

Univerza v Ljubljani,
Fakulteta za socialno delo

Valerija Žebovec

Prosti čas staršev

Diplomsko delo

Ljubljana, 2019

Univerza v Ljubljani,
Fakulteta za socialno delo

Valerija Žebovec

Prosti čas staršev

Diplomsko delo

Mentorica: Izr. prof. dr. Gabi Čačinovič Vogrinčič

Ljubljana, 2019

Podatki o diplomski nalogi

Ime in priimek: Valerija Žebovec

Naslov naloge: Prosti čas staršev

Kraj: Ljubljana

Leto: 2019

Št. strani: 109

Št. prilog: 11

Mentorica: Izr. prof. dr. Gabi Čačinovič Vogrinčič

Ključne besede: starši, prosti čas, partnerski odnos, starševstvo, socialno delo z družino

Povzetek:

V diplomskem delu sem raziskovala prosti čas staršev. Zanimalo me je, kako starši definirajo prosti čas, kaj jim pomaga pri organizaciji in preživljanju prostega časa in s kakšnimi izzivi se spopadajo. Zanimalo me je tudi, kaj staršem pomeni prosti čas in kakšen vpliv mu pripisujejo, seveda pa tudi, kako ga preživljajo.

Raziskava je kvalitativna, empirična in eksplorativna. Vzorec pa je neslučajnosten in priložnosten.

Starši definirajo prosti čas kot čas zunaj dela, ko imajo svobodo pri izbiri dejavnosti. Prosti čas ima na starše in njihove družine sprostitven in povezovalen vpliv. Starši prosti čas preživijo pretežno ob zabavnih aktivnostih in športu, pa naj bo to v prostem času zase, s partnerjem ali z družino. V veliko pomoč pri preživljanju prostega časa je neformalna mreža za varstvo, kjer ta seveda obstaja, v pomoč pa so tudi organizirane aktivnosti – festivali, projekt Super starš.

Treba je še bolj raziskati prosti čas staršev in jih spodbujati ter jim ga pomagati kvalitetno preživeti.

Title: Parent's leisure time

Key words: parents, leisure time, partnership, parenthood, social work with family

Abstract:

I researched the parent's leisure time in my graduation work. My questions were how the parents define the leisure time, what help they need for organization and spending the leisure time and which challenges are they facing with. I was also interested what the leisure time means to the parents, what influence they attribute to the leisure time and how they spend it.

The research is qualitative, empiric and explorative. The pattern is non-accidental and occasional.

The parents define the leisure time as the time out of work, when they can freely choose the activity. The leisure time has a relaxing and connective influence to parents and the whole family. The parents mostly spend leisure time at sports and entertaining activities, in the leisure time for themselves, with the partner or with the whole family. The non-formal net to care for the children is good help to make good spending of leisure time where it exists. Good help are also organized activities like festivals and the Super parent project.

The leisure time of the parents would have to be more researched. The parents would also have to be stimulated and helped to spend their leisure time well.

Zahvala

V prvi vrsti se zahvaljujem mentorici, ki me je podpirala v mojem delu. Zahvaljujem se tudi vsem staršem, ki so mi pustili malo vpogleda v njihovo življenje, v njihov prosti čas. Brez njih tega ne bi bilo. Hvala moji družini, ki me podpira pri mojem delu. Še nazadnje pa velika hvala mojemu fantu, ki je prebiral moje zapise, jih z menoj pokomentiral in me podpiral skozi ves proces.

PREDGOVOR

V današnjem svetu hitenja je za vsakega človeka zelo pomemben prosti čas, v katerem se lahko umiri, sprosti in spočije. Starši majhnih otrok pa so ravno tukaj najbolj ranljivi, saj morajo poleg službe skrbeti tudi za otroka. Z daljšanjem pričakovane življenjske dobe se zakasnjuje tudi prehod v upokojitev, kar pomeni, da je veliko starih staršev, ki so ponavadi glavna neformalna mreža za pomoč družini, še vedno delovno aktivnih. Tako morajo starši razširiti neformalno socialno mrežo, kar pa ni vedno lahko.

Prosti čas je tudi čas, v katerem se partnerja in družina med seboj povežejo, kar močno vpliva na njihove odnose in tako vsakdanjik. Zato se mi zdi ravno prosti čas dejavnik, ki lahko prepreči socialne probleme v družinah.

S projektom Super starš pri katerem sodelujem želimo nagovoriti ravno prosti čas staršev. Želimo jim omogočiti nekaj kvalitetno preživetega prostega časa tudi brez otrok, saj je pri veliko starših to prava redkost. Naš moto je, da je samo srečen starš lahko dober starš, zato mora tudi starš poskrbeti zase.

Kazalo:

1	Pregled problematike	1
1.1	Prosti čas	1
1.1.1	Definicija	1
1.1.2	Vloge in načini izrabe prostega časa	2
1.1.3	Dejavniki preživljanja prostega časa	4
1.1.4	Družina in prosti čas	5
1.2	Partnerstvo in starševstvo	8
1.2.1	Starševstvo	8
1.2.1.1	Delitev dela med staršema	9
1.2.1.2	»Prvi družinski trikotnik«	10
1.2.2	Partnerstvo	11
1.2.2.1	Konflikti v partnerstvu in vpliv na družino	12
1.2.2.2	Ohranjanje partnerskega odnosa	13
1.3	Socialno delo z družino	16
1.3.1	Socialno delo	16
1.3.1.1	Pogovor v socialnem delu	19
1.3.2	Socialno delo z družino	19
2	Formulacija problema	21
2.1	Raziskovalna vprašanja	21
2.2	Teze	22
3	Metodologija	23
3.1	Vrsta raziskave	23
3.2	Merski instrumenti ali viri podatkov	23
3.3	Opredelevanje enot raziskovanja – populacija, vzorec	23
3.4	Zbiranje podatkov oz. empiričnega gradiva	23
3.5	Obdelava gradiva	25
4	Rezultati	26
5	Razprava	31
6	Sklepi	34
7	Predlogi	35
8	Literatura	36
9	Priloge	38

9.1	Priloga 1: Vprašanja za intervjuje	38
9.2	Intervjuji in enote kodiranja	38
9.2.1	Priloga 2: Intervju A in C	38
9.2.2	Priloga 3: Intervju S in B	41
9.2.3	Priloga 4: Intervju D in U	43
9.2.4	Priloga 5: Intervju P in K	45
9.2.5	Priloga 6: Intervju M in G.....	47
9.2.6	Priloga 7: Intervju N in T	49
9.2.7	Priloga 8: Intervju V in J.....	52
9.3	Priloga 9: Odprto kodiranje	55
9.3.1	Intervjuja A in C	55
9.3.2	Intervjuja S in B.....	61
9.3.3	Intervjuja J in V	66
9.3.4	Intervjuja N in T	75
9.3.5	Intervju P in K	83
9.3.6	Intervjuja M in G.....	89
9.3.7	Intervjuja D in U.....	94
9.4	Priloga 10: Osno kodiranje	96
9.5	Priloga 11: Odnosno kodiranje	104

1 Pregled problematike

1.1 Prosti čas

1.1.1 Definicija

Prosti čas je pojem, ki ga je zelo težko definirati, saj je zelo relativen. Meje prostega časa so pogosto subjektivno določene, saj je prosti čas odvisen od vsakega posameznika in njegove opredelitve. Še vseeno pa obstaja kar nekaj poskusov definicij, kaj prosti čas je, in možnih razlag o vlogah, tipih preživljanja in vplivih na prosti čas.

Dumazedier in drugi (1960 kot navedeno v Sadar Černigoj, 1991, str. 14) so ga opredelili takole:

»Prosti čas se sestoji iz številnih dejavnosti, prek katerih posameznik lahko izrazi svojo lastno svobodno voljo – po počitku, zabavi, izpolnjevanju svojega znanja, izboljševanju svojih sposobnosti ali po povečanju svojega prostovoljnega sodelovanja v družbenem življenju – potem, ko je opravil svoje poklicne, družinske in socialne obveznosti.«

Za natančnejšo opredelitev prostega časa ga moramo najprej razmejiti od preostalega časa. To dobro razdeli Parker (1971 kot navedeno v Sadar Černigoj, 1991, str. 16) v svojem **modelu življenjskega prostora**, kjer čas razdeli na delovni čas (delo), čas, povezan z delom (delovne obveznosti), eksistenčni čas (čas namenjen zadovoljevanju fizioloških potreb), polprosti čas (čas za nedelovne obveznosti) in končno prosti čas, ki ga poimenuje tudi neobvezni čas, čas brez dolžnosti, izbrani čas ali osvobojeni čas.

Prosti čas si lahko pogledamo tudi skozi biofiziološki, kulturni, psihološki in socialni vidik (Strojin, 1982, str. 43, 44):

- Biofiziološki vidiki prostega časa:
 - a) količina časa, ki je kakovostno drugačna od drugega časa;
 - b) čas rekreacije, akumulacije za delo in izobraževanje.
- Kulturni vidiki prostega časa:
 - a) čas samoizobraževanja, vzgoje in zabave;
 - b) demokratijska črta med delom in prihranjenim časom, ki ni teoretično ne praktično ločena.
- Psihološki vidiki prostega časa:

- a) sprostitve tistih dejavnosti, ki jih moramo opravljati;
 - b) psihološka ali čustvena potreba;
 - c) minimum obveznosti do drugih, sebe in svoje intime;
 - d) čas svobodne dejavnosti in svobodne izbire teh dejavnosti;
 - e) motivacija za zadovoljstvo ali nezadovoljstvo;
 - f) čas vplivanja na uporabo časa drugih.
- Socialni vidiki prostega časa:
 - a) statusni simbol družbenega in razrednega položaja, uspeha in življenjske dobe;
 - b) čas človekove socializacije;
 - c) sestavni del življenja in dela vseh starostnih skupin, poklicev, celo vseh narodov, ne glede na njihovo družbeno ureditev;
 - d) nujno potreben sestavni del sestave in dinamike svobodne družbe in osrednji problem sodobne in prihodnje civilizacije;
 - e) kazalnik stopnje družbene razvitosti;
 - f) socialna in ekonomska kategorija.

1.1.2 Vloge in načini izrabe prostega časa

Tri najbolj osnovne vloge prostega časa so počitek, zabava in razvoj osebnosti. **Počitek** ima pomembno vlogo pri obnavljanju fizičnih in psihičnih moči, ne glede na to ali je pasiven ali aktiven. **Zabava** in sprostitve omogočata ustvarjanje ustreznega razpoloženja, vzpostavljanje komunikacije in socialnih vezi med ljudmi. Zabave zaradi monotonosti in avtomatizacije dela potrebujemo vedno več. Tretja osnovna vloga pa je celovito **razvijanje osebnosti** na vseh področjih (Hočevar in Mesec, 1981).

Strojin (1982, str. 51, 52) je te tri osnovne vloge prostega časa, na podlagi ugotovitev različnih sociologov razdelil v pet značilnih vlog prostega časa. Te vloge so:

1. Biološka regeneracija

Prosti čas človek najprej izrabi za počitek – počitek v budnem stanju. To ne pomeni, da mora biti nujno prisotno dolgočasenje ali zapravljanje časa, saj so oblike regeneracije tudi krajši sprehod, gibanje na zraku, prhanje ...

2. Emotivno-psihološka vloga

Ta vloga vključuje zabavo, sprostitve in uživanje. Pri tej vlogi lahko govorimo o poslušanju glasbe in petja, gledanju filmov in televizije, keglanju in drugih družabnih igrah, o kramljanju z znanci, branju dnevnikov in zabavnih revij, skratka, o lažjih oblikah kulturnega razvedrila, ki ne zahtevajo od človeka večjega napora, višje izobrazbe in kulture.

3. Individualno-ustvarjalna vloga

To vlogo ima prosti čas ob človekovi potrebi po individualnosti, koristnosti in osebni ustvarjalnosti. Te aktivnosti dajo človeku občutek pomembnosti, samopotrjevanja, osebnega lika in zadovoljstva nad uspehi. V tej vlogi je najpomembnejša ustvarjalnost, ki pa je, čeprav je individualna, pomembna tudi za celotno družbo.

4. Izobraževalno-kulturna vloga

To vlogo prosti čas dobi ob izpopolnjevanju v izobrazbi, spoznavanju sveta, kulture in znanosti. Ta vloga zahteva ekonomske zmožnosti, izobrazbo, nagnjenje in nadarjenost, kar ji daje značaj ekskluzivnosti. Preživljanje prostega časa za zadovoljitev te vloge je udeležba na izobraževanjih, turističnih potovanjih, v spoznavanju sveta in družbeno-politično delovanje.

5. Quasi funkcija ali neprava vloga prostega časa

V to vlogo prostega časa spadajo napol pridobitniške dejavnosti (vrtičkarstvo, ročna obrt ...) in družbene dejavnosti, ki temeljijo na prostovoljno prevzetih obveznostih (vloga predsednika društva, vloga vodje prostovoljnega projekta, prostovoljni gasilec ...). Tukaj se pojavlja dilema, ali je to prosti čas, saj so to obveznosti, čeprav so izbrane prostovoljno in nam prinašajo sprostitve in zadovoljstvo.

Odrasli zaposleni prostega časa ne izkoristijo le za regeneracijo, ampak tudi za kompenzacijo identitennih izgub, reševanje konfliktov, ki nastajajo v drugih sferah življenja, druženje in vzdrževanje socialnih mrež (Ule, 2000 kot navedeno v Kuhar, 2008). Prosti čas je lahko tudi preventiva pred depresivnimi razpoloženji (Kuhar, 2007).

Kompenzacijo lahko dojemamo tudi kot »terapijo« za vse frustracije in nezadovoljstva, ki izvirajo iz dela in po delu (monotonija dela, neuspehi na drugih življenjskih področjih). V prostem času je namreč mogoče to, za kar smo prikrajšani pri delu (Strojin, 1982).

1.1.3 Dejavniki preživljanja prostega časa

Omenila sem dejavnike prostega časa kot so svobodna izbira, nevezanost. Poleg njih pa na prosti čas vplivajo tudi drugi dejavniki kot so: motivacija, potrebe, kompetentnost, starost, spol, družbeni sloj, kupna moč, mobilnost, legalne omejitve (Kuhar, 2008) družinski običaji in navade (Strojin, 1982) ...

Motivacija je lahko združevalen ali pa ločevalen dejavnik. Združevalen dejavnik, je zato, ker se družba zavzema za smotrno in koristno izrabo prostega časa in je organiziran prosti čas ena od oblik družbenega povezovanja. Družba namreč lahko v prostem času marsikateri socialen problem reši bolje in učinkoviteje kot pa zakoni in prisila. Ločevalen dejavnik pa je zato, ker posameznik v prostem času zadovoljuje tudi svoje regeneracijske in prestižne potrebe (Strojin, 1982).

Motivacijo lahko razdelimo tudi v štiri stopnje (Strojin, 1982, str. 74):

1. splošno – vsakodnevne dejavnosti,
2. selektivne dejavnosti – ob koncu tedna; razločujejo se po vrstah, intenzivnosti, zahtevanem času (izleti, šport, branje knjig, obiski, študij ...),
3. specializacija dejavnosti – uporaba institucij in organizacij,
4. poklicne dejavnosti – po intenzivnosti in časovni zavzetosti se enači s poklicom (popevkarstvo, poklicni nogomet, gorski vodič ...),

Potrebe so objektivne (eksistencialne) in subjektivne (potrebe bistva človekove osebnosti). Objektivne potrebe so potrebe po zadovoljitvi materialne zahteve človekovega bivanja, subjektivne pa potrebe po kulturnem preživljanju prostega časa (Strojin, 1982).

Naj omenim **kupno moč** kot pomemben dejavnik za preživljanje prostega časa, saj sta njegovi značilnosti amaterstvo in samofinanciranje, pri čemer je pomembno, da so pristočasne aktivnosti dostopne za vse, tako cenovno kot zahtevnostno, vendar pa se kljub govoru o socialni dostopnosti prostega časa in možnostih za njegovo porabo pri nekaterih segmentih populacije še premalo prizadeva za oblikovanje socializiranih oblik porabe prostega časa (Strojin, 1982).

Poleg socialnih dejavnikov pa imajo seveda vpliv tudi **geografske** (hribi, morje) in **podnebne razmere** (pomlad, poletje, jesen, zima) (Strojin, 1982).

1.1.4 Družina in prosti čas

Pomembna dejavnika pri preživljanju prostega časa sta (poleg šole, ki je pomembna predvsem za otrokov prosti čas) tudi krajevna in družinska skupnost. Seveda morajo vse te tri skupnosti med seboj sodelovati in se smiselno dopolnjevati, vendar pa ima še vseeno vsak od teh treh dejavnikov svoje zmogljivosti iz značilnosti (Hočevar in Mesec, 1981).

Krajevna skupnost je pomembna, saj je prvo okolje, ko človek prestopi prag družine. V krajevni skupnosti povprečen deloven človek preživi približno štiri ure prostega časa na dan – odvisno je od starosti, zaposlitve, statusa, drugih obveznosti in družbene dejavnosti ... V krajevni skupnosti prihajajo ljudje v neposreden stik in si skupaj prizadevajo, da bi omogočili zadovoljevanje potreb, bodisi osnovnih (trgovine) pa tudi drugih (Hočevar in Mesec, 1981). Tukaj je pomembno socialno načrtovanje krajevne skupnosti, kamor spada ustanavljanje in možnosti podpiranja raznih društev kot interesnih oblik krajanov za preživljanje prostega časa (dramski krožki, gledališke skupine, športni klubi, kulturna društva, mladinski klubi, pevski zbor ...). Te dejavnosti družbeno koristno in smiselno povežejo skupne interese posameznikov in omogočijo krajanom skupinsko ali individualno zabavo, izpopolnjevanje in ustvarjalnost (Strojin, 1982). Pomemben vidik za preživljanje prostega časa v krajevni skupnosti ima prostorsko načrtovanje, kjer predvidimo objekte (športni, turistični, kulturni, društveni), naravne površine ter njihovo vzdrževanje in opremljanje (zavarovane površine za sprehode, obiske, izlete), ter zabaviščne in gostinske prostore, kjer se lahko družijo, spoznavajo, preživljajo prosti čas (Strojin, 1982). Vse te značilnosti dajejo krajevni skupnosti svojo značilnost in homogenost. Ustrezno oblikovana krajevna skupnost je s temi karakteristikami optimalen družbeni prostor, ki lahko učinkovito uresničuje in zagotavlja proces socializacije človeka v vseh njegovih razvojnih stopnjah. Omogoča socializacijo, ki nam predstavlja življenje in delo, kjer je človek sposoben na osnovi izkustev vzpostaviti za večino ljudi sprejemljive odnose in je na tej osnovi sposoben nadalje aktivno in kreativno odgovarjati na delovanje svojega okolja ter se vanj ustvarjalno vključevati (Hočevar in Mesec, 1981).

Družinska skupnost je prostor, kjer se preživi največ prostega časa (Strojin, 1982). Družina ima zelo pomembno vlogo pri urejanju smiselnega preživljanja prostega časa. Družina je prostor, kjer se uveljavijo osnovne oblike vedenja in dela, še posebej pa vrednotenje dejavnosti in dela

v prostem času. V družini se določa vsebina in izbirajo oblike dejavnosti v prostem času. Tako na družino samo kot na preživljanje časa v družini vplivajo vezi in odnosi, ki jih različni družinski člani navezujejo zunaj družine, v širšem prostoru. Vendar pa mora prav za vzpostavljanje ustreznih odnosov z okoljem doseči nekatere čustvene, socialne in vzgojne cilje, da ohranja povezanost med člani družine. Tako se prek svojih članov vključuje in veže z vsemi tokovi družbenopolitičnega in kulturnega življenja (Hočevvar in Mesec, 1981).

Odnos med družino in prostim časom lahko obravnavamo z dveh vidikov. Prosti čas lahko pojmuje kot vir, ki pripomore k stabilnosti in bogastvu družinskih odnosov, oziroma kot vir, ki je nujen za razvojne možnosti, lahko pa obravnavamo družino kot vir za prosti čas. Če prosti čas pojmuje kot vir, ki pripomore k stabilnosti in bogastvu družinskih odnosov, nam je jasno, da prosti čas pomembno prispeva k centralni investiciji življenja – družini. Da pa dojemamo družino kot vir za prosti čas, moramo razumeti, da družina daje socialni kontekst za večino prostega časa. S tega vidika je prosti čas nujen prostor za svobodo, ekspresivnost in razvoj osebnosti. V socialnem sistemu, ki je ločil delovno mesto od kraja bivanja, postaja zveza med družino in prostim časom vse bolj pomembna. Po drugi strani pa so vse bolj poudarjene tudi nematerialne funkcije družine, kot so socialna in emocionalna podpora, zaupanje in intimnost (Sadar Černigoj, 1991).

Kelly (1987 kot navedeno v Sadar Černigoj, 1991, str. 26) omenja vidike prostega časa, ki so pomembni za kvaliteto odnosov in razvoj osebne identitete.

1. Prosti čas je vzajemni interes družine, fokus interakcije in komunikacije. Prostočasni dogodek je simbol, ob katerem se vzpostavijo komunikacije in interakcije.
2. Prosti čas razširja prostor za starševstvo. Ne gre zgolj za igre z otrokom v diadi, pač pa za različne oblike spontanih interakcij. Družinam, ki poznajo le naloge in urnik, primanjkuje veliko veselja in odprtosti za prekinitev rutine vsakdanjega življenja.
3. Prosti čas je možnost za preizkus in razvoj novih družinskih odnosov. Pogosto se nam zgodi, da ravno v prostem času prekinemo rutino in odkrijemo nekaj novega v medosebnih odnosih. Oddaljenost od ekonomskih in vzdrževalnih funkcij družine namreč omogoča spremembo in razsrediščenje dominantnih vzorcev vzdrževanja. Emocionalna tenzija se zmanjša v igri in dominantni člani družine imajo možnost, da zavzamejo manj avtoritarne vloge.

4. Prosti čas je lahko možnost za avtonomijo in neodvisnost, omogoča legitimno neodvisnost od družine. Treening v klubu ali študijski krožek je sprejemljivo opravičilo za člane družine, da gredo sami ven. To je prostor za razvoj identitet, ki so komplementarne družinskim. Eden izmed pomembnih vidikov take avtonomije, posebno za adolescente, je seksualno raziskovanje in ekspresija.
5. Pričakovanje vzajemne podpore v družini je odvisno od prostovoljnih odločitev kot tudi od izpolnjevanja socialnih pričakovanj in legalnih zahtev. Tovarištvo in zaupanje, ki se razvije v prostem času, pripomore k odnosu, ki vključuje različne vrste podpore v posameznih življenjskih obdobjih. In če je prosti čas osnovni element v družinski interakciji, v razvoju intimnosti v različnih življenjskih obdobjih, potem ima pomembno mesto tudi pri ustvarjanju socialne kohezije. Torej, ni zgolj možnost in svoboda, ampak lokus pomembnega osebnega investiranja.
6. Večina ljudi je najraje v družbi s tistimi, ki jih pozna in jim zaupa. Lahko bi rekli, da ljudje pogosto dajejo prednost druženju s tistimi, ki jih poznajo in ki sprejemajo njihove osebne identitete, pred situacijami, ki zahtevajo preverjanje identitete in dokazovanje kompetentnosti. Za mnoge je to družina kot prostor, kjer so lahko najmanj preračunljivi v svoji samoprezentaciji.

Kot smo opazili, je skrb za prosti čas nujna odgovornost družine, saj daje temelje poznejše uporabe prostega časa z življenjskimi spoznanji, vrednotami in navadami, ki jih človek ponese v svoje nadaljnje življenje. Prav zaradi takšne naloge pa je pomembno, da starši razvijejo politiko prostega časa. S politiko prostega časa načrtno razvijajo razmere in odnose za koristno uporabo prostega časa – koristno je vse, kar izboljšuje in krepi humane odnose v družini in družbi. Pri tem je potreben določen dnevni ritual, ki ga je treba včasih umetno ustvariti, saj se prilagaja zunanjim obveznostim, zaposlitvi, urnikom, bivališču ... Vendar pa je ustvarjanje politike prostega časa že samo po sebi družinska aktivnost, ki utrjuje medsebojne odnose in naravno spodbuja družinsko samoupravljanje, saj že samo bistvo prostega časa (svoboda izbire) zahteva, da se o politiki prostega časa temeljito pogovorijo in se še vedno sproti dogovarjajo (Lešnik, 1986). Ob neprimerni politiki prostega časa in pomanjkanju prostega časa v družini pa lahko nastane socialni problem, saj tako člani družinske skupnosti nimajo dovolj možnosti za stike, zbliževanje in socializacijo, zato se oddaljijo (Strojin, 1982). Skozi celotno življenje prosti

čas z različnimi vlogami prispeva k vzpostavljanju ravnotežja v primeru konfliktnosti in radikalnih diskontinuitet (Sadar Černigoj, 1991).

1.2 Partnerstvo in starševstvo

1.2.1 Starševstvo

V nadaljevanju moj namen ni definirati družino, rada pa bi opredelila starševstvo. O starševstvu lahko govorimo, ko oseba prevzame vlogo starša. Po zakonu ženska postane mati z rojstvom otroka, mož pa oče, če nista poročena, po priznanju očetovstva (Rozman, 2017). Starševstvo ni le poklic ali dejavnost, ki jo opravljamo v določenem času in jo tudi končamo. Starševstvo je odgovorno poslanstvo, način življenja. S starševstvom se spremeni naše celotno delovanje in nikoli več ne moremo nehati biti starši (Kompan Erzar, Erzar in Poljanec, 2009). Med pripravljanjem na vlogo starša je pomembna medsebojna čustvena opora partnerjev – spodbujanje pogovora, poslušanje, medsebojno razumevanje – za gradnjo partnerskega odnosa in ustvarjanje družine (Marković in Štemberger Kolnik, 2012).

Rojstvo otroka oziroma prihod novega družinskega člana pa predstavlja za starša tudi stres, poleg že vsakdanjega stresa. Nova socialna vloga zahteva prilagajanje med staršema, ki je navadno stresno (Skubic, Komerički in Mivšek, 2011).

Ob prehodu iz partnerstva v starševstvo razlikujemo med naslednjimi stopnjami (Skubic, Komerički in Mivšek, 2011):

1. oblikovanje pojma o starševstvu – dogaja se v obdobju nosečnosti, ko se starša pripravljata na starševstvo, njune podobe o vzgoji pa so še idealizirane,
2. negovalna stopnja – nastopi v obdobju do dveh let otrokove starosti. V tej stopnji se razvije navezanost med otrokom in starši, partnerja pa sprejmeta vlogi matere in očeta,
3. avtoritarna stopnja – traja do približno šestega leta starosti otroka (Marjanovič Umek in Zupančič, 2004 kot navedeno v Skubic, Komerički in Mivšek, 2011), v njej pa starša spoznavata svoje meje in meje otroka (Juul, 2008 kot navedeno v Skubic, Komerički in Mivšek, 2011),
4. integrativna stopnja – traja v času šolanja do mladostništva. V tem času se starša privajata na osamosvajanje otroka,
5. neodvisna stopnja – starši otroku puščajo vedno več svobode in samostojnosti,

6. odhodna stopnja – prvi otrok se odseli (Marjanovič Umek in Zupančič, 2004 kot navedeno v Skubic, Komerički in Mivšek, 2011).

V zadnjem času je starševstvo za nekatere neuresničljiv projekt. Nove razsežnosti starševstva so prinesle dileme, strahove in ovire. Na odločitev za starševstvo vplivajo subjektivni in objektivni dejavniki. **Subjektivni dejavniki** so želja po otroku, psihična pripravljenost na odgovorno starševstvo in stabilno razmerje s partnerjem oz. partnerko. Med **objektivne dejavnike** pa spadajo zagotovljena služba, primerno stanovanje in prilagodljiv delovni čas. Pri tem so objektivni dejavniki bolj pomembni. Tako se partnerja ne sprašujeta, ali bosta zmogla starševstvo le po objektivnih dejavnikih, temveč tudi skozi subjektivne dejavnike – ali sta že pripravljena na otroka, pomembna je prisotnost želje po lastnem življenju in svobodi (Ule in Kuhar, 2003).

Med te nove razsežnosti starševstva, ki otežujejo odločitev za otroka, pa spada tudi t. i. »protektivno otroštvo«, ki v ospredje vsega postavlja popolno skrb za otroka, njegove potrebe, izobraževanje, skratka njegovo blaginjo (Švab, 2006). To pomeni tudi, da je otrok pod nenehnim nadzorom, da ima otrok tudi vedno več organiziranih aktivnosti in postaja njegov urnik že podoben urniku odraslega človeka, kar povzroča t. i. »sindrom otroške naglice« (Daly, 1996 kot navedeno v Švab, 2006).

Težava protektivnega otroštva je v tem, da so starši iz nižjih družbenih slojev primorani vložiti veliko energije v razvoj otroka, medtem pa tudi mnogokrat žrtovati svoje potrebe za blaginjo otroka (Švab, 2006).

1.2.1.1 Delitev dela med staršema

V družini je še vedno zelo prisotna patriarhalnost, čeprav se vedno bolj v delo vključujejo tudi očetje. Spremenjena delitev dela v družini, tako da je oče bolj udeležen, spremeni družinsko dinamiko in je pomemben dejavnik v starševstvu in partnerstvu. Baldock in Hadlow (2005, kot navedeno v Renner, Humer, Žakelj, Vezovnik in Švab, 2008) sta na podlagi pregleda kvalitativnih raziskav o delitvi družinskega dela med starši v evropskih državah navedla naslednjo tipologijo sodobnih očetov:

- *očetje, ki skrbijo za red*: sem spadajo očetje, ki otrokom pomenijo avtoriteto in hkrati postavljajo jasna pravila vedenja. Njihova naloga ni vsakdanja nega in skrb za otroke.
- *očetje, ki skrbijo za zabavo*: očetje se z otroki zabavajo po navadi takrat, ko ima mati gospodinjske obveznosti. Z njimi oče preživi prijeten čas, ki temelji na veselju, zabavi, skratka to so očetje, ki skrbijo za prijetne obveznosti.
- *koristni očetje*: to so očetje, ki jim ni nič težko postoriti, pa naj se to tiče gospodinjskih opravil ali pa nege in vzgoje otrok. Če mu da partnerka natančna navodila, bo brez slabe volje opravil in storil, kar mu je bilo naročeno.
- *polno vključeni očetje*: tako v gospodinjstvo kot v družinske obveznosti so popolnoma enako vključeni kot matere.

