

MGR. ELENA KENDEREŠOVÁ, PHD.

St. Elizabeth University of health and social work Bratislava (Slovakia)

Political scientist, educator, philosopher and social worker. Research interests: Social policy, social security, applied social policy, social work with seniors, civil and family law.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4644-0402>

E-mail: kenderesova@vssvalzbety.sk

CC-BY-NC-ND 4.0 Deed

THE PHENOMENON OF SINGLE-PARENT FAMILIES IN THE SLOVAK REPUBLIC

Zjawisko rodzin niepełnoletnich w Republice Słowackiej

DOI: <https://doi.org/10.62266/PK.1898-3685.2026.38.21>

Úvod

Jednorodičovské rodiny patria medzi najzraniteľnejšie skupiny obyvateľstva. Zložité životné okolnosti, ktorým čelia, zásadne ovplyvňujú ich sociálne fungovanie, ekonomickú stabilitu aj psychickú pohodu. Spája ich spoločná črta: nevyhnutnosť zosúladiť viaceré úlohy, ktoré v iných domácnostiach bývajú rozdelené medzi dvoch dospelých. Napriek tomu, že ide o skupinu početne zastúpenú a odbornými kruhmi opakovane identifikovanú ako rizikóvu v širšej spoločenskej diskusii, zostáva táto téma často marginalizovaná a redukovaná len na administratívne označenie „neúplná rodina“. Problematika sociálneho zabezpečenia v podmienkach Slovenskej republiky neidentifikuje špecifickú podporu a pomoc pre túto zraniteľnú skupinu. Dávky a príspevky sú nastavené celkovo pre rodiny a nad rámec táto problematika nie je zastrešená. Napriek tomu, už vidíme v postupne prijatých sociálnych opatreniach, že sa otvára priestor pre diskusiu a určité kroky aj pre jednorodičov. Príspevok môže byť prínosom pre odbornú aj laickú verejnosť, nakoľko poskytuje nielen analytický pohľad, ale aj priestor na empatické porozumenie situácie, ktorú nemožno vnímať ako osobné zlyhanie, ale ako dôsledok širších spoločenských, ekonomických a systémových súvislostí. Jednorodičovstvo nepredstavuje slabosť, ale špecifickú formu rodičovstva, ktorá si vyžaduje dvojnásobnú mieru vnútornej sily, odhodlania a spoločenskej podpory.

1. Rodina – bunka spoločnosti a subjekt sociálnej politiky

Rodina je považovaná za najstaršiu spoločenskú inštitúciu a je chápaná ako základný subjekt spoločnosti, s ktorou je úzko prepojená a tvorí jej podstatu. Existencia rodiny je založená na slobodnom rozhodnutí oboch partnerov. Štát posudzuje rodinu z hľadiska funkcií, ktoré súvisia s jej vnútorným rozvojovým potenciálom, ktorý je nepostrádateľný pre jednotlivca aj pre spoločnosť. Rodinu definujeme ako spoločenstvo ľudí, ktorí zdieľajú spoločnú domácnosť, žijú pod jednou strechou, spoločne hospodária, podliehajú jednej autorite a dodržiavajú stanovené pravidlá a hranice. Etymologický pôvod slova rodina je odvodený od pojmu rod¹. Súčasná legislatíva definuje rodinu ako jednotku, v ktorej základ tvorí manželstvo, ktoré je spomenuté v zákone o rodine č. 36/2005 Z. z. Manželstvo predstavuje spojenie muža a ženy. Spoločnosť a štát tento výnimočný zväzok dôkladne chráni a podporuje jeho blaho. Manžel a manželka majú rovnaké práva a povinnosti aj voči sebe navzájom, aj voči svojim deťom. Primárnym cieľom manželstva je vytvorenie rodiny a

¹ J. Gabura, *Rodinný konflikt a rodinná meditácia*, Univerzita Konštantína filozofa, Nitra 2015, s. 11-13. ISBN 978-80-558-1120-8.

zodpovedná výchova detí².

Rodina plní množstvo významných úloh, ktoré sú dôležité nielen pre jednotlivca, ale aj pre celú spoločnosť. Existuje mnoho spôsobov, ako definovať funkciu rodiny. Zdravá rodina podporuje dieťa v integrácii do spoločnosti a pôsobí ako regulátor rizikového správania. Každá rodina vytvára jedinečné prostredie, ktoré ovplyvňuje vzťah jednotlivca k sebe samému, k jeho blízkemu okoliu a k svetu okolo neho. Rodina predstavuje základný pilier pre formovanie celého života a jej úloha je takmer nenahraditeľná inými inštitúciami či skupinami. Odborníci sa pri skúmaní funkčnosti rodiny zameriavajú na tri hlavné oblasti: dynamiku rodiny, jej štruktúru a historický vývoj³. Rodina je spoločenstvo, ktoré je závislé na fungovaní spoločnosti, a zároveň jej stabilita formuje vývoj dieťaťa resp. detí, a tým ovplyvňuje stav a vývoj celej spoločnosti. Základné funkcie rodiny sú: biologicko-reprodukčná, ekonomicko-zabezpečovacia, emocionálna, socializačne-výchovná. Súčasný demografický údaje potvrdzujú vplyv porúch rodiny na kvalitu populácie. Ide nepochybne o jednu z príčin nárastu psychosomatických chorôb. K zlepšeniu kvality celej populácie je nevyhnutné, aby sa pozornosť venovala rôznym sociálnym, pracovným, ekonomickým, bytovým faktorom. Okrem klímy v spoločnosti a hospodárskej politiky má na stabilizáciu podmienok vplyv sociálnej politiky daného štátu a jej základných subjektov. Prijatím jedného opatrenia v niektorej z podoblastí sociálnej politiky určitým (viac alebo menej zásadným) spôsobom ovplyvní inú podoblasť sociálnej politiky daného štátu⁴. „*Nejednoznačnosť sociálnej politiky je zapríčinená množstvom faktorov. Väčšina ľudí si sociálnu politiku spája s každodenným životom a najčastejšie so sociálnym zabezpečením, ktoré predstavuje pomyselnú záchrannú sieť demokratických, sociálnych, štátov cez finančné a hmotné dávky resp. rozličné v sociálnych situáciách. Koncept sociálneho zabezpečenia bol a bude určujúcim faktorom v celkovom nastavení spoločnosti, počnúc od politických a mocenských štruktúr, až po obyvateľstvo*“⁵.

2. Jednorodičovstvo v podmienkach Slovenskej republiky

Podľa údajov Štatistického úradu SR (2023) žilo na Slovensku viac ako 160 000 jedno rodičovských domácností, pričom až 85% z nich vedú ženy. V týchto domácnostiach vyrastá približne 173 000 detí do 18 rokov. Tento typ domácností vykazuje nadpriemerné riziko chudoby – podľa dát z EU-SILC (2023) je 27,8% jednorodičovských domácností ohrozených chudobou v porovnaní s 11,9% v prípade úplných rodín⁶. Podľa najnovších údajov žije na Slovensku viac ako 190 – tisíc jednorodičovských domácností s 310 – tisíc deťmi, pričom až 85% sú ženy. Takmer polovica z týchto domácností žije na hranici chudoby, alebo sú za hranicou chudoby. Medzi najväčšie a najčastejšie problémy, ktoré trápia jednorodičov na Slovensku patrí zlá finančná situácia, sociálna izolácia, samota a tlak verejností. Determinanty ako vyššie ceny potravín a nárast cien za energie situáciu naďalej prehĺbuje⁷.

² ZÁKON č.36/2005 Z. z. o rodine a o zmene a doplnení niektorých zákonov.

³ Z. Rieger, H. Vyhnáľková, *Ostrov rodiny*, Konfrontace, Hradec Králové 1996, s. 25-27. ISBN 80-901773-8-7.

⁴ J. Klíma a kol., *Pediatric pro nelékařské zdravotnické obory*, Grada Publishing, Praha 2016, s. 27-28. ISBN: 978-80-247-5014-9.

