

JOURNAL 2018

ROČNÍK IV, MIMORIADNE ČÍSLO 3

SOCIOTERAPIE



Vstup do dôchodku
ako nová životná fáza
seniora

Journal Socioterapie, ročník. 4, mimoriadne č. 3, 2018

Vydavateľ: Inštitút edukológie a sociálnej práce, Filozofická fakulta Prešovskej univerzity v Prešove, Ul. 17. novembra 1, 080 78 Prešov, <https://www.unipo.sk/filozoficka-fakulta/ieasp/>

Predseda redakčnej rady: prof. PhDr. Beáta BALOGOVÁ, PhD.

Šéfredaktori: Mgr. Peter GARBARČÍK, PhD.; Mgr. Anna JAŠKOVÁ, PhD.; Mgr. Antónia SABOLOVÁ FABIANOVÁ, PhD.; Mgr. Michaela SKYBA, PhD.; doc. Mgr. Monika BOSÁ, PhD. (RD); PhDr. Veronika KMETÓNY GAZDOVÁ, PhD.(RD); doc. PhDr. Denisa ŠOLTÉSOVÁ, PhD. (RD)

Redakčná rada a recenzenti: doc. PhDr. Jozef KREDÁTUS, PhD., FF PU v Prešove; doc. PhDr. Kvetoslava REPKOVÁ, CSc., IVPR v Bratislave a FF PU v Prešove; Prof. PhDr. Viera BILASOVÁ, CSc., FF PU v Prešove; PaedDr. Lenka PASTERÁKOVÁ, PhD., FF PU v Prešove; Prof. PaedDr. Anna HUDECOVÁ, PhD. PF UMB v Banskej Bystrici; prof. PaedDr. Jana LEVICKÁ, PhD., FZaSP TU v Trnave; doc. PhDr. Eva MYDLÍKOVÁ, PhD., PF KU v Bratislave; doc. PhDr. Alžbeta BROZMANOVÁ GREGOROVÁ, PhD., PF UMB v Banskej Bystrici; prof. PhDr. Eva ŽIAKOVÁ, CSc., FF UPJŠ v Košiciach; doc. JUDr. Mgr. Dušan ŠLOSÁR, PhD., FF UPJŠ v Košiciach; doc. PhDr. Markéta RUSNÁKOVÁ, PhD., PF KU v Ružomberku; doc. PhDr. Jaroslav VETEŠKA, PhD., Pedagogická fakulta Univerzity J. E. Purkyně v Ústí nad Labem; PaedDr. Monika ŽUMÁROVÁ, PhD., PF UHK v Hradci Králové; Mgr. Zuzana TRUHLÁŘOVÁ, PhD., ÚSP UHK v Hradci Králové; doc. Mgr. Kamil KARDIS, PhD., GTF PU v Prešove; doc. PhDr. Tomáš HANGONI, PhD., PBF PU v Prešove; doc. PaedDr. Ctibor HATÁR, PhD., PF UKF v Nitre; doc. PhDr. Oldřich MATOUŠEK, PhD., FF UK v Prahe; PhDr. Eva DRAGOMIRECKÁ, PhD., FF UK v Prahe; dr. hab. Marta UBERMAN, Uniwersytet Rzeszowski w Rzeszowie; Ks. dr hab. Janusz MIERZWA, prof.; dr. hab. Leon SZOT, prof. UPJP2 w Krakowie; prof. dr. hab. Joanna TRUSZKOWSKA, PWSIP w Łomży; prof. dr. hab. Henryk SKOROWSKI, UKSW w Warszawie; prof. hab. Joanna Mysona BYRSKA, Uniwersytet J. P. II. w Krakowie; Dr hab. Monika PODKOWIŃSKA, prof. SGGW; Prof. nadzw. dr hab. Tadeusz BAŁK, Prorektorem PWSTE w Jarosławiu

Technickí redaktori, editori, grafické spracovanie: Mgr. Peter GARBARČÍK, PhD.; Mgr. Anna JAŠKOVÁ, PhD.; Mgr. Antónia SABOLOVÁ FABIANOVÁ, PhD.; PhDr. Veronika KMETÓNY GAZDOVÁ, PhD. (RD)

Periodicita: 2x ročne

Titulka: Pixabay License

© Inštitút edukológie a sociálnej práce, Filozofická fakulta Prešovskej univerzity v Prešove, 2018

ISSN 2453 - 7543



Obsah

EDITORIÁL

BEATA BALOGOVÁ, ANTÓNIA SABOLOVÁ FABIANOVÁ.....	4
---	---

VEDECKÉ STATE

Wellbeing ako predpoklad pozitívnej adaptácie vstupu do dôchodku BEÁTA BALOGOVÁ, MICHAELA SKYBA	6
Aktywny senior - życie towarzyskie, rodzinne i zawodowe seniorów w polsce MONIKA PODKOWIŃSKA	13
Strop odchodu do dôchodku - politický nástroj, či sociálno-ekonomická opodstatnenosť? PETER GARBARČÍK	22
Odchod do dôchodku z perspektívy životného cyklu a aktívneho starnutia KVETOSLAVA REPKOVÁ	33
Prístup zameraný na riešenie ako jedna z možností pomoci starším ľuďom zvládať zmeny súvisiace so vstupom do dôchodku LENKA KVAŠŇÁKOVÁ	41
Špecifiká a benefity využitia techník všímavosti v sociálnej práci so seniormi ZUZANA POKLEMBOVÁ	47
Reziliencia ako významný faktor pre úspešné starnutie z pohľadu sociálnej práce ANTÓNIA SABOLOVÁ FABIANOVÁ	53
Obmedzenie právnej spôsobilosti - strata šance novej životnej fázy seniora MARTIN HAMADEJ - BEATA BALOGOVÁ	58
Násilie páchané na senioroch - rizikové faktory LUBICA LIBÁKOVÁ - BEATA BALOGOVÁ	64
Seniorský vek - návrat k vlastnej delikventnej mladosti MIRIAMA ŠARIŠSKÁ - BEATA BALOGOVÁ	69
Self care - starostlivosť o seba s dôrazom na všímavosť u seniorov MARTIN KNUROVSKÝ - BEATA BALOGOVÁ	77
Diskriminácia starších ľudí ako nové sociálne riziko v kontexte sociálnej politiky ANNA JAŠKOVÁ	83
POKYNY PRE AUTOROV.....	91

Editoriál

„Dobro človeka je aktívne uplatnenie schopností jeho duše v súlade s dokonalosťou alebo
cnosťou ... Navyše táto činnosť musí zaplniť celý jeho život...
(Aristoteles)

Vážené čitateľky a čitatelia,

počas roka 2018 *Inštitút edukológie a sociálnej práce FF PU* v Prešove aktívne participoval na niekoľkých výnimočných dobrovoľníckych či komunitných akciách, domácich a zahraničných konferenciách, ktorých prehľad spolu so zaujímavými odbornými príspevkami prinášajú dve čísla *Journalu socioterapie 2018*. Tematické ladenie čísel sa nieslo v snahe diskutovať koncept empowermentu, ako nevyhnutného aspektu socioterapie a tiež otázky etických východísk, ako neopomenuteľnej súčasti socioterapie. Veríme, že kvalita a rôznorodé podchytenie konceptov autormi príspevkov vás zaujalo a inšpirovalo k tomu, aby ste nahliadli aj do tretieho čísla *Journalu socioterapie 2018*. Rozhodli sme sa, že výnimočne zakončíme rok mimoriadnym vydaním, ktorého ponuka predstavuje vybrané odborné príspevky prezentované na vedeckom sympóziu 23. októbra 2018. Ústrednou témou podujatia bola téza *Vstup do dôchodku – ako nová životná fáza seniora*, pod záštitou garantky, riaditeľky IESP prof. PhDr. Beáty Balogovej, PhD.

Vedecké sympóziu sa konalo v rámci riešenia projektov VEGA č. 1/0001/18 *Príprava na starnutie a starobu – možnosti andragogickej intervencie*, VEGA MŠVVaŠ SR č. 1/0134/17 *Význam hodnotovej orientácie - očakávania a perspektívy mladej generácie z hľadiska jej uplatnenia na trhu práce* a VEGA MŠVVaŠ SR č. 1/0288/17 *Faktory inštitucionalizácie školskej sociálnej práce*. Spoluorganizátormi podujatia boli: Východoslovenská pobočka - Slovenská sociologická spoločnosť pri SAV, TU v Košiciach – Katedra spoločenských vied, Wydział Pedagogiczny - Uniwersytet Rzeszowski.

Journal socioterapie sa ako odborný časopis vo svojej síce krátkej, ale o to intenzívnejšej histórii orientuje na špecifické oblasti v sociálnej práci s vybranými cieľovými skupinami. Úmyslom pri tvorbe tretieho čísla *Journalu socioterapie* bolo prezentovať obdobie vstupu do dôchodku, ktorý v nadväznosti na ústrednú myšlienku vedeckého sympózia demonštruje predkladanú problematiku z rôznych uhlov pohľadu – z oblasti politickej, či sociálno-ekonomickej opodstatnenosti, z perspektívy životného cyklu a aktívneho starnutia. V tejto súvislosti aj z pohľadu negatívnych situácií, ktoré môžu byť potenciálne súčasťou socioterapeutickej práce s vybranou klientelou. Ide o informácie, ktoré majú napomôcť tomu, aby vstup do dôchodku nepredstavoval nepriaznivý aspekt ľudského života, ale bol vnímaný ako nová životná fáza seniora s novými úlohami a príležitosťami pre uskutočnenie doteraz nenaplnených snov a túžob.

Veríme, že toto mimoriadne číslo prispeje k vášmu vedeckému, ale aj osobnému rozvoju, či už pracujete s deťmi, mládežou, dospelými alebo seniormi. Na všetkých úrovniach je možné hľadať dôležité medzigeneračné prepojenie spojené s podporou seniora pri jeho náročnej životnej situácii, ktorou je vstup do dôchodku, ktorý budú všetci zúčastnení aktéri vnímať pozitívnu optikou.

Beáta Balogová, Antónia Sabolová Fabianová
(editorky)

Vedecké state

Wellbeing ako predpoklad pozitívnej adaptácie vstupu do dôchodku

Wellbeing as a prerequisite for a positive adaptation of retirement

Beáta BALOGOVÁ, Michaela SKYBA

Prof., PhDr. Beáta Balogová, PhD.
Mgr. Michaela Skyba, PhD.
Inštitút edukológie a sociálnej práce
Filozofická fakulta
Prešovská univerzita v Prešove
e-mail: beata.balogova@unipo.sk
e-mail: michaela.skyba@unipo.sk

Abstrakt

Príspevok exploruje významné výsledky kvantitatívneho výskumu wellbeingu realizovaného prostredníctvom validizovaného dotazníka Habitualnej subjektívnej pohody (SEHP) autorov Jozefa Džuku a Claudie Dalbert. Cieľom výskumnej štúdie je priblížiť výber metodológie výskumu a reflektovať kvalitu života seniorov ako predpokladu pozitívnej adaptácie vstupu do dôchodku v slovenských podmienkach.

Kľúčové slová: kvalita života, wellbeing, kvalita života, senior.

Abstract

The paper explores the significant results of quantitative research of wellbeing realized through a validated questionnaire of SEHP - Skala zum habituellen subjektiven Wohlbefinden by authors Jozefa Džuku a Claudie Dalbert. The aim of the research study is to describe a selection of research methodology and to reflect quality of life for seniors as a prerequisite for a positive adaptation of retirement of Slovak conditions.

Keywords: quality of life, wellbeing, quality of life, senior.

Úvod

Za teoretické východisko výskumu považujeme definíciu Wellbeing (subjektívnej pohody), ktorú predložil Diener (1991). Citovaný autor považuje za hlavné komponenty subjektívnej pohody: frekvenciu pozitívnych a negatívnych emócií a spokojnosť so životom. Podobne ako Diener (1991, in: Džuka, 2002) aj iní autori za základné štruktúrne komponenty subjektívnej pohody považujú: kognitívny a emocionálny komponent. Kognitívny aspekt zahŕňa hodnotenie prostredníctvom pred-

stáv, myšlienok a úsudkov, predstavuje istú výpoveď osoby o spokojnosti so svojim životom a vzťahuje sa skôr na minulé, resp. bližšie neurčené časové úseky. Vo všeobecnosti ho možno pomenovať ako celková životná spokojnosť. Emocionálny aspekt predstavuje hedonická úroveň, prežívanie pocitov, emócií a nálad vyplývajúcich z hodnotenia prebiehajúcich udalostí a vlastného života, vzťahuje sa skôr na momentálne prežívanie situácií a okolností. Aj keď Diener (1991, in: Džuka, 2002) nepovažuje sebaocenenie za premennú subjektívnej pohody, v oblasti výskumu starnutia práve sebaoceneniu je venovaná zvláštna pozornosť (Ryffová,

1989; 1995). Autorka Ryffová (1995) neskôr uvádza, že subjektívnu pohodu možno definovať prostredníctvom šiestich základných komponentov, ktoré vyplývajú z hodnotenia sebaocenenia a ocenenia uplynulého života v šiestich koncepcne odlišných oblastiach psychologického fungovania. Výsledky jej výskumov poukazujú na skutočnosť, že sebaocenenie je dôležitým komponentom úrovne prežívania subjektívnej pohody u starších ľudí, preto sme sa rozhodli zaradiť aj túto premennú do nášho výskumu. Aj v prácach slovenských a českých autorov môžeme nájsť rôzne synonymá subjektívnej pohody, napr. Nákonečný (1995) používa pojem životná pohoda, Nevolová (1991, in: Džuka, 2002) psychické prosperovanie, Plzák (1975) životné šťastie atď. S používaním pojmu subjektívna pohoda sa v domácej odbornej literatúre môžeme stretnúť v prácach Džuku (1996). Za priekopníkov v oblasti výskumu subjektívnej pohody sú považovaní Cantril (1965) a Bradburn (1969, in: Džuka, 2002). V tomto kontexte Cantril (1965) kládol dôraz na kognitívny aspekt subjektívnej pohody, a tú následne definoval takto: ...subjektívnu pohodu si možno predstaviť ako kognitívnu skúsenosť, ktorá súvisí s individuálnym porovnávaním toho, čo osoba percipuje v danej situácii s tým, na čo ašpirovala, a ďalej, že diskrepancia medzi percipovaným a ašpiráciou je vyjadrením miery satisfakcie – disatisfakcie, pričom väčšia satisfakcia indikuje pocit subjektívnej pohody“ (Džuka a Dalbertová, 1997, s. 386. Podľa Bradburna (1969) je subjektívna pohoda „subjektívne pociťovaný stav, vyplývajúci z individuálnej skúsenosti osoby počas každodenného života, pričom výsledný stav je výsledkom súčtu pozitívnych a negatívnych epizód ...“ (in: Džuka a Dalbertová,

1997, s. 386). Ináč povedané, Bradburn, kladúc dôraz na emocionálny aspekt, považuje subjektívnu pohodu za výsledok bilancie prežitých pozitívnych a negatívnych emócií. Prvá zmienka o spojení well-being vyšla v roku 1948, kedy *Svetová zdravotnícka organizácia* (WHO) ho zaradila do oficiálnej definície zdravia ako „stav úplnej telesnej duševnej a spoločenskej pohody“ (Kedzba, Šolcová, 2005).

Pre mnohých dospelých znamená vstup do dôchodku náročnú životnú situáciu a prináša problémy s adaptáciou. Najväčšie ťažkosti majú tí, ktorí vnútorne vysoko hodnotia svoju prácu. Na prekonanie frustrácie zo vstupu do dôchodku majú vplyv rozhodujúce vonkajšie podmienky, akými sú výška dôchodku a zabezpečenia, ale aj prežívanie role dôchodcu. Pre seniora je rozhodujúca presná predstava o jeho živote v dôchodku s pozitívnym predbežným postojom k nemu. Prežívanie prechodu do dôchodku je závislé od postoja, ktorý sa vytvoril už dávno pred odchodom zo zamestnania, pretože až na základe tohto postoja si môže vytvoriť budúce životné hodnoty. Odchod zo zamestnania vedie k hlbokým zmenám v životnej situácii, ku zmene roly, vyžaduje prispôbenie sa novým pomerom. Od toho, či adaptáciu zvládne, závisí všeobecná spokojnosť a vyrovnanie seniora. Vo väčšine prípadov odchod zo zamestnania nevedie k preorientovaniu sa, ale môže vyvolať, (zvlášť u mužov) krízovú situáciu či šok. Definične ide o proces *o straty roly a funkcie*.

1 Metodológia a metódy výskumu

Výber a popis metodológie výskumu Wellbeingu ako predpokladu pozitívnej adaptácie vstupu do dô-

chodku predstavuje dôležitú súčasť predloženého príspevku.

1.1 Výskumná metóda, výskumná stratégia a ciele výskumu

Vo výskume sme zvolili *kvantitatívnu výskumnú stratégiu*, a to prostredníctvom validizovaného *Dotazníka Habituálnej subjektívnej pohody* (SEHP - *Skala zum habituellen subjektiven Wohlbefinden*) autorov Jozefa Džuku (Filozofická fakulta Prešovskej univerzity, Slovensko) a Claudie Dalbert (Martin Luther University Halle – Wittenberg, Germany), ktorý vznikol v roku 1992. Škála meria, ako často osoba prežíva pozitívne a negatívne emocionálne a neemocionálne stavy. Autori vychádzajú z predpokladu, že vysoká frekvencia pozitívnych emócií a neemocionálnych stavov predstavuje subjektívnu pohodu (pozitívne rozpoloženie) a vysoká frekvencia negatívnych emócií a neemocionálnych stavov negatívnu subjektívnu pohodu (negatívne rozpoloženie). Nástroj pozostáva z dvoch subškál (faktorov): „frekvencia pozitívnych emócií a neemocionálnych stavov“ (FREQPOZ) a „frekvencia negatívnych emócií a neemocionálnych stavov“ (FREQNEG). Prvý faktor (FREQPOZ) zahŕňa položky: 3 (pôžitok), 6 (pocit sviežosti), 8 (radosť) a 10 (šťastie). Druhý faktor (FRE-

QNEG) tvoria položky: 1 (hnev), 2 (vina), 4 (hanba), 5 (strach), 7 (bolesť – fyzická) a 9 (smútok). Osoby odpovedali prostredníctvom 6-bodovej stupnice: od 1-takmer nikdy - do 6-takmer vždy. Výskumné dáta boli vyhodnocované v štatistickom softvéri STATISTICA 12.

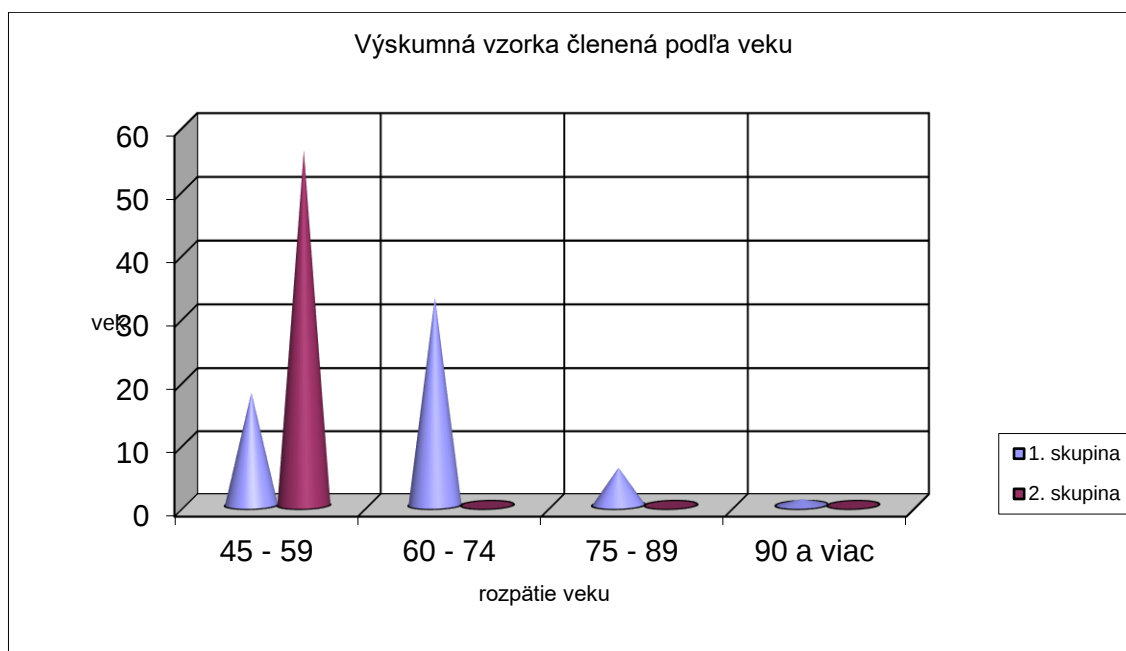
Cieľom výskumu bolo zistiť, akú štruktúru well beingu (tá je vyjadrovaná ako frekvencia pozitívnych a negatívnych emócií) vykazujú seniori/ky pred a po vstupe do dôchodku s dôrazom na pozitívnu adaptáciu.

Hypotéza výskumu – predpokladali sme, že pripravovaní seniori/ky budú vykazovať vyššiu frekvenciu pozitívnych emócií vo vzťahu k negatívnym emóciám než nepripravovaní seniori/ky.

1.2 Výskumný súbor

Tvorilo 118 osôb, z toho 69 žien a 44 mužov, rozdelených do 2 skupín. Prvá skupina - 60 respondentov, ktorí neboli pripravovaní na vstup do dôchodku. Druhá skupina - 58 zamestnancov podniku U. S. Steel v Košiciach, ktorý realizoval systematickú profesionálnu prípravu na vstup do dôchodku. Išlo o náhodný výber výskumnej vzorky v zmysle stanovených kritérií (vybrané demografické ukazovatele).

Graf: Demografické charakteristiky výskumnej vzorky



Zdroj: vlastné spracovanie

2 Výsledky výskumu

Emocionálna spokojnosť seniorov/iek

Na meranie emocionálnej spokojnosti, ktorú sme posudzovali frekvenciou pozitívnych a frekvenciou negatívnych emócií sme použili dotazník SHSP, ktorý meral emocionálnu spokojnosť u nepripravovaných seniorov (NS, skupina č.1) a pripravovaných seniorov (PS, skupina č.2) v rozsahu od 0 – 6, kde číslo 1 predstavuje najvyššiu hodnotu frekvencie pozitívnych

a negatívnych emócií.

Pripravovaní seniori (PS, skupina č.2) vykazujú vo frekvencii pozitívnych emócií celkovú hodnotu 796 s priemernou hodnotou 13,72 a štandardnou odchýlkou 2,34. Frekvencia pozitívnych emócií je meraná štyrmi položkami (3 pôžitok, 6 pocit sviežosti, 8 radosť, 10 šťastie). Nepripravovaní seniori (NS, skupina č.1) udávajú *frekvenciu pozitívnych emócií* 883 s priemernou hodnotou 14,72 a štandardnou odchýlkou 2,89.

Tab. 1 Emocionálna spokojnosť – frekvencia pozitívnych emócií

Emocionálna spokojnosť - frekvencia pozitívnych emócií				
	Hodnoty celkom	Počet ľudí (N)	Priem.hodn.(X)	Štand.odch.(S)
1. skupina	883	60	14,72	2,89
2. skupina	796	58	13,72	2,34
Spolu	1679	118	14,23	2,76

Zdroj: vlastné spracovanie

U frekvencie negatívnych emócií nepripravovaní seniori (NS, sku-

pina č.1) udávali celkovú hodnotu 1471 s priemernou hodnotou 24,52

a so štandardnou odchýlkou 4,65. Pripravovaní seniori (PS, skupina č.2) bola nameraná celková hodnota 1495 s priemernou hodnotou 25,78 a so štandardnou odchýlkou 3,00.

Frekvencia negatívnych emócií je meraná šiestimi položkami (1 hnev, 2 vina, 4 hanba, 5 strach, 7 bolesť-fyzická, 9 smútok).

Tab. č. 2 Emocionálna spokojnosť – frekvencia negatívnych emócií

Emocionálna spokojnosť - frekvencia negatívnych emócií				
	Hodnoty celkom	Počet ľudí (N)	Priem.hodn.(X)	Štand.odch.(S)
1. skupina	1471	60	24,52	4,65
2. skupina	1495	58	25,78	3,00
Spolu	2966	118	25,14	4,10

Zdroj: vlastné spracovanie

Tab. 3 Porovnanie pripravovaných (NS) a nepripravovaných seniorov (PS)

Mann-Whitneyův U test (vyskum1.sta) Dle proměn. skupina Označené testy jsou významné na hladině p <,05000										
Proměnná	Sčt poř. skup. 1	Sčt poř. skup. 2	U	Z	Úroveň p	Z upravené	Úroveň p	N platn. skup. 1	N platn. skup. 2	2*1str. přesné p
OsSpok	2930,500	4090,500	1100,500	-3,44245	0,000577	-3,44437	0,000572	60	58	0,000495
FreqPoz	4001,500	3019,500	1308,500	2,32278	0,020192	2,34204	0,019175	60	58	0,019802
FreqNeg	3351,500	3669,500	1521,500	-1,17619	0,239518	-1,18122	0,237517	60	58	0,240496
SlovSpok	3368,500	3652,500	1538,500	-1,08468	0,278063	-1,08552	0,277686	60	58	0,279190
ChA	2716,000	3389,000	1176,000	-2,01165	0,044258	-2,01626	0,043772	55	55	0,044266
EB	2793,500	3311,500	1253,500	-1,54832	0,121542	-1,56305	0,118041	55	55	0,121853
PI	2724,500	3380,500	1184,500	-1,96083	0,049900	-1,97150	0,048668	55	55	0,049629

Zdroj: vlastné spracovanie

Tab. 4 Vyhodnotenie faktorov kvality života v závislosti od rodu – pripravované ženy (PŽ) a nepripravované ženy (NŽ)

Mann-Whitneyův U test (vyskum1.sta) Dle proměn. skupina Označené testy jsou významné na hladině p <,05000										
Proměnná	Sčt poř. skup. 1	Sčt poř. skup. 2	U	Z	Úroveň p	Z upravené	Úroveň p	N platn. skup. 1	N platn. skup. 2	2*1str. přesné p
OsSpok	1203,500	1211,500	342,5000	-2,82893	0,004671	-2,83076	0,004642	41	28	0,004185
FreqPoz	1609,500	805,500	399,5000	2,13239	0,032976	2,15446	0,031205	41	28	0,032333
FreqNeg	1344,500	1070,500	483,5000	-1,10591	0,268767	-1,11255	0,265901	41	28	0,270746
SlovSpok	1284,000	1131,000	423,0000	-1,84522	0,065007	-1,84702	0,064745	41	28	0,065656
ChA	1107,500	1001,500	375,5000	-1,68567	0,091860	-1,69003	0,091023	37	27	0,091988
EB	1103,500	976,500	400,5000	-1,34582	0,178362	-1,35819	0,174405	37	27	0,179645
PI	1196,500	883,500	493,5000	-0,08156	0,934993	-0,08196	0,934680	37	27	0,935467

Zdroj: vlastné spracovanie

Tab. č. 5 Vyhodnotenie faktorov kvality života v závislosti od menej uspokojivej a neuspokojivej finančnej situácie

Proměnná	Mann-Whitneyův U test (vyskum1.sta) Dle proměn. skupina Označené testy jsou významné na hladině $p < 0,05000$									
	Sčt poř. skup. 1	Sčt poř. skup. 2	U	Z	Úroveň p	Z upravené	Úroveň p	N platn. skup. 1	N platn. skup. 2	2*1str. přesné p
OsSpok	1711,000	1692,000	535,000	-2,64483	0,008174	-2,64682	0,008126	48	34	0,007785
FreqPoz	2254,000	1149,000	554,000	2,46600	0,013664	2,48729	0,012873	48	34	0,013273
FreqNeg	1848,000	1555,000	672,000	-1,35536	0,175305	-1,36145	0,173371	48	34	0,177796
SlovSpok	1985,500	1417,500	809,500	-0,06118	0,951216	-0,06124	0,951164	48	34	0,951496
ChA	1454,500	1626,500	464,500	-2,85670	0,004281	-2,86552	0,004164	44	34	0,003880
EB	1515,000	1566,000	525,000	-2,24707	0,024636	-2,26628	0,023435	44	34	0,024363
PI	1491,500	1589,500	501,500	-2,48387	0,012997	-2,49654	0,012542	44	34	0,012413

Zdroj: vlastné spracovanie

Záver

V našej štúdií sme sa venovali problematike wellbeingu. Zaujímalo nás, či budú existovať rozdiely v sledovaných premenných z hľadiska osobnosti seniorov. Výsledky výskumu v našej výskumnej vzorke poukazujú na vysoké štatistické významnosti rozdielov medzi uvádzanými skupinami v rámci faktora subjektívnej spokojnosti, ktorý bol vyjadrený frekvenciou pozitívnych emócií. Seniori pripravovaní na vstup do dôchodku prejavili štatisticky významne vyššiu frekvenciu pozitívnych emócií ako nepripravovaní seniori, a to na hladine 5% významnosti ($p = 0,0119$).

Ženy, ktoré sa pripravovali na vstup do dôchodku (PŽ, skupina č.2) prejavujú vyššiu frekvenciu pozitívnych emócií na 5% hladine významnosti ($p = 0,0032$) v porovnaní s nepripravovanými ženami (NŽ, skupina č.1).

V ďalšej časti sme hodnotili subjektívnu pohodu v závislosti od finančnej situácie seniorov. Pripravovaní (PS, skupina č.2) i nepripravovaní seniori (NS, skupina č.1) udávajú svoju finančnú situáciu ako menej uspokojivú, až neuspokojivú. Aj napriek tejto

skutočnosti sme zistili štatisticky významné rozdiely u frekvencie pozi-

tívnych emócií na 5% hladine významnosti ($p = 0,0132$).

Proces starnutia a staroba (sénium) má svoje zvláštnosti i limity a ako súčasť života society naráža na nie príliš priaznivú atmosféru. Súčasná spoločnosť je zvlášť z etického pohľadu nepripravená na fenomén starnutia a staroby, a to kvalitatívne aj kvantitatívne. Ostáva sa len pridať k názoru, že ekonomická prosperita, ústretové postoje a angažovanosť pomáhajúcich profesií pomôžu posilniť pozitívny rozvoj v tejto oblasti medziľudských vzťahov (Smitka, 2009, s. 139), ktorá bude súčasťou podpory ich adaptácie na novú životnú rolu, ktorou je vstup do dôchodku.

Podakovanie a afiliácia

Príspevok vyšiel ako výstup z projektu VEGA ev. č. 1/0134/17 *Význam hodnotovej orientácie - očakávania a perspektívy mladej generácie z hľadiska jej uplatnenia na trhu práce* a VEGA ev. č.1/0288/17 s názvom *Faktory inštitucionalizácie školskej sociálnej práce*.

Zoznam bibliografických odkazov

DŽUKA, J., DALBERT, C., 1997. Model aktuálnej a habituálnej subjektívnej pohody.

- dy. In: *Československá psychologie*, roč. XLVI, č. 5, s. 385-398.
- DŽUKA, J., DALBERT, C., 2002. Vývoj a overenie validity škál emocionálnej habituálnej subjektívnej pohody (SHSP). In: *Československá psychologie*, roč. XLVI, č. 3, s. 234-250.
- DŽUKA, J., 1996B. Subjektívna pohoda v kontexte pojmov šťastie, spokojnosť, duševné zdravie a jej determinácia. In: *Psychológia a patopsychológia dieťaťa*, roč. 31, č. 2, s. 99-110.
- DŽUKA, J. 1996A., Indikátory (moderátory a determinanty) subjektívnej pohody. In: *Psychológia a patopsychológia dieťaťa*, roč. 31, č. 1, s. 3-11.
- Diener, E., Suh, E., Oishi, S., 1997. *Recent Findings on Subjective Well-Being*. Online. Dostupné z: <http://s.pszch.uiuc.edu/-ediener/hottopic/paper1.html>
- COOPER, R., BOYCO, C., & CONDINHOTO, R., 2008. *State-of-Science Review: SR-DR2: The effect of the physical environment on mental wellbeing*. Dostupné z: <http://bis.ecgroup.net/Publications-/Foresight/MentalCapitalandWellbeing.aspx>
- COUNSULTING, N., 2014. *Well-being at work*. Dostupné z: New economic foundation Counselling: https://b.3cdn.net/nefoundation/71c1bb59a2ce151df7_8am6bqr2q.pdf
- CUMMINS, R., 1995. On the trail of the gold standard for subjective well-being. In: *Social Research Indicators*, 35, s. 179 - 200.
- ŠOLCOVÁ, I., KEBZA, V., 1999. Sociální opora jako významný protektivní faktor. In: *Československá psychologie*, roč. 43, č. 1, s. 19 – 38.
- SMITKA, V., 2009. Eseje o člověku. Archeologie lidských životů II. Praha: Ježek. ISBN 978-80-85996-39-5.
- PLZÁK, M., 1995. Hra o lidské štěstí. Praha: Orbis.
- RYFF, C. D., KEYES, C. L. M., 1995. The structure of psychological well-being revisited. In: *Journal of Personality and Social Psychology*, roč. 69, č. 4, s. 719-727.
- RYFF, C. D., 1989. Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. In: *Journal of Personality and Social Psychology*, roč. 57, č. 6, s. 1069-1081

Aktywny senior – życie towarzyskie, rodzinne i zawodowe seniorów w Polsce

Active senior - social, family and professional seniors' life in Poland

Monika PODKOWIŃSKA

Dr hab. Monika Podkowińska, prof.
Sociology Department, SGGW
ul. Nowoursynowska 166
Warsaw, Poland
e-mail: mpodkowinska@gmail.com

Abstrakt

W artykule autorka wskazuje na różne sposoby spędzania czasu wolnego przez osoby starsze. Różne formy aktywności, sposób patrzenia w przyszłość seniorów, aktywność zawodowa - zostały omówione i przedstawione na podstawie wyników badań CBOS. Autorka zwróciła uwagę na takie kwestie jak media w życiu polskich seniorów, czy potrzeba rozwoju i uczenia się. Z badań CBOS wynika, że najczęstszą formą spędzania czasu wolnego przez seniorów jest oglądanie telewizji, zaś najrzadziej osoby starsze uczestniczą w różnego rodzaju warsztatach czy kursach.

Słowa kluczowe: Seniorzy. Mmedia. Wwykluczenie cyfrowe. Aktywność zawodowa.

Abstract

In the article, the author points to different ways of spending free time by the elderly. Various forms of activity, a way of looking at the future of seniors, professional activity - have been discussed and presented on the basis of the CPOR and CSO surveys. The authors drew attention to such issues as the media in the life of Polish seniors, or the need for development and learning. The CPOR research shows that the most common form of spending free time by seniors is watching television, while the least often the elderly participate in various types of workshops or courses.

Key words: Senior. Media. Digital exclusions. Professional activity.

Starzenie się społeczeństwa jest procesem szeroko opisywanym w literaturze przedmiotu. Jest to proces nieuchronny i jak zauważają naukowcy wynikający między innymi z faktu, wydłużającego się czasu życia. W Polsce w roku 2017 osoby w wieku powyżej 60 roku życia stanowiły 24% populacji (9 milionów Polaków przekroczyło „próg” starości, który na potrzeby niniejszego opracowania oznacza wiek powyżej 60 roku życia). Warto jednocześnie zauważyć, iż większość osób starszych stanowią

kobiety (58%), co oznacza, iż na 100 mężczyzn przypada 140 kobiet.¹

Wydłużenie czasu życia, czy niski poziom diety sprawiają, że proces starzenia się społeczeństwa polskiego jest zjawiskiem niezmiernie ważnym i aktualnym. Ów proces nie dotyczy jedynie Polski, ale jest widoczny również w innych krajach europejskich. Jak zauważa A.

¹ Przedstawione w artykule dane pochodzą z: Informacja o sytuacji osób starszych na podstawie badań Głównego Urzędu Statystycznego, Warszawa, wrzesień 2018.

Żurek „starzenie się społeczeństw na kontynencie europejskim jest procesem, który z dekady na dekadę ulega przyspieszeniu. Konsekwencje tego, że dziecko staje się dobrem rzadkim, a senior powszechnym, przekłada się na procesy gospodarcze, związane z prowadzoną polityką społeczną i socjalną, a także z funkcjonowaniem małych grup i kręgów społecznych.”²

Warto także zwrócić uwagę na sposób postrzegania osób starszych, które nie muszą kojarzyć się z siwymi włosami, szydełkowaniem czy robieniem na drutach. W kontekście osób starszych coraz częściej mówi się o ich aktywności, uczestnictwie w kulturze, spotkaniach towarzyskich oraz dbałości o siebie, swoje ciało i zdrowie. Warto jednakże w tym miejscu zwrócić uwagę na różne „fazy” starości, które można wyodrębnić biorąc pod uwagę kryterium wieku. Można zatem mówić o młodszych seniorach (60-69 lat), starszych seniorach w wieku 70-79 lat oraz o osobach w wieku sędziwym, a więc w wieku powyżej 80 roku życia.³

Należy także pamiętać, iż starość wiąże się ze zmianami, które mają swoje konsekwencje w podejmowanych przez seniorów decyzjach dotyczących ich aktywności i uczestnictwa w kulturze, nauce czy udzielaniu różnorodnych form pomocy i wsparcia osobom bliskim, rodzinie. Jak zauważa E. Bojanowska, „niezależnie od przebiegu procesu starzenia to okres starości niesie ze sobą wiele zmian. W miarę upływu lat następuje stopniowe zmniejszenie wydolności organizmu, sił

immunologicznych, mobilności i aktywności.”⁴

Celem artykułu jest przedstawienie tego, w jaki sposób osoby starsze - polscy seniorzy spędzają czas wolny, jak bardzo są aktywni i jakie aktywności podejmują najczęściej. W kolejnych częściach artykułu przedstawione zostały wyniki badań CBOS,⁵ wskazujące na aktywność polskich seniorów i wybierane przez nich sposoby spędzania czasu wolnego.

