

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA SOCIALNO DELO

Nika Hrovat

NOVO OČETOVSTVO – VLOGA OČETA V ZGODNJEM OTROŠTVU

Magistrsko delo

Ljubljana, 2024

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA SOCIALNO DELO

Nika Hrovat

NOVO OČETOVSTVO – VLOGA OČETA V ZGODNJEM OTROŠTVU

Magistrsko delo

Mentorica: izr. prof. dr. Nina Mešl
Somentorica: izr. prof. dr. Liljana Rihter

Ljubljana, 2024

Zahvala

Zahvalila bi se mentorici dr. Nini Mešl za strokovno usmeritev in podporo pri magistrskem delu še preden sem uradno postala študentka Fakultete za socialno delo. Zahvaljujem se somentorici dr. Liljani Rihter za usmeritve pri raziskovalnemu delu magistrskega dela. Z vajino pomočjo in hitro odzivnostjo so se trenutki dvoma prelevili v motivacijo.

Zahvalila bi se očetom, ki so si vzeli čas in z menoj razkrivali, kaj pomeni biti oče današnjega časa. Vaša odprtost, iskrenost, ranljivost in pogum me motivirajo naprej na poslovni in osebni poti.

Zahvalila bi se svoji družini, ki me je podpirala in usmerjala pri vsem, vedno. Mami, oči in Urban, hvala, da lahko skupaj ustvarjamo tako prijetno družino. Stari starši, hvala, da seanimate za moje delo in z mano delite izkušnje vaše mladosti. Elvis, hvala, da z mano ustvarjaš življenje, ki ga želiva.

Hvala tudi tistim, ki boste predano znanje uporabili v praksi.

Novo očetovstvo – vloga očeta v zgodnjem otroštvu

V raziskavi sem analizirala lastno doživljanje vloge očeta v zgodnjem otroštvu ter raziskovala izkušnje očetov z vzgojo in skrbjo za otroke, usklajevanjem poklicnih obveznosti in družinskega življenja ter izkušnjo podpore na prehodu v očetovstvo. Neslučajnostni priložnostni vzorec je zajemal 10 očetov, ki imajo otroke stare med enim in petim letom. Z očetmi so bili izvedeni poglobljeni intervjuji. Rezultati kažejo, da očetje svojo vlogo dojemajo kot večdimenzionalno, kar vključuje finančni in skrbstveni vidik preskrbe družine, nego in vzgojo otrok ter podporo partnerici. Poleg tega rezultati kažejo, da očetovstvo prinaša pomembne spremembe v odnosih, saj je partnerski odnos pogosto izpostavljen izzivom (pomanjkanje časa v dvoje, preobremenjenost), med udeleženi so se odnosi s sorodniki v večini izboljšali, medtem ko so se stiki s prijatelji zmanjšali. Raziskava izpostavlja tudi ključne izzive očetovstva, kot so dvojnost vloge očeta kot preskrbovalca in skrbnega starša, občutek oddaljenosti od odnosa med materjo in otrokom ter pomanjkanje svobode. Pomemben vir podpore na prehodu v očetovstvo so družinski člani, predvsem stari starši, ki nudijo praktično pomoč. Udeleženi izpostavijo tudi podporo patronažne sestre, ki jih v začetku usmeri pri negi otroka. Na podlagi rezultatov predlagam večje ozaveščanje o vlogi očetov in njihovem duševnem zdravju ter odpiram prostor za nadaljnje raziskovanje novega očetovstva.

Ključne besede: novo očetovstvo, vloga očeta, zgodnje otroštvo, vpliv očeta, socialno delo.

New Fatherhood - The Role of Father in Early Childhood

In this study, I analyzed fathers' personal experiences of their role during early childhood and explored their perspectives on parenting and caregiving, balancing professional obligations with family life, and their experiences of support during the transition to fatherhood. The non-probability convenience sample included 10 fathers with children aged between one and five years, who participated in in-depth interviews. The findings reveal that fathers perceive their role as multidimensional, encompassing financial provision, caregiving, child-rearing, and supporting their partner. Additionally, the results show that fatherhood brings significant changes to relationships: while partnerships often face challenges such as lack of couple time and feelings of being overwhelmed, relationships with extended family members (e.g., grandparents) generally improve, whereas friendships tend to diminish. The study also highlights key challenges of fatherhood, including the dual role of being both a provider and a nurturing parent, feelings of being excluded from the mother-child bond, and a perceived lack of personal freedom. A vital source of support during the transition to fatherhood is the extended family, particularly grandparents, who provide practical assistance. Participants also emphasized the helpful role of visiting nurses, who offer guidance on early childcare practices. Based on these findings, I propose raising awareness about the importance of fathers' roles and their mental health, while creating opportunities for further exploration of new fatherhood.

Keywords: new fatherhood, father's role, early childhood, father's influence, social work.

Kazalo

1	PREDGOVOR	1
2	TEORETIČNI UVOD	3
	2.1 Spreminjanje pojmovanja očetovstva skozi zgodovino.....	3
	2.2 Novo očetovstvo	4
	2.2.1 Upad očetovske avtoritete in redefiniranje očetovstva	5
	2.2.2 Navezanost kot vloga novega očeta	6
	2.2.3 Odgovornost kot naloga novega očeta.....	8
	2.2.4 Izzivi novega očetovstva	9
	2.3 Prehod v očetovstvo in razvoj očetovske identitete	10
	2.3.1 Biološke in čustvene spremembe moških med nosečnostjo	11
	2.4 Vključenost očetov v vzgojo in skrb za otroka	12
	2.4.1 Prisotnost očetov pri porodu	14
	2.5 Vpliv očeta na razvoj otrok	15
	2.6 Odsotnost očeta pri skrbi in vzgoji za otroka	16
	2.7 Enostarševske družine z očetom.....	18
	2.8 Duševno zdravje očetov	19
	2.8.1 Poporodna depresija in anksioznost očetov	20
	2.8.2 Iskanje pomoči in moške norme	21
	2.8.3 Priprava na očetovstvo kot preventivni dejavnik zdravja očetov	23
	2.9 Smernice za rekonceptualizacijo psihosocialne podpore moškim ob prehodu v očetovstvo	24
	2.10 Področja socialnega dela, ki lahko podprejo moške na prehodu v očetovstvo	25
3	OPREDELITEV PROBLEMA.....	27
4	METODOLOGIJA	30
	4.1 Vrsta raziskave	30
	4.2 Merski instrumenti in viri podatkov	31
	4.3 Populacija in vzorec.....	31
	4.4 Zbiranje podatkov	32
	4.5 Obdelava in analiza podatkov	32
5	REZULTATI.....	33
	5.1 Razumevanje očetovske vloge	33
	5.2 Usklajevanje družinskih obveznosti in poklicnega življenja.....	38
	5.3 Spremembe odnosov na prehodu v očetovstvo	40
	5.4 Priprava na starševstvo	44

5.5	Izkušnja podpore v prehodu v očetovstvo.....	45
5.6	Vpliv podpore na prehodu v očetovstvo	48
5.7	Izboljšave podpore in razumevanja očetov v Sloveniji.....	49
6	RAZPRAVA.....	51
6.1	Kako očetje v Sloveniji doživljajo svojo vlogo in odgovornosti v prvih petih letih otrokovega življenja?.....	51
6.2	Kako se očetje v Sloveniji soočajo z izzivi usklajevanja družinskih obveznosti in poklicnega življenja v prvih letih otroštva njihovih otrok?	53
6.3	Kakšno podporo potrebujejo očetje v Sloveniji pri prehodu v očetovstvo in kakšne so njihove izkušnje z obstoječimi viri podpore?.....	54
6.4	Omejitve raziskave	58
7	SKLEPI	60
8	PREDLOGI.....	62
8.1	Predlogi za nadaljnje raziskovanje	62
8.2	Vsebinski predlogi	63
9	PRIDOBLENA LITERATURA	66
10	PRILOGE.....	79
10.1	Vodilo za intervju	79
10.2	Transkript intervjuja – primer udeleženec A	80
10.3	Kodiranje.....	89
10.3.1	Odprto kodiranje – primer udeleženec A	89
10.3.2	Osnovno kodiranje	98

1 PREDGOVOR

Moja največja vrednota je družina. Družina mi predstavlja celico, ki nudi varnost, ljubezen, spoštovanje, pripadnost idr. potrebno za razvoj in uresničitev človeškega potenciala. Zavedam se, da imam srečo, ker sem bila rojena v družino, kjer so bile zgoraj omenjene vrednote zagotovljene. Ironično, sem ob vstopu v stroko socialne pedagogike in kasneje socialnega dela dvomila, da lahko dobro opravljam izbrani poklic. Temu je bilo tako prav zaradi moje ljubeče izkušnje iz otroštva. Mislila sem, da lahko tisti, ki so doživeli težavna obdobja, bolje razumejo ljudi v stiski in so s tem tudi uspešnejši_e socialni_e delavci_ke. Tekom študija pa sem spoznala, da lahko tudi jaz s svojo ljubečo izkušnjo primarnih odnosov in z znanjem socialnega dela podprem ljudi, ki žal niso imeli izkušenj, ki bi jih potrebovali, in jim pomagam pri oblikovanju varnih odnosov, ki sem jih (bila) sama deležna. Spomnim se dogodka, ki mi je pri šestih letih spremenil perspektivo družine in prebudil interes po razumevanju poporodnega obdobja. Sodelavec od moje mame se je po porodu hčerke znašel v hudi krizi. Partnerka je zbolela za hudo obliko poporodne depresije, bil je prestrašen. Moja podoba srečne družine in ob prihodu novega člana še srečnejše, se je razblinila. Kako mama »nima rada otroka«? Kaj se ji je zgodilo? In kaj to pomeni za otroka? V mojih malih možganih se je vzrojila kopica vprašanj, na katere še nekaj let nisem dobila odgovora. Z raziskovanjem poporodne depresije pri materah sem začela na študiju socialne pedagogike. Z mislijo, da bom raziskovanje nadaljevala, sem sedaj začela pri očetih. Tematika očetovstva me je pritegnila in kmalu sem ugotovila, da je očetovstvo dinamičen pojav in hkrati velikokrat spregledan. Magistrsko delo bom zato uporabila za prostor raziskovanja očetovstva v današnjem času, njegove vloge, duševnega zdravja in vpliva na otroke.

Večino človeške zgodovine so bili očetje odgovorni za zaščito svojih otrok in učenje tistega, kar potrebujejo za preživetje in blaginjo. Danes se stvari spreminjajo. Otroci pogosto učijo očete, kako uporabljati tehnologijo, pri tem pa kulturne tradicije, ki so jih očetje prenašali na otroke, zdaj tekmujejo s pop kulturo, ki jo otroci pogosto predstavijo svojim staršem. Očetov več ne ocenjujemo izključno glede na njihovo sposobnost zaščite in vzgoje otrok, saj smo veliko skrbstvenega dela prenesli na državo. Namesto tega velikokrat ocenjujemo očete po njihovem ekonomskem prispevku k družini in skrbništvu. Lamb (2010, str. 413–31) zapiše, da očetje zdaj zaslužijo denar, ki ga potrebujejo, da lahko njihove otroke uči nekdo drug. Sodobno očetovstvo

v svetovnem merilu tako doživlja pomembne preobrazbe. Pruett (1998, str. 1253–1261) že leta 1998 poudari, da imajo očetje ključno vlogo pri spodbujanju varne navezanosti in vključevanju v edinstvene interakcijske stile, ki se razlikujejo od materinih pristopov, kar je bistvenega pomena za čustveni in kognitivni razvoj. Machin (2018, str. 11) poudarja, da je vloga očeta edinstvena in ločena od vloge mame ter da je prav razlika vlog bistvena za razvoj otroka. Kljub pomembnosti očetovske vloge za otrokov razvoj raziskave (Biblarz in Stacey, 2010, str. 3–22) kažejo, da otroci, ki odraščajo brez prisotnosti očeta, niso nujno prikrajšani v svojem razvoju, saj kakovostna podpora drugih skrbnikov in širšega družbenega okolja prav tako lahko omogoči čustven in socialen razvoj otroka.

Očetje so skozi zgodovino dokazali, da so prilagodljiva bitja, ki lahko za zagotavljanje dobrega počutja in preživetja svoje družine uspešno spreminjajo svojo vlogo. Sodobni očetje, ki so bili v preteklosti sicer obravnavani predvsem kot prehranjevalci družine, so vse bolj priznani zaradi svojega ključnega prispevka k otrokovemu razvoju, vključno s čustveno podporo in vključevanjem v izobraževanje (Irmawati, 2023, str. 258–278). Cabrera (2019, str. 134–138) ugotavlja, da ostaja očetovska vloga v raziskavah v primerjavi z vlogo mater podzastopana, kar odpira priložnosti za poglobljeno raziskovanje očetovskih izkušenj v zgodnjem otroštvu otrok. Pri raziskovanju očetovske vloge v zgodnjem otroštvu je ključno, da tematiko obravnavamo vključujoče in odprto do raznolikih družinskih oblik. Poudariti želim, da očetovska vloga ni vezana izključno na biološki vidik, torej na biološkega očeta, ampak lahko očetovsko vlogo prevzame oseba (ne glede na spol), ki ima v življenju otroka aktivno skrbno in podporno vlogo, bodisi skozi vsakodnevno prisotnost, bodisi z zagotavljanjem čustvene in socialne opore. Namen magistrskega dela je razjasniti nejasen pojem »novega očeta« in ga razumeti skozi poglobljene pogovore z očeti otrok med enim in petim letom starosti. Ugotoviti, kako očetje zaznavajo lastno vlogo, kako usklajujejo družinske in poklicne obveznosti in kako ocenjujejo podporo, ki so je bili deležni na prehodu v očetovstvo. V pogovorih z očeti prepoznavam del človeškega naravnega znanja, za katerega sem mislila, da smo ga izgubili. Kaj je torej očetovstvo danes in kako ga doživljajo očetje z otroki starimi med ena in pet let, ugotavljam v nadaljevanju.

2 TEORETIČNI UVOD

2.1 Spreminjanje pojmovanja očetovstva skozi zgodovino

Definicija dobrega očeta se skozi generacije spreminja. Pleck (1993, str. 219–237) loči štiri obdobja oziroma kulture očetovstva:

- 18. in zgodnje 19. stol.: Oče kot avtoritativen moralni in verski pedagog. Očetovska vloga je bila usmerjena predvsem v zagotavljanje avtoritete.
- Druga polovica 19. stol. in sredina 20. stol.: Oče kot oddaljen preskrbovalec družine. Moškost, moška identiteta in očetovska vloga so bile osredotočene na delo.
- Druga polovica 20. stol.: Oče kot vzor za ponotranjenje moške vloge. Očetje se tedaj ukvarjajo s »kultom uspeha«, medtem pa se matere posvečajo »kultu domačnosti« (Nutting, 2010, str. 330). Druga svetovna vojna je prinesla poudarek na očete kot vzornike spolnih vlog, zlasti za sinove (Singley in Edwards, 2015, str. 4).
- Konec 20. stol. do danes: Oče, ki skrbi za otroke, jih neguje ter je hkrati zaposlen.

Vloga očeta je v prvih treh obdobjih definirana z avtoriteto in materialno preskrbo. To pomeni drugalne predpostavke kot v četrtem, današnjem obdobju, kjer je očetova vloga v družini opredeljena skozi njegovo vključenost v nego in skrb za otroke (Žabkar, 2012, str. 322). Lamb (2000, str. 24–27) povzame, da se je vloga očeta v zadnjih dveh stoletjih razvijala od osredotočenosti na moralno avtoriteto, preko oskrbovanja družine, oblikovanja spolnih vlog, do poudarka na aktivni vključenosti očetov v vzgojo otrok, kar se pogosto označuje kot fenomen novega očetovstva.

Empirični podatki iz leta 2000 (Švab, str. 251) kažejo, da se novi očetje sicer trudijo aktivno vključevati v družinsko življenje, vendar se njihove dejavnosti pogosto omejujejo na pomoč partnerkam, zlasti pri gospodinjskih opravilih in igri z otroki, kar bolj služi predstavitvi vloge novega očeta navzven. Lamb (2004, str. 413–431) izpostavlja, da čeprav moške vloge niso več

osredotočene zgolj na zaposlitev, še vedno prevladuje globoko ukoreninjeno prepričanje, da moški brez prihodkov ne more biti ali postati dober oče. Vedno bolj uveljavljena vloga očeta, ki otroke neguje in zanje skrbi ter je hkrati zaposlen, se ujema tudi z zakonodajo na področju očetovskih pravic, ki zajema pravico do očetovskega dopusta (Zakon, 2006a; Zakon, 2006b). Delež očetov, ki koristijo očetovski dopust z nadomestilom, se je skozi leta povečeval. Od leta 2004 ga izkoristi več kot 70 % očetov (Vertot, 2009). Raziskovalci ugotavljajo, da očetje danes ne predstavljajo enodimenzionalne vloge kot nekoč, temveč imajo številne pomembne vloge – od partnerjev, preskrbovalcev, prijateljev, zaščitnikov, moralnih vodnikov do učiteljev in podobno (Steničnik, 2012, str. 407). V magistrskem delu želim raziskati, kako danes očetje doživljajo svojo vlogo in kako očetovstvo uresničujejo.

2.2 Novo očetovstvo

Analiza tipologij novega očetovstva kaže, da gre za družbeni fenomen, ki je vse prej kot jasno opredeljen. Nasprotno, zaradi svoje raznolikosti, identitetne zmede in ideološke dvojnosti je novo očetovstvo daleč od jasnega modela aktivnega starševstva. Švab (2000, str. 248) koncept »očetove odsotnosti/prisotnosti v družini« postavlja pod vprašaj, saj se njegovi kulturni pomeni skozi čas močno spreminjajo. Pomembna ugotovitev je izrazita nestabilnost in raznolikost predstav in pojmovanja novega očetovstva (Lupton in Barclay, 1997). S tem se strinja tudi Švab (2000, str. 262), ki kot ključno značilnost »novega očetovstva« poudarja njegovo »neulovljivost«, ki izhaja iz njegove pojavnosti raznolikosti.

Kljub omenjenim razlikam pa raziskovalci ugotavljajo, da sta trenutno po svetu izstopajoča dva modela očetovstva. Prvi vključuje očete, ki se bistveno vključujejo v vzgojo svojega otroka, medtem ko se v drugi, bolj razširjen model, umešča oče, ki so v vzgojo ali skrb za otroka udeleženi minimalno (Tazi-Preve, 2009, str. 498). Švab in Kuhar (2005, str. 254) kot ključni element novega očetovstva poudarita vidik izbire očetovstva. Švab (2000, str. 251) ugotavlja, da gre pri novem očetovstvu za dva nasprotna si vzorca: vpleteni in odsotni oče. Modernost je legitimizirala le prvi model, medtem ko postmodernost legitimizira tudi očetovsko neprisotnost, ki postaja z naraščajočimi enostarševskimi družinami vse bolj razširjena. Razpotnik in Žnidaršič (2021) ugotavljata, da je enostarševska družina z otroki tretji

najpogostejši tip družine v Sloveniji, kjer je še vedno glavnina (80 %) omenjenih družin mater z otroki.

Zavrl (1999, str. 320) izpostavlja, da se koncept moškosti, znotraj katerega se oblikuje tudi koncept očetovstva, odpira za zaznavanje in izražanje čustev, senzitivnost in odzivnost. Priložnost razvoja novih veščin za vzpostavljanje odnosov prepozna v skrbi za otroke, ki moškim ponuja možnost raziskovanja novih pristopov k odnosu in zmanjševanju razlik med spoloma. Nove oblike očetovstva se predvsem izražajo v bolj aktivnem vključevanju očetov v gospodinska dela in vzgojo otrok. Najbolj opazne so spremembe na področju vrednot, stališč in dojemanja aktivnih vlog očetov in mam ter v položaju žensk tako znotraj družine kot v širši družbi (Rener, Švab, Žakelj in Humer, 2005, str. 18).

Pruett (2000, str. 67) definira očetovstvo kot aktivno vlogo očeta, ki s svojim pristopom in odzivanjem prispeva k razvoju in dobremu počutju otroka ter celotne družine. Poleg tega poudarja, da očetovstvo predstavlja podporo življenju družin skozi generacije (prav tam, str. 115). Novo očetovstvo se razlikuje od prejšnjih generacij po intenziteti vpletenosti in načinih izvajanja, vendar se še vedno oddaljuje od praks, ki bi omogočile intenzivno vključevanje v družinsko življenje (Švab, 2000, str. 256). Sečnik (2024, str. 26) novega očeta pojmuje kot tistega, ki svoje otroke neguje, jim daje potrditev in pozornost ter jim izkazuje dejanja ljubezni. Tu dodajam, da tudi v današnjem času obstajajo očetje, ki žal svojim otrokom takih izkušenj ne omogočajo.

2.2.1 Upad očetovske avtoritete in redefiniranje očetovstva

Leta 1995 Therborn (str. 945–2000) ugotavlja, da analize očetovstva v postmoderni dobi pogosto temeljijo na tezi o zmanjševanju očetovske oziroma patriarhalne avtoritete v družini. Lupton in Barclay (1997) dodata, da je rast participacije žensk na trgu dela med najpogostejšimi dejavniki, ki prispevajo k upadu očetovske avtoritete in večje ekonomske neodvisnosti žensk. Sprememba v avtoriteti znotraj družine nakazuje prehod k bolj demokratični družini. Ule (2004, str. 36) zapiše, da se demokratična družina opredeljuje kot družina, v kateri vlada enakost med partnerjema in, v določeni meri, med otroki in drugimi člani družine. Temelji na vzajemnem spoštovanju, avtonomiji, svobodi, skupnem odločanju ter

varnosti pred nasiljem. Švab (2000, str. 249) zmanjšanje očetovske avtoritete povezuje z vprašanjem očetovske identitete sodobnih očetov. Opozarja, da se novi očetje soočajo z izzivom, kako udejanjiti svojo očetovsko vlogo. Faron (2001, str. 365–375) izpostavi vpliv prve svetovne vojne kot glavni dejavnik zmanjšanja očetove avtoritete, saj jih je bilo v tej vojni ubitih veliko, številni pa so se domov vrnili psihično in fizično močno prizadeti. Gözü, Newman in Colvin (2020, str. 153–168) dodajajo, da se je avtoriteta očetov v različnih kulturah in generacijah zelo spreminjala, kar je odraz zapletene družbenokulturne dinamike.

Švab in Kuhar (2005, str. 83) kot dejavnike, pod vplivom katerih poteka redefiniranje očetovstva, naštevata zmanjšanje vpliva družbenih norm na zasebnost, napredek umetnih reproduktivnih tehnologij, pluralizacija družinskih oblik in družbeno naraščajoče sprejemanje istospolno usmerjenih družin. Donovan (2000) povzema vidik homoseksualnih parov, ki ne le redefinirajo očetovstvo na osi spolne usmerjenosti, temveč tudi podirajo bistveno vlogo moderne družine – materinstvo. Posledično novi koncepti starševstva ne temeljijo več izključno na heteroseksualni organizaciji partnerstva, ampak odpirajo prostor za nove oblike družinskega življenja in starševstva. Švab (2000, str. 260) opisuje povezavo med dojemanjem očetovstva v postmoderni dobi in pluralizacijo moškosti, ki predstavlja proces dekonstrukcije enotne podobe moškega subjekta v modernosti. Medtem ko je bila v moderni dobi moškost, skupaj z očetovstvom, dojemana na enoten način, je postmoderni preobrat omogočil legitimizacijo pluralnosti moškosti in očetovskih vlog, vključno z bistveno družbeno novostjo – (ne)prisotnostjo očetovstva. Offer in Kaplan (2021, str. 986–1009) poudarjata, da je pluralizacija moškosti pomembno vplivala na vlogo očetov, saj je razširila paleto sprejemljivih očetovskih vedenj in izzvala tradicionalne norme. Ta sprememba očetom omogoča, da se bolj čustveno angažirajo in so bolj vključeni v skrb za otroke, kar se sklada z ideologijo nove moškosti, ki poudarja pristnost in čustveno izraznost.

2.2.2 Navezanost kot vloga novega očeta

Lamb (1995, str. 18–35) trdi, da prihaja trenutno do premika v splošnem razumevanju vlog in odgovornosti očetov. Žabkar (2012, str. 311) izpostavlja, da se od očetov zahteva prevzemanje vlog, ki so bile v zgodovini moškim tuje. Machin (2018, str. 75) v središče vloge očeta postavi zagotavljanje preživetja svojega otroka ter učenje in usmeritve za samostojno delovanje

kasneje, v svetu odraslih. Kot ključno značilnost očetove vloge pa izpostavi prilagodljivost in hitro odzivnost na spremembe v družbenem, gospodarskem ali fizičnem okolju, ki bi lahko ogrozile preživetje njegove družine. Nadaljuje, da se lahko zaradi opisanih lastnosti vloga očeta močno razlikuje ne le med kulturami, temveč tudi znotraj družin ali celo znotraj življenjskega poteka.

Brajša (1987, str. 46) leta 1987 očeta označi za sestavni del »socialne maternice«, ki nastopi že s spočetjem in je zavezan k zagotavljanju materialnih rešitev in psihološke podpore partnerici, s čimer že aktivno in direktno ustvarja ustrezno okolje za razvoj otroka. Sečnik (2024, str. 234) skoraj tri desetletja kasneje kot najpomembnejše poslanstvo očeta v zgodnjem otroštvu opredeli navezanost. Svojo trditev podkrepi z razlago, da je primarna potreba otroka uglasenost z drugimi, saj otrok za razvoj potrebuje nekoga, ki se z njim poveže. O povezanosti med otrokom in očetom Machin (2018, str. 74) zapiše, da se razvija socialno, z interakcijami, in da se bistveno razlikuje od odnosa med materjo in otrokom, kjer se povezanost pogosto razvija skozi fizično bližino, od zanositve naprej. Pri tem pa Lamb (2010, str. 413–431) dodaja, da povezanost med staršem in otrokom ni samoumevna ali izključno biološka, ampak je odvisna od psihosocialnih in kontekstualnih dejavnikov.

Paquette in Bigras (2010, str. 33–50) v svojem delu o odnosu med očetom in otrokom poudarjata teorijo »aktivacije«, ki se od tradicionalnih modelov navezanosti razlikuje. Avtorja menita, da imajo očetje posebno vlogo pri spodbujanju prevzemanja tveganja in raziskovanja svojih otrok. To je v nasprotju z zaščitniško, čustveno in varno navezanostjo, ki je običajno povezana z materami. Ta »aktivacijski odnos« spodbuja otroke, da se z okoljem ukvarjajo bolj raziskovalno in neodvisno. Otroci, ki jih očetje optimalno aktivirajo, so običajno samozavestni raziskovalci, razumejo omejitve, ki jih postavljajo starši, medtem ko so otroci, ki jih očetje premalo aktivirajo, bolj zaskrbljeni in ne radi raziskujejo. Opisani model poudarja očetovo vlogo pri spodbujanju odpornosti in čustvenem uravnavanju z nadzorovanimi izkušnjami prevzemanja tveganja.

2.2.3 Odgovornost kot naloga novega očeta

Poljšak Škraban (2001, str. 413) izpostavi, da se odgovornost pri očetovstvu ne razvije samostojno. Pri zavezi za očetovstvo je ključna zavestna izbira prevzemanja skrbi in odgovornosti za otroke.

Small in Eastman (1991, str. 456) izpostavita štiri elemente odgovornosti očeta: skrb za otrokove primarne potrebe za preživetje, varstvo otrok, vodenje in podpora otrokovega razvoja ter zagovarjanje otrok. Zavrl (1999, str. 289) med naloge staršev vključuje pripravo starejših otrok na prihod novega družinskega člana. Pri tem je ključno, da oba starša aktivno sodelujeta v podpori otrokom pri sprejemanju sprememb in vzpostavljanju nove dinamike v družini. Naloge v zvezi z družinsko rastjo niso vezane zgolj na biološko starševstvo, temveč se nanašajo na vsa starševska razmerja, ne glede na spol ali strukturo družine. Naloge staršev so pomemben del teorije psihosocialnega razvoja, ki jo je že leta 1950 obravnaval Erikson (1950, str. 387). Kaufman (2013, str.195–222) poudarja, da se danes obdobje med 25. in 40. letom starosti pogosto povezuje z iskanjem ravnovesja med profesionalnimi ambicijami in družinskimi obveznostmi. Sodobni očetje prevzemajo pri oblikovanju družine, vzgoje ter socializacije otrok bolj aktivno vlogo, pri čemer se odraža tudi večji poudarek na enakopravnem starševstvu. Poleg tega usklajevanje dela in družinskega življenja postaja vse bolj osrednja naloga, saj vključuje tako ustvarjalnost kot produktivnost v obeh sferah življenja. Tudi Musek (1995, str. 347) v modelu vseživljenjskega razvoja govori o življenjskem obdobju med 33. in 40. letom kot o času ustalitve, ko si posameznik ustvari stabilno življenjsko strukturo, stabilne odnose v družini in položaj v družbi.

Machin (2018, str. 246) prepoznava eno izmed ključnih nalog očeta v tem, da otroka izpostavi zahtevnim ali neugodnim situacijam, ki prispevajo k razvoju odpornosti in sposobnosti soočanja z življenjskimi izzivi. Avtorica poudarja, da se ta naloga pogosto uresničuje skozi fizično interakcijo oziroma igro med otrokom in očetom, pri čemer poudarja, da vloga ni izključno vezana na biološkega očeta. To funkcijo lahko prevzame katerakoli oseba (ne glede na spol), ki je aktivno vključena in zavezana otrokovemu razvoju ter podpira oblikovanje otrokovih življenjskih veščin.

2.2.4 Izzivi novega očetovstva

Švab (2002, str. 75) razlaga, da pojav novega očetovstva ni enostaven in ne predstavlja zgolj preprostega prehoda vlog ali linearne napredka, temveč ga zaznamujejo nasprotja, napetosti in konflikti med modernimi in novimi družbenimi pričakovanji. Očetje se soočajo z dilemo glede načina »očetovanja«. Steničnik (2012, str. 432) dodaja, da ideologija novega očetovstva ne zagotavlja ustrezne socializacije ali prakse vlog očetov. Če se ženske skozi procese socializacije učijo vloge materinstva, so moški v procesu socializacije v vlogo očeta prikrajšani in manj pripravljeni na starševstvo, saj prejemajo manj kulturnih spodbud in sporočil za očetovsko vlogo. Stublej, Rojas in McCroy (2015, str. 35) opažajo, da se sodobni očetje pri vzpostavljanju ravnotežja med tradicionalno vlogo zagotavljanja preživetja in novo vlogo aktivno vključenih, skrbnih staršev, soočajo z različnimi izzivi.

Parke že leta 1996 (1996, str. 24) sodobno očetovstvo označi s principom učenja v praksi. Z njim se strinjata Ule in Kuhar (2003, str. 84), ki glede na negotovost sodobnih starševskih vlog in prakso odgovornega starševstva zapišeta, da so starši danes prisiljeni v neprestano izobraževanje s področja vzgoje. K temu Švab (2002, str. 77) dodaja, da se v postmoderni dobi pred očete postavljajo zahteve in pričakovanja po bolj avtentičnem in intenzivnem očetovstvu, vendar pa jim pogosto manjkajo izkušnje, veščine in strategije za uresničitev teh pričakovanj. Avtorica nadaljuje, da je nov rod očetov ujet v vrzel med generacijami očetovstva. Steničnik (2024, str. 43) ugotavlja, da mnogi očetje povedo, da imajo težave s prepoznavanjem čustev, saj je dediščina na tem področju za sedanjo generacijo očetov pogosto siromašna. Za mnoge očete prepoznavanje, ubeseditev in uporabljanje čustev predstavlja velik izziv. Avtor (prav tam, str. 49) vzrok, da so sedanji očetje brez dostopa do svojega čustvenega sveta, argumentira z ne dopuščanjem izražanja čustev v njihovih otroštvih.

2.3 Prehod v očetovstvo in razvoj očetovske identitete

Baldwin, Malone, Sandall in Bick (2018, str. 23) izpostavijo pomemben vidik ranljivosti moškega na prehodu v očetovstvo. Z vidika življenjskega poteka se to obdobje šteje kot ključen razvojni prehod, ki vključuje pomembne spremembe v posameznikovi vlogi, odgovornostih in identiteti. Takšne prehode spremljajo procesi prilagajanja in osebnostne rasti, ki vplivajo na socialno, čustveno in kognitivno področje posameznika ter na njegovo socialno vključenost in odnos do okolja. Prehod v očetovstvo lahko za mnoge moške predstavlja izziv in prinaša velike čustvene spremembe. Te se odvijajo skozi čas in postopno pomagajo pri oblikovanju identitete očeta (prav tam, str. 42). Moški namreč potrebujejo prehodno obdobje, da vzpostavijo in razvijejo svojo vlogo kot očetje (Elder, Johnson in Crosnoe, 2003, str. 14). Belsky in Kelly (1994, str. 176) poudarita aspekt, kako se prehod v starševstvo pogosto opisuje kot »mi«, skupna izkušnja, vendar pa je resničnost takšna, da je izkušnja tako fizično kot čustveno za vsakega starša drugačna.

Vstop v očetovstvo predstavlja eno ključnih prelomnic v življenju moškega, saj vodi v temeljne spremembe njegove identitete in življenjskega sloga (Kowlessar, 2012, str. 37). S tem se strinja tudi Parke (1996, str. 115), ki izpostavlja izjemno priložnost v osebnostnem razvoju moškega v vlogi očeta. Piše namreč, da postati oče lahko spremeni način, kako moški doživljajo same sebe. Očetovstvo jih lahko podpre pri določanju lastnih vrednot in prioritet.

Steničnik (2012, str. 409) identiteto definira kot psihosocialni proces oblikovanja podob, ki jih posameznik v odnosu z okoljem naveže do sebe in drugih. Dodaja, da so danes identitete bolj spremenljive in da postajajo projekt, ki se oblikuje skozi celotno življenje. Renner, Švab, Žakelj in Humer (2005, str. 75) razvoj očetovske identitete poimenujejo z začetkom nosečnosti, še posebej, če partner aktivno sodeluje, na primer spremlja nosečniške preglede, bere ustrezno literaturo in se pogovarja s partnerico. Kot ključni trenutek za zavedanje očetovske identitete navajajo prisotnost pri porodu, ki ga opisujejo kot bistveni pogoj za aktivno očetovstvo.

Steničnik (2012, str. 414) argumentira razliko med biološkim in generativnim rojstvom očeta. Biološko rojstvo zaznamuje očeta ob rojstvu otroka, generativno pa oče doseže s svojo skrbjo, nego in vzgojo otroka. Prvi vidik je biološko dejstvo, drugi pa odločitev, ki se izraža v čustvenem

medosebnem odnosu. Machin (2018, str. 34) se dotakne vidika odločitve očeta o lastni podobi, ki bistveno vpliva na naravo navezanosti, ki je vzpostavljena še pred rojstvom otroka. Habib in Lancaster (2010, str. 128–142) v raziskovanju navezanosti med otrokom in očetom ter njegovo gradnjo identitete ugotavljata, da so bodoči očetje, ki so »očeta« vključili kot pomembno sestavino svoje identitete, imeli močnejšo navezanost na svoje nerojene otroke kot tisti, ki so predvidevali primarno vlogo preskrbovalca družine.

2.3.1 Biološke in čustvene spremembe moških med nosečnostjo

Če v družinskem življenju obstaja kakšno obdobje, ko mislimo, da očetje za otroke niso pomembni, je to morda obdobje nosečnosti. Zdi se, da je biologija v teh mesecih glavno odgovornost dodelila materam, a temu ni tako. Tudi očetje imajo med nosečnostjo določeno vlogo, in ta vpliva na spremembe tudi v njihovih telesih (prav tako kot v telesu njihove partnerice). Telesne in psihološke spremembe, ki jih ženske doživljajo med nosečnostjo, so lahko vzporedne spremembam partnerjev (Raeburn, 2014, str. 68). Brito, Dantas Soares, Carvalho in Santos (2013, str. 272–279) ugotavljajo, da nosečnost pomembno vpliva na fizično in psihično počutje moških. To se pogosto kaže v izzivih znotraj odnosa, saj moški ob nosečnosti partnerice doživljajo nihanja razpoloženja, negotovost v partnerskem odnosu in finančni stres. Shah in Knowledge Synthesis Group (2010, str. 103–123) ugotavljajo, da bolj kot sta si partnerja med nosečnostjo tesna in intimna, bolj se moški hormonsko spreminja vzporedno s partnerico, kar zvišuje možnost občutka povezanosti z otrokom po porodu. Machin (2018, str. 206) piše, da tesna povezanost partnerjev temelji na pojavu, znanem kot biološkovedenjska sinhronost, ko vpleteni nezavedno sinhronizirajo svoje vedenje, fiziologijo (npr. srčni utrip in krvni tlak) ter nevrobiologijo in dejavnost možganov. Timmons, Margolin in Saxbe (2015, str. 720–731) razkrivajo, da pari kažejo sinhronost v ravni hormonov, kot sta kortizol in testosteron, in da prav ta hormonska povezava lahko odraža proces prenašanja stresa v parih. Machin (2018, str. 190) dodaja pomemben vidik padca testosterona pri moških, ki ob rojstvu otroka pade za do tretjino vrednosti in se nikoli ne povrne v celoti, če oče ohranja odnos z otrokom. Padeč testosterona, ki se zgodi šele ob rojstvu otroka, očeta (»šele takrat«) motivira za skrb za otroka in mu poveča možnost povezovanja.

V raziskavi, ki je vključevala 72 parov bodočih staršev, Cowan in Cowan (1992) ugotavljata, da očetje v nosečnosti občutijo čustvene spremembe. Te bi lahko predstavljale nevarnost partnerskemu odnosu, saj lahko vodijo v otežen pogovor s partnerico o njihovih čustvih in pričakovanjih, ki jih imajo o nosečnosti in starševstvu, spremembah spolnega življenja, delitev dela ter skrbi za otroka. Večina moških je namreč menila, da je potrebno upoštevati nekatera »pravila«, ki so pogosto vključevala tudi to, da v času, ko njihove partnerice/žene potrebujejo, da so močni, ne povedo, da so ranljivi. Darwin idr. (2017, str. 45) dodajajo pomemben aspekt razumevanja moških občutij; moški izražajo strah, da bi s svojo potrebo po podpori zmanjšali pozornost, namenjeno njihovim partnericam. Prav tako Miller (2011, str. 68) v svojem delu opaza, da se moški zaradi vrnitve na delo in hitrih spremembah v dojenčkovi rasti, lahko počutijo odtujeni. Solberg, Glavin, Berg in Olsvold (2022, str. 2289) ugotavljajo, da očetje šele med prvim letom otrokovega življenja postopoma razvijajo večjo samozavest v svoji vlogi, ki pripomore k izboljšani samopodobi in tesnejši vezi z otrokom.

