s. ISSN 840-843.
- PAVELOVÁ, E. 2006. *Sociálna práca v kontexte prevencie závislostí*. In *Mládež a kriminalita*. Zborník z II. Medzinárodnej konferencie. Nitra: Univerzita Konštantína Filizofa, 2006. ISBN 978-80-8094-090-4, s.371-377.
- Plánovanie sociálnej práce pri vykonávaní opatrení sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately*. Metodické usmernenie č.5 – 14/2012. Ústredie práce sociálnych vecí a rodiny. 2013. 30 s. [cit. 2014.17.10.] Dostupné na internete: [http://www.otcovia.sk/docs/IN\\_067\\_planovanie\\_socialnej\\_prace.pdf](http://www.otcovia.sk/docs/IN_067_planovanie_socialnej_prace.pdf).
- VÁGNEROVÁ, M. 2004. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál, 872 s. ISBN 80-7178-802-3.
- Zákon 305/2005 Z.z. o sociálnoprávnej ochrane detí a o sociálnej kuratele a o zmene a doplnení niektorých zákonov, ako vyplýva zo zmien a doplnení vykonaných zákonom 330/2007 Z.z., zákonom 643/2007 Z.z., zákonom č.215/2008 Z.z. a zákonom č.466/2008 Z.z.
- Zákon 36/2005 Z.Z. o rodine a o zmene a doplnení niektorých zákonov

**KONTAKT NA AUTORKU**

PhDr. Elena Gažíková, PhD.

Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre

Fakulta sociálnych vied a zdravotníctva UKF

Katedra sociálnej práce a sociálnych vied

Kraskova 1

949 76 Nitra

e-mail: [egazikova@ukf.sk](mailto:egazikova@ukf.sk)

# ASPEKTY ZDRAVOTNEJ STAROSTLIVOSTI O ĽUDÍ BEZ DOMOVA<sup>1</sup>

## ASPECTS OF HEALTH CARE FOR HOMELESS PEOPLE

---

*Erika Krištofová*

**Abstrakt:** Človek bez domova predstavuje pre zdravotnícke zariadenia jedného zo skupiny mnohých klientov. Vplyvom viacerých negatívnych činiteľov, je to človek, ktorý je plne odkázaný na pomoc zdravotníckych, ako aj sociálnych pracovníkov. Cieľom príspevku je poukázať na najčastejšie deficity v potrebách bezdomovcov. V závere odporúčam skvalitniť spoluprácu medzi sestrou a sociálnym pracovníkom.

**Abstract:** Homeless man poses one of the many groups clients for health care facilities. It is a human influenced by the number of negative factors fully dependent on health care and social workers. The influence of a number of negative factors is a man who is fully dependent on aid and medical social workers. The aim of this paper is to characterize for deficits in the needs of the homeless. In conclusion, we suggest to improve cooperation between the nurse and social worker.

**Průčové slová:** Zdravotná starostlivosť. Bezdomovec. Sestra. Sociálny pracovník.

**Keywords:** Healthcare. Homeless man. Nurse. Socialworker.

### **Teoretická báza problematiky**

Problematika bezdomovectva je bezpochyby zložitý spoločenský problém, na jeho vzniku a vývoji sa podieľa mnoho faktorov. Najčastejšie sa stretávame s delením na objektívne a subjektívne. Objektívne sú pripisované politike štátu a bezdomovectvo je popisované ako ich obeť, subjektívne príčiny poukazujú na nepriaznivé vlastnosti jedinca. Bezdomovectvo je tiež výsledkom generalizovaného psychosociálneho zlyhania spojeného so stratou väčšiny bežných rolí a úpadkom spoločenskej prestíže. Bezdomovec môže byť osoba bez trvalého bydliska alebo osoba bez prístrešku, ktorá síce oficiálne trvalé bydlisko má, ale z nejakého dôvodu ho nechce, alebo nemôže užívať.<sup>2</sup>

Do kategórie bezdomovcov, či ľudí ohrozených bezdomovstvom, patrí osoba: bez prístrešku: (rooflessness) – bez možnosti pobytu pod strechou 24 hodín denne, napr. na ulici, v kanáloch či v nocľahárni; bez bytu: (houselessness) – osoby v rôznych zariadeniach, napr. v útulkoch, verejných ubytovniach, ako aj osoby, ktoré opúšťajú inštitúcie; bývajúca v neistých podmienkach – osoby, ktorým hrozí vyst'ahovanie, obeť domáceho násillia, domácnosti v bytoch bez právneho nároku; bývajúca v neprimeraných podmienkach – priveľa ľudí v byte, zlý technický stav budovy, mimo pitnej vody a elektriny, rôzne provizórne stavby, maringotky.

### **Deficity v potrebách bezdomovca**

---

<sup>1</sup> Príspevok vznikol v rámci riešenia grantovej úlohy VEGA - Bezdomovectvo ako sprievodný negatívny jav našej doby. Teoretická analýza v aplikácii na využitie teórie pre študentov pomáhajúcich profesií. Projekt č. 1/0719/13.

<sup>2</sup> VÁGNEROVÁ, M., Psychopatológia propomáhajúci profesie, 2008. s. 748.

Životný štýl bezdomovca je maximálne zjednodušený. Môžeme ho popísať ako maximálne zjednodušený. Je iba akoby stereotypným vegetovaním, často spojením s užívaním alkoholu alebo drog. Bezdomovec je človek, ktorý nie je schopný zvládnuť, niekedy ani bežné nároky, jeho obradným mechanizmom často býva rezignácia a prežívanie. Bezdomovci, zvyčajne, už nič nechcú, nič nečakajú a myslia si, že ani nemá cenu sa o niečo pokúšať. Strácajú záujem o reálne veci – tomuto stavu hovoríme, že vegetujú. Nerobia nič, nič nechcú, ak potrebujú ješ, peniaze si vyžobru, ak chcú spať, tak spia. U väčšiny dominuje bezmocnosť, ktorá je typická rezignáciou, apatiou a fatalizmom. Ľudia bez domova mávajú veľmi často zmeny v oblasti potrieb a ich uspokojovania. Nevyhnutnou sa javí požiadavka efektívnych a profesionálnych zásahov v riešení problému bezdomovectva v praxi prostredníctvom viacerých odborov v rámci pomáhajúcich profesií.<sup>3</sup> V súvislosti s vedným odborom sociálna práca Haburajová Ilavská uvádza, že profesionalizácia prináša viac práv, povinností, ale i zodpovednosti pre poskytnutie pomoci, zásahov do jednotlivých oblastí a situácií v živote klienta.<sup>4</sup>

**Potreba istoty a bezpečia.** Ľudia bez domova vo väčšine prípadov nemajú žiadnu stabilnú a spoľahlivú citovú väzbu. Nemajú strechu nad hlavou, chýba im súkromie. Väčšina z nich nezažila spoľahlivý vzťah, ani nemala kvalitné rodinné zázemie. Výsledkom toho sú povrchné citové prejavy, sentimentalita až otupenosť. V prípade dlhodobého deficitu potreby istoty a bezpečia vedie až k jej zániku. Ľudia bez domova si ju kompenzujú citovou väzbou k zvierat'u (veľa bezdomovcov má psa), ktoré plní rolu spoločníka, spovedníka. Zviera sa prispôsobuje životnému štýlu svojho pána, prejavuje mu priazeň, ktorá mu chýba.

**Potreba stimulácie.** Pre ľudí bez domova nemá nová skúsenosť žiadny zmysel, naopak, býva považovaná za nežiaducu a zaťažujúcu. Získavanie nových skúseností je znížená.

**Potreba seberealizácie.** Pre ľudí bez domova je typické nízke sebavedomie a sebaúcta. Potreba seberealizácie je potláčaná, prípadne im úplne chýba. Životné ciele sú veľmi krátkodobé a konkrétne. Vzdávajú sa takmer všetkého a o nič sa nepokúšajú.

**Potreba otvorenej budúcnosti.** Neschopnosť uvažovať s určitou perspektívou je veľmi často aj príčinou situácie, v ktorej človek bez domova je. Bezdomovec je schopný uvažovať len v krátkom časovom horizonte. O budúcnosti neuvažuje, nič neplánuje, žije iba pre prítomnosť. Tento prístup vedie k jeho neschopnosti riešiť vlastný život iným spôsobom.

Ak hodnotia svoj vlastný život, prevažuje v ich hodnotení negatívne bilancovanie. Ich stupeň sebahodnotenia je nízky. V proces socializácie tiež zlyhávajú. Nedokážu sa o seba postarať štandardným spôsobom, ktorým má disponovať dospelá osoba. Pretrváva u nich závislosť na spoločnosti a charite, ako aj na iných inštitúciách zabezpečujúcich pomoc ľuďom v núdzi. Môžeme u nich pozorovať aj celkový úpadok osobnosti, kedy sa stráca napríklad ich schopnosť starať sa o svoj vzhlad, narušená je aj potreba hygieny. V centre pozornosti nestojí len absencia adekvátneho príjmu a efektívnosť systému sociálnych transferov, ale predovšetkým procesy a mechanizmy

---

<sup>3</sup> VÁGNEROVÁ, M., Psychopatológia propomáhajúci profesie, 2008, s. 751-754.

<sup>4</sup> HABURAJOVÁ ILAVSKÁ, L. Historické paralely v edukácii sociálneho školstva v rokoch 1918-1939 a začiatkom 21. storočia. 2009. s. 25

sociálneho vylúčenia. Koncept sociálneho vylúčenia umožňuje sledovať celý rad skutočností vplyvujúcich na vzťah jednotlivca, skupín ku majoritnej spoločnosti. Sociálne vylúčenie je procesom oslabovania sociálnych väzieb a rastúcej sociálnej izolácie. Vylúčenie má dynamický charakter aj preto, že sa vzťahuje tak k aktuálnej situácii jednotlivca (skupín), ako aj k jeho (ich) vyhlídkam do budúcnosti. Odráža životnú úroveň krajiny a ovplyvňuje všetky oblasti života človeka a spoločnosti. Jej charakteristickým prejavom sú solidarita, prosperita, sociálne istoty, opatrenia štátu v sociálnej oblasti, regionálne diferencie, vysoký podiel dlhodobo nezamestnaných občanov, nezamestnanosť mladých ľudí a občanov so zdravotným postihnutím, sociálna inklúzia a sociálna exklúzia“.<sup>5</sup>

**Socializačný proces a vzťahy.** Vzťahy v skupinách bezdomovcov sú povrchné, niekedy účelové- ak sú napríklad členmi skupiny bezdomovcov na stanici a podobne. Trpia sociálnou izoláciou. Nemajú trvalejšie a hlbšie vzťahy. Chýba im dôvera a istota.<sup>8</sup>

#### **Stav zdravia**

Zdravie členov komunity bezdomovcov priamo ovplyvňujú viaceré faktory:

- nerovnosť v zdraví;
- finančná nerovnosť;
- nerovnosť v spotrebe a životnom štýle;
- nerovnosť statusová (symbolické vyjadrenie nerovnosti);
- nerovnosť vo vzdelaní a prístup k nemu.

Bezdomovci sú komunita odkázaná nielen na zdravotnú, ale aj na sociálnu pomoc. Pomoc pri riešení zdravotných deficitov im môže poskytnúť sestra pracujúca v komunite. Viac ako polovica sestier na svete dnes pracuje samostatne v teréne, v komunite, stará sa o chorých v domácnostiach, vedie občanov ku zdravšiemu spôsobu života, vyhľadáva rizikové skupiny a pracuje s nimi.<sup>6</sup> Ošetrovateľská starostlivosť v komunite ľudí bez domova nie je zameraná len na vykonávanie terapeutických služieb, ale hlavne na aktivity poradenské, edukačné, manažérske činnosti, ako aj na obhajobu klientov. Sestra pracujúca s komunitou bezdomovcov sa snaží o udržanie duševných a telesných funkcií na dosiahnutej úrovni. Zabezpečuje pre klientov ochranu a bezpečnosť, zachovanie dôstojnosti a ochranu ich práv. Informuje o zdrojoch pomoci v komunite, pomáha nadviazať spoluprácu s inštitúciami, ktoré by im mohli pomôcť. Pomáha bezdomovcom zorientovať sa v sieti zdravotníckych a sociálnych služieb. Poskytuje podporu pri riešení problémov, podporuje klienta pri procese sebaopatery. Poukazuje na škodlivosť fajčenia, užívania alkoholu, drog a iných omamných látok. Identifikuje tiež rizikových jedincov skupiny v komunite, navrhuje programy v ktorých by mohli byť zohľadnené ich špecifické potreby a pomáha mobilizovať zdroje komunity na ich efektívne plnenie. Sestra si pri práci musí uvedomiť skutočnosť, že i keď spoločnosť bezdomovcov väčšinou odmieta, vytvára si táto komunita partiu, skupinu kamarátov medzi ktorými sa vytvoria zväčša pevné väzby, priateľstvá, ktoré im napomáhajú zabezpečiť pocit istoty a bezpečia.

Sociálny pracovník, v zdravotníckych zariadeniach, ľuďom bez domova poskytuje pomoc pri zlepšovaní ich životných podmienok a tiež im vytvára priestor pre zmeny jeho sociálneho statusu. Beňová medzi základné prvky sociálnej pomoci bezdomovcom uvádza: získanie dôvery a nadviazanie kontaktu s klientom; vytvorenie atmosféry

---

<sup>5</sup> HABURAJOVÁ ILAVSKÁ, L. Európska stratégia riešenia chudoby a sociálnej exklúzie. 2012, s. 3

<sup>6</sup> HANZLÍKOVÁ a kol., Komunitné ošetrovateľstvo. 2004, s.32.

prijatia; pochopiť správanie klienta; snažiť sa o vnútornú motiváciu klienta; dlhodobou prácou s klientom prispieť k sociálnemu začleneniu; stanovenie čiastkových cieľov; začlenenie klienta- bezdomovca do ďalších služieb; akceptovať zlyhanie klienta a dať mu možnosť opakovaných šancí; realizovať preventívne kroky na zabránenie opakovaného návratu klienta na ulicu. Sociálna pomoc je zameraná tiež aj na: uskutočňovanie cieľov klienta, sociálnej terapie a poradenstva.<sup>7</sup>

Ľudia bez domova väčšinou nemajú zabezpečenú kontinuitu v poskytovaní zdravotnej starostlivosti, nakoľko nemajú svojho praktického lekára ani príslušného špecialistu, ktorí by sa o pacienta starali, viedol zdravotnú dokumentáciu. Aj charitatívne organizácie majú skúsenosti, že je väčšinou veľmi ťažké nájsť praktického lekára, ktorý by bol ochotný vziať do starostlivosti človeka bez domova. Povinnosťou praktického lekára vziať človeka bez domova do zdravotnej starostlivosti je iba vtedy, ak má dotýčny trvalé bydlisko v jeho obvode. Bezdomovci majú narušené sociálne väzby, perspektívy života sa zužujú na prežitie z jedného dňa na druhý, strácajú záujem o svoje zdravie a ich postoj k nemu je negatívny. Sociálne návyky ako je absolvovanie preventívnych prehliadok, včasné riešenie zdravotných problémov ľudia bez domova strácajú spolu s ostatnými. Vo väčšine prípadov sa človek bez domova zaraďuje do systému zdravotnej starostlivosti v dôsledku akútneho ochorenia alebo úrazu, kde prichádza z vlastnej vôle, alebo je odporučený lekárom primárnej zdravotnej starostlivosti, prípadne je privezený záchrannou zdravotnou službou.<sup>89</sup>

## Záver

Zdravotnícke zariadenie zabezpečuje bezdomovcom krátkodobý, prípadne dlhodobý azyl, v ktorom okrem nástrojov zdravotnej starostlivosti (diagnostické a terapeutické riešenie choroby, alebo úrazu), má človek bez domova zabezpečené potreby bývania, výživy, hygieny, obliekania, bezpečia a istoty. Tiež im poskytuje sociálny status prostredníctvom zdravotne sociálneho pracovníka, ktorý zabezpečuje sociálnu diagnostiku, naplánuje a zabezpečuje akútne a dlhodobé sociálne intervencie, ako aj prevenciu. Na Slovensku sa konkrétne venujú problematike bezdomovcov len projekty a výročné správy občianskych združení. Príspevok predstavil a načrtnol len čiastočné manažment zdravotnej starostlivosti o bezdomovcov. Priestor na zlepšenie vidíme aj v iniciovaní pozície komunitnej sestry pôsobiacej v prostredí komunity ľudí žijúcim v extrémnej chudobe a bez domova. Tá by v spolupráci so sociálnymi pracovníkmi eliminovala a zabezpečovala najčastejšie problémy spojené so zdravotnou starostlivosťou o ľudí bez domova, ako sú napríklad nevyjasnené vzťahy bezdomovec a zdravotná poisťovňa, bezdomovec a poskytovateľ zdravotnej starostlivosti, bezdomovec a chýbajúcu kontinuitu zdravotnej starostlivosti, bezdomovec a negatívne faktory spojené s procesom doliečovania sa po ukončenej hospitalizácii.

---

<sup>7</sup> BEŇOVÁ, N. Bezdomovci ľudia ako my. 2008. s.31.

<sup>8</sup> GOGOLÁKOVÁ P. a kol., Bezdomovec –problém z pohľadu verejného zdravotníctva. In Verejné zdravotníctvo.[online]. 2010. S.

<sup>9</sup> MOJTOVÁ M., SEDLÁROVÁ, K., ŠRANK, M. Klinický sociálny pracovník. 2013, s. 150-151.



## ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY

- BEŇOVÁ, N. *Bezdomovci, ľudia ako my*. Košice o. z. Proti prúdu. 75 s. 2008. ISBN. 978-80-969924-1-6
- DAGANOVÁ, H. a kol.. *Sociálna starostlivosť*. Martin: Osveta, 2006. 196 s. ISBN: 978-80-8063-240-3.
- GOGOLÁKOVÁ, P. a kol.. *Bezdomovec – problém z pohľadu verejného zdravotníctva*. In *Verejné zdravotníctvo*. [online]. 2010, roč. 7, č. 1 [cit. 2013-08-23]. Dostupné na internete : <[http:// verejnezdravotnictvo.szu.sk/SK/2010/1/ Gogolakova.pdf](http://verejnezdravotnictvo.szu.sk/SK/2010/1/Gogolakova.pdf)>. ISBN 1337-1789.
- HANZLÍKOVÁ, A. a kol. *Komunitné ošetrovateľstvo*. Martin: Osveta, 2004. 175 s. ISBN 80-8063-155-7.
- HABURAJOVÁ ILAVSKÁ, L. *Historické paralely v edukácii sociálneho školstva v rokoch 1918-1939 a začiatkom 21. storočia*. Brno: Tribun, 2009. 120s. ISBN 978-80-7399-615-4.
- HABURAJOVÁ ILAVSKÁ, L. *Európska stratégia riešenia chudoby a sociálnej exklúzie*. Praha: Hnutí R, Nakladateľstvo s medzinárodnou vedeckou radou Vydáno ako 56. publikácia. 86 s. ISBN 978-80-86798-19-6.
- MOJTOVÁ, M., SEDLÁROVÁ, K., ŠRANK, M. *Klinický sociálny pracovník*. 1. vyd. Nitra: UKF, 2013. 262 s. ISBN 978-80-558-0269-5.
- VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatológiapropomáhajíciprofese*. Praha: portál. 2008. 872s. ISBN 978-80-7367-414-4.
- VAŠEČEK, M. *Čačipen pal o Roma. Súhrnná správa o Rómoch na Slovensku*. Bratislava: IVO, 2002. 911s. ISBN 80-88935-41-5.

## KONTAKT NA AUTORKU

PhDr. Erika Krištofová, PhD.  
Katedra ošetrovateľstva, FSVaZ, UKF v Nitre  
Kasková 1,  
949 74 Nitra  
e-mail: [ekristofova@ukf.sk](mailto:ekristofova@ukf.sk)

# POSTAVENIE MUŽA A ŽENY NA SLOVENSKOM TRHU PRÁCE

## STATUS OF MEN AND WOMEN IN THE SLOVAK LABOR MARKET

---

Ingrid Hanáková

**Abstrakt:** Rodová problematika sa i na Slovensku stáva centrom vedeckého záujmu a uplatňovanie princípu rodovej rovnosti medzi mužmi a ženami patrí medzi základné piliere demokratickej spoločnosti. Zásada rovnakého zaobchádzania s mužmi a ženami na trhu práce a v otázkach zamestnania a povolania sa stáva novou dimenziou pre 21. storočie. Aj keď sa sociálne politiky snažia o znižovanie rodovej nerovnosti medzi mužmi a ženami, toto tempo poklesu je pomerne nízke a segregácia na trhu práce je stále ovplyvnená rozdelením na typicky mužské a typicky ženské povolania.

**Abstract:** Gender issues are present in Slovakia, and have become the center of scientific interest. Application of the principle of gender equality between men and women is one of the fundamental pillars of a democratic society. The principle of equal treatment for men and women in the labor market, and in matters of employment and occupation enters new dimension in the 21st century. Although social policies seek to reduce gender inequality between men and women, the rate of decline is relatively low. Segregation in the labor market is still affected by the division of typical male and female occupations.

**KLúčové slová:** Genger<sup>1</sup>. Trh práce. Rodina.

**Keywords:** Genger. Labor market. Family.

### Úvod

Cieľom príspevku je poukázať na problematiku postavenia muža a ženy na trhu práce z princípu rodovej<sup>2</sup> rovnosti medzi mužmi a ženami.

---

<sup>1</sup> Porov. Podľa Veľkého sociologického slovníka je genger „pojmem, ktorý vyjadruje, že vlastnosti a chovanie spájané s obrazom muža a ženy sú formované kultúrou a spoločnosťou. Na rozdiel od pohlavia, ktoré je univerzálnou kategóriou a nemení sa podľa času, či miesta pôsobenia. Genger ukazuje, že určenie rolí, chovania a noriem vzťahujúcich sa k ženám a mužom je v rôznych spoločnostiach, v rôznych obdobiach, či rôznych sociálnych skupinách rozdielne. Ich záväznosť či determinácia nie je teda prirodzeným, nemenným stavom, ale dočasným stupňom vývoja sociálnych vzťahov medzi mužmi a ženami“. OAKLEYOVÁ, A. 2000. *Pohlaví, genger a spoločnosť*. Praha: Portál, 2000. s.6.

<sup>2</sup> Porov. Rod vyjadruje sociálny a kultúrny konštrukt, súbor ideí, presvedčení a pod. o tom, ako sa majú správať, prezentovať, aké roly majú mať, akými majú byť muži a ženy“. LUKŠÍK, I. – SUPEKOVÁ, M. 2003. *Sexualita a rodovosť v sociálnych a výchovných súvislostiach*. 2003. Bratislava: Humanitas, s.51. Porov. Socializáciou si jedinec podľa svojho biologického pohlavia osvojuje mužskú či ženskú gengerovú rolu, ktorá je definovaná spoločnosťou (kultúrou) ako vhodné správanie pre mužské či ženské pohlavie. Čiže proces socializácie určuje rozdiely v správaní oboch pohlaví. Konkrétna podoba týchto rolí sa líši v rôznych kultúrach a taktiež v značnej miere v rôznych sociálnych vrstvách jednej spoločnosti. Stotožňujeme sa s názorom, že „rozdiely medzi mužmi a ženami vo vnútri spoločnosti sú predovšetkým výrazne závislé od spôsobu, akým spoločnosť zaobchádza s chlapcami a mužmi na jednej strane a dievčatami a ženami na strane druhej, tzn. od odlišnej socializácie príslušníkov oboch pohlaví“. MAŘÍKOVÁ, H. 1999. Proměna rolí muže a ženy v rodině. In: Maříková, H. (Ed.) *Společnost žen a mužů z aspektu genger*. Praha: Open society fund, 1999. s.59-67.

### Slovensko a rodová rovnosť<sup>3</sup>

Aktuálne spoločenské procesy, ktorých účelom a cieľom je posilnenie rodovej rovnosti, nastolili potrebu nového typu strategického materiálu.

V ostatných rokoch bolo do legislatívy Slovenskej republiky zapracovaných a novelizovaných niekoľko ustanovení, posilňujúcich zásadu rovnakého zaobchádzania so ženami a mužmi. I Slovenská republika upravuje právne normy tak, aby boli v súlade s platnou legislatívou Európskej únie a zaviazala sa k plneniu medzinárodných dohôd a zmlúv o odstránení diskriminácie a rodovej nerovnosti.<sup>4</sup>

V prípade Slovenska je problematika rodovej rovnosti prepojená napríklad s otázkami chudoby a demografickými problémami. Celá štruktúra rodiny prechádza významnými zmenami a dnes sa musí vyrovnávať najmä s problémami, ako sú dlhodobá nezamestnanosť žien, nerovnaké šance starších, vidieckych, rómskych žien, feminizácia chudoby, odsúvanie rodičovstva do neskoršieho veku, pokles sobášnosti, oslabovanie dominantného dvojdetného modelu rodiny, pokles priemerného počtu detí v rodine, mierny nárast rozvodovosti a nárast podielu rodín s jedným rodičom.<sup>5</sup>

V súčasnosti ženy aj muži čelia zdĺhavej kríze, ktorá zhoršila ich životné podmienky a výrazne oslabil ich pozíciu. Často sa zabúda na to, že životy žien už pred krízou boli, v porovnaní s mužmi, viac zaťažené nezamestnanosťou<sup>6</sup>, častejším prerušovaním

---

<sup>3</sup> Porov. Rodová rovnosť, čiže gender equality znamená rovnaké postavenie a účasť oboch pohlaví vo všetkých sférach súkromného a verejného života s cieľom plnohodnotného uplatnenia mužov i žien. Rovnosť príležitostí mužov a žien znamená, že neexistujú bariéry alebo akékoľvek formy diskriminácie na základe pohlavia či rodových rozdielov a uplatňovanie rodového hľadiska (gender mainstreaming) je systematické začleňovanie potrieb, priorít a pozícií mužov a žien do každodenných záležitostí i rôznych úrovní politík a rozhodovania. *Rodová rovnosť a rovnosť príležitostí*. [online]. 2014. [cit.2014-10-10]. Dostupné na: <http://www.socialnapolitika.eu/index.php/7-rodova-rovnost-a-rovnost-prilezitosti/>

<sup>4</sup> KOLLÁRIK, T. – SOLLÁROVÁ, E. a kol. 2004. *Metódy sociálnopsychologickej praxe*. Bratislava: Ikar, 2004. s.72.

<sup>5</sup> Porov. Na Slovensku mali ambíciu riešiť problémy rodovej nerovnosti viaceré systémové dokumenty, v roku 1997 bol prijatý Národný akčný plán pre ženy, v roku 2001 to bola Koncepcia rovnosti príležitostí žien a mužov, v roku 2004 to bol dokument Národná stratégia na prevenciu a elimináciu násilia páchaného na ženách a v rodinách, ktorého cieľom bolo vytvoriť koordinovanú spoluprácu všetkých zainteresovaných aktérov pri reakcii v prevencii násilia páchaného na ženách, v roku 2006 sa problematike zosúladenia rodinného a pracovného života venoval Návrh opatrení na zosúladenie rodinného a pracovného života na rok 2006 s výhľadom do roku 2010, kde cieľom bolo zabezpečiť, aby osoby s rodičovskými povinnosťami neboli rodičovstvom obmedzované v pracovnom procese (na Slovensku napríklad pracovnou zmluvou na dobu určitú). Ďalším dokumentom bol Národný akčný plán rodovej rovnosti na roky 2010-2013. Aktuálne sa na Slovensku aktívnej problematike rodovej rovnosti venuje Národný projekt – Inštitút rodovej rovnosti, ktorého cieľom je vytvoriť prostredie, účinné mechanizmy, nástroje a metódy implementovania rodovej rovnosti a eliminácie rodovej nerovnosti na trhu práce. *Rodová rovnosť a rovnosť príležitostí*. [online]. 2014. [cit.2014-10-10]. Dostupné na: <http://www.socialnapolitika.eu/index.php/7-rodova-rovnost-a-rovnost-prilezitosti/>

<sup>6</sup> Porov. Na Slovensku v roku 2002 tvorili ženy 45,9% z celkového počtu pracujúcich v hospodárstve, muži výrazne prevažovali v stavebníctve, takmer 92%, ženy mali vysoké zastúpenie v ľahkom priemysle, obchode a reštauračných službách (okolo 60%), ale najvýraznejšie sa ich počty prejavovali v zdravotníctve a sociálnej starostlivosti (vyše 82%), v školstve (takmer 80%), ako aj v peňažníctve a poisťovníctve (takmer 70%). Je potrebné zdôrazniť, že opísané feminizované odvetvia sú zároveň odvetvia s tradične najnižšou priemernou mzdou. KOLLÁRIK, T. – SOLLÁROVÁ, E. a kol. 2004. *Metódy sociálnopsychologickej praxe*. Bratislava: Ikar, 2004. s.74. Porov. V roku 2012 zostala najsilnejším hospodárskym sektorom žien i mužov priemyselná výroba. Počet mužov v tomto odvetví je ale podstatne vyšší – takmer o polovicu. *Súhrnná správa o stave rodovej rovnosti na Slovensku za rok*

pracovnej kariéry, nízkymi mzdami<sup>7</sup> a neplatenou prácou. V období rokov 2008-2010 dochádzalo k znižovaniu rodových rozdielov v zamestnanosti, nezamestnanosti, mzdách aj chudobe. Tento vývoj však neznamená progres v rodovej rovnosti, pretože sa zakladá na zníženej miere zamestnanosti, vyššej miere nezamestnanosti a redukcii príjmov žien aj mužov.

Podiel pracujúcich žien v Slovenskej republike v roku 2012 podľa výsledkov zisťovania pracovných síl a Štatistického zisťovania o cene práce bol 44 %. Vyššie uplatnenie na trhu práce dosahovali muži, vrátane mzdového ohodnotenia. Miera ekonomickej aktivity u žien v roku 2012 dosiahla 50,7 %, u mužov 68,4 %. Hoci miera zamestnanosti žien poklesla v krízovom období menej intenzívne ako u mužov, stále ďaleko zaostáva za ich úrovňou. V pracovnom procese sú ženy konfrontované s horizontálnou i vertikálnou segregáciou. V oblastiach ako zdravotníctvo, sociálna pomoc a vzdelávanie ženy<sup>8</sup> tvorili viac než štyri pätiny pracovnej sily, v sektore

---

2012. [online]. 2014. [cit.2014-10-10]. Dostupné na: <http://www.gender.gov.sk/wp-content/uploads/2013/03/Súhrnná-správa-do-MPK.pdf>.

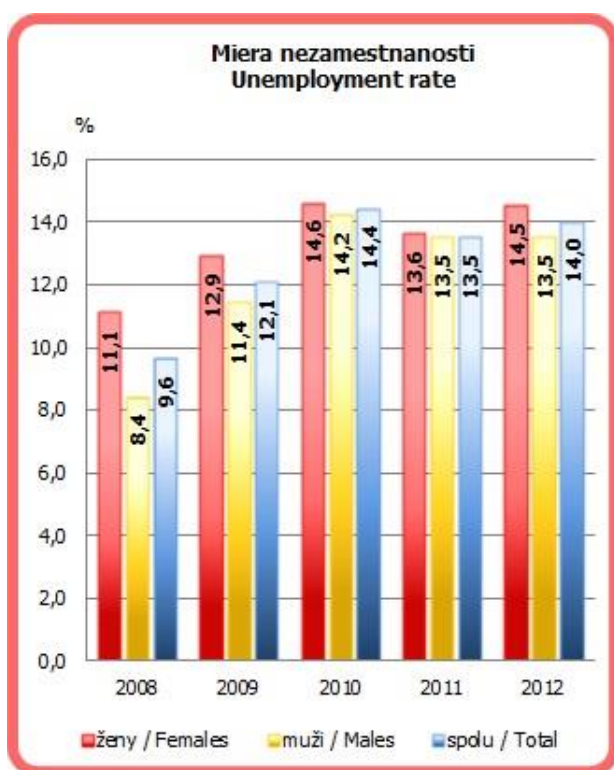
Na problémy s uplatnením sa na trhu práce upozorňuje i Lešková. Porov. LEŠKOVÁ, L. Aktívne opatrenia trhu práce – zlepšený prístup nezamestnaných k pracovnému uplatneniu. In *Sociálne uplatnenie a kresťanské zásady*. Tišnov : Sursum, 2010, s. 117-122.