Vendar pa, čeprav očetje prevzemajo delo v družini, sta oba starša (pre)zaposlena, zato se v delo vključujejo še druge osebe, pretežno ženske – babice, sosedje, prijateljice, sestre – s katerimi si starša spletata neformalno mrežo, ki pa največkrat deluje v kombinaciji s plačanimi varuškami in čistilkami. Plačane servise v večji meri izkoriščajo starši v urbanem okolju, kjer je neformalna mreža verjetno bolj oddaljena, medtem ko v manjših krajih in ruralnih okoljih plačani servisi še vedno ostajajo nezaželeni oziroma so matere od njih distancirane, saj je še vedno velik vpliv tradicionalne miselnosti okolja, pa tudi sorodstvena neformalna mreža je bliže (Švab, 2006).

1.2.1.2 »Prvi družinski trikotnik«

Starša sta pred odločitvijo za starševstvo bila partnerja. Ponavadi se starši ravno zaradi dobrega partnerskega odnosa odločijo za otroka. Otrok pa, čeprav je nebogljen, majhno in popolnoma odvisno dete, zmore obrniti življenje svojih staršev popolnoma na glavo. Ne le, da se spremeni domače dogajanje, vsakdanji ritem in utečen življenjski slog staršev, otrok lahko konkretno poseže tudi v partnerski odnos svojih staršev. Zaradi nenehne skrbi za otroka in premalo spanja sta utrujena, kar ju naredi razdražljiva. Pojavi pa se tudi tretja oseba v »prvem družinskem trikotniku« (Tratar, 2007). Dotedanja diadna razporeditev odnosov med partnerjema z rojstvom otroka preide v triadno. »Tretji član« je lahko katerikoli od treh (Tomori, 1994):

- a) oče, ki je izključen iz marsičesa, kar se dogaja med materjo in otrokom;

- b) mati, ki mora svojo pomembno in vsestransko poudarjeno vlogo začasno umakniti pred medsebojnim spoznavanjem in navezovanjem med očetom in otrokom;
- c) otrok, ki mora sprejeti dejstvo, da tam, kjer je bližina med moškim in žensko, ki sta njegova starša, ni prostora zanj, in mora izpolnitev svojih želja in potreb včasih temu prilagoditi.

Čustvene spremembe doživljata oba starša. Vendar pa je za vsakega od njiju drugačen stres. Mati želi poskrbeti za novo bitje, želi zadovoljiti vse njegove potrebe. Medtem pa je za očeta ta prehod stresen, poln pozitivnih občutkov, povezan z velikimi življenjskimi spremembami, novimi nalogami in odgovornostmi. Guček Kopčavar (2009 kot navedeno v Marković in Štemberger Kolnik, 2012) navaja možne težave mladih očetov, ki se ob teh spremembah lahko pojavijo:

- občutek odrinjenosti in nerazumevanja, ker je partnerica spremenila svoje vedenje do njega;
- občutek pomanjkanja pozornosti in ljubezni, občutek izločenosti, ker/če partnerica izgubi zanimanje za spolnost;
- negotovost in nezadovoljstvo, ker/če se partnerica spremeni iz ljubice v mater.

Očetje kot točko preobrata v tem odnosu določijo čustveno povezavo z novorojenčkom in njegovo sprejemanje. Tako očetje dobijo svojo vlogo in se jo učijo ob otroku celotno življenje (Marković in Štemberger Kolnik, 2012).

1.2.2 Partnerstvo

Partnerstvo je skupnost dveh ali predružinsko stanje. Partnerja sta navadno zelo povezana z okoljem. Odpirata se navzven, kar pomeni, da se krog prijateljev širi, lahko sta še vključena v izobraževanje, rešujeta stanovanjsko in zaposlitveno vprašanje, vpeta sta v reševanje socialnih stisk in vprašanj med seboj, saj prihajata iz različnih okolij in v odnos prinašata navade iz svojih primarnih družin. Lahko imata tudi različna pogleda na vzgojo otrok, kar je treba razjasniti preden v družino pride otrok (Guček Kopčavar, 2009 kot navedeno v Marković in Štemberger Kolnik, 2012).

1.2.2.1 Konflikti v partnerstvu in vpliv na družino

Starša sta najprej partnerja drug drugemu, šele nato sta starša. Vloga moža in žene se izoblikuje v odnosu do partnerja, vloga matere in očeta pa v odnosu do otroka. Partnerja sta graditelja celotne družine in njun odnos vpliva na značaj družinskega ravnotežja (Satir, 1994, Bradshaw, 1998 kot navedeno v Rijavec Klobučar, 2002). Čeprav se zdi, da je partnerstvo ob prihodu novega družinskega člana postavljeno na stranski tir, morajo starši poskrbeti tudi zase, kajti le s seboj in s svojo partnersko zvezo zadovoljni starši lahko vzgajajo srečne in zadovoljne otroke. Otroci ne potrebujejo popolnih staršev, potrebujejo samo starše, ki so dovolj dobri (Sears, Sears, 2004 kot navedeno v Skubic, Komerički in Mivšek, 2011).

Lidz (kot navedeno v Čačinovič Vogrinčič, 1998) postavi tri pogoje, ki se nanašajo na interakcijo med zakoncema, specifično vsebino in komplementarnost njunih vlog, kar določa strukturo družine in omogoča razvoj otroka v družini. Ti trije pogoji so:

1. Koalicija staršev

To pomeni, da roditelja drug drugega podpirata v svojih vlogah in tako omogočata, da se partnerstvo in starševstvo ne izključujeta.

2. Ohranitev generacijskih razlik

Pomeni, da starši v zadovoljevanju svojih potreb ne smejo biti odvisni od otrok, ampak se morajo opreti drug na drugega in biti otrokom opora, da so lahko od njih odvisni, saj se tako počutijo varne in lahko mobilizirajo moči za lastne razvoj.

3. Sprejemanje vloge lastnega spola

Otrok za svojo spolno identifikacijo potrebuje starša, ki sta v svoji koaliciji obdržala družbeno sprejemljive spolne vloge.

Ko je v partnerstvu veliko konfliktov, lahko privede k temu, da partnerja prevzameta in oblikujeta nefunkcionalno starševsko vlogo. Če torej partnerja ne zmoreta ustrezno ravnati s svojimi najglobljimi občutki, največkrat v napetosti vključujeta tudi svoje otroke. Vanje projicirata svoje napetosti, da bi se izognila konfliktu (Rijavec Klobučar, 2002). Ob tem

govorimo o »tretji osebi«, ki prevzame vlogo partnerja z nalogami, ki jih eden od partnerjev ni sposoben izpolniti in z njo zmanjšamo možnost za konflikte in napetosti, saj nam onemogočajo pogosto druženje. To vlogo lahko prevzamejo delo, hobiji, prijatelji, otrok. Pojav »tretje osebe« je pogosto posledica strahu pred bližino, ranljivostjo, bolečino, nesprejetostjo (Požarnik, 1979 kot navedeno v Rijavec Klobučar, 2002).

Poleg pojava »tretje osebe« pa otrok lahko postane tudi »grešni kozel« oz. nosilec partnerskih napetosti in nerazrešenih, potlačenih in negativnih teženj. Ob takem vedenju staršev otrok prevzame in nosi napetosti in čustva, ki se jim starša ne moreta še odreči, ampak jih tako izživljata prek otroka. Otroci s temi vlogami vzdržujejo ravnotežje v družini in tako sebi in svojim sorojencem omogočajo preživetje (Gostečnik, 1998). Kako močna bo ta otrokova vloga, je odvisno od napetosti med partnerjema. Otrok se prilagaja potrebam družine in se nauči, kaj je dovoljeno, kaj pa lahko poruši ravnotežje med partnerjema (Satir, 1994 kot navedeno v Rijavec Klobučar, 2002).

1.2.2.2 Ohranjanje partnerskega odnosa

Musek (1995) navaja nekaj opornih točk za ohranitev in/ali za poglobitev medsebojnih odnosov:

a) Vzdrževanje pozitivnih in prijetnih izkušenj, pozitivnih vrednotenj in povezovanje teh izkušenj s partnerjem

Zakonsko življenje prinaša obilo rutinskih in tudi ne vedno prav prijetnih in razveseljujočih opravil od gospodinjstva do reševanja zdravstvenih in finančnih problemov. Prav je, da si jih partnerja razdelita in da jih opravljata ob vzajemnih spodbudah. Pomembno pa je, da si ob njih najdeta dovolj časa za prijetne izkušnje in uživanje. Včasih pomenijo minimalne pobude in spremembe že same po sebi zadovoljstvo. **Pomembno je tudi, da si rezervirata dovolj časa za intimnost in da najdeta trenutke, ko se lahko predasta drug drugemu.**

b) Ohranjanje privlačnosti, pozornosti in prijateljstva

Zaradi privlačnosti se partnerstvo začne in zaradi privlačnosti lahko traja. Jasno je, da ne moremo ostati vse življenje v vsaki življenjski situaciji enako prijetni, privlačni in pozorni. A slabo je, če na to pozabimo. Prav nič veliko nas ne stane, da skušamo ohraniti privlačen videz

(npr. s telesno nego, čistostjo, oblačenjem, pričesko, vzdrževanjem »linije«). Vsaj poskušajmo čim bolj ohraniti vse tisto, kar vemo, da partnerja razveseljuje in mu je všeč. Lahko npr. pomislimo, ali bi šli tako opravljeni, kot smo ta hip, tudi na svoj prvi zmenek s sedanjim partnerjem.

c) Ohranjanje podobnosti in vzajemnosti

Za dobre odnose v zakonu je treba veliko medsebojnega prilagajanja in usklajevanja. Določena mera podobnosti v stališčih, prepričanjih, vrednotah in interesih je celo pogoj za medsebojno privlačnost. V zakonu se pogosto pokažejo tudi razna neujemanja in nesoglasja. Pomembno se zdi, da znamo urediti takšna neujemanja, če gre za stvari, ki so za zakonske in družinske odnose važne. Če imata zakonca nasprotna stališča glede spolnih odnosov ali pa glede vzgoje otrok, potem bosta nujno prišla v konflikt. In če pride do spoznanja, da obstajajo takšna neujemanja in iz njih izvirajoči konflikti, je dobro, da se partnerja lotita te tematike, da se pogovorita in da skušata svoja stališča prilagoditi.

Tasič (2017) pa nam v svoji knjigi predstavi devet dejavnosti, ki partnerjema lahko omogočita izboljšanje ali pa ohranjanje partnerskega odnosa. Ti dejavniki so:

- **pogovor:** dar govora imamo zato, da se pogovarjamo. Da lahko svojemu partnerju sporočimo, kakšni so naši strahovi, skrbi, kaj nam je všeč, kaj nam ni, kakšna so naša pričakovanja, upanje. Pogovor je pomemben tudi, ker lahko izrazimo vse to in nam ni treba »brati misli«. Zelo lepo je zaključiti dan s kratkim pogovorom o vajinem dnevu;
- **dotiki:** so najpomembnejša stvar v odnosih, še posebno v partnerskih. Seveda pa sem ne spada le spolnost, ampak predvsem nežni objemi, dotiki, ki dajo partnerju vedeti, da ste tam zanj, da je pomemben za vas, da se ga radi dotikate in mu s tem sporočate, da se ob njem počutite dobro, sprejeto. Objem in poljub za dobro jutro, objem in poljub pred odhodom v službo, objem in poljub, ko se vrnete domov, objem in poljub kar tako, večkrat na dan ...;
- **obujanje lepih spominov:** v današnjem svetu živimo v naglici in se včasih sploh nimamo časa ustaviti ob veselih dogodkih in malenkostih. Mediji nas bombardirajo z negativnimi novicami in tako smo tudi mi preplavljeni z negativnimi mislimi. Zato naj se vsake toliko spominjata lepih trenutkov skupne poti, saj se ob takih trenutkih sprosti

telo in na obrazu se nariše nasmeh. Za nekaj trenutkov smo srečni, kot smo bili, ko se je dogodek res zgodil;

- **pohvala:** pohvala nam prija vedno, ne glede na starost. To pomeni, da je drugi opazil naš trud in ga pohvalil. Pohvaliti ni treba le dejanj, ampak tudi videz, telo, dobroto, ki jo čutita drug ob drugem ... Kajti oba partnerja sta željna lepih besed in pohvale;
- **zahvala:** izražanje hvaležnosti je prav tako pomembno kot pohvala. Hvaležnost za malenkosti, skupne trenutke. Nič v skupnosti namreč ni samoumevno. Ob zahvali čutita zadoščenje oba partnerja, saj si tako dasta vedeti, da sta hvaležna drug za drugega in za skupno življenje;
- **spoštovanje različnosti:** v zaljubljenosti smo prepričani, da je ta oseba prava za nas, ko pa zaljubljenost mine, nas določene navade in lastnosti pri partnerju začnejo motiti. Pomembno je, da spoštujemo mnenje svojega partnerja in se o razlikah tudi spoštljivo pogovarjamo med seboj;
- **enakovrednost:** pri enakovrednosti je predvsem pomembno, da so potrebe obeh enako pomembne in se ne podreja eden od partnerjev zavoljo »ljubega miru«. V odnosu sta vedno dva, ki sta hkrati posamezni osebi in osebi v odnosu. V veliko pomoč pri enakovrednosti pa je pogovor, saj tako lahko izrazimo svoje občutke in poskušamo slišati različnost partnerja;
- **postavljanje meja:** odnos je zgolj med partnerjema in od partnerjev. Ta odnos ni prostor, kamor bi se, pa tudi če dobro namerno, vtikali drugi. Zato je treba postaviti meje – moški med svojim sorodstvom in neformalno mrežo, ženska pa med svojo;
- **spreminjate lahko le samega sebe!** Vedno moramo imeti v mislih, da lahko spremenimo le sebe. Lahko to delamo v odnosu skupaj s partnerjem ali pa ne. Na silo nikogar ne moremo spremeniti, odgovornost za našo spremembo pa je na nas.

Poleg intimnosti, odkrite komunikacije in vseh zgoraj napisanih stvari pa je predvsem pomembno, da si partnerja najdeta čas za odnos in skupaj preživita nekaj časa v dvoje. Stoppard (1999) predlaga, naj si poiščeta varstvo vsaj enkrat na mesec, še bolje pa enkrat na teden, da starševske obveznosti ne bodo zapolnjevale prav vsakega budnega trenutka njunega življenja. Če bosta nekaj časa preživela ločena od otroka, zato še ne bosta slaba starša. Ravno nasprotno, ustvarjanje časa, ki ga preživita v dvoje, je skrivnost parov, ki ohranijo srečen odnos prve mesece po rojstvu otroka. V partnerstvu bolj uživajo, starševstvo pa se jim zdi lažje.

1.3 Socialno delo z družino

1.3.1 Socialno delo

V začetku bi najprej podala definicijo socialnega problema. Lüssi (kot navedeno v Čačinovič Vogrinčič, 2008, str. 49) je socialni problem definiral kot pomanjkanje tistega, kar je razumno pričakovati, da človeku in družini priprada. Stiska, obremenitev, ki jo povzroči pomanjkanje, ter težave pri reševanju problemov pomanjkanja in stiske.

Ena izmed definicij socialnega dela, ki je zapisana tudi v učbeniku Uvod v socialno delo (Milošević Arnold in Poštrak, 2003) se glasi takole:

»Socialno delo je umetnost, veda in profesija za pomoč ljudem pri reševanju osebnih, skupinskih (zlasti družinskih) in skupnostnih problemov in za ohranjanje zadovoljivih osebnih, skupinskih in skupnostnih odnosov s pomočjo prakse socialnega dela. Sem sodijo metode dela s posameznim primerom, s skupino in s skupnostjo, upravljanje v socialnem delu in raziskovanje (Skidmore, 1991)«.

Mednarodna zveza socialnih delavcev (2014) pa je sprejela novejšo definicijo socialnega dela:

"Socialno delo je poklic, ki temelji na praksi, in akademska disciplina, ki spodbuja socialne spremembe in razvoj, socialno kohezijo ter krepitev in osvobajanje ljudi. Načela socialne pravičnosti, človekovih pravic, kolektivne odgovornosti in spoštovanja različnosti so osrednjega pomena za socialno delo. Podprto s teorijami socialnega dela, družboslovja, humanistike in domačega znanja, socialno delo vključuje ljudi in strukture za reševanje življenjskih izzivov in izboljšanje dobrega počutja."

Socialno delo je relativno avtonomna stroka, kar pomeni, da je tako v teoriji kot v praksi neodvisno. Socialne delavke same razvijajo doktrinarna načela, teorijo in metode ter tehniko dela (Stritih, 1998 kot navedeno v Milošević Arnold in Poštrak, 2003). Socialno delo je dejavna znanost, ki poleg pomembnih odgovorov na vprašanja, kaj moramo vedeti, potrebuje tudi enakovredne odgovore na vprašanja, kako ravnati. In teorija ravnanja pa nastaja samo v nenehnem sodelovanju s prakso. Tako uporabna teorija ravnanja omogoča spreminjanje prakse tako, kot praksa spreminja teorijo (Čačinovič Vogrinčič in Mešl, 2019, str. 20).

V socialnem delu so zaradi soustvarjanja in raziskovanja procesov podpore in pomoči razvili koncept soustvarjanja. Ta definira tako odnos kot proces pomoči. Odnos med uporabnikom, socialnim delavcem praktikom, ki je hkrati raziskovalec, in raziskovalcem je odnos med ljudmi, ki so strokovnjaki na podlagi osebnih izkušenj, ter spoštljivi in odgovorni zavezniki, ki vzpostavljajo in varujejo procese raziskovanja in udeležnosti v želenih izidih (Čačinovič Vogrinčič in Mešl, 2019, str. 24).

Tako v socialnem delu govorimo o delovnem odnosu in izvirnem delovnem projektu pomoči. Delovni odnos je koncept, ki opisuje odnos med socialno delavko in uporabnikom, ki omogoča proces pomoči s tem, da varuje pogovor tako, da se pomoč raziskuje in soustvarja. In, ker sta v delovnem odnosu socialna delavka in uporabnik sodelavca pri ustvarjanju deleža v rešitvi, mora biti proces pomoči zastavljen za vsak primer posebej. Zaradi vsakokratne postavitve procesa pomoči govorimo o izvirnem delovnem projektu (Čačinovič Vogrinčič, Kobal, Mešl in Možina, 2011).

Za vzpostavitev delovnega odnosa so socialnemu delavcu v pomoč **elementi delovnega odnosa** (Čačinovič Vogrinčič, Kobal, Mešl in Možina, 2011):

- dogovor o sodelovanju
- instrumentalna definicija problema (Lüssi, 1991) in soustvarjanje rešitev
- osebno vodenje (Bouwkamp, Vries, 1995)
- perspektiva moči (Saleebey, 1997)
- etika udeležnosti (Hoffman, 1994)
- znanje za ravnanje (Rosenfeld, 1993)
- ravnanje s sedanostjo ali koncept so-navzočnosti (Andersen, 1994)

Metode v socialnem delu morajo biti primerne za delo na mikro, mezo in makro ravni. Zastrow (1990 kot navedeno v Milošević Arnold in Poštrak, 2003) te ravni dela razdeli na:

- mikro raven: socialno delo s posameznim primerom, vodenje primera,
- mezo raven: delo s skupino,
- makro raven: skupnostno socialno delo.

Socialno delavko pri delu vodijo **temeljna načela** (Milošević Arnold in Poštrak, 2003):

- individualizacija – spoštovanje dostojanstva in enkratnosti posameznika,
- samoodločitev – uporabnik ima pravico do tega, da izrazi svoje mnenje in se po tem ravna vse dotlej, dokler ne ogroža pravic drugih,

- zaupnost – dogovor med strokovnjakom in uporabnikom, s katerim se ohrani zasebna narava informacij, ki se nanašajo na uporabnikovo življenje.

Vodijo pa jo tudi metodična načela socialnega dela (Lüssi kot navedeno v Čačinovič Vogrinčič, 2008, str. 50):

- načelo vsestranske koristi – socialna delavka mora upoštevati interese vseh udeležnih v problemu, da rešitev vsem prinese korist,
- načelo kontakta – socialna delavka vzpostavi neposredno komunikacijo z vsemi, ki so vpleteni v problem in prispevajo k rešitvi. Tako naredimo sistem udeležnih v problemu razviden in ga lahko spreminjamo in funkcionaliziramo,
- načelo interpozicije – da socialni delavki vlogo, ki omogoča spreminjanje bližine in oddaljenosti, empatijo in sočutje ter distanco, ki je nujna za akcijo,
- socialnoekološko načelo – socialna delavka v prvi vrsti aktivira, mobilizira in krepi naravne socialne mreže uporabnikov. Če obstoječe socialne mreže še nima, jo pomaga oblikovati. Pomembno je najmanjše možno poseganje v naravne socialne mreže,
- načelo pogajanja – rešitev se soustvarja skozi pogajanje, vloga socialne delavke pa je, da vzdržuje proces oblikovanja sporazuma o možnem,
- načelo sodelovanja – govori o sodelovanju s »tretjimi«, ki niso neposredno udeleženi v problemu, vendar pa uporabnik potrebuje njihovo pomoč,
- načelo odpiranja problema – dovoli socialni delavki, da s svojim uporabnikom podeli nemoč in prosi za pomoč. Za pomoč lahko prosimo uporabnika samega ali pa strokovnjaka – važno je, da za pomoč prosimo.

Poleg teh temeljnih in metodičnih načel pa moramo upoštevati tudi naslednja **etična pravila** (Flaker, 2003):

- ustvarjanje enakopravnega, partnerskega odnosa in sodelovanje z uporabniki in uporabnicami,
- zavezanost dobrobiti uporabnikov,
- reflektivnost in kritičnost,
- poznavanje lastnih vrednot, predsodkov, sposobnosti in meja,
- jasnost in pogajanje o mandatu,
- ne dvomiti o besedah sogovornikov,

- nenehen dialog med doktrino in izkušnjami ter soočanje konceptov in prakse,
- jasno sporočanje lastnih stisk.

1.3.1.1 Pogovor v socialnem delu

Pogovor je osrednji prostor procesa pomoči v socialnem delu. Socialnodelovni pogovor je pogovor med sogovorniki, ki so iz pogovora pripravljeni priti drugačni (Čaćinovič Vogrinčič, Kobal, Mešl in Možina, 2011). V socialnodelovnem pogovoru, v katerem vzpostavimo delovni odnos, skupaj z uporabniki raziskujemo dobre izide. Socialnodelovni pogovor je poseben tudi zato, ker v njem govorimo jezik socialnega dela, ki zagotavlja instrumentalno definicijo problema in skupno raziskovanje možnih rešitev (Čaćinovič Vogrinčič in Mešl, 2019, str. 59).

V socialnem delu pri vodenju pogovora uporabljamo dve vrsti pogovora – v soustvarjanje rešitev usmerjen pogovor in v nadaljevanje pogovora usmerjen pogovor. V soustvarjanje rešitev usmerjen pogovor ima v središču osebnega vodenja soustvarjanje rešitev in raziskovanje možnih sprememb za dobre izide. Posebnost pri v nadaljevanje pogovora usmerjenem pogovoru pa je v ospredju vzpostavljanje delovnega odnosa. Treba je več pogovorov, ki pripomorejo k temu, da sogovornik sam sebe bolje razume, da bi se začela nova zgodba, da bi videl svoje ravnanje iz druge perspektive (Čaćinovič Vogrinčič in Mešl, 2019, str. 70).

1.3.2 Socialno delo z družino

Psihološko znanje o družini se je v programu izobraževanja pojavilo v osemdesetih letih 20. stoletja, pred začetkom razvoja metodološkega znanja za socialno delo z družinami. Zanimivo je tudi, da se je v socialnem delu družinsko psihološko znanje razvilo prej kot v ostalih strokah, saj so bile take potrebe v praksi (Čaćinovič Vogrinčič, 2008, str. 25).

Socialno delo z družino lahko definiramo takole (Čaćinovič Vogrinčič, 2008):

»Predmet socialnega dela z družino je pomoč (opora, podpora) družini pri reševanju kompleksnih psihosocialnih problemov. Delovni odnos zagotavlja instrumentalno definicijo problema in soustvarjanje rešitev, pri čemer proces sodelovanja mobilizira moč same družine. Socialno delo z družino opišemo kot izviren delovni projekt sodelovanja, ki

ga soustvarimo na sporazumevanju, dogovarjanju in skupnem oblikovanju rešitev, da bi udeleženi v problemu postali udeleženi v rešitvi.«

Socialno delo z družino vključuje tako delo z družino kot delo s posameznikom, saj je njegovo bistvo odkriti čim več boljših pogojev za življenje posameznika v družini ali zunaj nje. Družini moramo dajati podporo, da se kot skupnost ohrani, preoblikuje ali razide. V družinskem kontekstu raziskujemo oblike pomoči, vendar pa smo kljub delu z družino pozorni tudi na posameznika v njej. V procesu z družino raziskujemo dobre vire za vse udeležence v problemu (Čaćinovič Vogrinčič, 2008, str. 27). Kompleksne socialne probleme družine začne socialni delavec reševati z vzpostavitvijo sodelovanja, s tem pa delo usmeri v ustvarjanje rešitev na način, da udeležni v problemu določijo svojo udeležnost v rešitvi (Čaćinovič Vogrinčič, 2008, str. 4)

V delovnem odnosu z družino vodimo vzporedno dva procesa. Prvi je **stabilizacija za instrumentalno definicijo problema in soustvarjanje dobrih izidov**, drugi pa je **proces raziskovanja, samoraziskovanja, soraziskovanja družine in z družino**. Za dobre izide mora družina postati bolj razvidna, kar lahko dosežemo s pogovorom o pravilih, ciljih, načinu odločanja, vlogah ... Varovati je treba razvidnost vsakega člana v sistemu (Čaćinovič Vogrinčič, 2008).

Pri socialnem delu z družino je pomembno tudi delo na dveh ravneh. Prva raven je raven **mobilizacije**, raven dela, druga pa je raven **družinske dinamike**.

2 Formulacija problema

Dokler se nismo v društvu Premik, katerega predsednica sem, proti koncu študijskega leta 2016/2017 odločili, da podpremo članico in skupaj z njo izvedemo projekt, namenjen staršem, se nisem prav veliko ukvarjala s tem, kako starši živijo, oziroma natančneje: s prostim časom staršev. Že res, da prihajam iz velik družine in imam zaradi tega že kar nekaj nečakov, nisem se pa spraševala, kako preživljajo prosti čas, kakšen vpliv ima prosti čas nanje in na njihove družine. Predvsem sem bila veliko udeležena pri družini ene od sester, kjer pa se oba z možem zavedata, da morata imeti tudi čas zase in za partnerja, zato sem večkrat njuni hčerki popazila jaz. Mislim pa, da do zdaj nisem prav zares dobro videla svoje vloge v njihovem družinskem poteku.

Skozi načrtovanje, še bolj pa skozi izvajanje projekta Super starš sem ugotovila, da je prosti čas za osebo zelo pomemben čas, saj je drugačen od preostalega. Opazila pa sem tudi, da veliko staršev nima razvite neformalne mreže pomoči, nima pa niti finančnih sredstev, da bi si zagotovili plačano pomoč. Tako se v varstvu izmenjujejo, čas za graditev odnosa pa si prvih nekaj let otrokovega življenja kar težko vzamejo. Tukaj ima velik vpliv bližina in pripravljenost starih staršev za varstvo, seveda pa tudi mnenje širše družbe o tem, do koliko in kakšnega prostega časa sta starša »upravičena«. Z veseljem opažam pa tudi v intervjujih sem zasledila, da se je v zadnjih letih začelo veliko govoriti o tem, da si morajo tudi starši vzeti čas zase in za partnerja, da bodo potem boljši starši in partnerji. Predvsem je to mišljeno za matere, saj so bile do sedaj one skrbnice in so morale najprej poskrbeti za družino.

Za raziskovanje prostega časa staršev sem se odločila zato, ker o tem nisem našla dovolj informacij, želela pa sem si bolje spoznati situacije staršev, katerim želimo priti naproti s projektom Super starš. Želela sem izvedeti, kako oni doživljajo prosti čas in kako ga preživljajo.

2.1 Raziskovalna vprašanja

- Kako starši definirajo prosti čas?

- Ali razlikujejo med prostim časom zase, za partnerja in za družino?
- Kaj jim preživljanje prostega časa pomeni in kakšen vpliv ima prosti čas na njih in njihovo družino?
- Kako preživljajo prosti čas na vshe treh ravneh?
- Kakšne so njihove želje v povezavi s prostim časom in kako so zadovoljni s prostim časom?
- Kaj jim pomaga pri organizaciji in preživljanju prostega časa?

2.2 Teze

- Starši prosti čas doživljajo kot aktivnosti za sprostitev, širjenje socialne mreže in osebno rast.
- Starši razlikujejo med prostim časom zase, za partnerja in za družino.
- Prosti čas vpliva sprostitveno in povezovalno.
- Starši si želijo več prostega časa.
- V splošnem so s prostim časom zadovoljni.
- Pri organizaciji prostega časa jim najbolj pomagajo razne spodbude, stil življenja in neformalna mreža.

3 Metodologija

3.1 Vrsta raziskave

Raziskava je kvalitativna, saj gradivo predstavljajo besedni opisi in pripovedi, ki sem jih pridobila z intervjuji, kasneje pa jih tudi kvalitativno analizirala. Raziskava je tudi empirična, saj temelji na izkustvenem gradivu, zbranem na novo, ter eksplorativna, saj je prva na tem področju (Mesec, 1997).