2.4 Vključenost očetov v vzgojo in skrb za otroka

Raeburn (2014, str. 19) v svojem delu opisuje zgodovinski premik nastanka očetovstva in poudarja, da so človeški očetje med najbolj predanimi očeti med vsemi vrstami sesalcev na Zemlji. Številni strokovnjaki menijo, da je bil vedno večji obseg človeških možganov, ki se je v zadnjih dveh milijonih let nenehno povečeval, eden od razlogov, da so se očetje s svojimi otroki začeli ukvarjati (Wrangham, 2009, str. 119). Zaradi velikega napredka v velikosti možganov, so se otroci rojevali prej, zaradi česar so bili manj razviti. Nega mater in ženskih pomočnic ni več zadostovala. Na pomoč je moral priskočiti oče, ki je otroku omogočil večji doprinos energije z lovljenjem mesa. Očetje, vključeni v vzgojo in skrb za otroka, so v svetu sesalcev izjema. Smo edina opica, ki ima vpletenega očeta. In to nam je pomagalo pri preživetju človeštva (Machin, 2018, str. 4–7).

Izraz »vključeni oče« je bil prvič uporabljen v 80-ih letih prejšnjega stoletja. Opisoval je očeta, ki je želel pri vzgoji in varstvu otroka ter njegovem čustvenem in fizičnem razvoju sodelovati v enaki meri kot mama (Machin, 2018, str. 33). Pleck (2007, str. 196) navaja, da je konstrukt vključenega očeta pri vzgoji otroka že v 80-ih letih preteklega stoletja vseboval tri temeljne dimenzije – sodelovanje, dostopnost in odgovornost. Sodelovanje predstavlja direkten stik

med očetom in otrokom (npr. pri hranjenju, v pomoči pri domačih nalogah ali igri z otrokom). Dostopnost predstavlja dimenzijo odnosa, ko je oče otroku na voljo, a z njim ni v direktnem kontaktu. Kot najtežje merjeno, a morda celo najpomembnejšo dimenzijo izpostavi tudi Lamb (2000, str. 31), ki dodaja, da odgovornost predstavlja poznavanje in zadovoljevanje otrokovih potreb, nego in skrb za zdravje otroka.

Očetje so v družinsko življenje vedno bolj vključeni (Ule, 2008, str. 34–36). Finn in Henwood (2009, str. 549) zagovarjata, da so očetje zdaj bolj vključeni pri skrbi za svoje otroke kot kadarkoli prej. Amato in Sobolewski (2001, str. 900–921) ponujata drugačen uvid ameriške populacije očetov glede vključenosti v vzgojo in skrb za otroke, in sicer da je, odkar v ZDA vodijo statistiko, ameriških očetov, vključenih v življenje otrok, manj kot kadarkoli prej. Odsotnost očetov v Ameriki Raeburn (2014, str. 13) argumentira z dolgotrajnim nepriznavanjem pomena očetov, ki se danes odraža v obliki ameriške družine. Livingston in Parker (2011, str. 10–14) ugotavljata, da so sodobni ameriški očetje bolj vključeni v skrb za otroke kot v preteklem desetletju (očetje so leta 2010 v povprečju 6,5 ur tedensko skrbeli za otroke) in hkrati manj vključeni (27 % očetov živi ločeno od svojih mladoletnih otrok). Temu je tako zaradi rojevanja otrok zunaj zakonske zveze, nestabilnih partnerskih odnosov, ločitev in razvez. Giallo, Treyvaud, Cooklin in Wade (2012, str. 343–359) poročajo, da so spreminjajoči se trendi v smeri večje vključenosti očetov v skrb in vzgojo opaženi v več državah (Avstralija, Kanada, Francija, Nemčija).

Machin (2018, str. 50–56) v svojem delu večanje vključenosti očeta v skrb za otroka razlaga s spremembo življenjskega stila in poteka poporodne oskrbe. V preteklosti so bile ženske po porodu še vsaj teden dni v porodnišnici, kjer je za njih skrbelo medicinsko osebje, sedaj pa so npr. v Angliji matere odpuščene že na dan poroda, v kolikor ni hujših zapletov. Prav tako je dejavnik večje vključenosti očetov tudi oddaljenost širše družine. »Novi« oče je tako zopet pokazal svojo sposobnost prilagoditve in svojo vlogo prilagodil potrebi pomoči pri skrbi za mater in otroka po porodu. Wilson in Prior (2011, str. 406) očetovo vključevanje v neposredno nego otroka povezujeta z manj težavami v vedenju, višjimi rezultati kvocienta inteligence, boljšimi izobraževalnimi dosežki in pozitivnim počutjem otroka. Schmidt, Rieder, Zartler, Schadler in Richter (2017, str. 139–155) poudarjajo, da je za razumevanje vključenosti očetov ključno vključiti analizo pred- in poporodne faze. Longitudinalne študije so namreč pokazale,

da predporodna vključenost očetov pozitivno vpliva na njihovo vključenost po porodu (Lang, Schoppe-Sullivan in Kotila, 2014, str. 1108). Anggraini, Priyanto, Yulsyofriend (2022) obdobje zgodnjega otroštva označijo za zlato in občutljivo obdobje zrelosti telesnih in psiholoških funkcij, ki so se pripravljene odzvati na dražljaje iz okolja. V tem obdobju je pozornost vzgojiteljev (staršev in učiteljev) kritična, saj omenjeno obdobje postavlja temelje za razvoj kognitivnih, motoričnih, jezikovnih, socialno čustvenih, moralnih in verskih zmožnosti, ki močno vplivajo na življenje otroka v prihodnosti.

2.4.1 Prisotnost očetov pri porodu

Moška prisotnost pri porodu je bila tradicionalno (in je ponekod še vedno) nezaželena (Drglin, 2011, str. 11). Avtorica dodaja, da so bili očetje v slovenskih porodnišnicah prvič prisotni pri porodu v porodnišnicah konec 60-ih let 20. stoletja. Podatki Nacionalnega inštituta za javno zdravje kažejo, da so bili očetje še leta 1992 navzoči pri manj kot desetini porodov, v 1995 so bili navzoči že skoraj pri četrtini, v 2000 že pri več kot polovici, v 2014 pa pri več kot treh četrtinah (78 %) porodov (Žnidaršič, 2016). Po podatkih Nacionalnega inštituta za javno zdravje (NIJZ, 2023) je bila prisotnost očetov pri porodu v Sloveniji v letu 2022 najvišja doslej. Pri tem pa ni naveden natančen odstotek prisotnih očetov, čeprav v nekaterih primerih od 2020 do 2022 beležijo skoraj 83 % prisotnost očetov ali drugih spremljevalcev. Med pandemijo COVID-19 je bila prisotnost spremljevalcev nekaj časa omejena, kar je vplivalo na trend prisotnosti, vendar se je po letu 2020 hitro zvišala na prejšnje ravni 2022.

Steničnik (2012, str. 426) preprašuje, kaj naraščanje števila očetov, ki so na porodu prisotni, pomeni. Prisotnost pri porodu interpretira kot pomembno življenjsko izkušnjo, ki od moškega ne zahteva veliko sodelovanja in odrekanja. Sama se z njegovo trditvijo ne strinjam in si trend razlagam drugače. Menim, da je želja po prisotnosti na porodu izraz spremembe v doživljanju očetovstva, kot soustvarjanje družine in prepoznavanje lastne pomembnosti vloge pri podpori partnerici.

2.5 Vpliv očeta na razvoj otrok

Še pred eno generacijo, v 70-ih letih prejšnjega stoletja, je večina psihologov in drugih strokovnjakov na vprašanje, kaj lahko očetje prispevajo k otrokom, razen tega, da jih preživljajo, odgovorila z »ne veliko«. Zlasti pri dojenčkih so menili, da imajo očetje malo ali nič vloge. Desetletja so psihologi predpostavljali, da je odnos med materjo in dojenčkom edinstven in veliko pomembnejši od vseh sodobnih odnosov. Za nepomembnost očetov ni bilo veliko dokazov, vendar tudi niso razmišljali, kaj bi njihova vključenost lahko pomenila (Raeburn, 2014, str. 6). Številni raziskovalci so verjeli, da so matere, ker so primarne skrbnice, veliko pomembnejše od očetov. Takšna perspektiva na vlogo očeta je očetom onemogočala uveljavljanje lastne pomembnosti (prav tam, str. 8).

Že Pedersen (1987, str. 249–310) ugotavlja, da so številne spretnosti, ki jih otrok razvije, rezultat skupaj preživetega časa ter interakcij med očetom in otrokom. Očetje spodbujajo razvoj svojih otrok ravno s tem, da ravnajo z otrokom drugače kot matere. Očetje močneje spodbujajo k telesno naravnani igri, se do otrok vedejo bolj izzivalno in jih spodbujajo v situacije, katerih otroci niso vajeni. S tem spodbujajo njihovo samozaupanje in sposobnost soočanja z novimi izzivi (Baisch in Neumann, 2014, str. 31).

Ko so raziskovalci začeli preiskovati, kakšen vpliv ima oče na svoje otroke, so med drugim opazili povezavo z razvojem jezika. Odkrili so, da imajo očetje večji vpliv na razvoj jezika, kot ga imajo matere. Če so očetje pri igri uporabljali raznolike besede, so otroci leto kasneje kazali višje kompetence govora (Pancsofar in Vernon-Feagans, 2010, str. 450–463). Lamb (2010, str. 309) še doda, da so očetje, ki so brali zgodbe sedemletnim hčerkam in spraševali šestnajstletna dekleta po dnevu v šoli, pomagali pri zmanjšanju možnosti za pojav depresije in drugih psiholoških težav kasneje v odraslem življenju.

Oče lahko s svojim odnosom z otrokom močno vpliva na njegov vedenjski, čustveni in psihološki razvoj, ki je od morebitnega vpliva mame ločen. Če je navezanost močna, očetje spodbujajo dobro duševno zdravje, samostojnost ter vedenjski in jezikovni razvoj (Machin, 2018, str. 37). Očetov odnos z otrokom, ki temelji na količini časa, prispeva k čustveni varnosti, avtonomiji in samozaupanju (Raeburn, 2014, str. 26). Oče posebno dobro prispeva k

zadovoljevanju potrebe po avtonomnosti, ki se izraža kot želja po raziskovanju in veselju do oblikovanja (Baisch in Neumann, 2014, str. 20). Komisar (2017, str. 165–178) dodaja, da starši na čustveni razvoj otrok različno vplivajo, in sicer so pomembna specifična čustva, ki jih uravnavajo. Matere pogosteje pomagajo otrokom pri obvladovanju čustev, kot so strah, stiska in žalost, medtem ko očetje bolj prispevajo k obvladovanju jeze, agresije in vznemirjenja. Tako lahko očetje igrajo ključno vlogo pri oblikovanju otrokovega čustvenega odzivanja na omenjena čustva in jim pomagajo razviti učinkovite strategije regulacije. Pomanjkanje očetovske prisotnosti pri otrocih zato lahko povzroči težave z agresivnim vedenjem in težje obvladovanje frustracij, ni pa nujno, če te izkušnje pridobijo v odnosih z drugimi.

Kok idr. (2015, str. 827) ugotavljajo, da imajo otroci očetov, ki se vključujejo v bolj sočutno igro in na rešitev osredotočene aktivnosti, večji volumen možganov. Ta je rezultat povečanega volumna sive in bele snovi v možganih, odgovorne za uspešnost delovanja možganov. Rezultati raziskovanja o vplivu očetovske igre na otrokov razvoj izvršilnih funkcij (Malmberg, Lewis, West, Murray, Sylva in Stein, 2015, str. 6) so pokazali, da so imeli otroci, katerih očetje so podpirali njihovo igro in jim pomagali pri učenju med reševanjem sestavljanke, boljši delovni spomin, ki je bistven za reševanje problemov, pozornost in zaviralni nadzor. Vse te veščine so prav tako pomembne za uspeh v šoli in v socialnem svetu.

2.6 Odsotnost očeta pri skrbi in vzgoji za otroka

Daniels (1998, str. 4) ugotavlja, da je pomanjkanje očeta pomemben dejavnik kriminala in mladostniškega prestopništva, prezgodnje spolnosti in zunajzakonskih rojstev v najstniških zvezah, slabih izobraževalnih dosežkov, depresije, zlorabe drog in odtujenosti med mladostniki ter vse večjega števila žensk in otrok v revščini. Popenoe (1996, str. 147) večanje števila odsotnih očetov prepoznava kot glavno gonilno silo številnih najbolj zaskrbljujočih težav, ki pestijo ameriško družbo.

DelPriore in Hill (2013, str. 234–246) na vzorcu 47 naključno izbranih žensk odkrivata povezavo med odsotnostjo očeta, tako fizično kot psihično, ter pospešenim reproduktivnim razvojem in spolnim tveganjem pri hčerkah. Ugotovitev razlagata z biologijo nezavednega. Ko je oče odsoten, mladim deklicam, na nezavedni ravni, sporoča, kakšen je sistem reprodukcije. Ko oče

odide ali ni blizu odraščajoči hčerki, deklica dobi sporočilo, da moški ne ostanejo dolgo in da tudi njen partner morda ne bo ostal v bližini. Zato iskanje moškega zahteva hitro ukrepanje. V puberteto zavestno ne more vstopiti prej, ampak to podzavestno prevzame njena biologija. Zdi se, da zgodnje očetovo sodelovanje določa reproduktivno strategijo, ki jo dekleta uporabljajo pozneje v življenju. Ellis in Tither (1991, str. 1409–1420) dodajata, da imajo očetje edinstveno vlogo pri uravnavanju razvoja svojih hčera – zlasti njihovega spolnega razvoja v času pubertete. Pri deklicah, ki so imele topel odnos z očetom in so v prvih 7-ih letih življenja z njim preživele veliko časa, je bilo odkrito manjše tveganje za zgodnjo puberteto, zgodnji začetek spolnosti in najstniško nosečnost. Machin (2018, str. 192) izpostavlja pomembnost partnerskega odnosa kot bazo varnega okolja za primeren razvoj otroka. Dodaja, da otroci potrebujejo čim bolj prisotne očete za pomoč pri ustvarjanju spodbudnega okolja za razvoj. Amato (2005, str. 75–96) poudarja, da odsotnost očeta lahko povzroči občutek zapuščenosti in nizko samospoštovanje. Vseeno se lahko vpliv razlikuje glede na prisotnost drugih podpornih oseb in splošno družinsko okolje. Nekateri otroci se lahko dobro prilagodijo, če imajo močne podporne sisteme.

V razpravo pa je vredno vpeljati plati družin, kjer so otroci izpostavljeni nasilju v družini. McTavish, MacGregor, Wathen in MacMillan (2016, str. 504–518) poudarjajo, da je izpostavljenost nasilju v družini za otroke škodljivo. Walby in Allen (2004) izpostavljata spolno pogojeno naravo nasilja v družini in dejstvo, da nasilje izvajajo predvsem moški nad ženskami, zlasti ko gre za nasilje med heteroseksualnimi pari. Ti podatki skupaj ugotavljajo, da je nasilje v družini oblika zlorabe otrok in da prevladujoči vzorec kaže, da zlorabo otrok izvaja otrokov oče (biološki ali socialni). Število obremenjujočih izkušenj iz otroštva, ki jih lahko doživijo otroci, ki so izpostavljeni nasilju v družini in vpliv, ki ga ima to lahko na njihovo zdravje in duševno zdravje, so zelo pomembne za razpravo odsotnosti in prisotnosti očeta (Oral idr., 2016, str. 227–233). McGavock in Spratt (2017, str. 1128–1146) ugotavljata, da je življenje z nasiljem v družini najmočnejši napovedni dejavnik drugih neugodnih izkušenj in zato pomemben pokazatelj stiske v celotnem življenjskem obdobju. Miller-Perrin in Perrin (2013, str. 253) dodajata, da izpostavljenost zlorabi lahko povzroči hude psihološke in čustvene težave, vključno s tesnobo, depresijo in travmo. Pri otrocih, ki odraščajo v okolju zlorab, se lahko pojavijo tudi vedenjske težave in težave pri oblikovanju zdravih odnosov. Lamb (2010, str. 1–26) povzema, da je kakovost starševske vključenosti bolj pomembna kot sama

prisotnost. Negovalno in podporno okolje, tudi če ga zagotavlja samohranilec ali drugi skrbniki, lahko ublaži negativne posledice, povezane z obema scenarijema.

2.7 Enostarševske družine z očetom

Družine, v katerih so očetje edini skrbniki otrok, so v Sloveniji sicer redke, vendar njihovo število narašča. V obdobju zadnjih 34 let, od popisa leta 1981, se je število omenjenih družin povečalo s 17.292 na 26.844, kar pomeni rast z 1,8 % na 4,7 % vseh družin. Med enostarševskimi družinami se v 74 % primerov z očetom nahaja samo en otrok, medtem ko v vsaki četrti družini živita dva otroka. Vdovcev z otroki je bilo 6.200, pri čemer je bila povprečna starost moških 70 let. Razvezanih očetov z otroki je bilo 5.700, njihova povprečna starost pa je znašala 55 let. Statistika kaže, da so očetje, podobno kot matere, ob rojstvu otroka čedalje starejši. V obdobju od 1980 do 2014 se je povprečna starost očeta ob rojstvu povečala z 29,1 na 33,4 let. V letu 2014 je bil vsak enajsti oče ob rojstvu otroka starejši od 40 let. V letu 2023 so moški, ki so podali priznanje očetovstva, bili stari povprečno 33,8 let (Žnidaršič, 2023).

Žmuc Tomori leta 1988 (str. 34) zapiše, da spol ne določa sposobnosti za skrb in nego otroka. V kolikor se moški v vzgojo ne vključuje, je to zaradi družbeno naučene vloge in osebnostnih vrednot, s katerimi se identificira kot oče. Zavrl (1999, str. 397). Ob raziskovanju očetovskih enostarševskih družin in družin, kjer so za nego in skrb v večji meri odgovorni očetje, dodaja, da so zmožni celovite (tako emocionalne kot tudi fizične) skrbi za otroke.

Na tem mestu je potrebno omeniti področje nevronske razlike v aktivaciji možganskih vzorcev pri materah in očetih. Liu idr. (2024, str. 1–10) izpostavljajo opazne razlike v vzorcih aktivacije možganov pri materah in očetih medtem, ko poteka interakcija z otroki. Pri materah opažajo večjo nevronske sinhronost z otroki, ki se pojavlja zlasti med pasivnimi dejavnostmi, kot je gledanje videoposnetkov. To je povezano z manjšim starševskim stresom in večjo vključenostjo v skupne dejavnosti. Nasprotno pa očetje v igri izražajo večjo aktivnost, povezano z mentaliziranjem, kar kaže na osredotočenost in razumevanje socialne dinamike (Açıl, Puhlman, White in Vrtička, 2024). Poleg tega kažejo matere povečano aktivacijo amigdale, ki je povezana z oksitocinom, medtem pa očetje aktivirajo socialnokognitivne povezave, kar kaže na spolno specifične nevrobiološke odzive na skrbstvene namige (Atzil,

Hendler, Zagoory Sharon, Winetraub in Feldman, 2012, str. 798–811). Na splošno te ugotovitve opozarjajo na različne nevronske mehanizme, ki so podlaga za materinsko in očetovsko vključenost- Če matere pogosto kažejo bolj čustvene in sinhrono odzive, se očetje med interakcijami bolj vključujejo v kognitivno obdelavo (Giannotti, Gemignani, Rigo, Venuti in de Falco, 2022). Abraham, Hendler, Shapira Lichter, Kanat-Maymon, Zagoory-Sharon in Feldman (2014, str. 792–797) z raziskovanjem nevronske prilagodljivosti pri istospolno usmerjenih očetih ugotavljajo, da se v skrbi za otroka aktivirajo deli možganov, značilni za prej opisano materinsko skrb. S tem odkrivajo, da, v kolikor se moški odloči za vzgojo otroka v odsotnosti ženske figure, biologija poskrbi za celovito oblikovanje okolja, primerne za razvoj otroka. Čeprav konkretne raziskave o nevroloških spremembah starševstva pri istospolnih ženskih parih niso dostopne, Biblarz in Stacey (2010, str. 3–22) v svoji meta analizi ugotavljata, da spol ni ključni dejavnik uspešnosti pri izvajanju starševske vloge. Njuna analiza poudarja, da dva starša, ki ustrezno skrbita za otroka, lahko zagotovita bolj stabilno okolje kot en sam starš. Vendar to ne pomeni, da en sam starš ne more nuditi varne in podporne vzgoje, saj je kakovost odnosa in podpora otroku pomembnejša od spola ali števila staršev. Biblarz in Stacey (prav tam) zaključujeta, da idealno starševstvo lahko zavzame različne oblike, ne glede na spolno sestavo staršev.

2.8 Duševno zdravje očetov

Do nedavnega je bilo perinatalno duševno zdravje prepoznano kot tema, relevantna le za ženske (Roubinov, Luecke, Crnic, Gonzales, 2014, str. 360–368). Podatki kažejo, da so očetje v znanstvenih študijah pogosto spregledani (Raeburn, 2014, str. 9). V spletni knjižnici PubMed sem preverila razliko števila raziskav na temo očetovskega in materinskega duševnega zdravja. V iskanju »paternal mental health« je brskalnik našel 1.645 raziskav, kar je v primerjavi z 24.613 rezultati na besede »maternal mental health« veliko manj. Musser, Ahmed, Foli in Coddington (2013, str. 482) opozarjajo, da tudi očetje doživljajo pomembne prehode v starševstvo. In prav to je vzrok, da so vse pogostejša vsebina raziskav.

Ob povečanem vključevanju očetov v družinsko dinamiko v perinatalnem obdobju raziskave kažejo, da približno 10 % novih očetov doživlja težave z duševnim zdravjem, vključno z depresijo in anksioznostjo (Singley in Edwards, 2015, str. 9). Očetje se s svojimi otroki povežejo

enako močno in globoko kot matere, imajo edinstveno in posebno vlogo pri otrokovem razvoju, njihov hormonski profil pa se spremeni podobno kot pri materah. Vse to kaže na možnost, da so očetje zaradi tega ključnega življenjskega prehoda izpostavljeni slabemu duševnemu zdravju (Machin, 2018, str. 89).

2.8.1 Poporodna depresija in anksioznost očetov

Brownhill, Wilhelm, Barclay in Schmied (2005, str. 923) poudarjajo, da moški in ženske svojo depresijo izražajo in obvladujejo na različne načine. Medtem ko se depresija lahko pojavi kot disforično razpoloženje z zmanjšano aktivnostjo tako pri moških kot pri ženskah, so moški bolj nagnjeni k izražanju jeze, hiperaktivnemu vedenju in razdražljivosti ter imajo nižji nadzor nad impulzi (Williamson, 1987, str. 596). Poporodna depresija pri moških se bistveno razlikuje od poporodne depresije pri ženskah. Pri moških so dejavniki tveganja poporodne depresije: kakovost partnerskega odnosa, prisotnost poporodne depresije pri partnerici, občutek izključenosti zaradi odnosa med materjo in dojenčkom, občutna vrzel med pričakovanji in resničnostjo novega očetovstva, usklajevanje domačega in poklicnega življenja ter finančne skrbi. Za kritično obdobje pojava poporodne depresije pri očetih Edward, Castle, Mills, Davis in Casey (2015, str. 26–34) navajajo otrokov prvi rojstni dan.

Kvalevaag (2013, str. 463–469) ugotavlja, da tako depresija pri nosečnici kakor tudi depresija pri očetih v obdobju nosečnosti, kljub temu da oče nima direktne fizične povezave s fetusom, tveganje za depresijo pri otrocih poveča. Addis (2008, str. 156) poudarja, da se depresija pri moških lahko skriva v medosebnih konfliktih, somatskih pritožbah, uporabi drog in alkohola ter izogibajočih vedenjih. Ta vedenja so v primerjavi z ženskami dosledno bolj razširjena pri moških (Martin, Neighbors in Griffith, 2013, str. 1106). Brownhill, Wilhelm, Barclay in Schmied (2005, str. 929) jih razlagajo z moškim odporom do prikazovanja šibkosti ali ranljivosti. Avtorji (prav tam, str. 927) dodajajo, da trenutna diagnostična merila verjetno ženske odzive na depresijo vključujejo pristransko. Rešitev za razkrivanje višjih stopenj afektivnih motenj pri moških prepoznavajo v vključevanju ocene simptomov stresa, anksioznosti, antisocialnega ali tveganega vedenja. V kolikor bi se uporabljala lestvica za merjenje alternativnih moških simptomov depresije, bi večji delež moških izpolnjeval kriterije za depresijo (26 % proti 22 %), ugotavljajo Martin, Neighbors in Griffith (2013, str. 1108). Cochran in Rabinowitz (2003, str.

134) z manj učinkovitim presejanjem in zdravljenjem depresije pri moških razlagata naslednji paradoks: stopnje depresije pri moških so za polovico nižje kot pri ženskah, medtem ko je samomor v primerjavi z ženskami pri moških bistveno višji.

Očetje se lahko globoko povežejo s svojimi otroki. Globino te povezanosti je mogoče izmeriti po tem, kaj se zgodi, ko je prekinjena. Do tega lahko pride, ko moški zbolijo za poporodno depresijo, ki jih od čustvene povezanosti z otroki odvrne. V poporodnem obdobju eden od desetih očetov trpi za od zmerne do hude depresije. To je, presenetljivo, od 3 % do 5 % moških v splošni populaciji, ugotavlja Laino (2008, str. 27). Ti očetje v primerjavi z drugimi svojim otrokom manj pogosto berejo, pripovedujejo pravljice ali pojejo pesmi. Lamb (2010, str. 107–108) poudarja, da imajo zlasti dojenčki očetov z depresijo pri otrokovih 2 letih veliko manjši besedni zaklad kot drugi otroci. Moška poporodna depresija je povezana s težavami v vedenju in hiperaktivnostjo njihovih otrok 3 leta pozneje. Otroci očetov s hudo depresijo imajo osemkrat večje tveganje vedenjskih težav kot drugi otroci in kar šestintridesetkrat večje tveganje za težave pri ravnanju z vrstniki.

Rominov, Pilkington, Giallo in Whelan (2016, str. 289–301) so raziskovali uspešne metode za preprečevanje nastanka poporodne depresije pri očetih in ugotovili, da je ena izmed najbolj učinkovitih metod učenje očetov masaže za dojenčke. Dotik poskrbi za sproščanje hormonov dobrega počutja kot so oksitocin, dopamin in beta-endorfin, ki nižajo hormon stresa – kortizol – in s tem prispevajo k psihičnemu zdravju očeta.

Machin (2018, str. 154) izpostavi pomembno predpostavko za potreben prehod iz popolnoma na žensko osredotočene oskrbe v oskrbo, usmerjeno v družino. Poudarja, da so ideje o očetovstvu družbeno konstruirane in da imajo predstave zdravstvenih strokovnjakov (v zdravstvu prevladuje ženski spol) o vlogi in pomenu očetovstva vpliv na oskrbo in podporo, ki jo moški ob prehodu v očetovstvo prejmejo.

2.8.2 Iskanje pomoči in moške norme

Perinatalno obdobje odraža obdobje povečanega stresa. Moški bi sicer lahko imeli koristi od povečane socialne podpore, vendar so običajno socializirani tako, da se za večino svoje

čustvene podpore močno zanašajo na svojega intimnega partnerja, ugotavljata Fischer in Good (1997, str. 165). Upad zunanje čustvene socialne podpore postavlja temelje za dodaten stres in izolacijo, kar lahko na koncu povzroči neupravičeno obremenitev odnosa s partnerico, dodatno izolacijo od matere in otroka ter omejeno sposobnost doživljanja kompetentnih izkušenj pri skrbi za otroka in povečanje prepričanja o samoučinkovitosti (Paquette, 2004, str. 211).

Morda je, zaradi socialnih norm, povezanih s tem, komu pripada nosečnost in porod, ženskam lažje pridobiti neformalno čustveno in pripravno podporo od prijateljev in družine. Moški običajno podporne pogovore s svojimi vrstniki ali družino težko vodijo (West in Zimmerman, 1987, str. 129). Primack, Addis, Syzdek in Miller (2010, str. 86) ugotavljajo, da se moški težje odločijo za iskanje pomoči za duševne težave, da izražajo negativna stališča do terapije, manj verjetno obiskujejo splošnega zdravnika in so bolj nagnjeni k prekinitvi zdravljenja kot ženske. Call in Shafer (2015, str. 56) dodajata, da moške norme stoicizma in samostojnosti zavirajo iskanje pomoči in čustveno izražanje, potrebno za uspešno sodelovanje v zdravljenju.

Battle, Londono Tobon, Howard in Miller (2021, str. 1–8) opisujejo odnos očetov do terapije kot kompleksen, a pogosto pozitiven, ko je terapija predstavljena kot koristna za dinamiko družine in osebno dobro počutje. Ndzi in Holmes (2024, str. 57–67) izpostavita vidik družbenih norm in kulturnih pričakovanj kot pomemben vpliv na odprtost novih očetov za terapijo. Tradicionalne spolne vloge očete še vedno pogosto postavljajo v vlogo sekundarnih skrbnikov, kar vodi v občutke marginalizacije in nemoči ob prehodu v starševstvo. Tudi Watkins idr. (2024, str. 7) poudarjajo, da izkušnje številnih očetov zaznamujejo negativne izkušnje v zdravstvenih ustanovah, kjer omejujoče spolne norme in predsodki njihovo sodelovanje kljub želji po vključenosti ovirajo. Haryward in Honegger (2018, str. 696–712) dodajata, da stigma, ki spremlja duševno zdravje, zlasti v zvezi z očetovsko perinatalno duševno boleznijo, še dodatno odvrča očete od iskanja pomoči, saj se bojijo, da bi jih dojemali kot šibke ali neustrezne za vzgojo otrok. Avtorici (prav tam) kot ključna dejavnika spodbujanja odprtosti za podporo duševnemu zdravju očetov prepoznavata vključujoče zdravstvene prakse in večjo ozaveščenost o očetovskih potrebah.

2.8.3 Priprava na očetovstvo kot preventivni dejavnik zdravja očetov

Hodgson, Painter, Kilby in Hirst (2021, str. 4) prepoznavajo pomembnost pripravljenosti na čustveno in praktično raven očetovstva, ki naj bi zmanjšala nerealna pričakovanja in pozitivno vplivala na stres na prehodu v očetovstvo. V svojem delu Finnbogadottir, Crang Svalenius in Persson (2003, str. 102) odkrivajo, da imajo moški, ki so med nosečnostjo prejeli čustveno podporo, boljše fizično in duševno zdravje v poporodnem obdobju.

Moller, Hwang in Wickberg (2008, str. 62) opišejo tri pomembne komponente priprav na starševstvo:

- Pogovor o vlogah obeh staršev
- Normalizacija konfliktov in učenje konfliktnega managementa
- Raziskovanje pričakovanj starševstva in lastnih želja starševskega stila

Našteti elementi so v raziskovanju prehoda v očetovstvo dopolnjeni z delom Aycan in Eskin (2005, str. 462), ki pozornost raziskav usmerjata na socialne mreže podpore in ugotavljata, da očetje, ki vzdržujejo trdne socialne mreže podpore, doživljajo blaženje konfliktov in zahtev, povezanih s starševstvom, obenem pa služijo kot vzorniki, ki lajšajo občutek kompetentnosti kot starši.

Carlson, Edleson in Kimball (2014, str. 247) soglašajo s precejšnjim delom obstoječih dokazov, ki kažejo, da potrebe očetov niso ustrezno zadovoljene s perinatalnimi storitvami. Kljub podobnim ugotovitvam, ki so znane že od začetka raziskovanja na tem področju (že od začetka 80-ih let prejšnjega stoletja) in kljub delu s celotnimi družinami, vključno z očetmi, kar je bila ključna poudarjena točka politike National Health Service od leta 2004 (Fatherhood Institute, 2020), je sprememba znotraj storitev počasna. Kot mnogi tudi Letourneau idr. (2012, str. 447) pozivajo k ponovni konceptualizaciji perinatalnega duševnega zdravja v okviru celotne družine in vključevanju očetov v perinatalno nego. Z željo po preusmeritvi žensko osredotočene oskrbe v oskrbo, usmerjeno v družino, nadaljevanje dela posvečam rekonceptualizaciji psihosocialnega dela in priprav na starševstvo ter specifične podpore moškim ob prehodu v očetovstvo.

2.9 Smernice za rekonceptualizacijo psihosocialne podpore moškimi ob prehodu v očetovstvo

Čas, ko je moški najbolj dovzeten in motiviran za učenje starševskih veščin, je v obdobju nosečnosti in neposredno po rojstvu otroka (Parke, 1996, str. 56). Bäckström in Hertfelt Wahn (2011, str. 68) ugotavljata, da več kot imajo moški znanja o nosečnosti in porodu, širšo podporo lahko nudijo partnerici. Podpora se izraža v obliki spodbudnih besed in fizičnih dejanj, ki pripomorejo k lažjemu napredovanju poroda. Poleg te vloge lahko moški v porodni sobi nastopi tudi kot zagovornik partnerice. Takšna vloga vstopi v ospredje tedaj, ko ta ni dovolj pri močeh, da bi se lahko sama odločala, poleg tega pa se njegova vloga kaže tudi skozi dejanja, ki partnerki dajejo moč, psihično stabilnost ter zavedanje, da v teh trenutkih ni sama (Pestvenidze in Bohrer, 2007, str. 169).

Steničnik (2012, str. 432) poudarja, da bi organizirane skupine za očete, kamor vključuje samohranilce, bodoče očete in očime, zagotovo pripomogle k pridobivanju izkušenj in znanj, izmenjavi vidikov, spodbujanju očetove vključenosti in čustvene odzivnosti ter grajenju samozavesti in dvigu občutka kompetentnosti za uživanje in izvajanje očetovske vloge. Lundahl, Tollefson, Rissen in Lovejoy (2008, str. 100) ugotavljajo, da očete v programih za izobraževanje in podporo raje prevzemajo aktivne in vključevalne vloge. Fletcher in St George (2011, str. 1109) k temu dodajata, da je udeležba očetov v programih izobraževanja in podpore izboljšana na naslednje načine: zagotavljanje forumov za moške in prilagodljive ure izvajanja, uporaba moških moderatorjev, uporaba marketinških strategij in jezika v oglasih, ki sta prijazna moškimi, in izvajanje programov na prizoriščih, kjer se moški počutijo sproščeno. Nadaljnje angažiranje je mogoče okrepiti z zaposlovanjem moderatorjev, ki so sami očete in so pripravljeni spodbujati sproščeno, neformalno, nepristransko okolje, ki spodbuja udeležence, da delijo svoje strahove, skrbi, težave in rešitve.

Hodgson, Painter, Kilby in Hirst (2021, str. 7) navajajo, da spremembe očetove vloge v življenju otrok zahtevajo tudi prakse dela. Te očete vključujejo v zdravstvene storitve v obdobju nosečnosti (pregledi v nosečnosti, vključenost pri pripravi na porod in ob samem porodu). Poudarjajo, da bi občutek podprtosti in spoštovanja lahko močno vplival na vključenost moških v življenje njihovih otrok in angažiranost pri sostarševstvu. Lamb (2010, str. 98) dodaja, da če bi očete spodbudili k sodelovanju med nosečnostjo, bi imeli veliko možnosti, da ostanejo

vključeni v vzgojo otrok tudi po rojstvu. Očetje bi odnose z otroki morali vzpostaviti še preden se ti rodijo. To ugotovitev podpira tudi Machin (2018, str. 80–82), ki ugotavlja, da imajo očetje, ki so vključeni med nosečnostjo in pri porodu, veliko večjo verjetnost, da bodo ostali vpleteni tudi po porodu. Z vključevanjem očetov že v zgodnjih fazah nosečnosti omogočimo očetu ustvarjanje navad, ki se bodo naravno nadaljevale tudi po rojstvu.

2.10 Področja socialnega dela, ki lahko podprejo moške na prehodu v očetovstvo

Prvo področje socialnega dela, ki bi lahko moške podprlo na prehodu v očetovstvo, je ozaveščanje družbe in družin o perinatalnih duševnih motnjah očetov. Moški so socializirani, da ne prosijo za pomoč, še posebej težko je to storiti v obdobju, v katerem menijo, da morajo podpirati in skrbeti za svojo partnerico (Rabinowitz in Cochran, 2008, str. 586). Socialni_e delavci_ke sicer lahko poudarimo potrebo po skrbi zase, s katero bi lahko očetje ponudili najboljše različico sebe. Drugo področje je opolnomočenje očetov za sodelovanje s partnericami. Twenge, Campbell in Foster (2003, str. 65) poudarjajo pomen razlage normalnosti upada zadovoljstva v partnerskem odnosu po porodu. Novi očetje lahko podprejo čustveno raven odnosa z aktivnimi pogovori o počutju partnerjev. Socialni_e delavci_ke lahko podpremo starše v učenju veščin asertivne komunikacije. Primer so odprta vprašanja, povzemanja in izogibanje popravljanju, ki so odličen način za spodbujanje višjih ravni zadovoljstva z odnosi in skupnega razumevanja, dodajata Singley in Edwards (2015, str. 11). Tretje področje je podpora in izobraževanje udeleženih strokovnjakov v »obporodno« oskrbo za vključevanje očetov v obravnave med in po nosečnosti (nosečniški pregledi, šola za starše, porod, patronažni pregledi). Alexander, Clarke, Rushworth in Mastroyannopoulou (2020, str. 28) poudarjajo potrebno podporo zdravstvenim delavcem_kam, da bi le-ti uspešno spodbujali_e resnično sostarševstvo. Poh, Koh Seow in He (2014, str. 782) ugotavljajo, da si očetje želijo biti pretežno vključeni, obveščeni in spoštovani glede svojih interakcij med nosečnostjo. Očetje poročajo o potrebi po podpori tako svojih nosečih partneric kot tudi strokovnjakov. Kljub omenjenim željam in potrebam pa očetje opisujejo, da so iz razprav, odločanja in storitev na splošno izključeni (Fletcher in St George, 2011, str. 1107). Četrto področje je krepitev paternalne perinatalne samoučinkovitosti. Očetje imajo običajno nižjo samoučinkovitost pri starševstvu kot matere (Hudson, Elek in Fleck, 2001, str. 36). Le ta je pokazala povezavo z višjim stresom, depresivnimi simptomi in konfliktnim delovanjem

partnerskega odnosa (Sevigny, Loutzenhiser, 2010, str. 168). Za očete, ki pri skrbi za svojega dojenčka doživljajo nizko stopnjo samoučinkovitosti, je bistveno, da se čim prej vključijo v neposredno nego svojega dojenčka, kot je tolažba, previjanje, kopanje idr. (Singley in Edwards, 2015, str. 9). Socialni_e delavci_ke naj očete spodbujajo k vključevanju v skrb in nego za otroka, najlažje v obliki vsakodnevne rutine, ki si jo delita oče in otrok (npr. uspavanje, igra po kosilu, sprehod, masaža ipd).

