

# Odlahčovacia služba a dôležitosť jej využívania príbuznými osôb s duševnou poruchou

Kováčiková Ž.

Bratislava, Slovenská republika

## | Abstrakt

Témou práce je odlahčovacia služba, ktorú v súčasnosti na Slovensku celkovo využíva len veľmi malý počet fyzických osôb, opatrujúcich fyzickú osobu s ťažkým zdravotným postihnutím. Odlahčovacia služba bola na Slovensku zavedená do Zákona č. 448/2008 o sociálnych službách v roku 2009. Jej cieľom je umožniť fyzickej osobe, ktorá opatruje, nevyhnutný odpočinok na účel udržania jej fyzického zdravia a duševného zdravia a prevencie jeho zhoršenia. Hlavným cieľom tejto práce je poukázať na dôležitosť odlahčovacej služby pre špecifickú cieľovú skupinu – pre príbuzných, ktorí žijú v spoločnej domácnosti s členom, ktorý má duševnú poruchu. Títo príbuzní síce neopatrujú svojho člena rodiny s duševnou poruchou, avšak zo starostlivosti o neho sú veľmi vyčerpaní, pretože aj oni sami sa ocitajú v záťažovej situácii, s ktorou sa potrebujú vyrovnáť. Aj u nich sa nahromadí veľa emócií, súvisiacich nielen s ochorením svojho príbuzného, ale aj s danou situáciou v rodine. Ich problémom a potrebám sa nevenuje taká pozornosť, ako samotnému chorému. Zatiaľ, čo pri iných ochoreniach príbuzní osôb s ťažkým zdravotným postihnutím dostávajú podporu z okolia, aby prekonalí záťažovú životnú situáciu, príbuzní osôb s duševnou poruchou musia čeliť pocitom hanby, viny a predsudkom zo strany spoločnosti, čo prispieva k ešte väčšej náročnosti tejto situácie. Motiváciou k napísaniu práce sú naše osobné skúsenosti z praxe - príbuzní, ktorí žijú v spoločnej domácnosti s osobou s duševnou poruchou, by mali dostať podporu od spoločnosti, napr. prostredníctvom odlahčovacích služieb a respitnej (úľavovej, oddychovej) starostlivosti, ktoré sú v zahraničí využívané vo väčšom rozsahu.

V teoretickej časti práce chceme odlahčovaciu službu predstaviť, vysvetliť a zviditeľniť, zvýšiť povedomie o dôležitosti využívania odlahčovacej služby, a tým zväčšiť okruh záujemcov o jej využívanie príbuznými osôb s duševnou poruchou. Príspevok doplníme konkrétnym príkladom z praxe z rozhovoru s matkou dospelého prijímateľa sociálnej služby, ktorá žije spoločne so svojim synom, ktorý má duševnú poruchu, v spoločnej domácnosti. Po formálnej stránke sme zvolili spracovanie práce prostredníctvom koncepcie IMRAD.

V empirickej časti sa zameriavame na špecifickú cieľovú skupinu - príbuzných, ktorí žijú v spoločnej domácnosti s osobou s duševnou poruchou. Cieľom empirickej časti práce je zistiť, do akej miery sú osoby, ktoré opatrujú svojich príbuzných s duševnou poruchou, oboznámené s možnosťami pomoci, potrebnej pri tejto náročnej práci, s dôrazom na poznatky o odlahčovacej službe, ich informovanosti o tejto možnosti pomoci, ako aj zmapovanie jej využitia v reálnej praxi. Z kvantitatívnych metód sme zvolili techniku dotazníka ako nástroja na získavanie primárnych údajov. Dotazník vyplnilo spolu 131 respondentov - príbuzných osôb s duševnou poruchou. Výsledky výskumu je teda treba považovať len za informatívne, ale prezentované výsledky ukázali, že informácie o odlahčovacej službe malo 40,5% opýtaných žijúcich v obciach a iba 22,3% respondentov pochádzajúcich z miest. Okrem toho sme zistili, že odlahčovaciu službu vôbec nepozná až 77,7% oslovených osôb v mestách a viac než polovica (59,5%) respondentov žijúcich na vidieku. Zistené výsledky považujeme za negatívne a myslíme si, že je veľmi potrebné poskytnúť tieto dôležité informácie nielen osobám, ktoré opatrujú osoby s duševnou poruchou, ale aj profesionálom z radov pomáhajúcich profesií, ktorí prispievajú k ich odbornej starostlivosti.

**Kľúčové slová:** odlahčovacia služba, duševné poruchy, príbuzní, úzkosť, záťaž, domáce prostredie

# Odl'ahčovacia služba a dôležitosť jej využívania príbuznými osôb s duševnou poruchou

Kováčiková Ž.

Bratislava, Slovenská republika

## | Úvod

### Stručný historický vývoj a definície odl'ahčovacej služby

Pre tých, ktorí sa starajú o svojich príbuzných v domácom prostredí, je určený pomerne nový druh sociálnej služby, tzv. odl'ahčovacia služba. V zahraničí sa pre ňu používa termín „respite care“ alebo „respite service“ (anglický termín pravdepodobne pochádza z latinského slova „respicere“ – odpočívať) a popri osobnej asistencii je najviac využívanou službou.

„Odl'ahčovacie služby (respitná starostlivosť) predstavujú predovšetkým pomoc rodinám, ktoré sa celoročne starajú o dieťa alebo iného člena s postihnutím, pri zvládaní tejto starostlivosti. Cieľom je umožniť rodičom odpočinúť si na určitú dobu od tejto starostlivosti a nabráť nové sily alebo im poskytnúť čas na vybavenie si osobných záležitostí a pod. Služby sú poskytované vo forme návštevy pracovníka v rodine alebo formou krátkodobých pobytov dieťaťa mimo rodinu, tiež napr. sprevádzaním dieťaťa do školy. Ide o alternatívu dlhodobých pobytových služieb v ústavných zariadeniach. Túto službu ponúka množstvo subjektov, väčšinou ide o doplnkovú službu k ďalším aktivitám pri rôznych ústavných zariadeniach, centrách denných služieb, denných stacionároch pre postihnutých a pod.“ (Matoušek, O., Koláčková, J., Kodymová, P. 2005, s. 48).

Respitná (odl'ahčovacia) starostlivosť ponúka osobám, ktoré opatrujú osobu s ťažkým zdravotným postihnutím, akýsi záskok vyškoleným pracovníkom alebo asistentom na určitý čas. „Opatrovateľ má tak možnosť vybaviť si svoje osobné záležitosti, navštíviť lekára, nakúpiť si, venovať sa svojim záľubám, navštíviť svojich priateľov alebo si iba odpočinúť. Taktiež sa ponúka možnosť voľného času pre tak potrebnú dovolenku alebo absolvovanie kúpeľného pobytu. Ide o nezastupiteľnú formu podpory rodinnej domácej starostlivosti.“ (Šafránková, P. 2002, s. 252). Absencia tejto podpory môže viesť k umiestneniu postihnutého do ústavnej starostlivosti. Využitie respitnej starostlivosti sa okrem iného pozitívne odrazí na psychickom a fyzickom zdraví a na kvalite života opatrovateľa a celej jeho rodiny. (Šafránková, P. 2002).

### Slovenská legislatíva a odl'ahčovacia služba

Na Slovensku bola odl'ahčovacia služba zavedená do Zákona o sociálnych službách v roku 2009 (§54 Zákona č. 448/2008 o sociálnych službách a o zmene a doplnení zákona č. 445/1991 Zb. o živnostenskom podnikaní (živnostenský zákon) v znení neskorších predpisov. V súčasnosti ju u nás celkovo využíva len veľmi malý počet fyzických osôb, starajúcich sa o svojho chorého príbuzného.

*„(1) Odl'ahčovacia služba je sociálna služba poskytovaná fyzickej osobe, ktorá opatruje fyzickú osobu s ťažkým zdravotným postihnutím podľa osobitného predpisu (ďalej len „fyzická osoba, ktorá opatruje“), ktorou sa poskytuje alebo zabezpečuje fyzickej osobe s ťažkým zdravotným postihnutím sociálna služba počas obdobia, v ktorom fyzická osoba, ktorá opatruje, nemôže opatrovanie vykonávať.*

*(2) Cieľom odl'ahčovacej služby je umožniť fyzickej osobe, ktorá opatruje, nevyhnutný odpočinok na účel udržania jej fyzického zdravia a duševného zdravia a prevencie jeho zhoršenia.*

*(3) Odl'ahčovacia služba sa poskytuje na celé dni, najviac 30 dní v kalendárnom roku. Nevyčerpané dni odl'ahčovacej služby v kalendárnom roku nemožno poskytnúť v nasledujúcom kalendárnom roku. Počas poskytovania odl'ahčovacej služby je obec povinná v rámci svojej pôsobnosti poskytnúť alebo zabezpečiť fyzickej osobe s ťažkým zdravotným postihnutím sociálnu službu podľa jej výberu, a to terénnu formu sociálnej služby, ambulantnú sociálnu službu alebo pobytovú sociálnu službu v rozsahu najmenej 12 hodín denne. Podmienka odkázanosti fyzickej osoby s ťažkým zdravotným postihnutím na sociálnu službu sa na účely poskytnutia sociálnej služby z dôvodu uvedeného v odseku 1 považuje za splnenú na základe posudku vydaného príslušným úradom práce, sociálnych vecí a rodiny.*

*(4) Ak fyzická osoba poberá peňažný príspevok na opatrovanie len za časť kalendárneho roka, poskytuje sa jej odl'ahčovacia služba v pomernej časti z rozsahu dní uvedených v odseku 3. Pri určení pomernej časti sa aj časť dňa považuje za celý deň.*

*(5) Súčasťou pomoci, ktorá sa poskytuje fyzickej osobe odkázanej na pomoc inej fyzickej osoby v rámci odl'ahčovacej služby terénnou formou sociálnej služby, je aj poskytovanie úkonov starostlivosti o jej domácnosť a zabezpečenie základných sociálnych aktivít podľa prílohy č. 4 časti II a III.“ (Zákon č. 448/2008 o sociálnych službách).*

# Odl'ahčovacia služba a dôležitosť jej využívania príbuznými osôb s duševnou poruchou

Kováčiková Ž.

Bratislava, Slovenská republika

## Popis situácie u príbuzných osôb s duševnou poruchou

„Pri starostlivosti o osoby s duševným ochorením odborníci často narážajú na problémy v spolupráci s príbuznými týchto osôb, ktorá by mala byť zameraná predovšetkým na pozitívne ovplyvnenie psychického stavu pacienta“. (Čaplová a Fleischer, 1997, Košč, 1997 In Kočibalová, 2005, s. 7). „Keď sa však na situáciu pozrieme z hľadiska príbuzných, zistíme, že oni sami sa ocitajú v záťažovej situácii, ktorá so sebou prináša rôzne reakcie a následné spôsoby zvládania. Často ide o dlhodobý proces vyrovnávania sa s duševným ochorením člena rodiny, pri ktorom príbuzní potrebujú pochopenie zo strany odborníkov“. (Pejlert, 2001, Howard, 1998, Knudson a Coyle, 2002 In Kočibalová, 2005, s. 7).

Vážny zdravotný problém alebo ochorenie blízkeho človeka je náročnou, záťažovou situáciou, ktorá neovplyvňuje len život chorého, ale zasahuje aj do života celej rodiny, pretože aj rodinní príslušníci sa sami ocitajú v záťažovej situácii, s ktorou sa potrebujú vyrovnáť. Aj u nich sa nahromadí veľa emócií, súvisiacich nielen s ochorením, ale aj s danou situáciou v rodine. Ich problémom a potrebám sa stále nevenuje taká pozornosť, ako samotnému chorému. Príbuzní duševne chorého sú špecifickou cieľovou skupinou. Zatiaľ čo pri iných ochoreniach príbuzní dostávajú podporu z okolia, aby prekonalí to najhoršie, príbuzní duševne chorých musia čeliť pocitom úzkosti, hanby a viny a predsudkom zo strany spoločnosti, čo prispieva k náročnosti tejto situácie. Táto skutočnosť je náročná najmä pre rodičov dospelých detí, alebo už dospelých detí, ktoré ochoreli na schizofréniu. (Kočibalová, 2005).

Ako vyplynulo zo skúseností dlhoročnej klinickej psychologičky, PhDr. Zlatici Bartíkovej, ktorá viedla stretnutia OPORY (OPORA - OZ príbuzných a priateľov ľudí s duševným ochorením), keď rodičia alebo príbuzní načerpajú energiu pre seba, môžu byť nápomocnejší pre svojho člena rodiny. Keď si oddýchnu, skôr predídu syndrómu vyhorenia. Aj rodičia a príbuzní sú zodpovední za to, aby sa postarali o svoje potreby – ak sa budú iba sťažovať, že sa obetovali pre svojho člena rodiny, môžu voči svojmu blízkeму (dieťaťu) vysielat' dvojité signály – na jednej strane starostlivosť a na druhej strane zároveň skrytý hnev, nespokojnosť, čo dieťaťu môže škodiť. Zároveň ho tým môžu posilňovať v závislej pozícii.

V zahraničí bola skúmaná záťaž ošetrovujúcich osôb, ktoré sa starali o osoby s duševnými poruchami. Hlavnú zodpovednosť za takúto starostlivosť nesú rodiny. U týchto opatrovateľov bol zaznamenaný vyšší výskyt duševných chorôb než u bežnej populácie, čo bolo priamym dôsledkom ich starostlivosti o duševne chorých. (Shah, A. J., Wadoo, O., Latoo, J., 2010).

## Konkrétny príklad z praxe

Považujeme za dôležité uviesť konkrétny príklad z praxe z rozhovoru s matkou dospelého, cca 40 ročného prijímateľa sociálnej služby, ktorá žije už viac ako 20 rokov po prepuknutí ochorenia spoločne so svojím synom, ktorý má duševnú poruchu, v domácom prostredí: „Pred pár rokmi som musela podstúpiť gynekologicko-urologickú operáciu. Pôvodne mal byť zákrok riešený na jednoduchovej chirurgii, ale po predoperačných vyšetreniach a zistených komplikáciách mi oznámili, že budem hospitalizovaná cca 1 týždeň. Pretože som sa nemala na koho obrátiť, aby sa za ten čas postaral o môjho syna, musela som zatelefonovať pánovi primárovi psychiatrického oddelenia a vybaviť pre môjho syna hospitalizáciu na psychiatrii. Odviezla som ho tam v pondelok a v utorok som nastúpila do nemocnice ja sama. V stredu ráno ma zoperovali a v piatok ráno ma prepustili domov. Opäť som zatelefonovala pánovi primárovi psychiatrického oddelenia a oznámila som mu, že už som síce doma, ale cítim sa veľmi vyčerpaná. Moju situáciu pochopil, a tak som si pre syna išla do nemocnice až v pondelok. Bola som veľmi šťastná, že sa to vôbec takto podarilo vybaviť a že to takto dopadlo. U nás sa však takáto situácia môže ešte hocikedy zopakovať, pretože nemám vôbec nikoho, kto by mi so starostlivosťou o syna pomohol. Keďže som sa len nedávno dozvedela o odl'ahčovacej službe, v budúcnosti by som určite uvítala takúto formu pomoci a verím, že sa ešte budem môcť dožiť zmien, vďaka ktorým by to bolo rodičom a príbuzným duševne chorých umožnené.“

# Odlahčovacia služba a dôležitosť jej využívania príbuznými osôb s duševnou poruchou

Kováčiková Ž.

Bratislava, Slovenská republika

## | Metódy

**Cieľ výskumu:** zistiť, do akej miery sú osoby, ktoré opatrujú svojich príbuzných s duševnou poruchou, oboznámené s možnosťami pomoci, potrebnej pri tejto náročnej práci, s dôrazom na poznatky o odlahčovacej službe, ich informovanosti o tejto možnosti pomoci, ako aj zmapovanie jej využitia v reálnej praxi.

### Cieľ výskumnej časti:

1. Zistiť celkovú situáciu respondentov, starajúcich sa o svojich príbuzných s duševnou poruchou
2. Zistiť, o aké druhy pomoci formou psychologickkej podpory a sociálnych služieb majú záujem a ktoré z nich aj využívajú v reálnom živote
3. Zistiť informovanosť respondentov o odlahčovacej službe, jej praktickom využití a problémoch, ktoré sa v súčasnosti pri jej realizácii vyskytujú

### Výskumné otázky

1. Koľko hodín denne sa respondenti starajú o svojho príbuzného s duševnou poruchou?
2. Pomáha im pri tejto činnosti niekto?
3. Potrebujú respondenti pri starostlivosti o svojho príbuzného s duševnou poruchou aj ďalšiu pomoc?
4. Do akej miery respondentov starostlivosť o svojho príbuzného s duševnou poruchou vyčerpáva?
5. Uvítali by možnosť psychologickkej podpory?
6. Mali by záujem o tieto stretnutia?
7. Ktoré témy by ich najviac na týchto stretnutiach zaujímali?
8. S akými úkonmi (úkony sebaobsluhy, úkony starostlivosti o domácnosť, základné sociálne aktivity) by potrebovali osoby s duševnou poruchou najčastejšie pomôcť počas neprítomnosti respondentov?
9. Mali by respondenti záujem o terénnu odlahčovaciu službu?
10. Poznajú respondenti odlahčovaciu službu?
11. Majú respondenti dostatok informácií o odlahčovacej službe?
12. Kto ich o odlahčovacej službe informoval?
13. Využili už respondenti niekedy pomoc odlahčovacej služby?
14. Stretli sa už respondenti s nejakými problémami alebo zábrami, spojenými s realizáciou odlahčovacej služby v praxi?

**Hlavná výskumná metóda:** dotazník, ktorý bol anonymný a respondentom bolo zaručené, že odpovede budú dôverné.

Dotazník obsahoval 48 otázok, z toho 10 zatvorených, 18 poloopených, 1 otvorenú a 2 škálované. Pri každej otázke bol presne uvedený možný počet odpovedí, ktoré mohli respondenti označiť.

Výskum sa uskutočňoval hlavne medzi príbuznými osôb s duševnou poruchou, ktorí sú členmi celoslovenského občianskeho združenia ODOS (Otvorme dvere, otvorme srdcia). Cieľom teda nebolo reprezentovať príbuzných osôb s duševnou poruchou z celého Slovenska, ale zachytiť kolektívne skúsenosti a základné potreby týchto rodinných príslušníkov. Získali sme 131 dotazníkov, z toho 29 dotazníkov v tlačenej podobe a 102 dotazníkov vyplnených on-line. Pre náš dotazníkový prieskum sme si zvolili zámerný výber výskumnej vzorky.

Dotazník sme rozdelili do nasledovných oblastí:

- A. Charakteristika respondentov - otázky, ktoré sa týkajú priamo respondentov (príbuzných osôb s duševnou poruchou)
- B. Charakteristika osôb s duševnou poruchou, o ktoré sa respondenti starajú
- C. Celková situácia respondentov (analýza momentálnej situácie)
- D. Možnosti pomoci respondentom
- E. Odlahčovacia služba (informovanosť a možnosti jej využitia)

Vo výskume sme si stanovili sedem hypotéz.

# Odľahčovacia služba a dôležitosť jej využívania príbuznými osobami s duševnou poruchou

Kováčiková Ž.

Bratislava, Slovenská republika

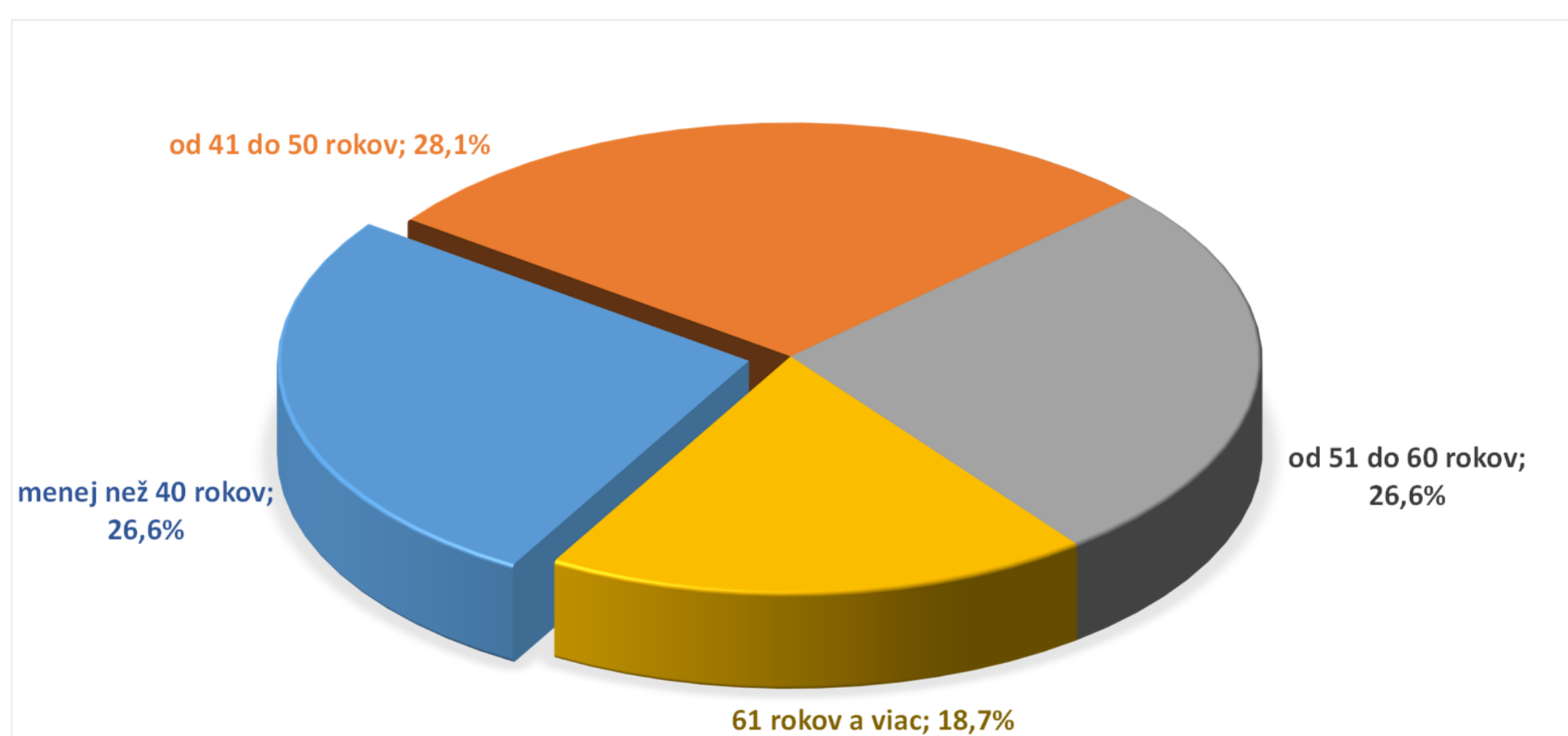
## | Výsledky

Vzhľadom na rozsiahlosť dotazníka (49 otázok, 10 strán formátu A4), ktorý v sebe zahŕňal 5 vyššie uvedených oblastí, vo výsledkoch sa zameriavame iba na vybrané otázky a neuvádzame interpretácie k jednotlivým grafom, pretože by to bolo príliš obširne.