3.2 Merski instrumenti ali viri podatkov

Merski instrument je vprašalnik, ki sem ga sestavila sama. Vprašanja so v prilogi.

3.3 Opredelitev enot raziskovanja – populacija, vzorec

Populacija so vse odrasle osebe, ki so imele na dan intervjuja (časovni pogoj) otroke, stare osem let ali manj (stvarni pogoj), in živijo v Sloveniji (krajevni pogoj).

Vzorec je neslučajnosten, saj niso imele vse enote populacije enake možnosti za sodelovanje, prav tako pa je tudi priložnosten, saj so vzorec predstavljale osebe, ki so se same odločile za sodelovanje in mi je z njimi uspelo narediti intervju. Respondente sem pridobila iz udeležencev projekta Super starš in prek lastne socialne mreže.

Za potrebe raziskave sem oblikovala vzorec v velikosti štirinajst enot oziroma sedem parov.

3.4 Zbiranje podatkov oz. empiričnega gradiva

Podatke sem zbrala z delno standardiziranim, odprtim intervjujem s sedmimi pari, ki so privolili v sodelovanje v raziskavi. S pari sem se individualno dogovorila za kraj in čas srečanja.

Intervju sem izvedla s celotnimi pari. Tako intervju ni bil individualen in so se pari lahko dopolnjevali, ni pa bila fokusna skupina, saj sem tako lahko dobila bolj iskrene in poglobljene odgovore. Smernice za izvedbo intervjuja so v prilogi.

Intervjuja A in C:

- Kraj: Ljubljana
- Datum: 5. junij 2019
- Čas: 30 minut

Intervju sem opravila pri intervjuvancih na domu. Potekal je brez motenj.

Intervjuja B in S:

- Kraj: Ljubljana
- Datum: 8. april 2019
- Čas: 30 minut

Intervju sem opravila v skupnem prostoru v študentskem domu. Zraven sta bila otroka, drugače pa je potekal brez motenj.

Intervjuja M in G:

- Kraj: Smlednik
- Datum: 15. junij 2019
- Čas: 25 minut

Intervju sem opravila pri meni doma. Potekal je brez motenj.

Intervjuja N in T:

- Kraj: Ljubljana
- Datum: 21. maj 2019
- Čas: 45 minut

Intervju sem opravila pri intervjuvancih na domu. Zraven sta bila otroka, drugače pa je potekal brez motenj.

Intervjuja K in P:

- Kraj: Zbilje
- Datum: 10. junij 2019
- Čas: 20 minut

Intervju sem opravila pri intervjuvancih na domu. Zraven sta bila otroka, drugače pa je potekal brez motenj.

Intervjuja J in V:

- Kraj: Ljubljana
- Datum: 22. maj 2019
- Čas: 30 minut

Intervju sem opravila v kavarni v parku Tivoli. Zraven je bil otrok, drugače pa je potekal brez motenj.

Intervjuja D in U:

- Kraj: Medvode
- Datum: 10. junij 2019
- Čas: 30 minut

Intervju sem opravila pri intervjuvancih na domu. Potekal je brez motenj.

3.5 Obdelava gradiva

Pridobljeno gradivo sem analizirala s postopkom kvalitativne analize. Najprej sem naredila čistopis pridobljenega kvalitativnega gradiva in ga parafrazirala. Nato sem določila enote kodiranja, to pomeni, da sem določila izjave, ki so se mi zdele pomembne. Izjavam sem določila pojme, kategorije in nadkategorije. Pri preglednosti določanja pojmov, kategorij in nadkategorij mi je bila v pomoč tabela.

Nadaljevala sem z osnim kodiranjem. V tem delu analize sem različnim nadkategorijam pripisala ustrezne kategorije in pojme. V končni fazi pa sem z odnosnim kodiranjem poskušala odkriti povezave med pojmi in kategorijami in poskusila formirati teorijo.

4 Rezultati

Z analizo intervjujev sem prišla do naslednjih podatkov.

Osnovni podatki

Intervjuje sem naredila z osebami, starimi od 23 do 38 let. Te osebe so starši, ki imajo otroke stare od 0 do 7 let. Od štirinajstih intervjuvancev je bilo sedem moških in sedem žensk. Vsak par ima po dva otroke.

Definicija prostega časa

Starši ob pojmu prosti čas najprej pomislijo na dejavnost, ki jo v prostem času izvajajo, ali pa na prostor, kjer se dejavnost izvaja. Tako pomislijo na šport, pevski zbor, izlete, druženje kot dejavnost in na igrišče, naravo, vrt. Pomislijo tudi na to, s katerimi osebami povezujejo prosti čas: prosti čas dojemajo kot čas zase, čas zase in za partnerja in čas za družino. Seveda takoj pomislijo tudi na pomembne elemente prostega časa kot so odsotnost plačanega dela, svoboda izbire in sprostitev.

Starši definirajo prosti čas kot čas, ki ostane po končanem delu in drugih obveznostih, ko imajo svobodo pri izbiri dejavnosti (*»Čas izven službe« (P5) »da delaš tisto, kar te veseli ali sprošča, relaksira recimo.« (P7)*).

Ločevanje prostega časa na čas zase, za partnerja in za družino

Večina staršev znotraj prostega časa ločuje čas zase, za partnerja in za družino. Starši ta čas ločujejo:

- glede na aktivnost v prostem času

»Prosti čas za družino je zame ves čas razen službe. Ko sem z otroki – ni treba, da je zdaj to izlet ali pa da nekam gremo.

Prosti čas s partnerjem je, ko smo skupaj itak, pa takrat, ko sva sama, čeprav je tudi, ko smo cela družina skupaj lahko prosti čas s partnerjem.

Prosti čas zase, pa je lahko tudi doma, ni nujno, da nekam greš, ampak je takrat ko lahko nekaj narediš zase. Ali da lahko prebereš kakšno knjigo, ali da kaj poslušaš, seveda zunaj teh stvari, ki jih moraš opraviti (gospodinjska opravila) in službe.» (N11)

- glede na vključenost članov družine

»Prosti čas zame je nekakšen projekt, ki je v interesu res samo mene, oziroma dejavnost, ki je samo meni v interesu, tudi druženje s prijatelji, kjer niso prisotni vsi drugi družinski člani.

Prosti čas za naju je, ko greva na večerjo, na kavo, ko ni zraven otrok ali samo ko gledava film.

Prosti čas za družino pa je tisto, kar ni obveznost.» (S7)

Izzivi prostega časa

Starši se pri organizaciji in preživljanju prostega časa srečujejo z izzivi, ki so različni med sabo, glede na to ali gre za prosti čas zase, s partnerjem ali z družino.

Izzivi prostega časa zase so razumevanje partnerja, da potrebuješ čas zase, in lastna volja (*»Pri uresničevanju mojega časa je pomembno to, koliko sem se jaz pripravljena potegovati, da ga imam.» (M45)*). Starši poročajo tudi o dilemi ali je dejavnost služba ali prosti čas (*»Kjer spet ni jasne ločnice, kaj je služba, kaj je res druženje, saj pri meni trenutno, ker imam ogromno poslovnih partnerjev, s katerimi se je neproduktivno dobivat čez dan na sestankih, ampak greš raje zvečer na pivo in se pomeniš stvari. Tukaj je tenka meja kaj je prosti čas in kaj služba, ampak saj živimo v kompleksnem svetu.» (C14)*).

Izzivi prostega časa s partnerjem prinesejo svojo redkost (*»Ko si lahko vzameva midva čas je bolj izjema.» (J6)*), nujno zunanjo pomoč v obliki varstva in celo potrebo po načrtovanju te ravni prostega časa (*»Vidim pa, da si morava čas za naju dosti bolj organizirati.» (J30)*).

Pri prostem času z družino pa se starši srečujejo z izzivi, kot so prilagajanje aktivnosti in bivalnega prostora otrokom (*»Zdaj sva sicer tudi doma malo prilagodila, da je malo več prostora, da je otroški kotiček, da se lahko otroka tudi sama zaigrata. To jima veliko pomeni, da sta lahko ločena, ker se drugače prepirata.» (V35)*) ter študijske obveznosti in opravki (*»Jaz*

sem lahko recimo z D cel dan, pa se ne bova zaradi tega nič povezala, ker imaš veliko opravkov pa misliš, kaj moraš zdaj narediti.« (J23)).

Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa

Starši kot pomoč pri organizaciji in preživljanju prepoznajajo različne dejavnike.

Eden pomembnejših dejavnikov za preživljanje prostega časa s partnerjem je **varstvo** otrok. Starši, ki pravijo, da imajo dovolj prostega časa s partnerjem, kot pomoč pri varstvu navajajo stare starše in obstoječo široko neformalno mrežo. Pri nekaterih starših pa je varstvo največji problem, saj imajo stare starše oddaljene, zaposlene ali pa nezainteresirane (*»Mi imamo ravno tako situacijo, da njegovih staršev sploh ni tukaj, moja dva imata svoje podjetje, tako da čez teden sploh nimamo nobenih možnosti, edino čez vikend kdaj pa kdaj.« (N59)).*

Za preživljanje prostega časa je pomembno tudi **medsebojno usklajevanje** s komunikacijo. Nekateri starši pa tukaj navajajo tudi sodobne tehnologije, predvsem google koledar (*»V glavnem vse vpiševa v google koledar, kar naju trenutno rešuje, ker lahko kjerkoli in kadarkoli sam notri vstaviš in točno veš, kdaj lahko načrtuješ druge stvari, bodisi službo ali prosti čas.« (S29)).*

Naslednji pomemben dejavnik je **stil življenja**, h kateremu spadata spontanost (*»Vsak dan sproti vidimo in se odločamo, glede na zunanje in notranje dejavnike. Vreme, počutje, čas, drugi načrti.« (U24))* in preprostost (*»Da vidim prosti čas tudi v malenkostih, da ni to, da moramo na izlet pa nekam prespat, ampak da mi je tudi to, da smo tukaj skupaj, kvalitetno izkoriščen prosti čas. Ali pa da gremo samo na sprehod.« (N54)).* Kot pomoč navajajo tudi delo od doma (*»Ampak midva veliko časa preživiva skupaj, jaz delam doma in verjetno spadava med pet odstotkov ljudi, ki preživijo včasih celo preveč časa skupaj.« (C19)).*

K dejavnikom, ki **lajšajo organizacijo** spadajo (napol) organizirani dogodki za starše in družine (festivali, projekt Super starš) in možnosti akcij in kuponov.

Starši spodbudo za aktivno preživljanje prostega časa na vseh treh ravneh dobijo v podpornih skupinah (*»Se veliko pogovarjamo o tem tudi na zakonski skupini, da si res vzameš čas vsak zase in tudi drug za drugega. /.../ Ne samo, da se razdajaš za druge, ampak da poskusiš narediti tudi nekaj zase. Vsaj enkrat na teden, da nekaj zase narediš.« (P35))* in prek neformalne mreže in družbe (*»Pomaga mi to, da me družba spodbuja, da si ga vzamem. Se mi zdi, da se zadnje*

čase zelo veliko piše o tem, da naj si mlade mamice vzamejo čas zase, ker bo potem vse lažje. In če ne bi bilo tega vpliva od zunaj, če ne bi bilo to nekaj normalnega, potem bi si ga veliko težje vzela.» (M46)).

Staršem pomaga tudi **sprememba mišljenja** z znižanjem pričakovanj in spuščanjem kriterija urejenosti stanovanja.

Drugi dejavniki, ki pomagajo staršem pri organizaciji in preživljanju prostega časa, so prostor (*»Moraš tudi spremeniti okolje, to je človeško, da če nekaj zamenjaš, če je nekaj drugače, vidiš stvar drugače.« (T19))*), finančno stanje, lokacija bivanja (*»Zdi se mi važno tudi, kje si. Se mi zdi, da je v Ljubljani veliko več podpore kot na vaseh ali drugje.« (M52))*), stanovanjske razmere, oprema in vera.

Pomen prostega časa

Starši ocenjujejo, da je prosti čas pomemben za **odnose**, kot **sprememba**, poleg tega pa je še **spodbujanje razvoja otrok** in **možnost biti s sabo**.

V **odnosih** prosti čas poskrbi za povezovanje, reševanje konfliktov, krepitev odnosa in širši pogled (*»Meni se zdi, da je družinsko življenje tako, da nimaš sproti časa vsega razčistiti, in razmisliti. /.../ Ampak potem, ko imaš prosti čas, potem dejansko lahko pogledaš stvari malo bolj od zgoraj. Malo bolj široko in vidiš sploh probleme, za katere prej mogoče sploh nisi vedel, da jih imaš. Pa vidiš, da ni vse tako slabo, ali pa sploh lahko vidiš stvari. Se mi zdi, da ko se umiriš in greš na sprehod, tudi če greva z otroki, že samo to je dovolj, da se malo sprostiš. ... « (V16)).*

Prosti čas kot **sprememba** je odklop, sprostitev in osebna rast.

Vpliv prostega časa

Prosti čas vpliva predvsem na počutje in odnose. Poleg tega prinaša tudi osebno rast in lažje delovanje na delu.

Vplivi na **počutje** so: regeneracija (*»se napolniš in lahko potem lažje funkcioniraš« (G7))* zadovoljstvo, sprostitev, čutenje sebe in varnost.

Vplivi na odnos so: povezanost s partnerjem (*»Pa za partnerja je tudi zelo pomembno, da si vzameta čas, da ni vedno vse samo o otrocih, da se ne zgrešiš.« (N62))*, povezanost z družino, boljši odnosi. Starši boljše odnose in povezanost z družino oziroma z otrokoma pogojujejo s povezanostjo med partnerjema in s skrbjo zase (*»Zato pa morata biti prosti čas zame in za partnerja, da lahko potem čim kvalitetneje preživljaš prosti čas z družino.« (N27))*).

Izrazili pa so tudi, da lahko pomanjkanje ali neaktivno izkoriščen prosti čas vodi v konflikte v partnerskem odnosu.

Preživljanje prostega časa

Starši **svoj prosti čas** izrabijo za šport, druženje, ustvarjanje, izobraževanje, televizijo, telefon in računalnik, vrtičkanje in branje.

Partnerja skupen prosti čas preživita ob kulturni dejavnosti, skupnih projektih, filmskih večerih, pogovorih, športu. Zanimivo pa je, da je samo en par omenil intimnost, predvidevam pa, da je ta tudi prisotna v njihovem skupnem prostem času, le tega niso povezali s prostim časom.

Prosti čas z družino pa preživljajo kar se da aktivno. Ker jih je veliko iz Ljubljane, veliko hodijo v živalski vrt, na igrišča, sprehode, v gledališče. V sklopu športa naj omenim tudi plavanje, saj so to starši še posebej omenili kot obisk toplic, seveda poleti tudi morje. Poudarili so tudi obiske pri drugih družinah, kjer poteka druženje. Starši pa kot skupen prosti čas jemljejo tudi vsakodnevne rituale. Sicer pa je za starše prosti čas z družino čas zunaj dela.

Želje za prosti čas

Starši si želijo več zunanje pomoči v obliki varstva, bolj kvalitetno preživeti čas z družino in s tem povezano načrtovanje prostega časa in več časa za partnerja. Želijo si tudi vsakodneven čas zase.

Zadovoljstvo s prostim časom

Starši so na splošno kar zadovoljni s preživljanjem prostega časa. Zavedajo se, da je to le prehodno obdobje in da bo kasneje, ko otroci malo odrastejo, bolje. Trudijo se, da bi bil prosti čas dobro izkoriščen in da si vzamejo čas tudi zase. Je pa odvisno od tega, kaj opredeliš kot prosti čas, kaj ti ustreza in od letnega časa.

5 Razprava

Po pregledu pridobljenega gradiva sem ugotovila, da starši ob pojmu prosti čas najprej pomislijo na dejavnost, ki jo v prostem času izvajajo, ali pa na prostor, kjer se dejavnost izvaja. Pomislijo tudi na to, s katerimi osebami preživljajo prosti čas. Seveda takoj pomislijo tudi na pomembne elemente prostega časa, kot so odsotnost plačanega dela, svoboda izbire in sprostitev.

Starši definirajo prosti čas kot čas, ki ostane po končanem delu in drugih obveznostih, ko imajo svobodo pri izbiri dejavnosti.

Če definicijo staršev primerjamo z definicijo, ki so jo podali Dumazedier in drugi (1960 kot navedeno v Sadar Černigoj, 1991), opazimo, da se definiciji v ključnih točkah skladata. Dumazedier in drugi (1960 kot navedeno v Sadar Černigoj, 1991) so ga opredelili takole:

»Prosti čas se sestoji iz številnih dejavnosti, prek katerih posameznik lahko izrazi svojo lastno svobodno voljo – po počitku, zabavi, izpolnjevanju svojega znanja, izboljševanju svojih sposobnosti ali po povečanju svojega prostovoljnega sodelovanja v družbenem življenju – potem, ko je opravil svoje poklicne, družinske in socialne obveznosti.«

Večina staršev znotraj prostega časa ločuje čas zase, za partnerja in za družino. Starši ta čas ločujejo, glede na aktivnost v prostem času in glede na vključenost članov družine.

Starši se pri organizaciji in preživljanju prostega časa srečujejo z izzivi, ki so različni med sabo, glede na to ali gre za prosti čas zase, s partnerjem ali z družino. Izzivi so različni: od tega, da se moraš odločiti za prosti čas zase in te mora partner razumeti, do tega, da je treba organizirati varstvo, in tega, da je treba aktivnosti prilagajati otrokom in njihovim zmogljivostim.

Staršem je pri organizaciji in preživljanju prostega časa v pomoč neformalna mreža, ki omogoča varstvo. V pomoč je tudi sprememba mišljenja, ki se opazi v znižanju kriterijev urejenosti doma in pričakovanjih v zvezi s prostim časom. To starši potrebujejo, da poskrbijo zase. Pomemben dejavnik je tudi medsebojno usklajevanje in stil življenja. Predvsem sta pri stilu življenja velika dejavnika spontanost in preprostost. Starši ugotavljajo tudi, da je pomembna tudi zunanja podpora, ki jo dobijo v podpornih skupinah, v neformalni mreži, pa tudi v širši družbi se vedno bolj uveljavlja mnenje, da si je treba vzeti čas tudi zase. Drugi dejavniki, ki pomagajo staršem

pri organizaciji in preživljanju prostega časa, so prostor, finančno stanje, lokacija bivanja, stanovanjske razmere, oprema in vera.

Starši ocenjujejo, da je prosti čas pomemben za odnose – kot sprememba, poleg tega pa je še spodbujanje razvoja otrok in možnost biti s sabo. V odnosih prosti čas poskrbi za povezovanje, reševanje konfliktov, krepitev odnosa in širši pogled. Prosti čas kot sprememba je odklop, sprostitvev in osebna rast.

Torej ima prosti čas tudi vpliv predvsem na počutje in odnose. Poleg tega prinaša tudi osebno rast in lažje opravljanje dela. Vplivi na počutje so: regeneracija, zadovoljstvo, sprostitvev, čutenje sebe in varnost. Vplivi na odnos so: povezanost s partnerjem, povezanost z družino, boljši odnosi. Starši boljše odnose in povezanost z družino oziroma z otroki pogojujejo s povezanostjo med partnerjema in s skrbjo zase.

To lahko povežemo s tem, da so tri najbolj osnovne vloge prostega časa ravno počitek, zabava in razvoj osebnosti (Hočevár in Mesec, 1981). Seveda pa tudi če se zdi, da je partnerstvo ob prihodu novega družinskega člana postavljeno na stranski tir, morajo starši poskrbeti tudi zase, kajti le s seboj in s svojo partnersko zvezo zadovoljni starši lahko vzgajajo srečne in zadovoljne otroke. Otroci ne potrebujejo popolnih staršev, potrebujejo samo starše, ki so dovolj dobri (Sears, Sears, 2004 kot navedeno v Skubic, Komerički in Mivšek, 2011).

Starši svoj prosti čas izrabijo za šport, druženje, ustvarjanje, izobraževanje, televizijo, telefon in računalnik, vrtičkanje in branje. Partnerja skupen prosti čas preživita ob kulturni dejavnosti, skupnih projektih, filmskih večerih, pogovorih, športu. Prisotna je tudi intimnost. Odrasli zaposleni prostega časa namreč ne izkoristijo le za regeneracijo, ampak tudi za kompenzacijo identitnih izgub, reševanje konfliktov, ki nastajajo v drugih sferah življenja, druženje in vzdrževanje socialnih mrež (Ule, 2000 kot navedeno v Kuhar, 2008).

Prosti čas z družino preživljajo kar se da aktivno. Ker jih je veliko iz Ljubljane, veliko hodijo v živalski vrt, na igrišča, sprehode, gledališče. Od športa naj omenim plavanje, saj so to starši še posebno omenili kot obisk toplic, seveda poleti tudi morje. Poudarili so tudi obiske pri drugih družinah, kjer poteka druženje. Sicer pa je za starše prosti čas z družino večinoma ves čas izven dela. Na preživljanje prostega časa vplivajo tudi geografske in podnebne razmere (Strojin, 1982).

Starši si želijo več zunanje pomoči v obliki varstva, bolj kvalitetno preživet čas z družino in s tem povezano načrtovanje prostega časa in več časa za partnerja. Želijo si tudi vsakodnevni čas zase.

Starši so na splošno kar zadovoljni s prostim časom. Zavedajo se, da je to le prehodno obdobje in da bo kasneje, ko otroci malo odrastejo, bolje. Trudijo se, da bi bil prosti čas dobro izkoriščen in da si vzamejo čas tudi zase. Je pa odvisno od tega, kaj opredeliš kot prosti čas, kaj ti ustreza, in od letnega časa.

6 Sklepi

Starši definirajo prosti čas kot čas, ki ostane po končanem delu in drugih obveznostih, ko imajo svobodo pri izbiri dejavnosti.

Večina staršev znotraj prostega časa ločuje čas zase, za partnerja in za družino. Starši ta čas ločujejo, glede na aktivnost v prostem času in glede na vključenost članov družine.

Staršem je prosti čas pomemben za odnose in spremembo v vsakdanjem življenju. Vpliv prostega časa pa je predvsem na počutje in odnose. Prevladujejo regeneracija in sprostitvev ter povezanost tako s partnerjem kot z drugimi člani družine.

Staršem je pri organizaciji in preživljanju prostega časa v pomoč neformalna mreža za varstvo. Tisti, ki te mreže nimajo dobro razvite, jim prostega časa še posebno s partnerjem primanjkuje. V pomoč sta tudi sprememba mišljenja, usklajevanje in stil življenja. Pomembna je tudi zunanja spodbuda. Poleg tega pa so pomemben dejavnik tudi prostor, finančno stanje, oprema, stanovanjske razmere in lokacija bivanja.

Starši svoj prosti čas izrabijo za šport, druženje, ustvarjanje, izobraževanje, televizijo, telefon in računalnik, vrtičkanje in branje. Partnerja skupni prosti čas preživita ob kulturi, skupnih projektih, filmskih večerih, pogovorih, športu. Prisotna je tudi intimnost. Prosti čas z družino preživljajo kar se da aktivno. Gredo v živalski vrt, na igrišča, sprehode, gledališče, šport, obisk k prijateljem.

Starši si želijo več zunanje pomoči v obliki varstva, bolj kvalitetno preživeti čas z družino in s tem povezano načrtovanje prostega časa in več časa za partnerja. Starši so na splošno kar zadovoljni s prostim časom.

7 Predlogi

Starši potrebujejo spodbudo, da si tudi v času, ko otroci še niso tako samostojni, vzamejo čas za razvijanje partnerskega odnosa.

Predlagam ureditev in okrepitev možnost za preživljanje prostega časa brez otrok tudi za tiste, ki nimajo razvite neformalne mreže niti niso dovolj finančno podkrepljeni za plačane servise.

Predlagam tudi razširjeno raziskavo s katero bi še natančneje proučiti potrebe staršev na področju prostega časa. Sem namreč mnenja, da je ravno prosti čas staršev močna preventiva za socialne probleme v družinah. Za nastanek konfliktov, zanemarjanja, ločitve družine.

Zanimivo bi bilo raziskati tudi, ali obstaja in kakšna je razlika v preživljanju prostega časa staršev v urbanem in ruralnem okolju. V starejših raziskavah so ugotovili razliko med tema dvema okoljema, ki so se kazale v tem, da so bili starši v urbanem okolju bolj naklonjeni plačani pomoči, medtem ko je bilo v ruralnem okolju to še vedno manj prisotno in tudi nesprejeto s strani okolja. Tako bi bilo zanimivo preveriti, ali ta razlika še obstaja in kakšna je.

V raziskavo so bile zajete le družine, ki imajo objektivno možnost izbrati in si urediti aktivnosti v prostem času. Ni mi pa uspelo zajeti družin na družbenem robu, ki so pod hudim pritiskom socialnih razmer, brezposelnosti in prekarne zaposlitve, ki presega delovni čas, revščina. Zato predlagam raziskavo prostega časa staršev, ki so na robu revščine, saj tudi njim prosti čas priprada. Poleg tega predlagam ureditev možnosti za preživljanje prostega časa teh staršev.

Pomembno pa je tudi, da je v procesih podpore in pomoči, kjer so udeleženi družine in posamezniki skupaj s socialnim delavcem, tudi prosti čas eden od možnih zaželenih izidov. Da prostega časa staršev ne spregledamo.

8 Literatura

- Čačinovič Vogrinčič, G. (1998). *Psihologija družine*. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.
- Čačinovič Vogrinčič, G. (2008). *Socialno delo z družino*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo, Univerza v Ljubljani.
- Čačinovič Vogrinčič, G., & Mešl, N. (2019). *Socialno delo z družino: Soustvarjanje zelenih izidov in družinske razvidnosti*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Čačinovič Vogrinčič, G., Kobal, L., Mešl, N., & Možina, M. (2011). *Vzpostavljanje delovnega odnosa in osebnega stika*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo, Univerza v Ljubljani.
- Flaker, V. (2003). *Oris nalog*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Gostečnik, C. (1998). *Ne grenite svojih otrok*. Ljubljana: Brat Frančišek.
- Hočevār, F., & Mesec, B. (1981). *Prosti čas*. Ljubljana: Zveza kulturnih organizacij Slovenije.
- Kompan Erzar, K., Erzar, T., & Poljanec, A. (2009). *Med dvema ognjema: družina v primežu dveh generacij*. Ljubljana: Družina.
- Kuhār, M. (2007). Prosti čas mladih v 21. stoletju. *Socialna pedagogika*, 11(4), 453-472.
- Kuhār, M. (2008). Prosti čas mladih v 21. stoletju. In Z. Škvor, B. Zupan, & ur, *Mladi in prosti čas* (pp. 17-30). Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport: Urad RS za mladino.
- Lešnik, R. (1986). Prosti čas in demokratična družina. In A. Krajnc, *Demokratična družina - kaj je to?* (pp. 92-115). Ljubljana: Zveza prijateljev mladine Slovenije.
- Marković, I., & Štemberger Kolnik, T. (2012). Depresija pri očetih po rojstvu otroka. *Obzornik zdravstvene nege*, 46(4), 311-317.
- Mednarodna zveza socialnih delavcev. (2014). *Kaj je socialno delo?: Globalna definicija socialnega dela*. Retrieved 6 11, 2019, from <https://www.ifsw.org/sl>
- Mesec, B. (1997). *Metodologija raziskovanja v socialnem delu 1: Študijsko gradivo za interno uporabo*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Visoka šola za socialno delo.
- Milošević Arnold, V., & Poštrak, M. (2003). *Uvod v socialno delo*. Ljubljana: Študentska založba.
- Musek, J. (1994). *Ljubezen, družina, vrednote*. Ljubljana: EDUCY.
- Rener, T., Humer, T., Žaklejš, T., Vezovnik, A., & Švab, A. (2008). *Novo očetovstvo v Sloveniji*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.

- Rijavec Klobučar, N. (2002). Izobraževanje za partnerske odnose kot izhodišče za spreminjanja družine. *Andragoška spoznanja*, 8(1), 48-53.
- Rozman, D. (2017). *Pasti starševstva v sodobnem času (Magistrsko delo)*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Sadar Černigoj, N. (1991). *Moški in ženske v prostem času*. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.
- Skubic, M., Komerički, K., & Mivšek, A. P. (2011). Poporodno obdobje: stres in starševstvo. *Obzornik zdravstvene nege*, 45(2), 121-128.
- Stoppard, M. (1999). *Nega dojenčka in malčka*. Ljubljana: Državna založba Slovenije.
- Strojin, T. (1982). *Prosti čas*. Ljubljana: Delavska enotnost.
- Švab, A. (2006). Družinske spremembe. In T. Rener, M. Sedmak, A. Švab, & M. Urek, *Družine in družinsko življenje v Sloveniji* (pp. 63-88). Koper: Založba Annales.
- Tasič, A. (2017). *Kaj lahko sami naredimo za izboljšanje partnerskega odnosa?* Ljubljana: Izdano v samozaložbi.
- Tomori, M. (1994). *Knjiga o družini*. Ljubljana: EWO.
- Tratar, M. (2007). Rojstvo - izziv partnerskega odnosa. *Socialna pedagogika*, 2(1), 237-260.
- Ule, M., & Kuhar, M. (2003). *Mladi, družina, starševstvo: spremembe življenjskih potekov v pozni moderni*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.

9 Priloge

9.1 Priloga 1: Vprašanja za intervjuje

- a) Na kaj pomislite ob pojmu prosti čas?
- b) Kako bi definirala prosti čas?
- c) Ali razlikujete med prostim časom zase, za partnerja in za družino? Kako ločujeta?
- d) Kaj vama osebno pomeni preživljanje prostega časa?
- e) Kaj mislite, kakšen vpliv ima prosti čas na vaju kot posameznika, vaju kot partnerja in družino kot celoto?
- f) Kaj počneš v prostem času, ki ga preživiš po svoje?
- g) Kaj počneta s partnerjem?
- h) Kaj pa počnete skupaj s celotno/celo družino?
- i) Kakšne so vajine želje v zvezi s prostim časom?
- j) Kako sta zadovoljna z uresničevanjem željenega?
- k) Kaj vama pomaga pri organizaciji in preživljanju prostega časa?
- l) Ali je še kaj na temo prosti čas staršev, kar se vam zdi, da je potrebno povedati, poudariti?