Na najširši ravni morajo socialni_e delavci_ke prepoznati, da so moški v perinatalnem obdobju izpostavljeni povečanemu tveganju za duševne težave (Ramchandani idr., 2005, str. 473). Kljub slednjemu dognanju se večina znanstvenega in kliničnega dela na tem področju še vedno osredotoča na dobrobit mater in dojenčkov (Brockington, 2004, str. 307). Kot je bilo že omenjeno, skoraj 10 % moških doživi perinatalno depresijo (Paulson in Bazemore, 2010, str. 303), vendar med antenatalnimi ali poporodniškimi obiski običajno ne pregledujejo duševnega zdravja očetov (Spector, 2006, str. 868). Sarkadi, Kristiansson, Oberklaid in Bremberg (2008, str.156) socialnim delavcem_kam predlagajo, da očete nagovarjajo neposredno in jih med posvetovanji sprašujejo po njihovem mnenju. To bo spodbujalo njihovo vključenost in prispevke. Priznavanje prisotnosti očetov v posvetovalnici in spraševanje po njihovem mnenju ali mislih bi, kot kaže, lahko temeljito spremenilo percepcijo očetov glede storitev (prav tam, str. 162). Socialni_e delavci_ke naj bodo pri očetih še posebej pozorni_e okoli prvega rojstnega dneva otroka, saj se poporodna depresija pri očetih najpogosteje razvije v tem obdobju. Takrat naj si prizadevajo načrtovanje skupnih obiskov v pisarni, kjer se spremlja tudi duševno zdravje očetov. Singley in Edwards (2015, str. 8) poudarjata, da je za socialne delavce_ke bistveno, da prepoznajo, da lahko moški, ki doživljajo razhajanje med bolj tradicionalno moško spolno vlogo in sodobnimi pričakovanji vedenja generativnega očetovstva, med perinatalnim obdobjem doživljajo stisko. Ta stiska lahko privede do umika očeta od partnerice in otroka ter v nekaterih primerih tudi do razvoja težav v duševnem zdravju, kot so tesnoba in depresija.

3 OPREDELITEV PROBLEMA

Moj interes za perinatalno psihologijo se je začel v 4. letniku socialne pedagogike, ko smo bili pozvani k raziskovanju tem, ki v družbi predstavljajo tabu. Takrat sem se odločila za raziskovanje poporodne depresije. Ob prebiranju literature sem zasledila tudi majhen delež raziskav na tematiko duševnega zdravja očetov. Takrat sem svoje raziskovanje vseeno zadržala v polju prehoda v materinstvo in opustila radovednost, ki se je spraševala po svetu doživljanja očetovstva. Z magistrskim delom sem bila ponovno pozvana k raziskovanju in mesto je dobil interes za raziskovanje sveta očetov. V spoznavanju pojma novega očetovstva me motivirajo izkušnje in opažanja iz lastnega življenja. Moj oče je, kot bi lahko rekli, podiral norme spolnih vlog in prevzemal veliko del, za katere je v preteklosti poskrbela pogosteje mama. Tudi moj partner si bodočo vlogo očeta predstavlja v okvirjih enakomerne porazdelitve skrbi in nege. Nazadnje tudi v okolju opažam očete, ki prevzemajo aktivno vlogo pri vzgoji in skrbi za otroke. Novo očetovstvo po vsem svetu doživlja pomembne preobrazbe. Izraz »novo očetovstvo« v svojem delu uporabljam zaradi že uveljavljenega izraza v slovenskih raziskavah na področju raziskovanja očetovstva v postmoderni družbi.

V preteklosti so bile vloge med spoloma tradicionalno ločene z ženskami večinoma v vlogi skrbnic domačega okolja, medtem ko so bili moški glavni preskrbovalci družine. Devreux (2007, str. 87–103) ugotavlja, da je delitev dela med moškimi in ženskami, kjer je vse več žensk vključenih v plačano delo, spremenila tradicionalno družinsko dinamiko. To je moške prisililo, da na novo opredelijo svoje vloge pri gospodinjskih opravilih in starševskih odgovornostih. Pestvenidze in Bohrer (2007, str. 169–183) dodajata vidik tehnološkega in kulturnega napredka, ki prav tako spreminjata percepcijo vloge moških v kontekstu nosečnosti, poroda, poporodnega obdobja ter skrbi za otroke. Singley in Edwards (2015, str. 19) zapišeta, da je novo očetovstvo pod vplivom različnih dejavnikov, ki so privedli do povečanega prenosa očetovske vloge pri vzgoji otrok in ustvarjanja »novega očeta«, ki je pri vzgoji aktivno vključen. Moški svojo vlogo očeta interpretirajo skozi različne perspektive. Westerling (2023, str. 357–371) izpostavi premike proti modelom dvojne kariere in dvojnih negovalcev, kar odraža vpliv družini prijaznih politik in individualističnih družbeno-kulturnih trendov. Švab (2000, str. 248) izpostavlja dilemo, povezano z »očetovsko odsotnostjo/prisotnostjo v družini«, kjer kulturni pomeni močno variirajo. Ob tem analiza konceptov »novega« očetovstva kaže, da to ni enotno

opredeljen družbeni pojav, temveč se razlikuje po svoji raznolikosti, identitetni zmedi in ideološki dvojnosti. Arendell že leta 1997 opozarja na izrazito nestabilnost in raznolikost pojmovanja »novega« očetovstva, kar potrjuje tudi Švab (2000, str. 249), ki pravi, da je ključna značilnost tega fenomena njegova »neulovljivost« zaradi raznolikosti pojavov. Kljub raznolikosti pa obstajata dva prevladujoča modela očetovstva po vsem svetu, ki ju opisuje Tazi-Preve (2009, str. 503). Prvi model vključuje moške, ki aktivno sodelujejo pri vzgoji otrok, medtem ko je drugi model, bolj razširjen, sestavljen iz moških z minimalno vlogo pri vzgoji otrok ali celo brez nje. Ta dvojnost vključuje nasprotujoča si modela očetovstva: vpleteni in odsotni oče. Čeprav je modernost legitimizirala prvi model, postmodernost priznava tudi odsotnost očetovske vloge. Tako bistvo novega očetovstva ne leži samo v novih praksah vpletenega očeta, temveč tudi v legitimni izbirnosti družinskih vlog, ki se lahko manifestira tudi zunaj tradicionalnih okvirov heteroseksualne družine (Švab, 2000, str. 251).

V sklopu predmetnika dodiplomskega študija Pedagoške fakultete in podiplomskega študija Fakultete za socialno delo se veliko časa namenja izobraževanju za delo s starši, a se razširjeno poporodno obdobje v času zgodnjega otroštva skoraj v celoti izpusti. Kljub temu da se zavedamo, da so prva tri leta življenja za razvoj otroka ključna in da so starši primarni skrbniki, na katerih sloni odgovornost razvoja, še vedno ne posvečamo pozornosti perinatalni psihologiji. V magistrskem delu želim raziskati, kaj za očete z otroki med 1. in 5. letom, pomeni očetovstvo, kako zaznavajo lastno vlogo in odgovornost, kako se spopadajo z izzivi očetovstva ter kakšna so njihova občutja ter potrebe. S predstavitvijo doživljanja novega očetovstva želim prispevati k izboljšavi podpornih storitev in priprav na starševstvo. V stroko socialnega dela želim vnesti znanje in zavedanje o pomembnosti očetove vloge. Obstoječe raziskave novega očetovstva so na področju Republike Slovenije v večini kvantitativne narave, kar omejuje razumevanje širšega konteksta sprememb očetovstva. Kvalitativne študije so narejene predvsem v tujini, kar ovira prenos ugotovitev na okolje Slovenije. Moja raziskava je kvalitativna. Ta mi omogoča globlji vpogled v osebno perspektivo in izkušnje novih očetov sodobne družbe, specifično lastna dožemanja očetovske vloge v odnosu do otrok v zgodnjih letih v Sloveniji. Raziskovala bom očetovo doživljanje lastne odgovornosti v prvih petih letih otrokovega življenja, kako se soočajo z izzivi očetovanja in kakšno podporo bi pri prehodu v očetovstvo potrebovali. Z zagotavljanjem poglobljenih vpogledov v doživljanje lastne vloge in vpliva na zgodnje otroštvo v slovenskem okolju želim zapolniti obstoječe vrzeli v znanju.

Pristop ne bo doprinesel le k bolj celovitemu razumevanju tematike, ampak bo ponudil tudi smernice za bolj celostne in vključujoče prakse vključevanja očetov v skrb in nego otrok.

Raziskovalna vprašanja:

- Kako očetje v Sloveniji doživljajo svojo vlogo in odgovornosti v prvih petih letih otrokovega življenja?
- Kako se očetje v Sloveniji soočajo z izzivi usklajevanja družinskih obveznosti in poklicnega življenja v prvih letih otroštva njihovih otrok?
- Kakšno podporo potrebujejo očetje v Sloveniji pri prehodu v očetovstvo in kakšne so njihove izkušnje z obstoječimi viri podpore?

4 METODOLOGIJA

4.1 Vrsta raziskave

Raziskava, ki sem jo izvedla, je kvalitativna, empirična in poizvedovalna oziroma eksplorativna. Pri kvalitativni raziskavi osnovno izkustveno gradivo, zbrano v raziskovalnem procesu, predstavljajo besedni opisi ali pripovedi, ki sem jih pridobila s spraševanjem. Pridobljeno gradivo je bilo obdelano in analizirano na besedni način (Mesec, 2019, str. 11). Raziskava je tudi poizvedovalna, saj sem z njo želela identificirati probleme, jih ustrezno oblikovati ter spoznati nekatere ključne značilnosti področja, o katerem ni veliko strokovne literature in raziskav. To ne velja le za področje socialnega dela, temveč za Slovenijo nasploh (Mesec, Rape Žiberna in Rihter 2009, str. 80). Ker sem zbiral novo, neposredno izkustveno gradivo, ima raziskava tudi empiričen značaj (Mesec, Rape Žiberna in Rihter 2009, str. 84).

Teme, ki sem jih raziskovala v empiričnem delu magistrskega dela, so:

- vloga in odgovornost očeta v zgodnjem otroštvu
- družbeni vplivi in pričakovanja vezana na vlogo očetovstva v Sloveniji sedaj in v preteklosti
- percepcija vloge očeta in matere v družini
- učenje in oblikovanje očetovske vloge
- usklajevanje poklicnega in družinskega življenja očetov
- izzivi usklajevanja poklicnega in družinskega življenja
- delitev dela med očetom in materjo
- spremembe v partnerskih odnosih po rojstvu otrok/a
- spremembe v življenju in odnosih zaradi očetovske vloge
- potrebe očetov po podpori ob prehodu v očetovstvo
- izkušnje z obstoječimi viri podpore
- možne izboljšave psihosocialne podpore moškemu ob prehodu v očetovstvo.

4.2 Merski instrumenti in viri podatkov

V raziskavi sem kot merski instrument uporabila smernice za delno strukturiran intervju (glej prilogo 10.1). Na podlagi teoretičnih izhodišč teme raziskovanja in ob pomoči mentorice in somentorice so bile smernice za intervjuje vnaprej pripravljene. Vprašanja sem v pogovorih z očetmi ustrezno prilagajala ter dodajala podvprašanja glede na njihove odgovore. Za pridobitev raznolikih besednih opisov sem uporabila odprta vprašanja, ki so bila tematsko razdeljena glede na raziskovalna področja.

4.3 Populacija in vzorec

V raziskavo sem vključila populacijo očetov z otroki, starimi med enim in petim letom starosti. Vzorec sestavlja deset oseb moškega spola, ki živijo v Osrednjeslovenski regiji in se identificirajo z vlogo očeta. Očetje so bili v času intervjujev stari med 28 in 55 let. Vzorec je bil priložnosten in neslučajnosten, saj sem intervjuje opravila z osebami, ki so mi bile dostopne in so privolile v sodelovanje pri raziskavi. Zavedam se, da problematika očetovstva ni omejena le na Osrednjeslovensko regijo, saj se z izzivi sodobnega očetovstva srečujejo očetje po vsej Sloveniji, pa tudi širše, in z vzorcem vse te raznolikosti nisem mogla zajeti.

Značilnosti vzorca

Oznaka udeleženca	starost očeta	zakonski stan	število in spol otrok	starost otrok (prvi otrok, drugi otrok)
A	34 let	poročen	2 sinova	5 let in 6 mesecev, 10 mesecev
B	30 let	v partnerski zvezi	2 sinova	1 leto in 11 mesecev, 3 mesece
C	34 let	v partnerski zvezi	1 hčerka	2 leti
D	40 let	poročen	1 hčerka	4 leta
E	36 let	poročen	1 hčerka	2 leti
F	55 let	v partnerski zvezi	1 hčerka	5 let
G	28 let	ločen	1 hčerka	5 let
H	32 let	poročen	2 sinova	3 leta, 2 meseca
I	32 let	poročen	1 sin	1 leto in 2 meseca
J	30 let	poročen	1 hčerka, v pričakovanju drugega otroka	3 leta

Šest očetov je bilo v času intervjujev poročenih, trije so bili v partnerski zvezi in en je bil ločen. Povprečna starost očetov je bila 35,1 let, povprečna starost otrok pa je bila 4,1 leto. Skupaj so imeli 13 otrok, od tega so imeli trije očetje dva sinova, pet očetov je imelo eno hčerko, en oče je imel enega sina in en oče je imel hčerko in pričakoval drugega otroka.

4.4 Zbiranje podatkov

Podatke sem zbirala z metodo spraševanja, konkretno z delno strukturiranim intervjujem. Sogovornike sem k sodelovanju povabila preko klica ali sporočila. Z očetmi, ki so se odzvali na povabilo pritrdilno, smo se dogovorili za lokacijo in termin intervjuja. Intervjuji so potekali v živo ali preko spletne aplikacije google meet med majem in oktobrom 2024. Pogovori so trajali med 45 minut in uro in pol. Z enim udeležencem sem intervju izvedla v javni knjižnici Mestne občine Ljubljana, tri intervjuje sem izvedla pri udeležencih doma, en intervju v pisarni udeleženca in pet intervjujev preko spletne aplikacije google meet. Pred začetkom vsakega intervjuja sem z udeleženci sklenila dogovor o sodelovanju, seznanila sem jih z namenom intervjuja in temami, ki jih bomo naslavljali. Dogovorili smo se, koliko časa imamo na voljo, zagotovila sem jim anonimnost in povedala, da, v kolikor na vprašanje ne bi želeli odgovoriti, imajo to možnost. Za lažje prepisovanje in analizo podatkov sem vprašala za dovoljenje snemanja intervjuja.

4.5 Obdelava in analiza podatkov

Podatke, ki sem jih v intervjujih zbrala, sem obdelala kvalitativno. Zbrano gradivo sem v prvi fazi dobesedno prepisala. Za večjo avtentičnost izraženih misli in doživljanj sem gradivo ohranila v jeziku sogovornikov. Nato sem z oznako intervjuja in zaporedno številko označila vse relevantne izjave. Izjave sem zatem prepisala v razpredelnico in z odprtim kodiranjem izjavam določila pojme oziroma kode, kategorije, nadkategorije, katere sem nato združevala v teme. Za lažjo analizo sem izvedla tudi osno kodiranje. Postopek analize je viden v prilogah, kjer prilagam primer transkripta intervjuja (priloga 10.2), primer odprtega kodiranja intervjuja (priloga 10.3.1) in celotno osno kodiranje (priloga 10.3.2).

5 REZULTATI

5.1 Razumevanje očetovske vloge

Udeleženi v raziskavi razumejo **ново očetovsko vlogo v Sloveniji** kot bistveno širšo in bolj kompleksno kot v preteklosti (*»Se mi zdi da, kakor tudi vidim no, da je vloga očeta vseeno širša, kakor je bila včasih.«* (B5)), pri čemer poudarjajo vključenost v vse skrbstvene aktivnosti glede otroka (*»Kar se tiče skrbi za otroka, sodelujemo pri vseh stvareh; priprava hrane, uspavanje, kopanje in vsega tega.«* (H5)) in večjo vključenost v gospodinjska opravila ter izobraževanje otrok (*»Mislim, da je zelo vključen, tudi v gospodinjska opravila, nego in izobraževanje otroka, veliko bolj kot včasih.«* (E3)). Mlajše generacije očetov vse bolj prepoznavajo pomembnost svoje vloge ne le v družinskem življenju, ampak tudi pri oblikovanju čustvenih vezi z otroki (*»Se mi zdi, da pri mlajših, takih kot sem jaz, da razumemo pomembnost očetovske vloge in da se stvar že spreminja.«* (I5c)). Razliko izpostavijo tudi v raznolikosti vlog, ki jih oče sedaj prevzema (*»Včasih se mi je zdelo, da je bila bolj striktno samo finančna (B6a), zdaj pa tudi čustvena in vse, kar pride zraven in vzgojna.«* (B6b)). Opozorijo tudi na bolj jasno delitev dela v preteklosti, ko je bila skrb za otroka na strani mater (*»Včasih so mogoče to (skrb za otroke) bolj označeval za žensko stran«* (E7)) in skrb za finance na strani očetov (*»Enostavno vloga očeta je bila razumljena drugače, takrat je bilo bolj to, da je bil oče v službi, da je za družino bolj poskrbel finančno, v kakšnih stvareh tudi bil opora ženi in ni bilo toliko časa namenjeno za otroke.«* (A4)). Polovica očetov izpostavi vidik prevzemanja skrbi za otroka v Sloveniji sedaj kot glavnino očetovske vloge (*»Očeta vidim kot nekoga, ki definitivno skrbi za otroke.«* (B3)). Oče, ki izpostavi drugačen vidik vloge očeta, poudari pomembnost podpore partnerici, da lahko ta bolje poskrbi za otroka (*»Mama ima fokus na otroka, oče pa ima fokus na mamo, da jo podpira pri tem, da lahko daje vso ljubezen, ki jo ima, otroku.«* (G4b)). Tudi ostali očetje velik del lastne vloge prepoznavajo v podpori partnerici, ki jo označijo za drugačno kot v preteklosti (*»Neke drugačne pomoči partnerici, kakor je bila prej.«* (H7)). V odnosu do partnerice nekateri očetje izpostavijo nepopolno enakopravnost in samostojnost očetovske vloge (*»Ne bom rekel, da smo si čisto enakovredni pri vsem, ker si nismo, ampak mislim, da lahko očetje veliko stvari sami zmoremo in tudi želimo tako.«* (A3)), drugi pa lastno vlogo očeta prepoznavajo kot enakovredno materini vlogi (*»Pri sovrstnikih ni več tistega, da je mama za otroke in oče za denar in službo. Oba sta enakovredna.«* (J3)). Eden izmed udeleženi v raziskavi izpostavi

drugačen vidik novih očetov, in sicer tistih, ki so se za otroke v življenju odločili kasneje. Ti naj bi se še vedno posluževali stereotipnega razmišljanja, da naj mama skrbi za otroka in naj imajo očetje druge prioritete, medtem ko so v skrb za otroka vključeni manj (*»Pri nas opažam, da se večina premalo ukvarja z otroki, je pri nas še vedno stereotipno, da je mama ta glavna, ki skrbi za otroka.«* (I4)).

Razumevanje lastne očetovske vloge opisujejo s treh vidikov: vloga očetov v odnosu do družine, ki jo izpostavi večina (*»Da poskrbim, na nek način za družino.«* (H8)); vloga očeta v odnosu do otrok, ki jo izpostavijo vsi (*»Jaz v bistvu skušam biti čim bolj vpet.«* (A6)), in vloga očeta v odnosu do partnerice, ki jo ravno tako izpostavi večina (*»Velik del očetovstva, da pomagaš svojemu partnerju in si tam zanj, ko rabi nekoga, tudi ko rabi 'unih' svojih 5 minut. Da ne očitaš, ampak priskočiš na pomoč.«* (C6)). V lastni **vlogi očeta v odnosu do družine** prepoznajo odgovornost za emocionalno in finančno podporo družini (*»Predstavljaš nek steber opore v trenutkih in situacijah, ki niso najlažje, takrat ko je pač nek 'stragel', jo podpiraš in emocionalno in finančno podpiraš celo družino.«* (G5)) in pomembnost prisotnosti v družini (*»Da si več prisoten.«* (B9)). Oče dveh otrok izpostavlja enakovrednost treh očetovskih vlog v odnosu do družine – finančno, čustveno in vzgojno odgovornost (*»Meni so vse tri (vloge) enako pomembne, je pa res, da odvisno od faze; če govorimo o teh dveh letih, so različne prevladovale.«* (B7)), pri čemer meni, da je ob enem otroku večja finančna odgovornost (*»Na začetku, ko je bil sam en, pa kaj je bil tam tri mesece star, je bila finančno bolj pomembna.«* (B8a)), ob dveh pa sta v ospredju čustvena in vzgojna odgovornost (*»Zdaj ko sta pa dva (otroka), mi je pa vseeno bolj pomembna ta čustveno vzgojna 'ane'.«* (B8b)). Očetje v lastni vlogi očeta v odnosu do družine izpostavijo še druženja s starši drugih otrok kot komponento vpetosti v družinsko dinamiko (*»Hodim na druženja z drugimi starši.«* (A7b)). Sebe kot **očeta v odnosu do otroka** prepoznajo kot pomembno figuro pri njegovem razvoju (*»Sigurno ena najbolj pomembnih figur v otrokovem življenju sta oče pa mama.«* (I3)), ki je vključena v skrb in vzgojo otrok (*»Nikoli nisem imel težav s previjanjem, kopanjem, umivanjem ali uspavanjem.«* (J33)), in preživi čim več časa z otrokom (*»Predvsem sem mu veliko časa posvetil.«* (I9)). Lastno vlogo v odnosu do otroka oče opiše kot vzor pri vedenju in učenju, drugi oče pa doda pomen privzgoje vrednot, kot so delo, družina in šport (*»Da privzgojim prave vrednote, se pravi delo, nujno da je vrednota 'ane', družina, šport, take zadeve. To, kar je meni blizu, a ne.«* (B10)). Kot aktivnosti, vezane na vlogo očeta v odnosu do otrok_a, očetje naštevajo samostojno spremljanje otrok na aktivnosti, udeležbo na roditeljskih sestankih in

posvetih z vzgojiteljico, skrb za otroka ponoči, ko se preneha dojit, podporo starejšemu otroku ob spremembi družinske dinamike ob rojstvu drugega otroka, uvajanje otrok v vrtec, spodbujanje druženja z drugimi otroki in spodbujanje gibalnega razvoja z vožnjo kolesa, plavanjem, pohodi ter vzgojo otroka. Dva očeta izpostavita pomembnost otrokove svobodne izbire in očetove podpore pri izbiranju lastnih odločitev (*»Jaz hočem otroku dati čim več svobode, da se bo 'tudi' kot starejši čim več stvari sam odločal.«* (I6)). Eden izmed očetov čuti, da se njegova vloga očeta s starostjo hčerke veča (*»Se mi zdi, da se vloga očeta potem s starostjo otroka veča.«* (F3)). V **vlogi, vezani na odnos do partnerke**, izpostavijo oporo (*»Jaz tudi upam, da sem v oporo partnerki.«* (C6)) in razbremenitev partnerice (*»Čim več naredit, da sem razbremenil partnerko.«* (F4a)), pomoč pri skrbi za otroka_e (*»Se mi zdi, da sem zelo vključen, nisem samo prisoten, ampak veliko pomagam ženi.«* (E5)) in (delno) prilagajanje (*»Kako lahko najbolje pomagam ženi pri vsakodnevnih stvareh, prilagajanje temu, da bo vsem v redu.«* (H9)). Eden izmed očetov še posebej poudari, da je prva prioriteta očeta podpora partnerici in nato skrb za otroka (*»Oče je v prvi fazi 'support' mame, potem pa skrbi za otroka.«* (G9)). Spet drugi omenja dogovor med staršema, da oba zagovarjata isto odločitev v pričo otrok, tudi takrat ko se ne strinjata (*»Midva sva tako dogovorjena, da v pričo otroka kaževa v eno smer, čeprav se ne vedno strinjava.«* (D10)). Oče z izkušnjo razveze izpostavi razumevanje lastne vloge očeta pred razvezo, ki je zaznamovana s podporo partnerici (*»Prej sta se vlogi razdelili, da si še bolj imel vlogo očeta v smislu, da si bil podpora, mogoče na nekih točkah ti 'back up'.«* (G7a)) in razumevanje lastne vloge očeta po razvezi, ki zajema tako vlogo mame kot očeta (*»Rabim biti v obeh vlogah, ne morem reči, ja, to je tvoja meja in danes ti ne dobiš nobene tolažbe, ker tvoje mami ni, da bi ti nudila to tolažbo. Tako da probaš vkomponirat obe vlogi v to eno osebo.«* (G7b)).

Očetje v raziskavi poročajo o različnih pristopih k **delitvi dela med partnerjema**, pri čemer mnogi izpostavljajo spontano in fleksibilno razdelitev nalog (*»Glede gospodinjskih opravil imava z ženo 'pošlihtan', skupaj delava vse.«* (H21)), ki pogosto temelji na osebnih preferencah (*»Čisto vsa skrb in gospodinjska opravila so res razdeljena, je pa res tako, da tisto, kar komu bolj ustreza. Meni je boljše kuhinjo pospraviti, kot pa hčerko uspavati. Fizično sem v redu, ampak psihično me tisto izmuči.«* (D13)) in službenih obveznostih (*»Z ženo imava čisto razdeljeno, enkrat en, drugič drug, če ima kdo kaj v službi dlje, se dogovoriva.«* (D28)). Čeprav nekateri očetje izpostavljajo enakovredno delitev, drugi priznavajo, da določene naloge (pospravljanje, kuhanje, organizacija, vezana na otroške dejavnosti) v večji meri prevzamejo njihove

partnerice (*»Večinoma partnerka pere obleke, pomiva, jaz ne najdem časa za to.«* (C25)), (*»Ona je sigurno, bi rekel, da prevzema večji del, tudi pri organizaciji vsega okrog otroka.«* (F6)). Večji delež skrbi, vezan na partnerico, je v nekaterih primerih povezan s specifičnimi okoliščinami, kot je dojenje ali čas, ki ga oče preživi doma zaradi službenih obveznosti (*»Pri prvem otroku je večino skrbi prevzela žena, ker sem bil (zaradi službe) manj doma.«* (B15)). V nekaterih družinah delitev dela vključuje bolj tradicionalne razmejitve nalog, kot na primer, da žena skrbi za kuhanje, oče pa za zunanja opravila, kot je košnja trave (*»Če je trava za pokosit, jo pokosim jaz, medtem ko žena poskrbi za notranjost hiše.«* (D4b)) ali pa nakupovanje oblek za otroka (*»Nakup oblek, imata žena in njena mama čez.«* (E13)).

Udeleženi v raziskavi **razliko v vlogi očeta in matere** opisujejo z različnim pristopom k igri (*»Pri igranju recimo imava spet malo različne pristope, ona ima bolj mogoče malo bolj tak pedagoški pristop, kadar se ona igra, v ospredje postavi učenje ali pa kakšno stvar sporočiti otrokom skozi to igro. Medtem ko jaz, se mogoče lažje vživim v vlogo otroka in v bistvu sva kot dva otroka potem, je malo drugače.«* (A13)) in poudarijo, da ima mama pri igri namen učenja otroka, oče pa se z otrokom vživi v bolj »otroško« igro. Nekateri menijo, da je mama bolj ustvarjalna kot oče in da oče poskrbi za bolj športne aktivnosti (*»Razlika je največja v tem, da bo žena veliko več z njima delala na ustvarjalnih stvareh, jaz bom pa več časa z njima delal neke aktivnosti, ali vožnja s kolesom, igra v parku.«* (H11)). Prav tako nekateri očetovo vlogo vidijo kot bolj strogo (*»Pri nama je tako, da sem bolj strog, kot je mama.«* (I12)), saj oče v večji meri kot mama postavlja meje (*»Si ti načeloma tisti, ki še bolj kot mama, postavljaš meje otroku.«* (G6)). Eden poudari, da je oče odgovoren za bolj agresivno igro (*»Da je oči za te malo bolj agresivne igre.«* (H6)), drugi pa, da je v primerjavi z mamo bolj odločen (*»Se mi zdi, da ima mama vlogo bolj to, nežnost, bolj ... težko je povedat. Npr. če je otrok nemiren, ga mama bolj pomiri, oče je pa tisti, ki je bolj odločen 'ane'.«* (D8)). Vlogo mame označijo z večjo čustveno odgovornostjo do otrok (*»Ampak mogoče njena vloga je vseeno bolj čustvena.«* (B12)), večjo sposobnostjo nežnosti in skrbnosti (*»Vidim, da sem veliko manj skrben. Mogoče res ta skrb, da jo imajo mame drugače razvito kakor mi.«* (C9)) ter poudarijo, da se otrok (vsaj za čas dojenja) ob mami počuti bolj varnega (*»Kar pa je razlika še, da mu ona da, da se ob njen počuti bolj varno kot ob meni.«* (I13b)).

Ob vprašanju **družbenega pritiska na očete v današnjem času** nekateri očetje odgovarjajo, da družbenega pritiska ne občutijo in da ne vpliva na njihovo vedenje v vlogi očeta (*»Ne dajem vrednosti na to, mi je dosti vseeno, kaj drugi mislijo.«* (E15)). Eden izmed očetov izpostavi, da

pritisk norčevanja iz vključenega očeta danes ni več prisoten (*»Po moje ni več kakšnega pritiska, da če oče pomaga več, kot je bilo včasih mogoče pričakovano, ni nobenega pritiska ali pa, da bi se kdo norčeval.«* (C14)) in doda, da se danes vključenega očeta sprejema (*»Čutim, da so ljudje sprejeli, da so očetje malo bolj vključeni.«* (C15)). Nekaj manj jih navede, da občutijo pritisk. Eden izmed očetov pove, da občuti finančni pritisk preskrbe družine (*»Se mi zdi, da je še vedno en močen pritisk na očetih, da morajo res poskrbeti za družino, predvsem iz finančnega vidika.«* (B20)), za katerega meni, da je vzrok stisk pri številnih očetih (*»Bi rekel, da so mogoče v kakšni stiski, glih zaradi tega, ker pač ne morejo finančno dobro poskrbet, kot se pričakuje od njih.«* (B21)). Drugi opaža, da je velik pritisk na oba starša in posledično na partnersko zvezo zaradi visokih pričakovanj družbe za razvoj in uspeh otroka (*»Velik, posledično tudi na partnersko zvezo, v tem smislu, da pač, ker so pričakovanja ful velika.«* (G16)). Za **merilo dobrega očeta** nekateri navajajo količino in kvaliteto skupnega časa z otrokom (*»Dobrega očeta družba označi po tem, koliko časa si vzame za otroka in kvaliteta tega časa.«* (J14)). Posamezniki pa k pomembnosti časa dodajo zavestno vključenost v skrb za otroka (*»Pa da ko si z otrokom, da si prisoten in zavesten, da nisi z glavo drugje ali pa na telefonu.«* (I17a)). Spet drugi merilo dobrega očeta izpostavijo glede na perspektivo partneric (*»Za ženske je dober oče ta, ki se ful ukvarja z otroki, kok pozornosti jim posvetiš.«* (H15)) in glede na perspektivo dobrega očeta v očeh otrok (*»Tkoda merilo bi reku, da je odziv otrok na očeta.«* (H16)), ki ga prepoznava v pozitivnem odzivu otroka.

Pri vprašanju glede **družinskega vsakdana** med delovnimi dnevi očetje odgovarjajo, da največ časa preživijo z otroki zjutraj in popoldne. Skupno jutro in skupno popoldne z otroki je kot pomemben del dneva navedla večina očetov (*»Ampak recimo, če je delovni dan, da moram v službo, potem zjutraj dobro uro, recimo preden grem v službo, potem ko pridem iz službe, je to okrog pol štirih, štirih, pa v bistvu do večera.«* (A14)). Nekateri so ocenili svoj čas z otroki v okviru dveh ur dnevno pri prvem otroku, treh ur dnevno ali štirih ur dnevno ob obeh otrocih. Velik delež očetov je izpostavilo, da celoten konec tedna preživijo z družino (*»Za vikend smo 'skos skupi'«* (C12)). Jutranje aktivnosti vključujejo skupno zburjanje, pripravo otrok na dan in čas za igro (*»Zbudimo se po navadi ob pol osmih, smo skupaj, se skupaj malo poigramo, spijemo kavo.«* (C24)). Nekateri očetje prevzemajo specifične naloge, kot so oblačenje starejšega otroka in previjanje mlajšega (*»Zjutraj poskrbim za to, da preoblečem otroke in previjem ta malega.«* (A29a)), ali pa starejšega peljejo v vrtec, medtem ko partnerica poskrbi za mlajšega (*»Jaz se v bistvu večinoma s starejšim ukvarjam, partnerka pa z mlajšim.«* (B39)).

Popoldnevi so namenjeni raznolikim skupnim aktivnostim, kot so sprehodi, vožnja s skirojem ali kolesom (*»Drugače pa se greva popoldne ven, vozit s skirojem, s kolesom.«* (F8)), obiski igralnic ob deževnih dneh (*»Ob deževnih dneh jo peljem na razna igrala.«* (E29)), organizirane dejavnosti, kot je vadba za malčke (*»Ob torkih hodili v atlantisa, vadba malčkov.«* (E28)) in obisk sorodnikov. Nekateri očetje preživijo z otroki do šest ur popoldne. Večeri za enega izmed očetov predstavljajo največji izziv, predvsem zaradi zahtev po umirjanju otroka (*»Večerni del je najtežji, treba je otroka umirit.«* (D32)). Večerna rutina vključuje skrb za higieno, branje pravlji in pripravo otrok na spanje. Ko otroci zaspijo, eden izmed intervjuvanih očetov poskrbi še za gospodinjska opravila (*»Ko ostali člani družine že spijo, da ga potem pozno zvečer naredim – pospravljanje igrač, pomivanje posode, take stvari.«* (A33)).

5.2 Usklajevanje družinskih obveznosti in poklicnega življenja

Med **zaposlenimi očetmi** (polovica intervjuvanih) dva poročata o uspešnem usklajevanju družinskih obveznosti in poklicnega življenja (*»Se mi zdi, da se lepo usklajujemo z vsemi.«* (H24)), pri čemer je usklajevanje lažje, ko gre otrok v vrtec. Kot **dejavnike uspešnega usklajevanja, vezanega na službo**, nekateri navedejo fleksibilen delovni čas (*»Ko pa imam ta gibljiv čas, pa lahko bolj razpolagaš s časom, en dan lahko malo potegneš, drug dan greš malo prej.«* (D30)) in možnost dela od doma (*»Če je karkoli treba, delam od doma.«* (J20)), ostali pa navedejo še prilagodljivost službe (*»Imam to srečo, da imam tako službo, ki ima dosti fleksibilnosti.«* (A23)), zgodnji začetek delovnika (*»Moja služba dopušča, da zgodaj začnem in zgodaj končam s službo.«* (J4)), predvidljiv urnik dela (*»Imam tako službo, ko oddelam 8 ur, je to to.«* (H23)), bližino službe (*»Tudi to srečo, da imam službo dokaj blizu.«* (A25)), podporno delovno okolje (*»Ampak se mi zdi, da zaenkrat to v redu funkcionira, tako da če se kadarkoli in karkoli zgodi v vrtcu, imam tudi možnost, tako ga iskati in mi ne bo nihče nič očital ali pa rekel.«* (A24)), podporo delodajalca (*»Imam tudi neko razumevanje delodajalca.«* (A26)) in sodelavcev (*»Sodelavci mi grejo na roko.«* (J21)) ter možnost dopusta kadarkoli (*»Lahko dopust vzamem z lahkoto, kadarkoli.«* (H26)). Glede **dejavnikov uspešnega usklajevanja, vezanih na lastno delovanje**, zaposleni očetje izpostavijo sposobnost ločevanja službe in prostega časa (*»Ko grem iz službe, da v večini primerov imam pač prosti čas naprej, da se ne ukvarjam s službo.«* (A27)), vzeti čas za prijatelje in se fizično ter psihično odmakniti od vsakdanje rutine (*»Se moraš kdaj izklopiti iz vsakodnevne rutine.«* (E17)), skrb zase v obliki

športa z otrokom (*»Ne smeš pozabiti nase, na zdravo telo in zdrav um. Moraš si vzeti čas za 'pošportat', velikokrat ta čas vključuje otroka.«* (E16)), medsebojno razumevanje v partnerskem odnosu (*»Moji jaz zdaj samo rečem, midva sva že 20 let skupi, zdajle imam 200 pritiska, zmatran sem pa še lačen, pa pol gre ona kar stran, pa pride potem nazaj.«* (D58)) in postavljanje družine kot prioritete (*»Nikoli služba ne bo prišla pred neko dejavnostjo, ki jo imamo načrtovano.«* (H25)). Pod **izzive usklajevanja družinskega in poklicnega življenja** eden izmed očetov uvrsti predvidevanje in načrtovanje (*»Vidim, da nisem najboljši načrtovalec, mogoče, če bi se bolj temu posvetil, bi lahko malo v naprej predvidel.«* (A28)). Pri drugi polovici očetov, ki so **samostojni podjetniki**, eden izmed očetov usklajevanje službe in družine označi kot zahtevno (*»Ja, težko, zelo težko.«* (B28)), drugi pa je z usklajevanjem zadovoljen (*»Se mi zdi, da dobro usklajujem, tudi počutim se 'kul', tako da, ja, to.«* (I22)). Kot **dejavnike uspešnega usklajevanja, vezanega na službo**, večinoma izpostavijo fleksibilnost urnika dela (*»Do neke mere si jaz lahko urnik prilagajam pa optimiziram.«* (B33)) in delo od doma (*»Imam to srečo, da sem lahko več doma, ker lahko delam od doma.«* (C18)). Kot **dejavnike uspešnega usklajevanja, vezane na lastno delovanje**, očetje, ki so samostojni podjetniki, izpostavijo predajo dela pomočnikom (*»En del dela sem predal še fantoma, ki delata pri meni.«* (B34)), pripravljenost sprejeti izgubo stranke v zameno za več časa z družino (*»Moraš biti pripravljen sprejeti, da boš zgubil stranko, zato da boš več doma.«* (B35)), sprijazniti se z manj zaslužka (*»To je bilo v bistvu mogoče meni največji 'challenge', v smislu, glej mogoče pa zaslužim manj 'keša' ampak s tem se boš moral sprijazniti.«* (B36)), postavljanje družine kot prioritete tako doma kot v službi (*»Tudi v službi sem povedal, da mi je družina daleč najbolj pomembna, največ vrednot dajem na družinsko življenje, potem pa vse ostalo.«* (C21)), vsakodnevno postavljanje prioritete dela (*»Ja, vedno imam prioritete in kakor si jih razvrstim, tako se jih tudi lotim.«* (I19)), prilagajanje na ultimat s strani partnerke (*»Največji faktor tukaj je imela partnerka, morala mi je postaviti ultimat.«* (B29)), dva očeta izpostavita pomembnost skrbi zase skozi šport (*»Tudi osebni čas rabiš, večinoma si osebni čas s športom 'filam', tenis.«* (C23)) in oče z izkušnjo razveze uradno delitev časa z otrokom označi kot dejavnik uspešnega usklajevanja (*»Mogoče je na nek način lažje, ker je ta 'čas zame' že razdeljen.«* (G27)). Očetje, ki so **samostojni podjetniki**, kot **izzive** navedejo deloholizem (*»Sem malo deloholik.«* (B30)), podjetniški pritisk (*»In mi je bilo težko pustiti delo, sploh ker gre za mojo firmo, mi je še toliko težje.«* (B31)), nepredvidljivost projektnega dela (*»Je pa pri meni ta večni problem služba, ko dobim projekte, me res po cele dni ni domov in to je ena stvar, ki slabo vpliva na vse skupaj.«* (F5)), ki povzroča

stalen časoven pritisk in stres, ki negativno vpliva na družino (*»Si stalno v neki zamudi, pod časovnim pritiskom, stresom in to seveda slabo vpliva na družino.«* (F18b)).