1 Życie zawodowe polskich seniorów

Aktywność seniorów przyjąć może różne formy, tak jak różnorodnie mogą spędzać czas wolny osoby starsze. Jednym z czynników wpływających na aktywność seniorów, czy wybór jej form i rodzajów może być sposób patrzenia na świat, siebie samego i to co jeszcze może się zdarzyć i to co jeszcze dobrego czeka człowieka w życiu. Wydawać się może, że myślenie o tym, że wszystko co najlepsze już nas spotkało i nic dobrego się nie wydarzy, dotyczyć może jedynie starszych ludzi, którzy przekroczyli już próg starości. Z badań jednakże wynika, że ten sposób myślenia pojawia się już u osób, które nie przekroczyły progu starości, bowiem „zauważalny wzrost odsetka tych, którzy uważają, że przeżyli już to, co najlepsze, następuje niedługo po ukończeniu 40. roku życia (13%

² A. Żurek, *Seniorzy i ich więzi rodzinne*, Znane i nieznane oblicza starości jako obszar wyzwań dla społeczeństw XXI wieku, red. M.H. Herudzińska, I. Błaszczak, Wydawnictwo SGGW, Warszawa 2016, s. 47.

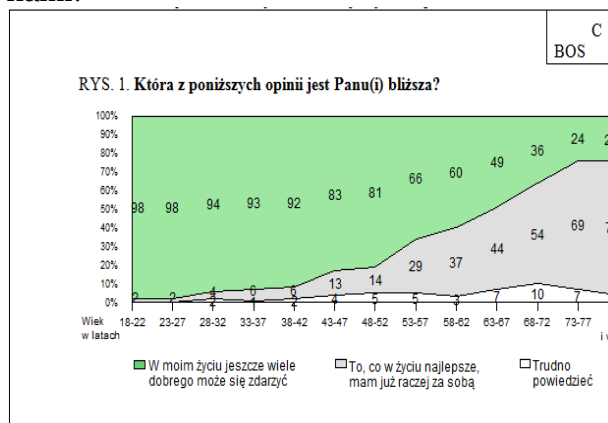
³ Tamże, s. 47.

⁴ E. Bojanowska, *Sytuacja zdrowotna osób starszych w Polsce*, w: *Praca socjalna wobec wyzwań współczesności*, Tom 1, red. E. Bojanowska, M. Kawińska, Kontrast, Warszawa 2015, s. 169.

⁵ *Sposoby spędzania czasu przez seniorów*, Komunikat z badań CBOS, nr 163/2016; (Badania zostały przeprowadzone w 2016r., metodą wywiadów bezpośrednich wspomaganych komputerowo na reprezentatywnych próbach losowych dorosłych mieszkańców Polski). Badanym przedstawiono 26 rodzajów aktywności i zadano pytanie o częstotliwość ich podejmowania.

badanych mających od 43 do 47 lat żywi takie przekonanie) i odsetek ten w zasadzie nie zmienia się do mniej więcej 50. roku życia. Natomiast później aż do 75. roku życia zaczyna systematycznie i bardzo wyraźnie przybywać sądzących, że to, co najlepsze, jest już za nimi.”⁶ Warto jednakże podkreślić, iż do 60 roku życia panuje przekonanie, że to co dobre jest jeszcze przed nami i wiele dobrego może jeszcze człowieka spotkać. Dopiero w wieku około 68-72 lata, zaczyna być widoczna tendencja do postrzegania rzeczywistości w sposób pesymistyczny tzn. zaczyna u osób w tym przedziale wieku dominować przeświadczenie, że to co dobre już się skończyło. Oczywiście nawet u osób najstarszych, a więc w grupie osób w wieku powyżej 78 lat (24%) znajdują się optymiści, którzy wierzą, że jeszcze to co dobre jest przed nimi (wykres nr 1)

Wykres nr.1 Czy to co dobre jest jeszcze przed nami?



Źródło: *Sposobyspędzania czasu przez seniorów*, Komunikat z badań CBOS, nr 163/2016, s. 2.

Jak wynika z badań choć z wiekiem przybywa osób patrzących w przyszłość pesymistycznie, to należy podkreślić, iż ten sposób patrzenia na

świat nie dotyczy jedynie najstarszej grupy społeczeństwa. Myślenie, że nic dobrego się już nie wydarzy może także dotyczyć osób młodszych, choć oczywiście pozostają oni w mniejszości.

Obok spojrzenia na otaczający świat, optymizmu i pesymizmu życiowego, na uwagę zasługuje kwestia aktywności zawodowej seniorów. Jak zauważa T. Bąk „w okresie wczesnej starości ustaje aktywność zawodowa, społeczna, nasilają się problemy z pracą wielu narządów, spada sprawność i aktywność ruchowa.”⁷ Badania potwierdzają, iż liczba aktywnych zawodowo seniorów maleje wraz z wiekiem. Co ósmy badany w wieku powyżej 60 roku życia pracuje zarobkowo. Warto zauważyć, iż w wieku 66-74 lata pracuje jedynie 7% badanych, a wśród najstarszych (badani w wieku 75 lat i więcej) jest to zaledwie 4%. Największą grupę aktywnych zawodowo seniorów stanowią osoby w wieku 61-65 lat tj. 23% badanych⁸ (tabela nr 1).

Tabela nr. 1 Aktywni zawodowo seniorzy

Praca zarobkowa	Deklaracje badanych w wieku:			Ogół badanych 60+
	61-65 lat	66-74 lata	75 lat i więcej	
	w procentach			
Pracuje zarobkowo	23	7	4	12
Nie pracuje zarobkowo	77	93	96	88

Źródło: *Sposobyspędzania czasu przez seniorów*, Komunikat z badań CBOS, nr 163/2016, s. 2.

Należy także podkreślić, iż częściej aktywni zawodowo są mężczyźni niż kobiety (tabela nr. 2) Najwięcej pracujących zarobkowo

⁷ T. Bąk, *Starość jako problem społeczno-demograficzny*, w: *Aspekty teoretyczne i praktyczne pracy socjalnej wobec przemian i wyzwań społecznych XXI wieku*. Tom 1, red. L. Szot, A. Świerczek, Wydział Nauk Społecznych Uniwersytetu Papieskiego Jana Pawła II, Kraków 2017, s.49.

⁸ *Sposobyspędzania czasu przez seniorów*, Komunikat z badań CBOS, nr 163/2016, s. 2.

⁶ Tamże, s.1.

mężczyzn jest w wieku 61-65 lat (38%), a najmniej w wieku 75 lat i więcej (7%) W przypadku kobiet w wieku 61-65 lat jedynie 10% badanych pracuje zawodowo, a w wieku 75 lat i więcej jedynie 1% badanych jest aktywnych w tej sferze życia.

Tabela nr. 2 Aktywni zawodowo seniorzy – deklaracje mężczyzn i kobiet

Praca zarobkowa	Deklaracje mężczyzn i kobiet w wieku:					
	61-65 lat		66-74 lata		75 lat i więcej	
	mężczyźni	kobiety	mężczyźni	kobiety	mężczyźni	kobiety
	w procentach					
Pracuje zarobkowo	38	10	11	4	7	1
Nie pracuje zarobkowo	62	90	89	96	93	99

Źródło: *Sposobyspędzania czasu przez seniorów*, Komunikat z badań CBOS, nr 163/2016, s. 2.

2 Media w życiu polskich seniorów

Rozpatrując kwestie dotyczące spędzania czasu wolnego przez seniorów, warto zwrócić uwagę na miejsce mediów w ich życiu codziennym. Najbardziej popularnym medium jest telewizja, bowiem aż 98% seniorów deklaruje oglądanie telewizji, przy czym 77% badanych wskazuje, iż korzysta z tej formy spędzania czasu wolnego regularnie, 15% od czasu do czasu, zaś 6% rzadko. Większość badanych czyta także książki, czasopisma i gazety (84%), a także słucha radia, muzyki (82%).⁹

Tabela nr. 3 Telewizja, radio i prasa w życiu polskich seniorów

N=587 Czy i jak często:	Tak, regularnie	Tak, od czasu do czasu	Tak, ale rzadko	Nigdy	Nie dotyczy
w procentach					
–ogląda Pan(i) telewizję?	77	15	6	2	0
	98				2
	84				16
–czyta Pan(i) książki, czasopisma, gazety?	40	28	16	16	0
	84				16
–słucha Pan(i) radia, muzyki?	44	24	14	18	0
	82				18
	70				30

Źródło: *Sposobyspędzania czasu przez seniorów*, Komunikat z badań CBOS, nr 163/2016, s. 3.

Zdecydowanie mniej –jedynie 30% badanych – korzysta z komputera i internetu, w tym jedynie 16% regularnie, zaś 7% od czasu do czasu i rzadko. Jeszcze mniej badanych chodzi do kina (27%) – przy czym warto zauważyć, że tylko 1% seniorów uczęszcza do kina regularnie, zaś 8% od czasu do czasu i 18% rzadko. Jeszcze mniej popularne wśród seniorów są wizyty w muzeach, galeriach czy wystawach (25%). W tym przypadku – podobnie jak w przypadku kina – jedynie 1% badanych seniorów korzysta regularnie z możliwości jakie dostarczają muzea, galerie i wystawy. Niewiele mniej badanych uczęszcza do teatru, opery czy na koncerty (23%, w tym 1% regularnie, 7% od czasu do czasu i 15% rzadko)¹⁰

⁹ Tamże, s. 3-5.

¹⁰ Tamże.

Tabela nr. 4 Sposoby spędzania czasu wolnego przez seniorów – internet, kino, muzea, teatru

N=587 Czy i jak często:	Tak, regularnie	Tak, od czasu do czasu	Tak, rzadko	Nigdy	Nie dotyczy
	w procentach				
	41			7	5
	32			7	5
–korzysta Pan(i) z komputera, internetu?	16	7	7	0	7
	30			0	7
–chodzi Pan(i) do kina?	1	8	8	1	3
	27			3	7
–chodzi Pan(i) do muzeów, galerii, na wystawy?	1	7	7	1	5
	25			5	7
	23			7	7
–chodzi Pan(i) do teatru, opery, na koncerty?	1	7	5	1	7
	23			7	7
	19			1	8
	16			4	8
	7			3	9

Źródło: *Sposobyspędzania czasu przez seniorów*, Komunikat z badań CBOS, nr 163/2016, s. 4.

Badania wskazują, iż głównym źródłem informacji dla seniorów staje się telewizja i prasa, zaś komputer czy internet są wykorzystywane przez osoby starsze zdecydowanie rzadziej. W kontekście korzystania z nowych mediów, internetu I. Błaszczak zauważa konieczność doskonalenia kompetencji komunikacyjnych seniorów. Autorka podkreśla, iż „nadażanie za postępem technicznym i technologicznym wymusza konieczność permanentnego dostosowywania umiejętności ludzi starszych do korzystania z komputera czy Internetu, podnosząc w ten sposób jakość i sprawność ich funkcjonowania we współczesnym świecie. Tym samym zapobiega marginalizacji i ograniczeniu sprawnego funkcjonowania tej grupy

wiekowej w rozwijającym się społeczeństwie.”¹¹

Istotną kwestią w sferze poruszanych zagadnień, pozostaje zatem rozwój seniorów, możliwości uczenia się, pogłębiania wiedzy i poszerzania zainteresowań.

3 Potrzeby seniorów – potrzeba edukacji i rozwoju

Uczenie się i rozwój to procesy, które nie są domeną jedynie osób młodych. Człowiek uczy się przez całe swoje życie, również mając taką możliwość w okresie starości. „W ciągu całego życia człowiek dorosły nabywa różnego rodzaju kompetencji,”¹² rozwija się i zdobywa nową wiedzę. Osoby pracujące zawodowo, wychowujące dzieci często mówią o braku czasu, który mogłyby poświęcić na doksztalcanie, edukację i zdobywanie nowych kompetencji. Można zadać sobie pytanie czy osoby starsze dysponujące dużą ilością wolnego czasu, wykorzystują go właśnie na rozwój i naukę. Z badań CBOS wynika, że ten rodzaj aktywności nie jest „popularny” wśród seniorów. Jedynie 14% badanych seniorów doksztalca się, uzupełnia wiedzę i kwalifikacje – w tym jedynie 4% regularnie zaś 5% od czasu do czasu i rzadko. Jeszcze mniej badanych (9%) poświęca czas na naukę języków obcych, w tym 2% regularnie, 3% od czasu do czasu, zaś 4% rzadko.

Rozważając kwestie dotyczące uczenia się osób starszych, warto zwrócić uwagę na Uniwersytety

¹¹ I. Błaszczak, *Aktualne wyzwania andragogiki – umiejętność uczenia się jako kluczowa kompetencja adaptacyjna osób starszych*, w: *Znane i nieznanie oblicza starości jako obszar wyzwań dla społeczeństw XXI wieku*, red. M.H. Herudzińska, I. Błaszczak, Wydawnictwo SGGW, Warszawa 2016, s.62.

¹² Tamże, s. 59.

Trzeciego Wieku, które obok zaspokajania potrzeby rozwoju, umożliwiają osobom starszym nawiązanie kontaktu z innymi, budowanie relacji, a więc mogą być rozpatrywane jako jeden ze sposobów radzenia sobie z samotnością. Jednakże z badań wynika, iż jedynie 7% badanych uczestniczy w różnorodnych zajęciach, kursach czy warsztatach organizowanych na przykład w ramach UTW, w tym zaledwie 2% regularnie i od czasu do czasu (tabela nr 5).

Tabela nr. 5. Aktywni seniorzy – uczenie się i doksztalcenie

N=587 Czy i jak często:	Tak regularnie	Ta k, od czasu do czasu	T ak, ale rzadko	T ie, nigdy	N ie dotyczy
	w procentach				
	56			4	
	27		3	7	
	16		4	8	
–doksztalca się Pan(i), uzupełnia wiedzę, kwalifikacje?	4	5	5	8	0
	14		6	8	
–poświęca Pan(i) czas na naukę języków obcych?	2	3	4	9	0
	9		1	9	
–uczestniczy Pan(i) w różnych ciekawych zajęciach, kursach, takich jak: warsztaty z informatyki, ćwiczenia pamięci, zajęcia w ramach uniwersytetu trzeciego wieku itp.?	2	2	3	9	0
	7		3	9	

Źródło: *Sposobyspędzania czasu przez seniorów*, Komunikat z badań CBOS, nr 163/2016, s. 4.

Warto byłoby poszerzyć badania w tym zakresie. Analizie powinny zostać poddane przyczyny dla których omawiane formy aktywności seniorów – aktywności związane z uczeniem się – nie stanowią tych form, które są wybierane najczęściej lub w przeważającej części przez osoby starsze. Bowiem jak zauważa I. Błaszczak „w zmieniającej się rzeczywistości społeczno-kulturowej szczególnego znaczenia nabiera edukacja ustawiczna ludzi starszych, powinna ona być ukierunkowana na

przygotowanie ich do efektywnego funkcjonowania w nowych sytuacjach społecznych. Dotyczy to głównie zmian związanych z postępem naukowo-technicznym.”¹³

4 Życie towarzyskie i rodzinne polskich seniorów

Obok aktywności zawodowej, mediów, rozwoju i doksztalcenia, na uwagę zasługuje również życie rodzinne i towarzyskie seniorów. Z badań wynika, iż 88% badanych spotyka się ze znajomymi, przyjaciółmi w domu, w tym 11% regularnie, 53% od czasu do czasu, a 24% rzadko. Niewiele mniej (84%) odwiedza rodzinę, krewnych (8% regularnie, 40 % od czasu do czasu i 36% rzadko). Natomiast 10% badanych regularnie, 40% od czasu do czasu, a 28% rzadko spędza czas ze znajomymi, przyjaciółmi poza domem (tabela nr 6).

Tabela nr. 6. Sposoby spędzania czasu wolnego przez seniorów – spotkania ze znajomymi, spacer, dbanie o ogród i działkę

N=587 Czy i jak często:	Tak regularnie	Ta k, od czasu do czasu	T ak, ale rzadko	T ie, nigdy	N ie dotyczy
	w procentach				
	88			2	1
–spotyka się Pan(i) ze znajomymi, przyjaciółmi w domu?	11	53	4	2	0
	88			2	1
–odwiedza Pan(i) rodzinę, krewnych poza miejscem zamieszkania?	8	40	6	3	0
	84			6	1
	82			8	1
–spędza Pan(i) czas ze znajomymi, przyjaciółmi poza domem?	10	40	8	2	0
	78			2	2
–chodzi Pan(i) na spacer, piesze wycieczki?	32	29	4	1	0
	75			5	2
–uprząwia Pan(i) działkę, ogród?	58	9	3	0	0
	70			0	3

Źródło: *Sposobyspędzania czasu przez seniorów*, Komunikat z badań CBOS, nr 163/2016, s. 4.

Niewiele mniej (75%) badanych chodzi na spacer, czy piesze wycieczki, w tym 32% regularnie, 29%

¹³ Tamże, s. 68.

od czasu do czasu, a 14% rzadko. Większość seniorów (70%) zajmuje się także działką czy ogrodem, w tym 58% regularnie, zaś 9% od czasu do czasu i 3% rzadko.

Istotnym obszarem w życiu osób starszych jest także sfera pomocy najbliższemu, rodzinie, pomoc w wychowaniu wnuków, czy opieka nad starszymi i chorymi członkami rodziny. Potrzeba bycia pomocnym, potrzebnym, możliwość dzielenia się wiedzą i doświadczeniem, partycypowanie w wychowaniu najmłodszego pokolenia, pomoc w rozwiązywaniu sytuacji trudnych i problemowych, to także aktywności, które mogą stać się pomocne w walce z samotnością i bezczynnością.¹⁴ Pamiętać bowiem należy, że „więzi, jakie łączą jednostkę z jej środowiskiem społecznym, oparte są na interakcjach i bezpośrednich stosunkach społecznych, co jest ich podstawowym wyróżnikiem. Można zatem powiedzieć, że osamotnienie człowieka zaczyna się wtedy, gdy obumierają osobiste spotkania z innymi ludźmi.”¹⁵ Istotne zatem w walce z samotności i izolacją stają się spotkania ze znajomymi, przyjaciółmi. Równie ważną sferą aktywnego życia seniora są także spotkania z członkami rodziny, możliwość uczestniczenia w ważnych wydarzeniach rodzinnych, pomoc w rozwiązywaniu problemów czy opieka nad wnukami. Wszystkie te aktywności mogą być pomocne w zaspokojeniu potrzeby związanej z poczuciem, że jest się potrzebnym.

Znaczna grupa badanych seniorów (59%) opiekuje się wnukami czy prawnukami, w tym 26%

regularnie, 22% od czasu do czasu i 11% rzadko. Jeśli chodzi o pomoc osobom bliskim w prowadzeniu domu to mniej niż połowa badanych deklaruje taką aktywność (45%), w tym 17% regularnie oraz od czasu do czasu i 11% rzadko. Nieco mniej tj. 41% pomaga dzieciom, członkom rodziny w ich działalności zarobkowej, w tym 15% regularnie, 16% od czasu do czasu i 10% rzadko. Opiekę nad chorymi, niepełnosprawnymi członkami rodziny deklaruje 32% badanych (24% regularnie, 4% od czasu do czasu i rzadko)¹⁶ (tabela nr 7)

Tabela nr. 7. Sposoby spędzania czasu wolnego przez seniorów – pomoc rodzinie

N=587 Czy i jak często:	Tak regularnie	Ta k, od czasu do czasu	T ak, ale rzadko	N ie, nigdy	N ie dotyczy
	w procentach				
–opiekuje się Pan(i)	26	22	11	3	6

Źródło: *Sposobyspędzania czasu przez seniorów*, Komunikat z badań CBOS, nr 163/2016, s. 4.

Spotkania ze znajomymi, pomoc osobom bliskim, rodzinie można także zaliczyć do tych aktywności, które pozwalają „walczyć” z izolacją i osamotnieniem. Oczywiście należy pamiętać, iż „oddziaływanie kontekstu rodziny uzależnione jest od aktualnego statusu seniora. Innymi słowy, strategie seniorów związane z wplataniem w życie codzienne więzi rodzinnych uzależnione są od tego, czy posiadają partnerów życiowych, potomstwo, żyjących krewnych lub czy są singlami.”¹⁷

Podsumowanie

Aktywność osób starszych jest uwarunkowana wieloma czynnikami,

¹⁴ Zob. B. Balogová, *Sociálné problémy a dilemy seniorov*, Prešovská univerzita v Prešove, Prešov 2016, s.71-72.

¹⁵ A. Żurek, *Seniorzy i ich więzi rodzinne*, Znane i nieznanie oblicza starości jako obszar wyzwań dla społeczeństw XXI wieku, red. M.H. Herudzińska, I. Błaszczak, Wydawnictwo SGGW, Warszawa 2016, s. 51.

¹⁶ *Sposobyspędzania czasu przez seniorów*, Komunikat z badań CBOS, nr 163/2016, s. 3-4.

¹⁷ Tamże, s. 55.

w tym między innymi stanem zdrowia fizycznego, sytuacją materialną, poziomem aktywności charakterystycznym dla wcześniejszych okresów życia. Istotną kwestią pozostaje także sposób, w jaki seniorzy patrzą w przyszłość, czy wierzą w to, że to co dobre jeszcze przed nimi, czy też może uważają, że nic korzystnego i pozytywnego ich już nie spotka.

Z badań wynika, iż poziom aktywności zawodowej polskich seniorów maleje wraz z wiekiem, a wśród osób starszych, jeśli już można mówić o działalności zarobkowej to częściej obejmuje ona mężczyzn niż kobiety.

Warto także pamiętać, iż największą „popularnością” cieszy się oglądanie telewizji. Z jednej strony telewizja umożliwia pozostanie w domu, a więc osoby, które mają problem ze zdrowiem, trudności w poruszaniu się i pokonywaniu znacznych odległości (brak samochodu, brak prawa jazdy, ograniczenia w dostępie do transportu publicznego) mają możliwość korzystania z oferty programowej poszczególnych stacji telewizyjnych. Po drugie ten rodzaj spędzania wolnego czasu, rozrywki jest także mniej kosztowny, niż uczestnictwo w różnych wydarzeniach kulturalnych, związanych z koniecznością zakupu nierzadko drogich biletów wstępu na koncerty itp.

Istotną kwestią pozostaje także korzystanie z Internetu i komputera, a właściwie niskie zainteresowanie tym kanałem komunikacyjnym. Brak odpowiednich umiejętności, które umożliwiałyby korzystanie z nowoczesnych rozwiązań komunikacyjnych, sprawia, że seniorzy podlegają skutkom wykluczenia cyfrowego, które

rozumiane jest jako „brak umiejętności obsługi komputera i korzystania z Internetu”.¹⁸ Obecnie korzystanie z Internetu, komputera, telefonu komórkowego staje się naturalnym sposobem funkcjonowania we współczesnym społeczeństwie. Seniorzy niejednokrotnie nie mają zatem możliwości korzystania z nowoczesnych kanałów przepływu informacji, stając się tym samym osobami „odizolowanymi” od konkretnych grup przekazów.

Zważywszy na powyższe zasadnym wydaje się poszerzenie badań w omawianym zakresie oraz stworzenie systemowych rozwiązań służących aktywizacji osób starszych, co w konsekwencji prowadzić może do obniżenia poczucia osamotnienia i odizolowania.

Zoznam bibliografických odkazov

- BALOGOVÁ B., 2016. *Sociálne témy a dilemy seniorov*. Prešov: Prešovská univerzita v Prešove.
- BAK T., 2017. Starość jako problem społeczno-demograficzny, w: *Aspekty teoretyczne i praktyczne pracy socjalnej wobec przemian i wyzwań społecznych XXI wieku*. Tom 1, red. L. Szot, A. Świerczek, Kraków: Nauk Społecznych Uniwersytetu Papieskiego Jana Pawła II.
- BŁASZCZAK I., 2016 Aktualne wyzwania andragogiki – umiejętność uczenia się jako kluczowa kompetencja adaptacyjna osób starszych, w: *Znane i nieznane oblicza starości jako obszar wyzwań dla społeczeństw XXI wieku*, red. M.H. Herudzińska, I. Błaszczak, Warszawa: Wydawnictwo SGGW.
- BOJANOWSKA, E., 2015. Sytuacja zdrowotna osób starszych w Polsce, w: *Praca socjalna wobec wyzwań współczesności*, Tom 1, red. E. Bojanowska, M. Kawińska, Warszawa: Kontrast.

¹⁸ J. Kuchta, *Seniorzy online czy offline? O wykluczeniu cyfrowym starszego pokolenia*, „Studia Kulturoznawcze” nr 2 (4), s.169.

Informacja o sytuacji osób starszych na podstawie badań Głównego Urzędu Statystycznego, Warszawa, wrzesień 2018
KUCHTA, J., *Seniorzy online czy offline? O wykluczeniu cyfrowym starszego pokolenia*, „Studia Kulturoznawcze” nr 2 (4).

Sposoby spędzania czasu przez seniorów, Komunikat z badań CBOS, nr 163/2016.
ŽUREK, A., 2016. *Seniorzy i ich więzi rodzinne*, w: *Znane i nieznane oblicza starości jako obszar wyzwań dla społeczeństw XXI wieku*, red. M.H. Herudzińska, I. Błaszczak, Warszawa: Wydawnictwo SGG

Strop odchodu do dôchodku - politický nástroj, či sociálno-ekonomická opodstatnenosť?

The upper limit of retirement - a political tool or socio-economic justification?

Peter GARBARČÍK

Mgr. Peter Garbarčík, PhD.
Inštitút edukológie a sociálnej práce
Filozofická fakulta
Prešovská univerzita v Prešove
e-mail: peter.garbarcik@gmail.com

Abstrakt

Predmetný príspevok si kladie za cieľ vnieť politologický rozmer do problematiky dôchodkového veku a faktorov, ktoré vplyvajú na jeho určovanie. Ide tak z ekonomického ako aj politického hľadiska vždy o nesmierne citlivý problém, ktorý vyvoláva (vo väčšej, či menšej miere) búrlivú odbornú diskusiu a rovnako tak odozvu zo strany spoločnosti. Plán zavedenia tzv. stropu odchodu do dôchodku a jeho ukotvenie v Ústave SR je politická iniciatíva, ktorá môže mať z dlhodobého hľadiska veľké dopady, vzhľadom na nepriaznivé globálne demografické trendy. Cieľom príspevku je poukázať na disproporcie a kontroverzné miesta argumentácie politických navrhovateľov (poslancov NR SR za stranu Smer-SD), zasadiť ich do kontrastu tak s oficiálnymi ekonomickými a sociálnymi údajmi, odporúčaniami odborníkov ako aj s predošlými politickými deklaráciami a krokmi strany Smer-SD v tejto oblasti. Ambíciou príspevku nie je arbitrárnym spôsobom rozhodnúť či a do akej miery sa argumentačný stret navrhovateľov a oficiálnych demografických a ekonomických ukazovateľov pohybuje v relevantnej odbornej rovine alebo v rovine politického populizmu, ale prinajmenšom túto otázku otvoriť pre ďalšiu, podrobnejšiu odbornú analýzu.

Kľúčové slová: Dôchodkový vek. Politika. Populizmus. Smer-SD.

Abstract

The article aims to bring the political dimension to the issue of retirement age and the factors that influence its determination. From economical and political point of view, this is always an extremely sensitive problem, which evoke (in larger or lesser degree) turbulent discussion in professional sphere and also response from a majority of society. The plan to establish the retirement age and its anchoring in the Constitution of the Slovak Republic is a political initiative that can have big impacts in the long term, because of the unfavorable global demographic trends. The aim of the article is to point to the disproportions and controversy of the arguments of the political proposers (Members of Parliament from Smer-SD political party), contrasting them with official economic and social data, expert advices as well as Smer-SD's previous political decisions in this area. The ambition of the article is not an arbitrary way to decide whether and to what extent the arguments of the proposers and the official demographic and economic indicators are moving in the relevant professional level or in the level of political populism, but at least open this question for further, more detailed expert analysis.

Keywords: Pension. Policy. Populism. Smer-SD.

Úvod

Reflektujúci diskurz o problematike starnutia obyvateľstva, jeho dopadov na ekonomiku a sociálnu situáciu obyvateľstva je možné identifikovať niekoľko aktérov, ktorí

aktívne vstupujú do daného procesu. Predovšetkým sa jedná sa o problém politický, ekonomický a sociálny a vždy sa jedná o výmenu názorov medzi aktuálnou politickou vládou mocou, ktorá je aj iniciátorom väčšiny zmien a následnou reakciou odbornej

sféry. Tým tretím aktérom celého problému sú samotní občania, teda tí, ktorí sa budú v najväčšom rozsahu prípadné zmeny vzťahovať. Tento trojlístok verejných aktérov vníma podstatu, zmysel a rozmer problematiky zmeny veku odchodu do dôchodku inak. Kým vládna moc v každej demokratickej krajine presadzuje legitímnym spôsobom svoje priority, nech už môžu byť akokoľvek ideologicky podfarbené, v kontraste k tomu stojí zväčša a prirodzene oponentúra v podobe odbornej verejnosti ako sily, ktorá častokrát ako prvá reaguje na prijímané opatrenia a to v akejkoľvek oblasti. Až následne sa k reflektovaniu, prijímaniu alebo odmietaniu plánovaných politických opatrení dostáva väčšinové obyvateľstvo. Nakoľko sú avizované zmeny relevantné, opodstatnené a nakoľko môžu byť len ideologickým, či populistickým krokom, sledujúcim krátkodobé ciele by malo byť presne identifikované a vymedzené z hľadiska ich možných dopadov.

1 Starnutie obyvateľstva ako neúpravný trend

Sociálno-ekonomické opatrenia medzi ktoré zaraďujeme aj potenciálne zmeny v dôchodkovom systéme sú prirodzene tie, ktoré zväčša generujú veľký spoločenský ohlas, či v pozitívnom alebo negatívnom zmysle. V roku 2018 iniciovala vládna koalícia strana Smer-SD tzv. zastropovanie odchodu do dôchodku, pričom hranicu (Národná rada SR 2018) navrhuje stanoviť na úrovni 64 rokov. Navyše, za účelom podpory rodiny a materstva zo strany štátu každý, kto vychoval dieťa, má právo na primerané zníženie maximálneho veku potrebného na vznik nároku na primerané hmotné zabezpečenie v starobe.

Navyše, návrh má ambíciu ústavného ukotvenia uvedenej hranice dôchodkového veku, „teda veku, po dosiahnutí ktorého štát garantuje hmotné zabezpečenie na primeranej úrovni“ (Národná rada SR 2018).

Jedným z hlavných dôvodov, pre ktoré bolo navrhnuté zavedenie postupného posúvania hraníc odchodu do dôchodku bol nepriaznivý demografický vývoj, na základe, ktorého by sa Slovensko malo dostať do situácie, v ktorej by počet produktívnych obyvateľov nestačil na udržanie príjmov dôchodcov (INEKO 2010). Neurčitost a neistota vyplývajúca z individuálnych životných preferencií, týkajúcich sa predovšetkým reprodukčných rozhodnutí obyvateľstva (nízka plodnosť), zvyšovanie priemerného veku dožitia z dôvodu priaznivých ekonomických podmienok (dostupnejšia zdravotná starostlivosť, vedecký pokrok, nové technológie v oblasti zdravotníctva), ale paralelne s tým ťažko odhadnuteľné globálne okolnosti a vplyvy môžu vnášať do procesu demografického prognózovania pomerne veľký prvok neurčitosti (Bleha – Šprocha - Vaňo 2013).

Vzhľadom na už toľko rokov diskutovaný a jednoznačne nepriaznivý demografický vývoj vo väčšine rozvinutých krajín, musela aj Slovenská republika pristúpiť k systému každoročnej automatizovanej úpravy dôchodkového veku odvodennej od strednej dĺžky života. V dôsledku jej očakávaného predlžovania sa postupne predlžuje aj dôchodkový vek. Zámerom a cieľom zmeny dôchodkového systému je dlhodobou znížiť výdavky Sociálnej poisťovne a podporiť tak udržateľnosť dôchodkového systému, nakoľko na stále viac ľudí v produktívnom veku pripadá stále väčší počet ľudí v poproduktívnom veku.

Ako už bolo avizované, po roku 2004 sa spôsob určovania dôchodko-

vého veku zmenil. Pre poistencov narodených po 31. decembri 1954 sa v jednotlivých kalendárnych rokoch predĺžil o počet dní, ktorý stanoví každoročne Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny Slovenskej republiky v závislosti od dynamiky vývinu priemernej strednej dĺžky života spoločnej pre mužov a ženy (Sociálna poisťovňa SR 2018a). Dôchodkový vek na rok 2018 bol teda ustanovený opatrením ministerstva č. 227/2017 Z. z. o úprave dôchodkového veku a referenčného veku a je na úrovni 62 rokov a 139 dní. Od 1. januára 2018 je dôchodkový vek stanovený na 62 rokov a 139 dní. Oproti roku 2017 sa dôchodkový vek v roku 2018 predĺži o 63 dní. Dôchodkový vek 62 rokov a 139 dní platí pre poistencov narodených po 31. decembri 1955 (Sociálna poisťovňa SR 2018b).

Kým napr. v päťdesiatych rokoch 20. storočia pripadlo na 100 ľudí v produktívnom veku (15 až 64 rokov) približne 10 ľudí v poproduktívnom veku (64 a viac rokov) a ešte donedávna ich bolo menej ako 20, demografická situácia sa zhoršuje už niekoľko rokov takým tempom, že v nasledujúcich desaťročiach by si mala zachovať negatívny trend starnutia populácie a v roku 2060 môže na 100 pracujúcich pripadnúť až takmer 60 ľudí v dôchodkovom veku (Štatistický úrad SR 2018). Pokiaľ by bolo ambíciou zachovať pomer ľudí v aktívnom a dôchodkovom veku na súčasnej úrovni, musela by sa populácia Slovenska v aktívnom veku (počítajúc napr. aj imigrantov) postupne zvyšovať až na úroveň dvoch miliónov osôb v roku 2068 (GOLIÁŠ 2009). Slovenská republika sa navyše v porovnaní s ostatnými štátmi Európskej únie zaraďuje medzi tie v ktorej bude počas najbližších 50 rokov starnutie populácie jedno z najvýraznejších (European Commission 2015). Jednou z najvý-

znamnejších zmien z pohľadu zlepšenia dlhodobej udržateľnosti dôchodkového systému bolo naviazanie dôchodkového veku na strednú dĺžku života s účinnosťou od roku 2017 (Rada pre rozpočtovú zodpovednosť 2018).

Odporúčania odbornej sféry z hľadiska dlhodobej udržateľnosti verejných financií sa pohybujú v dvoch, proti sebe stojacích navrhovaných balíkoch. Na jednej strane sa jedná o preventívne odporúčania a na strane druhej návrhy, ktoré sú len nevyhnutnou reakciou na nepriaznivý vývoj, vyplývajúci z neriešenia situácie.

Z vyhlásenia Klubu ekonomických analytikov vyplývajú pomerne jasné odporúčania, akým spôsobom do budúcnosti obyvateľom zabezpečiť lepšie podmienky na dôchodku. Jedná sa o nasledovné odporúčania: a) súčasné priaznivé časy ekonomického rastu využiť na stanovenie priority v podobe rýchlejšieho znižovania štátneho dlhu, b) účinnejšia rodinná politika, vedúca k podpore pôrodnosti, prostredníctvom nefiskálnych opatrení (dostupnosť škôl, flexibilita na trhu práce, dostupnosť zdravotných služieb), c) premyslená imigračná politika, d) opatrenia, ktoré by zmiernili odliv mladých ľudí do zahraničia, e) zefektívnenie zdravotníctva, f) reforma vzdelávania so zameraním sa na podporu rozvoja zručností a spôsobilostí, sledujúc budúcu produktivitu pracujúcich obyvateľov, g) zlepšenie fungovania druhého a tretieho dôchodkového piliera (Klub ekonomických analytikov 2018).

Pokiaľ by nedošlo k realizovaniu vyššie uvedených návrhov a naopak, politická reprezentácia by všeobecné nepriaznivé demografické trendy ignorovala buď nereagovaním alebo reagovaním neefektívnymi riešeniami, akým by bolo aj presadenie stropu odchodu

do dôchodku na úrovni 64 rokov v Ústave SR, štátne výdavky na dôchodky by sa stali neudržateľnými. Aby ich štát vedel neskôr pokryť, potreboval by a) ešte viac zvýšiť odvody (dnes dosahujú 23% hrubej mzdy), resp. dane, b) znižovať priznané dôchodky budúcim dôchodcom c) prijímať výrazne viac kvalifikovaných pracovníkov zo zahraničia (Klub ekonomických analytikov 2018).

1.3 Všeobecne o politickom rozhodovaní v spoločensky citlivých témach

Zmeny dôchodkového systému, zohľadňujúce starnutie obyvateľstva sú však okrem striktne odbornej roviny predovšetkým politickým rozhodovaním. V tomto bode sa diskusia v súlade so zámerom predmetného príspevku dostáva do bodu výhradne politologickej reflexie podstaty reálnych politických rozhodnutí.

To v sebe nesie jasné charakteristiky, ktoré tvoria jej podstatu a logiku. Zároveň v sebe politické rozhodovanie nesie prvky, ktoré podľa potreby dopĺňa na základe situácie a okolností v konkrétnom čase a v konkrétnom priestore. Teórie, venujúce sa problematike politického rozhodovania pomerne jasne klasifikujú vedomé motivačné faktory, zámary a ciele pri prijímaní politických rozhodnutí. Tie je možné diferencovať tak z hľadiska povahy rozhodnutí na intuitívne, impulzívne, racionálne a iracionálne. Berúc do úvahy sledovaný časový horizont, hovoríme o bezprostrednom, krátkodobom, strednodobom a dlhodobom horizonte politického rozhodovania. Na základe dopadov výsledkov prijatých rozhodnutí majú na zreteli vzťah k subjektu a objektu, rozlišujeme pozitívne a negatívne dôsledky a podľa vzťahu výsledkov rozhodovania k systému, klasifikujeme

rozhodovania s eufunkčným (ešte viac stabilizuje systém) a disfunkčným efektom (systém deštruuje alebo prispieva k jeho destabilizácii) (Prorok 2012).

