

Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo

Leja Novak

Izzivi starševanja v obdobju adolescence otrok

Diplomsko delo

Ljubljana, 2025

Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo

Leja Novak

Izzivi starševanja v obdobju adolescence otrok

Diplomsko delo

Mentorica: Doc. dr. Ana Kralj

Ljubljana, 2025

Zahvale

Zahvaljujem se mentorici, doc. dr. Ani Kralj, za vso podporo, pomoč, usmeritve in hitro odzivnost.

Hvala lektorici za strokovno in hitro opravljeno lektoriranje.

Hvala tudi vsem sogovornikom, ki ste si vzeli čas in bili pripravljeni z menoj deliti svoje izkušnje.

Posebna zahvala pa gre nedvomno moji družini, sestrici Ani, fantu Tadeju in prijateljicam, ki so mi zvesto stali ob strani, me podpirali, spodbujali in vame verjeli na študijski poti in v času pisanja diplomske naloge. Hvala vam, ker ste bili tako pomemben del moje zgodbe!

Izzivi starševanja v obdobju adolescence otrok

Povzetek diplomskega dela

V diplomskem delu raziskujem izzive, s katerimi se soočajo starši ob starševanju svojim otrokom v obdobju adolescence, in kako se z njimi soočajo. Zanimajo me tudi spremembe, ki jih to obdobje prinaša, vloga socialne in strokovne pomoči, kakšne čustvene obremenitve ali stres doživljajo in kako sodelujejo z otrokovo materjo oziroma očetom.

V teoretičnem uvodu sem najprej opredelila obdobje adolescence, predstavila puberteto in opisala telesne, kognitivne, psihosocialne ter čustvene spremembe. V nadaljevanju sem opredelila pojem starševstva, opisala vzgojne stile, odnos med starši in otroki ter konflikte, ki se med njimi pojavljajo. Posebno pozornost sem namenila novi tehnologiji in družbenim omrežjem. Nazadnje sem opisala vlogo socialnega dela.

V empiričnem delu sem predstavila rezultate raziskave, ki sem jih pridobila s kvalitativno analizo osmih intervjujev. Ugotovila sem, da se v obdobju adolescence odnosi med starši in otroki spremenijo. Starši zaznavajo povečano potrebo mladostnikov po svobodi in samostojnosti, kar od njih zahteva prilagajanje in iskanje ravnotežja med nadzorom in zaupanjem. Ključni izzivi zahtevajo postavljanje mej, usklajevanje glede uporabe tehnologije ter prilagajanje vedenjskim in čustvenim spremembam otrok. Starši doživljajo različne stopnje stresa in čustvene obremenitve, ki jih skušajo obvladovati s pomočjo samorefleksije, pogovorov, telesne aktivnosti in podpore partnerja ali drugih bližnjih. Glavnina staršev strokovne pomoči ni koristila, vendar izkušnje kažejo, da je socialna opora pomemben dejavnik pri blaženju stisk. V zaključku so predstavljeni sklepi in predlogi za prakso, teorijo in nadaljnje raziskovanje, zlasti na področju zagotavljanju podpore staršem s strani šolske svetovalne službe in socialnega dela.

Ključne besede: adolescenca, starševstvo, izzivi, spremembe v adolescenci, čustvene obremenitve in stres, socialna podpora

Challenges of parenting during adolescence of children

Graduation Thesis Abstract

In the herewith thesis I explore the challenges parents face while raising their children during the period of adolescence and how they cope with them. I have also been interested in exploring the changes this period brings along, the role of social and professional support, the emotional burdens or stress experienced by parents, and the way they cooperate with the child's mother or father.

In the theoretical introduction, I first defined adolescence, presented puberty, and described the physical, cognitive, psychosocial, and emotional changes. I then discussed parenting, described different parenting styles, the parent-child relationship, and the conflicts that may arise. Special attention was given to the impact of new technologies and social media. Lastly, I introduced the role of social work as well.

In the empirical section, I presented the findings of a qualitative study based on eight interviews. I found that the relationship between parents and their children changes during adolescence. Parents observe an increased need for freedom and independence in their adolescents, which requires them to adapt and seek balance between control and trust. Key challenges include setting boundaries, managing technology use, and adjusting to behavioural and emotional changes in their children. Parents experience different levels of stress and emotional strain, which they try to manage through self-reflection, conversations, physical activity, and support from their partner or close ones. Most parents did not seek professional help, but their experiences show that social support is an important factor when it comes to easing distress. In the conclusion, I present findings and suggestions for practice, theory, and further research, particularly in the area of support provided to parents by school counselling services and social work.

Keywords: adolescence, parenting, challenges, changes in adolescence, emotional strain and stress, social support

Kazalo vsebine

1	Teoretični uvod.....	1
1.1	Adolescenca.....	1
1.1.1	Puberteta	3
1.1.2	Telesne spremembe	4
1.1.3	Kognitivne spremembe.....	5
1.1.4	Psihosocialne spremembe.....	7
1.1.5	Čustvene spremembe.....	9
1.2	Starševstvo.....	10
1.2.1	Vzgojni stili	11
1.2.2	Starši in otroci v obdobju adolescence	14
1.2.3	Konflikti.....	15
1.2.4	Vpliv novih tehnologij in družabnih omrežij	18
1.3	Vloga socialnega dela.....	20
2	Opredelitev problema	24
3	Metodologija.....	26
3.1	Vrsta raziskave	26
3.2	Teme	26
3.3	Merski instrument.....	26
3.4	Populacija in vzorec.....	27
3.5	Metoda zbiranja podatkov	27
3.6	Obdelava in analiza podatkov.....	27
4	Rezultati.....	29
4.1	Spremembe, ki jih prinaša adolescence	29
4.1.1	Priprava na adolescenco	29
4.1.2	Odnos z otrokom	29
4.1.3	Bližina ali oddaljenost	30
4.1.4	Komunikacija.....	31
4.1.5	Izražanje čustev	32
4.1.6	Konflikti in nerazumevanja	32
4.1.7	Vzgojni stil	34
4.1.8	Postavljanje meja in pravil	35
4.1.9	Neodvisnost in svoboda.....	36
4.1.10	Spolnost in spolna vzgoja.....	37
4.1.11	Prelomna situacija/sprememba	38
4.2	Izzivi	38
4.3	Čustvene obremenitve in stres	41
4.4	Podpora.....	42
4.5	Sodelovanje z materjo/očetom.....	44
4.6	Nasveti in refleksija	45
5	Razprava	47

6	Sklepi.....	54
7	Predlogi.....	55
8	Uporabljena literatura	56
9	Priloge.....	64
9.1	Priloga A: Vodilo za intervju.....	64
9.2	Priloga B: Odprto kodiranje	67
9.3	Priloga C: Osno kodiranje	157

1 Teoretični uvod

1.1 Adolescenca

Kronološka opredelitev adolescence oziroma mladostništva se med posameznimi avtorji, strokami in družbami razlikuje. Sovpada z začetkom pubertete in označuje obdobje prehoda iz otroštva v odraslost (Zupančič, 2020, str. 644; Jaworska, N. in MacQueen, G., 2015; Blakemore, Burnett in Dahl, 2010, str. 1). V bolj zahodnih in potrošniških družbah se razteza približno od 11.–12. do 22.–24. leta, v prvobitnih in tradicionalnih pa je zgornja meja nižja (Jeffrey Jensen Arnett, ur., International encyclopedia of adolescence. Vol 1, International Encyclopedia of Adolescence. Vol 2, izdal New York, NY: Routledge, 2007, kot navedeno v Zupančič, 2020). Tudi spodnja meja se med družbami razlikuje, razlike pa so vidne tudi med spoloma zaradi neenakega biološkega razvoja. Zgornja meja se razlikuje predvsem zaradi različnih meril, ki jih uporabljajo posamezne stroke. V postindustrijskih družbah se za opredelitev prehoda v odraslost upošteva večje število relativno objektivnih kriterijev: pravno merilo (npr. polnoletnost pri 18 letih v Republiki Sloveniji), sociološko merilo (prevzem družbenih vlog, kot so samostojno gospodinjstvo ali zakonska zveza), ekonomsko merilo (neodvisnost od staršev) in psihološko merilo (doseganje čustvene, socialne in moralne zrelosti) (Zupančič, 1997, kot navedeno v Zupančič, 2020, str. 645). Z razvojem industrijskih in postindustrijskih družb se je zgornja meja adolescence počasi pomaknila v poznejša leta, saj posamezniki zaradi podaljšanega izobraževanja in negotovosti na trgu dela vse pozneje dosegajo ključne prehode (Zupančič, 2020, str. 645). Zaradi zgoraj izpostavljenega so razvojni psihologi sprva opredelili tri obdobja mladostništva, in sicer:

- zgodnje mladostništvo (do 14. leta),
- srednje mladostništvo (do 17. ali 18. leta),
- pozno mladostništvo (do 22. ali 24. leta) (Zupančič, 1997, kot navedeno v Zupančič, 2020, str. 645).

Prehodi iz enega razvojnega obdobja v drugo, kot je npr. prehod iz otroštva v mladostništvo, so pomemben del življenjskega poteka vsakega posameznika. Ule (2009, str. 22–23) razlikuje med dvema vrstama prehodov: statusnimi prehodi, ki pomenijo napredovanje v linearnem življenjskem poteku, npr. napredovanje na delovnem mestu ali prehod iz nižje v višjo stopnjo izobraževanja, in prehodi udeležbe, ki označujejo spremembo smeri v življenjskem poteku, kot je npr. ločitev ali izguba zaposlitve. Prehodi so lahko za posameznika vir negotovosti, ki jih

mora ob prehodu v novo življenjsko obdobje obvladati, saj zahtevajo prilagoditev novim vlogam, normam in identitetam.

Ker je zgornja meja mladostništva v poindustrijskih družbah postajala vse bolj zabrisana in odvisna od različnih dejavnikov, zaradi česar se avtorji niso mogli medsebojno uskladiti, je Arnett (2000) teoretiziral in opredelil novo obdobje med pozno adolescenco in zgodnjo odraslostjo, t. i. »prehod v odraslost«, z začetkom pri 18. in koncem pri največ 29. letih. To obdobje je zaznamovano z relativno neodvisnostjo od družbenih vlog in normativnih pričakovanj, ko oseba opusti odvisnost otroštva in adolescence, a še vedno ne prevzame odgovornosti odraslosti. V tem obdobju posamezniki preiskujejo svojo identiteto - različne življenjske možnosti, v največjem obsegu na področju ljubezni in dela (Arnett, 2004, str. 8), in sprejemajo trajne odločitve (str. 13). Prav tako se soočajo z največjo mero stanovanjske nestabilnosti, saj se veliko selijo (str. 11) in se ne dojemajo niti kot mladostniki niti kot odrasli (Arnett, 2000, str. 471–472).

Ko se je zgornja meja adolescence znižala, so se posledično zožila tudi tri podobdobja, ki si sledijo. Salmela-Aro (2011, str. 360) je adolescenco razdelila na v nadaljevanju navedena obdobja:

- Zgodnja adolescenca (11–13 let) je zaznamovana z biološkimi in pubertetnimi spremembami, predvsem v povezavi s spolnim in reproduktivnim razvojem.
- Srednja adolescenca (14–17 let) je prehodno obdobje, v katerem dekleta v glavnem že zaključijo pubertetni razvoj, fantje pa še vedno dozorevajo. Ključno vlogo igra razvoj možganov, prijatelji pa postanejo osrednji del mladostnikovega življenja.
- Pozna adolescenca (17–19 let) prinaša večjo čustveno stabilnost, skrb za druge, razvoj življenjskih ciljev ter sposobnost vzpostavljanja čustvenih in intimnih odnosov. Mladostniki postanejo veliko bolj samozavestni pri izražanju svojih idej, razmišljajo bolj abstraktno in oblikujejo jasno spolno identiteto.

Po Arnett (2000) v sodobni razvojni psihologiji strokovnjaki obdobje adolescence oz. mladostništva kronološko opredeljujejo od začetka pubertetnih sprememb do 18. leta, ki mu sledi obdobje prehoda v odraslost. Tudi na tem področju se je ohranila delitev na tri podobdobja, nekoliko ožja kot poprej, in sicer:

- zgodnje mladostništvo (od začetka pubertete do 14. leta),
- srednje mladostništvo (14.–16. leto),

- pozno mladostništvo (16.–18. leto) (Župančič, 2020, str. 651; Berk, 2018, str. 368).

Kronološka opredelitev adolescence Svetovne znanstvene organizacije (ang. World Health Organization, kr. WHO, n. d.) se nekoliko razlikuje. Opredeljena je »kot življenjsko obdobje med otroštvom in odraslostjo, ki traja od 10. do 19. leta. Je edinstvena razvojna faza in ključno obdobje za vzpostavljanje temeljev dobrega zdravja. Mladostniki v tem obdobju doživljajo hitre telesne, kognitivne in psihosocialne spremembe, ki vplivajo na njihova čustva, razmišljanje, sprejemanje odločitev in način interakcije s svetom okoli sebe.«

Vsak posameznik jo doživlja povsem drugače. Povsem isto velja tudi za starše, učitelje in družbo. Gre za proces postopnega osamosvajanja od staršev in oblikovanja lastne osebnosti, ki je pod vplivom številnih dejavnikov, med drugim vrstnikov, vzornikov, interneta in genetike. Čeprav starši pogosto poskušajo omejiti zunanje vplive, so ti neizogibni in odigrajo pomembno vlogo pri razvoju mladostnika (Little in Etkin, 2022).