5.3 Spremembe odnosov na prehodu v očetovstvo

Skoraj vsi očetje so v času prehoda v očetovstvo opazali spremembe v partnerskem odnosu (*»Prej, ko sva bila sama, je to vse drugače zgledal, več svobode, več prostega časa.«* (D34)), približno polovica spremembe v sorodstvenih odnosih (*»V bistvu bližnji prijatelji in sorodniki so v bistvu hitro sprejel, da so pač del zdaj malo drugačne družine, malo drugačne dinamike.«* (A37)) in vsi spremembe v prijateljskih odnosih (*»Druge aktivnosti počneš in se za vedno odtujiš.«* (D41)). V **partnerskem odnosu** nekateri sogovorniki niso zaznali večjih prilagoditev (*»Večjih prilagoditev ni bilo.«* (A34)), drugi pa so pri prvem otroku spremembe občutili kot manj izrazite (*»Ziher v prvem prehodu manj trpi.«* (B47a)). Za nekatere so bile spremembe obvladljive, pri čemer so izpostavili pomen ohranjanja spolnega življenja (*»Tudi spolno življenje mora biti.«* (E35)) in večje vzajemne pomoči (*»Prilagajava se z vzajemno pomočjo.«* (I26)). Veliko pogovora in skupno reševanje izzivov je eden izmed sogovornikov označil kot ključna dejavnika pri premagovanju težav (*»Probava, veliko se pogovarjava, tako da s tem se mi zdi, da rešimo večino problemov, ki jih zato potem sploh ni.«* (I27)). Na drugi strani so nekateri očetje poročali o velikih spremembah v odnosu (*»So velike spremembe, sploh po rojstvu imajo ženske tele hormonske težave in to.«* (F19)), zlasti pri družinah z dvema otrokoma, rojenima v kratkem časovnem obdobju, kar je imelo velik vpliv na dinamiko odnosa (*»Dva otroka v kratkem času ful vplivata ane.«* (B42)), predvsem pa je bila preobremenjenost razlog za občutek, da odnos trpi (*»Tok je skos enih stvari, da na partnerskem odnosu težko delaš in odnos ziher, v tem obdobju trpi.«* (B46)). Posamezniki pa se s spremembami soočajo počasi in s težavo. Pomanjkanje časa v dvoje je bil eden najpogostejše omenjenih izzivov, saj je polovica sodelujočih očetov poudarila, da sta prosti čas in svoboda postala redkejša (*»Je tudi najin odnos trpel zaradi tega, ker sva imela zelo malo časa drug za drugega.«* (F35)). Večina dejavnosti in pozornosti je usmerjena na otroke (*»Vse se vrti okoli otrok.«* (H30)). Kljub izzivom so nekateri našli rešitve za ohranjanje partnerskega odnosa, na primer z varuško, ki je omogočila čas za zmenek (*»Ko sva imela samo enega (otroka) je bilo še dobro, ker sva imela tudi varuško, pa sva lahko midva šla potem na zmenek.«* (B45)). Eden izmed očetov pove, da sta se s partnerico prilagodila z uporabo prilagojene komunikacije pred starejšim otrokom

(»Ko je starejši sin že 5 in pol, da je treba kdaj prilagoditi najino komunikacijo – če je kakšna napetost, jo je treba na drugačen način skomunicirati.« (A36)). Kljub temu so napetosti v odnosu pogosto prisotne, kar se kaže v konfliktih in občutku, da je življenje zdaj težje kot prej (»Otrok naju včasih vrže iz tira in to prenašaš na partnerja, so nekatere spremembe.« (J25)). Eden izmed očetov je prihod otroka označil za veliko spremembo, saj sta ob tem prvič s partnerico začela skupaj živeti (»Velik iz tega razloga, ker midva prej nisva skupaj živela.« (G29)). Glede **sprememb v sorodstvenih odnosih** eden izmed sogovornikov izrazi, da so sorodniki novo dinamiko sprejeli hitro, prav tako so brez problemov sprejeli njegovo novo vlogo očeta (»Ni bilo nikoli težav s tem, se mi zdi, da so kar hitro sprejeli to, pač moja novo vlogo in da ni bilo problema.« (A37)). Nekoliko več jih meni, da imajo po rojstvu otroka več stika s sorodniki, kar je pripomoglo tudi k večji povezanosti med njimi (»Okrog družine se vidimo toliko kot prej ali pa še več. Odnosi so ostali super, oziroma so še boljši, kot so bili.« (H31)). Eden izmed očetov doda, da se je spremenil njegov odnos z mamo, saj ima sedaj v vlogi očeta z njo več pogovorov o otroku in manj pogovorov o osebnih zadevah (»Tako da to se spremeni, ni več takih pogovorov, osebnih med nama z mami, je vedno bolj otrok.« (I31B)). Glede **sprememb v prijateljskih odnosih** nekateri sogovorniki niso zaznali večjih sprememb v svojih prijateljskih odnosih (»Prijateljski odnosi se pa pri meni niso res zadosti spremenili, ker sem imel vedno dost ozek krog.« (B52)), pri drugih so bile spremembe zmerne – število stikov s prijatelji se je minimalno zmanjšalo (»Pač kar se je spremenilo mogoče, da se je minimalno zmanjšalo, koliko smo se videli.« (B53)), druženje pa je postalo manj pogosto (»Mislim ja, s prijatelji, da imaš manj časa.« (E34)). Kljub redkejšim srečanjem eden izmed sogovornikov poudari, da so ta bolj kakovostna (»Če želiš, se vidiš, se manjkrat, ampak takrat bolj kvalitetno.« (E41)). Na drugi strani pa so nekateri očetje poročali o zmanjšanju števila prijateljev (»Pa predvsem se je zožil ta krog na res te najbližje.« (D40)), pri čemer so stik prekinili predvsem s tistimi, s katerimi so že prej komunicirali redkeje, pogosto so se odtujili tudi od samskih prijateljev ali od prijateljev brez otrok. Kljub spremembam so mnogi očetje uspeli vzdrževati najtesnejša prijateljstva (»S prijatelji in družino se mi zdi, da ni bilo nekih sprememb.« (B52)), a poudarjajo, da je potrebnega več načrtovanja (»Mogoče malo se je treba v naprej kakšne stvari splanirati.« (A39)). Ustvarili so tudi nova prijateljstva – nekateri so spoznali nov krog prijateljev, pogosto staršev, s katerimi jih povezujejo podobne izkušnje in razumevanje starševskih izzivov (»Dobiš nov krog prijateljev, s katerimi imaš eno veliko skupno

točko.« (H33)). Spontano druženje z drugimi starši je postalo lažje (*»Veliko lažje se je družiti z ljudmi, ki imajo približno isto stare otroke, to kar naravno pride.«* (C32)).

Ko sem sodelujoče v raziskavi vprašala o **vplivu očetovstva na počutje** so trije odgovorili, da je prisotno pomanjkanje spanja in utrujenost (*»Itak si neprespan, utrujen si.«* (A35)), dva sta poudarila pomanjkanje časa zase, pri čemer eden ne hodi več v fitnes (*»Glede osebnega časa je pa tako, da do otrok sem lahko večkrat šel kam, npr. dopoldne šel v fitnes, medtem ko zdaj tega ni.«* (H27)), drugi pa več pozornosti namenja otroku (*»Bolj se moraš posvetiti otroku.«* (E32)). Prihaja tudi do sprememb v prestrukturiranju urnika in zmanjšanju osebne svobode (*»Prej delaš, kar želiš, sam si urnik organiziraš, potem pa kar naenkrat 80 % tvojega urnika 'pok', se vse spremeni.«* (G30)).

Pri prehodu v očetovstvo so očetje delili mnenje glede **občutka očetovstva** pri prvem otroku in pri drugem otroku. Spremembe je v večji meri opaziti pri prvem otroku (*»Zdaj govorim za prvega, ki je bil največja sprememba.«* (A45a)), saj očetje niso vedeli, kaj pričakovati (*»Pri prvem pa ne veš, kaj te čaka.«* (E48)). Drugi očetje k temu dodajo, da so občutili prvotni šok in veliko spremembo življenja (*»Najprej te malo šok, tudi kolegi so rekli, da je čist drugi življenje.«* (D35)), da je bilo obdobje po porodu težko (*»Jah, takrat je bilo kar težko obdobje, ampak smo prebrodili.«* (F20)), da je bilo prisotnega veliko strahu in stresa (*»Bilo me je nerealno strah, zelo veliko stresa prvih par mesecev.«* (H41)) in da je bil prehod pri drugem otroku veliko lažji (*»Je veliko lažje pri drugem, nekako veš, kaj te čaka, imaš že dosti stvari doma, veš, kaj ti je prav prišlo, več prijateljev, več cunj sva dobila, tako da nama ni nič manjkalo.«* (H42)). Nekateri so veselje občutili že v obdobju nosečnosti (*»Jaz sem se ful veselil, da dobiva otroka.«* (C36)), ob pozitivnih rezultatih testov razvoja in zdravja otroka, občutili so ga tudi ob rojstvu. V vlogi očeta se zelo trudijo (*»Jaz se trudim po najboljših močeh.«* (E4)), eden izmed očetov opiše očetovstvo na način, da je to prvič v življenju, da prevzameš odgovornost in skrb za nekoga drugega (*»Naenkrat sem mogel biti, glej, zdaj sem pa pač tukaj zasidran in prevzemam to svojo odgovornost, da sem pač tukaj za nekoga.«* (G33)). Očetje izrazijo, da je očetovstvo zahtevno (*»Meni se zdi drugače ful zahtevno bit oče.«* (B19)) a hkrati lepo in vredno (*»Ful je lepo ampak ful zahtevno.«* (D36)). Eden izmed udeležencev v raziskavi očetovstvo opiše kot nov začetek življenja (*»V bistvu se takrat tvoje življenje šele začne.«* (B60)). Dva očeta izrazita, da sta se postopoma privajala na očetovsko vlogo (*»Ubistvu sem rabil par mesecev, da sem se privadil, pol je bilo pa lažje.«* (D38), (F17)), eden pa čuti, da čas povezovanja s hčerko šele prihaja (*»Imam občutek, da moj ta pravi čas šele prihaja.«* (F9)). Na drugi strani oče deli neprijetne

občutke ob prehodu v očetovstvo zaradi občutkov slabe vesti glede lastnih odločitev (*»Ampak konstantno je bil nek tak občutek, če to naredim, ni to prav. Jaz to ne bi smel narediti.«* (G34)), ki se dotika njegove izkušnje mladega očeta in pomanjkanja odločnosti v svoji vlogi očeta (*»Pač midva nisva bila dovolj zrela ali pa jaz še toliko bolj, ker tukaj pa potem pride spet moški/ženska, da bi jaz rekel, ko sem rekel, daj greva ven, da bi jaz rekel: daj jo v varstvo.«* (G35)). Ima tudi občutek vsiljevanja v diadni odnos mati – otrok (*»Sem se 'štulil' v ta njun odnos, da sem hotel malo prevzemati del tega odnosa.«* (G36)). Eden izmed očetov meni, da bi moral narediti več, a ne ve, kako bi bilo to mogoče (*»Jaz enostavno priznam, da sem dobil občutek, da bi naredil več, ampak v moji trenutni situaciji je to enostavno nemogoče.«* (F7)).

Izzive očetovstva prepoznavajo v strahu pred neznanim (*»Zelo se bojiš na začetku, karkoli eksperimentirati.«* (C55)), precej jih omeni izziv nejasnih mej in dvojnosti pričakovanj (finančna preskrba družine in vključenost v skrb za otroka), vezanih na očetovsko vlogo v sodobnem času, tako v partnerskem odnosu (*»Mogoče vsak po svoje razume, kaj so njegove dolžnosti, manj pa razume drugo stran, da je še kaj 'družga'«* (F11d)), kot širše v družbi (*»Te meje se zdaj malo zakrivajo in se mi zdi, da je pol človek še bolj izgubljen ane, ker nima jasne vizije, 'kva' točno bi delal.«* (B23)). Omenijo tudi vidik odvzema svobode zaradi prilagajanja otroku (*»Da greš iz tega, da počneš karkoli kadarkoli v to, da ne moreš več tega početi.«* (C29)). Sogovornik, ki je postal oče pri 23 letih, izpostavi notranji konflikt glede odgovornosti očetovske vloge pri skrbi za otroka in lastnih neizpolnjenih načrtov (*»Prvo, ko sem dobil 'froca', sem se spopadel z nekim svojim notranjim konfliktom oz. jaz sem vedno upal, da ne bom prezgodaj imel otrok, ker sem rekel, jaz sem imel še ful nekih planov.«* (G37)). Drugi oče dodaja, da s partnerko dostikrat pogrešata preteklo življenje (*»Se pa še zmeri z mojo dostikrat pogovarjava, da pogrešava 'un' življenje.«* (D39)).

Sogovorniki glede **občutka pripravljenosti** na očetovstvo dajejo deloma nasprotujoče izjave, saj eden izmed očetov izrazi, da je bil popolnoma pripravljen na očetovstvo (*»V bistvu čist.«* (F28)) in kasneje v pogovoru doda, da bi se verjetno lahko bolje pripravil (*»Ni se mi zdelo, da nisem pripravljen, verjetno bi pa lahko bil več.«* (F30)). Na drugi strani jih skoraj polovica meni, da so se ob rojstvu prvega otroka počutili nepripravljene ali malo pripravljene na očetovstvo (*»Pri prvemu se nisem počutil niti malo pripravljenega.«* (A50)), eden nepripravljenost vidi kot čar (*»Ampak sej to je čar, da nisi čist 'redi' za nič.«* (B67)), drugi pa izpostavi vidik pomanjkanja realnih izkušenj pri prvem otroku (*»Pri prvem si ne moreš predstavljati, kako bo vse skupaj izgledalo in to, ker nimaš te izkušnje.«* (A52)). Dva očeta opišeta svoj občutek kot pripravljen,

a neveden, ali pa pripravljen s presenečenji ob prihodu prvega otroka (*»Malo je bilo presenečenj, ampak ne spet toliko.«* (D53)). Oče z dvema otrokoma občutek pripravljenosti ob rojstvu drugega otroka opiše kot pripravljen, a ga je kakšna stvar vseeno presenetila.

Kot **dejavnike uspešnega prehoda v očetovstvo** nekateri navajajo skrb zase, pri čemer si eden vzame čas zase in za prijatelje in drugi uživa v ogledu nogometne tekme. Eden izmed očetov meni, da je pomemben dejavnik sposobnost prilagajanja (*»Se mi zdi, da sem se vedno znal prilagoditi.«* (B48)), sprejemanje sprememb in iskanje dobrih vidikov očetovstva in strategije vključevanja otrok v lastno življenje. Drugi oče prepoznava kasnejši začetek partnerske zveze (*»Z ženo sva se pozno spoznala, tako da se mi zdi, da sva zrejša prišla skupaj.«* (E37)), spontan napredek zveze v družino in upoštevanje nasveta, da si starša vzameta čas stran od otroka, čas zase kot pozitivni dejavnik v prehodu v očetovstvo. Četrty oče izpostavi, da mu je to, da ima rad otroke, pomagalo v prehodu v očetovstvo (*»Pri meni osebno je velik del, kakšen oče sem, to, da imam zelo rad otroke.«* (H18)). Dva očeta izpostavita, da očetovstvo vidita drugače, kot jima je bilo predstavljeno s strani družbe (*»Ko sem govoril z ljudmi, ki so imeli otroke, so imeli vsi isti stavek: 'uživaj dokler lahko'. Jaz to nočem nobenemu govoriti, ker vsak ima svojo izkušnjo.«* (C40)). Eden poudari, da svoje prijatelje podpira z opisom očetovstva kot pozitivne izkušnje (*»Zato se jaz tudi trudim, pri teh 'frendih', ki so pol začel dobivati otroke, da jih spodbujam, v smislu pač. ful bo dobro.«* (B61)).

5.4 Priprava na starševstvo

Pri vprašanju, kako so se očetje pripravljali na starševstvo, so vsi udeleženi v raziskavi omenili **učenje skozi izkušnje**. Večina jih je poudarilo sprotno učenje (*»Pač ko je prišlo, je prišlo in sem se spopadel z dnevnimi izzivi sproti.«* (A45b)) in učenje iz napak (*»Sproti sem se na napakah učil.«* (J18)), nekateri so izpostavili dopolnitev lastnih vzgojnih primanjkljajev (*»Videl sem, kaj meni recimo je v vzgoji, ko sem bil majhen, manjkalo in sem pač probal pol to 'dofilat' a ne.«* (B27)) in očetovski instinkt (*»Bi rekel, da ene stvari so prišle čisto instinktivno.«* (A19)) kot pripravo na starševstvo. Med drugimi se v odgovorih pojavi tudi element improvizacije (*»Pač itak improviziraš, ker nimaš pojma pri 23ih kaj in kako.«* (G25)), adaptacije namesto priprave (*»Jaz se nisem toliko pripravil, kolikor se mi zdi, da sem se adaptiral.«* (C39)), aktivno reševanje problemov, ko se pojavijo, prilagajanje in odzivanje na otrokove potrebe (*»Bolj vidiš, kaj otrok rabi in se mu probaš prilagodit. Biti z 'njem', ko te rabi.«* (H39)) ter lastno preizkušanje nasvetov

(»Potem jih sam preizkusim, da vidim, če pije vodo.« (C42)). Večina očetov se je **učila očetovstva od ljudi**, v največji meri od svojih staršev (»Ja, informacije, čisto praktične sem iskal pač pri obojih starših.« (A42)) in partnerice (»Partnerko sem imel kot nek steber, ki ve, kaj dela in potem sem se učil od nje.« (B65)), pri tem štirje poudarijo izkušnjo učenja očetovstva od svojega očeta (»Največ sem se naučil od svojega očeta.« (E19)), eden izmed sogovornikov se je očetovstva učil od prijateljevega očeta in eden od svoje mame. Dva očeta dodata še izkušnjo učenja očetovstva od prijateljev, bratov in sester (»Potem pa malo vidiš ostale prijatelje, starejše brate in sestre z njihovimi partnerji, ti povejo.« (E20)) ter psihologa. Večina jih izpostavi tudi strokovno podporo pri učenju in sicer v največji meri šolo za starše, nato knjige o starševstvu in knjigo o razvoju človeških možganov. Dva sogovornika sta izpostavila tudi zasebno šolo za starše, eden še posebej omenja delavnico rokovanja z dojenčkom. Dva omenita tudi podporo doule. Poleg omenjenih virov strokovne pomoči izpostavijo še priročnik in članke o starševstvu, podporo na spletu in pri drugih starših, spletna predavanja, predavanje o epiduralni analgeziji in tečaj prve pomoči za novorojenčke. Na vprašanje, **kakšne informacije so iskali**, so sodelujoči v raziskavi omenili izbiro pediatra, informacije o poteku postopkov v zdravstvu, kako poteka sodelovanje s patronažno sestro, kako dvigniti pošto na dojenčka, ki nima dokumentov, potek rojstva, kaj kupiti in kako se pripraviti, kako lajšati bolečine med porodom v izogib protibolečinskih tablet in kako ravnati z otrokom – oblačenje, umivanje, preprijemanje. V okviru načina priprave je eden izmed sogovornikov izpostavil materialno pripravo z nakupom vozička in nosilke ter drugi pripravo in organizacijo doma, finančno planiranje in zaposlitev. Presenetljivo je kar šest očetov izpostavilo, da se niso (zares) pripravili (»Da bi se pripravil na vlogo, nisem.« (F24)), dva očeta ne verjameta, da se na očetovstvo lahko pripraviš, saj ne veš, kaj te čaka (»Se mi zdi dost nemogoče se pripraviti na to, ker lahko imaš neka pričakovanja, ki pol sploh niso realna, je realnost čisto drugačna.« (I33b)). En sogovornik je šolo za starše povsem izpustil.

5.5 Izkušnja podpore v prehodu v očetovstvo

Trije očetje izpostavijo vidik **podpore ob in po porodu**, pri čemer eden omeni, da je bilo zaradi ženine potrebe po okrevanju celotno breme na njemu, drugi izpostavi podporo patronažne sestre in tretji pove, da bi bilo njemu v veliko podporo, če bi partnerica boljše doživela porod. Večina kot pozitivno navaja **podporo starih staršev (otroka)** (»Meni se zdi, da sva imela midva

dobro podporo.« (B68)), tako v obliki varstva otroka (*»Kar se tiče naprej, je bila glavna podpora to, da smo včasih lahko šli k njim na obisk, pa so se oni z otrokom malo ukvarjali.*« (G68)), prinašanja kuhane hrane, pranja obleke in tetra pleničk, nakupa pohištva za otroka, kot pomoči pri pripravi doma. Enemu so starši ponudili stanovanje, oče ga je zaposlil in ob razvezi so mu predstavljali glavno podporo. En sogovornik pove, da mu je v pripravi na starševstvo pomagal **ženski del družine** – mama in sestra v obliki nasvetov. Dva izpostavita **podporo prijateljev** (*»Tudi prijatelji so se prilagodili nama, v smislu teh druženj.*« (B69)) in trije **podporo drugih staršev**, s katerimi so izmenjavali izkušnje in normalizirali situacije starševstva (*»Podpora se mi zdi največ tudi skozi lastne izkušnje, ki jih delijo drugi starši.*« (C56)). Eden kot **psihično podporo** definira toplo besedo in normalizacijo nekaterih otroških stanj (*»To pa v kakšni situaciji, ko se prvič znajdeš v njej, da ti nekdo pove, da ni panike, tudi če ima otrok 39 vročine, da je to nekaj normalnega.*« (A68)). Nekateri pa podporo po porodu označijo za **nezadostno** iz različnih razlogov – oddaljenost ženine družine in bolezen starih staršev, da so bili stari starši prestari za varstvo otrok ali pomoč pri vzgoji (*»Edino, kar pa nikoli nisva doživela, tudi mogoče slaba stran za 'tamalo', podporo v tem smislu, da bi jo kdo kdaj čuval, ker so oboji starši zelo stari in ne morejo več, niso več zmožni tega.*« (F34)). Posamezniki so od staršev pričakovali več podpore, a jih razumejo in jim ne zamerijo.

Kar zadeva **izkušnje s Centrom za socialno delo** zgolj eden izmed očetov ni imel stika z njimi in drugi se ne spomni, da bi ga karkoli zmotilo, saj je vse uredil od doma. Štirje očetje izpostavijo **pozitivno izkušnjo stika** s Centrom za socialno delo (*»S CSD-jem imam super izkušnjo.*« (H52)), pri čemer dva poudarita korekten in prijazen odnos (*»Drugače kar se pa tiče odnosa, pa vedno prijazne in korektne.*« (B72)). Nekateri so urejali očetovski dopust in/ali subvencije za vrtec; eden je z ženo urejal porodniški dopust in eden otroški dodatek. Dva očeta sta imela s Centrom za socialno delo **slabo izkušnjo**, pri čemer je eden izpostavil pomanjkljivo znanje zaposlenih glede združevanja vzdrževanega člana in normiranega samostojnega podjetnika (*»Drugače niso bile slabe, samo se mi pa zdi, da določenih zadev ne vejo, ne, ki bi jih pa mogle vedet.*« (B70)) in drugi izjemno slabo izkušnjo svetovanja po razvezi (*»Pol tista izkušnja, ki pa je bila po ločitvi oz. v tem obdobju, je bila pa katastrofalna. Potem pa pač so bile izjave, ki so bile zame nedopustne.*« (G55)), saj je zaradi nesočutnih izjav in odsotnosti podpore, pristranske obravnave v bran mame (*»Meni se je zdelo, da je bilo vse pristransko.*« (G60)), očitanja slabega očetovstva (*»Bo ona meni očitala, ko sem bil 10 dni sam s 'tamalo', ko njene mati ni bilo na spregled, bo ona meni očitala, da sem jaz slab starš?!«* (G59)), odsotnost

senzibilnosti na prizadetost ob razvezi (*»Samo pač jaz sem imel tak beden občutek, kako jaz kot starš, kako jaz ne razumem tega, da pač je ločitev nekaj normalnega in za otroka čisto sprejemljiva.«* (G61)) čutil potrebo po zagovarjanju lastne vrednote družine. Ob tem mu je odvetnica predlagala lažno prijaznost do svetovalke za doseganje pravičnejše obravnave, kjer je ob pretvarjanju v svetovanju oče prišel do želene ocene situacije (*»Na koncu je ona rekla, da bo spremenila mnenje, ker vidi, da sem jaz tudi v redu.«* (G58)). Zmotilo ga je, da je svetovalka vpeljevala lastno življenje in normalizirala razvezo in da ni izpostavila njenih posledic za otroka. Eden izmed očetov je izpostavil prednost **izkušnje na Primorskem Centru za socialno delo**, kjer so bili postopki hitrejši, bolj preprosti (*»Se mi zdi, da zdaj v drugo, sem vse te zadeve urejal na Primorskem, ker se mi zdi, da so stvari hitreje tekle in je bilo manj komplikacij.«* (A64a)) in je zato imel manj nevšečnosti/zapletov.

Z **izkušnjo šole za starše** so bili trije očetje zadovoljni, pri čemer so izpostavljali različne razloge: praktičnost nasvetov, izkušenost babic in nazorno razlago, predavanje o varnosti, oziroma reševanju otroka. Posameznik je poudaril korist kombinacije javne in zasebne storitve (*»Ja, javna in zasebna, sta v bistvu dva zelo različna pristopa, pa ne bi mogel reči, da je en boljši ali pa en slabši, recimo meni je koristilo, da sem oboje slišal.«* (A70)). Eden je na izkušnjo šole za starše pozabil, saj mu ni predstavljala resne priprave (*»To sem že čisto pozabil, ni nekaj velikega ali pa resnega.«* (F26)), drugi pa je vsebino, ki si jo je ogledal, ocenil z nepraktično in z ne dovolj poudarka na porodu (*»Ti govorijo velik enih stvari, ki pol niso uporabne, sploh recimo, kar se tiče samega poroda, se mi zdi, da te ne pripravijo dost.«* (B76)). Dva očeta sta doživela šolo za starše preko zooma v času epidemije covid-19, eden je bil z njo zadovoljen, drugi pa bi raje imel šolo za starše v živo zaradi vidika druženja z bodočimi starši in bolj osebne predaje vsebine (*»Zelo se trudijo ampak je bilo tako 'zdrdlano', tako na pamet povedano, ni bilo z dušo povedano.«* (D50a)). Dva sogovornika sta kot izkušnjo podpore na prehodu v starševstvo omenila tudi **zasebno šolo za starše**, ki je bila po mnenju enega zelo praktična, drugemu pa je bila v zadovoljstvo, saj je imela fokus na pripravi na porod. Eden izmed očetov je omenil tudi **podporo doule**, ki je imela holističen in oseben pristop. Dva sta pohvalila **zdravstveno osebje**, pri čemer je eden izpostavil predvsem pozitivno izkušnjo s pediatrijo (*»Kar se pa tiče zdravstva, lahko samo pohvalim, pediatrija je res 'kapo dol', ful je tudi prijazna.«* (D63)).

5.6 Vpliv podpore na prehodu v očetovstvo

Na vprašanje, kakšen je bil vpliv podpore na prehodu v očetovstvo, je več kot polovica vprašanih ocenila vpliv podpore kot pozitiven. Poudarili so, da je bila v veliko podporo **patronažna sestra** s koristnimi usmeritvami glede umivanja otroka. Nekateri omenjajo **podporen vpliv starih staršev** (*»Podpora staršev, družine, mi je definitivno pomagala.«* (A65)), posameznim pa podpora v obliki varstva otroka omogoči lažje načrtovanje skupnega časa s partnerico. Eden izmed udeležencev je povedal, da ga je podprla **partnerica**, ko je to potreboval, drugi je izpostavil, da je **druženje s prijatelji** zmanjšalo občutek, da nekaj zamuja v življenju, in dodaja, da je potreba po druženju v začetku očetovstva večja kot v kasnejših fazah (*»Pol kasneje se mi pa zdi, da je zelo manj pomembno, meni zdaj v tej fazi druženje ni prioriteta.«* (B74)).

Pri vprašanju koriščenja očetovskega dopusta so **zaposleni očetje** koristili dopust zelo različno – eden je pri prvem otroku koristil cel dopust, ki je znašal v tistem času 30 dni, pri drugem otroku pa polovico 35 dni, drugi je koristil tri dni izrednega dopusta po porodu in ker je delal 4 ure na dan, sta se z ženo dogovorila, da bo takrat sama, da bosta lahko vzela dopust izven šolskih dni, tako da je dopust kasneje izkoristil za morske in zimske počitnice z družino in en teden za smučanje brez družine. Tretji je pri prvem otroku delal od doma, tako da ni koristil očetovskega dopusta, pri drugem otroku pa je koristil po porodu 54 dni in izpostavil pozitiven vpliv dolgega očetovskega dopusta (*»Z očetovskega vidika je teh 60 dni vrhunskih, ker imaš priložnost spoznavat otroka, tudi neke adaptacija v življenjskem stilu, neko rutino ustvarit, kar se meni zdi pomembno.«* (H57)). Očetje, ki so **samostojni podjetniki**, so koristili dopust v naslednjih okvirjih – prvi je ob rojstvu prvega otroka vzel polovični dopust in je delal do 12.00 ure dopoldne, pri drugem otroku pa je vzel 14 dni dopusta, ki ga je občutil kot žrtvovanje dela in zaslužka (*»Dva tedna si še vzameš, pa pač žrtvuješ.«* (B85)). Drugi je enako koristil dva tedna po porodu in preostanek prepisal na partnerico, tretji je vzel dva meseca po porodu, četrti pa ni koristil očetovskega dopusta (*»Meni je bilo čisto brezpredmetno.«* (F37)).

5.7 Izboljšave podpore in razumevanja očetov v Sloveniji

V **predloge izboljšav** bi trije očetje uvrstili nadgradnjo šole za starše z več praktičnimi vsebinami (*»Mislim da bi to šolo za starše mogli prestrukturirati pa malo osvežit, z več praktičnih veščin.«* (B78a)), predvsem z več poudarka na porodu in da bi šola za starše informirala o tem, kaj lahko kot starši pričakujejo, katera stanja otroka so običajna. Eden izmed očetov za spletno obliko šole za starše predlaga, da bi v izogib neosebni predaji lahko posneli bolj doživeto predavanje in ga predvajali. Tretji oče predlaga vključitev socialnega delavca v šolo za starše za obrazložitev subvencij (*»Mogoče, če bi oni prišli že na šolo za starše, pa povedal, kako gredo te pravne stvari – za subvencije in tako, ker moraš drugače vse sam pogruntat.«* (C51)). Očetje izpostavijo željo po širjenju znanja in zavedanja vloge očeta, širjenju informacij o očetovstvu in pluralizaciji vloge očeta (*»Da bi se malo več govorilo o očetih na splošno, o njihovih vlogah.«* (B79)), širjenju informacij o duševnem zdravju in stiskah očetov (*»In tudi kakšne stiske lahko očetje občutijo, zakaj pride do tega.«* (B81)), podajanju več priznanja očetom za njihove prispevke k družini (*»Meni se res samo zdi, da se premalo hvali očete. Očetje naredijo velik delež, eni več, eni manj, ampak ja, ne dobijo dost kredita za to.«* (B87)) in odpiranju prostora za razpravo o očetovstvu. K predlogom dodajajo še spremembo očetovskih dopustov za samostojne podjetnike in potrebo po širšem razumevanju formalnih postopkov za samostojne podjetnike ter uvedbo pravičnejšega sistema obdavčitve dohodkovnih razredov za določanje plačil vrtca, ki bi bolj upošteval dejanske finančne zmožnosti družin. Eden izmed očetov izpostavi še željo po delavnicah izključno za očete in njihovo pripravo/prehod v očetovstvo (*»Če bi bile kakšne delavnice samo za očete, pa da bi tam govoril, ker pol dejansko slišiš, kaj se dogaja.«* (C59)).

V zadnjem vprašanju intervjuja sem očete vprašala, kaj bi želeli **sporočiti bodočim očetom**. Očetje poudarjajo, da je čas z družino neprecenljiv in neponovljiv, zato svetujejo, da si starši vzamejo čas za družino ter pokažejo potrpežljivost in prisotnost v vsakodnevnih trenutkih (*»Vzemi si čas za družino, ker je neponovljiv.«* (F16a)). Sogovorniki poudarijo pomembnost biti pripravljen na učenje skozi izkušnje (*»Moraš biti kot starš ali pa nekdo, ki postaja starš, pripravljen veliko stvari slišati, ne pa čist vsega sprejet.«* (A73)) ter deliti te izkušnje z drugimi starši, kar pomaga pri reševanju skupnih izzivov (*»Družba, ki je okoli tebe, da se z njimi pogovarjaš, s temi, ki že imajo otroke, oni te lahko najbolj pripravijo na očetovstvo.«* (C58)). Prav tako izpostavljajo vrednost rednega dokumentiranja otrokovega napredka, kar omogoča

boljši vpogled v razvoj (*»Da poslikajo to prvo leto, ker hitro gre, da ti ostane spomin.«* (E44)). Izpostavljena je bila pomembnost vlaganja časa in truda v partnerski odnos ter skrb za partnerico, kar bistveno prispeva k harmoničnemu družinskemu življenju (*»Da poskrbijo za svojo partnerko in za njun odnos, ker samo na ta način bo potem tudi ona lahko dajala vse, kar mama da svojemu otroku.«* (G71)). Prav tako očetje svetujejo osredotočenost na gradnjo odnosa z otrokom, ki naj ima prednost pred pretirano finančno skrbjo (*»Da se ne ukvarjajo toliko s kariero in s tem, kako bodo vse finančne stvari uspele, ker včasih terjajo svoj čas in se bodo že s časom zgodile. Tega časa, ki ga pa pač imaš z otrokom, ti pa v resnici nič na svetu ne bo nazaj povrnilo.«* (G72)). Nekateri očetje priporočajo obisk šole za starše kot koristen vir informacij za tiste, ki prvič postanejo starši. Prav tako svetujejo, da partnerja pred prihodom otroka nekaj časa živita skupaj, saj to pomaga pri boljšem razumevanju in pripravi na starševstvo (*»Je pa fajn, da je že družina izkusila nekaj let skupnega življenja, da otrok ni prva ... da se vidi, da se da skupaj živeti.«* (J42)). Za mnoge očete otroci prinesejo nov smisel življenja, kar je zanje neprecenljivo doživetje (*»Da je v bistvu najpomembnejša stvar, da šele ko dobiš otroka, ko ustvarjaš življenje, da šele dobiš smisel življenja, zakaj hodiš v službo.«* (H62)). Pripravljeni na starševstvo pa so, ko tako začutijo – ta občutek ni univerzalen, ampak individualen (*»Ko s partnerjem začutita, čim manj razmišljati, a se počaka še pol leta ali pa en let.«* (J41)). Očetje svetujejo previdnost pri uporabi informacij s spleta – ključnega pomena je preverjanje verodostojnosti virov in avtorjev. Eden od očetov je odsvetoval samostojno podjetništvo s projektno dejavnostjo, saj to lahko predstavlja prevelik pritisk ob družinskih obveznostih (*»Nekomu, ki namerava imeti otroke, bi odsvetoval s.p., alpa kej tazga. Mislim, lahko imaš s.p. z neko lažjo dejavnostjo, ampak ne s tako stresno, kot je ta, pa sploh ne tko po projektih.«* (F16b)).

V empiričnem delu sem izhajala iz treh raziskovalnih vprašanj, na katera odgovarjam v nadaljevanju.

6.1 Kako očetje v Sloveniji doživljajo svojo vlogo in odgovornosti v prvih petih letih otrokovega življenja?

Rezultati raziskave kažejo, da se vloga očeta v Sloveniji razvija v smeri večje vključenosti v skrbstveno delo ter prevzemanja raznolikih nalog in odgovornosti, ki vključujejo čustveno podporo, sodelovanje v družinskih obveznostih in aktivno vzgojo otrok. Udeleženi v raziskavi vlogo očeta v preteklosti povezujejo predvsem s finančno preskrbo, kjer je bila skrb za otroke večinoma razumljena kot domena mater, sedaj pa polovica očetov kot osrednjo nalogo prepozna skrb za otroka, pri čemer nekateri poudarjajo tudi pomembnost podpore partnerici, da lahko ta bolje poskrbi za otroka. Sodobni očetje prevzemajo bolj celovito vlogo, ki vključuje finančno, čustveno in vzgojno komponento, kar je v nasprotju s tradicionalno vlogo očeta, ki je bila osredotočena predvsem na finančno podporo za preskrbo družine. To v svojem delu zapiše Pleck (1993, str. 219–237), ko kot četrto – sodobno obdobje očetovstva – opiše z očetovo skrbjo in nego za otroke ter hkratno finančno preskrbo družine. Rezultati raziskave o tem, kako očetje opredeljujejo svojo vlogo, so v skladu s konceptom vključenega očetovstva, ki ga opisujeta Pleck (2007) in Lamb (2000). Očetje svojo prisotnost v družinskem življenju poudarjajo skozi aktivno sodelovanje v vsakodnevnih dejavnostih, kar se sklada z dimenzijo sodelovanja (Pleck, 2007, str. 196), ki vključuje direkten stik z otrokom, npr. pri hranjenju, igri ali opravljanju domačih nalog. Prav tako njihova vloga presega zgolj fizično prisotnost, saj so otrokom na voljo tudi, kadar neposredni stik ni mogoč (npr. čustvena podpora). Poleg tega se očetov poudarek na kakovostnem preživljanju časa z otroki in skrb za njihovo vzgojo ujema z dimenzijo odgovornosti (Lamb, 2000, str. 31), ki vključuje poznavanje in zadovoljevanje otrokovih potreb ter skrb za njegovo zdravje. Očetje se vidijo kot vzorniki in podpirajo otrokovo avtonomijo, kar odraža njihovo odgovornost za privzgojo vrednot, kot so delo, družina in šport ter podporo otroku pri življenjskih prehodih. Očetje so povedali tudi, da njihova vloga pridobiva na pomembnosti z odraščanjem otrok. Lastno vlogo v odnosu do partnerice pogosto izrazijo kot podporno in razbremenilno, pri tem izpostavijo pomembnost

čustvene in praktične podpore, prilagajanja vsakodnevnim obveznostim in deljenja odgovornosti pri skrbi za otroka. Kot ugotavlja Machin (2018, str. 75), ki v središče vloge očeta postavlja prilagodljivost in hitro odzivnost na spremembe, so tudi očetje v raziskavi potrdili, da je pomemben vidik očetovstva sposobnost prilagajanja novim situacijam. Nekateri očetje poudarjajo pomen usklajenega pristopa k vzgoji otrok, kjer vpričo otrok podpirajo enotno odločitev, tudi če se s partnerico zasebno ne strinjajo. Tukaj se sprašujem, kaj pomeni zavezništvo med staršema. Je to zagovarjanje iste odločitve, kljub temu da se ne strinjata? Ali lahko povesta vsak svoje mnenje in se še vedno podpirata kot starša? Opiram se na definicijo zavezništva, ki ga zapiše Čačinovič Vogrinčič (2000, str. 288), kjer izpostavi, da starša v svojem odnosu do otrok upoštevata drug drugega, tako da se vlogi partnerjev in vlogi staršev ne izključujeta. To si razlagam tako, da sta starša v prvi vlogi partnerja, ki se med seboj spoštujeta in sodelujeta v odločitvah glede vzgoje otrok, kar pomeni, da je prav, da izrazita svoje mnenje in ga argumentirata v konstruktivnem dialogu. S strani vzgoje otrok pa se mi zdi pomembno, da starša nastopata enotno, saj s tem otroka ne izpostavita nasprotujočim se sporočilom. Nekateri očetje lastno vlogo prepoznavajo kot enakovredno materini, medtem ko drugi opazajo, da si partnerja pri vseh nalogah še nista povsem enakovredna, vendar očetje vseeno želijo in zmorejo prevzemati večjo samostojnost pri skrbi za otroka_e. Tudi v odnosu do otrok očetje vidijo svojo vlogo kot ključno pri vzgoji, razvoju in preživljanju kakovostnega časa. Doživljanje očetove vloge širše kot v preteklosti in bolj vključene v skrbstvene naloge vzgoje otrok sovpada z raziskovanjem pluralizacije vlog postmodernega očeta (Švab, 2000, str. 255). Avtorica zapiše, da je v postmodernosti zaznati pluralnost moškosti, v katere kontekst pa uvrščamo tudi pojav novega očetovstva. Kot ugotavlja Steničnik (2012, str. 407), so tudi očetje v raziskavi potrdili, da očetje danes predstavljajo večdimenzionalno vlogo partnerja, preskrbovalca, prijatelja, skrbnika in podobno.