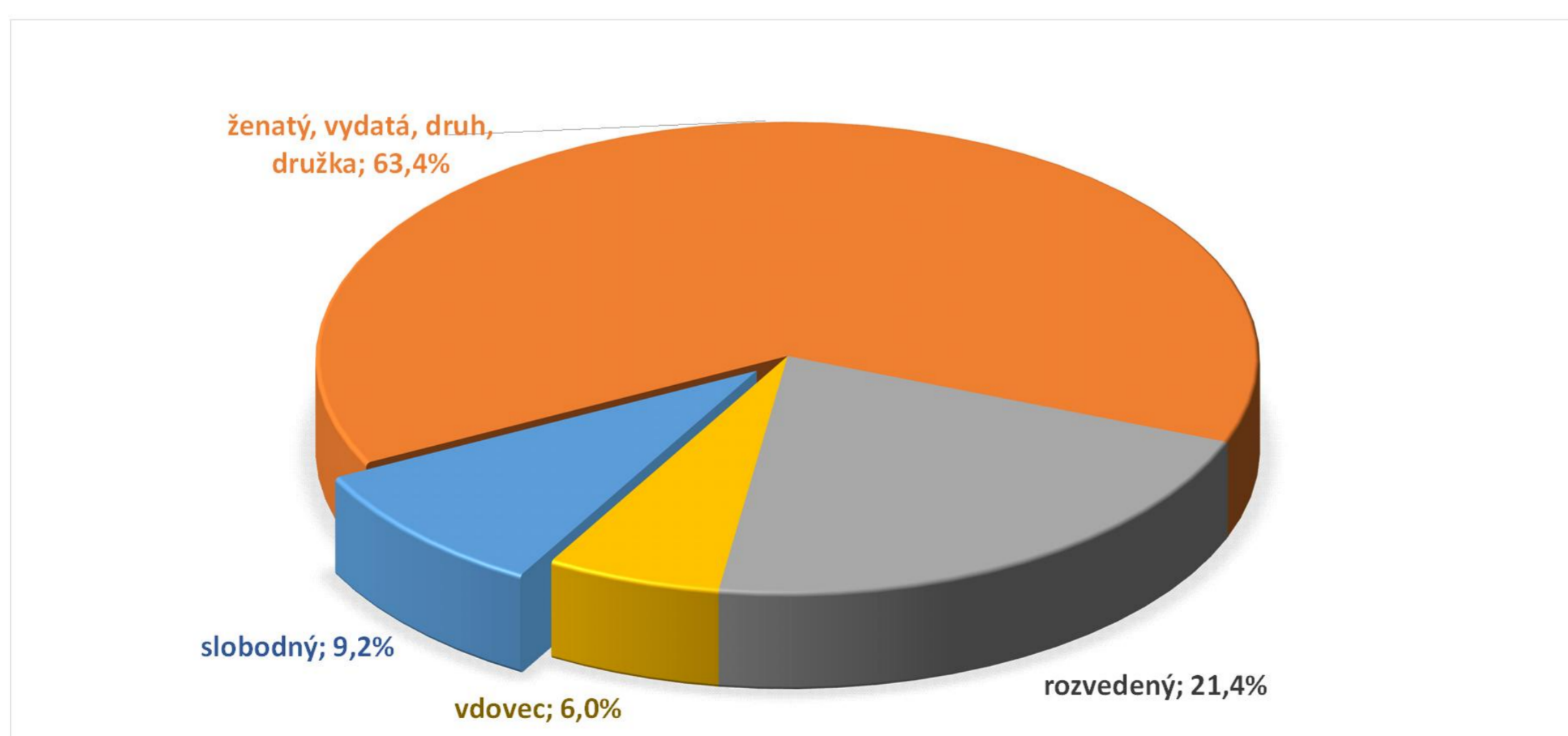
### A. Charakteristika respondentov (príbuzných osôb s duševnou poruchou)

**Pohlavie respondentov** - z celkového počtu 131 respondentov vyplnilo dotazníky až 119 (90,8%) žien a iba 12 (9,2%) mužov. Nerovnomerné zastúpenie respondentov vo vzťahu k ich pohlaviu je spôsobené aj realizáciou výskumu pomocou on-line dotazníkov, kde nebolo možné ovplyvniť počty respondentov podľa ich pohlavia.

**Miesto bydliska respondentov** - až 71,8% opýtaných bývalo v meste a iba necelá tretina (28,2%) respondentov žila na vidieku. Až 72,3% žien a 66,7% mužov žilo v mestách, pričom viac ako tretina (33,3%) mužov a len 27,7% žien bývalo na dedine.



Graf č. 1 – Vek respondentov

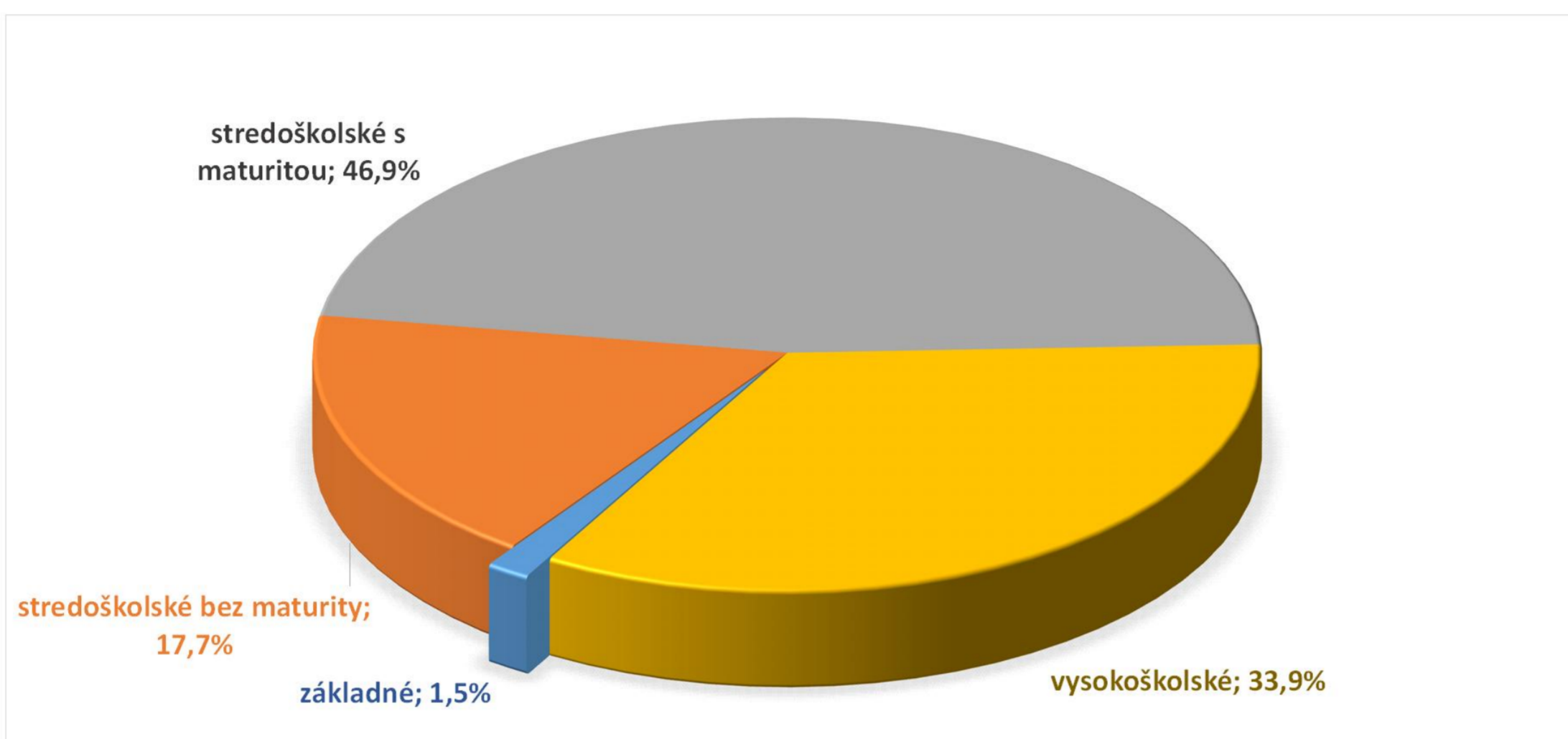


Graf č. 2 – Rodinný stav respondentov

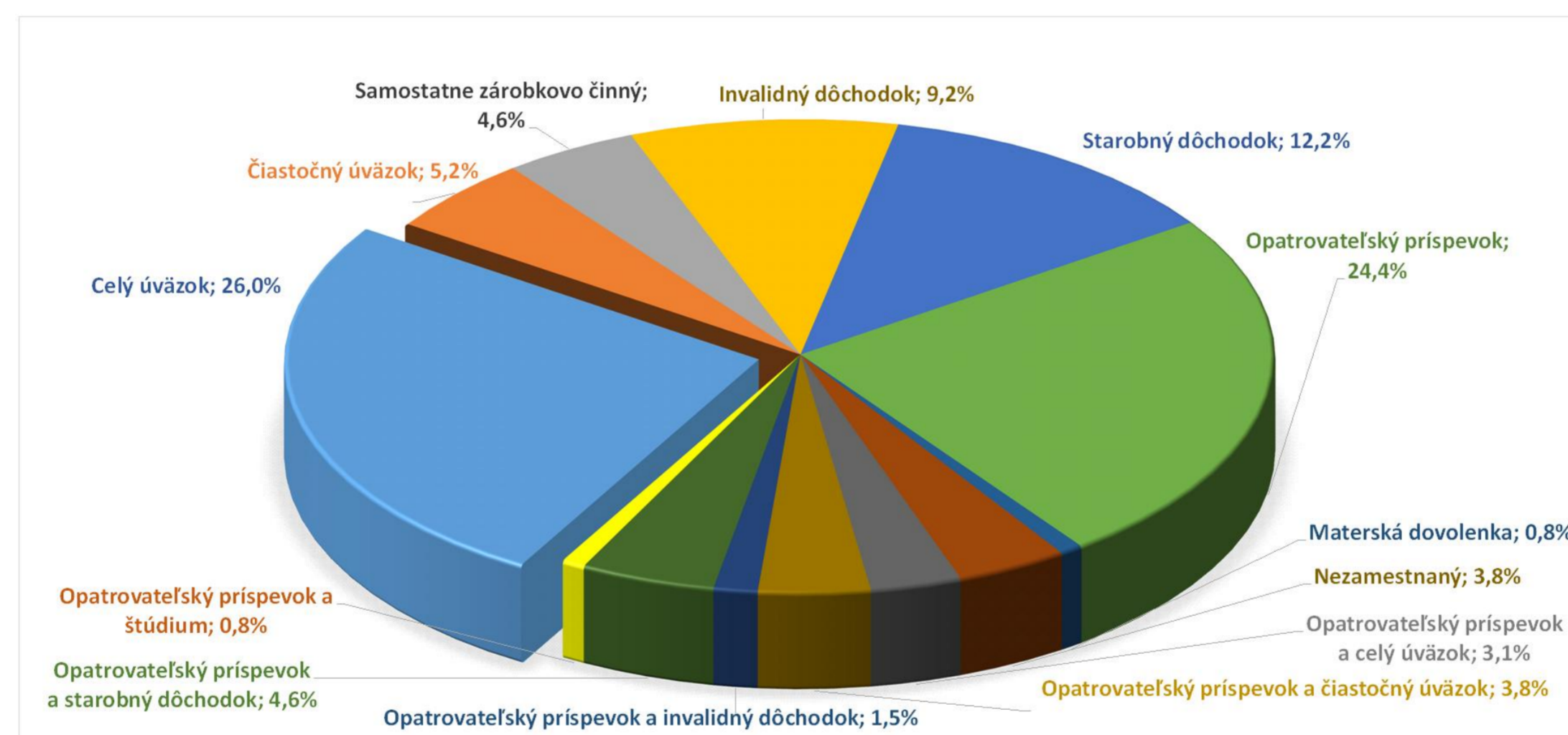
# Odľahčovacia služba a dôležitosť jej využívania príbuznými osobami s duševnou poruchou

Kováčiková Ž.

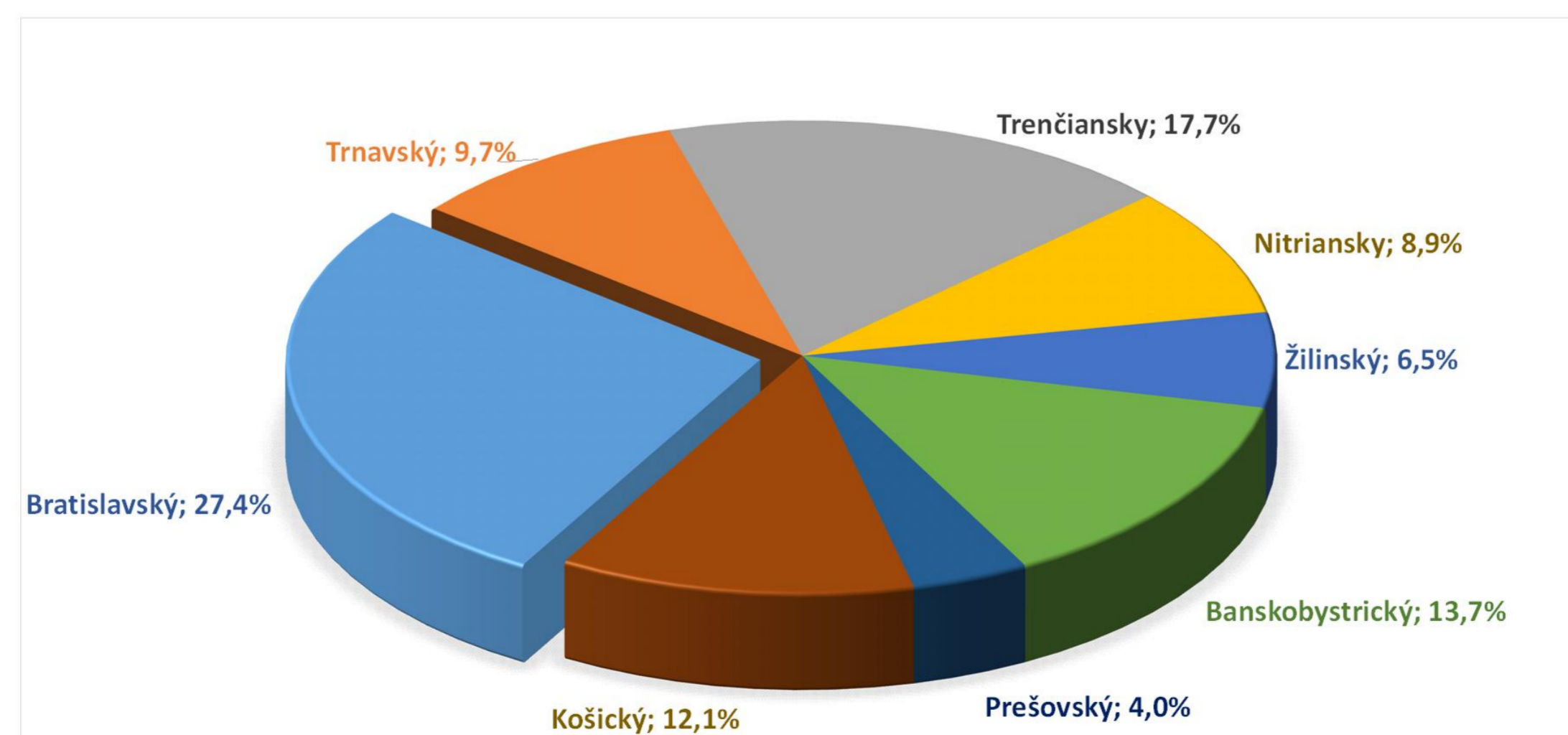
Bratislava, Slovenská republika



Graf č. 3 – Vzdelanie respondentov



Graf č. 4 – Zamestnanie respondentov



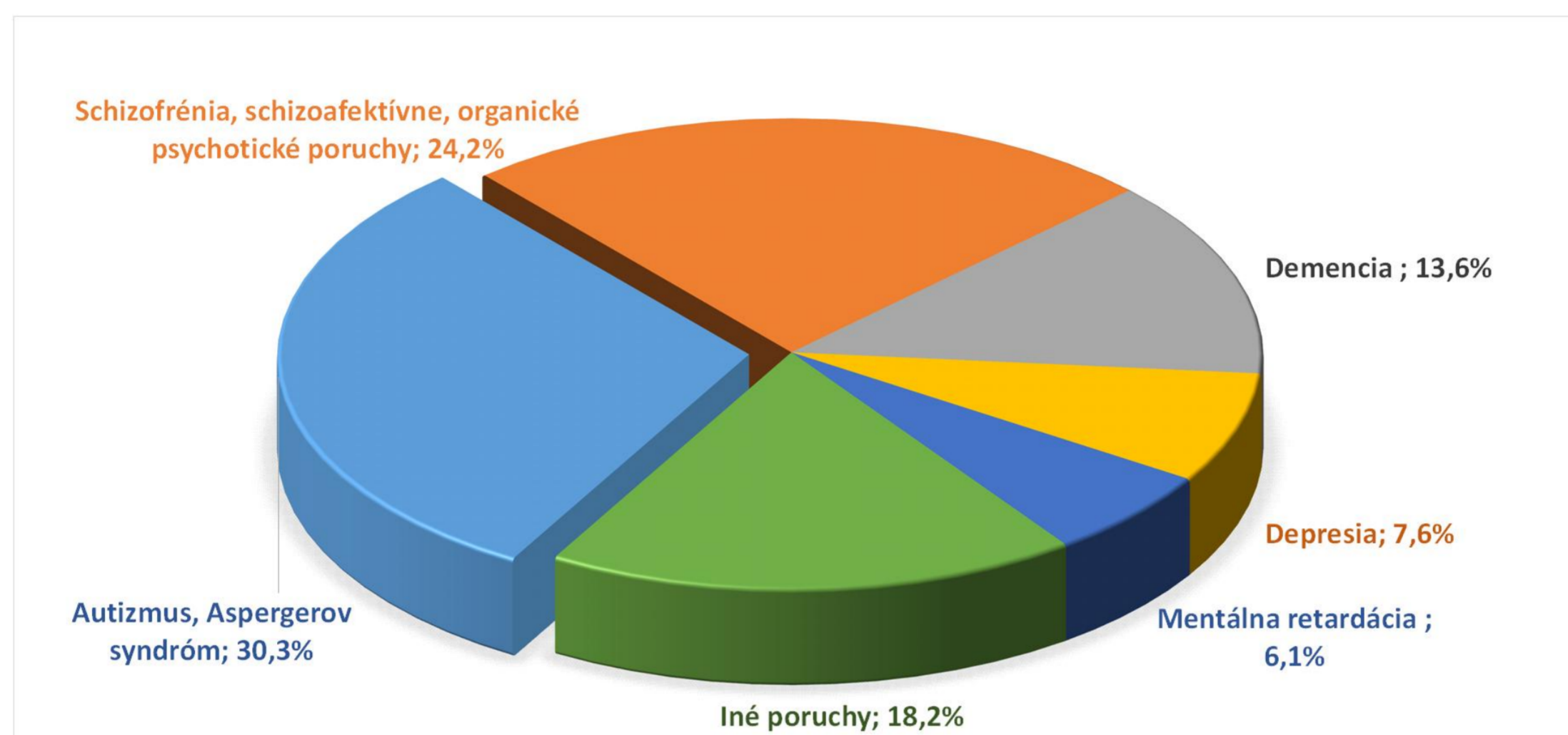
Graf č. 5 – Kraj Slovenskej republiky, v ktorom majú respondenti trvalé bydlisko

# Odľahčovacia služba a dôležitosť jej využívania príbuznými osôb s duševnou poruchou

Kováčiková Ž.

