

Vedecký recenzovaný časopis

SOCIÁLNA A DUCHOVNÁ REVUE



2



VYDAVATELSTVO
PREŠOVSKÉJ
UNIVERZITY

Ročník XI/2020
ISSN 1338-290X

Sociálna a duchovná revue
vedecký recenzovaný časopis o aktuálnych
sociálnych a duchovných otázkach
– č. 2, ročník XI/2020 –

OBSAH

Editoriál

<i>Maroš Šip: Sociálna a duchovná revue - relevantné periodikum v akademických kruhoch...</i>	1
---	---

Štúdie

<i>Mária Machalová: Edukačné sociálne poradenstvo – koncept a uplatnenie v sociálnej práci</i>	2
<i>Alexander Cap: Pomsta nad sicheom za Dinu</i>	10
<i>Tomáš Hangoni: Špecifiká komunikácie so spoločensky neprispôsobivým klientom</i>	22
<i>Mária Gábor – Alena Schlossoverová – Helena Galdunová – Daniela Vaščáková: Podpora matky po (perinatálnej strate) strate dieťaťa</i>	28
<i>Maroš Šip – Miroslav Sabolik: Význam kvality života v starobe</i>	36
<i>Alena Schlossoverová – Helena Galdunová – Mária Gábor – Štefánia Gnipová: Klinický stres v pôrodnej asistencii</i>	43
<i>Viliam Kimák: Doplnenie slabšej ľudskej vôle a rozumu Božou blahodaťou</i>	55

SOCIÁLNA A DUCHOVNÁ REVUE - RELEVANTNÉ PERIODIKUM V AKADEMICKÝCH KRUHOCH

Vážení čitatelia, vážená odborná verejnosť,

v druhom čísle Sociálnej a duchovnej revue Vám opätovne prinášame pozoruhodné príspevky jednotlivých odborníkov z diferencovaného vedeckého prostredia. Dlhodobou ambíciou revue je aktívne participovať na aktuálnych otázkach odbornej verejnosti a poukazovať tak na rozličné uchopenie predmetného problému. Sme si vedomí tlaku na oblasť vysokého školstva a aj v tomto kontexte je revue prínosom v tak pluralitnom akademickom portfóliu. Čitatelia majú možnosť sledovať niekoľkých vynikajúcich odborníkov a ich pohľad skrze optiku daného vedného odboru. Revue ponúka možnosť koncipovať filozofické otázky v oblasti sociálnej ako aj spirituálnej. Spirituálna otázka je dnes v odborných kruhoch často pretraktovaná a dovoľm si tvrdiť, že oprávnené. Spirituálna zložka človeka je nemenej dôležitou oblasťou napĺňania svojich každodenných potrieb a to v súvislosti s bio-psycho-socio-kultúrnou zložkou. Objektívizáciou spirituálnych potrieb prispievame k plnšiemu ponímaniu človeka. Pevne veríme, že aj naša revue je tou zložkou, ktorá napĺňa potreby jednotlivých čitateľov a relevantne obohacuje akademické odborné kruhy.

Toto číslo obohatili odborníci z jednotlivých vedných oblastí. Naša dlhodobá prispievateľka prof. Mária Machalová vo svojom príspevku analyzuje Edukačné sociálne poradenstvo – koncept a uplatnenie v sociálnej práci. Prof. Alexander Cap sa venuje biblicko-exegetickému komentáru na 1MjŽ 34, 1-19. Prof. Tomáš Hagoni predostiera špecifiká komunikácie so spoločensky neprispôsobivým klientom. Dr. Mária Gábor s kolektívom autoriek v nesmierne interesantnej téme píše o podpore matky po perinatálnej strate dieťaťa. V nasledujúcom príspevku participujem v spoluautorstve s dr. Miroslavom Sabolíkom, kde sa zameriavame na kvalitu života v starobe. Dr. Alena Schlosserová s kolektívom autoriek upriamuje našu pozornosť na klinický stres v pôrodnej asistencii. Autor Mgr. Viliam Kimák sa venuje ľudskej vôli v kontexte Božej blahodate.

Pevne veríme, že aj druhé číslo v tomto roku bude spriemnením pri dlhých zimných večeroch pre rôznych odborníkov.

Týmto chcem zároveň popriať všetkým prispievateľom v tomto roku a rovnako aj ich čitateľom pevné zdravie, rodinnú pohodu a šťastné a požehnané kroky v novom roku 2021.

*doc. PhDr. Maroš Šíp, PhD.
hlavný redaktor*

EDUKAČNÉ SOCIÁLNE PORADENSTVO – KONCEPT A UPLATNENIE V SOCIÁLNEJ PRÁCI

Mária Machalová

Abstrakt: Edukačné sociálne poradenstvo prezentujeme ako inovatívny autorský koncept v sociálnej práci. Je stvárnením prieniku edukácie dospelých klientov sociálnej práce v teórii sociálneho poradenstva a v poradenskej praxi v oblasti sociálnej práce. Koncept je nedeliteľnou súčasťou strešného konceptu Edukačná sociálna práca.

Kľúčové slová: Edukačné sociálne poradenstvo, sociálna práca

Abstract: Educational social counselling and guiding we present as an innovative author's concept in social work. This concept is formulated on the base of impacts the adult education of social clients to the theory and in the areas of practice of social work. Educational social counselling and guiding is a part of the our author's concept Educational social work.

Key words: Educational social counselling and guiding, social work

Úvod

Pre teóriu a prax edukačného sociálneho poradenstva pre dospelých sú dôležité poznatky o výchove a vzdelávaní dospelých (t.j. o edukácii dospelých) a tiež poznatky sociálnej práce, psychológie, sociológie, duchovných vied, antropológie, filozofie, práva. V edukačnom sociálnom poradenstve, v záujme poskytnutia orientovanom účinnej sociálnej pomoci ľuďom, ide vždy o spoluprácu rôznych odborníkov a o ich *interdisciplinárne spolupôsobenie*.

Edukačné sociálne poradenstvo je hraničnou oblasťou teórie a praxe, ktorá patrí k menej rozpracovaných teoretickým a aplikovaným systémom poznania. Z praxe riešenia sociálnych rozdielov v spoločnosti je očividné, že zlyhania jednotlivcov či skupín a sociálne problémy ľudí vyplývajú nie z jednej, ale z viacerých príčin. Odborníci pôsobiaci v sociálnom poradenstve musia počítať s *komplexom determinantov* (príčin) vzniku situácií a problémov v spoločnosti. Pritom rešpektovať jedinečnosť v zvládaní sociálnych rizík jednotlivými osobami a skupinami ľudí. Je potrebné upozorniť na docenovanie konsenzu odborníkov tak v oblasti teoretických prístupov, ako aj v praktických činnostiach v sociálnej práci s klientmi. Ide predovšetkým o integráciu príslušného poznania viacerých vied v záujme a v prospech *integrovaného prístupu v sociálnej práci a obzvlášť k poradenskej činnosti so sociálnymi klientmi*.

Edukačné sociálne poradenstvo

Sociálne problémy ľudí vznikajú, prejavujú sa a pretrvávajú na princípe dialektickej jednoty vyjadrenej nasledovne: *Problém jednotlivca je aj problémom všetkých, čiže spoločenstva ako celku. A problém spoločenstva je aj problémom jednotlivca, konkrétneho člena rozmanitých skupín, v ktorých ľudia plnia svoje sociálne roly a úlohy.*

Poznanie psychológie človeka – *jednotlivca* a psychológie spoločenstiev ľudí – *sociálnych skupín*, má pre sociálnu poradenskú prax rozhodujúci význam. Ak ide o edukačné sociálne poradenstvo pre dospelých, tak toto poznanie sa týka predovšetkým prostriedkov edukácie dospelých (tzn. výchovy a vzdelávania dospelých). V edukačnom sociálnom poradenstve zohráva hlavnú rolu *sociálna funkcia edukácie dospelých*.

Sociálnu funkciu edukácie dospelých (tzn. výchovy a vzdelávania dospelých) považujeme za konštitutívny aspekt edukačného sociálneho poradenstva pre dospelých.

Edukačné sociálne poradenstvo pre dospelých je z hľadiska sociálnych klientov – účastníkov poradenských aktivít a poradenského procesu, konkrétnou *formou sociálnej pomoci* a významným *druhom sociálnej služby*. Edukačné sociálne poradenstvo pre dospelých sa poskytuje prostredníctvom systému nástrojov sociálnej i vzdelávacej politiky, ktoré sú implementované v konkrétnych zákonoch štátu (zákon o sociálnych službách, zákon o zamestnanosti, zákon o ďalšom vzdelávaní a ďalšie zákony). Z hľadiska poznatkovej a metodologickej základne edukačného sociálneho poradenstva sa v tomto poradenstve uplatňuje interdisciplinárny prienik poznatkov viacerých vied. Vytvárajú sa tým podmienky na účinnosť (synergický efekt) edukačných sociálnych poradenských programov a podujatí (resp. aktivít) v rámci edukačného sociálneho poradenstva pre dospelých.

Edukačné sociálne poradenstvo považujeme, z hľadiska sociálnej práce, za *edukačné, tzn. výchovno-vzdelávacie sociálne poradenské vedenie dospelých ľudí v nasledujúcom duchu:*

- Aby sa rozhodli učiť sa a vzdelávať sa, v záujme dosiahnutia svojej psychickej zmeny a životnej zmeny, aj riešenia a zlepšenia svojej sociálnej životnej situácie.
- Aby zotrvali v edukácii, tzn. výchovno-vzdelávacom procese a aktívne sa na ňom podieľali vo vlastnom záujme zvyšovania, prehlbovania a rozširovania si nielen svojej profesijnej kompetencie, ale rovnako tak aj svojej sociálnej kompetencie a psychologickéj kompetencie k životu.

Aby sa naučili efektívne a systematicky sa učiť a rozširovali aj prehlbovali

si svoje životné spôsobilosti. Pretože tie sa od nich vyžadujú v súvislosti s ich uplatnením sa na trhu práce, aj v súvislosti so životnou spôsobilosťou konštruktívne zvládať sociálne životné úlohy a sociálne role v spoločenstve ľudí.

Edukačné sociálne poradenstvo má zohrať dôležitú úlohu *v primárnej, v sekundárnej a v terciárnej prevencii psychicky záťažových sociálnych problémov, sociálnych životných situácií, sociálnych udalostí osôb a skupín ľudí.*

Ciele edukačného sociálneho poradenstva

Ukazuje sa, že aktuálnou vedeckou i praktickou úlohou je identifikovanie a formulovanie *cieľov, obsahov a metód edukačného sociálneho poradenstva* pre dospelých. Otvorenou je tiež úloha identifikovania a uplatnenia *transferov cieľov, obsahov a metód edukačného sociálneho poradenstva* do nasledujúcich úrovní:

Úroveň implementácie edukačného sociálneho poradenstva do celospoločenskej stratégie sociálnej práce a systému sociálnej práce v spoločnosti.

Úroveň implementácie teoretického poznania edukačného sociálneho poradenstva do teórie sociálnej práce ako systému vedeckého poznania.

Úroveň aplikovania poznatkov edukačného sociálneho poradenstva *v praktickej poradenskej činnosti*, vykonávanej odborníkmi v rámci poskytovania sociálnej pomoci poskytovaním sociálnej služby v systéme sociálnej práce.

Pre orientáciu uvádzame vymedzenie úloh v slovenskom i európskom spoločenskom priestore v rámci *stratégie celoživotného učenia sa, celoživotného vzdelávania sa ľudí a celoživotného poradenstva pre všetkých občanov*. Stratégiu vypracovali experti EÚ a spoločstvu ju predložila Európska komisia. Následne ju prijali aj vlády jednotlivých členských štátov EÚ, vrátane Vlády Slovenskej republiky (2007) ([cit. 2010-22-02]), (2010)¹. V dokumente Ministerstva školstva, vedy, výskumu a športu (2010) sa zdôrazňuje požiadavka dostupnosti a podpora vzdelávania ľudí, v záujme kvality života obyvateľstva SR a to prostredníctvom plnenia týchto úloh:

1. „Vytvoriť *multimediálnu platformu s voľne dostupným vzdelávacím obsahom pre rozvoj kľúčových a iných dôležitých kompetencií...*“
2. „Podporiť *aktivity ďalšieho vzdelávania zameraného na rozvoj osobnosti a zvýšenie kvality života s osobitným dôrazom na vzdelávanie seniorov.*“

¹ Rozpracovanie úloh vyplývajúcich pre Ministerstvo školstva, vedy, výskumu a športu SR z Programového vyhlásenia vlády SR na roky 2010-2014. Bratislava : MŠVVaŠ SR, november 2010.

Súhlasíme s tvrdením vo vládnom dokumente, že „Výsledky výskumu a vývoja splnia svoj cieľ z hľadiska zabezpečenia trvalo udržateľného rozvoja spoločnosti len v prípade, že sa uskutoční ich transfer do praktického života. Na podporu tohto transferu sa štandardne používajú špecializované typy organizácií a pracovísk. Úlohou ministerstva v tejto oblasti bude podpora týchto nástrojov.“ Predpokladáme, že sa bude podporovať rozvoj výskumno-vývojových centier, ktorými sa otvára šanca aj pre podporu transferu koncepcie edukačného sociálneho poradenstva, ako významného interdisciplinárneho druhu poradenstva pre dospelých, do spoločenskej praxe (vrátane jej dôležitej súčasti – sociálnej práce).

Na tomto mieste formulujeme *ciele edukačného sociálneho poradenstva*, ktoré súvisia s vyššie vytýčenými úlohami. Aj my sami sme pred časom spomenuté úlohy formulovali v skorších vedeckých príspevkoch na konferenciách a v publikáciách (Machalová 2008; Machalová 2009a, 2009b, 2009c; Bakašová a Machalová 2010; Machalová 2013; Machalová 2014). Edukačné sociálne poradenstvo je úzko späté s politikou ďalšieho vzdelávania a rovnako tak so sociálnou politikou. Edukačné sociálne poradenstvo je výsledkom teoretického prieniku vedeckej i odbornej artikulácie sociálnej práce s edukáciou dospelých, v kontexte sociálnej pomoci a sociálnej služby dospelým.

Edukačné sociálne poradenstvo je novotvarom, v rámci sociálnej práce ako sociálnej vedy a sociálnej praxe. Radi by sme upozornili, že zatiaľ ide o autorské spracovanie konceptu, pričom predpokladáme jeho následnú *operacionalizáciu*, čiže *formulovanie a vymedzenie cieľov a obsahov poradenských programov aj konkrétnych metód praktickej realizácie* edukačného sociálneho poradenstva v praktickej sociálnej práci.

1. *Prvotným cieľom* edukačného sociálneho poradenstva je *sociálna pomoc ako druh sociálnej služby*, poskytnutá v *etape riešenia sociálnych problémov* (v rámci sekundárnej a terciárnej prevencie). Sociálne problémy sú rozpoznateľné na základe rôznych foriem sociálneho zlyhania osôb a sociálnych skupín.
2. *Druhotným cieľom* edukačného sociálneho poradenstva je *sociálna pomoc* poskytnutá v *primárnej prevencii sociálnych problémov vo forme edukačného vedenia ľudí k zvyšovaniu ich sociálnej a psychologickkej kompetencie k žitiu*, s cieľom zvyšovania kvality života v oblasti rodiny, pracovného uplatnenia sa, sociálnej mimopracovnej sebarealizácie.

Edukačné sociálne poradenstvo ako sociálna služba a sociálna pomoc môže byť poskytnuté *formou*:

- *individuálneho edukačného sociálneho poradenstva* prostredníctvom

edukačného poradenského vzťahu poradca – klient;

- *skupinového edukačného sociálneho poradenstva*, prostredníctvom edukačných poradenských činností zameraných na skupinu a edukačným poradenským vedením skupiny;
- *hromadného edukačného sociálneho poradenstva*, prostredníctvom edukačných poradenských aktivít zameraných na väčšie skupiny – komunity, prostredníctvom *sprostredkujúcich osôb, masmédií, prieskumu a poradenským vedením komunity*.

Úlohy edukačného sociálneho poradenstva pre dospelých

V procese kontinuálnej tvorby poznatkovej a metodologickej základne, ktorá je teoretickým východiskom k edukačnému sociálnemu poradenstvu, sa záujem sústreďuje na vymedzenie *cieľa*, na špecifikovanie *obsahu*, na formulovanie *prístupu*, na konštrukciu *metód* aplikovania poradenských programov a činností. Vychádzame z nasledovnej sociálnej skutočnosti:

1. Sociálny problém je zapríčinený rôznymi faktormi jeho vzniku a trvania. Z povahy sociálneho problému vyplývajú spôsoby jeho riešenia. Identifikovanie determinácie sociálneho problému je prvotnou úlohou praktického významu pre edukačnú sociálnu poradenskú pomoc.
2. Prostredníctvom edukačného sociálneho poradenstva sa klientom poskytuje edukačná sociálna pomoc a zároveň aj vedenie k svojpomoci, ak sú v sociálne záťažových situáciách. Klienti sú odborne vedení k rozpoznaní a rozvoju ich vlastného individuálneho potenciálu.
3. Edukačná sociálna pomoc sa realizuje prostredníctvom edukačných sociálnych poradenských programov, činností, aktivít v rámci sociálnej služby, ktorá má za cieľ podporiť celoživotný rozvoj osobnosti dospelých klientov sociálnej práce (v kontexte ich vlastných rozvojových životných úloh).
4. Koncept edukačného sociálneho poradenstva predpokladá netradičné využitie obsahov, foriem a metód edukácie dospelých (t.j. vzdelávania a výchovy dospelých). Dôraz sa kladie na zvyšovanie duchovnej, psychologickú a sociálnej kompetencie a vyspelosti klientov sociálnej práce (sociálne znevýhodnených a marginalizovaných občanov). Vplyv edukačného sociálneho poradenstva je možné docieľiť inovatívnymi edukačnými sociálnymi poradenskými podujatiami pre dospelých.
5. Odkrýva sa sociálny rozvojový potenciál sociálnej edukácie dospelých v rámci edukačného sociálneho poradenstva ako prostriedku sociálnej

prevencie. Sociálne udalosti a problémy osôb sa môžu stať podnetom k ich psychickej zmene a k aktívnej participácii na zvládaní sociálne záťažovej situácie. Nôvum pohľadu na edukačné aktivity spočíva v zámere sociálnej edukácie dospelých, ktorým je dosahovanie sociálnej a psychickej vyspelosti ľudí.

V praktickej sociálnej práci sa žiada cielene pôsobiť na mienku verejnosti a viesť ľudí k akceptovaniu edukačného sociálneho poradenstva a sociálnej edukácie. To preto, lebo sa nimi môže navodiť zmena osobou vžitého a neosožného prežívania reality, napr. naučenej bezmocnosti v sociálnej i osobnej záťažovej situácii. Zmyslom edukačného sociálneho poradenstva je podpora sociálnych klientov v tom, aby vyvinuli úsilie k zmene postoja a konania aj úsilie k osobnej zmene v životnej situácii.

Zdôrazňuje sa *sociálne preventívna a rozvojová úloha edukačného sociálneho poradenstva*.

Následky sociálneho ohrozenia sa prejavujú ako poruchy sociálnej adaptácie a oslabenie zdravia osôb – ich duchovného, psychického a somatického zdravia. V prevencii individuálnych a skupinových sociálnych problémov možno využiť premyslene a kompetentne pripravené a realizované edukačné sociálne poradenské programy pre dospelých. Programy majú vychádzať nielen z poznania sociálnych klientov, ale aj z poznania *vplyvov prostredia, v ktorom žijú*. Máme na mysli vplyv:

- *Sociálneho prostredia* človeka, to znamená vplyv sociálneho usporiadania, v ktorom ľudia žijú. Sociálne prostredie možno chápať ako systém a spôsob vzťahov a komunikácie medzi ľuďmi – jednotlivcami navzájom, jednotlivcami a skupinami, skupinami navzájom.
- *Psychologického prostredia a duchovného prostredia* človeka, to znamená vplyv toho, ako ľudia subjektívne vnímajú, chápu, prežívajú prostredie, v ktorom žijú z aspektu ich myslenia, emócií a citov, motivácií, hodnôt, dodržiavania sociálnych noriem a pravidiel, zvykov a návykov. Účinky vplyvu tohto prostredia sú viditeľné v psychickej a sociálnej adaptácii a integrácii ľudí v danom prostredí – čiže v ich duchovnom, psychickom, sociálnom a somatickom zdraví, v ich správaní sa a v ich konaní.
- *Edukačného prostredia*, to znamená vplyvu prostredia, ktoré tvorí história, kultúra, tradície, hodnoty danej spoločnosti. Edukačné prostredie sa odzrkadľuje vo verejnej mienke, v postojoch obyvateľstva k výchove a vzdelávaniu ako k spoločenským a individuálnym hodnotám. Edukačné prostredie je charakterizované spoločenskou atmosférou v súvislosti so

vzdelanosťou ľudí. Edukačné prostredie sa posudzuje podľa materiálneho zabezpečenia infraštruktúry výchovno-vzdelávacích činností v konkrétnej krajine.

V nami predloženom náčrte konceptu edukačného sociálneho poradenstva sa odzrkadľuje stratégia celoživotného učenia sa a celoživotného vzdelávania sa ľudí. Nosnou myšlienkou stratégie je, že dospelý človek má potenciál psychickému a sociálnemu rozvoju v priebehu celého svojho života. Zdôrazňuje sa, že ľudia v každom životnom období, vplyvom prekonávania životných udalostí a životných tranzitov majú nadanie potrebné k permanentnému osobnostnému a sociálnemu rozvoju.

K práci na koncepte edukačného sociálneho poradenstva pre dospelých nás viedlo presvedčenie, že sa mnohí ľudia v súčasnosti nachádzajú v patovej sociálnej a osobnej situácii a nie sú schopní orientovať sa v zložitých a ťažko predvídateľných aj sociálne neúnosných životných situáciách. Potrebnosť nového druhu sociálnej pomoci a služby – edukačného sociálneho poradenstva vyviera z náročných sociálnych podmienok skupín obyvateľstva. Týka sa to predovšetkým rodinného a pracovného života.

Dá sa reálne predpokladať, že ľudia oberá o ich o energiu aj *stres z očakávania* (nazvali sme ho *anticipačným stresom*) rôzneho sociálneho ohrozenia. Tento *anticipačný stres* sa neraz podpisuje pod zdravotný stav obyvateľstva. V súčasnej postmodernej spoločnosti sa mnohí dospelí dostávajú do záťažových sociálnych situácií a pozícií v rámci zamestnanosti a rodinného života. Možnosť aj skutočnosť ohrozenia sociálnym vylúčením mnohých osôb, nás vedie k presvedčeniu, že je nanajvýš potrebné poskytovať edukačnú sociálnu poradenskú pomoc dospelým v rámci systému sociálnych služieb obyvateľstvu.

Záverom

Prepojenie edukácie dospelých so sociálnym poradenstvom pre dospelých, v rámci sociálnej práce, sa nám javí ako jedinečný spôsob spojiť sociálnu pomoc so sociálnym rozvojom ľudí. Edukačné sociálne poradenstvo je druh, forma a prostriedok sociálnej prevencie v spoločnosti. Ľudia disponujú potenciálom pre psychický a sociálny rozvoj. Sú schopní rozširovať a obohacovať svoje psychologické a sociálne spôsobilosti v každom veku. Človek je za normálnych okolností schopný permanentného rozvoja v oblasti profesijnej seberealizácie a materiálneho zabezpečenia sa; v sociálnej oblasti vzťahov, komunikácie, združovania sa ľudí, rodiny, partnerstva; v oblasti mimo profesijnej, resp. mimo pracovnej seberealizácie, záľub, záujmov.

Edukačným sociálnym poradenstvom sa poskytuje sociálna pomoc dospelým v prípade, ak sú okolnosťami donútení riešiť sociálny problém a zároveň zvyčajne aj psychický problém.

Edukačné sociálne poradenstvo je forma sociálnej pomoci, ktorou sa podporuje iniciatíva, samostatnosť, aktivita, zodpovednosť a zúčastnenosť dospelých osôb – sociálnych klientov v prevencii a riešení sociálneho znevýhodnenia, ohrozenia, sociálnej núdze.