Očetje v raziskavi poročajo o različnih pristopih k delitvi dela med partnerjema, pri čemer prevladuje spontana in fleksibilna delitev nalog, ki temelji na osebnih preferencah, trenutnih okoliščinah in službenih obveznostih. Večina očetov poudarja, da s partnerico sodelujeta pri gospodinjskih in starševskih opravilih, pri čemer vsak prispeva na področjih, ki mu bolj ustrezajo. Ugotovitve pričujoče raziskave se do neke mere skladajo z rezultati Zavrl (1999, str. 320), ki govorijo o večjem aktivnem vključevanju očetov v gospodinjska dela in vzgojo otrok. Nekateri očetje namreč priznavajo, da njihove partnerice v večji meri prevzamejo določene naloge, kot so organizacija otroških dejavnosti, pospravljanje in pranje perila. Razlike v delitvi

dela so pogosto povezane s specifičnimi okoliščinami, kot sta dojenje ali očetova odsotnost zaradi službenih obveznosti.

Rezultati kažejo, da očetje in matere pogosto zavzemajo različne pristope pri interakciji z otroki. Očetje izpostavljajo svojo vlogo pri bolj aktivni, fizični igri, medtem ko matere pogosteje prevzamejo izobraževalno skrb in ustvarjalne aktivnosti. Razlike med vlogama lahko razumemo kot dopolnjujoče, kar je v skladu z delom Pedersen (1987, str. 249–310), ki poudarja, da očetje spodbujajo razvoj svojih otrok ravno s tem, da ravnajo z otrokom drugače kot matere, saj spodbujajo k telesno naravnani igri, se do otrok vedejo bolj izzivalno in jih spodbujajo v situacije, katerih otroci niso vajeni. Baisch in Neumann (2014, str. 31) dodajata, da to prispeva k otrokovemu samozaupanju in sposobnosti soočanja z novimi izzivi. Tu dodajam, da otrok lahko pridobi podobne izkušnje tudi z mamo ali drugimi odraslimi, ki prevzamejo skrb za otroka. Očetje svojo vlogo pri vzgoji pogosto opisujejo kot strožjo in bolj osredotočeno na postavljanje meja, medtem ko materam pripisujejo nežnost, čustveno skrbnost in sposobnost umirjanja otrok. Ti opisi odražajo vpliv družbene konstrukcije spolov, ki še vedno prispeva k drugačni socializaciji deklic in dečkov, pri čemer se od moških pogosto pričakuje avtoritativnost, od žensk pa čustvena toplina in skrbnost. Nekateri sogovorniki zaznavajo večjo čustveno odgovornost mater v primerjavi z očetmi, kar se kaže predvsem v prvih letih otrokovega življenja, ko dojenje in tesna vez z materjo prispevata k občutku varnosti pri otroku. Očetje prepoznavajo, da je skrbnost pri njih manj razvita kot pri materah, vendar ocenjujem, da se očetje zavedajo pomembnosti lastnega prispevka k razvoju otrok skozi skrb, igro in vzgojo. Ugotovitve se skladajo z rezultati raziskave Paquette in Bigras (2010, str. 33–50), ki poudarjata teorijo »aktivacije«, kjer menita, da imajo očetje posebno vlogo pri spodbujanju prevzemanja tveganja in raziskovanja svojih otrok. To je v nasprotju z zaščitniško, čustveno in varno navezanostjo, ki je običajno povezana z materami.

6.2 Kako se očetje v Sloveniji soočajo z izzivi usklajevanja družinskih obveznosti in poklicnega življenja v prvih letih otroštva njihovih otrok?

V raziskavi očetje kot dejavnike uspešnega usklajevanja, vezanega na delovno okolje, omenijo fleksibilen delovni čas, možnost dela od doma, bližino službe, predvidljiv urnik dela, podporno okolje delodajalca in sodelavcev ter možnost koriščenja dopusta, ko ga potrebujejo. Kot dejavnike uspešnega usklajevanja, vezanega na lastno delovanje, izpostavijo pomen ločevanja

med službo in prostim časom, postavljanje prioritet ter skrb zase, npr. šport in sprostitev. Posebno vlogo ima tudi medsebojno razumevanje s partnerjem in družinska prioriteta, kjer očetje, ki družino postavljajo pred poklicne obveznosti, zaznavajo večji občutek ravnotežja. V namen razširitve ugotovitev pričujoče raziskave v Sloveniji dodajam delo Kaufman (2013, str. 298), ki opozarja na opazen premik v očetovstvu k bolj vključenim starševskim vlogam, kjer navaja, da vključeni očetje poročajo o nižji stopnji stresa, kar kaže na to, da njihova predanost usklajevanju dela in družine vodi k bolj izpolnjujočemu življenju. Kot izzive usklajevanja, predvsem samostojni podjetniki, poudarijo nepredvidljivost projektov, deloholizem in stalni časovni pritisk, ki negativno vplivajo na družinsko življenje. Kot izziv usklajevanja poudarijo tudi pomanjkanje časa za partnerico in zase kot tudi posledico hitrega življenjskega stila. Devet od desetih očetov zaznava spremembe v partnerskem odnosu po rojstvu otroka, pri čemer so največji izzivi pomanjkanje časa za partnerico, preobremenjenost in napetost v odnosu. Kljub temu nekateri očetje poudarjajo pomembnost ohranjanja intimnosti in vzajemne podpore s partnerico. Kot ugotavljata avtorja Cowan in Cowan (1995, str. 412), prehod v starševstvo predstavlja obdobje stresnih sprememb, na katere se pomemben delež staršev težje prilagodi. Vsi udeleženci so omenili spremembe v prijateljskih odnosih, pri čemer se je krog prijateljev pogosto zmanjšal na ožji krog, pri nekaterih pa je prišlo do vzpostavitve novih prijateljstev s starši otrok podobne starosti. Pri nekaterih očetih se je okrepil odnos s sorodniki, predvsem zaradi pogostejših stikov z njimi.

6.3 Kakšno podporo potrebujejo očetje v Sloveniji pri prehodu v očetovstvo in kakšne so njihove izkušnje z obstoječimi viri podpore?

Večina očetov opisuje občutke ob rojstvu prvega otroka kot veliko spremembo, ki jo spremljajo strah, stres in negotovost. Prehod pri drugem otroku je opisan kot lažji zaradi prejšnjih izkušenj in materialne pripravljenosti. Nekateri očetje že v času nosečnosti občutijo veselje, ki se stopnjuje ob pozitivnih rezultatih zdravstvenih pregledov in ob rojstvu otroka. O razvoju očetovske identitete Renner, Švab, Žakelj in Humer (2005, str. 75) zapišejo, da se začne oblikovati v nosečnosti, še posebej, če partner aktivno sodeluje, pri čemer kot ključni trenutek za zavedanje očetovske identitete navajajo prisotnost pri porodu. V kolikor bi raziskavo razširila, bi očete vprašala tudi, če so bili prisotni pri porodu in kako je ta dogodek vplival na njihov prehod v očetovstvo. Trije očetje v opisu očetovstva poudarjajo, da se trudijo po

najboljših močeh. Dva očeta poudarita, da sta se na očetovsko vlogo privajala postopoma, kjer eden doda občutek, da bo povezovanje z otrokom raslo skozi čas. Kot ugotavljajo Elder, Johnson in Crosnoe (2003, str. 14) moški potrebujejo prehodno obdobje, da vzpostavijo in razvijejo svojo vlogo kot očetje. Eden izmed očetov opisuje, kako je ob prehodu v očetovstvo občutil slabo vest zaradi svojih odločitev in občutek vsiljevanja v diadni odnos med materjo in otrokom. Baldwin, Malone, Sandall in Bick (2018, str. 23) poudarjajo, da je prehod v očetovstvo za moške pogosto obdobje ranljivosti. V okviru življenjskega poteka to obdobje predstavlja ključen razvojni prehod, ki vključuje pomembne spremembe v vlogi, odgovornostih in identiteti. Prehod v očetovstvo je za mnoge moške velik izziv, ki prinaša čustvene spremembe in različne oblike negotovosti. V pričujoči raziskavi očetje kot najpogostejše izzive navajajo strah pred neznanim, nejasne meje in dvojnost pričakovanj, ki so povezana z zagotavljanjem finančne preskrbe družine in hkratno vključenostjo v skrb za otroka. Prav izzive vzpostavljanja ravnotežja med tradicionalno vlogo zagotavljanja preživetja in novo vlogo aktivno vključenih, skrbnih staršev, poudarja raziskava Stublej, Rojas in McCroy (2015, str. 35). Nekateri očetje izpostavljajo zaradi prilagajanja otrokovim potrebam občutek omejitve osebne svobode, vendar hkrati poudarjajo, da očetovstvo presega negativne družbene predstave o starševstvu. Več očetov namreč soglaša, da je očetovstvo hkrati zahtevno, a tudi izpolnjujoče. Pri vprašanju, kako so se očetje pripravljali na starševstvo, so udeleženi v raziskavi omenili različne vire in načine priprave. Največ očetov se je učilo starševstva skozi izkušnje in od ljudi. Ob izkušnjah omenjajo: sprotno učenje, dopolnitev lastnih vzgojnih primanjkljajev, očetovski instinkt, element improvizacije, adaptacije namesto priprave, aktivno reševanje problemov, ko se pojavijo, ter prilagajanje in odzivanje na otrokove potrebe. Ugotovitve so skladne s povezovanjem novega očetovstva in učenja v praksi (Parke, 1996, str. 24). V največji meri so se učili od lastnega očeta, oziroma staršev, nato od partnerice, prijateljev, sester in bratov. V okviru strokovne podpore pri učenju se je največ očetov udeležilo šole za starše, sledi priprava skozi branje knjig o starševstvu in razvoju otrokovih možganov, nato učenje s spleta/spletnih forumov in od drugih staršev, različna predavanja (o epiduralni analgeziji, rokovanje z dojenčkom), tečaj prve pomoči za dojenčke ter priročniki in članki o starševstvu. Dva očeta sta povedala, da ju je s partnerico podprla doula. Očetje so na prehodu v očetovstvo iskali raznolike informacije predvsem v povezavi z zdravstvenimi postopki in poteku poroda. Zanimivo mi je, da so kljub temu, da je devet očetov

obiskalo šolo za starše, trije na vprašanje priprave odgovorili, da se niso zares pripravljali. Tako ocenjujem, da šole za starše ne dojemajo kot dovolj ustrezne oblike priprave na starševstvo. Rezultati podpore ob prehodu v očetovstvo kažejo, da očete v največji meri podpre družina – (otrokovi) stari starši, ki jim pomagajo z varstvom otroka, kuhanjem hrane, pranjem oblek in pripravo doma. Kot pozitivno izkušnjo podpore označijo tudi prilagajanje prijateljev za druženje in podporo drugih staršev, s katerimi so lahko izmenjali izkušnje ter normalizirali situacije starševstva. Kljub temu da Fischer in Good (1997, str. 165) ugotavljata, da so moški običajno socializirani tako, da se za večino svoje čustvene podpore močno zanašajo na svojo intimno partnerico, rezultati pričujoče raziskave kažejo, da so očetje bili podprti s strani širše socialne mreže. Nekateri očetje izrazijo odsotnost družinske podpore, kjer so razlogi raznoliki – oddaljenost družine, bolezni starih staršev in visoka starost starih staršev, ki niso zmožni varstva otrok. Eden izmed očetov poudari, da sam ob prehodu v materinstvo ni predstavljal zadostne psihične podpore partnerici, saj je imel pomanjkljivo znanje o tem, kako bi jo lahko uspešno podprl. Tudi Bäckström in Hertfelt Wahn (2011, str. 68) ugotavljata, da več kot imajo moški znanja o nosečnosti, porodu in poporodnem obdobju, širšo podporo lahko nudijo partnerici. Ugotovitve kažejo potrebo po informiranju bodočih očetov o prepoznavanju duševnih stisk in izpostavljanju virov strokovne pomoči za kakovostnejšo podporo v partnerskem odnosu na prehodu v starševstvo.

Očetje so v izkušnji s Centrom za socialno delo omenjali urejanje pravno formalnih postopkov, kot so dogovarjanje glede porodniškega dopusta, očetovskega dopusta, otroškega dodatka, subvencije za vrtec in priznanja očetovstva. Pri tem so štirje očetje izrazili zadovoljstvo glede izkušnje stika z zaposlenimi na Centru za socialno delo. Dva očeta sta bila z izkušnjo Centra za socialno delo nezadovoljna, eden izmed očetov je poročal o negativni izkušnji s svetovanjem v procesu razveze in drugi o nezadostnem znanju glede združevanja vzdrževanega člana in normiranega samostojnega podjetnika. Eden izmed očetov je izkušnjo s Centrom za socialno delo v Ljubljani primerjal z izkušnjo s Centrom za socialno delo na Primorskem, na katerem je postopke opisal kot hitrejše in bolj preproste.

Rezultati pričujoče raziskave kažejo, da so bili z izkušnjo šole za starše trije očetje zadovoljni, pri čemer so izpostavili praktičnost nasvetov, zadovoljstvo z izkušnostjo babic in nazorno razlago ter zadovoljstvo s predavanjem o varnosti oziroma reševanju otroka. Eden izmed očetov je obiskal tako javno kot zasebno šolo za starše in prepozna korist kombinacije obeh. Eden izmed očetov je vsebino šole za starše v celoti pozabil, saj mu ni predstavljala resne

priprave. Eden izmed očetov je sodeloval le delno, saj se mu vsebina ni zdela uporabna in bi si želel več poudarka na porodu. Dva očeta sta doživela šolo za starše preko zooma v času epidemije covid-19, eden je bil z njo zadovoljen, drugi pa bi raje imel šolo za starše v živo. Temu je tako zaradi vidika druženja z bodočimi starši in bolj osebne predaje vsebine. Dva očeta sta kot izkušnjo podpore na prehodu v starševstvo omenila tudi zasebno šolo za starše, ki je bila po mnenju enega zelo praktična, drugemu pa je bila v zadovoljstvo, saj se je osredotočila/osredinjala na pripravo na porod/je bila osredinjena pripravo na porod. Eden izmed očetov je omenil tudi podporo doule, ki je imela holističen in osebni pristop. Z raziskavo ugotavljam, da so vsi udeleženi zaposleni očetje vzeli očetovski dopust od najmanj treh dni izrednega dopusta do največ 54 dni takoj po rojstvu otroka. Za razliko od slednjih je druga polovica očetov, samostojnih podjetnikov, izrazila, da so vzeli dopust zgolj polovično (delali samo dopoldne), dva očeta sta koristila dva tedna dopusta po rojstvu otroka, eden dva meseca in eden očetovskega dopusta ni vzel. Po pogovoru z očetmi ocenjujem, da je očetovski dopust, v kolikor je oče v nekem podjetju zaposlen redno, lažje vzeti kot v obliki samostojne zaposlitve. Delo je namreč bolj predvidljivo kot pri grajenju lastnega podjetja, kjer ima odsotnost od dela višjo ceno.

Rezultati kažejo, da bi si očetje želeli nadgradnjo šol za starše z več praktičnimi vsebinami. To velja zlasti za porod in zdrav razvoj otroka. V kolikor bi bilo šolo za starše potrebno ponovno izvajati v spletni obliki, bi očetje želeli bolj osebno izkušnjo predajanja znanja in povezovanja z ostalimi starši. Očetje koristijo tudi v vključevanju socialnega delavca v šolo za starše, ki bi pojasnil pravne vidike in subvencije. Očetje bi želeli videti izboljšave tudi na področju širjenja informacij o očetovstvu – ozaveščanje širše javnosti o vlogah očeta in njegovega duševnega zdravja, želeli bi dobiti več priznanja za njihov prispevek k družini in ustvarjanje prostora za pogovor o očetovstvu. Očetje prepoznajo vrednost tudi v delavnicah, ki bi bile namenjene izključno očetom za deljenje izkušenj, kar je podobno ugotovitvam raziskave Steničnik (2012, str. 432). Ta poudarja, da bi organizirane skupine za očete pripomogle k pridobivanju izkušenj in znanj, izmenjavi vidikov, spodbujanju očetove vključenosti in čustvene odzivnosti ter grajenju samozavesti in dvigu občutka kompetentnosti za uživanje in izvajanje očetovske vloge. Na zakonodajni ravni očetje predlagajo prilagoditev očetovskih dopustov za samostojne podjetnike, saj enoten sistem ne upošteva specifičnih izzivov in značilnosti njihovega dela, kot so nepredvidljivi delovni urniki, odvisnost od lastnih prihodkov in pomanjkanje nadomeščanja v času dopusta. Izpostavijo še poenostavitev in jasnejšo obravnavo formalnih postopkov za

samostojne podjetnike in pravičnejšo obdavčitev plačilnih razredov za subvencije vrtca. Takšna prilagoditev bi omogočila boljšo uskladitev poklicnega in družinskega življenja.

V zadnjem vprašanju intervjuja sem očete vprašala, kaj bi želeli sporočiti bodočim očetom. S tem sem želela nasloviti potrebo po odpiranju prostora za pogovore o očetovstvu, ki je bila izpostavljena v raziskavi, in spodbuditi delitev izkušenj ter nasvetov, ki bi lahko koristili naslednjim generacijam očetov. Udeleženci raziskave želijo bodočim očetom sporočiti, da je čas, preživet z otrokom in družino, neprecenljiv in neponovljiv, zato je postavljanje družine kot prioritete ključnega pomena. Rezultati raziskave se tako skladajo z ugotovitvami Parke (1996, str.115), ki zapiše, da postati oče lahko spremeni način, kako moški doživljajo same sebe, poleg tega jih očetovstvo lahko podpre pri določanju lastnih vrednot in prioritet. Udeleženi v raziskavi v sporočilu bodočim očetom izpostavijo, da je očetovstvo proces učenja skozi izkušnje, pri čemer je koristno deliti te izkušnje tudi z drugimi starši. Pomembno je tudi vzdrževanje partnerskega odnosa ter grajenje pristnega in prisotnega odnosa z otrokom. Priporočajo obisk šole za starše, saj je ta koristen vir informacij, zlasti za tiste, ki se s starševstvom soočajo prvič. Svetujejo, da partnerja pred prihodom otroka nekaj časa živita skupaj, kar pomaga pri boljšem razumevanju in pripravi na starševstvo. Očetje poudarjajo, da otroci prinesejo nov smisel življenja, kar je za mnoge neprecenljiva izkušnja. Priprava na starševstvo je individualen proces, ki temelji na osebnem občutku pripravljenosti. Pri iskanju informacij na spletu svetujejo previdnost – ključnega pomena je preverjanje verodostojnosti virov. Eden izmed očetov opozarja, da lahko samostojno podjetništvo s projektno dejavnostjo predstavlja prevelik pritisk ob družinskih obveznostih in to obliko dela za očete z majhnimi otroki povsem odsvetuje.

6.4 Omejitve raziskave

Raziskava sodobnega očetovstva, ki temelji na kvalitativnem, empiričnem in poizvedovalnem pristopu, je pokazala več omejitev, ki vplivajo na širšo uporabnost rezultatov. Ena ključnih omejitev izhaja iz priložnostnega in »neslučajnostnega« vzorčenja, ki je temelji na dostopnosti in pripravljenosti udeležencev za sodelovanje. V vzorec je bilo vključenih deset očetov iz osrednjeslovenske regije, kar omejuje možnosti posplošitve ugotovitev na širšo populacijo očetov v Sloveniji. Kljub pomembnim uvidom, ki jih ponuja kvalitativno raziskovanje, majhen vzorec zmanjšuje možnost zajetja širše raznolikosti očetovskih izkušenj in perspektiv, kar je še

posebej pomembno pri raziskovanju kompleksnih tem, kot so identiteta očetovstva in družinske vloge. Delna strukturiranost smernic za intervjuje omogoča prožnost pri prilagajanju pogovorov, vendar lahko vpliva na doslednost pridobljenih podatkov. Poleg tega lahko vpliv raziskovalke, ki ga ni mogoče povsem izključiti, ter različno odzivanje sogovornikov na določena vprašanja vplivata na odprtost in poglobljenost odgovorov. Čeprav je bila pri analizi in predstavitvi rezultatov zagotovljena anonimnost, je možno, da se nekateri očetje niso počutili popolnoma svobodni pri izražanju svojih izkušenj in čustev, kar bi lahko omejilo globino pridobljenih uvidov. Pri kvalitativni analizi podatkov se pojavlja tudi element subjektivnosti in interpretacije, saj kategorizacija in kodiranje temeljita na raziskovalčevem razumevanju vsebine odgovorov. Subjektivnost interpretacije bi se lahko zmanjšala z večkratno analizo s strani več raziskovalcev, kjer moram poudariti, da so popravki in vpogled somentorice pripomogli k zmanjšanju omenjenega dejavnika. Menim, da bi bilo zanimivo in uporabno rezultate te raziskave dopolniti in primerjati z vidiki njihovih partneric ter preučiti, kako one doživljajo in vidijo očetovo vlogo v družinskem življenju in pri vzgoji otrok. Takšna dopolnitev bi omogočila celovitejše razumevanje vloge očeta in podala pomemben uvid v vzajemna pričakovanja, ki so vezana na vlogo očeta.

Z analizo sem prišla do naslednjih sklepov.

- Očetje, vključeni v raziskavo, svojo vlogo dojemajo kot večdimenzionalno. V odnosu do družine izpostavljajo finančni in skrbstveni vidik preskrbe družine, do otrok poudarjajo skrb, nego in izobraževanje, dalje pa v odnosu do partneric izražajo vidik podpore in vzajemne pomoči pri skrbi za otroke. Med udeleženi je očetovsko vlogo v največji meri oblikovalo sprotno učenje skozi lastne izkušnje ter opazovanje in pridobivanje nasvetov od drugih ljudi, kot so družinski člani, partnerica, prijatelji ali strokovnjaki.
- Pri usklajevanju družinskih obveznosti in poklicnega življenja so udeleženi v raziskavi v podporo dejavniki, ki so vezani na službo, kot so fleksibilen delovni čas, delo od doma, podporno delovno okolje, in dejavniki lastnega delovanja, kot so postavljanje družine kot prioritete, skrb zase in sprejemanje sprememb.
- Očetje, ki so bili vključeni v raziskavo, doživljajo očetovstvo kot veliko spremembo v življenju, ki vpliva na različne odnose. Partnerski odnos je izpostavljen izzivom pomanjkanja časa zase in za partnerja/partnerico ter povečanja obremenitve zaradi skrbi za otroka_e. V vzorcu očetov se je odnos s sorodniki zaradi pogostejšega stika izboljšal, kar zadeva pa odnos s prijatelji, se je stik zmanjšal in krog prijateljev spremenil.
- Udeleženi v raziskavo izzive očetovstva v zgodnjem otroštvu prepoznavajo v dvojnosti vloge očeta kot finančnega preskrbovalca in vključenega ter skrbnega očeta, straha pred neznanim, občutka oddaljenosti zaradi odnosa med materjo in otrokom ter na drugi strani pomanjkanja svobodnega odločanja glede preživljanja prostega časa in časa za delo.
- Na prehodu v očetovstvo je med udeleženi najpogostejši vir podpore družina – stari starši, ki mladim staršem pomagajo z varstvom otrok, pripravo hrane in z urejanjem doma.
- Javno dostopna šola za starše je v raziskavi najpogostejši vir priprave na starševstvo, ki jo udeleženi pogosto dopolnjujejo s praktičnimi vsebinami zasebne ponudbe. Očetje, udeleženi v raziskavo, podajo predloge izboljšav priprave na starševstvo, kot so

ozaveščanje javnosti o vlogah očeta, o duševnem zdravju in stiskah mladih staršev ter odpiranje prostora za pogovor o sodobnem očetovstvu.

- Udeleženi v raziskavo stik s Centrom za socialno delo omejujejo na urejanje pravno-formalnih postopkov.

8 PREDLOGI

8.1 Predlogi za nadaljnje raziskovanje

- Raziskovanje družinske dinamike in pričakovanj partneric_jev do očetov in njihovih vlog v družinskem življenju.
- Raziskovanje izkušenj očetov ob porodu, vključno z njihovo vključenostjo v zdravstvene preglede med nosečnostjo in priprave na rojstvo.
- Analiza uporabnosti in dostopnosti šol za starše ter njihova učinkovitost pri pripravi očetov na starševstvo.
- Raziskovanje duševnega zdravja očetov v perinatalnem obdobju in virov podpore, ki so jim na voljo v Sloveniji.
- Poglobljena raziskava o stigmi in prepoznavnosti težav duševnega zdravja pri očetih, vključno z možnostmi zgodnjega odkrivanja in pomoči.
- Doživljanje očetovstva iz perspektive samostojnih podjetnikov ter analiza prilagodljivosti politik, kot je očetovski dopust, za specifične delovne okoliščine.
- Razlike v očetovskih vlogah med regijami v Sloveniji in vpliv lokalnih kulturnih značilnosti na očetovstvo.
- Analiza dostopnosti, ustreznosti in učinkovitosti programov podpore za očete, vključno s starševskimi tečaji, svetovanjem in mreženjem z drugimi očeti.
- Učinkovitost obstoječih politik, kot so očetovski dopust, in prilagoditve na delovnem mestu pri spodbujanju aktivnega očetovstva.
- Vloga dedkov in drugih moških vzornikov pri oblikovanju in podpiranju sodobnih očetovskih praks.
- Očetovstvo v različnih družinskih strukturah, kot so enostarševske, istospolne, razširjene in rekonstruirane družine.
- Dinamika in specifični izzivi očetovstva v družinah z izkušnjo razveze ter vpliv na odnose z otroki.
- Analiza reprezentacije očetov v slovenskih medijih in popularni kulturi ter njen vpliv na družbena pričakovanja in stereotipe.
- Kako očetje sodelujejo pri vzgojno-izobraževalnih dejavnostih svojih otrok in njihova vloga pri oblikovanju otrokovega učnega okolja.

8.2 Vsebinski predlogi

- Nadgradnja šol za starše; uvedba novega modula, ki bi v program vključil redne delavnice pod vodstvom socialne_ga delavke_ca. Te delavnice bi se osredotočale na razumevanje in podporo starševski vlogi, raziskovanje družbenih pričakovanj do očetov in mater ter pomen uravnoteženega starševstva za čustveni in socialni razvoj otroka. Vsebina bi vključevala tudi praktične primere in interaktivne aktivnosti, ki bi staršem pomagale prepoznati in obvladovati izzive starševstva, in sicer z namenom spodbujanja bolj enakovredne porazdelitve starševskih odgovornosti. Nadgradnjo šol za starše bi lahko uvedli v okviru obstoječih zdravstvenih ustanov, kot so zdravstveni domovi ali porodnišnice, kjer šole za starše že potekajo. Pobudo za uvedbo novega modula bi lahko podala Ministrstvo za zdravje ali lokalne skupnosti v sodelovanju s strokovnimi združenji, kot so Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije ali nevladne organizacije, ki delujejo na področju družinske podpore.
- Vzpostavitev društva perinatalnih socialnih delavcev; z rezultati raziskave ugotavljam, da smo socialni delavci v stiku z mladimi družinami omejeni na urejanje pravno-formalnih postopkov in to kljub našemu znanju in zmožnosti psihosocialne podpore kot preventivnega dejavnika zdravja družine. Tako torej predlagam oblikovanje programa izobraževanja socialnih delavcev na področju psihosocialne pomoči in podpore družin v času nosečnosti in po porodu. Ustanovitev društva perinatalnih socialnih delavcev bi omogočila celovito podporo družinam ob prehodu v starševstvo. Vloga društva bi obsegala: raziskovanje izzivov družin ob rojstvu otroka, blaženje psihosocialnih in zdravstvenih izzivov z neposrednim delom z družino, zagotavljanje dostopa do dolgoročnih podpornih storitev, spodbujanje pozitivnih odnosov med starši in otroki in zagovorništvo družin v okviru zdravstvenega sistema in skupnosti. Vzpostavitev društva perinatalnih socialnih delavcev bi lahko bila iniciativa, ki bi se začela pod okriljem Društva socialnih delavcev Slovenije ali/in Fakultete za socialno delo v Ljubljani. Društvo bi lahko delovalo na nacionalni ravni, s podružnicami v večjih mestih, in bi bilo namenjeno povezovanju strokovnjakov ter zagotavljanju enotnih standardov za podporo družinam. Društvo bi bilo registrirano kot nevladna organizacija, kar omogoča dostop do različnih javnih in zasebnih virov financiranja. Društvo bi se financiralo z večkanalnim modelom, ki bi vključeval: državne in lokalne

razpise za projekte, ki naslavljajo družinsko politiko in preventivo v zdravstvu, evropske programe (npr. Evropski socialni sklad in Erasmus+), ki podpirajo inovacije na področju socialne oskrbe, in javno-zasebna partnerstva: sodelovanje s podjetji, ki podpirajo družbeno odgovorne projekte, kot so programi za usklajevanje dela in družinskega življenja, donacije in članarine, s katerimi bi pokrili osnovne stroške delovanja in plačljive storitve, kot so izobraževanja za strokovnjake in svetovalne storitve za družine.

- Krepitev kampanj za podporo očetovstva v Sloveniji bi lahko potekala pod okriljem Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti v sodelovanju z nevladnimi organizacijami, ki delujejo na področju družinske politike. Financiranje bi se lahko zagotovilo iz sredstev državnega proračuna, evropskih socialnih skladov ali javno-zasebnih partnerstev, pri čemer bi delodajalci igrali pomembno vlogo kot podporniki kampanj. Nadaljevanje in nadgradnja kampanj, kot je bila Očetje in delodajalci v akciji, bi lahko vključevala ciljne medijske vsebine, delavnice za delodajalce ter informativne materiale za javnost, ki bi osveščali o pomenu aktivnega očetovstva in koristi fleksibilnih delovnih pogojev za očete in njihove družine.
- Razvoj novih programov in podpornih skupin za očete bi lahko potekal pod okriljem prej omenjenega društva perinatalnih socialnih delavcev v sodelovanju s centri za socialno delo ali nevladnimi organizacijami, ki delujejo na področju družinske podpore. Programi bi lahko bili sofinancirani iz državnega proračuna, evropskih socialnih skladov ali preko javno-zasebnih partnerstev, pri čemer bi lahko sodelovala tudi podjetja in fundacije, ki podpirajo družinsko usmerjene iniciative. Praktične delavnice, psihosocialna podpora in skupinske aktivnosti bi bili oblikovani na podlagi raziskav in potreb očetov, pri čemer bi sodelovali strokovnjaki, kot so psihologi, socialni delavci in pedagogi. Učinkovitost programov bi se redno evalvirala z uporabo anket, fokusnih skupin in merjenja dolgoročnih vplivov na dobrobit očetov in njihovih družin.
- Izobraževanje zdravstvenih delavcev; program izobraževanja bi vključeval strokovnjake s področja psihologije, družinske dinamike in perinatalne oskrbe, ki bi zdravstvenim delavcem predstavili pomen vključevanja očetov v procese med nosečnostjo in po porodu, pri čemer bi se osredotočili na krepitev njihove vloge kot aktivnih partnerjev v družini. Financiranje bi lahko zagotavljali državni skladi ali evropski skladi za razvoj zdravstvenega sistema.

- Prehod k družinsko usmerjeni oskrbi; z zgoraj zapisanimi predlogi bi spodbudili premik od tradicionalno žensko-osredotočenih pristopov k celostni obravnavi družine kot celote. Ta sprememba bi vključevala oblikovanje praks, ki aktivno vključujejo očete v vse faze – od nosečnosti in poroda do zgodnjega starševstva. Družinsko usmerjena oskrba bi lahko zajemala uvedbo predavanj za partnerje, priprave na porod, ki vključujejo oba starša, prilagojene sobe za bivanje obeh staršev v porodnišnici ter usmerjanje zdravstvenih delavcev k enakovredni komunikaciji z obema staršema. Takšen pristop bi spodbujal enakovredno starševstvo in okrepil podporno okolje za celotno družino.

- Abraham, E., Hendler, T., Shapira-Lichter, I., Kanat-Maymon, Y., Zagoory-Sharon, O., & Feldman, R. (2014). Father's Brain is Sensitive to Childcare Experiences. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 111(27), 9792–9797. Pridobljeno 28.5.2024 s <https://doi.org/10.1073/pnas.1402569111>
- Açıl, D., Puhlmann, L., White, O., & Vrtička, P. (2024). Caregiver and Playmate? Mothers' and fathers' brain responses to ball-play with their child. ResearchGate. Pridobljeno 15.9.2024 s https://www.researchgate.net/publication/378261637_Caregiver_and_Playmate_Mothers'_and_fathers'_brain_responses_to_ball-play_with_their_child
- Addis M. E. (2008). Gender and Depression in Men. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 15, 153-168. Pridobljeno 15.4.2024 s <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/j.1468-2850.2008.00125.x>
- Alexander, A., Clarke, P., & Rushworth, I., Mastroyannopoulou, K. (2020). PTSS in fathers of VLBW infants two to four years postpartum: A pilot study. *Clinical Practice in Pediatric Psychology*, 8(1), 25–36. Pridobljeno 22.3.2024 s <https://doi.org/10.1037/cpp0000299>
- Amato, P. R. (2005). The impact of family formation change on the cognitive, social, and emotional well-being of the next generation. *The Future of Children*, 15(2), 75-96. Pridobljeno 7.7.2024 s <https://doi.org/10.1353/foc.2005.0012>
- Amato, P., R, & Sobolewski, J. M. (2001). The effects of divorce and marital discord on adult children's psychological well-being. *American Sociological Review*, 66(6), 900–921. Pridobljeno 4.7.2024 s <https://doi.org/10.2307/3088878>
- Anggraini, V., Priyanto, A. B., & Yulsyofriend, Y. (2022). Fathers' Role in Developing Child Emotional Development. *Proceedings of the 6th International Conference of Early Childhood Education*, Pridobljeno 17.8.2024 s <https://www.atlantis-pess.com/proceedings/icece-6-21/125975297>
- Arendell, T. (1997). *Contemporary parenting: Challenges and issues*, (9). Thousand Oaks: Sage Publications.
- Atzil, S., Hendler, T., Zagoory-Sharon, O., Winetraub, Y., & Feldman, R. (2012). Synchrony and Specificity in the Maternal and the Paternal Brain: Relations to Oxytocin and Vasopressin. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 51(8), 798-811. Pridobljeno 26.7.2024 s <https://doi: 10.1016/J.JAAC.2012.06.008>

- Aycan, Z., & Eskin, M. (2005). Relative Contributions of Childcare, Spousal Support, and Organizational Support in Reducing Work–Family Conflict for Men and Women: The Case of Turkey. *Sex Roles*, 53, 453–471. Pridobljeno 10.5.2024 s <https://doi.org/10.1007/s11199-005-7134-8>
- Baisch, V., & Neumann, B., (2014). *Knjiga za očete*. Radovljica: Didakta d.o.o.
- Baldwin, S., Malone, M., Sandall, J., & Bick, D. (2019). A qualitative exploratory study of UK first-time fathers' experiences, mental health and wellbeing needs during their transition to fatherhood. *BMJ open*, 9(9). Pridobljeno 10.5.2024 s <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-030792>
- Battle, C. L., Londono Tobon, A., Howard, M., & Miller, I. W. (2021). Father's Perspectives on Family Relationships and Mental Health Treatment Participation in the Context of Maternal Postpartum Depression. *Frontiers in psychology*, 12, 705655. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.705655>
- Bäckström C., Hertfelt, & Wahn, E. (2011). Support during labour: first-time fathers' descriptions of requested and received support during the birth of their child. *Midwifery*. 27(1). 67–73. <http://dx.doi.org/10.1016/j.midw.2009.07.001> PMID:19783334
- Belsky, J., & Kelly, J. (1994). *Transition to parenthood*. New York: Delacorte Press
- Brajša, P. (1987). *Očetje, kje ste?: Mit in resnica o materinstvu*. Ljubljana: Delavska enotnost.
- Brito, R. S., D'arc, Dantas, Soares, J., Bittencourt, Leite, de, Carvalho, J., & Araújo, dos, Santos, D., L. (2013). Difficulties experienced by men during their partners' pregnancy. *Northeast Network Nursing Journal*, Pridobljeno 22.10.2024 s <https://doi: 10.15253/REV>
- Brockington, I. (2004). Postpartum psychiatric disorders. *The Lancet*, 363, 303–310. Pridobljeno 6.5.2024 s [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(03\)15390-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(03)15390-1)
- Brownhill S., Wilhelm K., Barclay L., & Schmied V. (2005). “Big build”: Hidden depression in men. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 39, 921-931. Pridobljeno 3.5.2024 s <https://doi.org/10.1080/j.1440-1614.2005.01665.x>
- Cabrera, N. J. (2019). Father involvement, father-child relationship, and attachment in the early years. *Attachment & Human Development*, 22(1), 134–138. Pridobljeno 16.8.2024 s <https://doi.org/10.1080/14616734.2019.1589070>
- Call J. B., & Shafer K. (2015). Gendered manifestations of depression and help seeking among men. *American Journal of Men's Health*, 12(1), 41-51. Pridobljeno 16.8.2024 s <https://doi.org/10.1177/1557988315623993>

Carlson J., Edleson J.L., & Kimball E. (2014). First-time Fathers' Experiences of and Desires for Formal Support: A Multiple Lens Perspective. *Father. A J. Theory Res. Pract. Men Father.* (12), 242–261. Pridobljeno 18.8.2024 s <https://escholarship.org/uc/item/40p3m25n>

Cochran S. V., & Rabinowitz F. E. (2003). Gender-sensitive recommendations for assessment and treatment of depression in men. *Professional Psychology: Research and Practice*, 34(2), 132-140. Pridobljeno 15.8.2024 s <https://www.semanticscholar.org/paper/Gender-sensitive-recommendations-for-assessment-and-Cochran-Rabinowitz/65de13a371cadf936f0244208247a3d0d3b230d2>

Cowan, C. P., & Cowan, P. A. (1992). *When partners become parents: The big life change for couples*. New York: Basic Books.