S tým sú spojené ďalšie dimenzie, ktoré vstupujú do taktických, či strategických zámerov politikov pri prijímaní rozhodnutí, iniciovaní konkrétnych politik, či bagatelizovaní takých, ktoré sú z pohľadu prípadných preferenčných strát ohrozujúce. Politická teória problematiku tvorby politického rozhodovania mapuje a analyzuje pomerne široko. Pohnútky, zámary, stratégia, či taktika sú je veľakrát ľudovo koncentrované do pojmu populizmus. Práve ten je veľakrát používaný v súvislosti s vyhodnocovaním politických sľubov, tzn. pri porovnávaní politických deklarácií a ich následných reálnych plnení. Väčšina ľudí v demokratických krajinách tento fenomén rámcuje volebným obdobím. Teórie, venujúce sa analýze tohto pojmu, ponúkajú širokú paletu delení a klasifikácií. Pre naše účely bude významný užšie vymedzený politický populizmus. Či k danému pojmu pristupujeme cez širšiu alebo užšiu optiku, na prvý pohľad je možné logicky identifikovať dvoch kľúčových aktérov celého diskurzu populizmu, ktorými sú „ľud“ a „elity“. Okrem mnohých iných prístupov a interpretácií populizmu bude pre nás dôležitým minimalistický pohľad, koncentrujúci sa na pole politickej stratégie, taktiky, či komunikácie v mene konkrétnej politickej ideológie, politického programu, hesiel a cieľov (Kubát – Mejstřík – Kocian 2016). Keďže v rámci príspevku sa pohybujeme v ekonomickej a sociálnej rovine, otvára sa tým nová problematika, ktorá, ktorá je tematizovaná v rámci teórií, zaoberajúcich sa voľčským správaním a voľčskými preferenciami. Tie sa týkajú aj gramotnosti

voličov v ekonomických otázkach a ich následného voličského rozhodovania sa. V tejto súvislosti boli identifikované štyri najdôležitejšie kategórie chybného uvažovania, ktoré sú nesmierne rozšírené a to: „a) predsudky proti trhu, b) predsudky voči cudzincom, c) tzv. posadnutosť zamestnanosťou a d) sklon k pesimizmu“ (Caplan 2010, s. 53). Tieto populárne predsudky a mylné vnímania sú dôležité pre základné načrtnutie problematiky populizmu, teda vzťahu medzi tzv. elitou (v našom prípade politikou) a ľudom (voličmi) Uvedené je dôležité uviesť za účelom vytvorenia hrubého obrazu o tom ako by potenciálne prijala verejnosť prípadné zmeny, ktoré sú predmetom daného príspevku, nakoľko strana Smer-SD ako predkladateľ návrhu zákona deklarovala (v prípade nepodporenia návrhu v Národnej rade SR) podporu petícií za vypísanie referenda, ktorú v súčasnosti realizuje Odborový zväz KOVO (Odborový zväz KOVO 2018). Keďže ešte vopred nie je známe aké spoločenské nálady budú sprevádzať vývoj prijímania uvedeného návrhu zákona, nie je možné doposiaľ relevantne pristúpiť k akejkoľvek analýze spoločenských preferencií (podpora / nepodpora). Dominantnou rovinou, ktorej sa budeme v nadväznosti na vyššie uvedené venovať je predovšetkým tá, ktorá reálne prebieha a pohybuje sa v politickej a odbornej rovine.

1.2 Smer-SD – stručný hodnotový profil

Hodnoty sociálnej demokracie sú v rámci demokratickej odnože socialistického prúdu považované za tzv. evolučné. Stavajú svoju profiláciu na postupnom, racionálnom nachádzaní tých „správnych“ riešení, nestavajúc sa do pozície radikálneho odmietania

ekonomického trhových vzťahov a kapitalizmu. Považuje ho za jediný dôveryhodný a overený spôsob tvorby a akumulácie bohatstva. Avšak deľbu tohto bohatstva z pohľadu jeho logiky považuje za morálne chybnú nakoľko má v sebe zakorenenú štrukturálnu nerovnosť. Jej odstránenie je možné práve prostredníctvom väčšej úlohy štátu, teda na základe systému rovnovážnosti medzi výhradne kapitalistickými princípmi a princípmi štátneho usmerňovania. Tzv. zmiešaná ekonomika by mala stáť na všeobecnom záujme a štát by teda mal vystupovať ako strážca a garant všeobecného spoločenského záujmu. Štát ako subjekt politických, ale aj ekonomických vzťahov a procesov disponuje možnosťami usmerňovania hospodárskeho vývoja v rámci svojich hraníc a z tohto pohľadu je považovaný za vhodný politický prvok (Heywood 2008, s. 146).

Smer-SD ako sociálno-demokratická strana je v histórii Slovenska politickou stranou, ktorá bola najdlhšie súčasťou vládnych koalícií a najdlhšie mala na poste predsedu vládu svojho reprezentanta. Rovnako tak je z hľadiska konštantnosti preferencií, najúspešnejšou ľavicovou politickou stranou na Slovensku. Analyzujúc jej doterajšie predvolebné programy je však možné nájsť viacero odlišností, ktoré ju odlišujú od tzv. tradičných európskych sociálno-demokratických strán. Odlišnosti sa prejavujú z pozície Smeru-SD predovšetkým vo väčšom akcentovaní národných záujmov, oveľa nižšom preferovaní environmentálnych tém, presadzovaní práv neheterosexuálnych skupín obyvateľstva, či presadzovaní odluky cirkvi od štátu.

V súvislosti s ideologicko-programovým zameraním strany a reálnym presadzovaním politickej agendy, tzn. konkrétnych tém, ktoré by mali vychádzať z jej predvolebného

programu, je možné už dlhšiu dobu identifikovať viaceré nezrovnalosti. Je možné určiť, že strana si prešla trojfázovým vývojom svojho programového zamerania. Pre lepšiu ilustráciu je na mieste poukázať na ideový a programový vývoj strany Smer-SD. Kým v prvej fáze svojho vzniku do roku 2001 kedy stratégia strany bola vyhraničiť sa vo všeobecnosti voči ideologickým prístupom realizovania politiky a zastavala pozíciu protestnej strany, ktorá sa prezentuje antistranícky, je proti klasickému establishmentu a za výhradne pragmatické riešenia (Marušiak 2006). Po roku 2001 sa strana hlásila k politickému prúdu tzv. Tretej cesty, pričom sa jedná o výraznejší posun doľava, teda aj o výraznejší ideologický posun, avšak ešte stále nie o klasickú sociálno-demokratickú pozíciu (Smer-SD 2002). Avšak zavŕšenie ideovej a programovej profilácie strany nastáva rokom 2004, kedy sa strana oficiálne a zároveň definitívne hlási k sociálno-demokratickému stranícku prúdu, ktorý sa odzrkadľuje aj v jej názve. Môžeme však na základe detailnejšieho pozorovania a analyzovania konštatovať, že počiatočné ideologické a programové zmeny strany Smer-SD sledovali viac strategický a taktický zámer (prispôbovanie sa vôli a preferenciám ľudí) ako úprimný a autentický hodnotovú pozíciu. Každopádne, od roku 2004 až do súčasnosti sa považuje za tradičnú sociálno-demokratickú stranu.

1.3 Analýza návrhu, týkajúceho sa zavedenia hranice odchodu do dôchodku

V roku 2018 strana Smer-SD v Národnej rade SR predložila návrh na vydanie ústavného zákona, ktorým sa mení a dopĺňa Ústava Slovenskej republiky č. 460/1992 Zb. v znení ne-

skorších predpisov. Ako už bolo uvedené v úvodnej kapitole príspevku, návrh sa okrem iných navrhovaných opatrení obsahoval aj nasledovné: „Vek potrebný na vznik nároku na primerané hmotné zabezpečenie v starobe, nesmie presiahnuť 64 rokov. Za účelom podpory rodiny a materstva zo strany štátu, každý kto vychoval dieťa má právo na primerané zníženie maximálneho veku potrebného na vznik nároku na primerané hmotné zabezpečenie v starobe“ (Národná rada SR 2018). Ako uvádzajú navrhovatelia, úlohou novely „je dosiahnuť, aby zmenami v prístupe k zabezpečeniu občanov na starobu nedochádzalo k postupnému oslabeniu ich práv na primerané hmotné zabezpečenie v starobe a k znížovaniu udržateľnosti systému dôchodkového zabezpečenia ako celku. Preto sa navrhuje, aby boli v Ústave Slovenskej republiky ukotvené základné piliere dôchodkového zabezpečenia. S prihliadnutím na už ústavné zakotvené právo na primerané hmotné zabezpečenie v starobe, návrh reflektuje potrebu ústavného vyjadrenia hranice dôchodkového veku, teda veku, po dosiahnutí ktorého štát garantuje hmotné zabezpečenie na primeranej úrovni“ (Národná rada SR 2018). V dôvodovej správe návrhu sa počíta s predlžovaním dôchodkového veku v najbližších rokoch a paralelne s tým predkladatelia predpokladajú znížovanie produktivity práce, ktorá údajne „relativizuje opodstatnenosť výkonu práce vo vyššom veku. Znížením maximálnej hranice na vznik nároku na primerané hmotné zabezpečenie v starobe osobám, ktoré vychovali deti, sa vyjadruje ústavná podpora výchovy detí ako fundamentálnemu predpokladu pozitívneho demografického vývoja a teda aj predpokladu samotnej udržateľnosti dôchodkového systému“ (Národná rada SR 2018). Na druhej strane, je potrebné poukázať

na Doložku vybraných vplyvov predkladaného návrhu ústavného zákona, kde je uvedené, že „navrhovaná právna úprava nezakladá priamy finančný vplyv na aktuálny rok (2018) a nasledujúce tri roky (2019-2021). Napriek uvedenému dochádza k negatívnym finančným vplyvom v dlhodobom horizonte“ (Národná rada SR 2018).

Strana Smer-SD aj prostredníctvom ministra práce, sociálnych vecí a rodiny deklaruje, že sa chce k danej téme „postaviť komplexne a zodpovedne“ a taktiež poukazuje na fakt, že „Slovensko je krajina, ktorá má najväčší počet ľudí zamestnaných v nočných zmenách, v nadčasoch, na špičke sme aj v celkovej dĺžke odpracovaných hodín“ (TASR 2018a). V argumentácii strany Smer-SD ako navrhovateľa sa v najväčšej miere objavujú názory akcentujúce podporu rodiny a materstva zo strany štátu, či neakceptovania toho, aby sa pracovalo do neskorého veku. Slovanmi štátneho tajomníka ministerstva práce: „OECD, upozornila, že pracujúci na Slovensku odchádzajú do penzie v horšom zdravotnom stave než v ktoromkoľvek inom členskom štáte a priemerný vek dožitia v zdraví je u nás najnižší“ (Ondruš 2018). Ďalším dôkazom, ktorý má podporovať zastropovanie odchodu do dôchodku je fakt, že v súčasnosti je vysoký rozsah využívania predčasnej penzie aj napriek vysokej penalizácii. Vyvodzuje sa z toho záver, že Slováci nad 60 rokov nevládzu pracovať, rovnako tak dochádza k priaznivému nárastu pracujúcich dôchodcov, avšak častejšie ako predtým sú zamestnaní na dohody o vykonaní práce alebo čiastočné pracovné úväzky (Ondruš 2018). Podľa vládnych činiteľov za Smer-SD je Slovensko je krajinou, „ktorá má najväčší počet ľudí zamestnaných v nočných zmenách, v nadčasoch, na špičke sme

aj v celkovej dĺžke odpracovaných hodín“ (TASR 2018b). Od konkrétnejších argumentov sa argumentácia presúva do roviny viac všeobecnej kde sa poukazuje na zavedenie dôchodkového stropu aj v iných štátoch a pristupovania k danému problému z ideologického hľadiska, tzn. že riešenie je aj otázkou sociálneho cítenia a solidarity, nielen výsostne ekonomickou, či technokratickou záležitosťou (TASR 2018a). Smer-SD teda zastrešuje svoje argumenty pod ideologickú značku ako garanta sociálnych istôt a vyvažovania trhových mechanizmov funkciami štátu, ktoré majú byť v tomto prípade v prospech občanov.

Argumenty ekonómov, ktoré už v príspevku uvedené boli, je potrebné poukázať na správu Rady pre rozpočtovú zodpovednosť, ktorá je detailnou reakciou na navrhované zastropovanie dôchodkového veku (Rada pre rozpočtovú zodpovednosť 2018). Nakoľko primárnym cieľom daného príspevku nie je stavať sa do odbornej ekonomickej pozície a arbitrárne rozhodovať o výsostne ekonomických otázkach. Pokiaľ sa však presunieme do politickej roviny reflektovania celej problematiky, je nutné do veľkej miery vychádzať aj z ekonomických analýz. V tejto súvislosti je nutné dodať, že doposiaľ nebola zverejnená, či sprístupnená žiadna relevantná analýza, na základe ktorej by odborná a laická verejnosť mohla posúdiť relevantnosť a opodstatnenosť dôvodov na základe, ktorých je prijatie takto významného opatrenia nutné, a to navyše ústavným zákonom. Na základe toho, je zatiaľ východiskom vytvárania si názorov len odborná oponentúra, ktorá vyčísluje pomerne veľké množstvo rizík s tým spojených.

Pre nás však okrem pomerne jednoznačne vymedzených ekonomických rizík návrhu zastropovania dô-

chodkového veku sú dôležité politické dôvody navrhovateľov. V tejto súvislosti je jedným z „podozrivých“ argumentov fakt, okrem už zmienenej absencie relevantnej analýzy vyčíslených dôvodov potreby prijatia daného návrhu bola samotná hranica odchodu do dôchodku stanovená na 64 rokov nemá žiadne ekonomické ani sociálne zdôvodnenie. Ďalšou diskutabilnou záležitosťou, spochybňujúcou úprimnosť súčasného zámeru strany Smer-SD je fakt, že nikdy doteraz, pokiaľ bola súčasťou vlády zavedenie dôchodkového stropu nepresadzovala, práve naopak, vláda Roberta Fica v roku 2012 zaviedla automatické zvyšovanie veku odchodu do dôchodku podľa strednej dĺžky dožitia s účinnosťou od roku 2017 (Sociálna poisťovňa 2018). Do kontrastu je možné postaviť vyjadrenie bývalého predsedu vlády Roberta Fica, ktorý počas svojho prvého volebného obdobia 2006-2010 deklaroval nasledovné: „pokiaľ budem predsedom vlády Slovenskej republiky, tak vek pri odchode do dôchodku sa nebude predlžovať“ (Ragáčová 2008). Rovnako je možné nájsť rovnaké argumenty aj v samotnom Programovom vyhlásení vlády SR z roku 2006 v ktorom vláda odmieta zvyšovanie veku odchodu do dôchodku (Programové vyhlásenie vlády SR 2006). Inštitút INEKO navyše vo svojej správe, týkajúcej sa odpočtu programového vyhlásenia vlády z rokov 2006-2010 uvádza, že „vláda neschválila ďalšie zvýšenie veku odchodu do dôchodku. Ale ani nezrušila opatrenie predchádzajúcej vlády, ktoré dôchodkový vek pre ženy každým rokom až do roku 2014 zvyšuje o 9 mesiacov. Do konca volebného obdobia sa tak vek odchodu do dôchodku žien zvýši celkom o 3 roky“ (Goliáš 2009). Rovnako tak nie je možné nájsť zmienku o prípadnom zámere zaviesť strop odchodu do dôchodku ani v súčasnom

Programovom vyhlásení vlády SR z roku 2016 (Programové vyhlásenie vlády SR 2016). V súvislosti s dnešným apelom na ochranu rodiny a žien starajúcich sa o deti vyznieva to, že viackrát ostal Smer-SD pri reflektovaní nepriaznivého demografického a ekonomického vývoja len v úlohe štatistu. Aj na základe toho je možné už vo veľkej miere hovoriť o politických krokoch s výrazne populistickými prvkami. Nemenej dôležitým je fakt, že v roku 2038 nebude rozhodovať to čo sa dostalo do zákona v roku 2018, ale čo si reálne budeme môcť v tom čase dovoliť, čo súčasné návrhy zo strany Smeru-SD nezohľadňuje a ignoruje. Obzvlášť zložité bude rovnako tak prípadná zmena Ústavy SR, nakoľko predmetný návrh Smeru-SD počíta s ústavným zakotvením dôchodkového stropu.

Zaujímavosťou, ktorá mohla vstupovať do rozhodovania pri iniciovaní daného návrhu by mohol byť taktiež možný dopyt voličskej základne strany Smer-SD, ktorej veková štruktúra nad 60 rokov tvorí až 44% voličov, ktorí by mohli byť touto iniciatívou oslovení. Doplniť je však potrebné aj rozvrstvenie na základe vzdelania, pričom voličov so stredoškolským vzdelaním bez maturity je 30% a stredoškolských s maturitou 42,6%. Z hľadiska zamestnanosti tvoria manuálni pracovníci 24,1% a dôchodcovia 37,6% voličov Smeru-SD. Tieto údaje môžu tvoriť relevantnú poznatkovú bázu politického rozhodovania s konkrétnymi cieľmi. Nemenej dôležitým a faktom je aj to, že ľudia na Slovensku dlhodobo trápí životná úroveň a sociálne istoty, ktoré považuje až 58% za najzávažnejší problém. Ešte väčší počet, až 71% považuje za dominantný problém nezamestnanosť.

Záver

Uvedené údaje sociologické a politické údaje v kombinácii s vyššie prezentovanými ekonomickými dátami a súvislosťami, ktoré rámcujú debatu o predmetnom návrhu zastropovania dôchodkového veku ústavným zákonom môžu tvoriť základnú východiskovú platformu pre ďalšie analyzovanie ostatných súvislostí (pozitívnych, či negatívnych). Zámerom bolo poukázať na problémové časti predkladateľov a okrem taxatívneho vyčíslenia ekonomických aspektov, otvoriť aj iné, zväčša politologické stránky daného problému. Na základe toho sa nám otvorili možnosti, prostredníctvom ktorých bolo možné zisťovať úroveň systémovosti, relevantnosti, zmysluplnosti, autenticity, či korektnosti argumentačnej línie navrhovateľov. Prínajmenšom sa nám podarilo identifikovať sporné body v oboch oblastiach, tak v ekonomickej ako aj v politickej, resp. politologickej. Tie nám naznačujú, že bezpochyby existuje miera nekonzistentnosti deklaratívnej úrovne a praktických politických krokov strany Smer-SD, ktoré nahrávajú argumentom, že detailnejší ekonomický a politologický rozbor návrhu za stanovenie fixného stropu odchodu do dôchodku môže vykazovať relevantné známky populizmu.

Afiliácia

Príspevok vznikol ako výstup z riešenia Projektu VEGA MŠVVaŠ SR č. 1/0288/17 Faktory inštitucionalizácie školskej sociálnej práce

Zoznam bibliografických odkazov

Anonym, 2018a. *Ekonomovia varujú, že zavedenie dôchodkového stropu ohrozí výšku budúcich dôchodkov*. Bratislava: Klub ekonomických analytikov. [online]. [cit. 2018-11-16]. Dostupné z:

<http://ineko.sk/kea/438/ekonomovia-varuju-ze-zavedenie-dochodkového-stropu-ohrozi-vysku-buducich-dochodkov>.

Anonym, 2018b. *Petícia za vyhlásenie referenda*. [online]. [cit. 2018-11-16]. Dostupné z:

http://www.ozkovo.sk/uploaded_files/referendumharok_up.pdf.

BLEHA, Branislav, Branislav ŠPROCHA a Boris VAŇO, 2013. *Prognóza populačného vývoja Slovenskej republiky do roku 2060*. [online]. [cit. 2018-11-15]. Bratislava: INFOSTAT - Inštitút informatiky a štatistiky. ISBN 978-80-89398-23-2. Dostupné z: http://www.infostat.sk/vdc/pdf/Prognóza_2060.pdf.

CAPLAN, Bryan, 2010. *Mýtus racionálneho voliče. Proč v demokracii vítězí špatná politika*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny. ISBN 978-80-7422-056-2.

EUROPEAN COMMISSION, 2015. The 2015 Ageing Report. Underlying Assumptions and Projection Methodologies. [online]. č. 8 [cit. 2018-11-15]. ISSN 1725-3217. Dostupné z: http://ec.europa.eu/economy_finance/publications/european_economy/2014/pdf/ee8_en.pdf.

GYÁRFÁŠOVÁ, Oľga a Martin SLOSIARIK, 2016. Voľby do NR SR 2016: Čo charakterizovalo voličov. In: *Working Papers in Sociology* [online]. č. ISSN 2453-6970. Dostupné z: http://www.sociologia.sav.sk/pdf/Working_Papers_in_Sociology_012016.pdf.

GOLIÁŠ, Peter, eds., 2009. *Sľuby a realita čo politici sľúbili a čo z toho plnia*. Bratislava: Inštitút pre ekonomické a sociálne reformy. [online]. [cit. 2018-11-18]. Dostupné z: <http://www.ineko.sk/clanky/publikacia-sľuby-a-realita-hodnotenie-plnenia-sľubov-vlady-2006-2010>.

HEYWOOD, A., 2008. *Politické ideológie*. Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk, 362 s. ISBN 978-80-7380-137-3.

INEKO, 2010. Analýza vplyvu penzijného systému na verejné financie. [online]. [citované 2018-11-15]. Dostupné z: <http://www.ineko.sk/clanky/dochodkovy-vek-treba-predlzit-aspon-na-65-rokov>.

KUBÁT, Michal, Martin MEJSTŘÍK a Jiří KOČIAN, eds., 2016. *Populismus v časech krize*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-3439-5.

MARUŠIAK, J. 2006. Fenomén strany Smer: medzi „pragmatizmom“ a sociálnou demokraciou. In: *Stredoevropské politické studie*. [online]. [citované 2018-11-18]. Dostupné

- z:
<https://journals.muni.cz/cepsr/article/view/4162/6069>.
- MINISTERSTVO PRÁCE, SOCIÁLNYCH VECÍ A RODINY SR, 2018. *Dôchodkový vek*. [online]. [cit. 2018-11-16]. Dostupné z: <https://www.employment.gov.sk/sk/socialne-poistenie-dochodkovy-system/dochodkovy-system/dochodkovy-vek/>.
- ONDRUŠ, Branislav, 2018. Mýtus neudržateľných penzií. In: *Pravda*. [online]. [cit. 2018-11-16]. Dostupné z: <https://nazory.pravda.sk/analzy-a-postrehy/clanok/488360-neudrzatelne-penzie-dalsi-mytus/>.
- PORUBSKÝ, Marek a Viktor NOVYSEDLÁK, 2018. Dôchodkový vek. Mýty a fakty [online]. Bratislava: Rada pre rozpočtovú zodpovednosť [cit. 2018-11-15]. Dostupné z: http://www.rozpocovarada.sk/vo_download/2018_02_krrz_komentar_strop_na_dochodkovy_vek_64.pdf.
- PROGRAMOVÉ VYHLÁSENIE VLÁDY SR, 2006. In: *Úrad vlády SR*. [online]. Dostupné z: https://www.vlada.gov.sk/data/files/979_programove-vyhlasenie-vlady-slovenskej-republiky-od-04-07-2006-do-08-07-2010.pdf.
- PROGRAMOVÉ VYHLÁSENIE VLÁDY SR, 2106. In: *Úrad vlády SR*. [online]. Dostupné z: <https://www.vlada.gov.sk/data/files/7179.pdf>.
- PROROK, Vladimír, 2012. *Tvorba rozhodování a analýza v politice*. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-4179-6.
- RAGÁČOVÁ, Katarína, 2008. Dôchodkový vek sa mení aj za Fica. In: *Sme* [cit. 2018-11-17]. Dostupné z: <https://www.sme.sk/c/4157895/dochodkovy-vek-sa-meni-aj-za-fica.html>.
- SMER-SD, 2002. Volebný program Smeru. In: *Sme*. [online]. [citované 2018-11-19]. Dostupné na internete: <https://domov.sme.sk/c/602127/volebny-program-smeru.html>.
- SOCIÁLNA POISŤOVŇA SR, 2018a. *Starobný dôchodok*. [online]. [cit. 2018-11-16]. Dostupné z: <https://www.socpoist.sk/dochodkovy-vek-1286s#dochodkovy-vek>.
- SOCIÁLNA POISŤOVŇA SR, 2018b. *Dôchodkový vek v rokoch 2017 a 2018*. [online]. [cit. 2018-11-16]. Dostupné z: <https://www.socpoist.sk/dochodkovy-vek-v-roku-2017/62961s>.
- ŠSTATISTICKÝ ÚRAD SR, 2018. SLOVENSKÁ. Štatistika a demografia. [online]. Roč. 28, č. 3, [cit. 2018-15-11]. ISSN 1339-6854. Dostupné z: https://slovak.statistics.sk/wps/wcm/connect/4560f4d9-9c4a-4a62-b73e-111afa415b41/Slovenska_statistika_a_demografia_3_2018.pdf?MOD=AJPERES&CVID=mpE5aG3.
- TASR, 2014. Slovákov trápi najviac nezamestnanosť, ukázal prieskum. In: *Hospodárske noviny*. [online]. [cit. 2018-11-17]. Dostupné z: <https://slovensko.hnonline.sk/517315-slovakov-trapi-najviac-nezamestnanost-ukazal-prieskum>.
- TASR, 2018a. Richter: Dozrel čas na dôchodkový strop. In: *Pravda*. [online]. [cit. 2018-11-18]. Dostupné z: <https://spravy.pravda.sk/ekonomika/clanok/473786-richter-dozrel-cas-na-dochodkovy-strop/>.
- TASR, 2018b. J. Richter: Nastal čas, aby sa zvyšovanie dôchodkového veku zastavilo. [online]. [cit. 2018-11-17]. Dostupné z: <https://www.teraz.sk/slovensko/jrichter-nastal-cas-ked-je-potrebn/331858-clanok.html>.

Odchod do dôchodku z perspektívy životného cyklu a aktívneho starnutia

Retirement from the life-course perspective and active ageing

Kvetoslava REPKOVÁ

doc. PhDr. Kvetoslava Repková, CSc
Inštitút pre výskum práce a rodiny
e-mail: kvetoslava.repkova@ivpr.gov.sk

Abstrakt

V príspevku autorka interpretuje „vstup do dôchodku“ v rámci teoretického konceptu životného cyklu a integrujúcej funkcie veku v živote človeka. Ďalej sa zaujíma o to, čo aplikácia konceptu životného cyklu a integrujúcej funkcie veku v živote človeka prakticky znamená pre sociálnu prácu. Za uvedeným účelom využíva stratégiu aktívneho starnutia a jej uplatnenie v národných podmienkach.

Kľúčové slová: Dôchodok. Životný cyklus. Veková integrácia. Aktívne starnutie.

Abstract

In the contribution, the author interprets "retirement" within the theoretical concept of the life course and the integrating function of the age in the man's life. Next, she is interested in what the life-course concept and the integrated age means for the theory and practice of the social work. With an aim to do it, she applies the strategy of active aging and its implications for the national practice.

Key words: Retirement. Life-course. Age integration. Active ageing.

Úvod

Titulovanie vedeckého sympózia „Vstup do dôchodku - ako nová životná fáza seniora“, prvotne asociuje viacero možných interpretácií. Pozornosť púta východiskové spojenie „vstup do dôchodku“, ktoré sa vo vedomí ľudí spravidla spája s dosiahnutím určitej vekovej hranice v živote človeka znamenajúcej ukončenie aktívneho pracovného života (Bútorová a kol., 2013). Táto sa pritom môže vnímať rôzne: pre niekoho ako „vyslobodenie“ z práce, ktorá človeka nenapĺňa, dokonca z práce, ktorá prispela k zhoršeniu jeho zdravia. Iný môže vnímať dôchodkový vek bežne spájaný s odchodom z aktívneho pracovného

života ako niečo stereotypizujúce, ohrozujúce jeho/jej budúcu sociálnu pozíciu v spoločnosti, a tým obmedzujúce šance a životné vyhliadky. Aj preto Bútorová a kol. (2013) poukazujú na sociologicky interpretovaný rozdiel medzi kalendárnym/chronologickým vekom človeka a medzi vekom ako sociálnou kategóriou formovanou kultúrou konkrétnej spoločnosti. Aj podľa Hosokawa (2016) sú to skôr kultúrne normy, než chronologický vek, čo determinuje vnímanie vlastného veku. Preto autor nepovažuje identitu starnutia (ageing identity) za prospešný výskumný koncept, skôr vyzýva k analýzovaniu starnutia ako cesty tvorby seba obrazu človeka na základe rol, ktoré plní alebo ktoré naopak stráca.

Vnímanie vstupu do dôchodku ako *novej životnej fázy seniora* tak, ako na to odvoláva názov sympózia, k takejto rolovej analýze priam nabáda. Implicitne ponúka interpretáciu vstupu do dôchodku ako životnej udalosti, ktorou sa začína v živote človeka niečo úplne nové, čo nemusí mať, alebo môže mať len nepatrné prepojenia na predchádzajúce životné fázy, najmä pracovné aktivity a s nimi spojené roly. Spravidla sa za „to nové“ považujú aktivity v oblasti voľného času, teda to, čo si človek nemohol z dôvodu záväzkov v zamestnaní dovoliť počas aktívneho pracovného života. Aj preto sa tradične obdobie nasledujúce po ukončení aktívneho pracovného života spája s predstavou „odchodu na zaslúžený dôchodok“ (Bútorová a kol., 2013). Ehmer (2017, s. 6) sa však pýta: *„Nenastal už čas, aby sme na zmeny, ktoré prináša demografická revolúcia, odpovedali redistribúciou vzdelávania, práce a aktivít voľného času počas celého životného cyklu človeka?“*.

1 Cieľ a zameranie príspevku

Cieľom príspevku je upriamiť odbornú pozornosť na variabilné životné trajektórie a skúsenosti ľudí v súvislosti so vstupom (odchodom) do dôchodku teoreticky interpretované v rámci konceptu životného cyklu a integrujúcej funkcie veku v živote človeka. Poukazujeme na potrebu odlíšiť pojem „vstup do dôchodku“ od pojmu „nadobudnutie dôchodkového veku“, ktorý sa uplatňuje ako legislatívny konštrukt pre vznik právnych nárokov v oblasti dôchodkového zabezpečenia ľudí (vznik nároku na starobný dôchodok), bez funkcie priameho preddefinovania podoby ich ďalšieho života

v súvislosti s nadobudnutím týchto práv. Ako preukazujú niektoré výskumné zistenia (napr. Bútorová a kol., 2013), ľudia preferujú rozličné stratégie pre vstup (odchod) do dôchodku. V roku 2013 bola najčastejšou (51%) stratégia prechodu z práce do úplného dôchodku naraz, bez akejkoľvek ďalšej práce; menej často bola uvádzaná stratégia prechodu z práce do úplného dôchodku s občasnou prácou (23%); či stratégia prechádzania do dôchodku postupne pri súčasnom poberaní starobného dôchodku (22%).

Aktívne starnutie je jednou z tých politických stratégií, o ktoré v ostatnej dekáde opierajú odborníci svoje argumenty k postupnému odmietaniu akéhosi univerzálneho obrazu vstupu (odchodu) do dôchodku a života človeka v súvislosti s touto životnou udalosťou, pri súčasnom uznávaní legitimacy rôznorodých rozhodnutí ľudí v súvislosti s nadobudnutím dôchodkového veku a vstupom do dôchodku. V príspevku bližšie predstavíme podstatu a obsah tejto stratégie, rovnako vybrané ukazovatele jej napĺňania v podmienkach Slovenska. Môžu poskytnúť prospešné indície pre intervencie sociálnej práce uplatňované v rámci tvorby podmienok aktívneho starnutia ľudí, či jeho praktickej podpory.

2 Koncepcia životného cyklu a veková integrácia

Teoretickým otázkam vekovej integrácie a integrovaného životného cyklu sme sa venovali podrobne na inom mieste (bližšie pozri Repková, 2018), preto pre účely článku zosumarizujeme len ich základné východiská.

Payne (2014) pristupuje k *životnému cyklu* ako k unikátnej ceste človeka, ktorá je ovplyvnená ako jeho individuálnou identitou, tak jeho prostredím. Podľa Vanhuyssea (2012) sú to práve recipročné prepojenia medzi dynamických prístupom k jednotlivcom a skupinám, na jednej strane, a k ich meniacemu sa životnému prostrediu, na strane druhej, čo atrahuje vedeckú obec v jej súčasnom záujme o otázky starnutia a životného cyklu človeka. Dlhodobý bol vývoj poznačený inštitucionalizáciou tzv. *trojzložkového modelu životného cyklu* (vzdelávanie, práca, dôchodok/voľný čas), ktorý viedol k stratifikácii spoločnosti podľa vekových kategórií (Uhlenberg, 2000). Tento model sa však v humánných a spoločenských vedách dlhodobo kritizuje pre svoje úzke poňatie „normálneho starnutia“, ktoré vedie k limitovaniu životných príležitostí pre ľudí každého veku (Dannefer, 2000). Vyzýva sa k tzv. *vekovej integrácii*, kedy sa chronologický vek neuplatňuje ako kritérium podmienujúce možnosti ľudí v prístupe k akýmkoľvek príležitostiam.

Naplnenie idey vekovej integrácie pozdĺž životného cyklu vyžaduje, podľa Ehmera (2017), prijímať ako inštitucionálne, tak postojové zmeny, a to nielen v súvislosti s vyšším vekom, ale s celým životným cyklom človeka a jeho rodiny, príp. iného určujúceho prostredia. Predpokladá sa, že príležitosti pre aktivity vzdelávania, práce (formálnej aj neformálnej) a voľného času by mali byť rovnomerne rozložené a v rozličnej intenzite prepájané pozdĺž jednotlivých fáz života človeka, v závislosti od unikátnej kompozície individuálnych a environmentálnych zdrojov jeho životnej cesty. Na prieniku tradičných životných fáz, aktivít a udalostí

potom vznikajú rozličné „novotvary“, ako napr. predčasný dôchodok, či posunutie odchodu do dôchodku; alebo potreba celoživotného vzdelávania vyvolaná rýchlym technologickým pokrokom (Vahnuyse, 2012).

Uplatňovanie integrujúcejšieho prístupu k veku človeka a vekovo integrovanej perspektívy k jeho životnému cyklu (Loscocco 2000; Attias-Donfut 2000; Leichsenring a Schmidt 2016; Vogt, 2017; Hunkler, 2017; Apt, 2017; UNECE 2017) sa v súčasnosti komunikuje v kontexte viacerých výziev, osobitne:

- vyššej dĺžky dožitia ľudí, vrátane dožitia v dobrom zdraví, bez zásadnejších funkčných obmedzení,
- hľadania ciest transformácie kapitálu vyššej dĺžky dožitia do potenciálu jeho prospechu pre jednotlivcov, rodiny a spoločnosti, a to aj cestou aplikácie podporných ekonomických a sociálnych reforiem,
- zmeny v pracovnej kariére ľudí, kedy priamočiara pracovná kariéra sa mení na mix fáz nezamestnanosti a platenej práce, platenej práce a „inej práce“,
- prekonávania tradičných postojov, že vekom sa automaticky znižuje produktivita práce ľudí, osobitne vo vekovej kategórii 55-65 rokov,
- zlepšenia pracovných podmienok pre ľudí v každej fáze ich životného a rodinného cyklu, vrátane využívania zdrojov technologického pokroku a mechanizmov tútoringu,
- hľadania riešení pre zosúladovanie sfér práce a rodiny ako komplexnej agendy životného cyklu ľudí rozličného veku,
- zmeny spoločenských postojov k rozličným formám spoločensky prospešných aktivít ľudí v jednotlivých fázach ich života a uznania ich spoločenskej a ekonomickej hodnoty.

Zdieľanie takýchto výziev v priestore verejných politík zameraných na otázky demografického starnutia by mohlo prispieť k zmene paradigmy v interpretácii jeho dopadov na spoločnosť, kedy sa „starnutie populácie nepovažuje len za produkt sociálnych zmien, ale aj za príspevok k týmto zmenám“ (Ehmer, 2017, s. 7).

3 Stratégia aktívneho starnutia

Stratégiu aktívneho starnutia možno považovať za jednu z ciest využívania potenciálu demografického starnutia spoločností smerom k vyššej prosperite a kohézii ľudí, rešpektujúc a podporujúc pritom ich rôznorodé aktivity a voľby v rozličných fázach života.

Aktívne starnutie (angl. *Active ageing*) je vymedzené ako „proces optimalizujúci príležitosti pre zdravie, spoločenskú participáciu a bezpečnosť s cieľom podporovať kvalitu života ľudí v procese, ako starnú“ (WHO, 2002, s. 12). Uplatňovanie konceptu životného cyklu vo vzťahu k otázkam (aktívneho) starnutia znamená uznanie toho, že starší ľudia nie sú homogénnou skupinou, dokonca, že individuálna diverzita v životných trajektóriách ľudí má tendenciu sa vekom zvyšovať. Základnou premisou je potom uznanie dôležitosti podpory aktívneho starnutia vo všetkých fázach života človeka (tamtiež), nielen po odchode do dôchodku. V marci 2013 bol predstavený *Index aktívneho starnutia* (angl. *Active Ageing Index*; ďalej len „AAI“), ktorý bol spracovaný ako sociálno-politický nástroj merania nevyužitého potenciálu starších ľudí pokračovať v zamestnaní, byť sociálne začlenený a aktívny, žiť nezávislý život, a to aj vďaka komplexu podporujúcich

podmienok ich života (Zaidi et al., 2013). Následne boli v jednotlivých národných podmienkach, vrátane Slovenska, prijímané národné stratégie zamerané na politiky aktívneho starnutia. V podmienkach Slovenska šlo najmä o dokument „*Národný program aktívneho starnutia na roky 2014-2020*“ (2014), ktorý sa cyklicky vyhodnocuje a aktualizuje.