⁵ E. Kenderešová, *Základy sociálnej politiky I.* (Skriptá), Vysoká škola zdravotníctva a sociálnej práce sv. Alžbety v Bratislave, n.o.; Inštitút bl. Metóda Dominika Trčku, Michalovce 2026, s. 6-7. ISBN: 978-80-8132-321-8.

⁶ Štatistický Úrad SR., *Ženy a muži v SR 2023*, ŠÚ SR, 2023, Bratislava 2023, s. 55-57. ISBN: 8070323.

⁷ STVR, *Stres, samota a finančné problémy: Počet jednorodičov, ktorí pred sviatkami žiadajú o pomoc, každoročne rastie.* [online]. 2025, [cit. 11.04.2026]. Dostupné na internete: <https://spravy.stvr.sk/2025/12/prezivaju-stres-a-financny-tlak-pocet-jednorodicov-ktori-ziadaju-pred-sviatkami-o-pomoc-kazdorocne-rastie/>.

V kontexte súčasných spoločenských trendov považujeme jednorodičovské rodiny za významný indikátor zmien v rodinnej štruktúre, ktorý si vyžaduje komplexný prístup v oblasti výskumu, politiky aj praxe. „Zvyšujúca sa rôznorodosť dôvodov vzniku týchto rodín – od rozvodov, cez rozhodnutie o samostatnom rodičovstve až po odlúčenia z dôvodu migrácie - vytvára nové výzvy pre sociálnu prácu“⁸. Jednorodičia sú často nútení vykonávať viacero rolí súčasne, pričom absentujú podporné štruktúry, ktoré by im umožnili tieto úlohy zvládať bez ohrozenia vlastného zdravia či stability. „Výskumy ukazujú, že osamelé matky a otcovia vykazujú vyššiu mieru psychického stresu, únavy a výskytu depresívnych symptómov“⁹. Dôležitým aspektom je rodová perspektíva jednorodičovstva. Prevažná väčšina jednorodičovských domácností je vedená ženami. To znamená, že fenomén osamelého rodičovstva má rodovo špecifické dopady – od nerovnakého prístupu k zamestnaniu, cez nižšiu mieru úspor až po obmedzený prístup k dôchodkovému zabezpečeniu (EIGE, 2022)¹⁰.

V Slovenskej republike absentuje jednotné a jasné legislatívne vymedzenie pojmu „jednorodičovská domácnosť“. Táto skutočnosť sa v súčasnosti stáva predmetom odbornej diskusie, pretože neexistencia zákonnej definície môže spôsobovať problémy pri nastavovaní sociálnych politík a pri adresovaní podpory zraniteľnej skupine obyvateľstva. V Slovenskej republike sa jednorodičovstvo v posledných desaťročiach stalo rozšíreným fenoménom.

Jednorodičovské rodiny čelia množstvu problémov, ktoré nie sú tak zjavné a hmatateľné v tradičných rodinách. Medzi najväčšie ťažkosti týchto rodín patrí finančná nestabilita. Finančné problémy sú jedným z najzávažnejších aspektov, ktoré sa spájajú s jednorodičovskými rodinami. Nedostatok financií je často spomínaný problém, pričom sa uznávajú tri hlavné faktory, ktoré zvyšujú riziko chudoby detí: život v jednorodičovskej domácnosti, život v domácnosti bez zamestnania a život v mnohodetnej rodine¹¹. Jedným z častých problémov je aj nedostatočné plnenie vyživovacej povinnosti zo strany bývalého partnera voči svojim deťom. Z tohto dôvodu sú mnohé jednorodičovské rodiny vystavené vyššiemu riziku finančných ťažkostí v porovnaní s bežnými rodinami. Podľa Zákona o rodine č. 36/2005 Z. z. je plnenie vyživovacej povinnosti rodičov voči deťom ich zákonnou povinnosťou, ktorá trvá, kým deti nie sú schopné samostatne sa živiť. Obaja rodičia sú povinní prispievať na výživu svojich detí v súlade so svojimi schopnosťami, možnosťami a majetkovými pomermi. Dieťa má právo podieľať sa na životnej úrovni svojich rodičov¹². Medzi ďalšie dôsledky sociálno-ekonomických problémov rodín patrí nedostatok času, stres a sociálna neistota, ktorá vyplýva predovšetkým z rizika straty zamestnania, neustálej inflácie a silnej konkurencie na trhu práce. Nepriaznivá sociálno-ekonomická situácia rodín sa následne odráža na kvalite rodinných vzťahov. Stres a napätie, ktoré ju sprevádzajú, sa prejavujú v zhoršenej atmosfére v rodine, v rodinnej pohode a vo vnútornom rodinnom prostredí. To všetko ovplyvňuje očakávania jednotlivcov od rodiny a vytvára dôležité predpoklady pre zdravý vývin detí, aby sa dokázali správne začleniť do spoločnosti a orientovať sa v nej¹³. Jedným z ďalších problémov, s ktorými sa stretávajú osamelí rodičia, je otázka bývania. Tento problém sa často objavuje po rozvode alebo rozpade vzťahu, keď sa žena, kvôli nepriaznivej životnej situácii, ocitá v situácii, že musí aj po rozchode žiť s bývalým partnerom

⁸ J. Bradshaw, *Single Parent Families in Europe*, Palgrave Macmillan, London 2016, s. 45. ISBN: 978-1137510207.

⁹ M. Bergstöm, B. Modin, K. Kosidou, *Mental health in single-parent families: A systematic review*, Journal of Family Psychology. Vol. 2022:36, no. 1, s. 112- 123. ISSN 1939-1293.

¹⁰ EIGE – European Institute for Gender Equality, *Gender Equality Index 2022: Single parents and gendered impacts*, EIGE. Vilnius 2022: [online]. [cit. 11.4.2026]. Dostupné na internete: <https://eige.europa.eu>.

¹¹ G. Tydlitátová, *Voľba nezosobášeného spolužitia v podmienkach sociálneho a situačného tlaku*. Sociológia - Slovak Sociological Review, 2015:47(2), s. 191-216.

¹² Zákon č.36/2005 Z. z. o rodine a o zmene a doplnení niektorých zákonov.

¹³ E. Midlíková, *Posudzovanie sociálnej rizikovosti rodiny*. Typi Universitatis Tynaviensis, Trnava 2018., s.43-46. ISBN 978-80-568-0079-9.

v tej istej domácnosti. Závažnosť situácie narastá, ak je žena nútená zostať v byte so svojim bývalým partnerom. Súčasný prístup k bývaniu je jedným z následkov príjmovej chudoby. Nedostatok adekvátneho bývania vedie k ďalším problémom, ako sú zhoršené možnosti prístupu k zdravotnej starostlivosti, vzdelaniu, kultúre a trhu práce, čo ďalej prehĺbuje sociálne vylúčenie rodín. Náklady na bývanie sú stále vysoké. Osamelý rodič môže žiť so svojimi rodičmi, súrodencami alebo inými blízkymi príbuznými, aby sa vyhol vysokým nájomom a preplatkom na bývanie. Tento spôsob však prináša problémy s vymedzením osobného priestoru, súkromím novej rodiny, ako aj s určením kompetencií a autority, čo môže ovplyvniť aj výchovu detí. Preto by jednou z kľúčových otázok bytovej politiky štátu malo byť umožniť týmto rodinám nájsť dostupné a udržateľné bývanie. Štátna bytová politika by mala stanoviť ciele na vytváranie podmienok pre dostupnosť bývania pre domácnosti s nízkym príjmom, sociálne ohrozené a marginalizované skupiny obyvateľstva, mnohohodetné rodiny a osamelých rodičov, ktorí sa starajú o deti, ako aj pre osoby so zdravotným postihnutím¹⁴.