Posilňuje sa uvedomelosť ľudí a ich schopnosť *sociálne sa adaptovať a integrovať tak*, aby sa nenarušila ich *psychická integrita* a ich „fungovanie“ v sociálnych skupinách. S tým zámerom, aby si aj napriek sociálnym udalostiam, situáciám a problémom zachovali psychickú rovnováhu a tým aj zdravie.

Múdrost na záver:

„Nikoho nemožno postrčiť po rebríku, keď nelezie aspoň trochu sám.“ A. Carnegie

„Kríza je šanca.“ Čínske príslovie

Zoznam bibliografických odkazov

- MACHALOVÁ, M., 2008. Andragogické a sociálno-andragogické poradenstvo v kontexte celoživotného učenia sa a vzdelávania. In: *Acta andragogica*. Roč. 1, s. 63-70. Bratislava : FFUK. ISBN 978-80-89142-14-9.
- MACHALOVÁ, M., 2009a. Vzdelávanie dospelých a rozvoj psychologickéj spôsobilosti k žitiu. In: *Sociálna a ekonomická núdza-bezpečnosť jedinca a spoločnosti*, s. 429-438. Bratislava : VŠZa-SP sv. Alžbety, 2009a. ISBN 978-80-89271-63-4.
- MACHALOVÁ, M., 2009b. Sociálno-andragogické poradenstvo v kontexte kvality života. In: *Sociální pedagogika ve střední Evropě. Současný stav a perspektivy*, s. 378-384. Brno : IMS. ISBN 978-80-87182-08-6.
- MACHALOVÁ, M., 2009c. Sociálno-andragogické poradenstvo a rozvoj individuálneho potenciálu. In: *Technológia vzdelávania*. Vol. 17, no. 9, s. 2-8.
- BAKOŠOVÁ, Z. a M. MACHALOVÁ, 2010. Cele poradnictwa społeczno-pedagogicznego dla dzieci, młodzieży i dorosłych. In: *Edukacja społeczna wobec problemów współczesnego człowieka i społeczeństwa*, s. 633-642. Łódź : Uniwersytet Łódzki. ISBN 978-83-7525-451-8.
- MACHALOVÁ, M., 2014. *Edukačná sociálna práca*. Prešov: Prešovská univerzita. ISBN 978-80-555-1118-4.
- Návrh stratégie celoživotného vzdelávania a celoživotného poradenstva*. 2007. Bratislava. [online]. [cit. 2010-22-02]. Dostupné z: <http://www.rokovania.sk/appl/material.nsf/0/6A847EE226025333...>
- Rozpracovanie úloh vyplývajúcich pre ministerstvo školstva, vedy, výskumu a športu SR z Programového vyhlásenia vlády SR na roky 2010-2014*. Bratislava : MŠVaV SR, november 2010.

prof. PhDr. Mária Machalová, CSc.
e-mail: machalova.maria@centrum.sk

POMSTA NAD SICHEMOM ZA DINU (BIBLICKO-EXEGETICKÝ KOMENTÁR NA 1MJŽ 34, 1-19)

Alexander Cap

Abstrakt: Zneuctenú Dinu chcú jej bratia pomstiť. Preto vymysleli lešť, ktorá im pomôže premôcť nepriateľov.

Kľúčové slová: Starý Zákon, Genezis, Jakub, Dina, Sichem, obriezka

Abstract: The brothers of Dinah want to avenge her raping. They came up with a trick to defeat their enemies.

Key words: Old Testament, Genezis, Jacob, Dinah, Shechem (Sichem), circumcision

34 ἐξῆλθεν δὲ Δινα ἡ θυγάτηρ Λειας ἣν ἔτεκεν τῷ Ιακωβ καταμαθεῖν τὰς θυγατέρας τῶν ἐγγχωρίων

2 καὶ εἶδεν αὐτὴν Συχεμ ὁ υἱὸς Εμμωρ ὁ Χορραῖος ὁ ἄρχων τῆς γῆς καὶ λαβὼν αὐτὴν ἐκοιμήθη μετ' αὐτῆς καὶ ἐταπείνωσεν αὐτήν

3 καὶ προσέσχεν τῇ ψυχῇ Δινας τῆς θυγατρὸς Ιακωβ καὶ ἠγάπησεν τὴν πατὴρ θένον καὶ ἐλάλησεν κατὰ τὴν διάνοιαν τῆς παρθένου αὐτῇ

4 εἶπεν δὲ Συχεμ πρὸς Εμμωρ τὸν πατέρα αὐτοῦ λέγων λαβέ μοι τὴν παιδίσκην ταύτην εἰς γυναῖκα

5 Ιακωβ δὲ ἤκουσεν ὅτι ἐμίανεν ὁ υἱὸς Εμμωρ Διναν τὴν θυγατέρα αὐτοῦ οἱ δὲ υἱοὶ αὐτοῦ ἦσαν μετὰ τῶν κτηνῶν αὐτοῦ ἐν τῷ πεδίῳ παρεσιώπησεν δὲ Ιακωβ ἕως τοῦ ἐλθεῖν αὐτοῦς

6 ἐξῆλθεν δὲ Εμμωρ ὁ πατὴρ Συχεμ πρὸς Ιακωβ λαλῆσαι αὐτῷ

7 οἱ δὲ υἱοὶ Ιακωβ ἦλθον ἐκ τοῦ πεδίου ὡς δὲ ἤκουσαν κατενύχθησαν οἱ ἄνδρες καὶ λυπηρὸν ἦν αὐτοῖς σφόδρα ὅτι ἄσχημον ἐποίησεν ἐν Ισραὴλ κοιμηθεὶς μετὰ τῆς θυγατρὸς Ιακωβ καὶ οὐχ οὕτως ἔσται

8 καὶ ἐλάλησεν Εμμωρ αὐτοῖς λέγων Συχεμ ὁ υἱός μου προείλατο τῇ ψυχῇ τὴν θυγατέρα ὑμῶν δότε οὖν αὐτὴν αὐτῷ γυναῖκα

9 ἐπιγαμβρεύσασθε ἡμῖν τὰς θυγατέρας ὑμῶν δότε ἡμῖν καὶ τὰς θυγατέρας ἡμῶν λάβετε τοῖς υἱοῖς ὑμῶν

10 καὶ ἐν ἡμῖν κατοικεῖτε καὶ ἡ γῆ ἰδοὺ πλατεία ἐναντίον ὑμῶν κατοικεῖτε καὶ ἐμπορεύεσθε ἐπ' αὐτῆς καὶ ἐγκτήσασθε ἐν αὐτῇ

11 εἶπεν δὲ Συχεμ πρὸς τὸν πατέρα αὐτῆς καὶ πρὸς τοὺς ἀδελφοὺς αὐτῆς εὖροί

μι χάριν ἐναντίον ὑμῶν καὶ ὃ ἐὰν εἴπητε δώσομεν
 12 πληθύνετε τὴν φερνὴν σφόδρα καὶ δώσω καθότι ἂν εἴπητέ μοι καὶ δώσετέ μοι τὴν παῖδα ταύτην εἰς γυναῖκα
 13 ἀπεκρίθησαν δὲ οἱ υἱοὶ Ἰακωβ τῷ Συχημ καὶ Εμμωρ τῷ πατρὶ αὐτοῦ μετὰ δόλου καὶ ἐλάλησαν αὐτοῖς ὅτι ἐμίαναν Διναν τὴν ἀδελφὴν αὐτῶν
 14 καὶ εἶπαν αὐτοῖς Συμεων καὶ Λευι οἱ ἀδελφοὶ Δινας υἱοὶ δὲ Λειας οὐ δύνησόμεθα ποιῆσαι τὸ ῥῆμα τοῦτο δοῦναι τὴν ἀδελφὴν ἡμῶν ἀνθρώπῳ ὃς ἔχει ἀκροβυστίαν ἔστιν γὰρ ὄνειδος ἡμῖν
 15 ἐν τούτῳ ὁμοιωθησόμεθα ὑμῖν καὶ κατοικήσομεν ἐν ὑμῖν ἐὰν γένησθε ὡς ἡμεῖς καὶ ὑμεῖς ἐν τῷ περιτμηθῆναι ὑμῶν πᾶν ἄρσενικόν
 16 καὶ δώσομεν τὰς θυγατέρας ἡμῶν ὑμῖν καὶ ἀπὸ τῶν θυγατέρων ὑμῶν ληψόμεθα ἡμῖν γυναῖκας καὶ οἰκήσομεν παρ' ὑμῖν καὶ ἐσόμεθα ὡς γένος ἓν
 17 ἐὰν δὲ μὴ εἰσακούσῃτε ἡμῶν τοῦ περιτέμνεσθαι λαβόντες τὰς θυγατέρας ἡμῶν ἀπελευσόμεθα
 18 καὶ ἤρσαν οἱ λόγοι ἐναντίον Εμμωρ καὶ ἐναντίον Συχημ τοῦ υἱοῦ Εμμωρ
 19 καὶ οὐκ ἔχρόνισεν ὁ νεανίσκος τοῦ ποιῆσαι τὸ ῥῆμα τοῦτο ἐνέκειτο γὰρ τῇ θυγατρὶ Ἰακωβ αὐτὸς δὲ ἦν ἐνδοξότατος πάντων τῶν ἐν τῷ οἴκῳ τοῦ πατρὸς αὐτοῦ

Dina, dcéra Leje, ktorú porodila Jakubovi, vyšla sa zoznámiť s dcérami miestnych obyvateľov.

Uvidel ju Emmórov syn Sychem, chorrajský náčelník krajiny, vzal (si) ju, ľahol si k nej a ponížil ju.

Prilipol svoju dušu k Jakubovej dcére Dine a zamiloval si (to) dievča a hovoril k nemu podľa mysle dievčaťa.

Sychem povedal svojmu otcovi Emmórovi hovoriac: “Vezmi túto dievčinu pre mňa za ženu.”

Jakub sa však dopočul, že Emmórov syn poškrvnil jeho dcéru Dinu. No jeho synovia boli s jeho stádami na planine a Jakub mlčal, kým neprišli.

Sychemov otec Emmór vyšiel k Jakubovi, aby sa s ním porozprával.

Jakubovi synovia prišli z planiny, Ako sa (to) muži dopočuli, hlboko ich to zronilo a bolo pre nich veľmi bolestné, že urobil hanebnosť v Izraeli, keď si ľahol k Jakubovej dcére. A takto to nebude!

Emmór im povedal hovoriac: “Môj syn Sychem si svojou dušou vyvolil vašu dcéru. Dajte mu ju teda za ženu. Vstúpte do príbuzenstva s nami: dajte nám svoje dcéry a naše dcéry vezmite pre svojich synov.

Bývajte medzi nami, veď krajina je (dost) široká pre vás. Bývajte a obchodujte v nej a získavajte v nej majetok.”

Sychem povedal jej otcovi a jej bratom: “Kiež nájdem priazeň u vás a (všet-

ko) čo poviete, (vám) dáme.

Veľmi znásobte cenu za nevestu a dám (vám) tak, ako mi poviete, a date mi túto dievčinu za ženu.”

Jakubovi synovia odpovedali Sychemovi a jeho otcovi Emmórovi Istivo. Povedali im, že poškvrnili ich sestru Dinu.

Symeón a Levi, bratia Diny a synovia Leje, im povedali: “Nebudeme môcť urobiť túto vec – dať našu sestru človeku, ktorý má predkožku. Pre nás je to totiž hanba.

(Len) za tejto podmienky sa vám pripodobníme a budeme bývať medzi vami: ak sa aj vy stanete ako my tým, že date obrezať každého z Vás (kto je) mužského pohlavia.

A budeme vám dávať svoje dcéry a spomedzi vašich dcér si budeme brat ženy a budeme bývať vedľa vás a budeme ako jeden rod.

Ak nás však neposlúchnete (v tom), aby ste sa dali obrezať, vezmeme svoje dcéry a odídeme.”

(Tieto) slová sa zdali dobré Emmórovi a Emmórovmu synovi Sychemovi.

A mládenec neotáľal s vykonaním tejto veci, lebo bol oddaný Jakubovej dcére. On bol najvážnejší zo všetkých (čo boli) v dome jeho otca.

34.

1 ИЗЫДЕ ЖЕ ДІНА ДЩН ЛІННА, ЙЖЕ РОДН ІАКWBЪ, ПОЗНАТИ ДЩРН ѠБНТАТЕЛЕЙ.

2 И БНАѢ Й С҃ХЕМЪ СЫНЪ ЕММІУРОВЪ ХОРРЕАНИНЪ, КНАЗЬ ТОА ЗЕМАН: И ПОИМЪ Й, БЫИТЬ СЪ НЕЮ И СМРН Й:

3 И БНАТЪ ДШЕЮ ДІНѢ ДЩРН ІАКWBАН, И ВОЗЛЕГН ДѢВІЦЪ, И ГЛАГОЛА КЪ НЕЙ ПО МЫСЛН ДѢВІЦЫ.

4 РЕЧЕ ЖЕ С҃ХЕМЪ КО ЕММІУРЪ О҃ТЦЪ СВОЕМЪ, ГЛАГОЛА: ПОИМН МНѢ О҃ТРОКОВІЦЪ СЮ ВЪ ЖЕНЪ.

5 ІАКWBЪ ЖЕ СЛЫША, ІАКЪ ѠСКВЕРНН СЫНЪ ЕММІУРОВЪ ДІНЪ ДЩРНЪ Е҃ГѠ: СЫНОВЕ ЖЕ Е҃ГѠ БАХЪ СО СКОТЫ Е҃ГѠ НА ПОЛН: ПРЕМОЛЧА ЖЕ ІАКWBЪ, ДОНДЕЖЕ ПРІИТН НМЪ.

6 ИЗЫДЕ ЖЕ ЕММІУРЪ О҃ТЕЦЪ С҃ХЕМЪ КО ІАКWBЪ ГЛАГОЛАТИ КЪ НЕМЪ.

7 СЫНОВЕ ЖЕ ІАКWBАН ПРІИДОША СЪ ПОЛА: Е҃ГДА ЖЕ Ѡ҃ГЛЫШАША, СМДТНІШАСА МДЖІЕ, И ЖАЛОСТНО НМЪ БЫИТЬ СѢЛѠ, ІАКЪ НЕ ЛЕПѠ СОТВОРН ВО ЙІАН, БЫВЪ СО ДЩРІЮ ІАКWBАНЮ: И НЕ БДЕТЪ СІЦЕ.

8 И РЕЧЕ НМЪ ЕММІУРЪ, ГЛАГОЛА: С҃ХЕМЪ СЫНЪ МОЙ ИЗЕРА ДШЕЮ ДЩРНЪ ВАШЪ: ДАДНТЕ О҃҃ЕО Й ВЪ ЖЕНЪ ЕМЪ:

9 И СОСВТАИТЕСА СЪ НАМИ: ДЩРН ВАША ДАДНТЕ НАМЪ, И ДЩРН НАША ПОИМНТЕ СЫНОВѠМЪ СВОИМЪ,

10 И Ѡ НАЕЗ НАСЕЛНТЕСА: И СЕ, ЗЕМЛА ПРОСТРАННА ПРЕД ВАМИ: НАСЕЛНТЕСА И КДПЛО ДѢИТЕ НА НЕЙ, И ПРИТЪЖНТЕ НА НЕЙ.

11 Речѣ же сѹхѣмъ ко Ѡтцѹ сѣ̀а њ ко брѣтїамъ сѣ̀а: да ѡбръщѹ блгоудѣть
 предъ вѣмъ, њ сѣ̀же ѡще речѣте, дадѣмъ:
 12 оумножитѣ вѣно сѣ̀а, њ дамъ, ѡкоже речѣте мнѣ: њ дайте мнѣ Ѡтроковнѹ
 сѣ̀а въ женѹ.
 13 Ѣвѣщѣаша же сынове їаковѣ сѹхѣмѹ њ сѣ̀мъмѹ Ѡтцѹ сѣ̀а сѣ̀а лѣтїю, њ
 глаголаша къ нѣмъ, їако ѡквернѣша дѣлѹ сестрѹ нѣхъ.
 14 њ рекѣша нѣмъ сѹмѣоу њ левїю, брѣтїа дѣнны (сынове лѣн): не возмѡжемъ
 сотворїти глагола сѣ̀а, дѣти сестрѹ нѣшѹ человекѹ, ѡже ѡмѣтъ крѣпнѣю
 плѣть неѡбръщѣннѹ: сѣ̀тъ бо оукорнѣна нѣмъ:
 15 токъмъ въ сѣ̀мъ оуподѡбнѣмѣ вѣмъ њ вселѣмѣ оу вѣсѣ, ѡще бѣдете ѡкоже
 мы њ вѣ, сѣ̀дѣ ѡбръщѣете вѣсѣ мѣжекъ полъ:
 16 њ дадѣмъ дѣцѣри нѣшѣ вѣмъ, њ ѡ дѣцѣрей вѣшнѣхъ поѣмѣмъ сѣ̀ѣ жѣны њ
 вселѣмѣ оу вѣсѣ, њ бѣдемъ їако сѣ̀дѣнъ родъ:
 17 ѡще же не послѣшѣте нѣсѣ, сѣ̀же ѡбръщѣнѣмѣ, поѣмѣ дѣцѣрь нѣшѹ ѡнѣдемъ.
 18 њ оугѡдѣна бѣша словеса предъ сѣ̀мъмѹромъ њ предъ сѹхѣмомъ сыномъ
 сѣ̀мъмѹровымъ:
 19 њ не премѣдѣн ѡноша сотворїти глаголъ сѣ̀н: лѣбѣше бо дѣцѣрь їаковѣ. сѣ̀н
 же бѣше лѣбнѣнїи брѣхъ, ѡже въ домѹ Ѡтцѹ сѣ̀а.

Дина, дочь Лии, которую она родила Иакову, вышла посмотреть на дочерей земли той.

И увидел ее Сихем, сын Еммора Евсянина, князя земли той, и взял ее, и спал с нею, и сделал ей насилие.

И прилепилась душа его к Дине, дочери Иакова, и он полюбил девицу, и говорил по седрдцу девицы.

И сказал Сихем Еммору, отцу своему, говоря: возьми мне эту девицу в жену.

Иаков слышал, что (сын Еммов) обесчестил Дину, дочь его; но как сыновья его были со скотом его в поле, то Иаков молчал, пока не пришли они.

А вышел Еммор, отец Сихемов, к Иакову, поговорить с ним.

Сыновья же Иакова пришли с поля, и когда слышали, то огорчились мужи те, и воспылали гневом, потому что бесчестие сделал он Израилю, переспав с дочерью Иакова: а так не надлежало делать.

Еммор стал говорить им, и сказал: Сихем, сын мой, прилепился душею к дочери вашей; дайте же ее в жену ему.

Породнитесь с нами; отдавайте за нас дочерей ваших, а наших дочерей берите себе (за сыновей ваших).

И живите с нами; земля сия (пространна) пред вами, живите и промышляйте

на ней, и приобретайте ее во владение.

Сихем же сказал отцу ее и братьям ее: только бы мне найти благоволение в очах ваших, я дам, что ни скажете мне.

Назначьте самое большое вено и дары: я дам, что ни скажете мне: только отдайте мне девицу в жену.

И отвечали сыновья Иакова Сихему и Еммору, отцу его, с лукавством; а говорили так потому, что он обесчестил Дину, сестру их:

И сказали им (Симеон и Левий, братья Дины, сыновья Лиины): не можем этого сделать, выдать сестру нашу за человека, который необрезан; ибо это бесчестье для нас.

Только на том условии мы согласимся с вами (и переселимся у вас), если вы будете как мы, чтобы и у вас весь мужеский пол был обрезан.

И будем отдавать за вас дочерей наших и брать за себя ваших дочерей, и будем жить с вами, и составим один народ.

А если не послушаетесь нас в том, чтобы обрезаться, то мы возьмем дочь нашу и удалимся.

И понравились слова сии Еммору и Сихему, сыну Емморову.

Юноша не умедлил исполнить это; потому что любил дочь Иакова. А он более всех уважаем был из дома отца своего.

וַתֵּצֵא דִּי נָה בְּתוּלָה אֵהָא אֲשֶׁר יֵלְדָה לְיַעֲקֹב לְרֵאוּת בְּבָנוֹת הָאָרֶץ נָג
 וַיִּנָּא אֵת תַּה שְׂכָם בְּרִיחְמוֹר תְּחַוִּי נָשִׂיא הָאָרֶץ וַיִּקַּח אֵת תַּה וַיִּשְׁכַּב אֵת תַּה וַיֵּצֵא נָג
 וַתְּדַבֵּק נִפְשׁוֹ בְּדִי נָה בְּתוּעֵקֶב וַיֵּאָהֵב אֶת־הַנְּעָר וַיְדַבֵּר עִלְיָב הַנֶּעֱר נָג
 וַיֹּאמֶר שְׂכָם אֶל־חֲמוֹר אָבִיו לֵאמֹר קַח־לִי אֶת־הַנִּלְדָה הַזֹּאת לֹא שָׂה נָג
 וַיַּעֲקֹב שָׁמַע כִּי טָמְא אֶת־דִּי נָה בְּתוֹ וּבִנּוֹ הָיוּ אֶת־מִקְנֵהוּ בִּשְׂדֵה וְהַחֲרֹשׁ יַעֲקֹב עָרִיב אִם נָג
 וַיֵּצֵא חֲמוֹר אֲבִישְׂכָם אֶל־יַעֲקֹב לְדַבֵּר אִתּוֹ נָג
 הֲנָא נָשִׁים וַיַּחֲרֹ לָהֶם מְאֹד כִּי־נָ בִּלְהָ אַע שֶׁהָ בִּישׁ רָאֵל לְשָׁכַב אֶת־בְּתוּעֵקֶב וְכֵן לֹא יֵאָעֵשָׂה נָג
 וּבְנֵי יַעֲקֹב בָּאוּ מִן־הַשָּׂדֶה כִּי שָׂמְעִים וַיַּתְעַצְבוּ
 וַיְדַבֵּר חֲמוֹר אֵת תַּם לֵאמֹר שְׂכָם בְּנִי חָשׂ קָה נִפְשׁוֹ בְּבִתְכֶם תְּנֻנָּה נָא אֵת לֹא שָׂה נָג
 וַיַּתְחַתְּנֻהוּ אֵת תְּנֻנָּה בְּנִתְיָכֶם תְּחַנְנוּ לָנוּ וְאֶת־בְּנִיתֵינוּ תִּקְחוּ לָכֶם נָג
 וְאֵת תְּנֻנָּה תִּשְׁבּוּ וְהָאָרֶץ תִּהְיֶה לְפָנֵיכֶם שְׁבוּ וְסִי חָרוּ הָיָה אֲחֻזָּה בָּה נָג
 וַיֹּאמֶר שְׂכָם אֶל־אָבִיו וְאֶל־אָחִיו הָאֵמָן צֹאֲחָן בְּעֵינֵיכֶם וַאֲשֶׁר תֹּאמְרוּ אֵלַי אֲתָן נָג
 תִּרְבּוּ אֲעֵלִי מְאֹד מְהֵרָה וּמִתָּן וְאֵת נָה כְּאֲשֶׁר תֹּאמְרוּ אֵלַי וַתִּגְדַּל־הַנְּעָרָה לֹא שָׂה נָג
 וַיַּעֲשׂוּ בְנֵי־יַעֲקֹב אֶת־שְׂכָם וְאֶת־חֲמוֹר אָבִיו בְּמֶךְ מֹה וַיְדַבְּרוּ אֲשֶׁר טָמְא אֵת דִּי נָה אִתָּם נָג
 לֹא נוּכַל לַעֲשׂוֹת הָיָה בְּרִי הָיָה לָתֵת אֶת־אֲחֻתֵנוּ לְאִישׁ אֲשֶׁר־לֹא אָנָּךְ לָה כִּי־יַחֲרֹ פֹה הוּא לָנוּ נָג
 וַיֹּאמְרוּ אֲלֵיהֶם
 אֲדִי־בְּזֹאת נֹאֹת לָכֶם אִם תְּחִיו כְּמֹנֵה לְהַמּוֹל לָכֶם כֹּל־זָכָר נָג
 וְנִתְּנוּ אֶת־בְּנִיתֵינוּ לָכֶם וְאֶת־בְּנִיתְיָכֶם נִקְחָ לָנוּ וְיִשְׁבְּנוּ אִתְּכֶם וְהָיוּ לָעָם אֶחָד נָג
 וְאִם־לֹא תִשְׁמְעוּ אֲלֵינוּ לְהַמּוֹל וְלִקְחָנוּ אֶת־בְּתוּתֵנוּ הָיָה לָכֶם נָג

וַיֵּשְׁבוּ דְבָרֵיהֶם בְּעֵינֵי חָמוֹר וּבְעֵינֵי שָׁכֵם בֶּן־חָמוֹר 3418 ג
וְלֹא־אַחֵר הַנָּשֶׁר לַעֲשׂוֹת הָיָה בָּר כִּי חָפֵץ בְּבַת־יִשְׁעָבֶהוּא נָכַד בַּד מִכָּל בֵּית אָבִיו 3419 ג

Tu Dina, dcéra Lie, ktorú porodila Jakubovi, si vyšla pozrieť dcéry toho kraja. Zbadal ju Šechem, syn Chivvijčana Chamóra, kniežata toho kraja, vzal si ju, ľahol si k nej a ponížil ju.