Čačinovič Vogrinčič, G. (2000). Družina in star človek, *Socialno delo*, 39(4-5). Pridobljeno 29.11.2024 s <http://www.dlib.si>

Daniels, C. R. (1998). *Lost fathers: The politics of fatherlessness in America*. New York: St. Martin's press.

Darwin, Z., Galdas, P., Hinchcliff, S., Littlewood, E., McMillan, D., McGowan, L., & Gilbody, S. (2017). Fathers' views and experiences of their own mental health during pregnancy and the first postnatal year: A qualitative interview study of men participating in the UK Born and Bred in Yorkshire (BaBY) cohort. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 17(45). Pridobljeno 3.4.2024 s <https://doi.org/10.1186/s12884-017-1229-4>

DelPriore, D. J., & Hill, S. E. (2013). The effect of paternal disengagement on women's sexual decision making: An experimental approach. *Journal of Personality and Social Psychology* 105(2), 234-46. Pridobljeno 10.7.2024 s <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0032784>

Devreux, A., (2007). "New Fatherhood" in Practice: Domestic and Parental Work Performed by Men in France and in the Netherlands. *Journal of Comparative Family Studies*, 38(1), 87-103. Pridobljeno 12.5.2024 s <https://psycnet.apa.org/record/2011-07975-005>

Donovan, C. (2000): »Who Needs a Father? Negotiating Biological Fatherhood in British lesbian Families Using Self-Insemination«. *Sexualities* 3(2), 149–164. Pridobljeno 6.8.2024 s <https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/136346000003002003>

Drglin, Z. (2011). *Za zdrav začetek: šola za starše - priprava na porod in starševstvo kot del vzgoje za zdravje: teoretična izhodišča, izvedbeni in metodološki predlog*. Ljubljana: Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije. Pridobljeno 12.4.2024 s <https://nijz.si/publikacije/za-zdrav-zacetek/>

- Edward, K. L., Castle, D., Mills, C., Davis, L., & Casey, J. (2015). An integrative review of paternal depression. *American journal of men's health*, 9(1), 26–34. Pridobljeno 2.5.2024 s <https://doi.org/10.1177/1557988314526614>
- Elder, G. H., Jr., Johnson, M. K., & Crosnoe, R. (2003). The emergence and development of life course theory. In Motimer J. Schanahan M. (Ur.), *Handbook of the life course* (pp. 3–19). Academic/Plenum Publishers. Pridobljeno 12.4.2024 s <https://www.researchgate.net/publication/226149272> The Emergence and Development of Life Course Theory
- Ellis, B. J., & Tither, J. M. (2008). Impact of fathers on daughters' age at menarche: A genetically and environmentally controlled sibling study. *Developmental Psychology* 44(5), 1409-20. Pridobljeno 8.18.2024 s <https://doi.org/10.1037/a0013065>
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society* (str. 397). New York: Norton.
- Faron, O. (2001). Father-child relations in France: Changes in paternal authority in the nineteenth and twentieth centuries. *The History of the Family*, 6(3), 365-375. Pridobljeno 18.10.2024 s [https://doi.org/10.1016/S1081-602X\(01\)00078-1](https://doi.org/10.1016/S1081-602X(01)00078-1)
- Fatherhood Institute. (2020). The Costs and Benefits of Active. Fatherhood- the Fatherhood Institutes Main Research Summary. Pridobljeno 8.6.2024 s <http://www.fatherhoodinstitute.org/2008/fatherhood-institute-main-research-summary-the-costs-and-benefits-of-active-fatherhood/>
- Fischer, A. R., & Good, G. E. (1997). Men and psychotherapy: An investigation of alexithymia, intimacy, and masculine gender roles. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 34(2), 160-170. Pridobljeno 9.10.2024 s <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/h0087646>
- Finn, M., & Henwood, K. (2009). Exploring masculinities within men's identificatory imaginings of first-time fatherhood. *British Journal of Social Psychology*, 48(3), 547–562. Pridobljeno 2.6.2024 s <https://doi.org/10.1348/014466608X386099>
- Finnbogadóttir H., Crang Svalenius E., & Persson E.K. (2003). Expectant first-time fathers' experiences of pregnancy. *Midwifery*, 19(2), 96–105. Pridobljeno 16.6.2024 s [https://doi: 10.1016/S0266-6138\(03\)00003-2](https://doi: 10.1016/S0266-6138(03)00003-2)
- Fletcher, R., & St George, J. (2011). Heading into fatherhood- nervously: Support for fathering from online dads. *Qualitative Health Research*, 21(8), 1101–1114. Pridobljeno 12.5.2024 s <https://doi.org/10.1177/1049732311404903>

- Giallo, R., Treyvaud, K., Cooklin, A., & Wade, C. (2013). Mothers' and fathers' involvement in home activities with their children: Psychosocial factors and the role of parental self-efficacy. *Early Child Development and Care*, 183(3-4), 343-359. Pridobljeno 4.7.2024 s <https://doi.org/10.1080/03004430.2012.711587>
- Giannotti, M., Gemignani, M., Rigo, P., Venuti, P., & Falco, S. (2022). The Role of Paternal Involvement on Behavioral Sensitive Responses and Neurobiological Activations in Fathers: A Systematic Review. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 16, 820884. Pridobljeno 4.7.2024 s <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2022.820884>
- Gözü, H., Newman, J., & Colvin, K. (2020). Maternal and Paternal Authority Styles and Developmental Outcomes: An Investigation of University Students in Turkey and the United States. *Educational Process International Journal*, 9(3), 153-168. Pridobljeno 4.7.2024 s <https://doi.org/10.22521/EDUPIJ.2020.93.3>
- Habib, C., & Lancaster, S. (2010). Changes in identity and paternal-fetal attachment across a first pregnancy. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 28(2), 128-142. Pridobljeno 9.10.2024 s <https://doi.org/10.1080/02646830903298723>
- Hayward, R. A., & Honegger, L. N. (2018). Perceived barriers to mental health treatment among men enrolled in a responsible fatherhood program. *Social Work in Mental Health*, 16(6), 696-712. Pridobljeno 16.9.2024 s <https://doi.org/10.1080/15332985.2018.1483464>
- Hodgson, S., Painter, J., Kilby, L., & Hirst, J. (2021). The experiences of first-time fathers in perinatal services: Present but invisible. *Healthcare (Basel)*, 9(2), 161. Pridobljeno 17.4.2024 s <https://doi.org/10.3390/healthcare9020161>
- Hudson, D. B., Elek, S. M., & Fleck, C. M. (2001). First-time mothers' and fathers' transition to parenthood: Infant care self-efficacy, parenting satisfaction, and infant sex. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 24, 31-43. Pridobljeno 19.9.2024 s <https://psycnet.apa.org/doi/10.1080/014608601300035580>
- Irmawati, I. (2023). Father role in education children according to the perspective of islamic education. *Forum Paedagogik*, 14(2), 258-278. Pridobljeno 4.3.2024 s https://www.researchgate.net/publication/379351834_FATHER_ROLE_IN_EDUCATION_CHILDREN_ACCORDING_TO_THE_PERSPECTIVE_OF_ISLAMIC_EDUCATION
- Kaufman, G. (2013). Conclusion. In *Superdads: How fathers balance work and family in the 21st century* (spletna verzija). New York: NYU Press. Pridobljeno 22.10.2024 s <https://doi.org/10.18574/nyu/9780814749159.003.0008>

- Kok, R., Thijssen, S., Bakermans-Kranenburg, M. J., Jaddoe, V. W. V., Verhulst, F. C., White, T., van IJzendoorn, M. H., & Tiemeier, H. (2015). Normal variation in early parental sensitivity predicts child structural brain development. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 54(10), 824-831. Pridobljeno 9.9.2024 s <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2015.07.009>
- Komisar, E. (2017). *Being there: Why prioritizing motherhood in the first three years matters*. New York: TarcherPerigee.
- Kowlessar O. A. (2012). *Qualitative Exploration of Men's Transition to Fatherhood and Experiences of Early Parenting*. Doktorska dizertacija, University of Manchester. Pridobljeno 21.4.2024 s https://pure.manchester.ac.uk/ws/portalfiles/portal/54523178/FULL_TEXT.PDF
- Kvalevaag, A. L., (2013). Paternal mental health and socioemotional and behavioral development in their children. *Pediatrics*, 131(2), 463-469. Pridobljeno 9.9.2024 s <https://publications.aap.org/pediatrics/article-abstract/131/2/e463/31869/Paternal-Mental-Health-and-Socioemotional-and?redirectedFrom=fulltext>
- Laino, C. (2008). *Men also get postpartum depression* (blog). Pridobljeno 13.9.2024 s www.webmd.com/depression/postpartum-depression/news/20080506/men-also-get-postpartum-depression.
- Lamb, M. E. (1995). The changing role of fathers. V J. L. Shapiro, M. J. Diamond, M. Greenberg (Ur.), *Becoming a father* (str. 18–35). New York: Springer.
- Lamb, M. E. (2000). The history of research on father involvement: An overview. *Marriage & Family Review* 29(2), 23-42. Pridobljeno 24.6.2024 s https://doi.org/10.1300/J002v29n02_03
- Lamb, M. E. (2004). *The Role of the Father in Child Development* (str. 298), 4th ed. New York: Wiley
- Lamb, M. E. (2010). *The Role of the Father in Child Development* (str. 413-431). 5th ed. New York: Wiley
- Lang, S. N., Schoppe-Sullivan, S. J., & Kotila, L. E. (2014). Relations between fathers' and mothers' infant engagement patterns in dual-earner families and toddler competence. *Journal of Family Issues*, 35(8), 1107-1127. Pridobljeno 1.8.2024 s <https://doi.org/10.1177/0192513X14522243>
- Letourneau N. L., Dennis C. L., Benzies K., Duffett-Leger L., Stewart M., Tryphonopoulos P. D., & Watson W. (2012). Postpartum depression is a family affair: Addressing the impact on

mothers, fathers, and children. *Issues in Mental Health Nursing*, 33(7), 445-457. Pridobljeno 6.4.2024 s <https://doi.org/10.3109/01612840.2012.673054>

Liu, Q., Zhu, S., Zhou, X., Liu, F., Becker, B., Kendrick, K., M., & Zhao, W. (2024). Mothers and fathers show different neural synchrony with their children during shared experiences. *NeuroImage*, 288. Pridobljeno 10.10.2024 s <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2024.120529>

Livingston, G., & Parker, K. (2011). *A Tale of Two Fathers: More Are Active, but More Are Absent*. Pew Research Center. Pridobljeno 26.10.2024 s www.pewresearch.org/wp-content/uploads/sites/3/2011/06/fathers-FINAL-report.pdf,

Lundahl, B.W., Tollefson, D., Risser, H., & Lovejoy, M.C. (2008) A Meta-Analysis of Father Involvement in Parent Training. *Research on Social Work Practice* 18, 97-102. Pridobljeno 22.6.2024 s <http://dx.doi.org/10.1177/1049731507309828>

Lupton, D., & Barclay, L. (1997): *Constructing Fatherhood: Discourses and Experiences*. London: Thousand Oaks, New Delhi: Sage.

Machin, A. (2018). *The Life of Dad: The Making of the Modern Father*. London: Simon & Schuster.

Malmberg, L. E., Lewis, S., West, A., Murray, E., Sylva, K., & Stein, A. (2015). The influence of mothers' and fathers' sensitivity in the first year of life on children's cognitive outcomes at 18 and 36 months. *Child: Care, Health and Development*, 42(1), 1–7. Pridobljeno 19.10.2024 s [https://doi.org/10.1111/cch.12294​:contentReference\[oaicite:0\]](https://doi.org/10.1111/cch.12294​:contentReference[oaicite:0])

Martin L. A., Neighbors H. W., & Griffith D. M. (2013). The experience of symptoms of depression in men vs women: Analysis of the National Comorbidity Survey Replication. *JAMA Psychiatry*, 70(10), 1100-1106. Pridobljeno 16.9.2024 s <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2013.1985>

McGavock, L., & Spratt, T. (2017). Children Exposed to Domestic Violence: Using Adverse Childhood Experience Scores to Inform Service Response, *The British Journal of Social Work*, 47(4), 1128–1146. Pridobljeno 6.10.2024 s <https://doi.org/10.1093/bjsw/bcw073>

McTavish, J. R., MacGregor, J. C. D., Wathen, C. N., & MacMillan, H. L. (2016). Children's exposure to intimate partner violence: An overview. *International Review of Psychiatry*, 28(5), 504–518. Pridobljeno 9.10.2024 s <https://doi.org/10.1080/09540261.2016.1205001>

Miller, T. (2011) 'Falling back into gender? Men's narratives and practices around first-time fatherhood', *Sociology*, 45(6), 1094-1109. Pridobljeno 11. 5. 2024 s <https://radar.brookes.ac.uk/radar/items/00291a83-bfcc-411c-86b4-3958ae60e199/1/>

Miller-Perrin, C. L., & Perrin, R. D. (2013). *Child maltreatment: An introduction* (3rd ed.). New Delhi: Sage.

Moller, K., Hwang, P., C., & Wickberg, B. (2008). Couple relationship and transition to parenthood: Does workload at home matter?. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 26(1), 57-68, Pridobljeno 5.9.2024 s <https://doi.org/10.1080/02646830701355782>

Musek, J. (1995). *Ljubezem, družina, vrednote*. Ljubljana: Educy.

Musser, A. K., Ahmed, A. H., Foli, K. J., & Coddington, J. A. (2013). Paternal postpartum depression: What health care providers should know. *Journal of Pediatric Health Care: official publication of National Association of Pediatric Nurse Associates & Practitioners*, 27(6), 479–485. Pridobljeno 3.6.2024 s <https://doi.org/10.1016/j.pedhc.2012.10.001>

Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ). (2023). *Prisotnost očetov ob porodu, Slovenija, leta 2002–2022*. Pridobljeno 23.10.2024 s <https://nijz.si>

Ndzi, E. G. & Holmes, A. (2024). The impact of inaccessibility to information and support on paternal mental health. *Journal of Men's Health* 20(6), 57 – 67. Pridobljeno 16.10.2024 s <https://www.jomh.org/articles/10.22514/jomh.2024.071>

Nutting P. B. (2010). Absent husbands, single wives: success, domesticity, and seminuclear families in the nineteenth-century Great Lakes world. *Journal of family history*, 35(4), 329–345. Pridobljeno 16.9.2024 s <https://doi.org/10.1177/0363199010378141>

Offer, S., & Kaplan, D. (2021). The “New Father” Between Ideals and Practices: New Masculinity Ideology, Gender Role Attitudes, and Fathers’ Involvement in Childcare. *Social Problems*, 68(4), 986–1009. Pridobljeno 25.5.2024 s <https://doi.org/10.1093/socpro/spab015>

Oral, R., Ramirez, M., Coohy, C., Nakada, S., Walz, A., Kuntz, A., Benoit, J., & Peek-Asa, C. (2016). Adverse childhood experiences and trauma informed care: the future of health care. *Pediatric research*, 79(1-2), 227–233. Pridobljeno 4.8.2024 s <https://doi.org/10.1038/pr.2015.197>

Pancsofar, N., & Vernon-Feagans, L. (2010). Fathers’ early contributions to children’s language development in families from low-income rural communities. *Early Research Quarterly* 25(4), 450-63. Pridobljeno 3.8.2024 s <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC2967789/>

Parke, R. D. (1996). *Fatherhood*. Cambridge, Massachusetts, London: Harvard University Press.
Paulson J. F., & Bazemore S. D. (2010). Prenatal and postpartum depression in fathers and its association with maternal depression: A meta-analysis. *Journal of the American Medical*

- Association*, 303(19), 1961-1969. Pridobljeno 6.9.2024 s <https://doi.org/10.1001/jama.2010.605>
- Paquette, D. (2004). Theorizing the father-child relationship: Mechanisms and developmental outcomes. *Human Development*, 47(4), 193–219. Pridobljeno 16.7.2024 s <https://psycnet.apa.org/doi/10.1159/000078723>
- Paquette, D., & Bigras, M. (2010). The risky situation: Assessing the activation relationship between fathers and children at play. *Early Child Development and Care*, 180(1-2), 33-50. Pridobljeno 5.9.2024 s <https://doi.org/10.1080/03004430903414687>
- Pedersen, F. A. (1987). *Father-infant relationships*. Connecticut: Praeger Publishers.
- Pestvenidze, E., & Bohrer, M. (2007). Finally, daddies in the delivery room: parents' education in Georgia. *Glob Public Health*, 2(2), 169–83. Pridobljeno 6. 5. 2024 s <http://dx.doi.org/10.1080/17441690601054330PMid:19280398>
- Pleck, J. H. (1993). *Are "Family-Supportive" Employer Policies Relevant to Men?* (str. 217–237). London: Sage Publications, Inc.
- Pleck, J. H. (2007). Why Could Father Involvement Benefit Children? *Theoretical Perspectives. Applied Developmental Science*, 11(4), 196-202. Pridobljeno 7.9.2024 s <https://doi.org/10.1080/10888690701762068>
- Poh, H. L., Koh, S. S. L., Seow, H. C. L., & He H. G. (2014). First-time fathers' experiences and needs during pregnancy and childbirth: a descriptive qualitative study. *Midwifery*, 30(6), 779–87. Pridobljeno 1.9.2024 s <https://doi.org/10.1016/j.midw.2013.10.002>
- Poljšak Škraban, O. (2001). Očetovstvo in razvoj očetovske identitete. *Socialna pedagogika*, 5(4), 413–422. Pridobljeno 16.4.2024 s <https://revija.zzsp.org/2001/01-4-413-422.pdf>
- Popenoe, D. (1996). *Life without father: Compelling new evidence that fatherhood and marriage are indispensable for the good of children and society*. New York: Ree Press.
- Primack J. M., Addis M. E., Syzdek M., & Miller I. W. (2010). The Men's Stress Workshop: A gender-sensitive treatment for depressed men. *Cognitive and Behavioral Practice*, 17(1), 77-87. Pridobljeno 19.10.2024 s <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.cbpra.2009.07.002>
- Pruett, K. D. (1998). Role of the Father. *Pediatrics*, 102(5), 1253-1261. Pridobljeno 16.7.2024 s <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9794965/>
- Pruett, K. D. (2000). *Fatherneed: Why father care is as essential as mother care for your child*. University of Michigan: Free Press.

- Rabinowitz, F. E., Cochran, S. V. (2008). Men and therapy: A case of masked male depression. *Clinical Case Studies*, 7(6), 575–591. Pridobljeno 3.5.2024 s <https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/1534650108319917>
- Raeburn, P. (2014). *Do fathers matter? What science is telling us about the parent we have overlooked*. Scientific American. New York, NY: Farrar, Straus and Giroux.
- Ramchandani, P., Stein, A., Evans, J., & O'Connor, T. G., the ALSPAC study team. (2005). Paternal depression in the postnatal period and child development: A prospective population study. *The Lancet (London, England)*, 365(9478), 2201– 2205. Pridobljeno 6.5.2024 s [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(05\)66778-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(05)66778-5)
- Razpotnik, B., & Žnidaršič, M. (2021). *Število gospodinjstev in družin se je povečalo*. Statistični urad Republike Slovenije. Pridobljeno 23.10.2024 s <https://www.stat.si/StatWeb/news/Index/9973>
- Rener, T., Švab, A., Žakelj, T., & Humer, Ž. (2005). *Perspektive novega očetovstva v Sloveniji: vpliv mehanizma očetovskega dopusta na aktivno očetovanje*. (Zaključno poročilo). Ljubljana: Urad RS za enake možnosti, Fakulteta za družbene vede, Center za socialno psihologijo. Pridobljeno 21.8.2024 s <https://www.fdv.uni-lj.si/raziskovanje/raziskovalni-centri/oddelek-za-sociologijo/center-za-socialno-psihologijo/obvestila/perspektive-novega-ocetovstva-v-sloveniji-vpliv-mehanizma-ocetovskega-dopusta-na-aktivno-ocetovanje-in-starsevstvo>
- Rominov, H., Pilkington, P. D., Giallo, R., & Whelan, T. A. (2016). A systematic review of interventions targeting paternal mental health in the perinatal period. *Infant mental health journal*, 37(3), 289–301. <https://doi.org/10.1002/imhj.21560>
- Roubinov, D. S., Luecken, L. J., Crnic, K. A., & Gonzales, N. A. (2014). Postnatal depression in Mexican American fathers: Demographic, cultural, and familial predictors. *Journal of Affective Disorders*, 152–154, 360– 368. Pridobljeno 16.6.2024 s <https://psycnet.apa.org/record/2013-37228-001>
- Sarkadi, A., Kristiansson, R., Oberklaid, F., & Bremberg, S. (2008). Fathers' involvement and children's developmental outcomes: A systematic review of longitudinal studies. *Acta Paediatrica*, 97(2), 153–158. Pridobljeno 21.8.2024 s <https://doi.org/10.1111/j.1651-2227.2007.00572>.
- Schmidt, E.-M., Rieder, I., Zartler, U., Schadler, C., & Richter, R. (2017). Turning points in the transition to parenthood: Variability of father involvement over time. *Journal of Family Research*, 29(2). Pridobljeno 16.6.2024 s <https://doi.org/10.3224/zff.v29i2.01>

Sečnik, J. (2024). *Očetovstvo se rojeva v odnosu z otrokom*. Celje: Društvo Mohorjeva družba.

Seigny, P. R., & Loutzenhiser, L. (2010). Predictors of parenting self-efficacy in mothers and fathers of toddlers. *Child: Care, Health and Development*, 36(2), 179–189. Pridobljeno 24.5.2024 s <https://doi.org/10.1111/j.1365-2214.2009.00980.x>

Shah, P. S., & Knowledge Synthesis group on determinants of preterm/low birthweight births (2010). Paternal factors and low birthweight, preterm and small for gestational births: A systematic review. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, 202(2), 103-123. Pridobljeno 6.5.2024 s <https://doi.org/10.1016/j.ajog.2009.08.026>

Singley, D. B., & Edwards, L. (2015). Men's perinatal mental health in the transition to fatherhood. *College of Education, Faculty Research and Publications*. Pridobljeno 4.4.2024 s https://epublications.marquette.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1488&context=edu_fac

Small, S. A., & Eastman, G. (1991). Rearing Adolescents in Contemporary Society: A Conceptual Framework for Understanding the Responsibilities and Needs of Parents. *Family Relations*, 40(4), 455-462.

Solberg, B., Glavin, K., Berg, R. C., & Olsvold, N. (2022). "Opening up a well of emotions": A qualitative study of men's emotional experiences in the transition to fatherhood. *Journal of Family Theory & Review*. Pridobljeno 25.4.2024 s <https://doi.org/10.1002/nop2.1482>

Spector A. Z. (2006). Fatherhood and depression: A review of risks, effects, and clinical application. *Issues in Mental Health Nursing*, 27(8), 867-883. Pridobljeno 16.8.2024 s <https://doi.org/10.1080/01612840600840844>

Steničnik, P. (2012). Nove dimenzije očetovstva. *Socialna pedagogika (Ljubljana)*, letnik 16, številka 4, str. 405-435. Pridobljeno 17.4.2024 s <http://www.dlib.si>

Stubley, T. L., Rojas, M., & McCroy, C. (2015). Father's perceptions about their fathering role. *Journal of Arts & Humanities*, 4(4). Pridobljeno 23.6.2024 s <https://doi.org/10.18533/journal.v4i4.625>

Švab, A. (2000). Poti in stranpoti novih očetovskih identitet. *Teorija in praksa*, 37(2), str. 248-263. Pridobljeno 26.5.2024 s <http://www.dlib.si>

Švab, A. (2002). Nove družine – nove in stare ideologije? *Socialno delo*, 30(207–208), 75–77. Pridobljeno 16.4.2024 s <https://www.revija-socialnodelo.si/mma/Nove> URN NBN SI DOC-YUJARZQZ.pdf/2019012219183109/

Švab, A., & Kuhar, R. (2005): Neznosno udobje zasebnosti: Vsakdanje življenje gejev in lezbijk. Ljubljana: Mirovni inštitut

- Tazi-Preve M. I. (2009). Politik zu Vaterschaft. *SWS-Rundschau*, 49(4), 491–511. Pridobljeno 15.5.2024 s <https://ucrisportal.univie.ac.at/en/publications/politik-zu-vaterschaft>
- Therborn, G. (1995). *European Modernity and Beyond. The Trajectory of European Societies. 945-2000*. London: Sage.
- Timmons, A. C., Margolin, G., & Saxbe, D. E. (2015). Physiological linkage in couples and its implications for individual and interpersonal functioning: A literature review. *Journal of Family Psychology*, 29(5), 720–731. Pridobljeno 8.7.2024 s <https://doi.org/10.1037/fam0000115>
- Twenge, J. M., Campbell, W. K., & Foster, C. A. (2003). Parenthood and marital satisfaction: A meta-analytic review. *Journal of Marriage and Family*, 65(3), 574–583. Pridobljeno 23.10.2024 s <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/j.1741-3737.2003.00574.x>
- Ule, M. (2004). Socialna psihologija. *Zbirka Psihologija vsakdanjega življenja*. Ljubljana: Založba FDV
- Ule, M. (2008). *Novo očetovstvo v Sloveniji, 1 izd.* (str. 34–36). Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Ule, M., & Kuhar, M. (2003). *Mladi, družina, starševstvo: Spremembe življenjskih potekov v pozni moderni*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede
- Vertot N. (2009). *Svetovni dan očetov*. Statistični urad Republike Slovenije. Pridobljeno 4.5.2024 s http://www.stat.si/novica_prikazi.aspx?id=2434
- Zakon o spremembah in dopolnitvah Zakona o starševskem varstvu in družinskih prejemkih (ZSDP-B) (2006a). Uradni list Republike Slovenije št. 47/2006.
- Zakon o starševskem varstvu in družinskih prejemkih (ZSDP-UPB2) (2006b). Uradni list Republike Slovenije št. 110/2006.
- Zavrl, N. (1999). *Očetovanje in otroštvo*. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.
- Žabkar, B., (2012). Definicija in pomen vključenega očetovstva. *Anthropos (Ljubljana)*, 44(3-4), 311-325. Pridobljeno 17.5.2024 s <http://www.dlib.si>
- Žnidaršič, M., (2016). *Dan očetov*. Statistični urad Republike Slovenije. Pridobljeno 10.5.2024 s <https://www.stat.si/statweb/News/Index/6005>.
- Žnidaršič, M., (2023). *Priznanja in ugotovitve očetovstva, posvojitve otrok*. Statistični urad Republike Slovenije. Pridobljeno 10.10.2024 s <https://www.stat.si/StatWeb/News/Index/12884>
- Žmuc-Tomori, M. (1988). *Klic po očetu*. Ljubljana: Cankarjeva založba

- Walby, S., & Allen, J. (2004). *Domestic violence, sexual assault and stalking: Findings from the British Crime Survey*. London: University of London. Pridobljeno 25.9. 2024 s https://openaccess.city.ac.uk/id/eprint/21697/1/Domesticviolencefindings_2004_5BritishCrimeSurvey276.pdf
- Watkins, V., Kavanagh, S., Macdonald, J. A., Helle, B. R., Maindal, T., Hosking, S., Wynter, K. (2024). "I always felt like I wasn't supposed to be there". An international qualitative study of fathers' engagement in family healthcare during transition to fatherhood. *Midwifery* 130(3), 103928. Pridobljeno 16.9.2024 s https://www.researchgate.net/publication/377600827_I_always_felt_like_I_wasn't_supposed_to_be_there_An_international_qualitative_study_of_fathers'_engagement_in_family_healthcare_during_transition_to_fatherhood
- West, C., & Zimmerman, D. H. (1987). Doing gender. *Gender & Society*, 1(2), 125–151. Pridobljeno 19.10.2024 s <https://doi.org/10.1177/0891243287001002002>
- Westerling, A., (2023). Individualization and contemporary fatherhood. *Journal of family research*, 35, 357-371. Pridobljeno 9.10.2024 s <https://doi.org/10.20377/jfr-823>
- Williamson M. T. (1987). Sex differences in depression symptoms among adult family medicine patients. *Journal of Family Practice*, 25(6), 591-594. Pridobljeno 4.10.2024 s <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/3681221/>
- Wilson, K.R., & Prior, M.R. (2011). Father involvement and child wellbeing. *Journal of Pediatrics and Child Health*, 47(7), 405–407. Pridobljeno 30.9.2024 s <https://doi.org/10.1111/j.1440-1754.2010.01770.x>
- Wrangham, R., (2009). *Catching Fire: How cooking made us humans*. New York: Basic Books

10 PRILOGE

10.1 Vodilo za intervju

Uvod:

- Starost očeta
- Starost otrok/a
- Mi lahko na kratko predstavite vašo družino.

Kako doživljajo očetje v Sloveniji svojo vlogo in odgovornosti v prvih petih letih otrokovega življenja?

- Kako razumete vlogo očeta v Sloveniji danes?
- Kako bi opisali svojo vlogo?
- Kako bi rekli, da se vaša vloga - vloga očeta - razlikuje od vloge mame?
- Kako sodelujete pri skrbi za otroka? Kako se vključujete v vsakodnevne naloge, kot so previjanje, hranjenje, igranje in spanje? Koliko časa na dan preživite z otrokom in kaj počneta skupaj?
- Kako se počutite glede družbenih pričakovanj do očetov? Kakšen odnos imate do pričakovanja "biti popoln oče"?
- Kaj je oblikovalo vašo vlogo očeta? Od koga ste se učili očetovstva?

Kako se očetje v Sloveniji soočajo z izzivi usklajevanja družinskih obveznosti in poklicnega življenja v prvih letih otroštva njihovih otrok?

- Kako usklajujete družinske obveznosti z vašim poklicnim življenjem? Kako se spopadate z izzivi, kot so delo, skrb za otroke, gospodinjska opravila in osebni čas?
- Lahko opišete vaš družinski vsakdan, npr. včeraj? Kako si s partnerico delita družinske naloge/opravila?
- Kako se spopadate s spremembami v partnerskem odnosu po rojstvu otroka? Kako se prilagajate novim dinamikam in izzivom?
- Kako zaznavate spremembe v vašem življenju in bližnjih odnosih zaradi vloge očeta v tem obdobju?

Kakšno podporo očetje v Sloveniji potrebujejo pri prehodu v očetovstvo in kakšne so njihove izkušnje z obstoječimi viri podpore?

- Kako ste se pripravili na vlogo starša? Kje ste iskali informacije? Kakšne? Kako ste pridobivali dodatne kompetence? Kakšne?

- Kako pripravljeno za vlogo starša, ste se počutili ob prihodu otroka?
- Kakšna je bila podpora ob rojstvu otroka? V kolikor imate izkušnje s CSD – kakšne so bile?
- Kako vam je ponujena podpora pomagala pri prilagajanju in razvijanju kot oče v prvih petih letih otrokovega življenja?
- Kakšno izkušnjo imate s podporo družine, prijateljev pri prehodu v očetovstvo?
- Kakšne so vaše izkušnje s šolo za starše/pripravo na porod? Ste se je udeležili (privatno ali javno storitev)?
- Kaj menite, da bi lahko izboljšalo podporo in razumevanje za očete v Sloveniji v zgodnjih letih otrokovega življenja? Če ne bi bilo finančnih ali kakršnih koli drugih omejitev, kakšno podporo bi želeli prejeti kot oče in družina?

10.2 Transkript intervjuja – primer udeleženec A

Najprej bi te vprašala o tvoji starosti in starosti otrok?

Jaz sem 34 let, starejši sin 5 in pol, mlajši pa 10 mesecev. (A1)

Ok, mi lahko na kratko predstaviš tvojo družino?

Ja se pravi jaz, partnerka in dva otroka, dva fantka to je naša osnovna družina. (A2)

Greva kar na prvi sklop vprašanj in sicer kako razumeš vlogo očeta v Sloveniji danes?

Generalno se mi zdi da se vloga precej spreminja, če primerjam sebe kot očeta pa mogoče mojega očeta. Se mi zdi da se je tudi njihova generacija trudila za očetovsko vlogo, se mi pa zdi, da so se stvari recimo v 30 letih zelo zelo spremenile. Tudi sam opažam, recimo, ko sem bil mlajši, ne vem nisem videl očetov, ki bi šli sami z vozičkom na sprehod ali pa se igrat v park, se mi zdi, da je bilo tega veliko manj. Zdaj je pa to postal standard. Zase lahko rečem, da sam kot oče hodim na dosti enih aktivnosti in dejavnosti, ki so pač vezane na otroke. Delavnice, kakšni festivali namenjeni otrokom in tako naprej in grem občasno tudi sam, se pravi brez partnerke, brez ženske in se mi zdi da je kar da se je to kar razširilo, tako da tudi drugi moški, očki prihajajo velikokrat sami. (A5) Se mi zdi da to postaja nekaj ali pa je že nekaj čisto normalnega. 30 let nazaj je bilo pa to, ne bom rekel ne zaslišano ampak enostavno vloga očeta je bila razumljena drugače, takrat je bilo bolj to, da je bil oče v službi, da je za družino bolj poskrbel finančno, v kakšnih stvareh tudi bil opora ženi, in ni bilo toliko časa namenjeno za otroke. (A4) Se mi zdi da, pa ne bom rekel da smo si čisto enakovredni pri vsem, ker si nismo, ampak mislim da lahko očetje veliko stvari sami zmoremo in tudi želimo tako (A3).

Hvala, kako pa bi opisal svojo vlogo očeta?

Ja jaz v bistvu skušam biti čim bolj vpet (A6), recimo pri starejšem sinu - starejši sin hodi v vrtec, ima velik dejavnosti tudi ob vrtcu in skušam biti vpet do te mere recimo, da hodim na vse roditeljske sestanke, hodim na posvete recimo z vzgojiteljicami, (A7a) hodim na druženja s starši (a7b) in tako naprej tako da si želim biti čim bolj vpet, ker se mi zdi to zelo pomembno v bistvu zame za moje razumevanje moje vloge in pač za neko dinamiko (A7c) in v bistvu tudi čist iz praktičnih razlogov, ker včasih tudi partnerka rabi malo oddiha ne. Recimo jaz sem zaenkrat v službi ona je na porodniški, tako da če se le da jaz potem, ko pridem iz službe prevzamem kakšne te stvari in to zdaj grem odgovorim za starejšega sina. Pri mlajšemu pa zde je star 10 mesecev in se mi je zdi pomembno, da se prav ona je recimo, ko je bil še manjši dojenček, je ona skrbela izključno za dojenje, pač jaz nisem mogel neposredno sodelovat, sem se pa trudil da sem jaz recimo vedno potrudil, da ko sem bil jaz doma, da sem ga večinoma jaz previl, da pač ni bilo treba njej takrat za to skrbet, pa tudi preoblačil in kopal sem ga tudi jaz. (A8) Predvsem glede higiene se trudim, da jaz take stvari prevzamem. (A9)

Kako bi rekel, da se tvoja vloga očeta razlikuje od vloge mame, tvoje partnerke?

Se pravi ok, kar se tiče teh samih fizioloških zadev, dojenje tega pč ne morem prevzet oziroma tudi lahko bi, če bi imela adaptirano mleko, ampak sva rekla, da bo probala dojiti, če se bo le dalo. Sva si sama, že pri prvem otroku, ne da sva si namensko razdelila, ampak se mi zdi da pač grejo stvari svojo pot. (A10) Recimo jaz še danes je tako, da če sva oba doma, jaz večkrat previjem kot ona, recimo kot sem reku, kopam jaz otroke, tuširam starejšega (A11a) tudi recimo k pediatru peljem mlajšega, tudi pri starejšemu je bilo tako, da sem ga jaz peljal na preglede in take stvari. (A11b) Nekako same so se stvari tako združile, da ja to. Se mi zdi, da da vsak tud nek svoj pogled na vzgojo, ona je kot učiteljica razvila pač neke veščine, vrednote mogoče tudi z leti, ki jih mogoče jaz nisem. Ona lahko ta del doda, jaz pa skušam dodati nek svoj kamenček v mozaik. Upam da to funkcionira no, se mi zdi da, kar se tega tiče, da nikoli nisva bila v nekem konfliktu, kdo bo kaj naredil za otroke, kdo bo kaj prevzel. Recimo tudi, če je kdo zbolel, je bilo vedno vredno, ona ima tako službo, da težje vzame bolniško kot jaz, zato sem bil takrat z otrokom jaz doma.

Malo si mi že povedal o tem, kako se vključuješ v vsakodnevne aktivnost. Omenil si previjanje, kopanje, kaj pa ostale, npr. hranjenje, spanje?

Recimo hranjenje, zelo enostavno, enkrat ona postreže otrokom enkrat jaz, nekako enakomerno razporejeno imava. (A12) Pri igranju recimo imava spet malo različne pristope, ona ima bolj mogoče malo bolj tak pedagoški pristop, kadar se ona igra, v ospredje postavi učenje ali pa kakšno stvar sporočiti otrokom skozi to igro. Medtem ko jaz, se mogoče lažje vživim v vlogo otroka, in v bistvu sva kot dva otroka potem, je malo drugače. (A13) Pri spanju je pa tako da, mlajši, v bistvu še dojenček, glede na to da se še doji, spi vedno ob njej in tudi starejši je v bistvu do 3 leta pa še manj dlje, je v bistvu

spal z nama na zakonski postelji. Midva sva se za to zavestno odločila, da ga ne bova, pozna starše, ki načrtno otroka že v starosti nekaj mesecev, ga sistematsko učijo navajanja na svojo posteljo, nama ustreza, da je bil z otrok ves čas z nama. Potem smo postopno ga navajali spati v svoji postelji in v bistvu še zdej kdaj pride k nama, in ni problema. Se mi zdi da je veliko v percepciji staršev, kako to dojemajo. Poznam starše, ki pravijo, da če otrok spi z njimi, da oni ne morejo spati in da gredo potem na kavč spat. Sam s tem nikoli nisem imel težav.

Hvala, koliko časa pa preživiš na dan z otrokom?

Zelo variira ta čas. Ampak recimo, če je delovni dan, da moram v službo potem zjutraj dobro uro recimo preden grem v službo, potem ko pridem iz službe je to okrog pol štirih, štirih pa v bistvu do večera. (A14) Čez vikend pa pač praktično cel dan (A15).

Kako pa se počutiš glede družbenih pričakovanj do očetov? Mogoče kakšen odnos imaš do pričakovanja biti popoln oče?