<sup>7</sup> Porov. V oblasti priemyslu, stavebníctva a služieb sú najväčšie príjmové rozdiely medzi mužmi a ženami v krajinách ako Česká republika, Slovensko, Spojené kráľovstvo (19,5-25,5% rozdiel v roku 2010). V týchto krajinách sú ženy v priemere odmeňované za prácu oveľa menej ako muži, pričom tieto rozdiely môžu byť spôsobené napríklad nedostatočným počtom žien na manažérskych a iných lepšie platených postoch. Slovensko patrí medzi krajiny s najvyšším rozdielom medzi platmi mužov a žien v skúmanej oblasti (20,7% v roku 2010), hoci sa tento rozdiel významne znižuje – medzi rokmi 2002 a 2010 klesol o takmer 5 percentuálnych bodov, kým napríklad v Českej republike v tomto období skôr stagnoval. Veľmi dobrým indikátorom reálnej rodovej rovnosti na trhu práce v tej - ktorej krajine je miera zamestnanosti žien s deťmi. Rozdiely medzi jednotlivými krajinami sú často veľmi veľké. *Rodová rovnosť a rovnosť príležitostí*. [online]. 2014. [cit.2014-10-10]. Dostupné na: <http://www.socialnapolitika.eu/index.php/7-rodova-rovnost-a-rovnost-prilezitosti/>. Porov. Krajiny so sociálnymi a rodinnými politikami formulovanými v zmysle rovnosti žien a mužov napríklad Fínsko, Švédsko a Francúzsko majú v posledných rokoch vysoké miery plodnosti, kým krajiny podporujúce tradičné delenie rodičovských rolí celia nízkej pôrodnosti a rastu bezdetnosti (napríklad Nemecko, Španielsko a Taliansko). Mnohé krajiny, ktoré majú vysoký podiel žien na trhu práce, ako napríklad severné štáty, Francúzsko, Holandsko, majú zároveň najvyššie miery pôrodnosti a plodnosti. Navyše, ako ukazujú niektoré štúdie, existuje jasná korelácia medzi mierou pôrodnosti a mierou pracovnej aktivity žien. Vo Francúzsku je napríklad miera zamestnanosti žien vo veku od 25 do 49 rokov je 80 % a úhrnná miera pôrodnosti je 1,92 %. Táto otázka je pre Slovensko osobitne dôležitá, pretože na Slovensku miera pôrodnosti klesla z 2,1 v roku 1990 na 1,25 v roku 2007. *Národná stratégia rodovej rovnosti na roky 2007-2013*. [online]. 2014. [cit.2014-10-10]. Dostupné na: [http://www.gender.gov.sk/wp-content/uploads/2012/06/Národná\\_stratégia\\_rodovej\\_rovnosti\\_na\\_roky\\_2007-2013.pdf](http://www.gender.gov.sk/wp-content/uploads/2012/06/Národná_stratégia_rodovej_rovnosti_na_roky_2007-2013.pdf).

Porov. Slovensko dosahuje priemerné ukazovatele zamestnanosti matiek (71,2%), pričom zamestnanosť matiek s dieťaťom mladším ako 2 roky dosahuje veľmi nízku hodnotu (15,7%). Len 4,9% detí do dvoch rokov dostáva starostlivosť v škôlke alebo jasliach. Naopak, v škandinávskych krajinách je to približne polovica takýchto detí, a dokonca, aj v tradične konzervatívnom Nemecku už toto číslo prekročilo 20%. *Rodová rovnosť a rovnosť príležitostí*. [online]. 2014. [cit.2014-10-10]. Dostupné na: <http://www.socialnapolitika.eu/index.php/7-rodova-rovnost-a-rovnost-prilezitosti/>

<sup>8</sup> Porov. Nevyhnutné je súčasne skúmať príčiny a sociálne dôsledky feminizácie vzdelania, školstva a povolania a odstraňovať potenciálne nerovnosti. V tejto súvislosti je relevantnou výzvou predovšetkým eliminácia rodových stereotypov a rodovej segregácie vo výchove a vzdelávaní, ktoré sú hlavnou bariérou pokroku v danej oblasti. V priebehu rokov 2000 – 2007 vo vzdelanostnej štruktúre pracujúcich došlo k poklesu pracujúcich so základným vzdelaním, najmä žien. Znížil sa aj podiel vyučených pracujúcich, a to viac spomedzi mužov ako žien. V roku 2007 tvorili najvyšší podiel z celkového počtu pracujúcich žien, ženy s úplným stredným vzdelaním s maturitou (45,9 %), čo bolo podstatne viac ako podiel pracujúcich mužov tejto vzdelanostnej úrovne (34 %). Na trhu práce pôsobilo tiež viac vysokoškolsky vzdelaných žien ako mužov (16,9 % oproti 14,6 %). Pretrváva absencia systematického vzdelávania v

verejnej správy<sup>9</sup> tri pätiny. V súkromnom sektore, s vyššími priemernými zárobkami, ženy predstavovali necelých 41 % zamestnancov. Iba 9,8 % žien (oproti 19,8 % mužov) sa v roku 2012 venovalo v rámci hlavného zamestnania podnikaniu. Miera nezamestnanosti žien vzrástla v roku 2012 oproti predchádzajúcemu roku o 0,9 percentuálneho bodu, na 14,5 %. Rodový rozdiel sa tým ešte prehĺbil o celý percentuálny bod, keď miera nezamestnanosti u mužov medziročne poklesla o 0,1 percentuálneho bodu, na 13,5 %. Napriek dobrej vzdelanostnej úrovni slovenských žien (vyššej než u mužov) ženy v priemere nedosahovali porovnateľné zárobky s mužmi. V priemere bola hrubá mesačná mzda žien o 24,1 % pod úrovňou priemernej hrubej mesačnej mzdy mužov. Najvyššie mzdové rozdiely medzi pohlaviami boli vo vekovej kategórii 35 - 39 ročných (31,5 %) a u osôb s ukončeným učňovským vzdelaním bez maturity (31 %). Z hľadiska klasifikácie zamestnaní boli priemerné mzdy žien nižšie než u mužov vo všetkých triedach, najvýraznejšie (o 31,7 %) u zákonodarcov a riadiacich pracovníkov. Tieto štatistické údaje sú uvedené v nasledujúcich grafoch.<sup>10</sup>

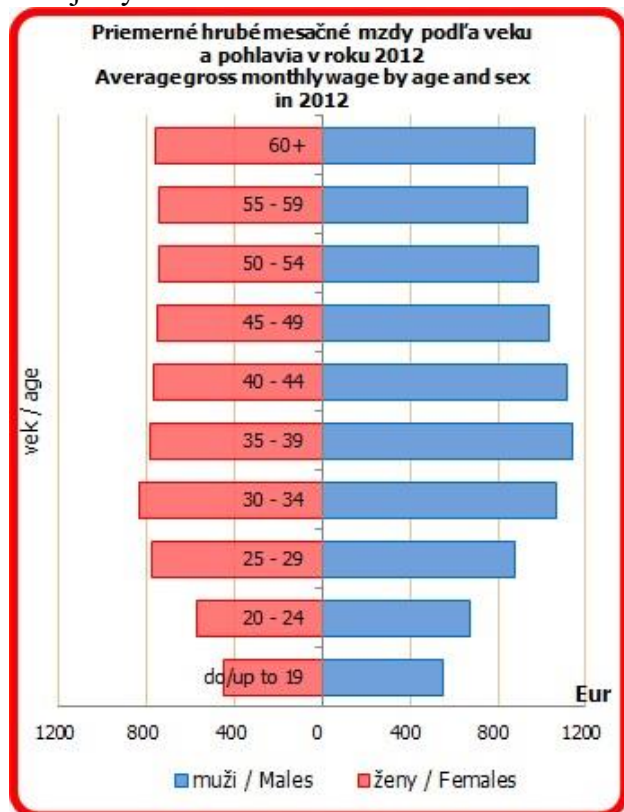


oblasti rodovej rovnosti. *Národná stratégia rodovej rovnosti na roky 2007-2013*. [online]. 2014. [cit.2014-10-10]. Dostupné na: [http://www.gender.gov.sk/wp-content/uploads/2012/06/Národná\\_stratégia\\_rodovej\\_rovnosti\\_na\\_roky\\_2007-2013.pdf](http://www.gender.gov.sk/wp-content/uploads/2012/06/Národná_stratégia_rodovej_rovnosti_na_roky_2007-2013.pdf)

<sup>9</sup> Porov. Slovensko dosahuje priemerné čísla zastúpenia žien vo verejnom či pracovnom živote. Ženy pracujú ako prezidentky v 20% najvýznamnejších slovenských firiem, pričom 13% dozorných rád najvýznamnejších spoločností na Slovensku tvoria ženy. Ak sa pozrieme na stav zastúpenia žien vo vrcholných politických orgánoch na území SR z volieb roku 2010, možno badať značnú prevahu mužov, čo do počtu obsadených miest v týchto orgánoch. S výnimkou poslankýň Európskeho parlamentu, podiel žien na národnej, regionálnej a miestnej úrovni dosahuje menej než 20%. *Rodová rovnosť a rovnosť príležitostí*. [online]. 2014. [cit.2014-10-10]. Dostupné na: <http://www.socialnapolitika.eu/index.php/7-rodova-rovnost-a-rovnost-prilezitosti/>.

<sup>10</sup> Štatistický úrad. *Rodová rovnosť. Trh práce*. [online]. 2014. [cit.2014-10-10]. Dostupné na: <http://portal.statistics.sk/showdoc.do?docid=29762>

Zdroj: Výberové štatistické zisťovanie o štruktúre miezd, Štatistický úrad



Zdroj: Výberové štatistické zisťovanie o štruktúre miezd, Štatistický úrad

Podľa Gyarfásovej, legislatívne nedostatky týkajúce sa rovnosti mužov a žien dokazujú v praxi i výsledky výskumu, podľa ktorého je priemerne 70% respondentov presvedčených, že ženy sú oproti mužom znevýhodnené, keď sa uchádzajú o zamestnanie, keď ide o mzdu či finančné odmeny za prácu alebo keď sa usilujú získať v zamestnaní vyššiu riadiacu funkciu.<sup>11</sup> Výskumy však i podľa Kollára zároveň potvrdzujú, že i vnímavosť mužov, pokiaľ ide o postavenie žien, za posledné roky badateľne vzrástla.<sup>12</sup> Výsledky nezaznamenávajú prudký nárast mužskej kritiky rodovej nerovnosti, predstavujú skôr dlhodobý trend, ktorý rastie spoločne s otváraním verejnej diskusie o tejto problematike.

## Záver

Rodová problematika je nevyhnutnou súčasťou spoločenského života už stáročia. Je spätá s tradíciou, respektíve s tradičnou del'bou práce medzi mužom a ženou, ich povinnosťami, postavením a právom. Do popredia sa predovšetkým dostáva požiadavka rovnoprávneho prístupu k človeku bez ohľadu na to, či sa narodil ako muž alebo ako žena.

<sup>11</sup> FRIEZEOVÁ, H. – KUBIŠOVÁ, S. 2004. Psychologické aspekty výskumu rodových štúdií na Slovensku a v iných krajinách. In. KOLLÁRIK, T. – SOLLÁROVÁ, E. a kol.: *Metódy sociálnopsychologickej praxe*. Bratislava: Ikar, 2004. s.73.

<sup>12</sup> FRIEZEOVÁ, H. – KUBIŠOVÁ, S. 2004. Psychologické aspekty výskumu rodových štúdií na Slovensku a v iných krajinách. In. KOLLÁRIK, T. – SOLLÁROVÁ, E. a kol.: *Metódy sociálnopsychologickej praxe*. Bratislava: Ikar, 2004. s.73.

## ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY

FRIEZEOVÁ, H. – KUBIŠOVÁ, S. 2004. Psychologické aspekty výskumu rodových štúdií na Slovensku a v iných krajinách. In. KOLLÁRIK, T. – SOLLÁROVÁ, E. a kol.: *Metódy sociálnopsychologickej praxe*. Bratislava: Ikar, 2004. 264 s. ISBN 80-551-0765-3

KOLLÁRIK, T. – SOLLÁROVÁ, E. a kol. 2004. *Metódy sociálnopsychologickej praxe*. Bratislava: Ikar, 2004. 264 s. ISBN 80-551-0765-3

LEŠKOVÁ, L. Aktívne opatrenia trhu práce – zlepšený prístup nezamestnaných k pracovnému uplatneniu. In *Sociálne uplatnenie a kresťanské zásady*. Tišnov : Sursum, 2010. s. 117-122. ISBN 978-80-7323-198-9.

LUKŠIK, I. – SUPEKOVÁ, M. 2003. *Sexualita a rodovosť v sociálnych a výchovných súvislostiach*. Bratislava: Humanitas, 2003. 203 s. ISBN 80-89124-01-1

MAŘÍKOVÁ, H. 1999. Proměna rolí muže a ženy v rodině. In Maříková, H. (Ed.) *Společnost žen a mužů z aspektu gender*. Praha: Open society fund, 1999. s.59-67.

*Národná stratégia rodovej rovnosti na roky 2007-2013*. [online]. 2014. [cit.2014-10-10].

Dostupné na: [http://www.gender.gov.sk/wp-content/uploads/2012/06/Národná\\_stratégia\\_rodovej\\_rovnosti\\_na\\_roky\\_2007-2013.pdf](http://www.gender.gov.sk/wp-content/uploads/2012/06/Národná_stratégia_rodovej_rovnosti_na_roky_2007-2013.pdf)

OAKLEYOVÁ, A. 2000. *Pohlaví, gender a společnost*. Praha: Portál, 2000. 159 s. ISBN 80-7178-403-6

*Rodová rovnosť a rovnosť príležitostí*. [online]. 2014. [cit.2014-10-10]. Dostupné na: <http://www.socialnapolitika.eu/index.php/7-rodova-rovnost-a-rovnost-prilezitosti/>

*Súhrnná správa o stave rodovej rovnosti na Slovensku za rok 2012*. [online]. 2014. [cit.2014-10-10].

Dostupné na: <http://www.gender.gov.sk/wp-content/uploads/2013/03/Súhrnná-správa-do-MPK.pdf>

Štatistický úrad. *Rodová rovnosť. Trh práce*. [online]. 2014. [cit.2014-10-10]. Dostupné na: <http://portal.statistics.sk/showdoc.do?docid=29762>

## KONTAKT NA AUTORKU

PhDr. Ingrid Hanáková, PhD.

E-mail: [ingahana@gmail.com](mailto:ingahana@gmail.com)

# TOLERANCIA A SOCIÁLNE PREDISUDKY V MEDZIĽUDSKÝCH VZŤAHOCH MULTIKULTÚRNEJ REALITY

## TOLERANCE AND SOCIAL PREJUDICE IN INTERPERSONAL RELATIONSHIPS MULTICULTURAL REALITY

---

*Peter Laca*

**Abstrakt:** Tolerancia a sociálne predsudky predstavujú v podmienkach multikultúrnej reality 21. storočia jednu z najdôležitejších prekážok úspešnej implementácie pôsobenia jedincov v spoločnosti. Samotná podstata sociálnych predsudkov najčastejšie tkvie v rôznych fóbiách, ktoré často tvoria vážne prekážky v zdravých a pevných medziľudských vzťahov. Tieto sa potom prejavujú určitým spoločensko-morálnym deficitom u jednotlivcov, aj u skupín, pri posudzovaní rôznych situácií, javov a noriem spoločenského života.

**Abstract:** Tolerance and social prejudices are in terms of multicultural reality of the 21st century one of the most important barriers to successful implementation of the operation of individuals in society. The very nature of most social prejudices rooted in different phobias, which are often serious obstacles to healthy and strong interpersonal relationships. These are then reflected certain socio-moral deficiency in individuals and in groups to assess various situations, phenomena and norms of social life.

**KLúčové slová:** Tolerancia. Predsudky. Sociálne predsudky. Stereotypy. Jednotlivec. Skupiny. Rodina. Multikultúrna spoločnosť.

**Keywords:** Tolerance. Prejudice. Social prejudices. Stereotypes. Individual. Group. Family. Multicultural society.

### Úvod

Vari neexistuje v živote človeka oblasť, v ktorej by nebola dôležitá a potrebná tolerancia. V každodennom živote sa každý z nás môže denne stretávať s jej rôznymi podobami. Môžeme vnímať, ako ju každý potrebuje pre svoj život, ako je nevyhnutná pre slobodné dýchanie. Našou achillovou pätou je však neraz menej rozvinutá schopnosť dávať ako brať. Nemáme problém toleranciu vyžadovať, horšie je to s jej rozdávaním a poskytovaním. Ak sme v niečom väčšina, kašleme na menšinu. Nás je viac, my máme pravdu. Ak sme v niečom „normálni“, nedovolíme sa „odlišným“ rozťahovať. Upierame im ich práva. Tí, vedľa nás, sú iní, ako sme my? Tak nech sa naučia prispôbovať a nevystrkovať rožky. Nuž, naozaj, byť tolerantní je iné ako chcieť, aby iní boli tolerantní k nám. Avšak bez reciprocity to nejde, pretože platí rovnica – koľko tolerancie poskytneme, presne toľko sa jej nám vráti. Vyzretosť a zrelosť spoločnosti sa hodnotí podľa miery tolerancie väčšiny voči menšine, silnejšieho voči slabšiemu, či zdravého voči hendikepovanému. Urobme všetko pre to, aby tolerancia vošla prednými dverami do každého srdca, príbytku, úradu, do každej skupiny a navždy poslala do zabudnutia svoju odvrátenú tvár – predsudkov a diskriminácie.



## TOLERANCIA A SOCIÁLNE PREDISUDKY

Medzi základnú otázku, ktorú si kladieme, a ktorou sa zaoberáme v tomto príspevku počas vedeckej konferencie, patrí otázka pôsobenia tolerancie<sup>1</sup> a sociálnych predsudkov,<sup>2</sup> ktoré predstavujú v multikultúrnej realite 21. storočia<sup>3</sup> jednu z najdôležitejších prekážok pôsobenia jedincov v spoločnosti, samozrejme aj v zdravých a pevných medziľudských vzťahov. Je veľmi zvláštne, že ľudská spoločnosť v 21. storočí získala nemalé množstvo inkultúrnych skúseností, a napriek tomu sa vo svete rozmohol výskyt rôznych hnutí a prúdov, ktorých spoločným znakom je intolerancia a nepochopenie. Ich praktické pôsobenie je s jasným zámerom odsudzovať iných, alebo pôsobiť proti iným ľuďom. To prispieva k polarizácii spoločenského života. Ide tu o odmietanie rešpektu rôznosti identít (národnostnej, etnickej, rodovej, náboženskej) zo strany prúdov organizovaných intoleranciou.<sup>4</sup>

Pod sociálnymi predsudkami treba predovšetkým chápať všeobecne zafixované postoje k okolitému svetu s negatívnym obsahom, pričom podstatným znakom negatívneho postoja je, že významne predurčuje budúce odmietavé správanie jednotlivca alebo skupiny. J. Průcha vymedzuje predsudok ako „fixovaný, trvale zameraný postoj s emocionálnym podkladom, ktorý je zaujímaný k nejakým predmetom alebo určitým ľuďom.“<sup>5</sup>

Predsudok je možné charakterizovať ako komplex predstáv, ktoré sú založené na predpokladoch, bez toho, aby boli dokázané. Pokiaľ niekoho ťažia predsudky, zvyčajne má tendenciu vidieť a konať výberovo len tie veci, ktoré súhlasia s jeho predstavami a s jeho konaním. Lepšie povedané: Ak si človek utvorí názor alebo mienku o inom človeku bez toho, pokiaľ ho ešte nepozná, na základe prijatých charakteristík, tak vtedy má predsudky. Z toho vyplýva, že predsudky sú komplexom predstáv, ktoré sú často predformované a založené na predpokladoch, bez toho, aby boli dokázané. Predsudky svojím účinkom porušujú ľudské práva v modernej ľudskej spoločnosti, zahŕňajúce sociálne práva a rovnosti všetkých ľudí vo svojej dôstojnosti a v právach. Sociálne predsudky spochybňujú zásadnú tézu tým, že prisudzujú jednotlivcovi alebo istej skupine tých druhých, nižšiu ľudskú kvalitu, než má jednotlivec alebo skupina „postihnutá“ predsudkom.

Som muž, beloch, Slovák, kresťan, takmer štyridsaťročný, vysokoškolsky vzdelaný heterosexuál. Mnohé z týchto charakteristík, ako uvádza psychológ R. Warošek, si určite všimneme na prvý pohľad, ale niektoré nie sú badateľné voľným okom.<sup>6</sup> Aj keď

---

<sup>1</sup> Tolerancia je rešpekt, akceptácia a uznanie bohatej rôznorodosti svetových kultúr, foriem prejavov a spôsobov života ľudí. Tolerancia je harmónia v rôznorodosti. Je pestovaná znalosťou, otvorenosťou, komunikáciou a slobodou myslenia, svedomia a viery. Tolerancia je byť samým sebou bez potreby vnucovania svojich pohľadov iným. Tolerancia nie je ustupovanie, blahosklonnosť alebo zhovievavosť. Tolerancia je predovšetkým aktívny prístup vyplývajúci z pochopenia všeobecných ľudských práv a základných slobôd iných. Uplatňovanie tolerancie neznamená tolerovať sociálnu nespravodlivosť alebo vzdať sa svojho presvedčenia. Znamená to, že každý má slobodne mať svoje presvedčenie a akceptovať, že iní majú tiež svoje.

<sup>2</sup> Predsudky sú súborom nezdôvodnených, záporných postojov a stanovísk k javom a k iným ľuďom. Predsudok je dôsledok posudzovania a hodnotenia osôb alebo skupiny ľudí bez dostatočných poznatkov, pričom myslenie v predsudkoch je založené na stereotypoch.

<sup>3</sup> Multikultúrna realita, resp. multikulturizmus je existencia rôznych kultúr vedľa seba, zvyčajne v jednom štáte, v jednej spoločnosti. Môže však ísť aj o navzájom izolované skupiny.

<sup>4</sup> Porov. DEMJANČUK, N., DROTÁROVÁ, L.: *Rasismus a vzdělávání*. Praha : Epoque, 2005, s. 14.

<sup>5</sup> PRŮCHA J.: *Interkulturní psychologie*. Praha : ISV, 2004, s. 109.

<sup>6</sup> WAROŠEK, R.: *Tolerancia ako hra predsudkov*. In: *Časopis IMIDŽ – magazín pre zdravie, krásu, štýl, módu a rodinu*. Košice : Ing. Daša Balogová, 2007, s. 11.

sme na základe tohto opisu získali základné informácie o človeku, nič o ňom ešte neprežrádzajú ako o človeku. Aký je, aký má charakter, ako sa správa k druhým ľuďom, aký je otec, manžel, psychológ, kolega, akú má povahu, temperament, čo má rád a čo nie, akými zásadami sa v živote riadi, či dokáže tolerovať odlišnosť. A napriek tomu niekedy stačí, aby sme hodnotili človeka podľa znakov, ktoré sú uvedené. Úplne si vystačíme s informáciami, ktoré nič nehovoria o kvalite jedinca, ale pre nás znamenajú tak veľa, že si dovoľíme na ich základe človeka hodnotiť a vynášať o ňom súdy. Predstavme si, uvádza R. Warošek, že by sme sa na začiatku predstavili inak: „Som muž, mulat, moslim, Arab, dvadsaťosemročný homosexuál. Myslím si, že by sme mali asi s týmto profilom smolu. Môžem pochybovať, že by som si na Slovensku našiel prácu, určite by ma nikto nechcel za suseda a mnohí by len čakali, kedy spácham teroristický útok.“<sup>7</sup>

Vnímanie a posudzovanie ľudí je často ovplyvňované predsudkami, ktoré sa dedia z generácie na generáciu a ktoré neraz bez racionálneho podkladu hendikepujú rôzne skupiny ľudí. Ženy sa nehodia na vedúce miesta, lebo ich ovplyvňujú emócie a sú zlé vodičky. Černosi sú lacná pracovná sila a zlodeji, Škóti sú lakomí a Severania sú chladní, Taliani sa stále len zabávajú a nepracujú. Francúzi sú promiskuitní a židia prefikani. A to je iba zlomok z predsudkov, prostredníctvom ktorých hádzeme ľudí príslušnej skupiny do jedného vreca bez toho, aby sme sa zaujímali o ich individualitu.

Predsudok (prejudices) vyjadruje sám v sebe (pred-sud-ok) niečo významové, čo predbieha alebo predchádza racionálnu myšlienkovú operáciu, t.z. súd, úsudok a vyniká skôr než dochádza k rozumnému posúdeniu alebo zhodnoteniu situácie, stavu, osobnosti, charakteru a pod. Už D. Goleman vo svojej vedeckej práci naznačil, že v krízových situáciách, v hodnotení situačne neznámeho, sú často city pred rozumom (raciom), intuitívne pred racionálnym.<sup>8</sup> Nazdávame sa, že podobne je to aj s negatívnymi citmi a pocitmi, ako sú hnev, zlosť, agresia, nenávisť a pod.

Keď sa pokúsime rozobrať predsudok ako slovo, tak dôjdeme k tomu, že slovotvorným základom je sloveso *súdiť* a predpona naznačuje, že sa jedná o súd pred čímisi. Dá sa teda povedať, že ide o predčasný súd, keďže v latinčine, z ktorej sa predpona „*pre*“ prevzala, znamená táto *pred* hlavne v zmysle času. Jazyky, ktorých gramatickým základom, ako uvádza R. Kucharik, je práve latinský jazyk, však toto slovo osamote vyznačujú ako neutrálne a výrazovo neúplne a dodávajú k nemu ďalšie slovo, ktoré určuje, o aký predčasný súd ide, teda o dobrý, či zlý.<sup>9</sup> V týchto jazykoch sa navyše rozlišuje medzi predsudkom ako súdom a predsudkom ako myšlienkovým konceptom.

O definovanie predsudkov sa pokúsilo veľa vedcov. Medzi nimi, napr. G. W. Allport, ktorí považuje predsudky za „antipatiu založenú na chybnom a strnulom zovšeobecňovaní“, Cooper/McGaugh ich vymedzujú ako „sociálny postoj, ktorý vzniká pred, namiesto alebo napriek objektívnym dôkazom“, J. M. Jones ich chápe ako „negatívny postoj voči osobe alebo skupine, spočívajúci v sociálnom porovnávacom procese, v ktorom vlastná skupina je používaná ako porovnávacie kritérium“.<sup>10</sup> Predsudky, ako uvádza T. Šišková, predstavujú teda zvláštny komplex v podstate

---

<sup>7</sup> WAROŠEK, R.: *Tolerancia ako hra predsudkov*. In: Časopis IMIDŽ – magazín pre zdravie, krásu, štýl, módu a rodinu. Košice : Ing. Daša Balogová, 2007, s. 11.

<sup>8</sup> GOLEMAN D.: *Práce s emoční inteligencí*. Praha : Columbus, 2000.

<sup>9</sup> KUCHARIK, R.: *Predsudok*. [online]. [cit. 2014-10-10]. Dostupné na internete. <<http://www.people.ksp.sk/>>.

<sup>10</sup> KUCHARIK, R.: *Predsudok*. [online]. [cit. 2014-10-10]. Dostupné na internete. <<http://www.people.ksp.sk/>>.

nezdôvodnených postojov a stanovísk, ktoré si ľudia osvojujú celkom nenápadne pod vplyvom prostredia alebo ich prevezmú od nejakej „autority“. Sú to vlastne lacné barličky, s pomocou ktorých možno celkom ľahko prekonávať ťažkosti, ktoré sprevádzajú formovanie vlastného názoru na niečo, čo sa nejako vymyká ľudskému zabehnutému videniu okolitého sveta.<sup>11</sup>

V televíznych spravodajstvách, školských inštitúciách, v psychologických ordináciách, v svedeniach sa možno často stretať s rôznymi formami predsudkov a diskriminácií. Niektoré ich formy sú vypuklé, očividné, ktoré sa často spomínajú v médiách, no mnohé sú intímne, zahalené rúškom tajnosti, odohrávajúce sa v rodine medzi manželmi, rodičmi a deťmi, súrodencami. Ich závažnosť spočíva v tom, že deti vyrastajúce v rodine, kde sa praktizujú predsudky a diskriminácie, sa mnohému učia napodobňovaním. Tým pádom si praktiky vedúce k intolerancii a diskriminácii osvojujú priamo od svojich vzorov, ktorými sú rodičia, starí rodičia, starší súrodenci, teda autority, od ktorých väčšinou preberajú spôsoby správania nekriticky. Takto sa prvky diskriminácie stávajú súčasťou nášho vnímania sveta a prístupu k ľuďom. Preto je dôležitá osveta a otvorenie tejto témy v rodinách, na školách, v spoločenstvách, aby sa eliminoval vplyv diskriminácie už na dieťa, či mladého človeka. Lebo význam a váha rodinnej výchovy vyplýva z toho, ako to uvádza S. Laca, že v období svojho vývinu deti trávajú v rodinnom i školskom prostredí najviac času a, okrem toho, intenzita výchovných vplyvov, ktorým deti v tomto prostredí podliehajú, sú umocnené vzájomnými citovými vzťahmi členov rodiny.<sup>12</sup> S. Laca ďalej píše, že v období, keď deti všetky svoje predstavy, postoje a konania odvodzujú z príkladu dospelých, celá atmosféra rodinného i školského prostredia veľmi ovplyvňuje proces formovania ich osobnosti.<sup>13</sup>

Preto musia rodičia vo výchove i učitelia vo výučbových predmetoch venovať zvýšenú pozornosť protipredsudkovej výchove. V. Cabanová to uvádza v zborníku príspevkov a dodáva, že rodičia aj učitelia môžu protipredsudkovú výchovu efektívne realizovať len v atmosfére dôvery.<sup>14</sup> Vhodnými metódami prispievajúcimi k protipredsudkovej atmosfére sú najmä: osobné rozhovory s deťmi i dospelými, diskusie o najčastejších spoločenských predsudkoch, zvýšenie záujmu rodiča o deti a pedagógov o vzťahy v skupine, podporovaním otvorenej komunikácie, zlepšovaním spolupráce učiteľov ako zástupcov školy s rodinami žiakov a pod.

Vo vývine formovania osobnosti a názorov jednotlivca majú akékoľvek predsudky vždy niekde svoj začiatok. Najčastejšie sa však formujú v rodine v predškolskom veku dieťaťa. Predsudky sa získavajú tak, že sa „dedia“ alebo jednoducho získavajú. Samozrejme, že sa predsudky nezískavajú od rodičov prostredníctvom génov, ale často sa prevezmú. A čím dlhšie budú súčasťou prevzatia a názorov človeka, tým ťažšie sa potom ovplyvňujú. Ťažko sa tiež vnímajú faktory ovplyvňujúce vznik predsudkov. Existuje totiž niekoľko faktorov, ktoré môžu vysvetliť vznik predsudkov. Jedným z faktorov je vplyv rodiny<sup>15</sup>, ďalšími faktormi sú výchova, úroveň vzdelania, medziskupinové súťaženie a psychologické potreby.

---

<sup>11</sup> ŠIŠKOVÁ, T.: *Výchova k tolerancii a proti rasizmu*. Praha : Portál, 1998, s. 199.

<sup>12</sup> LACA, S.: *Základy sociálnej pedagogiky*. Bratislava : VŠZaSP sv. Alžbety, 2011, s. 84.

<sup>13</sup> LACA, S.: *Základy sociálnej pedagogiky*. Bratislava : VŠZaSP sv. Alžbety, 2011, s. 84.

<sup>14</sup> CABANOVÁ V.: *Sociálne predsudky ako prekážky spolužitia v učiacej sa spoločnosti*. In: *Multikulturalita a výchova k občianstvu*. Sborník príspevků ze 14. ročníku Letní školy pro učitele občianské výchovy a základů spoločenských vied. Olomouc : Pedagogická fakulta univerzity Palackého, 2007, s. 153.

<sup>15</sup> Výskumom je zistené, že mnohé predsudky sú u detí navodzované priamo rodičmi.

Podľa cieľového zamerania diskriminovaného jednotlivca, či už celej skupiny, na ktorú sú predsudky zamerané, sa najčastejšie vyskytujú nasledujúce sociálne predsudky: predsudky voči cudzincom<sup>16</sup>, predsudky voči hodnotovému systému jednotlivca alebo skupiny<sup>17</sup>, predsudky, diskriminácie voči ženám ako osobám podľa rodu<sup>18</sup>, predsudky voči ľuďom na základe ich sexuálnej orientácie, predsudky voči osobám na základe príslušnosti k národu alebo etnickej skupine<sup>19</sup>, predsudky voči ľuďom na základe dosiahnutého vyššieho veku<sup>20</sup>, predsudky, ktoré schematizujú ľudské správanie jednotlivca na základe pozície ako člena sociálnej skupiny.<sup>21</sup>

Sociálne predsudky sa rozšírili pôsobením v podmienkach multikultúrnej reality 20. a 21. storočia. Toto pôsobenie je žiaduce nazvať výchovou k niečomu. Napríklad aj k tolerancii, pretože výchova k tolerancii predsa výstižne vyjadruje výchovy k formovaniu a budovaniu pozitívneho vzťahu. Tolerancia, tak ako ju označil výskum verejnej mienky, sa viaže na určitý spôsob správania sa a zmýšľania. Tolerancia ako spôsob vnímania a hodnotenia nábožensky, rasovo, kultúrne, národnostne spoločenských zoskupení i jedincov nie je žiadnou ahistorickou hodnotou. To, čo sa považuje za tolerantné správanie a zmýšľanie, je jednak dôsledkom doterajšieho sociálno-politického vývoja ľudského spoločenstva, jednak je to výrazne podmienené konkrétnymi vládnucimi spoločenskými pomermi (historickými, kultúrnymi, politickými, sociálnymi, ekonomickými atď.). Tolerancia ako hodnota, ktorá má aj individuálnych nositeľov, sa interiorizuje na jednej strane rozvíjaním vedomia vlastnej identity, vlastného kultúrno-historického dedičstva, vlastnej osobnosti, ale zároveň poznávaním, rešpektovaním a oceňovaním ľudskej identity, kultúry a histórie rasovo, nábožensky, historicky atď. odlišných spoločenských skupín, resp. individuí. Vnímanie odlišnosti iných ako ich prirodzeného ľudského práva je podstatou tolerancie hodnoty.