3. Mechanizmy pomoci a podpory jednorodičovských rodín

Systém štátnej podpory pre rodiny je na Slovensku tvorený viacerými nástrojmi – od univerzálnych dávok po adresnú pomoc. Pre jednorodičov sú kľúčové najmä nasledovné dávky: rodičovský príspevok, prídavok na dieťa, príplatok na dieťa, príspevok pri narodení dieťaťa a pod. Zo systému sociálneho poistenia má rodič nárok na materské. To všetko vytvára systém sociálneho zabezpečenia a dotvára tak záchrannú sociálnu sieť v podmienkach Slovenskej republiky. Štátnu pomoc možno rozdeliť na niekoľko základných oblastí: problematiku sociálno-právnej ochrany detí a sociálnej kurately, hmotnú núdzu a k nej viažuce sa určité dávky a príspevky, kompenzácia ťažkého zdravotného postihnutia a sociálne služby¹⁵.

Neziskové organizácie zohrávajú významnú úlohu pri dopĺňaní a rozširovaní štátnej podpory najmä tam, kde systém zlyháva, alebo nedokáže adekvátne reagovať na individuálne potreby rodín. Tieto subjekty často pôsobia v krízových oblastiach a zabezpečujú služby, ktoré sú zamerané na prevenciu sociálnej exklúzie, rozvoj zručností a podporu autonómie. Okrem známych organizácií, ako sú JEDNORODIČ, Nadácia J&T, Plamienok, IPčko a Centrum Slniečko je dôležité spomenúť aj činnosť Iniciatívy Jeden rodič, ktorá realizuje advokačné aktivity a výskumy v oblasti jednorodičovstva a Liga za duševné zdravie, ktorá ponúka psychologickú podporu a komunitné programy. Mnohé z týchto organizácií rozvíjajú aj peer-to-peer formy podpory, ako napríklad skupiny pre matky samoživiteľky, skupiny zdieľania alebo mentoringové programy. Tieto aktivity sú zamerané na posilnenie rodičovských kompetencií, finančnej gramotnosti a psychickej odolnosti¹⁶.

Cirkevné organizácie okrem duchovnej podpory často prevádzkujú sociálne zariadenia, poskytujú materiálnu pomoc a venujú sa terénnej práci. Príkladom sú Diecézne charity, ktoré v spolupráci s mestami zabezpečujú jedlo, ošatenie a poradenstvo.

Dobrovoľníctvo má v tejto oblasti nezastupiteľnú úlohu – najmä v krízových situáciách, počas sviatkov alebo pri pomoci s logistikou. Iniciatívy ako „Dobrovoľníci pre rodiny v núdzi“ alebo „Adoptuj si rodinu“ sú ukážkou občianskej angažovanosti a solidarity¹⁷.

4. Cieľ výskumu

¹⁴ O. Matoušek, H. Pazlarová, *Hodnocení ohroženého dítěte a rodiny*, Portál, Praha 2010, s.63-68. ISBN 978-80-7367-739-8.

¹⁵ MPSVaR, *Rodina a sociálna pomoc*. Dostupné na internete: [online]. 2026. [cit. 11.4.2026]. <https://www.employment.gov.sk/sk/rodina-socialna-pomoc/>.

¹⁶ Jednorodič, [online]. 2026. [cit. 11.4.2026]. Dostupné na internete: <https://jedenrodic.sk/>.

¹⁷ Dobrovoľnícke Centrum, *Výročná správa o dobrovoľníctve*, Dobrovoľnícke centrum, Nitra 2022.

Cieľom výskumu je zistiť subjektívny pohľad jednorodiča na vnímanie vlastnej ekonomickej situácie a sociálnych problémov ako jednorodiča a identifikovať možné riešenia. Medzi čiastkové ciele výskumu sme si stanovili:

- zistiť závažnosť ekonomických problémov v jednorodičovských rodinách.
- zistiť uplatnenie sa jednorodiča na pracovnom trhu.
- preskúmať bytovú problematiku týchto rodín. Zistiť akými sociálnymi problémami sa jednorodič stretáva
- zmapovať formy pomoci a ako vplyva výchova na dieťa v jednorodičovských rodinách.

4. Skúmané okruhy výskumu

Výskum bol koncipovaný ako multidimenzionálna analýza situácie jednorodičovských rodín na Slovensku, pričom sa zameriaval na tri základné analytické okruhy reflektujúce ekonomické, sociálne, bytové aspekty fungovania.

- Ekonomická situácia jednorodičovských domácností

Prvý okruh sa sústredil na zhodnotenie ekonomickej situácie jednorodičovskej domácnosti, vrátane identifikácie podpory a pomoci zo strany základného subjektu štátu v rámci sociálnej politiky. Dôležitou súčasťou prvého okruhu bolo aj sledovanie pracovnej problematiky a ťažkosti s tým súvisiace. Okruh tiež prepájal aj oblasť kvality života.

- Sociálna situácia jednorodičovských domácností

Druhý okruh bol zameraný na identifikáciu sociálnych problémov v statuse jednorodičovstva a ich dopadov na samotného jednorodiča a deti. Osobitná pozornosť bola venovaná sociálnej izolácii, osamelosti a psychickej náročnosti.

- Bytová situácia jednorodičovských domácností

Tretí okruh sa zameriaval na bytovú otázku jednorodičov. Výskum sledoval, či jednorodič má alebo nemá zabezpečené vlastné bývanie. Tiež poukazoval na možnosti riešenia bytovej otázky a jej finančnú náročnosť.

5. Výskumné metódy

Výskum je založený na kvalitatívnej metodológii, ktorá je vhodná pre skúmanie zložitých sociálnych javov v ich prirodzenom kontexte. Využívame pološtrukturované rozhovory ako hlavnú výskumnú techniku, čo nám umožňuje udržať rovnováhu medzi štandardizáciou otázok a otvorenosťou voči individuálnym výpovediam respondentov. Zároveň sme aplikovali tematickú analýzu ako techniku spracovania údajov, pri ktorej sa zameriavame na identifikáciu opakujúcich sa vzorcov, tém a významov v textoch rozhovorov. Kvalitatívny prístup je teoreticky opodstatnený tým, že problematika jednorodičovských rodín je komplexná a podmienená sociálnymi, psychologickými aj ekonomickými faktormi, ktoré sa nedajú plne zachytiť len prostredníctvom štatistických údajov. Tento typ výskumu umožňuje získať hlbšie a kontextualizované poznatky o tom, ako jednorodičia prežívajú svoju situáciu, aké problémy vnímajú ako najvýraznejšie a aké stratégie využívajú na zvládanie každodenných výziev.

Výskumná otázka v kvalitatívnom výskume je do veľkej miery spätá s teoretickými modelmi skúmanej problematiky. Tento model predstavuje aktuálny stav tykajúceho sa teoretického poznávania danej problematiky a zároveň vychádza z určeného výskumného problému. Môžeme povedať, že výskumné otázky majú jasné pozície v rámci teoretických modelov skúmanej problematiky a tým majú určitý vzťah k cieľom výskumu a výskumnému problému. Formulácia výskumných otázok je nevyhnutnou fázou výskumu, bez ktorej sú ďalšie kroky výskumu nemožné.

Na základe týchto atribútov sme si stanovili 4 výskumné otázky:

Výskumná otázka č. 1 – Aká je ekonomická situácia v jednorodičovských rodinách?

Výskumná otázka č. 2 – Aké sú sociálne problémy v jednorodičovských rodinách?

Výskumná otázka č. 3 – Aké formy pomoci využívajú jednorodičovské rodiny?

Výskumná otázka č. 4 – Aký vplyv má jednorodičovská rodina na výchovu dieťaťa?

Metodika výskumu je orientovaná na dosiahnutie hlavných a čiastkových cieľov. V rámci nášho kvalitatívneho výskumu sme zvolili pološtruktúrovaný rozhovor, ktorý sa vyznačuje nasledujúcimi charakteristikami:

- je neformálny,
- podporuje uvoľnenú atmosféru,
- umožňuje získavanie informácií,
- obsahuje dopĺňujúce otázky počas rozhovoru, zahŕňa určité množstvo otázok, ktoré sú relevantné k výskumnému zámeru a k odhaleniu čiastkových cieľov.