No prilipol svojou dušou k Jakubovej dcére Dine, zamiloval si (to) dievča a prihovárал sa k srdcu dievčata.

Šechem povedal svojmu otcovi Chamórovi hovoriac: „Vezmi túto dievčinu pre mňa za ženu.“

Jakub sa však dopyčul, že poškvrnil jeho dcéru Dinu. Jeho synovia boli (práve) s jeho stádami na poli, a (tak) Jakub mlčal, kým neprišli.

Šechemov otec Chamór vyšiel za Jakubom, aby s ním hovoril.

Jakubovi synovia prišli z poľa, keď sa to dopyčuli. Tí muži tým boli skormútení a veľmi sa rozhnevali, že (Šechem) vykonal hlúposť v Izraeli, keď si ľahol s Jakubovou dcérou; tak sa (to) nerobí.

Chamór však s nimi rozprával hovoriac: „Môj syn Šechem sa svojou dušou pripútal k vašej dcére. Dajte mu ju teda za ženu!

Vstúpte do príbuzenstva s nami! Svoje dcéry dávajte nám a naše dcéry berte pre seba!

Môžete u nás bývať, krajina je pred vami. Bývajte, obchodujte a uchyťte sa tu!“

Šechem povedal jej otcovi a jej bratom: „Nech nájdem milosť u vás. Dám (vám všetko), čo mi povieť.“

Hoci aj veľmi znásobí cenu za nevestu a dar, dám (vám) tak, ako mi povieť. Len mi dajte za ženu!“

Jakubovi synovia však odpovedali Šechemovi a jeho otcovi Chamórovi ľstivo. Hovorili (takto), keďže (Šechem) ich sestru Dinu poškvrnil.

Povedali im: „Nebudeme môcť urobiť túto vec, (teda) dať našu sestru mužovi, ktorý má predkožku, pretože je (to) pre nás potupa.

Len v tom (prípade) budeme s vami súhlasiť, ak sa stanete ako my – (ak) bude u vás obrezaný každý (,kto je) mužského pohlavia.

Ak budeme vám dávať svoje dcéry a vaše dcéry si budeme brať, budeme u vás bývať a staneme sa jedným národom.

Ak nás však nepočúvnate a nebudete obrezaní, svoju dcéru si vezmeme a odídeme.“

Ich slová sa zdali dobré Chamórovi a Chamórovmu synovi Šechemovi.

Mládenec neotálal urobiť tú vec, lebo bol do Jakubovej dcéry zaľúbený, A on bol najvážnejší zo všetkých z domu svojho otca.

Dina, dcera Ley, jež ji porodila Jaakovovi, se vyšla podívat na dcery té země. A vida ji Šchem, syn Chivity Chamora, knížete té země, ji vzal, lehl na ni a znásilnil ji.

Ale jeho duše přilnula k Jaakovově dceři Dině, zamiloval si tu dívku a mluvil k dívčímu srdci.

Proto řekl Šchem svému otci Chamorovi: „Získej pro mne to děvče za manželku!“ Jaakov sice slyšel, že byla jeho dcera Dina zneuctěna, jeho synové však byli se stádem na poli a Jaakov mlčel, dokud nepřišli.

Ale když Šchemův otec Chamor vytáhl, aby s ním promluvil,

Jaakovovi synové už přišli z pole, a slyšíce to, rozčílili se ti muži a velice je rozpálilo, že souloží s Jaakovovou dcerou zhanobil Jisraele, a to se nedělá!

Chamor s nimi však hovořil, říkáje: „Šchem je můj syn, jeho duše zatoužila po vaší dceři, tak mu ji, prosím dejte za manželku!

Žeňte se s námi, dávejte nám své dcery a berte si dcery naše!

Usaďte se s námi a celá země bude ležet před vámi, usaďte se, kupujte ji a získejte ji do držení!“

A Šchem řekl jejímu otci a jejím bratrům: „Abych našel milost ve vašich očích, dám vám, cokoliv si řeknete!

Žádejte ode mne jakkoliv vysoké věno a dary, dám vám co mi povíte, jen mi to děvče dejte za manželku!“

Jelikož však zneuctil jejich sestru Dinu, odpovídali Jaakovovi synové úskočně a mluvili jen tak.

Řekli jim: „Takovou věc nemůžeme udělat, dát naši sestru mužskému s předkožkou, již máme za ohavnost.

Budete-li však jako my a obřezáte každého mužského, tak vám vyhovíme.

Pak vám budeme dávat naše dcery a budeme si brát dcery vaše a usadíme se s vámi a staneme se jedním lidem.

Jestli nás ale neposlechnete a neobřezáte se, vezmeme si naši dceru a odejdeme!“

Jejich slova se zalíbila jak Chamorovi, tak Chamorovu synu Šchemovi.

Ten mládenec byl najváženější z celé otcovy rodiny, a protože chtěl Jaakovovu dceru získat, nelenil tuto věc učinit.

34, 1-31. Znásilnenie ženy je ešte aj dnes u beduínov zločin rovný vražde a vyžaduje si krvnú pomstu. Ohavným na čine Jakubových synov nebola krvná pomsta, ale spôsob krvnej pomsty. Po úspešných jednaniach o odčinení krivdy, pri ktorých sa zriekli krvnej pomsty (Sväté Písmo. 1996, s. 97).

Jakub je teraz v zaslúbenej zemi konfrontovaný s nebezpečenstvom, že bude pohltý domorodými Kanaáncami (vv.9.16) a potom s hrozbou ich nepriateľstva po pomstychtivých činoch jeho synov (v.30). Toto boli nebezpečenstvá,

ktorým Izraeliti neustále čelili od okolitých národov – buď pohltienie, alebo nepriateľstvo, a to sú pretrvávajúce hrozby pre Boží ľud (Študijná Biblia. 2015, s. 66). Meno Božie sa spomína v kapitole 33 a v kapitole 35. Ale v tejto kapitole 34 o úbohosti sa vôbec nespomína.

Alexander Meň (2002) konštatuje, že mesto Sichem sa nachádzalo uprostred dvoch hôr Gerazim a Geval. Neskôr sa toto mesto stalo posvätným pravdepodobne mal na mysli útočiským mestom, kde sa vykonávali slávnostné bohoslužby (5Mjž 27, 4-13). Členovia Jakubovho rodu tu zanechali (zakopali) svojich bohov, ktorých priviezli z Mezopotámie. To znamenalo definitívne zjednotenie sa Synov Izraela s Abrahámovým závetom.

34, 1-5. Dina vychádza z otcovského domu bez povolenia. Podľa všetkého ide o svojvoľnú vychádzku. Na vlastné riziko opúšťa tábor a jeho poriadok. Je zvedavá a chce posudzovať domorodkyne pri ich slávnostiach (Jozef Flavius I., 21, 1), kde je prítomný aj kniežací syn. Dcéry zeme sú Kanaánky (24, 3 a 27, 46), teda vyznávačky orgiastických prírodných kultov. Lach (1962) špekuluje, pretože išlo o mladé dievča ako udáva Lemanski a odhaduje vek Diny na dvanásť rokov.

Meno Dína (hebrejsky diná znamená súd, alebo súdená) (Douglas 1996, s. 167).

Meno kniežacieho syna sa zhoduje s názvom opevneného mesta, čo ukazuje na výnimočné Šechemovo postavenie. Jeho otec Chamor sa prekladá ako Osol¹. Je to Chivejec², Kanaánčan (36, 2) – náboženský uctievač Baala. Žena, ktorá sa dostala do blízkosti kanaánskeho mesta mala počítať s tým, že sa stane obeťou sexuálnej žiadostivosti jeho obyvateľov (26, 7-11).

Tieto verše môžeme zadeliť do dvoch prameňov podľa uváženia – elohistického a jahvistického. Je to historická spomienka na nešťastný pokus niektorých hebrejských skupín usadiť sa v sichemskom kraji za patriarchálnych čias (*Pentateuch. Päť kníh Mojžišových s komentármi Jeruzalemskej Biblie*. 2004, s. 50-51).

K náboženským slávnostiam na počesť boha Baála patrila tiež posvätná svadba. Je možné, že aj tu išlo o podobnú slávnosť. Leina dcéra sa ocitne v nábožensky cudzom prostredí a zároveň bez ochrany. Šekemov čin je hodnotený Božím zákonom ako poškvrnenie a znásilnenie (5Mjž 22, 24, Sud 19, 24 2S 13, 12). Škem sa i napriek tomu do Diny skutočne zamiloval. Myslí na manželstvo. Citlivý pohľad Písma nezamľčuje pri Kanaánčanovi Škemovi sympatické

¹ Slovný zvrat, ktorý sa našiel u Mari „hajaram qatalum – zabiť osla by mohol byť ekvivalentom pre hebrejský výraz „Karat berit“ – uzavrieť prímerie (Pozri Lemanski 2013, s. 893, 898. Dávanie zvieracích mien pre ľudí v tom čase nebolo ničím nezvyčajným).

² Chivijci – jeden z dávnych národov Kanaánu.

vlastnosti, rovnako ako aj nedostatky a hriechy Božích vyvolených. Žiada vlastného otca, aby zariadil všetko potrebné k dodatočnému legalizovaniu svadby (5Mjž 22, 28) (*Zákon. Výklady ke Starému zákonu*. 1991, s. 150-152).

34, 1. Rabínsky komentár: Midraš Genezis Rabba 80, 1 prepája slovné spojenie vyšla si pozrieť na tomto mieste s frázou z 30, 16 vyšla mu Lia v ústrety, kde pozýva Jakuba, aby s ňou spal, citujúc zároveň príslovie z Ez 16, 44: „Aká matka, taká dcéra“ (Raši). To, že si vyšla, je teda v rabínskej tradícii chápané v zmysle prostitúcie.

Patristický komentár: Cyril Alexandrijský (*Искусные толкования на Пятикнижие*. TLG 4090.097,69.280.34-44; 281.7-22; Книга 5, s. 282) hovorí: Neopúšťaj stan Cirkvi: V Písme, ktoré je napísané pod inšpiráciou Svätého Duha, nemôže byť neužitočná história. Narodili sme sa a duchovným narodením sme boli pričíslení vďaka Christovi k Božím deťom. Aby sa nestalo to, že naša duša, ktorá sa znovuzrodila vo sv. krste a stala sa Božou dcérou bude rozvrátená a zide z cesty, pretože bude zmýšľať telesne, začne nesprávne nazerať na Boha, pretože takéto učenia vidíme u heretikov... Ten, ktorý uteká pred záhubou a je pozorný a bdely, nechce odísť z otcovho stanu, t.j. z Božieho domu a nezačleniť sa medzi stádo, t.j. heretikov. Veď Dina vyšla z otcovského stanu a bola privedená do domu Sichemovho. Nikdy by nebola zneuctená, ak by zostala v príbytkoch otca a zostala by pod stanom svätého... O tom, čo je dobré a užitočné hovorí v žalme blažený Dávid (Ž 27, 4-5): „Jedno som prosil od Hospodina, to žiadať budem: môcť bývať v dome Hospodinovom po všetky dni svojho života, vidieť láskavosť Hospodinovu a kochať sa v Jeho chráme. Lebo ma skryje v svojom stane v deň pohromy, schová ma v skrýši svojho šiatra, vyvýši ma na skalú.“

Sv. Filaret (Дроздов 2004, s. 538-539) hovorí: „To čo sa stalo Dine v Sicheme a ako sa pomstili Simeon a Levi je príbeh, ktorí by niektorí ľudia najradšej nevideli vo Svätom Písme. Avšak Svätý Duch usmerňoval autora, ktorý písal túto knihu a tak sa to tu nachádza. V súvislosti s dejinami nám nevyhnutne vysvetľujú dôležité proroctvo ohľadne Jakuba, v ktorom spočíva aj osud vyvoleného národa (49, 5-7). Proroctvá nás učia trpezlivosti pri ťažkých vonkajších skúškach a utrpeniach. Pretože ani ľudia ako Jakub, ktorí žijú pod zvláštnou ochranou Božou sa nenachádzajú v absolútne dokonalom bezpečí.“

34, 2. Rabínsky komentár: Šechem bol Amorejčan. (48, 22). Slovo Chivvijčan znamená v aramejčine kľukatá línia a naznačuje „hadí“ charakter Šechemovho konania. (Midraš)

34, 5. Rabínsky komentár: Keď sa Dina nevrátila domov, otec po nej pátral a dopytoval sa zlé správy, že Šechem ju zneuctil a teraz ju väzní. (Chumaš) Keby už nebola znásilnená, Jakub by isto riskoval všetko, aby ju vyslobodil. Bolo však už neskoro, a tak vyčkal na synov, aby spolu pripravili odplatu. (Alšich).

34, 12. Veno – hebrejský „mohar“ je suma, ktorú musí zaplatiť ženích otcovi nevesty. Zaplatenie moharu mohlo byť nahradené pracou (29, 15-30; 30, 25-31). Mohar je treba odlišovať od darov, ktoré dáva pri svadbe ženích neveste a jej rodine za to, že súhlasili so svadbou. (24, 53) Výška moharu bola dohodnutá pri zásnubách. Keď rodičia zrušia zásnuby musia vrátiť dvojnásobok prijatých darov. Otcovi je dané iba užívanie moharu a branie pôžitkov. Pri dedičstve, alebo ak muž zomrie pripadá mohar dcére.

Lopuchin (1904-1907) používa termín na dar – mattan – ktorý dostáva najprv otec, alebo bratia nevesty. Následne dostáva dar samotná nevesta podľa zvykov dávneho Východu. Lemanský (2013) poukazuje na to, že ide o jeden hebrejský termín zložený z dvoch slov „mohar umettán“.

34, 13. Jakubovi synovia...Istivo odpovedali. Aký otec, taký syn (27, 24).

34, 14. Rabínsky komentár: Je pre nás nedôstojné hovoriť o peniazoch skôr, než dohodneme principiálnu otázku, t.j. obriezku. (Akeid Jicchak) Vydaj za neobrezaného muža by navždy potupil rodinu. (Ibn Ezra) Kto chcel uraziť priateľa, povedal mu, že je neobrezaný, či syn neobrezaného. (Raši)

34, 15. Použitie posvätnnej ceremónie na hriešny zámer. Herodotos (Лопухин 1904-1907, s. 195) svedčí o tom, že obriezka sa praktizovala oddávna aj v Egypte, Fenícii a iných národoch. O obriezke mohli mať vedomosti aj Kanaánčania, ktorí sa v Biblii zväčša nazývajú ako neobrezaní. Mocnejšie potomstvo Izmaela taktiež praktizovalo obriezku.

Zoznam bibliografických odkazov

- AUGUSTÍN, S., 2005. *Boží štát*. II. zväzok. Trnava. ISBN 80-7162-571-X.
- BÁNDY, J., 2002. *Úvod do exegézy Starej zmluvy*. Bratislava. ISBN 80-223-1693-8.
- BÁNDY, J., 2003. *Teológia Starej Zmluvy*. Bratislava. ISBN 80-223-1793-4.
- BÁNDY, J., 2003. *Úvod do Starej zmluvy*. Bratislava. ISBN 80-223-1885-X.
- BÁNDY, J., 2006. *Dejiny Izraela*. Bratislava. ISBN 80-223-2139-7.
- BARDTKE, H., 1988. *Příběhy ze starověké Palestíny. Tradice archeologie dějin*. Vyšehrad.
- BAUMANN, G., 2012. *Bible*. Praha. ISBN 978-80-247-3912-0.
- BENEŠ, J., 2019. *Dvanáctka. Uvedení do Malých proroků*. Praha. ISBN 978-80-7255-422-5.
- BENEŠ, J., 2017. *Jozue. Svatá slova v knize Jozue*. Praha. ISBN 978-80-7172-702-6.
- BENEŠ, J., 2015. *Kniha o Bohu soudci. Teologie knihy Daniel*. Praha. ISBN 978-80-7172-762-0.
- BENEŠ, J., 2012. *Směrnice a řády. Zákoník v Páté knize Mojžišově*. Praha. ISBN 978-80-7172-874-0.
- BER, V., 2009. *Vyprávění a právo v knize Exodus*. Jihlava. ISBN 978-80-86498-35-5.
- BIBLIA, 1990. Vydala Slovenská evanjelická cirkev a. v. v ČSSR. ISBN 0-564-03222-0.
- Библия – Книги Священного Писания Ветхаго Завета на церковнославянском языке. 1993. Москва.
- Библия – Книги Священного Писания Ветхагои Нового Завета. В русском переводе. Издание Московской патриархии. 1956. Москва.

- Библейские комментарии отцов Церкви и других авторов I – VIII веков. Ветхий Завет II. Книга Бытия 12-50. Герменевтика* 2004. ISBN 5-901 494-03-2.
- BIČ, M., 1986. *Ze světa Starého zákona I*. Praha.
- CAP, A., 2019. *Izagogika do Starého Zákona I*. Prešov. ISBN 978-80-555-2211-1.
- CAP, A., 2018. *Úvod do Starého Zákona II*. Prešov. ISBN 978-80-555-2077-3.
- CAP, A., 2018. *Biblická prahistória. (Biblicko-exegetický komentár na 1. – 11. kapitolu knihy Genezis)*. Prešov. ISBN 978-80-555-1982-1.
- ČAPEK, F., 2018. *Archeologie, dějiny a utváření identity starověkého Izraele*. Vyšehrad. ISBN 978-80-7601-082-6.
- DAHLER, E., 1993. *Jeruzalém v dějinách spásy*. Kostelní Vydří. ISBN 80-85-527-28-6.
- DOUGLAS, J., 1996. *Nový biblický slovník*. Praha. ISBN 80-85495-65-1.
- DOUKHAN, J., 1996. *Tůžba zeme. Štúdia prorockej knihy Daniel*. Martin. ISBN 80-88719-59-3.
- DUKA, D., 1992. *Úvod do Písma Svatého Starého Zákona*. Praha. ISBN 80-901252-5-5.
- ДРОЗДОВ, Ф., 1867. *Толкование на Книгу Бытия*. Москва.
- DUBINOVÁ, T., 2008. *Ženy v Bibli, ženy dnes*. Praha. ISBN 978-80-86889-69-6.
- ЕГОРОВ, Г., 2004. *Священное Писание Ветхого Завета*. Москва.
- ЕГОРОВ, Г., 2016. *Священное Писание Ветхого Завета*. Москва. ISBN 978-5-7429-1053-4.
- FINKELSTEIN, I. a N. SILBERMAN, 2007. *Objevení Bible. Svatá Písma Izraele ve světle moderní archeologie*. Vyšehrad. ISBN 978-80-7021-869-3.
- GENEZIS. 2008. Trnava. ISBN 978-80-7141-626-5.
- GENEZIS – *Starý zákon, překlad s výkladem*. 1968. Praha.
- HANUŠ, J. a J. VYBÍRAL, 2009. *Příběhy povolání a obrácení v biblických textech*. Brno. ISBN 978-80-7325-177-2.
- HELLER, J. a M. PRUDKÝ, 2007. *Obtížné oddíly knih Mojžišových*. 2. vydání. Kostelní Vydří. ISBN 978-80-7195-186-5.
- JANČOVIČ, J., 2002. „Nech je svetlo!“ – *Úvod a exegéza vybraných statí Pentateuchu*. Bratislava.
- JOHNSON, P., 1995. *Dějiny židovského národa*. Rozmluvy. ISBN 80-85336-31-6.
- KAŠNÝ, J., 2017. *Právo v hebrejské Bibli*. Vyšehrad. ISBN 978-80-7429-910-0.
- KITTEL, R., 1937. *Biblia Hebraica*. Stuttgart.
- KUBÁČ, V., 2016. *Člověk před Boží tváří*. Vyšehrad. ISBN 978-80-7429-754-0.
- KUZMIŠIN, P., 2018. *Bohovia starých Slovanov*. Bratislava. ISBN 978-80-8100-434-6.
- KÜNG, H., 2016. *Židovství*. Brno. ISBN 978-80-7485-110-0.
- LACH, S., 1962. *Księga Rodzaju*. T. 1.-11. Poznań.
- LEMANSKI, J., 2013. *Księga Rodzaju*. T. 1. č. 2. Czenstochova. ISBN 978-83-7797-205-2.
- LINDEN, N., 2015. *Povídá se...podle Tóry*. Benešov. ISBN 978-80-88060-01-7.
- LINDEN, N., 2018. *Povídá se... o soudcích a kráľích*. Praha. ISBN 978-80-88060-14-7.
- ЛОПУХИН, А., 1904-1907. *Толковая Библия*. Т. 1-3. Петербург.
- MIKLIK, J., 1936. *Biblická archeologie*. Praha.
- МЕНЬ, А., 2000. *Исагогика – Ветхий Завет*. Москва. ISBN 5-88869-032-5.
- МЕНЬ, А., 2002. *Как читать Библию I-II*. Калининград. ISBN 5-88869-029-5.
- MOLONEY, F., 2008. *Evangelium podle Jana*. Kostelní Vydří. ISBN 978-80-7192-991-8.
- MUCHOVÁ, L., 2019. *Bible pro ty, kdo už nejsou děti*. Praha. ISBN 978-80-7553-555-9.
- NOVOTNÝ, A., 1956. *Biblický slovník*. Praha.

- Pentateuch. Päť kníh Mojžišových s komentármi Jeruzalemskej Biblie.* 2004. Trnava. ISBN 80-7141-447-6.
- Pět svátečních svitků. Živá díla minulosti.* 1958. Praha.
- Sväté Písmo.* 1996. Trnava. ISBN 80-7162-152-8.
- ПРАВОСЛАВНАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ Т. 1.* 2000. Москва. ISBN 5-89572-006-4.
- PRUDKÝ, M., 2018. *Genesis I. 1, 1 – 6, 8.* Praha. ISBN 978-80-7545-047-0.
- Průvodce životem. I. Mojžišova (Genesis).* 1998. Praha. ISBN 80-7130-059-4.
- ПУШКАРЬ, В., 2004. *Священная библейская история.* Санкт-Петербург. ISBN 5-7444-1167-4.
- RAHLFS, A., 1935. *SEPTUAGINTA –LXX.* Stuttgart. ISBN 3438051214.
- RENDTORFF, R., 2015. *Hebrejská bible a dějiny.* Vyšehrad. ISBN 978-80-7429-541-6.
- СНИГИРЕВ, Р., 2007. *Библейская археология.* Москва. ISBN 978-5-7789-0200-X.
- SCHULTZ, S., 1989. *Starý Zákon mluví.* Praha.
- STRUPPE, U. a W. KIRCHSCHLAGER, 2000. *Úvod do Starého a Nového zákona. Jak porozumět Bibli.* Vyšehrad. ISBN 80-7021-334-5.
- Sväté písmo Starého a Nového zákona.* 1996. Trnava. ISBN 80-7162-152-8.
- ŠALING, S. a kol., 2003. *Velký slovník cudzích slov.* Bratislava. ISBN 80-89123-02-3.
- Študiijná Biblia.* 2015. Banská Bystrica. ISBN 978-80-8156-052-1.
- ЩЕДРОВИЦКИЙ, Д., 2003. *Введение в Ветхий Завет.* Москва. ISBN 5-901599-15-2.
- ТЕОДОРИТ, К., 1855. *Толкование на книгу Бытия.* Москва.
- The Orthodox study Bible by Athanasius of Orthodox Theology.* 2008. USA. ISBN 978-0-7180-0359-3.
- TYDLITÁTOVÁ, V., 2010. *Symbolika hradeb a bran v hebrejské bibli.* Praha. ISBN 978-80-7387-305-9.
- ВАСИЛИАДИС, Н., 2003. *Библия и археология. Св.-Троицкая Сергиева Лавра.*
- ВЕНИАМИН, П., 2004. *Священная библейская история, ч. 1-2.* Санкт-Петербург. ISBN 5-7444-1167-4.
- VESELÝ, J., 2001. *Mariánska zjavení z hlediska hermetismu.* Praha. ISBN 978-80-7439-036-4.
- Výklady ke Starému zákonu I. Zákon.* 1991. Praha. ISBN 80-7017-408-0.
- WALTON, J., 2017. *Ztracený svět 1. Kapitoly První knihy Mojžišovy v kontextu evolučních a kreacionistických teorií. Starověká kosmologie a diskuze o vzniku světa. Pro poctivější četbu Bible.* Praha. ISBN 978-80-7255-396-9.
- WESTERMANN, C., 1972. *Tisíc let a jeden den.* Praha.
- CHIOLERIO, M., 1997. *Blaze tomu, kdo slyší tato slova. První setkání se Starým zákonem.* Paulínky. ISBN 80-86025-10-1.

prof. ThDr. Alexander Cap, CSc.