V rámci prípravy na Európsky rok aktívneho starnutia (2012), rovnako po jeho ukončení, boli na Slovensku realizované reprezentatívne výskumy zamerané na konceptualizáciu pojmu „aktívne starnutie“ vo vedomí verejnosti (Bútorová a kol., 2013). V oboch výskumoch (z roku 2011 aj 2013) respondenti a respondentky najčastejšie uvádzali, že nevedia, čo znamená aktívne starnutie (55% odpovedí v roku 2011 a 43% v roku 2013). Ostatní uvádzali, že ide o aktívny prístup k životu („nesediť v papučiach pred televízorom“; 15%), o vzdelávanie sa a pestovanie kultúry (14%), o rozvíjanie záujmov a koníčkov (13%), či o pokračovanie v aktivite na trhu práce (12%). Po 10% získali odpovede ako pohyb a športovanie, či pestovanie spoločenského života. V prípade osôb vo veku 55-65 rokov boli, v porovnaní v priemerom, vyššie zastúpené najmä aktivity pestovania spoločenského života, či rozvíjania svojich záujmov a koníčkov.

Rôznorodosť názorov slovenskej dospeléj populácie na to, čo je aktívne starnutie, rámcovo korešpondovali s operacionalizáciou tohto pojmu v rámci jeho európskeho merania. AAI zahŕňa štyri domény a v rámci každej z nich viaceré indikátory aktívneho starnutia (Zaidi et al., 2012):

1. doména: *príspevok v rámci platenej práce* (indikátory: zamestnanosť

osôb vo veku 55-59; 60-64; 65-69; a 70-74 rokov);

2. doména: *sociálne aktivity a participácia starších ľudí* (indikátory: dobrovoľníctvo, starostlivosť o vlastné vnúčatá, starostlivosť o iných starších ľudí; politická participácia);
3. doména: *nezávislý a autonómny život starších ľudí* (fyzická aktivita, prístup k službám, nezávislé žitie, finančné zabezpečenie, fyzická bezpečnosť, vzdelávanie dospelých);
4. doména: *kapacity/priaznivé prostredie* (dĺžka dožitia vo veku 55 rokov, dĺžka dožitia v zdraví vo veku 55 rokov, mentálne zdravie, využívanie IKT, sociálne vzťahy, úroveň vzdelania).

Kým prvé tri domény sa považujú za ukazovatele prežívaného aktívneho starnutia, posledná doména reprezentuje kapacity k budúcemu aktívnemu starnutiu ľudí. Kompozícia domén a saturujúcich indikátorov AAI naznačuje snahu tvorcov zohľadňovať a oceňovať z hľadiska perspektívy aktívneho starnutia rôznorodé (aj mimopracovné) aktivity ľudí 55-ročných a starších, rovnako interpretovať úroveň aktívneho starnutia cez rozličné podmieňujúce faktory. Napriek niektorí autori a autorky kriticky poukazujú na dominanciu oceňovania pracovných aktivít starších ľudí pri posudzovaní úrovne ich aktívneho starnutia, čo negatívne ovplyvňuje napríklad ich schopnosť prakticky zosúladiť svoje záväzky v oblasti práce a rodiny (Loscocco, 2000). Na základe dostupných zdrojov uvádzame v tabuľke č. 1 prehľadovú informáciu o miere naplňania domén AAI v podmienkach Slovenska, v porovnaní s priemerom EU v roku 2014.

Tab. č.1: Porovnanie naplňania domén AAI na Slovensku a priemerne v EU v roku 2014

doména	SR	Priemer EÚ
Zamestnanosť	21,9	27,8
Sociálna participácia	13,7	17,7
Nezávislý život	65,8	70,6
Priaznivé prostredie	65,8	70,6
Celkový AAI	28,5	33,9

Zdroj: UNECE, European Commission

Ako je z tabuľky zrejmé, Slovensko v roku 2014 zaostávalo za priemernými hodnotami v EU vo využívaní potenciálu ľudí k aktívnemu starnutiu, a to ako v celkovej priemernej hodnote AAI, tak v jeho jednotlivých čiastkových doménach. Aj keď sa v roku 2014, v porovnaní s rokom 2010, situácia zlepšila (najmä v zamestnanosti žien 55+), na základe dosiahnutých výsledkov bolo Slovensko zaradené do skupiny krajín s nízkym AAI (Zaidi a Stanton, 2015). Využívanie kapitálu sociálnej participácie starších ľudí pri zabezpečovaní starostlivosti o deti a vnúčatá, rovnako nízka miera rizika chudoby u starších ľudí, sa hodnotili ako pozitívne aspekty slovenského vývoja. Bola ocenená aj dobrá úroveň vzdelania starších ľudí, pri súčasnej kritike nedostatočného využívania potenciálu ich celoživotného vzdelávania. Za hlavné výzvy pre posilnenie potenciálu aktívneho starnutia bolo považované: zlepšenie vyhládok dĺžky dožitia ľudí 55+ v zdraví; podpora dobrovoľníckych aktivít a politickej participácie; zvýšenie zamestnanosti starších ľudí a ich celoživotného vzdelávania. Je opodstatnené predpokladať, že situácia sa v sledovaných parametroch od roku 2014 mohla zmeniť, najmä v oblasti zamestnanosti osôb 55+,

ktorá v rokoch 2015-2017 systematicky rástla, najmä v skupine osôb 60-64 rokov veku (z 24,5% v roku 2015 na úroveň 32,7% v roku 2017; Správa, 2017; 2018).

4 Indikácie pre sociálnu prácu a záver

Naším cieľom bolo poukázať na opodstatnenosť „plastického“ prístupu k otázke vstupu (odchodu) človeka do dôchodku interpretovaného v kontexte jeho celkovej životnej trajektórie a podmienenosti predchádzajúcimi životnými fázami, skúsenosťami a okolnosťami. Pôsobenie sociálnej práce by nemalo byť konceptualizované cez normatív „patologizácie“ postavenej na stereotypnom predpoklade, že odchod do dôchodku prirodzene znamená dramatickú stratu, minimálne oslabenie sociálneho statusu človeka, zamedzenie jeho prístupu k ďalším zdrojom a možnostiam, či automatické oslabovanie jeho zdravia smerujúce k postupnej odkázanosti na pomoc iných. Preto by sa vstup človeka do dôchodku nemal automaticky spájať s potrebou intervencie sociálnej práce, aj keď jej osožnosť nemožno v individuálnych prípadoch vylúčiť.

Príspevkom sme primárne smerovali k iným typom možného angažovania sociálnej práce, a to k intervenciám na makro, príp. mezoúrovni, kedy aktívne ovplyvňuje širšie (mimo individuálne) podmienky života ľudí v jeho rozličných fázach tak, aby sa formoval dobrý východiskový základ aj pre obdobie ich vstupu do dôchodku a neskôr. Ak sa napríklad očakáva dobrovoľnícke angažovanie starších osôb po ukončení ich aktívnej pracovnej kariéry (v súlade s AAI), potom je potrebné vytvárať priaznivé podmienky pre ich dobro-

voľníctvo už v predchádzajúcich životných obdobiach, s čím má sociálna práca v oblasti podpory občianskej participácie ľudí neoceniteľné skúsenosti. Alebo: pokračovanie v pracovnej činnosti bez prispôbovania pracovných podmienok meniacemu sa funkčnému potenciálu ľudí zvyšuje pravdepodobnosť postupného ohrozovania ich budúcich zdravotných a sociálnych vyhliadok. Podniková sociálna práca má šance prispieť k eliminácii takýchto ohrození. A ešte jeden príklad: ak sa má stať stratégia čo najdlhšieho zotrvania starších ľudí odkázaných na pomoc iných v ich domácom prostredí preferovanou cestou napĺňania ich ľudských práv, potom neformálna starostlivosť ich najbližších v produktívnom veku by nemala viesť k ohrozeniu ich vlastných sociálnych práv do budúcnosti (v čase vlastného odchodu do dôchodku). Aktivizovanie sa sociálnej práce na podporu zosúladzovania práce a rodiny má v tejto oblasti svoje profesionálne opodstatnenie. Koncept životného cyklu a integrujúceho veku ako teoretický základ pre opatrenia podpory aktívneho starnutia ľudí ponúka sociálnym pracovníkom a pracovníčkam k takejto aktivizácii potrebnú oporu.

Zoznam bibliografických odkazov

- Active Ageing. A Policy Framework. [online] [2018-10-02]. Dostupné na: http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67215/WHO_NMH_NPH_02.8.pdf;jsessionid=FF3386197F1E925A2B87D9F893D9BBF5?sequence=1
- APT, Wence, 2017. What can technological progress tell us about the future of work? In: J. W. Vaupel and A. Edel (Eds.). *Green Book Ageing Society. How "new ageing" will change our lives*. Discussion Paper, June 2017, č. 6, s. 42-46.

- ATTIAS-DONFUT, Claudia, 2000. Cultural and Economic Transfer Between Generations: One Aspect of Age Integration. In: *The Gerontologist*. Roč. 40, č. 3, s. 270-272. ISSN 0016-9013.
- BÚTOROVÁ, Zora a kol., 2013. *Štvrtý rozmer tretieho veku. Desať kapitol o aktívnom starnutí*. Bratislava : Inštitút pre verejné otázky. ISBN 978-80-89345-44-1.
- DANNEFER, Dale, 2000. Paradox of Opportunity: Education, Work and Age Integration in the United States and Germany. In: *The Gerontologist*. Roč. 40, č. 3, s. 282-286. ISSN 0016-9013.
- EHMER, Josef, 2017. Demographic Revolution. How does an ageing population change societies? In: J. W. Vaupel and A. Edel (Eds.). *Green Book Ageing Society. How "new ageing" will change our lives*. Discussion Paper, June 2017, č. 6, s. 4-8.
- HOSOKAWA, Fumiko, 2016. Ageing as a Developmental Perspective. In: *Journal of Sociology and Social Work*. Roč. 4, č. 2, s. 28-37. ISSN 2333-5807.
- HUNCLER, Christian, 2017. Faster, Higher, Stronger. How productive are older people? In: J. W. Vaupel and A. Edel (Eds.). *Green Book Ageing Society. How "new ageing" will change our lives*. Discussion Paper, June 2017, č. 6, s. 18-21.
- LEICHSENDRING, Kai a Andrea E. SCHMIDT, 2016. The economic dimension of population ageing – From 'silver economy' to 'Ageing 4.0'. Geneva : *Economic Commission for Europe. Working Group on Ageing*, 21-22 November 2016.
- LOSCOCO, Karin, 2000. Age Integration as a Solution to Work-Family Conflict. In: *The Gerontologist*. Roč. 40, č. 3, s. 292-300. ISSN 0016-9013.
- Národný program aktívneho starnutia na roky 2014-2020*. MPSVR SR (2014). [online] [2018-03-27]. Dostupné na: <https://www.employment.gov.sk/files/slovensky/ministerstvo/rada-vlady-sr-prava-seniorov/npas-2014-2020.pdf>
- UHLÉNBERG, Peter, 2000b. Integration of Old and Young. In: *The Gerontologist*. Roč. 40, č. 3, s. 276-279. ISSN 0016-9013.
- PAYNE, Malcolm, 2014. *Modern Social Work Theory*. 4th Edition. London: PALGRAVE MACMILLAN. ISBN 978-0-230-24960-8.
- Správa o sociálnej situácii obyvateľstva Slovenskej republiky za rok 2017*. MPSVR SR (2018). [online] [2018-10-10]. Dostupné na: <https://www.employment.gov.sk/files/slovensky/ministerstvo/analyticke-centrum/sprava-socialnej-situacii-obyvateľstva-slovenskej-republiky-za-rok-2017.pdf>
- Správa o sociálnej situácii obyvateľstva Slovenskej republiky za rok 2016*. MPSVR SR (2017). [online] [2018-10-10]. Dostupné na: <https://www.employment.gov.sk/files/slovensky/ministerstvo/analyticke-centrum/sprava-socialnej-situacii-za-rok-2016.pdf>
- REPKOVÁ, Kvetoslava, 2018. Integrujúci koncept veku v sociálno-politickej perspektíve: výzvy pre sociálnu prácu. Prednesené na vedeckej konferencii s medzinárodnou účasťou *Aktuálne výzvy pre sociálnu prácu*. Prešov: IESP FF v Prešove, 6. 6. 2018.
- UNECE. *Active ageing index*. [online] [2018-10-10]. Dostupné na: <https://statswiki.unece.org/display/AAI/IV.+Charts+and+tables?preview=/76287904/187891971/trends%20empl.png>
- UNECE. Realising the potential living longer. *UNECE Policy Brief of Ageing*. No.19, September 2017.
- VANHUYSSSE, Pieter, 2012. Active aging from a life course perspective: a review of academic literature. Prezentované na *1. stretnutí expertnej skupiny ku konceptualizácii a meraniu aktívneho starnutia*. Brusel, 10-11. 5. 2012.
- VOGT, Tobias, 2017. Better than Expected. The economic potential of an ageing society. In: J. W. Vaupel and A. Edel (Eds.). *Green Book Ageing Society. How "new ageing" will change our lives*. Discussion Paper, June 2017, No. 6, pp. 35-37.
- ZAIDI, Asghar et al., 2013. *Active Ageing Index 2012. Concept, Methodology and Final Results*. Vienna: European Centre for Social Welfare Policy and Research.
- ZAIDI, Asghar a David STANTON, 2015. UNECE/ European Commission "Active Ageing Index. Analytical report. [online] [2018-10-12]. Dostupné na: <https://statswiki.unece.org/display/AAI/International+Seminar?preview=/100303133/112394517/AAI%20Report%20LOW%20RES.PDF>

Prístup zameraný na riešenie ako jedna z možností pomoci starším ľuďom zvládať zmeny súvisiace so vstupom do dôchodku

Solution-Focused Approach as one of the Possibility to Support Elderly in Coping with Changes related to Retirement

Lenka KVAŠŇÁKOVÁ

Mgr. Lenka Kvašňáková, PhD.
Inštitút edukológie a sociálnej práce
Filozofická fakulta
Prešovská univerzita v Prešove
e-mail: lenka.kvasnakova@unipo.sk

Abstrakt

V príspevku sú analyzované možnosti prístupu zameraného na riešenie aplikovateľného v tak náročnej životnej fáze akou je vstup do dôchodku, s cieľom vyzdvihnúť efekt dosahovania rýchlych a pozitívnych zmien v kontexte spomínaného prístupu. Táto nová životná fáza prináša so sebou množstvo psychosociálnych zmien, ktoré predstavujú výzvy a príležitosti pre ďalší nielen osobnostný, ale i profesijný rozvoj staršieho človeka. V závere je zdôraznený význam celoživotnej prípravy na túto životnú etapu v kontexte prepojenia prípravy mladej generácie pre potreby (nielen) trhu práce.

Kľúčové slová: Starší ľudia. Prístup zameraný na riešenie. Na posilnenie orientovaná prax. Vstup do dôchodku.

Abstract

The article analyzes the possibilities of solution-focused approach applicable in such a difficult life stage as retirement, in order to highlight the effect of achieving rapid and positive changes in the context of the mentioned approach. This new life stage brings with it a number of psychosocial changes that pose challenges and opportunities for not only the personality but also the professional development of an older person. At the end of the article, the importance of lifelong preparation for this life stage is linked with the preparation of the younger generation for the needs (not only) of the labor market.

Key words: Elderly. Solution-Focused Approach. Empowerment oriented practice. Retirement.

Úvod

Prezentovaný príspevok vznikol ako reakcia na aktuálnu situáciu starnutia obyvateľstva na Slovensku, kedy je evidentné, že tento fenomén je „v najbližších desaťročiach nezvratný a na Slovensku sa nezastaví pred rokom 2050, pravdepodobne však až okolo roku 2060“ (Stratégia aktívneho starnutia 2012, s. 4). „Vývoj štruktúry ekonomicky aktívnych obyvateľov podľa jednotlivých 5-ročných veko-

výchskupín poukazuje na pokračovanie starnutia pracovnej sily v SR. Medziročne vzrástol najmä počet ekonomicky aktívnych vo veku 40-49 rokov. V porovnaní s rokom 2016 vzrástol aj počet ekonomicky aktívnych nad 55 rokov. V ostatných 5-ročných vekových skupinách bol zaznamenaný medziročný pokles počtu ekonomicky aktívnych obyvateľov, resp. stagnácia (Správa o sociálnej situácii obyvateľstva SR za rok 2017). Hovoríme o tzv.

šednutí populácie (Stuart-Hamilton 1999).

Cieľom príspevku bolo charakterizovať vybrané možnosti podpory a pomoci seniorkám seniorom realizovať ich plný potenciál pri riešení vzniknutých náročných životných situácií v období vstupe do dôchodkového veku s fokusom na prístup zameraný na riešenie.

1 Psychosociálne zmeny súvisiace so vstupom do dôchodku

Vychádzajúc z konceptu životnej situácie a opierajúc sa o teórie ekosystému, resp. sociálno-ekologického prístupu, ktorý sa odvoláva na predstavu, že medzi jednotlivcom a sociálnym prostredím, v ktorom žije, prebieha vzájomná interakcia (Kovařík 2001), je nutné vnímať tri základné orientácie: záujem o jednotlivca, záujem o prostredie, v ktorom žije a záujem o vzájomný vzťah medzi nimi. Tieto orientácie sú integrované v teórii sociálneho fungovania, ktorého podpora je cieľom sociálnej práce. Úlohou sociálnej práce je teda obnoviť alebo udržiavať komplementaritu medzi očakávaniami klienta a očakávaniami prostredia (Navrátil 2003), vnímajúc to, že každá životná situácia má svoju štruktúru a vyvíja sa v kontexte životného cyklu konkrétného seniora, či seniorky. Kognitívne a sociálne zmeny odrážajú rôznorodosť života v individuálnom prežívaní jednotlivých životných etáp. Senior/ka môžu vyzeráť staršie, ale zachovávajú si mentálnu bdelosť a pozitívne postoje spájané s mladíckou mentalitou. Zmeny, ku ktorým dochádza, teda nie sú akýmsi platným univerzom a neovplyvňujú jednotlivcov rovnakým spôsobom. Poznanie konkrétnych súvislostí, ktoré ovplyvňovali jednotlivé etapy životného cyklu seniorky

a seniora, umožňujú včasné reflektovanie špecifických okolností konkrétnych aspektov životnej situácie, v ktorej sa seniorka a senior nachádza.

Ako vyplýva z výskumných zistení, obdobie po vstupe do dôchodku je charakteristické mnohými psychosociálnymi zmenami, ktorým musia čeliť seniorky a seniori. Príprava na vstup do dôchodku najčastejšie zahŕňa finančné zabezpečenie a opomína prípravu na zvládnutie množstva rôznorodých zmien, ktoré túto životnú etapu sprevádzajú.

Rosenkoetter a Garris (1998) uskutočnili rozsiahly výskum týkajúci sa psychosociálnych zmien, ktoré nastávajú po vstupe do dôchodku. Výskum sa realizoval na vzorke 764 respondentov a respondentiek a jedným z jeho výstupov bola identifikácia štyroch faktorov, ktorých sa dotýkajú zažívané zmeny u starších ľudí po vstupe do dôchodku:

1. spokojnosť s dôchodkom. Tá je ovplyvnená mnohými ďalšími faktormi, ako napr. zmeny v životných vzorcoch zahŕňajúcich sociálne roly, vzťahy, sebavedomie, spôsoby využívania času, podporné skupiny.
2. obavy z dôchodku týkajúce sa zhoršujúceho sa zdravotného stavu a budúcnosti;
3. manželské vzťahy;
4. výstupy/výsledky pred odchodom do dôchodku

Obr. 1 Zmena paradigmy vnímania životnej situácie starších ľudí

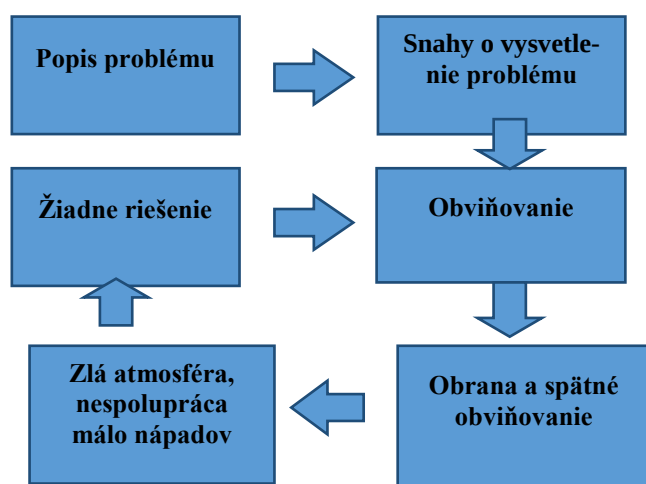


Zdroj: vlastná úprava

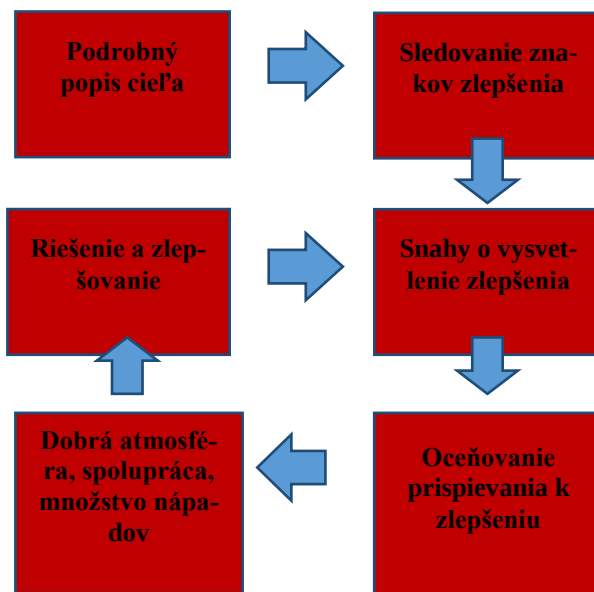
2 Na riešenie zameraný prístup v krátkej terapii ako užitočný nástroj zvládania náročných životných situácií

Tento praktický model je v súčasnosti prijatý v rôznych prostrediach sociálnej práce s rôznymi skupinami klientov, čo možno čiastočne vyvodiť z toho, že predpoklady a praktická orientácia krátkodobej terapie zameranej na riešenie sú v súlade s hodnotami sociálnej práce, ako aj so zameraním na silné stránky a posilňovanie v rámci praktického výkonu sociálnej práce. Za zakladateľov sú považovaní Steve de Shazer a jeho manželka a kolegyňa Insoo Kim Berg z Brief Family Therapy Center v Milwaukee (USA). Ide o postmoderný, systemický prístup, ktorí je v súčasnosti reprezentovaný významnými terapeutkami a terapeutmi, ako napr. Yvonne Dolan, Bill O'Hanlon, Harry Korman, Ben Furman, Peter DeJong, Scott Miller, Eve Lipchik, John Walter, Jane Peller, Mathew Selekman (Zatloukal 2011).

Pristup zameraný na riešenie predpokladá, že pozitívna a dlhotrvajúca zmena môže nastať v relatívne krátkom časovom období tým, že sa sústreďí na proces budovania riešenia namiesto zamerania sa na problémy (pozri obrázok č. 2).



Obr. 2 Naštartovanie pozitívneho cyklu zmien (Zatloukal 2011)



Prax so staršími klientkami a klientmi sa môže riadiť princípmi na riešenie zameraného prístupu spracovaného v podobe modelu RESENI (Zatloukal 2011), v ktorom:

1. R predstavuje rozvíjanie riešenie, nie problémov. Čo v praxi znamená zameranie pozornosti smerom k budúcnosti, s cieľom aktivizovať potenciál staršieho človeka, teda zdroje a možnosti, ktoré mu umožnia plniť potreby a prania. Umožňujeme meniť život – nastaviť nový životný program tak, aby zmeny prebiehali v súlade s klientovými potrebami a želaniami, spôsobom a v čase, ktorý vyhovuje staršiemu človeku;
2. E predstavuje efektivitu. Ako bolo spomínané vyššie v texte, ide o krátkodobú terapiu s dôrazom na jednoduchosť, bez zbytočného komplikovania a predlžovania jednotlivých sedení;
3. S predstavuje spoluprácu. Spolupráca medzi pracovníkom a klientom/klientkou založená na rešpekte, úprimnosti v porozumení ich uhlu pohľadu na situáciu, rešpekte, zručnosť

dohodnúť sa na celi a spôsobe spolupráce;

4. E predstavuje expertnosť na proces, nie na obsah. Tento princíp je založený na vnímaní klientov ako expertov na svoj vlastný život. Spôsob vedenia rozhovoru umožňuje klientom vyjasňovať si ciele, objavovať vlastné zdroje a zisťovať možnosti využitia týchto zdrojov so zámerom dosiahnuť stanovené ciele a to prostredníctvom reflexie a za pomoci kladenia dôrazu na užitočnosť v rozhovore; V samotnej praxi, pri práci so seniorkou a seniorom je dôležité uskutočňovať tzv. „rozhovor o zmene“, ktorý používa jazyk s nasledujúcimi charakteristikami (Lee et al. 2003):

- jazyk, ktorý znamená, že sa osoba chce zmeniť,
- jazyk, ktorý znamená, že osoba je schopná zmeny,
- jazyk, ktorý znamená, že zmena sa už vyskytla alebo sa vyskytne,
- jazyk, ktorý zahŕňa zmeny je zmysluplný,
- jazyk, ktorý povzbudzuje osobu, aby preskúmala možnosti zmeny,
- jazyk, ktorý naznačuje, že človek môže byť kreatívny a hravý v živote,
- jazyk, ktorý vyjadruje uznanie osobného vývinu v rámci osobného príbehu,
- jazyk, ktorý nepodporuje negatívne, obviňujúce alebo sebaznižujúce popisy;

5. N predstavuje nevyhnutnosť zmien. „Zmeny sa dejú neustále a nevyhnutne“ (Zatloukal 2011, s. 6). Zameranosť na výnimky, ktoré predstavujú rozdiely medzi aktuálnym a želaným stavom. Opierajúc sa o systémový prístup, môžeme tvrdiť, že aj malé a nepatrné zmeny v živote

staršieho človeka môžu viesť k ďalším zmenám v sociálnom fungovaní;

6. I predstavuje individuálny prístup. Ten spočíva v snahe nájsť spoločne riešenie situácie každého klienta s rešpektom k jedinečnosti jeho/jej skúsenosti, predstavy o riešeníach a zdrojoch – ako ušité na mieru.

Podporu samostatnosti, autonómie a dôstojnosti starších ľudí je nevyhnutné realizovať taktiež v kontexte na posilnenie orientovanej praxe (Cox, Parsons 1994). Intervenencie, ktoré sú zamerané na posilnenie sa vo svojom základe líšia od tradičnej praxe sociálnej práce. Princípy, ktoré sa odrážajú vo výkone sociálnej práce, korešpondujú s princípmi na riešenie zameraného prístupu. Odráža sa to predovšetkým v pomáhajúcom vzťahu medzi starším človekom a pomáhajúcou profesionálkou, profesionálom, ktorý je založený na spolupráci, dôvere a zdieľaní moci. Zároveň dochádza k využívaniu spoločnej aktivity pre plánovanie naplnenia spoločne stanovených cieľov. Úmyslom pomáhajúceho pracovníka/čky je zahrnúť klienta do procesu zmeny, zvyšovanie jeho/jej povedomia o otázkach týkajúcich sa triedneho rozdelenia moci v spoločnosti a zažívanie zmyslu vlastnej moci v rámci na posilnenie orientovaného vzťahu. Nevyhnutná je akceptácia klientovej definície problému (vnímanie zložitosti situácie), učenie sa špecifickým zručnostiam a využívanie vzájomnej podpory, svojpomocných skupín a sociálnych sietí s cieľom mobilizovania zdrojov starších ľudí.

Spomínané princípy sa odrážajú aj vo výhodách prístupu zameraného na riešenie (Zatloukal et al. 2011), obzvlášť viažuce sa na posúdenie potrieb starších ľudí. Podrobný a konkrétny popis želaného stavu i

aktuálneho stavu je definovaný na základe prianí klienta/ky s ohľadom na jeho/jej sociálny kontext. V rámci mapovania aktuálneho stavu sú zmapované predovšetkým zdroje, ktoré je možné využiť pre ďalšiu prácu ľahšie ako suficiencie. Ďalším benefitom je úspornosť, vzhľadom k tomu, že pracovník zisťuje iba informácie, ktoré je možné využiť pre definovanie potrieb a možností ich naplňovania. Takto vedená pomoc je prijateľnejšia a minimalizuje sa riziko iatrogénneho poškodenia klienta/ky.

Záver

Efektivitu tohto prístupu pri práci so staršími ľuďmi potvrdzujú viaceré štúdie, napr. práce Dahl, Bathel a Carreon (2000), Seidel, Hedley (2008), Gingerich, Peterson (2013) a ďalšie. Na riešenie zameraný prístup patrí medzi efektívne terapeutické prístupy, charakteristický krátkodobosťou a širokou variabilitou behaviorálnych a psychických prínosov, ktoré majú v neposlednom rade dopad na finančnú náročnosť takto poskytovanej liečby a podpory.

Ako vyplýva z výsledkov štúdie, na riešenie zameraný prístup predstavuje možnosť efektívnej voľby aj pri práci so staršími ľuďmi, ktorí sa ocitajú v situáciách, ktoré sú náročné na ich zvládanie – jednou z takých je aj vstup do dôchodku a následná zmena životného programu. O to efektívnejšia by mala byť práca už s mladou generáciou, ktorá je pripravovaná na vstup na trh práce a postupne, v kontexte celoživotnej prípravy na starobu, aj na vstup do dôchodku.

Afiliácia

Výskumný projekt VEGA č. 1/0134/17 „Význam hodnotovej orientácie - očakávania a

perspektívy mladej generácie z hľadiska jej uplatnenia na trhu práce“.

Výskumný projekt VEGA č. 1/0202/15 „Bezpečné a udržateľné hospodárenie s vodou v budovách tretieho milénia“.

Zoznam bibliografických odkazov

- COX, Enid O. a Ruth J. PARSONS, 1993. *Empowerment-Oriented Social Work Practice with the Elderly*. California: Brooks/Cole Publishing Company. ISBN 0-534-20634-4.
- DAHL, Rebecca, BATHEL, Dean a Carlos CARREON, 2000. The Use of Solution-Focused Therapy with an Elderly Population. In: *Journal of Systemic Therapies*, roč. 19, č. 4. s. 45-55. ISSN 1195-4396.
- GINGERICH, Wallace J. a Lance T. PETERSON, 2013. Effectiveness of Solution-Focused Brief Therapy: A Systematic Qualitative Review of Controlled Outcome Studies. In *Research on Social Work Practice*. Roč. 23, č. 3. ISSN 15527581.
- KOVAŘÍK, Jiří, 2001. Sociálněekologický model a fenomenologická tradice. In: O. MATOUŠEK et al. *Základy sociální práce*. Praha: Portál, s. 248 – 260. ISBN 80-7178-473-7.
- LEE, Mo Yee, Solution-Focused Brief Therapy. In *Encyclopedia of Social Work*. New York: Oxford University Press.
- NAVRÁTIL, Pavel, 2003. Životní situace jako předmět intervence sociálního pracovníka. In: *Sociální práce / Sociální práce*, roč. 3, č. 2, s. 84 – 94. ISSN 1213-6204.
- ROSENKOETTER, Marlen M. a John M. GARRIS, 1998. Psychosocial Changes Following Retirement. In: *Journal of Advanced Nursing*, č. 27, s. 966-976. ISSN 1365-2648.
- SEIDEL, Anke a Darren HEDLEY, 2008. The Use of Solution-Focused Brief Therapy With Older Adults in Mexico. In *The American Journal of Family Therapy*, roč. 36, č. 3, s. 242-252.
- Správa o sociálnej situácii obyvateľstva SR za rok 2017*
- Stratégia aktívneho starnutia. Podkladová správa*. 2013. Dostupné z: https://www.ia.gov.sk/cv/images/projekt_y/strategiaaktivnehostarnutia/Strategia_aktivneho_starnutia_podkladova_studia.pdf
- STUART-HAMILTON, Ian, 1999. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-274-2.
- ZATLOUKAL, Leoš, 2011. Jak odehnat slony: terapie zaměřená na řešení. In: *Psycholo-*

gie dnes, roč. 17, č. 5, s. 48 – 52. ISSN 1212-9607.

ZATLOUKAL, Leoš et al., 2011. Komplexní posuzování potřeb klientů v rámci poradenského rozhovoru z hlediska přístupu

zaměřeného na řešení. In: *Sociální práce/Sociálna práca*, roč. 11, č. 1, s. 81 - 92. ISSN 1213-6204.

Špecifiká a benefity využitia techník všímavosti v sociálnej práci so seniormi

Specifics and benefits of mindfulness techniques' use in social work with seniors

Zuzana POKLEMBOVÁ

Mgr., Ing. Zuzana Poklembová, PhD.
Inštitút edukológie a sociálnej práce
Filozofická fakulta
Prešovská univerzita v Prešove
e-mail: zuzana.poklembova@gmail.com

Abstrakt

Príspevok sa zameriava na možnosti využitia techník všímavosti v praxi sociálnej práce so seniormi, vrátane jej špecifik pri práci s touto cieľovou skupinou. Predstavuje všímavosť ako jeden z možných nástrojov a zameriava sa na možné benefity pre túto cieľovú skupinu. Pozitívny vplyv praktikovania techník všímavosti sa v priebehu posledných desaťročí preniesol z oblasti domnienok a predpokladov k empiricky overeným zisteniam. Príspevok zároveň približuje aktuálne zistenia súčasných výskumov tejto problematiky v kontexte sociálnej práce so seniormi, ako i skúseností z praxe.

Kľúčové slová: Senior. Sociálna práca. Všíímavosť.

Abstract

The paper focuses on the use of mindfulness techniques in the practice of social work with seniors, including its specifics in work with this target group. It offers mindfulness as one of the possible tools and focuses on its possible benefits for seniors. The positive impact of practicing mindfulness techniques has shifted, over the last decade, from the realm of beliefs and assumptions to empirically validated research findings. The contribution in same time brings current research findings on this issue in the context of social work with the seniors as well as experience from social work practice.

Keywords: Elderly. Seniors. Social work. Mindfulness

Pozitívny vplyv praktikovania techník všímavosti sa v priebehu posledných desaťročí preniesol z oblasti domnienok a predpokladov k empiricky overeným zisteniam.

Cieľom nášho príspevku je nielen priblížiť možnosti a benefity, ktoré ponúka praktikovanie techník všímavosti ľuďom v staršom veku. Za nemenej dôležité považujeme poukázať v kontexte sociálnej práce na možnosti prístupu k týmto technikám prispôbeným vyššej vekovej skupine ako pre praktikov sociálnej práce na Slovensku, tak aj pre samotných seniorov a seniorky.

1 Subjektivita prežívania senior-ského veku

Starnutie je nevyhnutný, avšak časom svojho nástupu i priebehom vysoko individuálny proces. Jeho načasovanie, rýchlosť postupu i kvalitu jeho subjektívneho prežívania ovplyvňuje nielen súhrn genetickej dispozície, aktuálneho zdravotného stavu, minulých i súčasných životných podmienok a kvality života, spoločenských väzieb a sociálneho prostredia i kapitálu, ale najmä vnútorné vnímanie jednotlivca, jeho postoj k vlastnému starnutiu i starobe

ako takej a prežívaná duševná (ne)pohoda. Rovnako subjektívne je aj vnímanie vlastného veku ako „seniorského“, „vyššieho“, či „dôchodcovského“, zmeny statusu v očiach spoločnosti, i svojich vlastných. Medzi akceptáciou a rezignáciou v postoji k ireverzibilným zmenám súvisiacim s vyšším vekom je len tenká deliaca línia, ktorej skúmanie síce nie je priamym predmetom nášho aktuálneho empirického záujmu, jej poznanie a vnímanie je bazálnou súčasťou sociálnej práce so seniormi.

V starobe sa človek potrebuje prispôbiť s novému životnému nastaveniu, nástupu dôchodku, ubúdaniu fyzických a parciálne aj psychických kompetencií, strate životného partnera, zmene doterajších sociálnych väzieb. Orientuje sa na svoj doterajší život, jeho prínos a hodnotu, opatrne sa orientuje na budúcnosť a často ostáva tiež menej ukotvený v prítomnosti. Súčasne so zmenou životnej situácie prináša vyšší vek väčšiu pravdepodobnosť výskytu niektorých psychických ochorení, Jiráček (2004) uvádza ako tri najčastejšie z nich demenciu, depresiu a delíria. V kontexte praxe sociálnej práce a možnosti nemedikamentózneho liečby vidíme najväčšiu možnosť uplatnenia techník všímavosti práve v oblasti liečby a prevencie depresie. Demografické a epidemiologické výskumy potvrdzujú výskyt depresie u starších ľudí. Nezávisle od geografickej oblasti a kultúrneho pozadia, viac ako polovica ľudí nad 60 rokov trpí miernymi príznakmi depresie, jedna šestina až pätina respondentov v tomto veku trpí silnou depresiou (Goyal, Kajal, 2014; Steffens, D. C et al. 2009; Winter et al., 2011).

2 Benefity praktikovania všímavosti vo vyššom veku

Súčasná vedecká poznania potvrdzuje, že zvyšovanie všímavosti¹⁹ má pozitívny vplyv okrem iného na posilnenie reziliencie, zvyšovanie kreativity, pocitu osobnej spokojnosti (Seeman, Dubin, & Seeman, 2003; Walsh & Shapiro, 2006; Baer, Smith, Hopkins, Krietemeyer, & Toney, 2006; Oman et al, 2008), či reguláciu emócií (Gendelman, Mendeiros & Rampes, 2017) a teda i možného zlepšenia prežívania záťažových situácií vo vyššom veku a zvýšenia subjektívne vnímanej kvality života počas a po nástupe do dôchodku.