9.2 Intervjuji in enote kodiranja

9.2.1 Priloga 2: Intervju A in C

a) Na kaj pomislite ob pojmu prosti čas?

C: Jaz na gozd. (C1)

A: Jaz pa na igrišče. (A1)

b) Kako bi definirala prosti čas?

C: Čas, v katerem primarno nisi okupiran s službo. (C2)

A: Nekaj, kar te ne obremenjuje. (A2)

c) Ali razlikujete med prostim časom zase, za partnerja in za družino? Kako ločujeta?

A: Jaz ne razlikujem. (A3)

C: Primarno gledano ne, ampak sekundarno pa je nekaj razlike. (C3) Recimo banalna stvar: kaj lahko gledaš po televiziji. Če imam kak film in je risanka, načrtujem tako, da ga gledamo z družino, če je to navaden film, ga gledam z A, če pa je grozljivka, načrtujem, da ga gledam sam. (C4) Primarno gledano, stremiš k temu, da je čim več članov družine vključenih v določeno pristočasno dejavnost, ampak nikakor pa niso vedno vsi, (C5) ker moraš imeti tudi čas za

partnerja in delati stvari, ki jih ne moreš delati z otrokom. (C6) Mislim, da je treba razlikovati, čeprav je pri mamah to malo drugače, še posebno ko imajo majhne otroke. (C7)

A: Na primer jaz ne morem več gledati groznih stvari, sploh če so notri vključeni otroci, odkar imam svoje otroke. Ne morem. Ker me osebno prizadane. Se mi zdi, da se mi bo to sanjalo ponoči in bom imela težave s tem, tako da raje ne gledam tega. Preveč ponotranjim. Strah me je za otroke, da bi se jim kaj takega zgodilo. (A4)

d) Kaj vama osebno pomeni preživljanje prostega časa?

A: Meni pomeni, da se zabavamo, da se nasmejimo, da se imamo fajn. (A5) Lahko je to s partnerjem, lahko je z družino. /Zdaj ko sta še tako majhna, mi veliko pomeni, če nam uspe kaj skupaj početi. (A6) Naš prosti čas je, recimo, tudi to, da gremo v živalski vrt, se imamo fajn, se smejimo, otroci uživajo. (A7) Tudi to je zame zelo veliko.

C: Čas, v katerem se primarno ne ukvarjam s svojo službo. (C8) Sekundarno pa – saj je lepo, kar je A povedala, ampak večina prostega časa, ki ga imaš z otroki, pomeni, da zamenjaš kakšno plenico pa potem malo skuhaš. Marsikaj takega, kar ni, primarno gledano, zelo zabavno. (C9) Veš, popoldne med peto in sedmo bi se tudi malo ulegel ali pa kaj zabavnega delal, ampak ne, in tam otroku bereš že sedemnajstič eno in isto pravljico in v redu, zamižiš na eno oko, ker je to spodbujanje njegove kreativnosti, ampak ko gledam dvajsetič v tisto knjigo, ne najdem pri tem nobenega velikega užitka. (C10) Ni zdaj prosti čas, razen tega, da se ne ukvarjam službo, delam druge stvari, ampak delam, ne da se zelo zabavam. (C11) Ampak se pa včasih tudi zabavamo. (C12)

e) Kaj mislita, kakšen vpliv ima prosti čas na vaju kot posameznika, vaju kot partnerja in družino kot celoto?

A: Zelo velik, saj je to čas, ki ga ima človek zase, in je zato bolj zadovoljen sam sabo. (A8) Se sprosti (A9) in ne prihaja v konflikt s partnerjem zaradi preobremenjenosti z vlogo starševstva. (A10) Čeprav je lahko življenje z otrokom naporno in vzame veliko časa in energije, je pomembno, da si vzameš čas tudi za partnerski odnos. (A11)

f) Kaj počneš v prostem času, ki ga preživiš po svoje?

A: Ko kaj ustvarjam (A12) ali grem na koncert. (A13) Se športno udeležujem. Smučam, plavam. (A14)

C: V prvi vrsti druženje s kolegi, znanci, (C13) kjer spet ni jasne ločnice, kaj je služba, kaj je res druženje, saj pri meni trenutno, ker imam ogromno poslovnih partnerjev, s katerimi se je neproduktivno dobivati čez dan na sestankih, ampak greš raje zvečer na pivo in se pomeniš stvari. Tukaj je tenka meja, kaj je prosti čas in kaj služba, ampak saj živimo v kompleksnem svetu. (C14) V principu pa v mojem prostem času televizija, (C15) šport (C16), umetnost. (C17)

g) Kaj počneta s partnerjem?

A: Za zdaj sva imela zelo malo časa, da sva si ga lahko vzela. (A15) Ker je treba potem vse načrtovat, (A16) varstvo za dva otroke in se včasih preprosto izmenjava. (A17) So pa stvari, ki gredo tudi zdaj na bolje. Recimo, greva na koncert Metallice. (A18)

C: Mogoče sva zdaj malo pod vtisom dogajanja, pa se zdi, da je partnerski odnos malo zanemarjen, ker je bila A zdaj osem tednov na bolniški, od tega so bili šest tednov doma tudi otroci, ker sta bila bolna, in iskreno povem, da je bil največji uspeh v partnerstvu v teh tednih, da nekako spelješ, da se ne skregaš. Ko si toliko tednov doma, pa ko A ne gre niti ven en teden.

Ven iz tega stanovanja. To so bili eni res bolj napornih dnevvov v najinem življenju. /Sva imela veliko tega, zdajle z otroki se pa zminimalizira. (C18) Ampak midva veliko časa preživiva skupaj, jaz delam doma in verjetno spadava med pet odstotkov ljudi, ki preživijo včasih celo preveč časa skupaj. (C19)

A: Ja res, dela doma, jaz sem bila tudi zdaj tri mesece doma, tako da sva itak ves čas skupaj. (A19) In potem pride vse, od tega, da pogledaš nekaj, kar je nekdo naredil, sva pisala, da sva končno lahko dala oba otroka v isti vrtec, sva se usklajevala zvečer in razmišljala, ali bo zdaj v redu. (A20)

C: Imava veliko takih stvari. Potem pa en teden ni starejšega pa imaš samo mlajšo, pa skoraj ne veš, kaj bi s časom. Jaz si ne znam predstavljati, da bi imel zdaj otroke stare 14 let, pa da bi zjutraj sami vstal, z neko minimalno mojo pomočjo, se oblekli, jaz bi jim pripravil zajtrk, pojedli bi, pa bi sami šli pa bi popoldne sami prišli, da bi sami hodil na stranišče. Sploh ne vem, kaj bi s časom. Jaz sem se navadil za posel delati od tri do pet ur na dan.

h) Kaj pa počnete skupaj s celotno/celo družino?

A: Gremo v živalski vrt, (A21) gremo v hribe, (A22) gremo na morje, (A23) gremo plavat v toplice, (A24) gremo na sprehode, (A25) smo na igrišču, (A26) gremo v lutkovno gledališče. (A27) Odvisno je od starosti otrok. (A28) S starejšim lahko že veliko počneš, z mlajšo pa še malo manj. Ko bo še mlajša malo zrasla, bo laže. (A29)

C: Prosti čas z družino predvsem prilagajaš otrokom. (C20) Na primer otroka učiš vezalke vezati. Saj je zabavno pa fajn, ampak je ob enem tudi veliko bolj naporno kot služba, ker se je treba soočiti z vsem njihovim pritoževanjem, pa se vse poplača na koncu, ko ga vidiš zadovoljnega, ampak ni zdaj ravno prosti čas v klasičnem pomenu besede. (C21)

i) Kakšne so vajine želje v zvezi s prostim časom?

C: Da bi imel malo več časa za šport. (C22) Ampak saj to bo prišlo, si skoraj upam reči, da z meseci. (C23)

A: Jaz tudi več časa za šport. (A30) Tudi kakšni izleti v hribe. (A31)

j) Kako sta zadovoljna z uresničevanjem zelenega?

C: Skromnost je lepa čednost. Čisto fajn je. (C24)

A: Zdaj ko je nastala ta poškodba, me je kar ustavilo. (A32) Prej sem s sinom veliko športala (smučanje, drsanje, trampolini), zdaj pa nekaj mesecev brez tega. Od plavanja samo kravl. (A33)

k) Kaj vama pomaga pri organizaciji in preživljanju prostega časa?

C: Po moje partnersko usklajevanje najprej. Veliko pogovora in veliko usklajevanja. (C25)

A: Stari straši so pri nama itak samo v sili. (A34) Kolikor si lahko pomagava s tabo (op. jaz občasno popazim njuna otroka). (A35)

l) Ali je še kaj na temo prosti čas staršev, kar se vam zdi, da je potrebno povedati, poudariti?

C: Jaz imam veliko kolegov, ki imajo resne hobije od planinarjenja do plezanja in podobno. Imaš potem eno skupino, ki veliko časa posveča svojim hobijem, pa absolutno nič ne vključuje

zraven svojih otrok. Se mi zdaj zdi, da ni nič narobe, če imam zdaj kakšen kilogram več, pa bom še malo počakal, da zraste še mlajša, pa bom imel kasneje več časa tudi za fitnes in svoje stvari. / In sem se zdaj res zavestno odpovedal nekaterim stvarim ravno zato, da sem lahko več s svojimi otroki, pa če to pomeni, da jaz ležim na kavču in otrok pride do mene in bereva eno knjigico že petsto sedemdesetič. (C26) Imaš pa drug ekstrem, ko prav tako posvečajo čas hobijem in zelo vanj vključujejo tudi otroke, kar najbrž ni narobe, ampak sam pa ne bi rad svojega otroka preveč posiljeval s svojim načinom življenja. Ne bi ga recimo skoz vlačil v gledališče – jaz ne vem, če je njemu načelno to všeč. Se mi zdi, da vsaj zdajle za nekaj let, najbolje, da si najbolj dolgočasen starš, v tem kontekstu, da imaš razmeroma veliko časa za otroka, skrbiš za njega, ni pa zdaj, da bi ga vlačil v ekstreme, pa da bi mu kupil motor za kros pri petih letih, pa da bi se otrok vozil okoli. Jaz sem recimo otroka dvakrat peljal sabo gledat hokej; nič ni rekel, da mu je všeč, pa da bi to treniral, in ga ne silim več v to. Če bi rekel, da gre z mano super, drugače mu pa jaz povem, da grem na hokej. Jaz sem si prišel na jasno, kaj zdaj je prosti čas, kaj je moja odgovornost. Zdaj so otroci majhni. Enkrat sem slišal dober stavek: Toliko časa kot boš ti preživel z otrokom, toliko ga bodo oni s tabo, ko boš ti star. Tudi če grejo poti narazen, si ne bom mogel nikoli očitati, da sem preživel premalo časa s svojimi otroki. Tako da je zdaj še nekaj let moj čas posvečen bolj otrokom. Pa ne zato, ker bi rad bil helikopterski starš, ampak enostavno zato, ker teh nekaj let, ko se jim še da, smo lahko malo več časa skupaj. Nočem vedeti, kaj me čaka kasneje, ko bojo šli v šolo, pa od doma.

9.2.2 Priloga 3: Intervju S in B

a) Na kaj pomislite ob pojmu prosti čas?

S: Na vse to kar sem delala pred otroci najbrž. (S1)

B: Jaz pa ne samo na to, ampak tudi na prosti čas z otroki. Ne dojemam prostega časa samo brez otrok. (B1)

b) Kako bi definirala prosti čas?

S: Prosti čas je to kar ni služba, oziroma ni faks. (S2) Veliko je tega z otroki, ampak tudi kar delam z otroki ni nujno, da je meni muka oziroma da se jaz ne zabavam, še vedno doživljam to kot prosti čas. (S3) Tudi kakšne predstave so meni tudi zabavne, čeprav grem zaradi otrok in ne zaradi sebe. (S4) Izleti so recimo tudi prosti čas in definitivno dejamam kot prosti čas, ni neka obveznost. (S5)

B: Prosti čas je tisti čas, ko lahko delaš kar hočeš. Če hočeš nekaj delat z otroki je tisto prosti čas, če nekaj nočeš delat ni prosti čas, je nekaj kar moraš delat. (B2)

c) Ali razlikujete med prostim časom zase, za partnerja in za družino? Kako ločujeta?

B: Jaz ločim vse tri. (B3) Ko je prosti čas zame, delam tiste stvari, ki jih hočem zase narediti. Prosti čas za naju je, ko tamale spijo ali so v vrtcu in gledava film ali delava kaj drugega za naju. Za družino pa je ves prosti čas, ko smo skupaj. (B4)

S: Seveda se loči. (S6) Prosti čas zame je nekakšen projekt, ki je v interesu res samo mene, oziroma dejavnost, ki je samo meni v interesu, tudi druženje s prijatelji, kjer niso prisotni vsi

drugi družinski člani. Prosti čas za naju je ko greva na večerjo, na kavo, ko ni zraven otrok ali samo ko gledava film. Prosti čas za družino pa je tisto, kar ni obveznost. (S7)

d) Kaj vama osebno pomeni preživljanje prostega časa?

B: Meni pomeni odklop od vsakdanjih stvari. (B5)

S: Da v tistem trenutku ne razmišljam stvari za faks in za službo, (S8) čeprav sem tak tip človeka, da imam skoz v mislih, da moram nekaj še naredit, da si moram nekaj zapisat, kar sem se ta trenutek spomnila, da moram naredit, da mi ne bo ušlo.

e) Kaj mislita, kakšen vpliv ima prosti čas na vaju kot posameznika, vaju kot partnerja in družino kot celoto?

S: Vsekakor ima vpliv. Če si skoz v zagonu, ves čas nekaj za službo, za faks, za otroke, seveda potrebuješ nekaj časa zase. (S9) Jaz vem, da sem potem tečna in potem nima noben nič od mene. Ne partner, ne tamalidve. (S10) Potrebuješ nekaj časa, da ne razmišljaš tisti trenutek oziroma, da nimaš neke odgovornosti. (S11)

B: Zame je to bonding (o.p. ustvarjanje vezi, krepitev odnosa), zakaj bi bil potem sploh skupaj, potem bi lahko bila samo cimra. (B6) To je tisti čas, ko ustvariš spomine. (B7)

f) Kaj počneš v prostem času, ki ga preživiš po svoje?

S: Po svoje – neke pijače s prijatelji oziroma z drugimi mamami. (S12) Deloma kot prosti čas doživljam tudi čas na službenih sestankih oziroma po njih z drugimi študenti – sodelavci. (S13) Čas, ki si ga vzamem zase je tudi, ko grem v trgovino sama karkoli kupit, da nimam lačnih otrok ali pa kogarkoli sabo, da si res lahko vzamem čas in če želim neko stvar probavat 15 minut, da lahko to delam 15 minut. (S14)

B: Jaz imam tako službo, da delam veliko video vsebin, snemanje in podobno. Tako že med sami delom naletim na vsebine, ki so mi všeč in je nekaj, kar bi me zanimalo, tako si že takrat vzamem 5 minut časa zame in pogledam tisto stvar. Tako si že sproti jemljem čas zase. (B8) Načeloma je tako, da če so budne in okoli mene ne morem delat stvari zase, ker delam stvari za nas (družino) oziroma se družim. (B9)

g) Kaj počneta s partnerjem?

S: Če greva na kakšen sprehod. (S15) Tukaj (rožna dolina) imamo veliko stvari blizu. Tudi ko greva v kino (S16) ali ko gledava zvečer film. (S17) Meni je tudi prosti čas, če delava kakšen projekt skupaj, čeprav se pogovarjava za službo, ampak nikoli zares ne delava nobenega projekta skupaj službeno, zato se vsakič malo pogovarjava kaj kdo pomisli, kar še vedno za službo iščeš neke ideje, ampak je pa še vedno preživljanje časa skupaj. (S18)

B: Nimam nič za dodat.

h) Kaj pa počnete skupaj s celotno/celo družino?

S: Z družino pa seveda izleti, (S19) vikendi, (S20) (S23) ta čas, ki ga preživimo skupaj ko prideta otroka iz vrtca, ko smo kar skoz skupaj, če se le da, razen če so kakšne službene obveznosti. (S21)

B: Umivanje se mi zdi taka dobra stvar, ki je vsak dan, pa imamo že nek ritual, pa se mi že to zdi eno tako druženje, čeprav je nuja, ampak si lahko narediš zabavno druženje. (B10)

i) Kakšne so vajine želje v zvezi s prostim časom?

S: Midva si res vzameva čas dvakrat na teden, da pogledava kakšen film, razen če res nimava časa. (S22) Sva pogledala že veliko filmov in imava vedno kakšno dobro idejo za film. /Je res, da se drži staršev, da nimajo prostega časa, ampak je odvisno od tega kako ga dojemaš. (S23) Mogoče res nimaš toliko prostega časa, da bi si vsak teden vzel čas zase, da se jih »rešiš«, ampak ni pa tako, da ne bi imel prostega časa, da si 24 ur skupaj. (S24)

B: Jaz sem kar zadovoljen s svojim prostim časom zdaj.

j) Kako sta zadovoljna z uresničevanjem željenega?

S: Ja, sva zadovoljna s tem kako preživljava prosti čas. (S25)

B: Saj to je trenutek ko ti je dost vsega, pa je priložnost. Recimo ta vikend so šle mamice skupaj v terme. So šle vse skupaj. Se mi ne zdi nič takega. Potrebuješ vsake toliko časa it tudi na kaj takega. (B11)

S: Samo tako ko pomislim na ta vikend, je tako sanjsko in si itak želiš, da bi enkrat na dva tedna šel sam, ampak realno, to so neke une sanje, ampak je spet nek stereotip, da je prosti čas samo neko uživanje. (S26) Če to razumeš, je že skupno kuhanje večerje, ki je obvezno, lahko prosti čas, ko otroka pomagata, režeta. (S27)

k) Kaj vama pomaga pri organizaciji in preživljanju prostega časa?

S: Definitivno morava komunicirat, da uskladiva vse službene obveznosti in faks. (S28) V glavnem vse vpiševa v google koledar, kar naju trenutno rešuje, ker lahko kjerkoli in kadarkoli sam notri vstaviš in točno veš kdaj lahko načrtuješ druge stvari bodisi službo ali prosti čas. (S29) Varuško imava res v skrajnih primerih, ko naju obeh cel dan ni (celodnevna snemanja). Varuško imava mogoče 10 na leto. (S30) Babico imamo v Ljubljani – vsaj eno – tako da lažje kombiniramo s krajem študija oziroma službe, je pa tako, da tudi nista na tedenski ravni pri babici. (S31)

B: Nimamo nekih rednih terminov – nimam, da bi rekel treninge imam takrat in takrat. (B12) Malo se prilagajamo, vidimo kje je kaj, vidimo priložnosti, če kakšen prijatelj pokliče pogledaš v koledar kdaj imaš čas in se potem za takrat dogovoriš. (B13)

l) Ali je še kaj na temo prosti čas staršev, kar se vam zdi, da je potrebno povedati, poudariti?

S: Meni se zdi pomemben dejavnik kako živiš. (S32) Mi smo recimo v eni sobi, torej ne moreš dati otroka v eno sobo, pa si ti v drugi sobi, tako film recimo gledava v isti sobi, kjer otroka spita. (S33) Midva sva že od začetka delovala na način, da bolj kot kompliciraš, bolj je kompleksno, če ti ne kažeš stres, ga tudi otroci ne čutijo. (S34)

B: Pa tudi, koliko uživaš med otroci. Sem opazil, da se nekateri zelo bojijo postati stari, se bojijo da se jim nič ne bo dogajalo. Mislijo, da če imaš otroke si pa star.

9.2.3 Priloga 4: Intervju D in U

a) Na kaj pomislite ob pojmu prosti čas?

D: Sprehod, (D1) igrišče, (D2) tek, (D3)

U: Na druženje, (U1) družabne igre, (U2) sonce, (U3) Tivoli. (U4)

b) Kako bi definirala prosti čas?

U: Prosti čas je čas, v katerem nimaš nikakršnih obveznosti (U5) in lahko delaš tisto v čemer najbolj uživaš. (U6)

D: Enako.

c) Ali razlikujete med prostim časom zase, za partnerja in za družino? Kako ločujeta?

U: Niti ne. Prosti čas je pač prosti čas in ga največkrat namenimo preživljanju skupaj. (U7)

D: Otroci so samo enkrat majhni. (D4)

d) Kaj vama osebno pomeni preživljanje prostega časa?

U: To je čas, ko si z družino, (U8) nimaš službenih obveznosti, ne hitiš v službo ali iz nje. (U9)

D: In nimaš domačih obveznosti. (D5) In tega časa smo veseli. (D6)

e) Kaj mislita, kakšen vpliv ima prosti čas na vaju kot posameznika, vaju kot partnerja in družino kot celoto?

U: Na naju kot posameznika sprostitvev (U10) in polnjenje baterij. (U11)

D: Za naju kot partnerja je to malo oddiha od otrok, (D7) ki ves čas nekaj govorijo in hočejo od tebe. (D8)

U: Pa tudi povezovanje v partnerskem odnosu. (U12) Za družino pa povezovanje z otroki, (U13) pa seveda učenje in opazovanje otrok in njihov napredek iz dneva v dan. (U14)

f) Kaj počneš v prostem času, ki ga preživiš po svoje?

D: Ga nimava veliko. (D9) Jaz veliko časa trenutno preživim v gledališču. (D10)

U: Zadnje čase si ga lahko vzameva nekoliko več, ampak je še vseeno precej fokusa na otrocih. (U15)

g) Kaj počneta s partnerjem?

U: Pogovarjava se, razmišljava. (U16)

D: Načrtujeva prihodnost. (D11)

h) Kaj pa počnete skupaj s celotno/celo družino?

U: Gremo na igrišče, (U17) beremo, (U18) barvamo, ustvarjamo. (U19)

D: Skačemo, kolesarimo, rolamo, gremo na pohod, (D12) gremo na sprehod. (D13)

U: Obiščemo prijatelje in se družimo, (U20) potujemo. (U21)

i) Kakšne so vajine želje v zvezi s prostim časom?

U: Več časa preživeti zunaj. (U22)

D: Imeti več prostora v sami okolici hiše, kjer bi lahko bolj sproščeno preživljali svoj prosti čas. (D14)

j) Kako sta zadovoljna z uresničevanjem željenega?

D: Sva kar zadovoljna. (D15)

U: Edino malo manj smo zunaj, kot bi bili sicer. (U23)

k) Kaj vama pomaga pri organizaciji in preživljanju prostega časa?

D: Nič posebnega

U: Vsak dan sproti vidimo in se odločamo glede na zunanje in notranje dejavnike. Vreme, počutje, čas, drugi načrti. (U24)

9.2.4 Priloga 5: Intervju P in K

a) Na kaj pomislite ob pojmu prosti čas?

P: Meni veliko pomeni delo okrog hiše. (P1) To me sprošča, to si jemljem kot prosti čas. (P2) Čez zimo nogomet, poleti pa različni drugi športi. (P3) Pa izleti, tudi ko gremo z avtodomom čez vikend. (P4)

K: Prijatelje, (K1) izlete v naravo, (K2) družino, (K3) v mojem primeru tudi pevski zbor. (K4) V bistvu neki z naravo povezan, da si v naravi, (K5) da nisi v službi. (K6) Meni tudi šport v naravi. (K7)

b) Kako bi definirala prosti čas?

P: Čas izven službe (P5) in brez otrok, (P6) da delaš tisto, kar te veseli ali sprošča, relaksira. (P7) Je pa seveda tudi prosti čas skupaj z otroki, so te izleti seveda so vedno skupaj. (P8)

K: Čas, ki ga preživiš izven službe. (K8)

c) Ali razlikujete med prostim časom zase, za partnerja in za družino? Kako ločujeta?

K: Tudi jaz ločujem in poskušam imeti vsakega nekaj, da je čas za vse, za partnerja in zame in za družino. (K9)

P: Ja, razdeliva tako, ja. (P9) Prosti čas z družino so večinoma te izleti (P10) ali pa kakšni obiski prijateljev (P11) ali pa igra zunaj. (P12) Dostikrat pa si razdeliva prosti čas tudi vsak zase, si rečeva, da ima vsak eno uro in dela tisto uro kar želi. Ali je to šport ali je delo ali je počitek, nekaj od tega. (P13)

d) Kaj vama osebno pomeni preživljanje prostega časa?

K: Meni veliko. Jaz ne bi zmogla bit čisti deloholik. Ni šans. (K10)

P: Spremeniš, malo odklopiš možgane ali pa razmišljaš nekaj drugega, ne samo tisto kar moraš, torej služba. (P14) Prosti čas je tisto, kar te tisti trenutek veseli. (P15)

e) Kaj mislita, kakšen vpliv ima prosti čas na vaju kot posameznika, vaju kot partnerja in družino kot celoto?

P: Jaz včasih delam take stvari, da mi ni treba preveč uporabljati glavo. (P16) To je recimo neko fizično delo. Ali samo okrog hiše nekaj delam, (P17) ali pa grem tečt, pa da mi zraven ni treba ničesar razmišljat, da usmerim misli samo v tek, Drugo pa brišem. In to se mi zdi, da mi največ pomaga. (P18)

K: Dober. (K11) Sploh recimo, če ga imava zase, če sva več skupaj, če imava več časa zase, se bolj poveževa. (K12) Z družino se itak potem bolje razumeš ponavadi, pa bolj si si blizu. (K13) Zase pa tudi, da svojo glavo malo razbremeš, da si sam s sabo malo. (K14)

f) Kaj počneš v prostem času, ki ga preživiš po svoje?

P: Jaz pa delo (P19) ali pa šport. (P20) Nekaj od tega. /Ali pa mogoče druženje s prijatelji. Kakšna pijača, da malo odklop narediš od vsega. (P21)

K: Jaz grem še največkrat ven, v naravo, (K15) pa probam kaj športat. Ali pa na odbojko s kolegi. V službi imamo zdaj to možnost. (K16) Tudi jaz se družim s prijatelji. (K17)

g) Kaj počneta s partnerjem?

P: Kolesarit greva kdaj skupaj. (P22) Ali pa v kakšen hrib. (P23) Dvakrat na leto pa si vzameva vikend, pa greva ali z avtodomom ali pa kam drugam. (P24) Tudi pevske jaz jemljem kot skupen hobi in preživet prosti čas. Nisva sama, imava pa skupen hobi. (P25)

K: Večkrat probava it ven v naravo. (K18) Tudi kakšna savna – ampak to je bolj za na prste preštet čez leto. (K19) Ali pa kakšno igro, da si greva pogledat. (K20)

h) Kaj pa počnete skupaj s celotno/celo družino?

P: Vedno probamo neko aktivnost. (P26) Ali je to v naravi, ali pa pozimi smučanje ali pa sankanje. (P27) Obiski družin s podobno starimi otroki. (P28)

K: Probamo biti čimveč zunaj v naravi. (K21) Probamo tudi kaj skupaj ustvarjat. Mogoče to bolj me punce. Na papirju, ali pa da kaj spečemo. (K22)

i) Kakšne so vajine želje v zvezi s prostim časom?

P: Želje so pa drugo. Moja želja je, da bi imel eno uro na dan zase in bi tisto uro nekaj delal. Žal pa ni vsakič možno. Probava se temu približat, samo vedno ne gre. Da bi imel vsak dan vsak eno uro zase, ali da nekaj delaš, ali da športas ali pa da imaš enostavno samo mir. (P29) Želja je tudi, da bi bilo še več teh vikend variant, ker to eno ure je samo tako, da malo pozabiš službo, ampak vikend je pa res potem, da malo preklopiš tudi vmes, da res malo drugače zaživiš takrat. (P30)

K: Da ga ni premalo. Ampak ga je vedno premalo, ker je tak velik delež služba, pa druge obveznosti (šola, šolske obveznosti). Jaz bi ga imela še več, če bi bilo možno. (K23)

j) Kako sta zadovoljna s svojim prostim časom zdaj?

P: To kar imava trenutno na razpolago je v redu. Včasih pridejo dnevi ali pa celo tedni, ko si rečeš, da bi rad bil vsaj malo frej, pa ne moreš bit, ampak včasih pa tudi pridejo dnevi, ko si lahko vsak dan malo frej. (P31) Malo je od letnega časa odvisno, poleti si več frej, pozimi se mi zdi da manj. (P32)

K: Če bi še kakšen vikend več imela za naju bi bilo super, drugače pa itak tako narediš, da ti je všeč, da si zadovoljen s tem, kar takrat počneš. (K24)

k) Kaj vama pomaga pri organizaciji in preživljanju prostega časa?

P: Najprej morava varstvo dobit, ja. (P33) Tudi ideja, kaj boš delal, konec koncev. (P34)

K: Starši recimo, da pazijo, če želiva imeti čas zase. (K25) Pomaga, da drug razume, da potrebuješ sam zase čas. (K26) Pomaga tudi, da otroci ne nasprotujejo ideji, ker te drugače potem včasih mine do te ideje. (K27) Pomaga tudi, da se ne kregamo. (K28)

l) Ali je še kaj na temo prosti čas staršev, kar se vam zdi, da je potrebno povedati, poudariti?