Katedra biblických nauk

Pravoslávna bohoslovecká fakulta PU v Prešove

e-mail: alexander.cap@unipo.sk

ŠPECIFIKÁ KOMUNIKÁCIE SO SPOLOČENSKY NEPRISPÔSOBIVÝM KLIENTOM¹

Tomáš Hangoni

Abstrakt: Komunikácia je základným faktorom ľudského dorozumievania sa. Dorozumievame sa v intenciách sociálnych normatívov, ktoré sú príznačné pre našu societu, existujú však jedinci a aj skupiny, na ktorých počas individuálneho vývinu pôsobili iné socializačné stimuly, a tým sa v prejave svojho správania odlišujú od väčšiny jedincov. V sociálnej práci, ale aj medzi osobnostných vzťahoch je treba vedieť s nimi komunikovať, s cieľom osvojenia si komunikácie väčšinovej spoločnosti.

Kľúčové slová: komunikácia, spoločensky neprispôsobivý klient, sociálna pomoc, sociálna práca, resocializácia

Abstract: Communication is a fundamental factor of human communication. We understand ourselves in the intentions of social norms that are characteristic of our society, but there are individuals and groups on which other social stimuli acted during individual development, and thus differ in the expression of their behavior from most individuals. In social work, but also between personal relationships, it is necessary to be able to communicate with them, in order to master the communication of the majority society.

Key words: communication, socially maladapted client, social assistance, social work, resocialization

Spoločensky neprispôsobivá osoba je taký jedinec, ktorý za svojho vývoja si neosvojil spoločenské prejavy správania, ktoré sú príznačné pre danú spoločnosť. Je mimo spoločensky prijateľnej normy a preto spoločnosť má tendenciu ho zo spoločnosti vylúčiť. Neosvojenie spoločenského normatívu sa mohlo udiť z rôznych dôvodov.

1. Negatívne výchovné a socializačné vplyvy v rodine.
2. Endogénny vplyv v rovine mentálnej úrovne.
3. Vplyv iných skupín, agregátov a zhlukov, s prejavmi sociálnej patológie.
4. Osobnostné poruchy, vzniknuté buď vrodenou poruchou, alebo získanou.
5. Zvláštny životný štýl vznikajúci na základe osobného slobodného rozhodnutia.

¹ Tento príspevok je čiastkovým výstupom z projektu VEGA 1/0010/13: „*Arteterapia v sociálnych službách na Slovensku.*“

Táto skupina osôb je aj cieľovou v sociálnej práci a preto v rámci sociálnej práce s nimi, je potrebné sa naučiť komunikovať a postupne ich priviesť s sociálnym normatívom.

Sociálna práca, stále viac rozvíjajúca sa aj ako vedná disciplína, má špecificky poznatkovo ucelený systém javov a procesov, ktoré následne v praxi pomáhajú realizovať praktickú sociálnu prácu. Na rozdiel od iných pomáhajúcich disciplín má sociálna práca veľmi rýchlu implementáciu praktickej aplikácie a realizácie sociálnych opatrení, smerujúcich ku klientovi. Jej elementárnym a zároveň základným realizačným nástrojom je komunikácia. Komunikácia medzi sociálnym pracovníkom a klientom. Z hľadiska profesionálneho ide proces náročný, nakoľko pregraduálna príprava na školách nie je postačujúca na dobre zvládnutie komunikačných techník, prostredníctvom ktorých sa zaručuje celková úspešnosť v sociálnej práci. Na osvojenie tejto profesionálnej kompetencie je potrebné realizovať výcvik v komunikačných schopnostiach. Po zvládnutí zásad bežnej komunikácie s klientom, je potrebné sa orientovať aj na komunikáciu so spoločensky neprispôsobivým klientom. V tej to komunikácii sa budeme riadiť zásadami sociálno-adaptívnej komunikácii, a to tak, aby nám klient rozumel. Predtým ako začneme realizovať prvý kontakt s ním, mali by sme poznať špecifiká sociálneho prostredia z ktorého prichádza a identifikovať negatívne socializačné vplyvy prostredníctvom rodinnej a sociálnej anamnézy. Ak sme sa s tými potrebnými informáciami zoznámili, môžeme začať komunikáciu, ktorá sa prelína jednotlivými etapami sociálnej práce.

1. Prvý kontakt spoločensky neprispôsobivého klienta so sociálnym pracovníkom. Ide o mimoriadne významný aspekt, v ktorom sa tvoria základy spolupráce medzi klientom a sociálnym pracovníkom. Musíme si uvedomiť, že takýto klient prichádza do spoločensky cudzieho prostredia, do iných spoločenských vzťahov, ktoré nepozná a ktoré sú mu cudzie. Väčšinou je dezorientovaný, vystrašený, alebo naopak agresívny a v odpore. Celý ďalší úspešný proces závisí od tohto momentu, v ktorom sa očakáva navodenie pocitu dôvery medzi ním a sociálnym pracovníkom. Mali by sme k nemu pristupovať neformálne, z dôvodu odbúrania napätia, prípadného stresu. V tomto prvom kontakte sa odporúča do komunikácie vniesť asertivitu a určitú dávku empatie. Preukazuje sa to, okrem iného, voľbou príbuzného jazyka s klientom a v počiatočnom akceptovaní jeho prejavov. Asertivita by sa mala tiahnuť celým procesom sociálnej práce s klientom. Podľa Frka a Kredátusa (2005) pri asertivite ide o problém osvojiť si primerané presadzovanie vlastných názorov a hodnôt, teda naučiť sa riešiť zložité vzorce sociálneho správania. Súbežne s tým sa rozvíja aj akceptácia názorov iného človeka, partnera v komunikácii. Táto etapa sa

nesmie ukončiť, kým sociálny pracovník nenadobudne dojem, že klient je uvoľnený a schopný spolupracovať na riešení svojho problému. V komunikácii by mala rezonovať atmosféra absolútnej dôvery.

2. Sociálna diagnóza. Je jednou z najdôležitejších etáp v sociálnej práci, prostredníctvom nej sa dozvedáme o probléme, ktorý klient má. Väčšinou klient vidí podstatu problému úplne inde. Prostredníctvom komunikácie sa dozvieme o probléme, teda ho identifikujeme. Na získavanie údajov, ktoré nám problém identifikujú aplikujeme diagnostický rozhovor. So spoločensky neprispôsobivým klientom ho realizujeme tak, aby bol zrozumiteľný, jasný, pre klienta nie viac významový. Tak, ako v etape prvého kontaktu, tak aj tu, volíme komunikačné výrazové prostriedky zrozumiteľné klientovi. Zameriavame sa hlavne na rodinnú anamnézu, ktorá nám dá odpoveď na to, v ktorom životnom období u klienta došlo k sociálnemu vykoľajeniu. Prostredníctvom zvládnutia tohto nástroja môžeme nasadiť formy terapie. Vedenie rozhovoru v rámci sociálnej diagnostiky je náročný proces, ktorý predpokladá veľmi dobre zvládnuté techniky komunikačných procesov a zároveň zvládnutie techník, prostredníctvom ktorých sa o klientovi dozvieme viac, než by nám chcel povedať, alebo má určité osobné ale i spoločenské zábrany o nich hovoriť. Ide hlavne o zvládnutie projekčných komunikačných metód.

3. Navrhovanie sociálnych opatrení (sociálna terapia). V tejto etape sociálnej práce s jednotlivcom dochádza, po identifikácii sociálneho problému, stanovenia sociálnej diagnózy k navrhovaniu opatrení, ktoré by mali vyriešiť klientov problém, alebo ho aspoň eliminujú. V tejto fáze sociálno-komunikačné techniky smerujú k obom aktérom tohto sociálno-profesionálneho vzťahu. V rámci takejto komunikácie dochádza k vzájomnému komunikačnému prepojeniu záujmov sociálneho pracovníka, ktorý chráni záujmy klienta a klienta samotného. Sociálny pracovník navrhuje opatrenia, rôzne formy sociálnej terapie na odstránenie problému klienta a klient buď prijíma alebo odmieta tieto opatrenia. Spoločensky neprispôsobivého klienta naviac musíme vnútorne presvedčiť, že tá metóda, ktorú sme mu na odstránenie sociálneho problému vybrali, je najlepšia. Sám bude len veľmi ťažko identifikovať svoj nástroj pomoci. Tu, na rozdiel od štandardných klientov sme mierne direktívni. V rámci tejto etapy je potrebné dosiahnuť jednotnosť, nemožno sociálne neprispôsobivému klientovi dať také terapeutické metódy, ktoré sú mu neprijateľné, neadekvátne jeho chápaniu. Metódy sociálnej komunikácie u takéhoto klienta vyberáme podľa:

- a) Osobnosti (aká miera spoločenskej neprispôsobivosti je u klienta evidentná, jeho mentálna úroveň).
- b) Charakteru problému, ktorý klient má.
- c) Sociálneho prostredia, odkiaľ vzišiel a pochádza.
- d) Ochoty spolupracovať.

Tieto kritéria pri navrhovaní sociálnych opatrení je potrebné akceptovať hlavne v rámci komunikačných techník. Či už sa jedná o osobnosť bez prejavov porúch správania, alebo, ako v našom prípade osobnosť s prejavmi deviantného správania, alebo osobnosť ktorá k sociálnemu pracovníkovi prichádza z menej podnetného sociálneho prostredia a podobne. Podľa charakteru problému, ktorý klient má, môže ísť o klienta bezdomovca, nezamestnaného, azylanta, závislého, okrem toho je potrebné poznať aj prejavy v správaní takéhoto klienta a následne nastaviť proces sociálnej komunikácie s takýmto klientom.

4. Sociálna intervencia (Sociálna terapia). V drvinej väčšine tu pôsobíme slovom, ako terapeutickým nástrojom. Rozvíjame komunikačné schopnosti s cieľom vyriešiť problém, a taktiež v rámci tejto metódy, etapy, používame submetódy, ako napríklad terapeutický rozhovor, klarifikáciu problému, persúáziu, rôzne socioterapeutické techniky, psychorelaxačné techniky a podobne. Podľa cieľovej skupiny, s ktorou realizujeme sociálny intervenčný zámer, nastavujeme zdroje komunikačného kanála.

V súvislosti s priebehom sociálnej intervencie musíme byť zrozumiteľní pre klienta spoločensky neprispôsobivého a pamätať aj na to, že komunikácia okrem svojej základnej funkcie, ktorou je informačná, má aj ďalšie významné funkcie, ktoré nesmieme opomenúť. Podľa Šuťákovej a kol. (2015) ide hlavne o:

- Vzdelávaciu funkciu, ktorá v sebe zahŕňa aj informatívnu, poznávaciu funkciu. Informatívna je uvedená do vzdelávacej, avšak v sociálnom interventnom pôsobení sa pokladá za základnú a interpretuje sa selektívne z hľadiska jej významovosti. V prípade spoločensky neprispôsobivej osoby aplikujeme aj výchovnú funkciu. Klienta vychovávame hlavne prostredníctvom sociálneho učenia, kde využívame metódu sebainstrumentalizácie, kde použijeme seba samých ako metódu sociálnej práce, kde sme pre klienta socializačným vzorom.
- Socializačnú funkciu. V sociálnej intervencii ide hlavne o schopnosť re-socializovať spoločensky neprispôsobivého klienta, aby nadobudol spoločensky komfortné správanie. Samozrejme nezanedbateľné v tomto procese sú aj vplyvy okolitého prostredia.
- Personálna funkcia. úzko súvisí so socializačnou funkciou, prostred-

níctvom nej sa stáva človek slobodnejší, pozná nevyhnutné javy a procesy, sebarealizuje sa, sebaobjektivizuje sa, naučí sa spoznávať seba samého, dokáže sa sebahodnotiť, sebamotivovať a sebariadiť v súlade so spoločenským konsenzom.

- Tlmiaca, redukováca funkcia. Prostredníctvom nej sa redukuje duševné napätie, agresivita, neistota. Veľakrát sa v tejto súvislosti a prostredníctvom tejto funkcie redukovujú, alebo aj odstraňujú frustrácie a deprivácie. V sociálnej terapii ide o ventiláčnu metódu, ktorou sa veľakrát nič nevyrieši, ale klient môže nadobudnúť emocionálnu a sociálnu konformitu.
- Posilňujúca funkcia. Posilňuje aktivity klienta, vzájomné vzťahy medzi ľuďmi, sebadôveru, istotu, sebakritiku. Dôsledná aplikácia tejto funkcie je najlepšou cestou dosiahnuť u klienta najvyššiu formu pomoci a to doviest ho k svojpomoci.

Najvýhodnejšia a najefektívnejšia komunikačná cesta, aj v prípade spoločensky neprispôsobivej osoby v sociálnej intervencii, vedie cez motivačné faktory. Tu je potrebné pôsobiť najprv v procese navodenia motivácie. Zreální motivační činitelia u daného klienta, mali by vyvierať z klientových požiadaviek, potrieb, záujmov, hodnôt a postojov, ktoré je treba postupne upravovať, k dosiahnutiu sociálnej komformity. Bez náležitej motivovanosti klienta nemožno úspešne odstraňovať jeho sociálny problém, ak nebude sám presvedčený a vnútorne motivovaný, kladný výsledok sociálnej intervencie sa nedostaví. Na túto úlohu nám slúžia motivačné komunikačné nástroje, špecificky zamerané na spoločensky neprispôsobivého klienta:

- Zrozumiteľnosť hovoreného, výrazové komunikačné prostriedky voliť podľa mentálnej úrovne klienta a podľa jeho sociálnych zvyklostí.
- Vedieť počúvať klienta, ak keď si myslíme, že vieme, čo nám chce povedať.
- Vysvetliť očakávania klienta a realitu novej pomoci.
- Uviesť výhody pre neho samého z interventného pôsobenia.
- Uviesť výhody pre rodinu klienta a jeho blízke okolie.
- Vydvihnúť pozitívne vlastnosti klienta a na nich ďalej budovať sociálnu intervenciu, získať sa hodnota vlastnej osobnosti.
- Aplikovať obdobné prípady, ktoré sa skončili úspešne.
- Nabudiť v klientovi vôľu prekonávať ťažkosti.
- Uistiť ho vo vlastné sily a schopnosti.
- Ponúknuť nové životné alternatívy.

- Realizovať čiastkové pozitívne závery, vracaj sa k nim a priebežne ich vyhodnocovať a zaznamenávať progres v pozitívnom pretváraní osobnosti klienta alebo konštruktívnosti v jednotlivých krokoch sociálnej intervencie.

Komunikácia výraznou mierou ovplyvňuje celý intervenčný proces, smerovaný k odstráneniu problému, ktorého nositeľom je spoločensky neprispôsobivý klient. Celý proces sociálnej zmeny u klienta je potrebné realizovať prostredníctvom resocializačných a výchovných techník. Ide o techniky, ktorých uplatnenie je mimoriadne náročné, samotná resocializácia je vo väčšine prípadov neúspešná. Vždy je potrebné mať na pamäti, že aká bude komunikácia, také budú vzťahové väzby medzi spoločensky neprispôsobivým klientom a sociálnym pracovníkom. A celkom na záver je potrebné vychádzať z predpokladu, že spoločenskú neprispôsobivosť si vo väčšine prípadov klient nezavinil sám, môže za to sociálne prostredie, v ktorom existuje. Preto takýto jedinec je uznaný spoločnosťou za neschopného žiť v normatívnych podmienkach. Uznáva to aj sociálna práca, ktorá takéhoto klienta, okrem iných, považuje za spoločensky znevýhodneného a označuje ho, že je to občan nachádzajúci sa v stave sociálnej núdze, pričom sociálnu núdzu chápe ako stav, v ktorom človek pre svoj vek, nepriaznivý zdravotný stav, nezaopatrenosť a spoločenskú neprispôsobivosť si nedokáže zabezpečiť základné životné podmienky. Takému to klientovi následne poskytujeme komplexnú sociálnu starostlivosť.

Zoznam bibliografických odkazov

FRK, V. a J. KREDATUS, 2005. *Komunikácia v personálnej a sociálnej praxi*. Prešov: Akcent Print. ISBN 80-969274-5-0.

ŠUŤÁKOVÁ, V., J. FERENCOVÁ a M. ZAHATŇANSKÁ, 2015. *Sociálna a didaktická komunikácia*. Prešov: PU v Prešove, Fakulta humanitných a prírodných vied. ISBN 978-80-555-1280-8.

prof. PhDr. Tomáš Hangoni, PhD.

Katedra kresťanskej antropológie a sociálnej práce

Pravoslávna bohoslovecká fakulta PU v Prešove

e-mail: tomas.hangoni@unipo.sk

PODPORA MATKY PO (PERINATÁLNEJ STRATE) STRATE DIEŤAŤA

Mária Gábor – Alena Schlosserová – Helena Galdunová – Daniela Vaščáková

Abstrakt: Strata dieťaťa je pre matku najbolestivejšou stratou. K perinatálnej strate zaraďujeme matky, ktoré majú v pôrodníckej anamnéze intrauterinne odumretie plodu, spontánny potrat, porodili mŕtve dieťa alebo im dieťa zomrelo krátko po narodení. V týchto ťažkých chvíľach potrebujú smútiace matky podporu od svojho okolia. V prvej línii ľudí, ktorí sa stretávajú so smútiacimi matkami sú pôrodné asistentky. Len dostatočným vzdelaním a pripravenosťou pôrodných asistentiek docielime spokojnosť smútiacich matiek s poskytovanou starostlivosťou a zvýšime tak mieru ich záujmu o poskytovanie podpory zo strany pôrodnej asistentky.

Kľúčové slová: perinatálna strata, smútenie, matka, pôrodná asistentka, psychika

Abstract: The loss of a child is the most painful loss for the mother. Perinatal loss includes mothers who have an obstetric history of intrauterine fetal death, miscarriage, stillbirth, or their infant died shortly after birth. In these difficult times, grieving mothers need support from those around them. In the front line of people who meet grieving mothers are midwives. Only with sufficient education and readiness of midwives we can achieve the satisfaction of grieving mothers with provided health care and increase the level of their interest in providing support from the midwife.

Key words: perinatal loss, grieving, mother, childbirth assistant, psyche

Úvod

Život prináša človeku chvíle, nad ktorými sa často pozastavuje. Prináša mu radosť a nezabudnuteľné zážitky, no niekedy aj menej radosť. Tie, ktoré mu spôsobujú smútok a bolesť. Takýmto negatívnym zážitkom je aj strata dieťaťa. Stratíť milované dieťa je pre jeho rodičov veľmi bolestivé. No aj napriek veľkej bolesti oboch rodičov môžeme povedať, že najintenzívnejšie prežívajú stratu svojho dieťaťa matky. Smútenie má rôzne podoby, fázy a je individuálne u každej osoby a v každom momente. Jedinečnosť procesu smútenia súvisí s osobnosťou smútiaceho, rodinným zázemím, kultúrnymi normami, vierovyznaním a hodnotovým systémom. Väčšina matiek je krátko po oznámení straty ich dieťaťa v šoku. Často sa stáva, že odmietajú pripustiť jej realnosť. Pociťujú nenávisť voči sebe a výčitky, že sa nedokázali o svoje dieťa postarať. Žiaľ a bolesť smútiacich matiek nedokážeme úplne pochopiť, no aj napriek tomu im musíme poskytnúť pomoc a podporu. Musíme dbať na to, aby sa necítili osamelo a boli si vedomé toho, že tu pre nich stále niekto je.

Perinatálna strata

Pojem perinatálna strata je synonymum pojmov perinatal loss, alebo pregnancy loss. Ratislavová (2016, s. 14) uvádza že „*perinatálna strata je okrem iného aj anticipačnou stratou, stratou budúcnosti*“. Do perinatálnej straty sa zaraďuje: vnútromaternicové odumretie plodu, spontánny potrat, umelé prerušenie tehotenstva z dôvodu vrodených anomálií plodu a zo zdravotných dôvodov matky, fetus mortus a smrť dieťaťa do siedmeho dňa po pôrode (Worden 2013; Urbanová a kol., 2010).

Pre bližšie pochopenie problematiky je potrebné vysvetliť základné pojmy súvisiace s perinatálnou stratou:

- *vnútromaternicové odumretie plodu* – nazýva sa aj intrauterinne odumretie plodu a predstavuje stratu viability plodu počas vnútromaternicového vývinu bez ohľadu na dĺžku tehotenstva,
- *potrat* – o potrate vo všeobecnej rovine hovoríme vtedy, ak u plodu nezaznamenávame známky života (dýchanie, akcia srdca, pulzácia pupočníkovej šnúry a aktívne pohyby svalstva), pôrodná hmotnosť je nižšia ako 500 gramov a tehotenstvo trvalo kratšie ako 28 týždňov. Potratom označujeme aj plod, ktorý prejavuje niektoré znaky života, jeho hmotnosť je nižšia ako 500 gr., no neprežije 24 hodín po pôrode. Potrat sa zapisuje v zdravotníckom zariadení do tzv. knihy potratov,
- *spontánny potrat* - pri spontánnom potrate dochádza k vypudeniu plodu a ostatných častí plodového vajca z dutiny maternice pred dosiahnutím viability plodu. Najčastejšie dochádza k spontánnemu potratu do 12. až 24. týždňa tehotenstva,
- *umelé prerušenie tehotenstva/ interrupcia* – predstavuje umelo vyvolaný potrat, v dôsledku zistených malformácií u plodu, ohrozenia života matky alebo na žiadosť matky. Tehotenstvo je podľa zákona č. 73/1986 Zb. o umelom prerušení tehotenstva možné umelo prerušiť maximálne do 12. týždňa tehotenstva na žiadosť matky a do konca 24. týždňa tehotenstva z genetických dôvodov,
- *pôrod mŕtveho plodu/ fetus mortus* – je označenie pre plod, ktorý odumrel ešte pred vypudením alebo vyňatím z dutiny maternice, po dosiahnutí 29. týždňa tehotenstva, neprejavuje spomínané známky života a jeho pôrodná hmotnosť je 500 gramov a viac. Takýto pôrod zaznamenávame do pôrodnej knihy (Binder a kol., 2011; Daniška 2017; Mrosková a Schlosserová 2016).

Úkony súvisiace s perinatálnou stratou

Pre rodičov, ktorí sa tešili na svoje vytúžené dieťa je jeho strata veľmi náročná. Nezáleží na tom, či išlo o spontánny potrat, pôrod mŕtveho plodu alebo úmrtie dieťaťa krátko po narodení. Oznámenie o strate dieťaťa predstavuje pre rodičov veľký šok. V prvých chvíľach jej len veľmi ťažko dokážu uveriť a majú problém s vnímaním reality. V tomto období však musia riešiť dôležité rozhodnutia týkajúce sa krstu dieťaťa, pitvy a následného vydania pozostatkov ich dieťaťa, alebo organizácie pohrebu. Je dôležité, aby im boli zo strany zdravotníckych pracovníkov poskytnuté dostatočné a jasné informácie o možných postupoch. Treba brať do úvahy, že reakcie na perinatálnu stratu sú rozdielne, preto aj pôrodné asistentky musia rešpektovať špecifiká rodiny a individuálne potreby samotnej ženy.