Všímavosť je tiež úzko previazaná s psychickými i fyzickými aspektmi wellbeingu. Známe a najčastejšie uvádzané benefity praktikovania všímavosti vo vyššom veku zahŕňajú predovšetkým:

- zlepšenie kvality individuálneho prežívania ako zníženie hladiny stresu, zníženie miery zažívanej úzkosti a diskomfortu spôsobeného zhoršením zdravotného stavu či prežívanou bolesťou a zníženie intenzity pociťovanej bolesti,
- zlepšenie kognitívnych funkcií a zdravotného stavu ako napríklad zlepšenie pozornosti, pamäte, sústredenia, schopnosti uvoľnenia sa a kvality spánku, spomalenie progresu Alzheimerovej choroby,
- posilnenie imunitného systému a následné zníženie výskytu in-

¹⁹ Všímavosť vnímame ako osobnostnú charakteristiku tvorenú piatimi dimenziami: pozorovať vlastné zážitky, popisovať vlastné zážitky, nehodnotiť vlastné zážitky, nereagovať na vlastné zážitky a konať na základe uvedomenia (Baer, R. et al. 2006; Piliarik, Látalová, 2014). Jej neoddeliteľnou súčasťou je teda nehodnotenie, a to i v smere k sebe samému, často pomenované súcim so sebou samým (*self-compassion*).

fekčných ochorení a skrátenie doby ich trvania,

- zlepšenie sociálnych interakcií, podporu fungovanie seniorov v komunite a zníženie subjektívne vnímaný pocit osamelosti (Geiger et al., 2016).

Celková všímavosť vo všetkých svojich piatich dimenziách, však nie je jediným spôsobom dosahovania zlepšenia psychického stavu jednotlivca. Možnosťou je aj jej parciálna a neoddeliteľná časť, súcitiť so sebou samým – emočne pozitívny postoj k sebe samému počas zažívania trápenia, zlyhania alebo uvedomovania si nejakého vlastného nedostatku (Neff, 2011). Súcitiť so sebou samým je aj samostatne výrazným prediktorom psychického zdravia a kvality života vrátane úzkosti a depresie. Súcitiť so sebou samým predikuje 18 - 44 % z variancie úzkosti, depresie, obáv a kvality života (Van Dam et al., 2011).

Benda (2018) testoval súcitiť so sebou samým ako transdiagnostický faktor piatich psychických porúch, z ktorých jednu boli práve depresívne poruchy (ďalšími boli: úzkostné poruchy, poruchy príjmu potravy, závislosť na alkohole a hraničné poruchy osobnosti). Výsledky výskumu potvrdili u všetkých porúch s výnimkou závislosti na alkohole vysokú koreláciu nízkeho súcitu so sebou a psychickej poruchy oproti kontrolnej vzorke. Z techník všímavosti zameraných na zvýšenie súcitu so sebou by teda mohli nielen profitovať klienti sociálnej práce s depresiou, ale vzhľadom na vyššie spomínanú prevalenciu depresívnych ochorení u seniorov, boli by tieto techniky aj vhodnou súčasťou preventívnej sociálnej práce.

3 Možnosti prístupu k informáciám o technikách všímavosti v kontexte starnutia

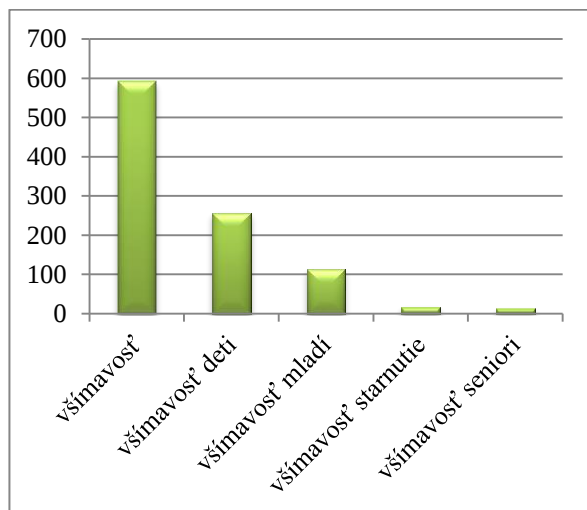
Teoretické východiská a výskumné zistenia teda potvrdzujú pozitívny vplyv techník všímavosti, či už so zameraním na celkovú všímavosť, alebo na prežívanie, osvojenie a zvýšenie súcitu so sebou. Aká je však prístupnosť týchto techník sociálnym pracovníkom a pracovníčkam v praxi sociálnej práce na Slovensku?

V októbri 2018 sme zisťovali približný počet výsledkov jednotlivých slovných spojení pojmu „*všímavosť*“ a jednotlivých cieľových skupín sociálnej práce vymedzených vekom klientov a klientok: „*deti*“, „*mladí*“, „*seniori*“. Pri skupine „*mladí ľudia*“ sme pri vyhľadávaní zámerne použili len dvojslovné spojenie „*mladí všímavosť*“ nakoľko špecifiká práce googl.com by mohli ovplyvniť výsledky vyhľadávania pri trojslovnom spojení (vyhľadávač pracuje s dvojicami slov, pri troch slovách by šlo teda o tri dvojice). Vzhľadom na skutočnosť, že stále viac ľudí používa pri vyhľadávaní anglické pojmy, vyhľadávanie sme realizovali aj s anglickým prekladom: „*mindfulness*“, „*mindfulness children*“, „*mindfulness young*“, „*mindfulness seniors*“. Po predvýskume, v ktorom sme sa sociálnych pracovníčok, senioriek a seniorov pýtali na kľúčové slová, ktoré by použili pri vyhľadávaní techník všímavosti pre starších ľudí na internete, sme vyhľadávanie doplnili ešte o slovné spojenie „*všímavosť starnutie*“ a jeho anglický ekvivalent „*mindfulness ageing*“.

Výsledky nášho prieskumu zachytávajú dva nasledujúce grafy: Graf č. 1. Počet úspešných vyhľadávaní slovenských termínov na Google.com k 16.10.2018 (v miliónoch)

a Graf. č. 2. Počet úspešných vyhľadávaní anglických termínov na Google.com k 16.10.2018 (v tisícoch). V oboch prípadoch je očividná vysoká diskrepancia medzi počtom jednotlivých vyhľadávaných pojmov.

Graf č. 1 Počet úspešných vyhľadávaní slovenských termínov na Google.com k 16.10.2018 (v tisícoch)



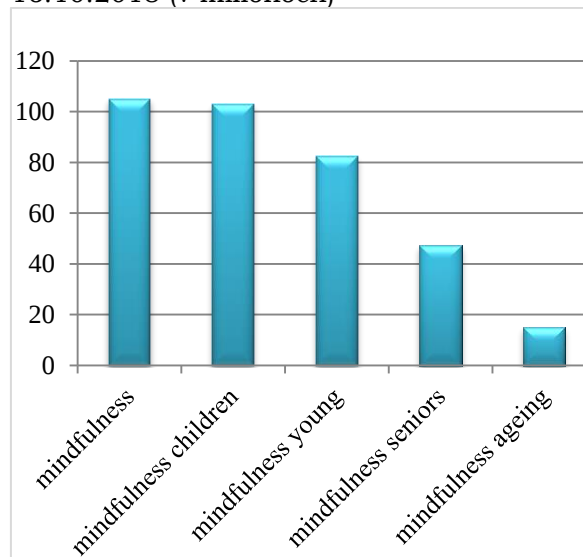
Zdroj: vlastné spracovanie

Zatiaľ čo približný počet výskytu slovného spojenia „všímavosť detí“ dosiahol takmer polovicu počtu výskytu samotného pojmu „všímavosť“ (43,31 %), slovné spojenia „všímavosť seniori“ a „všímavosť starnutie“ nedosiahli ani 3,00 % (Graf č. 1.). To znamená, že takmer polovica zdrojov na internete, ktorá sa zaoberá tematikou všímavosti zároveň spomína deti, seniorov alebo starnutie však spomína len niečo cez dve percentá (2,88 % pri slovnom spojení „všímavosť seniori“ a 2,20 % pri slovnom spojení „všímavosť starnutie“).

Vyhľadávanie anglických slovných spojení prinieslo odlišné výsledky. Slovné spojenie „mindfulness children“ malo až 98,10 % počtu výskytov slova „mindfulness“, kým slovné spojenie „mindfulness senior“ malo 44,95 % a „mindfulness ageing“ 14,48 % (Graf č. 2.). V anglických

zdrojoch teda existenciu seniorov ako možnej špecifickej cieľovej skupiny (Alebo v inom kontexte) pre techniky všímavosti reflektuje takmer polovica zdrojov. Podobné rozdiely medzi slovenskými a anglickými vyhľadávaniami boli aj pri slovných spojeniach „všímavosť mladí“, kde výskyt pojmu dosiahol 19,30 % z výskytu „všímavosť“ (Graf 1), jeho anglický ekvivalent „mindfulness young“ až 78,38% (Graf 2).

Graf č. 2: Počet úspešných vyhľadávaní anglických termínov na Google.com k 16.10.2018 (v miliónoch)



Zdroj: vlastné spracovanie.

Je možné sa teda domnievať, že medzi internetovými zdrojmi v slovenčine prevládajú v nami študovanej oblasti tie, ktoré poskytujú základné informácie o všímavosti a jej technikách, bez špecifických charakteristík a potrieb jednotlivých cieľových skupín a z nich vyplývajúcej potreby odlišného prístupu k nim. Táto skutočnosť môže byť spôsobená aj tým, že mnoho ľudí na Slovensku, ktorí využívajú pre prístup k informáciám informačno-komunikačné technológie zároveň vyhľadáva tento pojem v anglickom jazyku (a zároveň tento stav vyhľadá-

dávanie v angličtine namiesto slovenčiny priamo podnecuje).

Podnety pre ďalšie skúmanie však stále poskytuje výrazný rozdiel medzi výskytmi pojmov „seniori“, „deti“, „mladí“ a rovnako navzájom medzi ich anglickými protažkami „seniors“, „children“ a „young“.

Záver a diskusia

Napriek skutočnosti, že v súčasnosti už existuje dostatok výskumov potvrdzujúcich benefity praktikovania techník všímavosti vo vyššom veku v zahraničí, ako ukázali naše empirické zistenia bežná prístupnosť týchto informácií na internete je pomerne nízka. Bolo by vhodným premetom budúceho vedeckého bádania v tejto oblasti komparovať tieto zistenia so situáciou v praxi sociálnej práce a tiež so záujmom o využitie techník všímavosti samotných slovenských seniorov a senioriek.

Vychádzajúc z našej praxe i výskumných skúseností odporúčame pri formulovaní hypotéz zamerať sa na širokú škálu možných faktorov ovplyvňujúcich mieru záujmu o túto oblasť. Zároveň však vidíme možnosť poradenstva a sprevádzania seniorov ako klientov a klientky sociálnej práce v oblasti techník všímavosti ako jedným z možných nástrojov zvýšenia kvality života a subjektívne vnímanej spokojnosti ľudí vyššieho veku.

Afiliácia

Grantová podpora: VEGA č. 1/0134/17 Význam hodnotovej orientácie - očakávania a perspektívy mladej generácie z hľadiska jej uplatnenia na trhu práce.

Zoznam bibliografických odkazov

- BAER, R.A., SMITH, G.T., HOPKINS, J., KRIETEMEYER, J., TONEY, L. 2006. *Using self-report assessment methods to explore facets of mindfulness*. Assessment 13, p. 27–45.
- BALOGOVÁ, B., 2009a. *Seniori*. Prešov: AKCENT Print. ISBN 978-80-892-9518-0.
- BALOGOVÁ, B. et al., 2009b. *Múdrost' veku – vek múdrosti*. Prešov: Filozofická fakulta prešovskej univerzity. ISBN 978-80-555-0084-3.
- BENDA, Jan. 2013. *Všímavost v psychoterapii: Aktuální otázky a směr budoucího výzkumu*. Brno: 4. Mezinárodní psychoterapeutické sympóziu.
- BENDA, Jan, KADLEČÍK, P., KOŘÍNEK, D., DVOŘÁKOVÁ, M., VYHNÁNEK, A., & ZÍTKOVÁ, T., 2018. *Nedostatek soucitu k sobě jako transdiagnostický faktor u pěti různých duševních poruch – výsledky výzkumu*. Psychologické aspekty pomáhání. Ostrava, 6.-7. 11. 2018.
- BIRNIE, K., SPECA, M. & Carlson, L., 2010. Exploring self-compassion and empathy in the context of mindfulness-based stress reduction (MBSR). In: *Stress & Health*. Vol: 26. No. 5.
- BINDSEIL, K., KITCHEN, K., 2017. Mindfulness and Social Work. In: TURNER, F. J. (ed.). *Social Work Treatment. Interlocking theoretical approaches*. New York: Oxford University Press. ISBN 978-0-19-023959-6.
- BROWN, K. W., RYAN, R. M., 2003. The Benefits of Being Present: Mindfulness and Its Role in Psychological Well-Being. In: *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol: 84. No.4. p. 822-848.
- GENDEULMAN S., MENDEIROS, S. & RAMPES, H., 2017. *Mindfulness and Emotion Regulation: Insights from Neurobiological, Psychological, and Clinical Studies*. In: *Frontiers in Psychology*. Vol.8. No. 2.
- GEIGER, P. J. et al., 2016. *Mindfulness-Based Interventions for Older Adults: A Review of the Effects on Physical and Emotional Well-being*. In: *Mindfulness*. Vol. 7. p.296-307.
- GOJAL, K., KAJAL S.K. 2014. Prevalence of Depression in Elderly Population in the Southern Part of Punjab. In: *Journal of Family Medicine and Primary Care*. Vol. 4. No. 3.
- HICK, S., 2016. *Mindfulness and Social Work*. New York: Oxford University Press. ISBN 978-0-19-061624-3.
- JIRÁK, R. 2004. *Duševní poruchy ve stáří*. In: *Psychiatrie pro praxi*. Vol: 4 . No. 6.

- LÁTALOVÁ, V., PILÁRIK, L. 2014. Overenie psychometrických vlastností a faktorovej štruktúry slovenskej verzie dotazníka FFMQ (five-facet mindfulness questionnaire). In: *Psychologie a její kontexty*. Vol: 5, No.2.
- NEFF, K. D. (2011). *Self-compassion: The proven power of being kind to yourself*. New York: Harper Collins
- SEEMAN, T. E., DUBIN, L. F. & SEEMAN, M. 2003. Religiosity/spirituality and health: A critical review of the evidence for biological pathways. In: *American Psychologist*. Vol: 1. No. 58. p. 53-63.
- SHAPIRO, S. L., CARLSON, E., 2017. *The Art and Science of Mindfulness. Integrating Mindfulness Into Psychology and the Helping Professions*. Washington: American Psychological Association. ISBN 978-1-43-382698-6.
- STEFFENS, D. C et al. 2009. *Prevalence of depression among older Americans: the Aging, Demographics and Memory Study*. In: *Psychogeriatric*. Vol: 21. No. 5.
- OMAN, D. et al, 2008. *Meditation Lowers Stress and Supports Forgiveness Among College Students: A Randomized Controlled Trial*. In: *Journal of American College Health*. Vol: 5, No.56. p. 569-578.
- Van DAM, L.T. et al, 2011. *Self-compassion is a better predictor than mindfulness of symptom severity and quality of life in mixed anxiety and depression*. In: *Journal of Anxiety Disorders*. Vo: 25. No. 1.
- WALSH, R. & SHAPIRO, S. L. 2006, *The meeting of meditative disciplines and western psychology: A mutually enriching dialogue*. In: *American Psychologist*. Vol: 3. No. 61. p. 227-239.
- WINTER, Y. et al. 2011. Depression in elderly patients with Alzheimer dementia or vascular dementia and its influence on their quality of life. In: *Journal of Neuroscience in Rural Practice*. Vol: 2. No. 1.

Reziliencia ako významný faktor pre úspešné starnutie z pohľadu sociálnej práce

Resilience as an important factor for successful aging in social work

Antónia SABOLOVÁ FABIANOVÁ

Mgr. Antónia Sabolová Fabianová, PhD.
Inštitút edukológie a sociálnej práce
Filozofická fakulta
Prešovská univerzita v Prešove
e-mail: sabolova.antonina@gmail.com

Abstrakt

Cieľom príspevku je v informatívnej rovine predstaviť teoretickú analýzu konceptu reziliencie v súvislosti s úspešným starnutím z pohľadu praxe sociálnej práce. Starnutie svetovej populácie spôsobuje rastúci záujem o koncept úspešného starnutia. Jedinci, ktorí dosiahnu seniorsky vek preukázali svoju schopnosť prežiť celý rad nepriaznivých situácií. Boli schopní udržať alebo znovu získať svoje zdravie, vyrovnať sa s nástrahami a prispôbiť sa mnohým stratám, ktoré sprevádzajú proces starnutia (Ostwald, Dyer 2011 in Stuart -Hamilton 2011). V tomto kontexte je možné predpokladať vplyv reziliencie na vnímanie starnutia ako úspešného.

Kľúčové slová: Reziliencia. Úspešné starnutie. Aktívne starnutie. Sociálna práca.

Abstrakt

The aim of the article is to present a theoretical analysis of the concept of resilience in connection with successful aging from the perspective of the applied social work. The aging of the world's population is causing an increasing interest in the concept of successful aging. Individuals who reach seniority have demonstrated their ability to survive a variety of adverse situations. They were able to maintain or regain their health, cope with the traps, and adapt to the many losses that accompany the aging process (Ostwald, Dyer 2011 in Stuart -Hamilton 2011). In this context, the impact of resilience on the perception of aging can be assumed to be successful.

Kľúčové slová: Resilience. Successful aging. Active aging. Social work.

Úvod

Reakcie na starnutie obyvateľstva na celom svete zahŕňajú tak negatívne ako aj pozitívne aspekty. Na jednej strane je obdobie starnutia často zobrazované ako obdobie nečinnosti a závislosti na niekom, na strane druhej sú starší ľudia považovaní za sociálny a hospodársky zdroj. V rámci problematiky starnutia sa stretávame s prívlastkami ako aktívne a úspešné (starnutie). Stáva sa, že tieto pojmy sú mylne definované ako synonymá. V tejto súvislosti prvotná

časť príspevku je koncepčne venovaná definičnému vymedzeniu jednotlivých pojmov a následne je príspevok koncipovaný do línie prepojenia úspešného starnutia a významu reziliencie v tomto vývinovom období.

Starnutie môže byť sprevádzané prítomnosťou komorbidných zdravotných a kognitívnych porúch, ktoré ovplyvňujú emocionálnu odolnosť človeka. Pri úspešnom starnutí ide vo všeobecnosti o prežívanie väčšieho odhodlania a pôsobenia. Emocionálna odolnosť pomáha

starším dospelým udržať si šťastie a vyhnúť sa pocitom beznádeje a riešiť také pocity ako podráždenosť, smútok, hnev alebo strach. (Lavretsky 2014)

V tejto súvislosti sa dá konštatovať, že starnutie je možné považovať za viacstranný proces, často komplikovaný nie len jednotlivcami, ale aj kultúrou a politikou konkrétneho prostredia. Záťaž medzi staršími ľuďmi môžu zhoršiť telesné a psychické symptómy alebo kognitívne poruchy a pod. Napriek domnienkam, že starší ľudia sú zraniteľnejší voči strate, zdá sa, že nie všetci starší ľudia sa zdajú byť rovnako zraniteľní voči negatívnym účinkom záťaže. Niektorí starší dospelí sa zdajú byť odolní voči akémukoľvek negatívnemu účinku záťaže a vyznačujú sa výbornými schopnosťami zvládania, ktoré ich chránia fyziologicky a psychologicky. (Hildon et al. 2008 in Depp, Jeste 2010) Existuje niekoľko faktorov, ktoré prispievajú k procesom životnosti emocionálnej a kognitívnej odolnosti. Môžeme hovoriť o zdraví, vzdelaní a kognitívnej rezerve, vedomostiach, celoživotných intelektuálnych zapojeniach, temperamente a motivačnej rezerve, sociálnej opore a sociokultúrnom kontexte. Intervencia zameraná na zvýšenie týchto faktorov pravdepodobne zvýši emocionálnu a kognitívnu odolnosť a zabezpečí úspešnejšie starnutie. (Lavretsky 2014) Ďalšou z potrebných zručností pre pozitívne prispôbenie sa chronickej záťaži je schopnosť regulovať emócie prostredníctvom hľadania a úmyselného sústredenia sa na emocionálne skúsenosti, a to aj v nepriaznivých časoch. Resnick et al. (2011) naznačujú, že odolnosť u starších dospelých môže predstavovať aj schopnosť využívať dostupné zdroje a zručnosti na prijatie nevyhnutných psychosociál-

ných a fyzických zmien. Pre podchytenie týchto zručností vidíme priestor aj napríklad v metódach sociálnej práce.

1 Úspešné starnutie a aktívne starnutie

Skúsenosť ľudí sa počas minulého storočia výrazne zmenila, najmä vo vyspelých oblastiach sveta. Vytvárame vzťahy, prispievame do rodín, komunít, rozvíjame zručnosti a získavame skúsenosti v priebehu životného cyklu, ktorý sa môže rozšíriť prirodzene takmer dvojnásobne viac ako u našich predkov z pred 100 rokov. (Morro-Howell, Hinterlong a Sherraden 2001) Rýchly nárast populácie starších dospelých a ich sprievodný fyzický stav a zdravotné potreby zaujali pozornosť, spoluprácu a finančnú podporu mnohých vedúcich predstaviteľov v oblasti starnutia a zdravotnej starostlivosti. S cieľom pomôcť vyplniť priestor pre sociálnych pracovníkov, ktorí majú záujem o podporu zdravia a starnutia, napríklad Marshall a Altpeter (2005) poskytujú koncepčné objasnenie rámca opory a zdravia a naznačujú, že ekologický prístup poskytuje ideálny rámec pre vypracovanie úspešných stratégií v oblasti starnutia.

Považujeme v tejto súvislosti za podstatné tiež zdôrazniť, že existujú rozsiahle globálne rozdiely v termínoch používaných na pokrytie významu „starnúť dobre“. Ide o úspešné starnutie, aktívne starnutie, zdravé starnutie, pozitívne starnutie, produktívne či kompetentné starnutie (Foster, Walker 2015).

Úspešné a aktívne starnutie pochádza z rovnakého vedeckého základu – z perspektívny činnosti. Ako bolo spomínané, niekedy sa tieto

dva pojmy nesprávne synonymicky zamieňajú. Aktívne starnutie je v kontraste s úspešným starnutím, a predstavuje nie len holistický prístup. (Foster, Walker 2015) Zároveň vyžaduje adaptáciu na mnohostranné výzvy, ktoré maximalizujú schopnosť jednotlivca dosiahnuť svoje vlastné ciele. Prispôsobenie sa prejavuje počas celej dĺžky života a možno ho opísať ako aktívne starnutie definované Svetovou zdravotníckou organizáciou ako proces optimalizácie príležitostí pre zdravie, účasť a bezpečnosť s cieľom zvýšiť kvalitu života. Keď výsledok prispôsobenia opustí jednu ideálnu pozíciu na dosiahnutie svojich cieľov, nazývame tento typ adaptácie úspešným starnutím. (Resnick et al. 2011).

V kontexte príspevku budeme pokračovať v rovine úspešného starnutia. Úspešné starnutie má niekoľko zložiek a je teda zvyčajne definované ako nedostatok chronických ochorení, znevýhodnenia s vysokým telesným a duševným fungovaním. Napríklad starší dospelí vo veku 65 rokov a starší, sú v súčasnosti najrýchlejšou rastúcou vekovou skupinou v USA. Údaje o počte obyvateľov amerického sčítania ľudí predpokladajú, že do roku 2030 budú starší dospelí nad 65 rokov tvoriť takmer 20 % populácie v USA. (MacLeod 2015)

V súčasnosti sa používajú nespočetné modely úspešného starnutia, z ktorých väčšina zahŕňa nasledujúce témy (Inui a Frankel 1991, von Faber et al., 2001, Young et al. 2009 in Resnick et al. 2011):

1. Úspešné starnutie sa deje počas celého života.
2. Úspešné starnutie zahŕňa veľa oblastí vrátane, ale nielen, zdravia,

1. sociálnych, biologických a psychologických oblastí.
2. Úspešné starnutie sa vyskytuje v reakcii na výzvy.
3. Úspešné starnutie je definované jednoznačne pre každého jednotlivca do tej miery, že jednotlivé ciele a preferencie sa líšia.
4. Kapacita úspešného starnutia je čiastočne pod kontrolou (napr. prostredníctvom nového vzdelávania) a čiastočne predurčená (napr. genetická predispozícia).

2 Reziliencia a úspešné starnutie v sociálnej práci

Väčšina štúdií o odolnosti sa sústreďujú na rizikové deti, adolescentov a vojenských veteránov, ktorí boli dlhodobo vystavení traumatickým podmienkam, ťažkému sociodemografickému prostrediu alebo inej chronickej záťaži. Zameranie medzi týmito rôznymi vzorkami populácie bolo primárne na kontext rizika samovrážd.

So zvyšujúcou úrovňou starnutia obyvateľstva preniká postupne aj koncept výskumu odolnosti starších dospelých a jej úlohe v úspešnom starnutí. (MacLeod et al. 2016) Vedecká komunita začala uznávať odolnosť ako ústrednú zložku úspechu v neskoršom živote. Napriek tomu, že neexistuje definícia konsenzu, odolnosť alebo schopnosť zotaviť sa z nepriaznivej situácie, záťaže v živote, je možné považovať za kľúčový faktor úspešného starnutia (Yee-Melichar 2011).

Aj keď spôsob úspešného starnutia nie je úplne pochopený, boli však navrhnuté mnohé individuálne charakteristiky a osobnostné črty, ktoré prispievajú k úspechu, s kto-

rými sa človek prispôsobuje výzvam. Okrem toho aj prostredie, v ktorom človek starne, silne ovplyvňuje schopnosť človeka prispôbiť sa výzvam. Sociálni pracovníci môžu a mali by preto zohrávať významnú úlohu pri riešení sociálnych, psychologických, emocionálnych a environmentálnych následkov fyzických ochorení a podmienok. Základné znalosti o príznakoch, rizikách, faktoroch, prístupoch k liečbe a dostupných informáciách a odporúčaniach môžu zlepšiť samotnú prax a značne zvýhodniť klientov. (Berkman 2006)

Tradične sa v mnohých západných kultúrach starší vek vníma negatívne ako čas slabosti, znevýhodnenia, zhoršujúcej sa funkcie a väčších fyzických a duševných obmedzení. Mnohí starší dospelí však majú v skutočnosti vysokú kvalitu života a zvládania záťaže, zotavovania sa z nepriaznivých situácií a považujú svoje starnutie za úspešné napriek nástupu chronických ochorení. (MacLeod 2015).

Na rozdiel od úspešného starnutia, ktoré je možné vnímať ako koncový stav, sa odolnosť zameriava na to, ako ľudia reagujú na nepriazeň života. Napriek tomu, že model úspešného starnutia bol kritizovaný za to, že bol v súvislosti len znevýhodnených osôb, odolnosť je cieľom, ktorý môže dosiahnuť každý. Kým úspešné starnutie sa zvyčajne skúma ako stav, odolnosť je proces. (Pruchno, Carr 2017). Odolnosť teda predstavuje mimoriadnu a pozitívnu reakciu na výzvu alebo záťaž. (Lavretsky 2014) Rezilientné myslenie umožňuje starším dospelým, aby akceptovali nepriaznivé udalosti, ktoré prináša starnutie a zároveň riešili problémy a krízy, ako napríklad stratu milovaného človeka, opatrovanie partnera a pod., spôso-

bom, ktorý im zanechá pocit väčšej sily. V snahe o odolnosť vedie zlyhanie k rastu. (Edwards, Hall a Zautra 2015)

Starnutie je najčastejšie vnímané ako biologický proces, ktorý je nezvratný a zároveň univerzálny a prirodzený pre celú prírodu. Taktiež je možné konštatovať, že zachytáva celé bio-psycho-sociálne duchovné spektrum života človeka. (Balogová 2009). Jednou z aplikácií vedeckej literatúry aj v praxi sociálnej práce, k zvýšeniu odolnosti v kontexte úspešného starnutia môže byť napríklad identifikácia zásahov, ako je napríklad revízia života alebo reminiscencia, ktorá sa využíva v procese odolnosti na uľahčenie úspešného starnutia. Takéto aktivity pripomínajú jednotlivcom, že v bolesti môže byť radosť a tento zmysel je možné nájsť aj v nepriaznivej situácii. (Allen et al. 2011) V tejto súvislosti napríklad Edwardsová, Hall a Zautra (2015) uvádzajú faktory a správanie, ktoré môže viesť k zvýšeniu odolnosti v období starnutia:

- Optimizmus a efektívne štýly zvládania: Reakcie na krízy sú častejšie videné skôr z pohľadu „striebornej výstelky“ než z pohľadu zúfalstva.
- Osobné vzťahy: sociálna opora v rodine a s priateľmi v rámci komunity.
- Zmysel účelu: zapojenie sa do aktivít, ktoré dávajú životu jedinca zmysel. Tento faktor ovplyvňuje optimizmus a ako človek nazerá do budúcnosti.
- Sebaúčinnosť: schopnosť zvládnuť vlastné problémy, flexibilita, prispôsobivosť.
- Zdravá strava/ aktívny životný štýl: zdravší a aktívnejší starší dospelí disponujú viacerými faktormi odolnosti.

Záver

V kontexte úspešného starnutia, odolnosť kladie dôraz z dôsledkov negatívnych okolností - napríklad straty zdravia, nezávislosti a finančného zabezpečenia - na pozitívne faktory, ako sú sila, schopnosti, blahobyt a úspešné zvládanie nepriaznivých situácií. Zameranie sa na zvýšenie odolnosti starších dospelých sa stáva súčasťou úsilia o zlepšenie kvality života a zachovanie nezávislosti v neskorších rokoch. Aby bolo možné sa zaoberať potrebou posilnenia adaptácie, považujeme za vhodné rezilienciu považovať za dynamický proces – niečo, čo sa dá zlepšiť – skôr než ju považovať za statický atribút, či osobnostnú črtu.

PodĎakovanie a afiliácia

Príspevok vyšiel ako výstup z projektu VEGA ev. č.1/0288/17 s názvom *Faktory inštitucionalizácie školskej sociálnej práce*.

Zoznam bibliografických odkazov

- ALLEN, Rebecca et al. 2011. Resilience: Definitions, Ambiguities, and Applications. In: Barbara RESNICK et. al. *Resilience in Aging. Concepts, Research, and Outcomes*. USA: Springer. ISBN 978-1-4419-0232-0.
- BALOGOVÁ, Beáta, 2009. *Seniori*. Prešov: P. Šidelský – Akcent print. ISBN 80-969274-18.
- BERKMAN, Barbara, 2006. *Handbook of Social work in health and Aging*. Oxford university Press. ISBN 978-0198-0387-33.

- DEPP, Colin A. a Dilip V. JESTE, 2010. *Successful cognitive and emotional aging*. Washington: AP Publishing, Inc. ISBN 978-1-58562-351-8.
- DYER, Carmen, Sharon Ostwald. 2011. Ageing and health: managing co-morbidities and functional disability in older people. In: Ian STUART-HAMILTON. *An Introduction to Gerontology*. Cambridge University Press. ISBN 9781139500173.
- EDWARDS, Erica, John HALL a Alex ZAUTRA. 2015. Resilience in Aging. In: *Elder Care: A resource for interprofessional providers*. [online]. [cit. 2018-11-11]. Dostupné z: <https://nursingandhealth.asu.edu/sites/default/files/resilience-in-aging.pdf>
- FOSTER, Liam a Alan WALKER, 2015. Active and Successful Aging: A European Policy perspective. In: *The Gerontologist*, Vol. 55, Issue 1, pp 83-90. [online]. [cit. 2018-10-23]. Dostupné z: <https://academic.oup.com/gerontologist/article/55/1/83/570558>
- LAVRETSKY, Helen, 2014. *Resilience and Aging: Research and Practice*. JHU Press. ISBN 978-1421414980.
- MACLEOD, Stephanie et al. 2016. The impact of resilience among older adults. In: *Geriatric Nursing*. Vol 37, Issue 4. pp. 266-272. [online]. [cit. 2018-11-11]. Dostupné: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0197457216000689>
- PRUCHNO, Rachel a Deborah CARR, 2017. Successful Aging 2.0. Resilience and beyond. In: *The Journals of Gerontology: Series B*. Vol 72, Issue 2, pp. 201-203. [online]. [cit. 2018-11-11]. Dostupné z : <https://academic.oup.com/psychsocgerontology/article/72/2/201/2962187>
- RESNICK, Barbara et. al. 2011. *Resilience in Aging. Concepts, Research, and Outcomes*. USA: Springer. ISBN 978-1-4419-0232-0.
- YEE-MELICHAR, Darlene. 2011. Resilience in Aging: Cultural and Ethic Perspectives In: Barbara RESNICK et. al. *Resilience in Aging. Concepts, Research, and Outcomes*. USA: Springer. ISBN 978-1-4419-0232-0.

Obmedzenie právnej spôsobilosti - strata šance novej životnej fázy seniora

Limitation of legal capacity - Loss of chance for a new life stage of the senior

Martin HAMADEJ, Beáta BALOGOVÁ

Mgr. Martin Hamadej, prof., PhDr. Beáta Balogová, PhD.

Inštitút edukológie a sociálnej práce

Filozofická fakulta

Prešovská univerzita v Prešove

^ae-mail: martin.hamadej@gmail.com

^be-mail: beata.balogova@unipo.sk

Abstrakt

Cieľom príspevku je poukázať na dôsledky straty právnej spôsobilosti u seniora v kontexte vnímania vstupu do dôchodku ako novej životnej fázy seniora. Pokles počtu detí a rast počtu starších ľudí je pre ľudstvo nový fenomén, spojený s radom závažných, psychologických a ekonomických problémov ovplyvňujúcich život nielen jednotlivcov, ale celej spoločnosti.

Kľúčové slová: Sociálna práca. Senior. Obmedzenie právnej spôsobilosti.

Abstract

The aim of the paper is to point out the consequences of the loss of legal capacity in senior citizens in the context of perceiving retirement as a new life stage of the senior. The decline in the number of children and the growth of elderly people is a new phenomenon for mankind, coupled with a number of serious, psychological and economic problems that affect not only the lives of individuals but society as a whole

Key words: Social work. Senior. Limitation of legal capacity.

Starnutie populácie sa stáva celosvetovým problémom nielen v tých najvyspelejších krajinách. Najnovšie výskumy o dopadoch starnutia v jednotlivých krajinách odhaľujú negatívne dôsledky vyplývajúce zo staroby ako napr. jej feminizáciu, zhoršenie ekonomickej situácie seniorov, či problém zanedbávania, zneužívania a týrania seniorov. Podľa demografickej prognózy bude demografická krivka v Slovenskej republike vrcholiť okolo roku 2055. Kým v roku 2002 pripadalo na 1 obyvateľa v poproduktívnom veku 6 obyvateľov v produktívnom veku, do roku 2055 sa tento pomer zníži na 2 obyvateľov v produktívnom veku (Rievajová, Sikaa a Husáková 2012, in: Balogová 2016).

1 Proces starnutia

Z priestorového hľadiska je starnutie globálny problém, zvlášť aktuálny je pre Európu, ktorej popu-

lácia starne a perspektívne bude tento proces pokračovať aj v ďalšom období. Podľa demografických prognóz by sa mal počet Európanov starších ako 65 rokov do roku 2050 zdvojnásobiť (Sedláková 2010). Regionálne je proces starnutia v Európe diferencovaný, čo odzrkadľuje nástup a časovanie demografických zmien spojených najmä s poklesom natality a fertility a so zmenami v reprodukčnom a rodinnom správaní. Kým v severnej a západnej Európe sa tieto zmeny začali v 60. rokoch 20. stor., v štátoch postsocialistického bloku v strednej a východnej Európe až v 90. rokoch, pričom sa vyznačovali pomerne vysokou intenzitou (Mitríková, Mádziková a Liptáková 2013).

Proces starnutia slovenskej populácie sa začal v polovici 50. rokov 20. stor. po završení kompenzačnej fázy po II. sv. vojne (Jurčová a Vaňo 2011), dynamicky sa začal rozvíjať v 90. rokoch a aj v budúcnosti sa predpokladá jeho ďalší progres. Jurčová et al. (2010) v rámci demo-

grafických trendov na začiatku milénia konštatuje výrazné zintenzívnenie starnutia obyvateľstva, pričom sa očakáva, že krátko po roku 2020 sa začne počet obyvateľov znižovať. Populačné starnutie na Slovensku je doposiaľ výraznejšie ovplyvňované poklesom vekovej kategórie do 14 rokov v dôsledku zníženia plodnosti a pôrodnosti, avšak súčasne s týmto procesom prebieha, aj keď pozvoľnejší, nárast obyvateľstva v poproduktívnom veku.

Vaňo (2015) tvrdí, že starnutie obyvateľstva je celosvetovým problémom, v súčasnosti najvypuklejšie prejavujú sa vo vyspelých krajinách, predovšetkým v Európe. V tomto smere je situácia na Slovensku špecifická. V dôsledku veľmi intenzívneho starnutia obyvateľstva sa Slovensko zmení v priebehu najbližších 40 rokov z relatívne mladej európskej krajiny na jeden z najstarších štátov na svete. Veľmi intenzívny proces starnutia obyvateľstva spôsobí, že jeho vplyv na spoločnosť bude ešte zásadnejší ako v krajinách, kde starnutie obyvateľstva prebieha plynulejšie.