Tolerancia je normatívnou hodnotou, ktorú nemôžeme skúmať abstraktne, ale vždy iba cez jej uplatňovanie sa v konkrétnych situáciách. S určitým zjednodušením možno hovoriť, že tolerancia je aplikáciou Kantovho kategorického imperatívu v zmysle – nič z toho, na čo máme právo sami, nesmieme upierať komukoľvek inému. Mechanizmy a inštitúcie, ktoré poskytujú rámec pre praktické, každodenné uplatňovanie sa tolerance v živote spoločnosti, predstavuje jednak platná legislatíva, ale zároveň aj celá sieť demokratických inštitútov občianskej spoločnosti, počnúc tlačou a masmédiami, rôznymi občianskymi a profesionálnymi združeniami, charitatívnymi spolkami, existujúcou verejnou mienkou, politickými stranami atď. Nie všetky tieto mechanizmy

---

<sup>16</sup> Ide o zosilnenú pôvodne historicky opodstatnenú zakorenenu nedôveru – xenofóbiu.

<sup>17</sup> Jedna sa o predsudky voči ľuďom uznávajúcim odlišné axiomy, napr. duchovné hodnoty, filozofické názory alebo náboženské postoje a pod.

<sup>18</sup> Tieto predsudky poznáme pod pojmom diskriminácia na základe pohlavia, resp. pod pojmom sexismus vzťahujúci sa k sexuálnej úlohe orientovanej proti opačnému pohlaviu. Často sa všeobecne neakceptuje žena v určitých profesiách, alebo sa to skresľuje vetami typu: žena má doma variť a starať sa o deti, že nepatrí do vedúcich funkcií, lebo je emotívna, alebo že jej nepatrí do rúk volant a pod. Tieto vety sú častými príkladmi otvorenej, inokedy skrytej diskriminácie.

<sup>19</sup> Ide zväčša o nacionalistické postoje a rasové neznašanie. Neakceptuje sa a nedokáže sa pochopiť rôznosť iných kultúr predovšetkým na základe rasy, napr. príslušníci (...) národa sú od prírody leniví, príslušníci (...) národa sú klamári, zlodeji, alkoholici a pod.

<sup>20</sup> Hovorí sa tomu ageismus, obmedzovanie prístupu k určitým povolaniam, pracovným pozíciám a postom len na základe pochybovania o ich schopnostiach a atraktivnosti v dosiahnutom veku.

<sup>21</sup> Ide o predsudky a negatívne stereotypy, či už v inštitucionálnom pôsobení (je neobjektívne), keď v škole, na pracovisku neexistuje spravodlivosť, v úrade sa vyskytuje protekcia, klientelizmus alebo inštitúcii manželstva – márnivá mladomanželka, nespoľahlivý manžel, zatrpknutá manželka, nepríjemná svokra, inštitúcii rodiny – potreba „naprávania“ členov rodiny. Stereotypy v živote človeka je možné stotožňovať s predsudkami. Lenže stereotypy, na rozdiel od predsudkov, nemusia byť vždy negatívne.

sú vo svete dostatočne rozvinuté a funkčné. Je to pochopiteľné, ak si uvedomíme, že praktické podoby uplatňovania medzil'udských, občianskych, sociálnych i politických práv prekonalí vo všetkých demokratických krajinách viac ako dvestoročný vývoj.

Pozitívnu víziu pre budúcnosť sveta je multikultúrna spoločnosť. Jej vytvorením nič nestratíme, ale výrazne sa obohatíme. Udržiavaním nesprávnej dogmy rôznych predsudkov ubližujeme iba samým sebe. Izoluje nás to od ostatných. Ochudobňujeme sa o množstvo zaujímavých podnetov, inšpirácií, o množstvo kvalitných ľudských vzťahov. V spoločnosti najrôznejších ľudí sa každý z nás môže cítiť pokojne a bezpečne, každý z nás – pretože každý z nás je iný. Iba spoločnosť bez predsudkov, tolerantná k iným bez rozdielu je možná, iba spoločnosť bez bariér v srdciach môže byť bezpečná. Opačný smer nás privedie do záhuby, do koncentračných táborov, nezmyselnej, krutej nenávisť. Každý sa musí snažiť tvoriť takúto spoločnosť, kde odlišnosť a poznávanie ľudí obohacuje a spája, nie rozdeľuje.

Multikultúrne kompetencie budú v 21. storočí patriť k rovnako dôležitým predpokladom na úspešný celosvetový spoločenský rozvoj ako technické či vedecké poznatky. Dokázať porozumieť a spolupracovať s ľuďmi, ktorí majú inú farbu pleti, nenarodili sa v našom okolí, v našej krajine, či vyznávajú iné náboženské alebo svetonázorové hodnoty, bude rovnako dôležité, ako vedieť používať počítač, či rozumieť, ako funguje ekonomika alebo prírodné zákonitosti. Aj vďaka multikultúrnej výchove je možné v pokoji riešiť výzvy a konflikty z multikultúrnej reality, v ktorej žijeme. Multikultúrnu výchovu môžeme chápať ako proces osvojovania si kľúčových interkulturálnych kompetencií, teda vedomostí a informácií, schopností a postojov i zručností, ktoré súvisia s tým, že moderné spoločnosti sú odlišné v mnohých aspektoch a interakcia s inakosťou je pre tých, ktorí v týchto spoločnostiach žijú každodennou realitou. Znamená to neustále rozvíjať porozumenie a vcítenie sa do odlišností, uvedomovať si vlastné stereotypy a predsudky.

Rozdiely medzi jednotlivcami a skupinami ľudí sú často faktorom, ktorý prispieva ku konfliktu. Keď uznáme, že sme nestranní a náš pohľad na seba a na iných je zaujatý, môžeme začať robiť kroky, ktorými sa zaujatosť dá eliminovať vo väčšej miere a tak následne dokážeme rešpektovať rozdiely. Cielené odstraňovanie rozdielov a predsudkov v spoločnosti je bazálnou podmienkou úspešnej realizácie výchovy k tolerancii a demokracii v spoločnosti smerujúcej k multikultúrnej a zároveň multietnickej rovnosti.

## **ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY**

- CABANOVÁ V. *Sociálne predsudky ako prekážky spolužitia v učiacej sa spoločnosti*. In: Multikulturalita a výchova k občianstvu. Sborník príspevků ze 14. ročníku Letní školy pro učitele občanské výchovy a základů společenských věd. Olomouc : Pedagogická fakulta univerzity Palackého, 2007.
- DEMĽANČUK, N., DROTÁROVÁ, L. *Rasismus a vzdělávání*. Praha : Epoque, 2005.
- GOLEMAN D. *Práce s emoční inteligencí*. Praha : Columbus, 2000.
- KUCHARIK, R. *Predsudok*. [online]. [cit. 2014-10-10]. Dostupné na internete. <<http://www.people.ksp.sk/>>.
- LACA, S. *Základy sociálnej pedagogiky*. Bratislava : VŠZaSP sv. Alžbety, 2011.
- PRŮCHA J. *Interkulturní psychologie*. Praha : ISV, 2004.
- ŠÍŠKOVÁ, T. *Výchova k toleranci a proti rasismu*. Praha : Portál, 1998.
- WAROŠEK, R. *Tolerancia ako hra predsudkov*. In: Časopis IMIDŽ – magazín pre zdravie, krásu, štýl, módu a rodinu. Košice : Ing. Daša Balogová, 2007.

## **KONTAKT NA AUTORA**

ThLic. Peter Laca, PhD.

VŠZaSP v Bratislave

Detašované pracovisko bl. Sály Salkaházi

Kósu Schoppera 22, 048 01 *Rožňava*

e-mail: peter.laca@post.sk

# TIME MANAGEMENT ZAMESTNANÝCH RODIČOV

## TIME MANAGEMENT EMPLOYED PARENTS

---

*Andrea Jankurová*

**Abstrakt:** Rodina s oboma rodičmi zamestnanými na plný úväzok už v dnešnej dobe dávno nie je výnimkou, skôr bežným javom. Rodiny potrebujú dva príjmy pre zabezpečenie určitej životnej úrovne, avšak aj samotní rodičia cítia potrebu seberealizácie nielen prostredníctvom starostlivosti o rodinu, ale aj v zamestnaní. Ako sa však majú rodiny s touto situáciou vyrovnat', aby rodina fungovala a boli zabezpečené potreby všetkých jej členov? Práca sa zaoberá možnosťami zamestnávateľov vytvoriť pro-rodinné pracovné prostredie a tiež možnosťami rodičov skombinovať rôzne možnosti úpravy pracovnej doby s využitím starostlivosti o deti v zariadení pre deti a mládež ako detských jasliach či materských školách.

**Abstract:** Family with both parents full-time employed is nowadays nothing special, rather commonplace. Families need two incomes to ensure a certain standard of living, but also the parents feel the need for self-fulfillment not only through family care, but also at work. However, as have the families cope with the situation that a family works and were secured by the needs of all its members? The article deals with the possibilities for employers to create family-friendly work environment and workplaces, as well as options for parents to combine various possibilities of working time with using childcare facilities for children and youth as crèches or kindergartens.

**KLúčové slová:** Rodina. Zamestnanie. Pro-rodinné pracovné miesto.

**Key words:** Family. Employment. Family-friendly workplace.

Ludská spoločnosť považovala niekoľko tisíc rokov za prirodzené takzvané tradičné rozdelenie úloh medzi mužom a ženou, čo sa však začalo na prahu dvadsiateho storočia spochybňovať v súvislosti s potrebou masívneho vstupu žien do sféry platenej práce. Milióny rodín totiž zisťuje, že potrebujú dve zárobkovo činné osoby či už na kúpu domu, schopnosť platiť nájom, dovoliť si dovolenku alebo proste len udržať rodinný rozpočet. Vo väčšine miest, dvaja zamestnaní v rodine už nie sú ničím výnimočným.

Ak sú obaja rodičia zaneprázdnení ich prácou osem a viac hodín denne, samozrejme sa dostavia dopady na rodinu. Na druhej strane však má rodina väčší príjem, a tým menej stresu z finančného zabezpečenia rodiny. Taktiež, keď obaja rodičia pracujú, je tu potenciál pre väčšiu rovnosť v úlohe manžela a manželky.

Početné kvalitatívne štúdie však naznačujú, že častokrát čas matky, venovaný starostlivosti o dieťa, môže zostať rovnaký, alebo sa dokonca zvyšovať, aj napriek jej väčšej pracovnej zaneprázdnenosti. Sharon Hays popisuje to, čo nazýva kultúrny rozpor moderného materstva: "matka síce preberá úlohu spoluziviteľa rodiny, ale stále cíti potrebu byť "všetdávajúca" a "neustále k dispozícii" svojim deťom"<sup>1</sup>. Mary Blair-Loy zasa analyzuje schému "oddanosti rodine", ktorá súťaží s "pracovným zanietením" aj medzi vysokými príjmami profesionálnych matiek, ktoré sú najviac investovali do ich jobs.<sup>2</sup> (Blair- Loy, 2003) Byť dobrou matkou, venujúcou sa najmä vlastným deťom, je

---

<sup>1</sup> HAYS, S. (1996). *The Cultural Contradictions of Motherhood*. Yale University Press.

<sup>2</sup> BLAIR-LOY, M. (2003). *Competing Devotions: Career and Family among Women Executives*. Harvard University Press.

základná rola, ktorá sa nemení iba tým, že žena investuje hodiny do svojej platenej práce.

Taktiež naši autori potvrdzujú napriek prerozdeleniu rolí v domácnosti medzi mužom a ženou pretrvávajúcu pozíciu matky ako "strážkyne rodinného krbu". Z práce Bútorovej et al.<sup>3</sup> vyplýva, že i napriek určitým názorovým posunom, ľudia na Slovensku ešte vždy očakávajú schopnosť postarať sa o domácnosť oveľa častejšie od ženy než od muža. Na druhej strane mužovi pripisujú viac autority v rodine. Podľa autorky je na Slovensku už pomerne málo ľudí, ktorí sa otvorene hlásia k predstave, že by väčšina starostlivosti o deti a domácnosť mala pripadať na ženy. Takýto názor zastáva iba pätina žien (21 %) a necelá tretina mužov (29 %). Na druhej strane účasť oboch manželov na týchto prácach preferuje 62 % žien a 52 % mužov. Žena by sa teda síce mala vedieť postarať o domácnosť, to však neznamená, že by na to mala byť sama.

Tiež podľa Bútorovej je zníženie očakávaní na muža ako živiteľa dôsledkom pôsobenia celého komplexu faktorov<sup>4</sup>. Diskutuje sa o prekážkach v podobe nedostatku pracovných príležitostí, na ktoré narážajú pri plnení živiteľskej roly niektorí muži. Takáto skúsenosť je častejšia v regiónoch s vysokou nezamestnanosťou a zažívajú ju najmä muži disponujúci nízkym sociálnym kapitálom – nízkym vzdelaním, slabou jazykovou vybavenosťou, absenciou počítačových zručností. Okrem toho, na Slovensku vzrástol aj počet domácností, v ktorých žena zarába viac ako jej partner.

Ako sa teda majú rodiny so vzniknutou situáciou vysporiadať? Zvyčajne, najmä vysoko vzdelaní dospelí často odkladajú rodičovstvo a majú menšie rodiny. Plánujú svoje rodičovstvo až na "ten správny moment v živote", kedy už sú finančne zabezpečení, kariéru majú naštartovanú a chcú venovať adekvátny čas rodičovstvu. Deti strednej triedy sa pravidelne zúčastňujú množstve mimoškolských aktivít, z ktorých mnohé vyžadujú aktívne zapojenie rodičov, ako je napríklad zabezpečenie dopravy. Rodičia totiž veria, že zapájanie ich detí do širokého spektra činností im zaistí maximálne úspechy v ďalšom štúdiu a živote. Okrem pomoci zo strany rodiny si preto zamestnaní rodičia hľadajú spôsoby, akými im môže zamestnávateľ umožniť rozplánovať si prácu tak, aby boli zabezpečené okrem kvalitne vykonanej práce aj všetky potreby rodiny.

### **Možnosti podpory rodiny zo strany zamestnávateľa**

„Family friendly“ pracovisko alebo zamestnávateľ je ten, ktorého pravidlá umožňujú zamestnancom lepšie si vyvážiť rodinu a pracovný čas, a plniť bez obmedzení oboje - rodinné aj pracovné povinnosti. Táto definícia sa často používa v rámci rodinnej politiky ako Európskej únie a jej členských štátov, tak aj iných štátov sveta. Podľa Fedákovvej je najvýraznejšou formou podpory na pracovisku je najmä prostredie priateľské k rodine, čo obnáša ochotu zamestnávateľa prispôsobiť pracovné podmienky zamestnanca jeho rodinným požiadavkám a čo sa následne odzrkadlí na spokojnosti zamestnanca a lepšom pracovnom výkone<sup>5</sup>.

Takéto pro-rodinné pracovisko môže mať mnoho podôb. Priamo na pracovisku môže byť zriadená škôlka alebo opatrovateľská služba, ktorá pravdepodobne tvorí príklad pozitívneho prístupu zamestnávateľa, ktorý veľa ľudí napadne ako prvý, pretože je to také samozrejmé pre rodiny s deťmi, veď čo by mohlo byť viac zamerané priamo

---

<sup>3</sup> BÚTOROVÁ, Z. et al. (2008). Ona a On na Slovensku, zaostrené na rod a vek. Bratislava: Inštitút pre verejné otázky. str. 31 – 33.

<sup>4</sup> tamtiež

<sup>5</sup> FEDÁKOVÁ, D. (2011). Pracovné a rodinné prostredie zamestnaných. Prešov: Universum EU. ISBN 978-80-89046-70-6.



na potreby pracujúcich rodičov a ich detí, ako denná starostlivosť, ktorá je pohodlná a bezpečná, umožňuje rodičom byť „poruke“ v prípade potreby a navyše poskytuje kvalitne strávený čas pre dieťa? V prípade, že je to ešte aj v tej istej budove ako pracovné miesto zamestnanca vychádza to ako dokonalé riešenie.

Existuje však veľké množstvo ďalších pro-rodinných politík, z ktorých mnohé môžu byť prijateľné aj malé firmy, a to tak, že zamestnancom umožňujú zladit' pracovný čas a rodinu. Niektoré z nich sú priamo realizované na vytvorenie pro-rodinného pracovného prostredia s cieľom dosahovania lepších pracovných výsledkov, zatiaľ čo iné, môžu rodiny s deťmi ovplyvňovať len mimochodom. V každom prípade, robia pracovisko lepším miestom na prácu. Patria sem napríklad možnosti upraveného pracovného času. Slovenská legislatíva prostredníctvom Zákonníka práce č. 311/2001 pozná alternatívy<sup>6</sup>: Pracovný pomer na kratší pracovný čas - dočasná alebo trvalá zmena pracovného úväzku na čiastočný - zamestnancom na plný úväzok by malo byť umožnené prejsť na čiastočný.

Flexibilný pracovný čas – možnosť riadiť si vlastný pracovný čas môže byť pre zamestnancov s rodinnými povinnosťami tým najcennejším prínosom, aký zamestnávateľ môže poskytnúť - umožňuje ľuďom vybrať si, kedy pracujú, ako dlho a ako si zadedia hodiny počas pracovného týždňa. Zamestnávateľ môže poskytnúť úplnú slobodu zadeliť si pracovný čas, alebo možnosť vybrať si z niekoľkých nastavených možností (štvordňový týždeň, dni voľna počas týždňa namiesto víkendu, alebo začatie a ukončenie pracovného dňa o niekoľko hodín skôr alebo neskôr, než je obvyklé).

Delené pracovné miesto – dvaja zamestnanci môžu zdieľať pracovné miesto na čiastočné úväzky, pričom si zamestnanci v pracovnom pomere na kratší pracovný čas sami medzi sebou rozvrhnú pracovný čas a pracovnú náplň pripadajúcu na toto pracovné miesto.

Týmto spôsobom si môžu ľudia udržať alebo získať pozíciu, ktorú chcú, a ešte mať čas byť s deťmi alebo starnúcimi rodičmi a postarať sa o ďalšie rodinné povinnosti.

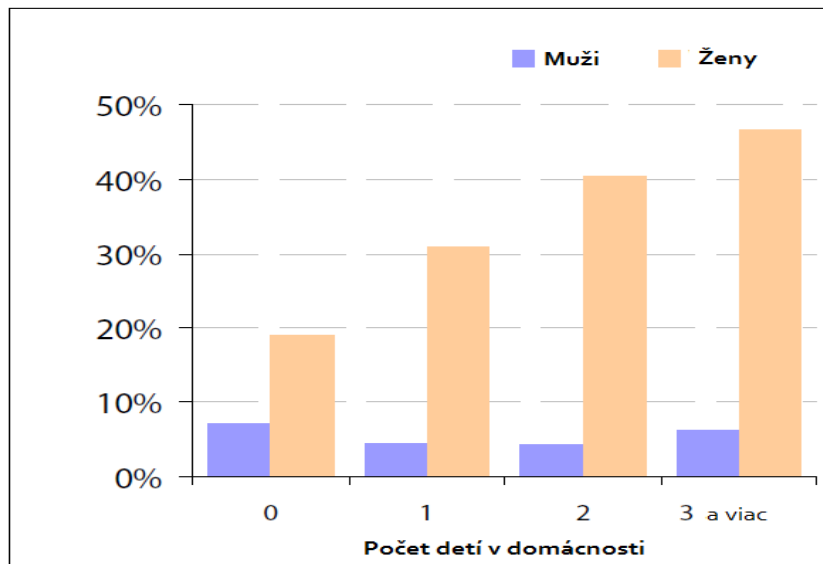
Domácka práca a telepráca - čiastočné alebo úplné umožnenie práce z domu. Zamestnanec môže pracovať z domu, alebo nejakého iného vzdialeného miesta, časť alebo celý pracovný čas. Môže komunikovať a diskutovať o pracovné problémy s kolegami a nadriadenými tým, že sa určené dni dostaví na pracovisko, prípadne komunikuje telefonicky alebo elektronicky prostredníctvom online chatov a e-mailu. Práca z domu umožňuje ľuďom pracovný čas na miestach, kdekoľvek na svete, bez ohľadu na miesto skutočného pracoviska.

Možnosť pracovať na skrátený pracovný úväzok však u nás využíva len veľmi malé percento pracujúcich (v roku 2013 to bolo len 4,8 % oproti priemeru EU vo výške 20,4 %. Maximálne využívajú štatút „part time job“ v Holandsku, kde takto pracuje až vyše 50 % pracujúcich.<sup>7</sup> Chyba však u nás nebude len na strane nezájmu o takúto formu pracovného pomeru zo strany zamestnancov, ale aj na strane zamestnávateľov, ktorí sa snažia prijímať pracovníkov na plnú pracovnú dobu. Odôvodňujú to zvýšeným množstvom administratívy, ktoré tieto formy pracovných pomerov vyžadujú, čo však nemusí byť až taká nevýhoda, nakoľko môže byť vyvážená lepšími pracovnými výkonmi nestresovaných pracovníkov

Tab. 1 Percento zamestnaných na čiastočný pracovný úväzok priemerne za krajiny EU 27 vo veku 25 – 49 rokov

<sup>6</sup> Zákonník práce č. 311/2001 Z. z. znenie z 01.07.2014

<sup>7</sup> Eurostat, dostupné na: < <http://epp.eurostat.ec.europa.eu> > [cit.: 16.10.2014]



Zdroj: Eurostat

Tab. 2 Percento zamestnaných na čiastočný pracovný úväzok priemerne za krajiny EÚ 27 a jednotlivých vybraných krajín za rok 2013



Zdroj: Eurostat

Vo všeobecnosti sa objavuje názor, že neštandardné pracovné režimy, či už pružný alebo kratší pracovný čas, prípadne práca na zmeny alebo iné formy neštandardných režimov a pracovisko, ktoré ich vyžaduje, môže byť „rodine nepriateľský“ – nepriaznivo môžu ovplyvňovať zdravie pracovníkov a navyše sa ním obmedzuje čas, ktorý rodičia trávia navzájom spolu aj so svojimi deťmi. Prakticky všetky štúdie o „dopadoch“ neštandardného pracovného času na rodiny síce nachádzajú vzájomný vzťah, ale nie kauzálne väzby medzi nimi, pretože štúdie sú skôr založené na pozorovaní než na experimentálne zisťovanie. Napríklad Inštitút pre výskum práce a rodiny vo svojej poukazuje na riziká niektorých druhov neštandardných pracovných režimov využívaných v niektorých krajinách EÚ a potrebu špecifických legislatívnych úprav<sup>8</sup>. V niekoľkých členských štátoch napríklad dochádza k zneužívaniu subcontractingu na zakrytie pracovného vzťahu (napr. Česká republika) alebo fiktívnej

<sup>8</sup> Flexibilné formy zamestnania v rámci Európskej únie – možnosti a riziká ich uplatnenia v Slovenskej republike. Inštitút pre výskum práce a rodiny (2012)

firmy, alebo aby sa vyhli plateniu sociálnych dávok (Belgicko). Táto skutočnosť len zdôrazňuje nutnosť detailnej právnej úpravy v tejto oblasti. V Holandsku boli zavedené osobitné právne predpisy, aby hlavný zmluvný partner niesol zodpovednosť a bol zviazaný voči nesprávnym postupom svojho subdodávateľa

Avšak nie všetky asociácie medzi neštandardným pracovným časom a jeho vplyvom na kvalitu rodinného života sú zákonite negatívne. Neštandardná pracovná doba môže zvýšiť blaho detí, najmä keď takto rodičia navzájom koordinujú svoj pracovný čas (v domácnosti s dvoma pracujúcimi rodičmi) tak, aby bolo možné obmedziť využívanie nerodičovskej starostlivosti a aby jeden z rodičov bol k dispozícii pre svoje deti, pracuje počas dňa a potom vo večerných hodinách. Starostlivosť o deti v takýchto rodinách môže byť potom spravodlivejšie rozdelené medzi matkami a otcami, keď jeden alebo obaja pracujú rodičia na neštandardný alebo flexibilný pracovný čas. V závislosti od charakteru práce rodičov, ako aj hodnôt rodiny, otcovia môžu takto prevziať väčšiu zodpovednosť za starostlivosť o deti a domáce práce, ako tomu bolo doteraz. So svojimi manželkami v práci, môžu muži predstavovať väčšiu rolu v povedomí svojich detí, sú viac zapojení do starostlivosti o deti, trávajú s nimi viac času a môžu mať v určitých časoch výlučnú zodpovednosť na deti, čím získavajú všeobecne väčší prehľad a viac informácií o živote svojich detí a ich aktivitách. To je obzvlášť zreteľné, ak sa rodičia snažia rozložiť si pracovnú dobu - napríklad v prípade, že otec pracuje od skorého rána, následne vie vyzdvihnúť deti v škole a v práci pokračuje neskôr večer, zatiaľ čo matka napríklad začína pracovať neskôr, potom čo deti odvezie do školy, ale pracuje popoludní dlhšie. Otec potom môže mať na starosti prípravu večere, upratovanie v kuchyni a pomáha deťom s domácimi úlohami.

Ďalšími možnosťami môžu byť okrem ďalších dní plateného voľna poskytovaných zamestnávateľom nad rámec zákona v prípade neočakávaných rodinných udalostí alebo potreby návštevy lekára napríklad aj:

Starostlivosť o deti – zamestnávateľ môže poskytovať v spolupráci s obcou, v ktorej pôsobí, možnosť firemnej materskej školy alebo triedy v miestnej materskej škole určenej pre deti zamestnancov, či dotovať starostlivosť o deti zamestnancov. Ďalšia možnosť je poskytnúť odporúčania pre spoľahlivé súkromné zariadenie starostlivosti o deti alebo vytvárať rezervné prostriedky na financovanie konkrétneho zariadenia, alebo jeho časti pre deti zamestnancov.

Príspevky na starostlivosť o starších rodinných príslušníkov. Aj keď len veľmi málo zamestnávateľov, ak vôbec, skutočne poskytujú opatrovateľskú službu alebo domácu starostlivosť, mnohé poskytujú zdroje a odporúčania - a dokonca aj dotácie - na túto starostlivosť.

Usporiadávanie udalostí typu „Family day“. Mnoho zamestnávateľov usporadúva firemné pikniky, vianočné večierky a ďalšie akcie, určené aj rodinám zamestnancov. Rodiny zamestnancov majú priestor sa navzájom zoznámiť a stráviť spoločne čas zážitkovými aktivitami.

Rodinne-orientované pracovné prostredie. Niektorí zamestnávatelia, najmä tí menší, umožňujú zamestnancom v nevyhnutných prípadoch mať svoje deti na pracovisku. Môžu pre takéto prípady zriadiť herňu s hračkami či detskými videami, aby sa deti vedeli v tej dobe zabaviť.

Finančné prostriedky na vzdelávanie a rozvoj zamestnancov. Zamestnanci majú priestor získavať informácie potrebné k výkonu práce prostredníctvom školení organizovaných zamestnávateľom a nemusia míňať voľný čas na vyhľadávanie a samoštúdium informácií, ale môžu ho venovať rodine. Požiadavky na ďalšie vzdelávanie ukladá v oblasti sociálnych služieb samotná legislatívna právna norma, a to Zákon č. 448/2008 Z. z. o sociálnych službách. Cieľom ďalšieho vzdelávania je priebežné udržiavanie,

zdokonaľovanie a dopĺňanie požadovaných vedomostí a schopností potrebných na vykonávanie pracovných činností v oblasti sociálnych služieb.<sup>9</sup>

Poskytovanie vysokoškolských štipendií alebo pôžičiek pre deti zamestnancov. Zamestnávateľ môže udeliť jedno alebo viac štipendií ročne, či už za zásluhy, alebo podľa potrieb zamestnancov, prípadne môže zaviesť model, kedy finančne podporí rovnakou mierou štúdium každého dieťaťa každého zamestnanca, ktoré navštevuje vysokú školu.

Realizácia vzdelávacích podujatí podporujúcich riešenie rodinných otázok, ako súčasť programu pomoci zamestnancov. Zamestnávateľ môže ponúknuť semináre a workshopy zamerané na rodičovstvo, ochrane detí pred drogovou závislosťou, vzdelaní a ďalšie rodinne orientované témy.

### **Záujem zamestnávateľov vytvárať pro-rodinné pracovné prostredie.**

V rámci relevantného výskumu realizovaného Kolínskym ekonomickým výskumným inštitútom IW pre nemecké Spolkové ministerstvo pre rodinu, seniorov, ženy a mládež bolo zisťované, ako pristupujú zamestnávatelia vo vybraných šiestich krajinách Európy (Poľsko, Švédsko, Nemecko, Taliansko, Francúzsko a UK) k vytváraniu pro-rodinných pracovných podmienok na pracoviskách

V Poľsku až 91,8% respondentov uviedlo, že jedna alebo viac politík zameraných na pro-rodinné pracovné podmienky boli v súlade s legislatívou implementované. Vo Veľkej Británii to bolo tiež vysoký počet, až 88,7% respondentov, zatiaľ čo v Nemecku to bolo 57,8% respondentov.

V rámci tohto výskumu však bolo tiež zisťované, aké sú najväčšie bariéry zabraňujúce zamestnávateľom ďalej zlepšovať pracovné prostredie v smere rodinnej politiky. Respondenti uvádzali ako najviac demotivujúce faktory:

- nedostatočná podpora zo strany štátu, a to najmä pokiaľ ide o finančnú podporu (úlohou štátnych sociálnych dávok je zabrániť tomu, aby veľké skupiny obyvateľstva prepadli do chudoby, aby si mohli riešiť sociálne situácie na spoločensky uznanej úrovni)<sup>10</sup> ;
- primeranosť pracovno-právnej legislatívy alebo úpravy dohodnuté nad rámec legislatívy v rámci kolektívnych dohôd robia ďalšie zavádzanie pro-rodinných opatrení na úrovni podniku zbytočné.

Z hľadiska krajiny, nedostatok štátnej pomoci sa zdá byť obzvlášť vypuklým v Taliansku (61,8% respondentov) a Poľsku (76,1%). V Poľsku, Švédsku a Spojenom kráľovstve, respondenti zasa častejšie uvádzali existenciu legislatívnych ustanovení a kolektívnych dohôd ako hlavný dôvod, prečo neponúkajú pro-rodinné opatrenia. V Poľsku, vysoký počet respondentov uvádzalo ako bariéry nepriaznivé podnikateľské prostredie a skutočnosť, že vedenie podnikov považuje zlepšovanie pracovného prostredia s orientáciou na rodinu za zbytočné.<sup>11</sup>

### **Nedostatok zariadení starostlivosti o deti**

Z vyššie uvedeného teda vyplýva, že rodičia sa popri starostlivosti o dieťa často už počas rodičovskej dovolenky snažia vrátiť do pracovného procesu, čo im umožňuje aj

---

<sup>9</sup> HABURAJOVA ILAVSKA, L. Konceptualizácia sociálnych služieb. Praha: hnutí R, 2010, s. 85

<sup>10</sup> HABURAJOVA ILAVSKA, L. Európska stratégia riešenia chudoby a sociálnej exklúzie, Praha: hnutí R, 2012, s. 13

<sup>11</sup> BROUGHTON, A. (2013). EU employers take family-friendly working seriously. European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions. Institute for Employment Studies

Zákon o rodičovskom príspevku<sup>12</sup> a úlohu starostlivosti o deti preberajú formálne alebo neformálne zariadenia starostlivosti o deti, čiže jasle a materské školy. Tak, ako v iných krajinách Európskej únie, je i u nás aktuálne vypuklým problémom pre pracujúcich rodičov nedostatok zariadení starostlivosti o deti a taktiež vysoké náklady na umiestňovanie detí v súkromných zariadeniach starostlivosti o deti. V podstate iba Fínsko, Švédsko a Dánsko sú krajiny, ktoré umožňujú pracujúcim rodičom využiť dostatočný rozsah zariadení verejnej starostlivosti o deti pre deti predškolského veku. Avšak, naopak je v týchto krajinách nedostatok zariadení starostlivosti o deti po škole (školských klubov, družín) pre deti vo vekovej skupine 7-9, a to najmä vo Fínsku a Dánsku. Niektoré krajiny tiež trpia významnými regionálnymi disparitami v prístupe k zariadeniam starostlivosti o deti. Napríklad v Nemecku existujú rozdiely medzi západnou a východnou oblasťou, a v Rakúsku je situácia rozdielna vo Viedni a ďalších veľkých mestách oproti vidieckym oblastiam.

Vzhľadom na nedostatok formálnej starostlivosti o deti, je vo väčšine krajín Európskej únie, v rámci rodinnej politiky, podporované zakladanie zariadení neformálnej starostlivosti a využívanie sietí solidarity. Hoci výskyt neformálnej starostlivosti nemusí byť vylúčený z kultúrnych noriem a preferencií, je zrejmé, že spoliehanie sa len na možnosti neformálnej starostlivosti môže byť určitým spôsobom riziková a zraniteľná stratégia. Na rozdiel od verejných zariadení starostlivosti o deti, kde rodičia platia mesačne za pobyt dieťaťa v materskej škole od 10 do 50 EUR, v závislosti od rozhodnutia obce ako zriaďovateľa zariadenia, plus cca 1 Euro denne za stravu, poplatok za pobyt v súkromnom zariadení dosahuje v niektorých prípadoch aj sumu vyššiu ako 300 či 400 Eur mesačne plus približne 3 Eurá denne za stravu, kedy táto suma, napríklad pre jednopříjmovú domácnosť, napríklad s mamičkou na rodičovskej dovolenke s druhým alebo ďalším dieťaťom a otcom s príjmom blížiacim sa k minimálnej mzde, môže byť absolútne neprijateľná.