Otázky použité v rozhovore:

1. Akým spôsobom ste sa stali jednorodičom?
2. Ako prebieha váš život jednorodiča? Ste spokojná/ý s vaším životom predtým alebo teraz?
3. Vysporiadali ste sa so životnou situáciou, že ste na všetko sama/sám?
4. Aké je vaše zamestnanie? Berie do úvahy váš zamestnávateľ, že ste jednorodič?
5. Aká je vaša finančná situácia? Vystačíte si s príjmom, ktorý máte alebo ste odkázaná riešiť finančnú situáciu ešte nejakou?
6. Prispieva vám váš ex partner na vaše dieťa? Je to dostačujúce?
7. Pomáha vám štát zlepšiť vašu finančnú situáciu?
8. Obrátili ste sa niekedy na pomocnú organizáciu? Boli vám nápomocné?
9. Aká je vaša bytová situácia?
10. Máte kde nechať svoje nezaopatrené dieťa ak ste v práci? Je vám niekto na pomoci z vášho okolia?
11. S akými sociálnymi problémami ste sa stretli v role jednorodiča?
12. Ako jednorodič, nie ste sociálne izolovaná?
13. Ako trávite svoj voľný čas s deťmi, viete si dopriať aj nejaký výlet?
14. Zmenilo sa správanie Vášho dieťaťa keď ste sa stali jednorodičom?
15. Aký má dopad výchova jednorodiča, ak chýba mužsky/ženský vzor? Vidíte v tom problém ?

Údaje sme analyzovali prostredníctvom tematickej analýzy. Tematická analýza je kvalitatívna výskumná metóda, ktorá slúži na identifikáciu, analýzu a interpretáciu vzorcov (tém) v kvalitatívnych dátach. Táto metóda sa často používa v spoločenských vedách, psychológii, sociológii, antropológii a ďalších oblastiach, kde je potrebné skúmať komplexné ľudské skúsenosti, názory alebo správanie. Rozhovory, ktoré sme prepisovali, sme rozdelili na menšie segmenty, s ktorými sme potom pokračovali v ďalšej práci s kódovaním. Kódovanie je kľúčovým krokom v procese tematickej analýzy. Tematická analýza je flexibilná a adaptabilná metóda, čo ju robí vhodnou pre rôzne výskumné otázky a kontexty.

6. Výskumná vzorka

Výskumnú vzorku tvorí šesť respondentov – žien aj mužov vo veku 30 – 50 rokov, ktorí spĺňajú kritérium jednorodičovstva. Výber bol účelový s cieľom zachytiť rôzne životné situácie jednorodičovstva, jeho formy a špecifiká. Základná charakteristika výskumnej vzorky:

- Respondent č.1 - žena, 35 rokov, vdova, práca v súkromnom sektore, 2 deti (8 a 13 rokov), bývajú v rodinnom dome
- Respondent č. 2 - žena, 44 rokov, slobodná matka od začiatku tehotenstva, práca v službách (SZČO), 1 dieťa (11 rokov), bývajú vo vlastnom byte

- Respondent č. 3 - muž, má 39 rokov, vdovec, práca v štátnom sektore, 3 detí (10 rokov, 13 rokov a 9 rokov), bývajú v rodinnom dome na dedine
- Respondent č. 4 - muž, 33 rokov, rozvedený, práca v štátnom sektore, 2 deti, (12 a 9 rokov), bývajú vo vlastnom byte
- Respondent č. 5 - žena, 45 rokov, slobodná matka, práca v sociálnych službách, 1 dieťa (20 rokov), bývajú v rodinnom dome s rodičmi
- Respondent č. 6 - žena, 30 rokov, rozvedená, práca v obchode, 1 dieťa, (8 rokov), bývajú v nájomnom byte.

Tabuľka č.1: respondenti

Respondent	Pohlavie	Vek	Stav	Deti	Bývanie	Zamestnanie
R1	Žena	35 rokov	Vdova	2 deti (13 a 8 rokov)	Vlastný rodinný dom	Súkromný sektor
R2	Žena	44 rokov	Slobodná matka	1 dieťa (11 rokov)	Vlastný byt	SZČO
R3	Muž	39 rokov	Vdovec	3 deti (13, 10 a 9 rokov)	Rodičovský dom	Štátny sektor
R4	Muž	33 rokov	Rozvedený	2 deti (11 a 9 rokov)	Vlastný byt	Štátny sektor
R5	Žena	45 rokov	Slobodná matka	1 dieťa (20 rokov)	Rodičovský dom	Sociálne služby
R6	Žena	30 rokov	Rozvedená	1 dieťa (8 rokov)	Nájomný byt	Obchod

7. Výsledky a interpretácia zistení

Vyhodnotenie výskumných otázok je kľúčovým krokom v procese výskumu, ktorý umožňuje získať prehľad o tom, či stanovené otázky poskytnú odpovede na cieľové problémy a hypotézy výskumu. Cieľom tohto hodnotenia je analyzovať, akým spôsobom sa odpovede respondentov, ako aj získané dáta, vzťahujú k pôvodným výskumným otázkam, a to s ohľadom na ich relevanciu, jasnosť a schopnosť prispieť k pochopeniu skúmanej problematiky. Tento proces zahŕňa aj zhodnotenie vhodnosti metód a techník použitého zberu dát, ktoré prispievajú k úplnosti a presnosti výsledkov. Na základe tohto vyhodnotenia možno posúdiť, či výskumné otázky poskytnú dostatočný rámec pre odpovede a či je potrebné ich upraviť alebo doplniť v budúcich výskumoch.

V rámci otvoreného kódovania bolo v prepisoch rozhovorov identifikované množstvo kódov, ktoré boli v rámci konceptualizácie začlenené do zodpovedajúcich kategórií. Týmito kategóriami sú nasledujúce:

- faktory zapríčiňujúce jednorodičovstvo;
- hodnotenie spôsobu života jednorodiča;
- vysporiadanie sa so životnou situáciou;
- sociálne problémy jednorodičov;
- finančné problémy jednorodičov;
- riešenie situácie jednorodiča;
- vplyv situácie na dieťa.

Otázka: Akým spôsobom ste sa stali jednorodičom?

1. Emocionálny dopad

- Intenzívna bolesť zo straty životného partnera a rodiča detí. Pocity prázdnoty a neustálej emocionálnej bolesti (R1, R3).

- Chýbajúca opora v každodenných situáciách, strata človeka, s ktorým zdieľali životné radosti aj starosti (R1).

- Náhla a nečakaná tragédia vyvoláva šok a dezorientáciu, pocit, že „sa zrútil celý život“ (R3).

- Napriek bolesti sú deti hlavnou motiváciou pokračovať ďalej a hľadať nový zmysel života (R3).

2. Psychologický dopad

- Neustále psychické vyčerpanie z nutnosti zvládnuť všetky povinnosti samostatne. Strata emocionálnej rovnováhy (R1, R3).

- Zmena rodinnej štruktúry naruší predchádzajúci pocit bezpečia, rodič musí prijať novú rolu ako jediný poskytovateľ starostlivosti (R3).

- Obavy, ako zvládnuť výchovu detí, finančnú stabilitu a psychickú odolnosť bez podpory partnera (R1).

- Po tragických udalostiach, ako je smrť partnera pri nehode, môžu pretrvávajúť pocity viny, nespravodlivosti a trauma (R3).

3. Sociálny dopad

- Smútok a nové povinnosti môžu rodiča izolovať od priateľov a širšej rodiny, najmä ak necíti dostatočnú podporu (R1).

- Rodič preberá dvojitú rolu - musí byť zároveň matkou aj otcom, čo mení vzťahy v rodine a vyžaduje nové prispôsobenie sa (R3).