Vem, da so družbena pričakovanja o očetovski vlogi, sem kdaj tudi mogoče na letel na kakšno pričakovanje iskreno, včasih zelo neposredno, mogoče bilo tudi kdaj malo po ovinkih ampak moram reči da jih ne upoštevam. Pač delam tako kot jaz mislim da je moji družini najboljše (A16). V bistvu se nikoli nisem oziral na nobeno pričakovanje, kar je mogoče dobro, mogoče kdaj ne. Vem da obstaja recimo več struj o tem, kako bi moral oče delovati, kaj bi moral delati, kaj mora oče predstavljati, ampak jaz res nekak instinktivno delujem kar se tega tiče, delujem in se mi zdi da funkcionira, ne bom pa, ne bom pa rekel da 100 %, da sem prepričan (A17).

Za vas funkcionira. Še zadnje vprašanje v tem sklopu, kaj je oblikovalo tvoja vloga očeta oziroma od koga si se učil očetovanja?

Se mi zdi da kar je bilo dobrih stvari sem jih skušal pobrat po svojem očetu ne pa vsega (A18). Bi rekel, da ene stvari so prišle čisto instinktivno (A19), ene stvari so ... Dobro vprašanje.

Sem pa prebral pred rojstvom prvega otroka tudi mogoče kakšen priročnik o starševstvu mogoče tam dobil kakšno idejo (A20), pa ne da sem zdaj točno ali sem tako potem deloval kot sem tam prebral, ampak mogoče je za kakšno stvar pa je prav prišlo. Ali pa ena knjiga sem prebral o razvoju otroških možganov, mogoče da dobiš boljši vpogled o otrokovem razvoju pri zgodnji starosti in na podlagi tega tudi kdaj prilagodil svoje odzive svoje vedenje in tako naprej (A21). Ampak ne bi pa rekel, da sem se v sistematsko od koga učil očetovstva (A22).

Ok, hvala. Drugi sklop se bo navezoval na usklajevanje družinskega in poklicnega življenja. Kako usklajuješ družinske obveznosti s svojim poklicnim življenjem?

Se mi zdi da imam to srečo, da imam tako službo, ki ima dosti fleksibilnosti (A23), kar je odvisno seveda od nadrejenih in od osebnih odnosov ampak se mi zdi da zaenkrat to v redu funkcionira (A24). Govorimo fleksibilno na način recimo, da če res, to so bili konkretni primeri ampak recimo da ima otrok zobarja ob 12 in ti imaš službo od devetih naprej, da ni problem se zmenit, da pač skočim ta čas ven ga potem peljem nazaj v vrtec in grem nazaj v službo. Tako da če se kadarkoli in karkoli zgodi v vrtcu, imam tudi možnost tako ga iskati in mi ne bo nihče nič očital ali pa reku (A24). Tako da se mi zdi, da zaenkrat imam to srečo, da v redu to funkcionira. Poznam pa primere, ko pač očetje konkretno tega ne počnejo, ker ne morejo, ker imajo take službe, da enostavno ne morejo, in potem vskočijo babice ... Jaz imam tudi to srečo, da imam službo dokaj blizu (A25), se pravi 2 km od doma in da lahko marsikaj tudi znotraj tega potem seveda prilagajam, skočem ven, pridem nazaj ... Imam tudi neko razumevanje delodajalca (A26) in še to da v bistvu, ko grem iz službe da v večini primerov imam pač prosti čas naprej, da se ne ukvarjam s službo (A27) tako da ... Če je kaj nujnega seveda, ampak drugače pa ne da bi zdaj vplivalo potem še naprej na družinsko dinamiko.

Kako se spopadaš z izzivi delo, skrb za otroke, gospodinjstva opravila, osebni čas oziroma kakšne izzive vidiš, če jih?

Mogoče vidim, da nisem najboljši načrtovalec, mogoče, če bi se bolj temu posvetil, bi lahko mal v naprej predvidel, kdaj bo kakšna stvar v službi, ki se bo "tepla" s tem, kar imamo doma. To je mogoče največji izziv, da bi s v naprej bolj organiziral, načrtoval in probal speljat po načrtih, da ne bi rabil na hitro improvizirati, za enkrat je šlo (A28). Drugače pa ne, ta način življenja, ki ga imamo trenutno, mi omogoča ja, da to dvojce uspešno kombiniram.

Mi lahko opišeš na primer vaš družinskem vsak dan, kot je včerajšnji?

Trenutno je malo specifično, ker je žena na porodniški in so dost na primorskem, jaz sem v Ljubljani. V bistvu ja, ampak drugače pa se pravi zjutraj poskrbim zato da preoblečem otroke in previjemo ta malega (A29a) in da jaz ali žena poskrbiva za zajtrk (A29b). Pol gremo v službo, odpeljem otroka spotoma v vrtec (A30). Ko je konec službe sem v 10 min doma in potem počnemo kaj skupaj. Ali gremo na sprehod in to lahko gremo kdaj kakšne starše obiskat (A31), in zvečer spet, nimamo določenih ur in točnega urnika večera, ampak stuširati otroke pred spanjem, zobe umiti, pravljico prebrat in to je to (A32) ... in si pustit kakšno opravilo za potem, ko ostali člani družine že spijo da ga potem pozno zvečer naredim - pospravljanje igrač, pomivanje posode, take stvari (A33).

Naslednje vprašanje se dotika sprememb v partnerskem odnosu po rojstvu otroka. Kako se prilagajata novi dinamiki in izzivom?

Moram rečt, da imava mogoče srečo, da nekih večjih prilagoditev, recimo pri drugem otroku v primerjavi s prvim otrokom ni bilo, ker je malo odvisno tudi to kakšen je otrok in tako naprej ampak recimo če to primerjam večjih prilagoditev ni bilo, (A34) razen tega da si kakšno noč prebedel (A35), manj spal ... Mogoče prilagoditve zdaj opažam, ko je starejši sin že 5 in pol, da je treba kdaj prilagoditi najino komunikacijo. On seveda vse razume in vse posluša in vse srka vase in mogoče kdaj, če je kakšna napetosti, jo je treba na drugačen način skomunicirati zato ker si kar zapomni, kaj je kdo rekel in potem sprašuje, kako je bilo (A36) ... Ne razume pa točno konteksta in seveda potem si naredi kdaj tudi svojo zgodbo. Tako da komunikacija definitivno, kar se tiče pa te neke dnevne rutine in to so mi pa ne zdi ... Oziroma so sva kar hitro ponotranjila, da so zdaj drugačne prioritete kot so bile prej in mislim da tukaj kar se tega dela tiče ni bilo težav.

Hvala za zaupanje in deljenje. Kaj pa spremembe v tvojem življenju in bližnjih odnosih zaradi vloge očeta?

Ne bi rekel, da je prišlo do večjih sprememb. V bistvu bližnji prijatelji in sorodniki so v bistvu hitro sprejel, da so pač del zdaj malo drugačne družine, malo drugačne dinamike (A37). Ampak recimo še vedno si vzamem vsake toliko časa pač čas zase, da grem sam s prijatelji. (A38) In ne bi rekel, da je bilo pred tem tega več kot zde, se pravi ne bi rekel, da sem zaradi otrok v narekovajih omejen, kar se tega tiče. Mogoče malo se je treba v naprej kakšne stvari splanirati in tako (A39), kdaj se je tudi že zgodilo, da sem bil kaj zmenjam pa pač je otrok zboleu in nisem mogel iti. Ampak ni bilo nikoli težav s tem, se mi zdi da da so kar hitro sprejel to pač moja novo vlogo in da ni bilo problema. (A40)

Hvala pa sva pri zadnjem sklopu, ki se pa navezuje na tvojo izkušnjo podpore v prehodu v očetovstvo. Tako da me zanima, kako si se pripravil na vlogo starša? Prej si že omenil priročnik mogoče še kaj? Kje si iskal informacije?

Mogoče kdaj kakšne na internetu, (A41) kar ni mogoče najboljša pot, čisto odvisno ... Ja, informacije, čist praktične pač pri obojih starših (A42). Nekaj tudi pri šoli za starše pred porodom, (A43) izhajam iz sebe, da tudi če bi še kakšno knjigo več prebral ali pa še kakšna predavanje več poslušal, tudi predavanja sva poslušala, spletna, (A44) da te v bistvu potem, ko se zgodi ta prehod, ko pride otrok, zde govori za prvega, ki je bila največja sprememba, ne vem če bi bil res kej bolj pripravljen kot sem bil, zato ker imaš potem čisto nove izkušnje in nove izzive, ki se jih trudiš sproti reševati (A45).

Kakšne informacije pa si iskal?

Se pravi ob rojstvu prvega otroka, res najbolj te praktične kje izbrat pediatra, (A46a) kako potekajo postopki v zdravstvu, (A46b) kako pride patronažna sestra, (A48c) take stvari, kako dvigniti pošto, ki je

na otrokovo ime ti imaš pa doma novorojenčka starega sedem dni in je pošta nanj in ti na pošti nočejo dat pošiljke, ker še nimaš dokumentov (A46d)... tako da to so res te najbolj praktične tako da v tistem obdobju še ne iščeš, vsaj jaz se še nisem ukvarjal toliko z vzgojo. Se mi zdi, da je v prvem letu bolj pomembna res ta skrb za otroka, potem se začne vse ostalo. Pri drugem sem moral pa še enkrat vse obnovit, je vseeno kar nekaj let razlike. Šel sem tudi na tečaj prve pomoči za novorojenčke, se mi je zdelo tudi zelo pomembno, pa bi moral mogoče zdaj na osvežitvenega, ker se po 5 letih marsikaj pozabi. (A47) Pri drugem otroku sva imela ob porodu zraven tudi doulo (A48), tako da tam sva v sklopu priprav na porod imela dodatna predavanja, kjer izveš veliko stvari, ki jih morda prej nisi ali pa si jih slišal na drugačen način (A49). Tako, da je bil to zdej pri drugemu donos k razumevanju vloge starša in očeta med in po porodu, v tistem prvem obdobju po porodu, tako da bi rekel, da so bili to moji glavni viri pridobivanja kompetenc.

Hvala, kako pripravljenega si se počutil ob prihodu otroka?

Pri prihodu prvega otroka bi rekel, da sem se čutil, da nisem še dovolj pripravljen. (A50) Pri drugem se mi je pa zdel, da sem dovolj pripravljen, pa me je mogoče kakšna stvar malo presenetila. (A51) Pri prvem si ne moreš predstavljat, kako bo vse skupaj izgledalo in to, ker nimaš te izkušnje (A52). Lahko poslušаш nasvete drugih in priporočila drugih ampak moraš potem bit zelo takten pri tem katere boš upošteval in katere boš malo prefiltrir, ker ti absolutno ne pride vse prav. Čeprav mogoče ti vsi želijo dobro, ampak spet govorimo o nasvetih babic in starejših, se je vzgoja, nega in skrb za otroka v 50 letih tako enormno spremenila. Ampak prejšnje generacije so še vedno prepričane, da so njihovi pristopili najbolj pravilni in da bi se jih morali še danes držat.

Kakšna pa je bila podpora ob rojstvu otroka?

Podpora ni bila najboljša, pa ne mislim, v slabem pomenu. Se pravi eno je to, da je patronažna sestra takrat dosti pomagala zato ker je partnerka dolgo časa po prvem porodu (A53) okrevala, drugi faktor je ta, da je njena družina na primorskem in zato niso mogli biti ves čas ob nas (A54), tretja stvar je pa ta, da se je prvi otrok rodil 4.1., ko je bil zelo neugoden zimski čas, in z vidika temperature in z vidika nekih obolenj. Tudi moji starši so glih v tistem obdobju bili bolni, in je potem trajalo v bistvu skoraj mesec, da so res se vsi člani toliko pozdravili, da ni bilo bojazni, da bi kaj prenesli na novorojenčka (A55), da smo v bistvu moje starše skoraj mesec čakal zaradi teh razlogov. In v teh prvih tednih je bilo mogoče najtežje zato ker absolutno takoj po porodu se pravi žena ni mogla praktično nič, razen ležati in dojiti, tako da je bilo na meni bolj ko ne vse (A56), se mi zdi da sem nekako zvozu ampak recimo v tem obdobju, takoj po porodu je ta podpora najpomembnejša ampak podpora že v smislu da ti nekdo enkrat na par dni prinese nekaj skuhanega, da ni treba tebi mogoče za ta del skrbeti, ali pa da ti nekdo malo pomaga pospraviti, karkoli takega ali pa konec koncev da odpeljejo potem, ko je malo večji

dojenček, za pol ure na sprehod. Se mi zdi da se to že smatra za podporo. Tako da v prvem primeru te podpore ni bilo zaradi teh faktorjev (A57), v drugem pa je vse to bilo že zaradi tega, ker je bilo treba s starejšim neki početi, se ne moreš samo 100 % novorojenčku posvetiti. Tako da tukaj sem spet jaz bil bolj ta, ki se je starejšim ukvarja (A58), hodil ven in tako, ker je življenje teklo zanj naprej tudi nismo želeli, da bi občutil to spremembo kot nek strašen poseg v njegov vsakdan, v stvari, ki jih rad počne. Se nama je zdelo res pomembno, ker že itak je velika sprememba, ker ne bo več sam, da če bi ga zdaj vedno dajali na stran in njegove potrebe dajali vedno na drugo mesto in mu to vedno argumentirali s tem, da je novorojenček zdaj prioriteta, da tega otrok ne more razumeti in ni fer do njega. Tako da smo se trudili, da je čim manj ta del občutil.

Kako pa si naredil z očetovskim dopustom?

V prvem primeru je bilo še 30 dni in sem ga v bistvu takoj, ko je bil otrok rojen, sem ga izkoristil, vse v enem kosu. 30 dni me ni bilo v službo. (A59) Zdaj v drugem primeru je pa bilo drugače vmes se je toliko spremenilo, da je zdaj 75 dni vse skupaj, tako da takoj ko se je otrok rodil sem ga izkoristil 30 dni (A60), v načrtu imam, da vzamem še nekaj v jeseni, ko bo šel otrok v vrtec, ker ga bom jaz uvajal v vrtec, tako kot sem prvorojenca (A61). Se mi zdi tudi to, da se je tudi ta del zelo spremenil. Če se vrnemo čisto nazaj k vlogi očetov, je bilo kar precej očetov, ki so uvajali otroke v vrtec, kar se mi zdi spet, da včasih ni bila praksa. Tudi drugorojenca bom postopno in sočutno uvajal v vrtec in tako tam izkoristil še nekaj dopusta (A62), potem nekaj si ga bom pa poskusil prihraniti, ker mislim, da je to do 7 let.

Hvala, v kolikor imaš izkušnje s csd - centrom za socialno delo - kakšne so bile?

Ja, nekaj izkušenj zagotovo imam, recimo ravno ta očetovski dopust, (A63a) koriščenje otroškega dodatka spremembe pri otroškem dodatku, (A63b) to znižano plačilo vrtca in take zadeve, ker se to preko njih ureja (A63c). Se mi zdi da zdej v drugo, sem vse te zadeve urejal na primorskem, ker se mi zdi, da so stvari hitreje tekale in je bilo manj komplikacij, je moja izkušnja taka. (A64a) V Ljubljani je bilo vse skupaj počas, za kakšne stvari, ki niso bile jasne sem moral priti tja, osebno, potem gledat te uradne ure, kdaj imajo ... Tukaj so se kakšne stvari mal zapletale, na primorskem je bilo bolj preprosto vse skupaj. (A64b)

Pa ni bilo problema, ker živite v Ljubljani in ste urejali dokumente na Primorskem?

Ne, nič, nevem mogoče, ker je žena prijavljena tam, ampak ne. Tudi recimo za drugorojenca smo tam dali delati dokumente, ker je bilo hitreje narejeno.

Razumem ja, hvala. Kako pa ti je ponujena podpora pomagala pri prilagajanju in razvijanju kot oče v prvih petih letih otrokovega življenja?

Mi je pomagala, če je bila ta podpora v smislu da je bila res podpora, da ni bila nek poskus vplivanja na moje delovanje ali pa razmišljanje. Podpora staršev, družine, ja mi je definitivno pomagala (A65).

Kakšna pa je bila izkušnja s podporo družine, prijateljev pri prehodu v očetovstvo?

Lahko rečem, da se je dinamika spremenila, recimo v tem smislu da, je velik del trenutne podpore ta, da gre lahko starejši sin prespat k ali mojim ali k njenim staršem (A66). Tudi recimo, ko se je rodil drugi, je šel prvorojeni za več dni prespat k staršem tako da to dojemam kot dobro podporo. Ja, se je spremenilo tudi v tem smislu, da so obiski starih staršev pogostejši, ker želijo videti vnuke in se z njimi ukvarjati.

Omenjal si, če prav razumem bolj fizično podporo (pospravljanje, kuhanje), kaj pa če se dotakneva psihične podpore?

Topla beseda, (A67) to pa v kakšni situaciji, ko se prvič znajdeš v njen, da ti nekdo pove, da ni panike, tudi če ima otrok 39 vročine, da je to nekaj normalnega (A68). Ti nasveti starejših generacij tukaj pridejo prav. (A69a) So pa tudi oni tok razumevajoči, da vedo, da sva midva po naravi taka da nama ni preveč všeč, če nama, kdo "soli pamet", tako da so bili tudi glede tega uvidevni in so nama včasih kaj sugerirali, ampak nikoli pa niso pri temu vztrajali, da bi nam morali kaj dopovedati, tako da je tudi to bila podpora. (A69b)

Izkušnja s šolo za starše, omenil si, da sta se udeležila tako javne kot tudi zasebne?

Ja, sta v bistvu dva zelo različna pristopa, pa ne bi mogel reči, da je en boljši ali pa en slabši, recimo meni je koristilo, da sem oboje slišal. (A70) Šolo za starše sva šla dosti prej, se mi zdi, da se marsikomu zdi, da je šola za starše mal zastarela, s svojimi principi, ki se jih uči. Pristop doule je pa bol, bi rekel holističen, celosten. Sva izbrala tudi tako dulo, ki ima ogromno izkušenj in s katero smo lahko skomunicirali najine želje (A72) in pač njene sposobnosti, tega kaj nama lahko ponudi. Še vedno mislim da je neka kombinacija obojega, se pravi jaz sem pač skušal pobrat največ kar se da iz šole za starše kot čist neke praktične skrbi za otroka (A71). V drugo sva šla rodit na Jesenice, kjer je tudi pri rojevanju drugačen pristop, tko da ni bilo nikakršnih težav tudi glede prisotnosti doule. Moraš biti kot starš ali pa nekdo, ki postaja starš, pripravljen veliko stvari slišati, ne pa čist vsega sprejet. Kakšne stvari res prefiltrirat in ugotovit, kaj se sklada s tvojimi prepričanji in pričakovanji in probat pobrat najboljše, ne glede na to ali je to javna ali zasebna storitev (A73).

Zadnje vprašanje, kaj misliš da bi lahko izboljšalo podporo in razumevanje očetov v Sloveniji v zgodnjih letih otrokovega življenja?

Se mi zdi, da se vedno več govori pač o tej podpori in doživljanju očetov pred, med in po porodu in seveda v času vzgoje in skrbi za otroka, tako da se mi zdi, da danes, obstaja ogromno enih spletnih

delavnic, predavanj za vsakega. (A74) Moraš bit pa tudi ti kot oče pripravljen se učiti teh stvari. (A75) Še vedno so očetje, ki jih te stvari ne zanimajo. Se mi zdi, da se ta vidik spreminja, tako da ja poskusit, si pogledat predavanj, poslušat, ker mislim, da se bo to samo še izboljševalo ... Obseg stvari, ki jih zmoremo kot očetje narediti in si jih želimo narediti bo vedno večje. Bojo stvari pri katerih še vedno si lahko samo podpora mami pa je mogoče že tukaj dovolj ampak ja bomo videli v katero smer bo to šlo.

Hvala za vse vpoglede, deljeno znanje in izkušnje.

10.3 Kodiranje

10.3.1 Odprto kodiranje – primer udeleženec A

Št. izjave	Izjava	Pojem	Kategorija	Nadkategorija	Tema
A1	Jaz sem 34 let, starejši sin 5 in pol, mlajši pa 10 mesecev.	Oče 34 let, starejši sin 5,5, let, mlajši sin 10 mesecev.	Starost očeta in otrok		Demografske značilnosti
A2	Jaz, partnerka in dva otroka, dva fantka to je naša osnovna družina.	Zakonca in dva otroka	Opis lastne družine		Družina
A3	Ne bom rekel, da smo si čisto enakovredni pri vsem, ker si nismo, ampak mislim da lahko očetje veliko stvari sami zmoremo in tudi želimo tako.	Nepopolna enakopravnost in samostojnost vloge	Razumevanje očetovske vloge v Sloveniji sedaj		Razumevanje očetovske vloge
A4	Enostavno vloga očeta je bila razumljena drugače, takrat je bilo bolj to, da je bil oče v službi, da je za družino bolj pokrbel finančno, v kakšnih stvareh tudi bil opora ženi, in ni bilo toliko časa namenjeno za otroke.	Včasih bolj finančni vidik, manj skrbstven	Razumevanje očetovske vloge v Sloveniji v preteklosti		Razumevanje očetovske vloge
A5	Zase lahko rečem, da sam kot oče hodim na dosti enih aktivnosti in dejavnosti, ki so pač vezane na otroke. Delavnice, kakšni festivali namenjeni otrokom in tako naprej in grem občasno tudi sam, se pravi brez partnerke, brez ženske in se mi zdi da je kar da se je to kar razširilo, tako da tudi drugi moški, očki prihajajo velikokrat sami.	Samostojno spremljanje otrok na aktivnosti	Vloga očeta v odnosu do otrok_a	Razumevanje lastne očetovske vloge	Razumevanje očetovske vloge
A6	Jaz v bistvu skušam biti čim bolj vpet.	Vključenost v skrb in vzgojo otrok	Vloga očeta v odnosu do otrok_a	Razumevanje lastne očetovske vloge	Razumevanje očetovske vloge
A7a	Hodim na vse roditeljske sestanke, hodim na posvete recimo z vzgojiteljicami, si želim biti čim bolj vpet, ker se mi zdi to zelo pomembno v bistvu zame za moje	Udeležba na roditeljskih sestankih in posvetih z vzgojiteljico	Vloga očeta v odnosu do otrok_a	Razumevanje lastne očetovske vloge	Razumevanje očetovske vloge

	razumevanje moje vloge in pač za neko dinamiko				
A7b	hodim na druženja s starši	Druženje s starši drugih otrok	Vloga očeta v odnosu do družine	Razumevanje lastne očetovske vloge	Razumevanje očetovske vloge
A7c	si želim biti čim bolj vpet, ker se mi zdi to zelo pomembno v bistvu zame za moje razumevanje moje vloge in pač za neko dinamiko	Želja po čim večji vpetosti v v skrb in vzgojo otrok	Vloga očeta v odnosu do otrok_a	Razumevanje lastne očetovske vloge	Razumevanje očetovske vloge
A8	sem se pa trudil da sem jaz recimo vedno potrudil, da ko sem bil jaz doma, da sem ga večinoma jaz previl, da pač ni bilo treba njej takrat za to skrbet, pa tudi preoblačil in kopal sem ga tudi jaz.	Prevzem skrbi za otroka, ko je oče doma	Delitev del med očetom in matero		Razumevanje očetovske vloge
A9	Predvsem glede higiene se trudim, da jaz take stvari prevzamem.	Oče skrbi za higieno	Delitev del med očetom in matero		Razumevanje očetovske vloge
A10	Ne da sva si namensko razdelila, ampak se mi zdi da pač grejo stvari svojo pot	Spontana delitev skrbi	Delitev del med očetom in matero		Razumevanje očetovske vloge
A11a	če sva oba doma, jaz večkrat previjem kot ona, recimo kot sem reku, kopam jaz otroke, tuširam starejšega	Oče skrbi za higieno	Delitev del med očetom in matero		Razumevanje očetovske vloge
A11b	tudi recimo k pediatri peljem mlajšega, tudi pri starejšemu je bilo tako, da sem ga jaz peljal na preglede in take stvari.	Oče spremlja otroke k zdravniku	Delitev del med očetom in matero		Razumevanje očetovske vloge
A12	Recimo hranjenje, zelo enostavno, enkrat ona postreže otrokom enkrat jaz, nekako enakomerno razporejeno imava.	Enakomerna skrb za prehrano	Delitev del med očetom in matero		Razumevanje očetovske vloge
A13	Pri igranju recimo imava spet malo različne pristope, ona ima bolj mogoče malo bolj tak pedagoški pristop, kadar se ona igra, v ospredje postavi učenje ali pa želi kakšno stvar sporočiti otrokom skozi to igro. Medtem ko jaz, se mogoče lažje vživim v vlogo otroka, in v bistvu	Različen pristop pri igri	Razlika v vlogah očeta in matere		Razumevanje očetovske vloge

	sva kot dva otroka potem, je malo drugače				
A14	Zelo variira ta čas. Ampak recimo, če je delovni dan, da moram v službo potem zjutraj dobro uro recimo preden grem v službo, potem ko pridem iz službe je to okrog pol štirih, štirih pa v bistvu do večera.	Skupno jutro in skupno popoldne	Časovna dimenzija vključenosti v skrb za otroke - Delovnik		Družinski vsakdan
A15	Čez vikend sem z družino pa pač praktično cel dan.	Cel vikend	Časovna dimenzija vključenosti v skrb za otroke - Vikend		Družinski vsakdan
A16	Moram reči da jih ne upoštevam. Pač delam tako kot jaz mislim da je moji družini najboljše.	Lastno delovanje ne glede na družbeni pritisk	Družbeni pritisk na očete		Razumevanje očetovske vloge
A17	jaz res nekaj instinktivno delujem kar se tega tiče, delujem in se mi zdi da funkcionira, ne bom pa, ne bom pa rekel da 100%, da sem prepričan.	Instinktno delovanje	Občutek očetovstva		Prehod v očetovstvo
A18	kar je bilo dobrih stvari sem jih skušal pobrat po svojem očetu ne pa vsega.	Od svojega očeta	Učenje od ljudi	Učenje očetovstva	Priprava na starševstvo
A19	Bi rekel, da ene stvari so prišle čisto instinktivno	Očetovski instinkt	Očetovsko učenje skozi izkušnje	Učenje očetovstva	Priprava na starševstvo
A20	priročnik o starševstvu mogoče tam dobil kakšno idejo	Priročnik o starševstvu	Strokovna podpora pri učenju	Učenje očetovstva	Priprava na starševstvo
A21	ena knjiga sem prebral o razvoju otroških možganov, mogoče da dobiš boljši vpogled o otrokovem razvoju pri zgodnji starosti in na podlagi tega tudi kdaj prilagodil svoje odzive svoje vedenje in tako naprej.	Knjiga o razvoju človeških možganov	Strokovna podpora pri učenju	Učenje očetovstva	Priprava na starševstvo
A22	ne bi pa rekel, da sem se v sistematsko od koga učil očetovstva	Nesistematično učenje	Očetovsko učenje skozi izkušnje	Učenje očetovstva	Priprava na starševstvo
A23	imam to srečo, da imam tako službo, ki ima dosti fleksibilnosti	Prilagodljivost službe	Dejavnik uspešnega usklajevanja vezan na službo	Zaposlen	Usklajevanje družinskega in poklicnega življenja
A24	odvisno seveda od nadrejenih in od osebnih odnosov ampak se mi zdi da zaenkrat to v redu funkcionira tako da če se kadarkoli in karkoli zgodi	Podporno delovno okolje	Dejavnik uspešnega usklajevanja vezan na službo	Zaposlen	Usklajevanje družinskega in poklicnega življenja

	v vrtcu, imam tudi možnost tako ga iskati in mi ne bo nihče nič očital ali pa reku				
A25	tudi to srečo, da imam službo dokaj blizu	Bližina službe	Dejavnik uspešnega usklajevanja vezan na službo	Zaposlen	Usklajevanje družinskega in poklicnega življenja
A26	imam tudi neko razumevanje delodajalca	Podpora delodajalca	Dejavnik uspešnega usklajevanja vezan na službo	Zaposlen	Usklajevanje družinskega in poklicnega življenja
A27	ko grem iz službe da v večini primerov imam pač prosti čas naprej, da se ne ukvarjam s službo	Ločitev službe in prostega časa	Dejavnik uspešnega usklajevanja vezan na lastno delovanje	Zaposlen	Usklajevanje družinskega in poklicnega življenja
A28	vidim, da nisem najboljši načrtovalec, mogoče, če bi se bolj temu posvetil, bi lahko mal v naprej predvidel, kdaj bo kakšna stvar v službi, ki se bo "tepla" s tem, kar imamo doma. Da bi si v naprej bolj organiziral, začrtal in probal speljat po načrtih, da ne bi rabil na hitro improvizirat, za enkrat je šlo.	Predvidevanje in načrtovanje	Izzivi usklajevanja družinskega in poklicnega življenja	Zaposlen	Usklajevanje družinskega in poklicnega življenja
A29a	zjutraj poskrbim zato da preoblečem otroke in previjem ta malega	Obleče starejšega in previje mlajšega otroka	Jutro		Družinski vsakdan
A29b	in da jaz ali žena poskrbiva za zajtrk.	On ali žena pripravi zajtrk	Jutro		Družinski vsakdan
A30	odpeljem otroka spotoma v vrtec	Otroka pelje v vrtec	Jutro		Družinski vsakdan
A31	Ko je konec službe sem v 10 min doma in potem počnemo kaj skupaj. Ali gremo na sprehod in to lahko gremo kdaj kakšne starše obiskat.	Skupne aktivnosti - sprehod, obiski	Popoldne		Družinski vsakdan
A32	stuširati otroke pred spanjem, zobe umiti, pravljico prebrat in to je to	Skrb za higieno in branje pravljič	Zvečer		Družinski vsakdan
A33	Pustim si kakšno opravilo za potem, ko ostali člani družine že spijo da ga potem pozno zvečer naredim - pospravljanje igrač, pomivanje posode, take stvari.	Gospodinjska opravila, ko ostali spijo	Zvečer		Družinski vsakdan
A34	večjih prilagoditev ni bilo	Brez večjih prilagoditev	Spremembe v partnerskem odnosu		Spremembe odnosov v

					prehodu očetovstvo v
A35	razen tega da si kakšno noč prebedel, manj spal	Pomanjkanje spanja	Vpliv na počutje		Spremembe ob očetovstvu
A36	ko je starejši sin že 5 in pol, da je treba kdaj prilagoditi najino komunikacijo - če je kakšna napetosti, jo je treba na drugačen način skomunicirati zato ker si kar zapomni, kaj je kdo rekel in potem sprašuje, kako je bilo.	Kodirana komunikacija pred starejšim sinom	Spremembe v partnerskem odnosu		Spremembe odnosov v prehodu očetovstvo v
A37	V bistvu bližnji prijatelji in sorodniki so v bistvu hitro sprejel, da so pač del zdaj malo drugačne družine, malo drugačne dinamike.	Hitro sprejemanje nove dinamike	Spremembe v sorodstvenih odnosih		Spremembe odnosov v prehodu očetovstvo v
A38	Ampak recimo še vedno si vzamem vsake toliko časa pač čas zase, da grem sam s prijatelji.	Skrb zase - Si vzame čas zase in za prijatelje	Dejavnik uspešnega prehoda v očetovstvo		Prehod očetovstvo v
A39	Mogoče malo se je treba v naprej kakšne stvari splanirati	Potrebno načrtovanje	Spremembe v prijateljskih odnosih		Spremembe odnosov v prehodu očetovstvo v
A40	Ni bilo nikoli težav s tem, se mi zdi da da so kar hitro sprejeli to pač mojo novo vlogo in da ni bilo problema.	Brez problemov sprejeli njegovo vlogo očeta	Spremembe v sorodstvenih odnosih		Spremembe odnosov v prehodu očetovstvo v
A41	Mogoče kdaj kakšne na spletu	Splet	Strokovna podpora pri učenju	Učenje očetovstva	Priprava starševstvo na
A42	Ja, informacije, čist praktične sem iskal pač pri obojih starših.	Od svojih staršev	Učenje od ljudi	Učenje očetovstva	Priprava starševstvo na
A43	Nekaj tudi pri šoli za starše pred porodom	Šola za starše	Strokovna podpora pri učenju	Učenje očetovstva	Priprava starševstvo na
A44	tudi predavanja sva poslušala, spletna.	Spletna predavanja	Strokovna podpora pri učenju	Učenje očetovstva	Priprava starševstvo na
A45a	tudi če bi še kakšno knjigo več prebral ali pa še kakšno predavanje več poslušal, ko pride otrok, zde govori za prvega, ki je bil največja sprememba,	Največja sprememba pri prvem otroku	Občutek očetovstva		Prehod očetovstvo v
A45b	ne vem če bi bil res kej bolj pripravljen kot sem bil, zato ker imaš potem čisto nove izkušnje in nove izzive, ki se jih trudiš sproti reševati.	Sprotno učenje	Očetovsko učenje skozi izkušnje	Učenje očetovstva	Priprava starševstvo na
A46a			Iskanje informacij		

	res najbolj te praktične kje izbrat pediatra,	Kje izbrati pediatra			Priprava na starševstvo
A46b	kako potekajo postopki v zdravstvu	Kako potekajo postopki v zdravstvu	Iskanje informacij		Priprava na starševstvo
A46c	kako pride patronažna sestra,	Kako poteka sodelovanje s patronažno sestro	Iskanje informacij		Priprava na starševstvo
A46d	kako dvigniti njegovo pošto, če še nima dokumenta ...	Kako dvigniti pošto na dojenčka, ki nima dokumentov	Iskanje informacij		Priprava na starševstvo
A47	Šel sem tudi na tečaj prve pomoči za novorojenčke, se mi je zdelo tudi zelo pomembno,	Tečaj prve pomoči za novorojenčke	Strokovna podpora pri učenju	Učenje očetovstva	Priprava na starševstvo
A48	Pri drugem otroku sva imela ob porodu zraven tudi doulo	Doula	Strokovna podpora pri učenju	Učenje očetovstva	Priprava na starševstvo
A49	tako da tam sva v sklopu priprav na porod imela dodatna predavanja, kjer izveš veliko stvari, ki jih morda prej nisi ali pa si jih slišal na drugačen način.	Dodatna predavanja	Strokovna podpora pri učenju	Učenje očetovstva	Priprava na starševstvo
A50	Pri prihodu prvega otroka bi rekel, da sem se čutil, da nisem še dovolj pripravljen	Nepripravljen (rojstvo prvega otroka)	Občutek pripravljenosti		Prehod očetovstvo v
A51	Pri drugem se mi je pa zdel, da sem dovolj pripravljen, pa me je mogoče kakšna stvar malo presenetila.	Pripravljen a ga je kakšna stvar presenetila (rojstvo drugega otroka)	Občutek pripravljenosti		Prehod očetovstvo v
A52	Pri prvem si ne moreš predstavljati, kako bo vse skupaj izgledalo in to, ker nimaš te izkušnje.	Pomanjkanje realnih izkušenj pri prvem otroku	Občutek pripravljenosti		Prehod očetovstvo v
A53	Patronažna sestra je takrat dosti pomagala zato ker je partnerka dolgo časa po prvem porodu okrevala	Podporen vpliv	Pomoč patronažne sestre		Vpliv podpore na prehod očetovstvo v
A54	Njena družina na primorskem in zato niso mogli biti ves čas ob nas.	Oddaljenost ženine družine	Odsotnost podpore po porodu		Izkušnja podpore v prehodu očetovstvo v
A55	Prvi otrok se je rodil 4.1., ko je bil zelo neugoden zimski čas, in z vidika temperature in z vidika nekih obolenj. Moji starši so glih v tistem obdobju	Bolezen starih staršev	Odsotnost podpore po porodu		Izkušnja podpore v prehodu očetovstvo v

	bili bolni, in je potem trajalo v bistvu skoraj mesec, da so res se vsi člani toliko pozdravili, da ni bilo bojazni, da bi kaj prenesli na novorojenčka.				
A56	V teh prvih tednih je bilo mogoče najtežje zato ker absolutno takoj po porodu se pravi žena ni mogla praktično nič, razen ležati in dojiti, tako da je bilo na meni bolj ko ne vse.	Breme izključno na očetu zaradi ženine potrebe po okrevanju	Podpora po porodu		Izkušnja podpore v prehodu v očetovstvo
A57	Tako da v prvem primeru te podpore ni bilo zaradi teh faktorjev	Pomanjkanje družinske podpore	Odsotnost podpore po porodu		Izkušnja podpore v prehodu v očetovstvo
A58	Pri drugem pa je vse to bilo že zaradi tega, ker je bilo treba s starejšim neki početi, se ne moreš samo 100% novorojenčku posvetiti. Tako da tukaj sem spet jaz bil bolj ta, ki se je starejšim ukvarja	Podpora starejšemu otroku ob spremembi družinske dinamike ob rojstvu drugega otroka	Vloga očeta v odnosu do otrok_a	Razumevanje lastne očetovske vloge	Razumevanje očetovske vloge
A59	V prvem primeru je bilo še 30 dni in sem ga v bistvu takoj, ko je bil otrok rojen, sem ga izkoristil, vse v enem kosu. 30 dni me ni bilo v službo.	Prvi otrok - izkoristil cel dopust	Zaposlen		Očetovski dopust
A60	Zdaj je 75 dni vse skupaj, tako da takoj ko se je otrok rodil sem ga izkoristil 30 dni	Drugi otrok - izkoristil polovico dopusta	Zaposlen		Očetovski dopust
A61	v načrtu imam, da vzamem še nekaj v jeseni, ko bo šel otrok v vrtec, ker ga bom jaz uvajal v vrtec, tako kot sem prvorojenca.	Drugi otrok - Nekaj dopusta bo vzel ob uvajanju v vrtec	Zaposlen		Očetovski dopust
A62	Tudi drugorojenca bom postopno in sočutno uvajal v vrtec.	Uvajanje v vrtec	Vloga očeta v odnosu do otrok_a	Razumevanje lastne vloge očeta	Razumevanje očetovske vloge
A63a	Recimo ravno ta očetovski dopust,	Urejanje očetovskega dopusta	Izkušnje s CSD		Izkušnja podpore v prehodu v očetovstvo
A63b	koriščenje otroškega dodatka spremembe pri otroškem dodatku	Urejanje otroškega dodatka	Izkušnje s CSD		Izkušnja podpore v prehodu v očetovstvo
A63c	to znižano plačilo vrtca in take zadeve, ker se to preko njih ureja.	Urejanje subvencije za vrtec	Izkušnje s CSD		Izkušnja podpore v prehodu v očetovstvo