1.1.1 Puberteta

Adolescenca se začne s puberteto, ki prinaša hormonske in telesne spremembe ter vpliva na motivacijo, psihološko doživljanje in socialne odnose vsakega mladostnika. Te spremembe se odvijajo skozi celotno adolescenco (Blakemore, Burnett in Dahl, 2010, str. 1).

Če povzamemo, je adolescenca torej življenjsko obdobje, medtem ko puberteta zajema telesne spremembe, do katerih pride, in označuje njen začetek (Harwood & Wilkin, 2025).

Pospešen telesni razvoj je tesno povezan predvsem z zgodnjo adolescenco. Otrokovo telo se preoblikuje v telo odrasle osebe (moškega ali ženske). Dejstvo je, da se deklice običajno razvijejo nekoliko prej kot dečki. Začetek pubertete pri deklicah lahko nastopi že pred 10. letom in se navadno konča do 16. leta, pri dečkih pa se v povprečju gledano začne dve leti kasneje. Časovno trajanje pubertete se med posamezniki razlikuje. Stroka izpostavlja, da le-ta običajno traja med enim letom in pol pa do petih let, v povprečju gledano gre za obdobje 3,5 let. Zaključni se s spolno zrelostjo. Zgodnje telesno dozorevanje še ne pomeni tudi zgodnje socialne ali kognitivne zrelosti. Adolescenca se nadaljuje veliko več let po doseženi telesni zrelosti, razlike v razvoju pa so lahko zelo velike (Hafner, Hovnik Keršmanc, Lesjak in Torkar, 2007).

Breehl in Caban (2023) puberteto opredeljujeta kot obdobje telesnega dozorevanja, znotraj katerega mladostnik doseže spolno zrelost. Pri dekletih se običajno začne med 8. in 13. letom, pri fantih pa med 9. in 14. letom. Spremljajo jo hormonske, čustvene in telesne spremembe.

Puberteta je lahko velik izziv tako za starše kot za otroke. Slabe ocene, izbruhi jeze in nihanja razpoloženja so pogosti spremljevalci tega obdobja, ki so posledica hormonskih sprememb, čustvene nestabilnosti, družinske situacije in šolskega pritiska. Najtežje obdobje pubertete se razlikuje od posameznika do posameznika, a začetek je pogosto najzahtevnejši zaradi intenzivnega hormonskega dogajanja. Kljub izzivom pa puberteta prinaša tudi priložnost za ponovno spoznavanje in poglobljanje odnosa med starši in otroki (Merli, 2023).

1.1.2 Telesne spremembe

Puberteta se pri dekletih običajno začne z rastjo dojk (thelarha), kar je pogosto prvi opazen znak. Pojavi se okoli 9. ali 10. leta starosti in je posledica povečanja ravni estrogena. Nato se pojavi rast sramnih dlak (pubarha). Okoli dve leti po začetku pubarhe se kot sekundarna spolna značilnost, ki jo povzroči testosteron, pojavi tudi rast dlak pod pazduhami. Pomemben mejnik v razvoju deklet predstavlja prva menstruacija (menarha). Sprva menstruacije običajno niso ovulacijske. Prva ovulacija se pojavi kasneje, saj sistem za hormonsko uravnavanje še ni popolnoma razvit. V tem obdobju prične rast jajčnikov. Pod vplivom estrogena pride do razvoja sekundarnih spolnih značilnosti, kot so rast reproduktivnih organov, prerazporeditev telesne maščobe v predelu bokov in dojk ter zorenje kosti (Breehl in Caban, 2023). Pri dekletih se v kasnejših fazah pubertete poveča delež telesne maščobe, zlasti na bokih in stegnih. Hkrati se spremeni tudi porazdelitev vode v telesu (Wheeler, 1991, str. 12). Estrogen med drugim povzroči tudi spremenjene oblike in velikost maternice. Med puberteto se pojavijo tudi spremembe nožnice – povečata se sramni ustnici, v času pred prvo menstruacijo pa lahko dekleta opazijo tudi prozoren ali belkast izcedek iz nožnice (Breehl in Caban, 2023).

Pri dečkih je prvi znak pubertete običajno povečanje testisov, ki se med puberteto postopoma večajo do končne velikosti. Približno leto dni po začetku povečanja testisov fantje doživijo prvo ejakulacijo. Vendar ta še ne pomeni takojšnje plodnosti, saj traja še približno eno leto, da telo doseže sposobnost reprodukcije. Rast sramnih dlak (pubarha) se pri fantih začne v podobnem obdobju kot povečanje testisov. Dve leti po začetku pubarhe se prične tudi rast dlak na prsih, pod pazduhami in po obrazu. Povečanje penisa se začne po začetku povečanja testisov. Penis najprej zraste v dolžino, nato še v širino (Breehl in Caban, 2023).

Tako pri dekletih kot pri fantih je eden najopaznejših znakov pubertete hiter skok rasti (Berk, 2018, str. 369; Breehl in Caban, 2023). Ta pospešena rast je posledica medsebojnega delovanja spolnih hormonov, rastnega hormona in inzulinu podobnega rastnega faktorja. Spolni hormoni povečajo proizvodnjo rastnega hormona, kar spodbuja rast kosti, vpliva na višino in strukturo telesa (Breehl in Caban, 2023). V tem obdobju so si otroci po telesni višini in teži precej enaki, razlike med spoloma pa postanejo vidne v času adolescence. Dekleta so med 10. in 14. letom v povprečju višja od dečkov, čeprav tehtajo manj. Njihova pospešena rast se začne med 8. in 13. letom, najpogosteje okoli 10. ali 11. leta, odraslo višino pa dosežejo med 10. in 16. letom starosti. Pri dečkih se rast običajno začne nekoliko pozneje, med 10. in 16. letom, najpogosteje okoli 12. ali 13. leta, odraslo višino pa dosežejo med 13. in 17. letom. Kljub individualnim razlikam postanejo dečki po tem obdobju v povprečju višji in težji od deklet (Seifert, 2012, kot navedeno v Lang, Cone, Jones, Lally, & Valentine-French, 2022). Pri obeh spolih se poveča tudi mišična masa, vendar je ta rast pri dečkih izrazitejša in dlje časa traja (Wheeler, 1991, str. 12). Med puberteto pride do razvoja značilne spolne dimorfnosti: pri fantih se ramena razširijo v primerjavi z boki, pri dekletih pa se razširijo boki v primerjavi z rameni. Razlika se pokaže tudi v razmerju dolžine trupa in nog. Obraz med puberteto postane bolj odrasel: čeljust postane izrazitejša, nos zraste naprej in profil se izravna, kar ustvari bolj odrasel videz obraza (Wheeler, 1991, str. 13). Po koncu rasti se pri fantih poveča tako grlo kot glasilke, zaradi česar se glas poglobi. Pogosto so fantje v tem obdobju deležni t. i. "lomljenja glasu". Pred dejanskim začetkom pubertete, običajno med 6. in 8. letom starosti, se pojavi adrenarha. To je proces, pri katerem pride do povečane proizvodnje hormonov, ki so odgovorni za pojav pubarhe in drugih sprememb, in sicer značilen telesni vonj (apokrine žleze), povečana mastnost kože in las ter akne (Breehl in Caban, 2023).

1.1.3 Kognitivne spremembe

Adolescenca je ključno obdobje hitrega razvoja možganov. Narava sprememb v strukturah, delovanju in povezavah možganov omogočajo izjemno razvojno plastičnost, zaradi česar so mladostniki posebno prilagodljivi in dovzetni za spremembe (Backes in Bonnie, 2019, str. 34).

Kognitivni razvoj otroka in mladostnika je tesno povezan z razvojem prefrontalnega korteksa. Ključne funkcije prefrontalnega korteksa, kot so pozornost, jezik in ustvarjalnost, se razvijajo s starostjo in prispevajo k intelektualnemu dozorevanju. Te sposobnosti temeljijo na zmožnosti organiziranja vedenja in kognicije v ciljno usmerjene aktivnosti (Fuster, 2003, str. 377). Kognitivno-razvojna perspektiva proučuje, kako otrok razmišlja in kako se otrokovo mišljenje

z odraščanjem spreminja. Jean Piaget, ki je predstavil eno najbolj znanih teorij na tem področju, je trdil, da otroci naravno raziskujejo in skušajo razumeti fizični in socialni svet okoli sebe (Shaffer, Kipp, Wood in Willoughby, 2010, str. 12).

Piaget (1952, kot navedeno v Fuster, 2003) opisuje kognitivni razvoj kot proces, ki poteka skozi večje število točno določenih stopenj. Prvi dve stopnji potekata v obdobju otroštva (2. 7. leto in 7. 11. leto), tretja stopnja pa nastopi v obdobju adolescence. Od 11. leta naprej začne uporabljati logično sklepanje za oblikovanje hipotez in preizkušanje rešitev. V ta namen uporablja tako indukcijo kot dedukcijo. Deduktivno mišljenje mu omogoča, da iz splošnih zakonitosti sklepa na konkretne situacije, induktivno mišljenje pa služi za analizo konkretnih primerov za namene oblikovanja splošnih pravil, zakonitosti ali vzročno-posledičnih odnosov (Zupančič, 2020). V tem obdobju se izboljšuje tudi sposobnost dolgoročnega načrtovanja in organizacije vedenja. Ti procesi se nadaljujejo v pozno adolescenco in zgodnjo odraslost, saj prefrontalna skorja še vedno dozoreva (Piaget, 1952, kot navedeno v Fuster, 2003).

Salmela-Aro (2011, str. 362–363) opredeli kognitivni razvoj v adolescenci v treh fazah: zgodnji, srednji in pozni adolescenci, pri čemer se razvijajo različni miselni procesi, ki postajajo čedalje bolj kompleksni. V zgodnji adolescenci (približno od 11. do 14. leta) se posamezniki začnejo izboljševati v deduktivnem sklepanju, obdelavi informacij in strokovnosti. Prehajajo od konkretnega mišljenja k bolj kompleksnim miselnim procesom, vključno z abstraktnim mišljenjem, ustvarjanjem novih idej, primerjanjem mnenj in razmišljanjem o procesu mišljenja. Ta razvoj se odraža na področju njihovega osebnega odločanja v šolskem in domačem okolju. Zgodnji adolescenti začnejo uporabljati formalne logične operacije pri šolskem delu ter postavljati vprašanja o avtoriteti in družbenih normah. Prav tako pričnejo izražati svoje poglede na teme, povezane z njihovim življenjem, kot so športi, socialne skupine, osebni izgled in starševske omejitve. Med srednjo adolescenco začnejo bolj sistematično razmišljati o logičnih odnosih znotraj problemov. Razvijejo verbalne sposobnosti, začnejo prepoznavati povezave med zakonom in moralo ter razvijati strast do ideologij (verske, politične idr.). Vsak adolescent napreduje v razvoju kompleksnega mišljenja in pogleda na svet s svojo hitrostjo. Nekateri so sposobni uporabljati logične operacije pri šolskem delu še pred tem, saj jih uporabljajo že pri osebnih dilemah. Razmišljati začnejo o filozofskih in futurističnih temah, postavljajo veliko vprašanj, oblikujejo svojo etično kodo, razvijajo osebno identiteto ter razmišljajo o možnostih, prihodnjih ciljih in dolgoročnih načrtih. Sistematično razmišljanje začne vplivati tudi na njihove odnose z drugimi ljudmi. V pozni adolescenci se začnejo osredotočati na manj egocentrične pojme in osebno odločanje. Razvijajo sposobnost kompleksnega abstraktnega

mišljenja in večjo kontrolo impulzov. Sposobnost kontrole impulzov in odlašanja z zadovoljitvijo za namene doseganja boljših ciljev ter izidov v vedenju je ključna kognitivna sprememba v obdobju adolescence, ki opredeljuje napredek v tem obdobju (Jaworska in MacQueen, 2015). Nadaljuje se razvoj osebne identitete, vključno z oblikovanjem verskih in političnih prepričanj. Pogosto razmišljajo o globalnih vprašanjih, kot so pravičnost, zgodovina, politika in patriotizem, ter razvijajo idealistične poglede, ki lahko vodijo v nestrpnost do nasprotnih mnenj. Poleg tega se začnejo osredotočati na odločanje o poklicni poti in vzpostavljajo svoje vloge v odrasli družbi (Salmela-Aro, 2011, str. 363).

1.1.4 Psihosocialne spremembe

Adolescenca prinaša pomembne psihološke spremembe, ki vplivajo na identiteto, samozavedanje in odnose z drugimi. Mladostniki postanejo veliko bolj družabni, oblikujejo kompleksnejše odnose z njim dragimi osebami in so bolj občutljivi na lastno sprejetost ali zavrnitev s strani svojih vrstnikov. Eden izmed dejavnikov teh sprememb je lahko razvoj socialnih možganov, kar so preučevale tudi nevroslikovne raziskave, predvsem v povezavi s procesiranjem obrazov in mentalizacijo (Blakemore, 2008, str. 269). Dejstvo je, da smo ljudje po naravi socialna bitja. Velik del človeških možganov je vključen v socialno interakcijo in razumevanje drugih ljudi. Možganska področja, ki sodelujejo pri socialnem spoznavanju, se skupno imenujejo »socialni možgani«. Nekatera od teh področij med razvojem doživljajo večplastne strukturne in funkcionalne spremembe (Blakemore, 2008, str. 267).