- Strata partnera môže znamenať aj oslabenie sociálnej siete, najmä ak vzťahy s partnerovou rodinou ochladnú alebo zaniknú (R3).

- Jednorodičia často musia vyhľadávať vonkajšiu pomoc (napr. psychologickú podporu, sociálne dávky, komunitné organizácie) na zvládnutie každodenného života (implicitné v R1, R3).

Prvá kategória, ktorá vyplynula z kódovania bola kategória faktorov zapríčiňujúce jednorodičovstvo. Odpovede ukazujú široké spektrum životných okolností, ktoré vedú k jednorodičovstvu — od tragických strát až po vedomé rozhodnutia opustiť nefunkčný vzťah. Kódy ako úmrtie partnera, toxické vzťahy a ochrana detí vytvárajú ucelený obraz rôznych ciest k jednorodičovstvu. Smrť blízkej osoby je jednou z najťažších skúseností, ktorými môže človek prejsť. Zvlášť smrť partnera, alebo rodiča, môže mať hlboký dopad na emocionálny, psychologický a sociálny aspekt života pozostalého, tak to vnímajú aj respondenti.

2. Otázka: Ako prebieha váš život jednorodiča? Ste spokojná teraz alebo predtým?

1. Emocionálna strata a smútok:

- „Život bez manžela je veľmi ťažký... teraz je to v každej oblasti ťažké a smutné (R1).“

- „To dobré, čo som žil predtým a čo mi vyhovovalo, sa už nikdy nevráti (R3).“

- „Je to veľmi ťažké zvládať všetky životné situácie bez akejkoľvek pomoci toho druhého (R3).“

- „Táto situácia bola pre mňa šokujúca. Bála som sa, ako to všetko sama zvládnem (R6).“

2. Samostatnosť a postupná adaptácia

- „Zo začiatku to bolo veľmi ťažké, momentálne už máme doma svoj systém a všetko zvládame (R5).“

- „Vyhovuje mi situácia teraz, keď som sama (R2).“

- „Ja a moje deti pociťujeme pokoj a rodinnú pohodu, až teraz keď sme ostali sami (R4).“

- „Momentálne už máme doma svoj systém a všetko zvládame (R4).“

3. Dvojitá rodičovská rola

- „Zvládať situáciu otca a zároveň nahrádzať deťom matku je ozaj náročné (R4).“
- „Je to veľmi ťažké zvládať všetky životné situácie bez akejkol'vek pomoci toho druhého (R3).“

• „Pri pohľade do minulosti som zistila, že aj počas manželstva som bola na všetko sama (R6).“

Z výpovedí jednorodičov vyplýva, že hoci je táto cesta plná prekážok, mnohí dokážu v sebe nájsť vnútornú silu, aby svojim deťom zabezpečili stabilné a láskyplné prostredie. Niektorí prežívajú hlboký žiaľ a nostalgiu za predošlým životom, iní nachádzajú pokoj a pohodu v samostatnosti. Často sa však musia vyrovnávať s dvojitou rodičovskou rolou a fyzickým aj emocionálnym vyčerpaním, keďže všetka zodpovednosť leží iba na ich pleciach.

3. *Otázka: Vysporiadali ste sa so životnou situáciou, že ste ostal na všetko sama/sám?*

1. Emocionálne spracovanie situácie:

- „Je to ťažké prijať situáciu, že som na všetko sama (R1).“
- „S touto zložitou životnou situáciou, zostať na všetko sama som sa časom naučila žiť a prispôbiť sa jej (R2).“

• „Je to dlhodobý proces, ktorý sa snažím spracovať a začať sa s danou situáciou vyrovnávať... (R3).“

• „Nebolo to ľahké, ale zvládla som to a som na seba hrdá, že to statočne zvládam (R5).“

• „Mala som dostatok času sa vnútorne zmieriť... (R5).“

2. Opora v deťoch

- „Nie som sám, ale ostali mi moje deti, ktoré sú pre mňa všetkým (R3).“
- „...mám deti a tie sú v tejto chvíli zmyslom môjho života (R1).“
- „Pomáha mi v tom moja dcérka, ktorá je to najdôležitejšie v mojom živote (R2).“
- „Dcérka mi v tom veľmi pomohla, bola takým majákom v rozbúrenom mori pre mňa (R6).“

3. Osobný rast a posilnenie

• „Teraz som určite spokojnejšia, keďže som sa odbremenila od svojho ex manžela (R6).“

• „Užívame si život bez hádok, žijeme v harmónii (R4).“

• „Som na seba hrdá, že to statočne zvládam (R5).“

Respondenti prechádzajú rôznymi fázami vyrovnávania sa — od šoku a bolesti po postupné prijatie a vnútorný pokoj. Proces je individuálny, ale spoločným prvkom je snaha nájsť vnútornú rovnováhu. Deti zohrávajú kľúčovú rolu ako emocionálna kotva, ktorá rodičom dáva silu pokračovať. Čas a vnútorná práca vedú k osobnému rastu. Jednorodičia nachádzajú silu v sebaláske a schopnosti budovať nový, pokojnejší život. Oslobodenie sa od toxických vzťahov prináša úľavu, aj keď to sprevádza smútok zo straty partnera. Harmonizácia rodinného prostredia a vytvorenie bezpečného domova sa javí ako hlavná priorita.

11. *Otázka: S akými sociálnymi problémami ste sa stretli v role osamelého rodiča?*

12. *Otázka: Ako jednorodič, nie ste sociálne izolovaná?*

1. Psychická a emocionálna záťaž

• (O11): „Kombinácia práce a starostlivosti o deti vedie k fyzickému a psychickému vyčerpaniu (R3).“

• (O11): „Starostlivosť o dcéru je psychicky a emocionálne náročná, cítim frustráciu a úzkosť (R6).“

• (O11): „Mala som pocit viny za to, že nemôžem poskytnúť dokonalý rodinný život (R6).“

• (O12): „Cítim sa osamelo a izolovane (R4).“

•(O11): „Po strate manželky a so zvyšujúcim pocitom osamelosti sa objavil emocionálny stres (R3).”

2. Sociálna izolácia a podpora

•(O12): „Pociťujem sociálnu izoláciu, nemôžem tráviť voľný čas ako moji kolegovia (R4).”

•(O11): „Starostlivosť o deti ma obmedzuje v možnosti venovať sa voľnočasovým aktivitám (R3).”

•(O12): „Mám dobré rodinné a susedské vzťahy, ktoré sú postačujúce (R1).”

•(O12): „Mám veľkú rodinnú oporu a trávim čas s priateľmi na výletoch a dovolenkách (R2).”

•(O12): „Zúčastňujem sa večierkov s kolegami, čo mi postačuje (R3).”

3. Ekonomická a materiálna neistota

•(O11): „Ekonomické problémy a nároky starostlivosti o dieťa viedli k psychologickým problémom (R5).”

•(O11): „Vynútené situácie ovplyvňovali vzťah s dieťaťom (R6).”

4. Spoločenské predsudky a diskriminácia

•(O11): „Čelila som predsudkom a diskriminácii, čo ovplyvnilo moje sebavedomie a sociálne interakcie (R2).”

•(O11): „Zo strany ex partnerovej rodiny som pociťovala diskrimináciu, čo som ťažko znášala (R6).”

5. Seberealizácia a osobný čas

•(O11): „Nemám veľa času na spoločenské a kultúrne aktivity, ale neprekáža mi to (R1).”

•(O11): „Kvôli väčšej starostlivosti o deti som limitovaný v možnosti venovať sa oddychu (R3).”

•(O12): „Keďže môj syn je už starší, môžem si občas vyjsť s kamarátkami na kávu (R5).”