K: Vedno je treba poudariti, da si je treba vzeti čas, poleg družine tudi drug za drugega. Drugače lahko zveza trpi. (K29) P: Se veliko pogovarjamo o tem tudi na zakonski skupini, da si res vzameš čas vsak zase in tudi drug za drugega. Se potem tudi na zakonski drug drugega spodbujamo, da bi tako razmišljali. Ne samo služba, delo in otroci, ampak da pogledaš tudi iz kakšnega drugega zornega kota. Ne samo, da se razdajaš za druge, ampak da poskusiš narediti tudi nekaj zase. Vsaj enkrat na teden, da nekaj zase narediš. (P35) K: Enkrat na mesec naj bi imeli »zmenek«. (K30) Je pa to zelo vezano na otroke. Ko so majhni je težko, zdaj pa ko so večji je to bistveno lažje usklajevati. Da je eden z otroki, pa se gre drug rekreirati ni noben problem več, včasih je bilo to kar težko, ne vem, en se ti je drlu, drug se ti je drlu, na koncu si bil živčen in potem sploh ni bilo pravega občutka. Zdaj jih je lažje v varstvu pustiti, lahko jih tudi hitreje pustiš, ker ni več komplikacij, se vse same zrihtajo. (P36) Potem ko pa že bolj zrastejo si pa že sam. Pa si moraš organizirati skupen čas. Zdajle je za naju najboljša obdobje, tudi midva vidiva, da funkcionirava tudi sama. (P37) K: Pa z njimi lahko tudi več stvari delava. (K31) P: Je tudi že nekaj uživanja in sproščanja. (P38) Pa igraš se, tudi kakšne družabne igre se že lahko gremo. Skoz večkrat se gremo družabne igre, ker skoz več dojemata. Nama ratujeta skoz bolj enakovredne v dojoemanju in razmišljanju. (P39)

9.2.5 Priloga 6: Intervju M in G

a) Na kaj pomislite ob pojmu prosti čas?

M: Da delaš nekaj kar ti je všeč, (M1) da si sproščen, (M2) da uživaš. (M3)

G: Da delam nekaj kar mi je všeč, tudi če je nekoristno in neprofitabilno. (G1) Predvsem košarka (G2) in računalniške igre. (G3)

b) Kako bi definirala prosti čas?

M: Prosti čas je čas, ko lahko prosto izbiraš kaj boš počel. In te noben pri tem ne omejuje, ne prepričuje kaj, ampak res lahko prosto izbereš. (M4)

G: Enako kot M.

c) Ali razlikujete med prostim časom zase, za partnerja in za družino? Kako ločujeta?

G: Ne. Jaz prosti čas definiram kot čas samo zame. Mi ni prosti čas ko sem z M ali z družino. (G4)

M: Seveda da ja. (M5) Prosti čas zame je, ko jaz sama nekaj izbiram, nekeje s partnerjem je V bistvu, ko midva imava čas zase, pa se midva dogovoriva kaj bova delala. Družinski prosti čas je pa, ko nimamo nobenih obveznosti na katere moramo iti in se lahko prosto igramo ali smo zunaj. (M6) Je nekaj čisto drugega, če imam jaz prosti čas zase je nekaj drugega, če ga imamo skupnega ali pa za partnerja. (M7)

d) Kaj vama osebno pomeni preživljanje prostega časa?

G: Da se znebim stresa. (G5)

M: Pomeni mi veliko, (M8) ker bi brez njega težko bila srečna, (M9) težko bi se sploh začutila recimo, če bi bila skoz v nek urnik vpeta. (M10)

e) Kaj mislita, kakšen vpliv ima prosti čas na vaju kot posameznika, vaju kot partnerja in družino kot celoto?

M: Name osebno ima to, da V bistvu, da se začutim, (M11) da res nekaj počnem kar rada počnem, (M12) da nisem z ničimer drugim omejena, (M13) da si napolnim energijo, (M14) da lahko potem živim v nekih v redu odnosih, (M15) da v službi funkcioniram. (M16) Medtem ko prosti čas za naju mi pomeni to, da si on vzame čas zame in mi s tem pokaže, da me ima rad, to mi veliko pomeni. (M17) Družino pa tudi, da se midva poveževa, ker med prostim časom je odnos najbolj lahko intimen, pa da se res povežeš, (M18) medtem ko za družino, je podobno, da se sploh začutiš med sabo, da smo veseli en drugega. (M19) Takrat je res čist drugačen čas za odnose in za veselje. (M20)

G: Včasih pozitivnega, včasih negativnega. /Pozitivnega, ker je zate to sprostitvev, (G6) se napolniš in lahko potem lažje funkcioniraš (G7) ali pa si bolj srečen in vesel, če te to osrečuje. (G8) Včasih pa ima lahko negativen vpliv na družino in na partnerja, če si ga preveč vzameš mogoče, časa zase. (G9)

M: Še posebno, če misliš, da boš vesel po tem prostem času, v resnici si pa jezen ali pa žalosten, če igro zgubiš ali pa tekmo. Saj pri meni je isto. Včasih grem na vrt, ker mi je to prosti čas in potem lahko pridem vsa jezna in razočarana ker mi nič ne raste. (M21)

f) Kaj počneš v prostem času, ki ga preživiš po svoje?

G: Igram igrce, (G10) gledam filme, (G11) se ukvarjam s športom. (G12)

M: Jaz počnem kaj na vrtu – mi je všeč to. (M22) Ustvarjam. (M23) Berem. (M24) Sem na facebook-u. (M25) Kofetkam. (M26)

g) Kaj počneta s partnerjem?

M: Imava ljubezensko-spolni odnos. (M27) Greva na kakšno igro, v gledališče, (M28) tenis igrava, (M29) na kosilo greva. (M30) Kaj načrtujeva skupaj, kakšno zabavo. (M31) Koktejl si narediva zvečer. (M32)

G: Gledava filme. (G13)

h) Kaj pa počnete skupaj s celotno/celo družino?

M: Smo na igrišču, (M33) se igramo. (M34) Kakšne športne aktivnosti, (M35) gremo na kakšen izlet. (M36) Plavat na bazen gremo radi. (M37) Včasih gremo skupaj na tenis. Smučanje. (M38)

G: Največ smo na igrišču. (G14) Včasih delamo tudi kaj takega kar ni obvezno, ampak delamo. (G15) Recimo, smo na vrtu skupaj. (G16) Kakšen obisk. (G17)

i) Kakšne so vajine želje v zvezi s prostim časom?

M: Da bi ga v naprej bolj načrovali. Da ne bi zmeraj, ko ga imamo, se spraševal kaj bi zdaj. Se vsakič potem najprej eno uro pogovarjamo kaj bi. To je moja največja želja da bi ga v naprej načrtovali. Da bi vedeli kdaj ga imamo in kaj bomo takrat delali. (M39)

G: Da me ne bi preveč prevzel. Da bi si ga znal pravo mero odmerit. (G18)

j) Kako sta zadovoljna z uresničevanjem željenega?

M: Saj je v redu. (M40) Veliko ga imamo, nismo tako natempirani kakor večina družin toliko starih kot smo mi. (M41) Se kar znamo zmenit kdo je kdaj prost in, da si vzameš, če ga potrebuješ. (M42) Tako da kar v redu, so pa itak vedno možne izboljšave.

G: Jaz sem tudi zadovoljen. Mislim, da ga imamo še celo več kot kdo drug. Mislim, da bi lahko preživeli tudi z manj prostega časa. (G19)

k) Kaj vama pomaga pri organizaciji in preživljanju prostega časa?

G: Računalnik. (G20) Varstvo nama najbolj pomaga. (G21)

M: Pri najinem prostem času je ključno, da imava urejeno varstvo, da si ga lahko zrihtava (M43) (M49) in, da imava veliko teh možnosti. (M44) Pri uresničevanju mojega časa je pomembno to, koliko sem se jaz pripravljena potegovat, da ga imam. (M45) Pomaga mi to, da me družba spodbuja, da si ga vzamem. Se mi zdi, da se zadnje čase zelo veliko piše o tem, da naj si mlade mamice vzamejo čas zase, ker bo potem vse lažje. In če ne bi bilo tega vpliva od zunaj, če ne bi bilo to nekaj normalnega, potem bi si ga veliko težje vzela. (M46) Pa, če so kakšne take akcije, da nam kaj ponudijo ceneje, da so kakšni kuponi, (M47) da so kakšni festivali, (M48) tudi ta projekt Super starš, tudi pozitivno vpliva. (M49)

l) Ali je še kaj na temo prosti čas staršev, kar se vam zdi, da je potrebno povedati, poudariti?

M: Meni se zdi nujna zunanja podpora, da takrat nekdo poskrbi za otroke. (M50) Izziv je gledat tudi, da finančno ni preveliko breme. (M51) Zdi se mi važno tudi kje si, se mi zdi, da je v Ljubljani veliko več podpore kot na vaseh ali drugje. (M52) Pod spodbudo spada tudi zakonska skupina. Za naju je zakonska skupina povod, da takrat res otroke dava stran in imava včasih še naslednje jutro prosto ali pa tisti dan prosto in imava res enkrat na mesec tisti dan, ko sva bolj povezana, sva več skupaj. (M53) Meni se zdi tudi zakonska skupina najin prosti čas. (M54) Lahko ti je pa kdaj ista stvar enkrat prosti čas, enkrat pa ne, ker težko greš. Na to, kaj vzameš kot prosti čas in kaj ne vpliva kaj ti takrat trenutno res paše, kaj ti je takrat v veselje. (M55)

9.2.6 Priloga 7: Intervju N in T

a) Na kaj pomislite ob pojmu prosti čas?

N: Na čas, ki si ga lahko vzameš zase, (N1) kadar počneš tiste stvari, ki so tebi všeč (N2), in jih ne moreš delati z otroki. (N3)

T: Čas izven dela. Vse, razen dela. (T1)

b) Kako bi definirala prosti čas?

N: Kvalitetno izkoriščen čas zase. (N4) Za hobije. (N5) Tisto, kar ti osebno rad počneš. (N6) Ko nisi v vlogi mamice. (N7) V službi pa tudi ne. (N8) Da se bolj sprostiš (N9) in nekaj narediš zase. (N10)

T: Približno isto. Delaš oziroma ne delaš, ampak počneš tisto, kar ti je všeč (T2), in nimaš obremenitev. (T3)

c) Ali razlikujete med prostim časom zase, za partnerja in za družino? Kako ločujeta?

T: Jaz z družino nekako čisto enostavno, če se veseliš, že imaš nekako prosti čas. Zase, ko res delam nekaj zase in me to veseli, pa uživam tudi zraven. Za partnerja mislim, da isto kot z družino. Z razliko, da je v prostem času z družino zraven tudi otrok. (T4)

N: Prosti čas za družino je zame ves čas razen službe. Ko sem z otroki – ni treba, da je zdaj to izlet ali pa da kam gremo. Prosti čas s partnerjem je, ko smo skupaj itak, pa takrat, ko sva sama, čeprav je tudi, ko smo cela družina skupaj, lahko prosti čas s partnerjem. Prosti čas zase pa je lahko tudi doma, ni nujno, da nekam greš, ampak je takrat, ko lahko nekaj narediš zase. Ali da lahko prebereš kakšno knjigo ali da kaj poslušaš, seveda zunaj teh stvari, ki jih moraš opraviti (gospodinjska opravila) in službe. (N11)

d) Kaj vama osebno pomeni preživljanje prostega časa?

T: Izkoristiti maksimalno uživanje, ne glede na to ali sam, s partnerjem ali z družino. Da dosežeš tisti optimum veselja. (T5)

N: Preživet čas z ljudmi (N12) ali pa sama s sabo (N13) in da mi v sklopu tega časa ni treba početi drugih stvari. Kot sem že prej rekla, gospodinjska opravila, šolske obveznosti (N14) in služba. (N15) Preživet čas izven obveznosti, ki meni osebno ne prinašajo zadovoljstva ali pa osebne rasti, ali pa se jih mora opraviti, pa nisem navdušena nad njimi. (N16)

e) Kaj mislita, kakšen vpliv ima prosti čas na vaju kot posameznika, vaju kot partnerja in družino kot celoto?

N: Vpliv name je to, da si lahko napolnim baterije, (N17) da se sprostim, (N18) da sem malo sama s sabo. (N19) Se mi zdi, da je delo na sebi zelo pomembno, da druge stvari štimajo. (N20) S partnerjem mi je tudi pomembno, ker je tako malokrat, da sva midva sama, da se lahko malo pogovarjava, (N21) ali pa se tudi kregava, (N22) da sva v stiku drug z drugim, (N23) da lahko kaj skupaj narediva. (N24) Meni je to zelo pomembno za odnos, da si vzameš ta čas, tudi če si ga težko. (N25) Za družino mi je pa vse. Mi je pa fajn, da sem v tem času umirjena, sproščena in ne zatežena in tečna. (N26) Zato pa morata biti prosti čas zame in za partnerja, da lahko potem čim kvalitetneje preživljaš prosti čas z družino. (N27)

T: Predvsem potrebuješ te tri prilagoditi, ker zase tudi potrebuješ čas pa tudi za partnerja in za družino. (T6) Meni prinese predvsem veselje. (T7)

f) Kaj počneš v prostem času, ki ga preživiš po svoje?

N: Jaz trenutno najraje pogledam kakšen video na temo osebne rasti, vzgoje in zdravja. (N28) Meditacija. Da najdem čas za meditirat. (N29) Pa tudi, da preberem kakšno ali nekaj strani knjige. (N30) To mi je že zelo dobro izkoriščen prosti čas zase.

T: Se zabavam, (T8) nič ne razmišljam, (T9) nič ne skrbim. (T10) Ali pa ustvarjam nekaj koristnega. (T11) Rad delam in ustvarjam tudi sam, da pridobivam znanje. (T12)

g) Kaj počneta s partnerjem?

N: Da sva čisto sama, zdajle ta trenutek res težko. (N31) Zadnjič sva šla na kavo, po dolgem času, da sva bila midva, pa dojenček itak. (N32) Meni je dober, da imava filmski večer recimo, zvečer, ko gresta spat. To že zdaj. (N33) Da greva lahko v kino (N34) ali pa na kavo. (N35) Pa ti večeri, če nama uspe spraviti oba spat.

T: Je že ona vse rekla. / Skupaj kaj delava ali pa pogledava. (T13) Televizija. (T14) Ali pa si pomagava. (T15)

h) Kaj pa počnete skupaj s celotno/celo družino?

N: Meni je prosti čas s celo družino že takole ob večerih, tudi če nikamor ne gremo in smo doma. (N36) Meni se je dobro družiti z otroki. (N37) Tudi če pridejo težke situacije, da poskusiš

čim bolje reagirat. (N38) Vzgoja mi je fajn. Težka, ampak fajn. Zato mi je prosti čas dobro izkoriščen. (N39) Drugače pa igrišče, (N40) kakšen izlet, (N41) obisk – recimo pri starih starših, (N42) morje. (N43) Če grem prej iskat v vrtec, gremo potem še na sladoled (N44) ali pa na sprehod (N45) ali pa v knjižnico. (N46) Tudi M paše, da se dogaja, da nismo samo doma. (N47)

T: Poskusimo čimveč zamenjat okolje, kakor je možno. (T16) Se trudimo čim več skupaj narediti. (T17)

i) Kakšne so vajine želje v zvezi s prostim časom?

N: Meni ni nujno, da je v prostem času samo lepo, ampak da se rešuje tudi konflikte. (N48) Naj pomembneje se mi zdi, da sem jaz sama s sabo sproščena in potem je vse drugo v redu. Na splošno v življenju se mi zdi to zelo povezano. (N49)

T: Moja želja je, da vsi dosežejo tisto maksimalno veselje zase, z vsemi oziroma z družino. (T18) Žal je dandanes nekako to tudi vezano z denarjem. Moraš vsak dan vstati in iti v službo. / Moraš tudi spremeniti okolje in to je človeško, da če nekaj zamenjaš, če je nekaj drugače, vidiš stvar drugače. (T19) In čim bolj vezano z veseljem.

j) Kako sta zadovoljna z uresničevanjem željenega?

N: Ja, v redu. Jaz se trudim zase, da sem čim bolj v redu. (N50) Se mi zdi najbolj pomembna ljubezen in komunikacija. Se mi zdi, da tudi v življenju nasploh. Vse to se učiš. In tudi izzivi, ki pridejo, se na ta način uresničujejo. (N51)

T: Se trudim vsak dan. (T20) Sicer je težko, ker si v sistemu in včasih tudi ne moreš res prosto izbrati, kaj bi za sebe ali za druge v prostem času. (T21) Ampak delamo skupaj na tem.

k) Kaj vama pomaga pri organizaciji in preživljanju prostega časa?

N: Mi smo zelo spontano narejeni. Nimamo načrtovano za naprej. (N52) Pri meni je veliko to, da sem spustila mejo, da je treba imeti vedno vse pospravljeno. Drugače ne bi imela skoraj nič prostega časa. (N53) Da vidim prosti čas tudi v malenkostih, da ni to, da moramo iti na izlet pa nekam prespat, ampak da mi je tudi to, da smo tukaj skupaj, kvalitetno izkoriščen prosti čas. Ali pa da gremo samo na sprehod. (N54)

T: Jaz sem spontan človek (T22) in čimbolj izkoristim ta trenutek, ki pride. Ne razmišljam preveč, kaj bo jutri. Čim bolj uživam ta trenutek. (T23)

N: Včasih moji starši za vikend kdaj popazijo. (N55) Njegovi starši pa so daleč in jih izkoristiva ko smo skupaj. (N56)

T: Fino je, če je vsak dan nekaj posebnega, da ne postane vse skupaj prevelika rutina. (T24)

N: Meni bi bilo dobro, če bi imela možnost, da bi mi nekdo prišel vsaka dva tedna pospraviti stanovanje. (N57) Pa tudi za varuško mi ne bi bilo težko. Bi mi bilo super, če bi šlo to finančno skozi. Ker se mi zdi, da si moraš vzeti čas zase in je v družini to zelo velik izziv. Zase pa za partnerja. (N58) Mi imamo ravno tako situacijo, da njegovih staršev sploh ni tukaj, moja dva imata svoje podjetje, tako da čez teden sploh nimamo nobenih možnosti, edino čez vikend kdaj pa kdaj. (N59)

T: Vsake toliko organiziramo kakšna druženja. Čim več druženja, ker to prinese veselje. (T25)

N: V tem trenutku je dobro, ker k nam pridejo obiski. (N60)

T: Res pa je, da ni dobro, da je vsak dan druga oseba prisotna. Potem imaš težave. Ne samo jaz, ampak mislim, da vsi. (T26)

l) Ali je še kaj na temo prosti čas staršev, kar se vam zdi, da je potrebno povedati, poudariti?

N: Jaz mislim, da je predvsem za mamice z majhnimi otroki zelo pomembno, da si vzamejo prosti čas zase. Veliko si jih ne vzame. S tem ko si ga vzameš, si lahko še boljša mama. Če si ga brez slabe vesti vzameš. (N61) Pa za partnerja je tudi zelo pomembno, da si vzameta čas, da ni vedno vse samo o otrocih, da se ne zgrešiš. (N62) To je v bistvu ta izziv, ko se moraš dejansko malo organizirati, moraš biti malo ustvarjalen, kako speljati. (N63) Pa malo znižati pričakovanja. (N64) Poiskati, kaj so te majhne stvari, ki te napajajo. (N65) Prosti čas z družino je pa tako: ko imaš otroke, ti itak nikoli ni dolgčas.

T: Vse mora biti nekako uravnoteženo. Če si konstantno vzameš čas zase, ti bo dolgčas na koncu, če si za druge, potem se ne zavedaš, da potrebuješ čas tudi zase. Sicer je odvisno od tega, kakšen človek si. Jaz mislim, da je treba loviti ravnotežje. (T27)

9.2.7 Priloga 8: Intervju V in J

a) Na kaj pomislite ob pojmu prosti čas?

V: Pomanjkanje. (V1)

J: Čas, ki ga imava ali vsak sam ali pa drug z drugim, torej ne z otroki. (J1)

b) Kako bi definirala prosti čas?

V: Neka izvzeta dejavnost, (V2) ki ni tako pogosta. (V3) In jo porabiš, da nekaj delaš ali sam ali v družbi.

J: Dejavnost, (J2) ki te sprosti, ki ti ni preveč naporna. (J3)

c) Ali razlikujete med prostim časom zase, za partnerja in za družino? Kako ločujeta?

J: Zase in za partnerja ne razlikujem, ker je tega časa zelo malo. (J4) Potem pa razlikujem to z družino. (J5) Ko si lahko vzameva midva čas, je bolj izjema. (J6)

V: Jaz razlikujem še znotraj družine na prosti čas z vsakim od otrok, da se posvetim samo enemu, čeprav to ni toliko prosti čas, ker se daš ves na razpolago in si na koncu izmučen, ker delaš res tisto, kar otrok želi. (V4) Prav zase in za partnerja pa v bistvu ... sem ugotovila, da imam večjo potrebo za partnerja kot sama, ker imava malo časa drug za drugega in potem, če sem kdaj sama, ga kar pogrešam, kot včeraj, ker bi se raje kaj z njim pogovarjala. Pa saj se spraviš kaj delat, ampak zame ni isto. Razlikujem, ali sem sama ali s partnerjem. (V5)

d) Kaj vama osebno pomeni preživljanje prostega časa?

J: Drugače imamo zelo stresno življenje, pa natrpano in takrat je določen čas, ko se umiriš. (J7)

V: Pa delaš stvari, ki jih rad delaš in jih ne delaš običajno. (V6) In si vzameš čas samo za njih. (V7) Ravno danes mi je J sporočil, da greva 20. junija na en koncert, in to je zame prosti čas,

(V8) če pa bi šla kam z otroki, to zame ne bi bil prosti čas, ampak dejavnost za družino. Če bi šla recimo z otrokoma na koncert, bi to vzela kot posvetitev časa otrokoma. (V9)

e) Kaj mislita, kakšen vpliv ima prosti čas na vaju kot posameznika, vaju kot partnerja in družino kot celoto?

V: Jaz sem bolj sproščena, to vsekakor. (V10) Bolj se počutim varno, zaradi tega ker se počutim, da smo bolj povezani, to meni veliko pomeni. Da se počutim čustveno varno. (V11) Tudi glede časa z otroci, če ga jaz preživljam sem v redu z njimi, so oni v redu z mano. (V12) Za naju pa odvisno, kdaj. Če ga ne izkoristiva aktivno, v smislu, da se res odločiva za določeno aktivnost, ali pogovarjanje ali da greva na sprehod ali karkoli, saj tega nimava veliko, pa vseeno. Potem sva zelo utrujena od vsega stresa, recimo zvečer stres, stres, stres in potem se samo skregava. Tudi če otroci že spijo. (V13) Se mi zdi, da ga moraš načrtovati, prosti čas, (V14) da te izgrajuje. (V15)

J: Kot je rekla, v prostem času delava dejavnosti, ki naju izgrajujejo, (J8) tako da tudi jaz, recimo zdaj sem bil na para osnovnem izobraževanju montessori in sem vzel to kot prosti čas, ampak pravzaprav ne bi vzel tega kot prosti čas, ampak te potem to izgradi, pa prineseš nove ideje in vzorce domov. Pa vidiš, da si bil mogoče kdaj slabe volje brez razloga, samo zato, ker si imel določeno stalnico, pa se potem potrujiš drugače reagirati tudi doma. Ko razmisliš vse, kaj se je doma dogajalo, kako si natempiran, pa se potem v bistvu vse malo umiri. In v zakonu in v družini. (J9)

V: Meni se zdi, da je družinsko življenje tako, da nimaš sproti časa vsega razčistiti niti razmisliti. No, vsaj midva imava tak tempo, ne vem, ali so vse družine tako. Ampak potem, ko imaš enkrat prosti čas, potem dejansko lahko pogledaš stvari malo bolj od zgoraj. Malo bolj široko in vidiš sploh probleme, za katere prej mogoče sploh nisi vedel, da jih imaš. Pa vidiš, da ni vse tako slabo, ali pa sploh lahko vidiš stvari. Se mi zdi, da ko se enkrat umiriš in greš na sprehod, tudi če greva z otroki, že samo to je dovolj, da se malo sprostiš. Tudi če otroke gledaš, da pač razumeš zakaj K že cel dan v hlače lula, take stvari. Ti da lahko en širok pogled, da malo zaduhaš. (V16)

f) Kaj počneš v prostem času, ki ga preživiš po svoje?

V: Jaz pa zdaj malo več časa preživim s S. Zadnjič sva šli skupaj na masažo, sem šla prvič v življenju na profesionalno masažo, pred poroko (V17) in zdaj bova šli na depilacijo. (V18) Take stvari, ki v bistvu so po eni strani prosti čas, ker sem sama tam z njo, samo še vseeno. Se mi zdi, da dajem, dajem, dajem. / Mogoče jaz doživljam prosti čas tudi nekaj, kar potem tudi na koncu nekaj prejmeš in si potem oddahneš, končno si dobil malo počitka v duši. (V19) In vsi ti opraski, če grem s S v trgovino, zame ni prosti čas, če grem pa z njo na kavo, pa je. / Drugače grem pa kdaj sama s kom na kavo – vseeno imam rada družbo. (V20) Mi nekateri ljudje veliko pomenijo in nočem zgubiti stika z njimi. Največkrat se za to odločim. (V21) Drugače pa ustvarjam kaj (V22) ali pa sem tudi na telefonu. (V23) Včasih sva tudi veliko knjige brala skupaj. (V24) Jaz se grem zdaj, čim je kaj časa, učiti ali pa kaj koristnega delat, da bi imela potem prosti čas, (V25) ampak se itak naberejo stvari in ga potem nič nimaš. (V26)

J: Ga je bolj malo. Jaz zdaj recimo enkrat na dva tedna hodim na skupino za moške. (J10) Kadar sem sam, se malo bolj posvetim kuhinji in kuhanju. (J11) Če kdaj kaj delaš, da bi na hitro naredil, takrat posvetim malo več časa tudi vsakodnevnim stvarem. (J12)

g) Kaj počneta s partnerjem?

J: Ponavadi si je treba, je to čas, ko najameva ali pa dobiva varuško. (J13) Potem kam skupaj greva. (J14) Zdaj nazadnje sva šla na Rožnik in v Woop. In si potem izbereva kakšno dejavnost. (J15) Na Rožnik sva se šla samo pogovarjat, velikokrat se greva samo pogovarjat. (J16)

V: Nekaj se morava spomniti, ker imava natempirano življenje in potem tudi, ko si samo drug z drugim, potrebuješ nekaj časa, da sploh stopiš, da začneš potem graditi. (V27)

J: Saj, vsak dan živiš s to osebo, potem pa vidiš, da je mogoče sploh ne poznaš več kakor prej. (J17) Tako da ponavadi se pogovarjava. (J18)

V: Preživljava prosti čas nestresno. Imava zelo rada umirjen prosti čas. (V28)

h) Kaj pa počnete skupaj s celotno/celo družino?

V: Čim bolj aktivno, kakor se da. (V29) Da dava otrokom čim več izkušenj. (V30) To se mi zdi, da je zelo pomembno. Ne vem, mogoče prihajava iz takih družin, ko smo se zasedeli pred televizijo in se staršem ni nič dalo in so prišli utrujeni iz službe in je vse dol padlo. Ti kot otrok si pa hotel kaj delati s svojimi starši in so bili vedno preutrujeni ali so imeli gospodinjska opravila, milijon in en izgovor, vedno. Jaz sem imela prav kronično pomanjkanje časa s starši, ker sem čisto drugače doživljala čas kakor oni. Oni so mislili, da smo skupaj, če sem jaz samo zraven, jaz sem pa hotela prav izvzet čas. / Poskušam z otroki res, da če sem z njimi, da sem res z njimi (V31) in to se ponavadi doma ne da. Zato gremo velikokrat ali v živalski vrt, (V32) ali ven, (V33) da izvzameš in prostor in čas. (V34) Zdaj sva sicer tudi doma malo prilagodila, da je malo več prostora, da je otroški kotiček, da se lahko otroka tudi sama zaigrata. To jima veliko pomeni, da sta lahko ločena, ker se drugače prepirata. (V35) Ali pa gremo plavat. (V36) Poskušava razmišljati z očmi otrok, in potem se odločiva za dejavnost, kjer bi oni užival. (V37)

J: Zdaj imamo sezonsko karto za živalski vrt, pa smo na dva tedna tam. (J19) Zdaj sva ugotovila, da se morajo otroci tudi malo dolgočasit, da se razvijejo. Da potem začnejo sami razmišljati. Zdaj vidim, da K veliko poležava in se dolgočasi, ampak pride na genialne ideje. (J20)

V: Se razvija in uči. To nama je v življenju pomembno – da vseskozi rasteš. (V38)

i) Kakšne so vajine želje v zvezi s prostim časom?

V: Da bi ga bilo malo več. Vsega, predvsem za naju. (V39) Jaz si želim, da bi bilo malo manj šole (V40) in bi večkrat dobili kakšno osebo, ki bi otroke popazila. (V41) Midva nimava staršev takih, ki bi bili to pripravljeni. (V42) In da bi lahko kam šla, tudi samo za pol urice se pogovarjat. (V43) Ali pa, da bi šla kdaj teč. (V44)

J: S časom za naju, da bi ga bilo več. (J21) Z družino pa vidiš, da imaš kar precej časa vsak dan, ampak si kdaj ne znaš izvzet tega časa. (J22) Jaz sem lahko recimo z D cel dan, pa se ne bova zaradi tega nič povezala, ker imaš veliko opravkov pa misliš, kaj moraš zdaj narediti. (J23) Z družino predvsem, da bi si znali v vsakem dnevu vzeti čas in se posvetiti otrokom. (J24)

j) Kako sta zadovoljna z uresničevanjem zelenega?

V: Ne preveč. Za naju. (V45) Zdaj si naju dobila ravno v takem obdobju, ko je res faks, faks, faks in še milijon drugih stvari zraven, da ne omenjam oddajanja vlog za neprofitna stanovanja, pa seminarske, pa oddajanje vloge za denarno pomoč in za vsako moraš tako hiteti. (V46) Trenutno nisem zadovoljna, ker se mi zdi, da so samo opravki in otroke samo vlačiš iz enega konca na drugega, da bi to čim prej opravil in potem se itak odpirajo še nove stvari. (V47) Če pa pomislim, se znamo pa tudi umiriti. Predvsem poleti, ko nimamo nič takega za misliti v zvezi

s šolo in podobno. (V48) Po moje moraš kam iti, da potrebuješ čas izvzet. Prostor je pomočnik. (V49)

J: Prostor pomaga, da si vzameš čas. (J25)

k) Kaj vama pomaga pri organizaciji in preživljanju prostega časa?