Med prehodom v adolescenco mladostniki vse več časa preživijo sami in s prijatelji, medtem ko se čas, ki ga preživijo s svojimi starši, bistveno zmanjša (Salmela-Aro, 2011, str. 363). Večji del svoje energije usmerijo v vrstnike istega in nasprotnega spola. Starši se morajo prilagoditi svoji novi vlogi – ostajajo pomembni, a manj osrednji člen v življenju svojega najstnika (Steinberg in Silk, 2002, str. 108). V industrijsko razvitih državah mladostniki večino časa med tednom preživijo z vrstniki – tako v šoli kot zunaj nje. V najboljšem primeru vrstniki predstavljajo pomembno povezavo med družinskim okoljem in vstopom v odrasle družbene vloge. Izpostaviti gre, da vrstniški odnosi močno nihajo po kakovosti in imajo različne vplive na mladostnikovo počutje in prilagajanje (Berk, 2018, str. 422). V zgodnji adolescenci je med vrstniki socialni status ključnega pomena, medtem ko se pomen družine zmanjšuje. V srednji adolescenci mladostniki razvijajo svojo osebnost in mnenja. V tem obdobju so prijatelji ključni dejavnik pri ohranjanju identitete v vrstniški skupini. Povečuje se tudi pomen romantičnih odnosov (Salmela-Aro, 2011, str. 367). Znanost je dolga leta zanemarjala pomen romantičnih

odnosov v adolescenci zaradi treh mitov: da so ti odnosi nepomembni, zgolj odraz drugih odnosov (npr. s starši in vrstniki) in da povzročijo predvsem negativne posledice (Collins, 2003, str. 2–3). Raziskave kažejo, da kakovost romantičnih odnosov pozitivno vpliva na samopodobo in občutek lastne vrednosti (Connolly & Konarski, 1994, kot navedeno v Collins, 2003, str. 5). Zavedati se je potrebno tudi možnost pojava negativnih učinkov. Razhodi lahko vodijo do pojava depresivnih simptomov (Joyner & Udry, 2000, str. 369). Toliko bolj je temu tako, če je mladostnik dokaj ranljiv zaradi neprijetnih dogodkov ali morebitnih preteklih zavrnitev, kar pomeni prisotnost visoke ravni občutljivosti na ponovno zavrnitev (Ayduk, Downey, Kim, 2001, str. 873).

V adolescenci se pri mladih oblikuje lastna identiteta na različnih področjih, med drugim na področju spolnosti, poklica, vere in etnične pripadnosti. Zgodnja adolescenca je pogosto kaotična, saj se mladostniki poskušajo osvoboditi vpliva svojih staršev. V tem obdobju iščejo podporne odnose in skupine, ki jim pomagajo pri razvoju lastne identitete. Skupinska pripadnost v zgodnji in srednji adolescenci služi kot osnova za kasnejše oblikovanje bolj avtonomne identitete v pozni adolescenci (Salmela-Aro, 2011, str. 365). Razvija se torej njihova socialna identiteta, pogled na svet in načrtovanje prihodnosti. V pozni adolescenci postanejo bolj skrbni do drugih, bolj samostojni in ponosni na svoje delo. Začnejo si oblikovati jasne misli o svoji življenjski vlogi in postanejo bolj osredotočeni na svojo prihodnost (Salmela-Aro, 2011, str. 367). Poleg tega raziskave kažejo, da mladostniki že v srednji šoli razvijajo pričakovanja o tem, kdaj bodo zaključili šolanje, se zaposlili, se poročili ali imeli otroke. Ta pričakovanja so povezana z dejanskimi prehodi v odraslost. Avtorji ugotavljajo, da je tovrstno razmišljanje oziroma da so ta pričakovanja pomemben del razvijanja življenjske poti vsakega mladostnika (Shanahan, 2000, kot navedeno v, Beal, Crockett, in Peugh, 2016, str. 1606–1607) in osebne identitete (Erikson, 1980, str. 65).

V obdobju adolescence, ki se zaradi družbenih in tehnoloških sprememb vse bolj podaljšuje, mladostniki doživljajo pomembne spremembe in negotovosti, povezane z identiteto. Ob telesnem dozorevanju in nejasnosti prihodnjih odraslih vlog se pogosto trudijo vzpostaviti lastno subkulturo, ki jim omogoča oblikovanje občutka pripadnosti in samopodobe. Intenzivno se ukvarjajo s tem, kako jih vidijo drugi in kako povezati svoje pretekle izkušnje z idealnimi predstavami o prihodnosti. V tem procesu oblikovanja identitete potrebujejo »moratorij«, t. i. varno razvojno obdobje, v katerem lahko postopno povežejo otroške izkušnje z novo, odraslo identiteto (Erikson, 1968, str. 128).

Ko posameznik v adolescenci doseže telesno, duševno in družbeno zrelost, mu le-ta omogoča učinkovito soočanje s krizo identitete, ki je ključen psihosocialni proces tega obdobja, saj oblikovana identiteta pomembno vpliva na njegovo življenje v odraslosti (Erikson, 1968, str. 91). V adolescenci je želja po avtonomiji pomemben korak v razvoju – gre za ponovitev prve emancipacije iz zgodnjega otroštva, ko se otrok loči od matere. Mladostniki se pogosto odmikajo od otroškega okolja in iščejo lastno pot, a se lahko v tej neodvisnosti ponovno pojavi potreba po usmerjanju in varnosti. Ključen prispevek k oblikovanju identitete je pogum, s pomočjo katerega postanejo samostojni posamezniki, ki znajo sami usmerjati svojo prihodnost (Erikson, 1968, str. 114).

V obdobju adolescence mladostniki pričnejo večji pomen posvečati socialnim vrednotam, kot so prijaznost, obzirnost in sodelovanje, saj jim postaja pomembno, kako jih drugi vidijo. Pri starejših mladostnikih v ospredje stopajo tudi osebne in moralne vrednote. Z vključevanjem trajnih prepričanj in načrtov v svoja doživljanja, se postopno oblikuje občutek enotnosti jaza, kar je ključnega pomena za razvoj identitete (Berk, 2018, str. 408).

1.1.5 Čustvene spremembe

Adolescenti prvič doživljajo telesne, kognitivne in fizične spremembe, značilne za odrasle. Ker so te spremembe zanje nove in neizkušene, je njihova izkušnja drugačna od izkušnje odraslih. Čustvena doživetja adolescentov so deloma oblikovana z vključevanjem teh sprememb in njihovim vplivom na lastno dožemanje razvoja (Rosenblum in Lewis, 2003, str. 269).

Hormonska nihanja v adolescenci povzročajo čustvene spremembe, ki so značilne za to obdobje. Zlasti v zgodnji adolescenci lahko hormonska nestabilnost prispeva k spremenljivim in negativno obarvanim čustvom. Raziskave kažejo, da mladostniki (sploh zgodnji in srednji) v tem obdobju pri sebi zaznavajo več negativnih in manj pozitivnih čustev kot v poznem otroštvu, pozni adolescenci, prehodu v odraslost in odraslosti (Larson in Lampman-Petratis, 1989, str. 1250; Larson, Moneta, Richards in Wilson, 2002, str. 1160). Čustva se sčasoma stabilizirajo zaradi uravnavanja hormonov in fiziološke prilagoditve. Poudariti gre, da imajo na čustvene izkušnje mladostnikov velik vpliv tudi socialni in kontekstualni dejavniki, ki lahko odigrajo enako ali celo večjo vlogo kot hormonska nihanja (Rosenblum in Lewis, 2003, str. 275).

Te burne čustvene spremembe lahko močno vznemirijo tako starše kot tudi otroke same. Starši težko sprejmejo spremembe v povezavi z nihanjem razpoloženja, vedenja in odzivanja svojega otroka, kar lahko močno vpliva na njihov odnos (Končnik Goršič, 2004, str. 19).

Na čustven razvoj mladostnikov vpliva tudi razvoj možganov, ker se razlikujejo od odraslih v prepoznavanju obraznih izrazov. Raziskave kažejo, da mladostniki pri odzivanju manj uporabljajo čelno skorjo, ki je odgovorna za racionalno mišljenje, in bolj amigdalno, povezano s čustvi, kot je med drugim strah (Salmela-Aro, 2011, str. 362). Med puberteto amigdala oblikuje nove povezave z drugimi deli možganov, kot sta striatum in hipokampus (Scherf, Smyth in Delgado, 2013, str. 307). Adolescenti so zaradi nedokončne zrelosti prefrontalnega korteksa (čelnega režnja skorje) in povečane reaktivnosti amigdale še posebno občutljivi na čustvene izzive. Izpostavljeno lahko vodi v težave pri odločanju v stresnih okoliščinah, sprejemanju veliko bolj impulzivnih odločitev, do manjše čustvene regulacije in do povečanega tveganja za razvoj čustvenih motenj (Hare, idr., 2008, str. 932–933). Adolescenca je pravzaprav ključno obdobje za razvoj čustvene regulacije (Spear, 2000, str. 112). Zgodnji adolescenti pogosto napačno interpretirajo čustvene izraze, medtem ko se v srednji adolescenci njihova natančnost izboljšuje. Popolna zrelost čelnega režnja, ključnega za presojo in načrtovanje, se običajno zaključi šele med 25. in 30. letom. Prav tako študija poudarja pomen razumevanja teh nevroloških mehanizmov za razvoj ciljnih intervencij (Salmela-Aro, 2011, str. 362).

1.2 Starševstvo

Alwin (2004) starševstvo opredeli kot biološki in socialni status. Biološko starševstvo vpliva na otroke z genetskega stališča, ko pa je govora o socialnem in kulturnem vidiku, slednji zajema pravice, odgovornosti, zahteve in pričakovanja glede skrbi za otroke. Starševske prakse se razlikujejo glede na starševske in otrokove značilnosti ter zgodovinske, ekonomske, demografske, kulturne, ekološke in strukturne dejavnike. Pomen starševstva in njegove zahteve se razlikujejo glede na življenjske faze in kulturne kontekste.

Izraz starševanje se je uveljavil v 50. letih prejšnjega stoletja in ne označuje več le osnovne skrbi za otroke, temveč kompleksno dejavnost, ki zahteva strokovno znanje in je vpeta v sodobne družbene ter politične kontekste. Gre za kulturno in zgodovinsko specifičen način vzgajanja, povezan z individualizacijo, strokovno vodenimi praksami in odgovornostjo staršev za reševanje družbenih problemov. Način, s pomočjo katerega starši »staršujejo«, vpliva na

oblikovanje identitete, sorodstvenih odnosov in sodobne družinske politike (Faircloth, Hoffman, in Layne, 2013, str. 1 2).

Sodobno starševstvo v 21. stoletju se odvija v kontekstu hitrega tehnološkega razvoja, novih družbenih vrednot in spremenjene dinamike družinskega življenja. Po ugotovitvah Kurta (2023) starši v današnjem času vse pogosteje uporabljajo digitalne naprave za komunikacijo, izobraževanje in nadzor svojih otrok. Poudariti gre, da lahko prekomerna uporaba tehnologije pri otrocih vodi do motenj spanja, socialne izolacije in duševnih stisk. Obenem se krepijo pozitivni trendi, kot so večja čustvena vključenost staršev, razvoj pozitivnega discipliniranja in aktivnejše vloge današnjih očetov. Med pomembne izzive sodobnega starševstva sodijo uravnoteženje dela in družine, finančni pritiski in potreba po vzpostavitvi zdravih meja pri uporabi tehnologije. Kljub temu sodobni starši razpolagajo z več informacijami, digitalnimi orodji in podporo kot kadarkoli prej, kar jim omogoča bolj zavestno in prilagodljivo odzivanje na potrebe otrok (Kurt, 2023).

1.2.1 Vzgojni stili

»Vsak starš zase meni, da svojega otroka najboljše vzgaja. Resničnost pa je lahko velikokrat povsem drugačna od našega mnenja, zato je čas, da se v hitrem tempu življenja ustavimo in pogledamo vase ter premislimo, kako dejansko svoje otroke vzgajamo. Bitje, ki ga imamo najraje na svetu, torej našega otroka, mora biti vredno najboljše vzgoje, da mu v življenju zagotovimo najboljšo možno popotnico. Kako vzgajamo, pa je odvisno od našega vzgojnega stila.« (Lenič, 2023, str. 112).

Peček Čuk in Lesar (2023, str. 130) vzgojni stil opredeljujeta kot »odnos med vzgojiteljem in vzgajancem, odnos, ki vključuje namen posameznika z določenimi lastnostmi vzgojiti« ter »sistem metod, sredstev, postopkov, s katerimi skušamo tega posameznika z določenimi lastnostmi vzgojiti«. Kot ključen element izpostavljata pomen medčloveškega odnosa.

»Medčloveški odnos je tisti mikroelement vzgojnega dogajanja, od katerega je odvisen uspeh vzgojnega delovanja. Če to sprejmemo kot aksiom, bomo medčloveški odnos, ki se vzpostavlja med vzgojiteljem in vzgajancem, sprejeli kot temelj, na katerem se gradi vzgojno delovanje.« (Bratanić 1991, str. 31).