Tab. 2 Výška poplatkov za pobyt v niektorých súkromných materských školách a jaslách

mesto	cena za pobyt / mesiac	stravné / deň
Bratislava	350	3,2
Bratislava	360	2,5
Bratislava	445	4,25
Bratislava	407	v cene
Bratislava	354	2,88
Senec	390	Neuvedené
Senec	230	Neuvedené
Pezinok	330	2,5
Trnava	290	3,5
Trnava	300	3,5
Žilina	279	3,8
Kosice	198	2,7
Kosice	225	Neuvedené
Kosice	190	2,4
Bardejov	180	v cene

Zdroj: vlastné spracovanie autorky

<sup>12</sup> Zákon o rodičovskom príspevku č. 571/2009 Z. z.

Okrem rodiny – kde starostlivosť zabezpečujú najmä ženské príbuzné - sa stále javia ako významné solidárne siete, najmä pri neformálnej starostlivosti o menšie skupinky detí. Avšak tradičná rola babičiek pri starostlivosti o ich vnúčatá je stále viac ohrozená, a to najmä v oblastiach veľkých miest, vzhľadom k účasti týchto babičiek na trhu práce (Torres et al, 2004). Celkovo teda vystupuje do popredia potreba riešenia vytvorenia dostatočnej siete podporných zariadení, pre zabezpečenie starostlivosti o deti.

### **Príklad z praxe:**

Česká republika je krajina s jednou z najnižších úrovní zamestnanosti matiek v Európskej únii. Podobne ako u nás, tu chýbajú jasle a škôlky. Zákon o detských skupinách pripravený Ministerstvom práce a sociálnych vecí ČR je teda veľmi vhodnou a príkladnou alternatívou k chýbajúcim miestam v materských škôlkach. Sú alternatívou, ktorá môže miesta doplniť aktuálne a rýchlo. Nová právna norma jasne definuje základný právny rámec pravidelnej starostlivosti o malé deti tak, aby poskytovatelia mali právnu istotu, čo musia spĺňať, a rodičia mali záruku, že starostlivosť o ich dieťa je garantovaná v základnom rozsahu. Hlavnými prevádzkovateľmi detských skupín budú podľa predpokladov zamestnávateľa a neziskové organizácie či napríklad územné samosprávne celky alebo vysoké školy.<sup>13</sup> Zákon zakotví do českého právneho poriadku nový typ služby starostlivosti o dieťa od 1 roka do predškolského veku. Pôjde o službu poskytovanú na nekomerčnom základe a mimo systému predškolského vzdelávania. Zákon je aktuálne schválený Poslaneckou snemovňou Parlamentu ČR a na to, aby zákon mohol nadobudnúť účinnosť od januára roku 2015, chýba už len podpis prezidenta republiky. Vznik detskej skupiny bude navyše môcť byť spolufinancovaný ESF.

### **Záver**

Počas doby, keď sú matky v práci, prepadne ich niekedy pocit viny, že niekto iný sa zatiaľ stará o ich deti. Hoci majú tieto pocity znižujúcu sa tendenciu, keď sú ich deti už v školskom veku, oproti dobe, keď boli bábätká alebo batol'atá, ženy musia často starostlivo deliť čas medzi ich kariéru a rodinu. Aj keď prídu domov unavené po pracovnom dni, očakáva sa, že budú mať ešte dostatok energie pripravovať sa s deťmi do školy či zabezpečovať chod rodiny. Napriek tomu ženy chcú ísť pracovať, či už je to z dôvodu lepšieho finančného zabezpečenia rodiny alebo, a to čoraz častejšie, potreba vlastnej sebarealizácie aj v pracovnom, nielen v rodinnom živote. Malo by byť preto záujmom ako zamestnávateľov, tak i jednotlivých vlád po vzore Európskej únie podporovať a vytvárať pro-rodinné pracovné prostredie s dostatkom zariadení pre deti. Bude tým vytvorené pracovné prostredie, kde bude pracujúcich rodičov práca baviť, budú podávať kvalitné výkony a budú sa tešiť na trávenie času so svojimi deťmi vo večerných hodinách a cez víkendy, a to aj v prípade, že sú unavení. V konečnom dôsledku tak deti spokojných rodičov ocenia viac, akoby boli frustrovaní celé dni s nimi doma.

### **ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY**

BLAIR-LOY, M. (2003). *Competing Devotions: Career and Family among Women Executives*. Harvard University Press.

---

<sup>13</sup> Ministerstvo práce a sociálnych vecí ČR

BROUGHTON, A. (2013). EU employers take family-friendly working seriously. European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions. Institute for Employment Studies

BÚTOROVÁ, Z. et al. (2008). Ona a On na Slovensku, zaostrené na rod a vek. Bratislava: Inštitút pre verejné otázky.

FEDÁKOVÁ, D. (2011). Pracovné a rodinné prostredie zamestnaných. Prešov: Universum EU. ISBN 978-80-89046-70-6

HAYS, S. (1996). The Cultural Contradictions of Motherhood. Yale University Press.

HABURAJOVA ILAVSKA, L. (2010)Konceptualizácia sociálnych služieb. Praha: hnutí R, 154 s. ISBN 978-80-86798-09-7.

HABURAJOVA ILAVSKA, L. (2012). Európska stratégia riešenia chudoby a sociálnej exklúzie. Praha: Hnutí R, 92 s. ISBN 978-80-86798-19-6.

HOLUBOVÁ, B. (2011). Súhrnná správa o stave rodovej rovnosti na Slovensku rok 2010. Bratislava: Inštitút pre výskum práce a rodiny.

Eurostat, dostupné na: < <http://epp.eurostat.ec.europa.eu> > [cit.: 16.10.2014]

Flexibilné formy zamestnania v rámci Európskej únie – možnosti a riziká ich uplatnenia v Slovenskej republike. Inštitút pre výskum práce a rodiny (2012)

Zákonník práce č. 311/2001 Z. z

Zákon o rodičovskom príspevku č. 571/2009 Z. z.

#### **KONTAKT NA AUTORKU**

PhDr. Andrea Jankurová, PhD.  
Katedra sociálnej práce  
Fakulta sociálnych štúdií  
Vysoká škola Danubius  
Fučíkova 269  
92521 Sládkovičovo  
[andrea.jankurova@vsdanubius.sk](mailto:andrea.jankurova@vsdanubius.sk)

# DÔLEŽITOSŤ PRÁCE PRE ČLOVEKA SO ZDRAVOTNÝM POSTIHNUTÍM

## THE IMPORTANCE OF WORK FOR PEOPLE WITH DISABILITIES

---

*Marcela Strhárská*

**Abstrakt:** Dôležitosť práce pre človeka potvrdzuje cirkevná teória, psychológia, sociológia, sociálna práca a predovšetkým ľudské skúsenosti. Nezamestnanosť prináša úpadok, devastuje jednotlivcov i spoločnosť. Príspevok poukazuje na význam zamestnanosti pre všetkých ľudí so zacielením na ľudí so zdravotným postihnutím, ktorí sa stretávajú s najväčšími prekážkami pri hľadaní si zamestnania.

**Abstract:** Importance of work for man confirms ecclesiastical theory, psychology, sociology, social work, and above all human experience. Unemployment brings decline, devastates individuals and society. Contribution highlights the importance of employment for all people targeted at people with disabilities who face the greatest obstacles in finding a job.

**ĽPúčové slová:** Človek so zdravotným postihnutím. Chránená dielňa. Kvalita života. Nezamestnanosť. Práca. Seberealizácia. Spoločenská užitočnosť. Zamestnanie.

**Keywords:** A person with disabilities. Sheltered workshop. The quality of life. Unemployment. Work. Self-realization. Social usefulness. Employment.

### 1 Práca a jej význam pre človeka

„Práca sa v kresťanskom chápaní pokladá za prirodzený údel a za činnosť, ktorá šľachtí človeka.“<sup>1</sup> Význam práce pre človeka je jednou z najdôležitejších tém, ktorá spoločnosť, ľudstvo neustále sprevádza. Práca má svoje nezastupiteľné miesto v živote každého človeka. Zamýšľali sa nad ňou početné osobnosti, početné inštitúcie, dospeli k rozličným vyjadreniam na túto tému, ale záverečný postoj všetkých skúmaní vyjadroval presvedčenie, že človek prácu nevyhnutne potrebuje pre plnohodnotný život.

Cirkev – najstaršia a najväčšia inštitúcia nášho sveta - je presvedčená, že práca je základným rozmerom existencie človeka na zemi. Toto svoje presvedčenie čerpá predovšetkým zo zjaveného Božieho slova, aby to, čo je presvedčením rozumu, nadobudlo aj povahu presvedčenia viery.<sup>2</sup>

Pohľad psychológie na význam práce pre človeka hovorí, že "práca predstavuje pre jedinca dôležitú podmienku jeho dôstojnej existencie, poskytuje mu nielen materiálny úžitok, ale aj pocit seberealizácie a spoločenskej užitočnosti. Psychologický význam práce je daný tým, že človeka formuje po stránke rozumovej, emocionálnej, duševnej aj telesnej. Na zdôraznenie významu práce poslúžia nasledujúce fakty: a) práca je základným, historicky prvotným druhom ľudskej činnosti; b) právo na prácu patrí k základným ľudským právam."<sup>3</sup> „Zamestnanie má v živote človeka nezastupiteľné postavenie. Je dôležitou podmienkou jeho dôstojnej existencie, prináša mu nielen

---

<sup>1</sup> VNUK, F.: *Príručný slovník kresťanstva*, Bratislava, Smaragd, 2003. 373 s. ISBN 80-89063-13-6.

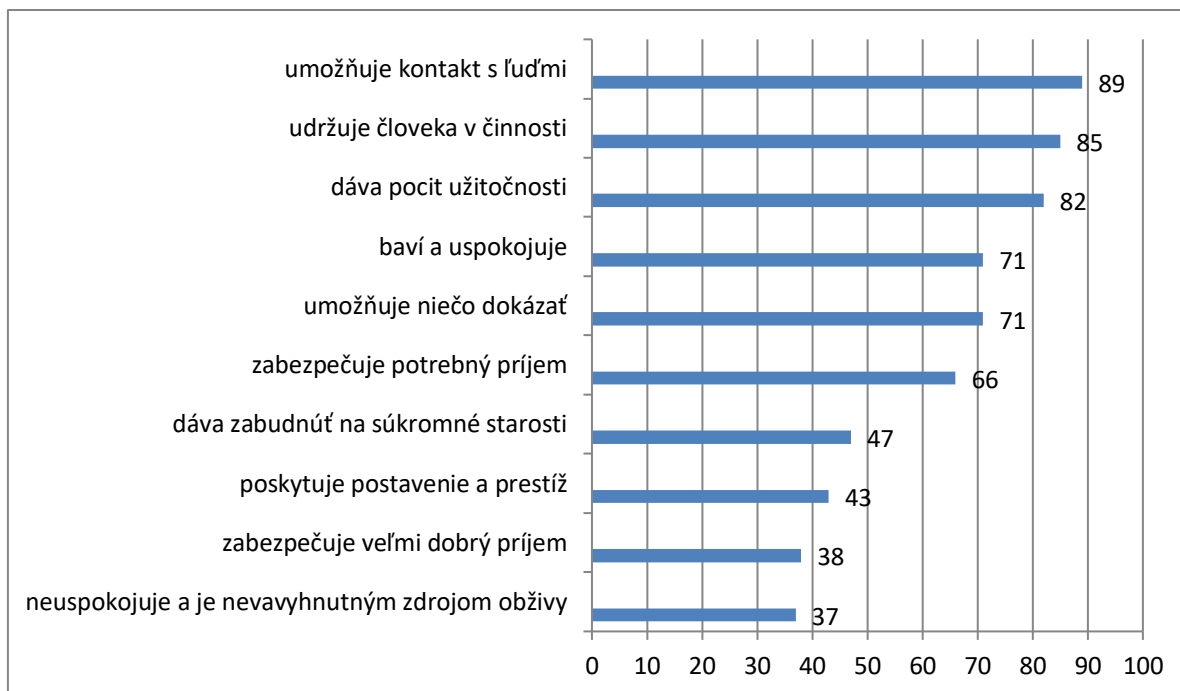
<sup>2</sup> JÁN PAVOL II. *Encyklika o ľudskej práci*. [online]. [cit. 2014-10-19]. Dostupné na internete: <http://www.kbs.sk/obsah/sekcia/h/dokumenty-a-vyhlasenia/p/dokumenty-papezov/c/laborem-exercens>

<sup>3</sup> FEDÁKOVÁ, D. *Nezamestnaní a dôsledky nezamestnanosti*. [online]. [cit. 2014-10-19]. Dostupné na internete: <http://www.saske.sk/cas/archiv/4-2003/fedakova-std.html>



materiálny prospech, ale súčasne mu dáva pocit sebarealizácie a spoločenskej užitočnosti.“<sup>4</sup> Sociálna práca na základe uskutočnených výskumov vníma prácu ako hodnotu, ktorú ľudia majú hneď za najdôležitejšími hodnotami súvisiacimi s rodinou a deťmi.

V empirickom výskume Kvalita pracovného života z roku 2005, uskutočneným Centrom pre výskum verejnej mienky, sa, okrem iného, zisťovalo, s akými skutočnosťami sa práca spája, aký zmysel práca pre človeka má. Zistenia sú zaujímavé a výrazne premieňajú predstavu práce ako činnosti, ktorú človek pre svoju spoločenskú existenciu musí vykonávať. Odpovede oslovených respondentov na otázku "Aký význam má pre človeka práca?" sú zobrazené v nasledujúcom grafe:



Graf: Počet odpovedí na otázku "Aký význam má pre človeka práca?" v %.

## 2 Ľudia bez práce - vplyv nezamestnanosti na človeka

Stratou zamestnania, či nemožnosťou nájsť si zodpovedajúce pracovné uplatnenie, je človek pozbavený možnosti realizovať sa a presadiť sa pri produkovani prospešných hodnôt, saturovať svoje potreby účasťou na spoločenskej del'be úloh a povinností. Potreba zmysluplnej aktivity nie je dostatočne alebo vôbec saturovaná. Nezamestnaní pociťujú narušenie denného režimu a bežného životného stereotypu. Tým, že nemajú žiadne povinnosti, môžu upadať do apatie a nečinnosti.<sup>5</sup> Osobitnou kategóriou sú mladí ľudia, ktorí práve doštudovali, u ktorých je veľmi potrebné dať im, zo strany spoločnosti, vízie, pocit zmysluplnosti života, podporovať v nich chcenie byť užitočnými pre spoločnosť. Títo mladí ľudia budú vytvárať budúcnosť našej krajiny v najbližšej dobe, budú mať deti, ktorým majú odovzdať správnu výchovu a skúsenosti.

<sup>4</sup> BUCHTOVÁ, B. et. al. *Nezamestnanosť*. 2002, Grada, s. 75, ISBN 978-80-7248-601-4

<sup>5</sup> FEDÁKOVÁ D.: *Nezamestnaní a dôsledky nezamestnanosti*, [online]. [cit. 2014-10-19]. Dostupné na internete: <http://www.saske.sk/cas/archiv/4-2003/fedakova-std.html>

Množstvo mladých ľudí po ukončení štúdia dnes však musí odísť preč z krajiny za prácou, alebo upadajú do pochybností, či si prácu vôbec budú môcť nájsť, a či to má zmysel. Za najčastejšie bariéry na trhu práce, ktoré bránia absolventom škôl nájsť si prácu, sú považované: nevyhovujúce vzdelanie, nedostatok praxe, neovládanie a skúsenosti práce s PC, neznalosť cudzích jazykoch.

Nezamestnanému ubieha čas pomalšie, nevie rozlíšiť pracovný deň od pracovného voľna. Nuda je jedným z najhoršie prežívaných udalostí, ktorá postihuje mladých nezamestnaných. Práca a zamestnanie je prekážkou ich nového života. Počítajú s podporou rodičov a príbuzných, ocenia akúkoľvek podporu štátu v nezamestnanosti. Vzhľadom na to, že dosiaľ nezískali pracovné zručnosti, nemôžu ich ďalej rozvíjať. Mnohých potom láka pohodlný život podľa svojich predstáv, čím môže nastať aj riziko sociálno-patologických javov, ako je kriminalita a rôzne závislosti.<sup>6</sup>

Pokiaľ nemôže nezamestnaný nájsť prácu dlhšiu dobu, dostáva sa do fázy adaptácie na štýl života nezamestnaného, pre ktorý je typická rezignácia, strata nádeje, fatalizmus, pasivita. Človek prestáva byť aktívny, pretože sa domnieva, že jeho snaha nemá zmysel, a pod vplyvom tohto presvedčenia, znižuje svoje aspirácie.

Strata zamestnania ovplyvňuje negatívnym spôsobom sebahodnotenie, znižuje sebaúctu, niekedy dokonca vedie k pocitu menejcennosti. Nezamestnaný môže mať pocit straty kontroly nad svojím životom, môže sa cítiť bezmocný. Pod vplyvom nejasnej budúcnosti a beznádeje dochádza k strate životnej perspektívy. Stav nezamestnanosti môže aktivitu človeka znížiť alebo akcelerovať. Znížená aktivita znamená, že jedinec na svoju situáciu rezignoval a nič nerieši. Často sa vzdáva a vníma nezamestnanosť ako svoj osud, na ktorom nič nezmení. Táto reakcia je častá u ľudí s nízkym vzdelaním a s mnohými negatívnymi skúsenosťami. Zvýšená aktivita vo forme posilnených vôľových vlastností sa môže prejaviť v snahe zlepšiť svoju situáciu a nájsť si prácu. V tejto súvislosti sa hovorí o tzv. fighting spirit, bojovnosti, ktorá je lepším predpokladom pre zvládnutie ťažkostí ako pasívna stratégia.<sup>7</sup>

### **3 Ľudia so zdravotným postihnutím a práca**

Ľudia so zdravotným postihnutím (ZP) rovnako potrebujú prácu ako ľudia zdraví. Všetky prejavy, ktoré majú ľudia dlhodobo nezamestnaní, a ktorým je potrebné predchádzať, majú aj ľudia so zdravotným postihnutím, avšak u nich sa prejavujú vo výraznejšej forme.

Je našou skúsenosťou, že napriek rovnakému právu ľudí so ZP na prácu, sa často vyskytuje názor, že zdravotné postihnutie je vec daná, ako osobný problém dotýčajúcich ľudí, ako ich osud, a viac sa tým zvyčajne nezaoberajú. Takýto postoj by však bol odmietnutý ako nezmyselný, keby sa takto pristupovalo ku otázke celkovej nezamestnanosti v našej krajine či na svete, pretože každý jednotlivец spoluutvára pomery spoločnosti, v ktorej žije, či už vedome alebo nevedome, či už svojím aktívnym prístupom, alebo naopak prístupom pasívnym. Rovnako to teda platí aj v situácii ľudí so ZP, ktorých postavenie a možnosti sme dostali za úlohu spoluutvárať s vedomím zodpovednosti voči svojim blízkym. Zrejme je dôležité sa zamyslieť nad postojom ku zdravotnému postihnutiu. Keď vychádzame z presvedčenia, že náhody neexistujú a

---

<sup>6</sup> LACA, S., MICHEL, R., LACA, P. *Nezamestnanosť mladých ľudí „absolventov“ ako súčasný sociálny problém spoločnosti*. [online]. [cit. 2014-10-19]. Dostupné na internete: <http://www.prohuman.sk/socialna-praca/nezamestnanost-mladych-ludi-absolventov-akosucasny-socialny-problem-spolocnosti>

<sup>7</sup> VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál, 2004. – 872 s. ISBN 80-7178-802-3.

všetko má svoj hlboký zmysel, platí to aj o zdravotnom postihnutí.

Zdravotné postihnutie je jedným z prostriedkov, spôsobov, akým je ľudstvo upozorňované na vlastný, skutočný zmysel bytia, ktorý spočíva vo veciach, ktoré zdravotné postihnutie ohroziť nemôže, teda vo veciach, ktoré sú nepominuteľné, večné. Ak sa zároveň uvedie fakt, že "cirkev je presvedčená, že práca je základným rozmerom existencie človeka na zemi", vyplýva z toho len zodpovednosť za vytváranie pracovných príležitostí aj pre ľudí so ZP.

Štát poskytuje možnosť ľuďom so ZP zamestnať sa v chránenej dielni alebo v chránenom pracovisku. Túto možnosť však dokáže využiť len zlomok ľudí so ZP, tí, ktorí sú najšikovnejší, a teda aj najmenej znevýhodnení svojim zdravotným stavom. Aké riešenie je prítomné pre tých, ktorí sú svojimi zdravotnými ťažkosťami veľmi obmedzení, ale pre ktorých práca je tiež základným rozmerom existencie na zemi?

Ak by sa človek so ZP s pomocou spoločnosti zapojil do pracovného života, je zrejmé, že bude k tomu potrebovať aspoň jednu, ak nie viac, pomáhajúcich osôb. A napriek tomu osoba so ZP nejaký "pracovný zázrak" zrejme nezrealizuje. Tu automaticky vzniká otázka kladená veľmi často, či má zmysel, aby jeden "nie práve šikovný" s pomocou ďalších vykonával prácu, ktorú by s ľahkosťou vykonal iný, zdravý človek. Vznikajú námietky, že je to neekonomické. Bolo by potešujúce, keby sa stále viac a viac ozývali v spoločnosti iné argumenty, ako napr. "je to ľudské, správne, užitočné".

Keby sa vytvorili nové pracovné miesta pre nezamestnaných ľudí ako miesta pracovných asistentov pre ľudí so zdravotnými problémami, urobilo by sa veľmi veľa dobrého. Bolo by to nielen ľudské, spolupatričné, výchovné, znížila by sa nezamestnanosť. Problém je momentálne vo víziách spoločnosti, v uprednostňovaní krátkodobej vízie s cieľom zarobiť teraz za každých okolností pred víziou dlhodobejšou, ktorá zohľadňuje dobro širšie, dobro všetkých členov spoločnosti.

#### **4 Ktoré spoločenské zmeny by sme mali podporiť pre pozitívny vývoj zamestnanosti?**

Mnohí odborníci (aj na problém nezamestnanosti) poukazujú na potrebnú zmenu školského systému v našej spoločnosti. V našich školách sa uprednostňuje takmer výlučne teoretický spôsob vyučovania, v ktorom žiaci nezískavajú potrebné praktické zručnosti. 95 percent všetkého času je v školách venovaných procesu memorovania.

Potrebný je celostný prístup k dieťaťu, človeku - pozornosť sa má zameriavať nielen na intelekt, ale aj na emócie, motiváciu, sociálne vzťahy, hodnotový systém, tvorivosť. Samozrejmosťou by mal byť individuálny prístup rešpektujúci špecifické možnosti u každého dieťaťa.

Ak by sa deti v školách – každé podľa svojich schopností – učili byť tvorivé, aktívne, zručné, nadšené zo života, ak by sa ich hodnotovému systému vtlácal rozmer zodpovednosti za svet, v ktorom žijú, spôsobom primeraným ich veku, vyrástla by pracovitá, zodpovedná, naplnená generácia ľudí. Zároveň by veľmi prospelo skultivovanie obsahu médií, v kombinácii s vytváraním zmysluplných voľnočasových aktivít pre deti a mládež.

Všetko je otázkou priorit našej spoločnosti, a je na nás samotných, aké vízie sa budeme snažiť realizovať.

## ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY

- BUCHTOVÁ, B. et. al.: *Nezamestnanosť*. 2002. Grada. s. 75, ISBN 978-80-7248-601-4
- FEDÁKOVÁ, D.: *Nezamestnaní a dôsledky nezamestnanosti*. [online]. [cit. 2014-10-19]. Dostupné na internete: <http://www.saske.sk/cas/archiv/4-2003/fedakova-std.html>
- DELFOVÁ, H., GEORG-LAUEROVÁ, J., HACKENESCHOVÁ, CH., LEMCKEOVÁ, M.: *Lexikón filozofie*. 1993. Nitrianske nakladateľstvo. 407 s. ISBN 80-215-0263-0
- JÁN PAVOL II. *Encyklika o ľudskej práci*. [online]. [cit. 2014-10-19]. Dostupné na internete: <http://www.kbs.sk/obsah/sekcia/h/dokumenty-a-vyhlasenia/p/dokumenty-papezov/c/laborem-exercens>
- JANDOUREK, J. *Sociologický slovník*. Praha: Portál, 2001. 288 s. ISBN 80-7178-535-0.
- LACA, S., MICHEL, R., LACA, P. *Nezamestnanosť mladých ľudí „absolventov“ ako súčasný sociálny problém spoločnosti*. [online]. [cit. 2014-10-19]. Dostupné na internete: <http://www.prohuman.sk/socialna-praca/nezamestnanost-mladych-ludi-absolventov-akosucasny-socialny-problem-spolocnosti>
- MATOUŠEK, O. *Slovník sociální práce*. Praha: Portál, 2003. 288 s. ISBN 80-7178-549-0.
- VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál, 2004. 872 s. ISBN 80-7178-802-3.
- VNUK, F. *Príručný slovník kresťanstva*, Bratislava, Smaragd, 2003. 373 s. ISBN 80-89063-13-6
- Zákon č. 5/2004 Z. z. o službách zamestnanosti a o zmene a doplnení niektorých zákonov.

## KONTAKT NA AUTORKU

MUDr. Marcela Strhárska  
Externá doktorandka  
Katolícka univerzita v Ružomberku  
Teologická fakulta Košice  
Katedra spoločenských vied  
Hlavná 89, 041 21 Košice, SR  
Mobil: 0904 494445  
e-mail: strharska@centrum.sk

# VOĽNOČASOVÉ AKTIVITY PRE RODINY S DEŤMI S PORUCHAMI SPRÁVANIA<sup>1</sup>

## LEISURE ACTIVITIES FOR FAMILIES WITH CHILDREN WITH BEHAVIORAL DISORDERS<sup>2</sup>

---

*Gréta Gáborová*

**Abstrakt:** V súvislosti s čoraz viac rozvíjajúcou a využívanou technikou, taktiež urýchleným spôsobom života, dochádza k znižovaniu trávenia voľného času rodičov s deťmi. Príspevok poukazuje na projekty a programy, ktoré sa pre rodiny realizujú s cieľom priblíženia správneho využitia voľného času a predchádzania sociálno-patologických javov v spoločnosti. Praktická časť príspevku podáva návrhy s aplikovaním metód sociálnej práce, ktoré sú zamerané na rodinu v rámci voľného času. Tieto aktivity pomáhajú k väčšej súdržnosti, dôvere a zlepšeniu komunikácie medzi členmi rodiny.

**Abstract:** In connection with increasingly developing a technique utilized, also accelerated way of life, there is a reduction of leisure of parents with children. Post notes on projects and programs that are implemented for families to approach the proper use of leisure and prevention of socio-pathological phenomena in the society. The practical part of the contribution made proposals to the application of social work methods, which are aimed at the family within the free time. These activities help to greater cohesion, trust and improve communication among family members..

**KLúčové slová:** Dieťa. Metódy sociálnej práce. Programy. Rodina. Sociálny pracovník. Voľnočasové aktivity.

**Key words:** Child. Methods of social work. Programs. Family. A social worker. Free time activities.

### Úvod

Vzhľadom na stúpajúci počet detí s poruchami správania a mnohokrát aj odchýlkami od spoločenských noriem, je nevyhnutné, aby sa tieto javy eliminovali. Dôvodom týchto negatívnych javov je hlavne to, že rodičia nemajú na svoje deti čas, a preto deti mnohokrát trávajú voľný čas so svojimi rovesníkmi, ktorí nie vždy majú na nich ten správny vplyv.

Vhodnou formou v rámci sociálno-právnej ochrany na znižovanie patologických javov sú voľnočasové aktivity. Tieto poskytujú rôzne sociálne zariadenia, neziskové organizácie, nízko prahové centrá, sociálne centrá a centrá pre rodiny s deťmi prostredníctvom projektov a rôznych programov.

Rodičia by si mali vedieť rozdeliť čas, a to tak, aby mali čas na svoju prácu, zamestnanie, ale hlavne aj na trávenie voľného času so svojimi deťmi. Rovnako úlohou detí je tiež správne rozdelenie času v škole, ale aj po vyučovaní.

---

<sup>1</sup> Príspevok spracovaný v rámci projektu KEGA 018KU-4/2013 - *Výskum využívania aktivizujúcich metód v sekundárnom vzdelávaní predmetu sociálnoprávna ochrana a tvorba nových učebných pomôcok pre ich implementáciu do edukačného procesu.*

<sup>2</sup> Contribution elaborated in the framework of the project KEGA 018KU-4/2013 - *The research of using activating methods in secondary education in the subject of social- legal protection and creating of new teaching instruments for thier implematation in the educational proces.*

Sociálna práca sa snaží podporovať sociálne fungovanie klienta a jeho rodiny, v ktorom je zahrnutá aj problematika prežívania voľného času. Patrí tu hlavne sociálne prostredie klienta, jeho adaptačné schopnosti a kapacita uspokojivo prežívať voľný čas. V prípade, ak prostredie rodiny vytvára neadekvátne podmienky, môže jej pomôcť sociálny pracovník, ktorý spolupracuje s rodinou v rôznych zariadeniach, ale aj v domácom prostredí rodiny a často pomáha členom rodiny tým, že im navrhuje alternatívy ako adekvátne tráviť spolu väčšinu voľného času tak, aby participovali vo svojom voľnom čase podľa svojich potrieb a záujmov.<sup>3</sup>

Dobrá súdržnosť medzi členmi rodiny pozitívne pôsobí na celkový vývin dieťaťa, a tak na jeho zaradenie do spoločenského života a, okrem toho, plní funkciu vo výchove osoby.<sup>4</sup>

V tomto príspevku sa budeme zaoberať správnym trávením voľného času a to zapojením rodiny do aktivít, ktoré napomáhajú k rozvoju osobnosti, slúžia ako terapia, posilňujú sebavedomie a seba prijatie a nabádajú členov rodiny k väčšej dôvere.

To, ako deti trávia voľný čas bez svojich rodičov, je prejavom toho, že deti sú akoby „zrkadlom“ rodičov, pokladajú svojich rodičov za najlepších „priateľov“ zo všetkých. Deti sa snažia opakovať životný štýl rodičov a spoločnosti. Preto je aj úlohou nielen rodičov, ale aj občianskych združení v rámci neziskových organizácií, osvetly a rómskych komunitných centier, aby sa snažili o neustálu osvetu.<sup>5</sup>

Pri práci s dieťaťom s poruchami správania a rodinou tohto dieťaťa by mal sociálny pracovník poznať a zohľadňovať celú situáciu rodiny, a tak vytvárať, koordinovať a navrhovať možnosti správneho využívania voľného času hlavne vytváraním projektov, informovaním o svojpomocných skupinách a zapojením rodiny do aktivít v rámci Centier pre rodinu. Sociálny pracovník má zohľadňovať špecifiká detí, špecifiká okruhu problému - rizikové asociálne správanie, problém minorít a v neposlednom rade vplyvy externého prostredia.

Dôležitá je aj spolupráca s inštitúciami, ktorá napomáha k organizácii detí zo sociálne znevýhodneného prostredia a k ich aktívnej participácii.

### **Práca sociálneho pracovníka s rodinou a dieťaťom v rámci voľnočasových aktivít**

Jednou z úloh sociálneho pracovníka je iniciovanie a povzbudzovanie rodiny k utváraniu voľnočasových aktivít. Okruhmi sociálnej práce vo voľnom čase je prečo a akými metódami pracovať s klientmi v ich voľnom čase tak, aby bolo podporované ich sociálne fungovanie a integrácia. Sociálny pracovník musí primerane pracovať s klientom, zohľadňovať jeho vek, schopnosti a sociokultúrny kontext. Voľnočasové aktivity sú účinné pri sociálnej prevencii, diagnostike a terapii.<sup>6</sup>

---

<sup>3</sup> Porov. HAMBÁLEK, V. *Úvod do voľnočasových aktivít s klientskými skupinami sociálnej práce*. Bratislava : OZ Sociálna práca, 2005, s. 11-12.

<sup>4</sup> Porov. LACA, S. – LACA, P. *Úvod do sociálnej pedagogiky*. Bratislava : VŠZaSP, 2013, s. 79.

<sup>5</sup> Pri utváraní voľného času je dôležité zohľadniť potreby a slobodnú vôľu detí, rovesnícke väzby, vzory a významné osoby v okolí dieťaťa, širšiu sociálnu sieť a vplyv masmédií. Porov. HAMBÁLEK, V. *Úvod do voľnočasových aktivít s klientskými skupinami sociálnej práce*. s. 50.

O problémoch detí, ich odchýlkach v správaní ako aj o možnostiach pomoci rodinám píše Lešková. Porov. LEŠKOVÁ, L. *Field social work – help for group of children in danger*. Brno : Tribun EU, 2010, s. 23-29. porov. LEŠKOVÁ, L. *Krizisben és válóféiben lévő családok problémái és hatásuk a gyermekekre*. In *Deliberationes*. Vol. 3, No. 1 (2010), s. 101-114.