V: Navdih svetega duha. (V50) Organizira se predvsem opravke. Sva imela eno obdobje, ko sva imela cela vrata popisana z opravki, kaj vse je treba narediti in sva kljukice delala. Ampak s prostim časom ni tako. Tudi opravke smo dali dol, ker sem potem samo še to gledala, kaj je treba še narediti. In sem ugotovila, da če poskušaš ta čas narediti kot opravke ni toliko ljubezni v tem. Je samo kljukica, kljukica, kljukica. / Poskušava veliko po navdihu, saj vidiš, kako oseba je, če vidim, da je J čisto utrujen, ga ne bom gnala na vrh Rožnika, ampak bova počela kaj drugega. (V51)

J: Ponavadi ni organiziran, ampak se zgodi. (J26) Organiziramo mogoče kakšne izlete, (J27) pa zdaj ko sva se odločila, da bova šla na koncert. (J28) Vsakodnevni prosti čas pa se ne organizira kaj dosti. Kakor pride. (J29) Vidim pa, da si morava čas za naju dosti bolj organizirati. (J30) Potrebuješ prav varstvo ali pa moraš zaposliti otroke, da si vzameš tistih pet minut, da v miru kavo spiješ. (J31)

V: Tudi zvečer, ni to to, ker potrebuješ nekaj časa, da se vpelješ v to, da začneš bolj aktivno izkoriščati čas in sva potem utrujena in se hitro skregava. (V52) In bi nama bolj pomagalo, da si naštimava doma baby varuško pa greva ven. (V53)

J: Ker doma hitro vidiš, da so še cunje za obesiti pa posoda za pospraviti in potem težko izvzameš čas. (J32) Res pomaga, če izvzameš tudi prostor. (J33)

9.3 Priloga 9: Odprto kodiranje

9.3.1 Intervjuja A in C

	Izjava	Pojem	Kategorija	Propozicija
A1	Jaz pa na igrišče.	Igrišče	Prva asociacija	Definicija prostega časa
A2	Nekaj, kar te ne obremenjuje.	Brez obveznosti	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
A3	Jaz ne razlikujem.	Ne razlikujem	Ne razlikujem	Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino
A4	Na primer jaz ne morem več gledati groznih stvari, sploh če so notri vključeni otroci, odkar imam svoje	Sprememba možnosti in okusa	Izzivi prostega časa s partnerjem	Izzivi prostega časa

	otroke. Ne morem. Ker me osebno prizadane. Se mi zdi, da se mi bo to sanjalo ponoči in bom imela težave s tem, tako da raje ne gledam tega. Preveč ponotranjim. Strah me je za otroke, da bi se jim kaj takega zgodilo.			
A5	Meni pomeni, da se zabavamo, da se nasmejimo, da se imamo fajn.	Sprostitev	Sprememba	Pomen prostega časa
A6	Zdaj ko sta še tako majhna, mi veliko pomeni, če nam uspe kaj skupaj početi.	Skupna aktivnost	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
A7	Naš prosti čas je, recimo, tudi to, da gremo v živalski vrt, se imamo fajn, se smejimo, otroci uživajo.	Obisk živalskega vrta	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
A8	Zelo velik, saj je to čas, ki ga ima človek zase, in je zato bolj zadovoljen sam sabo.	Zadovoljstvo	Počutje	Vpliv prostega časa
A9	Se sprosti	Sprostitev	Počutje	Vpliv prostega časa
A10	in ne prihaja v konflikt s partnerjem zaradi preobremenjenosti z vlogo starševstva.	Manjša možnost konflikta	Odnosi	Vpliv prostega časa
A11	Čeprav je lahko življenje z otrokom naporno in vzame veliko časa in energije, je pomembno, da si vzameš čas tudi za partnerski odnos.	Okupiranost z otroki	Izziv prostega časa za partnerja	Izzivi prostega časa
A12	Ko kaj ustvarjam	Ustvarjanje	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
A13	ali grem na koncert.	Koncert	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
A14	Se športno udeležujem. Smučam, plavam.	Šport	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
A15	Za zdaj sva imela zelo malo časa, da sva si ga lahko vzela.	Redko	Izzivi prostega časa s partnerjem	Izzivi prostega časa

A16	Ker je treba potem vse načrtovat,	Potrebno načrtovanje	Izzivi prostega časa s partnerjem	Izzivi prostega časa
A17	varstvo za dva otroka in se včasih preprosto izmenjava.	Izmenjevanje	Izzivi prostega časa s partnerjem	Izzivi prostega časa
A18	So pa stvari, ki gredo tudi zdaj na bolje. Recimo, greva na koncert Metallice.	Skupen obisk koncerta	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
A19	Ja res, dela doma, jaz sem bila tudi zdaj tri mesece doma, tako da sva itak ves čas skupaj.	Delo od doma	Stil življenja	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
A20	In potem pride vse, od tega, da pogledaš nekaj, kar je nekdo naredil, sva pisala, da sva končno lahko dala oba otroka v isti vrtec, sva se usklajevala zvečer in razmišljala, ali bo zdaj v redu.	Skupen projekt	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
A21	Gremo v živalski vrt,	Obisk živalskega vrta	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
A22	gremo v hribe,	Šport	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
A23	gremo na morje,	Morje	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
A24	gremo plavat v toplice,	Plavanje	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
A25	gremo na sprehode,	Sprehod	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
A26	smo na igrišču,	Igrišče	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
A27	gremo v lutkovno gledališče.	Gledališče	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
A28	Odvisno je od starosti otrok.	Odvisno od starosti otrok	Izzivi prostega časa z družino	Izzivi prostega časa
A29	S starejšim lahko že veliko počneš, z mlajšo pa še malo manj. Ko bo še mlajša malo zrasla, bo lažje.	Razlika v letih	Izzivi prostega časa z družino	Izzivi prostega časa
A30	Jaz tudi več časa za šport.	Več športa	Aktivnosti	Želje za prosti čas
A31	Tudi kakšni izleti v hribe.	Pohodništvo	Aktivnosti	Želje za prosti čas

A32	Zdaj ko je nastala ta poškodba, me je kar ustavilo.	Poškodba	Nezadovoljstvo	Zadovoljstvo s prostim časom
A33	Prej sem s sinom veliko športala (smučanje, drsanje, trampolini), zdaj pa nekaj mesecev brez tega. Od plavanja samo kravl.	Posledice poškodbe	Nezadovoljstvo	Zadovoljstvo s prostim časom
A34	Stari straši so pri nama itak samo v sili.	Občasno stari starši	Varstvo	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
A35	Kolikor si lahko pomagava s tabo	Občasna varuška	Varstvo	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
C1	Jaz na gozd.	Narava	Prva asociacija	Definicija prostega časa
C2	Čas, v katerem primarno nisi okupiran s službo.	Izven plačanega dela	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
C3	Primarno gledano ne, ampak sekundarno pa je nekaj razlike.	Razlikujem	Razlikujem	Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino
C4	Recimo banalna stvar: kaj lahko gledaš po televiziji. Če imam kak film in je risanka, načrtujem tako, da ga gledamo z družino, če je to navaden film, ga gledam z A, če pa je grozljivka, načrtujem, da ga gledam sam.	Ločevanje glede na vključenost članov družine	Razlikujem	Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino
C5	Primarno gledano, streliš k temu, da je čim več članov družine vključenih v določeno pristočasno dejavnost, ampak nikakor pa niso vedno vsi,	Ni možno vedno vključiti vseh	Pomembno pri razlikovanju	Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino
C6	ker moraš imeti tudi čas za partnerja in delati stvari, ki jih ne moreš delati z otrokom.	Potreben čas samo za partnerja	Pomembno pri razlikovanju	Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino

C7	Mislim, da je treba razlikovati, čeprav je pri mamah to malo drugače, še posebno ko imajo majhne otroke.	Matere težje	Pomembno pri razlikovanju	Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino
C8	Čas, v katerem se primarno ne ukvarjam s svojo službo.	Čas izven dela	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
C9	Sekundarno pa – saj je lepo, kar je A povedala, ampak večina prostega časa, ki ga imaš z otroki, pomeni, da zamenjaš kakšno plenico pa potem malo skuhaš. Marsikaj takega, kar ni, primarno gledano, zelo zabavno.	Skrb za otroke	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
C10	Veš, popoldne med peto in sedmo bi se tudi malo ulegel ali pa kaj zabavnega delal, ampak ne, in tam otroku bereš že sedemnajstič eno in isto pravljico in v redu, zamižiš na eno oko, ker je to spodbujanje njegove kreativnosti, ampak ko gledam dvajsetič v tisto knjigo, ne najdem pri tem nobenega velikega užitka.	Spodbujanje razvoja otrok	Drugo	Pomen prostega časa
C11	Ni zdaj prosti čas, razen tega, da se ne ukvarjam službo, delam druge stvari, ampak delam, ne da se zelo zabavam.	Delo	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
C12	Ampak se pa včasih tudi zabavamo.	Zabava	Drugo	Pomen prostega časa
C13	V prvi vrsti druženje s kolegi, znanci,	Druženje	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
C14	kjer spet ni jasne ločnice, kaj je služba, kaj je res neko druženje, saj pri meni trenutno, ker imam ogromno poslovnih partnerjev, s katerimi se je neproduktivno dobivat čez dan na sestankih, ampak	Ni jasne meje med službo in prostim časom	Izzivi prostega časa zase	Izzivi prostega časa

	greš raje zvečer na pivo in se pomeniš stvari. Tukaj je tenka meja kaj je prosti čas in kaj služba, ampak saj živimo v kompleksnem svetu.			
C15	V principu pa v mojem prostem času televizija,	Televizija	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
C16	šport	Šport	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
C17	umetnost.	Umetnost	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa.
C18	Sva imela veliko tega, zdajle z otroki se pa zminimalizira.	Minimalizirano	Izzivi prostega časa s partnerjem	Izzivi prostega časa
C19	Ampak midva veliko časa preživiva skupaj, jaz delam doma in verjetno spadava med 5% ljudi, ki preživijo včasih celo preveč časa skupaj.	Delo od doma	Stil življenja	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
C20	Prosti čas z družino predvsem prilagajaš otrokom.	Prilagajanje otrokom	Izzivi prostega časa z družini	Izzivi prostega časa
C21	Na primer otroka učiš vezalke vezati. Saj je zabavno pa fajn, ampak je ob enem tudi veliko bolj naporno kot služba, ker se je treba soočiti z vsem njihovim pritoževanjem, pa se vse poplača na koncu, ko ga vidiš zadovoljnega, ampak ni zdaj ravno prosti čas v klasičnem pomenu besede.	Urjenje spretnosti	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
C22	Da bi imel malo več časa za šport.	Več športa	Aktivnosti	Želja za prosti čas
C23	Ampak saj to bo prišlo, si skoraj upam reči, da z meseci.	Prehodno obdobje	Zadovoljstvo	Zadovoljstvo s prostim časom
C24	Skromnost je lepa čednost. Čisto fajn je.	Zadovoljen	Zadovoljstvo	Zadovoljstvo s prostim časom
C25	Po moje partnersko usklajevanje najprej. Veliko	Komunikacija	Usklajevanje	Pomoč pri organizaciji in

	pogovora in veliko usklajevanja.			preživljanju prostega časa
C26	In sem se zdaj res zavestno odpovedal nekaterim stvarim ravno zato, da sem lahko več s svojimi otroki, pa če to pomeni, da jaz ležim na kavču in otrok pride do mene in bereva eno knjigico že petsto sedemdesetič.	Posvečen čas	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa

9.3.2 Intervjuja S in B

	Izjava	Pojem	Kategorija	Propozicija
B1	Jaz pa ne samo na to, ampak tudi na prosti čas z otroki. Ne dojemam prostega časa samo brez otrok.	Tudi čas z otroki	Prva asociacija	Definicija prostega časa
B2	Prosti čas je un čas ko lahko delaš kar hočeš. Če hočeš nekaj delat z otroki je tisto prosti čas, če nekaj nočeš delat ni prosti čas, je nekaj kar moraš delat.	Svoboda izbire	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
B3	Jaz ločim vse tri.	Razlikujem	Razlikujem	Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino
B4	Ko je prosti čas zame, delam tiste stvari, ki jih hočem zase narediti. Prosti čas za naju je, ko tamale spijo ali so v vrtcu in gledava film ali delava kaj drugega za naju. Za družino pa je ves prosti čas, ko smo skupaj.	Ločevanje glede na vključenost članov družine	Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino	Preživljanje prostega časa
B5	Meni pomeni odklop od vsakdanjih stvari.	Odklop	Sprememba	Pomen prostega časa
B6	Zame je to bonding (o.p. ustvarjanje vezi, krepitev	Povezovanje	Odnos	Pomen prostega časa

	odnosa), zakaj bi bil potem sploh skupaj, potem bi lahko bila samo cimra.			
B7	To je tisti čas, ko ustvariš spomine.	Kvaliteten čas	Sprememba	Pomen prostega časa
B8	Jaz imam tako službo, da delam veliko video vsebin, snemanje in podobno. Tako že med sami delom naletim na vsebine, ki so mi všeč in je nekaj, kar bi me zanimalo, tako si že takrat vzamem 5 minut časa zame in pogledam tisto stvar. Tako si že sproti jemljem čas zase.	Med odmorom v službi	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
B9	Načeloma je tako, da če so budne in okoli mene ne morem delat stvari zase, ker delam stvari za nas (družino) oziroma se družim.	Skupna aktivnost	Prosti čas za družino	Preživljanje prostega časa
B10	Umivanje se mi zdi taka dobra stvar, ki je vsak dan, pa imamo že nek ritual, pa se mi že to zdi eno tako druženje, čeprav je nuja, ampak si lahko narediš zabavno druženje.	Rituali	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
B11	Saj to je trenutek ko ti je dost vsega, pa je priložnost. Recimo ta vikend so šle mamice skupaj v terme. So šle vse skupaj. Se mi ne zdi nič takega. Potrebuješ vsake toliko časa it tudi na kaj takega.	Razumevanje partnerja	Izzivi prostega časa zase	Izzivi prostega časa
B12	Nimamo nekih rednih terminov – nimam, da bi rekel treninge imam takrat in takrat.	Nevezanost	Stil življenja	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
B13	Malo se prilagajamo, vidimo kje je kaj, vidimo priložnosti, če kakšen prijatelj pokliče pogledaš v	Spontanost	Stil življenja	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa

	koledar kdaj imaš čas in se potem za takrat dogovoriš.			
S1	Na vse to kar sem delala pred otroci najbrž.	Dejavnosti pred otroki	Prva asociacija	Definicija prostega časa
S2	Prosti čas je to kar ni služba, oziroma ni faks.	Izven plačanega dela in drugih obveznosti	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
S3	Veliko je tega z otroki, ampak tudi kar delam z otroki ni nujno, da je meni muka oziroma da se jaz ne zabavam, še vedno doživljam to kot prosti čas.	Zabava	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
S4	Tudi kakšne predstave so meni tudi zabavne, čeprav grem zaradi otrok in ne zaradi sebe.	Gledališče	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
S5	Izleti so recimo tudi prosti čas in definitivno dojemam kot prosti čas, ni neka obveznost.	Izlet	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
S6	Seveda se loči.	Razlikujem	Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino	Preživljanje prostega časa
S7	Prosti čas zame je nek projekt, ki je v interesu res samo meni oziroma nekaj dejavnost, ki je samo meni v interesu, tudi druženje s prijatelji, kjer niso prisotni vsi drugi družinski člani. Prosti čas za naju je, ko greva na večerjo, na kavo, ko ni zraven otrok, ali samo ko gledava film. Prosti čas za družino pa je tisto, kar ni neka obveznost.	Ločevanje glede na vključenost članov družine	Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino	Preživljanje prostega časa
S8	Da v tistem trenutku ne razmišljam stvari za faks in za službo	Odklop	Sprememba	Pomen prostega časa
S9	Vsekakor ima vpliv. Če si skozi v zagonu, vse čas nekaj za službo, za faks, za	Začutiti se	Počutje	Vpliv prostega časa

	otroke, seveda potrebuješ nekaj časa zase.			
S10	Jaz vem, da sem potem tečna in potem nima nobeden nič od mene. Ne partner, ne tamalidve.	Boljši odnosi	Odnosi	Vpliv prostega časa
S11	Potrebuješ nekaj časa, da ne razmišljaš tisti trenutek oziroma, da nimaš neke odgovornosti.	Odklop	Sprememba	Pomen prostega časa
S12	Po svoje – neke pijače s prijatelji oziroma z drugimi mamami.	Druženje	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
S13	Deloma kot prosti čas doživljam tudi čas na službenih sestankih oziroma po njih z drugimi študenti – sodelavci.	Druženje s sodelavci	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
S14	Čas, ki si ga vzamem zase je tudi, ko grem v trgovino sama karkoli kupit, da nimam lačnih otrok ali pa kogarkoli sabo, da si res lahko vzamem čas in če želim neko stvar probavat 15 minut, da lahko to delam 15 minut.	Nakupovanje	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
S15	Če greva na kakšen sprehod. Tukaj (rožna dolina) imamo veliko stvari blizu.	Sprehod	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
S16	Tudi ko greva v kino	Kino	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
S17	ali ko gledava zvečer film.	Filmski večeri	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
S18	Meni je tudi prosti čas, če delava kakšen projekt skupaj, čeprav se pogovarjava za službo, ampak nikoli zares ne delava nobenega projekta skupaj službeno, zato se vsakič malo pogovarjava kaj kdo pomisli, kar še vedno za službo iščeš neke	Skupen projekt	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa

	ideje, ampak je pa še vedno preživljanje časa skupaj.			
S19	Z družino pa seveda izleti,	Izlet	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
S20	vikendi,	Vikend	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
S21	ta čas, ki ga preživimo skupaj ko prideta otroka iz vrtca, ko smo kar skoz skupaj, če se le da, razen če so kakšne službene obveznosti.	Skupna aktivnost	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
S22	Midva si res vzameva čas dvakrat na teden, da pogledava kakšen film, razen če res nimava časa.	Filmski večeri	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
S23	Je res, da se drži staršev, da nimajo prostega časa, ampak je odvisno od tega kako ga dojemaš.	Odvisno od definiranja	Subjektivnost določanja	Zadovoljstvo s prostim časom
S24	Mogoče res nimaš toliko prostega časa, da bi si vsak teden vzel čas zase, da se jih »rešiš«, ampak ni pa tako, da ne bi imel prostega časa, da si 24 ur skupaj.	Nisi 24 ur na dan skupaj	Zadovoljstvo	Zadovoljstvo s prostim časom
S25	Ja, sva zadovoljna s tem kako preživljava prosti čas.	Zadovoljen	Zadovoljstvo	Zadovoljstvo s prostim časom
S26	Samo tako ko pomislim na ta vikend, je tako sanjsko in si itak želiš, da bi enkrat na dva tedna šel sam, ampak realno, to so neke une sanje, ampak je spet nek stereotip, da je prosti čas samo neko uživanje.	Stereotipi	Subjektivnost določanja	Zadovoljstvo s prostim časom
S27	Če to razumeš, je že skupno kuhanje večerje, ki je obvezno, lahko prosti čas, ko otroka pomagata, režeta.	Rituali	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
S28	Definitivno morava komunicirat, da uskaldiva vse službene obveznosti in faks.	Komunikacija	Usklajevanje	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa

S29	V glavnem vse vpiševa v google koledar, kar naju trenutno rešuje, ker lahko kjerkoli in kadarkoli sam notri vstaviš in točno veš kdaj lahko načrtuješ druge stvari bodisi služba ali prosti čas.	Google koledar	Usklajevanje	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
S30	Varuško imava res v skrajnih primerih, ko naju obeh cel dan ni (celodnevna snemanja). Varuško imava mogoče 10 na leto.	Skrajni primeri	Varstvo	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
S31	Babico imamo v Ljubljani – vsaj eno – tako da lažje kombiniramo s krajem študija oziroma službe, je pa tako, da tudi nista na tedenski ravni pri babici.	Občasno stari starši	Varstvo	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
S32	Meni se zdi pomemben dejavnik kako živiš.	Stil življenja	Stil življenja	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
S33	Mi smo recimo v eni sobi, torej ne moreš dati otroka v eno sobo, pa si ti v drugi sobi, tako film recimo gledava v isti sobi, kjer otroka spita.	Stanovanjske razmere	Drugi dejavniki	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
S34	Midva sva že od začetka delovala na način, da bolj kot kompliciraš, bolj je kompleksno, če ti ne kažeš stres, ga tudi otroci ne čutijo.	Preprostost	Stil življenja	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa

9.3.3 Intervjuja J in V

	Izjava	Pojem	Kategorija	Propozicija
J1	Čas, ki ga imava ali vsak sam ali pa drug z drugim, torej ne z otroki.	Čas zase ali za partnerja	Prva asociacija	Definicija prostega časa
J2	Dejavnost,	Dejavnost	Prva asociacija	Definicija prostega časa

J3	ki te sprostí, ki ti ni preveč naporna.	Sprostitev	Prva asociacija	Definicija prostega časa
J4	Zase in za partnerja ne razlikujem, ker je tega časa zelo malo.	Neločevanje zase in za partnerja	Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino	Preživljanje prostega časa
J5	Potem pa razlikujem to z družino.	Ločevanje časa z družino od preostalega	Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino	Preživljanje prostega časa
J6	Ko si lahko vzameva midva čas, je bolj izjema.	Redko	Izzivi prostega časa s partnerjem	Izzivi prostega časa
J7	Drugače imamo zelo stresno življenje, pa natrpano in takrat je določen čas, ko se umiriš.	Sprostitev	Počutje	Vpliv prostega časa
J8	Kot je rekla, v prostem času delava dejavnosti, ki naju izgrajujejo,	Osebna rast	Drugi vplivi	Vpliv prostega časa
J9	tako da tudi jaz, recimo zdaj sem bil na para osnovnem izobraževanju montessori in sem vzel to kot prosti čas, ampak pravzaprav ne bi vzel tega kot prosti čas, ampak te potem to izgradi, pa prineseš nove ideje in vzorce domov. Pa vidiš, da si bil mogoče kdaj slabe volje brez razloga, samo zato, ker si imel določeno stalnico, pa se potem potrudíš drugače reagirati tudi doma. Ko razmisliš vse, kaj se je doma dogajalo, kako si natempiran, pa se potem v bistvu vse malo umiri. In v zakonu in v družini.	Izobraževanje	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
J10	Ga je bolj malo. Jaz zdaj recimo enkrat na dva tedna	Skupina za moške	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa

	hodim na skupino za moške.			
J11	Kadar sem sam, se malo bolj posvetim kuhinji in kuhanju.	Gospodinjska opravila	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
J12	Če kdaj kaj delaš, da bi na hitro naredil, takrat posvetim malo več časa tudi vsakodnevnim stvarem.	Vsakodnevna opravila	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
J13	Ponavadi si je treba, je to čas, ko najameva ali pa dobiva varuško.	Varstvo	Izzivi prostega časa s partnerjem	Izzivi prostega časa
J14	Potem kam skupaj greva.	Prostor	Drugi dejavniki	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
J15	In si potem izbereva kakšno dejavnost.	Dejavnost	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
J16	Na Rožnik sva se šla samo pogovarjat, velikokrat se greva samo pogovarjat.	Pogovor	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
J17	Saj, vsak dan živiš s to osebo, potem pa vidiš, da je mogoče sploh ne poznaš več kakor prej.	Spoznavanje	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
J18	Tako da ponavadi se pogovarjava.	Pogovor	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
J19	Zdaj imamo sezonsko karto za živalski vrt, pa smo na dva tedna tam.	Obisk živalskega vrta	Prosti čas za družino	Preživljanje prostega časa
J20	Zdaj sva ugotovila, da se morajo otroci tudi malo dolgočasit, da se razvijejo. Da potem začnejo sami razmišljat. Zdaj vidim, da K veliko poležava in se dolgočasi, ampak pride na genialne ideje.	Spodbujanje razvoja otrok	Drugo	Pomen prostega časa
J21	S časom za naju, da bi ga bilo več.	Več časa za partnerja	Vezano na čas in osebe	Želje za prosti čas
J22	Z družino pa vidiš, da imaš kar precej časa vsak dan, ampak si kdaj ne znaš izvzet tega časa.	Bolj kvalitetno preživet čas z družino	Vezano na čas in osebe	Želje za prosti čas

J23	Jaz sem lahko recimo z D cel dan, pa se ne bova zaradi tega nič povezala, ker imaš veliko opravkov, pa kaj moraš zdej narediti.	Študijske obveznosti in opravki (vloge in razpisi)	Izzivi prostega časa z družino	Izzivi prostega časa
J24	Z družino predvsem, da bi si znali v vsakem dnevu vzeti čas in se posvetiti otrokom.	Posvetitev časa	Izzivi prostega časa z družino	Izzivi prostega časa
J25	Prostor pomaga, da si vzameš čas.	Prostor	Drugi dejavniki	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
J26	Ponavadi ni organiziran, ampak se zgodi.	Spontanost	Stil življenja	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
J27	Organiziramo mogoče kakšne izlete,	Izleti	Potrebno organizirati	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
J28	pa zdaj ko sva se odločila, da bova šla na koncert.	Prosti čas s partnerjem	Potrebno organizirati	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
J29	Vsakodnevni prosti čas pa se ne organizira kaj dosti. Kakor pride.	Spontanost	Stil življenja	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
J30	Vidim pa, da si rabiva čas za naju dosti bolj organizirat.	Potrebno načrtovanje	Izzivi prostega časa s partnerjem	Izzivi prostega časa
J31	Potrebuješ prav varstvo ali pa moraš zaposliti otroke, da si vzameš tistih pet minut, da v miru kavo spiješ.	Varstvo	Izzivi prostega časa s partnerjem	Izzivi prostega časa
J32	Ker doma hitro vidiš, da so še cunje za obesiti, pa posoda za pospraviti in potem težko izvzameš čas.	Urejenost stanovanja	Izzivi prostega časa s partnerjem	Izzivi prostega časa
J33	Res pomaga, če izvzameš tudi prostor.	Prostor	Drugi dejavniki	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa

V1	Pomanjkanje.	Pomanjkanje	Prva asociacija	Definicija prostega časa
V2	Neka izvzeta dejavnost,	Dejavnost	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
V3	ki ni tako pogosta.	Občasno	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
V4	Jaz razlikujem še znotraj družine na prosti čas z vsakim od otrok, da se posvetim samo enemu, čeprav to ni toliko prosti čas, ker se daš ves na razpolago in si na koncu izmučen, ker delaš res tisto, kar otrok želi.	Ločitev na posameznega družinskega člana	Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino	Preživljanje prostega časa
V5	Prav zase in za partnerja pa v bistvu ... sem ugotovila, da imam večjo potrebo za partnerja kot sama, ker imava malo časa drug za drugega in potem, če sem kdaj sama, ga kar pogrešam, kot včeraj, ker bi se raje kaj z njim pogovarjala. Pa saj se spraviš kaj delat, ampak zame ni isto. Razlikujem, ali sem sama ali s partnerjem.	Več časa za partnerja	Vezano na čas in osebe	Želje za prosti čas
V6	Pa delaš stvari, ki jih rad delaš in jih ne delaš običajno.	Svoboda izbire	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
V7	In si vzameš čas samo za njih.	Posvetitev časa	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
V8	Ravno danes mi je J sporočil, da greva 20. junija na en koncert, in to je zame prosti čas,	Skupen obisk koncerta	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
V9	če pa bi šla kam z otroki, to zame ne bi bil prosti čas, ampak dejavnost za družino. Če bi šla recimo z otrokoma na koncert, bi to vzela kot posvetitev časa otrokoma.	Ločevanje glede na vključenost članov družine	Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino	Preživljanje prostega časa