A64a	Se mi zdi da zdej v drugo, sem vse te zadeve urejal na primorskem, ker se mi zdi, da so stvari hitreje tekale in je bilo manj komplikacij, je moja izkušnja taka.	Hitrejši postopki in manj komplikacij	Izkušnje s CSD na Primorskem		Izkušnja podpore v prehodu v očetovstvo
A64b	V Ljubljani je bilo vse skupaj počas, za kakšne stvari, ki niso bile jasne sem moral priti tja, osebno, potem gledat te uradne ure, kdaj imajo ... Tukaj so se kakšne stvari mal zapletale, na primorskem je bilo bolj preprosto vse skupaj.	Bolj preprosti postopki	Izkušnje s CSD na Primorskem		Izkušnja podpore v prehodu v očetovstvo
A65	Podpora staršev, družine, mi je definitivno pomagala.	Podporen vpliv	Podpora starih staršev		Vpliv podpore na prehod v očetovstvo
A66	velik del trenutne podpore ta, da gre lahko starejši sin prespat k ali mojim ali k njenim staršem.	Prevzem starejšega otroka	Podpora starih staršev		Izkušnja podpore v prehodu v očetovstvo
A67	Topla beseda,	Topla beseda	Psihična podpora		Izkušnja podpore v prehodu v očetovstvo
A68	to pa v kakšni situaciji, ko se prvič znajdeš v njej, da ti nekdo pove, da ni panike, tudi če ima otrok 39 vročine, da je to nekaj normalnega.	Normalizacija nekaterih otrokovih zdravniških stanj	Psihična podpora		Izkušnja podpore v prehodu v očetovstvo
A69a	nasveti starejših generacij tukaj pridejo prav.	Podporen vpliv	Nasveti starejših generacij		Vpliv podpore na prehod v očetovstvo
A69b	So pa tudi oni tok razumevajoči, da vedo, da sva midva po naravi taka da nama ni preveč všeč, če nama, kdo "soli pamet", tako da so bili tudi glede tega uvidevni in so nama včasih kaj sugerirali, ampak nikoli pa niso pri temu vztrajali, da bi nam morali kaj dopovedati, tako da je tudi to bila podpora.	Razumevajoči in uvidevni stari starši glede svetovanja novima staršema	Podpora po porodu		Izkušnja podpore v prehodu v očetovstvo
A70	Ja, javna in zasebna, sta v bistvu dva zelo različna pristopa, pa ne bi mogel reči, da je en boljši ali pa en slabši, recimo meni je	Korist kombinacije javne in zasebne storitve	Šola za starše		Izkušnja podpore v prehodu v očetovstvo

	koristilo, da sem oboje slišal.				
A71	jaz sem pač skušal pobrat največ kar se da iz šole za starše kot čist neke praktične skrbi za otroka.	Praktični nasveti	Šola za starše		Izkušnja podpore v prehodu v očetovstvo
A72	Pristop doule je pa bol, bi rekel holističen, celosten. Sva izbrala tudi tako dulo, ki ima ogromno izkušenj in s katero smo lahko skomunicirali najine želje in pač njene sposobnosti	Holističen in osebni pristop	Doula		Izkušnja podpore v prehodu v očetovstvo
A73	Moraš biti kot starš ali pa nekdo, ki postaja starš, pripravljen veliko stvari slišati, ne pa čist vsega sprejet. Kakšne stvari res prefiltrirati in ugotoviti, kaj se sklada s tvojimi prepričanji in pričakovanji in probat pobrat najboljše	Pripravljenost za učenje in refleksija	Sporočilo bodočim očetom		Izboljšave podpore in razumevanja očetov v Sloveniji
A74	Se mi zdi, da se vedno več govori pač o tej podpori in doživljanju očetov pred, med in po porodu in seveda v času vzgoje in skrbi za otroka, tako da se mi zdi, da danes, obstaja ogromno enih spletnih delavnic, predavanj za vsakega.	Širjenje znanja in zavedanja vloge očeta	Predlogi izboljšav		Izboljšave podpore in razumevanja očetov v Sloveniji
A75	Moraš bit pa tudi ti kot oče pripravljen se učiti teh stvari	Pripravljenost za učenje in refleksija	Sporočilo bodočim očetom		Izboljšave podpore in razumevanja očetov v Sloveniji

10.3.2 Oso kodiranje

Tema: Demografske značilnosti

Kategorija: Starost očeta in otrok

- Oče 28 let, hčerka 5 let (G1)
- Oče 30 let, starejši sin 1 leto in 11 mesecev, mlajši sin 3 mesece (B1)
- Oče 30 let, hčerka 3 leta in pričakuje drugega otroka (J1)
- Oče 32 let, starejši sin 3 leta, mlajši sin 2 meseca (H1)
- Oče 32 let, sin 1 leto in 2 meseca (I1)
- Oče 34 let, starejši sin 5 let in pol, mlajši sin 10 mesecev (A1)
- Oče 34 let, hčerka 2 leti (C1)
- Oče 36 let, hčerka 2 leti (E1)
- Oče 40 let, hčerka 4 leta (D1)
- Oče 55 let, hčerka 5 let (F1)

Tema: Družina

Kategorija: Opis lastne družine

- Zakonca in dva otroka (A2), (H2)
- Zakonca in otrok (C2), (E2), (J2)
- Partnerja in otrok (C2), (I2)
- Partnerja, hčerka in pes (F2)
- Partnerja, dva otroka in pes (B1)
- On in hčerka (G2)

Kategorija: Značilnosti družine

- Pomembnost svobode vseh članov (D6)
- Družina mora zase odločati (E59)
- Izkušnja ločitve (G3)

Tema: Razumevanje očetovske vloge

Kategorija: Razumevanje očetovske vloge v Sloveniji sedaj

- Danes širša vloga (B5)
- Mlajše generacije očetov razumejo pomembnost lastne vloge (I5c)

- Skrb za otroke (B3), (C5)
- Želja po vključenosti v skrb za otroka (C4)
- Vključenost v skrb, nego in izobraževanje otroka ter gospodinjska opravila (E3)
- Vključen v vse skrbstvene aktivnosti (H5)
- Dopolnjevanje z materjo za uspešno družinsko dinamiko (D3)
- Želja po podpori partnerke (C3)
- Predvsem podpora partnerki in skrb za otroka (G4)
- Drugačna pomoč partnerki, kot prej (H7)
- Nepopolna enakopravnost in samostojnost vloge (A3)
- Enakovredna vloga mami (H4)
- Enakopravna vloga mami (J3)
- Premalo vključeni v skrb (I4)
- Stereotipno razmišljanje pri starejših očetih – mama skrbi za otroka (I5a)
- Starejši očetje imajo druge prioritete (I5b)
- Poleg finančne še čustvena in vzgojna odgovornost (B6b)
- Nejasne meje med vlogami mame in očeta (B23a)
- Večja izgubljenost v vlogi očeta zaradi ne jasnih pričakovanj (B23b)
- Težje je biti oče danes kot včasih (B24)

Kategorija: Razumevanje očetovske vloge v Sloveniji v preteklosti

- Včasih bolj finančni vidik, manj skrbstven (A4), (G20)
- Včasih samo finančna vloga (B6a)
- Včasih bolj jasna delitev dela (B22)
- Včasih očetje v službah in za otroke skrbele zgolj mame (C19)
- Skrb za otroka na strani žensk (E7)

Nadkategorija: Razumevanje lastne očetovske vloge

Kategorija: Vloga očeta v odnosu do družine

- Skrb za družino (H8)
- Emocionalna in finančna podpora družine (G5)
- Prisotnost v družini (B9), (J6), (J8)
- Finančna odgovornost (B4)
- Enakovrednost vseh treh očetovski vlog - finančna odgovornost, čustvena in vzgojna odgovornost (B7)

- Ob enem otroku večja finančna odgovornost (B8a)
- Ob dveh otrocih bolj pomembna čustvena in vzgojna odgovornost (B8b)
- Druženje s starši drugih otrok (A7b)

Kategorija: Vloga očeta v odnosu do otrok_a

- Pomembna figura pri razvoju otroka (I3)
- Vključenost v skrb in vzgojo otrok (A6), (F4b), (G12), (J33), (A47c)
- Čim več časa z otrokom (C8), (I9), (J16)
- Samostojno spremljanje otrok na aktivnosti (A5)
- Udeležba na roditeljskih sestankih in posvetih z vzgojiteljico (A7a)
- Skrb za otroka ponoči, ko se preneha dojit (C7), (J34)
- Vzor otroku pri vedenju in učenju (J5)
- Privzgoja vrednot dela, družine in športa (B10)
- Ne želi posegati v otrokov prostor in odločati zanj (I8)
- Dajati otroku svobodo za razvoj odločnosti kasneje v življenju (I6)
- Podpiranje otroka pri lastnih odločitvah (J7)
- Podpora starejšemu otroku ob spremembi družinske dinamike ob rojstvu drugega otroka (A58), (J40)
- Uvajanje v vrtec (A62)
- Oba disciplinirata otroke (H12)
- Postopno večanje vloge očeta s starostjo otroka (F3)
- Oče spodbuja druženje z drugimi otroki (D17)
- Oče spodbuja gibalni razvoj – vožnja kolesa, plavanje, pohodi (D18)
- Fokus na gibalnemu razvoju otroka (J17)
- Oče s hčerko sestavlja sestavljanke, legokocke, poslušajo glasbo (D19)
- Občasno se na hčerkine želje po njegovem odzivu, odzove z zamikom z namenom učenja (D21)
- Ve kdaj ima otrok zdravnika, kako jo mora obleči, kaj rada je in česa ne mara (E6)

Kategorija: Vloga očeta v odnosu do partnerke

- Opora partnerki (C6), (H17)
- Pomoč partnerki pri skrbi za otroka (C10), (E5)
- Razbremenitev partnerke (F4a)
- Pomoč ženi in prilagajanje vsem (H9)
- Prvi fokus očeta je podpora mame, nato skrb za otroka (G9)

- Deljenje dela, komunikacija in delno prilagajanje (D5)
- V pričo otroka z ženo zagovarjata isto odločitev tudi, če se ne strinjata (D10)

Kategorija: Razumevanje lastne očetovske vloge pred ločitvijo

- Delitev vlog – oče bolj v podporo partnerki (G7a)

Kategorija: Razumevanje lastne očetovske vloge po ločitvi

- Prevzema vlogo mame in očeta (G7b)

Kategorija: Delitev del med očetom in materjo

- Spontana delitev skrbi (A10)
- Spontana delitev kuhanja (F10)
- Delitev dela po principu, kaj komu bolj odgovarja (D13)
- Deljena skrb za otroka in gospodinjstva dela po principu, kaj komu bolj odgovarja – oče raje pospravi kuhinjo, kot uspava hčerko, saj ga to psihično izmuči (D31)
- Enakovredna delitev skrbi in vzgoje otroka skozi dan (E12)
- Enakomerna skrb za prehrano (A12), (J13)
- Enakomerna delitev dela (D4a), (H21)
- Enakovredna delitev del po dogovoru glede službenih obveznosti (D28)
- Enakomerna delitev nočne skrbi za otroka - priprava mleka in previjanje (D11)
- Ob prehodu na adaptirano mleko je lahko enakovredno sodeloval pri hranjenju (E9)
- Prevzem skrbi za otroka, ko je oče doma (A8)
- Ko je oče doma, prevzame skrb za mlajšega (H14)
- Ko je oče doma, enakomerno delita skrb za otroke (B16), (B13)
- Oče skrbi za higieno (A9), (A11a)
- Oče prevzame sobotno nakupovanje (H22)
- Oče spremlja otroke k zdravniku (A11b)
- Funkcija discipliniranja – v večji meri kot mama, postavljaš meje (G6)
- Oče – bolj strog (I12)
- Žena v večji meri prevzemala nočno hranjenje dokler otrok ni spal 6 ur v kosu (E10)
- Odkar se ne doji več ponoči, oče prevzema nočno skrb (I25)
- Žena prevzema večji del skrbi za otroka (F6)
- Delitev nočne oskrbe otroka – oče do enih, mama naprej (E11)
- Žena vedno kuha, ostalo enakomerno deljeno (I14)

- Za večino gospodinjskih opravil poskrbi partnerka (C25)
- Partnerka več skrbi za mlajšega, on večji fokus na starejšem otroku (B11)
- Skrb za starejšega sina (B14)
- Večji delež skrbi pri prvem otroku je imela žena, ker je bil oče manj doma (B15)
- Če je trava za pokosit jo pokosi oče, ko mama poskrbi za notranjost hiše (D4b)
- Nakup oblek prevzemata žena in tašča (E13)
- Žena je načrtovala nakupe, on jih je izvrševal (H35)
- Pomaga s tem, da kdaj skuha in pospravi za seboj (C26)
- Pomaga pri pomivanju, kuhanju, likanju z namenom, da so več časa skupaj (D7)
- Večinoma hčerko uspava partnerka, oče pomaga, ko je doma (C27)
- Uspavanje – žena (J12)
- Žena kuha in umiva otroka, oče ga uspava (I23)

Kategorija: Razlika v vlogah očeta in matere

- Različen pristop pri igri (A13)
- Mama – ustvarjalne stvari, oče – športne aktivnosti (H11)
- Oče bolj za športne aktivnosti, z mamo se otrok več crklja (G10)
- Oče za bolj agresivne igre (H6)
- Funkcija discipliniranja – v večji meri kot mama, postavljaš meje (G6)
- Oče – bolj strog (I12)
- Partnerka nosi večjo čustveno odgovornost za otroke (B12)
- Učenje o vzgoji prepustil partnerki (G47)
- Bolj varno se otrok počuti ob mami (I13b)
- Manj skrben kot partnerka (C9)
- Mama bolj nežna, oče bolj odločen (D8)
- Dokler se otrok doji bolj navezan na mamo (I13a)
- Kompromis nežnosti in odločnosti rezultira v 'normalni' vzgoji (D9)
- Ni izkusil porodnih bolečin (E8)
- Dojenje (J9)
- 2 leti kot oče ni vedel, kaj početi - opiše se kot dodatek k diadnemu odnosu – mama in hčer (G8)
- Časovno manj z otrokom kot partnerka zaradi grajenja hiše (C13)

Kategorija: Družbeni pritisk na očete

- Lastno delovanje ne glede na družbeni pritisk (A16), (D23b), (E15), (F11a)
- Branje in nasveti psihologov zazdrav razvoj otroka namesto ukvarjanja z mnenjem drugih ljudi (D23a)
- Družbeno sprejemanje vključenega očeta (C15)
- Pritisk v preteklosti zaradi norčevanja iz vključenega očeta danes ni več prisoten (C14)
- Pritisk preskrbeti družino (finančni pritisk) (B20)
- Veliko moških zaradi finančne obremenitve v stiski (B21)
- Čuti družinski pritisk s strani partnerke (F11b)
- Velik pritisk na oba starša (G14)
- Pritisk na partnersko zvezo zaradi visokih pričakovanj družbe za razvoj in uspeh otroka (G16)
- Pričakovanje, da se vse vrti okoli otroka (G15)

Kategorija: Merilo dobrega očeta

- Količina in kvaliteta skupnega časa z otrokom (J14), (I17b), (C16)
- Zavestna vključenost v skrb za otroka (I17a)
- Za ženske – skrb za otroke (H15)
- Za otroke – njihov odziv na očeta (H16)

Tema: Družinski vsakdan

Kategorija: Časovna dimenzija vključenosti v skrb za otroke – Delovnik

- Skupno jutro in skupno popoldne (A14), (C11), D(14), (E14), (G11), (H13)
- 2 uri na dan (ob prvem sinu) (B18)
- 3 ure dnevno (D15)
- 4 ure na dan (ob obeh sinovih) (B17)

Kategorija: Časovna dimenzija vključenosti v skrb za otroke - Vikend

- Cel vikend (A15), (C12), D(16), (J11), (E30)

Kategorija: Jutro

- Skupno zbujanje s starejšim otrokom (B37)
- Obleče starejšega in previje mlajšega otroka (A29a)
- Prevzame skrb za starejšega otroka, partnerka pa za mlajšega (B39)
- On ali žena pripravi zajtrk (A29b)
- Igra, pitje kave (C24)

- Otroka pelje v vrtec (A30)
- Skupne jutranje aktivnosti s starejšim otrokom – zajtrk in sprehod (B38)

Kategorija: Popoldne

- Skupne aktivnosti (J23)
- Sprehod, obiski (A31)
- Sprehod, kolo (B40)
- Vožna s skirojem/kolesom (F8)
- Popoldanski obisk babice (E27)
- Vadba malčkov v Atlantisu (1x na teden) (E28)
- Obisk igralnice ob deževnih dneh (E29)
- Skupno popoldne (J10)

– 6 ur dnevno (I15)

Kategorija: Zvečer

- Skrb za higieno in branje pravljic (A32)
- Skupna priprava na spanje (B41)
- Očetu je večer najtežji del zaradi umirjanja otroka – pomagajo si z rutino (D32)
- Gospodinjska opravila, ko ostali spijo (A33)

Tema: Prehod v očetovstvo

Kategorija: Občutek očetovstva

- Največja sprememba pri prvem otroku (A45a)
- Nevednost, kaj te čaka (E48)
- Prvotni šok in velika sprememba življenja (D35)
- Težko obdobje po porodu (F20)
- Prisotnega veliko strahu pri prvem otroku (H41)
- Veliko stresa prve mesece ob rojstvu prvega otroka (H44)
- Vlaganje truda po najboljših močeh (E4), (F14), (H10)
- Prevezemanje odgovornosti in skrb za nekoga drugega (G33)
- Veliko lažji prehod pri drugemu otroku (H42)
- Očetovstvo vidi kot nov začetek življenja (B60)
- Postopno lažje usklajevanje zaradi varstva otroka pri starih starših (C20)
- Postopno privajanje na očetovsko vlogo (D38), (F17)

- Čuti, da čas povezovanja s hčerko prihaja (F9)
- Očetovstvo občuti kot zahtevno (B19)
- Lepo a hkrati zahtevno (D36)
- Očetovstvo je težko a vredno (H63)
- Stalna prisotnost slabe vesti glede odločitev (G34)
- Občutek sramu, ker se mu je otrok rodil pri mladih letih (G38)
- Čuti, da bi moral narediti več a se mu zdi nemogoče (F7)
- Želja in entuzijazem kot element priprave na starševstvo (E49)
- Veselje ob pričakovanju otroka (C36), (F29a)
- Veselje ob pozitivnih rezultatih in ob rojstvu (F29b)
- Najlepše mu je, ko vidi otroka srečnega (I16)

Kategorija: Izziv očetovstva

- Strah neznanega (C55)
- Neuskklajena pričakovanja starševskih vlog med partnerji (F11d)
- Nejasne meje med vlogami mame in očeta (B23a)
- Večja izgubljenost v vlogi očeta zaradi ne jasnih pričakovanj (B23b)
- Dvojnost vloge - Finančna preskrba in ves čas z otrokom (G18)
- Družbeno pričakovanje dobre kariere in popolna vključenost v skrb za otroka (G21)
- Premalo časa za očete, da bi bili z otroki (F38)
- Hrepeniš po svobodi, ki jo imajo prijatelji, ki nimajo otrok (C33)
- V veliki meri prilagajanje otroku (C30)
- Odvzem svobode (C29)
- Notranji konflikt – očetovstvo vs. neizpolnjeni načrti (G37)
- S partnerko se dostikrat pogovarjata, da pogrešata preteklo življenje (D39)
- Občutek »štuljenja« v diadni odnos mati – otrok (G36)

Kategorija: Občutek pripravljenosti

- Popolen občutek pripravljenosti (F28)
- S partnerko sta vedela, kaj prinaša starševstvo, zato nista bila presenečena (E39)
- Meni, da bi se lahko bolje pripravil (F30)
- Malo je bilo presenečenj ampak ne toliko (D53)
- Pripravljen a neveden, kaj ga čaka (H34)
- Bil je pripravljen, a je bilo huje, kot je pričakoval (D37)

- Pomanjkanje realnih izkušenj pri prvem otroku (A52)
- Nepripravljen (rojstvo prvega otroka) (A50), (E47), (H40), (C44)
- Nepripravljenost vidi kot čar (B67)
- Pri drugem otroku 100x bolj pripravljen (H44)
- Pripravljen a ga je kakšna stvar presenetila (rojstvo drugega otroka) (A51)

Kategorija: Dejavnik uspešnega prehoda v očetovstvo

- Skrb zase
 - si vzame čas zase in za prijatelje (A38)
 - ogled nogometne tekme (H28)
- Sposobnost prilagajanja (B48)
- Sprejemanje sprememb in iskanje dobrih vidikov očetovstva (B49)
- Strategija vključevanja otrok v lastno življenje (B50)
- S partnerko začela zvezo v zrelejših letih (E37)
- Spontan napredek zveze v družino (E38)
- S partnerko sta upoštevala nasvet, da naj si vzameta čas za njiju in otroka dala v varstvo (E40)
- Rad ima otroke (H18)

Kategorija: Realnost drugačna od trditev družbe

- Želel bi, da bi mu nekdo povedal, da očetovstvo ni tako bedno, kot pogosto govorijo (B58)
- Ne strinja se z ljudmi, ki pravijo, da se z otrokom tvoje življenje konča (B59)
- Zavračanje stereotipa, da moraš uživati dokler nimaš otrok, ker se z otrokom veliko spremeni (C40)

Kategorija: Podpora prijateljem v prehodu v očetovstvo

- Prijatelje podpira s pozitivno izkušnjo očetovstva (B61)

Tema: Priprava na starševstvo

Nadkategorija: Učenje očetovstva

Kategorija: Učenje od ljudi

- Od svojega očeta (A18), (H19), (E19), (C17)
- Kolegov oče kot mentor (B26)
- Učenje od svoje mame (I18)
- Od svojih staršev (A42), (E18), (G26), (H38)
- Učenje od partnerke (B65), (C41), (E50)

- Učenje od prijateljev, bratov in sester (E20), (D27b)
- Psiholog (D20)

Kategorija: Očetovsko učenje skozi izkušnje

- Nesistematično učenje (A22)
- Ni se učil od nikogar (B25), (F13)
- Brez vzornika (G22), (J15)
- Očetovski instinkt (A19), (G24), (H37)
- Sprotno učenje (A45b), (B62), (B64), (C37), (E21), (F32), (G46b), (H36), (I35), (D46), (C45), (F15)
- Učenje iz napak (J18)
- Improvizacija pri mladih letih (G25)
- Adaptacija namesto priprave (C39)
- Aktivno reševanje problemov, ko se pojavijo (E22)
- Prilagajanje in odzivanje na otrokove potrebe (H39)
- Lastno preizkušanje nasvetov (C42), (E58)
- Dopolnitev lastnih vzgojnih primanjkljajev (B27), (G23), (H20)

Kategorija: Strokovna podpora pri učenju

- Priročnik o starševstvu (A20)
- Članek o starševstvu (F27)
- Knjiga o razvoju človeških možganov (A21)
- Knjiga o starševstvu (D24), (E43), (G45)
- Splet in drugi starši (D44), (A41), (D25)
- Spletna predavanja (A44)
- Predavanje o epiduralni (D47b)
- Šola za starše (A43), (C38), (D47a), (E42), (F25), (G41), (I34)
- Tečaj prve pomoči za novorojenčke (A47)
- Doula (A48), (I36)
- Zasebna šola za starše (I23), (J28)
- Delavnica o baby handlingu (J30)

Kategorija: Iskanje informacij

- Kje izbrati pediatra (A46a)

- Kako potekajo postopki v zdravstvu (A46b)
- Kako poteka sodelovanje s patronažno sestro (A46c)
- Kako dvigniti pošto na dojenčka, ki nima dokumentov (A46d)
- Potek rojstva, kaj kupiti in kako se pripraviti (D45), (F31)
- Priprava na prihajajoči drugi porod – kako lajšati bolečine med porodom za izogib protibolečinskih tablet (J39)
- Kako ravnati z otrokom – oblačenje, umivanje, preprijemanje (J29)

Kategorija: Način priprave

- Materialna priprava: Voziček, nosilka (B57)
- Priprava in organizacija doma (G42), (G48)
- Finančno planiranje (G43)
- Zaposlitev (G44)

Kategorija: Brez priprave

- Ni se pripravljaj (B55), (C35), (F24),
- Ni se zares pripravil (G46a)
- Izpustil šolo za starše (B63)
- Verjame, da se na očetovstvo ne moreš pripraviti (B56), (I33b)
- Nič priprave zaradi nevednosti, kaj ga čaka (I33a)
- Pri drugem otroku nista obiskovala šole za starše (H61)

Tema: Usklajevanje družinskega in poklicnega življenja

Nadkategorija: Zaposlen

Kategorija: Ocena oziroma občutek usklajevanja

- Uspešno usklajevanje (E23a)
- Lažje usklajevanje, ko gre otrok v vrtec (E23b)
- Zadovoljen (H24)

Kategorija: Dejavniki uspešnega usklajevanja vezan na službo

- Prilagodljivost službe (A23)
- Fleksibilen delovni čas (D30), (J19)
- Zgodnji začetek delovnika (J4)
- Predvidljiv urnik dela (H23)

- Bližina službe (A25)
- Podporno delovno okolje (A24)
- Podpora delodajalca (A26)
- Podpora sodelavcev (J21)
- Možnost dela od doma (J20), (D29)
- Kadarkoli lahko vzame dopust (H26)

Kategorija: Dejavnik uspešnega usklajevanja vezan na lastno delovanje

- Ločitev službe in prostega časa (A27)
- Čas za prijatelje – fizičen in psihičen odmik (D43), (E17)
- Skrb zase - šport z otrokom (E16)
- Medsebojno razumevanje v partnerskem odnosu (D58)
- Prioriteta družina (H25)

Kategorija: Izzivi usklajevanja družinskega in poklicnega življenja

- Predvidevanje in načrtovanje (A28)

Nadkategorija: Samostojni podjetnik

Kategorija: Ocena oziroma občutek usklajevanja

- Zahtevno (B28)
- Zadovoljstvo z usklajevanjem (I22)

Kategorija: Dejavnik uspešnega usklajevanja vezan na službo

- Fleksibilnost urnika dela (B33), (F13), (I10), (I20)
- Delo od doma (C18), (I11)

Kategorija: Dejavnik uspešnega usklajevanja vezan na lastno delovanje

- Predaja dela podzaposlenima (B34)
- Pripravljenost sprejeti izgubo stranke v zameno za več časa z družino (B35)
- Sprijazniti se z manj zaslužka (B36)
- Izražanje družinske prioritete v službi (C21)
- Ultimat s strani partnerke (B29)
- Prilagajanje na ultimat, ker ni bilo druge izbire (B32)
- Postavljanje prioritete – družina najprej (C22), (I21)

- Vsakodnevno postavljanje prioritet dela (I19)
- Skrb zase – šport (C23), (G28)
- Delitev časa z otrokom zaradi ločitve s partnerko (G27)

Kategorija: Izzivi usklajevanja družinskega in poklicnega življenja

- Deloholizem (B30)
- Podjetniški pritisk (B31)
- Služba – projektno delo (F5), (F18a)
- Stres - Stalen časoven pritisk, ki negativno vpliva na družino (F18b)

Tema: Spremembe odnosov v prehodu v očetovstvo

Kategorija: Spremembe v partnerskem odnosu

- Brez večjih prilagoditev (A34)
- S prvim otrokom manj sprememb (B47a)
- Ohranjanje spolnega življenja (E35)
- Več vzajemne pomoči (I26)
- Veliko pogovora, s katerim rešujeta izzive (I27)
- Velike spremembe (F19)
- Skupaj začela živeti (G29)
- Kodirana komunikacija pred starejšim sinom (A36)
- Velik vpliv dveh otrok v majhnem času (B42)
- Izguba velikega dela odnosa (B43)
- Pomanjkanje časa v dvoje (B44), (E33), (F35), (H29)
- Pomanjkanje svobode in prostega časa (D34)
- Vse se vrti okoli otrok (H30)
- Prilagajanje otroku (I24)
- Lažje z enim otrokom in podporo varuške, ker sta imela čas za zmenek (B45)
- Odnos trpi zaradi preobremenjenosti (B46)
- Napetost (F21), (G32), (J25), (C28)
- Oče se počasi in težko spopada s spremembami (D33)

Kategorija: Spremembe v sorodstvenih odnosih

- Hitro sprejemanje nove dinamike (A37)
- Brez problemov sprejeli njegovo vlogo očeta (A40)

- Večja povezanost s sorodniki zaradi več stikov (B51), (H31), (I32)
- Manj osebnih pogovorov z mamo (I31b)

Kategorija: Spremembe v prijateljskih odnosih

- Ni večjih sprememb v prijateljskih odnosih (B52),(F22)
- Minimalno zmanjšano število stikov s prijatelji (B53)
- Manj druženja s prijatelji (E34), (F23), (G39), (I29)
- S prijatelji se vidijo redkeje a takrat bolj kvalitetno (E41)
- Zmanjšanje števila prijateljev (D40), (G40)
- Zmanjšal stik s tistimi prijatelji, s katerimi se je tudi prej redko videl (B54)
- Vzdrževanje najboljših prijateljskih odnosov (D42)
- Odtujitev od samskih prijateljev (D41)
- Odtujitev od prijateljev, ki nimajo otrok (H32)
- Nov krog prijateljev (H33)
- Potrebno načrtovanje (A39), (E36), (I30), (J26), (J27)
- Spremenjene teme pogovora (I28)
- Večina fokusa na otroku (I13a)
- Prilagajanje otroku (J22)
- Več povezovanja in razumevanja z drugimi starši (C34)
- Spontano in lažje se je družiti z drugimi starši (C32), (H3)

Tema: Spremembe ob očetovstvu

Kategorija: Vpliv na počutje

- Pomanjkanje spanja (A35), (G31)
- Manj časa zase (E31), (F12)
- Ne hodi več v fitnes (H27)
- Več pozornosti na otroku (E32)
- Prestrukturiranje urnika in zmanjšanje osebne svobode (G30)
- Utrujenost (J8)

Tema: Izkušnja podpore v prehodu v očetovstvo

Kategorija: Podpora po porodu

- Breme izključno na očetu zaradi ženine potrebe po okrevanju (A56)

- Podpora patronažne sestre (I44)

Kategorija: Podpora ob porodu

- Očetu bi bilo v podporo, če bi partnerka boljše doživela porod (C60)

Kategorija: Podpora starih staršev

- Pozitivna izkušnja podpore (B68), (C46), (D59a), (F33), (G50), (H47), (I40)
- Varstvo otroka (G68), (H59), (I39), (A66)
- Prinesli skuhano hrano, oprali obleke in tetra pleničke (C47)
- Kuhali hrano, kupili obleke in pohištvo za otroka (H48)
- Kuhanje hrane (I41)
- Pomoč pri pripravi doma (H49)
- Ponudili stanovanje (G66)
- Oče, ga je zaposlil (G67)

Kategorija: Podpora sorodnikov

- Ženski del družine – mama sestra (E53)
- Pomoč v obliki nasvetov (E57)
- Glavna podpora po ločitvi (G69)

Kategorija: Podpora prijateljev

- Prilagajanje s strani prijateljev (B69)
- Dober vpliv prijateljev ob ločitvi (G70)

Kategorija: Podpora drugih staršev

- Predajanje znanja iz izkušenj (C56)
- Zavedanje, da nisi edini z določenim problemom (D56)
- Normaliziranje izkušenj (D57)
- Sodelavke v šolstvu so normalizirale izkušnje starševstva (E45)

Kategorija: Psihična podpora

- Topla beseda (A67)
- Normalizacija nekaterih otrokovih zdravniških stanj (A68)

Kategorija: Nezaustojljiva psihična podpora partnerki

- Pomanjkanje psihične podpore z njegove strani (H50)
- Nezanjanje, kako podpreti partnerko (H51)

Kategorija: Odsotnost podpore po porodu

- Brez podpore (J38)
- Pomanjkanje družinske podpore (A57)
- Oddaljenost ženine družine (A54)
- Bolezen starih staršev (A55)
- Stari starši prestari za varstvo hčerke (F34)
- Izraženo razumevanje, da so starejši stari starši podvrženi naporu pri skrbi ali pomoči pri vzgoji (D59b)
- Od staršev pričakoval več podpore a jih razume in jim ne zameri (D59c)

Kategorija: Izkušnja s CSD

- Urejanje porodniške (H53)
- Urejanje očetovskega dopusta (A63a), (D54), (E55), (H54)
- Urejanje otroškega dodatka (A63b)
- Urejanje subvencije za vrtec (A63c), (C48)
- Urejanje priznanja očetovstva (C49)
- Urejanje pravno formalnih postopkov s svetovalko (F36)
- Prijazen in korekten odnos (B72),
- Prijazen odnos (C50)
- Vredu (J35)
- Zadovoljstvo (H52)
- Ne spomni se, da bi ga karkoli zmotilo – vse je uredil od doma (D55)
- Ni imel stika (I37)
- Negativna izkušnja (G53)
- Imel je negativne predsodke o CSD (G54)
- Pomanjkljivo znanje zaposlenih (B70)
- Zaradi pomanjkljivega znanja zaposlenih glede združevanja vzdrževanega člana in normiranega s.p.-ja sta bila s partnerko ob denar, ki jima je drugače pripadal (B71a)
- Izjemno slaba izkušnja svetovanja po ločitvi (G55)

- Nesočutne izjave in odsotnost podpore (G56)
- Odvetnica mu je predlagala lažno prijaznost do svetovalke za doseganje pravičnejše obravnave (G57)
- Ob pretvarjanju v svetovanju oče prišel do želene ocene situacije (G58)
- Občutek očitania slabega očetovstva (G59)
- Pristranska obravnava v bran mame (G60)
- Nesenzibilnost na prizadetost ob ločitvi (G61)
- Čutil potrebo po zagovarjanju lastne vrednote družine (G62)
- Zmotilo ga je, da je svetovalka vpeljevala lastno življenje (G63)
- Normalizacija ločitev in ne izpostavljanje posledic le te (G64)
- Pomanjkanje naslavljanje posledic ločitve za otroka (G65)

Kategorija: Izkušnja s CSD na Primorskem

- Hitrejši postopki in manj komplikacij (A64a)
- Bolj preprosti postopki (A64b)

Kategorija: Šola za starše

- Korist kombinacije javne in zasebne storitve (A70)
- Praktični nasveti (A71), (E62)
- Zadovoljen z izkušnostjo babic in nazorno razlago (E60)
- Bil je informiran o poteku prehoda v očetovstvo (E61)
- Všeč mu je bilo predavanje o varnosti oz. reševanju otroka (C57)
- Jo je pozabil, mu ni predstavljala resne priprave (F26)
- Nezadovoljstvo z delom vsebine, ki ga je pogledal (B75)
- Neuporabnost vsebine in ne dovolj poudarka na pripravi na porod (B76)

Kategorija: Šola za starše – Zoom izkušnja

- Raje bi imel šolo za starše v živo, da bi se pogovoril z drugimi bodočimi starši (D49)
- Se trudijo, a je vsebina predana neosebno (D50a)
- Zadovoljen (H59)

Kategorija: Zasebna šola za starše

- Partnerka obiskovala zasebno šolo za starše (B77a)

- Praktične vsebine (B77b)
- Zadovoljstvo – predvsem fokus na pripravo na porod (I43)

Kategorija: Doula

- Holističen in osebni pristop (A72)

Kategorija: Zdravstveno osebje

- Pohvala zdravstva, predvsem pediatrije (D63)
- Pozitivna izkušnja (G51)

Tema: Vpliv podpore na prehod v očetovstvo

Kategorija: Pomoč patronažne sestre

- Podporen vpliv (A53)
- Koristne usmeritve glede umivanja otroka (E52)

Kategorija: Podpora starih staršev

- Podporen vpliv (A65), (C54)

Kategorija: Podpora partnerke

- Partnerka ga je podporla, ko je potreboval (J37)

Kategorija: Varstvo otroka

- Varstvo otroka omogoči lažje načrtovanje skupnega časa (C31)

Kategorija: Nasveti starejših generacij

- Podporen vpliv (A69a)

Kategorija: Druženje s prijatelji

- Pozitiven vpliv druženja s prijatelji, ki zmanjša občutek zamuja življenja (B73)
- Manjša potreba po druženju v kasnejših fazah očetovstva (B74)

Tema: Očetovski dopust

Kategorija: Zaposlen

- Prvi otrok - izkoristil cel dopust (A59)
- Prvi otrok - ker je delal od doma ga ni koristil (H55)
- Drugi otrok - izkoristil polovico dopusta (A60)
- Drugi otrok – 54 dni takoj po porodu (H56)
- Drugi otrok - Nekaj dopusta bo vzel ob uvajanju v vrtec (A61)
- 3 dni izrednega dopusta za porod (E24)
- 2 tedna po rojstvu (J33)
- Ker je delal 4 ure na dan sta se z ženo dogovorila, da bo takrat sama, da bosta lahko vzela dopust izven šolskih dni (E25a)
- Očetovski dopust izkoristil za morske in zimske počitnice z družino (E25b)
- En teden očetovskega dopusta izkoristil za smučanje brez družine (E25c)
- Pozitiven vpliv dolgega očetovskega dopusta (H57)

Kategorija: Samostojni podjetnik

- Dva tedna po rojstvu drugega otroka (B84)
- Dva tedna po porodu (C52)
- Prepisal 2 tedna na partnerko (C53)
- Dva meseca po porodu (I38)
- Vzel polovični dopust – delal samo do 12ih dopoldne po rojstvu prvega sina (B83)
- Očetovski dopust vidi kot žrtvovanje (B85)
- Ni vzel nič dopusta (F37)

Tema: Izboljšave podpore in razumevanja očetov v Sloveniji

Kategorija: Predlogi izboljšav

- Nadgradnja javne šole za starše z več praktičnimi vsebinami (B78a), (D60)
- Nadgradnja javne šole za starše z več poudarka na proces poroda (B78b)
- Da bi šola za starše informirala o tem, kaj lahko kot starši pričakujejo, katera stanja otroka so normalna (D61)
- V izogib neosebni predaji znanja v šoli za starše, bi lahko posneli predavanje in ga predvajali (D51)
- Vključitev socialnega delavca v šolo za starše za obrazložitev subvencij (C51)
- Širjenje znanja in zavedanja vloge očeta (A74)
- Širjenje informacij o očetovstvu in pluralizaciji vloge očeta (B79)
- Širjenje informacij o duševnem zdravju in stiskah očetov (B81)

- Več priznanja očetom za njihove prispevke k družini (B87)
- Odpiranje prostora za debato o očetovstvu (B82)
- Sprememba očetovskih dopustov za samostojne podjetnike, da ne bi bilo tako splošno zastavljeno za vse enako (B86)
- Potreba po širšem razumevanju formalnih postopkov za s.p. (B71b)
- Pravičnejša obdavčitev plačilnih razredov (D62)
- Delavnice za izključno očete (C59)

Kategorija: Sporočilo bodočim očetom

- Pripravljenost za učenje in refleksija (A73), (A75)
- Izmenjuj izkušnje z drugimi starši (C58)
- Skozi pogovor se reši stvari (E46)
- Pazi, kaj bereš na spletu, preveri avtorja (D26)
- Redno dokumentiranje napredka otroka (E44)
- Vzami si čas za družino, ker je neponovljiv (F16a)
- Vzemi si čas za družino (F39)
- Vzemi si čas, bodi potrpežljiv (I45)
- Odsvetoval bi s.p. s projektno dejavnostjo (F16b)
- Skrb za partnerko in partnerski odnos (G71)
- Vlaganje truda in časa v odnos z otrokom namesto v finančno skrb (G72)
- Priporoča šolo za starše prvim staršem (H60)
- Otroci prinesejo nov smisel življenja (H62)
- Pripravljen si, ko tako začutiš (J41)
- Koristno je pred otrokom skupaj živeti s partnerko (J42)