<sup>6</sup> Sociálna práca vo voľnom čase môže zahŕňať pomoc jednotlivcom, alebo skupinám pri prežívaní voľného času a manažment voľného času, kde je potrebné vytvárať podmienky na lokálnej úrovni napr. v rámci komunity. Stopková uvádza, že je veľmi dôležitá voľba správnych metód a výber materiálnych

Pri práci je nesmierne dôležité zvoliť vhodnú metódu a formu. Pri plánovaní činností postupuje sociálny pracovník spoločne s deťmi od analýzy situácie, pri ktorej sa zisťujú očakávania, možnosti a podmienky práce, reflexia cieľov detí, k analýze potrieb členov rodiny v snahe napomáhania pri riešení sociálneho problému a zmiernenia porúch správania dieťaťa.<sup>7</sup>

V dnešnej dobe je veľa detí, ktoré nevedia, ako majú správne tráviť voľný čas, a tak sa nudia. Navyše rodičia sa dostatočne nevenujú svojim deťom a nechávajú im „voľný“ priestor.<sup>8</sup> Deti často vidia východisko v televízii alebo v hraní počítačových hier, ktoré negatívne vplyvajú nielen na zdravotnú stránku dieťaťa, ale aj psychickú, kde mnohokrát dochádza k poruchám správania a k odchýlkam od spoločenských noriem.<sup>9</sup> Potom sa u detí sa prejavuje agresivita alebo hyperaktivita, záškoláctvo a drobné krádeže<sup>10</sup>.

Voľnočasové aktivity ovplyvňujú rodičov, výchovu, pôsobia na deti, zahrňujú v sebe neformálne vzdelávanie a tiež poradenstvo. Sem patrí výchova zážitkom, streetwork, animácia.

Sociálny pracovník často pracuje s rómskou rodinou, v ktorej má dieťa poruchu správania. Spolupráca s rodičmi je potrebná z dôvodu zlepšenia dôvery medzi členmi rodiny a vytvorením lepšej súdržnosti. Spolupracovať s rodinou môže v komunitných centrách, v neziskových organizáciách, občianskych združeniach, a to vytváraním rôznych projektov na aktivizáciu a pomoc rodinám s deťmi.

### **Činnosť sociálnych zariadení poskytujúcich voľnočasové aktivity pre rodiny s deťmi**

Ako prevencia pred sociálnou patológiou sa javí vhodné zaradenie širokého spektra voľnočasových aktivít. Tieto môžu deti, ako aj ich rodičia, realizovať vo viacerých zariadeniach, ktoré ponúkajú možnosť rozvíjania svojich talentov a taktiež vzdelávacie aktivity.<sup>11</sup>

---

prostriedkov, ktoré sú k dispozícii pomáhajúcim pracovníkom, nakoľko práve prostredníctvom nich je možné sústrediť pozornosť dieťaťa a aktivizovať jeho záujem. Porov. STOPKOVÁ, A. Výber aktivizujúcich metód a ich využitie vo vybraných prípadoch vyučovacieho procesu. In *Nové aspekty v sociálno-právnej ochrane*. Prešov : Michal Vaško, 2014, s. 146.

<sup>7</sup> „Voľnočasový“ sociálny pracovník má rolu poradcu pre voľný čas a sociálne problémy detí, organizátora podujatí pre rodičov, detí, plánovača a stratéga voľnočasových potrieb komunity.

<sup>8</sup> Porov. VIEHOFFOVÁ, H. – REUYSOVÁ, E. Jak s detmi trávit voľný čas. Praha : Portál, 1996, s. 7.

<sup>9</sup> K najčastejším poruchám správania detí patrí: agresivita voči ľuďom, úteky, záškoláctvo, krádež, klamstvo, hyperaktivita, vandalizmus, nerešpektovanie a porušovanie pravidiel, delikvencia vo forme tuláctva a sexuálne delikty. K poruchám správania detí najčastejšie dochádza z dôvodu nedostatočnej výchovy dieťaťa zo strany rodiča, z „nedostatku“ času na dieťa. Avšak na poruchy správania vplyvajú aj iné vonkajšie a vnútorné faktory. Poruchy správania detí sú sprevádzané ďalšími poruchami: porucha učenia, koncentrácie, komunikácie, nálad, nedostatok sebadôvery, porucha jemnej a hrubej motoriky. (Porov. ZELINKOVÁ, O. Poruchy učení. Praha : Portál, 1994. s. 164-167.

<sup>10</sup> Krádež sa prejavuje u detí, ktorým rodičia nechali voľnosť v trávení voľného času. Dieťa chce upozorniť na seba, niekedy aj z dôvodu toho, že sa mu rodičia nevenujú, a tak upútava na seba pozornosť. Porov. DELAROCHE, P. Rodiče, nebojte se říkat NE. Praha : Portál, 2007. s. 81-82.

<sup>11</sup> Na Slovensku poskytujú priestor pre voľnočasové aktivity viaceré zariadenia, občianske združenia i neziskové organizácie (NO), ktorých zoznamy sú uvedené v registroch príslušných samosprávnych krajov.

Priestor pre takéto aktivity poskytujú i saleziánske strediská. Bližšie problematiku popisuje L. Urbanová. Porov. URBANOVÁ, L. Aktivizujúce metódy a ich využitie v saleziánskych strediskách. In *Nové aspekty v sociálno-právnej ochrane*. Prešov : Michal Vaško, 2014, s. 160-163.

V rámci tohto príspevku sa budeme zaoberať len vybranými zariadeniami,<sup>12</sup> ktoré ponúkajú možnosti voľnočasovej realizácie pre deti, resp. rodiny, pričom cieľom nebude popísať všetky zariadenia, ale len poukázať na to, že existuje priestor, kde sa pracuje s deťmi s poruchami správania a ich rodičmi, v snahe zmierniť tieto negatívne prejavy, zblížiť členov rodiny, upraviť vzťahy v rodine a napomôcť lepšiemu fungovaniu rodiny.

### 1. Rómske komunitné centrá

Ponuku voľnočasových aktivít poskytujú najčastejšie *rómske komunitné centrá*. Tieto zariadenia sú otvorené predovšetkým v poobedňajších hodinách, aby sa zabezpečila spolupráca rodičov s deťmi. Pri práci sa využívajú činnosti zamerané na podporu identity (romipen), vzdelávania, odstránenia negramotnosti, tréningy zamerané na rozvoj zručností, osvojenia si rómskych zvykov, tradícií a jazyka.<sup>13</sup> Poskytuje sa tu poradenstvo, hry a prednášky. Tieto pomáhajú pri eliminovaní porúch dieťaťa, ak ide o agresívne dieťa alebo hyperaktívne dieťa, záškoláka a dieťa, ktoré má sklony ku krádeži a klamstvu.

### 2. Sociálne centrum

*Sociálne centrum* Maják sa nachádza v Zlatých Moravciach. Od apríla 2006 zabezpečuje projekt s názvom *Deti sú naša budúcnosť*. Poskytuje činnosti najmä pre rómske rodiny s deťmi zabezpečovaním aktivít so zámerom osvojovania rómskeho jazyka a zlepšovaním vzťahov medzi členmi rodiny prostredníctvom využitia metód sociálnej práce. Uplatňuje sa tu pozorovanie, rozhovor, hry a ventilácia. Hra pomáha dieťaťu rozvíjať jeho osobnostný potenciál, osvojenie vedomostí, zručností, mnohokrát aj slovnej zásoby. Na základe spolupráce rodičov sa predchádza umiestňovaniu detí do špeciálnych škôl.<sup>14</sup>

### 3. Občianske združenia

*Občianske združenie (OZ)* Nádej deťom poskytuje aktivitu s názvom *Klubová činnosť*. Deti učia slušne sa správať, poskytujú sa vzdelávacie programy aj pre rodičov o zdravom životnom štýle, hygiene a plánovanom rodičovstve. Sem patrí aj charitatívna pomoc sociálne slabším rodinám. Poskytuje sa tu projekt s názvom *Deti ulice* na prevenciu záškoláctva a poskytovanie predškolskej výchovy.<sup>15</sup>

OZ od júna 2003 do júla 2004 zabezpečilo projekt „Zodpovednosť“, v ktorom cieľovou skupinou boli sociálne odkázané a neprispôsobivé rodiny. Aktivity boli zamerané na pomoc rodičom pri príprave vstupu dieťaťa do školy a preberanie zodpovednosti za ich vzdelávanie.<sup>16</sup>

---

12 Ide o nasledovné zariadenia: NO, občianske združenie Maják: Rómske komunitné centrá, sociálne centrum Maják v Zlatých Moravciach, občianske združenie Nádej v Bratislave, neziskové zariadenia.

13 Rómski rodičia nevedú deti k osvojovaniu slovenského jazyka. Preto veľa týchto detí zlyháva nielen vo svojej rómskej komunite, ale aj v škole, čo sa prejavuje tým, že deti nerozumejú pedagógom, a tak majú zhoršené známky v škole, vyrušujú počas výučby, vykrikujú, sú nepozorné.

14 JUSTOVÁ, M. - RAKOVSKÁ, G. – ORAVCOVÁ, Z. *Deti sú naša budúcnosť*. Trnava : ROTAP, 2006. s. 13-17.

15 ŠOLTÉSOVÁ, V. – ROBERTSON, R. *Misiológia so zameraním na rómske komunity*. Banská Bystrica : Pedagogická fakulta UMB, 2004. s. 68-71.

16 V rámci projektu „Zodpovednosť“ sa poskytli pre deti a ich rodičov prednášky týkajúce sa zdravej výživy, protidrogovej činnosti, sexuálnej výchovy a práv detí.



Pre rodičov s deťmi s poruchami správania a pre elimináciu sociálno - patologických javov a odchýlok správania je dôležité poskytnutie poradenstva od sociálneho pracovníka alebo poradcu.

Je dôležité vedieť, že od členov rodiny závisí, ako sa k danému problému postavia, a aký majú záujem ho riešiť. Preto je potrebná resocializácia, ktorá zahŕňa sociálno-výchovné pôsobenie. Stotožňujeme sa s viacerými autormi, ktorí taktiež považujú resocializáciu za potrebnú.<sup>17</sup>

#### 4. Neziskové zariadenia

Nezisková organizácia v Nitre otvorila nízko prahové denné centrum pre deti a rodinu. Poskytuje pomoc deťom a rodinám s deťmi, ktoré sú ohrozené sociálnym vylúčením, alebo majú obmedzenú schopnosť sa spoločensky začleniť, samostatne riešiť svoje problémy pre svoje životné návyky a spôsob života. V rámci voľnočasových aktivít poskytuje športové aktivity, rozvoj vzdelávania, komunitné stretnutia k problémovým situáciám detí a mládeže. Rodičom sa poskytuje poradenský rozhovor pri záškolsťve detí a závislostiach členov rodiny.<sup>18</sup>

#### Formy a metódy používajúce pri práci s deťmi s poruchami správania

Pri práci s dieťaťom je dôležité uplatňovať metódy sociálnej práce. Vo vybraných prípadoch porúch dieťaťa poukážeme na to, ako eliminovať nepriaznivé prejavy správania dieťaťa a vytvoriť tak lepšie vzťahy medzi dieťaťom a rodičmi, a to prostredníctvom použitia metód.

V rámci voľnočasových aktivít je potrebná aj hra s dieťaťom ako metóda sociálnej práce. Hra má význam nielen pre deti, ale aj pre dospelých. Prostredníctvom hry dieťa získava poznatky o okolitom svete.<sup>19</sup> Hrou sa nenásilne učí, osvojuje si nové slová, názvy predmetov, získava zručnosti a návyky. Prostredníctvom hry si dieťa rozširuje aj slovnú zásobu a schopnosť komunikácie so svojím sociálnym prostredím a taktiež sa pripravuje na svoje budúce povolanie. Prostredníctvom hry rozširuje citovú oblasť. Dieťa do hry môže prenášať prvky z rodiny, mnohokrát správanie odpozorované od rodičov. Hra rodiča s dieťaťom navzájom sociálne zblízuje, podporuje komunikáciu, slúži ako prostriedok prevencie odchýlky od noriem spoločnosti.<sup>20</sup>

K podpore zlepšenia vzťahov medzi členmi rodiny prispieva v rámci voľného času aj šport, ktorý slúži k rozvíjaniu osobnosti, pri ňom sa cvičí priateľstvo a disciplína. Úlohou rodičov je vytvoriť u detí záujem o šport. Športové aktivity pomáhajú hyperaktívnemu dieťaťu pri zmiernení jeho prejavov a umožňujú dieťaťu sústrediť sa na činnosť.<sup>21</sup>

---

<sup>17</sup> Autorka Levická píše o tom, že sociálny pracovník je osoba, ktorá napomáha klientovi, alebo rodine včleniť sa do celku. LEVICKÁ, J. a kol. *Sociálna práca s rodinou*. Trnava : Mosta, FZSP TU, 2004, s. 205. Ďalší autor Schavel hovorí, že resocializácia znamená opätovné zaradenie jednotlivca do spoločnosti a s ním súvisiace znovu preberanie jej noriem a hodnôt. Porov. SCHAVEL, M. et al. *Sociálna prevencia*. Bratislava: VŠZaSP, 2010, s. 45.

<sup>18</sup> CENTRUM SLNIEČKO, N.O. *Neziskové zariadenia [online]*. [cit. 2014-10-12]. Dostupné na internete: <<http://www.centrumslniecko.sk/sk/nizkoprahove-denne-centrum-pre-deti-a-rodinu-%28ndcdr%29%29>>

<sup>19</sup> Porov. MATĚJČEK, Z. *Rodiče a děti*. Brno: Avicenum, 1986. s. 129-130.

<sup>20</sup> Hra dieťaťa je nápomocným prostriedkom socializácie, kde dieťa odhaľuje súvislosti a vzťahy v rodine a v spoločnosti, uspokojuje potrebu činnosti, zabezpečuje mu poznávanie nových vecí, sebaovládanie, komunikáciu, získanie nových zručností. <http://www.people.ksp.sk/vyvinovka.doc>

<sup>21</sup> Porov. HAAS, I. *Ostatní děti směji všechno..* Praha: Portál, 1991. s. 171-173.

Voľnočasové aktivity pomáhajú aj dieťaťu, ktoré má sklony ku krádeži. Dieťa má tendenciu v obchode zobrať, čo vidí, napriek tomu, že vie, že je to neprávne. Je to z dôvodu nepriaznivej ekonomickej situácie rodiny, z dôvodu toho, že ho to naučili jeho kamaráti, alebo na dieťa vplývali iné vonkajšie vplyvy. Takému dieťaťu pomáhajú činnosti spolu s rodinou, kde dieťa pochopí, čo si môže dovoliť a čo nie.<sup>22</sup> V takomto prípade sa v komunitnom centre môže spolu so komunitným pracovníkom použiť metóda Hrania rolí (tabuľka 1)

Veľakrát sú nápomocné aj voľnočasové aktivity, ktoré poskytujú občianske združenia a sociálne centrá.

Dieťa s prejavmi agresivity sa snaží vybiť zlosť na niekom inom, z dôvodu nesprávneho využitia voľného času, zlých vzorov v okolí dieťaťa a nedostatku pohybu. Veľa takýchto detí je panovačných, hašterivých, s tendenciou byť všade prvý. Dieťa má sklony robiť v škole svojim spolužiakom zle, šikanovať ich. Práca s agresívnym dieťaťom je náročná, pritom sú však potrebné aktivity v spolupráci s rodičmi dieťaťa.<sup>23</sup>

Preto podávame návrh, ako pracovať s agresívnym a hyperaktívnym dieťaťom, a to využitím metód, ktoré sa uplatňujú v sociálnej práci. Metódy pomáhajú zlepšiť komunikáciu a vzťahy v rodine, ktorá má dieťa s poruchami správania.

Tabuľka 1 **Návrh práce s agresívnym dieťaťom**

<b>Porucha správania dieťaťa</b>	Agresivita
<b>Miesto voľnočasovej rodičov s deťmi relizácie aktivity</b>	Centrum pre rodiny s deťmi
<b>Použitá metóda</b>	Hranie rolí, Rozhovor, Pozorovanie
<b>Postup práce</b>	Úlohou rodičov bude zaviesť pevné hranice, dôslednosť, kde rodič nesmie ustúpiť. Aj tu sa môže uplatniť metóda hrania rolí, kde rodič bude hrať agresívne dieťa a úlohou dieťaťa bude prejavovať pocity, povzbudiť ho k vyjadrovaniu svojho správania a pocitov, ako sa ono teraz cíti. Táto metóda môže napomôcť dieťaťu zmeniť svoje správanie a eliminovať agresivitu. Činnosť sa môže aj nahrávať, kde potom sociálny pracovník môže poukázať na pozitívne a negatívne prvky, ktoré treba napraviť.

<sup>22</sup> Porov. DELAROCHE, P. *Rodiče, nebojte se říkat NE*. s. 81-82.

<sup>23</sup> Porov. ZELINKOVÁ, O. *Poruchy učení*, s. 168-169.

Tabuľka 2 Návrh práce s hyperaktívnym dieťaťom

<b>Porucha správania dieťaťa</b>	Hyperaktivita
<b>Miesto voľnočasovej rodičov s deťmi relizácie aktivity</b>	Nížkoprahové centrum
<b>Použitá technika</b>	Arteterapia
<b>Postup práce</b>	Navrhujeme pomoc rodičom, ktorí majú hyperaktívne dieťa, aby v rámci tejto terapie hrali na hudobných nástrojoch, kde sa môže zapojiť aj dieťa. Hudba a pomalé jemné melódie spomalia jeho rýchle prejavy a pohyby končatín a zmiernia nepozornosť dieťaťa. Taktiež zlepšia vzťahy medzi členmi rodiny, vzájomnú súdržnosť a trpezlivosť.

## Záver

Voľnočasové aktivity slúžia v rámci sociálno-právnej ochrany ako prevencia sociálno-patologických javov. K tomu je ale potrebné správne využitie voľného času, ktoré poskytujú zariadenia. Sociálny pracovník pri výbere aktivít pri práci s rodičmi a deťmi musí rešpektovať potreby, schopnosti a motiváciu klientov.

S rodinou môže spolupracovať v sociálnych zariadeniach, ktoré pomáhajú rodine pri znižovaní prejavov porúch správania detí. K eliminovaniu sociálno-patologických javov sociálny pracovník používa metódy sociálnej práce. Nielen od neho, ale predovšetkým od rodiny a dieťaťa závisí, ako sa budú podieľať na riešení svojho problému.

## ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY

- DELAROCHE, P. *Rodiče, nebojte se říkat NE*. Praha : Portál, 2007. 138 s. ISBN 978-80-7367-347-5.
- GABURA, J. *Sociálne poradenstvo*. Bratislava : Občianske združenie Sociálna práca, 2005. 222 s. ISBN 80-89185-10-X.
- HAAS, I. *Ostatní děti směji všechno..* Praha : Portál, 1991. 185 s. ISBN 80-85282-10-0.
- HÁJEK, B. – HOFBAUER, B. – PÁVKOVÁ, J. *Pedagogické ovlivňování volného času*. Praha : Portál, 2008. 239 s. ISBN 978-80-7367-473-1.
- HAMBÁLEK, V. *Úvod do voľnočasových aktivít s klientskými skupinami sociálnej práce*. Bratislava : OZ Sociálna práca, 2005. 80 s. ISBN 80-89185-11-8.
- JUSTOVÁ, M. – RAKOVSKÁ, G. – ORAVCOVÁ, Z. *Deti sú naša budúcnosť*. Trnava : Rotap, 2006. 32 s. ISBN 978-80-969704-6-9.
- LABÁTH, V. *Riziková mládež*. Praha : Sociologické nakladateľstvo, 2001. 158 s. ISBN 80-85850-66-4.
- LACA S. – LACA P. *Úvod do sociálnej pedagogiky*. Bratislava : VŠZaSP, 2013. 235 s. ISBN 978-80-89392-56-8.

- LEŠKOVÁ, L. *Field social work – help for group of children in danger*. Brno : Tribun EU, 2010. 66 s. ISBN 978-80-7399-928-5.
- LEŠKOVÁ, L. Krízisben és válófélben lévő családok problémái és hatásuk a gyermekekre. In *Deliberationes*. Vol. 3, No. 1 (2010), s. 101-114. ISSN 1789-8919.
- LEVICKÁ, J. a kol. *Sociálna práca s rodinou*. Trnava : Mosta, FZSP TU, 2004, 220 s. ISBN 80-8907-493-6.
- MATEJČEK, Z. *Rodiče a děti*. Brno : Avicenum, 1986. 335 s.
- NELEŠOVSKÁ, A. *Pedagogická komunikace v teorii a praxi*. Praha : Grada Publishing, 2005. 170 s. ISBN 80-247-0738-1.
- POKORNÁ, V. *Cvičení pro děti se specifickými poruchami učení*. Praha : Portál, 1998. 153 s. ISBN 80-7178-326-9.
- SCHAVEL, M. et al. *Sociálna prevencia*. Bratislava : VŠZaSP, 2010, 267 s. ISBN 97-8808-927-122-1.
- STOPKOVÁ, A. Výber aktivizujúcich metód a ich využitie vo vybraných prípadoch vyučovacieho procesu. In *Nové aspekty v sociálno-právnej ochrane*. Prešov : Michal Vaško, 2014. s. 145-157. ISBN 978-80-7165-948-8.
- ŠOLTÉSOVÁ, V. – ROBERTSON, R. *Misiológia so zameraním na rómske komunity*. Banská Bystrica : Pedagogická fakulta UMB, 2004. 84 s. ISBN 80-8055-936-8.
- URBANOVÁ, L. Aktivizujúce metódy a ich využitie v saleziánskych strediskách. In *Nové aspekty v sociálno-právnej ochrane*. Prešov : Michal Vaško, 2014. s. 158-170. ISBN 978-80-7165-948-8.
- VIEHOFFOVÁ, H. – REUYSOVÁ, E. *Jak s detmi trávit volný čas*. Praha : Portál, 1996. 180 s. ISBN 80-7178-073-1.
- ZELINKOVÁ, O. *Poruchy učení*. Praha : Portál, 1994. 196 s. ISBN 80-7178-481-8.

#### **Internetové zdroje**

<http://www.people.ksp.sk/vyvinovka.doc>

CENTRUM SLNIEČKO, N.O. *Neziskové zariadenia [online]*. [cit. 2014-10-12]. Dostupné na internete: <<http://www.centrumslniecko.sk/sk/nizkoprahove-denne-centrum-pre-deti-a-rodinu-%28ndcdr%29>>

#### **KONTAKT NA AUTORKU**

Mgr. Gréta Gáborová

Interná doktorandka

Katolícka univerzita v Ružomberku

Teologická fakulta Košice

Katedra spoločenských vied

Hlavná 89, 041 21 Košice, SR

e-mail: [salbeth902@gmail.com](mailto:salbeth902@gmail.com)

tel.: 0910 223 536

# NÁSILIE V RODINE

## VIOLENCE IN THE FAMILY

---

Vladimír Lichner - Dušan Šlosár

**Abstrakt:** Násilie odohrávajúce sa v rodinách je závažným sociálnym problémom. Jeho spoločenské vnímanie v našich podmienkach je však stále na úrovni viac ako problému individuálneho než systémového. Problematiku násilia v rodinách je nutné chápať multidisciplinárne a na jej riešenie je potrebné systémovo pôsobiť jednak v rovine riešenia konkrétnych prípadov, ako i v rovine preventívneho spoločenského pôsobenia. Zámerom analytického príspevku je popísať najčastejšie druhy a formy násilia v rodinách, jeho vznik, najčastejšie dôsledky, ako i možné stratégie riešenia z rôznych úrovní sociálnej práce.

**Abstract:** Violence taking place in families is a serious social problem. Its social perception in our country is still as individual problem than the social problem. The issue of the family violence must be understood multidisciplinary and to address it is necessary to act systemically in a plane solutions for specific cases as well as in the preventive social action. The aim of this analyze is to describe the most common types and forms of family violence, its origin, the most common consequences as well as possible strategies to address the different levels of social work.

**Kľúčové slová:** Domáce násilie. Násilie páchané na ženách. Násilie páchané na mužoch. Násilie páchané na deťoch. Násilie páchané na senioroch.

**Keywords:** Domestic violence. Violence against women. Violence against men. Violence against children. Violence against seniors.

### Základné teoretické východiská

Rodinné násilie je globálnym problémom, dotýka sa všetkých sfér spoločnosti a postihuje všetky aspekty ľudského bytia. Nemalo by ostať chráneným a utajovaným v súkromí rodiny.<sup>1</sup> Je to problematika, ktorej vymedzeniu sa v ostatnom období venuje množstvo autorov. V odbornej literatúre i politických dokumentoch je možné nájsť k tomuto problému veľké množstvo definícií. Rozdiely v jednotlivých vymedzeniach spočívajú v šírke záberu a v účele, na ktorý sa definícia využíva, ale aj v tom, či sa zameriava na popis foriem násilia, jeho príčin či dôsledkov alebo na úmysel páchatel'a násilia. Definície sa líšia i podľa toho, či chcú rozlíšiť medzi náhodným a rodovo podmieneným násilím. Stále pretrváva problém s definíciou domáceho násilia, dokonca každá disciplína, ktorá sa násilím zaoberá, sa usiluje o vytvorenie vlastnej definície.<sup>2</sup> V tejto súvislosti je možné špecifikovať niekoľko typov definícií domáceho násilia, ktoré sa rozdeľujú na:

- normatívne definície
- klinické definície

---

<sup>1</sup> Porov. HALACHOVÁ, M. Domáce násilie páchané na deťoch. In FABIAN, A. a kol. *Svet sociálnej práce*. Košice : Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach, 2014. s. 53 – 64.

<sup>2</sup> Porov. BÚTOROVÁ, Z. - FILADELFIOVÁ, J. (eds.). *Násilie páchané na ženách ako problém verejnej politiky*. Bratislava : IVO, 2005. 131 s.

- výskumne definície - založené na kombinácii klinického a normatívneho prístupu
- spoločenské definície - zahŕňajú sociálne podmienené vzťahy medzi obeťou a agresorom
- definície vývojovej psychológie - akcentujú dopady na vývoj dieťaťa
- feministické definície.<sup>3</sup>

Obsah definícií závisí primárne od toho, z akého zdroja sa čerpajú informácie na teoretické zovšeobecnenia.

Samotný pojem „domáce násilie“ vznikol ako preklad anglického termínu „domestic violence“. V praxi sa môžeme stretnúť s rôznymi prejavmi domáceho násillia. Ide o:

- fyzické násilie
- sexuálne násilie
- psychické násilie
- sociálne násilie
- ekonomické násilie.<sup>4</sup>

Fyzické násilie je najzávažnejším prejavom agresie v intímnom vzťahu. Najčastejšie sa objavuje vo forme faciek, postrkávania, bitiek päťami, ťahania za vlasy, hryzenia, kopania, pokusy o škrtenie, trasenie, bodanie, odopieranie spánku a jedla až po útoky na život. Ide tiež o konanie agresora, ktoré nemusí byť bežné a nemusí ani obeť fyzicky ublížiť. Ako napr.: zviazanie, mierenie zbraňou, prinútenie k požitiu drog a pod..

Psychické násilie je najbežnejším aspektom domáceho násillia a často práve toto napácha najväčšie škody. Následky takéhto týrania, ktoré môže trvať aj celé roky, môžu zmeniť osobnosť obeť, ktorá potom v budúcnosti môže bez pomoci a podpory len veľmi ťažko viesť plnohodnotný život. Môže sa prejavovať nadávaním, neustálym kritizovaním, ponižovaním, urážaním, zosmiešňovaním, obviňovaním, zákazmi, zastráňovaním, zverejňovaním nepríjemných faktov a informácií, ovplyvňovaním a využívaním detí, rozkazovaním, terorizovaním, vydieraním, zosmiešňovaním obeť na verejnosti, dôslednou kontrolou všetkého, čo obeť urobí, s kým sa stretáva, kam chodí, spochybňovaním duševného zdravia obeť a podobne.

Sociálne násilie môže mať podobu zákazu kontaktu s rodinou, priateľmi, izoláciou obeť, Kontrola vhodnosti chovania a jednania obeť využívanie detí alebo iných osôb ako prostriedku nátlaku na obeť.

Ekonomické násilie je obmedzovanie prístupu k peniazom neposkytovanie prostriedkov na spoločnú domácnosť a na deti, úplná kontrola nad príjmom a výdavkami obeť, zatajovanie ekonomickej situácie páchatel'a a rodiny a mnoho ďalších možností. Ak drží násilnícky partner svoju obeť v neustálej finančnej tiesni a pod dôkladnou kontrolou, oslabuje ju. Tá tak stráca možnosť robiť veci sama, bez partnerovho vedomia. Kvôli nedostatku peňazí nie je schopná opustiť domov či vyhľadať pomoc. Nedostatok peňazí sa tiež prejaví i v spoločenskom živote obeť. Ak nemá dostatok peňazí na útratu a na svoje záujmy, ľahko sa dostane do spoločenskej izolácie a o to väčšej závislosti na agresorovi.

Viktimologicky, môžeme rozlišovať násilie v rodine podľa typu obeť. V tomto prípade kategorizujeme násilie v rodine nasledovne:

---

<sup>3</sup> Porov. BODNÁROVÁ, B. - FILADELFIOVÁ, J. (eds.). *Domáce násilie na Slovensku*. Bratislava : Medzinárodné stredisko pre štúdium rodiny, 2002

<sup>4</sup> Porov. ŠTOČKOVÁ, V. *Domáci násillí* [online]. Praha : Profem, o.p.s. [cit. 2014-09-17] Dostupné na: <<http://www.profem.cz/clanek.aspx?a=55>>.

- násilie páchané na manželke, manželovi, či partnerovi, partnerke vrátane bývalých manželov žijúcich naďalej v spoločnej domácnosti,
- násilie páchané na deťoch žijúcich v tomto vzťahu,
- násilie páchané na senioroch žijúcich v spoločnej domácnosti so svojimi deťmi,
- násilie páchané na osobách zdravotne postihnutých a odkázaných na pomoc blízkym osobám.

Vo vzťahu k problematike násilia v rodine sa v súčasnosti stretávame so silnou gender ideológiou. Zámerom nášho príspevku nie je ostať pri definovaní uvažovaní o násilí v rodine v rovine násilia na ženách. Preto v nasledujúcej časti rozoberieme tak násilie páchané na ženách, ako i násilie páchané na mužoch, deťoch a senioroch.

### **Ženy ako obeť násilia v rodine**

Faktom je, že väčšina prípadov domáceho násilia je zameraná proti ženám a rovnako opakovanosť útokov a intenzita násilia je výrazne vyššia, než je to u mužov.<sup>5</sup> V mnohých krajinách sú ženy vychovávané tak, aby telesné a citové tresty považovali za manželovo neodňateľné manželské právo, čím sa vymedzuje rozsah správania, ktorý sa pokladá za týranie. Navyše sa ženy niekedy veľmi neochotne priznávajú k tomu, že sú týrané, pretože sa hanbia, alebo sa boja obviňovať niektorého člena rodiny. Obidve skutočnosti vedú k tomu, že je veľmi ťažké zachytiť skutočný rozsah násilia. Násilie v intímnom vzťahu je závažný problém, ktorého korene siahajú k nerovnému rozdeleniu moci medzi mužmi a ženami v spoločnosti. Súkromná sféra sa tradične chápe ako nedotknuteľná a pre "vonkajší" svet neprístupná oblasť ako priestor, kde človek zažíva pozitívne osobné vzťahy a emócie, pričom za jeho fungovanie sú u nás tradične zodpovedné ženy. Spoločné znaky, ktoré sa vyskytujú pri domacom násilí páchanom na ženách primárne sú pocity strachu, znížené sebavedomie, pocity menejcennosti, sebaobviňovanie a pocit hanby, utajovanie skutočností, viera v zlepšenie vzťahu, finančná závislosť na manželovi.<sup>6</sup> Práve pre tieto predstavy a očakávania je také ťažké o násilí v párových vzťahoch hovoriť verejne. Tiež je dôležité si uvedomiť, že ženy sú týrané nezávisle od svojho sociálneho postavenia, svojej etnickej alebo náboženskej príslušnosti, a muži týrajú nezávisle od svojho sociálneho postavenia, svojej etnickej alebo náboženskej príslušnosti.<sup>7</sup>

### **Muži ako obeť násilia v rodine**

Mocenský aspekt nemusí zahŕňať iba zneužitie sily. Najčastejšie sa v tejto súvislosti hovorí o násilí, ktorého sa na mužoch dopúšťajú ich partnerky.

Aj keď nie sú vylúčené ani fyzické útoky, najčastejšiu podobu domáceho násilia páchaného na mužoch má psychické týranie, ktoré zahŕňa kontrolu, manipuláciu, nátlak, vydieranie, urážanie, ponížovanie a podobne. Násilie páchané na mužoch býva špecifické práve tým, že na jednej strane nie je pozorovaná tak výrazná prevaha sily na strane páchatel'a, na druhej strane môže byť prítomný silný potenciál manipulácie alebo

<sup>5</sup> Porov. SMITH, H. *Děti a rozvod*. Praha : Portál, 2004. 183 s.

<sup>6</sup> Porov. HALACHOVÁ, M. – RÉMIASOVÁ, E. – ŽIAKOVÁ, E. Násilie páchané na ženách. In LOVAŠOVÁ, S. a kol. (eds.) *Násilie v sociálnej práci : zborník príspevkov*. Košice : Katedra sociálnej práce FF UPJŠ, 2013. s. 139-146.