Krst dieťaťa na pôrodnej sále

V teológii je sviatosť krstu považovaná za základ kresťanského života. To je dôvod, prečo je pre väčšinu kresťanov dôležité, aby vedeli, že ich dieťa bolo pred smrťou pokrstené. Krst je chápaný ako: „... prvá sviatosť, ktorá človeka oslobodí od hriechov, znovuzrodí ho ako Božie dieťa, pripodobní ho Kristovi a začlení ho do cirkvi“ (Urbanová a kol., 2010, s. 249).

Ak sa dieťa narodí živé, ale je v život ohrozujúcom stave, pripadá do úvahy vykonať krst bezprostredne po narodení. Krst dieťaťa je možné uskutočniť len so súhlasom rodičov. Z pohľadu katolíckej cirkvi môže vo výnimočných prípadoch krstiť ktokoľvek. Nezáleží na tom či je kresťan alebo nekresťan. Túto možnosť majú teda aj pôrodné asistentky, alebo iní zdravotnícki pracovníci. V evanjelickej cirkvi môže krstiť len kresťan. Krst spočíva v obmytí hlavičky novorodenca vodou, pričom hovorí predpísanú krstnú formulu: „*Meno (meno dieťaťa), ja ťa krstím v mene Otca i Syna i Ducha svätého*“ (Urbanová a kol., 2010, s. 249). V prípade, že po pôrode nie je jednoznačné, či dieťa žije, udeľuje sa sviatosť krstu iba pod podmienkou, že žije. Podmienka („Ak žiješ, ja ťa krstím...“) sa vysloví nahlas alebo sa pomyslí. Ak došlo k neúspešnej resuscitácii novorodenca, predpokladá sa, že dieťa prejavilo niektorú zo známkov života a tak je krst možný pod spomínanou podmienkou (Urbanová a kol., 2010).

Pitva a vydanie pozostatkov mŕtveho dieťaťa

Pozostatky mŕtvonarodeného dieťaťa zdravotnícke zariadenie vydá rodičom bez potreby podávania žiadosti. Ak však ide o potrat, je potrebné si pozostatky dieťaťa vyžiadať podľa zákona č. 131/2010 Z. z. o pohrebníctve. V § 3 ods. 8 spomínaného zákona je uvedené: „*rodič potrateného alebo predčasne*

odňatého ľudského plodu môže písomne požiadať poskytovateľa zdravotnej starostlivosti o jeho vydanie na pochovanie“. Zákon ďalej uvádza, že poskytovateľ zdravotnej starostlivosti je povinný podľa § 5 ods. 2, písm. f): „vydať bezodkladne na požiadanie potratený alebo predčasne odňatý ľudský plod rodičovi, ktorý o jeho vydanie požiada, alebo ním poverenej pohrebnej službe na pochovanie“. Vydanie telesných pozostatkov dieťaťa je možné obom rodičom.

Od roku 2017 majú zdravotnícki pracovníci povinnosť informovať rodičov o ich práve požiadať o vydanie pozostatkov ich dieťaťa podľa zákona č. 576/2004 Z. z. o zdravotnej starostlivosti. Žiadosť o vydanie pozostatkov je voľne dostupná. Pozostáva z prvopisu, ktorý ostáva na gynekologicko-pôrodníckom oddelení a troch kópií. Jedna z nich je určená pre patologicko-anatomické pracovisko, druhá pre pohrebnú službu a tretia kópia je určená pre rodiča. Zákon č. 131/2010 Z. z. o pohrebníctve hovorí, že potratený plod vydá zdravotnícke zariadenie bezodkladne. To znamená, bez odďaľovania, v čo najkratšom čase (Daniška 2017). Čas vydania tela dieťaťa často predlžuje pitva. Vykonávanie pitvy je na Slovensku určené zákonom. „Patologické pitvy u zomretých v zdravotníckych zariadeniach sa robia na patologicko-anatomických oddeleniach, a to povinne u detí mŕtvonarodených alebo zomretých do 15 rokov...“ (§ 4 ods. 2, písm. a) zákona č. 46/1985 Zb. o postupe pri úmrtí a o pohrebníctve).

Pohreb

Pohreb môžeme charakterizovať ako smútočný obrad, ktorý je úzko spojený s pochovávaním. Pohreb dieťaťa je pre rodičov častokrát veľmi dôležitý. Je to príležitosť vyjadriť smútok nad ich veľkou stratou. Niektorí rodičia tvrdia, že až prostredníctvom pohrebného obradu, pri pohľade na rakvu si uvedomili realitu smrti svojho dieťaťa. Pohreb je pre rodičov dôležitým krokom vpred. Tí, ktorí si pozostatky plodu nevyžiadali a nezorganizovali pohreb tvrdia, že sa so smrťou vyrovnávajú ťažko aj po rokoch. Zdôvodňujú to tým, že nevedia čo sa s ich dieťaťom stalo.

Potratené plody rodičia často pochovávajú sami na miestach, o ktorých vedia len oni. Je však možné, aby sa pohreb konal prostredníctvom pohrebnej služby na cintoríne, alebo v krematóriu. Spočiatku sa potratené plody pochovávali na tzv. detskom cintoríne. Bola to len vyhradená časť cintorína. Dnes už existuje niekoľko pomníkov a pietnych miest pre nenarodené deti. V roku 2012 v malej dedine na Slovensku blízko Kremnice, v Nevoľnom vzniklo prvé miesto, kde sa môžu potratené plody pochovávať. Pomník má tvar výkričníka a v jeho dolnej časti je znázornený ľudský plod. Tvar pomníka má pripomínať piate Božie prikázanie a nesúhlasný postoj k interrupciám.

V roku 2016 pribudli tri nové hrobové miesta pre potratené plody. Nachádzajú sa neďaleko Žiaru nad Hronom v Prestavlkoch, ďalej v okrese Pezinok – vo Svätom Jure a v Košiciach. Potratené plody nemajú pridelené rodné číslo a nie sú evidované v matrike. Preto pozostali nemajú nárok na pohrebný príspěvok (Kohnerová a Henleyová 2013; Daniška 2016; Daniška 2017).

Spomienkové predmety a rozlúčenie

Spomienkové predmety sa vytvárajú na základe typu straty a doby straty. Pôrodná asistentka oboznámi rodičov s významom spomienkových predmetov. Rodičia si môžu vyžiadať snímky z ultrazvuku, ktoré sú súčasťou dokumentácie. Najčastejšie sa rodičom poskytujú fotografie ich dieťaťa (ide len o fotografie zabaleného dieťa v zavinovačke, alebo sa poskytne fotografia tváre dieťaťa), odtlačky ruky alebo chodidla novorodenca, pramienok vlasov, náramok s menom, dĺžkou a hmotnosťou dieťaťa, oblečenie, ktoré malo na sebe po narodení. Niektoré nemocnice vytvárajú tzv. „certifikát o narodení“, ktorým sa vyjadruje úcta k dieťaťu. Všetky tieto predmety sa ukladajú do spomienkového balíčka alebo spomienkovej krabice („memory box“) a odovzdávajú sa rodičom. *„Spomienkový balíček sa môže pripraviť aj na neskoršie odovzdanie, ak rodičia krátko po strate ešte nie sú na to pripravení“* (Urbanová a kol., 2010, s. 251). Spomienkové predmety sa v zdravotníckych zariadeniach uchovávajú maximálne jeden rok. Súčasťou spomienkových predmetov nesmie byť infekčný materiál.

Rodičia majú právo rozlúčiť sa s ich dieťaťom, vidieť ho, dotýkať sa ho, popestovať si ho. Táto možnosť im pomáha v ďalšom priebehu smútenia. Pôrodná asistentka upraví a oblečie mŕtveho novorodenca. Šetrne ho poutiera, dá mu plienku, košielku, dupačky, ponožky a čiapku, aby sa zakryli prípadné malformácie. Použitie kozmetických prípravkov na kožu dieťaťa, pomáha rodičom zachovať si na dieťa príjemne spomienky. Následne dieťa zavinú do zavinovačky a vložia do postieľky alebo do náručia jedného z rodičov. Je vhodné zabezpečiť rodičom na rozlúčku dostatok času, nerušený priestor a súkromie. O odobratí dieťaťa je nutné rodičov oboznámiť minimálne 15 minút skôr, aby sa na to vedeli dostatočne pripraviť (Ratislavová 2016; Vestník MZ SR 2009).

Perinatálna strata vo svete

V roku 2018 podal Inštitút pre ľudské práva a rodinnú politiku návrh na úpravu niektorých bodov zákona č. 131/2010 Z. z. o pohrebníctve. Podnety týkajúce sa úpravy tohto zákona vychádzajú z aktuálnej úpravy v Českej republike.

Prvý bod navrhuje pochovávať všetky potratené, alebo predčasne odňaté ľudské plody, aj v prípade, ak ich rodičia o vydanie na pochovanie nepožiadajú.

Tento návrh vychádza z myšlienky, že s pozostatkami nenarodených detí sa má vždy nakladať humánne a v súlade s ľudskou dôstojnosťou. V Českej republike je uzákonené, že ak má dieťať hmotnosť 500 gr. a viac jeho pochovanie zabezpečí obec. Do 499 gr. je zabezpečená kremácia a uloženie na cintoríne na náklady zdravotníckeho zariadenia.

Druhý bod sa zaoberá návrhom vytvorenia určitej časovej hranice na uplatnenie žiadosti o vydanie pozostatkov potrateného plodu. Na Slovensku nie je zatiaľ stanovená žiadna hranica a často sa stáva, že po niekoľkých hodinách po zákroku vydanie pozostatkov nie je možné. Česká právna úprava stanovuje časovú hranicu na 96 hodín od vyňatia tela dieťaťa z maternice.

Tretí bod navrhuje, zmenu hranice medzi potratom a pôrodom mŕtveho dieťaťa. V Slovenskej Republike platí, že pôrodom sa označuje plod s hmotnosťou 500 gr. a viac. V Českej Republike na základe odporúčaní Svetovej zdravotníckej organizácie prijali túto hranicu. Úprava tejto hranice má vplyv nie len na pochovávanie, ale aj na vydanie rodného listu. Zaujímavým faktom je, že Poľsko vydáva rodný list rodičom potrateného dieťaťa od roku 2011, ak sa dá jednoznačne určiť pohlavie dieťaťa. V Nemecku vystavujú rodný list pre potratené deti od roku 2013. Rodičom vydajú rodný list s menom dieťaťa, ale do celospolkového registra toto potvrdenie nezapisujú. V roku 2016 zaviedli vydávanie rodných listov potratených detí už aj v Rakúsku ([cit. 02. január 2020]; Daniška 2017).

Úloha pôrodnej asistentky v podpore smútiacej matky

Na to, aby pôrodná asistentka vedela ženu dostatočne podporiť je potrebné, aby bola vzdelaná a skúsená. Jednou z úloh pôrodnej asistentky je poskytovať rodičke pomoc pri zvládaní stresovej situácie a pomáhať jej pri kontakte s dieťaťom. Dôležité je sledovať priebeh smútenia u ženy. Je vhodné, ak má žena so sebou sprevádzajúcu osobu, napríklad manžela. Ak je žena sama, odporúča sa, aby s ňou po celý čas na pôrodnej sále ostala pôrodná asistentka. Pôrodná asistentka ochotne a trpezlivo odpovedá na všetky otázky.

Pri perinatálnej strate je dôležité, aby pôrodná asistentka komunikovala s rodičmi empaticky, aby preukázala zomierajúcemu alebo už mŕtvemu novorodencovi úctu. Je preto nevyhnutné vyhýbať sa nevhodným výrokom, ktoré znevažujú city matky k novorodencovi, či samotného novorodenca. V takejto situácii je potrebné, aby pôrodná asistentka nepoužívala označenie „Vaše dieťa“, ale vhodné je použiť meno novorodenca. Ak dieťa nemalo meno používame označenie podľa pohlavia novorodenca „Váš syn, vaša dcéra“. Ak je novorodenec po narodení v život ohrozujúcom stave, pôrodná asistentka informuje ro-

dičov o starostlivosti súvisiacej so zomieraním novorodenca. Do starostlivosti o dieťa zapája oboch rodičov.

Prvý deň hospitalizácie matky po strate dieťaťa je potrebné zabezpečiť pokojné prostredie. Jedným z dôležitých krokov je diskutovať so ženou o izbe, či chce byť žena osamote alebo jej naopak pomáha prítomnosť iných žien. Vhodná je prítomnosť blízkej osoby.

Úlohou pôrodnej asistentky je zabezpečenie nie len štandardnej ošetrovateľskej starostlivosti, ale aj uspokojenie psycho-sociálnych potrieb rodičky. Ďalšie úlohy pozostávajú z empatického prístupu k matke, k rodičom, správnej komunikácie so ženou, schopnosti počúvať a poradiť. Pôrodná asistentka sa nesmie žene vyhýbať a vstupovať do izby len sporadicky. Prejav záujmu, tolerantný prístup, venovanie času a poskytnutie dostatočného množstva informácií žene pomáha v priebehu smútenia. Pôrodná asistentka má u ženy eliminovať pocity viny a menejcennosti.

Pred prepustením z nemocnice musí byť žena edukovaná pôrodnou asistentkou o následnej starostlivosti v domácom prostredí. Je vhodné, ak pôrodná asistentka poskytne žene kontakt na psychologickú pomoc. Odporúča jej podporné skupiny a literatúru, ktorá s danou témou súvisí. Všetky potrebné informácie by mala žena dostať aj v písomnej podobe z dôvodu veľkého psychického napätia. V tomto období môže byť žena stále vo fáze šoku, kedy len mechanicky prikyvuje na podané informácie. Je preto vhodné overiť si, či žena všetkému porozumela. Overenie si porozumenia podaných informácií sa vykonáva položením kontrolných otázok (Baňasová 2014; Ratislavová 2016; Vestník MZ SR 2009).

Záver

Ako sme už niekoľkokrát spomenuli, perinatálna strata je jedna z najbolestivejších strát, ktorú môže žena – matka prežiť. Znamená pre ňu nie len stratu samotného dieťaťa, ale aj stratu sebaúcty. Sprevádzajú ju výčitky, hlavne z dôvodu neschopnosti vynosiť a porodiť dieťa. Všetky tieto fakty sú dôvodom k zabezpečeniu dostatočnej nie len fyzickej, ale aj psychickej podpory. Tu prichádza do popredia rola pôrodnej asistentky. Pôrodná asistentka je osoba, ktorá je vzdelaná a odhodlaná pomáhať ženám počas radostného obdobia ich života, ale aj počas menej radostného. Práve takýmto obdobím je obdobie straty dieťaťa. Žena potrebuje v tomto období cítiť úctu druhých a byť vypočutá. Prvý človek, ktorý trávi so smútiacou matkou čas je pôrodná asistentka. Preto je dôležité, aby dokázala uspokojiť všetky potreby smútiacej matky.

Zoznam bibliografických odkazov

- BAŇASOVÁ, V., 2014. *Podpora pri zomieraní*. [online]. [cit. 02. január 2020]. Dostupné z: <http://www.nspnz.sk/neonatal/diagnozy/podpora.htm>
- BINDER, T. a kol., 2014. *Porodníctví*. Praha: Nakladatelství Karolinum. ISBN 978-80-2461907-1.
- DANIŠKA, P., 2016. *Hroby pre nenarodené deti*. [online]. [cit. 02. január 2020]. Dostupné z: <https://www.hfi.sk/blog/patrik-daniska/288-hroby-pre-nenarodene-deti>
- DANIŠKA, P., 2017. *Právo rodičov pochovať potratené dieťa*. [online]. [cit. 02. január 2020]. Dostupné z: <https://www.hfi.sk/images/pochovanie.pdf>
- KOHNEROVÁ, N. a N. HENLEYOVÁ, 2013. *Když dítě zemře*. Praha: Triton. ISBN 978-80-7387-643-2.
- MROSKOVÁ, S. a A. SCHLOSSEROVÁ, 2016. *Základy starostlivosti o novorodenca. Fyziologický novorodenec*. Prešov: Vydavateľstvo Prešovskej univerzity. ISBN 978-80-555-1646-2.
- RATISLAVOVÁ, K., 2016. *Perinatální paliativní péče*. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-271-0121-4.
- URBANOVÁ, E. a kol., 2010. *Reprodukčné a sexuálne zdravie ženy v dimenziách ošetrovateľstva a pôrodnej asistencie*. Martin: Vydavateľstvo Osveta. ISBN 978-80-8063-343-1.
- WORDEN, J. W., 2013. *Smútkové poradenstvo a smútková terapia. Príručka pre odborníkov z oblasti duševného zdravia*. Trenčín: Vydavateľstvo F, Pro mente sana. ISBN 978-80-88952-73-2.
- Vyhľadka Ministerstva zdravotníctva Slovenskej socialistickej republiky č. 46/1985 Zb. o postupe pri úmrtí a pohrebníctve. [online]. [cit. 02. január 2020]. Dostupné z: <https://www.slov-lex.sk/pravne-predpisy/SK/ZZ/1985/46/19850701.html>
- Vestník MZ SR osobitné vydanie, z 15. decembra 2009, Odborné usmernenie Ministerstva zdravotníctva Slovenskej republiky pre tvorbu, implementáciu a hodnotenie štandardov v neonatologickom ošetrovateľstve s. 118 – 121 [online]. [cit. 02. január 2020]. Dostupné z: [file:///C:/Users/mka79159/Downloads/Odborne- usmernenie- standardov- v- neonatologickom-osetrovatelstve%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/mka79159/Downloads/Odborne- usmernenie- standardov- v- neonatologickom-osetrovatelstve%20(1).pdf)
- Zbierka zákonov Slovenskej republiky. Ročník 2010.
- Zákon č. 131/2010 Z. z. o pohrebníctve. [online]. [cit. 02. január 2020]. Dostupné z: <https://www.slov-lex.sk/pravne-predpisy/SK/ZZ/2010/131/20110101>
- Zbierka zákonov Slovenskej republiky. Ročník 2004. Zákon č. 576/2004 Z. z. o zdravotnej starostlivosti, službách súvisiacich s poskytovaním zdravotnej starostlivosti a o zmene a doplnení niektorých zákonov. [online]. [cit. 02. január 2020]. Dostupné z: <https://www.slov-lex.sk/pravne-predpisy/SK/ZZ/2004/576/20160102>

PhDr. Mária Gábor, PhD.

Katedra pôrodnej asistencie

Fakulta zdravotníckych odborov PU v Prešove

e-mail: maria.gabor@unipo.sk

VÝZNAM KVALITY ŽIVOTA V STAROBE¹

Maroš Šip – Miroslav Sabolik

Abstrakt: V príspevku autori akcentujú kvalitu života v postproduktívnom veku. Cieľom je poukázať na túto časť života v kontexte participácie jedincov na aktívnej starobe. Tento termín vyjadruje aktívny proces adaptability na zmenu postproduktívnych procesov, ktoré sú dôležité v tomto období. Opirajú sa o relevantné zdroje v predmetnej problematike.

Kľúčové slová: seniori, kvalita života, človek, fyzické zdravie, psychické zdravie

Abstract: The paper the authors emphasize the quality of life in the post-productive age. The aim is to point out this part of life in the context of the participation of individuals in active old age. This term expresses the active process of adaptability to change post-productive processes that are important in this period. They rely on relevant resources in the subject matter.

Key words: seniors, quality of life, human, physical health, mental health

Svetová zdravotnícka organizácia (1995) hodnotí kvalitu života ako individuálne vnímanie jednotlivcov ich životného postavenia v kultúrnom kontexte a hodnotovom systéme, v ktorom žijú, a vo vzťahu k úlohám, očakávaniam a normám určeným podmienkami prostredia. To znamená, že podľa Baňka (2005, s. 25) hovoríme o účinku individuálneho rozvoja, ktorý na jednej strane je výsledkom procesu vytvárania referenčných hodnôt pre porovnania, ktoré sú k dispozícii a výsledok procesu vytvárania úsudkov o živote v priebehu času, čo zosobňujú mentálne reprezentácie života a regulátori procesu spracovania prichádzajúcich informácií. Ďalej Baňka (2005 s. 25-32) upozorňuje na skutočnosť, že človek hodnotiaci kvalitu života čerpá zo štyroch základných zdrojov – z minulých skúseností, súčasnej skúsenosti, očakávaní týkajúcich sa budúcnosti a spoločenského názoru. Koncept kvality života preto možno považovať za komplexný. Pri definovaní jej zložiek by sa malo brať do úvahy fyzické, materiálne, sociálne a emočné blaho, ako aj spokojnosť s vlastnou produktivitou (in: Lada 2018).

Kvalita života je ponímaná ako celostná kategória, ktorú nemusíme nutne percipovať ako normalizujúcu koncepciu „kvality“ uvedenú v medzinárodných normách ISO. Každá spoločnosť či komunita prehlbuje túto koncepciu nezá-

¹ Tento príspevok je čiastkovým výstupom z projektu VGA PC č. 2/2019 „Kritériá profesionality v sociálnom a duchovnom poradenstve.“

visle na jej ideáloch. V mnohých krajinách je myšlienka kvality považovaná za národnú myšlienku, ktorej je potrebné venovať dostatočnú pozornosť. Kvalita života spravidla pre mnohých ľudí vyjadruje finančné zabezpečenie komunity, zodpovednosť voči budúcim generáciám, jednotu s prírodou a pod. Opis podstaty kvality života ako socioekonomickej kategórie naznačuje niekoľko jej popredných vlastností. Ako prvú vlastnosť akcentujeme pri kvalite života jej mimoriadnu širokú, viacrozmernú, mnohostrannú koncepciu, ktorá je neporovnateľne širšia ako „životná úroveň“. Predovšetkým máme na pamäti jej sociologickú kategóriu, ktorá pokrýva všetky oblasti spoločnosti, života ľudí a ich kvality. Jej druhá vlastnosť sa dotýka dvoch dimenziálnych rozmerov kvality života – objektívnej a subjektívnej zložky. Kritériom pre objektívne hodnotenie kvality života sú vedecké štandardy potrieb a záujmov ľudí, korelácia, s ktorými možno objektívne posúdiť stupeň uspokojenia týchto potrieb a záujmov. Na druhej strane, potreby a záujmy ľudí sú individuálne a iba samotné subjekty dokážu posúdiť mieru ich spokojnosti. Nie sú stanovené žiadnymi štatistickými veličinami a prakticky existujú len v mysliach ľudí, a teda aj vo svojich osobných názoroch a hodnoteniach. Tretím kritériom kvality života je nielen kategória oddelená od ostatných sociálno-ekonomických kategórií, ale najmä ich spojenie, ktoré ich zahŕňa v ich kvalitatívnom aspekte (*Качество жизни*. [cit. 2020-10-17]).

Payne (2005) potvrdzuje uvedené slová, keď podotýka, že kvalita ľudského života závisí od úrovne fyzickej a psychickej zložky zdravia osôb, od reálnych pocitov spokojnosti a od medziľudských vzťahov, ktoré sa vyvíjajú na rôznych úrovniach. Kvalita života nie je zastúpená len individuálnym životným štandardom, ale bezprostredne nadväzuje na prostredie, v ktorom osoby žijú a zároveň sa viaže aj na ich požiadavky a potreby. Dobrá kvalita života je výsledkom účinnosti mnohých faktorov, a to v kontexte zlepšenia sociálnych, zdravotných, enviromentálnych a ekonomických podmienok. K jej kvalite bezpochyby prislúcha aj pocit užitočnosti človeka, zmyslu života, osobná sloboda a spokojnosť.

Práve osobná sloboda a spokojnosť sú dôležitými determinantami ľudskej dôstojnosti a existencie, ktorá bezpochyby patrí ku dobrej kvalite života. Kvalita života u mnohých evokuje pocit šťastia, bezprostrednosti alebo životnej spokojnosti, čo je prirodzeným výsledkom subjektívneho vnímania kvality života.