Bratislava, Slovenská republika

## B. Charakteristika osôb s duševnou poruchou, o ktoré sa respondenti starajú



Graf č. 6 – Diagnóza opatrovanej osoby s duševnou poruchou

## C. Celková situácia respondentov (analýza momentálnej situácie)

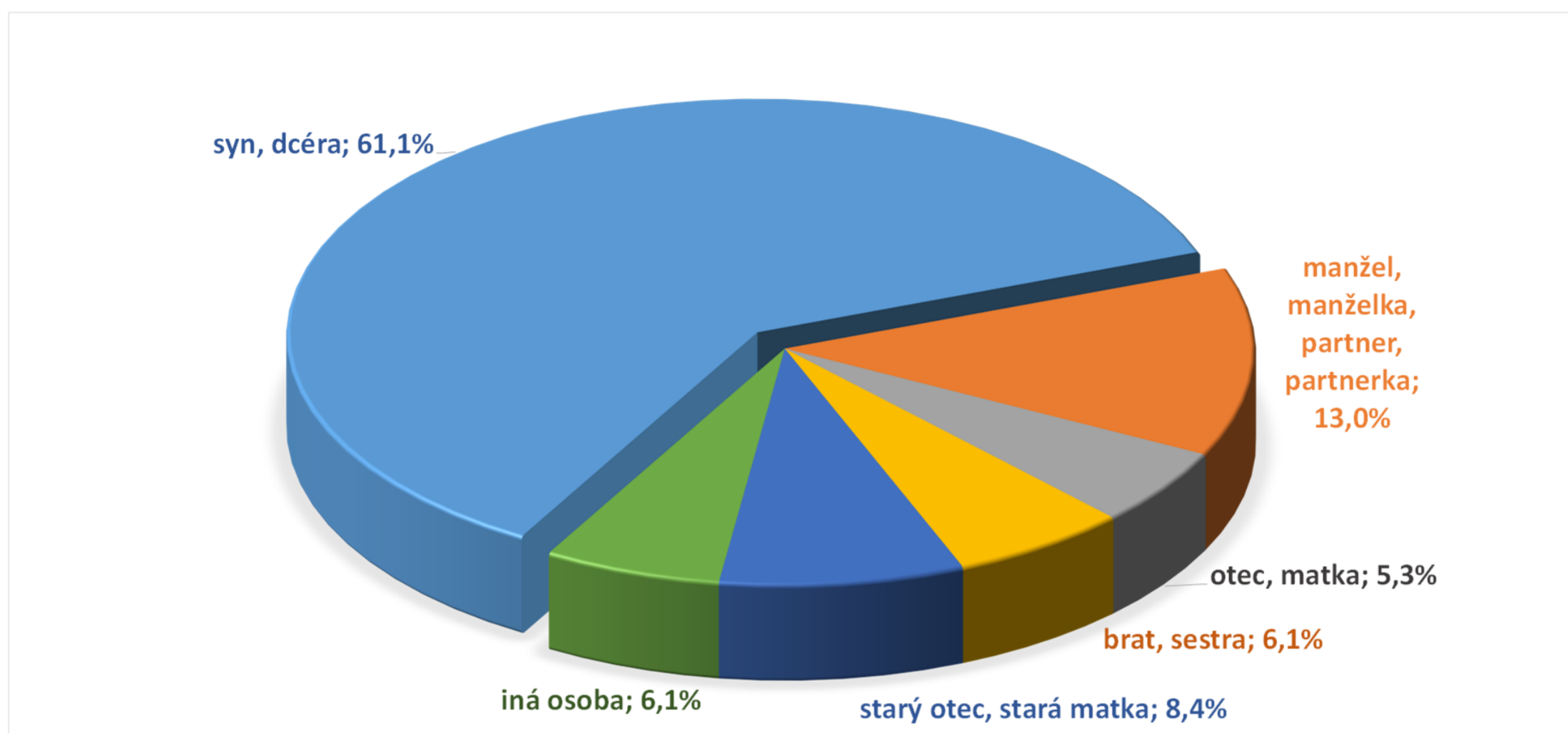
**Bývanie v spoločnej domácnosti s opatrovanou osobou s duševnou poruchou** - až 89,3% príbuzných malo spoločnú domácnosť s osobou, ktorú opatrovali a iba 10,7% opýtaných bývalo vo vlastnej domácnosti. Spoločnú domácnosť s opatrovanou osobou mali najmä respondenti vo veku od 51 do 60 rokov (91,2%) a najstarší opýtaní (61 rokov a viac: 91,7%, od 41 do 50 rokov: 86,1%, menej než 40 rokov: 88,2%). Vo vlastnej domácnosti žili najmä oslovené osoby vo veku od 41 do 50 rokov (13,9%, menej než 40 rokov: 11,8%, od 51 do 60 rokov: 8,8%, 61 rokov a viac: 8,3%).

**Poberanie peňažného príspevku za opatrovanie na opatrovanú osobu** - až 61,8% príbuzných nepoberalo peňažný príspevok za opatrovanie osoby s duševnou poruchou, zatiaľ čo viac než tretina (38,2%) respondentov bola poberateľom tohto príspevku. Peňažný príspevok nepoberal ani jeden muž a 42,0% žien. Z prezentovaných zistení je zrejmé, že všetci muži a väčšina žien sa o osoby s duševnou poruchou starali bez toho, aby za nich poberali finančný príspevok.

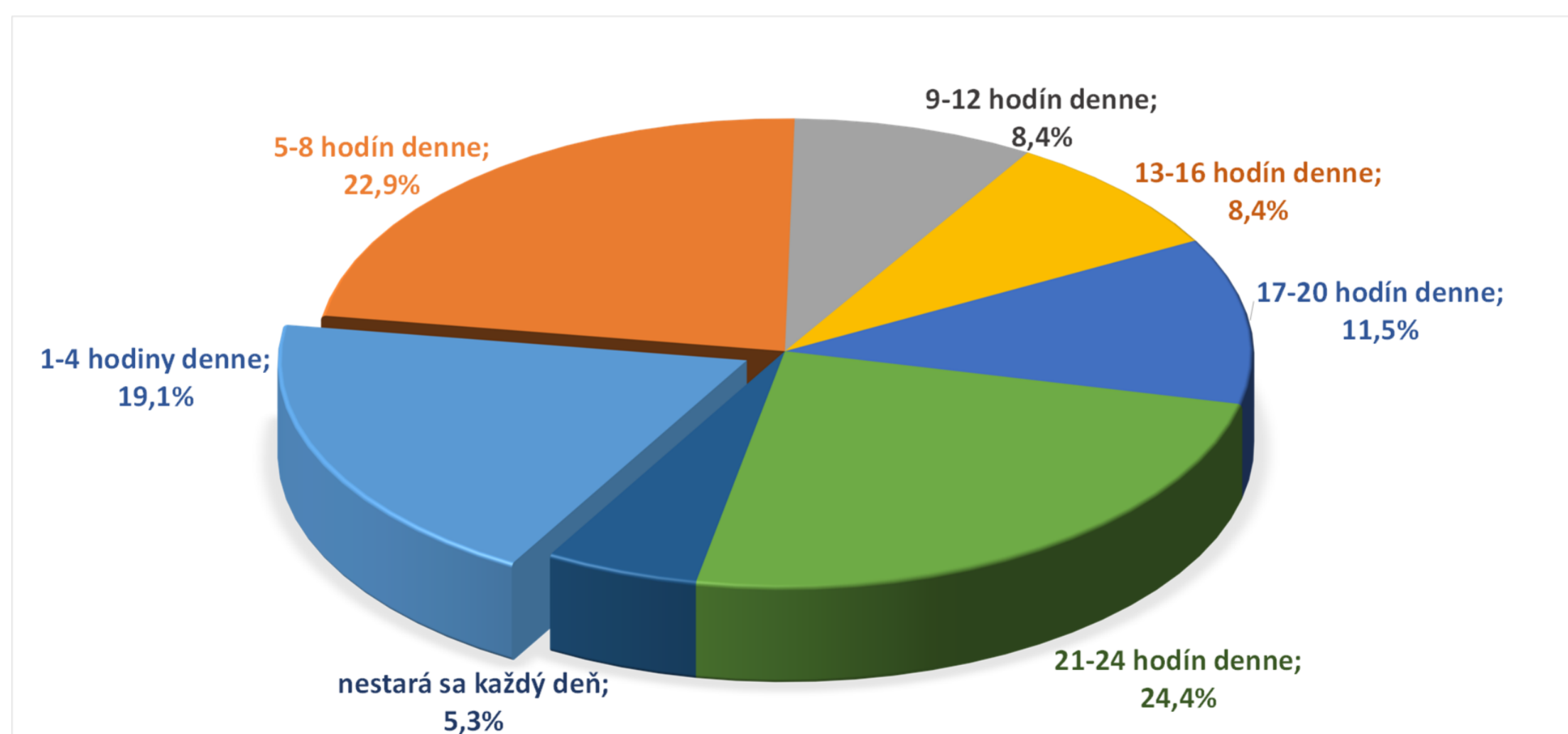
# Odl'ahčovacia služba a dôležitosť jej využívania príbuznými osobami s duševnou poruchou

Kováčiková Ž.

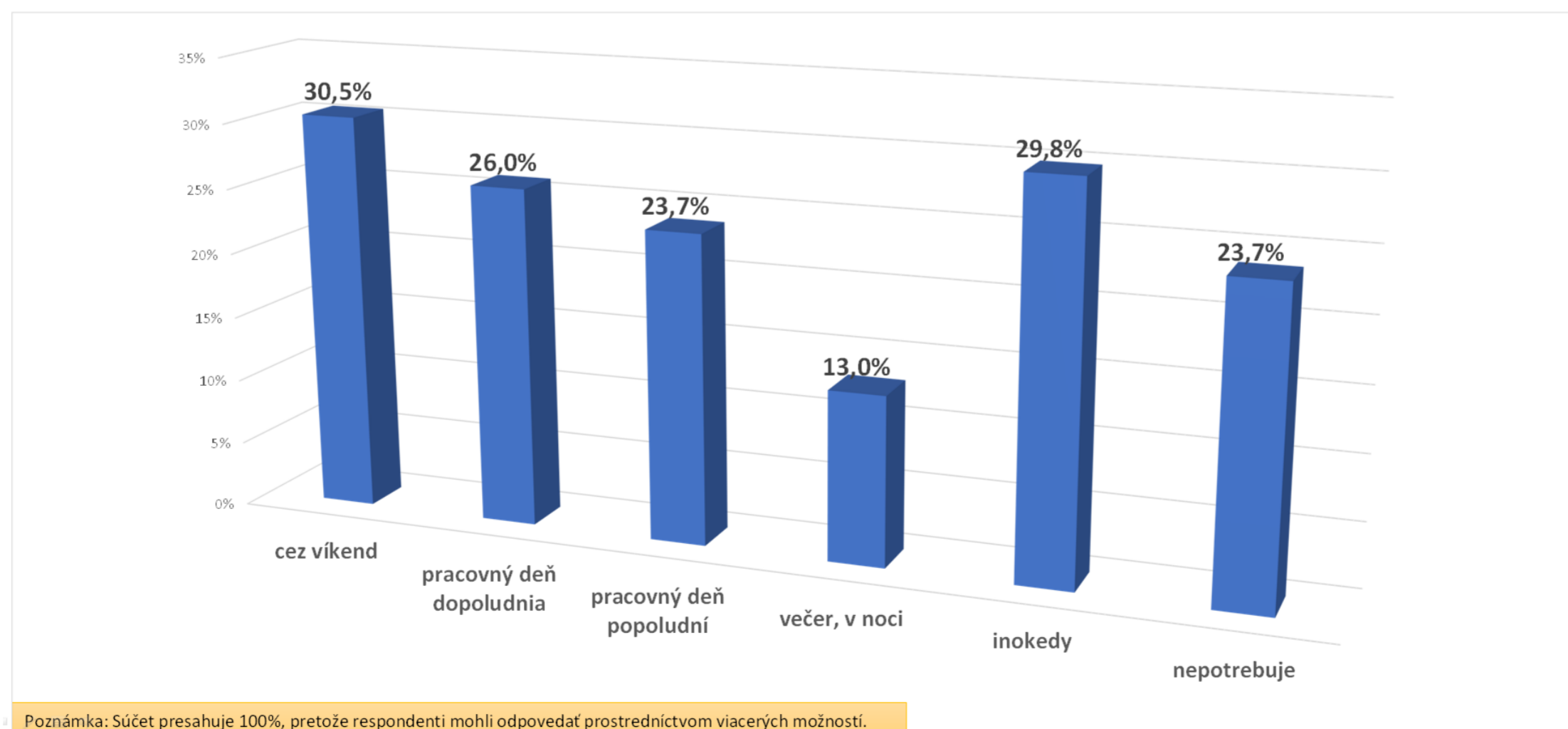
Bratislava, Slovenská republika



Graf č. 7 – Príbuzenský vzťah k osobe s duševnou poruchou



Graf č. 8 – Počet hodín za deň venovaných starostlivosti o osobu s duševnou poruchou



Poznámka: Súčet presahuje 100%, pretože respondenti mohli odpovedať prostredníctvom viacerých možností.

Graf č. 9 – Potreba pomoci so starostlivosťou o osobu s duševnou poruchou



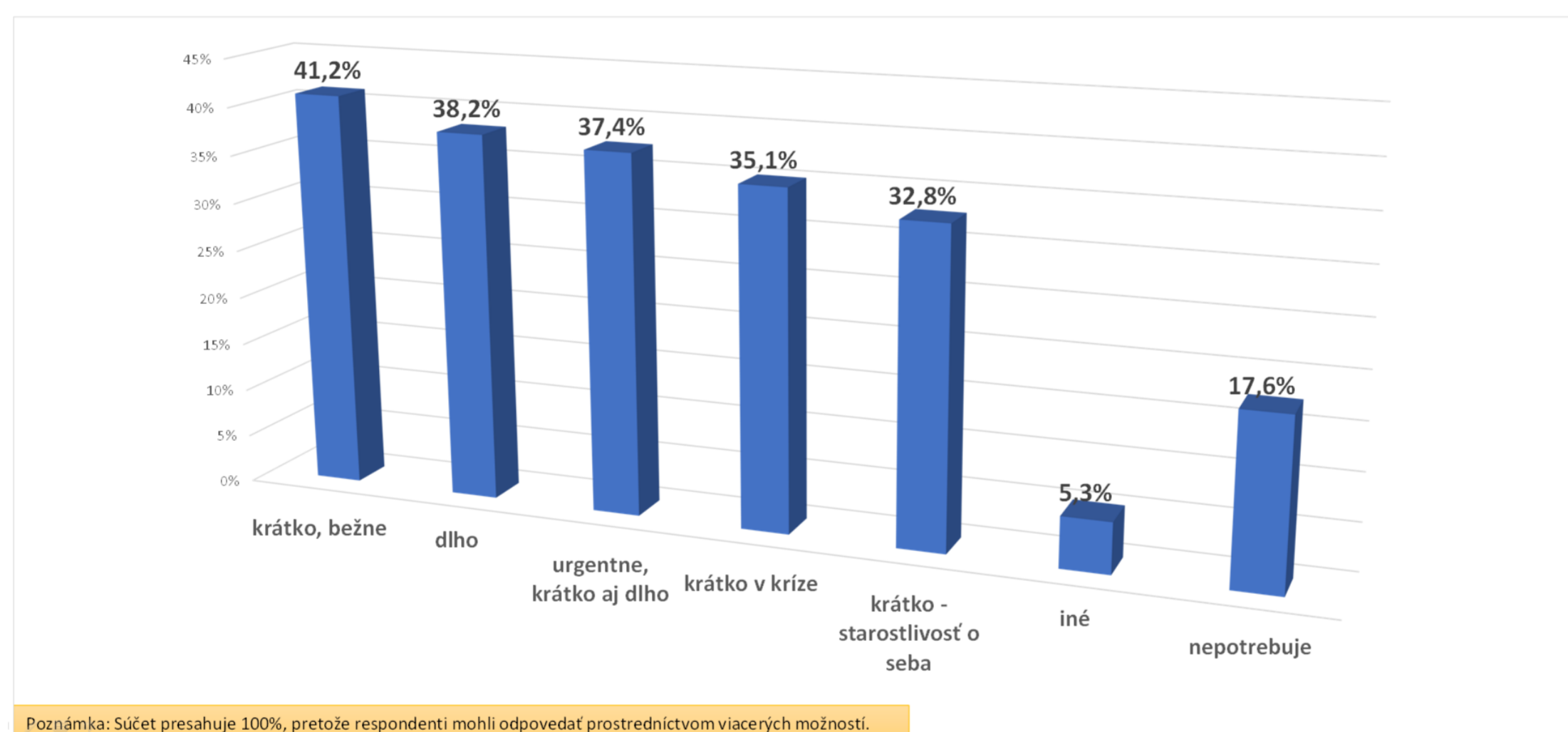
# Odl'ahčovacia služba a dôležitost' jej využívania príbuznými osôb s duševnou poruchou

Kováčiková Ž.

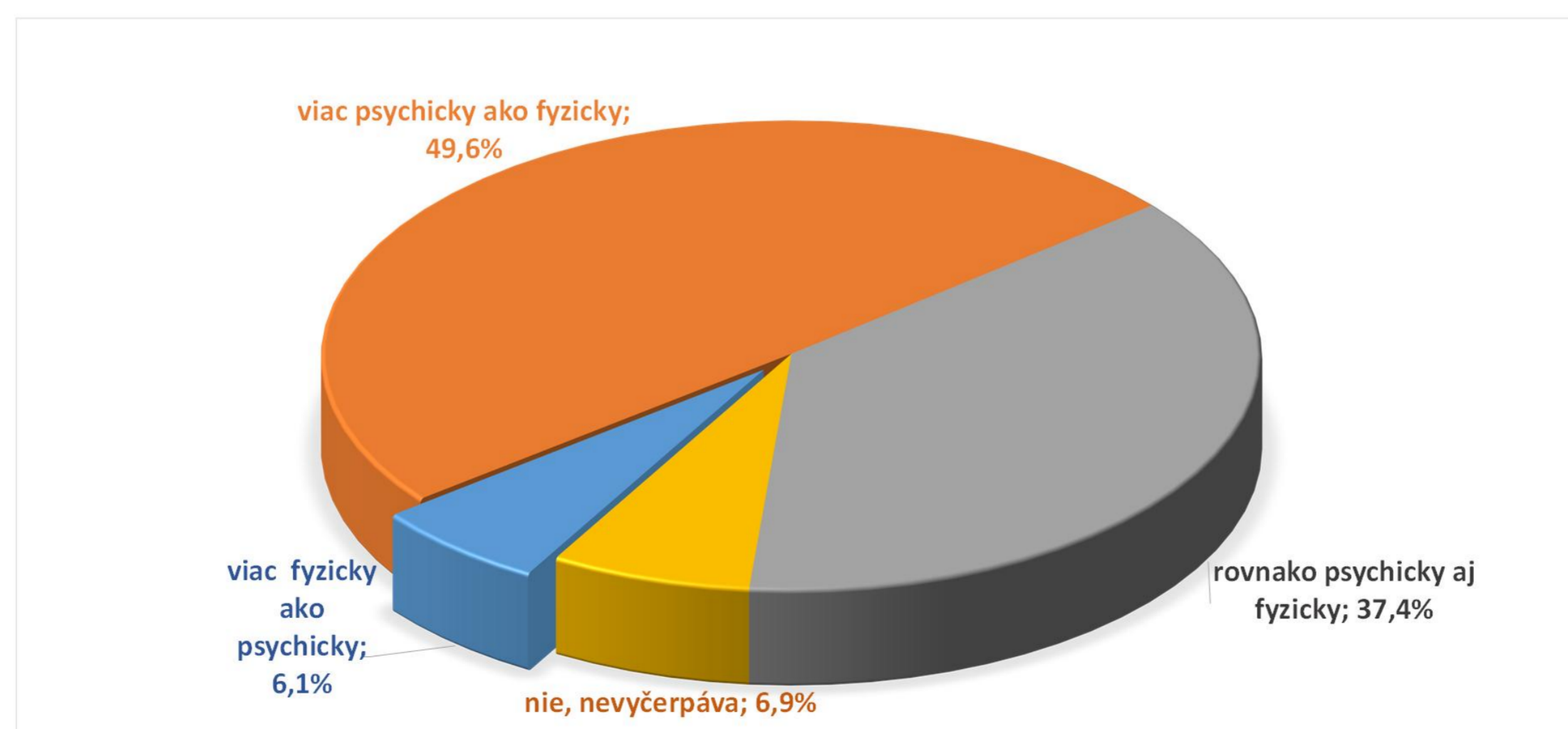
Bratislava, Slovenská republika

Necelá tretina (30,5%) respondentov by potrebovala pomôcť so starostlivosťou o príbuzného s duševnou poruchou cez víkend a 29,8% opýtaných označilo možnosť inokedy. Necelá tretina (26,0%) oslovených osôb by uvítala pomoc v pracovný deň dopoludnia a zhodne po 23,7% opýtaných by potrebovalo pomôcť v pracovný deň popoludní, prípadne sa túto ťažkú situáciu snažia zvládnuť sami. Len 13,0% opýtaných by potrebovalo pomoc večer, prípadne aj noci.

Respondenti žijúci v mestách by najčastejšie potrebovali pomoc pri opatrovaní chorého príbuzného cez víkend (mesto: 34,0%, obec: 21,6%), zatiaľ čo opýtaní žijúci na vidieku preferovali iný časový úsek (obec: 32,4%, mesto: 28,7%). Respondenti pochádzajúci z miest (26,6%, obec: 24,3%) by častejšie uvítali pomoc počas pracovných dní dopoludnia, pričom opýtaní z vidieka by viac potrebovali pomôcť večer a v noci (16,2%, mesto: 11,7%) alebo v pracovný deň popoludní (obec: 24,3%, mesto: 23,4%). Pomoc nepotrebovalo až 32,4% respondentov žijúcich v obciach a iba pätina (20,2%) opýtaných pochádzajúcich z miest.



Graf č. 10 – Časový úsek potrebný na pomoc počas starostlivosti o osobu s duševnou poruchou

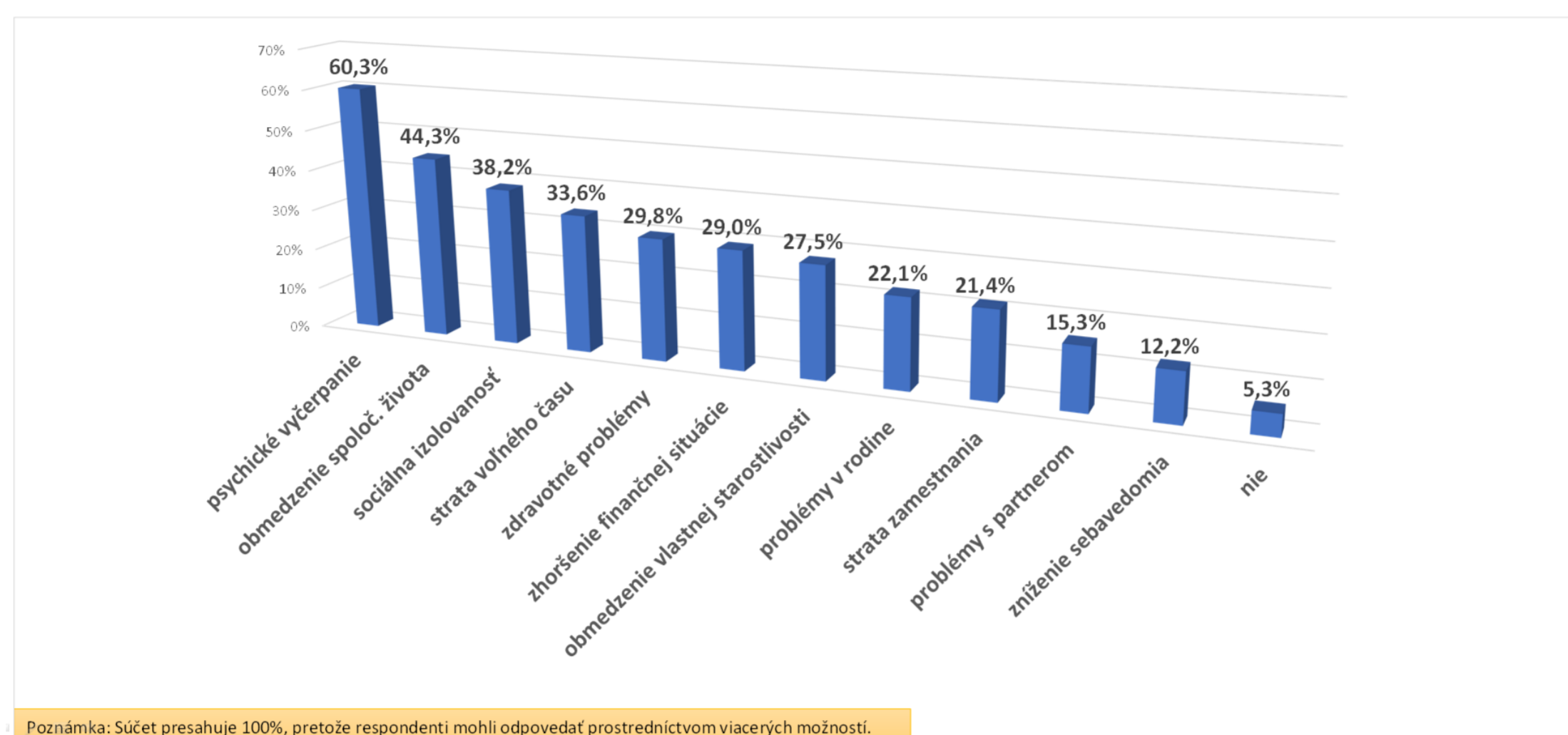


Graf č. 11 – Vyčerpanie (záťaž) pri starostlivosti o osobu s duševnou poruchou

# Odl'ahčovacia služba a dôležitost' jej využívania príbuznými osôb s duševnou poruchou

Kováčiková Ž.