<sup>7</sup> Porov. Zastavme násilie [online]. Odbor rodovej rovnosti a rovnosti príležitostí MPSVaR SR. [cit. 2014-09-17]. Dostupné na: <<http://www.gender.gov.sk/zastavmenasilie/?informacie>>.

moci skôr symbolickej povahy, čo nijako neznižuje jeho deštruktívne účinky na obeť toho príkoria.<sup>8</sup>

Ojedinelé nie sú ani prípady, že sa ženy dopúšťajú na svojich partneroch fyzického násillia. Muž sa buď nebráni, alebo pristúpi na fyzické násillie a partneri začnú riešiť svoje problémy vzájomnými fyzickými útokmi. O tomto druhu násillia sa príliš nehovorí. Muži o probléme nechcú hovoriť zrejme preto, že sa obávajú, že bude kompromitované ich postavenie hlavy rodiny. Okolnosť, že vo väčšine prípadov býva obeťou domáceho násillia žena, môže paradoxne zaťažovať pomoc mužom, ktorí sa stali obeťami domáceho násillia, pretože stoja na okraji záujmu, v akejsi sociálnej izolácii, a tým i mimo efektívnej pomoci. V súvislosti s domácim násillím páchaným ženami na partneroch v kontexte utvárania genderových identít stále ešte vystupuje zásadný rozpor, ktorý úzko nadväzuje na predsudky, že muži sa nestávajú obeťami násillia zo strany partneriek, nakoľko muž je silnejší.<sup>9</sup>

### **Deti ako obeť násillia v rodine**

Násillie páchané na deťoch je jedným z najzávažnejších aktov domáceho násillia. I keď tento zložitý sociálno-patologický problém má interdisciplinárny charakter, väčšina autorov sa i v súčasnosti prikláňa k definícii od Dunovského<sup>10</sup>, ktorá hovorí o syndróme týraného zneužívaného a zanedbávaného dieťaťa ako o „akomkoľvek nenáhodnom preventabilnom, vedomom (prípadne aj nevedomom) konaní rodiča, vychovávateľa, alebo inej osoby voči dieťaťu, ktoré je v danej spoločnosti neprijateľné alebo odmietané a ktoré poškodzuje telesný, duševný i spoločenský stav a vývin dieťaťa, poprípade spôsobuje jeho smrť“. Pri úvahe o jeho základných typoch vychádzame z predpokladu, že je to isté konanie (akékoľvek druhy násillia, uvádzanie dieťaťa do neobvyklých situácií), resp. i nekonanie, tyrana (izolácia, zanedbávanie, nedostatočné ubytovanie).<sup>11</sup> Z tohto rozdelenia je možné vyvodit' základné druhy, ktorými sú telesné, sexuálne, psychické týranie, zanedbávanie a systémové týranie.<sup>12</sup>

### **Seniori ako obeť násillia v rodine**

V problematike domáceho násillia sa v ostatnom období dostáva čoraz viac do popredia otázka násillia voči seniorom v rodinách. Násillie voči seniorom je možné definovať ako úmyselné neuspokojovanie základných potrieb seniora ako i úmyselné konanie s cieľom spôsobiť seniorovi psychickú či fyzickú ujmu.<sup>13</sup>

Do oblasti násillia páchaného na senioroch vstupuje viacero faktorov. Prvým z nich je faktor veku a fyzickej kondície, kedy sa seniori nedokážu adekvátne voči násilliu brániť. Ďalším je faktor informovanosti, kedy seniori častokrát nepoznajú možnosti intervencie ani nikoho, na koho by sa v tomto prípade mohli obrátiť. Posledným faktorom môže byť faktor psychologický. Keďže páchatel'om v tomto prípade je blízka osoba, najčastejšie potomkovia, seniori si častokrát neprípúšťajú, že im ubližujú práve blízke osoby, páchatel'a si mnohokrát idealizujú.

---

<sup>8</sup> Porov. BURIÁNEK, J. In *Domáci násillí – násillí na mužích a seniorech*. Praha : Triton. 2006. 139 s.

<sup>9</sup> Porov. SMITH, H. *Deti a rozvod*. 183 s.

<sup>10</sup> DUNOVSKÝ, J. – DYTRYCH, Z. – MATĚJČEK, Z. *Týrané, zneužívané a zanedbávané dieť*. Praha : Grada Publishing, 1995, s. 24.

<sup>11</sup> Porov. VICIANOVÁ, K., et al. *Týranie zneužívanie a zanedbávanie detí*. Pezinok : Jaspis, 2000. 70 s.

<sup>12</sup> Porov. CABAN, M. a kol. *Sociálna práca s vybranými cieľovými skupinami*. Banská Bystrica : Pedagogická fakulta UMB, 2007. 176 s.

<sup>13</sup> Porov. HAŠKOVCOVÁ, H. *Manuálek o násillí*. Brno: Národní centrum ošetrovatelstva nelékařských zdravotnických oborů v Brně, 2004. 83 s.



## Následky násilia v rodine

V prípade kategorizácie najvýznamnejších následkov domáceho násilia sa stretávame s ich viacerými vymedzeniami. V tomto príspevku vychádzame z rozdelenia následkov do troch úrovní.<sup>14</sup>

### Zdravotné následky

Každá forma násilia má dlhodobé následky, no u niektorých foriem sú obzvlášť pravdepodobné. Najmä ženy a deti vystavuje druhotnému zdravotnému ohrozeniu.

Druhy možných zdravotných následkov:

- Mentálne zdravie: depresia, strach, úzkosť, nízke sebahodnotenie, sexuálne dysfunkcie, poruchy správania, poruchy spánku, porucha obsesívno-kompulzívna, posttraumatická stresová porucha, samovražda.
- Fyzické zdravie: smrť, občasné alebo neustále ťažkosti, poškodenie, nádchy, astma, iritabilný Bowelov syndróm, alkoholizmus a drogová závislosť, deštruktívne zdravotné správanie ( fajčenie, nechránený sex,...).
- Reprodukčné zdravie: nechcené tehotenstvo, gynekologické problémy, sexuálne prenosné choroby, nízka pôrodná váha, chronická Pelvicova bolesť, materská úmrtnosť, materská chorobnosť.

Pre množstvo obetí sú psychické následky domáceho násilia oveľa horšie ako fyzické zranenia a ublíženie na zdraví.

### Rodinné následky

Zdravotné následky vytvárajú reťazový efekt, nakoľko zasahujú nielen obeť násilia, ale aj ich rodiny, deti a spoločnosť v širšom zmysle. Deti, ktoré boli vystavené zanedbávaniu zo strany svojich rodičov sú v ohrození, že budú v dospelosti tiež násilníkmi. Bezprostredne sú ohrozené problémami v správaní a emocionálnymi problémami.

### Spoločenské následky

Nezanedbateľné sú aj spoločenské a ekonomické dôsledky, keďže násilie zvyšuje zdravotné náklady pri liečení telesných a duševných zdravotných dôsledkov. S tým samozrejme súvisí aj zníženie produktivity a častejšími absenciami v práci, čím sa redukuje pracovný výkon a prínos. V prípade ďalších sociálnych dôsledkov hovoríme o zlyhávaní kontaktu so sociálnym okolím či o sociálnej izolácii.

## Sociálna práca s obeťami násilia v rodinách

V problematike násilia v rodine nachádza praktická sociálna práca široké uplatnenie. Primárna orientácia sociálnej intervencie zo strany sociálnych pracovníkov by mala byť na odstránenie bezprostredne hroziaceho nebezpečenstva, pričom je dôležité bezpodmienečne akcentovať na záujem obeť. Záujmom pomáhajúceho profesionála v tomto smere nie je pôsobiť punitívne na násilníkov, ale skôr protektívno-terapeutická intervencia smerom k obeťam s konečným cieľom podporenia vnútorných síl obeť pre vlastné riešenie problému.<sup>15</sup> V prípade podporného zásahu zo strany pomáhajúcich profesionálov hovoríme o troch bazálnych úrovniach, a to:

- psychickej podpore,
- právnej podpore,

---

<sup>14</sup> Porov. BODNÁROVÁ, B. - FILADELFIOVÁ, J. (eds.). *Domáce násilie na Slovensku*.

<sup>15</sup> Porov. CABAN, M. a kol. *Sociálna práca s vybranými cieľovými skupinami*. 176 s.

- materiálnej podpore (v zmysle zabezpečenia náhradného bývania, atď.).<sup>16</sup>

V oblasti uplatnenia konkrétnych metód sociálnej práce hovoríme najčastejšie o sociálnej práci v oblasti:

- poradenstva (individuálneho či skupinového),
- krízovej intervencie,
- sociálnej práce s rodinou,
- prípadovej sociálnej práce, vrátane práce so širším sociálnym okolím,
- skupinovej a komunitnej sociálnej práce.

Ako sme už uvádzali, primárnym cieľom pomáhajúcich profesionálov v tejto problematike je odstránenie akútne hroziaceho nebezpečenstva. V tejto súvislosti je na mieste hovoriť o vzniku multidisciplinárne fungujúcich tímov, ktorých úlohou je intervenovať v akútnych prípadoch. Úlohou sociálnych pracovníkov v týchto tímoch môže byť spoločne s klientom/klientkou vypracovať účinný bezpečnostný plán pre odvrátenie bezprostredného rizika, posilňovanie klientov, sprevádzanie klientov a koordinácia intervenčných aktivít s konečným cieľom zmocniť klienta pre dlhodobé riešenie problému.

V rámci praktickej sociálnej práce má sociálny pracovník dbať na súhrn základných zásad, ktoré by sme mohli nazvať základnými princípmi práce v oblasti násilia páchaného v rodinách. Sociálny pracovník tak poskytuje:

- dôveru,
- bezpečnosť a ochranu,
- strániacu podporu,
- pomoc k svojpomoci a posilňovanie.

Popritom dbá na to, aby všetky kroky realizoval iba na základe klientovho súhlasu s rešpektovaním bezpodmienečného práva klienta na sebaurčenie.<sup>17</sup>

## ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY

BODNÁROVÁ, B. - FILADELFOVÁ, J. (eds.). *Domáce násilie na Slovensku*. Bratislava: Medzinárodné stredisko pre štúdium rodiny, 2002. ISBN 80-89048-06-4.

BURIÁNEK, J. In *Domáci násilí – násilí na mužích a seniorech*. Praha: Triton. 2006. 139 s. ISBN 80-6983-246-5.

BÚTOROVÁ, Z. - FILADELFOVÁ, J. (eds.). *Násilie páchané na ženách ako problém verejnej politiky*. Bratislava: IVO, 2005. 131 s. ISBN 80-88935-78-4.

CABAN, M. a kol. *Sociálna práca s vybranými cieľovými skupinami*. Banská Bystrica: Pedagogická fakulta UMB, 2007. 176 s. ISBN 978-80-8083-478-4.

ČÍRTKOVÁ, L. – VITOUŠOVÁ, P. Sociální práce s oběťmi násilí v rodině. In MATOUŠEK, O. *Sociální práce v praxi : specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Praha : Portál, 2005. 352 s. ISBN 80-7367-002-X.

DUNOVSKÝ, J. – DYTRYCH, Z. – MATĚJČEK, Z. *Týrané, zneužívané a zanedbávané dítě*. Praha : Grada Publishing, 1995. 248 s. ISBN 80-7169-192-5.

HALACHOVÁ, M. Domáce násilie páchané na deťoch. In FABIAN, A. a kol. *Svet sociálnej práce*. Košice: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach, 2014. s. 53 – 64. ISBN 978-80-8152-097-6.

<sup>16</sup> Porov. ČÍRTKOVÁ, L. – VITOUŠOVÁ, P. Sociální práce s oběťmi násilí v rodině. In MATOUŠEK, O. *Sociální práce v praxi : specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Praha : Portál, 2005. 352 s.

<sup>17</sup> Porov. CABAN, M. a kol. *Sociálna práca s vybranými cieľovými skupinami*. 176 s.

HALACHOVÁ, M. – RÉMIÁSOVÁ, Ľ. – ŽIAKOVÁ, E. Násilie páchané na ženách. In LOVAŠOVÁ, S. a kol. (eds.) *Násilie v sociálnej práci: zborník príspevkov*. Košice: Katedra sociálnej práce FF UPJŠ, 2013. s. 139-146. ISBN 978-80-8152-063-1.

HAŠKOVCOVÁ, H. *Manuálek o násilí*. Brno: Národní centrum ošetrovatelství a nelékařských zdravotnických oborů v Brně, 2004. 83 s. ISBN 80-7013-397-X.

SMITH, H. *Děti a rozvod*. Praha : Portál, 2004. 183 s. ISBN 80-7178-906-2.

ŠTOČKOVÁ, V. *Domáci násilí* [online]. Praha: Profem, o.p.s.[cit. 2014-09-17] Dostupné na: <<http://www.profem.cz/clanek.aspx?a=55>>.

VICIANOVÁ, K., et al. *Týranie zneužívanie a zanedbávanie detí*. Pezinok: Jaspis, 2000. 70 s. ISBN 80-85576-26-0.

*Zastavme násilie* [online]. Odbor rodovej rovnosti a rovnosti príležitostí MPSVaR SR. [cit. 2014-09-17]. Dostupné na: <<http://www.gender.gov.sk/zastavmenasilie/?informacie>>.

### **KONTAKT NA AUTOROV**

Mgr. Vladimír Lichner

doc. Mgr. JUDr. Dušan Šlosár, PhD.

Katedra sociálnej práce Filozofickej fakulty Univerzity P.J.Šafárika v Košiciach,

Moyzesova 9, 040 59 Košice

[vladimir.lichner@gmail.com](mailto:vladimir.lichner@gmail.com); [dusan.slosar@upjs.sk](mailto:dusan.slosar@upjs.sk)

# DÔLEŽITOSŤ PRÁCE PRI ROZVOJI ĽUDSKEJ OSOBNOSTI<sup>1</sup>

## THE IMPORTANCE OF THE WORK IN THE DEVELOPMENT OF THE HUMAN PERSONALITY<sup>2</sup>

*Alena Stopková - Lenka Urbanová*

**Abstrakt:** Príspevok objasňuje dôležitosť ľudskej práce pri formovaní osobnosti človeka. Je rozdelený na teoretickú časť a praktickú. V prvej časti rozoberá pojem PRÁCA v niekoľkých významoch. Prvým významom je fyzická činnosť. Pri nej musí osoba vydať určitú energiu, je spätá s námahou, únavou a vyčerpanosťou. V mnohých prípadoch slúži na obživu a prežitie človeka. Druhým významom je práca ako zamestnanie, prostredníctvom ktorého je zabezpečený finančný príjem a určitý spoločenský štandard. Tretí význam je vymedzený v pojme povolanie. Vo všetkých prípadoch je poukázané aj na to, že pre človeka môže byť práca koníčkom. V empirickej časti budú opísané niektoré pracovné činnosti saleziánskych stredísk a komunitných centier, ktorými sa poukáže na význam rozvoja ľudskej osobnosti s vybranými cieľovými skupinami. Práve táto práca - celková činnosť saleziánskych stredísk a komunitných centier, pôsobí v preventívnom poli sociálnej práce a jej primárnym zameraním je sociálno-právna ochrana zraniteľných skupín.

**Abstract:** The contribution explains the importance of human labour in shaping the personality of man. It is divided into a theoretical part and a practical. In the first part discusses the concept of WORK in several ways. The first one is for physical activity. It must be the person to issue a certain energy, it is connected with exertion, fatigue, and weariness. In many cases, serves on the subsistence and survival of man. The second meaning is to work as a job, through which it is ensured financial income and some social standard. The third meaning is defined in the concept of the profession. In all cases, it is pointed also to the fact that for a man can be a job and a hobby. In the practical part will be described some of the work activities salesians centres and community centres, which will highlight the importance of the development of the human personality with the selected target groups.

**KLúčové slová:** Deti a mládež. Práca. Rómske komunitné centrá. Saleziánske strediská.  
**Keywords:** Children and youth. Work. Salesians centres. Gypsy community centres.

### Úvod

Už z dávnej minulosti je známe heslo „Práca šľachtí človeka“. Je pravdivé a stále aktuálne, a preto aj téma tohto príspevku je zameraná na dôležitosť práce pre rozvoj ľudskej osobnosti.

Prácu môžeme pomenovať rôznymi prívlastkami spojenými s konkrétnou činnosťou. Jedným z nich je „PRÁCA – ŽIVITEĽKA“. Aj toto pomenovanie sa odvíja od príslovia našich predkov: „Bez práce nie sú koláče.“ Táto múdrosť naznačuje, že sa máme živiť

---

<sup>1</sup> Príspevok spracovaný v rámci projektu KEGA 018KU-4/2013 - *Výskum využívania aktivizujúcich metód v sekundárnom vzdelávaní predmetu sociálnoprávna ochrana a tvorba nových učebných pomôcok pre ich implementáciu do edukačného procesu.*

<sup>2</sup> Contribution elaborated in the framework of the project KEGA 018KU-4/2013 - *The research of using activating methods in secondary education in the subject of social- legal protection and creating of new teaching instruments for thier implemation in the educational proces.*

poctivou prácou. V dnešnej dobe je šťastný ten, kto má prácu, má ju rád, pretože ho zaujíma a s radosťou ju vykonáva. Je to veľmi priaznivý vplyv na celkový zdravotný stav človeka. Z tohto hľadiska sa niekedy stane pre človeka hobby. Medzi nami žijú aj ľudia zdravotne postihnutí rôznym spôsobom. Pre nich môže byť práca terapiou, a to nielen fyzickou, ale aj duševnou, keď ich „lieči“ pocit z dobre vykonanej práce. Takto sa udržiavajú v určitej životnej forme.

Každá práca si však vyžaduje potrebný a primeraný oddych. V súčasnosti to už nie je samozrejmosťou. Mnohí pracujú viac, ako by mali. Jedni nariadením svojho zamestnávateľa a tí druhí z vlastnej iniciatívy. Tých „usilovnejších“ pracovníkov označujeme – workoholici<sup>3</sup>. Je tu ale namieste zamyslenie sa nad poškodzovaním vlastného zdravia, či už fyzického alebo duševného.

Príspevok sa zaoberá nie len prácou a jej významom pre človeka, ale taktiež jej rozmanitými formami, ktoré si môžu mladí ľudia osvojovať prostredníctvom ponúkaných aktivít saleziánskych stredísk a komunitných centier, čím sa zabezpečuje i jedna z foriem sociálno-právnej ochrany pred negatívnymi javmi spoločnosti.

### **Charakteristika pojmu PRÁCA**

Práca sa označuje za špecifický znak ľudského rodu. Človek ako spoločenská bytosť sa zaoberá hlavne ňou, aj napriek technickému pokroku. Práca je tak považovaná za spoločenský menovateľ a je podmienkou všetkého ľudského v spoločnosti. Je činnosťou človeka, ktorého pokladáme za subjekt práce a prostredie označujeme za objekt súhrnu pracovných činností. Je ale potrebné dodať, že nie každá jeho činnosť sa považuje za prácu.<sup>4</sup> Práca ako špecifická ľudská činnosť sprevádza človeka už od jeho existencie a vekom sa postupne zdokonaľuje a vyvíja za pomoci rôznych nástrojov, prístrojov, techník a postupov, ktoré majú za cieľ zefektívniť a uľahčiť pracovný proces.<sup>5</sup> Vďaka zaradeniu sa do pracovného procesu získavame ekonomickú nezávislosť a stávame sa dospelými v ekonomickom zmysle.<sup>6</sup>

Mladý človek vstupuje na trh práce s predstavou, že čím vyššie vzdelanie dosiahne, tým lepšiu prácu dostane, samozrejme s dostatočným finančným ohodnotením a s väčšou šancou uspieť. Aj z tohto dôvodu mladí, ale dnes už i starší, odchádzajú za prácou do zahraničia, aj keď s rizikom, že nedostanú prácu zodpovedajúcu ich kvalifikácii (často musia robiť všelijaké podradné práce), ale s lepším finančným ohodnotením ako na Slovensku.<sup>7</sup>

---

<sup>3</sup> Workoholizmus – objavil sa ako fenomén modernej doby, ktorý súvisí s prevratnými zmenami v životnom štýle 20. stor. Trhová spoločnosť si vytvorila vzory úspešného človeka, ktoré modifikovali aj výchovné vzorce správania sa k deťom. Ďalšou príčinou vzniku workoholizmu je vývoj produktivity práce v tomto storočí, ktorá viedla k zníženiu povinnej pracovnej doby a aj k skráteniu pracovného týždňa. V podnikovej sfére je trendom mzda za nadčasy. Tiež je potrebné dokončiť rozpracovanú prácu, bez ohľadu na vlastný odpočinok. Workoholizmus je tak chorobná závislosť na práci – choroba modernej spoločnosti. Jedinec je ochotný obetovať svoju rodinu, priateľov a zdravie. Je naviazaný na svoju prácu a nedokáže bez nej žiť. Svoj osobný život vymieňa za prácu, a to ho robí šťastným. Práca a neustály stres súvisí so stupňujúcou sa hladinou adrenalínu, nonadrelinu a kortizolu. To pôsobí na ľudský organizmus ako droga a človek má pocit, že jeho možnosti nepoznajú hraníc a že je v podstate stále čulý, čo môže viesť k eufórii. Porov. HUBINKOVÁ, Z. a kol. *Psychologie a sociologie ekonomického chování*. Praha: GRADA Publishing, a. s. , 2008, s. 236-237.

<sup>4</sup> Porov. POLONSKÝ, D.- HAMAJ, P. *Úvod do sociológie práce*. Liptovský Mikuláš: Lesnícka informačná agentúra, 2002, s. 24-26.

<sup>5</sup> Porov. HATÁR, C. *Edukácia seniorov v sociálnych zariadeniach*. Nitra : Effeta, 2008, s. 88.

<sup>6</sup> Porov. KÖVÉROVÁ, Š. *Sociológia životného cyklu*. Bratislava : Občianske združenie Sociálna práca, 2003, s. 68.

<sup>7</sup> Porov. KÖVÉROVÁ, Š. *Sociológia životného cyklu*, s. 75.

Po roku 1989 sa výrazne situácia zmenila, ľudia dostali príležitosť vycestovať za prácou do zahraničia, alebo začať podnikat'.<sup>8</sup> Tieto pozitívne zmeny a nové možnosti priniesli aj riziko v podobe nezamestnanosti, ktorá dovtedy „neexistovala“, pretože komunistický režim sa postaral o prácu pre každého svojho občana.<sup>9</sup> Kto nepracoval, bol pokladaný za príživníka.

V minulosti sa práca chápala predovšetkým vo význame manuálnej, fyzickej práce. V staroveku sa na prácu pozeralo ako na nepríjemnú a nevyhnutnú činnosť. Napríklad v starovekom Ríme bola práca chápaná ako nutnosť, ktorú vzdelaní ľudia prenechávali otrokom a nádenníkom. Vzdelaní človek sa venoval športu, vede, umeniu, politike. Starovekí Gréci verili, že ak budú fyzicky pracovať, dostanú sa do nemilosti Bohov. Nazeranie na chápanie manuálnej práce z veľkej časti ovplyvnili mnísi, predovšetkým sv. Benedikt, pre ktorého nebola iba prostriedkom zaobstarania obživy, ale i prostriedkom duchovného cvičenia. Práca v jeho ponímaní bola prostriedkom na prekonanie vlastného egoizmu. Známe je jeho heslo: „ora et labora“ - „modli sa a pracuj“. Týmto pohľadom ovplyvnil chápanie práce v západnom myslení na niekoľko storočí dopredu. O šírenie týchto názorov sa zaslúžil Aurélius Augustín a sv. Tomáš Akvinský. Zasluhou Martina Luthera práca nadobúda nový rozmer a to dôstojnosť. Ján Kalvín povýšil prácu na konanie dobra a tvrdil, že ľudia majú pracovať pre prospech svoj i prospech celej spoločnosti.<sup>10</sup>

Zo širšieho hľadiska je práca charakterizovaná na základe vzťahu človeka k prírode. Marx uvádza, že práca je predovšetkým proces prebiehajúci medzi človekom a prírodou. Človek tu stojí oproti prírodnej látke ako prírodná sila.<sup>11</sup>

Autorky Dagmar Kúdelová – Kopčanská a Iveta Harváneková vo svojej bibliografii zadefinovali prácu ako: „Práca je cieľavedomé a uvedomé zasahovanie človeka do prírody. Je to plánovitá a vedomá činnosť, ktorú človek vykonáva s nasadením fyzických a duševných síl a ktorá je zameraná na uspokojenie ľudských potrieb.“ Práca sa rozhodujúcim spôsobom podieľa na postavení človeka v spoločnosti, je chápaná ako sociálny proces.<sup>12</sup>

Daný pojem ale môžeme chápať aj v inom zmysle. Ďalším významom práce je ZAMESTNANIE.

**Zamestnanie** je považované za druhú najdôležitejšiu oblasť v živote človeka (na prvom mieste zostáva rodinný život). Köverová hovorí, že zamestnanie, ktoré

---

<sup>8</sup> Mladí podnikatelia v prvej vlne po roku 1989 mali priaznivé podmienky na presadenie sa na trhu práce, aj keď im chýbali skúsenosti, patričné vzdelanie a kapitál. Začínali predajom v nejakom stánku, na uliciach, tí, ktorí žili v blízkosti hraníc využívali cenové rozdiely medzi krajinami. Niektorí využili voľný priestor na podnikania v službách a remeslách na základe živnosti, ktorá bola v súlade s ich kvalifikáciou. Tí úspešnejší sa stali spoluzakladateľmi väčších zoskupení, investovali do iných typov obchodov a bánk. KÖVÉROVÁ, Š. *Sociológia životného cyklu*, s. 75.

<sup>9</sup> Porov. KÖVÉROVÁ, Š. *Sociológia životného cyklu*, s. 75. Nezamestnanosť nie je len špecifickým znakom kapitalistického hospodárstva. Existovala tiež vo forme skrytej nezamestnanosti v kolektivistických formách hospodárstva. Odtiaľ sa ponúka názor, že nie je spôsobená činiteľmi len ekonomického charakteru, ale že jej príčiny treba hľadať predovšetkým v mimo a nadsystémovej sfére sociálnych a morálnych pomerov objektivizujúcej sa v hospodárskych štruktúrach. VOJTEK, Š. *Ľudská práca ako výzva pre realizáciu pravého človečenstva*. In *Sociálne uplatnenie a kresťanské zásady*. Tišnov : SURSUM, 2010, s. 162.

<sup>10</sup> Porov. ASSLÄNDER, F. - GRÜN, A. *Práce jako duchovní úkol*. Kostelní Vydří : Karmelitánske nakladateľstvi, 2011, s. 17–23; Porov. BAŠISTOVÁ, A. *Vybrané kapitoly zo základov sociológie*. Košice: Seminár sv. Karola Boromejského, 2007, s. 28-29.

<sup>11</sup> Porov. POLONSKÝ, D. – HAMAJ, P. *Úvod do sociológie práce*, s. 26.

<sup>12</sup> KÚDELOVÁ – KOPČANSKÁ, D. – HARVÁNEKOVÁ, I. *Sociológia 2*, Bratislava: SPN – Mladé letá s. r. o, 2011, s. 59-60.

vykonávame determinuje nielen našu ekonomickú situáciu, ale i spoločenský status a trávenie voľného času.<sup>13</sup>

Pracovné právo vychádza nielen z fyzikálneho ponímania definície práce, ale aj hospodárskeho, kde sa práca považuje za výrobný faktor a slúži na pokrytie potrieb telesného a duševného rozvoja človeka. Za základ sa považuje ľudská práca.<sup>14</sup>

Tretím významom práce je POVOLANIE. Je niečím, čo na nás šťastie pôsobí zvonku a my to volanie nasledujeme. Túto oblasť my neovládame vlastnou vôľou. Má však s nami veľa spoločného. Naše schopnosti, podvedomé postoje, doterajšie skúsenosti a náš pôvod nás sformovali. Človek reaguje na požiadavky sveta, a tak si vytvára určitú hierarchiu vlastných hodnôt a vzťahy príťažlivosti, pri ktorých nevie určiť, čo prichádza zvonku a čo zvnútra.<sup>15</sup>

Medzi pojmom povolanie a zamestnanie je teda značný rozdiel. Zamestnanie zahŕňa akúkoľvek prácu, ktorú človek odvádza kvôli svojmu zárobku. Zamestnanie je niečo, čomu sme sa vyučili, povolanie sa viaže skôr na srdce človeka. Preto aj nezamestnaný človek môže mať povolanie, jeho povolaním môže byť rodina. Pojem *povolanie* pochádza zo Svätého písma, v ktorom čítame, že Boh povoláva každého človeka, dáva mu životné poslanie, primerané jeho stavu i schopnostiam, aby žil evanjelium vo svojom každodennom osobnom, rodinnom i pracovnom živote (Dt 5,13).<sup>16</sup> Povolanie je to, k čomu sme volaní.<sup>17</sup> „Každé povolanie je od Boha. Je teda zrejmé, že povolanie je viac ako zamestnanie. Zamestnanie sa teda môže meniť, ale povolanie ostáva.“<sup>18</sup>

V encyklike *Laborem exercens* pápež Ján Pavol II. hovorí, že prácu nie je možné chápať len v objektívnom a materiálnom zmysle, ale je potrebné mať úctu aj voči jej subjektívnemu rozmeru, keďže ide o činnosť, v ktorej je vždy vyjadrená osoba. Práca je nielen vzorcom sociálneho života, ale má všetku dôstojnosť ako oblasť, v ktorej sa má nájsť realizácia prirodzeného i nadprirodzeného povolania osoby. Definíciou hodnoty ľudskej práce je ten, kto ju vykonáva – OSOBA. Človek sa narodil a je povolaný pracovať, aj napriek tomu je však „práca pre človeka“, a nie „človek pre prácu“. Rôzne

---

<sup>13</sup> KÖVÉROVÁ, Š. *Sociológia životného cyklu*, s. 111.

<sup>14</sup> Porov. BARANCOVÁ, H. – SCHRONK, R. *Pracovné právo*. Bratislava: Sprint dva, 2009, s. 39. Zákonník práce ale nedefinuje samotný pojem zamestnanie. Tento výraz však môžeme charakterizovať prostredníctvom pojmu pracovný pomer. Pracovný pomer je základným pracovnoprávnym vzťahom, ktorý predstavuje zmluvný a záväzkový vzťah, prostredníctvom ktorého jeden účastník – zamestnanec – sa zaväzuje pre druhého účastníka – zamestnávateľa – vykonávať prácu za mzdu. Podstatná je tak podriadenosť alebo závislosť zamestnanca na jeho zamestnávateľovi. V tomto prípade bude pojem práca charakteristickými adjektívami, ako sú: ľudská, slobodná, závislá, nesamostatná, námezdná, odplatná, vykonávaná pre iného, ktorú zamestnanec pre zamestnávateľa vykonáva osobne. Za dôležitú sa tak pokladá ľudská činnosť a nie výsledok ľudskej činnosti. Porov. BARANCOVÁ, H. – SCHRONK, R. *Pracovné právo*, s. 39.- 346.

<sup>15</sup> Porov. DIENER, T. *Esencia práce. Alchymia navigácie pri hľadaní povolania*. Bratislava: Epos, 2008, s. 36.

<sup>16</sup> Vo Svätom písme je otázka práce, jej záväznosť i právo, niečím tak prirodzeným, že na túto tému nebolo sformulované nijaké špeciálne prikázanie. Boh chce prácu človeka. Ona je pre človeka záväzkom i príležitosťou. Cez ňu sa zdokonaľuje ako osoba i ako členok spoločenstva, robí svet lepším a zároveň definitívne pripravuje nové alebo i novú zem. PESCHKE, K. *Kresťanská etika*. Praha : Vyšehrad, 1999, s. 553-559.

<sup>17</sup> Porov. JAMES, M. *Jezuitský návod (takmer) na všetko*. Trnava : Dobrá kniha, 2012, s. 405.