V10	Jaz sem bolj sproščena, to vsekakor.	Sprostitev	Počutje	Vpliv prostega časa
V11	Bolj se počutim varno, zaradi tega ker se počutim, da smo bolj povezani, to meni veliko pomeni. Da se počutim čustveno varno.	Varnost	Počutje	Vpliv prostega časa
V12	Tudi glede časa z otroki, če ga jaz preživljam sem v redu z njimi, so oni v redu z mano.	Povezanost z družino	Odnosi	Vpliv prostega časa
V13	Za naju pa odvisno, kdaj. Če ga ne izkoristiva aktivno, v smislu, da se res odločiva za določeno aktivnost, ali pogovarjanje ali da greva na sprehod ali karkoli, saj tega nimava veliko, pa vseeno. Potem sva zelo utrujena od vsega stresa, recimo zvečer stres, stres, stres in potem se samo skregava. Tudi če otroci že spijo.	Konflikti	Pomanjkanje oziroma neaktivno izkoriščen čas	Vpliv prostega časa
V14	Se mi zdi, da ga moraš načrtovati, prosti čas,	Prosti čas	Potrebno organizirati	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
V15	da te izgrajuje.	Osebna rast	Drugi vplivi	Vpliv prostega časa
V16	Meni se zdi, da je družinsko življenje tako, da nimaš sproti časa vsega razčistit, pa razmislit. No vsaj midva imava tak tempo, ne vem če so vse družine tako. Ampak potem, ko imaš enkrat prosti čas, potem dejansko lahko pogledaš stvari malo bolj od zgoraj. Malo bolj široko in vidiš sploh probleme, za katere prej mogoče sploh nisi vedel, da jih imaš. Pa vidiš, da ni vse tako slabo, ali pa sploh	Širši pogled na situacijo	Odnos	Pomen prostega časa

	lahko vidiš stvari. Se mi zdi, da ko se enkrat umiriš in greš na sprehod, tudi če greva z otroki, že samo to je dovolj, da se malo sprostiš. Tudi če otroke gledaš, da pač razumeš zakaj K že cel dan v hlače lula, take stvari. Ti da lahko en širok pogled, da malo zadihaš.			
V17	Jaz pa zdaj malo več časa preživim s S. Zadnjič sva šli skupaj na masažo, sem šla prvič v življenju na profesionalno masažo, pred poroko	Masaža	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
V18	in zdaj bova šli na depilacijo.	Depilacija	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
V19	Mogoče jaz doživljam prosti čas tudi nekaj, kar potem tudi na koncu nekaj prejmeš in si potem oddahneš, končno si dobil malo počitka v duši.	Prejemanje	Drugo	Pomen prostega časa
V20	Drugače grem pa kdaj sama s kom na kavo – vseeno imam rada družbo.	Kava	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
V21	Mi nekateri ljudje veliko pomenijo in nočem zgubiti stika z njimi. Največkrat se za to odločim.	Druženje	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
V22	Drugače pa ustvarjam kaj	Ustvarjanje	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
V23	ali pa sem tudi na telefonu.	Telefon in socialna omrežja	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
V24	Včasih sva tudi veliko knjige brala skupaj.	Skupno branje	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
V25	Jaz se grem zdaj, čim je kaj časa, učiti ali pa kaj koristnega delat, da bi imela potem prosti čas,	Učenje ali koristno delo	Izzivi prostega časa zase	Izzivi prostega časa
V26	ampak se itak naberejo stvari in ga potem nič nimaš.	Študijske obveznosti in	Izzivi prostega časa z družino	Izzivi prostega časa

		opravki (vloge in razpisi)		
V27	Nekaj se morava spomniti, ker imava natempirano življenje in potem tudi, ko si samo drug z drugim, potrebuješ nekaj časa, da sploh stopiš, da začneš potem graditi.	Potrebuješ nekaj časa, da prideš v stik z drugim	Izzivi prostega časa s partnerjem	Izzivi prostega časa
V28	Preživljava prosti čas nestresno. Imava zelo rada umirjen prosti čas.	Umirjen prosti čas	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
V29	Čim bolj aktivno, kakor se da.	Skupna aktivnost	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
V30	Da daja otrokom čim več izkušenj.	Dati otrokom izkušnje	Izzivi prostega časa z družino	Preživljanje prostega časa
V31	Poskušam z otroki res, da če sem z njimi, da sem res z njimi	Posvetitev časa	Izzivi prostega časa z družino	Izzivi prostega časa
V32	in to se ponavadi doma ne da. Zato gremo velikokrat ali v živalski vrt,	Obisk živalskega vrta	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
V33	ali ven,	Narava	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
V34	da izvzameš in prostor in čas.	Prostor	Drugi dejavniki	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
V35	Zdaj sva sicer tudi doma malo prilagodila, da je malo več prostora, da je otroški kotiček, da se lahko otroka tudi sama zaigrata. To jima veliko pomeni, da sta lahko ločena, ker se drugače prepirata.	Prilagajanje bivalnega prostora	Izzivi prostega časa z družino	Izzivi prostega časa
V36	Ali pa gremo plavat.	Plavanje	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
V37	Poskušava razmišljati z očmi otrok, in potem se odločiva za dejavnost, kjer bi oni užival.	Prilagajanje otrokom	Izzivi prostega časa z družino	Izzivi prostega časa
V38	Se razvija in uči. To nama je v življenju pomembno – da vseskozi rasteš.	Osebna rast	Drugi vplivi	Vpliv prostega časa

V39	Da bi ga bilo malo več. Vsega, predvsem za naju.	Več časa za partnerja	Vezano na čas in osebe	Želje za prosti čas
V40	Jaz si želim, da bi bilo malo manj šole	Manj šolskih obveznosti	Vezano na posameznika	Želje za prosti čas
V41	in bi večkrat dobili kakšno osebo, ki bi otroke popazila.	Večkratno varstvo	Zunanja pomoč	Želje za prosti čas
V42	Midva nimava staršev takih, ki bi bili to pripravljeni.	Zaposleni ali oddaljeni stari starši	Varstvo	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
V43	In da bi lahko kam šla, tudi samo za pol urice se pogovarjat.	Več časa za partnerja	Vezano na čas in osebe	Želje za prosti čas
V44	Ali pa, da bi šla kdaj teč.	Tek	Aktivnosti	Želje za prosti čas
V45	Ne preveč. Za naju.	S časom za partnerja	Nezadovoljstvo	Zadovoljstvo s prostim časom
V46	Zdaj si naju dobila ravno v takem obdobju, ko je res faks, faks, faks in še milijon drugih stvari zraven, da ne omenjam oddajanja vlog za neprofitna stanovanja, pa seminarske, pa oddajanje vloge za denarno pomoč in za vsako moraš tako hiteti.	Študijske obveznosti in veliko opravkov (vloge in razpisi)	Nezadovoljstvo	Zadovoljstvo s prostim časom
V47	Trenutno nisem zadovoljna, ker se mi zdi, da so samo opravki in otroke samo vlačiš iz enega konca na drugega, da bi to čim prej opravil in potem se itak odpirajo še nove stvari.	Študijske obveznosti in veliko opravkov (vloge in razpisi)	Nezadovoljstvo	Zadovoljstvo s prostim časom
V48	Če pa pomislim, se znamo pa tudi umiriti. Predvsem poleti, ko nimamo nič takega za misliti v zvezi s šolo in podobno.	Poletje	Zadovoljstvo	Zadovoljstvo s prostim časom
V49	Po moje moraš kam iti, da potrebuješ čas izvzet. Prostor je pomočnik.	Prostor	Drugi dejavniki	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
V50	Navdih svetega duha.	Vera	Drugi dejavniki	Pomoč pri organizaciji in

				preživljanju prostega časa
V51	Poskušava veliko po navdihu, saj vidiš, kako oseba je, če vidim, da je J čisto utrujen, ga ne bom gnala na vrh Rožnika, ampak bova počela kaj drugega.	Spontanost	Stil življenja	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
V52	Tudi zvečer, ni to to, ker potrebuješ nekaj časa, da se vpelješ v to, da začneš bolj aktivno izkoriščati čas in sva potem utrujena in se hitro skregava.	Konflikti	Pomanjkanje oziroma neaktivno izkoriščen čas	Vpliv prostega časa
V53	In bi nama bolj pomagalo, da si naštimava doma baby varuško pa greva ven.	Prostor	Drugi dejavniki	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa

9.3.4 Intervjuja N in T

	Izjava	Pojem	Kategorija	Propozicija
N1	Na čas, ki si ga lahko vzameš zase,	Čas zase	Prva asociacija	Definicija prostega časa
N2	kadar počneš tiste stvari, ki so tebi všeč	Svoboda izbire	Prva asociacija	Definicija prostega časa
N3	in jih ne moreš delati z otroki.	Odsotnost otrok	Prva asociacija	Definicija prostega časa
N4	Kvalitetno izkoriščen čas zase.	Kvaliteten čas	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
N5	Za hobije.	Dejavnost	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
N6	Tisto kar ti osebno rad počneš.	Svoboda izbire	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
N7	Ko nisi v vlogi mamice.	Odsotnost vloge starša	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
N8	V službi pa tudi ne.	Izven plačanega dela	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
N9	Da se bolj sprostiš	Sprostitev	Sprememba	Pomen prostega časa
N10	in nekaj narediš zase.	Osebna rast	Sprememba	Pomen prostega časa
N11	Prosti čas za družino je zame skoz razen služba.	Ločevanje glede na aktivnost	Razlikovanje med prostim	Preživljanje prostega časa

	Ko sem z otroki – ni treba, da je zdaj to nek izlet ali pa da nekam gremo. Prosti čas s partnerjem je, ko smo skupaj itak, pa takrat, ko sva sama, čeprav je tudi, ko smo cela družina skupaj, lahko prosti čas s partnerjem. Prosti čas zase pa je lahko tudi doma, ni nujno, da nekam greš, ampak je takrat, ko lahko nekaj zase narediš. Ali da lahko prebereš kakšno knjigo, ali da kaj poslušaš, to izven teh stvari, ki jih moraš opraviti (gospodinjska opravila) in službe.		časom zase, za partnerja in za družino	
N12	Preživet čas z ljudmi	Druženje	Drugo	Pomen prostega časa
N13	ali pa sama s sabo	Možnost biti s sabo	Drugo	Pomen prostega časa
N14	in da mi v sklopu tega časa ni treba početi drugih stvari. Kot sem že prej rekla, gospodinjska opravila, šolske obveznosti	Odsotnost gospodinjskih opravil	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
N15	in služba.	Odsotnost plačanega dela	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
N16	Preživet čas izven obveznosti, ki meni osebno ne prinašajo zadovoljstva ali pa osebne rasti, ali pa se jih mora opraviti, pa nisem navdušena nad njimi.	Brez obveznosti	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
N17	Vpliv name je to, da si lahko napolnim baterije,	Regeneracija	Počutje	Vpliv prostega časa
N18	da se sprostim,	Sprostitev	Počutje	Vpliv prostega časa
N19	da sem malo sama s sabo.	Začutiti se	Počutje	Vpliv prostega časa

N20	Se mi zdi, da je delo na sebi zelo pomembno, da druge stvari štimajo.	Osebna rast	Drugi vplivi	Vpliv prostega časa
N21	S partnerjem mi je tudi pomembno, ker je tako malokrat, da sva midva sama, da se lahko malo pogovarjava,	Pogovor	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
N22	ali pa se tudi kregava,	Reševanje konfliktov	Odnos	Pomen prostega časa
N23	da sva v stiku drug z drugim,	Biti v stiku	Odnosi	Vpliv prostega časa
N24	da lahko kaj skupaj narediva.	Skupen projekt	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
N25	Meni je to zelo pomembno za odnos, da si vzameš ta čas, tudi če si ga težko.	Krepitev odnosa	Odnos	Pomen prostega časa
N26	Za družino mi je pa vse. Mi je pa fajn, da sem v tem času umirjena, sproščena in ne zatežena in tečna.	Čas izven dela	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
N27	Zato pa morata biti prosti čas zame in za partnerja, da lahko potem čim kvalitetneje preživljaš prosti čas z družino.	Povezanost s partnerjem	Odnos	Vpliv prostega časa
N28	Jaz trenutno najraje pogledam kakšen video na temo osebne rasti, vzgoje in zdravja.	Izobraževanje	Prosti čas zase	Preživljaše prostega časa
N29	Meditacija. Da najdem čas za meditirat.	Meditacija	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
N30	Pa tudi, da preberem kakšno ali nekaj strani knjige.	Branje	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
N31	Da sva čisto sama, zdajle ta trenutek res težko.	Biti sama	Izziv prostega časa za partnerja	Preživljanje prostega časa
N32	Zadnjič sva šla na kavo, po dolgem času, da sva bila midva, pa dojenček itak.	Kava	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
N33	Meni je dobro, da imava filmski večer recimo, zvečer, ko gresta spat. To že zdaj.	Filmski večeri	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa

N34	Da greva lahko v kino	Kino	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
N35	ali pa na kavo.	Kava	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
N36	Meni je prosti čas s celo družino že takole ob večerih, tudi če nikamor ne gremo in smo doma.	Skupna aktivnost	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
N37	Meni se je dobro družiti z otroki.	Skupna aktivnost	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
N38	Tudi če pridejo težke situacije, da poskusiš čim bolje reagirati.	Pravilno odzivanje	Izzivi prostega časa z družino	Izzivi prostega časa
N39	Vzgoja mi je fajn, no. Težka, ampak fajn. Zato mi je prosti čas dobro izkoriščen.	Vzgoja	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
N40	Drugače pa igrišče,	Igrišče	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
N41	kakšen izlet,	Izlet	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
N42	obisk – recimo pri starih starših,	Obisk	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
N43	morje.	Morje	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
N44	Če grem prej iskat v vrtec, gremo potem še na sladoled	Gremo na sladoled	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
N45	ali pa na sprehod	Sprehod	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
N46	ali pa v knjižnico.	Knjižnica	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
N47	Tudi M paše, da se dogaja, da nismo samo doma.	Prostor	Drugi dejavniki	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
N48	Meni ni nujno, da je v prostem času samo lepo, ampak da se rešuje tudi konflikte.	Reševanje konfliktov	Odnos	Pomen prostega časa
N49	Naj pomembneje se mi zdi, da sem jaz sama s sabo sproščena in potem je vse drugo v redu. Na splošno v življenju se mi zdi to zelo povezano.	Sproščenost v odnosih	Odnosi	Vpliv prostega časa

N50	Ja, v redu. Jaz se trudim zase, da sem čim bolj uredu.	Znam poskrbeti zase	Zadovoljstvo	Zadovoljstvo s prostim časom
N51	Se mi zdi najbolj pomembna ljubezen in komunikacija. Se mi zdi, da tudi v življenju nasploh. Vse to se učiš. In tudi izzivi, ki pridejo, se na ta način uresničujejo.	Komunikacija	Usklajevanje	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
N52	Mi smo zelo spontano narejeni. Nimamo načrtovano za naprej.	Spontanost	Stil življenja	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
N53	Pri meni je veliko to, da sem spustila mejo, da je treba imeti vedno vse pospravljeno. Drugače ne bi imela skoraj nič prostega časa.	Spuščen kriterij urejenosti stanovanja	Sprememba mišljenja	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
N54	Da vidim prosti čas tudi v malenkostih, da ni to, da moramo iti na izlet, pa nekam prespat, ampak da mi je tudi to, da smo tukaj skupaj kvalitetno izkoriščen prosti čas. Ali pa da gremo samo na sprehod.	Preprostost	Stil življenja	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
N55	Včasih moji starši za vikend kdaj popazijo.	Občasno stari starši	Varstvo	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
N56	Njegovi starši pa so daleč in jih izkoristiva ko smo skupaj.	Zaposleni ali oddaljeni stari starši	Varstvo	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
N57	Meni bi bilo dobro, če bi imela možnost, da bi mi nekdo prišel vsaka dva tedna pospraviti stanovanje.	Plačana čistilka	Zunanja pomoč	Želje za prosti čas
N58	Pa tudi za varuško mi ne bi bilo težko. Bi mi bilo super, če bi šlo to finančno skozi. Ker se mi zdi, da si moraš vzeti čas zase in je v	Plačana varuška	Zunanja pomoč	Želje za prosti čas

	družini to zelo velik izziv. Zase pa za partnerja.			
N59	Mi imamo ravno tako situacijo, da njegovih staršev sploh ni tukaj, mojedva imata svoje podjetje, tako da čez teden sploh nimamo nobenih možnosti, edino čez vikend kdaj pa kdaj.	Zaposleni ali oddaljeni stari starši	Varstvo	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
N60	V tem trenutku je dobro, ker k nam pridejo obiski.	Druženje pri nas	Olajševalne okoliščine	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
N61	Jaz mislim, da je predvsem za mamice z majhnimi otroki zelo pomembno, da si vzamejo prosti čas zase. Veliko si jih ne vzame. S tem ko si ga vzameš, si lahko še boljša mama. Če si ga brez slabe vesti vzameš.	Boljši starš	Odnosi	Vpliv prostega časa
N62	Pa za partnerja je tudi zelo pomembno, da si vzameta čas, da ni vedno vse samo o otrocih, da se ne zgrešiš.	Povezanost s partnerjem	Odnos	Vpliv prostega časa
N63	To je v bistvu ta izziv, ko se moraš dejansko malo organizirati, moraš biti malo ustvarjalen, kako speljati.	Prosti čas	Potrebno organizirati	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
N64	Pa malo znižati pričakovanja.	Znižanje pričakovanj	Sprememba mišljenja	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
N65	Poiskati kaj so te majhne stvari, ki te napajajo.	Najti kaj te napaja	Izzivi prostega časa zase	Izzivi prostega časa
T1	Čas izven dela. Vse, razen dela.	Izven plačanega dela	Prva asociacija	Definicija prostega časa
T2	Približno isto. Delaš, oziroma ne delaš, ampak delaš tisto, kar ti je všeč	Svoboda izbire	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
T3	in nimaš obremenitev.	Brez obveznosti	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa

T4	Jaz z družino nekako čisto enostavno, če se veseliš, že imaš nekako prosti čas. Zase, ko res delam nekaj zase in me to veseli, pa uživam tudi zraven. Za partnerja mislim, da isto kot z družino. Z razliko, da je v prostem času z družino zraven tudi otrok.	Ločevanje glede na aktivnost	Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino	Preživljanje prostega časa
T5	Izkoristiti maksimalno uživanje, ne glede na to ali sam, s partnerjem ali z družino. Da dosežeš tisti optimum veselja.	Sprostitev	Sprememba	Pomen prostega časa
T6	Predvsem potrebuješ te tri prilagoditi, ker zase tudi potrebuješ čas pa tudi za partnerja in za družino.	Usklajevanje vseh treh ravni	Drugi izzivi	Izzivi prostega časa
T7	Meni prinese predvsem veselje.	Zadovoljstvo	Počutje	Vpliv prostega časa
T8	Se zabavam,	Zabava	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
T9	nič ne razmišljam,	Odklop	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
T10	nič ne skrbim.	Brezskrbnost	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
T11	Ali pa ustvarjam nekaj koristnega.	Ustvarjanje	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
T12	Rad delam in ustvarjam tudi sam, da pridobivam znanje.	Izobraževanje	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
T13	Skupaj kaj delava ali pa pogledava.	Skupen projekt	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
T14	Televizija.	Filmski večeri	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
T15	Ali pa si pomagava.	Vzajemna pomoč	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
T16	Poskusimo čim več zamenjat okolje, kakor je možno.	Prostor	Drugi dejavniki	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
T17	Se trudimo čimveč skupaj narediti.	Skupna aktivnost	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa

T18	Moja želja je, da vsi dosežejo tisto maksimalno veselje zase, z vsemi oziroma z družino.	Doseči maksimalen užitek	Splošno	Želje za prosti čas
T19	Moraš tudi spremeniti okolje in to je človeško, da če nekaj zamenjaš, če je nekaj drugače, vidiš stvar drugače.	Prostor	Drugi dejavniki	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
T20	Se trudim vsak dan.	Trud	Zadovoljstvo	Zadovoljstvo s prostim časom
T21	Sicer je težko, ker si v sistemu in včasih tudi ne moreš res prosto izbrati, kaj bi za sebe ali za druge v prostem času.	Ujetost v sistem	Nezadovoljstvo	Zadovoljstvo s prostim časom
T22	Jaz sem spontan človek	Spontanost	Stil življenja	Pomoč pri organizaciji prostega časa
T23	in čim bolj izkoristim ta trenutek, ki pride. Ne razmišljam preveč, kaj bo jutri. Čim bolj uživam ta trenutek.	Preprostost	Stil življenja	Pomoč pri organizaciji prostega časa
T24	Fino je, če je vsak dan nekaj posebnega, da ne postane vse skupaj prevelika rutina.	Izogibanje rutini	Drugi izzivi	Izzivi prostega časa
T25	Vsake toliko organiziramo kakšna druženja. Čimveč druženja, ker to prinese veselje.	Druženje	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
T26	Res pa je, da ni dobro, da je vsak dan druga oseba prisotna. Potem imaš težave. Ne samo jaz, ampak mislim, da vsi.	Preokupiranost z družbo	Drugi izzivi	Izzivi prostega časa
T27	Vse mora biti nekako uravnoteženo. Če si konstantno vzameš čas zase, ti bo dolgčas na koncu, če si za druge, potem se ne zavedaš, da potrebuješ čas tudi zase. Sicer je odvisno od tega, kakšen človek si. Jaz	Usklajevanje vseh treh ravni	Drugi izzivi	Izzivi prostega časa

	mislim, da je treba loviti ravnotežje.			
--	--	--	--	--

9.3.5 Intervju P in K

	Izjava	Pojem	Kategorija	Propozicija
P1	Meni veliko pomeni delo okrog hiše.	Vrt in delo okoli hiše	Prva asociacija	Definicija prostega časa
P2	To me sprošča, to si jemljem kot prosti čas.	Sprostitev	Prva asociacija	Definicija prostega časa
P3	Čez zimo nogomet, poleti pa različni drugi športi.	Šport	Prva asociacija	Definicija prostega časa
P4	Pa izleti, tudi ko gremo z avtomodom čez vikend.	Izlet	Prva asociacija	Definicija prostega časa
P5	Čas izven službe	Izven plačanega dela	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
P6	in brez otrok,	Odsotnost otrok	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
P7	da delaš tisto kar te veseli ali sprošča, relaksira.	Svoboda izbire	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
P8	Je pa seveda tudi prosti čas skupaj z otroki, so te izleti seveda so vedno skupaj.	Čas z družino	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
P9	Ja, razdeliva tako, ja.	Razlikujem	Razlikujem	Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino
P10	Prosti čas z družino so večinoma te izleti	Izlet	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
P11	ali pa kakšni obiski prijateljev	Obisk	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
P12	ali pa igra zunaj.	Igra	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
P13	Dostikrat pa si razdeliva prosti čas tudi vsak zase, si rečeva, da ima vsak eno uro in dela tisto uro kar želi. Ali je to šport ali je delo ali je počitek, nekaj od tega.	Potreben čas zase	Pomembno pri razlikovanju	Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino
P14	Spremeniš, malo odklopiš možgane ali pa razmišljaš nekaj drugega, ne samo tisto kar moraš, torej služba.	Odklop	Sprememba	Pomen prostega časa

P15	Prosti čas je tisto, kar te tisti trenutek veseli.	Kar te veseli	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
P16	Jaz včasih delam take stvari, da mi ni treba preveč uporabljati glavo.	Odklop	Sprememba	Pomen prostega časa
P17	To je recimo, ne vem, neko fizično delo. Ali samo okrog hiše nekaj delam,	Vrt in delo okoli hiše	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
P18	ali pa grem tečt, pa da mi zraven ni treba ničesar razmišljat, da usmerim misli samo v tek, Drugo pa brišem. In to se mi zdi, da mi največ pomaga.	Šport	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
P19	Jaz pa delo	Vrt in delo okoli hiše	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
P20	ali pa šport.	Šport	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
P21	Ali pa mogoče druženje s prijatelji. Kakšna pijača, da malo odklop narediš od vsega.	Druženje	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
P22	Kolesarit greva kdaj skupaj.	Šport	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
P23	Ali pa v kakšen hrib.	Šport	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
P24	Dvakrat na leto pa si vzameva vikend, pa greva ali z avtodomom ali pa kam drugam.	Vikend izlet	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
P25	Tudi pevske jaz jemljem kot skupen hobi in preživet prosti čas. Nisva sama, imava pa skupen hobi.	Pevske vaje	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
P26	Vedno probamo neko aktivnost.	Skupna aktivnost	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
P27	Ali je to v naravi, ali pa pozimi smučanje ali pa sankanje.	Šport	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
P28	Obiski družin s podobno starimi otroki.	Obisk	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
P29	Želje so pa drugo. Moja želja je, da bi imel eno uro na dan zase in bi tisto uro nekaj delal. Žal pa ni vsakič možno. Probava se temu	Vsakodnevni čas zase	Vezano na čas in osebe	Želje za prosti čas

	približat, samo vedno ne gre. Da bi imel vsak dan vsak eno uro zase, ali da nekaj delaš, ali da športáš ali pa da imaš enostavno samo mir.			
P30	Želja je tudi, da bi bilo še več teh vikend variant, ker to eno ure je samo tako, da malo pozabiš službo, ampak vikend je pa res potem, da malo preklopiš tudi vmes, da res malo drugače zaživiš takrat.	Več vikend izletov s partnerjem	Aktivnosti	Želje za prosti čas
P31	To kar imava trenutno na razpolago je v redu. Včasih pridejo dnevi ali pa celo tedni, ko si rečeš, da bi rad bil vsaj malo frej, pa ne moreš bit, ampak včasih pa tudi pridejo dnevi, ko si lahko vsak dan malo frej.	Zadovoljen	Zadovoljstvo	Zadovoljstvo s prostim časom
P32	Malo je od letnega časa odvisno, poleti si več frej, pozimi se mi zdi da manj.	Odvisno od letnega časa	Subjektivnost določanja	Zadovoljstvo s prostim časom
P33	Najprej morava varstvo dobit, ja.	Varstvo	Izzivi prostega časa s partnerjem	Izzivi prostega časa
P34	Tudi ideja, kaj boš delal, konec koncev.	Ideja	Lažja organizacija	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
P35	Se veliko pogovarjamo o tem tudi na zakonski skupini, da si res vzameš čas vsak zase in tudi drug za drugega. Se potem tudi na zakonski drug drugega spodbujamo, da bi tako razmišljali. Ne samo služba, delo in otroci, ampak da pogledaš tudi iz kakšnega drugega zornega kota. Ne samo, da se razdajaš za druge, ampak	Podporna skupina	Spodbuda	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa

	da probaš naredit tud nekaj zase. Vsaj enkrat na teden, da nekaj zase narediš.			
P36	Je pa to zelo vezano na otroke. Ko so majhni je težko, zdaj pa ko so večji je to bistveno lažje usklajevat. Da je eden z otroki, pa se gre drug rekreirat ni noben problem več, včasih je bilo to kar težko, ne vem, en se ti je drlu, drug se ti je drlu, na koncu si bil živčen in potem sploh ni bilo pravega občutka. Zdaj jih je lažje v varstvu pustit, lahko jih tudi hitreje pustiš, ker ni več komplikacij, se vse same zrihtajo.	Odraščanje otrok	Olajševalne okoliščine	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
P37	Potem ko pa že bolj zrastejo si pa že sam. Pa si moraš organizirat skupen čas. Zdajle je za naju najboljšo obdobje, tudi midva vidiva, da funkcionirava tudi sama.	Prehodno obdobje	Zadovoljstvo	Zadovoljstvo s prostim časom
P38	Je tudi že nekaj uživanja in sproščanja.	Odraščanje otrok	Olajševalne okoliščine	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
P39	Pa igraš se, tudi kakšne družabne igre se že lahko gremo. Skoz večkrat se gremo družabne igre, ker skoz več dojemata. Nama ratujeta skoz bolj enakovredne v dojetanju in razmišljanju.	Družabne igre	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
K1	Prijatelje,	Druženje	Prva asociacija	Definicija prostega časa
K2	izlete v naravo,	Izlet	Prva asociacija	Definicija prostega časa
K3	družino,	Družina	Prva asociacija	Definicija prostega časa
K4	v mojem primeru tudi pevski zbor.	Pevske vaje	Prva asociacija	Definicija prostega časa

K5	V bistvu neki z naravo povezan, da si v naravi,	Narava	Prva asociacija	Definicija prostega časa
K6	da nisi v službi.	Izven plačanega dela	Prva asociacija	Definicija prostega časa
K7	Meni tudi šport v naravi.	Šport	Prva asociacija	Definicija prostega časa
K8	Čas, ki ga preživiš izven službe.	Izven plačanega dela	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
K9	Tudi jaz ločujem in probam vsega imet, da je čas za vse, za parterja in zame in za družino.	Razlikujem	Razlikujem	Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino
K10	Meni veliko. Jaz ne bi zmogla bit čisti deloholik. Ni šans.	Velik pomen	Drugo	Pomen prostega časa
K11	Dober.	Dober	Drugi vplivi	Vpliv prostega časa
K12	Sploh recimo, če ga imava zase, če sva več skupaj, če imava več časa zase, se bolj poveževa.	Povezanost s partnerjem	Odnosi	Vpliv prostega časa
K13	Z družino se itak potem bolje razumeš ponavadi, pa bolj si si blizu.	Povezanost z družino	Odnosi	Vpliv prostega časa
K14	Zase pa tudi, da svojo glavo malo razbremeniš, da si sam s sabo malo.	Začutiti se	Počutje	Vpliv prostega časa
K15	Jaz grem še največkrat ven, v naravo,	Narava	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
K16	pa probam kaj športat. Ali pa na odbojko s kolegi. V službi imamo zdaj to možnost.	Šport	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
K17	Tudi jaz se družim s prijatelji.	Druženje	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
K18	Večkrat probava it ven v naravo.	Narava	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
K19	Tudi kakšna savna – ampak to je bolj za na prste preštet čez leto.	Savna	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
K20	Ali pa kakšno igro, da si greva pogledat.	Gledališče	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
K21	Probamo biti čimveč zunaj v naravi.	Narava	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa

K22	Probamo tudi kaj skupaj ustvarjat. Mogoče to bolj me punce. Na papirju, ali pa da kaj spečemo.	Ustvarjanje	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
K23	Da ga ni premalo. Ampak ga je vedno premalo, ker je tak velik delež služba, pa druge obveznosti (šola, šolske obveznosti). Jaz bi ga imela še več, če bi bilo možno.	Še več prostega časa	Vezano na čas in osebe	Želje za prosti čas
K24	Če bi še kakšen vikend več imela za naju bi bilo super, drugače pa itak tako narediš, da ti je všeč, da si zadovoljen s tem, kar takrat počneš.	Več vikend izletov s partnerjem	Aktivnosti	Želje za prosti čas
K25	Starši recimo, da pazijo, če želiva imeti čas zase.	Stari starši občasno	Varstvo	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
K26	Pomaga, da drug razume, da potrebuješ sam zase čas.	Razumevanje partnerja	Izzivi prostega časa zase	Izzivi prostega časa
K27	Pomaga tudi, da otroci ne nasprotujejo ideji, ker te drugače potem včasih mine do te ideje.	Razumevanje otrok za tvoje načrte	Izzivi prostega časa z družino	Izzivi prostega časa
K28	Pomaga tudi, da se ne kregamo.	Odsotnost konfliktov	Usklajevanje	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
K29	Vedno je treba poudariti, da si je treba vzeti čas, poleg družine tudi drug za drugega. Drugače lahko zveza trpi.	Povezanost s partnerjem	Odnos	Vpliv prostega časa
K30	Enkrat na mesec naj bi imeli »zmenek«.	Podporna skupina	Spodbuda	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
K31	Pa z njimi lahko tudi več stvari delava.	Odraščanje otrok	Olajševalne okoliščine	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa

9.3.6 Intervjuja M in G

	Izjava	Pojem	Kategorija	Propozicija
G1	Da delam nekaj kar mi je všeč, tudi če je nekoristno in neprofitabilno.	Svoboda izbire	Prva asociacija	Definicija prostega časa
G2	Predvsem košarka	Šport	Prva asociacija	Definicija prostega časa
G3	in računalniške igrce.	Računalniške igre	Prva asociacija	Definicija prostega časa
G4	Ne. Jaz prosti čas definiram kot čas samo zame. Mi ni prosti čas ko sem z M ali z družino.	Čas zame	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
G5	Da se znebim stresa.	Sprostitev	Sprememba	Pomen prostega časa
G6	Pozitivnega, ker je zate to sprostitvev,	Sprostitev	Počutje	Vpliv prostega časa
G7	se napolniš in lahko potem laže funkcioniraš	Regeneracija	Počutje	Vpliv prostega časa
G8	ali pa si bolj srečen in vesel, če te to osrečuje.	Zadovoljstvo	Počutje	Vpliv prostega časa
G9	Včasih pa ima lahko negativen vpliv na družino in na partnerja, če si ga preveč vzameš mogoče, časa zase.	Konflikti	Pomanjkanje oziroma neaktivno izkoriščen čas	Vpliv prostega časa
G10	Igram igrce,	Računalniške igre	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
G11	gledam filme,	Televizija	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
G12	se ukvarjam s športom.	Šport	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
G13	Gledava filme.	Filmski večeri	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
G14	Največ smo na igrišču.	Igrišče	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
G15	Včasih delamo tudi kaj takega kar ni obvezno, ampak delamo.	Skupna aktivnost	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
G16	Recimo, smo na vrtu skupaj.	Delo na vrtu	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
G17	Kakšen obisk.	Obisk	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa

G18	Da me ne bi preveč prevzel. Da bi si ga znal pravo mero odmerit.	Pravilno omejevanje	Vezano na posameznika	Želje za prosti čas
G19	Jaz sem tudi zadovoljen. Mislim, da ga imamo še celo več kot kdo drug. Mislim, da bi lahko preživeli tudi z manj prostega časa.	Veliko časa	Zadovoljstvo	Zadovoljstvo s prostim časom
G20	Računalnik.	Oprema	Drugi dejavniki	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
G21	Varstvo nama najbolj pomaga.	Urejeno varstvo	Varstvo	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
M1	Da delaš nekaj kar ti je všeč,	Svoboda izbire	Prva asociacija	Definicija prostega časa
M2	pa da si sproščen,	Sprostitev	Prva asociacija	Definicija prostega časa
M3	pa da uživaš.	Zabava	Prva asociacija	Definicija prostega časa
M4	Prosti čas je čas, ko lahko prosto izbiraš kaj boš počel. In te noben pri tem ne omejuje, ne prepričuje kaj, ampak res lahko prosto izbereš.	Svoboda izbire	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
M5	Seveda da ja.	Razlikujem	Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino	Preživljanje prostega časa
M6	Prosti čas zame je, ko jaz sama nekaj izbiram, nekeje s partnerjem je V bistvu, ko midva imava čas zase, pa se midva dogovoriva kaj bova delala. Družinski prosti čas je pa, ko nimamo nobenih obveznosti na katere moramo it in se lahko prosto igramo ali smo zunaj.	Ločevanje glede na vključenost članov družine	Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino	Preživljanje prostega časa

M7	Je nekaj čisto drugega, če imam jaz prosti čas zase je nekaj drugega, če ga imamo skupnega ali pa za partnerja.	Razlikujem	Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino	Preživljanje prostega časa
M8	Pomeni mi veliko,	Velik pomen	Drugo	Pomen prostega časa
M9	ker bi brez njega težko bila srečna,	Sprostitev	Sprememba	Pomen prostega časa
M10	težko bi se sploh začutila recimo, če bi bila skoz v nek urnik vpeta.	Možnost biti s sabo	Drugo	Pomen prostega časa
M11	Name osebno ima to, da V bistvu, da se začutim,	Začutiti se	Počutje	Vpliv prostega časa
M12	da res nekaj počnem kar rada počnem,	Osebna rast	Drugi vplivi	Vpliv prostega časa
M13	da nisem z ničimer drugim omejena,	Brez obveznosti	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
M14	da si napolnim energijo,	Regeneracija	Počutje	Vpliv prostega časa
M15	da lahko potem živim v nekih v redu odnosih,	Boljši odnosi	Odnosi	Vpliv prostega časa
M16	da v službi funkcioniram.	Funkcioniranje na delu	Drugi vplivi	Vpliv prostega časa
M17	Medtem ko prosti čas za naju mi pomeni to, da si on vzame čas zame in mi s tem pokaže, da me ima rad, to mi veliko pomeni.	Potrditve ljubezni	Odnos	Pomen prostega časa
M18	Družino pa tudi, da se midva poveževa, ker med prostim časom je odnos najbolj lahko intimen, pa da se res povežeš,	Povezanost s partnerjem	Odnos	Vpliv prostega časa
M19	medtem ko za družino, je podobno, da se sploh začutiš med sabo, da smo veseli en drugega.	Povezanost z družino	Odnos	Vpliv prostega časa
M20	Takrat je res čist drugačen čas za odnose in za veselje.	Čas za odnose in veselje	Odnos	Pomen prostega časa
M21	Še posebno, če misliš, da boš vesel po tem prostem času, v resnici si pa jezen ali pa žalosten, če igrco zgubiš ali pa tekmo. Saj pri	Tveganje za razočaranje	Izzivi prostega časa zase	Izzivi prostega časa

	meni je isto. Včasih grem na vrt, ker mi je to prosti čas in potem lahko pridem vsa jezna in razočarana ker mi nič ne raste.			
M22	Jaz počnem kaj na vrtu – mi je všeč to.	Vrt in delo okoli hiše	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
M23	Ustvarjam.	Ustvarjanje	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
M24	Berem.	Branje	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
M25	Sem na facebook-u.	Telefon in socialna omrežja	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
M26	Kofetkam.	Kava	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
M27	Imava ljubezensko-spolni odnos.	Intimnost	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
M28	Greva na kakšno igro, v gledališče,	Gledališče	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
M29	tenis igrava,	Šport	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
M30	na kosilo greva.	Kosilo	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
M31	Kaj načrtujeva skupaj, kakšno zabavo.	Skupen projekt	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
M32	Koktejl si narediva zvečer.	Skupni večeri	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
M33	Smo na igrišču,	Igrišče	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
M34	se igramo.	Igra	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
M35	Kakšne športne aktivnosti,	Šport	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
M36	gremo na kakšen izlet.	Izlet	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
M37	Plavat na bazen gremo radi.	Plavanje	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
M38	Včasih gremo skupaj na tenis. Smučanje.	Šport	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
M39	Da bi ga v naprej bolj načrovali. Da ne bi zmeraj, ko ga imamo, se spraševal kaj bi zdaj. Se vsakič potem najprej eno uro	Načrtovanje	Vezano na čas in osebe	Želje za prosti čas

	pogovarjamo kaj bi. To je moja največja želja da bi ga v naprej načrtovali. Da bi vedeli kdaj ga imamo in kaj bomo takrat delali.			
M40	Saj je v redu.	Zadovoljen	Zadovoljstvo	Zadovoljstvo s prostim časom
M41	Veliko ga imamo, nismo tako natempirani kakor večina družin toliko starih kot smo mi.	Veliko časa	Zadovoljstvo	Zadovoljstvo s prostim časom
M42	Se kar znamo zmenit kdo je kdaj prost in, da si vzameš, če ga potrebuješ.	Komunikacija	Usklajevanje	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
M43	Pri najinem prostem času je ključno, da imava urejeno varstvo, da si ga lahko zrihtava	Urejeno varstvo	Varstvo	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
M44	in, da imava veliko teh možnosti.	Široka neformalna mreža za varstvo	Varstvo	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
M45	Pri uresničevanju mojega časa je to, koliko sem se jaz pripravljena potegovat, da ga imam.	Lastna volja	Izzivi prostega časa zase	Izzivi prostega časa
M46	Pomaga mi to, da me družba spodbuja, da si ga vzamem. Se mi zdi, da se zadnje čase zelo veliko piše o tem, da naj si mlade mamice vzamejo čas zase, ker bo potem vse lažje. In če ne bi bilo tega vpliva od zunaj, če ne bi bilo to nekaj normalnega, potem bi si ga veliko težje vzela.	Družba in širše okolje	Spodbuda	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
M47	Pa, če so kakšne take akcije, da nam kaj ponudijo ceneje, da so kakšni kuponi,	Akcije, kuponi	Organizacija	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
M48	da so kakšni festivali,	Festivali	Organizacija	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa

M49	tudi ta projekt Super starš, tudi pozitivno vpliva.	Projekt Super starš	Organizacija	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
M50	Meni se zdi nujna zunanja podpora, da takrat nekdo poskrbi za otroke.	Podpora neformalne mreže	Spodbuda	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
M51	Izziv je gledat tudi, da finančno ni preveliko breme.	Finančno stanje	Drugi dejavniki	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
M52	Zdi se mi važno tudi kje si, se mi zdi, da je v Ljubljani veliko več podpore kot na vaseh ali drugje.	Lokacija bivanja	Drugi dejavniki	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
M53	Pod spodbudo spada tudi zakonska skupina. Za naju je zakonska skupina povod, da takrat res otroke dava stran in imava včasih še naslednje jutro prosto ali pa tisti dan prosto in imava res enkrat na mesec tisti dan, ko sva bolj povezana, sva več skupaj.	Podporna skupina	Spodbuda	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa
M54	Meni se zdi tudi zakonska skupina najin prosti čas.	Zakonska skupina	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
M55	Lahko ti je pa kdaj ista stvar enkrat prosti čas, enkrat pa ne, ker težko greš. Na to, kaj vzameš kot prosti čas in kaj ne vpliva kaj ti takrat trenutno res paše, kaj ti je takrat v veselje.	Odvisno od tega kaj ti trenutno ustreza	Subjektivnost določanja	Zadovoljstvo s prostim časom

9.3.7 Intervjuja D in U

	Izjava	Pojem	Kategorija	Propozicija
D1	Sprehod,	Sprehod	Prva asociacija	Definicija prostega časa
D2	igrišče,	Igrišče	Prva asociacija	Definicija prostega časa
D3	tek,	Šport	Prva asociacija	Definicija prostega časa

D4	Otroci so samo enkrat majhni.			
D5	In nimaš domačih obveznosti.	Brez obveznosti	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
D6	In tega časa smo veseli.	Sprostitev	Sprememba	Pomen prostega časa
D7	Za naju kot partnerja je to malo oddiha od otrok,	Sprostitev	Počutje	Vpliv prostega časa
D8	ki ves čas nekaj govorijo in hočejo od tebe.	Posvetitev časa	Izzivi prostega časa z družino	Izzivi prostega časa
D9	Ga nimava veliko.	Redko	Izzivi prostega časa s partnerjem	Izzivi prostega časa
D10	Jaz veliko časa trenutno preživim v gledališču.	Umetnost	Prosti čas zase	Preživljanje prostega časa
D11	Načrtujeva prihodnost.	Skupen projekt	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
D12	Skačemo, kolesarimo, rolamo, gremo na pohod,	Šport	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
D13	gremo na sprehod.	Sprehod	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
D14	Imeti več prostora v sami okolici hiše, kjer bi lahko bolj sproščeno preživljali svoj prosti čas.	Več prostora	Vezano na infrastrukturo	Zelje za prosti čas
D15	Sva kar zadovoljna.	Zadovoljen.	Zadovoljstvo	Zadovoljstvo s prosti časom
U1	Na druženje,	Druženje	Prva asociacija	Definicija prostega časa
U2	družabne igre,	Družabne igre	Prva asociacija	Definicija prostega časa
U3	sonce,	Sonce	Prva asociacija	Definicija prostega časa
U4	Tivoli.	Narava	Prva asociacija	Definicija prostega časa
U5	Prosti čas je čas, v katerem nimaš nikakršnih obveznosti	Brez obveznosti	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
U6	in lahko delaš tisto v čemer najbolj uživaš.	Svoboda izbire	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
U7	Niti ne. Prosti čas je pač prosti čas in ga največkrat namenimo preživljanju skupaj.	Ne razlikujem	Ne razlikujem	Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino

U8	To je čas, ko si z družino,	Čas z družino	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
U9	nimaš službenih obveznosti, ne hitiš v službo ali iz nje.	Izven plačanega dela	Elementi prostega časa	Definicija prostega časa
U10	Na naju kot posameznika sprostitev	Sprostitev	Počutje	Vpliv prostega časa
U11	in polnjenje baterij.	Regeneracija	Počutje	Vpliv prostega časa
U12	Pa tudi povezovanje v partnerskem odnosu.	Povezanost s partnerjem	Odnos	Vpliv prostega časa
U13	Za družino pa povezovanje z otroki,	Povezanost z družino	Odnos	Vpliv prostega časa
U14	pa seveda učenje in opazovanje otrok in njihov napredek iz dneva v dan.	Spodbujanje razvoja otrok	Drugo	Pomen prostega časa
U15	Zadnje čase si ga lahko vzameva nekoliko več, ampak je še vseeno precej fokusa na otrocih.	Fokus na otrocih	Izzivi prostega časa zase	Izzivi prostega časa
U16	Pogovarjava se, razmišlja.	Pogovor	Prosti čas s partnerjem	Preživljanje prostega časa
U17	Gremo na igrišče,	Igrišče	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
U18	beremo,	Knjižnica	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
U19	barvamo, ustvarjamo.	Ustvarjanje	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
U20	Obiščemo prijatelje in se družimo,	Obisk	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
U21	potujemo.	Izlet	Prosti čas z družino	Preživljanje prostega časa
U22	Več časa preživeti zunaj.	Več v naravi	Vezano na čas in osebe	Želje za prosti čas
U23	Edino malo manj smo zunaj, kot bi bili sicer.	Prehodno obdobje	Zadovoljstvo	Zadovoljstvo s prostim časom
U24	Vsak dan sproti vidimo in se odločamo glede na zunanje in notranje dejavnike. Vreme, počutje, čas, ostali načrti.	Spontanost	Stil življenja	Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa

9.4 Priloga 10: Osnovno kodiranje

Definicija prostega časa

- Prva asociacija
 - Druženje (K1), (U1)
 - Izlet (P4), (K2)
 - Pevske vaje (K4)
 - Družina (K3)
 - Narava (K5), (C1), (U4)
 - Izven plačanega dela (T1), (K6)
 - Šport (P3), (K7), (G2), (D3)
 - Računalniške igre (G3)
 - Zabava (M3)
 - Dejavnost (J2)
 - Sprostitev (J3), (P2), (M2)
 - Pomanjkanje (V1)
 - Igrišče (A1), (d2)
 - Svoboda izbire (N2), (G1), (M1)
 - Dejavnosti pred otroki (S1)
 - Čas zase ali za partnerja (J1)
 - Tudi čas z otroki (B1)
 - Čas zase (N1)
 - Vrt in delo okoli hiše (P1)
 - Odsotnost otrok (N3)
 - Sprehod (D1)
 - Družabne igre (U2)
 - Sonce (U3)
- Elementi prostega časa
 - Odsotnost gospodinjskih opravil (N14)
 - Svoboda izbire (B2), (V6), (N6), (P7), (M4), (U6)
 - Dejavnost (V2), (N5)
 - Občasno (V3)
 - Brez obveznosti (A2), (N16), (T3), (M13), (D5), (U5)
 - Kvaliteten čas (N4)
 - Odsotnost vloge starša (N7)
 - Izven plačanega dela (C2), (S2), (N8), (N15), (P5), (K8), (U9)
 - Čas z družino (P8), (U8)
 - Odsotnost otrok (P6)
 - Kar te veseli (P15)
 - Posvetitev časa (V7)

- Čas zame (G4)

Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino

- Ne razlikujem
 - Ne razlikujem (A3), (U7)
 - Neločevanje časa zase in za partnerja (J4)
- Razlikujem
 - Razlikujem (C3), (B3), (S6), (P9), (K9), (M5), (M7)
 - Ločevanje časa z družino od preostalega (J5)
 - Ločitev na posameznega družinskega člana (V4)
 - Ločevanje glede na aktivnost (N11), (T4)
 - Ločevanje glede na vključenost članov družine (C4), (B4), (S7), (V9), (M6)
- Pomembno pri razlikovanju
 - Ni možno vedno vključiti vseh (C5)
 - Matere težje ločujejo (C7)
 - Potreben čas samo za partnerja (C6)
 - Potreben čas zase (P13)

Preživljanje prostega časa

- Prosti čas zase
 - Ustvarjanje (A12), (V22), (T11), (M23)
 - Koncert (A13)
 - Šport (A14), (C16), (P18), (P20), (K16), (G12)
 - Druženje (C12), (S12), (V21), (P21), (K17)
 - Druženje s sodelavci (S13)
 - Televizija (C15), (G11)
 - Umetnost (C17), (D10)
 - Med odmorom v službi (B8)
 - Nakupovanje (S14)
 - Izobraževanje (J9), (N28), (T12)
 - Skupina za moške (J10)
 - Gospodinjska opravila (J11)
 - Vsakodnevna opravila (J12)
 - Kava (V20), (M26)
 - Vrt in delo okoli hiše (P17), (P19), (M22)
 - Branje (N30), (M24)
 - Telefon in socialna omrežja (V23), (M25)
 - Računalniške igre (G10)
 - Narava (K15)

- Zabava (T8)
- Odklop (T9)
- Brezskrbnost (T10)
- Meditacija (N29)
- Depilacija (V18)
- Masaža (V17)
- Prosti čas s partnerjem
 - Skupen obisk koncerta (A18), (V8)
 - Skupen projekt (A20), (S18), (N24), (T13), (M31), (D11)
 - Sprehod (S15)
 - Kino (S16), (N34)
 - Filmski večeri (S17), (S22), (N33), (T14), (G13)
 - Pogovor (J16), (J18), (N21), (U16)
 - Zakonska skupina (M54)
 - Skupni večeri (M32)
 - Kosilo (M30)
 - Šport (M29), (P23), (P22)
 - Gledališče (K20), (M28)
 - Itimnost (M27)
 - Savna (K19)
 - Narava (K18)
 - Pevske vaje (P25)
 - Vikend izlet (P24)
 - Druženje (T25)
 - Vzajemna pomoč (T15)
 - Kava (N32), (N35)
 - Umirjen prosti čas (V28)
 - Skupno branje (V24)
 - Spoznavanje (J17)
 - Dejavnost (J15)
- Prosti čas z družino
 - Skupna aktivnost (A6), (B9), (S21), (V29), (N36), (N37), (T17), (P25), (G15)
 - Obisk živalskega vrta (A7), (A21), (J19), (V32)
 - Plavanje (A23), (V36), (M37)
 - Sprehod (A24), (N45), (D13)
 - Igrišče (A25), (N40), (G14), (M33), (U17)
 - Gledališče (A26), (S4)
 - Skrb za otroke (C9)
 - Rituali (B10), (S27)

- Izlet (S5), (S19), (N41), (P10), (M36), (U21)
- Vikend (S20)
- Gremo na sladoled (N44)
- Morje (N43)
- Knjižnica (N46), (U18)
- Obisk (N42), (P11), (P28), (G17), (U20)
- Vzgoja (N39)
- Šport (P27), (M35), (M38), (A22), (D12)
- Igra (P12), (M34)
- Delo na vrtu (G16)
- Ustvarjanje (K22), (U19)
- Narava (V33), (K21)
- Družabne igre (P39)
- Zabava (S3)
- Urjenje spretnosti (C21)
- Delo (C11)
- Posvečen čas (C26)
- Čas izven dela (C8), (N26)

Izzivi prostega časa

- Izzivi prostega časa zase
 - Razumevanje partnerja (B11), (K26)
 - Ni jasne meje med službo in prostim časom (C14)
 - Tveganje za razočaranje (M21)
 - Lastna volja (M45)
 - Najti kaj te napaja (N65)
 - Učenje ali koristno delo (V25)
 - Fokus na otrocih (U15)
- Izzivi prostega časa s partnerjem
 - Redko (A15), (J6), (D9)
 - Potrebno načrtovanje (A16), (J30)
 - Izmenjevanje (A17)
 - Sprememba zmožnosti in okusa (A4)
 - Varstvo (J13), (J31), (P33)
 - Biti sama (N31)
 - Potrebujete nekaj časa, da prideš v stik z drugim (V27)
 - Urejenost stanovanja (J32)
 - Minimalizirano (C18)
 - Okupiranost z otroki (A11)

- Izzivi prostega časa z družino
 - Odvisno od starosti otrok (A27)
 - Razlika v letih (A28)
 - Prilagajanje otrokom (C20), (V37)
 - Pravilno odzivanje (N38)
 - Razumevanje otrok za tvoje načrte (K27)
 - Prilagajanje bivalnega prostora (V35)
 - Posvetitev časa (J24), (V31), (D8)
 - Dati otrokom izkušnje (V30)
 - Študijske obveznosti in opravki (vloge in razpisi) (J23), (V26)
- Drugi izzivi
 - Usklajevanje vseh treh ravni (T6), (T27)
 - Preokupiranost z družbo (T26)
 - Izogibanje rutini (T24)

Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa

- Varstvo
 - Občasna varuška (A34)
 - Skrajni primeri (S30)
 - Občasno stari starši (A33), (S31), (N55), (K25)
 - Široka neformalna mreža za varstvo (M44)
 - Urejeno varstvo (G21), (M43)
 - Zaposleni ali oddaljeni stari starši (V42), (N56), (N59)
- Usklajevanje
 - Komunikacija (C25), (S28), (N51), (M42)
 - Google koledar (S29)
 - Odsotnost konfliktov (K28)
- Stil življenja
 - Stil življenja (S32)
 - Delo od doma (A19), (C19)
 - Preprostost (S34), (N54), (T23)
 - Spontanost (B13), (J26), (J29), (V51), (N52), (T22), (U24)
 - Nevezanost (B12)
- Potrebno organizirati
 - Prosti čas za partnerja (J28)
 - Izleti (J27)
 - Prosti čas (V14), (N63)
- Lažja organizacija
 - Akcije, kuponi (M47)

- Festivali (M48)
- Projekt Super starš (M49)
- Ideja (P34)
- Spodbuda
 - Zakonska skupina (P35), (P36), (K30), (M53)
 - Podpora neformalne mreže (M50)
 - Družba in širše okolje (M46)
- Sprememba mišljenja
 - Znižanje pričakovanj (N64)
 - Spuščen kriterij urejenosti stanovanja (N53)
- Olajševalne okoliščine
 - Druženje pri nas (N60)
 - Odraščanje otrok (P36), (P38), (K31)
- Drugi dejavniki
 - Prostor (J14), (J25), (J33), (V34), (V49), (V53), (N47), (T16), (T19)
 - Finančno stanje (M51)
 - Lokacija bivanja (M52)
 - Stanovanjske razmere (S33)
 - Oprema (G20)
 - Vera (V50)

Pomen prostega časa

- Drugo
 - Spodbujanje razvoja otrok (C10), (U14)
 - Možnost biti s sabo (N13), (M10)
 - Velik pomen (K10), (M8)
 - Prejemanje (V19)
- Odnos
 - Povezovanje (B6)
 - Reševanje konfliktov (N22), (N48)
 - Potrditev ljubezni (M17)
 - Čas za odnose in veselje (M20)
 - Krepitev odnosa (N25)
 - Širši pogled na situacijo (V16)
- Sprememba
 - Odklop (B5), (S8), (S11), (P14), (P15)
 - Sprostitev (N9), (G5), (A5), (T5), (M9), (D6)
 - Osebna rast (N10)
 - Kvaliteten čas (B7)

Vpliv prostega časa

- Počutje
 - Zadovoljstvo (A8), (T7)
 - Sprostitev (A9), (J7), (V10), (G6), (D7), (U10)
 - Varnost (V11)
 - Regeneracija (N17), (G7), (M14), (U11)
 - Začutiti se (S9), (N19), (K14), (M11)
- Odnos
 - Manjša možnost konflikta (A10)
 - Povezanost s partnerjem (N27), (N62), (K12), (K29), (M18), (U12)
 - Povezanost z družino (V12), (K13), (M19), (U13)
 - Boljši odnosi (S10), (M15)
 - Boljši starš (N61)
 - Biti v stiku (N23)
 - Sproščenost v odnosih (N49)
- Pomanjkanje oziroma neaktivno izkoriščen čas
 - Konflikti (V13), (V52), (G9)
- Drugi vplivi
 - Osebna rast (J8), (V15), (V38), (N20), (M12)
 - Funkcioniranje na delu (M16)
 - Dober (K11)

Želje za prosti čas

- Aktivnosti
 - Več športa (A29), (C22)
 - Pohodništvo (A30)
 - Tek (V44)
 - Več vikend izletov s partnerjem (P30), (K24)
- Zunanja pomoč
 - Plačana čistilka (N57)
 - Plačana varuška (N58)
 - Večkratno varstvo (V41)
- Vezano na čas in osebe
 - Bolj kvalitetno preživeti čas z družino (J22)
 - Načrtovanje (M39)
 - Več časa za partnerja (J21), (V5), (V39), (V43)
 - Še več prostega časa (K23)
 - Več časa v naravi (U22)

- Vezano na posameznika
 - Vsakodnevni čas zase (P29)
 - Pravilno omejevanje (G18)
 - Manj šolskih obveznosti (V40)
- Vezano na infrastrukturo
 - Več prostora (D14)
- Splošno
 - Doseči maksimalen užitek (T18)

Zadovoljstvo s prostim časom

- Zadovoljstvo
 - Zadovoljen (C24), (S25), (P31), (M40), (D15)
 - Trud (T20)
 - Veliko časa (G19), (M41)
 - Znam poskrbeti zase (N50)
 - Poletje (V48)
 - Ni 24 ur na dan skupaj (S24)
 - Prehodno obdobje (C23), (P37), (U23)
- Nezadovoljstvo
 - Poškodba (A31)
 - Posledice poškodbe (A32)
 - S časom za partnerja (V45)
 - Študijske obveznosti in opravi (vloge in razpisi) (V46), (V47)
 - Ujetost v sistem (T21)
- Subjektivnost določanja
 - Odvisno od definiranja (S23)
 - Stereotipi (S26)
 - Odvisno od letnega časa (P32)
 - Odvisno od tega kaj ti trenutno ustreza (M55)

9.5 Priloga 11: Odnosno kodiranje

Definicija prostega časa

- Prva asociacija
 - Dejavnost (šport, pevski zbor, izlet, druženje) ali prostor (igrišče, narava)
 - Izven plačanega dela
 - Svoboda izbire

- Sprostitev
- Elementi prostega časa
 - Odsotnost dela in obveznosti
 - Svoboda izbire
 - Dejavnost

Razlikovanje med prostim časom zase, za partnerja in za družino

- Razlikovanje glede na:
 - aktivnost
 - vključenost članov družine

Preživljanje prostega časa

- Prosti čas zase
 - Ustvarjanje
 - Šport
 - Druženje (kava)
 - Televizija in računalnik
 - Izobraževanje
 - Podporne skupine (Skupina za moške)
 - Vrt in delo okoli hiše
 - Branje
 - Telefon in socialna omrežja
- Prosti čas s partnerjem
 - Kultura (koncerti in gledališče)
 - Skupen projekt
 - Filmski večeri in kino
 - Pogovor
 - Podporne skupine (zakonska skupina)
 - Šport
 - Itimnost
 - Skupne dejavnosti
- Prosti čas z družino
 - Skupna aktivnost
 - Obisk živalskega vrta
 - Plavanje
 - Sprehod
 - Igrišče
 - Gledališče
 - Rituali

- Izlet
- Obisk
- Šport
- Igra
- Čas izven dela

Izzivi prostega časa

- Izzivi prostega časa zase
 - Razumevanje partnerja
 - Ni jasne meje med službo in prostim časom
 - Lastna volja
 - Najti kaj te napaja
- Izzivi prostega časa s partnerjem
 - Redko
 - Potrebno načrtovanje
 - Varstvo
- Izzivi prostega časa z družino
 - Prilagajanje otrokom
 - Prilagajanje bivalnega prostora
 - Študijske obveznosti in opravki (vloge in razpisi)
- Drugi izzivi
 - Usklajevanje vseh treh ravni

Pomoč pri organizaciji in preživljanju prostega časa

- Varstvo
 - Občasno stari starši
 - Široka neformalna mreža za varstvo
- Usklajevanje
 - Komunikacija
- Stil življenja
 - Delo od doma
 - Preprostost
 - Spontanost
- Potrebno organizirati
 - Prosti čas za partnerja
- Lažja organizacija
 - Akcije, kuponi
 - Festivali
 - Projekt Super starš

- Ideja
- Spodbuda
 - Podporna skupina
 - Podpora neformalne mreže
 - Družba in širše okolje
- Sprememba mišljenja
 - Znižanje pričakovanj
 - Spuščen kriterij urejenosti stanovanja
- Olajševalne okoliščine
 - Odraščanje otrok
- Drugi dejavniki
 - Prostor
 - Finančno stanje
 - Lokacija bivanja
 - Stanovanjske razmere
 - Oprema
 - Vera

Pomen prostega časa

- Odnos
 - Povezovanje
 - Reševanje konfliktov
 - Krepitev odnosa
 - Širši pogled na situacijo
- Sprememba
 - Odklop
 - Sprostitev
 - Osebna rast
- Drugo
 - Spodbujanje razvoja otrok
 - Možnost biti s sabo

Vpliv prostega časa

- Počutje
 - Zadovoljstvo
 - Sprostitev
 - Varnost
 - Regeneracija
 - Začutiti se

- Odnos
 - Povezanost s partnerjem
 - Povezanost z družino
 - Boljši odnosi
- Pomanjkanje oziroma neaktivno izkoriščen čas
 - Konflikti
- Drugi vplivi
 - Osebna rast
 - Funkcioniranje na delu

Želje za prosti čas

- Zunanja pomoč
 - Večkratno varstvo
- Vezano na čas in osebe
 - Bolj kvalitetno preživet čas z družino
 - Načrtovanje
 - Več časa za partnerja
- Vezano na posameznika
 - Vsakodnevni čas zase

Zadovoljstvo s prostim časom

- Zadovoljstvo
 - Veliko časa
 - Znam poskrbeti zase
 - Prehodno obdobje
- Nezadovoljstvo
 - S časom za partnerja
 - Ujetost v sistem
- Subjektivnost določanja
 - Odvisno od definiranja
 - Stereotipi
 - Odvisno od letnega časa
 - Odvisno od tega kaj ti trenutno ustreza