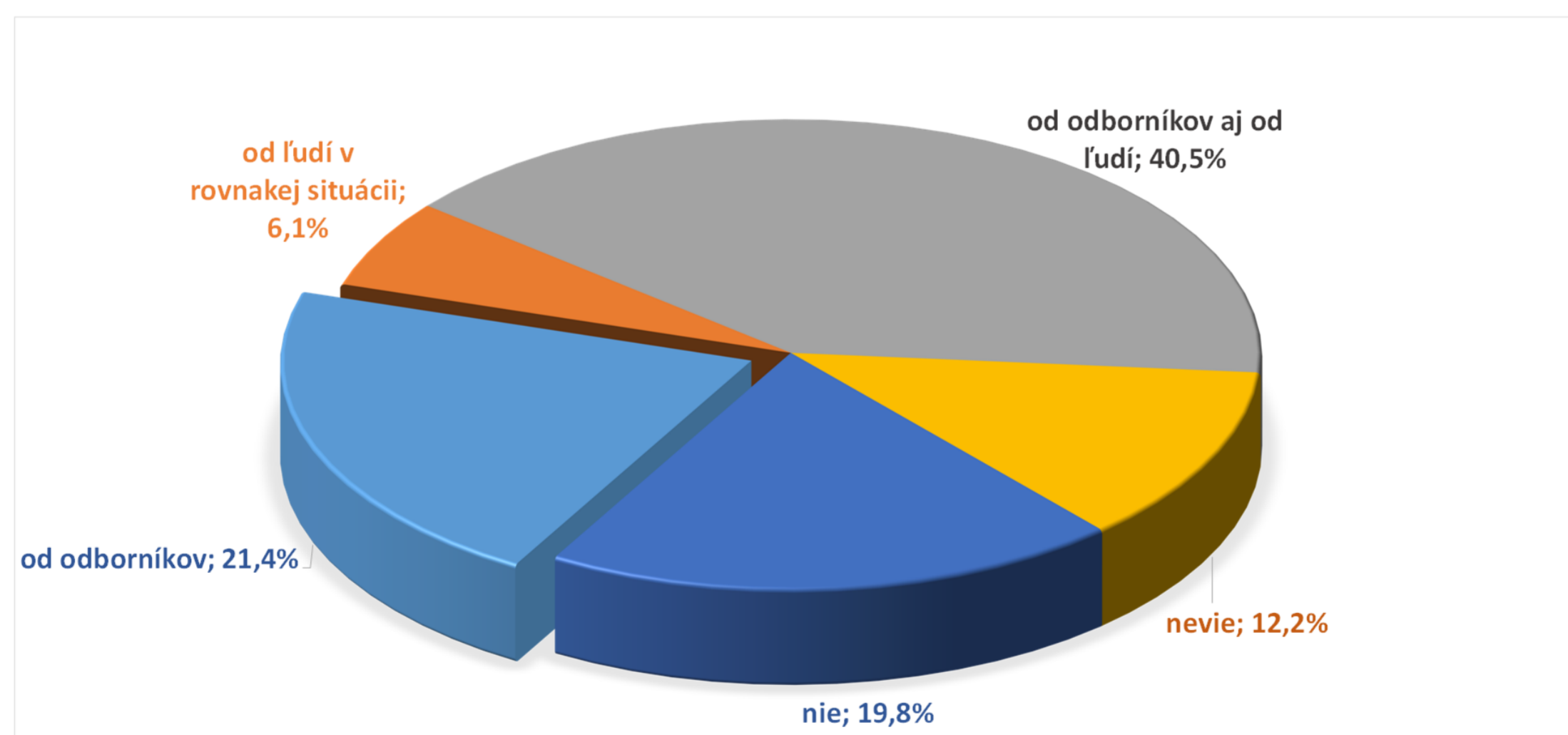
Bratislava, Slovenská republika



Poznámka: Súčet presahuje 100%, pretože respondenti mohli odpovedať prostredníctvom viacerých možností.

Graf č. 12 – Dôsledky zapríčinené starostlivosťou o osobu s duševnou poruchou

## D. Možnosti pomoci respondentom

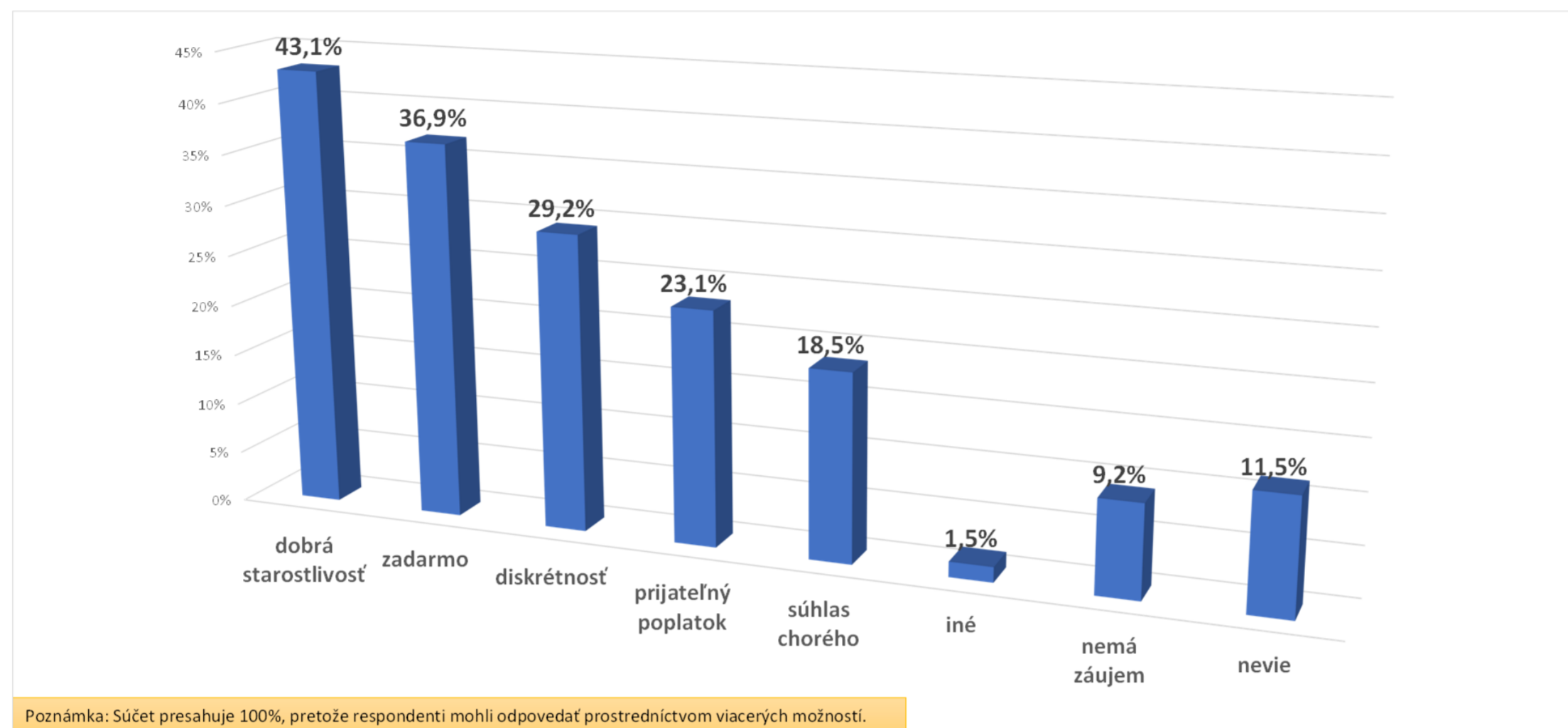


Graf č. 13 – Pomoc formou psychologickej podpory v momentoch vyčerpania, nezvládnuteľného stresu a pod., ktoré sú dôsledkom náročnosti starostlivosti poskytovanej respondentmi (príbuznými osôb s duševnou poruchou)

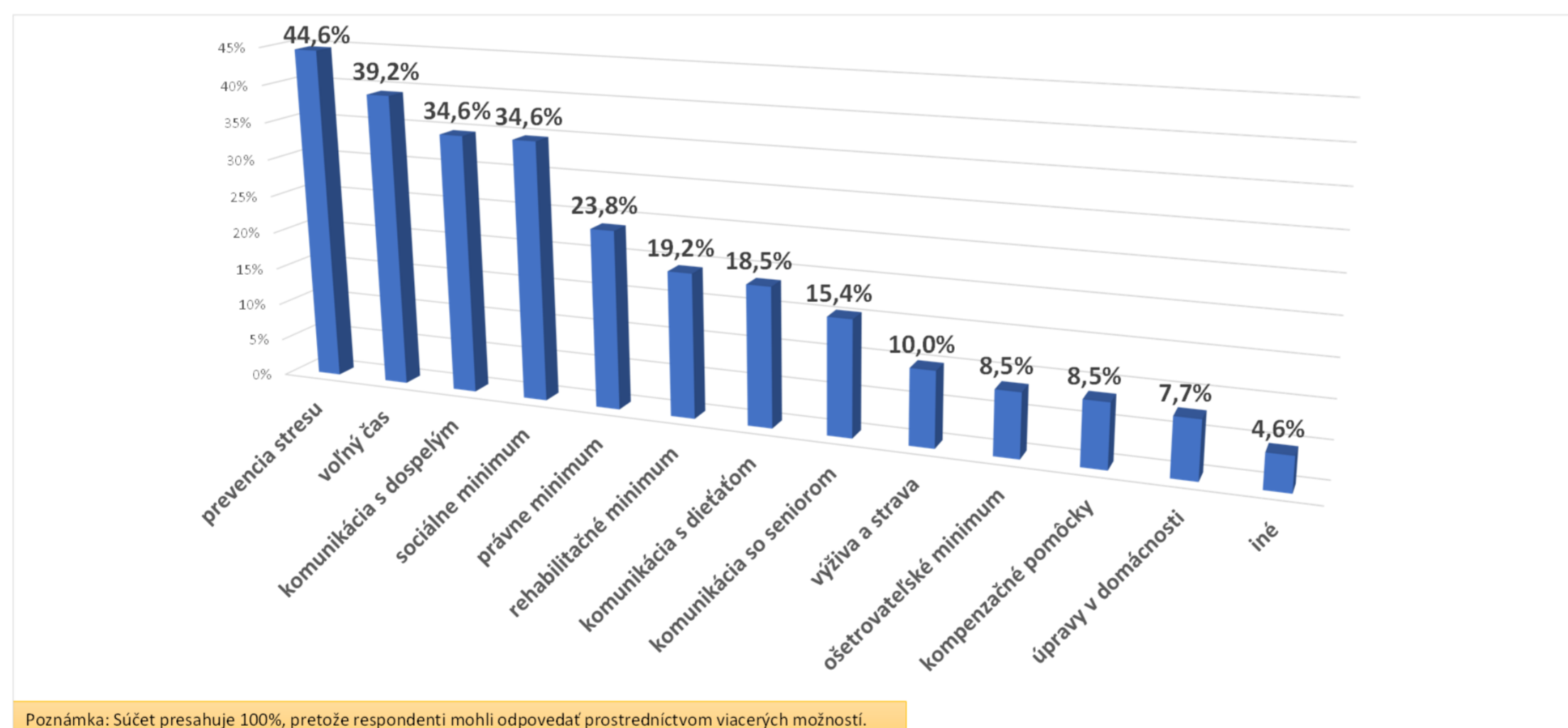
# Odl'ahčovacia služba a dôležitost' jej využívania príbuznými osôb s duševnou poruchou

Kováčiková Ž.

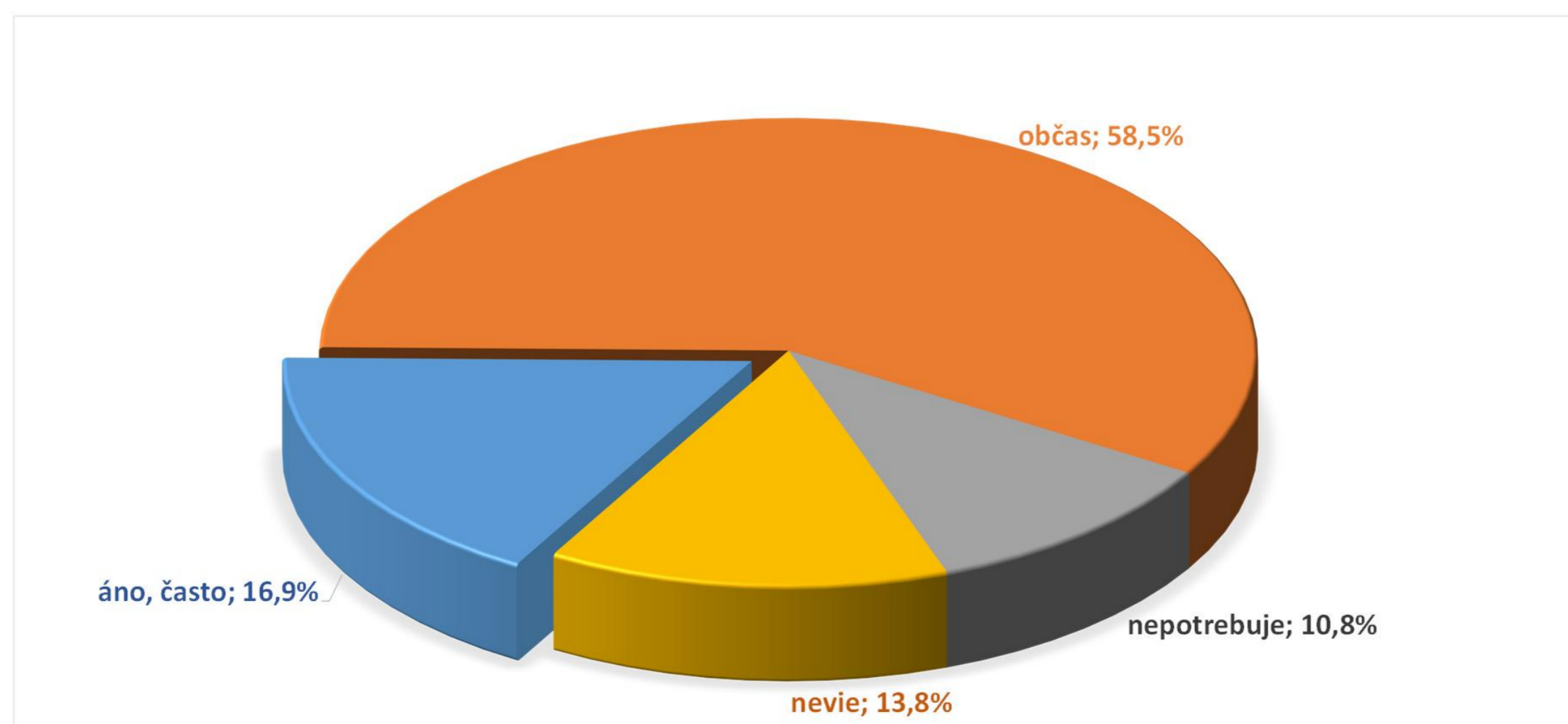
Bratislava, Slovenská republika



Graf č. 14 – Podmienky pre stretnutia formou psychologickkej podpory



Graf č. 15 – Témy stretnutí formou psychologickkej podpory

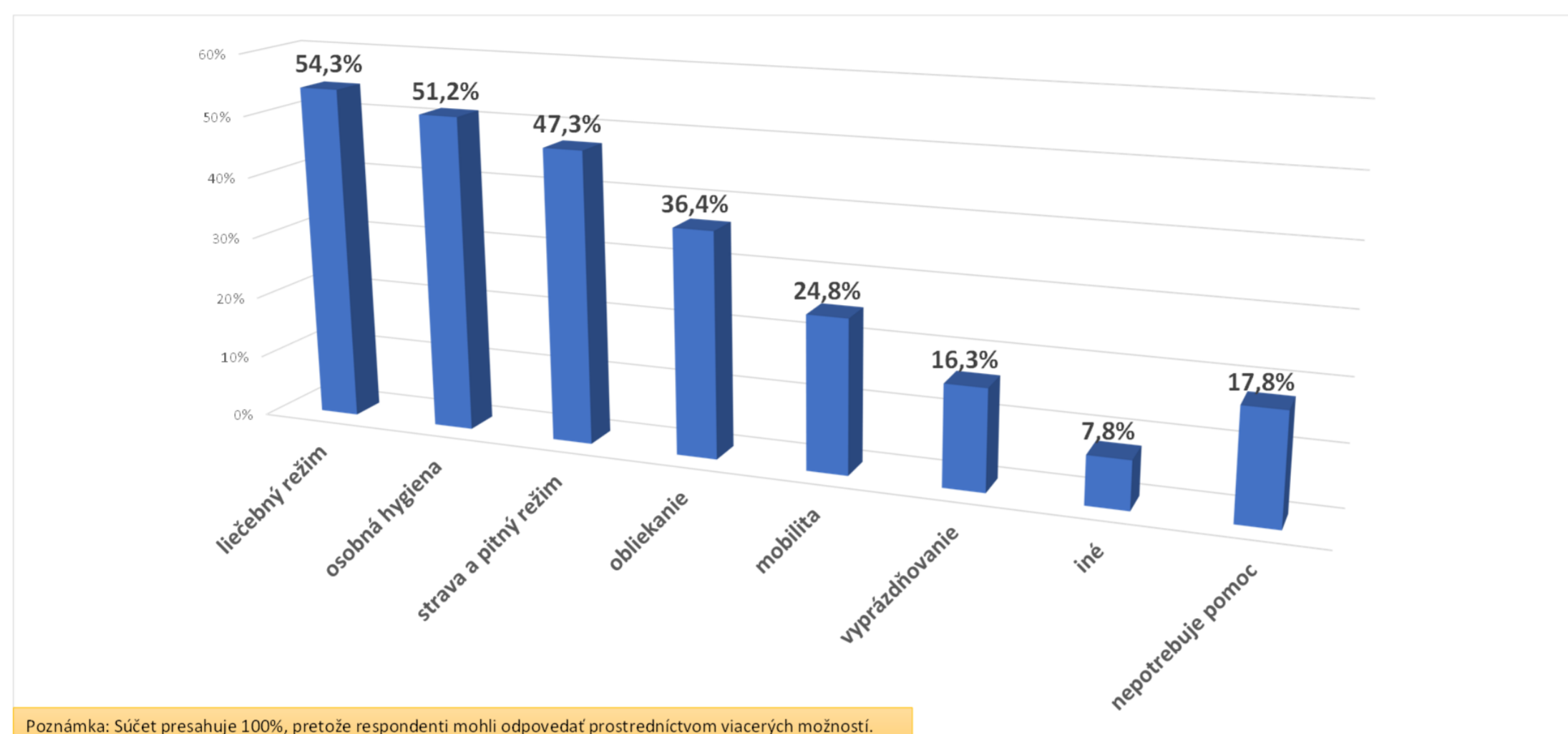


Graf č. 16 – Pomoc pre príbuzných formou sociálnej služby, ktorej pracovníci by sa postarali o člena rodiny s duševnou poruchou, keby si respondenti potrebovali vybaviť niečo mimo svojej domácnosti

# Odlahčovacia služba a dôležitosť jej využívania príbuznými osôb s duševnou poruchou

Kováčiková Ž.