Objektívnou zložkou kvality života sú explicitné normy dobrého života, napríklad výsledok lekárskeho vyšetrenia, spoločenské postavenie človeka, vnímanie kultúrnych požiadaviek a materiálne zabezpečenie (Veenhoven 2006; Vaďurová a Mühlpachr 2005).

Kvalita života je podľa Gurkovej (2011) hodnota rozdelená do dvoch kategó-

rií. Je označovaná ako relatívna kategória, preto môže byť vystihnutá ako kvalitatívna alebo kvantitatívna zložka kvality života. Objektom hodnotenia kvality života kvalitatívnej zložky je orientácia na hodnotenie individuálneho života. Kvantitatívny aspekt kvality života hodnotí dĺžku života (Ira a Andráško 2007).

Napokon môžeme zdôrazniť, že v spojitosti s kvalitou života viacero autorov odkazuje na pojem zdravie. Pacione (2003) ho používa v niektorých súvislostiach ako ekvivalent pre kvalitu života. Podľa Hancocka (2000) si zdravie vyžaduje viac než len zdravotnú starostlivosť, dobré životné podmienky a uspokojivú prácu, ale tiež podporu rodiny, blízkych a okolia, čisté a bezpečné životné prostredie, zdravé osobné návyky a individuálny pocit zmyslu života. Gajdoš (2002, p. 349) kvalitu života chápe ako ... „komplex dimenzií ľudského života a podmienok ich dosahovania“. Tesné prepojenie vidí medzi kvalitou života a hodnotovým systémom, z ktorého vyplýva. Vari najfrekventovanejším používaným ekvivalentom kvality života je blaho. Tento pojem sa prevažne vzťahuje k subjektívnym znakom kvality života, resp. k tzv. individuálnej kvalite života. Diener a Suh (1997) používajú pojem subjektívneho blaha (subjective well-being) v zmysle súhrnu kognitívnych a afektívnych reakcií človeka na podmienky jeho života (in: Ira a Andráško 2007, s. 162).

Podľa Walkera (2013) kvalita života je trochu amorfný, viacvrstvový a komplexný koncept so širokou škálou zložiek – objektívnou, subjektívnou, makro-spoločenskou, mikro-individuálnou, pozitívnou a negatívnou, ktoré vzájomne pôsobia. Walker tiež uvádza, že kvalita života je koncept, ktorý sa ťažko vedecky stanovuje, a že existujú konkurenčné disciplinárne paradigmy.

Definovať kvalitu² ľudského života znamená pomenovať niečo abstraktné a subjektívne, a to z toho dôvodu, že túto definíciu si ujasňuje každá osoba zvlášť, a prispôsobuje objektívne podmienky svojmu životu. Objektívne zrkadlo kvality ľudského života je nastavené tak, aby si človek uvedomil stupeň uspokojenia všetkých svojich potrieb. Kvalita ľudského života závisí od sociálno-ekonomických podmienok človeka, jeho zdravotného stavu a prežívania fyzickej a psychickej pohody. Čo značí, aby mal človek reálnu „pohodovú“ kvalitu života, mal by mať uspokojené individuálne a spoločenské potreby.

Zabezpečenie a potreba opatrovateľských služieb pre seniorov žijúcich v domácom prostredí sa podľa Ilinca et al. (2015) v nasledujúcich rokoch bude zvyšovať a to v dôsledku starnutia populácie a deinštitucionalizácie. Čoraz viac seniorov starne vo svojom domácom prostredí a väčšina z nich trpí jedným alebo

² Zmienku o kvalite života nachádzame už u Aristotela v diele *Etika Nikomachova* (Heřmanová 2012), v ktorom opisuje percipovanie kvality života človeka ako prežitie racionálneho, nezávislého a vyrovnaného života (Thompson. In: Dragomirecká 2007, s. 23). Spomenutý pojem bol prvýkrát zmieneny v súvislosti s profesorom politickej ekonómie Pigou v roku 1920. Avšak termín „kvalita života“ sa častejšie začal skloňovať po 2. svetovej vojne (Vaďurová 2007).

viacnásobným postihnutím (Vetrano et al., 2015). Pri mnohých z týchto porúch nie je možné aplikovať liečebnú procedúru. Je však potrebné venovať pozornosť zvládaniu týchto porúch a poskytovaniu pomoci s každodennými úlohami, aby bolo seniorom umožnené starnúť doma. Starostlivosť a podpora je poskytovaná neformálnymi opatrovateľmi, ako aj rôznymi formálnymi službami starostlivosti, ako sú rehabilitácia, domáca ošetrovateľská starostlivosť, denná starostlivosť, psychické zdravie a starostlivosť všeobecným lekárom (Verver et al., 2018) (in: Leewen et al., 2019).

Demografické starnutie je výsledkom procesu transformácie, ktorý sa vyznačuje zvýšením percentuálneho aj absolútneho počtu skupiny obyvateľstva vo veku 60 rokov a viac v dôsledku zníženia miery plodnosti a úmrtnosti a s tým súvisiaceho zvýšenia očakávaní v živote vďaka technologickému pokroku v medicíne a lepšiemu prístupu k zdravotníckym službám. Starnutie sa vyskytuje vo všetkých regiónoch sveta, ale najrýchlejšie rastie v krajinách s rôznou úrovňou rozvoja, vrátane tých, ktoré majú tiež značný podiel mladých populácií (Romero & Arce 2017).

Vo všeobecnosti je starnutie spoločnosťou percipované ako zníženie kvality života. Dosiahnutie tretieho veku si vyžaduje, aby sme hľadali prediktory kvality života iného ako je vek. K významným udalostiam v tomto štádiu života patrí strata príjmu z dôvodu odchodu zo zamestnania a pribúdajúce choroby (Netuveli et al., 2006), ktoré v tejto korelácii seniori chápu ako riziko, obmedzenú možnosť v osobnej, zdravotnej a finančnej situácii.

Počas posledného desaťročia sa výskumníci pokúsili vybudovať komplexnejšie modely, ktoré zmysluplným spôsobom integrovali hedonické a eudaimonické dimenzie. Sľubným výsledkom týchto pokusov je *Mental Health Continuum* (MHC; Keyes 2007), model optimálneho ľudského fungovania, ktorý zahŕňa emocionálnu pohodu (vrátane pozitívneho vplyvu a spokojnosti so životom), šesť dimenzií psychologického blahobytu a päť aspektov sociálneho blahobytu. Stav jednotlivcov, ktorí vykazujú vysoké hodnotenie vo väčšine týchto dimenzií, je definovaný ako prosperujúci a zodpovedá vysokému duševnému zdraviu. Naopak, nízke skóre v emocionálnej, psychickej a sociálnej pohode zodpovedá stavu chradnutia – úpadku, stavu odcudzenia, negatívneho vplyvu a sociálnej exklúzie, ktorých negatívne fyzické a psychosociálne dôsledky boli zdôraznené v rôznych štúdiách (Keyes 2005). Hoci sa chradnutie líši od duševnej choroby, ktorej prítomnosť je založená na špecifickom súbore symptómov, je spojená s vyšším rizikom vzniku afektívnych porúch (Keyes 2007. In: Delle Fave et al., 2018).

Štúdie o podpore zdravia v starobe sa sústreďujú na koncepciu úspešného starnutia (Depp & Jeste 2006; Doyle et al., 2010). Táto koncepcia bola predtým založená na objektívnych ukazovateľoch, ako sú absencia fyzického postihnutia,

kognitívneho postihnutia a sociálneho obmedzenia (Rowe & Kahn 1997). Nedávno sa štúdie rozšírili o pozitívne psychologické ukazovatele, ako je múdrosť, komplexná konštrukcia zahrňajúca emocionálnu stabilitu, racionálne rozhodovanie založené na životných vedomostiach, empatii a súcite (Jeste & Harris 2010; Ardel 2016). Napriek podstatným fyzickým a sociálnym zmenám, ktoré sa vyskytujú pri starnutí, subjektívny postoj k týmto zmenám zohráva ústrednú úlohu pri predpovedaní blahobytu a fyzického zdravia v starobe (Levy & Myers 2004; Tovel & Carmel 2014; Bryant et al., 2016; Thomsen et al., 2017).

Výskumné štúdie ďalej skúmali špecifickú úlohu hedonických a eudaimonických zložiek zdravia pri podpore úspešného starnutia. Vysoká úroveň subjektívneho blahobytu podporuje fyzické zdravie a dlhovekosť (Chida & Steptoe 2008; Koopmans et al., 2010; Diener & Chan 2011).

Vyššie uvedené konštatovania, podložené výskumnými štúdiami, poskytujú základné fakty o prežívaní kvality života v starobe. Uvedená analýza naznačuje, že kvalita života je individuálnym nástrojom prežívania osoby v starnúcom veku. Z objektívneho pozorovania môžeme konštatovať, že pokiaľ osobe v produktívnom veku k dobrej kvalite života prospieva zamestnanosť, rodinná pohoda a iné subjektívne či objektívne parametre, osobe v staršom veku kvalita života závisí od prežívania sebaistočnosti, dobrej fyzickej a psychickej kondície alebo pocitu patriť niekam. Umožnenie adekvátnosti prežívania každodenného života, bezpečnosti, pocitu spolupatričnosti, udržiavania aktívneho spoločenského života, sociálna podpora pre zdravie a blahobyt sú zdrojom čerpania pozitívnych síl pri úspešnom starnutí a prežívaní dobrej kvality života.

Vyššie uvedené slová potvrdzujú autori English a Carstensen (2015), keď podotýkajú, že v starobe je úspešná adaptácia spojená s rovnováhou medzi pozitívnymi a negatívnymi vplyvmi, výberom pozitívnych cieľov pre afektívne a kognitívne fungovanie, znížením intenzity a variability pozitívnych a negatívnych emocionálnych skúseností a väčšou schopnosťou zažiť zložitejšie emocionálne zážitky, pomenovať a pochopiť vlastné emócie a emócie iných.

Alternatívny a multidimenzionálny model psychickej pohody podľa Ryff (2013) zahŕňa šesť základných zložiek:

- a) význam, účel a smerovanie ľudí v ich živote,
- b) žiť podľa vlastných osobných presvedčení (autonómia),
- c) využívanie osobných talentov a potenciálu (osobný rast),
- d) riadenie životných situácií (zvládnutie životného prostredia),
- e) udržiavanie hlbokých a zmysluplných väzieb s ostatnými (pozitívne vzťahy),
- f) sebaopoznanie, vrátane uvedomenia si osobných obmedzení (seba-prijatie).

To znamená, že optimálna a pozitívna kvalita života seniorov závisí od zdrojov,

aké jednotlivci prijímajú do svojho života alebo ich vo svojom živote odmietajú a nastavenia určitých podmienok, za akých by mali seniori v pokročilom veku fungovať.

V závere teda konštatujeme, že pre starších ľudí sú sociálne kontakty motivované udalosťami, ktoré poskytujú pohodlie a zmysluplné sociálne interakcie, ktoré poskytujú emocionálnu podporu. Pravidelné posilňujúce sociálne kontakty sú tie, ktoré majú väčší význam ako sprostredkovatelia sociálnej podpory. V tomto ohľade vyniká podpora vzdelávacích programov zameraných na tento vekový segment. Takéto programy zohrávajú dôležitú úlohu pri zriaďovaní napr. UTV pre staršie osoby, pretože môžu poskytovať fyzické a duševné aktivity, zmysel a spokojnosť s existenciou, a to prostredníctvom záväzku a spoločenskej zodpovednosti, ktorá im patrí, a možnosti získať a aktualizovať ich (Mackowicz & Wnek-Gozdek 2016).

Zoznam bibliografických odkazov

- ARDELT, M., 2016. Disentangling the relations between wisdom and different types of well-being in old age: finding from a short-term longitudinal study. In: *Journal of Happiness Studies*. Vol. 17, pp. 1963-1984.
- BRYANT, C., B. BEI, K. M. GILSON, A. KOMITI, H. JACKSON & F. JUDD, 2016. Antecedents of Attitudes to Aging: A Study of the Roles of Personality and Well-being. In: *Gerontologist*. Vol. 56, no. 2, pp. 256-65.
- DEPP, C. A. & D. V. JESTE, 2006. Definitions and predictors of successful aging: a comprehensive review of larger quantitative studies. In: *The American Journal of Geriatric Psychiatry*. Vol. 14, no.1, pp. 6-20.
- DIENER, E. & M. CHAN, 2011. Happy people live longer: subjective well-being contributes to health and longevity. In: *Applied Psychology. Health and Well-Being*. Vol. 3, pp. 1-43.
- DOYLE, Y. G., M. C. KEE & M. SHERRIFF, 2012. A model of successful ageing in British populations. In: *European Journal of Public Health*. Vol. 22, no. 1, pp. 71-6.
- DRAGOMIRECKÁ, E., 2007. *Prediktory kvality života ve vyšším věku: disertační práce*. Univerzita Karlova v Praze, Fakulta filozofická.
- ENGLISH, T. & L. L. CARSTENSEN, 2015. Does positivity operate when the stakes are high? Health status and decision making among older adults. In: *Psychology and Aging*. Vol. 30, no. 2, pp. 348-355.
- GURKOVÁ, E., 2011. *Hodnocení kvality života: pro klinickou praxi a ošetrovatelský výzkum*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3625-9.
- HEŘMANOVÁ, E., 2012. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON). ISBN 978-80-7419-106-0.
- CHIDA, Y. & A. STEPTOE, 2008. Positive psychological well-being and mortality: a quantitative review of prospective observational studies. In: *Psychosomatic Medicine*. Vol. 70, no. 7, pp. 741-56.
- IRA, V. a I. ANDRÁŠKO, 2007. Kvalita života z pohľadu humánnej geografie. In: *Geografický časopis*. Roč. 59, č. 2, s. 159-179. ISSN 2453-8787.
- JESTE, D. V. & J. C. HARRIS, 2010. Wisdom--a neuroscience perspective. In: *JAMA*. Vol. 304, no.14, pp. 1602-3.
- Качество жизни*. [online]. [cit. 2019-01-17]. Dostupné z: <https://center-yf.ru/data/stat/Kachestvo-zhizni.php>

- KEYES, C. L. M., 2007. Promoting and protecting mental health as flourishing. A complementary strategy for improving national mental health. In: *American Psychologist*. Vol. 62, pp. 95-108.
- KOOPMANS, T. A. et al., 2010. Effects of happiness on all-cause mortality during 15 years of follow-up: the Arnhem elderly study. In: *Journal Happiness Studies*. Vol. 11, pp.113-124.
- LADA, A., 2018. Jakość życia seniorów. In: *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska, sectio J – Paedagogia-Psychologia*. Vol. 31, no. 2.
- LEEUEWEN, K. M. et al., 2019. What does quality of life mean to older adults? A thematic synthesis. In: *PLoSOne*. Vol. 14, no. 3.
- LEVY, B. R. & L. M. MYERS, 2004. Preventive health behaviors influenced by self-perceptions of aging. In: *Preventive Medicine*. Vol. 39, no. 3, pp. 625-9.
- MaCKOWICZ, J. i J. WNEK-GOZDEK, 2016. "It's never too late to learn" - How does the Polish U3A change the quality of life for seniors? In: *Educ Gerontol*. Vol. 42, no. 3, pp. 186-97.
- NETUVELI, G., R. D. WIGGINS, Z. HILDON, S. M. MONTGOMERY & D. BLANE, 2006. Quality of life at older ages: evidence from the English longitudinal study of aging (wave 1). In: *Journal of Epidemiology and community health*. Vol. 60, no. 4, pp. 357-363.
- PAYNE, J. et al., 2005. *Kvalita života a zdraví*. 1. vydání. Praha: Triton. ISBN 80-7254-657-0.
- ROMER, Z. S. & B. J. M. ARCE, 2017. Aging and factors associated with quality of life for elderly people in State of Mexico. In: *Papeles de Población*. Vol. 23, no. 93, pp. 59-93.
- ROWE, J. W. & R. L. KAHN, 1997. The Successful aging. In: *Gerontologist*. Vol. 37, no. 4, pp. 433-40.
- RYFF, C. D., 2013. Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. In: *Psychother Psychosom*. Vol. 83, no. 1, pp. 10-28.
- TOVEL, H. & S. CARMEL, 2014. Maintaining successful aging: the role of coping patterns and resources. In: *Journal of Happiness Studiess*. Vol. 15, pp. 255-270.
- THOMSEN, D. K., M. LIND & D. B. PILLEMER, 2017. Examining relations between aging, life story chapters, and well-being. In: *Applied Cognitive Psychology*. Vol. 31, pp. 207-215.
- VAĎUROVÁ, H., 2007. *Vliv nelékařských služeb na kvalitu života pečovateli o děti s onkologickým onemocněním*. Dizertační práce. Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta.
- VAĎUROVÁ, H. a P. MÜHLPACHR, 2005. *Kvalita života: teoretická a metodologická východiska*. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 80-210-3754-7.
- VEENHOVEN, R., 2006. The four qualities of life. Ordering concepts and measures of the good life Ruut Veenhoven. In: MCGILLIVRAY, M. & M. CLARK (eds.). *Understanding Human Well-being*. United Nations University Press. Tokyo-NewYork-Paris, pp. 74-100. ISBN 92-808-1130-4.
- WALKER, A., 2013. Ageing and Quality of Life in Europe. In: DANNEFER, D. & C. PHILLIPSON, editors. *The Sage Handbook of Social Gerontology*. London: Sage Publications. [online]. [cit. 2019-2-10]. Dostupné z: https://sk.sagepub.com/reference/hdbk_socialgerontology/n44.xml

doc. PhDr. Maroš Šíp, PhD.

Katedra kresťanskej antropológie a sociálnej práce
Pravoslávna bohoslovecká fakulta PU v Prešove
e-mail: maros.sip@unipo.sk

PhDr. Miroslav Sabolik, PhD.

Katedra kresťanskej antropológie a sociálnej práce
Pravoslávna bohoslovecká fakulta PU v Prešove
e-mail: miroslav.sabolik@smail.unipo.sk

KLINICKÝ STRES V PÔRODNEJ ASISTENCII

Alena Schlosserová – Helena Galdunová – Mária Gábor – Štefánia Gnipová

Abstrakt: S pojmom stres, sa v dnešnom svete stretávame všetci, bez ohľadu na vek, pohlavie či zamestnanie, je našou súčasťou a najčastejšie sa objavuje v zdravotníckych profesiách. Jednou z nich, je aj povolanie pôrodnej asistentky, ktorej náročnosť vyplýva z jej hlavnej podstaty a to starostlivosť a pomoc ženám, matkám, rodičkám a novorodencom. Štúdium, ktoré predchádza povolaniu pôrodnej asistentky, sa vo veľkej miere odohráva v klinickom prostredí. Z klinickej praxe vyplýva aj špecifická záťaž, ktorej sú študenti vystavení, aj napriek vonkajším a tradičným školským stresorom, ktorým musia čeliť.

Kľúčové slová: stres, klinická prax, študent, záťaž

Abstract: Nowadays we all meet with the term stress, regardless of age, gender, or work occupation. Stress is a common part of our life, especially in health care providers. Among them midwifery where the stress comes from the basic concept of the job such as providing help to women, mothers, and newborns. Studies that precedes becoming a midwife are being held mostly in clinical practice. It means that students do not only have to face traditional stress factors but they also encounter specific burden resulting from clinical practice.

Key words: stress, clinical practice, student, load

Úvod

Pôsobením rozličných podnetov sú na človeka, ktorý má adaptačnú schopnosť, kladené určité nároky. Jedným z najdôležitejších faktorov na zvládnutie nárokov predstavuje zdravie. Rušivý podnet znemožňujúci a sťažujúci dosiahnuť cieľ človeka pri vykonávaní nejakej činnosti, v priebehu ktorej naňho pôsobí, sa nazýva stres. Čo budeme, alebo nebudeme považovať za stresujúce ovplyvní náš pohľad na situáciu (Obročníková a Majerníková 2018).

Povolanie pôrodnej asistentky bolo, je a neustále bude povolaním, ktoré so sebou prináša fyzickú a rovnako aj psychickú záťaž, ktorá pramení z interakcií sociálnych, komunikačných a zo samotného základu ošetrovateľskej profesie, s ktorými každý deň prichádza do kontaktu (Komačeková 2012).

Charakteristika stresu

Stres nemá jednotnú definíciu, preto jeho definovanie nie je jednoduché. Je to obsiahly a široký pojem, ktorého problematikou sa už v minulosti zaoberali rôzni umelci, autori, lekári a iní. V historickom kontexte bol stres chápaný

a popisovaný ako pripravenosť k úteku alebo k boju. Jednotlivé historické obdobia a problémy s nimi súvisiace ponúkali rozdielny pohľad na vznik záťažových situácií (Obročníková a Majerníková 2018).

Určitý stav napätia, vďaka ktorému je ľudský organizmus schopný reagovať na rozličné podnety, môžeme chápať ako stres. „Slovo *stres* pochádza z anglického *stress*. Vzniklo z latinského *stingere, strictus*, čiže *stláčať, sťažovať, ťahovať*, čo môže znamenať byť vystavený istým silám alebo tlakom” (Obročníková a kol., 2018, s. 8). Za zakladateľa učenia o strese je považovaný kanadský lekár maďarského pôvodu Hans Selye (1907-1982), ktorý vydal mnoho publikácií o strese (Venglářová a kol., 2011).

Kraska-Lüdecke (2007, s. 116) definuje stres ako „*nešpecifickú obrannú reakciu (odpoveď) organizmu na akúkoľvek požiadavku (záťaž), ktorým bol organizmus vystavený*“. V živote človeka je stres bežnou súčasťou a vplýva na všetky jeho činnosti, náladu a výkonnosť. Stres nás však ovplyvňuje a predstavuje záťaž po stránke psychickej, čo sa prejaví najmä v nepriaznivých a ťažkých životných situáciách (Obročníková a Majerníková 2018). Stresory, faktory, ktoré stres vyvolávajú, nielen tie príjemné či nepríjemné a občas aj nami samé vytvárané, sa stali našou bežnou súčasťou natoľko, že nás dokážu vyburcovať k podaniu lepšieho výkonu (Fontana 2016).

Zdroje stresu

Stresory sú považované za vyvolávajúci faktor stresu. Venglářová a kol. (2011, s. 50) uvádzajú: „*Stresory sú negatívne životné faktory. Inak povedané, je to všetko, čo človeka zaťažuje. Táto neprimeraná záťaž vyvoláva stres. Stresorom je vyvolaný: pocit ohrozenia, strach, že sa niečo stane, pocit strácania kontroly nad sebou*“. Stres je niečo ako inštinkt, ktorým disponovali už naši predkovia a mal za úlohu chrániť človeka pred nebezpečenstvom. Vyskytuje sa v živote každého človeka a jeho pôsobenie je dôležité, v určitej intenzite nie je škodlivý. Avšak, ak človek žije v dlhodobom napätí, stáva sa škodlivým a nebezpečným pre zdravie (Obročníková a Majerníková 2018).

Venglářová a kol. (2011) považujú stresor – pocit ohrozenia, strach, za negatívne životné faktory, ktoré človeka zaťažujú. Na človeka pôsobí buď jeden stresor, alebo viac stresorov.

Pre lepší prehľad uvádzajú Venglářová a kol. (2011) najčastejšie stresové faktory (stresory), s ktorými sa môžeme stretnúť ako v povolani, tak aj v bežnom živote:

- fyzikálne faktory – silné svetelné žiarenie, hlučné prostredie;
- fyziologické faktory – nedostatok cvičenia, zlé stravovacie návyky, nepri-

merané zaťaženie chrbtice;

- psychické faktory – nároky súvisiace s povoláním, negatívne myšlienky, nesplnené ciele, životné obdobie;
- sociálne faktory – osobné vzťahy (nevera), rozloženie pracovných povinností;
- traumatické faktory – udalosti (narodenie dieťaťa, smrť, rozvod);
- vznik stresu v detskom veku – môže zanechať celoživotné následky, napr. u zneužívaných detí, alkoholizmus u rodičov.