Darling in Steinberg (1993, str. 488) obravnavata koncept starševskega stila kot čustveni kontekst, znotraj katerega potekajo posamezna starševska vedenja (prakse). Avtorja ločita med

starševskimi praksami, ki so specifična vedenja s ciljem doseganja določenih rezultatov (npr. spodbujanje k učenju), in starševskim stilom, ki označuje splošen odnos in čustveno ozračje, v katerem ti ukrepi potekajo (npr. ton glasu, telesna govorica, izbruhi jeze ipd.).

Baumrind (1971, 1989) ter Maccoby in Martin (1983) (kot navedeno v Aunola, Stattin in Nurmi, 2000) izpostavljajo dve dimenziji, na podlagi katerih so avtorji razvrstili štiri vzgojne sloge oz. vzorce. Prva dimenzija je zahtevnost, ki predstavlja stopnjo starševskega nadzora, zahteve po zrelosti in spremljanje otrokovega vedenja, druga dimenzija pa je odzivnost, ki predstavlja stopnjo starševske čustvene topline, sprejemanja in vključenosti v otrokovo življenje.

Baumrind (1989, 1991a, 1991b, kot navedeno v Alwin, 2004, str. 150) razvršča starševsko vedenje v štiri tipe na podlagi zahtevnosti in odzivnosti, in sicer avtoritativni, avtoritarni, permisivni/popustljivi in zavračajoče-zanemarjajoči tip.

Bergant (1971; 1986; 1994, kot navedeno v Peček Čuk in Lesar, 2023) je s svojim raziskovanjem opredelila tri vzgojne stile: represivni, permisivni in laissez faire ali vsedopuščajoči stil vzgoje.

Peček Čuk in Lesar (2023, str. 133) sta njeno delitev nadgradili in spremenili. Opredelili sta represivni ali avtorski oz. avtoritarni, interakcijski ali demokratični oz. avtoritativni ter permisivni ali laissez-faire oz. do-(po-)puščajoči vzgojni stil.

Interakcijski oz. avtoritativni vzgojni stil se je v sodobni pedagogiki uveljavil predvsem v zadnjih desetletjih. Nekateri zagovarjajo, da se je pojavil kot odgovor na slabosti preteklih stilov – represivnega in permisivnega. Temelji na misli Immanuela Kanta, ki je zagovarjal vzgojo kot proces, pri katerem otrok postaja moralno bitje. Po Kantu človek ni po naravi moralen, ampak mora tak postati skozi vzgojo, ki temelji na disciplini, razumu in notranji svobodi (Peček Čuk in Lesar, 2023, str. 149–151). Avtoritativni starši so zahtevni in obenem odzivni; postavljajo jasne meje, vendar podpirajo otrokov razvoj in spodbujajo samostojnost (Baumrind, 1991a, 1991b, kot navedeno v Alwin, 2004). Starši so odločni, a brez vsiljivosti ali pretiranih omejitev. Njihov pristop k vzgoji temelji na spodbujanju namesto na kaznovanju. Pri otrocih si želijo razviti samozavest in družbeno odgovornost ter sposobnost, da usklajujejo lastne potrebe s sodelovalnim odnosom do drugih (Baumrind, 1991, str. 62). Tak vzgojni proces zahteva visoko stopnjo prisotnosti, znanja in osebne vključenosti vzgojitelja (Peček Čuk in Lesar, 2023, str. 157).

Represivni vzgojni stil izhaja iz patriarhalnih vzgojnih konceptov. V skladu s tem stilom je otrok obravnavan kot nepopolno in grešno bitje, ki ga je treba s pomočjo discipline, kazni in ponižnosti usmerjati na pravo pot (Peček Čuk in Lesar, 2023, str. 135). Gre za kulturno-transmisijski model moralne vzgoje, kot ga je poimenoval Kroflič (1997). Po Peček Čuk in Lesar (2023, str. 135) se znanje, norme in vrednote prenašajo z avtoriteto odraslih in institucij na otroke. V literaturi se pojma »represivni« in »avtoritarni« velikokrat pojavljata kot sopomenki, vendar sem represivni vzgojni stil zaznala kot skrajnejšega, saj vključuje fizično kaznovanje, poniževanje in strašenje. Velikokrat je povezan s tradicijo in religijo (patriarhalna in verska vzgoja) (Peček Čuk in Lesar, 2023, str. 138–139). Predstavlja bolj strogo kaznovalni značaj avtoritarnosti. Avtoritarni starši zahtevajo poslušnost s strogimi pravili brez pojasnil, vendar niso odzivni na otrokove potrebe (Baumrind, 1989, 1991a, 1991b, kot navedeno v Alwin, 2004). Njihov pristop temelji na strogi disciplini, manj poudarka je na dialogu. Otroci, vzgojeni v avtoritarnem starševskem slogu, pogosto kažejo disciplinirano vedenje zaradi posledic nepravilnega ravnanja. Njihova sposobnost natančnega sledenja navodilom omogoča učinkovito doseganje zastavljenih ciljev. Kljub temu lahko ta pristop sproži tudi neželene učinke, kot je med drugim povečana agresivnost, ki izvira iz težav pri obvladovanju jeze (Masud, Ahmad, Cho, Fakhr, 2019, str. 1027) in pomanjkanja primerne vodenja (Pinquart, 2017, str. 884). Hkrati se pri otrocih pogosto pojavljajo težave v socialnih interakcijah, težave s psihičnim zdravjem (Awiszus, Koenig in Vaisarova, 2022, str. 5), nizka samozavest (Martínez, García, 2007, str. 343) in težavnost samoodločanja (Martelo, 2023). Dolgoročno lahko prestroga pravila in kazni povzročijo tudi upornišтво proti avtoritetam, zlasti v adolescenci, ko otroci začnejo izražati nezadovoljstvo s kontrolo (Martelo, 2023).

Permisivni vzgojni stil temelji na ideji, da otrokova narava ni pokvarjena, ampak dobra, zato ga ni treba disciplinirati, temveč mu omogočiti svobodno izražanje in samousmerjanje. Glavni predstavnik tega pristopa je Jean-Jacques Rousseau, ki je otroka postavil v središče vzgojnega delovanja – govorimo o pedocentrizmu (Peček Čuk in Lesar, 2023, str. 141–142). Popustljivi (permisivni) starši so prizanesljivi in bolj odzivni kot zahtevni, ne zahtevajo zrelega vedenja, veliko je samoregulacije in izogibanja konfliktom (Baumrind, 1989, 1991a, 1991b, kot navedeno v Alwin, 2004). Otrok naj bi se razvijal brez zunanega pritiska, omejevanja (Peček Čuk in Lesar, 2023, str. 141), kazni ali prisile. Vzgojitelj naj bi minimalno posegal v otrokovo vedenje in pustil otroku, da sam odloča o sebi. Otroka se ne kaznuje, temveč se z njim vodi dialog o njegovih občutkih in potrebah, otrokovo neprimerno vedenje pa naj bi bilo posledica notranjega nemira, ne pa slabih namenov (Pšunder, 2004, kot navedeno v, Peček Čuk in Lesar,

2023, str. 141–142). Otroci teh staršev pogosto izkazujejo pomanjkanje osredotočenosti in samodiscipline, imajo slab učni uspeh, zanje je značilna egocentričnost, premorejo slabe socialne veščine in impulzivno vedenje, pri njih je prisotna anksioznost, depresija, socialna izolacija in imajo težave pri vzdrževanju odnosov (Awiszus, Koenig in Vaisarova, 2022, str. 5). Zaradi pomanjkanja meja slednje povzroči negotovost in nesamostojnost, nespoštovanje pravil in težave pri reševanju konfliktov (Peček Čuk in Lesar, 2023, str. 148–149).

Zavračajoče-zanemarjajoči starši po Baumrind (kot navedeno v Alwin, 2004) so nezahtevni in neodzivni, ne zagotavljajo podpore, nadzora ali strukture ter zavračajo ali zanemarjajo starševsko odgovornost (1989, 1991a, 1991b, kot navedeno v Alwin, 2004). Ta stil starševstva je povezan z najneugodnejšimi razvojnimi izidi, saj je otrok deležen malo podpore in usmeritev (Darling & Steinberg, 1993, str. 492). Deležen je nižjega učnega uspeha, ima zmanjšano samopodobo, nekateri celo pomislijo na samomor, pesti jih zloraba drog ali alkohola, predajajo se prestopništvu in težave imajo pri vzpostavljanju in ohranjanju odnosov (Awiszus, Koenig in Vaisarova, 2022, str. 5).

1.2.2 Starši in otroci v obdobju adolescence

Starševstvo je zahtevno in odgovorno delo v vseh razvojnih fazah otroka, ki potekajo od obdobja dojenčka do adolescence. Raziskave kažejo, da prinaša velike izzive in stroške, ki lahko presegajo zaznane koristi, čeprav dolgoročno prinaša prednosti. Odnos med staršem in otrokom je ključnega pomena skozi celotno otroštvo in adolescenco, skozi različna obdobja se spreminja. Vsaka razvojna faza zahteva prilagajanje starševskih pristopov ter prinaša nove izzive in priložnosti. V obdobju pubertete se lahko dinamika odnosa med staršem in otrokom spremeni, kar prinaša nove izzive, med drugim zmanjšan starševski nadzor, večjo otrokovo avtonomijo, tveganja in konflikte. Starši pogosto doživljajo večji stres in so deležni manjšega števila čustvenih nagrad v svoji starševski vlogi. Kljub izpostavljenim izzivom je adolescence pomembno obdobje za uporabo učinkovitih starševskih pristopov, ki mladostnikom pomagajo pri prilagajanju na razvojne spremembe (Suleiman in Dahl, 2019).

Adolescenti potrebujejo stalno ljubezen in podporo med prehodom skozi hitre fizične, socialne, spolne in psihološke spremembe ter v času raziskovanja svoje identitete. Medtem ko iščejo večjo neodvisnost, se odnosi s starši spreminjajo, kar vodi v večje konflikte, a na koncu tudi v večjo enakopravnost in medsebojno podporo. Čeprav se skrbstveni odnosi spreminjajo, ostajajo ključni za razvoj adolescentov. Učinkovito starševstvo v tem obdobju lahko izboljša razvojne

poti, okrepi odpornost in vpliva na dolgoročne zdravstvene ter izobraževalne izide (Skeen, Levy, Haj-Ahmad., 2021, str. 12).

Starševstvo je v obdobju adolescence pomembno, ker:

- imajo odnosi med starši in otroki pomembne in dolgotrajne učinke na razvoj možganov,
- na starše in adolescente ter okolja, v katerih živijo, delajo, študirajo in vzpostavljajo odnose, močno vpliva veliko različnih osebnih, socialnih in političnih dejavnikov,
- starši vplivajo na to, kako se adolescenti povezujejo s kompleksnimi ter medsebojno povezanimi individualnimi, družinskimi, vrstniškimi, skupnostnimi in družbenimi dejavniki, ki vplivajo na njihov razvoj,
- lahko pozitivno starševstvo omili vpliv negativnih zunanjih dejavnikov na razvoj adolescenta in
- prakse starševstva vplivajo na prenos pozitivnih ali negativnih izidov skozi generacije (Skeen, Levy, Haj-Ahmad., 2021, str. 12-14).

Sodobne družine in življenjski poteki so postali bolj pluralizirani, negotovi in individualizirani, meje med življenjskimi obdobji pa manj jasne. V zahodnih družbah se mladost podaljšuje, saj mladi dlje časa ostajajo v procesu priprave na odraslost in so posledično dlje časa odvisni od svojih družin. Vstop v odraslost danes oblikujejo številni družbeni procesi, kot so rast prebivalstva, urbanizacija, podnebne spremembe, spremembe na trgu dela, večja mobilnost ter razvoj novih tehnologij, vključno z umetno inteligenco in avtomatizacijo (Glover in Sumberg 2020).

Del starševske tesnobe glede obdobja adolescence izhaja iz napačnih stereotipov, ki prikazujejo adolescente kot težavne in nasprotno, kar je pogosto prisotno v popularni kulturi in svetovalnih knjigah za starše. Že samo nekateri naslovi, ki jih zasledimo v literaturi, nakazujejo, da je cilj staršev preživeti, ne pa uspešno napredovati. Kljub temu je del te zaskrbljenosti upravičen, saj je adolescenca obdobje pomembnih in velikih sprememb v fizičnih, kognitivnih, čustvenih in socialnih sposobnostih otrok (Steinberg in Silk, 2002, str. 103).

1.2.3 Konflikti

Temeljna psihološka naloga družine je vzdrževanje ravnotežja med navezanostjo in samostojnostjo svojih članov. Vsak član je samostojna osebnost, zato mora imeti prostor za individualizacijo, obenem pa ostaja čustveno povezan z drugimi. Skupaj si prizadevajo za

dogovor glede skupnega življenja in sčasoma razvijejo načine za spoprijemanje z nesporazumi in negotovostjo. Tako družinsko življenje nenehno niha med sporazumevanjem, konflikti in ponovnim vzpostavljanjem zaupanja (Ule, 2008, str. 85).