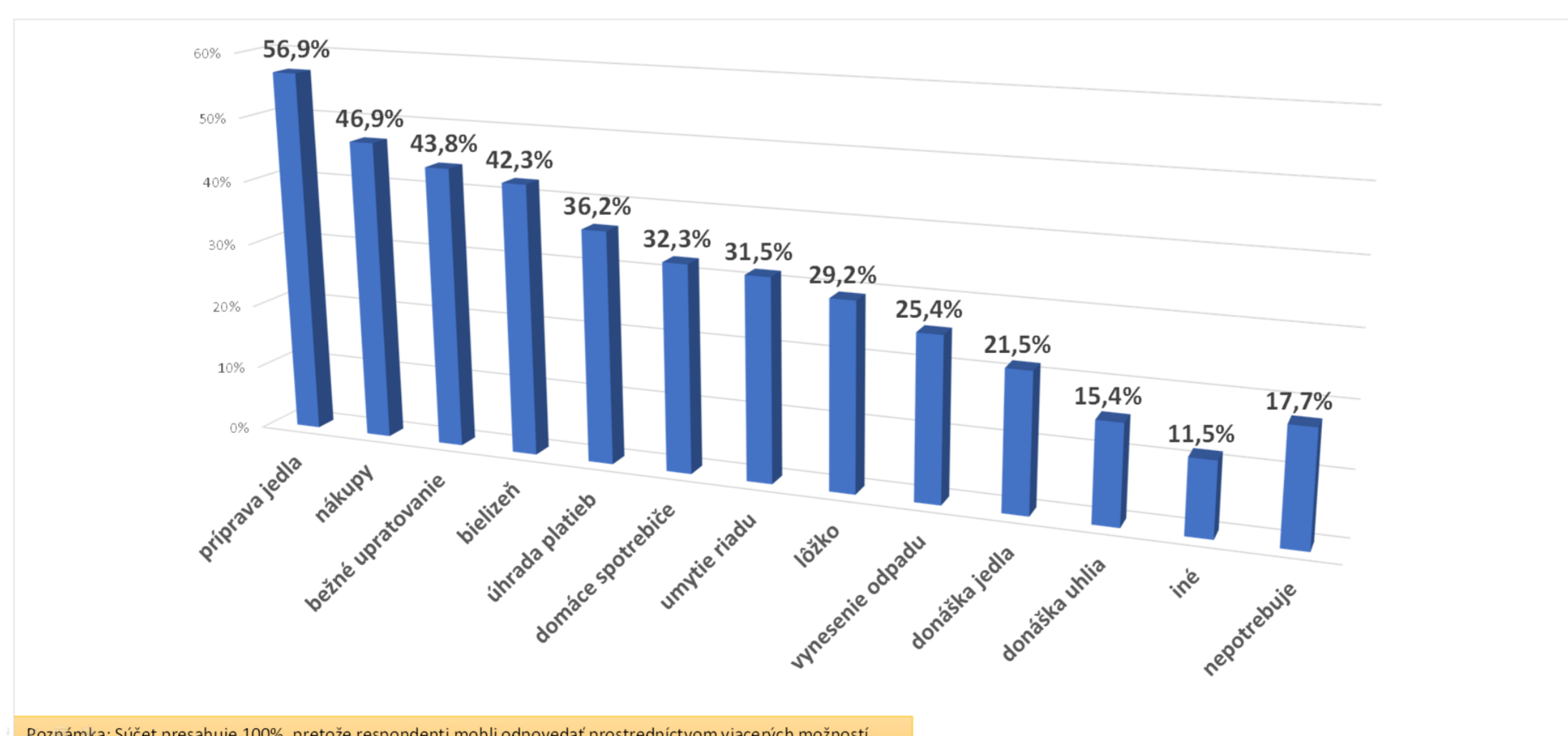
Bratislava, Slovenská republika



Graf č. 17 – Pomoc pri úkonoch sebaobsluhy

Podľa našich zistení najviac (54,3%) respondentov by počas svojej neprítomnosti potrebovalo v rámci poskytovania úkonov sebaobsluhy pre svojho člena rodiny s duševnou poruchou pomôcť pri dodržiavaní liečebného režimu (vrátane dohľadu nad užívaním liekov) a viac ako polovica (51,2%) opýtaných sa domnievala, že osoba, ktorú opatrujú, si vyžaduje pomoc pri osobnej hygiene a celkovom kúpeľi.

Preto v odporúčaníach pre prax navrhujeme, aby súčasťou pomoci, ktorá sa podľa § 54 zákona č. 448/2008 o sociálnych službách poskytuje fyzickej osobe odkázanej na pomoc inej fyzickej osoby v rámci odlahčovacej služby terénou formou sociálnej služby, bolo nielen poskytovanie úkonov starostlivosti o jej domácnosť (napr. nakupovanie, varenie, upratovanie) a zabezpečenie základných sociálnych aktivít (napr. sprievod na lekárske vyšetrenie a vybavenie úradných záležitostí) podľa prílohy č. 4 časti II a III, **ale aj poskytovanie úkonov sebaobsluhy** (napr. pomoc pri osobnej hygiene a celkovom kúpeľi, vrátane dodržiavania liečebného režimu - dohľadu nad užívaním liekov) podľa prílohy č. 4 časti I.

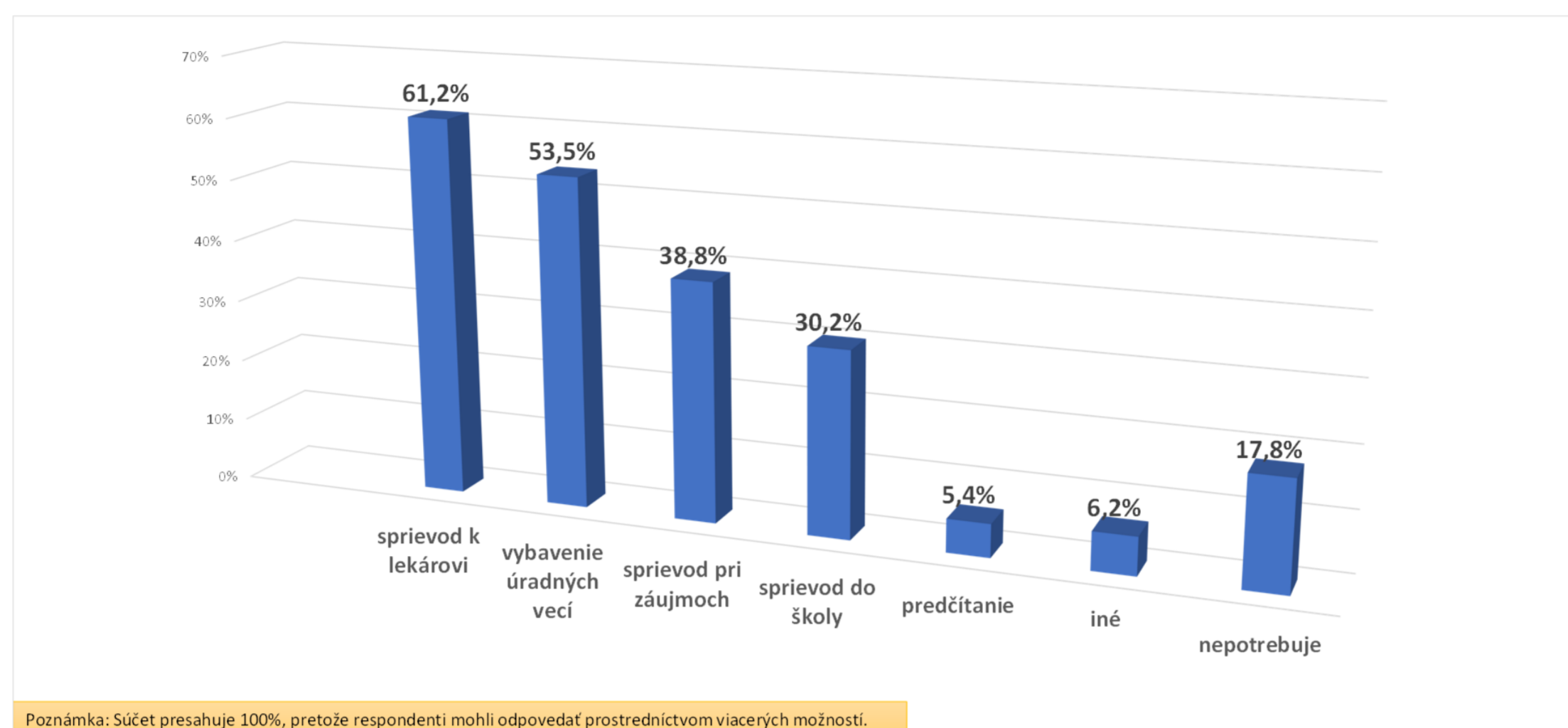


Graf č. 18 – Pomoc pri úkonoch starostlivosti o domácnosť

# Odl'ahčovacia služba a dôležitost' jej využívania príbuznými osôb s duševnou poruchou

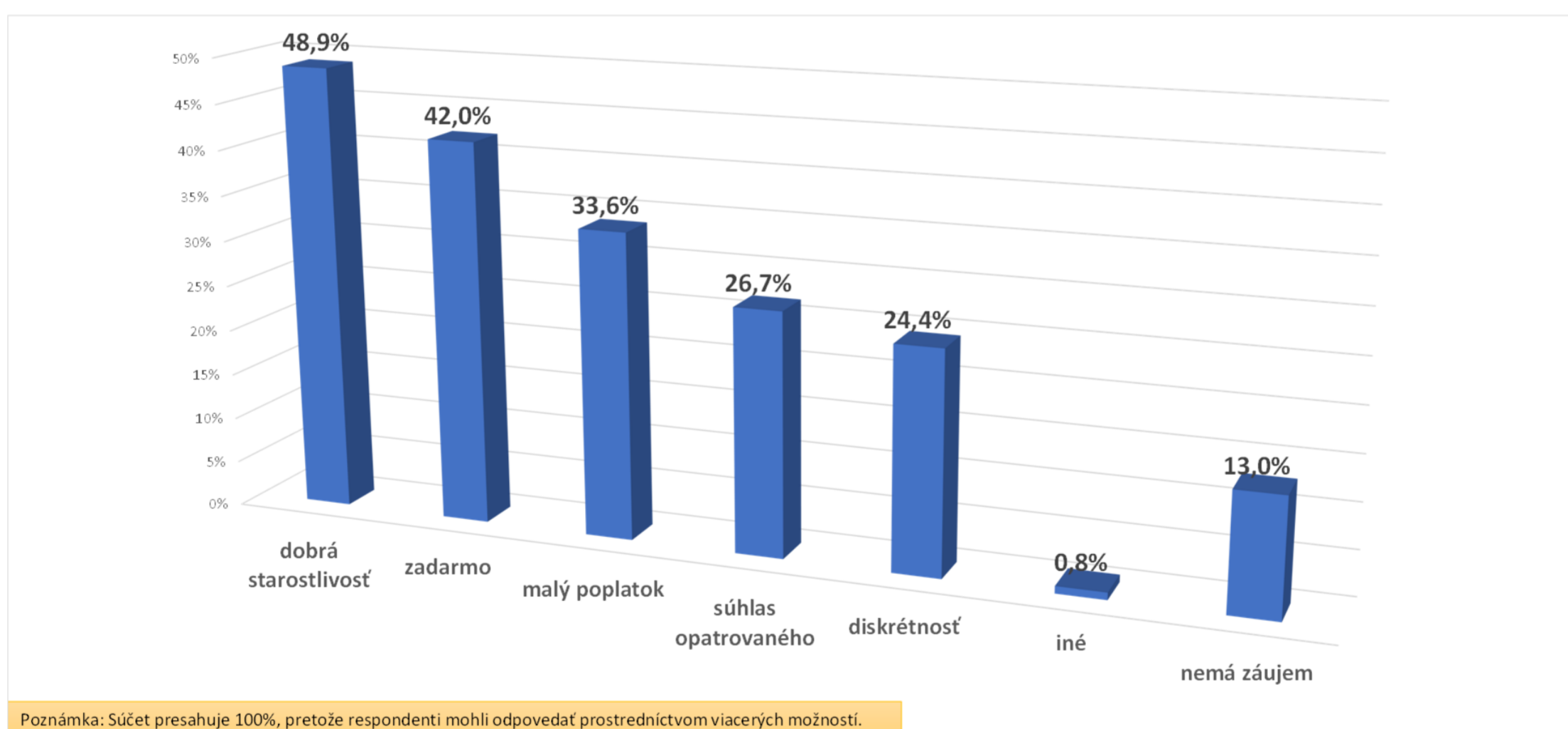
Kováčiková Ž.

Bratislava, Slovenská republika



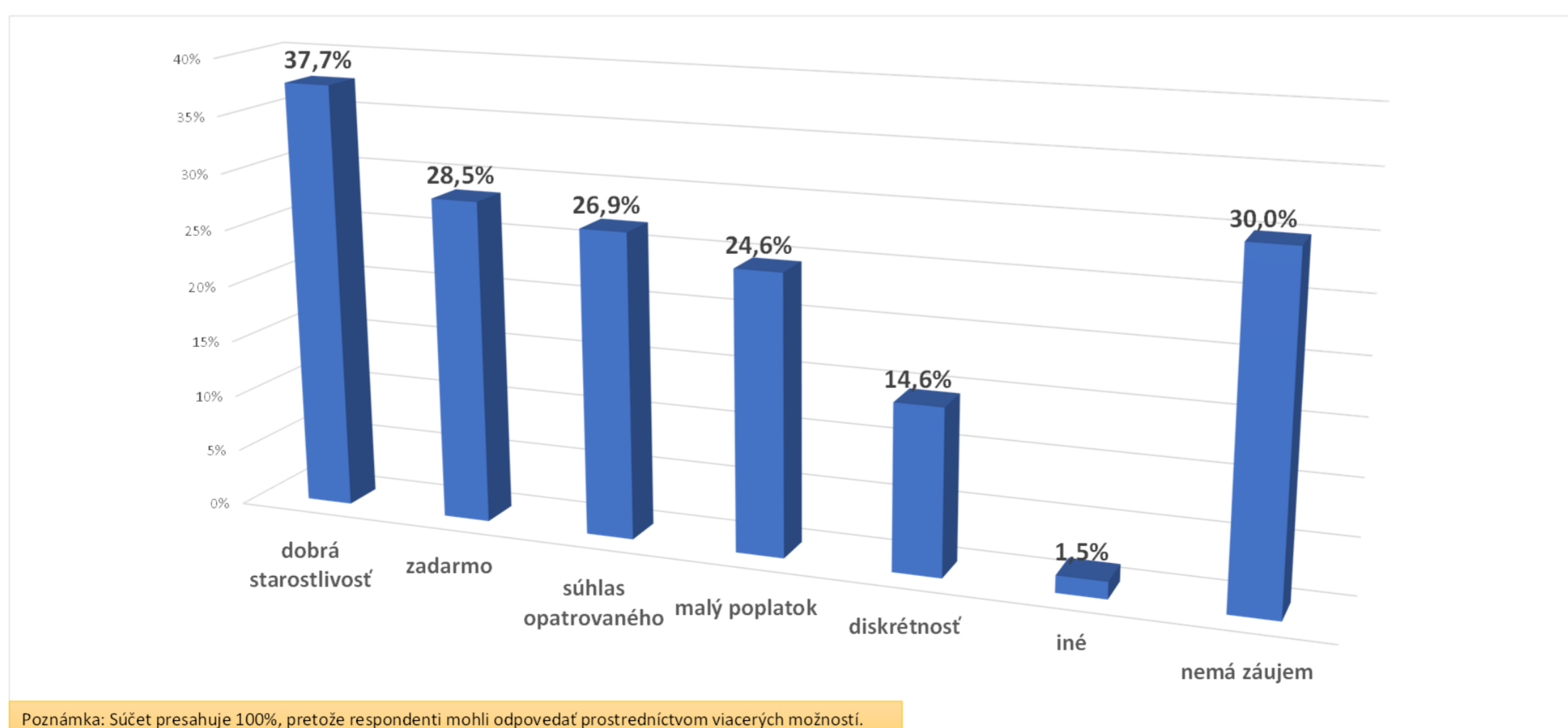
Poznámka: Súčet presahuje 100%, pretože respondenti mohli odpovedať prostredníctvom viacerých možností.

Graf č. 19 – Pomoc so základnými sociálnymi aktivitami



Poznámka: Súčet presahuje 100%, pretože respondenti mohli odpovedať prostredníctvom viacerých možností.

Graf č. 20 – Využitie pomoci formou terénnej sociálnej služby



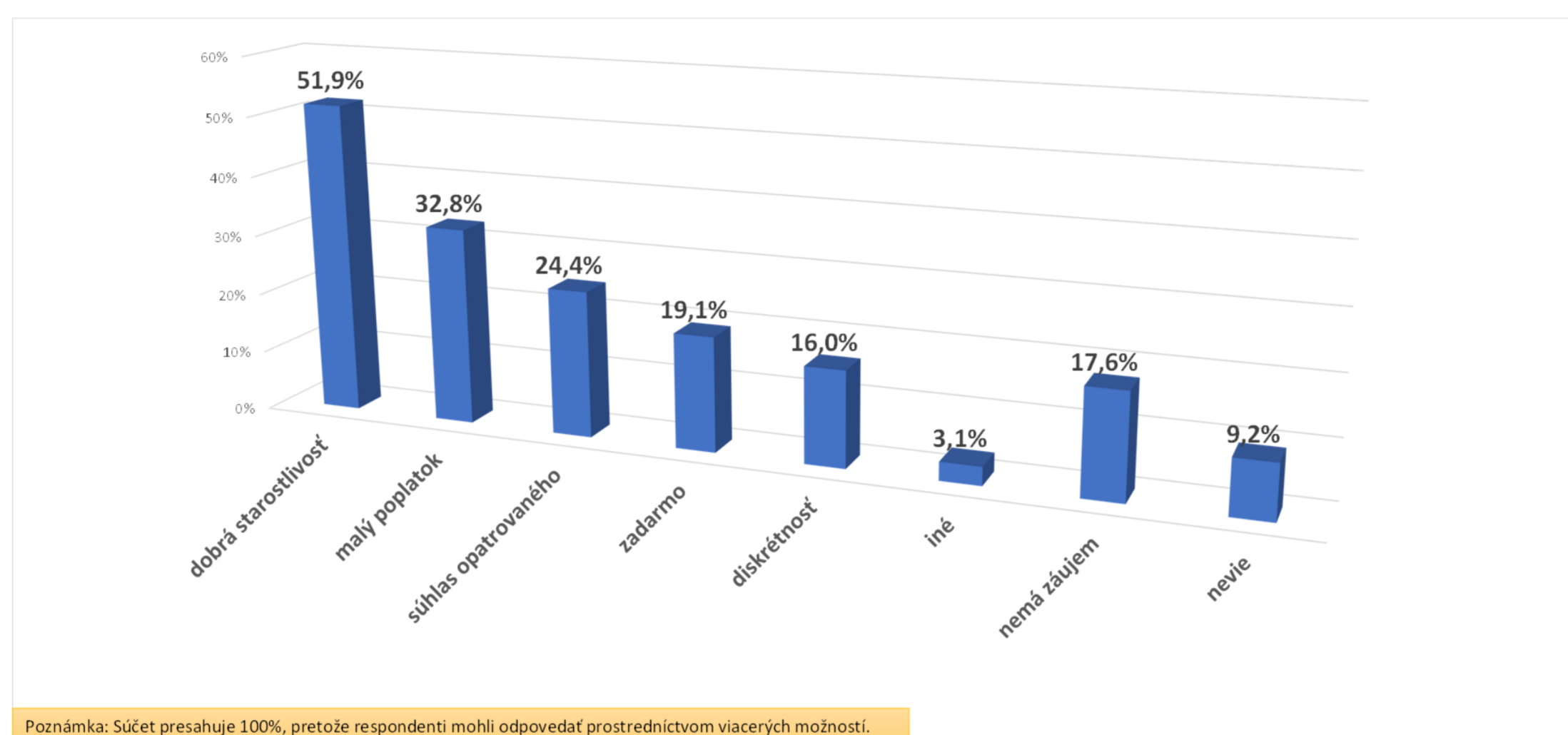
Poznámka: Súčet presahuje 100%, pretože respondenti mohli odpovedať prostredníctvom viacerých možností.

Graf č. 21 – Využitie pomoci formou pobytovej sociálnej služby

# Odl'ahčovacia služba a dôležitost' jej využívania príbuznými osôb s duševnou poruchou

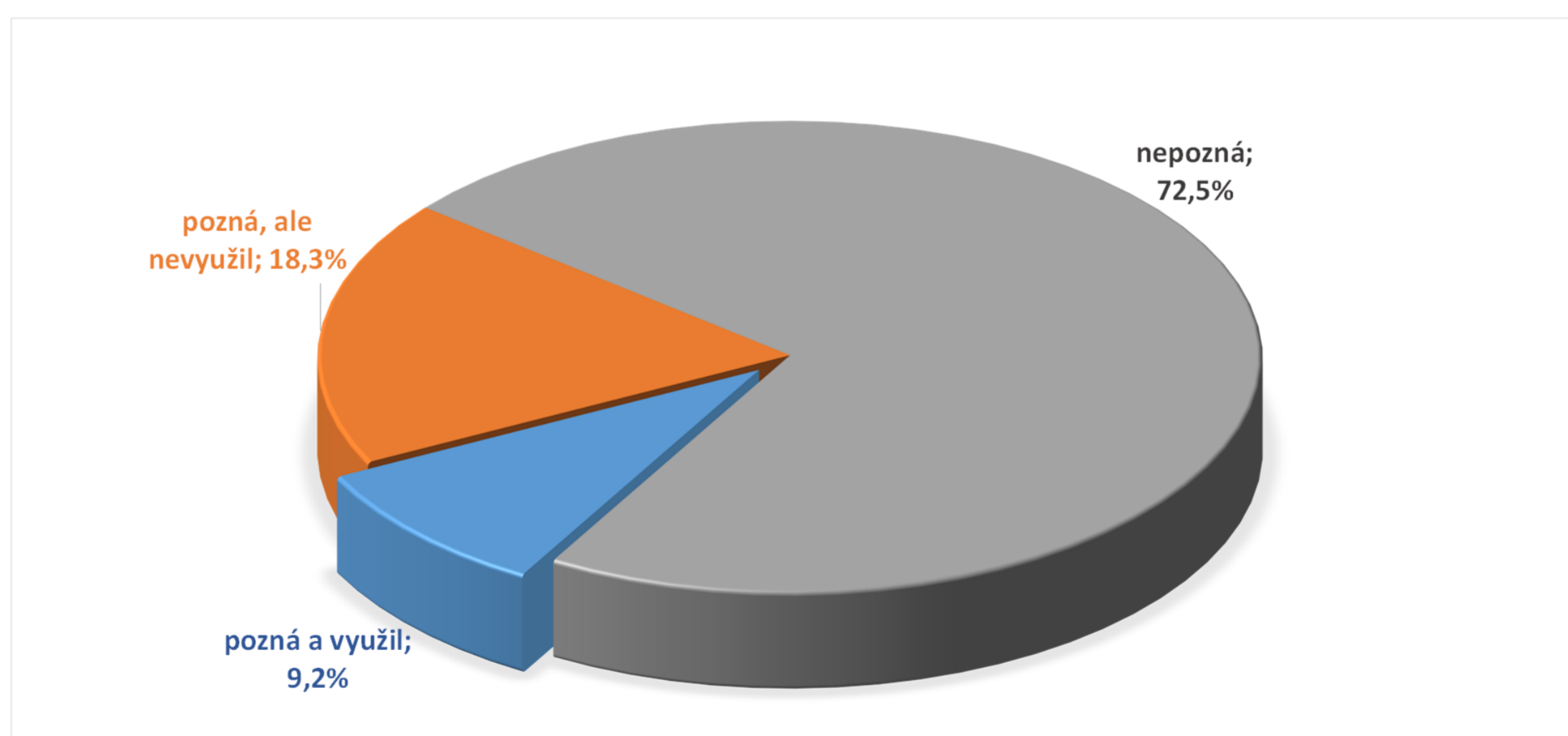
Kováčiková Ž.