Jednorodič prežíva emocionálne vyčerpanie, pocit izolácie a viny. Starostlivosť o deti v kombinácii s prácou vytvára dlhodobý stres, najmä ak nemajú dostatočnú podporu. Finančný tlak spojený s jednorodičovstvom môže zhoršiť psychické zdravie a nepriamo ovplyvniť aj deti, najmä ak čelia problémom v škole alebo v sociálnej integrácii. Sociálna izolácia nie je univerzálna — niektorí rodičia nachádzajú oporu v rodine, susedoch alebo kolegoch, čo im pomáha lepšie zvládať náročnú situáciu. Iní sú však obmedzení povinnosťami a nemajú priestor na budovanie sociálnych kontaktov.

5. *Otázka: Aká je vaša finančná situácia? Vystačíte si s príjmom, ktorý máte alebo ste odkázaná riešiť finančnú situáciu ešte nejako?*

6. *Otázka: Prispieva Vám váš ex partner na vaše dieťa? Je to postačujúce?*

7. *Otázka: Pomáha Vám štát zlepšiť vašu finančnú situáciu?*

1. Nedostatok príjmov a absencia druhého platu

•(O5): „Stále ten druhý príjem chýba. Bývame u rodičov, ktorí mi pomáhajú (R1).”

•(O5): „Aj keď mám trvalý pracovný pomer, ten druhý príjem určite chýba (R3).”

•(O5): „V dnešnej dobe je veľmi ťažké byť na všetko sama, hlavne čo sa týka financií (R5).”

•(O5): „Môj príjem nestačí na všetky výdavky, s potravinami a školskými potrebami mi pomáhajú rodičia (R6).”

•(O5): „Jeden príjem je momentálne postačujúci len na základné veci (R2).”

•(O5): „Prijala by som ešte jednu prácu, ale kvôli dcére si to nemôžem dovoliť (R6).”

2. Minimálna alebo žiadna finančná pomoc od ex partnera

•(O6): „Nepripieva (R2).”

- (O6): „Moja exmanželka neprispieva a nejaví záujem o deti (R4).”
- (O6): „Od ex partnera nedostávam žiadnu finančnú pomoc (R5).”
- (O6): „Môj ex manžel platí výživné v minimálnej sume a aj to len sporadicky (R6).”

3. Nedostatočná štátna podpora

- (O7): „V tomto smere to úplne zlyháva, poberám len rodinné prídavky (R1).”
- (O7): „Štát znova absentuje, dostávam len základné prídavky, sirotské a vdovské (R3).”
- (O7): „V tomto smere to úplne zlyháva, poberám rodinné prídavky na dieťa (R5).”
- (O7): „Nepoberám žiadne príspevky, okrem štandardného príspevku na dieťa (R2).”
- (O7): „Od štátu poberám rodinné prídavky a daňový bonus (R4).”
- (O7): „Od štátu poberám iba rodinné prídavky a daňový bonus (R6).”

4. Závislosť od rodinnej pomoci

- (O5): „Bývame u rodičov na dedine, neplatím nájom, ale prispievam na domácnosť (R1).”
- (O5): „Bývame u rodičov, ktorí mi pomáhajú, neplatím nájom (R5).”
- (O5): „S potravinami a školskými potrebami mi pomáhajú rodičia (R6).”

5. Finančný stres a obmedzenie životného štýlu

- (O5): „Príjem mi vychádza len na nájom a základné veci (R6).”
- (O5): „Finančná situácia je ťažká, aj keď mám pravidelný príjem (R3).”
- (O5): „Je ťažké byť na všetko sama, financie obmedzujú aj mimoškolské aktivity (R1).”

Finančný stres zasahuje nielen materiálnu stránku života, ale aj psychické zdravie a celkovú kvalitu rodinného fungovania. Rodičia, ktorí sa snažia zabezpečiť stabilitu pre svoje deti, čelia vyčerpaniu, frustrácii a pocitom viny, že im nedokážu poskytnúť „plnohodnotný“ rodinný život. Napriek tomu však mnohí jednorodičia preukazujú obrovskú odolnosť — nachádzajú vnútornú silu v láske k svojim deťom a hľadajú spôsoby, ako prekonať prekážky aj v náročných podmienkach.

4. Otázka: Aké je vaše zamestnanie? Berie do úvahy váš zamestnávateľ, že ste jednorodič?

8. Otázka: Obrátili ste sa niekedy na pomocnú organizáciu? Boli vám nápomocné?

9. Otázka: Aká je vaša bytová situácia?

10. Otázka: Máte kde nechať svoje nezaopatrené dieťa ak ste v práci? Je vám niekto na pomoci z vášho okolia?

1. Zamestnanie a pracovný čas

- (O4): „Pracujem v gastro sektore. Môj zamestnávateľ mi upravil pracovný čas, pracujem od 7:30 do 15 hodiny (R1).”
- (O4): „Nakoľko pracujem ako SZČO, som pánom svojho času. Rozsah pracovných hodín a plán celého dňa a pracovného týždňa si navrhujem sama (R2).”
- (O4): „Pracujem v štátnom sektore na trvalý pracovný pomer (R3).”
- (O4): „Pracujem v štátnom sektore, mám pravidelnú pracovnú dobu, ktorá mi plne vyhovuje (R4).”
- (O4): „Pracujem v zariadení sociálnych služieb. Moja pracovná doba je v tejto chvíli a situácií pri mojom synovi, ktorý je už sebestačný, vyhovujúca, nakoľko pracujem do 7:30 do 15:30. Celkovo je to úplne v poriadku (R5).”
- (O4): „Pracujem ako predavačka v obchode, robím na zmeny. Zamestnávateľ a som o žiadnu úpravu pracovného času nežiadala (R6).”

2. Pomoc zo strany okolia a skúsenosti s pomocnými organizáciami

Priama pomoc od organizácie – od komunity

•(O8): „Veľké ďakujem patrí televízií JOJ, ktorá mi prostredníctvom relácie *V siedmom nebi* pomohla pri dokončení nášho domu, ktorý sme už s manželom spoločne nestihli dokončiť, čo mi je veľmi ľúto (R1)“.

•(O8): „Priatelia môjho zosnulého manžela usporiadali koncert s názvom *Všetci za jedného* a výťažok z koncertu bol celý venovaný na podporu mojej rodiny (R1)“.

Finančná pomoc cez transparentný účet

•(O8): „Veľkú pomoc mi poskytli aj cudzí ľudia, ktorí mi do dnešného času prispievajú na transparentný účet za čo veľmi ďakujem (R1)“.

•(O8): „Pomoc z tohto smeru som nevyužil. Ale mám zriadený transparentný účet, na ktorý mi prispievajú cudzí ľudia, ktorým som za to veľmi vďačný (R3)“.

Nevyužil(a) som pomoc organizácií

•(O8): „Túto formu pomoci som zatiaľ nepotrebovala využiť (R2)“.

•(O8): „Zatiaľ som to nevyužil (R4)“.

•(O8): „Z týchto možností a ponúk som nemala prehľad (R5)“.

•(O8): „Zatiaľ som túto možnosť nevyužila, nakoľko ani neviem koho o takú pomoc požiadať (R6)“.

3. Bytová situácia – vlastné bývanie, generačné bývanie, nájomné bývanie

Vlastné bývanie (rodinný dom alebo byt)

•(O9): „Žijem s mojimi deťmi v rodinnom dome (R1)“.

•(O9): „So svojou dcérou žijem v meste vo svojom vlastnom byte (R2)“.

•(O9): „So svojimi deťmi bývam v meste, vo svojom vlastnom byte (R4)“.

Generačné bývanie (s rodičmi/starými rodičmi)

•(O9): „Prešahoval som sa k rodičom na dedinu a žijeme spolu v rodinnom dome, generačné bývanie aj so starkou (R3)“.

•(O9): „Momentálne bývame s mojimi rodičmi v malom domčeku na dedine (R5)“.

Nájomné bývanie

•(O9): „Žijeme v nájomnom byte v meste. Svoj vlastný byt si momentálne nemôžem dovoliť (R6)“.