Kognitivne spremembe v adolescenci vplivajo na družinsko dinamiko, saj adolescenti prinašajo nov način razmišljanja v družinske pogovore, odločitve in prepire. S tem izzovejo spremembe v načinu delovanja družine (Steinberg in Silk, 2002, str. 106). Želijo si drugačnega statusa v družini, svobodo in samostojnost, kar privede do manj čustvenih in bolj zahtevnih, razumskih in konfliktnih odnosov (Ule, 2008, str. 77).

Družinske odnose oblikujejo lastnosti staršev (npr. zahtevnost, jezljivost idr.) in lastnosti otrok (npr. raztresenost, različne učne sposobnosti idr.). Ker se otroci ne razvijajo v skladu z ideali, ki jih starši zagovarjajo, in ker starši niso popolnoma predvidljivi, sta medsebojna strpnost in razumevanje ključnega pomena (Končnik Goršič, 2004, str. 14).

V zgodnji adolescenci se pogosto pojavijo blagi konflikti med starši in mladostniki, kar lahko vodi v manjšo bližino in skupno preživljanje časa. Te spremembe vplivajo na duševno zdravje staršev in psihološki razvoj mladostnikov, saj se mnogi starši težko prilagodijo mladostnikovi večji potrebi po samostojnosti (Salmela-Aro, 2011, str. 364). Ključne ugotovitve raziskave Silverberg in Steinberg (1990, str. 662–665) kažejo na kompleksen odnos med razvojem mladostnika in psihološkim počutjem staršev, ki je močno odvisen od vloge, ki jo za starše ima njihovo (plačano) delo. Ugotovila sta, da razvoj otrok v zgodnji adolescenci vpliva na psihološko počutje staršev, pri čemer ima pomembno vlogo njihova poklicna usmerjenost. Starši, ki niso bili močno navezani na svojo delovno vlogo, so otrokovo odraščanje doživljali kot izgubo pomembne življenjske vloge, kar je bilo povezano z večjim deležem stresa, nižjo samopodobo in slabšim počutjem. Nasprotno pa so nekoliko bolj poklicno usmerjeni starši doživljali večjo osebno svobodo in poročali o večjem zadovoljstvu. Posebno izrazit je bil vpliv deklinične fizične zrelosti in začetka heterospolnih aktivnosti na matere, ne glede na njihovo poklicno naravnost. Slednje so povezali z večjo intenzivnostjo kriz srednjih let in slabšo samopodobo. Raziskovalca poudarjata tudi, da vpliv ni nujno enosmeren, saj je možno, da starševsko počutje vpliva na dinamiko v odnosu z otrokom, kar v nadaljevanju dodatno oblikuje mladostnikov razvoj.

Obdobje adolescence zahteva skrbno usklajevanje med mladostnikovo potrebo po neodvisnosti ter starševsko potrebo po nadzoru nad njegovimi odločitvami in dejavnostmi (Steinberg & Silk,

2002, str. 108). Starši morajo v tem obdobju najti ravnotežje med avtonomijo in nadzorom, saj sta njihova vključenost in spremljanje vedenja ključnega pomena pri preprečevanju vedenjskih težav, medtem ko omogočanje avtonomije spodbuja razvoj mladostnikove samopodobe (Steinberg & Morris, 2001, kot je navedeno v Morris, Silk, Steinberg, Myers, & Robinson, 2007, str. 377). Pomembno je ustvariti odnos, znotraj katerega mladostnik prostovoljno deli informacije, ne da bi se pri tem počutil v svoji samostojnosti ogroženega – to ravnoesje med zasebnostjo in starševskim dostopom do informacij podpira razvoj bolj enakopravnega odnosa med staršem in otrokom (Branje, 2018, str. 173).

Ko je govora o socialni mreži in vrstnikih, se starši lahko težko prilagodijo adolescentom, ki, kot je bilo predhodno že govora, vse bolj iščejo neodvisnost in preživljajo čas s prijatelji namesto z družino. Medtem ko so starši v otroštvu močno vplivali na izbiro otrokovih prijateljev, v adolescenci ti vplivi upadejo, saj so prijateljske vezi pogosto izven njihovega nadzora. Čeprav lahko starši odobrijo prijatelje svojih otrok, vplivi vrstnikov na njihovo obnašanje pogosto niso v skladu z njihovimi pričakovanji ali vrednotami (Steinberg in Silk, 2002, str. 107). Prav tako nasprotno kot otroci, ki se močno zanašajo na skrbnike pri uravnavanju svojih čustev, adolescenti pogosteje iščejo podporo pri prijateljih ali sami uravnavajo svoja čustva (Silvers, 2022, str. 259). To je zaznano predvsem pri prehodu med srednjo in pozno adolescenco, ko se zmanjša čustvena opora v povezavi s starši in se poveča navezanost na vrstnike (Morris, Silk, Steinberg, Myers, in Robinson, 2007, str. 377).

Med kognitivnim in telesnim razvojem adolescenti torej iščejo tudi svojo identiteto in avtonomijo, kar lahko povzroči napetosti s starši, saj se želijo od njih ločiti kot posamezniki z edinstvenimi identitetami, medtem ko starši želijo ohraniti njihovo odvisnost in nanje prenašati svoje vrednote. Povečana odgovornost in neodvisnost, ki spremljata prehod v odraslost, povzročita, da adolescenti želijo biti obravnavani kot odrasli, kar lahko privede do konfliktov glede pravil in pravic. Prav tako si želijo večjo vključenost pri sprejemanju družinskih odločitev. Starši morajo prepoznati njihove izboljšane kognitivne sposobnosti in jim postopoma dodeliti večjo vlogo pri sprejemanju odločitev. Poleg sprememb v načinu odločanja adolescenti pričnejo razumeti družbene konvencije in moralne standarde veliko bolj relativistično, kar lahko povzroči konflikte s starši, saj se pravila začnejo postavljati »pod vprašaj«. Medtem ko starši pogosto vidijo zadeve »pravilno« in »napačno« glede na družbeno normo, jih adolescenti razumejo kot osebne odločitve (Steinberg in Silk, 2002, str. 106–107).

Konflikti med starši in otroki obenem prinašajo tako pozitivne kot negativne posledice, saj ti učinki ne obstajajo na enotni lestvici od dobrega do slabega, ampak predstavljajo neodvisni dimenziji, vsaka pa izkazuje svoje možne skrajne učinke. Med pozitivne posledice konfliktov brez dvoma sodijo spodbujanje avtonomije, razvoj individuacije, izboljšane socialne spretnosti in napredek na področju socialnega mišljenja (Laursen & Hafen, 2010, str. 863). Večje število raziskav nakazuje na dejstvo, da so konstruktivni konflikti med starši in otroki povezani tudi s pozitivnim psihosocialnim razvojem mladostnikov, vključno z razvojem identitete, boljšim razumevanjem perspektiv drugih in višjo samopodobo (Cooper & Cooper, 1992; Grotevant & Cooper, 1985, kot navedeno v Laursen & Hafen, 2010, str. 863). Potrebno je izpostaviti tudi negativne posledice, in sicer zunanje vedenjske težave, notranje stiske, stres in z njim povezane zdravstvene posledice. Konflikti, ki vodijo k zdravemu osamosvajanju, lahko povzročijo tudi povečano tesnobo in stres, kar kaže na njihovo dvosmerno naravo (Laursen & Hafen, 2010, str. 863).

Konflikti se ne rešujejo z obtoževanjem, temveč z zavedanjem, da je vednost rezultat zapletene interakcije dejavnikov. Sprejemanje razlik v željah in pričakovanjih omogoči iskanje skupnih rešitev, vendar je potrebno sodelovanje obeh strani (Končnik Goršič, 2004, str. 14–15).

1.2.4 Vpliv novih tehnologij in družabnih omrežij

V sodobnem družinskem življenju postajajo mobilni telefoni, druge nove tehnologije in socialna omrežja pomemben dejavnik, ki vpliva na odnose med starši in mladostniki. Raziskava Merkaš, Bodrožić Selak in Žulec Ivanković (2024) je pokazala, da lahko pretirana uporaba pametnih telefonov negativno vpliva na kakovost družinske komunikacije in istočasno poveča verjetnost za pojav konfliktov, zlasti glede nadzora nad časom uporabe in usklajevanja digitalnih dejavnosti z drugimi obveznostmi (Merkaš, Bodrožić Selak in Žulec Ivanković, 2024, str. 116).

Raziskave prav tako nakazujejo na dejstvo, da digitalne tehnologije in družbena omrežja zavzemajo čedalje večji del mladostnikovega vsakdana. Skoraj polovica ameriških najstnikov poroča o tem, da so »skoraj nenehno« aktivni na spletu, več kot 90 % pa internet vsakodnevno uporablja. Najbolj priljubljene platforme so YouTube, TikTok in Instagram, pri čemer uporaba Facebooka in X (nekdanjega Twitterja) upada. Uporabniški vzorci se razlikujejo glede na spol, starost in socialno-ekonomski položaj. Dekleta pogosteje uporabljajo TikTok, fantje YouTube, mladostniki iz družin z nižjimi dohodki pa pogosteje uporabljajo Facebook (Pew Research

Center, 2024). Ti podatki potrjujejo, da ima tehnologija osrednjo vlogo v socialnem življenju mladostnikov, kar zelo vpliva tudi na dinamiko družinskih odnosov.

Tudi raziskava Svetovne zdravstvene organizacije (WHO, 2024) opozarja na vse večjo razširjenost problematične uporabe digitalnih tehnologij med mladostniki. Več kot 11 % najstnikov kaže znake zasvojenosti z družbenimi omrežji, pri čemer so dekleta toliko bolj ranljiva. Poleg tega je več kot tretjina mladostnikov skoraj ves čas povezana s prijatelji prek spleta, vsak tretji pa dnevno igra digitalne igre. Taka uporaba tehnologije je povezana z nižjim duševnim blagostanjem, večjo uporabo substanc in slabšimi akademskimi dosežki. WHO poudarja nujnost preventivnih ukrepov ter večjo vlogo staršev, šol in politik pri spodbujanju digitalne pismenosti in uravnotežene uporabe tehnologije (WHO, 2024).

Benvenuti, Wright, Naslund in Miers (2023, str. 16468) poudarjajo pomen raziskav, ki celostno obravnavajo dobrobit mladostnikov v kontekstu digitalne dobe. Razumevanje dejanskega vpliva digitalnega okolja je pomembno za oblikovanje ustrezne podpore v izobraževalnih in psiholoških kontekstih. Avtorji med drugim izpostavljajo tudi pomen spremljanja sprememb v medosebnih odnosih, ki so ključni za zdrav razvoj. Sodobni mladostniki spletne in nespletne odnose doživljajo kot enotno celoto – t. i. »onlife« odnose, kjer ni več jasne ločnice med virtualnim in resničnim. Ob tem avtorji poudarjajo potrebo po interdisciplinarnih raziskavah, ki lahko sledijo hitrim družbenim in kulturnim spremembam ter odgovarjajo na nove izzive mladih.

Raziskava Burhana, idr. (2021) poudarja, da sodobno starševstvo v digitalni dobi zahteva uravnotežen pristop med zaščito in spodbujanjem otrokove samostojnosti pri uporabi tehnologije. Avtorji izpostavljajo pet oblik starševske mediacije, in sicer:

- tehnično mediacijo (npr. filtre, časovne omejitve, programsko opremo za spremljanje idr.),
- nadzorno mediacijo (npr. vpogled v sporočila, profile, obiskane strani idr.),
- restriktivno mediacijo (določanje pravil za čas uporabe in vsebino),
- aktivno mediacijo (pogovore o uporabi medijev in razlago vsebine) in
- skupno uporabo (co-use) (souporabo medijev brez nujno vsebinskega posredovanja) (Burhan, Praditia, Admodjo, Yuniarto in Ghosh, 2021, str. 53–54).

Najučinkovitejša je kombinacija različnih oblik mediacije, saj omogoča ravnovesje med zaščito in svobodo (Burhan, Praditia, Admodjo, Yuniarto in Ghosh, 2021, str. 56). Pretirana in

nenadzorovana uporaba tehnologije pri mladostnikih lahko vodi do večje izpostavljenosti spletnim tveganjem. Kar 46 % otrok med 9. in 16. letom je že vsaj enkrat doživelo spletno tveganje, pri čemer je bilo tveganje večje pri starejših mladostnikih (Duerager in Livingstone, 2012, str. 3). Nekateri starši otrokom omogočijo uporabo osebnih naprav že pri 4–6 letih, čeprav avtorji priporočajo, da se te dodelijo šele v srednji ali pozni adolescenci, ko so otroci dovolj zreli za razumevanje in sprejemanje informacij. Le 66,7 % staršev aktivno omejuje dostop do neprimernih spletnih vsebin (npr. odrasle vsebine, nevarno komunikacijo ipd.) kljub jasnim priporočilom raziskovalcev (Burhan, Praditia, Admodjo, Yuniarto in Ghosh, 2021, str. 54–56). Avtorji zagovarjajo etično in odgovorno starševstvo, ki vključuje odprto komunikacijo, skupno rabo tehnologije in postavljanje jasnih meja, prilagojenih otrokovi starosti in zrelosti.