Bratislava, Slovenská republika



Graf č. 22 – Využitie pomoci formou ambulantnej sociálnej služby

## E. Odl'ahčovacia služba (informovanosť a možnosti jej využitia)

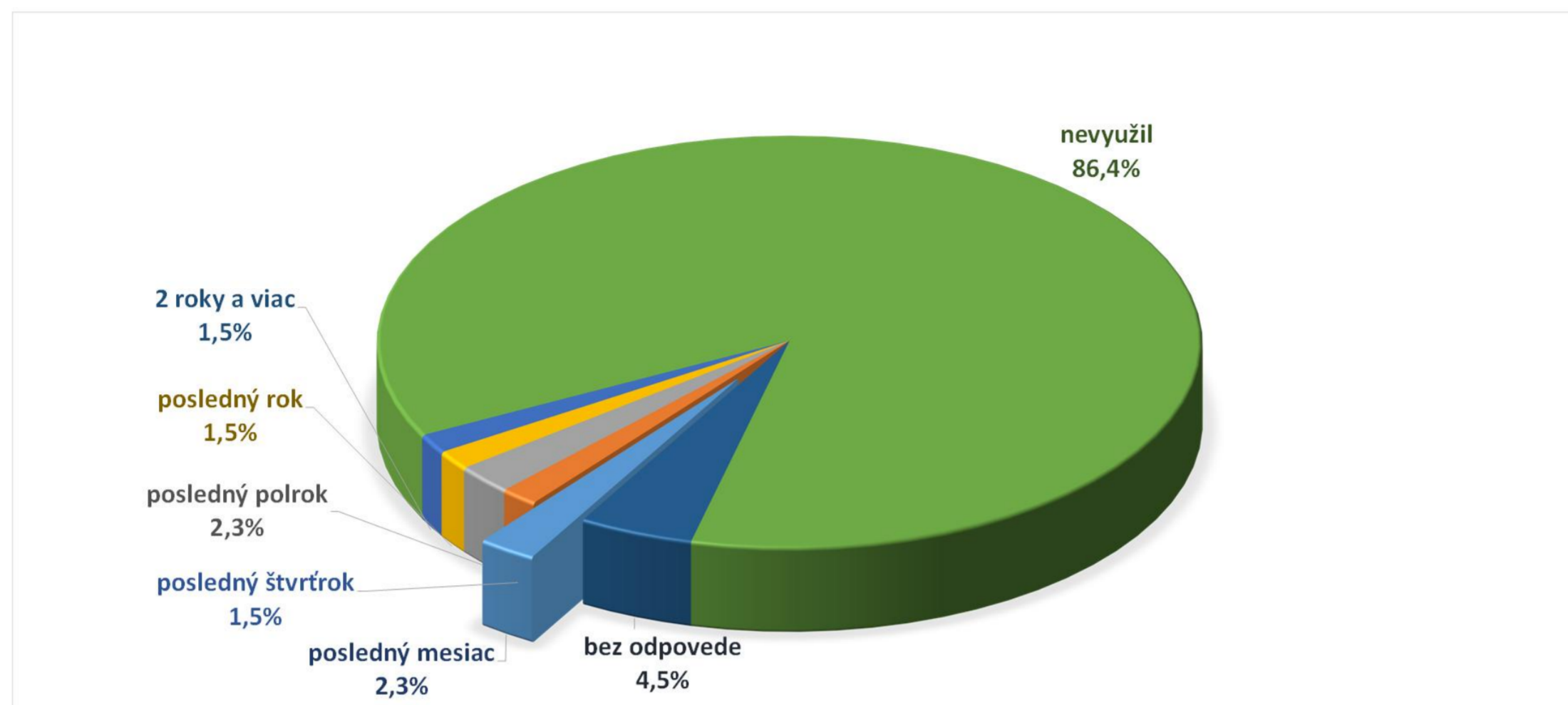


Graf č. 23 - Vedomosť respondentov (príbuzných osôb s duševnou poruchou) o pomoci pre príbuzných, ktorá sa realizuje formou tzv. odl'ahčovacej služby

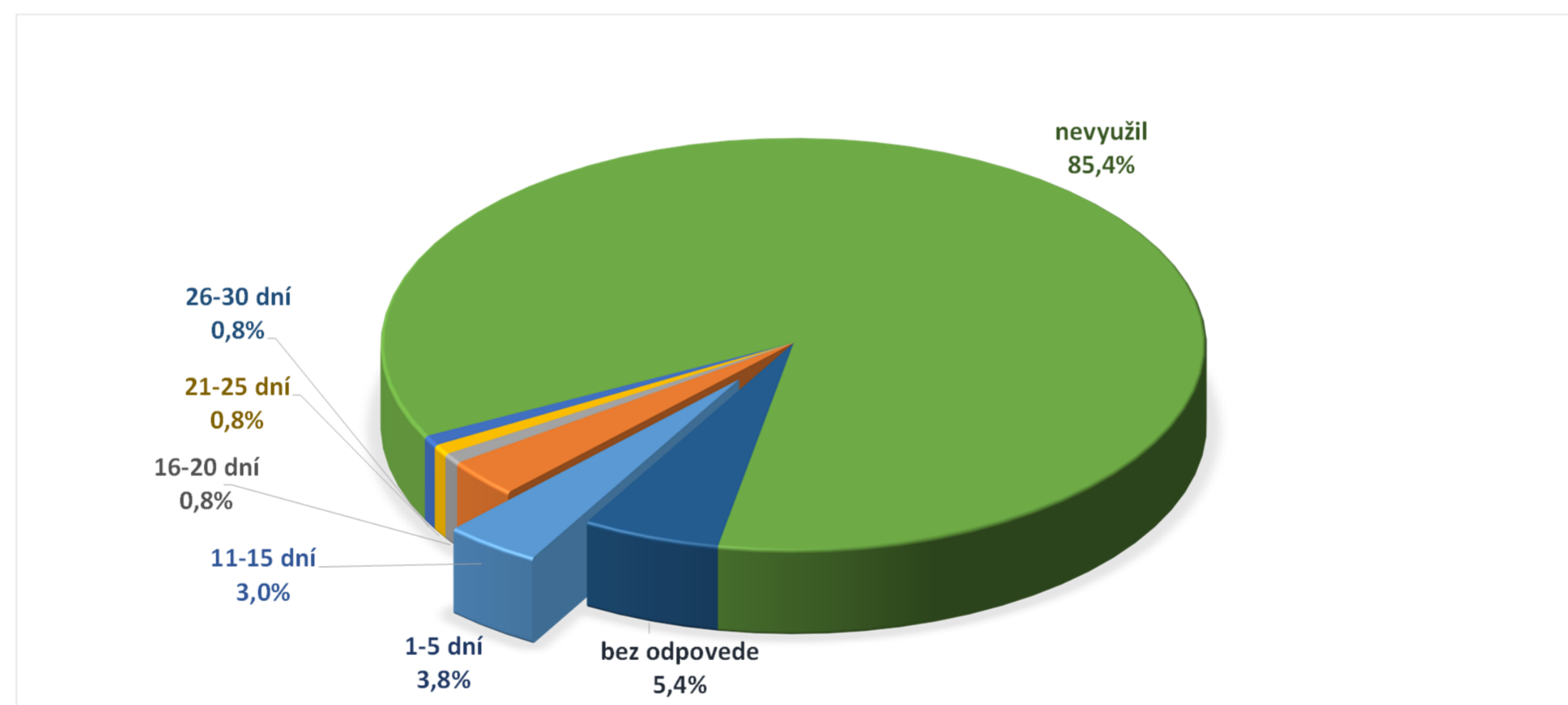
# Odlahčovacia služba a dôležitosť jej využívania príbuznými osôb s duševnou poruchou

Kováčiková Ž.

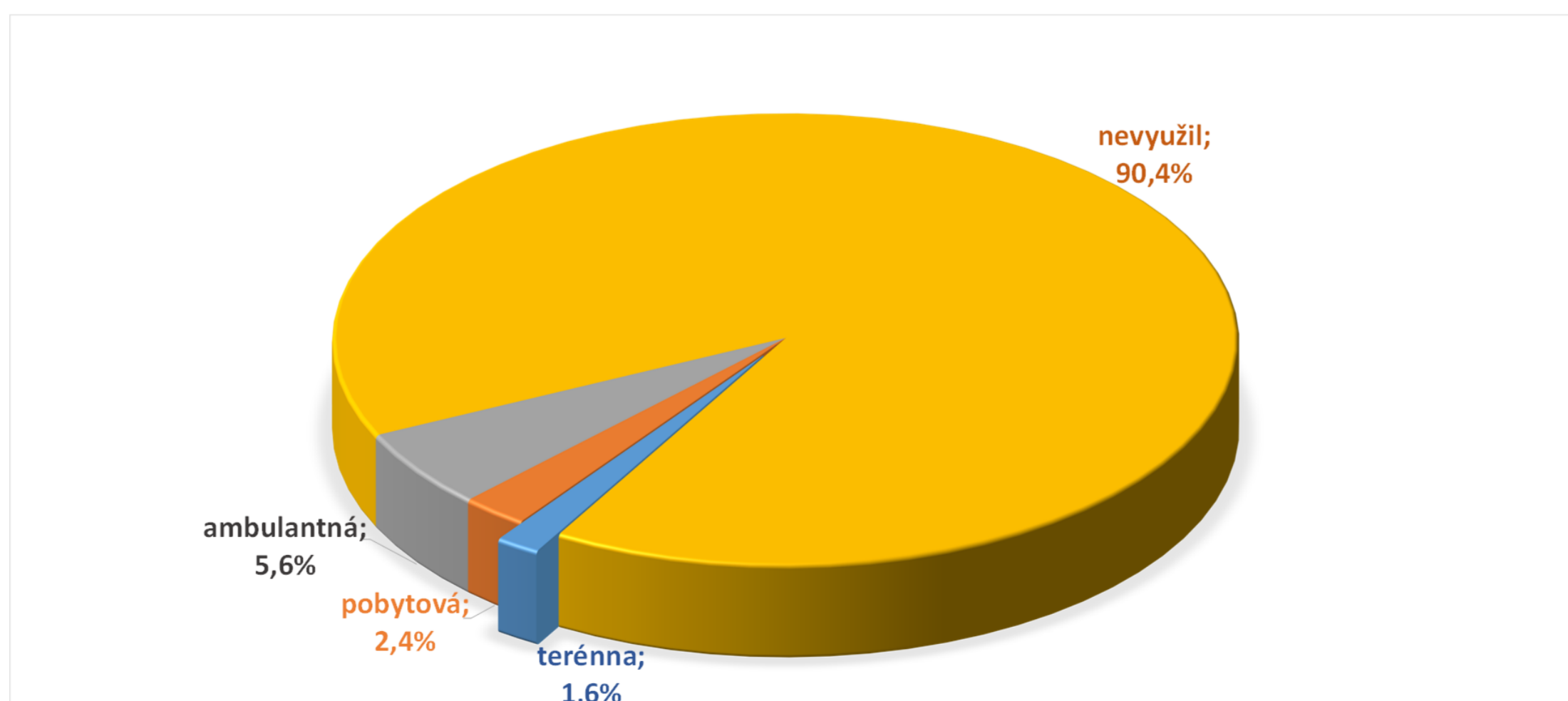
Bratislava, Slovenská republika



Graf č. 24 - Využitie odlahčovacej služby v danom období



Graf č. 25 - Počet dní, počas ktorých respondenti využili odlahčovaciu službu

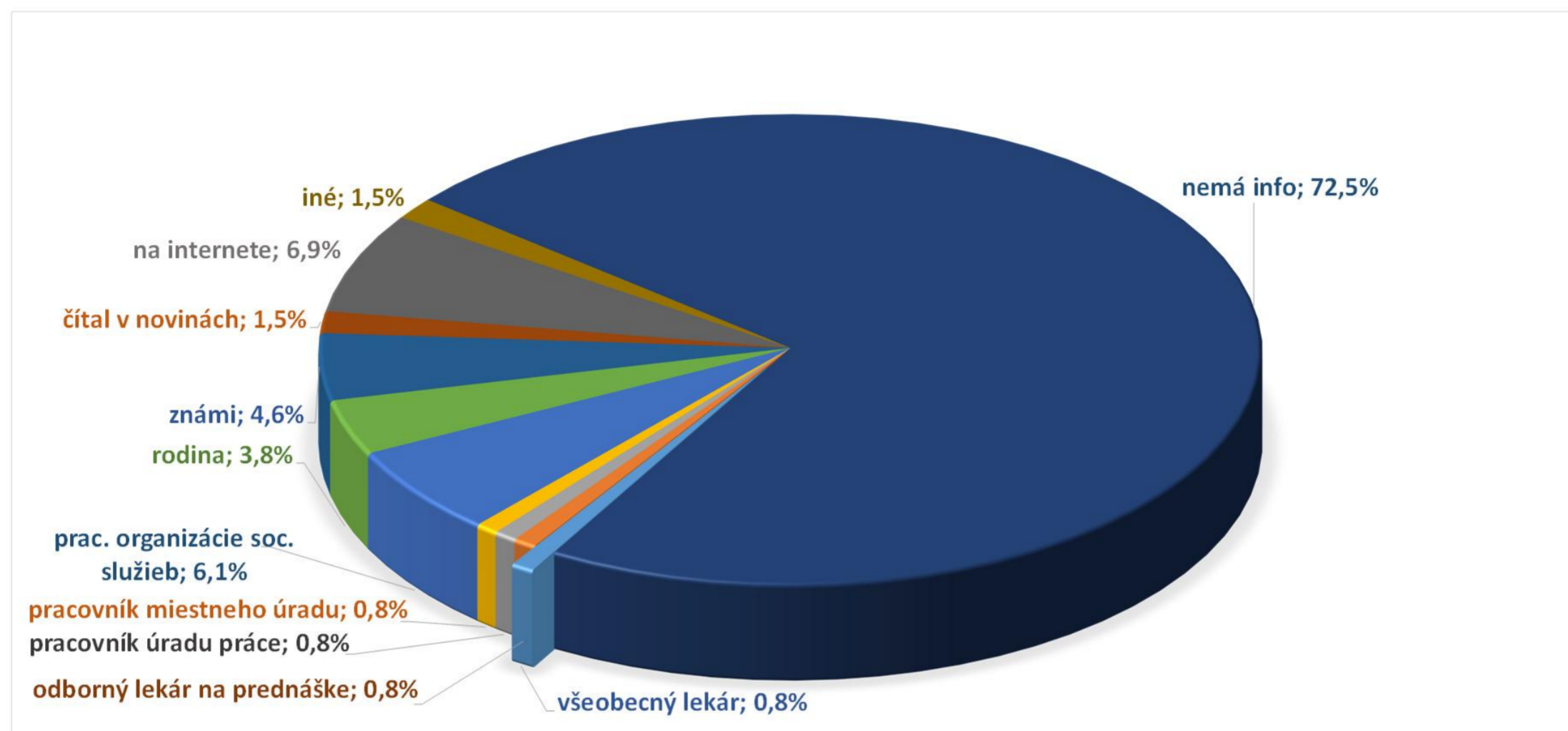


Graf č. 26 - Druh odlahčovacej služby, ktorý respondenti využili

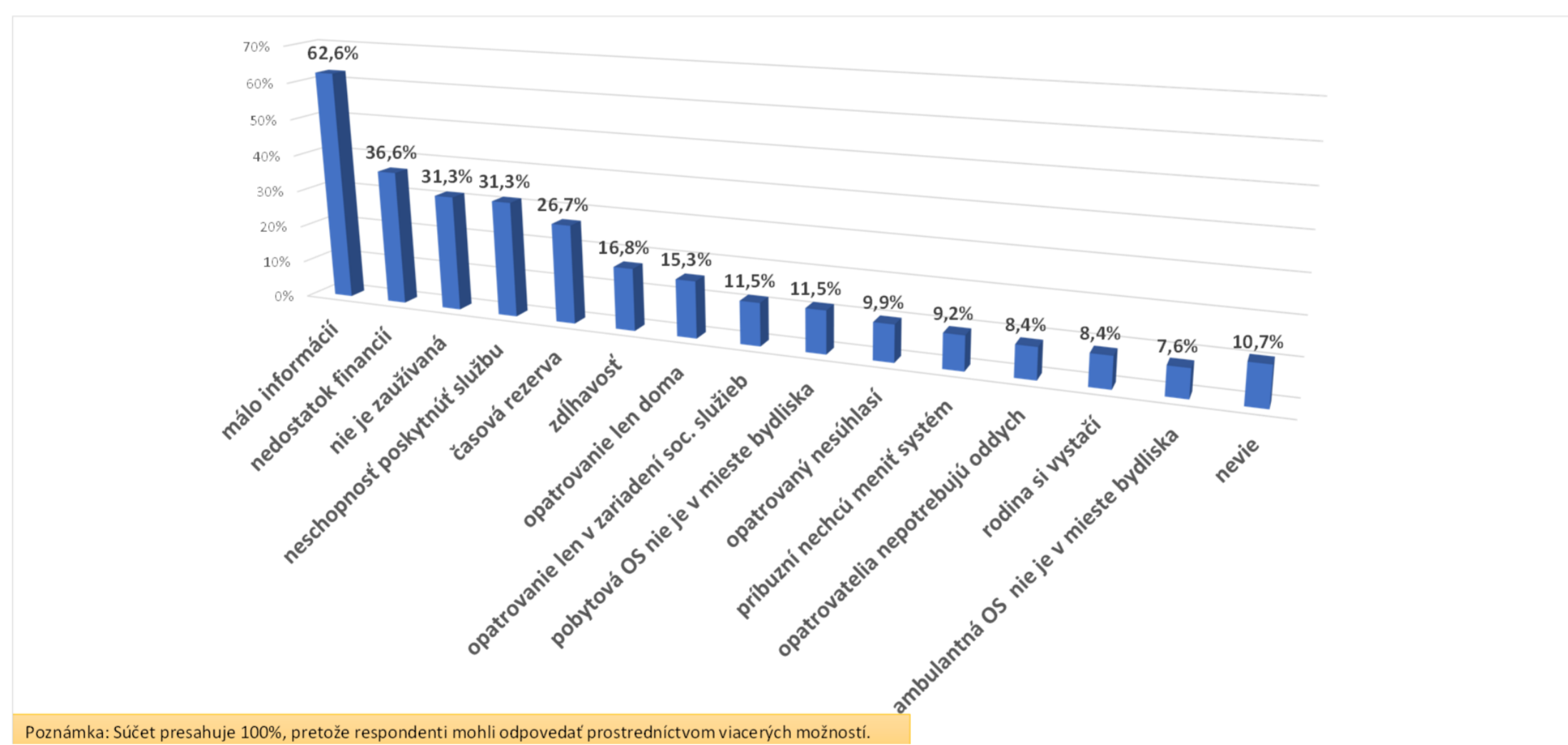
# Odlahčovacia služba a dôležitosť jej využívania príbuznými osôb s duševnou poruchou

Kováčiková Ž.

Bratislava, Slovenská republika

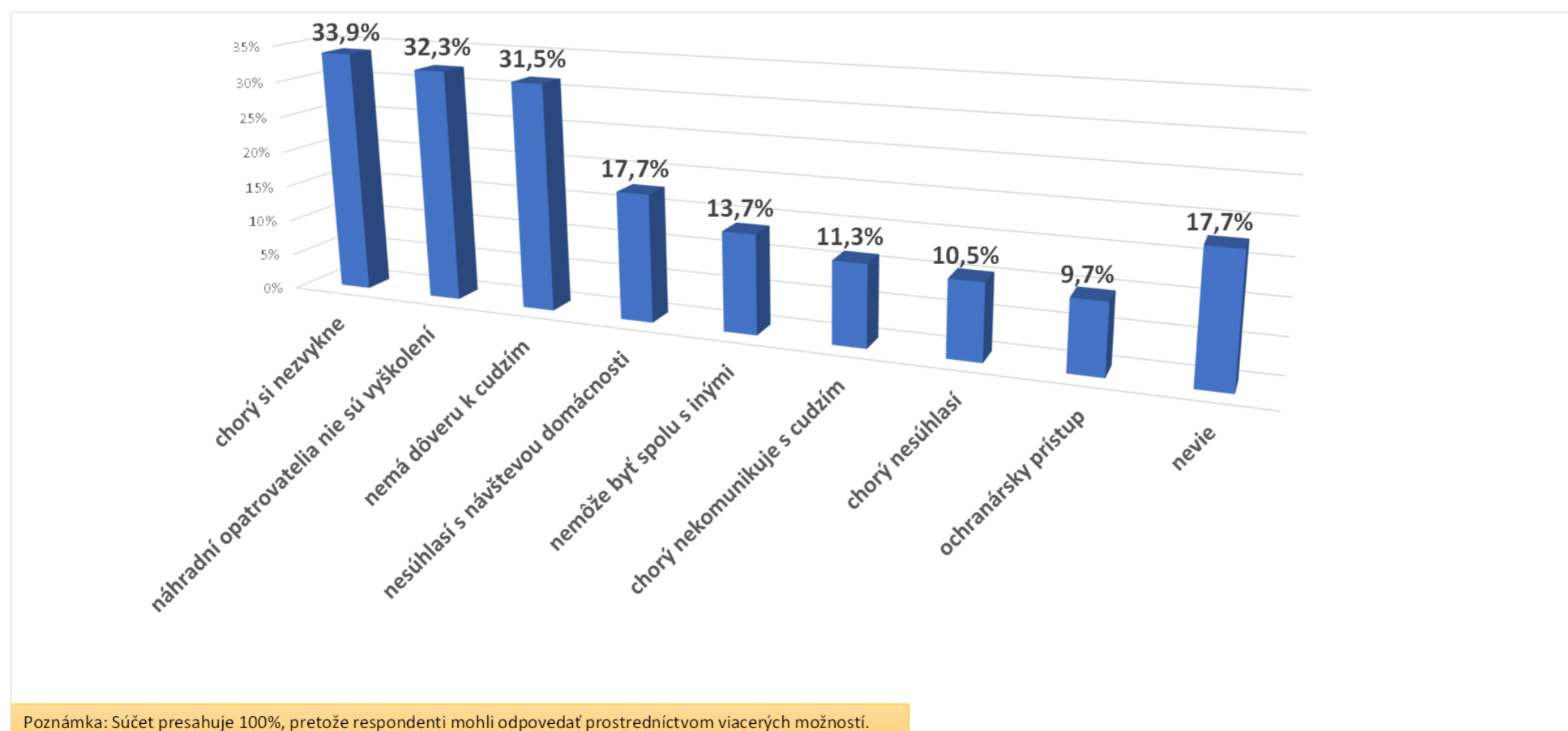


Graf č. 27 - Kto respondentov o odlahčovacej službe informoval, alebo ako sa o nej dozvedeli



Poznámka: Súčet presahuje 100%, pretože respondenti mohli odpovedať prostredníctvom viacerých možností.