Podobne na proces populačného starnutia nazerá aj Šprocha (2015), ktorý ho definuje ako posun zloženia obyvateľstva podľa veku smerom k starším vekovým skupinám. Na Slovensku súvisí zvyšovanie počtu starších osôb v populácii s poklesom plodnosti v posledných rokoch a nárastom dĺžky života. Na druhej strane je starnutie populácie aj dôsledkom predchádzajúceho populačného vývoja odrážajúceho sa v špecifickom charaktere vekovej štruktúry. Slovensko v európskom priestore patrí síce ku krajinám s relatívne mladou populáciou, no zmeny vo vekovej štruktúre v posledných dvoch dekádach ukazujú, že proces starnutia naberá na intenzite a Slovensko sa

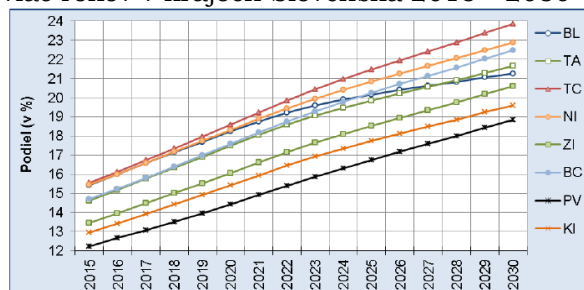
môže zaradiť medzi krajiny s pomerne starou populáciou. Poznatky o tom, ako starší ľudia vnímajú svoju situáciu v spoločnosti, o tom, ako je spoločnosť nastavená voči staršej populácii, môžu prispieť k poznaniu predpokladov a faktorov spokojnej staroby. Šprocha (2015) sa zaoberal aj súčasnými trendami posilňovania deінstitucionalizácie sociálnych služieb, na ktorý nahliadal ako na dlhodobý proces, ktorý prinesie nové výzvy a nároky na členov rodiny i na systém podporných služieb. Zameral sa na výskum ISSP (modul *Family and Changing Gender Roles*) z roku 2012, ktorý zisťoval názor verejnosti na to, kto by mal starším ľuďom poskytovať starostlivosť. Výskum obsahoval otázku: *Predstavte si starších ľudí, ktorí potrebujú pomoc pri každodenných aktivitách, ako je napríklad nakupovanie, upratovanie, pranie a iné. Kto by mal podľa vás primárne poskytovať túto pomoc?* (zdroj: ISSP Research Group 2013). Respondenti si pri odpovediach mohli vybrať zo štyroch možností odpovedí: „členovia rodiny“, „verejné (štátne, obecné) zariadenia“, „neziskové organizácie (charitatívne organizácie, cirkvi a cirkevné organizácie)“ a „súkromní poskytovatelia“, pričom bolo možné označiť iba jednu odpoveď. V grafe sú uvedené informácie z viacerých krajín ako demonštrácia rôznorodosti odpovedí v Európskych krajinách

Graf č. 1 Poskytovanie starostlivosti seniorom

Krajina	Členovia rodiny (%)	Štátne inštitúcie (%)	Neziskové organizácie (%)	Súkromní poskytovatelia (%)	Spolu, ktorí odpovedali na otázku (abs.)
Poľsko	83,1	10,9	3,1	2,9	1 095
Bulharsko	70,7	22,3	5,2	2,1	947
Chorvátsko	78,5	16,3	2,3	2,9	980
Írsko	65,1	28,3	3,2	3,4	1 092
Česká republika	64,3	25,8	5,7	4,2	1 735
Lotyšsko	63,4	32,5	2,3	1,8	983
Švajčiarsko	63,0	19,6	7,9	9,4	1 198
Slovensko	59,4	36,3	4,2	0,1	1 090
Rusko	59,1	39,3	1,2	0,5	1 480
Nemecko	58,9	19,7	16,5	4,8	1 094
záp. časť					
Litva	56,8	26,0	11,4	5,8	1 112
Veľká Británia	53,2	37,3	4,8	4,8	859
Rakúsko	53,0	30,2	11,8	5,0	1 101
Slovensko	49,7	40,3	6,2	3,7	979
Nemecko	49,2	31,2	13,8	5,8	520
vých. časť					
Izrael	39,0	50,0	5,8	5,2	1 109
Francúzsko	34,1	35,7	7,2	23,0	2 207
Fínsko	26,2	64,3	4,4	5,1	1 085
Nórsko	24,4	65,9	1,8	7,9	1 350
Island	17,9	67,9	1,9	12,4	1 109
Švédsko	9,9	84,1	0,6	5,4	999
Dánsko	7,2	77,3	1,3	14,3	1 353

Zdroj: Šprocha (2015)

Graf č. 2 Vývoj podielu osôb vo veku 65 a viac rokov v krajinách Slovenska 2015 - 2030



Zdroj: Šprocha (2015)

Problematika starnutia zasahuje do takmer všetkých oblastí života a s väčšou či menšou intenzitou sa dotýka každého z nás. Prebiehajúci proces starnutia nastoľuje požiadavky na nové poznatky týkajúce sa veku, poznatky o faktoroch a súvislostiach utvárania životných prechodov, poznatky o podobách starnutia a staroby (Šprocha 2015). Starnutie je aktuálnou témou súčasnosti, ktorá svojim rozsahom zasahuje a ovplyvňuje väčšinu oblastí spoločenského života.

Od sociálnej práce ako pomáhajúcej profesie sa v súčasnosti očakáva popisovanie daného javu aj v kontexte širšieho spoločenského prostredia, pričom zároveň predloží návrhy na riešenie pri otázkach v súvislosti s úlohou veku, vekovej identity či ako sa seniori vysporadúvajú so životnými situáciami a úlohami. Sociálnu prácu dnes možno vnímať ako nezastupiteľný fenomén plniaci v

spoločnosti určité úlohy, ako posilňovať a zabezpečovať sociálne fungovanie jedinca, prenášať pozitívne vzorce správania, regulovať sociálne vzťahy a znižovať tensiu v spoločnosti vznikajúcu zo sociálnych konfliktov, a to aj v prípade obmedzenia právnej spôsobilosti u seniorov (Balogová 2016).

2 Obmedzenie právnej spôsobilosti

Právo na rovnosť uznania ľudí pred zákonom je dlhodobo zavedenou zásadou ľudských práv zohľadnenou vo vnútroštátnych aj medzinárodných právnych rámcoch. Osoby v seniorskom veku sú držiteľmi rovnakých práv ako majú ostatní a sú postavení do centra všetkých rozhodnutí týkajúcich sa ich života. Takýto prístup má určité rozsiahly vplyv na právne predpisy týkajúce sa právnej spôsobilosti a jej vykonávania.

Slovenská republika je jedným z posledných štátov, kde existoval inštitút pozbavenia svojprávnosti. V európskych krajinách a v súčasnosti aj v SR sa uplatňuje iba obmedzenie spôsobilosti na právne úkony (Juríková 2014). Ľudia pozbavení spôsobilosti na právne úkony nemohli rozhodovať napríklad o tom, kde budú žiť, kam pôjdu, čo smú robiť. Nemali právo rozhodnúť sa v celkom bežných veciach. Nemohli nakladať so svojím majetkom, voliť a uzatvárať manželstvá (Juríková 2014).

Spôsobilosť na právne úkony možno chápať aj ako schopnosť prijímať právoplatné rozhodnutia. Osoba sa tým pádom stáva subjektom práva a držiteľom zákonom stanovených práv a povinností. Spôsobilosť na právne úkony je obzvlášť dôležitá preto, že má vplyv na všetky oblasti života – od výberu miesta bydliska,

rozhodnutia či sa zosobášia a s kým, po podpis pracovnej zmluvy alebo rozhodovanie v hlasovaní vo voľbách. Obmedzovanie spôsobilosti na právne úkony vyvoláva vo všeobecnosti otázky o zákaze diskriminácie (Stavrovská 2014).

Súdne konanie o spôsobilosti na právne úkony (obmedzenie alebo pozbavenie) je už niekoľko desaťročí opakujúci sa model rozhodovania o vskutku najcitlivejšej otázke existencie človeka, a to jeho spôsobilosti na právne úkony alebo ako sa tiež používa, „svojprávnosti“ (Stavrovská 2014).

Zbavenie svojprávnosti je honorové označenie pre pozbavenie spôsobilosti na právne úkony. Spôsobilosťou na právne úkony sa v zmysle § 8 ods. 1 zákona č. 40/1964 Zb. *Občiansky zákonník* vymedzuje „spôsobilosť fyzickej osoby vlastnými právnymi úkonmi nadobúdať práva a brať na seba povinnosti“. K nadobudnutiu spôsobilosti na právne úkony v plnom rozsahu dochádza dňom nadobudnutia plnoletosti, teda dovršením 18. roku života (Stavrovská 2014). V zmysle civilného mimosporového poriadku môže súd v konaniach o spôsobilosti na právne úkony rozhodovať o obmedzení spôsobilosti fyzickej osoby na právne úkony, zmene obmedzenia spôsobilosti fyzickej osoby na právne úkony a o navrátení spôsobilosti fyzickej osoby na právne úkony. Podľa aktuálnej právnej úpravy úplné pozbavenie spôsobilosti na právne úkony už neprichádza do úvahy a možné je iba jej obmedzenie (Stavrovská 2014).

Obr. 1 Návrh na začatie konania

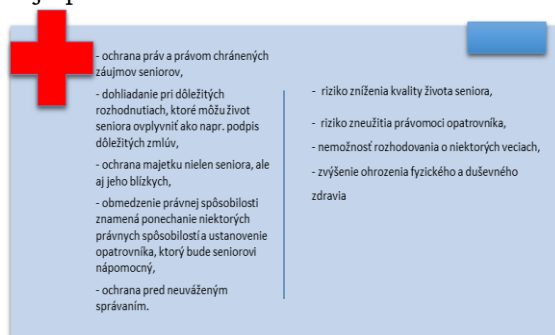


Zdroj: Zákon č. 161/2015 Z. z.

Okrem všeobecných náležitostí podania musí návrh na obmedzenie spôsobilosti obsahovať aj opísanie skutočností odôvodňujúcich zásah do spôsobilosti fyzickej osoby na právne úkony a zdôvodnenie, že iné menej obmedzujúce opatrenia nie sú možné alebo opísanie skutočností odôvodňujúcich zmenu obmedzenia spôsobilosti na právne úkony alebo skutočností odôvodňujúcich navrátenie spôsobilosti na právne úkony. Pokiaľ súd rozhodne o obmedzení spôsobilosti na právne úkony, musí vo výroku rozsudku vymedziť rozsah, v akom spôsobilosť osoby na právne úkony obmedzil a ustanoví jej opatrovníka. V prípade zmeny obmedzenia spôsobilosti alebo navrátenia spôsobilosti súd skôr vydaný rozsudok zmení alebo zruší. Súd rozsudok okrem zákonného zástupcu alebo procesného opatrovníka doručí aj osobe, o ktorej spôsobilosti rozhodol. Súd tiež zabezpečí uloženie rozsudku o spôsobilosti na právne úkony v Notárskom centrálnom registri listín (Stavrovská 2014).

V tejto súvislosti je potrebné zdôrazniť, že základnou filozofiou sociálnej práce by mal byť aktívny záujem o človeka pri zachovaní jeho sebaúcty, dôstojnosti, možnosti spolurozhodovať o svojom osude a pri akceptácii i podpore jeho schopností prevziať zodpovednosť za seba i svojich blízkych (Balagová 2016)

Obr. 2 Prínosy a negatíva obmedzenia právnej spôsobilosti u seniorov



Zdroj: autori

Záver

Je dôležité, aby umenie dôstojného starnutia a radostného prežitia jesene života bolo v rukách každého z nás tak, aby sme sa na sklonku života mohli postaviť starobe tvárou v tvár (Balogová 2005; 2016). Riešenie obmedzenia právnej spôsobilosti môže spočívať v sieti sociálnych pracovníkov, ktorí by v prípade seniora pôsobili ako dohľad v situáciách, kedy by mohlo dôjsť k zneužitiu pozície opatrovníka, a tak eliminovať ohrozenie ľudskej dôstojnosti seniora. Sociálna práca by dnes viac než inokedy predtým, vo svojom vývoji mala reagovať na vzniknuté existenčné problémy seniorov, a to aj v súvislosti s hľadaním svojej novej profesionálnej role tak, aby uviedla do rovnováhy ľudský potenciál prispôsobivosti a podmienky prostredia (Balogová 2016).

Poďakovanie a afiliácia

Príspevok vyšiel ako výstup z projektu VEGA ev. č. 1/0134/17 *Význam hodnotovej orientácie - očakávania a perspektívy mladej generácie z hľadiska jej uplatnenia na trhu práce* a VEGA ev. č. 1/0288/17 s názvom *Faktory inštitucionalizácie školskej sociálnej práce*.

Zoznam bibliografických odkazov

BALOGOVÁ, Beáta, 2005. *Seniori*. Prešov: Akcent print. ISBN 978-80-969274-1-8.

BALOGOVÁ, Beáta, 2016. *Sociálne témy a diemy seniorov*. Prešov: Prešovská univerzita v Prešove. ISBN 978-80-555-1687-5.

HAMADEJ, Martin a Beáta BALOGOVÁ, 2016. *Efektivita socioterapie u mentálne postihnutého dieťaťa*. Prešov: Prešovská univerzita v Prešove. ISBN 978-80-555-1731-5.

JURČOVÁ, Dušana, Ján MĚSZÁROS, PILINSKÁ, Viera, POTANČOKOVÁ, Michaela, ŠPROCHA, Bleha a VAŇO, Boris, 2010. Demografické trendy na Slovensku na začiatku nového milénia. In: *Slovenská štatistika a demografia*. Roč. 20, č. 3, s. 47 – 73. ISSN 1210 – 1095.

JURČOVÁ, Dušana a Boris VAŇO, 2011. Populačný vývoj na Slovensku v kontexte populačného vývoja v EÚ. In: *Demografická perspektíva EÚ a Európy pre 21. storočie a národnostné i etnické menšiny v krajinách EÚ*. Bratislava: SSZP a Úrad vlády SR. S. 5 – 13. ISBN 978-80-89356-36-2.

JURÍKOVÁ, Tatiana, 2014. Pozbavenie svojprávnosti hendikepovaných po novom [online]. Dostupné z: <https://www.slovenskypacient.sk/pozbavenie-svojpravnosti-hendikepovanych-po-novom/>

MITRÍKOVÁ, Jana, Alena, MADZIKOVÁ a Martina, LIPTÁKOVÁ, 2013. Vybrané aspekty kvality života seniorov – teoretický vstup do problematiky. In: *Folia geographica*. Roč. 21, č. LV, s. 84-106. ISSN 1336-6149.

SKYBA, Michaela, 2018. Teoretické východiská školskej sociálnej práce na Slovensku. Prešov: FF PU v Prešove. ISBN 978-80-555-2096-4.

ŠPROCHA Branislav, 2015. Vekové zloženie obyvateľstva v Slovenskej republike a krajoch a jeho prognóza do roku 2030, In: *Slovak Statistics and Demography*. Roč. 3, č. 25, s. 7-21. ISSN 1210-1095.

VAŇO, Boris, 2015. Editoriál. In: *Slovak Statistics and Demography*. Roč. 3, č. 25, s. 1-2. ISSN 1210-1095.

Zbavenie svojprávnosti zmeny v právnej uprave, 2017. [online]. Dostupné z: <https://www.akmv.sk/aktuality/obcianske-pravo/zbavenie-svojpravnosti-zmeny-v-pravnej-uprave-od-1.7.2016>, [cit. 2018-11-11].

Zákon č. 161/2015 Z. z. Civilný mimosporový poriadok

Násilie páchané na senioroch - rizikové faktory

Violence Against Seniors - Risk Factors

Ľubica LIBÁKOVÁ, Beáta BALOGOVÁ

Mgr. Ľubica Libáková, prof. PhDr. Beata Balogová, PhD.

Inštitút edukológie a sociálnej práce

Filozofická fakulta

Prešovská univerzita v Prešove

e-mail: lubicalibakova@gmail.com

e-mail: beata.balogova@unipo.sk

Abstrakt

Príspevok sa zameriava na charakteristiku násilia páchaného na senioroch. Teoreticky vymedzuje zlé zaobchádzanie so seniormi a analytické rámce problematiky zanedbávania, zneužívania a násilia páchaného na starších ľuďoch. Súčasne upriamuje pozornosť na rizikové faktory, ktorým sú starší ľudia vystavení a faktory zvyšujúce riziko ohrozenia násilím. V závere príspevok poukazuje i na možnosti riešenia tejto problematiky v kontexte sociálnej práce.

Kľúčové slová: Násilie páchané na senioroch. Ageizmus. Starší ľudia. Rizikové faktory.

Abstract

The article focuses on the characteristics of violence against seniors. In theory, it defines the ill-treatment of seniors and the analytical framework of neglect, abuse and violence against older people. At the same time, it draws attention to the risk factors that older people are exposed to and the risk factors that increase the risk of violence. In conclusion, the contribution points to the possibilities of solving this problem in the context of social work.

Keywords: Violence against seniors. Ageism. Older people. Risk factors.

Úvod

Problematika násilia páchaného na senioroch rezonuje v posledných desaťročiach i v oblasti sociálnej práce. Aj v súčasnosti predstavuje rozšírený, závažný a negatívny sociálno-patologický jav, ktorý sa vo vedomí ľudí i v reakciách verejných politík v prostredí *Slovenskej republiky* etabluje postupne. V kontexte ochrany starších ľudí ide predovšetkým o potrebu garancie ich práv a slobôd, ktorých napĺňanie zlyháva v prípadoch zanedbávania, zneužívania či páchania násilia. „Aj keď *Slovensko* patrí medzi menšinu krajín, kde je zlé zaobchádzanie so staršími ľuďmi veľkým problémom, paradoxne patrí medzi krajiny, kde sa takéto

správanie považuje (vníma) len za malý problém“ (Balogová 2013, s. 493). Riziko prístupu k seniorom a seniorkám sa spája s ich homogénnym vnímaním a to i napriek tomu, že predstavujú značne diferencovanú sociálnu skupinu - v kontexte ich vekovej stratifikácie, rodovej, vzdelanostnej, teritoriálnej, zdravotnej či inej odlišnosti (Balogová 2013, 2016; Balogová a Žumárová 2010). Ešte aj v súčasnej hypermodernej spoločnosti prevláda negatívny obraz o starnutí a starobe, ktorý je spájaný s prevládajúcimi stereotypmi, predsudkami a mýtmi o starších ľuďoch. V jeho dôsledku dochádza k zlému zaobchádzaniu so staršími ľuďmi, ktorí sú v spoločnosti vnímaní ako

neprínosní.

1 Násilie páchané na senioroch

Zlé zaobchádzanie so staršími ľuďmi je Svetovou zdravotníckou organizáciou (WHO 2002, in: Petrášová et al. 2015, s. 8) definované ako: „*ojedinelé alebo opakované nevhodné konanie, v rámci akéhokoľvek vzťahu, v ktorom sa očakáva dôvera a čoho následkom je poškodzovanie alebo ubližovanie starším ľuďom. Môže mať viaceré podoby, a to fyzické, psychické/emocionálne, sexuálne, finančné násilie alebo zámerné či nezámerné zanedbávanie*“. Medzi formy násilia a zlého zaobchádzania so staršími ľuďmi zaradzujeme i finančné a majetkové zneužívanie či zanedbávanie starostlivosti. K zlému zaobchádzaniu so starším človekom môže dochádzať v domácom, ale i v inštitucionalizovanom prostredí a to rodinnými príslušníkmi, manželom/manželkou, priateľmi, známymi, opatrovateľom/ opatrovateľkou a pod.

Charakteristickým znakom týrania a zanedbávania je dlhodobosť, periodicita a systémovosť. Predovšetkým opakovanie a rôzna kombinácia nasledujúcich skutočností sa spája s potvrdením podozrenia na zlé zaobchádzanie so seniormi: podvýživa, dehydratácia, hypotermia; mnohopočetné poranenia; časté hospitalizácie; neochota rodiny prevziať chorého z nemocničnej do domácej starostlivosti; prevoz nesebestačného pacienta na ošetrovanie či hospitalizáciu bez sprievodcu; podozrenie na podávanie neindikovaných liekov (utlmujúcich, hypnotík); úzkosť, depresia, apatia; kožné zápaly, neošetrené defekty a rany, preležaniny; syndróm degradácie, nízka osobná hygiena; neudržiavané oblečenie, zanedbaný a v zime

nevykurovaný byt (Petrášová et al. 2015).

Organizácia spojených národov (OSN 2013) v kontexte tejto problematiky vymedzila tri teoretické rámce, ktoré sú výskumníkmi a výskumníčkami najčastejšie využívané pri analýze problematiky zanedbávania, zneužívania a násilia páchaného na starších ľuďoch:

1. *zlé zaobchádzanie so staršími ľuďmi* - bez ohľadu na prostredie (domáce či inštitucionalizované), z dôvodu vyššieho veku a často zhoršeného zdravotného stavu sa staršie osoby stávajú zraniteľnejšími. Postavenie starších ľudí je i v dnešnej dobe spájané s mnohými predsudkami, nízkym sociálnym statusom, negatívnymi osobnostnými vlastnosťami a nízkymi kompetenciami (Balogová 2016).
2. *podvody na starších ľuďoch a ochrana starších ľudí* - ide o ochranu pred spôsobením ujmy alebo hrozbou ujmy staršej osobe ošetrovateľskou osobou alebo inou dôveryhodnou osobou, alebo pred zlyhaním pri ochrane staršej osoby alebo napĺňaní jeho/jej základných potrieb.
3. *násilie zo strany blízkej osoby* - tento druh násilia sa vyskytuje vo všetkých prostrediach, medzi všetkými socioekonomickými, náboženskými a kultúrnymi skupinami. Tento rámec je úzko spojený i s problematikou rodovo podmieneného násilia a násilia v intímnom partnerskom vzťahu a je preňho významný faktor rodu, keďže „ženy sú ohrozené týmto druhom násilia v nepomerne vyššej miere“ (Petrášová et al. 2015, s. 9).

Charakteristickou črtou súčasnosti je i feminizácia staršej populácie a s tým spojená osobitosť a špeci-

fickosť skupiny starších žien, ktoré sú alebo, ktoré boli vystavené násiliu zo strany svojho bývalého či súčasného partnera.

Vychádzajúc z Balogovej (2013, 2016) sa problematika zlého zaobchádzania so seniormi spája s dvomi rovinami: zlé zaobchádzanie so (zdravým) seniorom zo strany rodinných príslušníkov a zlé zaobchádzanie ako synergický efekt nezvládnutej agresivity (odkázaného) seniora voči opatrujúcej osobe (zlé zaobchádzanie v opatrovateľských vzťahoch). Na celospoločenskej rovine ide o diskrimináciu a zlé zaobchádzanie so seniormi v médiách, na mezoúrovni ide o ageizmus na úradoch a v sociálnej a zdravotnej oblasti a práve na mikroúrovni je možné identifikovať prítomnosť násilia páchaného na starších ľuďoch v ich prirodzenom prostredí a zariadeniach pre seniorov (Balogová 2009).

2 Rizikové faktory

Súčasná hypermoderná spoločnosť je charakteristická rýchlim vývojom a mnohými dynamickými zmenami spojenými s tlakom na zvládanie nových náročných životných situácií. Osobitnou skupinou, ktorá je takémuto tlaku vystavená sú starší ľudia, ktorí sú v mnohých prípadoch odkázaní na pomoc svojej najbližšej rodiny a okolia. Zároveň je ich postavenie v spoločnosti spojené s ich negatívnym vnímaním vychádzajúcim zo stále prevládajúceho negatívneho obrazu zapríčineného prevládajúcimi stereotypmi, predsudkami a mýtmi. K rizikám, ktorým sú vystavení môžeme zaradiť: vekovú diskrimináciu; sociálnu exklúziu - vylúčenie zo spoločnosti; finančné ťažkosti - nízke príjmy v starobe, ktoré nepostačujú na zabezpečenie

základných životných potrieb; nedostatok služieb a starostlivosti a nerovnosť prístupu k službám; generáciu intoleranciu (pracovné príležitosti, vedúce pozície, bývanie) - vnímanie starších ľudí rôznymi generáciami ako skupinu, ktorá predstavuje záťaž pre spoločnosť a rozpočet; podceňovanie potreby liečiť starších - diskriminácia v prístupe k zdravotným službám, zlý prístup lekárov a zdravotného personálu; osamelosť starších; vylučovanie a diskriminácia starších na trhu práce a v prístupe k zvyšovaniu kvalifikácie (nedostatok zručností v moderných technológiách a nových formách práce); zhoršenie orientácie v spoločenskom dianí a v medzigeneračnej komunikácii (nové aktivity, nová terminológia); zanedbávanie, zlé zaobchádzanie, týranie a zneužívanie hlavne nesebestačných jedincov (Gálisová 2011).

V závislosti od okolností tak môžu byť niektorí starší ľudia vystavení väčšiemu riziku zlého zaobchádzania. Kalvach (1995, in: Balogová 2009) rozlišuje štyri rizikové skupiny ku ktorým radí: obyčajné ženy, vdovy vo veku 70-80 rokov s nižším ako stredoškolským vzdelaním; dôchodcov na hranici chudoby, ale aj majetných starších ľudí; starších ľudí žijúcich v spoločnej domácnosti s príbuznými; bezbranné a zraniteľné osoby s fyzickým alebo mentálnym postihnutím.

V odbornej literatúre sú zároveň vymedzené i rizikové faktory zvyšujúce ohrozenosť zlým zaobchádzaním a násilím na starších ľuďoch. Zo širšieho hľadiska môžeme k hlavným rizikovým faktorom zaradiť: rodinnú dynamiku - históriu násilia, napätia a konfliktov v rodine, životný štýl rodiny, nenapĺňanie základných rodinných funkcií, zlé vzťahy medzi starými rodičmi a potomkami spojené s nepripravenosťou zvládnuť bremeno

staroby vlastného rodiča, závislosť - pokles sebestačnosti, závislosť detí od zdrojov rodičov, závislosť partnerov, ktorí považujú partnerky za zodpovedné za starostlivosť o svoje potreby (finančné, emocionálne a sexuálne) (a naopak), alebo závislosť seniora či seniorky; stres - predovšetkým vo vzťahu k poskytovanej starostlivosti; užívanie návykových látok a závislosť od alkoholu; fyzické alebo mentálne postihnutie; izoláciu - napr. od podporných služieb alebo sociálnych sietí. (DVRCV 2018; Kalvach et al. 2004). Z užšieho hľadiska vymedzuje rizikové faktory i Gálisová (2011), ktorá uvádza predovšetkým: zlý funkčný stav, stratu sebestačnosti; celkovo zlý zdravotný stav; sociálnu izoláciu (osamelosť, sekty, etnické komunity); súžitie s agresorom a závislosť na ňom. Tůma (1998, in: Balogová a Žumárová 2010; Tůma 1998, in: Balogová 2009) zdôrazňuje, že väčšina príčin a faktorov zlého zaobchádzania odzrkadľuje i postoj spoločnosti k starnutiu a starobe, a v súvislosti s tým vymedzuje štyri faktory, ktoré ovplyvňujú identifikáciu príčin zlého zaobchádzania so seniormi a to: spoločenské - ageizmus, urbanizácia, deprivácia a sociálny stres, chudoba, nezamestnanosť a spoločenská tolerancia násilia v médiách; závislosti - drogy, alkohol a lieky; iné rizikové faktory - konflikty a stres v rodine, nedostatok spoločenských a finančných zdrojov, existenčné problémy rodiny; a v kontexte inštitucionalizovanej starostlivosti ide o nevhodné rozloženie a nedostatok personálu, strata motivácie práce - syndróm vyhorenia.

Problematika ageizmu, násilia a zlého zaobchádzania so seniormi predstavuje zložitú problematiku. Prípady bezprostredného ohrozenia seniora alebo seniorky si vyžadujú

jeho/jej okamžité premiestnenie z rizikového prostredia. Gálisová (2011) vymedzuje hlavné možnosti riešenia tejto problematiky:

- poučenie seniora o jeho právach, možnostiach riešenia a pomocných inštitúciách,
- sprostredkovanie kontaktu s týmito inštitúciami,
- pomoc rodine vrátane ošetrovateľského poradenstva,
- aktivizácia sociálnej pomoci a miestnych úradov,
- aktivizácia ošetrovateľských a sociálnych služieb,
- aktivizácia občianskych, predovšetkým seniorských iniciatív,
- dočasné premiestnenie z rizikového prostredia,
- zaistenie dlhodobej ústavnej starostlivosti či zmena jej typu.

Dôležitou súčasťou je i šírenie osvedčenej a informovanosti starších ľudí o možnostiach riešenia a dostupných službách; realizácia diskusií v mediálnom priestore o reálnych prípadoch v praxi a uvádzanie pozitívnych a efektívnych spôsobov riešenia, prevencia a realizácia systémových opatrení na prevenciu a elimináciu násilia páchaného na senioroch vrátane dôslednej prevencie systémového ponížovania, diskriminácie - ageizmu (Gálisová 2011).

V kontexte feminizácie staršej populácie a problematike násilia páchaného na starších ženách môžeme konštatovať, že negatívne dôsledky prežitého násilia sa prejavujú na celkovej kvalite života žien. Staršie ženy majú v mnohých prípadoch pocit, že na zmenu v ich živote je už neskoro. Inklinujú k tradičným hodnotám v súvislosti s rodovými rolami, chápaním manželstva, rodiny a ochrany súkromia. U starších žien je prekážkou dlhá história vzťahu s násilným

partnerom; výraznejšia finančná závislosť od partnera; zhoršený zdravotný stav; sociálna izolácia; nedostatočná informovanosť o násilí páchanom na ženách a neznalosť služieb; nereflektovanie ich špecifických potrieb a absentujúca diskusia o násilí na starších ženách, ktoré vytvárajú podmienky ich niekoľkonásobného znevýhodnenia (Straka a Montminy 2006, in: Petrášová et al. 2015). V prípade ak sú ženy naďalej pracovne aktívne, dôsledky sa prejavujú i v ich profesionálnom rozvoji, v hľadaní zamestnania či jeho udržaní, v denných pracovných činnostiach, na ich profesijnej identite a povesti, finančnej stabilite ako aj fyzickom a psychickom zdraví. Vplyv prežitého násillia sa odzrkadľuje na podávaní nedostatočného pracovného výkonu, častých absenciách, fyzických a psychických problémoch vedúcich až k strate zamestnania, ktorá vedie k nedostatku finančných zdrojov a zároveň nemožnosti opustenia násilného partnera.

Afiliácia

Príspevok vznikol ako výstup z riešenia Projektu VEGA MŠVVaŠ SR č. 1/0134/17 Význam hodnotovej orientácie - očakávania a perspektívy mladej generácie z hľadiska jej uplatnenia na trhu práce.

Zoznam bibliografických odkazov

BALOGOVÁ, Beáta a Monika ŽUMÁROVÁ, 2010. Domáce tiesňové volanie ako pre-

vencia zlého zaobchádzania so seniormi. In: M. ŽUMÁROVÁ a B. BALOGOVÁ. *Medzigeneračné mosty*. Košice: Tlačiareň svidnícka, s.r.o. pre MENTA MEDIA, s.r.o., s. 131-144. ISBN 978-80-89392-23-0.

BALOGOVÁ, Beáta, 2009. *Seniori v spektre súčasného sveta*. Prešov: Akcent print. ISBN 978-80-89295-19-7.

BALOGOVÁ, Beáta, 2013. Násilie páchané na senioroch - zlé zaobchádzanie so seniormi. In: R. JANEBOVÁ, ed. *Spolupráce v sociální práci: Sborník z konference IX. Hradecké dny sociální práce Hradec Králové 21. až 22. září 2012*. Hradec Králové: Gaudeamus, s. 492-501. ISBN 978-80-7435-259-1.

BALOGOVÁ, Beáta, 2016. *Sociálne témy a dilemy seniorov*. Prešov: Prešovská univerzita v Prešove. ISBN 978-80-555-1687-5.

DVRCV, 2018. *Risk factors fo older people* [online]. [cit. 2018-10-10]. Dostupné z: <https://www.dvrcv.org.au/help-advice/older-people/risk-factors-older-people>

GÁLISOVÁ, Lubica, 2011. *Týranie, zneužívanie a zanedbávanie starších ľudí* [online]. [cit. 2018-10-10]. Dostupné z: <http://www.senior.sk/view.php?cislocianku=2011061702>

KALVACH, Zdeněk et al., 2004. *Geriatric a gerontologie*. Praha: Grada Publishing. ISBN 9788024770383.

OSN, 2013. *Neglect, Abuse and Violence against Older Women* [online]. [cit. 2018-10-10]. Dostupné z: <http://www.un.org/esa/socdev/documents/ageing/neglect-abuse-violence-older-women.pdf>

PETRÁŠOVÁ, Viera et al., 2015. *Osobitné skupiny ohrozených žien násilím - staršie ženy*. Bratislava: Inštitút pre výskum práce a rodin

Seniorský vek – návrat k vlastnej delikventnej mladosti

Senior Age – Return to own delinquent youth

Miriama ŠARIŠSKÁ, Beáta BALOGOVÁ

Mgr. Miriama Šarišská, prof. PhDr. Beáta Balogová, PhD.

Inštitút edukológie a sociálnej práce

Filozofická fakulta

Prešovská univerzita v Prešove

e-mail: miriama.sarisska1@gmail.com

e-mail: beata.balogova@unipo.sk

Abstrakt

Príspevok prezentuje biografickú reflexiu seniora vo vzťahu k jeho vlastnému správaniu v medziach delikvencie. Príspevok zachytáva retrospektívu a autoevalváciu seniora na delikventné prejavy vlastného správania v minulosti. Prvotná analýza pozostáva z identifikácie teoretických štruktúr. Vybranými koncepciami sú ekologické perspektívy, ktoré vyzdvihujú environment ako dôležitý jav ovplyvňujúci život človeka, a teda sú predmetom záujmu forenznnej sociálnej práce. Ďalej je to logoterapia E. Frankla a zameranie sa na hľadanie zmyslu života. Následne aj oblasť sociálnej patológie so špecifickou orientáciou na delikventné správanie až kriminalitu. Prínos príspevku pozostáva z poznania súčasného nazerania človeka v seniorskom veku na obdobie mladosti, ktorého súčasťou bolo aj porušovanie noriem. Tieto nazerania prinášajú možnosť pre zadefinovanie efektívnych preventívnych aktivít určených pre mládež vo vzťahu k porušovaniu noriem. Podobne môžu výsledky analýzy vyjasniť príčiny, ktoré vedú mladistvých k porušovaniu noriem. Zároveň môže slúžiť ako podklad pre ďalšie výskumné aktivity v tejto oblasti, a tak rozvoju forenznnej oblasti sociálnej práce so seniormi.

Kľúčové slová: Senior. Reflexia. Autoevalvácia. Delikventné správanie.

Abstract

The paper presents the biographical reflection of the senior in relation to his own behavior within the limits of delinquency. The post captures the retrospective and the self-assessing of senior to deceptive manifestations of their own behavior in the past. The initial analysis consists of the identification of theoretical structures. The selected concepts are ecological perspectives that highlight the environment as an important phenomenon affecting human life and are therefore the subject of forensic social work. Next, it is logotherapy of Viktor E. Frankl and a focus on finding a sense of life. Consequently, the field of social pathology with a specific orientation towards delinquent behavior to criminality. The contribution of the contribution consists of a knowledge of the current view of man in seniority for a period of youth, which also involved breaches of standards. These views provide an opportunity for defining effective preventive activities for young people in relation to breaches of standards. Similarly, the results of the analysis may clarify the causes that lead adolescents to breaking standards. At the same time it can serve as a basis for further research activities in this field and thus for the development of the forensic area of social work with the elderly.

Key words: Senior. Reflection. Self-evaluation. Delinquent behavior.

Úvod

Seniorský vek nesie so sebou množstvo zážitkov, spomienok, ktoré môžu byť prepojené aj na zážitky spojené s delikventným správaním. To nás

privádza k záujmu o skúmanie správania s delikventnými prejavmi z pohľadu seniora. Prezentované teoretické východiská ako ekologické perspektívy, logoterapia Viktora E. Frankla alebo sociálna patológia so

špecializáciou na delikvenciu, poslúžili k vytvoreniu teoretického podhubia pri výstavbe výskumných oblastí a neskôr otázok. Výsledky realizovanej individuálnej biografie seniora v sebe nesú zaujímavé retrospektívy, autoevalváciu, ale aj skúsenosti a zážitky, ktoré môžu prispieť k hlbšiemu porozumeniu delikventného správania a v konečnom dôsledku pochopenia životnej dráhy seniora.

1 Teoretická koncepcia ako základ pre výskumné zámery

Prvou vybranou koncepciou sú ekologické perspektívy²⁰, ktoré ako píše autor Germain (1979) sa objavujú v mnohých akademických disciplínach, a podobne aj v profesiách ako psychiatria, ošetrovateľstvo, vzdelávanie a psychológia ale aj sociálna práca. Ekológiu vo všeobecnosti prezentuje ako prepájanie vzťahov medzi osobami a aspektami prostredia. Ekologické perspektívy podľa autora poskytujú náhľad na povahu a dôsledky takýchto transakcií pre ľudí a pre spoločenské prostredie, v rámci ktorého pôsobia. Perspektíva sa zaoberá rastom, rozvojom a potenciálom ľudskej bytosti, a tiež vlastnosťami ich prostredia, ktoré buď podporujú alebo nepodporujú vyjadrenie ľudského potenciálu. Podobne aj sociálne fungovanie v rámci sociálnej práce sa špecifikuje na záujem o adaptačný potenciál ľudí a vlastností ich prostredia. Podľa autora je tak prax zameraná na zlepšenie transakcií medzi ľuďmi, aby sa zlepšili adaptačné kapacity a zlepšilo sa prostredie pre všetkých, ktorí

v nich fungujú. Podobne špecifikujú ekologické perspektívy autorky Levická a Levická (2012) píšuc, že ide o snahu zjednotenia medzi potrebami klienta a možnosťami, ktoré mu na ich uspokojenie ponúkne spoločnosť. Autor Navrátil (2001, s. 154) rovnako charakterizuje predmetné prístupy keď hovorí, že „*ekologická perspektíva vníma človeka a jeho prostredie ako jednotný systém v rámci konkrétneho kultúrneho a historického kontextu.*“ O obsahovosti sociálno-ekologických prístupov hovorí Balogová (2016) a pomenúva 3 základné orientácie záujmu, a to na:

- jednotlivca,
- jeho prostredie,
- vzťah medzi nimi.

Týmito charakteristikami môžeme deklarovať záujem ekologických perspektív o prepájanie osoby a prostredia, resp. vnímanie potreby kooperácie s oboma objektmi pre efektívne zmeny.

V rámci ekologických perspektív, pre účely vytvorenia stručného obrazu ich poznania, môžeme spomenúť aj life model, ktorý je tvorený základnými komponentami ako ľudský potenciál, prispôsobivosť a podmienky prostredia. Life model sociálnej práce je zameraný na: *silné stránky osoby* a jej túžbu napr. po zdravý, raste, budovaní potenciálu; *modifikáciu prostredia* rešpektujúc potreby osoby a *zlepšovanie vzťahu osoba – prostredie*, k čomu napomáha sociálna práca v rámci budovania vzťahu medzi klientom a sociálnym pracovníkom (Levická 2017).