Starši igrajo ključno vlogo pri zagotavljanju spletne varnosti mladostnikov, saj kljub temu da internet ponuja veliko osebnih in socialnih priložnosti, so slednji zaradi še neizoblikovane samoregulacije in nadzora bolj dovzetni za tveganja, prisotna v obliki spletnega nasilja, zlorab, neprimernih vsebin in oglaševanja škodljivih izdelkov. Pomemben varovalni dejavnik je močan odnos med staršem in otrokom ter uporaba vzgojnih strategij, ki spodbujajo varno in odgovorno rabo interneta:

- razvoj družinskega načrta (določanje pravil in omejitev glede uporabe interneta in družbenih omrežij, itd.);
- spodbujanje spremljanja (ang. monitoring) (ne nadzora (ang. control)) uporabe interneta, npr. z uporabo naprav v skupnih prostorih in postavljanjem skupnih pravil;
- modeliranje primerne vedenja pri zdravi uporabi interneta, kot je omejevanje lastne uporabe telefona in spoštljivo spletno vedenje;
- skupna uporaba medijev z mladostniki;
- spodbujanje uporabe interneta, ki spodbuja socialne interakcije;
- razvijanje veščin mladostnikov za odgovorno spletno vedenje in varovanje zasebnosti (Skeen, Levy, Haj-Ahmad., 2021, str. 30).

1.3 Vloga socialnega dela

Obdobje adolescence predstavlja pomembno razvojno obdobje otroka, ki pogosto prinaša napetosti, negotovosti in spremembe v družinski dinamiki. Starši se lahko v tem času soočajo z različnimi izzivi – od vzpostavljanja ravnovesja med nadzorom in svobodo pa vse do težav v komunikaciji, čustvenih stisk mladostnika ali konfliktov v družini. V teh procesih ima

pomembno vlogo tudi socialno delo. Njegova ključna naloga je, da v procesih podpore in pomoči zagotovi dialoški pristop, ustvari pogoje za sodelovanje vseh družinskih članov in omogoči, da s svojo resničnostjo vstopijo v soustvarjanje možnih rešitev (Čačinovič Vogrinčič & Mešl, 2019, str. 165). V tem procesu se delovni odnos ne vzpostavi le zaradi otroka, ampak tudi zaradi družine kot celote. S tem se krepi občutek kompetentnosti in dostojanstva staršev (Čačinovič Vogrinčič & Mešl, 2019, str. 164), kar je toliko bolj pomembno v obdobju adolescence, ko so družinske dinamike lahko napete in kompleksne.

Socialno delo temelji na skupnem reševanju socialnih problemov – poudarek je na besedi »skupaj«, ki ni le dopolnilo definiciji, temveč njeno temeljno vodilo. Naloga strokovnjaka je, da vedno znova ustvarja pogoje za sodelovanje, soočanje in prevzem odgovornosti. Pogoji za učinkovito socialno delo so vzpostavljeni takrat, ko so uporabniki aktivno vključeni v sodelovanje. Pri delu z družino ima strokovnjak posebno vlogo: omogočiti mora, da družina s svojo resničnostjo aktivno sodeluje pri oblikovanju izvedljivih rešitev. Zaradi navedenega je potrebno znanje za delo z družinskim sistemom in znotraj njega (Čačinovič Vogrinčič, 1996, str. 396).

Socialni delavci obravnavajo starše kot pomemben vir podpore otrokom v stiski in jim pomagajo premagovati ovire, ki jih otežujejo pri učinkovitem starševstvu. Med te ovire zasledimo finančne težave, partnerske konflikte ali težave z razširjeno družino. Njihov cilj je ustvariti bolj stabilno okolje, v katerem se starši lahko osredotočijo na pomoč, ki jo želijo svojemu otroku zagotoviti (Wallis, 2024). Delo s starši ni isto kot delo z družino – v praksi pogosto prevladuje delo z enim staršem, vendar je za učinkovito reševanje izzivov adolescence pomembno vključiti celotno družinsko dinamiko in omogočiti enakovredno udeležенost vseh članov družine, vključno z mladostnikom (Čačinovič Vogrinčič & Mešl, 2019, str. 163–164). To vključuje tudi razumevanje mladostnikovega življenjskega sveta (Mrežar, 2013, str. 273) in vključevanje staršev v enakopravno udeležенost (Čačinovič Vogrinčič & Mešl, 2019, str. 164). Ključno je, da socialni delavec omogoči družini, da skupaj z mladostnikom raziskuje možnosti za spremembe, pri čemer ne gre za iskanje krivde, ampak za soustvarjanje novih možnosti in krepitev moči (Čačinovič Vogrinčič & Mešl, 2019, str. 169). Zgoraj izpostavljeno je toliko bolj pomembno pri delu z družinami, ki se soočajo z vedenjskimi ali čustvenimi težavami svojih mladostnikov in kjer se pogosto pojavljata občutek sramu in neuspeha staršev. Zaradi izpostavljenega je ključnega pomena, da socialni delavec pomaga zmanjšati občutke osramočenosti in krivde ter okrepi starševsko moč. Pri tem pa je potrebno zagotoviti tudi

ustrezen čas in prostor za vzpostavljanje zaupanja, saj pomoč pogosto doživljajo kot stigmatizacijo (Čaćinovič Vogrinčič & Mešl, 2019, str. 169).

Poudarek v socialnem delu je tudi na mobilizaciji socialne mreže, saj družine pogosto nimajo dovolj virov ali moči, da bi se samostojno spopadale z izzivi. Učinkovito socialno delo ne ostane zgolj znotraj družine, temveč soustvarja nove možnosti za vključevanje vseh deležnikov v šolsko okolje in skupnost (Čaćinovič Vogrinčič & Mešl, 2019, str. 169–170).

Šolska svetovalna služba, v kateri so poleg pedagogov in psihologov velikokrat zaposleni tudi socialni delavci, pomembno podpira duševno zdravje otrok (Harrison, Cheung, Tam, Cheng in Yeung, 2023, str. 146).

Šolska svetovalna služba ima pomembno vlogo pri zagotavljanju pogojev za učenje in celostni razvoj učencev – tako na osebnem kot socialnem in učnem področju. To se ne nanaša zgolj na individualno pomoč učencem, temveč tudi na sodelovanje pri oblikovanju spodbudnega šolskega okolja (Resman, 1999, str. 69) skupaj z učitelji, starši in zunanjimi ustanovami (Gregorčič Mrvar, idr., 2020, str. 25–26). Šolski svetovalni delavci so kot skrbni strokovnjaki, ki v kriznih trenutkih zagotavljajo podporo učencem, omogočajo varno okolje za deljenje občutljivih informacij in poslušajo učence, ki potrebujejo potrditev. So usposobljeni za posredovanje v težkih situacijah in delujejo kot zaupna oseba, ki nudi podporo ter pomaga pri obvladovanju osebnih težav. Študija je pokazala, da so šolski svetovalci pomembni za podporo duševnemu zdravju učencev, delovali naj bi kot prvi odziv in ne kot dolgotrajna terapija. Njihove glavne naloge vključujejo zaznavo prvih znakov morebitnih duševnih težav in pravočasno obveščanje staršev, da se otroku zagotovi specializirana podpora. Starši pričakujejo, da bodo šolski svetovalci nudili različne oblike podpore, vključno z intervencijami v razredu in organiziranjem predavanj na razne teme, kot je med drugim obvladovanje stresa. Najpomembnejša pričakovanja vključujejo praktično pomoč pri obvladovanju tesnobe, depresije in ostalih težav z duševnim zdravjem za učence, ki to potrebujejo (Collins, idr., 2024, str. 426). Pomembni so tudi programi vrstniške podpore in mediacije, ki so pokazali potencial za zmanjševanje konfliktov in izboljšanje medosebnih veščin tako v šoli kot doma (Whiston in Sexton, 1998, str. 424). Takšni programi in posredovanje svetovalne službe so ključnega pomena. Na podlagi lanskoletnih novembrskih podatkih, do katerih se je dokopal UNESCO, je eden od treh učencev doživel vrstniško nasilje oz. ustrahovanje, skoraj eden od treh celo fizično nasilje s strani vrstnikov znotraj enega leta. Prav tako se je močno razširilo tudi spletno nasilje, ki ga doživlja 10 % otrok (United Nations, 2024). Svetovanje o karieri je bila še ena izmed

odgovornosti, ki so jo udeleženci raziskave označili kot pomembno vlogo šolskega svetovalca. Tudi to področje je ključnega pomena, saj negotovost glede kariere med učenci povzroča velik stres. Programi kariernega usmerjanja, vključno s sodelovanjem staršev, so pomembno prispevali k razvoju karierne zrelosti, še posebej pri učencih iz ranljivih skupin (npr. manjšin, nadarjenih ali otrok z učnimi težavami) (Whiston in Sexton, 1998, str. 423). Med drugim gre tudi poudariti, da tovrstni pristopi lahko učinkovito zmanjšajo številne duševne težave pri učencih (Collins, idr., 2024, str. 426).

Pri nudenju pomoči učencem je za učinkovito doseganje ciljev sodelovanje s starši izrednega pomena. Zaradi izpostavljenega je pomembno, da imajo starši dostop do teh storitev in jih dobro razumejo (Harrison, Cheung, Tam, Cheng in Yeung, 2023, str. 146). Starši se lahko na šolsko svetovalno službo obrnejo, ko se pojavijo raznolike težave, lahko gre za akademski uspeh, vpis v novo šolo, prilagajanje, posebne potrebe, krizne situacije, družinske spremembe in vprašanja o nadaljnjem izobraževanju. Na tem področju lahko starši naletijo tudi na ovire, in sicer na kulturne in jezikovne razlike, slabe izkušnje s šolo ali strah pred negativnimi posledicami za otroka. Pomanjkanje časa zaradi delovnih obveznosti prav tako otežuje srečanja s svetovalno službo. Ne glede na te ovire šole spodbujajo sodelovanje s starši, saj je svetovalni delavec lahko njihov glavni stik s šolskim okoljem. V svetovalni službi je osredotočenost usmerjena na starševske skrbi, zagotavljanje rešitev ob izboljšani komunikaciji z otrokom, in spodbujanje k izmenjavi informacij, kajti vsi ti pristopi pomagajo pri vzpostavitvi podpornega odnosa. V šolskem okolje ni možno zagotoviti dolgotrajno svetovanje, zato se lahko svetovalci odločijo in starše napotijo tudi k zunanjim ustanovam. Prav tako obvestijo starše o pravicah otrok (Melton, b. d.). Raziskave potrjujejo, da se tako šolski svetovalni delavci kot tudi starši otrok in mladostnikov zavedajo ključne vloge dobrega medsebojnega sodelovanja med njimi in šolsko svetovalno službo, in sicer tako v običajnih okoliščinah kot tudi v kriznih razmerah, kot so se pojavile v času odvijanja epidemija Covida-19 (Jeznik & Šarić, 2022, str. 115).

2 Opredelitev problema

Idejo za raziskavo sem dobila na podlagi različnih osebnih izkušenj in opazovanj v vsakdanjem življenju. Tako v osebnem okolju kot med pogovori z znanci sem zaznala, da se starši pogosto soočajo s številnimi izzivi pri vzgoji otrok v obdobju adolescence. Mnogi izražajo občutek negotovosti, stresa in obremenitev, saj se morajo prilagoditi spremembam v odnosu s svojim otrokom, ki se postopoma osamosvaja in postaja vse bolj neodvisen. Podobna spoznanja sem pridobila tudi med praktičnim usposabljanjem na eni izmed osnovnih šol, kjer sem imela priložnost spremljati dinamiko med starši, otroki in svetovalno službo. Pri delu s starši sem opazila, da se pogosto soočajo z vprašanji o tem, kako ohraniti povezanost z otrokom, kako učinkovito postavljati meje, kako uravnotežiti nadzor in spodbujati otrokovo samostojnost.

Adolescenca je obdobje intenzivnih telesnih, kognitivnih in psihosocialnih sprememb (WHO, n.d.), ki vplivajo ne le na mladostnike, temveč tudi na njihove starše (Suleiman in Dahl, 2019). Mladostniki v tem obdobju razvijajo svojo identiteto, raziskujejo svet zunaj družinskega okolja in se vse bolj zanašajo na vrstnike ter zunanje vplive (Steinberg in Silk, 2002, str. 106–107; Berk, 2018, str. 422). Starši se pri tem pogosto soočajo s spremembami v odnosu, pri čemer lahko občutijo oddaljenost, manjši vpliv in povečano napetost v družinski dinamiki (Suleiman in Dahl, 2019). Dodatno kompleksnost prinašajo sodobni dejavniki, med drugim nove tehnologije, družbena omrežja, spremenjene družbene vloge starševstva ter pritiski glede ustreznih vzgojnih strategij.

Čeprav raziskave pogosto osvetljujejo razvoj in doživljanje mladostnikov, je perspektiva staršev pogosto zapostavljena. Poudariti gre, da je ravno razumevanje njihovih izkušenj ključnega pomena za prepoznavanje podpornih mehanizmov in strategij, ki jim lahko pomagajo pri premagovanju vzgojnih izzivov. Starši se v tem obdobju lahko srečujejo z občutkom nemoči, strahom pred izgubo stika z otrokom ter težavami pri vzpostavljanju ravnovesja med nadzorom in spodbujanjem avtonomije. Nekateri izzivi, kot so konflikti, pomanjkanje komunikacije, obvladovanje tveganih vedenj mladostnikov ter stres in čustvena obremenitev staršev, so lahko univerzalni, vsak družinski sistem pa jih lahko povsem drugače in svojstveno doživlja.