Graf č. 28 - Všeobecné problémy pri využívaní odlahčovacej sociálnej služby



Poznámka: Súčet presahuje 100%, pretože respondenti mohli odpovedať prostredníctvom viacerých možností.

Graf č. 29 - Osobné zábrany pri využívaní terénnej odlahčovacej sociálnej služby



# Odl'ahčovacia služba a dôležitosť jej využívania príbuznými osôb s duševnou poruchou

Kováčiková Ž.

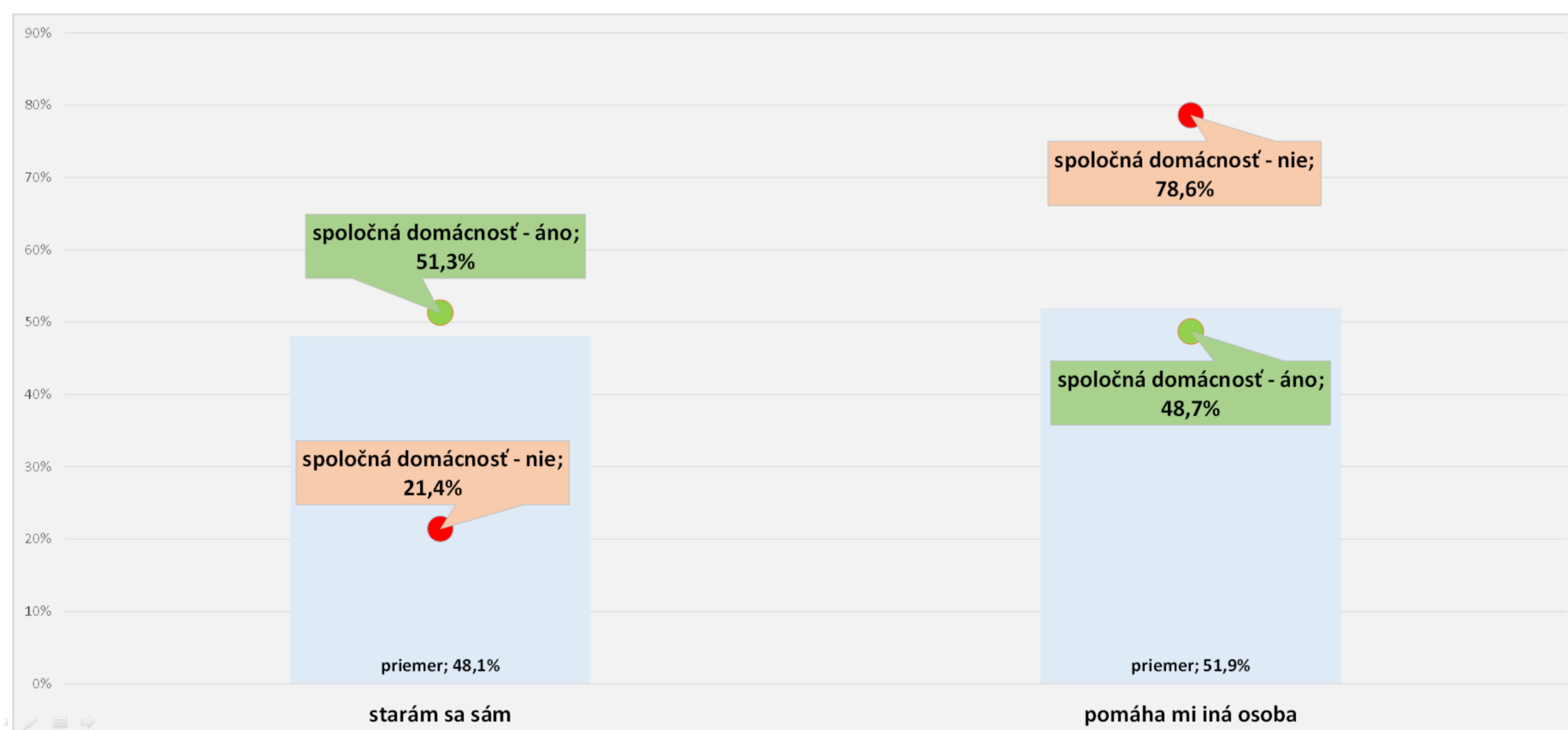
Bratislava, Slovenská republika

Návrhy a postrehy respondentov k téme odl'ahčovacej služby (napr. aké majú oni alebo ich známi skúsenosti s vybavovaním, poskytovaním a realizovaním odl'ahčovacej služby cez obecný/miestny úrad a pod.) - viac než tretina (35,9%) respondentov (47 príbuzných osôb s duševnou poruchou) uviedlo svoje návrhy a postrehy k téme odl'ahčovacej služby. 64,1% (84 príbuzných osôb s duševnou poruchou) respondentov na otvorenú otázku neodpovedalo.

## | Výsledky testovania hypotéz

V rámci predloženého výskumu sme si stanovili sedem hypotéz, ktoré sme verifikovali pomocou bivariačnej analýzy prostredníctvom programu SPSS. Šesť hypotéz sa potvrdilo a jedna sa nepotvrdila.

**Hypotéza č. 1:** Predpokladáme, že respondenti, ktorí žijú s opatrovanou osobou v spoločnej domácnosti sa o ňu častejšie starajú sami než opýtaní, ktorí majú vlastnú domácnosť.



Graf č. 30 k hypotéze č. 1

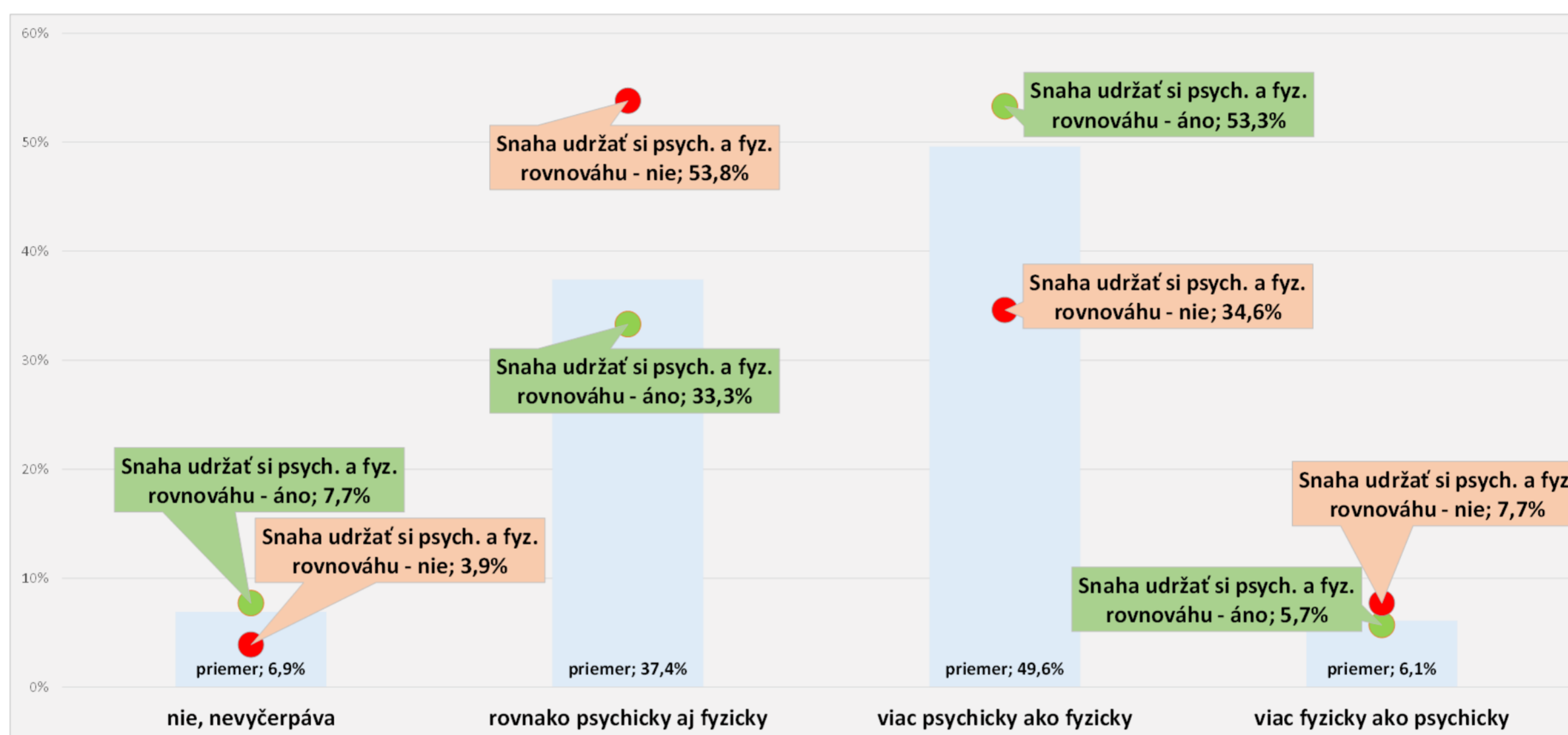
Zistené výsledky ukázali, že v skupine respondentov, ktorí žijú s opatrovanou osobou v spoločnej domácnosti má pomoc 48,7% opýtaných a viac ako polovica (51,3%) oslovených osôb sa o príbuzného s duševnou poruchou stará sama. V skupine respondentov, ktorí majú vlastnú domácnosť, má pri opatrovaní pomoc až 78,6% opýtaných a iba viac než pätina (21,4%) oslovených osôb sa o príbuzného stará sama. Hypotéza č. 1 sa potvrdila.

# Odl'ahčovacia služba a dôležitosť jej využívania príbuznými osôb s duševnou poruchou

Kováčiková Ž.

Bratislava, Slovenská republika

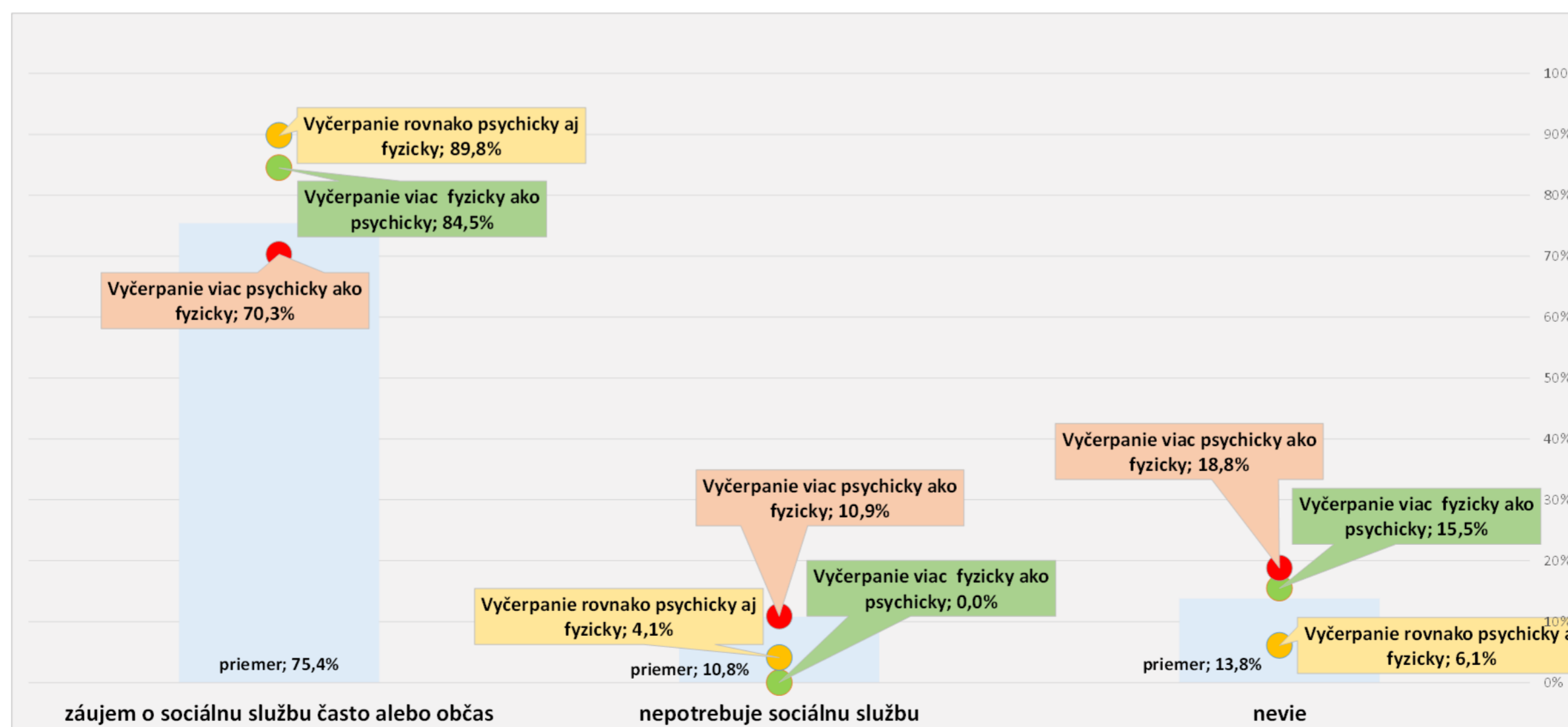
**Hypotéza č. 2:** Predpokladáme, že respondentov, ktorí sa snažia udržiavať v telesnej a psychickej rovnováhe, vyčerpáva starostlivosť o príbuzných s duševnou poruchou menej než opýtaných, ktorí túto snahu nemajú.



Graf č. 31 k hypotéze č. 2

Z uvedených údajov vyplynulo, že v skupine respondentov, ktorí sa snažia udržať si psychickú a fyzickú rovnováhu uviedlo 7,7% opýtaných, že opatrovanie osoby s duševnou poruchou ich vôbec nevyčerpáva, zatiaľ čo v skupine oslovených osôb, ktoré sa nesnažia o udržanie rovnováhy, rovnako odpovedalo len 3,9% opýtaných. Respondenti, ktorí sa snažia udržať si telesnú aj duševnú rovnováhu najčastejšie pociťovali viac psychické ako fyzické vyčerpanie (má snahu: 53,3%, nemá snahu: 34,6%). Oslovené osoby, ktoré sa nesnažia udržať si rovnováhu, boli vo vyššej miere vyčerpané viac fyzicky ako psychicky (nemá snahu: 7,7%, má snahu: 5,7%) a taktiež výrazne častejšie pociťovali rovnakú psychickú aj fyzickú záťaž (nemá snahu: 53,8%, má snahu: 33,3%). Hypotéza č. 2 sa potvrdila.

**Hypotéza č. 3:** Predpokladáme, že o pomoc formou sociálnej služby prejavili najväčší záujem respondenti, ktorých opatrovanie príbuzného s duševnou poruchou vyčerpáva rovnako psychicky aj fyzicky.



Graf č. 32 k hypotéze č. 3

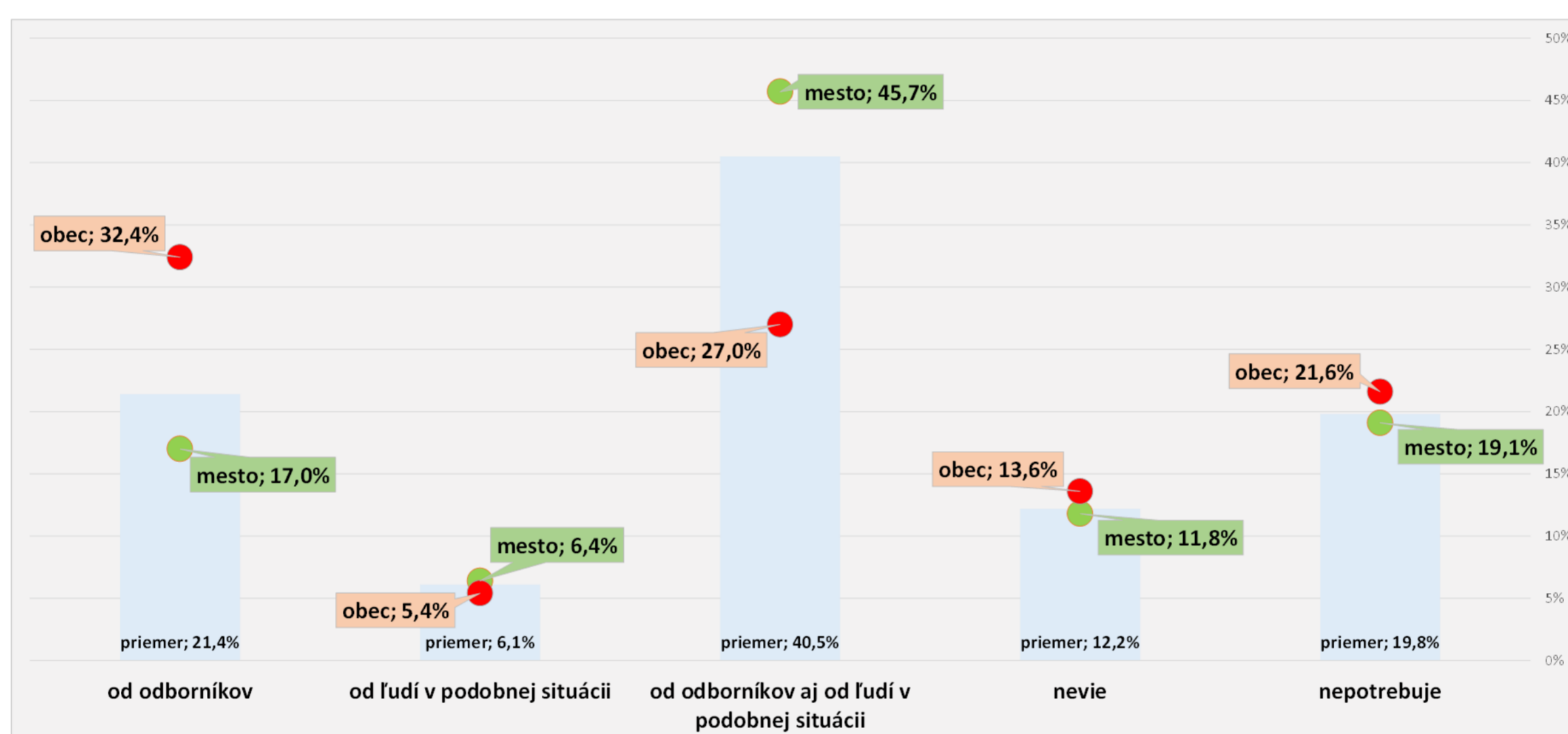
# Odlahčovacia služba a dôležitosť jej využívania príbuznými osôb s duševnou poruchou

Kováčiková Ž.

Bratislava, Slovenská republika

Prezentované výsledky ukázali, že záujem o túto formu sociálnej pomoci malo až 89,8% opýtaných, ktorých starostlivosť o príbuzného s duševnou poruchou vyčerpáva rovnako fyzicky aj psychicky, zatiaľ čo rovnakú odpoveď uviedlo 84,5% respondentov pociťujúcich viac fyzickú záťaž a 70,3% oslovených osôb s vyšším fyzickým vyčerpaním. Hypotéza č. 3 sa potvrdila.

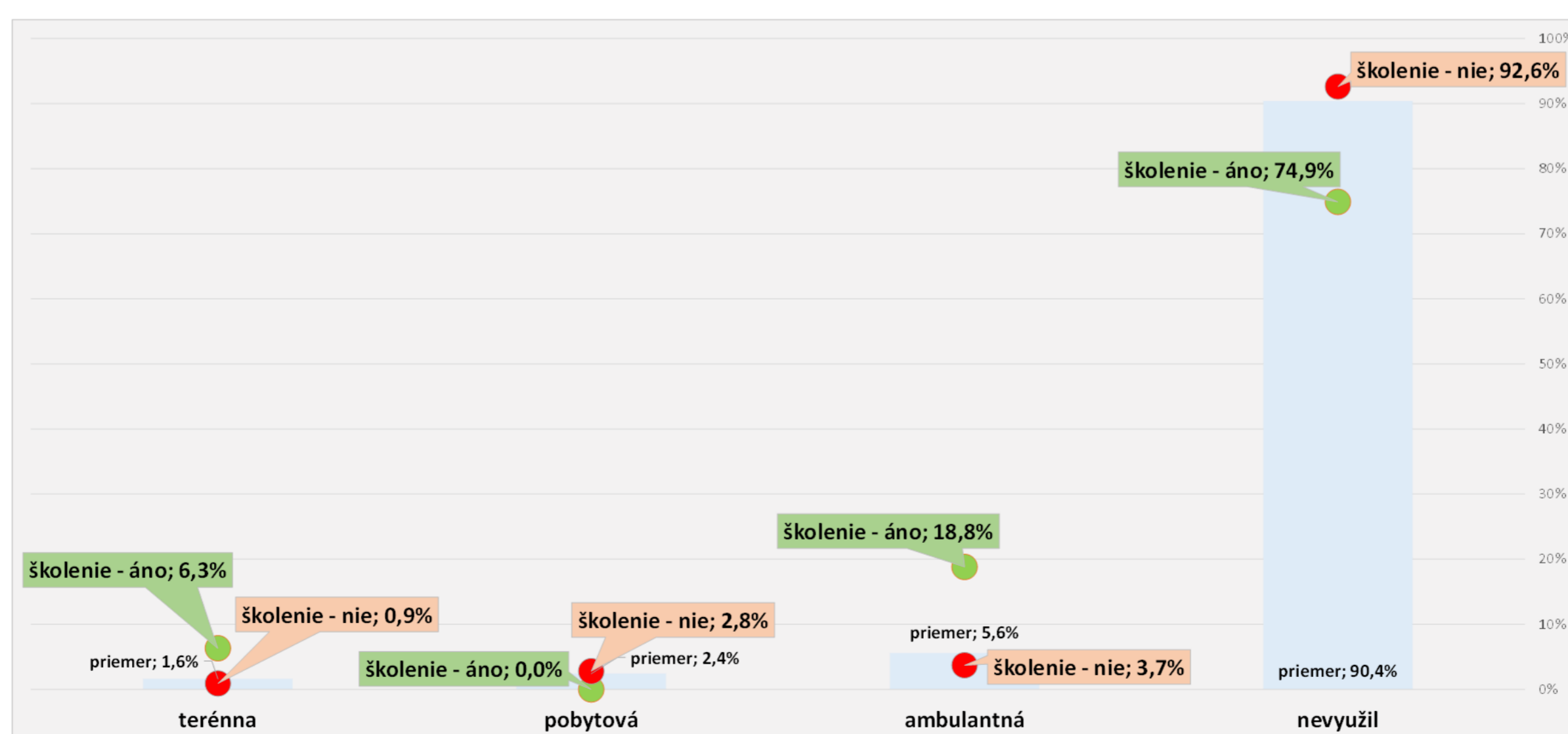
**Hypotéza č. 4:** Predpokladáme, že respondenti žijúci v mestách budú viac preferovať pomoc od odborníkov než opýtaní pochádzajúci z obcí.