Faktory pôsobiace pozitívne, s cieľom pomôcť človeku zvládnuť záťažovú a ťažkú situáciu, sa nazývajú salutory. Stretávame sa s nimi v živote, pri bežných činnostiach a tiež v práci, povzbudzujú a dodávajú odvalu a silu v boji so stresom. Sem patrí napríklad uznanie a pochvala ľuďmi, ktorých si vážime, spokojnosť s vykonanou prácou (Venglářová a kol., 2011).

Príznaky stresu

Schopnosť postaviť sa stresu, prekonať ho a zvládnuť závisí od osobnosti človeka. Reakcia na stres má dve podoby – fyziologickú a psychickú. Príznaky, ako sú smiech, vzrušenie až úzkosť, strach a agresivita, sú reakciou psychiky človeka na stresovú situáciu (Venglářová a kol., 2011).

Křivohlavý (2010) opísal prejavy stresu ako fyziologické, emocionálne a behaviorálne. Medzi príznaky fyziologické zaradil *„nechutenstvo, zvýšený tlak krvi, búšenie srdca, nepravidelná činnosť srdca, zvieranie za hrudnou kosťou, bledá koža, bolesti hlavy, časté nutkanie na močenie, v dolnej časti chrbtice a v krčnej oblasti zvýšené svalové napätie, tráviace ťažkosti, napríklad zvracanie, hnačky, zápcha, plynatosť, škriabanie sa vo vlasoch, hranie sa s predmetmi, tiky a trasy.“* V prípade takýchto príznakov, ktoré si človek uvedomuje, vykonáva určité opatrenia a snaží sa ich ovládnuť a odstrániť (Venglářová a kol., 2011; Křivohlavý 2010).

Psychické (emocionálne) príznaky opísal Křivohlavý (2010) ako *„nadmerné starosti o zdravotný stav a fyzický vzhľad, úzkosť, nedôveryhodný strach, nadmerné trápenie sa nad vecami, ktoré nie sú dôležité, problémy sústrediť sa, desivé sny, uzatváranie sa do seba, prudké a výrazné zmeny nálad, depresia, pocit samoty“*.

Odosobnenie sa od okolia, od blízkych, obmedzenie kontaktov až úplná strata radosti môže byť ďalším následkom (Obročníková a Majerníková 2018).

Medzi behaviorálne (správanie človeka pri strese) príznaky zaradil *„zvýšenú absenciu, častejšie podvádzanie, chorobu, vyhybanie sa povinnostiam a zod-*

povednosti, pomalé uzdravovanie sa po chorobe, nehode alebo úraze, zhoršenú kvalitu práce, výhovorky, nariekanie, snahu vyhnúť sa úlohám, zvýšenú konzumáciu alkoholu, stratu chuti do jedla, závislosť na drogách, problémy so zaspávaním“ (Křivohlavý 2010).

Stratégie zvládania stresu

Ľudia sú rôzni, často si metódy na zvládanie stresu prispôbia, upravujú a modifikujú na základe prameňov, ktoré ho zapríčiňujú alebo podľa potrieb vlastných.

Identifikovať stres je dôležité, no častokrát nie dostačujúce, je potrebné ho liečiť a naučiť sa ho zvládať. Keď sa jedinec dostane do nepohody pod vplyvom stresu, snaží sa túto situáciu nejako zvládnuť, vyriešiť.

Psychológovia, ktorí sa stresom zaoberajú, hovoria o tzv. zvládaní stresu. Je len na nás, či sa rozhodneme so stresom bojovať alebo ho prijmeme ako súčasť života. Křivohlavý (2010, s. 29-30) vo svojej publikácii uvádza: „*Stratégia, tzv. postupy zvládania stresu, sú v podstate dvojitého druhu. Na jednej strane ide o riešenie problému (situácia, ktorá nás zaťažuje). Na strane druhej sú postupy, ktoré sú zamerané na zvládnutie emocionálnej situácie, do ktorej sa človek pri strese dostáva.*“

Porucha spánku, agresia či tráviace problémy sú varovnými signálmi nášho tela pri nadmernom stresovom zaťažení. Stratégie na zvládanie stresu môžeme označiť ako copingové stratégie, ktorých cieľom je nás zbaviť stresu. Ľudia ich najčastejšie používajú, ak prídu do styku so stresom. Ide o nejaký plán či postup, ako sa správame, čo robíme, ako sa rozhodneme, keď sa dostaneme do stresovej situácie. Štýl vyrovnania sa so stresom je zmesou, ako vnímame zdroj stresu, pesimistický alebo optimistický pohľad na nájdenie riešenia a osobnostné charakteristiky, ako sú znášanlivosť rizika, pocit vlastnej efektívnosti a introverzia alebo extroverzia (Stock 2010).

Ak sa bavíme o stratégii, môžeme uviesť niekoľko rôznych spôsobov na jeho zvládnutie: (Křivohlavý 2010)

- urobiť si plán riešenia problému
- upokojiť myseľ a pocity
- postaviť sa problému a bojovať s ním
- zostať pokojný a vyrovnaný
- pozerať sa na vec z lepšej stránky
- hľadať pozitíva daného problému
- požiadať o pomoc rodinných príslušníkov a priateľov

- prijať zodpovednosť
- pokúsiť sa vyvarovať stresu

Okrem jednotlivých stratégií a metód môže človek využiť aj rôzne techniky, ako sú joga, meditácia, relax a odpočinok. Výber predovšetkým závisí na osobnosti človeka, na jeho psychike, schopnosti zvládať a vyrovnať sa so stresom.

Prekonať stresovú situáciu je možné rôznymi spôsobmi, či už pohybovými aktivitami, obľúbenými činnosťami, alebo obyčajným rozhovorom. Každý človek pozná svoje telo, svoje schopnosti a má zaužívané rôzne techniky a metódy na zvládnutie stresu. Skrývanie sa, uzatváranie sa pred rodinou, kamarátmi, pred svetom a snaha utuľtať to, aby sme nezaťažovali svoje okolie, nie je tou správnou cestou. Naopak, je dôležité o tom hovoriť, využiť, ak sa nám ponúka pomoc rodiny a blízkych - to je tá najlepšia stratégia. Ak si nás niekto vypočuje, poradí a povzbudí (Kraska-Lüdecke 2007).

Bartošíková (2006, s. 36) uvádza: „nepretržité zaoberanie sa nepríjemnými udalosťami človeka vyčerpáva a ubíja. Dlhodobá nevyváženosť medzi bráním a dávaním v ošetrovateľskej praxi sa mení v pocity vyčerpanosti, nezáujmu, cynizmu, a rozvíja sa v profesijnom a osobnom živote v podobe syndrómu vyhorenia. Preťaženie je vnímané ako reakcia na fyzickú alebo psychickú záťaž, na ktorú ľudský organizmus reaguje obrannými mechanizmami. Pokiaľ nedôjde k potlačeniu pôsobenia záťažových vplyvov včas, môže vyvolať rôzne ochorenia až odchod z práce.“

Pôrodná asistentka a stres

Súčasná medzinárodná definícia profesie pôrodnej asistentky bola schválená Medzinárodnou konfederáciou pôrodných asistentiek ICM a Medzinárodnou federáciou gynekológov a pôrodníkov FIGO a bola prijatá na zasadnutí rady Medzinárodného výboru rady. Z danej uvedenej definície profesie pôrodnej asistentky, ktorú uvádza Eliašová a Závodná (2012, s. 109), vyplýva náplň a náročnosť tohto povolania:

„Pôrodná asistentka je osoba, ktorá bola riadne prijatá do oficiálneho vzdelávacieho programu pre pôrodné asistentky uznávaného v danej krajine, ktorá tento vzdelávací program úspešne ukončila a získala tak požadovanú kvalifikáciu a registráciu pre výkon povolania pôrodnej asistentky. Pôrodná asistentka je uznávaná ako plne zodpovedný zdravotnícky pracovník, ktorý pracuje ako partner ženy, poskytuje jej potrebnú podporu, starostlivosť a radu v priebehu tehotenstva, pôrodu a v popôrodnej dobe, vedie pôrod na svoju vlastnú zodpovednosť, poskytuje starostlivosť novorodencom a deťom v dojčenskom veku. Táto

starostlivosť zahŕňa preventívne opatrenia, podporu normálneho pôrodu, zisťovanie komplikácií u matky alebo dieťaťa, sprostredkovanie prístupu k lekárskej starostlivosti alebo inej vhodnej pomoci a prevedenie nevyhnutných zásahov pri mimoriadnej situácii. Pôrodná asistentka má dôležitú úlohu v zdravotnom poradenstve a vzdelávaní nielen žien, ale i v rámci ich rodín a celých komunít. Táto práca by mala zahŕňať predpôrodnú prípravu a prípravu k rodičovstvu a môže byť rozšírená aj do oblasti zdravia, sexuálneho alebo reprodukčného zdravia a starostlivosti o dieťa.“

Kompetencie pôrodnej asistentky vymedzuje Vyhláška MZ SR č. 95/2018 Z. z., ktorou sa určuje rozsah ošetrovateľskej praxe poskytovanej sestrou samostatne, samostatne na základe indikácie lekára a v spolupráci s lekárom a rozsah praxe pôrodnej asistencie poskytovanej pôrodnou asistentkou samostatne, samostatne na základe indikácie lekára a v spolupráci s lekárom. Je charakterizovaná komplexným prístupom k matke i dieťaťu v prenatálnej, intrapartálnej, postpartálnej a postnatálnej starostlivosti poskytovaním zdravotnej starostlivosti pri gynekologických a pôrodnických chorobách a poskytovaním zdravotnej starostlivosti o reprodukčné zdravie ženy (Eliašová a Závodná 2012).

Psychická záťaž pôrodnej asistentky

Z dôvodu pracovného zaťaženia patria zdravotnícki pracovníci medzi najohrozenejšiu skupinu. Práca s ľuďmi, vysoká zodpovednosť, potreba rýchlo sa rozhodnúť a reagovať sa vo veľkej miere podieľa na výskyte stresu v tomto povolání. Nielen po stránke psychickej, ale aj fyzickej vplyvom narušenia spánkového režimu, nepravidelnej stravy a pitného režimu v dôsledku nedostatku času a priestoru. Do psychickej záťaže patria zodpovednosť za následky, potreba rýchlo reagovať a rešpektovať pravidlá, komunikácia s pacientmi a ich rodinou, kontakt s utrpením a smrťou. V rovine osobnostnej sem patrí nedostatok času na rodinu, voľného času a profesionálne zlyhanie prežívajú zdravotníci omnoho osobnejšie (Bánovčinová a Dobšovičová 2017).

V práci pôrodnej asistentky je ošetrovateľská starostlivosť o ľudí namáhavá, vyčerpávajúca a predstavuje fyzickú a najmä psychickú záťaž, čo vedie až k vzniku syndrómu vyhorenia. Nadobudnutím schopností a skúseností správne prekonať stresové situácie v práci a v súkromnom živote umožní lepšie zhodnotiť ťažkú situáciu klientky a následne poskytnúť adekvátnu pomoc a starostlivosť s hospitalizáciou či zmenou zdravotného stavu (Bánovčinová a Dobšovičová 2017).

Medzi rizikové faktory, ktoré sa vo veľkej miere podieľajú na vzniku stresu, sa radia (Plevová 2011):

- zvýšená pracovná záťaž – stres sa dostaví v momente, keď sú na človeka kladené nároky, ktoré nedokáže zvládnuť. Vyčerpanie je jeho dôsledkom a pre splnenie úlohy musí človek vynaložiť väčšie úsilie, energiu, čo celý stav zhoršuje. Vplyvom práce na zmeny (vrátane víkendov a sviatkov, nočné zmeny) negatívne ovplyvňujú pravidelnosť spánku a jeho kvalitu, vzniká nepravidelný denný režim, nedostatok odpočinku;
- emocionálna záťaž – v zdravotníctve sú kladné emocionálne vzťahy vo veľkej miere dôležité. Očakáva sa, že pôrodná asistentka bude vždy usmievavá, pozitívna, kým klientka má právo byť nahnevaná, podráždená, ak je nespokojná so svojím zdravotným stavom;
- zodpovednosť – pôrodná asistentka musí myslieť na veľké množstvo povinností, ktoré sú často aj mimo jej kompetencií, napríklad z dôvodu nedostatku pomocného personálu. Preberá zodpovednosť za pacientky, správne podanú liečbu, správne vedenú dokumentáciu a mnoho ďalších úloh, ktoré si vyžadujú vysokú mieru sústredenosti;
- nedostatok uznania, pochvaly – ľudia, ktorí nie sú za svoju prácu dostatočne odmenení, majú pocit, že si ich úsilie nikto neváži, chýba im potrebná motivácia. Problémom môže byť aj nespravodlivá kritika nadriadených, prípadne žiadna spätná väzba od spolupracovníkov. Chýbanie možnosti pracovného rastu a možnosti využiť svoj potenciál naplno sú považované za stresové faktory;
- medziludské vzťahy – výskyt hádok, nedorozumení, konfliktov v pracovnom kolektíve, slovná výmena názorov negatívne vplyvajú na pracovnú výkonnosť, emocionálne rozpoloženie pôrodnej asistentky, čo sa môže odradiť aj na prístupe ku klientkam;
- nezmyselné požiadavky – či už zo strany nadriadeného alebo klientok, ktoré sú kladené s úmyslom, že pôrodná asistentka je tam len pre nich,
- osobnostné faktory – ľudia, ktorí sú zo začiatku svojou prácou nadšení, si určujú vysoké ciele, majú veľkú motiváciu, vyznačujú sa perfekcionizmom, zodpovednosťou, sú málo asertívni, obetaví a empaticí. Takíto ľudia sú ohrození najviac, chcú byť najlepšími, no častokrát zabúdajú na hlavnú podstatu tohto povolania, zabúdajú byť predovšetkým ľuďmi, v tomto prípade je významným faktorom charakter a osobnosť človeka, ktorá odráža schopnosť vcítiť sa do situácie či stavu pacientky a adekvátne naň reagovať (Plevová 2011).

Vo veľkej miere sa na vzniku stresu podieľajú vzťahy na pracovisku, kde môže dôjsť v určitých situáciách k nepochopeniu, nedorozumeniam, čo ne-

priaznivo pôsobí na obidve strany. Nespokojnosť s vedúcimi sestrami, nedostatok podpory a pochvaly od iných zdravotníckych spolupracovníkov môže byť jedným z ďalších prameňov negatívnych pocitov. Tak, ako sa mení postavenie pôrodnej asistentky, tak sa menia aj ich kompetencie, nastávajú zmeny v poskytovaní služieb s cieľom lepšie uspokojiť potreby pacientky, stúpajú požiadavky, nároky a očakávania, čo môže vyvolať pocit tlaku až stresu, ktorých výsledkom môže byť zvýšená chorobnosť a následná práceneschopnosť (Bánovčinová a Struhárová 2014).

Na pôrodnej sále vznik stresu a stresových situácií stúpa. Spoločnosťou je povolanie pôrodnej asistentky vnímané ako krásne povolanie spájané s príchodom nového života, očakávaného potomka, je to však iba jeden uhol pohľadu. Neprijemné a ťažké situácie, ako sú pôrod mŕtveho plodu či potrat, zanechajú stopu nielen na žene ako matke, ale aj na pôrodných asistentkách, ktoré sú toho súčasťou (Doucha 2014).

Fyzická záťaž pôrodnej asistentky

V povolani pôrodnej asistentky sa veľká časť práce odohráva práve v nočných a skorých ranných hodinách. Pôrodné asistentky z pôrodnej sály sú často vystavené zložitým pracovným podmienkam. V práci na pôrodnej sále často dochádza k výkonnostným výkyvom spôsobeným nerovnomerným počtom pôrodov počas služby a rôznorodosti v priebehu pôrodného deja. Niektoré rodičky si vyžadujú menej starostlivosti, iné zase nepretržitú, kde pôrodná asistentka strávi takmer celú pracovnú dobu. Stúpa tiež počet rodičiek žijúcich na okraji spoločnosti, preto sa stretávajú so slovnými či fyzickými útokmi pri vyšetrení, počas starostlivosti alebo pôrodu. Takéto dlhodobé napätie a záťaž sa môže časom odraziť na ich zdraví (Lorenz 2015).

Práca pôrodnej asistentky je náročná, vyžaduje si často fyzickú zdatnosť v zmysle odolnosti a vytrvalosti, ktoré sú nevyhnutné pre povolanie zdravotníckeho pracovníka. Reaguje na požiadavky, potreby a plní si svoje povinnosti, poskytuje rady a informácie a často musí pracovať aj pod tlakom (Komačeková 2009).

Príprava na prácu pôrodnej asistentky v klinickej praxi

Klinická odborná prax tvorí dve tretiny z celkového rozsahu štúdia a je veľmi dôležitá pre prípravu budúcich pôrodných asistentiek. Klinická výučba študentov prebieha primárne na klinikách a oddeleniach gynekológie a pôrodnictva, ako aj na gynekologických ambulanciách a v zmluvných zdravotníckych zariadeniach na Slovensku, ako aj v partnerských zdravotníckych zariadeniach

v zahraničí (<https://www.unipo.sk/fakulta-zdravotnictva/kpas-new/>).

Klinická odborná prax začína v prvom ročníku v letnom semestri, kde po absolvovaní predmetu Ošetrovateľské techniky 1 a súbežne s výukou predmetu Ošetrovateľské techniky 2 má študent príležitosť uplatniť si naučené ošetrovateľské postupy v reálnej praxi a preveriť svoje zručnosti. Je to jedno z prvých úskalí preverovania naučených techník. Študenti absolvujú prax na základných klinických pracoviskách, ako sú interné, chirurgické a pediatrické oddelenia, v počte 240 hodín, aby získali a nadobudli ďalšie praktické zručnosti v poskytovaní ošetrovateľskej starostlivosti na jednotlivých pracoviskách (Informácie o štúdiu na akademický rok 2019 / 2020, www.unipo.sk). Následne absolvujú súvislú odbornú prax (SOP) na gynekologicko-pôrodných oddeleniach v počte 120 hodín a v letných mesiacoch absolvujú prázdninovú odbornú prax (POP) v počte 80 hodín na gynekologicko-pôrodných oddeleniach na získanie praktických zručností a overenie teoretických vedomostí so zameraním na ženu v rôznych obdobiach života (Informácie o štúdiu na akademický rok 2019/2020, www.unipo.sk).

Klinické cvičenia v druhom ročníku začínajú už v zimnom semestri (ZS) na pôrodnej sále, oddelení šestonedelia + operačnom úseku, oddelení rizikovej gravidity, gynekologickom oddelení + operačnom úseku, oddelení fyziologických a patologických novorodencov, na príjmovej ambulancii a ambulancii pre rizikovú graviditu, kde študent absolvuje 270 hodín. Súčasťou študijného programu je súvislá odborná prax (SOP) na pôrodnej sále v počte 80 hodín. V letnom semestri (LS) študenti absolvujú 270 hodín klinických cvičení na rovnakých oddeleniach ako v ZS, SOP v počte 80 hodín na pôrodnej sále a POP na pôrodnej sále v počte 80 hodín. V tomto ročníku sa študenti učia zvládať aj náročnejšie úlohy v rámci starostlivosti, ako napríklad kontinuálna starostlivosť po operačnom zákroku, kontakt so ženou po perinatálnej alebo postnatálnej strate, práca na pôrodnej sále a vyžaduje sa väčšia zodpovednosť a samostatnosť (Informácie o štúdiu na akademický rok 2019/2020, www.unipo.sk).

V treťom ročníku je počet absolvovaných hodín klinických cvičení ZS 480 a v LS 480 hodín na pôrodnej sále, oddelení šestonedelia, gynekologickom oddelení, oddelení rizikovej gravidity a fyziologických novorodencov a na gynekologickej ambulancii, súčasťou je aj SOP v ZS na pôrodnej sále absolvovaním 80 hodín klinickej praxe a odvedenie absolventského pôrodu (Informácie o štúdiu na akademický rok 2019/2020, www.unipo.sk).

V priebehu klinických cvičení (KLC) si študent plní požiadavky a podmienky pre ukončenie štúdia, ktoré si priebežne zaznamenáva do Záznamníka klinickej praxe, zároveň mu slúži ako doplnkový učebný text a realizuje ošetrovateľský proces u klientky s gynekologickým ochorením, rizikovou graviditou,

fyziologickou graviditou / pôrodom u šestonedeľky a u fyziologického a patologického novorodenca (Schlosserová a kol., 2017).

Študent v reálnej praxi pracuje v ošetrovateľskom tíme, a preto je dôležité, aby počas realizácie výkonov bol zodpovedný za svoje výkony, nezabúdaj komunikovať, bol chápatý, empatický a pracoval v súlade s etickými princípmi a zároveň dodržiaval práva pacientov (Schlosserová a kol., 2017).

Za dodržiavanie správnych postupov, predpisov, plynulého priebehu KLC, riešenie problémov a nejasností počas klinických cvičení je zodpovedný lektor alebo odborný asistent, ktorý dohliada na študentov na jednotlivých pracoviskách, v ich neprítomnosti preberá túto úlohu pôrodná asistentka.

S reálnym plnením ošetrovateľských výkonov prichádza aj zodpovednosť, ktorej sa počas klinickej praxe študenti učia, snažia si osvojiť všetky potrebné vedomosti, zručnosti pod dohľadom vedúceho pracovníka. Pracujú a učia sa spolupracovať v tíme, s ostatnými zdravotníckymi pracovníkmi, sú často konfrontovaní aj s ťažko riešiteľnými situáciami, ktoré ich majú pripraviť na budúce povolanie, vyžadujúce si sústredenosť, ochotu a odhodlanie. Všetko, s čím sa stretnú, môže na nich vplývať, či už pozitívne, alebo negatívne, vyvolať v nich možno pocit strachu a byť tak potencionálnym zdrojom stresu. Preto je dôležité nájsť spôsob, ako sa vyrovnáť s danými pocitmi, riešiť situáciu, aby im nebránila v získavaní nových informácií a plnení povinností.

Zhrnutie

Povolanie pôrodnej asistentky prináša so sebou mnoho záťažových situácií, ktoré vyplývajú z charakteru a náplne jej práce.

Priprava študenta tohto výnimočného povolania, preto zahŕňa nielen množstvo hodín strávených nad knihami ich čítaním, vyhľadávaním, študovaním, ale aj časom venovaným a stráveným v nemocnici počas klinickej praxe, kde sa študent stretáva a prichádza do kontaktu s rôznymi záťažovými situáciami. Stres vyplývajúci z klinického prostredia, môže brániť študentom v získavaní nenahraditeľných skúseností, formovaní vlastnej osobnosti, ale najmä v pomáhajú a poskytovaní pomoci tým, ktorí to potrebujú. Realizovanie podporných stretnutí a výučby zameranej na zvládanie stresovej záťaže môže študenta pripraviť byť plnohodnotným členom ošetrovateľského tímu a schopným plniť si svoje poslanie.