V rámci poznania špecifického zámeru ekologických perspektív v sociálnej práci vidíme možnosť ich prepojenia na problematiku seniora a jeho pohľad na vlastné správanie (v medziach delikvencie) počas svojej mladosti. Aplikácie premietame pre-

²⁰ Sociálno-ekologické prístupy, resp. ekologické teórie patria (podobne ako aj prístup orientovaný na úlohy) k vlastným teóriám sociálnej práce (Mátl 2017).

zentované teoretické prístupy do problematiky delikventného správania seniora v čase jeho mladosti, a to zameraním na potreby seniora v čase mladosti a možnosti spoločnosti, ktoré slúžili na ich uspokojenie, resp. neuspokojenie a delikventné prejavy správania chápeme ako alternatívu uspokojovania potrieb.

Ďalším vybraným teoretickým konceptom v prípade analyzovanej problematiky je logoterapia Viktora E. Frankla. Frankl vysvetľoval logoterapiu ako učenie o zmysle, resp. učenie proti zmysluprázdnote (SLEA Slovensko 2018, [cit. 2018-10-24]). Logoterapia je považovaná za prístup, ktorý je v sociálnej práci dlhodobo používaný a patrí podobne ako aj napr. prístup orientovaný na človeka alebo transakčná analýza, medzi humanistické a existenciálne teórie (Mátel 2017a) a zároveň je považovaná aj za psychoterapeutický smer (Mátel 2017b). Širšie o logoterapii hovorí autor Navrátil (2001) keď popisuje, že proces práce logoterapeuta a klienta spočíva vo vedení pomáhajúceho rozhovoru, v rámci ktorého sa pozornosť zameriava na prítomné kapacity osobnosti klienta, ktoré sú využiteľné v jeho situácii. Zámer však nespočíva len v rozbere klientovej životnej situácie ale zásadným krokom je prebudenie klientovej motivácie k pozitívnym zmenám vo vlastnom živote. Koncept logoterapie sa taktiež opiera o budovanie slobody a zodpovednosti u klienta. Logoterapiu môžeme popísať aj troma piliermi, na ktorých sú postavené jej základy, a to už spomínaný zmysel života, sloboda vôle a vôľa k zmyslu. Zaoberanie sa koncepciou logoterapie je významne aj v celkovom kontexte forenznej sociálnej práce, pričom to dokazujú úspechy jej využívania pri zmene hodnotového rebríčka a vedeniu

k novému zmyslu života v práci so závislými osobami alebo pri práci s odsúdenými či duševne chorými klientmi (Mátel 2017b). Frankl sa v rámci logoterapie zamýšľal nad otázkami: Čo robí človeka človekom, čo je špecificky ľudské? Čo umožňuje človeku existenciálne žiť – prežiť naplnený a zdravý život? Koncepcia logoterapie a prezentované otázky nás privádzajú k aplikačnému rozmeru pre popisovanú problematiku, a síce Čo robí seniora seniorom a čo je pre neho špecificky ľudské? V tomto smere sa zameriavame na to, ako senior vníma vlastné správanie v medziach delikvencie počas svojej mladosti. Či išlo o správanie, ktoré bolo súčasťou jeho identity (identifikoval sa s ním), bolo súčasťou jeho osobnosti. Alebo slúžilo, ako sme už spomínali, len pre alternatívne možnosti uspokojenia potrieb, prípadne či to bol druh správania, ktorý bol prejavom typickej charakteristiky osobnosti mladistvého (napr. forma rebélie).

Treťou zvolenou teoretickou koncepciou bola samotná definícia delikvencie, resp. sociálnej delikvencie východiskovo zo sociálnej patológie. „*Sociálnej delikvencii je do značnej miery pripísaný status, subjektívne označenie, etiketa, nie objektívny jav. Poukazuje na historickú premenlivosť sociálnych noriem, t. j. čo sa v spoločnosti chápe ako sociálna deviácia a čo ako sociálne pravidlo*“ (Balogová et al. 2003, s. 7). Na deviáciu môžeme nazerať prostredníctvom dvoch rozdielnych teórií. Biosociologické teórie popisujú deviantné správanie ako „*kombináciu individuálnych biologických faktorov a vplyvov vonkajšieho prostredia. Enrico Ferri, vysvetľoval zločin ako následok faktorov, ktoré rozdelil do troch skupín: faktory antropologickej povahy (vek, pohlavie, organická stavba tela), fy-*

zické faktory (etnikum, ekonomická situácia)“ (Šlosár 2017, s. 64). Z pohľadu psychologických teórií, špecificky môžeme hovoriť o psychiatrickej, psychoanalytickej alebo o behaviorálnej tradícii. Psychopatológia opisuje deviáciu ako chorobu a treba ju liečiť. Psychoanalýza Freuda nazerá na deviáciu z pohľadu ovládania duševného života pudmi, pričom ak je niektorý potlačovaný je tu možnosť vzniku konfliktu (Šlosár 2017).

Z toho vyplýva, že deviantné správanie je výsledkom viacerých faktorov osobnosti, ktoré môžeme označiť bio-psycho-socio-spirituálnym modelom osobnosti, z dôvodu, že ak pozeráme na prezentované teórie, tak v každej zložke tohto modelu môže istým spôsobom dôjsť k narušeniu, ktoré bude viesť k deviantným prejavom v správaní. Nie je teda možné označiť za príčinu deviácie iba biologické alebo iba psychologické či iba sociálne faktory. Môžeme konštatovať, že na problematiku vzniku deviácie je potrebné nazeráť v celistvom obraze osobnosti a prostredia, v ktorom žije. Z tohto hľadiska sa aplikačne na problém deviantného správania seniora v čase jeho mladosti zameriavame napríklad na to, ako vtedajšia a ako súčasná spoločnosť špecifikuje jednotlivé deviantné prejavy, resp. čo považuje za deviantné správanie.

Prezentované teoretické východiská, ako už bolo uvedené, slúžili pre vytvorenie základu pre tvorbu výskumných otázok pre seniora. V nasledujúcej kapitole prezentujeme výskumnú stratégiu a výsledky, ktoré sme získali prostredníctvom biografickej reflexie seniora.

2 Biografická reflexia seniora

V zmysle cieľa predmetného príspevku zdôrazňujeme oblasť sebainterpretácie človeka ako jednu z významných charakteristík subjektivity. *„Zmysel našich sebainterpretácií spočíva podľa C. Taylora v tom, že nám pomáhajú utvárať náš život. Nie sú to iba idey len o nás, ale sú neodmysliteľnou súčasťou toho, čím sme. Sebainterpretácia je to, ako ľudia vidia či interpretujú sami seba, nie je všetkým, čo poznajú o sebe, ale je to životne dôležitý komponent ich identity, niečo, čo nemôže byť prehliadnuté“* (Balogová 2011, s. 81). Koncept sebainterpretácie, tak ako ho definuje autorka poukazuje na dôležitosť významu toho, ako človek popisuje sám seba. Ide o koncept, ktorý je obsiahnutý v živote každej osoby, a teda aj seniorov. Podstata sebainterpretácie, tak ako je uvádzaná, je zastúpená aj v oblasti skúmania vlastnej delikventnej mladosti seniora. V tomto zmysle, bolo pre nás dôležité práve to, aký ma senior názor a pohľad na svoje vlastné správanie. Ako toto správanie hodnotí, ako ho popisuje a aký k nemu zaujíma postoj.

Pre realizovaný kvalitatívny výskum bola zvolená osobná prípadová štúdia. Kvalitatívna analýza dát osobnej prípadovej štúdie podľa Hendla (2016) predstavuje podrobný popis určitého aspektu u jednej osoby. Pozornosť je v našom prípade venovaná minulosti, kontextovým faktorom a postojom, ktoré predchádzali určitej udalosti (deviantnému spávaniu). Skúmajú sa možné príčiny, determinanty, faktory, procesy a skúsenosti. Zámer, ktorý bol už vyššie spomínaný, koncipujeme v nasledujúcich oblastiach záujmu, z ktorých boli tvorené neskôr aj konkrétne otázky rozhovoru. Predmetné oblasti boli odvodené z teoretických

východísk, prezentovaných v prvej kapitole. Zaujímalo nás napr.:

1. vnímanie vlastného správania seniora, vo všeobecnom kontexte, v jeho vlastnom živote;
2. schopnosť špecifikovať vlastné správanie v medziach delikvencie;
3. subjektívne posúdenie vybraných delikventných javov vo vlastnom živote seniora;
4. popis nazerania na vlastné správanie seniora z pohľadu spoločnosti;
5. popis významu vlastného delikventného správania pre osobnosť seniora – identita;
6. súčasný názor na delikventné prejavy správania v období mladosti seniora.

Výskumnú vzorku v tomto prípade tvoril konkrétny senior, ktorý bol nami oslovený pre realizáciu prípadovej štúdie. Na základe toho môžeme hovoriť o nenáhodnom, zámernom výbere. Výsledky osobnej prípadovej štúdie považujeme za zaujímavé a v niektorých oblastiach prekvapujúce.

V prvej otázke sme sa chceli dozvedieť o potrebách, ktoré senior reflektuje z rôznych období jeho mladosti, a na tie sme následne smerovali ďalšie otázky. Použili sme psychologické členenie autorky Vágnerovej (2005), na základe ktorého senior definoval, ktoré z uvádzaných potrieb mal a aký k nim zaujíma postoj. V čase mladšieho školského veku (potreba spoločenského uznania a potreba citovej adaptácie) senior poznamenal problém v súvislosti so školským, resp. spoločenským systémom. Školské prostredie podľa neho v tom čase „sondovalo z akej rodiny pochádzame“ a kam žiakov následne zatriedili. Senior sa v tom čase považoval za člena robotníckej rodiny. Podobne podľa jeho vyjadrení

zistujeme, že školský systém zisťoval aj príslušnosť rodičov k vybranej politickej strane. Z jeho pohľadu naplnenie potreby spoločenského uznania nebolo možné nakoľko pri určení z akej spoločenskej vrstvy žiak pochádza znemožňovalo jeho postup vyššie. Naplnenie citovej potreby senior reflektuje podobne v negatívnejšej konotácii, nakoľko ju vzťahuje len k rovesníckej skupine. Obdobie stredného školského veku (potreba seberealizácie, potreba kontaktu s vrstovníkmi) sú opäť popísané v súvislosti so školským systémom. Senior uvádza neschopnosť uplatniť svoju potrebu seberealizácie, ktorá šla „ruka v ruke s potrebou spoločenského uznania“. Školský systém zatriedil žiakov do tried, pričom „už na druhom stupni každý v podstate vedel kto kam patrí“, a teda nedochádzalo tu k vytvoreniu priestoru pre napĺňanie vlastnej seberealizácie v úrovni, ktorú by si senior v tom čase pre seba predstavoval. Naopak potrebu kontaktu s rovesníkmi senior popisuje v pozitívnej línii trávenia voľného času s priateľmi, čiže táto potreba bola u seniora uplatňovaná. Potreba hľadania vlastnej identity v období dospievania nebola podľa seniora možná, a to primárne zo spoločenských dôvodov. Spoločensko-politický systém v tom čase bol podľa seniora udával kam bude žiak smerovať. „Ak sa v škole rozhodlo, že pôjdeš na učňovku a vonku zúril komunizmus spolu s verejnou bezpečnosťou alebo inými zložkami, tak sme na výber veľmi nemali. Aké uplatnenie si vtedy človek mohol vybrať? Takže o spoločenskom postavení bolo rozhodnuté.“ Oblasť vzťahových potrieb a potrieb zmyslu života v období dospelosti, senior popisuje v pozitívnej optike. Vzťahové potreby prepája s časom kedy sa oženil, a taktiež

„zmysel života sa hneď dostavil, narodila sa nám dcéra.“

Otázky smerujúce k spoločnosti a možnostiam pre vlastné uplatnenie a uspokojenie potrieb, senior komentuje nasledovne (otázka: *Ponúkala vtedajšia spoločnosť dostatočne možnosti na uspokojenie vašich potrieb? Ak áno aké?*). Senior popisuje vtedajšiu spoločnosť ako veľmi organizačnú a kontrolnú. Ich ponuky pre uplatnenie potrieb boli podľa seniora zbytočné, lebo „neboli v súlade s potrebami jeho slobodnej duše.“ Na základe toho, že senior nevnímal spoločnosť ako zdroj možností vhodných pre jeho naplnenie potrieb, v nasledujúcej otázke hovoril o tom, že on ani nechcel, aby spoločnosť napĺňala jeho potreby, pretože to čo chcel si splniť nemohol.

O prejavoch, ktoré kategorizujeme medzi delikventné, senior poznamenáva, že sa vtedy „kradlo aj viac ako teraz.“ K ďalším delikventným prejavom sa senior vyjadroval len veľmi stručne. Hovoril o tom, že toho bolo veľmi veľa, okrem drogovej činnosti. V otázkach sme sa opäť vrátili k užšiemu sociálnemu systému seniora a smerovali sme pozornosť na reakcie a prejavy jeho rodiny a blízkych k spomínaným delikventným prejavom v jeho správaní. Reakcie popisuje nasledovne:

- rodina: bola typicky katolícka, a tak sa odvíjali aj jej odmietavé reakcie na delikventné prejavy v správaní seniora,
- nadriadení: v zmysle vtedajšieho spoločenského systému sa senior odvolával na socialisticke nazeranie na jeho správanie, ktoré bolo opäť odmietavé z dôvodu neprístupnosti zo strany spoločnosti,
- priatelia: podľa seniora priateľom nevadili, resp. priatelia nereagovali na tieto prejavy

v správaní, nakoľko boli podľa seniora na „rovnakej lodi“.

V otázkach zameraných na spojenie delikventných prejavov a identity, senior reaguje negatívne. Toto správanie podľa neho nebolo súčasťou jeho identity, keďže v živote „boli aj pozitívne momenty a nebolo ich málo.“ Na ďalšie otázky v súvislosti s identifikáciou seniora a delikventných prejavov v správaní, sme dostali všeobecnú odpoveď v zmysle spoločenského nazerania a vplyvu osobnosti seniora na tento pohľad. V období jeho mladosti spoločnosť ponúkala možnosti pre uspokojenie jeho potrieb, avšak rôznymi spoločenskými akciami, ktoré však pre seniora neboli zaujímavé a z hľadiska subjektívneho vnímania nezaujmu o „hromadné až davové akcie“ sa ich nezúčastňoval. „Svoj čas som si vedel zorganizovať sám podľa seba a podľa svojej rodiny.“ Na otázku rozdielnosti v spoločenskom nazeraní na vtedajšie a súčasné delikventné prejavy v správaní ľudí senior reaguje neutrálnou odpoveďou: „nevnímam rozdiely v posudzovaní, pretože to čo bolo vtedy som už hodil za hlavu a momentálne pozorujem podobné podpásové črty spoločnosti.“

Na základe prezentovaného môžeme povedať, že senior má vytvorený vlastný nemenný obraz o spoločenskom riadení a organizácii, ktorý na základe jeho výpovedí, v širokej miere ovplyvňuje aj subjektívne vnímanie. Domnievame sa, že spoločnosť, v ktorej senior v čase vlastnej mladosti vyrastal, nebola priaznivo, resp. pozitívne nastavená pre to, čo senior žiadal. Nedošávalo sa mu možností, ktoré si predstavoval, že potrebuje. Spoločenské dianie nastavené hromadne a rovnako pre všetkých nepredstavovalo vysokú mieru záujmu o jednotlivca, ktorého zároveň už

v mladom veku definovali prostredníctvom skúmania rodinných predispozícií a orientácie na politický systém. Z výpovede seniora vyplýva, že tzv. labelling, bol v tom čase prítomným a bežným javom, a tým sa degradovala osobnosť človeka, ktorého nálepka radila do istej triedy a určovala smer jeho ďalšieho postupu. V zmysle skúmania delikventných prejavov u seniora bádame ich prítomnosť v období jeho mladosti. Senior sa však s týmto správaním subjektívne neidentifikoval, rozumie tomu skôr ako sprievodnému javu vyplývajúcemu s konkrétnych situácií. Pohľad spoločnosti na tieto prejavy v správaní seniora boli podmienené opäť spoločenským a politickým riadením, podobne aj v prípade nadriadených v pracovných vzťahoch seniora. Pohľady rodiny seniora boli podmienené silným vierovyznaním, ktoré odmietalo tieto typy správania. Senior poznamenal, že rovesníci nereagovali na tento druh správania žiadnym výrazným spôsobom, nakoľko boli v podobných okolnostiach a zažívali podobné situácie.

Záver

Predmetná analýza popisovaná v príspevku štruktúrne definuje teoretické východiská vo vzťahu k delikventnému správaniu, a to v úrovni individuálnej a spoločenskej. Vybrané teoretické koncepcie a ich rozpracovanie ponúkajú široký pohľad na skúmanú problematiku. Ich aplikácia do empirickej časti pomohla k ujasneniu zámeru a prípade oblastí, ktoré chceme identifikovať. Empirická časť predstavuje v užšom popise metodológiu výskumu. Následne popisujeme vybrané výsledky, resp. poznatky získane prostredníctvom prípadovej

štúdie seniora, ktoré sú sprevádzané aj jeho vlastnými citovanými výrokmami.

Poznatky, ktoré sme prostredníctvom predmetnej štúdie získali nám poskytli pohľad na situáciu seniora reflektujúceho vlastné delikventné prejavy v správaní. Odpovede naznačujú spoločensko-politické dianie v čase mladosti seniora v širokej miere. Vnímame vysoký vplyv tohto diania na sociálne fungovanie seniora, ktoré sa premietalo odmietavým prístupom. Podobne vnímame negatívny postoj seniora voči posudzovaniu vlastného správania, ktoré komentoval v neutrálnom zmysle. Naše očakávania v prvotnej tvorbe výskumných zámerov, neboli úplne naplnené. Očakávali sme, že senior bude konkrétne definovať delikventné prejavy vo svojom správaní, uvedie ich konkrétny popis a bude reflektovať ich prepojenie na vlastnú identitu. Avšak ani jedno z týchto očakávaní nebolo naplnené. Ako dôvod považujeme osobnosť seniora, ktorá je zameraná subjektívne na vlastné potreby a hľadanie možností ich uspokojenia. Tento jav vnímame vo výpovediach seniora pričom sú v zhode s jeho s osobnosťou v čase jeho mladosti ale aj v súčasnosti.

Získané poznatky nás však privádzajú k tomu, že naše súčasné nazeranie na seniorov a ich posudzovanie spoločnosti nie vždy musí korešpondovať s realitou. Z výpovede seniora môžeme hovoriť o sociálnom dianí vtedajšej spoločnosti, ktorá do vysokej miery ovplyvňovala život jej členov, pri čom neposkytovala voľnosť, resp. slobodu v rozhodovaní. Môžeme konštatovať, že tieto identifikované črty sa premietajú vo posudzovaní a prežívaní súčasných seniorov. Záverom dodávame pozitívne kontexty získaných zistení, a to v oblasti nazerania na životnú dráhu

seniora, ktorá zo sociálneho pohľadu bola sprevádzaná negatívnymi reflexiami avšak súkromný život zahŕňajúci vzťahové rámce s vlastnou rodinou a rovesníkmi boli prežívané v pozitívnych líniiach.

PodĎakovanie a afiliácia

Príspevok vyšiel ako výstup z projektu VEGA ev. č. 1/0134/17 *Význam hodnotovej orientácie - očakávania a perspektívy mladej generácie z hľadiska jej uplatnenia na trhu práce*.

Zoznam bibliografických odkazov

- BALOGOVÁ, Beáta et al., 2003. Vybrané kapitoly zo sociálnej patológie. Prešov: Pravoslávna Bohoslovecká fakulta PU. ISBN 80-8068-183-X.
- BALOGOVÁ, Beáta, 2011. Zmysel života seniora. In: BALOGOVÁ, Beáta et al., 2011. O zmysle života. Beograd : Academy of Serbian Orthodox Church, s. 67-92. ISBN 978-86-86805-37-9.
- BALOGOVÁ, Beáta, 2016b. Charakteristika sociálnej práce – vybrané teórie a metódy sociálnej práce. In: BALOGOVÁ, Beáta et al., 2016. *Kompendium sociálnej práce pre magisterský stupeň štúdia*. Prešov: Pavol Šidelský Akcent Print, s. 8 – 32. ISBN 978-80-89295-70-8.
- GERMAIN B. Carel, 1979. Introduction: Ecology and Social work. In: GERMAIN B. Carel ed., 1979. *Social work practice, people and environments and ecological perspective*. New York: Columbia University Press. 1 – 22 s. ISBN 0-231-04332-5.
- LEVICKÁ, Jana a Katarína LEVICKÁ, 2012. *Sociálno-ekologický prístup*. In: LEVICKÁ, Jana et al., 2012. *Ekosociálne prístupy v sociálnej práci*. Trnava: Oliva, s. 9-29. ISBN 978-80-89332-14-4.
- LEVICKÁ, Jana, 2017. Life model (angl. Life model of social work). In: BALOGOVÁ, Beáta a Eva ŽIAKOVÁ eds., 2017. *Vademecum sociálnej práce. Terminologický slovník*. Košice: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach. 64-65 s. ISBN 978-80-8152-483-7.
- MÁTEL, Andrej, 2017a. Teória sociálnej práce (angl. Theory of social work). In: BALOGOVÁ, Beáta a Eva ŽIAKOVÁ eds., 2017. *Vademecum sociálnej práce. Terminologický slovník*. Košice: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach. 76-77s. ISBN 978-80-8152-483-7.
- MÁTEL, Andrej, 2017b. Existenciálne teórie a logoterapia (angl. Existential theories and logotherapy). In: BALOGOVÁ, Beáta a Eva ŽIAKOVÁ eds., 2017. *Vademecum sociálnej práce. Terminologický slovník*. Košice: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach. 55-56 s. ISBN 978-80-8152-483-7.
- NAVRÁTIL, Pavel, 2001. *Teorie a metody sociální práce*. Brno: Marek Zeman. ISBN 80-903070-0-0.
- SLEA Slovensko, 2018. *Existenciálna analýza a logoterapia* [online]. [cit. 2018-10-24]. Dostupné z: <http://www.slea.sk/ea-a-logoterapia/>
- ŠLOSÁR, Dušan, 2017. Kriminologické teórie (angl. Criminological theories). In: BALOGOVÁ, Beáta a Eva ŽIAKOVÁ eds., 2017. *Vademecum sociálnej práce. Terminologický slovník*. Košice: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach. 64 s. ISBN 978-80-8152-483-7.
- VÁGNEROVÁ, Marie, 2005. *Základy psychologie*. Praha: Karlová univerzita. ISBN 80-246-0841-3.

Self care - starostlivosť o seba s dôrazom na všímavosť u seniorov

Self-care with an emphasis on mindfulness in seniors

Martin KNUROVSKÝ, Beáta BALOGOVÁ

Mgr. Martin Knurovský, prof. PhDr. Beáta Balogová, PhD.

Inštitút edukológie a sociálnej práce

Filozofická fakulta

Prešovská univerzita v Prešove

e-mail: martinknurovsky0@gmail.com, Martin.Knurovsky@smail.unipo.sk

e-mail: beata.balogova@unipo.sk

Abstrakt

V príspevku pojednávame o Self care – starostlivosti o seba s dôrazom na všíímavosť. Predmetná téma sa dotýka seniorov, kde za dôležité pokladáme zlepšenie kvality ich života. Podporu kvality života vidíme okrem starostlivosti o seba zo strany seniorov aj v zdrojoch ich spoločenskej podpory. Cieľom príspevku je identifikovať riziká starostlivosti o seba z dôvodu zmien vyplývajúcich v procese starnutia a následnej etapy vstupu do dôchodku.

Kľúčové slová: Self care. Starostlivosť o seba. Seniori. Dôchodkový vek. Sociálna práca. Kvalita života.

Abstract

In this article we discuss self care - self-care with emphasis on mindfulness. This topic affects seniors, where we consider it important to improve the quality of their lives. The importance of quality of life is not only attributed to the self-care of seniors but also to the source of their social support. The goal of the contribution is to identify the risks of self-care due to changes resulting from retirement.

Key words: Self care. Care for yourself. Seniors. Retirement age. Social work. Quality life.

1 Starostlivosť o seba jej súčasný stav poznania

V podmienkach Slovenskej republiky téma starostlivosti o seba postupne začína rezonovať v rôznych oblastiach spoločenského života. V súčasnosti sa v súvislosti so starostlivosťou o seba stretávame s pojmom Self care, čo považujeme za celosvetové chápanie v odboroch, ako je sociálna práca, psychológia, pedagogika a pod.. Jej význam narastá nielen pri pracovnom výkone, ale aj u osôb po vstupe do dôchodku.

V súčasnosti obsah rozpracovanosti starostlivosti o seba poznamenáva viacero literatúr. Za základnú a relevantnú považujeme publikáciu Lovaša (2014), kde starostlivosť o seba predstavuje súbor zámerných aktivít smerujúcich k zlepšeniu a podpore zdravia, psychickej pohody (well-beingu) a osobného rozvoja jedinca. Z tohto pohľadu je zrejmé, že ide o aktivity

zamerané na vnútorné potreby, aktivity smerujúce ku kvalite života a osobným potrebám človeka. Podobné vymedzenie, ktoré vymedzuje podstatu starostlivosti o seba je tvrdenie Balogovej, Miller, Poklembovej (2017, [cit. 2018-05-14]), kde starostlivosť o seba spájajú so psychohygienou a je neoddeliteľnou súčasťou individuálnej psychológie jedinca.

Vyplývajú z tohto tvrdenia je zrejmé, že starostlivosť o seba je úzko prepojená s podporou zdravej psychológie človeka.

Oblasť starostlivosti o seba, ktorá bola predmetom konferencie na pracovisku Filozofickej fakulty Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, ako projekt APVV²¹, ktorého výsledkom bol zborník príspevkov s názvom *Pomáhajúce profesie a starostlivosť o seba z pohľadu psy-*

²¹ Agentúra na podporu výskumu a vývoja

chológie a sociálnej práce. V tomto zborníku sa opierame o príspevok Balogovej, Millera, Poklembovej (2017), Mesárošovej (2017), Šiňanskej, Tholtovej (2017), či Lichnera a Halachovej (2017). Predmetnými témami príspevkov boli otázky starostlivosti o seba u sociálnych pracovníkov/pracovníčok, negatívnych dôsledkov zanedbanej starostlivosti o seba v pomáhajúcich profesiách, či možnosti využitia pracovného prostredia v prospech starostlivosti o seba, ktoré úzko súvisia so vstupom do dôchodku.

Vo vzťahu zamerania nášho príspevku, je potrebné vymedziť miesto starostlivosti o seba v sociálnej práci, ktorá úzko súvisí s problematikou seniorov. V našich podmienkach sa stretávame s využitím starostlivosti o seba v sociálnej práci najmä v súvislosti so supervíziou, koučingom, či celkovo so sociálnymi intervenciami.

Z legislatívneho hľadiska, je starostlivosť o seba spájaná v súvislosti so sociálnou prácou so *Zákonom 311/2001 Z. z. o Zákonníku práce. Ďalej o zmene a doplnení zákona č. 455/1991 Zb. o živnostenskom podnikaní. Zákonom č. 219/2014 Z. z. o sociálnej práci*, kde sa prikláňame k § č. 36. a 41., podľa ktorých sociálny pracovník je oprávnený používať titul „sociálny pracovník“ a je dôležité sústavné odborné vzdelávanie v oblasti sociálnej práce. Dôležité je spomenúť *Zákon č. 5/2004 Z. z. o službách zamestnanosti a o zmene a doplnení niektorých zákonov*.

V kontexte so seniormi je relevantný *Zákon č. 448/2008 Z. z. o sociálnych službách*, konkrétne § 6, kde starostlivosť o seba úzko súvisí s právami prijímateľa pri poskytovaní sociálnej služby. *Zákon č. 36/2006 Z. z. o rodine*, konkrétne v § č. 18,

podľa ktorého sú rodičia povinní žiť spolu, byť si verní, vzájomne rešpektovať svoju dôstojnosť, pomáhať si, starať sa spoločne o deti a vytvárať zdravé rodinné prostredie. V tomto ponímaní, starostlivosť o seba súvisí v rámci našej témy s rolou otca a matky pri plnení si pracovných povinností. V rámci tohto zákona pripisujeme dôležitosť § č. 28 a právam a povinnostiam rodičov pri výchove detí.

V oblasti aktuálneho stavu poznania starostlivosti o seba považujeme za významné spomenúť výskumné zameranie v rámci *Slovenska*. V našich podmienkach sa aktívne venujú otázke starostlivosti o seba v sociálnej práci vedecké tímy pracovníkov, ktoré sú súčasťou *Inštitútu edukológie a sociálnej práce na Prešovskej univerzite v Prešove, Katedry psychológie alebo Katedry sociálnej práce na Univerzite Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach*.

V medzinárodnom kontexte sa otázke starostlivosti o seba venuje *University of Kentucky* v USA. Význam pripisujeme výskumu, zameranom na potreby sociálnych pracovníkov/ pracovníčok, ktorý vznikol v spolupráci medzi *College of Social Work University of Kentucky* a s *Inštitútom edukológie a sociálnej práce na Prešovskej univerzite v Prešove*.

Oblasti starostlivosti o seba sa začína v podmienkach *Slovenska* venovať čoraz väčšia pozornosť. Z uvedeného pokladáme self-care starostlivosť o seba v nami riešenej problematike za veľmi dôležitú súčasť života u osôb pri vstupe do dôchodku. Pričom je dôležité nevnímať starnutie, ako nepriaznivú fázu života seniora.

2 Starostlivosť o seba a jej význam u seniorov

Vo vzťahu k starostlivosti o seba – Self care u seniorov pri vstupe do dôchodku nastáva niekoľko odlišností a zmien. V porovnaní s ich predchádzajúcou druhou fázou života, tieto odlišnosti a zmeny vznikajú hlavne zmenou životného štýlu, zmenou povinností, či kvality života (Janiš, Skopalová 2016). Každá zmena pri vstupe do dôchodku má svoje

opodstatnenie a pripisujeme jej dôležitý význam.

Zmeny, ku ktorým dochádza pri vstupe do dôchodku popisuje Křivohlavý (2011), pričom sa týkajú hlavne vonkajšieho správania, vzťahom k druhým, sociálnej komunikácie a spoločenského statusu.

Tab. 1 Zmeny spôsobené vstupom do dôchodku

Pred dôchodkom	Po vstupe do dôchodku
stály nedostatok času	dostatok, nadbytok času
náplň času mi určí niekto druhý	to čo budem robiť, si stanovujem sám
nemám čas pre seba	mám dosť času pre seba
umenie fungovať	umenie žiť
ponáhľanie sa	uvoľnenie
stres a distres	eustres (príjemné vnútorné napätie)
zážitky	pokoj
úspech	osobné dozrievanie
horizontála života	vertikála života
absolútne seba - vydanie	ísť do seba
pripútanie sa k zamestnaniu	odpútanie od práce
ponorenie sa do práce	ponorenie sa do seba
seba - realizácia	sebapoznávanie
záujem získať a mať	záujem niekým byť
duševné strádanie	duševné naplňovanie
vnútorná choroba	vnútorné obohacovanie
vonkajšie bohatstvo	vnútorné bohatstvo
hektické udalosti	pokojnejšie plynutie času
vnútorný pokoj	ustaľovanie vnútorného pokoja
stály kolobeh a zhon	uvoľnenie
úzkosť a strach, ako to dopadne	pokojné očakávania
hyperkativita	pokoj

Zdroj: Křivohlavý (2011, s. 23)

V súvislosti s uvedenými zmenami chápeme starnutie, ako dlhodobý proces zmien, ktorý je prevádzaný symptómami s výraznou interindividuálnou variabilitou v priebehu starnutia, ako aj intenzitou (Lovaš 2014). Pohľad na starnutie sa dá vnímať, ako proces, ktorý v súčasnosti so sebou prináša pozitívne perspektívy. Na druhej strane je potrebné upozorniť aj na negatíva

nastávajúce v procese starostlivosti. Tieto negatíva popisuje Potášová, Golecká (2004) v rámci *deficitného modelu starnutia*, keď zdôrazňujú involučné zmeny fyzickej, psychickej sociálnej, pracovnej, či zdravotnej oblasti seniora. Je potrebné nazerať na tieto zmeny z určitého nadhľadu, pričom podstatou je hľadať v nich pozitíva. Zmeny vznikajúce prechodom z druhej fázy života do tretej fázy života (Křivohlavý 2011):

- meniaci sa identita,
- meniace sa spoločenstvo ľudí, s ktorým prichádzame do styku,
- meniace sa zameranie záujmov,
- meniaci sa postoj k tomu, čo bolo, čo je a čo bude,
- mení sa aj to, čo od života chceme.

Starostlivosť o seba po vstupe do dôchodku predstavuje významnú fázu podporujúcu pozitívne zmeny v živote seniorov. Za dôsledok pozitívnej starostlivosti o seba považujeme zlepšenie kvality života a voľného času seniorov. V spojitosti self-care starostlivosti o seba a vstupom do dôchodku je možno tvrdiť, že dôchodok nepredstavuje v živote seniora negatívnu fázu života. Dôležitý je pozitívny prístup a postoj k životu.

Napriek prednesenému, Self-care a starostlivosť o seba v dôchodkovom veku so sebou prináša aj riziká. Tieto riziká smerujú v rámci starostlivosti o seba hlavne k narušeniu autonómie seniorov, čo môže výrazne ovplyvniť už vyššie spomenuté, zdravie, well-being, či psychohygienu seniora/ky. Podľa Sýkrovej (2004, in: Žumárová, Balogová 2009), autonómia predstavuje dôležitú hodnotu v živote seniora. Výrazne ovplyvňuje jeho kvalitu života a určuje sebaurčenie, nezávislosť, slobodu a kontrolu nad rozhodovaním. Autonómia teda určuje samostatnosť seniorov vo vykonávaní aktivít bez pomoci, v rozhodovaní a presadzovaní vlastných názorov, taktiež v starostlivosti o seba a minimalizovať závislosť na rodine, iných osobách.

3 Riziká Self-care starostlivosti o seba u seniorov pri vstupe do dôchodku

V rámci projektu budúceho výskumu sa venujeme negatívnym zmenám a rizikám Selfcare starostlivosti o seba u seniorov pri vstupe do dôchodku. Opierajúc sa o vyššie uvedené poznatky pokladáme za dôležité definovať tieto zmeny a riziká a predchádzať im.

Hlavným cieľom v empirickej časti je identifikovať riziká starostlivosti o seba – Self-care u seniorov z dôvodu zmien vyplývajúcich vstupom do dôchodku. Z tohto cieľa sú naformulované výskumné otázky:

1. Aké zmeny a riziká najčastejšie definujú seniori po vstupe do dôchodku s dôrazom na starostlivosť o seba zameranú na všímavosť?
2. Čo spôsobuje zmeny v živote seniorov pri vstupe do dôchodku?
3. Aké zmeny a riziká definujú seniori v domácom prostredí?
4. Aké zmeny a riziká definujú seniori v zariadeniach sociálnych služieb (zariadenie pre seniorov, denný stacionár)?
5. Aké sú možnosti predchádzať negatívnym zmenám a rizikám u seniorov pri vstupe do dôchodku v podmienkach Slovenskej republiky?

Empirická časť je realizovaná v rámci kvalitatívnej stratégie, ktorá primárne vychádza zo zakotvenej teórie. Podľa Handla (2005, s. 125) je cieľom zakotvenej teórie „*návrh teórie pre fenomény v určitej situácii, na ktoré je upriamená pozornosť výskumníka. Vznikajúca teória je zakotvená v dátach, získaných v priebehu štúdie*“. Zakotvená teória, opierajúc sa o toto tvrdenie pomáha zisťovať nové riziká starostlivosti o seba – self-care s dôrazom na všímavosť. Kvalitatívnu stratégiu budeme realizovať pomocou pološtruktúrovaného účelového rozhovoru.

Výskumná vzorka bude v tomto prípade tvorená 4 seniormi:

- dvaja seniori žijúci v domácom prostredí, z toho jedna žena a jeden muž,
- dvaja seniori žijúci v zariadení sociálnych služieb, z toho jedna žena a jeden muž.

Výber výskumnej vzorky sa bude opierať o teóriu saturovanosti, ktorá sa podľa Hendla (2005), vykonáva dovtedy, pokiaľ ďalšie nové dáta neprispievajú k objavovaniu nových zistení.

Záver

Predneseným textom vymedzujeme pojem starostlivosť o seba – self-care v podmienkach Slovenska z pohľadu viacerých autorov, význam self-care v sociálnej práci s prepojením na legislatívu a jej význam u seniorov po vstupe do dôchodku. Opierame sa predovšetkým o definíciu Lovaša (2014), Balogovej, Miller, Poklebovej (2017), poukazujeme na významnú spoluprácu vedeckých tímov pracovníkov v rámci *Inštitútu edukológie a sociálnej práce na Prešovskej univerzite v Prešove, Katedry psychológie alebo Katedry sociálnej práce na Univerzite Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach*. Za podstatu starostlivosti o seba self-care u osôb pri vstupe do dôchodku považujeme zlepšenie kvality života a efektívne využitie voľného času, čo stagnuje myšlienku vstupu do dôchodku, ako negatívnej fázy života seniora. Zároveň prezentujeme výskumný projekt, ktorého zámerom je skúmať riziká a zmeny Self-care starostlivosti o seba u seniorov pri vstupe do dôchodku. Predpokladom zistení je, že definovanie rizík a zmien umožní predchádzať negatívnym javom v self-care starostlivosti o seba u seniorov.

PodĎakovanie a afiliácia

Príspevok vyšiel ako výstup z projektu VEGA ev. č. 1/0134/17 *Význam hodnotovej orientácie - očakávania a perspektívy mladej generácie z hľadiska jej uplatnenia na trhu práce* a VEGA ev. č.1/0288/17 s názvom *Faktory inštitucionalizácie školskej sociálnej práce*.