4. Pomoc a podpora od rodiny, priateľov a známych

•(O10): „Veľa pomoci je zo strany rodičov, ktorý mi pomáhajú s deťmi, čo sa týka sprevádzania detí do školy, ako som už spomínala pomoc mám aj zo strany svojho zamestnávateľa, ktorý mi upravil pracovnú dobu od 7.30 – 15.00 aby som mohla vyzdvihnúť svoje deti zo školy (R1)“.

•(O10): „Ak nevyhnutne potrebujem niečo vybaviť, dokážu sa o moju dcéru postarať starí rodičia. Túto formu pomoci využívam zriedkavo aj keď starých rodičov máme s dcérou radi (R2)“.

•(O10): „Ako som spomínal žijem s rodičmi, ktorý sú mi veľmi nápomocný, keďže som ostal na všetko sám, pomáhajú mi s deťmi a to tak, že ich sprevádzajú do školy a na krúžky. Okrem rodičov, ktorý sa mi snažia pomôcť v každej situácii mi pomáha sestra, kamaráti, susedia a ozaj aj cudzí ľudia radi (R3)“.

•(O10): „Veľmi nápomocná s mojimi deťmi je moja rodina radi (R4)“.

•(O10): „Syn, je už v takom veku, že situáciu byť sám doma nemusím riešiť aj keď na pomoc sú tu stále moji rodičia s ktorými bývame radi (R5)“.

•(O10): „S dcérou mi pomáhajú rodičia, aj keď je to zložité, keďže sú ešte v produktívnom veku a ešte pracujú. Nápomocní sú mi aj rodičia dcériných spolužiačok, ktorí mi pomáhajú napríklad odvieť dcéru na krúžky radi (R6)“.

Z analýzy odpovedí jednorodičov vyplýva, že ich životy sú formované mnohými faktormi, vrátane zamestnania, bytovej situácie a dostupnosti podpory zo strany rodiny a komunity. Väčšina respondentov sa teší na pomoc zo strany rodičov a priateľov, avšak mnohí

tiež čelia výzvam spojeným s finančnou stabilitou a dostupnosťou potrebnej starostlivosti o deti. Pozitívne skúsenosti s pomocnými organizáciami sa objavili len vo vybraných prípadoch a ukazujú na potrebu väčšej informovanosti a prístupnosti týchto služieb. Celkovo táto analýza potvrdzuje dôležitosť podpory pre jednorodičov a naznačuje potrebu zlepšenia existujúcich systémov a iniciatív, ktoré by mohli zmierniť ich každodenné starosti a prispieť k ich celkovému blahobytu.

14. Otázka: Zmenilo sa správanie Vášho dieťaťa keď ste sa stali jednorodičom?

1. Žiadna zmena správania

•R1: „Dcéra sa s touto situáciou vyrovnala, keďže je ešte malá, tak u nej sa správanie nezmenilo.“

•R2: „Moja dcéra svojho biologického otca nepozná, pretože tam nebol žiadny sociálny kontakt.“

•R5: „Syn bol ešte malý, keď sa môj vzťah rozpadol, takže som si nevšimla žiadne zmeny.“

2. Negatívne dopady (smútok, uzavretosť, psychologické problémy)

•R1: „Syn to nesie veľmi ťažko, väčšinou je smutný, uzavretý.“

•R3: „Pri strate rodiča stále deti istým spôsobom trpia, no keď stratia matku, je to omnoho zraniteľnejšie. S dcérou som musel riešiť aj psychologické sedenia, tá to zvládala najhoršie.“

3. Pozitívna zmena správania

•R6: „Moja dcéra sa po odchode od môjho exmanžela úplne zmenila, opäť bola to veselé dievčatko.“

4. Stabilná situácia, dieťa je spokojné

•R4: „Aj keď každému dieťaťu chýba ten druhý rodič, v mojom prípade je to matka. Moje deti sú so mnou spokojné.“

Z odpovedí vyplýva, že reakcie detí na situáciu jednorodičovstva sú rôzne a závisia od ich veku, povahy a okolností. Niektoré deti prechádzajú emocionálnymi ťažkosťami, ktoré môžu vyžadovať odbornú pomoc, iné sa dokážu rýchlo prispôbiť. Otázka absencie mužského alebo ženského vzoru je vnímaná individuálne – niektoré rodiny ju kompenzujú prítomnosťou starých rodičov alebo iných blízkych osôb, kým v iných prípadoch môže absencia rodičovskej figúry viesť k výchovným výzvam.

8. Diskusia a komparácia s inými výskumami

Ekonomická a materiálna neistota je zásadným problémom, ktorý bol zdokumentovaný v našom výskume a zhoduje sa s nálezmi Amato (2000) a Bumpass & Lu (2000)¹⁸. Tieto štúdie ukazujú, že jednorodičovské domácnosti čelia značným finančným ťažkostiam, ktoré môžu ovplyvniť kvalitu života rodičov aj detí. V mnohých prípadoch je to aj príčinou zvýšeného psychického stresu a napätia, čo sa v odhalených odpovediach účastníkov našej štúdie tiež odzrkadľuje. McLanahan (2004) ďalej naznačuje, že ekonomická neistota spojená s jednorodičovstvom môže mať negatívny dopad na možnosti zabezpečiť základné potreby, ako je bývanie, vzdelanie a zdravotná starostlivosť, čím sa zhoršuje celková životná úroveň¹⁹.

a/. Závislosť od rodinnej pomoci

Závislosť na pomoci rodiny je ďalším významným aspektom, ktorý sa opakuje v odpovediach. Veľa respondentov vyjadruje vďačnosť za podporu, ktorú dostávajú od rodičov alebo iných blízkych, čo je v súlade s výskumom Lundberg et al. (2007), ktorý ukazuje, že

¹⁸ P. R. Amato, *The Consequences of Divorce for Adults and Children*, Journal of Marriage and Family, 2000:62(4), s.1269-1287; L. L. Bumpass, H. Lu, *Trends in Cohabitation and Implications for Children's Well-Being*, Social Science Research, 2000:29(2), s.255-287.

¹⁹ S. McLanahan, *Diverging Destinies, How Children Are Faring Under the Second Demographic Transition*. Demography, 2004:41(4), s.607-627.

rodinná podpora môže byť rozhodujúcim faktorom pre zvládnutie každodenných finančných výziev²⁰.

b/. Finančný stres a obmedzenie životného štýlu

Finančný stres, ktorý neustále zaťažuje rodičov, je výrazne viditeľný aj v odpovediach účastníkov, ktorí uvádzajú, že ich príjmy stačia len na pokrytie základných výdavkov a že obmedzenia spôsobené finančnou situáciou ovplyvňujú aj kvalitu života a schopnosť zapájať sa do mimoškolských aktivít. Tento faktor je v súlade s výskumom McEwen (2003), ktorý varuje, že finančný stres môže mať vážne dôsledky na psychické zdravie rodičov, ako aj na celkovú pohodu detí²¹.

c/. Bytová situácia

Výskumy v Nemecku (Federal Statistical Office, 2019) a Holandsku (CBS, 2018) ukazujú, že jednorodičia majú často problémy s dostupnosťou a stabilitou bývania. U nás sa opakuje rovnaký trend, keďže niektorí jednorodičia musia žiť v nájomnom bývaní, čo predstavuje dodatočný finančný tlak. Zatiaľ čo niektorí jednorodičia majú vlastné bývanie, iní sa spoliehajú na generačné bývanie, čo im poskytuje istú stabilitu, no zároveň môže prinášať výzvy v oblasti nezávislosti. Tento aspekt potvrdzuje výskum v Holandsku, ktorý ukazuje, že mnohí jednorodičia sa rozhodujú pre generačné bývanie, aby znížili náklady, avšak môžu čeliť komplikáciám týkajúcim sa osobného priestoru a vzorcov vzťahov v rámci domácnosti²².