Zoznam bibliografických odkazov

- BÁNOVČINOVÁ, Ľ. a L. DOBŠOVIČOVÁ, 2017. Prevencia vzniku syndrómu vyhorenia v pôrodnej asistencii. In: *Ošetrovatelstvo a pôrodná asistencia. Časopis slovenskej komory sestier a pôrodných asistentiek* [online]. Roč. 5, č. 1, s. 52-56. [cit. 2019-12-27]. ISSN 1339-5920. Dostupné z: <http://www.sksapa.sk/casopis/0117/mobile/index.html#p=2>
- BARTOŠÍKOVÁ, I., 2006. *O syndromu vyhoření pro zdravotní sestry*. 1. vyd. Brno: NCO NZO. ISBN 978-80-7013-439-9.
- DOUCHA, M., 2014. Konfrontace porodní asistentky se smrtí. In: *Zdravotnictví a medicína* [online]. [cit. 2019-12-28]. Dostupné z: <https://zdravi.euro.cz/clanek/konfrontace-porodni-asistentky-se-smrti-476503>
- ELIAŠOVÁ, A. a V. ZÁVODNÁ, 2012. *Dejiny pôrodnej asistencie*. Prešov. ISBN 978-80-555-0569-5. Fakulta zdravotníckych odborov. [online]. [cit. 2020-03-06]. Dostupné z: <https://www.unipo.sk/fakulta-zdravotnictva/kpas-new/>
- FONTANA, D., 2016. *Stres v práci a v živote: jak ho pochopit a zvládat*. Praha: Portál. ISBN 978-80-626-1033-7.
- Informácie o štúdiu na akademický rok 2019/2020. [online]. [cit. 2020-03-05]. Dostupné z: [https://www.unipo.sk/public/media/35270/Inform%C3%A1cia%20o%20C5%A1tudiu%20na%20ak.%20rok%202019-2020%20\(1\).pdf](https://www.unipo.sk/public/media/35270/Inform%C3%A1cia%20o%20C5%A1tudiu%20na%20ak.%20rok%202019-2020%20(1).pdf)
- KOMAČEKOVÁ, D., 2009. Fyzická a psychická záťaž pri poskytovaní ošetrovateľskej péče- prevence, ochrana a podpora zdravia sestry. In: *Zdravotnictví a medicína* [online]. [cit. 2019-12-27]. Dostupné z: <https://zdravi.euro.cz/clanek/sestra/fyzicka-a-psychicka-zatez-pri-poskytovani-osetrovatelske-pece-pr-435429>
- KOMAČEKOVÁ, D., 2012. Fyzická a psychická záťaž pri poskytovaní ošetrovateľskej starostlivosti (prevencia, ochrana, a podpora zdravia sestry). In: *Prohuman. Vedecko-odborný interdisciplinárny recenzovaný časopis, zameraný na oblasť spoločenských, sociálnych a humanitných vied* [online]. [cit. 2019-12-19]. Dostupné z: <https://www.prohuman.sk/psychologia/fyzicka-a-psychicka-zataz-pri-poskytovani-osetrovateľskej-starostlivosti-prevencia-ochrana-a-podpora-zdravia-sestry>
- KRASKA-LŮDECKE, K., 2007. *Nejlepší techniky proti stresu*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, s. 116. ISBN 987-80-247-1833-0.
- KŘIVOHLAVÝ, J., 2010. *Sestra a stres*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, s. 29-30. ISBN 978-80-247-3149-0.
- LORENZ, A., 2015. Ergonomie v práci porodní asistentky. In: *Zdravotnictví a medicína* [online]. [cit. 2019-12-27]. Dostupné z: <https://zdravi.euro.cz/clanek/ergonomie-v-praci-porodni-asistentky-478392>
- OBROČNÍKOVÁ, A. a L. MAJERNÍKOVÁ, 2018. *Analýza pracovnej záťaže sestier*. 1. vyd. Prešov: Fakulta zdravotníckych odborov PU v Prešove, s. 8. ISBN 987-80-555-1975-3.
- PLEVOVÁ, I. a kol., 2011. *Ošetrovatelství I*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-3557-3.
- SCHLOSSEROVÁ, A. a kol., 2017. *Záznamník klinickej praxe pre 1. ročník odboru pôrodná asistencia*. 1. vyd. Prešovská univerzita v Prešove, Fakulta zdravotníckych odborov, s. 7. ISBN 978-80-555-1785-8.
- STOCK, Ch., 2010. *Syndrom vyhoření a jak je zvládnout*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-3553-5.
- ŠTROMEROVÁ, Z. a kol., 2010. *Porodní asistentkou krok za krokem praktický rádce pro porodní asistentky*. 1. vyd. Praha: Argo. ISBN 978-80-257-0324-3.

- VENGLÁŘOVÁ, M. a kol., 2011. *Sestry v nouzi. Syndrom vyhoření, mobbing, bossing*. 1 vyd. Praha: Grada Publishing, s. 50. ISBN 978-80-247-3174-2.
- Vzdelávanie sestier v klinických podmienkach*, 2015. [online]. [cit. 2020-04-15]. Dostupné z: <https://www.unipo.sk/public/media/20076/BROZURA%20LdV%20mentori.pdf>
- Vyhláška MZ SR č. 95/2018 Z. z., ktorou sa určuje rozsah ošetrovateľskej praxe poskytovanej sestrou samostatne, samostatne na základe indikácie lekára a v spolupráci s lekárom a rozsah praxe pôrodnej asistencie poskytovanej pôrodnou asistentkou samostatne.

PhDr. Mgr. Alena Schlosserová, PhD.

Katedra pôrodnej asistencie

Fakulta zdravotníckych odborov PU v Prešove

e-mail: alena.schlosserova@unipo.sk

DOPLNENIE SLABEJ ĽUDSKEJ VÔLE A ROZUMU BOŽOU BLAHODAŤOU

Viliam Kimák

Abstrakt: Tento článok skúma slabosť ľudskej vôle a rozumu. Poukazuje na to, že ľudská vôľa a rozum sú slabé, a preto potrebujú doplnenie Božími energiami, čiže Božou blahodaťou. Výsledkom práce je poznanie toho, že hriešny človek bez Boha nemôže tvoriť dobro v jeho skutočnej podstate a čistote. Zároveň zisťujeme, že človek doplnený Božími energiami cez modlitbu a pokánie začína byť skutočne dobrým človekom v Christovej Pravoslávnej cirkvi.

Kľúčové slová: Boh, blahodať, energie, vôľa, rozum, modlitba, pokánie, hriech

Abstract: The article examines the weakness of human's will and reason. It points out that human's will and reason are weak, and that is the reason why they need to be supplemented by God's energies, or God's mercy. The result of the work is the knowledge that a sinful man without God cannot create the good in its true nature and purity. At the same time, we find out that man, supplemented by God's energies through prayer and repentance, starts to be a truly good person in Christ's Orthodox Church.

Key words: God, mercy, energies, will, reason, prayer, repentance, sin

Lebo blahodaťou ste spasení skrze vieru. A to nie sami zo seba, je to dar Boží ... (Ef. 2,8).

Na začiatok si zoberieme príklad slnka. Podstatou slnka je ohnivá masa, ktorú vidíme a energie slnka sú svetlo a teplo, ktoré k nám prichádzajú. Nemôžeme sa dotknúť tejto ohnivej masy, ktorú predstavuje slnko, no cítime jeho energie. Energiu svetla, ktorá nám dáva deň a energiu tepla, ktorá nás hreje. Tieto slová o slnku nám majú pomôcť pochopiť Božie energie (blahodať), ktoré nás duchovne osvetľujú a hrejú a bez ktorých nemôžeme tvoriť nič (Афанасий 2013).

Vidíme, že tak ako sa človek nemôže dotknúť podstaty Boha, nemôže sa dotknúť slnka, ktoré ho spáli. No môže využívať energie Božie tak, ako energie slnka, no musí sa im vystaviť a využívať ich dobro vo svojom živote. Ak sa človek nevystaví slnku, nemôže od neho prijať energiu a takisto, ak sa človek nevystaví Hospodinu Bohu, nemôže prijímať od Neho blahodať a tvoriť dobré skutky.

Ľudský rozum a vôľa majú nedostatky v tvorení dobrých skutkov. Tieto nedostatky môžu byť doplnené vplyvom Božej blahodate v spolupráci s Bohom. No v takejto spolupráci, respektíve spolužití s Bohom v jeho blahodati, sa na-

chádza človek vtedy, ak je jeho život v pokání a v modlitbách k Bohu. Svätý Maxím Ispovedník hovorí: „Človek má dva krídla – slobodu a blahodať. Dobré skutky do nás vkladá Boh, On ich vkladá do ľudského srdca a človeku patrí pracovitosť a poť“ (CABBA 2001, s. 75).

„Pretože ľudská vôľa a rozum sú slabé, nemajú síl bojovať s hriechom. No pokáním a vyplňaním božích prikázaní cez modlitbu sa ľudská vôľa posilňuje blahodaťou Božou a vtedy človek poráža hriech. Je známe, že tejto skutočnosti pomáhajú aj modlitby blízkyh“ (CABBA 2001, s. 75).

Ak sa zamyslíme nad vyššie uvedenými slovami zistíme, že bez Boha a jeho energií človek nie je schopný tvoriť dobro. Mnohokrát sa stretávame s vyjadreniami napr.: „Ja sa nepotrebujem modliť, postiť, obmedzovať nejakými Božími prikázaniami, respektíve poslušnosťou Bohu. Veď som dobrý človek.“ No vidíme, že to tak nie je.

„Božia blahodať ide k tomu, kto ju hľadá. Nedá sa vymôcť, no pre jej získavanie je potrebné nad sebou pracovať. No kto sa núti na tesnú, úzku cestu, ona (blahodať) hneď z prvých minút prichádza na pomoc. Uvedieme si príklad. Človek sa potrebuje dostať do výšky piatich kilometrov, no nemá ani fyzické ani duchovné sily, len na jeden kilometer. Predsa len nech pokračuje, lebo ak je v správnej spolupráci s Bohom, ďalej ho ponesie Božia blahodať“ (CABBA 2001, s. 75). Ona príde na pomoc a doplní sily.

Schimonachiňa Ardalijona hovorí:

„Pri práci nad sebou niekedy pociťujem slabosť, slabosť všetkých vonkajších prejavov a zároveň aj svojich duchovných síl. Až som neraz pociťovala únavu a beznádej...“

Uvedomujúc si svoj nemocný stav duše, pochopila som, že sa nemôžem nádejať na nič svoje a že nič moje mi nepomôže v mojej nedokonalosti. Preto svojou prirodzenosťou verím, že Hospodin, len On a sila Jeho blahodate ma môže zachrániť, osvietiť, očistiť a naplniť moju dušu. A táto sila bude Jeho sila, ktorá vo mne pôsobí a nie moja. Ja a všetko moje navždy ostane nemocné bez života a zároveň mi nepomôže“ (CABBA 2001, s. 76). Z týchto slov vidíme, že bez Božej prozreteľnosti a pomoci človek vo všeobecnosti nemôže spraviť nič dobré. Môžeme povedať, že príčinou väčšieho alebo menšieho daru blahodati Božej je Božia znalosť ako bude človek nakladať s touto blahodaťou.

Už aj keď je v človeku malá blahodať, človek pociťuje pokoj a má v sebe lásku ku všetkým. No a keď je blahodati viac, v duši je svetlo a veľká radosť a keď ešte viac, tak aj telo pociťuje blahodať Svätého Ducha (CABBA 2001).

Ako získať blahodať

Starec Siluan hovorí: „Aby mal človek blahodať, je povinný mať vo všetkom zdržanlivosť. V pocitoch, v slovách, v pohľadoch, v myšlienkach, v jedle... Aby bol poslušný, nesúdil a chránil svoj um a srdce od zlých myšlienok. Zamýšľajúc sa, že všetci sú dobrí a Boh ich ľúbi. Za takého pokorného myšlienky bude žiť v tebe blahodať Svätého Ducha a budeš vraviť, že Hospodin je milostivý“ (Савва 2001, s. 76).

Chráňte Božiu blahodať, s ňou sa ľahko žije. Všetko sa robí ľahko s Bohom, všetko je milé a radostné. Duša je spokojná s Bohom a prechádza sa akoby v záhrade, v ktorej žije Hospodin a Božia matka. Hnev, samochvála, nadutosť, odsudzovanie blížneho odháňajú blahodať Svätého Ducha (Савва 2001).

To, čo bolo vyššie povedané, je cesta pre kresťana, ktorý často trpí rozdvojením vôle a ktorý nemá sil nazeráť na svoje vysoké kresťanské ciele.

Starec Pajsij Svätohorský hovorí: „Ten, kto sa vzdialuje od Boha, ponúka sa diabolskému vplyvu a ten, kto žije blízko Hospodina, prijíma Božiu blahodať“ (Паисий 2009, s. 29).

K týmto slovám je dôležité povedať, že žiť s Bohom neznamená žiť s Ním podľa vlastných predstáv a úsudkov. Pretože človek, ktorý si sám tvorí svoje hranice a ciele, je žiaľ ďaleko od Boha a nemôže tvoriť nič dobré. Formovať náš život má čistá viera v Hospodina Boha, ktorá nasleduje Sväté písmo, modlitby, askézu, duchovné kánony a pravidlá z lásky k Bohu a blížnym. Takáto viera sa v dnešnom svete nazýva Pravoslávna a nositeľkou tejto viery je cirkev, ktorú založil Spasiteľ Isus Christos – cirkev Pravoslávna. V nej môže človek a ľudstvo žiť s Bohom v Jeho blahodati.

„Lebo zjavila sa Božia blahodať, spásonosná všetkým ľuďom, vychovávajúca nás, aby sme sa odriekli bezbožnosti a svetských žiadostí a mierne, spravodlivo a pobožne žili na tomto svete...“ (Tit 2,11-12).

Apoštol v tomto liste radí ako žiť starým aj mladým. Hovorí o ženách aj mužoch, aby boli vo svojich životoch striedmi. Zároveň ich vyzýva, aby učenie Hospodina Boha skrášľovali svojim dobrým životom. Chce od nich vysokú kvalitu duchovného života, a to preto, lebo nám bola zjavená a daná blahodať (Феофилакт 2006).

Pre nás ľudí je dôležité pamätať si, že bez Božej blahodate sú nám blízke vaše a hriech. Hoci aj tvoríme niečo dobré, treba pamätať, že je to od Boha. Zároveň, ak sme spravili nejaké hlúposti vieme, že oni sú nám blízke. A práve pre tieto hlúposti od nás odchádza Božia blahodať a na nič nie sme súci. Kto v telesnom živote príde o kyslík, umiera. Tak je to aj v duchovnom živote. Hneď ako od nás Hospodin Boh zoberie svoju blahodať je nám koniec. Človek má

len jedno – silu svojej vôle a v závislosti od nej Hospodin Boh človeku pomáha. Preto všetko dobro, ktoré máme, je Boží dar. Naše skutky nestoja nič a naše cnosti sú samé o sebe nulové. No i napriek tomu sa nám treba snažiť, snažiť k nulám pridávať ďalšie nuly a prosiť Isusa Christa, aby pred tieto nuly postavil jednotku, a tak duchovne zbohatneme. No keď Hospodin nepostaví pred nuly jednotku, tak všetka naša snaha prepadne (Паисий 2009).

Ak sa zamyslíme nad týmito slovami, nájdeme v prírode a v živote okolo nás mnoho príkladov ako pochopiť danú skutočnosť. Napríklad drevo. Drevo je samo o sebe veľmi dobrý materiál v rôznych smeroch – má rôzne dobré vlastnosti, ktoré môže majster využiť. Samo osebe niekde naskladané, už v stave hranolov alebo dosák je viac menej nulové. No, keď príde majster, zoberie ho a vloží svojou snahou a pracovitosťou pred ten jeho nulový stav jednotku – jednotku, ktorá znamená, že vytvorí z neho dobré dielo, napríklad lavicu na odpočinok pre okoloidúcich, vtedy ma to drevo veľký význam. S človekom a Bohom je to podobné, no nie je to to isté, pretože človek je rozumný tvor. A preto, aby s ním mohol Boh niečo tvoriť prostredníctvom svojej blahodäte, musí to človek chcieť z vlastnej vôle a spolupracovať s Hospodinom Bohom.

Sväté Písmo – slnko Božej blahodäte

„Vy mňa doživotne odsúdeného pochováate do tmavej väznice, no mám jednu prosbu a prosím Vás, aby ste ju splnili“, povedal väzeň svojím tvrdým sudcom.

„Chcete podať odvolanie?“

„Nie!“

„Chcete, aby sa Vám skrátil trest?“

„Nie!“

„Chcete, aby Vám bolo dovolené sa každý mesiac stretávať s rodinou?“

„Nie!“

„Tak čo chcete?“

„Chcem byť tu do svojej smrti, no prosím Vás, dajte mi Svätú Bibliu.“

Bibliu mu dali a zatvorili ho na celý život do surového podzemia. Prešiel rok a prišli k nemu na kontrolu. No nespoznávali ho. Spočiatku červená mladá tvár bola bledá ako biele plátno, líca boli padnuté, oči boli ešte väčšie ako predtým, no žiarila s nich akási neprekonateľná nová sila. Sám väzeň vyschol ako kostra.

„Je Vám tu zle?“ opýtali sa ho.

„Nie, je mi dobre.“

„Na koho a načo sa chcete poťažovať?“

„Sťažnosti nemám žiadne.“

„Máte nejakú prosbu?“

„Áno.“

„Povedzte nám ju, budeme sa snažiť Vám ju splniť.“

Popozerajúc svojimi okrúhlymi odkvitnutými očami na vysoko postavené zamrežované okná, cez ktoré len trošku prechádzalo svetlo, hlboko si vzdychol a povedal: „Prosím Vás, dajte mi trochu viac svetla.“

Biedny mladý väzeň, čítal Svätú Bibliu vo väzničnej temnote a začínal prichádzať o zrak. A prísť o čítanie Svätej Knihy bolo preňho rovnajúce sa smrti. Jeho prosba bola splnená. V jeho temnej cele bolo trochu svetlejšie. Sladké slovo Božie bolo znovu dostupné k čítaniu. Prichádzali k nemu ešte niekoľkokrát. A on vädol každým rokom, mesiacom a dňom.

Do svojej smrti uňho viac nebolo nijakých prosieb. Bolo mu dobre, pretože s ním bolo Sväté Evanjelium. A keď prišli k nemu posledný raz, ležal na surovej zemi a hlava pozerala dohora bez života. Svätá Biblia ležala na jeho chudej hrudi, až to vyzeralo, akoby ho zadusila. No tvár pritom nevykazovala žiadne muky. Tvár bola spokojná, krotká a nezvyčajne svetlá. A na tenkých perách žiaril úsmev (Тихон 1974).

My máme svetla dosť, ale sväté Evanjelium čítať nevieme a nechceme sa naučiť. No lepšie by nám bolo prísť o svetlo slnečné a získať svetlo Evanjeliové (Тихон 1974).

Vidíme akú blahodať dalo čítanie Svätého Písma väzňovi, ktorý dokázal žiť pokorne v ťažkých podmienkach s Hospodinom Bohom. Preto sa zamyslíme, či by sme nemali preukázať viac snahy a využívať svetelnú energiu na čítanie Evanjelia, sv. Otcov a životov Svätých, prostredníctvom ktorých by sme mohli pokoriť svoje hrdé životy pred nášho Spasiteľa.

Záver

Človek sa pýta seba: „Blahodať, blahodať – a čo to vlastne je? Vo mne možno je, no ani neviem čo to je?“ A je v nás blahodať? Túto otázku si kladú mnohí ľudia.

Človek môže ľahko zistiť, či v ňom blahodať prebýva alebo nie. Ako? Podľa plodov.

Nemôžeme mať blahodať a byť pochmúrni, mať zamotanú hlavu, byť plní špiny, zlostní a nachádzať sa v chaose. V takomto človeku nemôže byť Božia blahodať.

Božia blahodať má plody Ducha Svätého, o ktorých hovorí aj apoštol Pavel ako o plodoch blahodäte a pokoja. Čiže, keď je v človeku prítomná blahodať, je v ňom pokoj. Pokoj v duši, v srdci aj v tele – jednoducho pokojný človek. Vďaka

týmto plodom človek túto blahodať vo svojom živote pociťuje. Ako hovoria otcovia o žene, ktorá je tehotná a chápe, že sa v jej útrobe nachádza druhý človek kvôli jeho pohybu. Tak aj blahodať človek v sebe cíti a vie, že to nie je niečo jeho vlastné, ale dar Božích energií (Афанасий 2013).

Mnohokrát sa vo svojom živote pýtame, či ísť na nejaké miesto, napr. na diskotéku je hriech alebo tvoriť nejakú činnosť, napríklad fajčiť, či je hriech. Vždy si v takýchto situáciách treba položiť otázku: Ak sme na takýchto miestach alebo tvoríme tieto činnosti, je s nami Boh? Respektíve, či ho cítime. Ak je odpoveďou nie, znamená to, že to nemáme robiť, pretože sa od nás vzdialuje Božia blahodať. Práve naopak, máme robiť činnosti, pri ktorých Hospodina Boha cítime a On nám posielá blahodať svojich energií (Афанасий 2013).

Zoznam bibliografických odkazov

- ТИХОН (АГРИКОВ), архимандрит, 1970. *Духовное наследие старцев нашего времени с Евангелиемъ*.
- АФАНАСИЙ, Митрополит Лимассольский, 2013. *О Благодати Божией* [online]. [cit. 2020-10-05]. Dostupné z: <https://www.pravoslavie.ru/58777.html>
- ФЕОФИЛАКТ, Б., блаженный, 2006. *Благовестник*. Том 3. Киево Печерская Лавра.
- ПАИСИЙ, С., старец, 2009. *Алфавит духовный старца Паисия Святогорца*. Москва. ISBN 5-98317-115-1.
- САВВА, схиигумен, 2001. *Опыт построения истинного мирозерцания*. Полтавская епархия.

Mgr. Viliam Kimák

Katedra biblických náuk

Pravoslávna bohoslovecká fakulta PU v Prešove

e-mail: viliam.kimak@mail.unipo.sk

Sociálna a duchovná revue

vedecký recenzovaný časopis o aktuálnych
sociálnych a duchovných otázkach
– október 2020 –

Redakčná rada:

prof. PhDr. Tomáš Hangoni, PhD. (predseda)

Dr.h.c. prof. PhDr. Peter Kónya, PhD.
Dr.h.c. prof. ThDr. Radim Pulec - Kryštof, PhD.
prof. ThDr. Peter Kormaník, PhD.
prof. PhDr. Beáta Balogová, PhD.
prof. ThDr. Vasilij Sadvarij
prof. PhDr. Mária Machalová, CSc.
prof. dr hab. Andrzej Lipczyński
prof. ThDr. Alexander Cap, CSc.
prof. ThDr. Ján Šafin, PhD.
Dr hab. Małgorzata Duda, prof. UPJPII
prof. PhDr. Jaroslav Veteška, Ph.D., MBA
doc. ThDr. Ján Husár, PhD.

prof. ucz. dr hab. Krzysztof Rejman
doc. ThDr. Václav Ježek, PhD. et PhD.
doc. PaedDr. Lenka Pasternáková, PhD., MBA
doc. ThDr. Štefan Pružinský, PhD.
Dr hab. Beata Szulz, prof. UR
doc. ThDr. Štefan Šak, PhD.
doc. ThDr. Miroslav Župina, PhD.
PhDr. Andrej Nikulin, PhD.
doc. PhDr. Bohuslav Kuzyšin, PhD.
doc. PhDr. Maroš Šip, PhD.
ThDr. Vladimír Kocvár, PhD.
PaedDr. Mária Zahatňanská, PhD.

Hlavný redaktor: doc. PhDr. Maroš Šip, PhD.

Recenzenti: doc. PaedDr. Lenka Pasternáková, PhD., MBA
doc. PhDr. Bohuslav Kuzyšin, PhD.

Technický redaktor: Peter Szombathy

Výkonná redaktorka: Mgr. et Mgr. Martina Šipová, PhD.

Na obálke: Jeseň v Národnom parku Poloniny: Simona Šipová

Za jazykovú stránku príspevkov zodpovedajú autori.

Nevyžiadané rukopisy a fotografie redakcia nevracia.

Prosíme vážených prispievateľov, aby príspevky zasielali nasledovne:

1. číslo: do 15. mája – 2. číslo: do 15. októbra

Vychádza 2x ročne

Kontakt: sadrevue@gmail.com



VYDAVATELSTVO
PREŠOVSKÉJ
UNIVERZITY

Vydavateľ: Vydavateľstvo Prešovskej univerzity v Prešove,

Ul. 17. novembra 15, 080 01 Prešov

IČO 17 070 775

Časopis zaregistrovaný MK SR pod č. EV 4183/10

ISSN 1338-290X

Pravoslávna bohoslovecká fakulta Prešovskej univerzity v Prešove



V tomto čísle nájdete:

- ▶ **EDUKAČNÉ SOCIÁLNE PORADENSTVO
– KONCEPT A UPLATNENIE V SOCIÁLNEJ PRÁCI**
- ▶ **ŠPECIFIKÁ KOMUNIKÁCIE SO SPOLOČENSKY NEPRISPÔSOBIVÝM KLIENTOM**
 - ▶ **PODPORA MATKY PO (PERINATÁLNEJ STRATE) STRATE DIEŤAŤA**
 - ▶ **VÝZNAM KVALITY ŽIVOTA V STAROBE**
 - ▶ **KLINICKÝ STRES V PÔRODNEJ ASISTENCII**