Z raziskavo sem želela pridobiti globlji vpogled v izkušnje staršev in preučiti, kako doživljajo izzive starševstva v obdobju adolescence, skozi katero se njihovi otroci prebijajo. Osredotočila sem se na njihove strategije soočanja s spremembami, obvladovanje stresa in čustvene

obremenitve ter na vlogo socialne podpore in strokovne pomoči pri premagovanju težav. Razumevanje teh izkušenj lahko veliko prispeva k razvoju ustreznih svetovalnih storitev, preventivnih programov in podpornih mrež, ki bi lahko okrepile starševske kompetence in izboljšale dobrobit celotne družine.

RAZISKOVALNA VPRAŠANJA

- Kako starši doživljajo spremembe v odnosu s svojim otrokom v obdobju adolescence?
- S katerimi vzgojnimi izzivi se starši najpogosteje soočajo pri sami vzgoji?
- Kako starši obvladujejo stres in čustveno obremenitev, povezano s starševstvom v tem obdobju?
- Kakšno vlogo imata socialna podpora in strokovna pomoč pri soočanju staršev z izzivi adolescence?

3 Metodologija

3.1 Vrsta raziskave

Raziskava je empirična, saj sem zbirala novo, neposredno izkustveno gradivo z metodo spraševanja (Mesec, 2009, str. 84), obenem je tudi eksplorativna ali poizvedovalna, saj je uvod v spoznavanje še ne dobro raziskanega področja izzivov starševanja v obdobju adolescence otrok. Seznanila sem se z nekaterimi osnovnimi značilnostmi področja problematike, o kateri je govora, in se pripravila na natančnejšo in bolj poglobljeno raziskovanje (Mesec, 2009, str. 80). In nenazadnje je raziskava tudi kvalitativna, saj sem zbrala besedne opise in z njimi raziskovala izzive, s katerimi se soočajo starši v obdobju adolescence svojih otrok (Mesec, 2009, str. 80).

3.2 Teme

Teme, ki so me v raziskavi zanimale, so naslednje:

- Spremembe, ki jih prinaša adolescence: zanimalo me je, kakšne spremembe doživljajo starši, ko njihov otrok vstopi v obdobje adolescence.
- Izzivi staršev v obdobju adolescence otrok: zanimalo me je, kaj starši doživljajo kot izziv. Vse spremembe, ki jih povzroči adolescence, niso vsem staršem nujno tudi izziv. Spraševala sem jih tudi o spolno specifičnih izzivih, saj me je zanimalo, kakšne so razlike med dekleti in fanti. Želela sem izvedeti, kako se starši s temi izzivi soočajo.
- Čustvene obremenitve in stres: zanimalo me je, kakšne čustvene obremenitve doživljajo starši in kaj jim povzroča stres. Prav tako sem jih povprašala o tem, kako se s temi obremenitvami in stresom soočajo, kako se sproščajo v svojem vsakdanjem življenju.
- Podpora: zanimalo me je, kdo je v tem obdobju staršem v največjo podporo in kako je z uspešnostjo te podpore. Ugotoviti sem želela, ali so starši kdaj koristili strokovno pomoč, in če so jo, kakšne so njihove izkušnje.
- Sodelovanje z drugim staršem: zanimalo me je, kako otrokova starša medsebojno sodelujeta in se podpirata pri starševanju mladostnika. Prav tako me je zanimalo, če je njuno sodelovanje uspešno in če se starševanje med spoloma (mati/oče) razlikuje.

3.3 Merski instrument

Merski instrument, ki sem ga pri raziskovanju uporabila, je bilo vodilo za intervju (Mesec, 2009, str. 205). Pripravila sem ga pred izvedbo intervjujev. Med samo izvedbo intervjuja sem

vprašanja nekoliko prilagodila glede na sogovornikovo pripovedovanje. Razdelila sem ga na šest sklopov. Prvi je bil uvodnega značaja, da sem lahko spoznala svojega sogovornika in ga ogrela za pogovor. Zadnji je omogočal samorefleksijo in sproščen zaključek. Merski instrument se nahaja v prilogah, in sicer pod Priloga A: Vodilo za intervju.

3.4 Populacija in vzorec

Populacijo raziskave so predstavljali odrasli, ki prebivajo v Sloveniji, njihovi otroci pa so bili v času izvedbe intervjuja, in sicer v letu 2025, stari med 10. in 19. letom starosti. Izbrala sem le vzorec ljudi iz celotne populacije, in sicer 8 oseb. Od tega jih je bilo 4 moškega in 4 ženskega spola. Vzorec je neslučajnosten, saj ob samem izbiranju vse enote populacije niso imele enakih možnosti ustrezati vzorcu ali biti predmet vzorca, in priročen, saj sem iz populacije izbrala le tiste osebe, ki so mi bile najbolj dostopne (Mesec, 2009, str. 153). Sogovorniki so bili stari od 44 do 55 let, vsi pa imajo stalno prebivališče v Obalno-kraški statistični regiji.

3.5 Metoda zbiranja podatkov

Podatke sem zbrala z metodo spraševanja (Mesec, 2009, str. 205), in sicer z delno standardiziranim intervjujem. Vnaprej sem oblikovala vodilo za intervju. Vprašanja sem razdelila na 6 sklopov. Med intervjuji sem vnaprej pripravljenim vprašanjem sledila, vendar sem med potekom samega intervjuja intervjuvancem pustila prostor za dodatna podvprašanja in obravnavo drugih tem, ki so se pojavile med pogovorom. S tovrstnim pristopom sem se dokopala do še večjega obsega informacij. Izvedla sem 8 intervjujev. Kraje izvedbe sem določila v dogovoru s sodelujočimi, saj sem jim želela omogočiti varen in sproščen prostor za odvijanje pogovora. Vprašala sem jih za soglasje za snemanje pogovora, kar je olajšalo zapis transkriptov. Sodelujočim sem zagotovila anonimnost njihovih imen.

3.6 Obdelava in analiza podatkov

V raziskavi sem uporabila kvalitativen način obdelave podatkov. Gre za način obdelave podatkov, kjer so le-ti obdelani in analizirani na beseden način brez uporabe merskih postopkov, ki omogočajo števila, in brez operacij nad števili (Mesec, 2022/2023, str. 11). Vse intervjuje sem najprej natančno prepisala. Pri tem sem se držala načela čim bolj dobesednega zapisa, vključno z morebitnimi premori, poudarki in nejezikovnimi izrazi, ki imajo svoj pomen, namen in razumevanje pri interpretaciji pridobljenih podatkov. Po urejenih transkriptih sem gradivo obdelala s pomočjo odprtega kodiranja, ki je postopek oblikovanja, kategoriziranja in razvrščanja pojmov iz besedila. Z njegovo pomočjo posameznim delom besedila pripisujemo

pojme (Mesec, 2022/2023, str. 30). Najprej sem določila enote kodiranja. Za imenovani proces je bila potrebna razčlenitev besedila na pomembne podatke, ki so se navezovali na izbrano temo raziskave. Nato sem enotam pripisala izraze, ki so določali pojme. Namen je bil oblikovanje nekakšnega povzetka izjav v enem pojmu. Sledilo je združevanje sorodnih pojmov v posamezne kategorije (Mesec, 2022/2023, str. 24). Naslednji korak je bil osno kodiranje, ki je zahtevalo razčlenitev podatkov oz. kod na kategorije in podkategorije. V nadaljevanju so bile določene tudi teme. Zadnji del kodiranja je predstavljalo odnosno kodiranje, s pomočjo katerega je bila možna primerjava odnosov med kategorijami (Mesec 2022/2023, str. 34). Po zaključku kodiranja sem napisala rezultate, razpravo, sklepe in podala predloge.

4 Rezultati

V nadaljevanju bodo predstavljeni rezultati, ki sem jih pridobila z raziskavo in kvalitativno analizo zbranega empiričnega gradiva.

4.1 Spremembe, ki jih prinaša adolescence

4.1.1 Priprava na adolescenco

Vsi sogovorniki so poročali o tem, da se na obdobje adolescence niso pripravljali (*Ne, ne, ne, nikoli se ne pripravljamo. Namreč, prepustimo se življenju, da nas pelje. (E15)*).

4.1.2 Odnos z otrokom

Starši so pred adolescenco odnos z otroki v večji meri opisovali bolj pozitivno naravnane (*Z obema zelo pozitiven (D10), Dober odnos. (G13)*), in lahkotnejši odnos, ko je govora o vzgoji (*Z obema je bilo, dokler nista dopolnila 10 let, bistveno lažje. (F10), Pred adolescenco sta bila oba lažje vodljiva kot pa v obdobju adolescence, (E10)*). V odnosih je bilo zaznati bližino in navezanost (*Hm, čisto normalno. Navezani sta bili in name in tudi na očeta. (B10)*), skupno preživljanja časa (*Smo se igrali, (C11), Radi smo delali vse skupaj. (D12)*) in občutek medsebojne povezanosti (*Smo povezani zelo močno kot družina. (D11)*). Otroci so bili opisani kot ubogljivi (*Starejša je bila vedno bolj ubogljiva. (B17)*), pridni (*Bolj so bili pridni. (F12)*) in na starše navezani (*Navezane so bile obe name (B13)*). Nekateri starši so že v obdobju pred adolescenco prepoznavali določene težave ali vedenja, med drugim trmo (*Njegova trma bi rekla. (A13), Mlajša pa je bila trmasta. (B20)*), nagajanje (*V bistvu kot, da mi je nagajal, ker ga zanemarjam. (A14)*) ali zapiranje vase (*Se je dostikrat zaprla vase. (B19)*). Ena sogovornica je svoj odnos z otrokom opisala kot problematičnega (*Pri drugem pa problematičen. Že pred adolescenco. (A11)*), doživljala je izzive.

Z vstopom v adolescenco so starši zaznali spremembe v odnosu z otroki. V večji meri so izpostavili spremembe v vedenju otrok, in sicer nespoštljivost (*Kot da me ne spoštuje. (A21)*), trmo (*Mlajša pa se ne, vztraja naprej, pelje svojo pot naprej, je bolj trmasta. (B29)*), neposlušnost (*Delajo se, da ne slišijo, čeprav otroci zelo zelo dobro slišijo. (E16)*), upiranje (*Dosti več je upiranja (E12)*), manjšo stopnjo ubogljivosti in jezikanost (*Sin je recimo pri njegovih letih dosti bolj jezikan. (F32)*). Izpostavili so tudi manjšo povezanost z otrokom (*Nismo več toliko povezane. (B24)*), odmik v sobo (*Adolescenca prinese bolj to, neko zapiranje*

vrat od sobe, ki prej ni bilo tega. Iskanje nekega svojega mira znotraj 4 sten. Včasih tega ni bilo, vsaj pri sinu, so bila vedno vrata odprta. Zdaj mu moram dostikrat prav reči »odpri vrata, zakaj zapiraš?«. (E27)), manj druženja (Pri hčerki pa se vidi pri 15. letih, če je bilo par let nazaj »ne, ne bom več s tabo hodila po trgovinah« (D16)). Nekateri starši so po drugi strani izpostavili, da se odnos ni spremenil (Pri prvem se ni nič spremenilo, nič kar bi lahko rekla tako. (A19)) in da so kot starši do svojih otrok ohranili enak odnos (Kot starš poskušaš ohraniti enak odnos. (G17), Odnos moj do njih je vedno isti. (F27)). V posameznih primerih so starši poročali o pozitivno spremenjenem odnosu, saj naj bi se odnos med adolescenco celo izboljšal ali poglobil (Zdaj pa gre in me tudi objame, ko se vidimo. Tako, da se spremeni. (D17)), bilo je več pogovora, zaupanja in zaveznitva.

En sogovornik je izpostavil starostno razliko med svojima otrokoma, saj naj bi se razlike poznale v obdobjih, v katerih sta se otroka v adolescenci znašla. Zaradi razlik v letih je to vplivalo tudi na razlike v odnosih (Vidi se tudi sicer razlika med hčerko in sinom, ker so 9 let razlike, tako da se pozna tudi to obdobje, da je verjetno danes vse drugače, kot je bilo pred 9 leti, recimo. Drugače je to, da recimo neka tehnologija, ki takrat ni obstajala, obstaja danes in ta je večji problem in to se pozna pri mlajšemu, da je problem, ne pa pri starejši. (F31)). Eden izmed staršev je izpostavil, da na odnos vpliva tudi otrokov značaj (Vsak otrok ima svoj karakter, to moramo vedeti. Zdaj vsak je trmast po svoje, vsak poskuša mejo na raznorazne načine, do kje sega. (H12)).

4.1.3 Bližina ali oddaljenost

Odnosi med starši in otroci v adolescenci so bili pogosto deležni sprememb na področju čustvene bližine. Pri nekaterih sogovornikih se je ta bližina ohranila. To dejstvo je bilo vidno pri nespremenjenem zaupanju in izražanju pozornosti (Da se pogovarjamo, da mi zaupa stvari enako kot prej. (A24), Še vedno pridejo, še vedno rečejo dober dan, še vedno pridejo k meni. Ko pridem domov, stečejo in mali in večji, malo manj, ampak odvisno kaj dela. Zdej, če je na telefonu, je na telefonu in ga ne briga nič. A drugače pride ja, čav tata, kako si? (H21)).