Zoznam bibliografických odkazov

- BALOGOVÁ, Beáta, MILLER, Justin Jay a Zuzana POKLEBOVÁ, 2017. Starostlivosť o seba v sociálnej práci v podmienkach Slovenska – participácia na medzinárodnom Výskume Univerzity Kentucky. In: M. KOVEROVÁ, M. MESÁROŠOVÁ eds. *Pomáhajúce profesie a starostlivosť o seba z pohľadu psychológie a sociálnej práce: recenzovaný vedecký zborník vzniknutý z príspevkov konferencie. Negatívne dôsledky vykonávania pomáhajúcich profesií konanej dňa 19. - 20. októbra 2017 v Košiciach* [online]. Košice: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, s. 75-82 [cit.2018-06-28]. ISBN 978-80-8152-606-0. Dostupné z: <https://unibook.upjs.sk/img/cms/2018/ff/pomahajuce-profesie-web.pdf>
- HENDL, Jan, 2005. *Kvalitatívny výzkum. Základní metody a aplikace*. Praha: Portál. ISBN 80-7367-040-2.
- JANIŠ, Kamil a Jitka SKOPALOVÁ, 2016. *Volný čas senioru*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5535-9.
- KOVEROVÁ, Miroslava a Margita MESÁROŠOVÁ et al., 2018. *Pomáhajúce profesie a starostlivosť o seba z pohľadu psychológie a sociálnej práce*. Košice: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika, Filozofická fakulta. ISBN 978-80-8152-606-0.
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro, 2011. *Stárutí z pohledu pozitivní psychologie*. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-3604-4.
- LICHNER, Vladimír a Magdaléna HALACHOVÁ, 2017. Starostlivosť o seba u sociálnych pracovníkov v kontexte pracovného prostredia. In: M. KOVEROVÁ, M. MESÁROŠOVÁ eds. *Pomáhajúce profesie a starostlivosť o seba z pohľadu psychológie a sociálnej práce: recenzovaný vedecký zborník vzniknutý z príspevkov konferencie Negatívne dôsledky vykonávania*

- pomáhajúcich profesií konanej dňa 19. - 20. októbra 2017 v Košiciach* [online]. Košice: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, s. 83-93. ISBN 978-80-8152-606-0. Dostupné z: <https://unibook.upjs.sk/img/cms/2018/ff/pomahajuce-profesie-web.pdf>
- LOVAŠ, Ladislav et al., 2014. *Psychologické kontexty starostlivosti o seba*. Košice: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika. ISBN 978-80-8152-196-6.
- MESÁROŠOVÁ, Margita, 2017. Psychická záťaž vo vzťahu k starostlivosti o seba u pomáhajúcich profesionálov. In: M. KOVEROVÁ, M. MESÁROŠOVÁ eds. *Pomáhajúce profesie a starostlivosť o seba z pohľadu psychológie a sociálnej práce: recenzovaný vedecký zborník vzniknutý z príspevkov konferencie Negatívne dôsledky vykonávania pomáhajúcich profesií konanej dňa 19. - 20. októbra 2017 v Košiciach* [online]. Košice: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, s. 103-116. ISBN 978-80-8152-606-0. Dostupné z: <https://unibook.upjs.sk/img/cms/2018/ff/pomahajuce-profesie-web.pdf>
- POTÁŠOVÁ, A. a L. GOLECKÁ, 2004. Intervening program of the aged: Reinforcement of accommodative behavior. In: L. LOVAŠ. *Psychologické kontexty starostlivosti o seba*. Košice: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, s. 40. ISBN 978-80-8152-196-6.
- SKYBA, Michaela, 2018. Teoretické východiská školskej sociálnej práce na Slovensku. Prešov: FF PU v Prešove. ISBN 978-80-555-2096-4.
- ŠIŇANSKÁ, Katarína a Simona THOLTOVÁ, 2017. Starostlivosť o seba v skupine terénnych sociálnych pracovníkov. In: M. KOVEROVÁ, M. MESÁROŠOVÁ eds. *Pomáhajúce profesie a starostlivosť o seba z pohľadu psychológie a sociálnej práce: recenzovaný vedecký zborník vzniknutý z príspevkov konferencie Negatívne dôsledky vykonávania pomáhajúcich profesií konanej dňa 19. - 20. októbra 2017 v Košiciach* [online]. Košice: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, s. 103-116. ISBN 978-80-8152-606-0. Dostupné z: <https://unibook.upjs.sk/img/cms/2018/ff/pomahajuce-profesie-web.pdf>
- ŽUMÁROVÁ, Monika a Beáta BALOGOVÁ, 2009. *Medzigeneračné mosty*. Tlačiareň svidnícka: MENTA MEDIA. ISBN 978-80-8939208-7.
- Zákon č. 448/2008 Z. z. o sociálnych službách v znení neskorších predpisov.
- Zákon č. 455/1991 Zb. o živnostenskom podnikaní v znení neskorších predpisov.
- Zákon č. 219/2014 Z.z. o sociálnej práci v znení neskorších predpisov.
- Zákon č. 5/2004 Z. z. o službách zamestnanosti a o zmene a doplnení niektorých zákonov
- Zákon č. 36/2006 Z. z. o rodine v znení neskorších predpisov.

Diskriminácia starších ľudí ako nové sociálne riziko v kontexte sociálnej politiky

Discrimination against older people as (old) new social risk in the context of social policy

ANNA JAŠKOVÁ

Mgr. Anna Jašková, PhD.
 Inštitút edukológie a sociálnej práce
 Filozofická fakulta
 Prešovská univerzita v Prešove
 e-mail: anna.jaskova@unipo.sk

Abstrakt

Príspevok pojednáva o problematike diskriminácie starších ľudí ako (staro) novom sociálnom riziku hypermodernej doby. Osobitá pozornosť je venovaná prevencii diskriminácie starších ľudí. Cieľom príspevku je prostredníctvom obsahovej analýzy kľúčových dokumentov sociálnej politiky identifikovať problematiku prevencie diskriminácie starších ľudí na národnej a medzinárodnej úrovni. Predložená sociálno-politická analýza vytvára teoretickú platformu pre sociálnu prácu s uvedenou cieľovou skupinou.

Kľúčové slová: Hypermoderná doba. Starší ľudia. Diskriminácia. Sociálna politika.

Abstract

The paper deals with the issue of discrimination against older people as (old) new social risk of hypermodern times. Particular attention is given to the prevention of discrimination of older people. The aim of the paper is to identify the problem of discrimination against older at national and international level through content analysis of key social policy documents. The presented socio-political analysis creates a theoretical platform for social work with the target group.

Key words: Hypermodern time. Older people. Discrimination. Social policy.

Úvod

Modernizácia spoločnosti so sebou prináša nielen zvyšovanie životného komfortu, ale tiež úskalia, ktorým je človek každodenne vystavovaný. Zmena povahy spoločnosti produkuje zmenu povahy sociálnych rizík, ktorých hlavným menovateľom je osamelosť, strach a neistota. Sociálna práca v snahe optimalizovať sociálne fungovanie jednotlivcov, by mala tieto zmeny v spoločnosti reflektovať, nakoľko nové sociálne riziká postmodernej, či hypermodernej doby predstavujú nové náročné životné situácie, nové sociálne udalosti a tým aj zmenu klientely sociálnej práce (Jašková, Sabolová Fabianová 2018). Modernú spoločnosť popisuje Beck (2011) ako rizikovú, pretože sa v nej objavujú riziká nového typu a nebývalého rozsahu. Riziká definuje ako neistoty a náhodnosti, ktoré sú výsledkom modernizácie. Autor upozorňuje na význam dôvery

v modernej dobe, ktorú vníma ako spôsob riešenia rizík v kontakte s ľuďmi v modernom svete. Táto neistota sa prejavuje najviac v oblastiach, ktoré nie sú vymedzené inštitúciami a zákonmi. Ide teda práve o závislosť na inštitúciách, ktorá v dôsledkoch vedie k väčším rizikám v oblasti osobných vzťahov. Výstižne to vyjadril Keller (2010) píšuc, že sociálna práca sa dostáva do nezávideniahodnej situácie. Pokiaľ sociálnu integráciu zaistoval fungujúci trh práce a poisťoval sociálny štát, sociálna práca zastávala skôr pomocnú úlohu – doladiť integráciu jednotlivcov, ktorí sú rôznymi spôsobmi znevýhodňovaní. Dnes sa od nej vyžaduje, aby s rovnakými prostriedkami zvládala sociálnu integráciu veľkých skupín ľudí, ktorých trh práce odsudzuje k neistote a sociálny štát má stále menej prostriedkov, aby mohol ľudí účinne poistiť voči stúpajúcej pracovnej a životnej neistote. Na tieto úvahy nadväzujú Sirovátka a Winkler (2010) píšuc, že vývoj so-

ciálnych problémov v modernej spoločnosti dospel do stavu, kedy sa pracovný trh, makroekonomické, sociálne a demografické skutočnosti v rozvinutých oblastiach sveta veľmi líšia od spoločenských podmienok, v ktorých sa formovala povojnová politika sociálneho štátu. Tieto rozdiely veda reflektovala najmä v 80-tych rokoch minulého storočia. V rámci tejto kritickej reflexie sa v 90-tych rokoch formoval pojem „nové sociálne riziká“ a tiež pojmy „nová ekonomika“, či „nová sociálna politika“.

Cieľom príspevku je prostredníctvom obsahovej analýzy kľúčových dokumentov sociálnej politiky identifikovať problematiku prevencie diskriminácie starších ľudí na národnej a medzinárodnej úrovni. Predložená sociálno-politická analýza vytvára teoretickú platformu pre sociálnu prácu s uvedenou cieľovou skupinou.

Teoretické východiská

Priama diskriminácia z dôvodu veku je také zaobchádzanie, ktoré je v porovnateľnej situácii menej výhodné ako zaobchádzanie s inou osobou iného veku. V praxi sa stretávame najmä s diskriminačnými prístupmi voči mladým ľuďom alebo voči ľuďom preddôchodkového, resp. dôchodkového veku. Podľa *Eurobarometra* z roku 2015, najviac rozšírenou formou diskriminácie na Slovensku je diskriminácia na základe veku vyššieho ako 55 rokov (50%). Podľa *Slovenského národného strediska pre ľudské práva* je posudzovanie zamestnanca podľa veku prítomné v ponuke práce pri výbere zamestnanca, v štruktúrach pracovných pozícií, v nastavení kritérií na ich hodnotenie, poskytovaní benefitov, ako aj pri istote práce si udržať. Diskriminácia z dôvodu veku je podľa SNSLP väčši-

nou skrytá a ťažko sa preukazuje. Vek je pociťovaný ako najsilnejší zdroj diskriminácie pri prijímaní do práce. Situáciu najkritickejšie vnímajú kategórie starších zamestnancov (45 až 60 rokov), u ktorých majú tieto skúsenosti takmer dve tretiny opýtaných. Faktor veku je často zastieraný prácou v „mladom dynamickej kolektíve“ alebo požiadavkou na odborné vzdelanie, prax a získané zručnosti, ktoré sú na pracovnom trhu k dispozícii len krátky čas a staršia osoba ich nemala možnosť absolvovať. Takúto formu možno vyhodnotiť ako nepriamu diskrimináciu z dôvodu veku (*Slovenské národné stredisko pre ľudské práva* 2016).

Po stručnom teoretickom vymedzení sa v nasledujúcej časti príspevku venujeme problematike prevencie diskriminácie starších ľudí v rámci sociálnej politiky *Európskej únie* a sociálnej politiky v podmienkach *Slovenskej republiky*.

Metóda – výskumný súbor

V rámci štúdie boli analyzované dokumenty oficiálnej povahy, ktoré sú voľne prístupne verejnosti na webových stránkach. Výber dokumentov, ktoré boli analyzované bol nenáhodný a zámerný. Pri výbere textov sme rešpektovali medzinárodnú dimenziu sociálnej politiky vychádzajúcu z premisy, že viaceré sociálne problémy sú v rozličných krajinách podobné, pričom ich riešenie môže byť účinnejšie pri zabezpečení spoločného (koordinovaného) postupu krajín, regiónov či celých spoločenskostíev (Repková 2012). V snahe identifikovať problematiku prevencie diskriminácie starších ľudí bolo analyzovaných 8 sociálnopolitických do-

kumentov – z toho 4 dokumenty na medzinárodnej úrovni a 4 dokumenty na národnej úrovni.

Výskumný nástroj

V snahe identifikovať problematiku diskriminácie starších ľudí v kontexte sociálnej politiky sme zvolili metódu obsahovej analýzy textov. Bola využitá kvantitatívna stratégia, v rámci ktorej sme sa opierali o vopred explicitne vyčlenené kategórie. Ako kvantifikačný postup, ktorý bol aplikovaný v obsahovej analýze textu, sme zvolili zisťovanie dichotómie – t. j. zisťovanie prítomnosti, resp. neprítomnosti nejakého ukazovateľa. V rámci štúdie sme sledovali primárne kategóriu: prevencia diskriminácie starších ľudí, diskriminácia starších ľudí, veková diskriminácia.

Priebeh a realizácia výskumu

V rámci realizácie výskumu sme po teoretickej analýze diskriminácie starších ľudí ako (staro) nového sociálneho rizika najskôr spracovali prehľad sociálnopolitických dokumentov týkajúcich sa skúmanej problematiky a následne sme previedli selekciu. Vzhľadom na veľkú obsahovú kapacitu sme sa rozhodli analyzovať 8 sociálnopolitických dokumentov. V snahe zachovať proporcionality sme zvolili 4 medzinárodné a 4 národné dokumenty. Následne sme si zvolili kategórie a analyzovali obsah.

Výsledky a diskusia

Na medzinárodnej úrovni je problematika prevencie diskriminácie analyzovaná vo viacerých vý-

znamných dokumentoch (*Všeobecná deklarácia ľudských práv*, *Medzinárodný pakt o občianskych a politických právach*, *Medzinárodný pakt o hospodárskych, sociálnych a kultúrnych právach*, *Princípy OSN vo vzťahu k starším ľuďom*, *Medzinárodný akčný plán pre problematiku starnutia (prijatý na prvom Svetovom zhromaždení o starnutí vo Viedni 1991)*, *Madridský medzinárodný akčný plán pre problematiku starnutia 2002*, *Európska sociálna charta*, *Charta základných práv EÚ*, *Dohovor o odstránení všetkých foriem diskriminácie žien (CEDAW)*, *Digitálna agenda pre Európu a iné*) V súlade s cieľom výskumnej štúdie sme problematiku prevencie starších ľudí identifikovali v nasledujúcich dokumentoch: *Všeobecná deklarácia ľudských práv* (1948), *Charta základných práv EÚ* (2007), *Európsky dohovor o ochrane ľudských práv a základných slobôd (Európsky súd pre ľudské práva 2010)* a *Európa 2020 (Európska komisia 2010)*.

Vo všeobecnej deklarácii ľudských práv (1948) sme identifikovali prevenciu diskriminácie starších ľudí priamo v článku sedem, ktorý zdôrazňuje, že „všetci sú si pred zákonom rovní a majú právo na rovnakú zákonnú ochranu bez akejkoľvek diskriminácie. Všetci majú právo na rovnakú ochranu proti akejkoľvek diskriminácii, ktorá porušuje túto deklaráciu a proti akémukoľvek podnecovaniu takejto diskriminácie“. Nepriamo predkladanú problematiku možno identifikovať v článku 1 „všetci ľudia sa rodia slobodní a rovní v dôstojnosti aj právach...“, a v článku 2 „každý je oprávnený na všetky práva a slobody, ktoré stanovuje táto deklarácia, bez akéhokoľvek rozdielu rasy, farby pleti, pohlavia, jazyka, náboženstva, politického alebo iného zmýšľania, národnost-

ného alebo sociálneho pôvodu, majetku, rodu alebo iného postavenia...“.

Ďalším významných dokumentom je *Charta základných práv EÚ* (2007), ktorý v článku 25 s názvom *Práva starších ľudí* uznáva a rešpektuje právo starších osôb na dôstojný a nezávislý život a na účasť na spoločenskom a kultúrnom živote.

V *Európskom dohovore o ochrane ľudských práv a základných slobôd* (*Európsky súd pre ľudské práva 2010*) bola problematiku prevencie diskriminácie starších ľudí identifikovaná sprostredkovane – najmä v zákaze diskriminácie a rovnakom zaobchádzaní. Prvá hlava uvedeného dohovoru pojednávajúca o právach a slobodách, diskrimináciu zakazuje v článku 14 apelujuúc, že „užívanie práv a slobôd priznaných týmto dohovorom musí byť zabezpečené bez diskriminácie založenej na akomkoľvek dôvode, ako je pohlavie, rasa, farba pleti, jazyk, náboženstvo, politické alebo iné zmýšľanie, národnostný alebo sociálny pôvod, príslušnosť k národnostnej menšine, majetok, rod alebo iné postavenie“. Všeobecný zákaz diskriminácie je uvedený v článku 1, v dodatkovom protokole č. 12 k *Dohovoru o ochrane ľudských práv a základných slobôd*, upozorňujúc, že „užívanie všetkých práv ustanovených zákonom sa zabezpečuje bez diskriminácie z akéhokoľvek dôvodu, ako je pohlavie, rasa, farba pleti, jazyk, náboženstvo, politické a iné presvedčenie, národný alebo sociálny pôvod, príslušnosť k národnostnej menšine, majetok, rodové alebo iné postavenie“.

Európa 2020 - Stratégia na zabezpečenie inteligentného, udržateľného a inkluzívneho rastu (*Európska komisia 2010*) v snahe dosiahnuť vzájomne dopínajúce sa priority for-

mulovala sedem hlavných iniciatív, podporujúcich pokrok v každej jednej prioritnej oblasti. Problematika prevenciu diskriminácie starších ľudí bola sprostredkovane identifikovaná v rámci priority inkluzívny rast a následne z nej vyplývajúcej iniciatívy „*Európska platforma na boj proti chudobe*“ zameranej najmä na zabezpečenie sociálnej a územnej súdržnosti, aby ľudia žijúci v chudobe a sociálnom vylúčení mali možnosť žiť dôstojný život a aktívne sa podieľať na živote spoločnosti. V rámci uvedenej iniciatívy sa Komisia na úrovni EÚ usiluje najmä o vytvorenie a realizovanie programov na podporu boja proti diskriminácii. Na vnútroštátnej úrovni sa členské štáty usilujú o podporu zdieľanej kolektívnej a individuálnej zodpovednosti v boji proti chudobe a sociálnemu vylúčeniu.

Na národnej úrovni bola prevenciu diskriminácie starších ľudí identifikovaná v základnom zákone štátu – *Ústavnom zákone č. 460/1992 Zb. Ústave Slovenskej republiky*, najmä v druhej hlave pojednávajúcej o základných právach a slobodách. *Ústava Slovenskej republiky* garantuje slobodu a rovnosť ľudí v dôstojnosti a právach a tie sú neodňateľné, nescudziteľné, nepremlčateľné a nezrušiteľné. Základné práva a slobody sa území *Slovenskej republiky* zaručujú všetkým ľuďom, s tým že, nikoho nemožno poškodzovať, zvyhodňovať alebo znevýhodňovať. Vychádzajúc z *Ústavy Slovenskej republiky* žiadneho človeka „nemožno mučiť ani podrobiť krutému, neľudskému či ponižujúcemu zaobchádzaniu alebo trestu“. Na Reflektujúc vypovedané, diskriminácia ľudí na základe veku predstavuje nerešpektovanie rovnosti ľudí, poškodzovanie, znevýhodňovanie a ponižujúce zaobchádzanie z dôvodu dosiahnutého vyššieho ve-

ku a tým porušovanie Ústavy Slovenskej republiky.

Dalším významným národným dokumentom, v rámci ktorého sme identifikovali vekovú diskrimináciu je Zákon č. 365/2004 Z. z. o rovnakom zaobchádzaní v niektorých oblastiach a o ochrane pred diskrimináciou a o zmene a doplnení niektorých zákonov (Antidiskriminačný zákon). Podľa základných ustanovení uvedeného zákona, dodržiavanie zásady rovnakého zaobchádzania spočíva v „zákaze diskriminácie z dôvodu pohlavia, náboženského vyznania alebo viery, rasy, príslušnosti k národnosti alebo etnickej skupine, zdravotného postihnutia, veku, sexuálnej orientácie, manželského stavu a rodinného stavu, farby pleti, jazyka, politického alebo iného zmýšľania, národného alebo sociálneho pôvodu, majetku, rodu alebo iného postavenia alebo z dôvodu oznámenia kriminality alebo inej protispoločenskej činnosti.“ Ďalej dopĺňa povinnosť každého jedinca dodržiavať zásadu rovnakého zaobchádzania vo všetkých oblastiach spoločenského života (v oblasti pracovnoprávných a obdobných právnych vzťahov, sociálneho zabezpečenia, zdravotnej starostlivosti, poskytovania tovarov a služieb a vo vzdelávaní). Antidiskriminačný zákon ďalej upozorňuje, že dodržiavanie zásady rovnakého zaobchádzania spočíva aj v prijímaní opatrení na ochranu pred diskrimináciou. V kontexte skúmanej problematiky zdôrazňujeme najmä zákaz diskriminácie z hľadiska veku, povinnosť zaobchádzať s ľuďmi rovnako bez ohľadu na vek vo všetkých oblastiach spoločenského života a nevyhnutnosť prijímať preventívne opatrenie pred vekovou diskrimináciou.

Operačný program Ľudské zdroje pre programové obdobie 2014 – 2020 (Ministerstvo práce, sociálnych

vecí a rodiny Slovenskej republiky 2014) uvádza, že viac ako polovica Slovákov (51 %) nepozná svoje práva pre prípad, že by sa stali obeťami niektorej z foriem diskriminácie alebo obťažovania. Desatina obyvateľov Slovenska by nevedela, na koho sa obrátiť. Z tohto dôvodu je posilnenie antidiskriminačných mechanizmov na Slovensku nevyhnutné. Prevenciu diskriminácie starších ľudí sme identifikovali v špecifickom ciele 4.1.2 prioritnej osi *Sociálne začlenenie* zameranom na prevenciu a elimináciu všetkých foriem diskriminácie. Z výsledkov prieskumu *Európskej únie* zameraného na otázky diskriminácie z roku 2012 vyplýva, že najčastejším dôvodom diskriminácie je vek vyšší ako 55 rokov (66%). Až 42% Slovákov sa domnieva, že úsilie bojovať proti všetkým formám diskriminácie nie je účinné a 68% Slovákov vyslovilo názor, že vzhľadom na hospodársku krízu bude politika zameraná na propagáciu rovnosti a diverzity považovaná za menej dôležitú a získa menšiu finančnú podporu. *Operačný program Ľudské zdroje* uvádza príklady aktivít, ktoré budú v rámci tejto priority podporené. V snahe identifikácie prevencie starších ľudí vyzdvihujeme:

- podpora a propagácia uplatňovania inkluzívnych politík, ktoré prispievajú k odstraňovaniu predsudkov a stereotypov a prispievajú k sociálnemu začleneniu,
- aktivity zamerané k zvýšeniu informovanosti o predchádzaní všetkých foriem diskriminácie,
- podpora aktivít zameraných na elimináciu negatívnych stereotypov majority, šírenie myšlienok tolerancie, akceptácie odlišností a zlepšovanie postojov mladých ľudí voči znevýhod-

neným skupinám obyvateľstva a spôsobom ochrany pred ňou.

Ďalším významným dokumentom v rámci ktorého možno identifikovať prevenciu diskriminácie starších ľudí na národnej úrovni je *Národný program aktívneho starnutia na roky 2014 a 2020* (Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny 2014). Menovaný dokument upozorňuje, že verejne politiky vo vzťahu k starším ľuďom a podpore ich aktívneho starnutia stavajú na princípoch: dôstojnosti, rovnakého zaobchádzania, rodovej rovnosti, nezávislosti, seberealizácie, solidarity, subsidiarity, účasti na správe vecí verejných, zamestnanosti a starostlivosti. V kontexte skúmanej problematiky zdôrazňujeme princíp dôstojnosti vychádzajúceho z „nevyhnutnosti rešpektovať potreby ľudí každého veku ako rovnako dôležité a hodné verejnej podpory pri ich uspokojovaní. Súčasťou uplatňovania princípu dôstojnosti je aj právo starších ľudí a seniorov na ochranu pred rozličnými formami zlého zaobchádzania vo všetkých oblastiach života“ (Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny 2014, s. 12). V rámci národného programu vyvíjame piatu časť zameranú na ochranu ľudských práv, podporu aktívnej nezávislosti a občiansku účasť starších ľudí, ktoré súčasťou je presadzovanie práv, právom chránených záujmov a potrieb starších ľudí prostredníctvom podpory seniorských organizácií. Prevenciu diskriminácie starších ľudí sme identifikovali v jednom z hlavných cieľov zameraného na posudzovanie politiky a opatrení z hľadiska ich vplyvu na starších ľudí s dôrazom na zabránenie diskriminácií na základe veku a na ochranu ľudských práv a slobôd. Prevenciou diskriminácie starších ľudí na trhu práce je venovaná šiesta časť

zameraná zamestnanosť a zamestnateľnosť starších ľudí.

Záver

Uzatvárajúc vypovedané si dovoľujeme konštatovať, že problematika prevencie diskriminácie starších ľudí je vysoko aktuálnou témou hypermodernej spoločnosti. V rámci uvedenej výskumnej štúdie sme sa pre hlbší teoretický ponor do skúmanej problematiky rozhodli analyzovať jej vybrané sociálno-politické kontexty. V snahe identifikovať problematiku prevencie diskriminácie starších ľudí boli analyzované vybrané kľúčové dokumenty sociálnej politiky na národnej a medzinárodnej úrovni. Z analýzy výsledkov vyplýva, že prevencia diskriminácie starších ľudí je zakotvená vo významných medzinárodných dokumentoch a národných dokumentoch priamo – zákaz diskriminácie, prevencia diskriminácie, rovnaké práva pre všetkých, rovnaké zaobchádzanie, prípadne sprostredkovane – v odkazoch na právo na dôstojný život, ochranu zraniteľných skupín či, boj proti sociálnemu vylúčeniu. Aj napriek uvedenej platnej legislatíve výsledky realizovaných výskumov potvrdzujú, že najviac rozšírenou formou diskriminácie na Slovensku je diskriminácia na základe veku vyššieho ako 55 rokov (50%) (*Slovenské národné stredisko pre ľudské práva* 2016). Z výsledkov prieskumu *Európskej únie* zameraného na otázky diskriminácie z roku 2012 vyplýva, že najčastejším dôvodom diskriminácie je vek vyšší ako 55 rokov (66%) (*Operačný program Ľudské zdroje pre programové obdobie 2014 – 2020* 2014). Uvedené skutočnosti vedú k alarmujúcemu zisteniu – v našej vyspelej spoločnosti hlásajúcej právo

na dôstojný život a rovnaké zaobchádzanie, v spoločnosti kde nikoho nemožno poškodzovať, zvýhodňovať alebo znevýhodňovať je veková diskriminácia nepriamo tolerovaná. Uvedené zistenie predstavuje výzvu pre sociálnu prácu a priestor pre realizáciu výskumu a následnú disemináciu výskumných zistení širokej spoločnosti (masmédiá), tvorbu preventívnych programov a iniciovanie zmien v spoločnosti v snahe zabezpečiť dôstojný život a rovnaké zaobchádzanie jednotlivcom bez ohľadu na ich vek.

PodĎakovanie a afiliácia

Príspevok vyšiel ako výstup z projektu VEGA ev. č. 1/0134/17 *Význam hodnotovej orientácie - očakávania a perspektívy mladej generácie z hľadiska jej uplatnenia na trhu práce* a VEGA ev. č.1/0288/17 s názvom *Faktory inštitucionalizácie školskej sociálnej práce*.

Zoznam bibliografických odkazov:

- BECK, Ulrich. 2011. *Riziková spoločnosť. Na ceste k inej modernosti*. Praha: Slon. ISBN 978-80-7419-047-6
- Charta základných práv Európskej Únie. 2007. [online]. [cit. 2018-11-17]. Dostupné z: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/SK/TXT/PDF/?uri=CELEX:12016P/TXT&from=LT>
- Európsky dohovor o ochrane ľudských práv a základných slobôd. 2010. [online]. [cit. 2018-11-17]. Dostupné z: https://www.echr.coe.int/Documents/Convention_SLK.pdf
- JAŠKOVÁ, Anna a Antónia SABOLOVÁ FABIANOVÁ, 2018. *Sociálna práca ako rizikové povolanie. Vybrané aspekty rizík na pozadí hypermoderny*. Prešov: Vydava-

- telstvo Prešovskej univerzity. ISBN 978-80-555-1987-6
- KELLER, Jan, 2010. *Trí sociální světy. Sociální struktura postindustriální společnosti*. Praha: SLON. ISBN 978-80-7419-031-5.
- Národný program aktívneho starnutia na roky 2014 a 2020, 2014. [online]. [cit. 2018-11-17]. Dostupné z: <https://www.employment.gov.sk/files/slovensky/ministerstvo/rada-vlady-sr-prava-seniorov/npas-2014-2020.pdf>
- Operačný program Ľudské zdroje na programové obdobie 2014 – 2020. 2014. [online]. [cit. 2017-11-17]. Dostupné z: <http://www.employment.gov.sk/sk/esf/programove-obdobie-2014-2020/operacny-program-ludske-zdroje/>
- REPKOVÁ, Kvetoslava, 2012. *Politika sociálnych služieb (v kocke)*. Prešov: Prešovská univerzita v Prešove. ISBN 978-80-555-0621-0
- SIROVÁTKA, Tomáš a Jiří WINKLER, 2010. Význam „nových sociálnych rizík“ v súčasnej spoločenskej vede. In: *Sociální studia*. Fakulta sociálních studií Masarykovy univerzity. č. 2, s. 7–21. ISSN 1214-813X.
- Stratégia Európa 2020. 2014. [online]. [cit. 2018-03-12]. Dostupné z: <http://www.eu2020.gov.sk/strategia-europa-2020/>
- Slovenské národné stredisko pre ľudské práva. 2016. [online]. [cit. 2018-03-12]. Dostupné z: <http://www.snslp.sk/SnslpWeb.html#page=1878>
- Ústavný zákon č. 460/1992 Zb. Ústava Slovenskej republiky
- Všeobecná deklarácia ľudských práv, 1948 [online]. [cit. 2018-11-20]. Dostupné z: <http://www.gender.gov.sk/wp-content/uploads/2012/06/UDHRvSVK.pdf>
- Zákon č. 365/2004 Z. z. o rovnakom zaobchádzaní v niektorých oblastiach a o ochrane pred diskrimináciou a o zmene a doplnení niektorých zákonov (Antidiskriminačný zákon)

Pokyny pre autorov

Názov príspevku (max. 100 znakov, môže obsahovať podtitul)

Názov príspevku v anglickom jazyku

Prvý autor, Druhý autor, Tretí autor,... (Meno a priezvisko)

Abstrakt

Stručná charakteristika príspevku (téma, riešený problém, cieľ); v rozsahu 500 – 1200 znakov (vrátane medzier). Písmo abstraktu Times New Roman, I.

Stručná charakteristika príspevku (téma, riešený problém, cieľ); v rozsahu 500 – 1200 znakov (vrátane medzier).

Kľúčové slová: Slovo. Slovo. Slovo. Slovo. Slovo. (min. 3, max. 8, maximálne dvojslovné spojenia; každé slovo začína veľkým písmenom. Slová sa oddeľujú bodkou)

Abstract

Abstrakt v anglickom jazyku. Abstrakt v anglickom jazyku. Abstrakt v anglickom jazyku. Abstrakt v anglickom jazyku. Abstrakt v anglickom jazyku. Abstrakt v anglickom jazyku. Abstrakt v anglickom jazyku. Abstrakt v anglickom jazyku.

Keywords: Word. Word. Word. Word. Word.

Úvod

Na tomto mieste autor publikuje úvod svojho článku.

Hlavný text (kapitola)

Nadpisy kapitol sú písané tučným písmom, číslované, vo veľkosti 12 a umiestnené na ľavom okraji textu (číslovanie kapitol – poradové číslo kapitoly je od názvu kapitoly oddelené bodkou a medzerou). **Názvy podkapitol** sú písané tučným písmom a kurzívou, od ľavého okraja (číslovanie podkapitol rovnaké ako v prípade kapitol). **Prvé riadky odsekov odsadené od okraja na 0,5 cm.** Font písma Times New Roman, veľkosť písma 12 b., riadkovanie 1, zarovnanie textu do bloku. Odporúčaná medzera za odsekmi 6 b. **Na konci riadkov slov nerozdeľovať.** Medzi názvami kapitol (podkapitol) a textom nechať jeden voľný riadok. Nadpisy kapitol, podnadpisy, tabuľky a obrázky sú oddelené jedným riadkom. Celkový rozsah príspevku by nemal presiahnuť 21 600 znakov (vrátane medzier).

Štruktúra

Súbor musí byť vytvorený len v programe MS Word. Spracované budú len príspevky vo formáte „doc“ alebo „docx“. Podnadpisy sú písané tučným písmom, kurzívou, vo veľkosti 12 a číslované. Prosím, uistite sa, že používate len jeden typ písma. Aby sa zabránilo chybám, odporúčame použiť funkciu „Kontrola pravopisu“ v MS Word. Odkazy na literatúru sa uvádzajú v texte v zátvorke. Zátvorka obsahuje priezvisko autora, rok vydania, v prípade priamej citácie i príslušné stránky, *napríklad: (Balogová 2015, s. 35).*

Text je zarovnaný do bloku. Prosím, nemeňte navrhnuté formátovanie tejto šablóny. **Nečísľujte stránky, čísla stránok budú priradené v procese prípravy dokumentu pre tlač.**

1.2 Poznámky pod čiarou

Poznámky by mali byť umiestnené pod čiarou, číslované kontinuálne arabskými číslicami (vo formáte horného indexu), spravidla na konci vety¹.

Podakovanie a afiliácia

Podakovanie alebo afiliácia sa uverejňujú v oddelenej časti na konci článku tučným písmom a kurzívou. Prosím, neuvádzajte ich na titulnej strane, ako poznámku pod čiarou k názvu, alebo inými spôsobmi.

Prílohy

Prílohy pripojené k príspevku by mali byť umiestnené pred zoznamom citovanej literatúry. V prípade viacerých príloh by mali byť hlavičky príloh označené v štýle uvedenom nižšie a označované postupne veľkými písmenami A, B, C, atď.:

Príklad uvedenia prílohy:

Príloha A. Názov prílohy

4. Zoznam bibliografických odkazov

Citovať podľa ČSN ISO 690 len použitú literatúru. Zoznam je radený abecedne podľa priezviska autorov a **nečísľuje sa**. Najpodstatnejšie zmeny v norme STN ISO 690: 2012 pri citovaní podľa harvardského systému nájdete na: <http://www.pulib.sk/web/data/pulib/subory/stranka/ezp-ISO690.pdf>

Príklady zápisov v zozname bibliografických odkazov:

ANDREJČÍKOVÁ, Nadežda, 1999. Komunikácia a kooperácia IS pre knižnice: úvod do komunikačného protokolu Z39.50. In: Bulletin Centra vedecko-technických informácií SR. Roč. 3, č. 2, s. 54-59. ISSN 1335-793X.

BALOGOVÁ, Beáta, 2012. Etablácia a profesionalizácia sociálnej práce v jej horizontálnej i vertikálnej línii. [online]. In: BALOGOVÁ, Beáta, Michaela SKYBA a Denisa ŠOLTÉSOVÁ, eds. Pregraduálna príprava sociálnych pracovníkov, pracovníčok a sociológov, sociologičiek a možnosti ich uplatnenia v praxi. Zborník príspevkov z vedeckého seminára konaného dňa 7. decembra 2012 v Prešove. [cit. 2014-09-05]. Prešov: Prešovská univerzita v Prešove, s. 10 - 28. ISBN 978-80-555-0970-9. Dostupné z: <http://www.pulib.sk/web/kniznica/elpub/dokument/Balogova7>.

BALOGOVÁ, Beáta, et al., 2008. Pokyny na vypracovanie seminárnej, ročníkovej, bakalárskej, diplomovej a rigorózneho práce v študijných odboroch sociálna práca a andragogika. Prešov: AKCENT Print. ISBN 978-80-89295-08-1.

BALOGOVÁ, Beáta, et al., 2015. Kompendium sociálnej práce pre bakalársky stupeň štúdia. Prešov: Akcent print. ISBN 978-80-89295-59-3.

KOMOROVÁ, Klára, 2005. Najstaršie trnavské tlače v Slovenskej národnej knižnici v Martine. In: Kniha 2005: zborník o problémoch a dejinách knižnej kultúry. Martin: Slovenská národná knižnica, s. 341-345. ISBN 80-89023-55-X.

KUCIANOVÁ, Anna, 2001. Významná personálna bibliografia. In: Knižnica [online]. Roč. 2, č. 11-12, s. 662 [cit. 15. júna 2013]. ISSN 1336-0965. Dostupné z: http://www.snk.sk/swift_data/source/NBU/Kniznica/11_12_2001/662.pdf.

MUSIL, Libor a Radka JANEBOVÁ. 2007. Mýty o rolí sociálnych pracovníku a pracovníc. In: Sociálni práce/sociálna práca – Role sociálneho pracovníka. Roč. 2007, č. 1 s. 50-61. ISSN 1213-6204.

ROHOŇOVÁ, Ľudmila a Mária GAŠPAROVÁ, 2006. Metodika popisu článkov vo formáte MARC 21 s interpretáciou pravidiel AACR: príručka používateľa: verzia V 2.1. [online]. Martin: Slovenská národná knižnica [cit. 2013-01-24]. ISBN 80-89023-69-X. Dostupné z: http://www.snk.sk/nbuu/metodika_clanky_MARC21.pdf.

Kontakt na autora/-ku:

titul, meno a priezvisko autora/-ky, názov vysielajúcej organizácie a jej presná adresa, štát, e-mail (všetky údaje sú písané kurzívou, veľkosť písma 10 b., font písma Times New Roman, zarovnané do bloku).

1 Poznámka pod čiarou: Typ písma – Times New Roman, veľkosť 10; normálny tvar