9. Odporúčania pre prax

Podpora jednorodičov nie je len otázkou individuálnej snahy rodičov, ale aj celospoločenskej zodpovednosti. Zamestnávateľa, štátne inštitúcie, neziskové organizácie a komunity by mali spolupracovať na vytváraní priaznivých podmienok, ktoré umožnia jednorodičom efektívne zvládať pracovné a rodinné povinnosti.

Na základe odpovedí respondentov môžeme formulovať nasledovné odporúčania pre prax:

- Zlepšenie pracovných podmienok pre jednorodičov
- Podporné služby pre jednorodičov
- Budovanie komunit a sieť podpory
- Finančná podpora a ekonomická stabilita
- Zvýšenie dostupnosti sociálnych a nájomných bytov

Záver

Na základe výsledkov nášho výskumu môžeme konštatovať, že efektívna podpora jednorodičovských rodín musí byť viacdimeziálna. Nestačí zabezpečiť základné ekonomické prežitie, ale je potrebné klásť dôraz aj na psychosociálnu podporu, dostupnosť flexibilného zamestnania, rozvoj komunitných služieb a prevenciu sociálnej izolácie. V oblasti sociálnej práce je nevyhnutné presadzovať individualizovaný prístup k jednorodičom, zohľadňovať ich jedinečné životné situácie a podporovať rozvoj copingových stratégií, ktoré im umožnia efektívnejšie zvládať každodenné ťažkosti. Na základe získaných údajov môžeme konštatovať, že jednorodičia často čelia systémovým prekážkam, ktoré sťažujú ich sociálnu a ekonomickú situáciu. Zároveň sa ukázalo, že podporné mechanizmy, ako sú flexibilné

²⁰ S. Lundberg, R. A. Pollak, T. J. Wales, *Do Husbands and Wives Pool Their Resources? Evidence from the United Kingdom*. Journal of Human Resources, 2007:42(3), s.463-487.

²¹ J. A. McEwen, *The Effects of Stress on the Family and Children's Development*. In D. R. Taylor (Ed.), 2003, *Stress and Family Development* (pp. 45-63).

²² Federal Statistical Office, *Family and household statistics 2019*. Federal Statistical Office of Germany. Retrieved from <https://www.destatis.de/EN/Themes/Society-Environment/Population/Family-Households/Family-Household-Statistics.html>.

pracovné podmienky, finančné dávky či komunitná pomoc, zohrávajú dôležitú úlohu pri zlepšovaní ich životných podmienok. Napriek týmto výzvam však jednorodičia vykazujú obrovskú odolnosť a obetavosť. Prekonávajú prekážky s cieľom poskytnúť svojim deťom čo najlepšie podmienky, pričom nachádzajú silu v rodinných vzťahoch a vnútornom presvedčení, že ich úsilie má zmysel. Na záver možno povedať, že riešenie sociálno-ekonomických problémov jednorodičov si vyžaduje komplexný prístup, zahŕňajúci legislatívne úpravy, zlepšenie dostupnosti sociálnych služieb a vytvorenie priaznivejších podmienok pre ich ekonomickú stabilitu a celkovú kvalitu života.

Bibliografia:

Amato P. R., *The Consequences of Divorce for Adults and Children*, Journal of Marriage and Family, 2000:62(4), s.1269-1287.

Bergstöm M., Modin B., K. Kosidou, *Mental health in single-parent families: A systematic review*, Journal of Family Psychology, Vol. 2022:36, no. 1, s 112-123. ISSN 1939-1293.

Bradshaw J., *Single Parent Families in Europe*, Palgrave Macmillan, London 2016. ISBN: 978-1137510207.

Bumpass L. L., Lu H., *Trends in Cohabitation and Implications for Children's Well-Being*. Social Science Research, 2000:29(2), s.255-287.

Dobrovoľnícke Centrum, *Výročná správa o dobrovoľníctve*, Dobrovoľnícke centrum, Nitra 2022.

EIGE – European Institute for Gender Equality, *Gender Equality Index 2022: Single parents and gendered impacts*. EIGE. Vilnius 2022 [online]. [cit. 11.4.2026]. Dostupné na internete: <https://eige.europa.eu>.

Federal Statistical Office, *Family and household statistics 2019*, Federal Statistical Office of Germany. Retrieved from <https://www.destatis.de/EN/Themes/Society-Environment/Population/Family-Households/Family-Household-Statistics.html>.

GABURA J., *Rodinný konflikt a rodinná meditácia*, Univerzita Konštantína filozofa, Nitra 2015, s. 254. ISBN 978-80-558-1120-8.

Jednorodič. [online]. 2026. [cit. 11.4.2026]. Dostupné na internete: <https://jedenrodic.sk/>.

Kenderešová E., *Základy sociálnej politiky I. (Skriptá)*, Vysoká škola zdravotníctva a sociálnej práce sv. Alžbety v Bratislave, n.o.; Inštitút bl. Metóda Dominika Trčku, Michalovce 2026, s. 76. ISBN: 978-80-8132-321-8.

Klíma J. a kol., *Pediatric pro nelékařské zdravotnické obory*, Grada Publishing, Praha 2016, s. 328. ISBN: 978-80-247-5014-9.

Lundberg S., Pollak R. A., Wales T. J., *Do Husbands and Wives Pool Their Resources? Evidence from the United Kingdom*, Journal of Human Resources, 2007:42(3), s.463-487.

Matoušek O., Pazlarová H., *Hodnocení ohroženého dítěte a rodiny*, Portál, Praha 2010, s.183. ISBN 978-80-7367-739-8.

Mcewen J. A., *The Effects of Stress on the Family and Children's Development*. In D. R. Taylor (Ed.), *Stress and Family Development*, 2003, (pp. 45-63).

Mclanahan S., *Diverging Destinies: How Children Are Faring Under the Second Demographic Transition*. Demography, 2004:41(4), 607-627.

Midlíková E., *Posudzovanie sociálnej rizikovosti rodiny*, Typi Universitatis Tyrnaviensis, Trnava 2018, s.128. ISBN 978-80-568-0079-9.

MPSVaR, *Rodina a sociálna pomoc*. Dostupné na internete: [online]. 2026. [cit. 11.4.2026]. <https://www.employment.gov.sk/sk/rodina-socialna-pomoc/>.

Rieger Z., Vyhnáľková H., *Ostrov rodiny*, Konfrontace, Hradec Králové 1996, s.246. ISBN 80-901773-8-7.

STVR, *Stres, samota a finančné problémy: Počet jednorodičov, ktorí pred sviatkami žiadajú o pomoc, každoročne rastie*. [online]. 2025, [cit. 11.04.2026]. Dostupné na internete: <https://spravy.stvr.sk/2025/12/prezivaju-stres-a-financny-tlak-pocet-jednorodicov-ktori-ziadaju-pred-sviatkami-o-pomoc-kazdorocne-rastie/>.

Štatistický Úrad SR, *Ženy a muži v SR 2023*. ŠÚ SR, Bratislava 2023. ISBN: 8070323.

Tydlitátová G., *Voľba nezosobášeného spolužitia v podmienkach sociálneho a situačného tlaku*. Sociológia - Slovak Sociological Review, 2015:47(2), s. 191-216.
Zákon č.36/2005 Z. z. o rodine a o zmene a doplnení niektorých zákonov.

Mgr. Elena Kenderešová, PhD.



Pôsobí ako odborná asistentka na Vysokej škole zdravotníctva a sociálnej práce sv. Alžbety v Bratislave, n. o., kde na Inštitúte bl. Metoda Dominika Trčku v Michalovciach. Vyučuje predmety z oblasti sociálnej politiky, aplikovanej sociálnej politiky, sociálneho zabezpečenia a rodinného, občianskeho práva, sociálnej práce so seniormi a atď. Politologické vzdelanie I., II., III. stupňa získala na Univerzite Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Filozofickej fakulte, Katedre politológie. Vo svojej pedagogickej a vedeckej činnosti sa zameriava na problematiku kvality života a zlepšenia podmienok v spoločnosti.