Graf č. 33 k hypotéze č. 4

Prezentované údaje potvrdili, že respondenti žijúci v mestách výrazne preferovali psychickú podporu nielen od odborníkov, ale aj od ľudí, ktorí sú v podobnej situácii (45,7%, obec: 27,0%), zatiaľ čo opýtaní pochádzajúci z vidieka dali prednosť podpore, ktorú by im poskytli odborníci (32,4%, mesto: 17,0%). Hypotéza č. 4 sa nepotvrdila.

**Hypotéza č. 5:** Predpokladáme, že respondenti – absolventi školenia určeného pre príbuzných, ktorí majú v rodine člena s duševnou poruchou, častejšie využili odlahčovaciu starostlivosť než opýtaní, ktorí sa takéhoto školenia nezúčastnili.



Graf č. 34 k hypotéze č. 5

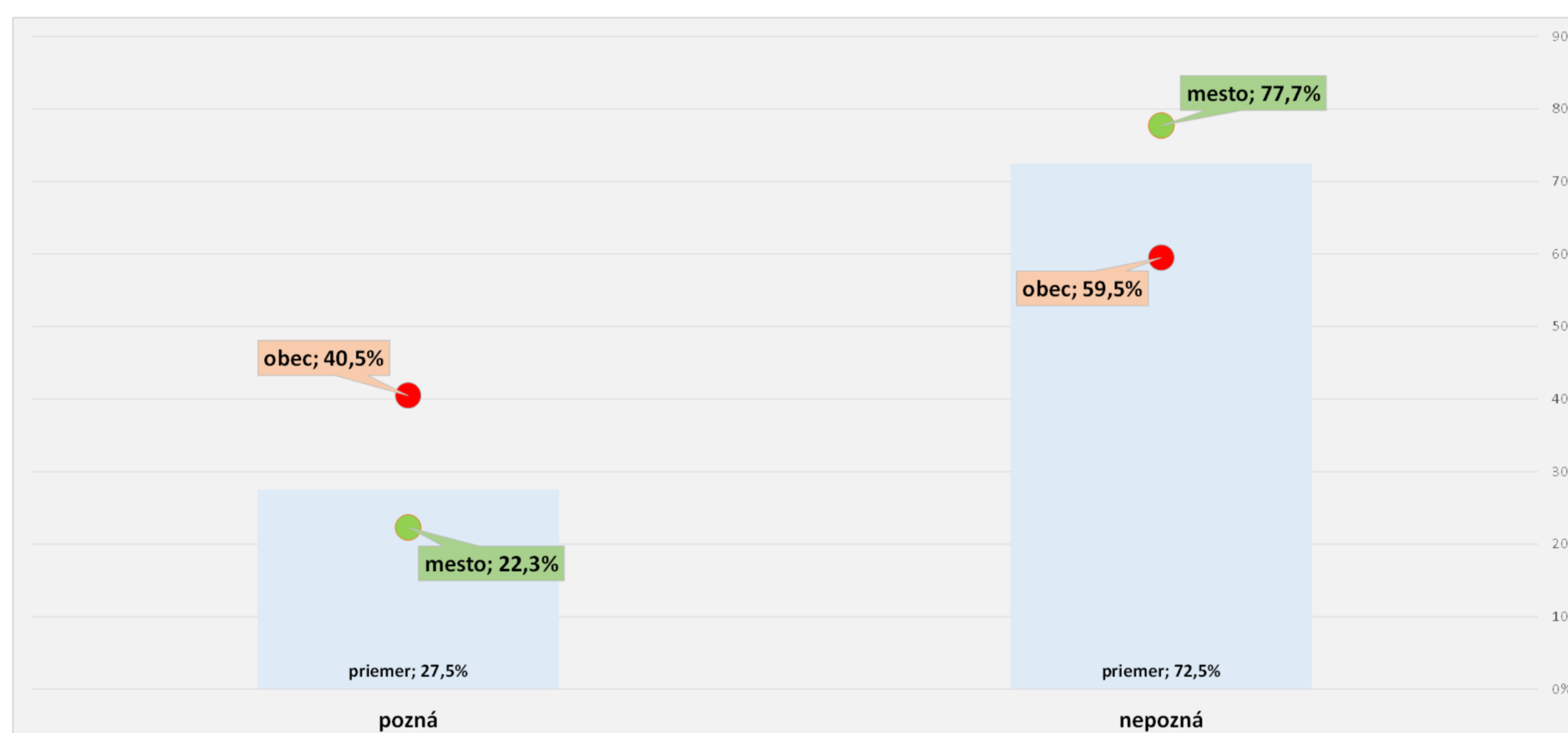
# Odl'ahčovacia služba a dôležitost' jej využívania príbuznými osôb s duševnou poruchou

Kováčiková Ž.

Bratislava, Slovenská republika

Zistené výsledky ukázali, že respondenti, ktorí absolvovali školenie určené pre príbuzných, ktorí majú v rodine osobu s duševnou poruchou, využili častejšie ambulantnú (bol na školení: 18,8%, nebol na školení: 3,7%) a terénnu odl'ahčovaciu službu (bol na školení: 6,3%, nebol na školení: 0,9%), pričom opýtaní, ktorí sa na tomto školení nezúčastnili prejavili väčší záujem o využitie pobytovej odl'ahčovacej služby (nebol na školení: 2,8%, bol na školení: 0). Z prezentovaných údajov vyplynulo, že odl'ahčovaciu službu nevyužili tri štvrtiny (74,9%) oslovených osôb, ktoré školenie pre príbuzných absolvovali a až 92,6% respondentov, ktorí tento druh školenia nenavštívili. Hypotéza č. 5 sa potvrdila.

**Hypotéza č. 6:** Predpokladáme, že respondenti žijúci v obciach budú častejšie poznať odl'ahčovaciu službu než opýtaní pochádzajúci z miest.



Graf č. 35 k hypotéze č. 6

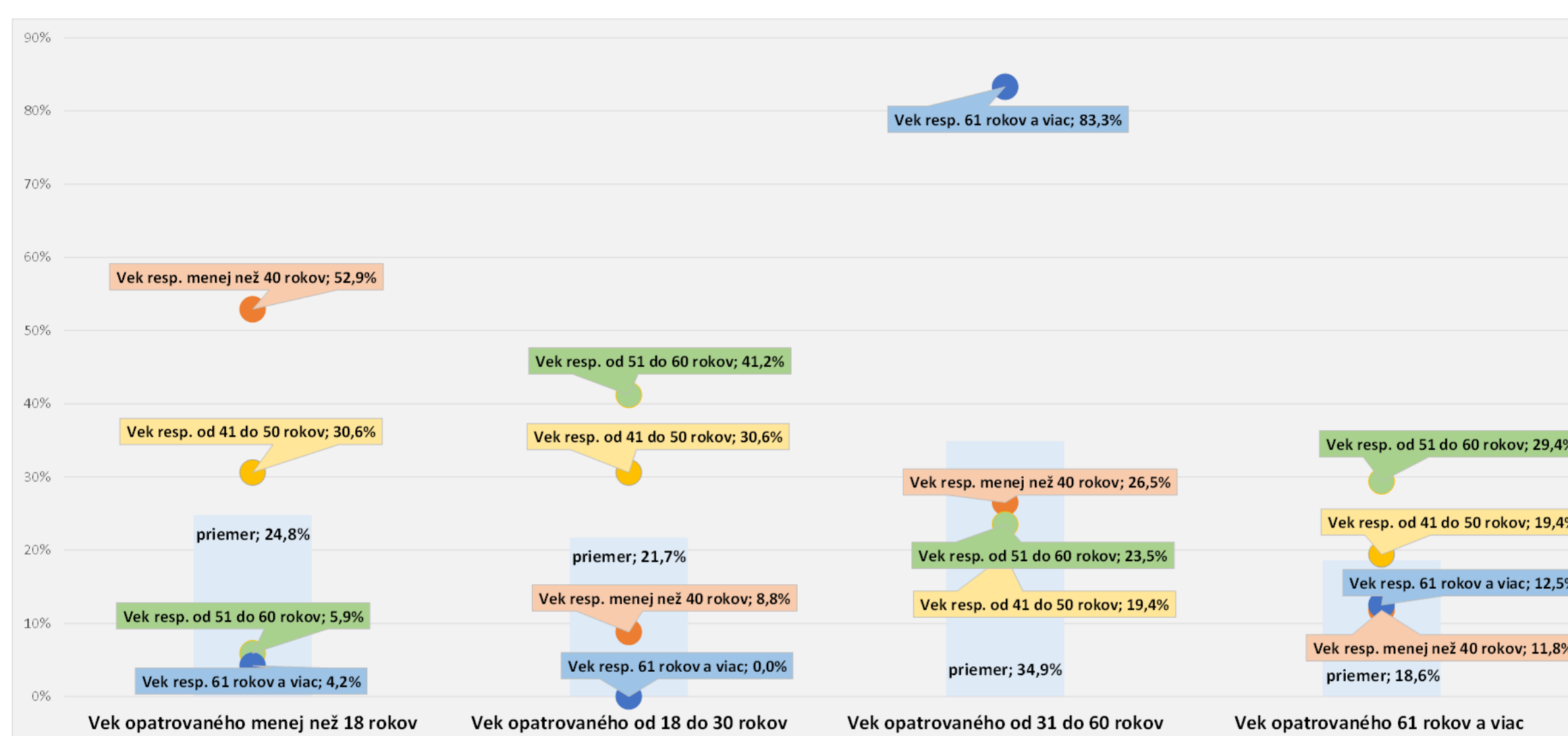
Prezentované výsledky ukázali, že informácie o odl'ahčovacej službe malo 40,5% opýtaných žijúcich v obciach a iba 22,3% respondentov pochádzajúcich z miest. Okrem toho sme zistili, že odl'ahčovaciu službu vôbec nepozná až 77,7% oslovených osôb v mestách a viac než polovica (59,5%) respondentov žijúcich na vidieku. Hypotéza č. 6 sa potvrdila.

# Odl'ahčovacia služba a dôležitosť jej využívania príbuznými osôb s duševnou poruchou

Kováčiková Ž.

Bratislava, Slovenská republika

**Hypotéza č. 7:** Predpokladáme, že mladší respondenti sa častejšie starajú o mladšie osoby s duševnou poruchou než starší opýtaní, ktorí vo vyššej miere opatrujú starších príbuzných.



Graf č. 36 k hypotéze č. 7

Uvedené zistenia potvrdili, že respondenti mladší než 40 rokov (52,9%, od 41 do 50 rokov: 30,6%, od 51 do 60 rokov: 5,9%, 61 rokov a viac: 4,2%) najčastejšie opatrovali príbuzného, ktorý mal menej než 18 rokov. Opýtaní vo veku od 51 do 60 rokov (41,2%, 61 rokov a viac: 0, od 41 do 50 rokov: 30,6%, menej než 40 rokov: 8,8%) sa starali najmä o príbuzných vo veku od 18 do 30 rokov, pričom najstarší respondenti opatrovali v najvyššej miere osoby s duševnou poruchou vo veku od 31 do 60 rokov (61 rokov a viac: 83,3%, od 51 do 60 rokov: 23,5%, od 41 do 50 rokov: 19,4%, menej než 40 rokov: 26,5%). Zaujímavé je zistenie, že o príbuzných, ktorí mali 61 rokov a viac sa najčastejšie starali oslovené osoby vo veku od 51 do 60 rokov: 29,4%, 61 rokov a viac: 12,5%, od 41 do 50 rokov: 19,4%, menej než 40 rokov: 11,8%). Hypotéza č. 7 sa potvrdila.

# Odlahčovacia služba a dôležitosť jej využívania príbuznými osôb s duševnou poruchou

Kováčiková Ž.

Bratislava, Slovenská republika

## | Odporúčania pre prax

Na základe zistených skutočností si dovoľujeme navrhnúť tieto odporúčania pre prax:

Pretože ide o pomerne novú sociálnu službu, na ktorú si potrebujú potenciálni prijímatelia sociálnych služieb a ich príbuzní ešte zvyknúť, odporúčame **široť osvetu o tomto druhu sociálnej služby** a pokračovať v pravidelnom informovaní budúcich prijímateľov sociálnych služieb na psychiatrických klinikách, oddeleniach jednotlivých nemocníc a v ambulanciách praktických lekárov a začať organizovať pravidelné besedy o tejto problematike.

Navrhujeme upraviť § 54 zákona č. 448/2008 o sociálnych službách tak, **aby odlahčovacia služba nebola viazaná na opatrovateľský príspevok** a mohli ju využívať aj osoby poskytujúce osobnú starostlivosť ľuďom s ťažkým zdravotným postihnutím, teda aj príbuzní osôb s duševnou poruchou, ktorí väčšinou nie sú poberateľmi príspevku za opatrovanie.

Navrhujeme, aby sa podľa § 54 zákona č. 448/2008 o sociálnych službách odlahčovacia služba poskytovala na **konkrétny, skutočne požadovaný/nevýhnutný počet hodín**. Minimálny stanovený 12 hodinový denný rozsah nerieši skutočné potreby jednotlivých rodín, ktoré môžu byť veľmi individuálne v závislosti od zdravotného stavu opatrovaného člena rodiny a závažnosti situácie celej rodiny (napr. aj na „menšej“ úrovni potrieb starajúcich sa osôb, napr. 3 – 6 hodín na deň). Podľa výsledkov nášho výskumu najviac príbuzných osôb s duševnou poruchou (24,4%) sa staralo o osobu s duševnou poruchou až 21 – 24 hodín denne a 22,9% príbuzných venovalo tejto starostlivosti 5 – 8 hodín denne.

Navrhujeme, aby súčasťou pomoci, ktorá sa podľa § 54 zákona č. 448/2008 o sociálnych službách poskytuje fyzickej osobe odkázanej na pomoc inej fyzickej osoby v rámci odlahčovacej služby terénnou formou sociálnej služby, bolo nielen poskytovanie úkonov starostlivosti o jej domácnosť (napr. nakupovanie, varenie, upratovanie) a zabezpečenie základných sociálnych aktivít (napr. sprievod na lekárske vyšetrenie a vybavenie úradných záležitostí) podľa prílohy č. 4 časti II a III, **ale aj poskytovanie úkonov sebaobsluhy** (napr. pomoc pri osobnej hygiene a celkovom kúpeľi, vrátane dodržiavania liečebného režimu - dohľadu nad užívaním liekov) podľa prílohy č. 4 časti I. Podľa našich zistení najviac (54,3%) respondentov by počas svojej neprítomnosti potrebovalo v rámci poskytovania úkonov sebaobsluhy pre svojho člena rodiny s duševnou poruchou pomôcť pri dodržiavaní liečebného režimu (vrátane dohľadu nad užívaním liekov) a viac ako polovica (51,2%) opýtaných sa domnievala, že osoba, ktorú opatrujú, si vyžaduje pomoc pri osobnej hygiene a celkovom kúpeľi.

Navrhujeme, aby na Slovensku boli aspoň v okresných mestách vyhradené **miesta na stretávanie pre rodinných príslušníkov, poskytujúcich starostlivosť pre svojich príbuzných s duševnou poruchou**. Vo Francúzsku fungujú napr. kaviarne, v ktorých sa stretávajú opatrovatelia. Sú miestami, určenými pre všetkých opatrovateľov, bez ohľadu na vek a zdravotný stav opatrovanej osoby. Tieto stretnutia sa konajú raz mesačne a vedie ich psychológ, prípadne sociálny pracovník s odbornými znalosťami o opatrovateľoch. Na každom stretnutí prebieha výmena informácií a skúseností opatrovateľov. Cieľom je ponúknuť vyhradené miesto, vymeniť a stretnúť sa s inými opatrovateľmi v priateľskej atmosfére. V našom výskume sme zisťovali, či by respondenti uvítali pomoc formou psychologickéj podpory v momentoch vyčerpania, nezvládnuteľného stresu a pod., ktoré sú dôsledkom náročného opatrovania príbuzného. Až 40,5% respondentov by uvítalo pomoc od odborníkov aj od ľudí, ktorí sú v podobnej situácii a viac než pätina opýtaných (21,2%) by uvítala pomoc len od odborníkov. Vo výskume sme sa zamerali aj na frekvenciu stretnutí ako formy psychologickéj podpory v momentoch vyčerpania, nezvládnuteľného stresu a pod., ktoré vyplývajú z náročnosti poskytovanej starostlivosti o príbuzného s duševnou poruchou. Až necelá tretina respondentov (29,5%) by mala záujem stretnúť sa raz mesačne a 23,3% opýtaných by privítalo ešte vyššiu frekvenciu stretnutí, a to raz za dva týždne.

Navrhujeme, aby na Slovensku bola zriadená **podporná Linka pre opatrovateľov**, ktorá funguje napr. v Írsku. My si vieme u nás pomoc formou takejto linky predstaviť tak, že príbuzný by na ňu zatelefonoval napr. pri náhlom ochorení osoby s duševnou poruchou, kedy by si nemohol z dôvodu zvýšenej starostlivosti o svojho člena rodiny zabezpečiť nákup do domácnosti, vybaviť úradné záležitosti a pod., ale aj v prípade náhleho ochorenia samotného príbuzného, ktorý by vďaka svojmu ochoreniu nebol schopný ísť si zabezpečiť nákup, vybaviť úradné záležitosti... Z nášho výskumu vyplynulo, že až 41,2% respondentov by potrebovalo krátkodobú pomoc - počas bežných situácií (napr. počas návštevy u lekára, počas vybavovania úradných záležitostí, počas nakupovania...). Viac než tretine (38,2%) opýtaných by sa zišla dlhodobá pomoc (napr. počas pobytu v nemocnici, počas kúpeľnej liečby, počas dlhšej služobnej cesty), pričom 37,4% respondentov by vyžadovalo urgentnú pomoc, a to dlhodobo aj krátkodobo (napr. počas náhleho ochorenia na kratší aj dlhší čas, prípadne úrazu).

# Odľahčovacia služba a dôležitosť jej využívania príbuznými osôb s duševnou poruchou

Kováčiková Ž.

Bratislava, Slovenská republika

## | Záver

Dotazník vyplnilo spolu 131 respondentov - príbuzných osôb s duševnou poruchou. Výsledky výskumu je teda treba považovať len za informatívne. Prezentované zistenia potvrdili, že odľahčovacia služba je v skupine osôb, ktoré opatrujú svojich príbuzných s duševnou poruchou len veľmi málo známa. Bolo by dobre viac propagovať túto pomoc a poskytnúť tak ľuďom, ktorí s osobami s duševnou poruchou trávajú celé mesiace a roky, aby si mohli odpočinúť. Zistené výsledky ukázali, že informácie o odľahčovacej službe malo 40,5% opýtaných žijúcich v obciach a iba 22,3% respondentov pochádzajúcich z miest. Okrem toho sme zistili, že odľahčovaciu službu vôbec nepozná až 77,7% oslovených osôb v mestách a viac než polovica (59,5%) respondentov žijúcich na vidieku.

Z prezentovaných údajov vyplynulo, že respondenti si najviac obľúbili ambulantnú odľahčovaciu službu, pričom najmenej dôverovali možnostiam, ktoré poskytuje terénna a pobytová odľahčovacia služba. Zistené údaje ukázali, že medzi najčastejšie zábrany, ktoré pociťujú príbuzní osôb s duševnou poruchou pri využívaní terénnej formy odľahčovacej služby patrí strach o chorého, ktorý by si na nových ľuďoch ťažko zvykal, nedôvera voči kvalitám opatrovateľov (respondenti si myslia, že náhradní opatrovatelia nie sú dostatočne odborne vyškolení na rôzne neštandardné prejavy osôb s duševnými poruchami) a nedôvera voči cudzím osobám (respondenti nesúhlasia s tým, aby cudzia osoba chodila do ich domácnosti).

Zistené výsledky považujeme za negatívne a myslíme si, že je veľmi potrebné poskytnúť tieto dôležité informácie nielen osobám, ktoré opatrujú ľudí s duševnou poruchou, ale aj profesionálom z radov pomáhajúcich profesií, ktorí prispievajú k ich odbornej starostlivosti.

## Literatúra

KOČIBALOVÁ, Anna. 2005. *Zvládanie záťaže u príbuzných s psychotickým ochorením, najčastejšie z okruhu schizofrénie*. Diplomová práca Mgr. / Anna Kočibalová, vedúci diplomovej práce: Andrea Beňušková - [1. vyd.]. – Trnava: Trnavská univerzita, Katedra psychológie, 2005, 88 s.

KOVÁČIKOVÁ, Žaneta – KOČIBALOVÁ, Anna – Odľahčovacia služba a jej dôležitosť pre príbuzných ľudí s duševnými poruchami. Príspevok na konferenciu (bez empirickej časti). 2016. 7 s.

MATOUŠEK, Oldřich. - KOLÁČKOVÁ, Jana. - KODYMOVÁ, Pavla., (Eds.). *Sociální práce v praxi: Specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Praha: Portál, 2005. 351 s. ISBN 80-7367-002-X.

SHAH, Aadil Jan – WADOO, Ovais – LATOO, Javed: *Psychological Distress in Carers of People with Mental Disorders* [online] 2010, [citované 2016-11-02], dostupné na internete: < <http://www.bjmp.org/content/psychological-distress-carers-people-mental-disorders>>.

ŠAFRÁNKOVÁ, Pavla. 2002. *Pojednání o respitní péči*. In Speciální pedagogika: časopis pro teorii a praxi speciální pedagogiky. Praha: Pedagogická fakulta UK, 2002, č. 4, s. 251-258. ISSN 1211-2720.

Zákon č. 448/2008 Z. z. o sociálnych službách a o zmene a doplnení zákona č. 455/1991 Zb. o živnostenskom podnikaní v znení neskorších predpisov.