<sup>18</sup> Porov. FORGAN, V. I. *O osobitnom povolaní*. Trnava : Ikar, 1991, s. 12-13. Podľa Höffnera je povolanie aktivita, ktorá viac či menej vyplňa život človeka. Tomáš Akvinský dopĺňa, že ide o celoživotnú úlohu, ktorá zabezpečuje prežitie človeka, ale tiež bráni lenivosti, ktorá je zdrojom zla, krotí žiadostivosť a umožňuje inému dávať zo svojho nadbytku. Porov. HÖFFNER, J. *Keresztény társadalmi tanítás*. Budapest: Szent István Társulat, 2002, s. 124; Porov. PESCHKE, K. *Kresťanská etika*, s. 556.

práce majú menšie či väčšie objektívne hodnoty, ale každá sa má hodnotiť vzhľadom na dôstojnosti subjektu práce, čiže človeka – osoby.<sup>19</sup>

Kompendium sociálnej náuky Cirkvi o dôstojnosti ľudskej práce vypovedá, že:

- ✓ práca predstavuje „celok činností, zdrojov, nástrojov a techník, ktorými si človek pomáha, aby si podmanil zem“ (KSNC 270),
- ✓ práca je „konanie človeka ako dynamického bytia, schopného konať rôzne skutky, ktoré patria k pracovnému procesu a zodpovedajú jeho osobnému povolaniu“ (KSNC 270),
- ✓ meradlom dôstojnosti práce je človek (KSNC 271),
- ✓ posledným cieľom akejkoľvek práce ostáva vždy sám človek (KSNC 272, CA 6),
- ✓ ľudská práca má vnútorný sociálny rozmer – pracovať s druhými a pre druhých, to znamená - robiť niečo pre niekoho (KSNC 273, CA 589),
- ✓ práca je aj povinnosťou, záväzkom človeka, ktorou potvrdzuje svoju identitu. (KSNC 274, LE 16)

Práca pre človeka znamená veľmi veľa, nemožnosť nájsť si prácu znamená pre človeka vážny psychický aj materiálny problém. Človek, ktorý príde o svoju prácu prichádza o svoje sociálne a profesijné roly, cíti sa byť menejcenný a individuálne i spoločensky neúčinný.<sup>20</sup>

Podľa Höffnera zmysel práce, a teda i povolanie človeka, môžeme zhrnúť v siedmych bodoch; práca ako:

- 1) *nevyhnutnosť* – vychádza z potreby zachovania života,
- 2) *spôsob seberealizácie človeka* – vychádza z potreby všestranného rozvoja človeka,
- 3) *prostriedok stvárňovania sveta* – Boh povolal človeka, aby bol účastný na jeho diele stvorenia sveta,
- 4) *služba* – patrí tu: práca človeka intelektuála, práca pomáhajúceho človeka, práca riadiaceho a hospodársky činného človeka, pracujúceho v primárnom, sekundárnom a terciárnom priestore,
- 5) *trest*<sup>21</sup> – prácou je človek námahou a utrpením povolaný k odčineniu svojich hriechov,
- 6) *námaha* – každá práca telesná i duševná je spojená s námahou človeka,
- 7) *oslava Boha* – človek každou svedomito vykonávanou prácou oslavuje Boha.<sup>22</sup>

Človek po strate práce – ako najvlastnejšej ľudskej činnosti – stráca svoju druhovú podstatu, svoje človečenstvo. Ľudský spôsob bytia sa mu stáva cudzí a ostáva mu iba sféra „živočíšnych funkcií“ (jedenie, pitie, bývanie, ošatenie,...). Marx tvrdí, že v tomto období človek nedokáže uskutočňovať niektorú zo svojich podstatných vlastností, stráca sa. Opisuje to ako prechod ľudského k zvieraciemu a opačne. Na základe tejto skutočnosti jedinec v práci nevyvíja slobodnú duševnú a fyzickú energiu, ale trýzni svoje telo a svojho ducha. Človek ju tak chápe ako donútenie, je pre neho len

---

<sup>19</sup> Porov. KRIŽAN, V. Dôstojnosť zamestnanca v sociálnej náuke katolíckej Cirkvi. In: *Dôstojnosť zamestnanca v pracovnoprávných vzťahoch*. Bratislava: 2011, s.177-178.

<sup>20</sup> Porov. HATÁR, C. *Edukácia seniorov v sociálnych zariadeniach*, s. 90.

<sup>21</sup> Práca ako podstatná časť samého človeka, existovala ešte pred hriechom prvých rodičov a teda nie je jeho dôsledkom. Ako výsledok odchodu od Boha sa stala len viac obtiažnou. (Porov. Gn 2,15; Gn 2, 19)

<sup>22</sup> Porov. HÖFFNER, J. *Keresztény társadalmi tanítás*, s. 124-130.



prostriedkom. Nie je jeho podstatou. Jedinec tak potom seba – ako ľudskú bytosť- chápe negatívne. Osobnosť sa stráca, ustupuje abstraktným spoločenským záujmom.<sup>23</sup>

Ján Pavol II. v encyklike *Laborem exercens* – o ľudskej práci píše: „*Ked' človek pracuje, nemení iba svet a spoločnosť, ale zdokonaľuje i sám seba.*“<sup>24</sup>

### **Pracovné činnosti saleziánskych stredísk**

Správna výchova sa usiluje o všestranný rozvoj ľudskej osobnosti, jej fyzických, mravných a intelektuálnych schopností, okrem iného, aj prácou. Práca formuje každého, kto ju vykonáva a preto zohráva vo výchove takú dôležitú úlohu. Deje sa tak:

- cez prácu rodičov, ktorá je príkladom pre deti,
- cez spoločnú prácu rodiny, ktorá sleduje dobro všetkých jej členov,
- cez samostatnú prácu detí, ktorú vykonávajú pod dohľadom rodičov.<sup>25</sup>

Hlavným cieľom *pracovnej výchovy* je viesť človeka k manuálnej alebo duševnej práci, rozvíjať u neho také schopnosti a vlastnosti, ktoré by mohol aktívne využívať vo svojom každodennom živote, a tak byť prínosom pre celú spoločnosť, ale predovšetkým pre seba samého i svojich najbližších.<sup>26</sup>

U najmenších detí je prácou ich hra, ktorej venujú väčšinu svojho času. S pribúdajúcimi rokmi hru nahrádzajú malé povinnosti a práce, ktoré má dieťa za úlohu vykonať, aby sa tak naučilo zodpovednosti. Deje sa tak napríklad aj tým, ako sa deti učia udržať si poriadok v izbe, upratať si po sebe hračky, ustlať si posteľ, pripraviť si veci do školy.<sup>27</sup> Takýmto spôsobom sa u detí rozvíja pozitívny vzťah k práci každého druhu a vytváranie takých charakterových a vôľových vlastností ako dôslednosť, vytrvalosť, zodpovednosť, svedomitosť, iniciatívnosť a pod.<sup>28</sup> Sám don Bosco upozorňuje na dôležitosť práce a hovorí, že človek je zrodený pre prácu, čím rozumie vykonávanie svojich povinností, či už ide o štúdium, zamestnanie alebo remeslo. Tiež dôrazne upozorňuje na skutočnosť, že kto si nezvykne pracovať už v mladom veku, zostane povalačom až do konca života a za takto premárnený život bude mať veľké výčitky na konci svojho života. Don Bosco si veľmi vážil prácu, tak intelektuálnu, ako aj fyzickú, pretože v jeho očiach má hodnotu akákoľvek práca, ktorá „vytvára budúce pracovné schopnosti a podieľa sa na formovaní charakteru, svedomia i srdca človeka“.<sup>29</sup>

Medzi aktivity saleziánskych stredísk, ktoré rozvíjajú osobnosť detí a mládeže prostredníctvom pracovných činností a zároveň pôsobia preventívne, patria:

---

<sup>23</sup> Porov. PICHŇA, J. A. *Sociológia práce*. Bratislava: Práca, vydavateľstvo a nakladateľstvo ROH, 1978, s. 113.

<sup>24</sup> Porov. GULOVÁ, L. *Sociální práce*. Praha : Grada Publishing, s. 51.

<sup>25</sup> Porov. UHÁ Ľ, M. *Práca, jej znaky a dôvody práce v sociálnej náuke Cirkvi*. Košice : BV, 2006, s. 95.

<sup>26</sup> Porov. HATÁR, C. *Edukácia seniorov v sociálnych zariadeniach*, s. 88-89.

<sup>27</sup> Porov. DUBOIS, J. *O výchove*. Bratislava : Rodina, s. 76, 88.

<sup>28</sup> Porov. HATÁR, C. *Edukácia seniorov v sociálnych zariadeniach*, s. 88-89.

<sup>29</sup> MOTTO, F. *Výchovný systém Jána Bosca*. Bratislava: Don Bosco, 2005, s. 125-127. Na dôležitosť vytvárania priestoru pre voľnočasové aktivity detí so súčasným posilňovaním prvkov výchovného systému dona Bosca, ktoré má viesť mladých k aktívnemu postoju k činorodej práci a zároveň byť prevenciou sociálnej patológie upozorňuje Lešková. Porov. LEŠKOVÁ, L. *Causes of pathological behavior of children and the possibilities of social prevention*. Brno : Tribun EU, 2010; porov. LEŠKOVÁ, L. *Prevenia sociálnej exklúzie uplatňovaním prvkov výchovného systému dona Bosca v rómskej komunite*. In *Pedagogická, sociální a zdravotnická práce s osobami ohrozenými sociálním vyloučením*. Ústí nad Labem : Univerzita J.E. Purkyně v Ústí nad Labem, 2010, s. 175-194.

- ✓ **krúžky:** umožňujú realizáciu v činnostiach, ktoré pozitívne pôsobia na celkový rozvoj osobnosti, napr. výtvarný, hudobný, šikovných rúk, športový, ....<sup>30</sup>
- ✓ **záujmové činnosti:** podujatia, ktorých ponuka je veľmi pestrá - divadlo, folklórne súbory, zbory, ...
- ✓ **výlety a tábory:**<sup>31</sup> napr. saleziánsky plenér – združovanie mladých kresťanských založených umelcov, na ktorom dostanú základné informácie o kresbe, kompozícii, rôznych maliarskych technikách aj s možnosťou odborného poradenstva,
- ✓ **tvorivé dielne.**<sup>32</sup>

### ***Tvorivé dielne***

Je to priestor na rozvíjanie fantázie, prežívanie radosti a nových zážitkov z jedinečných umeleckých diel. Tvorivé dielne majú vplyv na rozvoj osobnosti, pretože sa u dieťaťa rozvíja:

- jeho myslenie,
- jeho svet poznania nových vecí,
- jeho estetické cítenie,
- jeho predstavivosť, fantázia, trpezlivosť,
- jeho motorika (predovšetkým u menších detí),
- radosť z vlastnej tvorby.

V neposlednom rade získavajú nové zručnosti a vedomosti o materiáloch a technikách, s ktorými pracuje. Práca v dielni zahŕňa prácu s rozličným materiálom ako papier, textil, vlna, koža, drevo, drôt, koráliky, hlina, šúpolie, farby. Medzi obľúbené techniky patrí napr. drôtovanie, šperkárstvo, pieskovanie, modelovanie, plstenie, batika, maľovanie a pod. Takéto práce pomáhajú rozvíjať jemnú motoriku rúk a prstov v koordinácii s intenzívnym zapojením zraku a hmatu. Taktiež sa cibrí ich pozornosť, vytrvalosť, presnosť, obrazotvornosť, priestorová predstavivosť. Predovšetkým si však majú osvojiť základné **pracovné úkony**, zručnosti a návyky, ktoré budú môcť uplatniť v praktickom živote. Deti, tak ako každý človek, potrebujú tvoriť, realizovať sa, cítiť, že ich námaha má zmysel a radovať sa z výsledku svojej práce, za ktorú sa im dostane uznanie a ocenenie.<sup>33</sup>

### ***Príklady činnosti saleziánskych stredísk***

Tvorivé dielne v saleziánskych strediskách sú založené na stretnutiach rodín s deťmi a dobrovoľníkmi. Deti s rodičmi vytvoria skupinky, ktoré potom vyrábajú rôzne výrobky (ružence, veľkonočné venčeka, adventné vence, ikebany, ...)

<sup>30</sup> Gáborová v tejto súvislosti uvádza, že sociálny pracovník má pri práci s klientom brať do úvahy jeho jedinečnosť, charakter a poznať aj anamnézu jeho problému. Dôležité je, aby sociálny pracovník vedel podať nielen konkrétne vedomosti zo sociálnej oblasti, ale na praktickom prípade ukázal aj ako aplikovať teoretické poznatky do praxe. Porov. GÁBOROVÁ, G. Sociálne metódy pri práci s deťmi s poruchami správania. In *Nové aspekty v sociálno-právnej ochrane*. Prešov : Michal Vaško, 2014, s. 179.

<sup>31</sup> Porov. VÝTVARNÍCKY TÁBOR – SALEZIÁNSKY PLENÉR. [cit. 2014-18-10]. Dostupné na internete: <http://www.domka.sk/plener>.

<sup>32</sup> Porov. KAPLÁNEK, M. *Výchova v salesiánskom duchu*. Praha: Portál 2012, s. 95; Porov. KOSTURKOVÁ, M. činitele ovplyvňujúce výchovu detí a mládeže. In *Sociálne uplatnenie a kresťanské zásady*. Tišnov : SURSUM, 2010, s. 246-247.

<sup>33</sup> DETSKÉ CENTRUM UNICARE. [cit. 2014-18-10]. Dostupné na internete: <http://www.unicare.sk/tvorive-dielne-kruzky-pre-deti-detske-centrum>; Porov. KAČMÁROVÁ, L. – KANCIANOVÁ, L. *Pracovné vyučovanie v špeciálnych základných školách. Pomoc pre začínajúcich špeciálnych pedagógov*. [cit. 2014-18-10]. Dostupné na internete: [www.mpc-edu.sk/library/files/kacmarova\\_pracovne\\_vyucovanie\\_szs.pdf](http://www.mpc-edu.sk/library/files/kacmarova_pracovne_vyucovanie_szs.pdf).

*V saleziánskom stredisku na Kalvárii* takýmto spôsobom vyrábali veľkonočné venčeky z papiera, ktorého základ tvorili ruličky zo stočeného novinového papiera, ktoré potom krútili okolo „saleziánskej varechy“, aby sa vytvoril venček. Venčeky sa nakoniec farbili vonku a keď vyschli, deti si na ne mohli nalepiť veľkonočné vajíčka, mach a iné ozdoby, napr. mašle, kvety, podľa fantázie a vkusu dieťaťa.<sup>34</sup>

*V pastoračnom centre sv. Tomáša* sa počas celého adventného obdobia konali vianočné tvorivé dielne zakončené vianočnými trhmi. Výber aktivít bol pestrý, od pečenia medovníčok, oblátok, slaného cesta cez navliekanie korálok, kreslenia, lepenia, maľovania a zdobenia stromčekov až po vyrábanie betlehemov, pohľadníc a ikebán. Celú akciu zakončili vianočné trhy, ktoré sa uskutočnili v poslednú adventnú nedeľu po sv. omši, aby si farníci, i ľudia z okolia, mohli ešte dokúpiť darčeky pre svojich blízkych.<sup>35</sup>

*Bambiriáda* – festival práce s deťmi a mládežou je určený predovšetkým pre deti a mládež, ktorí sa chcú niečo naučiť, skúsiť niečo nové, prezentovať svoju činnosť na verejnosti a vymeniť si skúsenosti s ľuďmi pracujúcimi s mladými. V rámci tvorivých dielní si deti mohli vyrobiť slniečko z cesta alebo náhrdelníky a náramky z cestovín a pod.<sup>36</sup>

*V saleziánskom stredisku v Brne* sa uskutočnila akcia s názvom „Májové prespávanie“ – kreatívne prespávanie v stredisku. V priebehu tejto akcie vzniklo množstvo úžasných výtvarov z plastelíny, rôzne koláže a obrázky. A všetky tieto dielka boli vytvorené so zaviazanými očami, pretože hlavným cieľom bolo vcítiť sa do ľudí závislých iba na hmate a sluchu. Na druhý deň hlavnou náplňou dňa bola výroba sádrových sôch, z ktorých sa síce niektorým podarilo urobiť iba kostry, ale i tak to bolo veľmi zábavné a poučné.<sup>37</sup>

## **Pracovné činnosti komunitných centier**

### **Rómovia**

Po roku 1989 sa zmenila aj situácia Rómov, ktorí sa stali málo vyhľadávanou skupinou na nástup do zamestnania z rôznych dôvodov: neukončené vzdelanie, nedostatočná kvalifikácia, žiadna prax, chýbajúce pracovné návyky atď. Z rómskej populácie iba malá časť patrí k ekonomicky aktívnemu obyvateľstvu, z ktorých väčšina vykonáva rôzne robotnícke profesie korešpondujúce s ich vzdelanostnou úrovňou. Za účelom pomoci vypracovala vláda SR koncepčné zámery zamerané predovšetkým:

- na výchovu, vzdelávanie a kultúru,
- zamestnanosť.

Obidva ciele spolu veľmi úzko súvisia: sociálne zmeny zastihli Rómov nepripravených a kvôli nízkemu vzdelaniu a nedostatočnej kvalifikácii je preto potrebné sa zamerať na cielenú výchovu a vzdelávanie a priviesť tak Rómov k uvedomeniu si, že vzdelanie je hodnotou, ktorá im môže pomôcť prekonať sociálne, ekonomické,

---

<sup>34</sup> OZ MAJÁK NÁDEJE. [cit. 2014-18-10]. Dostupné na internete: <http://www.majak-nadeje.eu/503-tvorive-dielne-marec-2013>.

<sup>35</sup> Porov. PASTORAČNÉ CENTRUM SVÄTÉHO TOMÁŠA. [cit. 2014-18-10]. Dostupné na internete: <http://www.pcsipok.sk/index.php/mladi/spravy-z-akcii/13-vianocne-tvorive-dielne-a-vianocne-trhy>.

<sup>36</sup> Porov. BAMBRIÁDA 2009 – ZDRUŽENIE SALEZIÁNOV SPOLUPRACOVNÍKOV. [cit. 2014-18-10]. Dostupné na internete: [www.ascsllovakia.sk/data/file/Spravodaj2009/spravodaj\\_2009\\_04.pdf](http://www.ascsllovakia.sk/data/file/Spravodaj2009/spravodaj_2009_04.pdf).

<sup>37</sup> Porov. SALESIÁNI BRNO – ŽABOVŘESKY. [cit. 2014-18-10]. Dostupné na internete: <http://brno.sdb.cz/stredisko/stalo-se/stredisko-2013-2014/majove-prespavani/>.

spoločenské i kultúrne problémy. Isté riešenie môžu priniesť aj komunitné centrá<sup>38</sup>, ktoré sa venujú práci s rómskym obyvateľstvom a ponúkajú pracovné poradenstvo, rôzne vzdelávacie aktivity a iné podporné aktivity na získavanie a zvyšovanie kvalifikácie i rozvoj sociálnych zručností.<sup>39</sup>

### **Príklady činnosti komunitných centier**

#### **KC Hermanovce - Mimoškolská činnosť pre deti a mládež:**

1. krúžok šitia,
2. krúžok varenia,
3. výtvarný krúžok,
4. spoločenské tance,
5. moderné tance,
6. divadlo,
7. turistický krúžok – tento projekt je podporený z programu Hodina deťom, je zameraný na prácu s drevom, na vytvorenie vzťahu k vlastnému životnému prostrediu. S deťmi pravidelne pracujú aktivisti a dobrovoľníci, vo vybranej lokalite pracujú na výstavbe táboriska, ktoré bude slúžiť všetkým obyvateľom obce. Okrem tejto činnosti sa v lete venujú turistike, spoznávaniu okolitej prírody,
8. doučovanie pre deti prvého ročníka v ZŠ,
9. pravidelné stretnutia so ženskou sestrou pre dievčatá a chlapcov,
10. spolupráca s obecným futbalovým družstvom,
11. práca so stredoškôlkami, motivácia k štúdiu, riešenie vzniknutých problémov.

#### **Plánované aktivity v rámci projektu Phare:**

1. výchova v oblasti hygieny a zdravia,
2. ovládanie PC, počítačová gramotnosť,
3. základná ekonomika a vedenie domácnosti,
4. práca s drevom,
5. podpora miestnej rómskej hudobnej skupiny,
6. chov hydiny,
7. otvorenie športovej miestnosti (posilňovňa),
8. pokračovanie v začatých aktivitách, jednorázových akciách, letnej turistiky.<sup>40</sup>

#### **Rómske komunitné centrum – Arcidiecézna charita Košice**

Podobne ako predchádzajúce komunitné centrum, aj ono ponúka rôzne činnosti pre svojich klientov.

- *práca s deťmi* – hry, rozvíjajúce slovnú zásobu, maľovanie, nácvik piesní, tanec, hygienické návyky, príprava na vyučovanie, príprava desiaty apod.,
- *kurzy* – varenia, šitia, dielňa remeselných zručností,

---

<sup>38</sup> Komunitná práca - je jednou z metód sociálnej práce, ktorej zmyslom je pracovať v problémových oblastiach, kde vytvára komunity – miesta, kde človek dostáva emocionálnu podporu, ocenenie, prijatie i praktickú pomoc. Komunitná práca začala aktivitami Samuela Barnetta v Londýne v prostredí veľkých miest s vysokou koncentráciou chudobného obyvateľstva. Pracovník pôsobí priamo v prostredí samotnej komunity a ponúka služby zamerané na dané cieľové skupiny. Medzi takéto služby patrí napr. poradenstvo, nízkoprahové zariadenie, písanie projektov a iné. Porov. GULOVÁ, L. *Sociálna práca*, s 59.

<sup>39</sup> Porov. DRAGANOVÁ, H. a kol. *Sociálna starostlivosť*. Martin : Vydavateľstvo Osveta, 2006, s. 173, 175-176.

<sup>40</sup> TOMÁNKOVÁ, P. NADÁCIA MILANA ŠIMEČKU/MILAN ŠIMEČKA FOUNDATION. [online]. [2014-19-10]. Dostupné na internete: <<http://www.nadaciamilanashimecku.sk/index.php?id=45>>.

- *umelecká činnosť* – maľovanie, nácvik piesní, tanec,
- *športová činnosť* – stolnotenisový turnaj, futbalový a volejbalový turnaj,
- *náboženská činnosť* – bohoslužby slova,
- *jednorazové aktivity* – Valentínska diskotéka.<sup>41</sup>

Na základe uvedených príkladov vidíme, že saleziánske strediská a rómske komunitné centrá sa vo väčšine svojej činnosti venujú hlavne deťom a aktivity, ktoré im ponúkajú, sú takmer zhodné. Aj saleziáni, aj komunitní pracovníci sa podieľajú na príprave detí na vyučovanie, ale aj do života, rôznymi praktickými činnosťami, ako sú: varenie, šitie, pečenie, práca s drevom, kožou a papierom. Učia sa správnym pracovným návykom, ale podnikajú s nimi aj umeleckú tvorbu, napr. pri výrobe rôznych predmetov, ktoré môžu predávať.

## Záver

V súčasnosti žijú medzi nami aj ľudia, ktorí sú menej šťastní, pretože prišli o svoju obľúbenú prácu a sú momentálne nezamestnaní. Ide o skupinu ľudí rôzneho veku, vzdelania a spája ich chuť zamestnať sa, čo im terajšia situácia v našej spoločnosti, pri vysokej nezamestnanosti, nedovoľuje. Mladým chýba absolvovaná prax, u starších je zas prekážkou ich vysoký vek. V týchto prípadoch dochádza aj k poškodeniu zdravia, hlavne po psychickej stránke. U starších sa zas môžu prejavovať rôzne choroby spôsobené daným stavom, obavami a strachom z budúcnosti – boj o prežitie.

Okrem spomenutých sociálnych skupín sú nezamestnanosťou v najväčšej miere postihnutí Rómovia. Práve im je ponúkaná pomoc komunitných centier, ale aj saleziánskych stredísk, ktoré sa zaoberajú hlavne prácou s deťmi a mládežou bez rozdielu farby pleti a pohlavia, ktoré pochádzajú zo znevýhodneného sociálneho prostredia. Ponúkajú aj rôzne činnosti pre dospelých. Poskytujú možnosť získania určitých vedomostí, schopností a praktických zručností smerujúcich k zlepšeniu ich života.

## ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY

- ASSLÄNDER, F. – GRÜN, A. *Práce jako duchovní úkol*. Kostelní Vydří : Karmelitánske nakladateľstvá, 2011. 141 s. ISBN 978-80-7195-368-5.
- BARANCOVÁ, H. – SCHRONK, R. *Pracovné právo*. Bratislava : Sprint dva, 2009. 799 s. ISBN 978-80-89393-11-4.
- BAŠISTOVÁ, A. *Vybrané kapitoly zo základov sociológie*. Košice : Seminár sv. Karola Boromejského, 2007. 83 s. ISBN 978-80-89138-65-4.
- DIENER, T. *Esencia práce. Alchymia navigácie pri hľadaní povolania*. Bratislava : Epos, 2008. 191 s. ISBN 978-80-8057-756-8.
- DRAGANOVÁ, H. a kol. *Sociálna starostlivosť*. Martin : Vydavateľstvo Osveta, 2006. 195 s. ISBN 978-80-8063-240-3.
- DUBOIS, J. *O výchove*. Bratislava : Rodina, 1994. 128 s. ISBN 80-85658-05-4.
- FORGAN, V. I. *O osobitnom povolaní*. Trnava : Ikar, 1991. 63 s. ISBN 80-851981-9-3.
- GÁBOROVÁ, G. Sociálne metódy pri práci s deťmi s poruchami správania. In *Nové aspekty v sociálno-právnej ochrane*. Prešov : Michal Vaško, 2014. s. 171-180. ISBN 978-80-7165-948-8.

---

<sup>41</sup> ARCIDIÉCEZNA CHARITA KOŠICE. *Rómske komunitné centrum*. [online]. [2014-09-21]. Dostupné na internete: <<http://www.charita-ke.sk/index.php/sk/sluzby/socialne-sluzby/ambulantne/item/133-romske-komunitne-centrum/133-romske-komunitne-centrum>>.

- GULOVÁ, L. *Sociální práce*. Praha : Grada Publishing, 2011. 208 s. ISBN 978-80-247-3379-1.
- HATÁR, C. *Edukácia seniorov v sociálnych zariadeniach*. Nitra : Effeta, 2008. 125 s. ISBN 978-80-892-4508-6.
- HÖFFNER, J. *Keresztény társadalmi tanítás*. Budapest : Szent István Társulat, 2002. 311 s. ISBN 9633612810.
- HUBINKOVÁ, Z. a kol. *Psychologie a sociologie ekonomického chování*. Praha : GRADA Publishing, a. s. , 2008, 277 s. ISBN 978-80-247-1593-3.
- JAMES, M. *Jezuitský návod (takmer) na všetko*. Trnava : Dobrá kniha, 2012. 491 s. ISBN 978-80-71417-36-1.
- KAPLÁNEK, M. *Výchova v salesiánskem duchu*. Praha : Portál, 2012. 117 s. ISBN 978-80-262-0126-7.
- KOSTURKOVÁ, M. Činitele ovplyvňujúce výchovu detí a mládeže. In *Sociálne uplatnenie a kresťanské zásady*. Tišnov : SURSUM, 2010. 269 s. ISBN 978-80-7323-198-9.
- KÖVÉROVÁ, Š. *Sociológia životného cyklu*. Bratislava : Občianske združenie Sociálna práca, 2003. 137 s. ISBN 80-968927-4-6.
- KRIŽAN, V. Dôstojnosť zamestnanca v sociálnej náuke katolíckej Cirkvi. In: *Dôstojnosť zamestnanca v pracovnoprávných vzťahoch*. Bratislava : 2011, 299 s. ISBN 978-80-98393-67-1.
- KÚDELOVÁ – KOPČANSKÁ, D. – HARVÁNEKOVÁ, I. *Sociológia 2*. Bratislava : SPN - Mladé letá s. r. o, 2011. 135 s. ISBN 978-80-10-01662-4.
- LEŠKOVÁ, L. *Causes of pathological behavior of children and the possibilities of social prevention*. Brno : Tribun EU, 2010. 73 s. ISBN 978-80-7399-927-8.
- LEŠKOVÁ, L. Prevencia sociálnej exklúzie uplatňovaním prvkov výchovného systému dona Bosca v rómskej komunite. In *Pedagogická, sociálna a zdravotnícka práca s osobami ohrozenými sociálnym vylúčením*. Ústí nad Labem : Univerzita J.E. Purkyně v Ústí nad Labem, 2010. s. 175-194. ISBN 978-80-7414-328-1.
- MOTTO, F. *Výchovný systém Jána Bosca*. Bratislava : Don Bosco, 2005. 165 s. ISBN 80-8074-022-4.
- PÁPEŽSKÁ RADA PRE SPRAVODLIVOSŤ A POKOJ. *Kompendium sociálnej náuky Cirkvi*. Trnava : SSV, 2008. 545 s. ISBN 978-80-71627-25-8.
- PESCHKE, K. *Kresťanská etika*. Praha : Vyšehrad, 1999. 695 s. ISBN 80-702133-1-0.
- PICHŇA, J. A. *Sociológia práce*. Bratislava : Práca, vydavateľstvo a nakladateľstvo ROH, 1978. 136s.
- POLONSKÝ, D. – HAMAJ, P. *Úvod do sociológie práce*. Liptovský Mikuláš : Lesnícka informačná agentúra, 2002. 88 s. ISBN 80-968746-2-4.
- UHÁL, M. *Práca, jej znaky a dôvody práce v sociálnej náuke Cirkvi*. Košice : Kňazský seminár sv. Karola Boromejského, 2006. 134 s. ISBN 80-89089-47-X.
- VOJTEK, Š. Ľudská práca ako výzva pre realizáciu pravého človečenstva. In *Sociálne uplatnenie a kresťanské zásady*. Tišnov : SURSUM, 2010. 269 s. ISBN 978-80-7323-198-9.

#### **Internetové zdroje:**

- ARCIDIÉCEZNA CHARITA KOŠICE. *Rómske komunitné centrum*. [online]. [2014-09-21]. Dostupné na internete: <<http://www.charita-ke.sk/index.php/sk/sluzby/socialne-sluzby/ambulantne/item/133-romske-komunitne-centrum/133-romske-komunitne-centrum>>.
- DETSKÉ CENTRUM UNICARE. [cit. 2014-18-10]. Dostupné na internete: <http://www.unicare.sk/tvorive-dielne-kruzky-pre-deti-detske-centrum>.

KAČMÁROVÁ, L. – KANCIANOVÁ, L. *Pracovné vyučovanie v špeciálnych základných školách. Pomoc pre začínajúcich špeciálnych pedagógov.* [cit. 2014-18-10]. Dostupné na internete: [www.mpc-edu.sk/library/files/kacmarova\\_pracovne\\_vyucovanie\\_szs.pdf](http://www.mpc-edu.sk/library/files/kacmarova_pracovne_vyucovanie_szs.pdf).

OZ MAJÁK NÁDEJE. [cit. 2014-18-10]. Dostupné na internete: <http://www.majak-nadeje.eu/503-tvorive-dielne-marec-2013>.

PASTORAČNÉ CENTRUM SVÄTÉHO TOMÁŠA. [cit. 2014-18-10]. Dostupné na internete: <http://www.pcsipok.sk/index.php/mladi/spravy-z-akcii/13-vianocne-tvorive-dielne-a-vianocne-trhy>.

SALESIÁNI BRNO – ŽABOVŘESKY. [cit. 2014-18-10]. Dostupné na internete: <http://brno.sdb.cz/stredisko/stalo-se/stredisko-2013-2014/majove-prespavani/>.

TOMÁNKOVÁ, P. NADÁCIA MILANA ŠIMEČKU/MILAN ŠIMEČKA FOUNDATION. [online]. [2014-19-10]. Dostupné na internete: <http://www.nadaciamilanasimecku.sk/index.php?id=45>.

VÝTVARNÍCKY TÁBOR – SALEZIÁNSKY PLENÉR. [cit. 2014-18-10]. Dostupné na internete: <http://www.domka.sk/plener>.

#### **KONTAKT NA AUTORKY**

Mgr. Bc. Alena Stopková

Mgr. Lenka Urbanová

Interné doktorandky

Katolícka univerzita v Ružomberku

Teologická fakulta Košice

Katedra spoločenských vied

Hlavná 89, 041 21 Košice, SR

tel.: + 00421/55/68 36 117

# FENOMÉN SEBAREALIZÁCIE ČLOVEKA

## THE PHENOMENON OF SELF-REALIZATION OF THE PERSON

---

Michaela Šul'ová

**Abstrakt:** K atribútom, trvalým vlastnostiam, ktoré charakterizujú osobu, patrí intelektuálne poznanie, láska, slobodné rozhodovanie, religiozita, podmetovosť práva, substanciálna úplnosť a dôstojnosť. Seberealizáciu môžeme chápať ako naplnenie, rozvoj a uplatnenie schopností človeka, ako potrebu plne realizovať vlastný potenciál produktivity a tvorivosti. Seberealizácia je túžba človeka po sebanaplnení, jeho tendencia uskutočniť svoje možnosti.

**Abstract:** The attributes, permanent features that characterize a person is intellectual knowledge, love, free to decide, religiosity, law for the person, substance completeness and dignity. Self-realization can be understood as a fulfillment, development and application of human abilities, such as the need to fully realize own potential of productivity and creativity. Self-realization is the desire of a person for self-fulfillment, his tendency to take own opportunities.

**KLúčové slová:** Ľudská činnosť. Osoba. Seberealizácia.

**Keywords:** Human activity. Person. Self-realization.

Seberealizácia človeka je nielen záležitosť psychická, sociálna, ale aj osobná. Pri ľudskom konaní sa rozvíja osoba človeka. Preto sa potrebujeme zamyslieť nad tým, čo osoba je.

### *Náčrt osoby*

V priestore sociálnej skutočnosti i vo všetkých jej čiastkových oblastiach ide vždy o interakciu ľudí. Preto každá reflexia sociálnej skutočnosti predpokladá koncepciu človeka a jeho určenia.<sup>1</sup>

„Latinské slovo *persona* pochádza z etruského jazyka. Pôvodne znamenalo masku, najprv rituálnu a neskôr aj divadelnú a spoločenskú. Išlo teda o úlohu, ktorú konkrétny človek hraje. V klasickom Ríme označoval tento pojem jednotlivého človeka ako nositeľa práv. Kresťanskí teológovia v 3. a 4. storočí dali tomuto pojmu nový obsah: osobu chápali ako bytosť, ktorá je schopná jedinečného a trvalého vzťahu.“<sup>2</sup>

Prvú filozofickú (logickú) definíciu osoby ako *rationalis naturae individua substantia* nachádzame v rannom stredoveku u Boethia. Zdôrazňuje individualitu a rozumnosť. Vo svetle filozofie podmetu môžeme ju vyjadriť v slovenskom jazyku ako „ja“ *rozumnej prirodzenosti*. Teda individuálna substancia vyrastajúca z rozumnej prirodzenosti sa manifestuje ako rozumné a uvedomelé „ja“. Toto „ja“ chápané analogicky – ako nositeľ uvedomelých obsahov v každom súcne ľudskej prirodzenosti – lepšie vyjadruje neopakovateľnosť osoby ako uvedená definícia.<sup>3</sup>

V pozemskom svete sú osobami len ľudia. Človek, na rozdiel od všetkých iných tvorov, má určité charakteristiky, ktoré úzko súvisia s osobou. Tieto charakteristiky sa prejavujú v jeho činnosti. Je to úplne iný druh poznania, ako majú zvieratá, vďaka ktorým hovoríme, že je slobodná, schopnosť vytvárať umelecké diela, ktoré majú

---

<sup>1</sup> Porov. ANZENBACHER, A. *Kresťanská sociálna etika. Úvod a princípy*. Brno : CDK, 2004, s. 180.

<sup>2</sup> DEGRO, I. *Filozofická antropológia*. Bratislava : IRIS, 2010, s. 59.

<sup>3</sup> Porov. DEGRO, I. *Filozofická antropológia*, s. 59.



charakter krásy a vo všetkých dobách vyskytujúce sa hľadanie niečoho (niekoho) Najvyššieho. Sú to prvé štyri atribúty osoby, ako ich chápeme v klasickej filozofii.

Nás nezaujíma len prejav osoby, ktorý považujeme za dôsledok. Snažíme sa nájsť aj príčinu. Príčinou odlišného (vyššieho ako u zvierat) poznania je rozum. Príčinou slobodného konania človeka je jeho vôľa. Rozum a vôľa nesú charakteristiky netelesnosti, určitého presahovania okolností, a to by sme mohli nazvať duchovnosť. Usudzujeme, že osoba človeka úzko súvisí s jeho duchovnou stránkou, ktorú vo filozofickej tradícii nazývame duša.

Znaky duchovnosti (osoby) sú: vedomie seba, autonómnosť, schopnosť vytvárať medziľudské vzťahy, svedomie, schopnosť konať dobro, zodpovednosť, sloboda, kultúra, umenie, spoločné dobro (schopnosť rozoznať, čo je a čo nie je spoločné dobro a vytvárať ho). To sú znaky nesystematicky usporiadané. Ďalší autori klasicky systematizujú znaky osoby do siedmych atribútov:

### **1. Atribút intelektuálneho poznania**

Motívom a cieľom intelektuálneho života človeka je pravda. Človek realizuje svoj osobný život v poznávaní pravdy, a preto možnosť vzdelania nie je privilegiom, ale povinnosťou človeka ako osoby.

Keď človek poznáva, ukazuje nielen svoju prevahu nad svetom rastlín, živočíchov a vecí, ale predovšetkým odkrýva svoju duchovnosť a odlišnosť od uvedeného sveta. Ukazuje výnimočnosť svojej existencie a života voči celej prírode. Vo výdobytkoch techniky, vedeckých či umeleckých dielach spredmetňuje svoje myšlienky, a tým ukazuje vládnutie ducha nad materiou. Keď vytvára umelecké a vedecké diela, keď buduje domy, keď konštruje predmety techniky, ako aj obyčajné veci pre každodennú potrebu, podriaďuje materiu zákonitostiam ducha a núti ju k poslušnosti.

### **2. Atribút lásky**

Rovina ľudskej lásky má široký obsah, od sexuálnej lásky cez rôzne formy solidarnosti i priazne až k láske k Bohu. Do aktu lásky nerozlučne vstupuje poznanie a sloboda. Láska je vždy spojená s poznaním predmetu lásky (i keď nedokonalým) a so slobodou výberu dobra (osoby alebo iného bytia), ktoré milujeme.

Amabilný život človeka tvorí špecifický stav „*byť tu pre druhú osobu*“ a dáva zásadný zmysel životu. V aktoch osobnej lásky jedinec objavuje seba ako bytie plné altruizmu. Tento altruizmus sa prejavuje v schopnosti *posvätiť sa* pre druhého v nezištnej láske, niekedy až po obetovanie vlastného života. Takže v aktoch osobnej lásky sa človek prejavuje ako bytie, ktoré chce „*stáť na stráži života svojho brata*“, z čoho robí aj hlavnú úlohu svojho života. Táto skutočnosť sa nedá nájsť vo svete prírody, len v živote človeka (zvieratá chránia svoje mláďatá inštinktívne, no človek chráni život iného človeka vedome). Preto je láska kľúčom k porozumeniu človeka a aj cestou k dorozumievaniu sa s ním.

### **3. Atribút slobodného rozhodovania**

Do štruktúry slobodného konania nerozlučne vstupuje poznanie a láska k dobru, lebo základom slobody je schopnosť intelektuálneho poznania bytia a schopnosť zamilovania si bytia v sebe i pre seba ako dobra.

Od aktu slobodného rozhodovania sa nemôžeme oslobodiť žiadnym spôsobom. Ani nie je možné odovzdať tento akt niekomu inému. Pedagóg, psychológ, lekár, politik, či ktokoľvek iný, nemôže zbaviť človeka možnosti slobodného rozhodovania. Tieto akty slobodného rozhodovania sa spájajú s morálnou stránkou človeka a sú vyjadrením plnej slobody osoby, ktorá dokáže byť nielen slobodnou, ale predovšetkým byť slobodnou vo výbere dobra (dobro – voľná).

#### **4. Atribút religiozity**

Človek je religióznym bytím zo svojej prirodzenosti, čo vyjadruje navonok v rôznych formách náboženstiev či náboženských kultoch. V skúsenosti religiozity človek objavuje najhlbšiu pravdu o sebe. Pravdu o tom, že je kontingentným bytím a objavuje v sebe potrebu prekročiť túto ohraničenosť svojej existencie. Zároveň odkrýva aj svoju otvorenosť na transcendentné „Ty“. Je schopný položiť otázku o zmysle svojej existencie. Je bytím, ktoré sa zaoberá svojou existenciou, kladie si nielen otázku, odkiaľ pochádza, ale aj kam smeruje, a súčasne objavuje, že jeho život má zmysel. Taktiež zisťuje, že vo vzťahu k iným ľuďom je rovný z aspektu svojej prirodzenosti.

#### **5. Človek ako podmet práva**

Podmetovosť práva je prvým aj základným momentom transcencie ľudskej osoby voči spoločnosti. Človek je tak adresátom práva, ako aj jeho vykonávateľom. Tvorí si právo a aj koná podľa neho. Právo je vždy pre človeka, je realizáciou dobra človeka. Teda musí byť interpretované ako dobro pre človeka. Jeho plnenie je zase vyjadrením realizácie osobného dobra. Preto nie je možné človeka podrobiť právu, ktoré je proti nemu ako človeku. Právo je pre človeka a nie človek pre právo, každý môže uplatňovať nárok voči druhým len v mene dobra.

#### **6. Substanciálna úplnosť**

Osobné bytie je samo pre seba úplným bytím, ktoré v sebe skrýva základnú existenciálnu úplnosť. No na druhej strane je zase potencionálnym bytím, ktoré z tejto úplnosti tvorí svoju osobnú tvár. Táto potencialita je v ňom samom, nie niekde inde. Takže človek, aj keď je spoločenským bytím a vstupuje do rôznych vzťahov, predsa k plnosti svojej existencie nepotrebuje nič zvonku, čo by z neho urobilo človeka ako takého. Má už všetko, čo má mať ako substancia. Znamená to, že človek sa aktualizuje, ale nie je tvorený.

#### **7. Dôstojnosť**

Osoba má byť vždy cieľom. Nemôže byť nikdy a nikým ponímaná ako prostriedok k inému cieľu, pretože to by bol postoj nehodný osoby.

Príčinou existencie ľudských činností je v konečnom dôsledku osoba (presnejšie osoba druhého) ako bytie „v sebe“ i „pre seba“, ako súcno – cieľ, a nie ako prostriedok k cieľu.

Táto špecifická vlastnosť osobného bytia pripomína všetkým, napr. vedcom, pedagógom, psychológom i lekármi, že človek nemôže byť interpretovaný ako prostriedok pre nejaké ciele, či už vedecké alebo pedagogické. Všetko má byť nasmerované na dobro človeka, lebo on je cieľom všetkej činnosti, umenia, vedy, techniky, politiky i náboženstva. Teda človek ako osoba má hodnotu sám v sebe, hodnotu neprenosnú, preto ho nie je možné užívať ako prostriedok, je vždy cieľom.<sup>4</sup>

#### ***Náčrt seberealizácie***

V metafyzickom slova zmysle seberealizácia osoby je prijímaním čím viac pravdy, čím viac dobra a krásy. To sa deje v poznávaní, v slobodnom konaní a v umení. Vtedy, keď konáme dobro, sami sa stávame dobrými.

K tomu, aby sme podrobnejšie načrtli povahu rozvoja, potrebujeme sa zamyslieť nad samotným človekom. Je mnoho spôsobov konania, ktoré rozvoj neprinášajú, napr. konanie sebecké, pudové, anarchistické alebo konformné. Všetky tieto štýly života,

---

<sup>4</sup> Porov. DEGRO, I. Atribúty ľudskej osoby. In *Verba Theologica*. 2007, roč. 6, č. 2, s. 6-14.

resp. práce, majú jedného spoločného menovateľa –osobný rozmer (resp. mravný) je redukovaný až deformovaný. Karol Wojtyła vo svojej knihe *Osoba a čin* analyzuje tzv. vrstvy vnútra človeka. Odlišuje *actus hominis* a *actus humanus*.<sup>5</sup> Prvý je skutok človeka bez účasti osobného rozmeru. Je to vtedy, keď človek nie je pri vedomí, keď nie je slobodný, alebo keď je obmedzovaný hrubým spôsobom, nemá vedomosť o tom, čo robí. Za takýto skutok človek nie je zodpovedný. *Actus humanus* je skutok osobný, vlastný, pri plnom vedomí a bez prekážky. Za takýto skutok je človek zodpovedný. Takýto skutok nielenže je niečím, čo človek robí navonok a mení, respektíve vplýva na okolitý svet. Takýto skutok sa odráža aj v jeho vnútri, vplýva na celého človeka. Ak je skutok morálne dobrý, rozvíja človeka. Ak je skutok morálne zlý, degraduje a rozkladá človeka.<sup>6</sup> Karol Wojtyła rozlišuje ešte dve roviny: somatickú a psychologickú. Hovorí, že tieto roviny treba integrovať, to znamená, rešpektovať prirodzené zákony v rovine somatickej a psychologickkej, zároveň však zapojiť tieto roviny do služby subjektu.<sup>7</sup> Subjekt ako osoba sa rozhoduje. Vykonanie rozhodnutia sa opiera aj o tieto roviny, a preto ich treba brať do úvahy. Centrom sebarealizácie je rozhodnutie. Záleží však aj na spôsobe vykonania, aby sa neporušila vnútorná rovnováha človeka.

### Objasnenie sebarealizácie podľa Maslowa

Predstavu sebarealizácie ako najrozsiahlejšieho cieľa života prvýkrát publikoval psychológ **Abraham Maslow**, ktorý ju radí v hierarchii potrieb (Obrázok 1) na najvyššie miesto. Identifikoval **fyziologicalké potreby** (smäd, hlad, potreba tepla), **potreba bezpečia/potreba istoty** (ochrana pred nebezpečenstvom, potreba stability, spoľahlivosti, oslobodenia od strachu, úzkosti a chaosu, potreba poriadku, zákona, ochrany, starostlivosti a pomoci), **sociálne potreby/potreby náklonnosti a lásky** (potreba lásky, prijatia, spolupatričnosti, priateľstva, akceptácie, potreba pozitívneho názoru na seba samého), **potreba uznania/potreba úcty** (potreba sebaocenenia a úcty, potreba dosiahnutia úspešného výkonu a prestíže) a **potreba sebarealizácie** (rozvoj vlastných schopností a osobnosti, potreba plne realizovať vlastný potenciál produktivity a tvorivosti, potreba sebanaplnenia ako tendencia realizovať svoje možnosti, sem patria aj potreby „rastu“ ako rozvoja osobnosti, ku ktorým sa radia aj potreby poznávania, porozumenia a estetických zážitkov).<sup>8</sup>

Teda Maslow predpokladal, že existuje hierarchia potrieb, stúpajúcich od základných biologických potrieb k zložitejším motívom, ktoré sa stávajú dôležitými len vtedy, keď sú uspokojené základné potreby. Podľa tejto pyramídy je možné potreby vyššieho stupňa uspokojiť, až keď sú uspokojené potreby nižšieho stupňa. Teda rozvíjanie vlastnej sebarealizácie vyžaduje uspokojenie všetkých ostatných potrieb. Podľa Maslowa, ak majú ľudia dostatočne uspokojené základné potreby bezpečia, spolupatričnosti, lásky, úcty a sebaúcty, tak sú primárne motivovaní k vlastnej sebarealizácii. Nájdu sa však výnimky, keď sa správanie ľudí riadi vyššími potrebami aj vtedy, keď nižšie nie sú dostatočne uspokojené. Napr. umelci a vedci, ktorým v zápale

---

<sup>5</sup> Porov. WOJTYŁA, K. *Osoba i czyn*. Lublin : TN KUL, 2000, s. 73, 115.

<sup>6</sup> Porov. WOJTYŁA, K. *Osoba i czyn*, s. 195.

<sup>7</sup> Porov. WOJTYŁA, K. *Osoba i czyn*, s. 242.

<sup>8</sup> Porov. BAŠISTOVÁ, A. – TREŠČÁKOVÁ, J. *Vybrané kapitoly z manažérskej psychológie*. Košice : Seminár sv. Karola Boromejského, 2007, s. 49-50; Porov. OCHMANOVÁ, M. – JORDAN, P. *Dobrovoľníci – cenný zdroj pomoci*. Maryland : The Johns Hopkins University Institute for Policy Studies, 1997, s. 9; Porov. LOKŠA, J. *Základy všeobecnej psychológie*. Košice : Seminár sv. Karola Boromejského, 2006, s. 113.

tvorivej činnosti nezáleží nielen na materiálnych podmienkach, ale ani na mienke ostatných, taktiež aj ľudia, ktorí sa dobrovoľne postia z náboženských pohnútok.<sup>9</sup>

„Potreby na *prvých štyroch úrovniach* Maslow označil ako **nedostatkové, alebo deficientné (D-potreby)**, ktoré fungujú podľa princípu udržiavania vnútornej telesnej, alebo psychickej rovnováhy. Rozdelil ich na **nižšie** a **vyššie**. K nižším patria fyziologické potreby a potreby bezpečia, k vyšším potreby lásky, spolupatričnosti a uznania. Uspokojovanie vyšších D-potrieb zaisťuje duševnú pohodu, prípadne aj rozvoj osobnosti jednotlivca. Deficientné potreby fungujú na základe napätia, ktoré človek pociťuje vtedy, keď tieto potreby nie sú uspokojené a ktoré ho motivujú k správaniu vedúcemu k ich redukcii, t. j. k ich uspokojeniu. **Potreby sebarealizácie** sa od deficientných potrieb zásadne líšia tým, že sa pri nich jedná o **rastové potreby**. Pri nich sa prejavuje špecifický efekt spočívajúci v tom, že ich uspokojovaním sa intenzita týchto potrieb neznižuje, ale naopak skôr rastie. Maslow ich označil aj ako **metapotreby, alebo potreby bytia (B-potreby)**.“<sup>10</sup>

Z hľadiska *teórie hodnôt* je tiež zaujímavé to, že Maslow rozlíšil v nadväznosti na hierarchiu potrieb aj dva typy hodnôt, a to **deficientné D-hodnoty** a **hodnoty bytia B-hodnoty**. Uspokojovaním rastových potrieb sa realizujú hodnoty bytia, ku ktorým patrí pravda, dobrota, krása, hravosť, sebestačnosť.

Vnútorň motivačný stav sa prejavuje aj v *kognitívnej oblasti*, a to tak, že **deficientné D-poznávanie** uskutočňuje jedinec z hľadiska uspokojovania nedostatkových (deficientných) potrieb. Je to egoistický spôsob poznávania, pri ktorom sa svet delí na objekty a ľudí, ktorí buď uspokojujú potreby daného človeka, alebo ich uspokojovanie znemožňujú (ostatné aspekty vonkajšieho sveta takýto človek viacmenej ignoruje). Oproti tomu **B-poznávanie**, ktoré je typické pre seberealizujúce sa osoby, je objektívne a nezištné. Veci a javy okolitého sveta človek orientovaný na svoju sebarealizáciu poznáva reálne v ich vlastnej podstate.

Podobne možno v *citovej oblasti* rozlíšiť **nedostatkovú D-lásku** ako sebeckú formu lásky, a **B-lásku** (vychádzajúcu z potrieb bytia), ktorá je nesebecká, nevyžadujúca, pomáhajúca druhému k sebarealizácii, altruistická a podporujúca.<sup>11</sup>

---

<sup>9</sup> Porov. BAŠISTOVÁ, A. – TREŠČÁKOVÁ, J. *Vybrané kapitoly z manažérskej psychológie*, s. 49-50; Porov. OCHMANOVÁ, M. – JORDAN, P. *Dobrovoľníci – cenný zdroj pomoci*, s. 9; Porov. LOKŠA, J. *Základy všeobecnej psychológie*, s. 290.

<sup>10</sup> LOKŠA, J. *Základy všeobecnej psychológie*, s. 290.

<sup>11</sup> Porov. LOKŠA, J. *Základy všeobecnej psychológie*, s. 290-291.

## Obrázok 1 Maslowova hierarchia potrieb<sup>12</sup>

Obr. 1 Maslowova hierarchie potrieb v tabulke

Sebeaktualizace a seberealizace	B-potreby	Metapotreby	potřeby vědění, porozumění a estetické potřeby, týkají se žádosti člověka
Potřeba uznání	D-potreby	Vyšší potřeby	potřeby dosažení úspěšného výkonu
Potřeba sounáležitosti a lásky			potřeba někam patřit, potřeba sounáležitosti
Potřeby bezpečí		Nižší potřeby	jistota, stabilita, spolehlivost, potřeba struktury, pořádku, zákona
Fyziologické potřeby			žízeň, hlad, sex, spánek

Podľa humanistickej psychológie, kde sa radí napr. aj Maslow či Rogers, človek žije na tomto svete preto, aby v čo najväčšej miere aktualizoval všetky svoje danosti, vlohy a talenty, ktoré sú v ňom skryté a tomuto princípu treba podriadiť všetko ostatné. Príkladom je spomínaná Maslowova teória, ktorá za vrchol života považuje schopnosť sebarealizácie a vrcholné zážitky.<sup>13</sup> „Sebarealizácia predstavuje nikdy nekončiaci proces. Čím na vyšší stupeň sa človek dostane, tým väčšie bohatstvo a pokoj vnútorného života môže dosiahnuť.“<sup>14</sup>

Maslow sa rozhodol študovať ľudí, ktorí mimoriadnym spôsobom realizovali svoj potenciál. Začal študovať životy vynikajúcich historických postáv, ako napr. Barucha Spinozy, Thomasa Jeffersona, Abraháma Lincolna, Jane Addamsovej a Alberta Einsteina. Maslow rozšíril svoju štúdiu na populáciu študentov vysokých škôl. Vybral študentov, ktorí vyhovovali jeho definícii sebarealizujúcich sa ľudí, a zistil, že táto skupina patrila k významnému percentu najzdravších ľudí z populácie. Títo študenti nevykazovali známky maladaptácie a efektívnejšie využívali svoj talent a schopnosti.

Maslow svojimi štúdiami dospel k zložitému obrazu človeka, ktorý dosiahol sebarealizáciu. Opísal vlastnosti týchto ľudí spolu s určitým správaním, o ktorom sa domnieval, že vedie k sebarealizácii. K **vlastnostiam sebarealizujúcich sa ľudí** podľa Maslowa patrí: účinnejšie vnímajú realitu a sú schopní tolerovať neistotu; akceptujú seba a druhých ľudí takých, akí sú; sú spontánni v myslení i správaní; sú vysoko tvoriví; majú svoju hierarchiu hodnôt; zameraní skôr na problém než na seba; majú zmysel pre humor; odolní voči vplyvu kultúry bez účelovej nekonvenčnosti; majú starosť o blaho ľudstva; schopní hlbokého uvedomenia základných životných skúseností; majú hlboké, uspokojujúce interpersonálne vzťahy, skôr s menším počtom

<sup>12</sup> ŠMAHAJ, J. *Hierarchie potrieb Abrahama Harolda Maslowa*. [online]. [cit. 2014-03-29]. Dostupné na internete: <<http://pfyziolfup.upol.cz/castwiki/?p=1386>>.

<sup>13</sup> Porov. FORGÁČ, M. *Tvárou v tvár. Náčrt psychológie kresťanskej osobnosti podľa L. M. Rullu v kontexte biblického príbehu o Jakubovi*. Košice : Equilibria, 2011, s. 54.

<sup>14</sup> LOKŠA, J. *Základy všeobecnej psychológie*, s. 113.

ľudí než s väčším množstvom ľudí; schopní hľadiet na život z objektívneho hľadiska; sú pozitívne zmyšľajúci.

Podľa Maslowa, k **správaníu, ktoré vedie k seberealizácii**, môžeme zaradiť: prežívať život ako dieťa, s plným ponorením a sústredením; skúšať skôr niečo nové, než sa držať bezpečných a istých spôsobov; pri hodnotení skúseností načúvať skôr vlastným pocitom než hlasu tradície, autority alebo väčšiny; byť poctivý, vyhýbať sa predstieraníu, maskám a hraníu divadla; pripraviť sa byť nepopulárny, keď sa názory nezhdujú s názormi väčšiny ľudí; prijať zodpovednosť; pracovať usilovne na tom, pre čo sa človek rozhodol; pokúsiť sa identifikovať svoje obrany a nájsť odvahu sa ich vzdať.

Mnoho ľudí prežíva prechodné okamihy seberealizácie, ktoré Maslow nazval **vrcholné zážitky**. Vrcholný zážitok je zážitok šťastia a naplnenia – dočasný, spontánny, na seba nezameraný stav dokonalosti a dosiahnuteľnosti cieľa. Vrcholné zážitky môžu mať rôznu intenzitu a môžu sa vyskytnúť v rôznych súvislostiach, napr. tvorivá činnosť, vnímanie prírody, medziľudské vzťahy, rodičovské pocity, estetické vnemy, šport, štúdium, voľný čas, dobrovoľníctvo. Maslow požiadal značné množstvo vysokoškolských študentov, aby opísali každú skúsenosť, ktorá sa približovala vrcholnému zážitku, a potom sa pokúsil ich odpovede zhrnúť. Hovorili o celistvosti, uvedomovaní, jedinečnosti, nenútenosti, nezávislosti a o hodnotách lásky, krásy, dobroty a pravdy.<sup>15</sup>

### **Objasnenie seberealizácie podľa Rogersa**

**Carl Rogers** navrhol teóriu osobnosti, ktorej ústredným pojmom je „ja“, ako uvedomované vnímanie seba, zdôrazňujúce jednotu a jedinečnosť každého človeka. Základom ľudskej motivácie a činnosti je podľa neho tendencia k sebaktualizácii prostredníctvom uspokojovania potrieb a zároveň prijímania zážitkov, ktoré sa v danom čase vyskytujú vo vnútornom aj vonkajšom prostredí človeka.

Rogers vychádzal z predpokladu, že každý človek sa môže vo vhodnom prostredí celkom prirodzene rozvíjať ako zdravá, zrelá a spoločensky konštruktívna osobnosť. Hlavnú pozornosť sústreďoval na skúmanie zdravých a psychicky zreých osobností, ktorých činnosť bola prínosom pre rozvoj spoločnosti. Špecifický dôraz kládol na osobnú slobodu človeka. Človek berie na seba zodpovednosť za riešenie vlastných životných problémov.

Rogersovým prínosom pre rozvoj psychológie bola nielen jeho koncepcia potreby rozvoja a seberealizácie človeka, optimistický pohľad na ľudskú povahu, alebo dôraz na ľudskú tvorivú činnosť, ale aj jeho osobitný prínos v oblasti psychoterapie, kde rozvinul princípy „na osobu zameraného“ psychoterapeutického poradenstva.<sup>16</sup>

### **Objasnenie seberealizácie podľa Cenciniho**

**Cencini** tvrdí, že všetci sme povolani k seberealizácii, je však veľmi náročné jednoznačne vyjadriť, čo konkrétne seberealizácia znamená. Je to natoľko rozšírený termín, že sa stal mnohoznačným, ako nádoba, ktorú každý naplní, čím chce. Nie je to nič zvláštne, ak si pomyslíme, že *seberealizácia je úzko spojená so sebaopoznaním, a preto je chápaná spôsobom, ktorý zodpovedá rovine, v ktorej sa identifikujeme*. Môžeme hovoriť o ontologickej a psychickej seberealizácii a aplikovať na to problematiku spojenú s definíciou seba samého. Je to logické, pretože napr., ak si

---

<sup>15</sup> Porov. ATKINSONOVÁ, R. L. a kol. *Psychologie*. Praha : Victoria Publishing, 1995, s. 559-561.

<sup>16</sup> Porov. LOKŠA, J. *Základy všeobecnej psychológie*, s. 114.

myslíme že naše ja je definované predovšetkým nadaním a schopnosťami, ktoré patria do psychickej roviny, budeme robiť všetko preto, aby sme sa ich prostredníctvom realizovali, a podriadime tomu všetky ostatné zložky osobnosti. Môžeme to zhrnúť dvoma spôsobmi: 1) spôsob nášho sebazoznania je určujúci pre náš spôsob života, alebo 2) obsah, ktorý definuje naše ja, sa stáva modelom, na ktorom stavíme svoju osobnosť.<sup>17</sup>

Seberealizácia sa stáva pre človeka najosobitnejšou životnou úlohou a cieľom. Človek, aj keď padne na dno, alebo keď sa cíti neužitočný, má vo vnútri cenný potenciál, ktorý sa dá využiť pre jeho rast, len ho treba objaviť a „vložiť do ohňa, aby vzplanul“.<sup>18</sup>

## ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY

- ANZENBACHER, A. *Křesťanská sociální etika. Úvod a principy*. Brno : CDK, 2004. 254 s. ISBN 80-73250-30-6.
- ATKINSONOVÁ, R. L. a kol. *Psychologie*. Praha : Victoria Publishing, 1995. 863 s. ISBN 80-85605-35-X.
- BAŠISTOVÁ, A. – TREŠČÁKOVÁ, J. *Vybrané kapitoly z manažérskej psychológie*. Košice : Seminár sv. Karola Boromejského, 2007. 133 s. ISBN 978-80-89138-66-1.
- CENCINI, A. *Bůh je můj přítel. Psychologie seberealizace a autoidentifikace v Bohu*. Praha : Paulínky, 1997. 162 s. ISBN 80-86025-12-8.
- COMUNITA CENACOLO. *Scintille di luce. Dal cuore di Madre Elvira*. Saluzzo : Comunita Cenacolo, 2010. 115 s.
- DEGRO, I. Atribúty ľudskej osoby. In *Verba Theologica*. ISSN 1336-1635, 2007, roč. 6, č. 2, s. 5-14.
- DEGRO, I. *Filozofická antropológia*. Bratislava : IRIS, 2010. 215 s. ISBN 978-80-89238-29-3.
- FORGÁČ, M. *Tvárou v tvár. Náčrt psychológie kresťanskej osobnosti podľa L. M. Rullu v kontexte biblického príbehu o Jakobovi*. Košice : Equilibria, 2011. 165 s. ISBN 978-80-89284-72-6.
- LOKŠA, J. *Základy všeobecnej psychológie*. Košice : Seminár sv. Karola Boromejského, 2006. 369 s. ISBN 80-89138-44-6.
- ŠMAHAJ, J. *Hierarchie potřeb Abrahama Harolda Maslowa*. [online]. [cit. 2014-03-29]. Dostupné na internete: <<http://pfyziolffup.upol.cz/castwiki/?p=1386>>.
- WOJTYŁA, K. *Osoba i czyn*. Lublin : TN KUL, 2000. 543 s. ISBN 83-85291-67-9.
- OCHMANOVÁ, M. – JORDAN, P. *Dobrovolníci – cenný zdroj pomoci*. Maryland : The Johns Hopkins University Institute for Policy Studies, 1997. 32 s. ISBN 1-886333-29-7.

## KONTAKT NA AUTORKU

PhDr. Michaela Šul'ová

Interná doktorandka

Katolícka univerzita v Ružomberku, Teologická fakulta v Košiciach,

Katedra spoločenských vied

Hlavná 89, Košice

mmichaela.sulova@gmail.com

---

<sup>17</sup> Porov. CENCINI, A. *Bůh je můj přítel. Psychologie seberealizace a autoidentifikace v Bohu*, s. 41.

<sup>18</sup> Porov. COMUNITA CENACOLO. *Scintille di luce. Dal cuore di Madre Elvira*. Saluzzo : Comunita Cenacolo, 2010, s. 9-10.

# RECENZIA KNIHY: RIZIKOVÉ SPRÁVANIE DETÍ V DETSKÝCH DOMOVOCH

---

*Lýdia Lešková*

Elena Gažíková. *Rizikové správanie detí v detských domovoch*.  
Prvé vydanie. Košice: Equilibria, 2014. 136 s. ISBN 978-80-558-0686-0.

Publikáciu *Rizikové správanie detí v detských domovoch* spracovala autorka Elena Gažíková ako prvé vydanie vo vydavateľstve Equilibria v Košiciach v roku 2014.

Publikácia *Rizikové správanie detí v detských domovoch* je zvlášť aktuálna pre dnešnú dobu. Prináša exkurz do problematiky rizikového správania detí a náhradnej starostlivosti poskytovanej v detských domovoch.

Autorka kladie akcent na popísanie intervencie poskytovanej multidisciplinárnym tímom, ktorého cieľom je napĺňanie vývinových potrieb detí, pričom prináša pohľad aj na problémy, s ktorými sa multidisciplinárny tím stretáva, a to na rizikové správanie detí v náhradnej starostlivosti.

Publikácia pozostáva z piatich častí, ktoré na seba chronologicky nadväzujú a vytvárajú kompaktné dielo.

V prvej kapitole autorka predkladá teoretické východiská rizikového správania detí. Vymedzuje základné pojmy, ktoré v práci prioritne využíva, pričom porovnáva názory viacerých, domácich i zahraničných autorov na skúmanú problematiku.

Charakteristike detských domovov, profesionálnej rodine a náhradnému rodičovstvu je venovaná druhá kapitola. V tejto časti považovala autorka za dôležité popísať formy a druhy poskytovanej starostlivosti v detskom domove, priblížiť typy náhradnej rodinnej starostlivosti a identifikovať základné príčiny, ktoré vedú k umiestňovaniu detí do detských domovov.

Tretia kapitola je venovaná takým dôležitým oblastiam, ako sú základné potreby dieťaťa a ich optimálne napĺňanie, kde nevyhnutne patrí i kontakt dieťaťa so svojou biologickou rodinou. V rámci tejto kapitoly autorka poukazuje aj na rizikové správanie detí v detských domovoch, ako na obzvlášť závažný problém, ktorý si vyžaduje nielen pozornosť, ale aj otvára priestor pre intervenčné zásahy sociálnych pracovníkov.

Aktuálne otázky vytvárania multidisciplinárnych tímov, ktoré využívajú k dosiahnutiu cieľov široký diapazón metód sociálnej práce, sú prezentované v štvrtej kapitole publikácie.

V poslednej, najrozsiahlejšej, ako i najviac prínosnej časti, predloženej publikácie, tak pre teóriu i prax sociálnej práce, sa autorka zaoberá výsledkami výskumu, ktorý spĺňa náročné požiadavky kladené, ako na štatistické spracovanie výsledkov, tak aj na ich dôslednú interpretáciu.

Predložená publikácia vykazuje teoretickú rozhladenosť autorky v skúmanej problematike s využitím širokého spektra literatúry a poznatkov domácich



i zahraničných autorov. Je potrebné oceniť prínos autorky jednak výberom témy, ako aj jej spracovaním, ktorým prenikla do vnútra problematiky.

Po obsahovej, ako aj formálnej stránke, predložená publikácia spĺňa kritériá vedeckosti, kritériá kladené na tento druh vedeckých prác, a preto ju odporúčam na publikovanie a do všeobecnej pozornosti odbornej verejnosti.

**KONTAKT NA AUTORKU**

doc. PhDr. Ing. Lýdia Lešková, PhD.

Katolícka univerzita v Ružomberku

Teologická fakulta Košice, katedra spoločenských vied

Hlavná 89, 041 21 Košice, SR

e-mail: lydia.leskova@ku.sk

tel.: 00421/55/68 36 155

Editor: doc. PhDr. Ing. Lýdia Lešková, PhD.

**Time management – rodinný život verzus pracovný čas  
a poslanstvo osobnosti  
bl. Sára Salkaházi  
8. ročník**

*Zborník z medzinárodnej vedeckej konferencie*

Pre Teologickú fakultu Košice, KU v Ružomberku vydalo:

Vydavateľstvo Michala Vaška, Prešov 2014

Prvé vydanie

**ISBN XY**