Ne glede na zgoraj izpostavljeno je več sogovornikov poročalo o večji oddaljenosti. Otroci so postajali manj prisotni (Ni prisotna več. (B30)), začeli so se toliko bolj umikati v svojo sobo (Se zapirajo v sobo, če se prej niso ne (F34)), kazali so manj zanimanja za skupne dejavnosti (Nimajo več volje z nami kam hodit. (G25)) in vse manj pogosto so delili osebne izkušnje s starši (Ne povejo lih vsega, sicer pol zvlečeš ven iz njih, ampak je sigurno ta razlika. (F36)).

Eden od sogovornikov je to spremembo razumel kot posledico individualizacije in razvoja otrokovega lastnega sveta, ločenega od družine, ki ga spremlja večje povezovanje z vrstniki (*Lasten svet se jim razvija. (G20), Ampak bolj individualno se začnejo obnašati no. (G23)*) ter občutek, da otrok razvija svoj svet, ločen od družine.

Prisotna je bila tudi raznolikost v izkušnjah med sorojenci, saj starši pri mlajšem otroku (še) ne zaznavajo nikakršnih sprememb, medtem ko je pri starejšem očitna oddaljitost (*Sin še vedno, ker je mlajši. Zaenkrat je še kar tako normalno. (C23)*).

4.1.4 Komunikacija

Zelo pogosto so sogovorniki izpostavili spremembe v komunikaciji. Nekateri so poročali o povišanem tonu ali kričanju, ki ga prej ni bilo (Prej ni tako kričal in ni tako govoril z mano kot zdaj. (A36)). Ena sogovornica je zaznala otrokovo samozadostnost, ki se je odražala tudi v komunikaciji (*Zdaj prav vidiš, da je pubertetnik in misli, da je pojedel vso pamet tega sveta. (A37)*). Izpostavljen je bil tudi vpliv vrstnikov, ki vplivajo na oblikovanje otrokovega mnenja, zaradi česar so bili pogovori s starši včasih težji (*Zdaj pa imajo sošolce, sošolke. Že neki vejo. In pol oni vejo več kot mi, ne. Kar je normalno. (C38)*), medtem ko so pred obdobjem adolescence svoje misli, razmišljanja in občutke zaupali staršem (*V tistem obdobju zaupajo bolj staršem in nimajo svojega mnenja, (C37)*). Prav tako sta bili omenjeni neposlušnost in samosvojost (*S hčerko tudi, da te ne posluša oziroma, da ve sama. In ji hočeš nekaj dobrega povedat, recimo »obleči se, ker je mrzlo zunaj in ne kratkih rokavov«. (C40)*). Na drugi strani je eden izmed sogovornikov zanikal obstoj večjih sprememb v komunikaciji, saj je komunikacija med starši in otrokom ostala iskrena.

Izpostavljene so bile tudi razlike med mlajšim otrokom, ki se sedaj nahaja v obdobju adolescence, in starejšim, ki je že na prehodu v odraslost. Ena sogovornica je izpostavila bolj spoštljivo in uspešnejšo komunikacijo, ki se je čez čas oblikovala s starejšim otrokom, ko se je znašel v obdobju adolescence, v primerjavi z mlajšim (*Starejši pa ni bil nikoli tak, vedno spoštljiv. (A38)*).

Največkrat izpostavljena ovira pri pogovoru je bila neposlušnost, ki so jo sogovorniki opisali skozi dogodke otrokovega neupoštevanja nasvetov. Obenem so omenili, se mu ne da poslušati in v kolikor posluša, ne posluša kakovostno in zbrano (*To, da ne posluša dejansko kvalitetno. Sliši, ma ne posluša. Ne gre skozi ušesa, razume kar hoče on. To je največja ovira bi rekel. Neposlušnost. (H32)*). Prav tako so opazili, da otroci pogovor doživljajo kot osebni napad nanje.

Dva sogovornika sta dobesedno uporabila ta izraz, kar kaže na občutljivost otrok na vsebine, ki jih doživljajo kot kritiko (*Jih jemlje kot napad na lastno osebnost ali kakorkoli. (A41)*). Dva sogovornika sta izpostavila tudi zapiranje otrok vase in manjšo prisotnost v pogovoru kot dejavnika, ki dodatno ovirata učinkovitost medsebojnega pogovora. Pri starših je bilo začutiti tudi strah, da otroci ne razumejo njihovih namenov, kar brez dvoma dodatno oteži komunikacijo med deležniki (*Se bojim, da me ne razume. Vidim, da mu govorim nekaj v enem tonu, on pa sliši nekaj drugega. (A40)*). V posameznih primerih so starši izpostavili, da se otroci izogibajo pogovoru ali pogovor dojemajo kot »teženje«, kar onemogoča vzpostavljanje učinkovitosti odprtega dialoga. Zaznati je bilo tudi refleksijo lastnih prispevkov (*Mogoče moje pričakovanje, da so starejše, da bi razumele več. (B50)*).

4.1.5 Izražanje čustev

V adolescenci so poročali o različnih spremembah na področju izražanja čustev. Večina sogovornikov je izrazila večjo čustveno zaprtost, ki se je izražala kot zapiranje vase, v manjšem izkazovanju čustev navzven in zadrževanju čustev v sebi (*Ti kot starš sicer hitro oceniš ali je ful dobre volje in mu vse štima ali pa ga nekaj mori ali žalosti in ga večkrat vprašaš, če je vse v redu. Pa vidiš, da ni vse v redu. Tako se opaža, da ne povejo. (G42)*). Kljub zgoraj izpostavljenemu so starši zasledili določene razlike med sorojenci zaradi različnih značajskih lastnosti (*Ta mlajši je manj zgovoren in bolj zaprt vase. Pri starejšem je tu vse skupaj bolj odprto. Zdaj, da bi prav čustva močno izražala, jih pa mislim, da ne. Verjetno je zdaj manj teh izražanj čustev kot prej. (G42)*).

Trije sogovorniki so opisali ravno nasprotno, in sicer ohranjeno čustveno odprtost (*Ali se užali, ali se joče, karkoli, ampak takoj pove svoje. (H34)*) ali celo povečano izražanje čustev ob lunarnih spremembah nekajkrat na mesec.

4.1.6 Konflikti in nerazumevanja

Vsi sogovorniki so poročali o povečanju števila vsaj enega izmed konfliktov in nerazumevanj z otrokom v času adolescence. Gre za eno izmed tistih osrednjih področij, kjer so starši v tem obdobju zaznavali največ sprememb. Večina je povedala, da se je povečala pojavnost tako konfliktov kot nerazumevanj, dva sogovornika sta izpostavila konflikte, eden pa je povedal, da so bolj izstopajoča nerazumevanja zaradi neposlušnosti (*Po mojem bolj neposlušanje, potem prej pride tudi do nerazumevanja zaradi tega. Ker, če me ne posluša in ne razume, kar želim*

od njega, naj me vpraša. Ne pa, da naredi nekaj po svoje in potem reče sej sem naredil, sej si rekel. Ne, nisem. Jaz sem ti rekel, da narediš to in to. (H24)).

Sogovorniki so konfliktom pripisovali sledeča vedenja: užaljenost, trmo, vztrajanje pri svojem, umik, upiranje in nejevoljo. Slednje pogosto vodi v nerazumevanje ali do zaostrovanja odnosov. Med drugim odnose in pogovor otežuje tudi otrokovo doživljanje starševskega mnenja kot napad nanje, kot je povedala ena sogovornica (*Čutijo moje mnenje kot napad. (B41)*). Ena sogovornica je izrazila razumevanje za otrokovo vedenje in ga normalizirala kot del procesa odrasčanja (*se mi zdi normalno to obdobje upiranja (D28), razumem, da so hormoni. Dolgo let nazaj pa sem tudi jaz šla skozi to. (D30)*).

Več sogovornikov je poročalo o konfliktih na šolskem področju. Velikokrat je do konflikta prišlo, ker se otrok ni hotel učiti in ker mu šola ni bila več tako pomembna (*V bistvu kar se kregamo, se kregamo, največ zaradi šole. To je to več ali manj. (A31), Takrat pol malo pride do konfliktov, recimo ne, ker želimo vseeno, da je šola še vedno na visokem mestu po prioriteti. Trenutno je njemu tako malo manj. (G33)*). Večina je izpostavila tudi konflikte glede vsakdanjih stvari, kot je pomoč pri domačih opravilih, pomanjkljivo ali odsotno pospravljanje, težave z jutranjim vstajanjem, oblačenjem, prehranjevanjem, časovno organizacijo dolžnosti in odgovornosti, zavračanje praktičnih nasvetov o tem, kam lahko grejo in kam ne, poseganje v vzgojo mlajšega brata (*Recimo »sprazni stroj«, 10 krat povedano in stroj še vedno ni izprazen. (E21), ne pospravi za sabo, ne vidi, da neki pusti na mizi in kar gre. (F40)*).

Več sogovornikov je poročalo o konfliktih zaradi neupoštevanja starševske avtoritete. Tema je bila povezana s postavljanjem in vztrajanjem pri mejah, ki jih svojim otrokom določajo starši, njihovi otroci pa jih ne sprejemajo (*Mi potem seveda, to probamo ustaviti oziroma postaviti meje, ki se nam zdijo primerne, potem pride do konfliktov. (G31)*) in z odgovarjanjem (*Pri hčerki pa je bilo takrat predvsem odgovarjanje nazaj. (E23)*). Ena sogovornica je povedala za konflikte, ki so se pojavljali, ko je svojega otroka želela naučiti spoštovanja do nje, matere. En sogovornik je izpostavil konflikte zaradi prekomerne uporabe telefona, igranja igrice in gledanja spletnih vsebin.

Starši so opisovali različne načine, s pomočjo katerih se soočajo s konflikti in nestrinjanji, ki nastajajo v odnosu z mladostnikom. Najpogosteje omenjen je bil pogovor, ki je bil za večino deležnikov ključni način reševanja težav (*Ponavadi se pomenimo. Predvsem s hčerko ponavadi, če se skregamo, se tudi pomenimo. Razčistiš stvari o katerih se nisi strinjal. (C34)*). Prav tako

je bila pogosto omenjena starševska razlaga kot strategija, s katero poskušajo starši svojemu mladostniku predstaviti svoje poglede in pomiriti situacijo (*Razložit, da verjetno ni prav nekdo nekaj naredil (F43)*). En sogovornik je povedal, da je razlaga le delno uspešna in da mlajša generacija težje sodeluje pri reševanju konfliktov v primerjavi z otrokom, ki je sedaj že na prehodu v odraslost (*Je pa to zdaj pri sinu še hujše, težje. Ta mlajša generacija je hujša kot starejša. (F45)*). Omenjali so tudi bolj čustvene oblike reševanja težav, med drugim kričanje, povišan ton glasu in užaljenost. Ravno tako vedenje je ena sogovornica izpostavila kot primer zgrešenega reševanja konfliktov, kar kaže na refleksijo o lastnih napakah, vendar je pri tem poudarila, da si tega »ne vzamejo k srcu« (*Tudi, če se pošljemo nekam, dejansko ne vzameš to v srcu, kot pri kakšnih drugih družinah. Mi se skregamo in potem gre mimo in se pomenimo. (B49)*). Nekateri sogovorniki uporabijo starševsko avtoriteto, opozorila ali ponavljanje pravil. Omenili so tudi opravičilo s strani starša in refleksijo, kar kaže na zmožnost staršev za prevzem odgovornosti in iskanje ustreznih rešitev (*Tudi jaz, če kaj naredim narobe, to tudi priznam, če sem naredil narobe, nasprotna stran ponavadi ne. (F119)*). Ena sogovornica je povedala, da se otrok opraviči in druga, da otrok pride prvi do nje in želi rešiti konflikt, kar kaže na odgovornost tudi z druge strani. En sogovornik je izpostavil pomembnost dejstva, da otrok sam pride do spoznanj (*Jaz vedno poskušam mu ohraniti neko svobodo, čeprav obenem vedno tudi rečeš, da malo pogojuješ, ne, naj sam pride do nekih spoznanj. Da si bo ohranil vse to, kar ima do zdaj. Ker ne želimo prav stoprocentno vplivati na vsa njegova dejanja, se mora sam zavedati nekaterih stvari. (G36)*). Izpostavljen je bil zelo zanimiv način reševanja konfliktov. V zgoraj opisanih okoliščinah otroka poskusi združiti prek raznih iger in aktivnosti, ker tovrstne dejavnosti velikokrat rešijo konflikt. V tem primeru se ob konfliktih ne oddaljijo ali sprejo (*Ko se kregata tam za nekaj, ugasnemo stvari, da se bomo usedli, kaj se bomo igrali karte ena, kaj bomo delali to, kaj bomo delali uno. V glavnem, da jih namesto da jih skregam, da mi gre vsak svojo sobo, jih probam združiti na neki drugi način. To je cilj, ki ga se ga držim in mi načeloma dostikrat tudi užge. Ker ja, uni se lahko tudi pobere v sobo, ma glej čez 15, 20 minut pride dol, ja kaj vi delaste? Tako, da mislim, da je neki oprijem, ki se ga lahko poslužiš. (H82)*).

4.1.7 Vzgojni stil

Ko sem sogovornike povprašala o tem, kako bi opisali svoj vzgojni slog pred otrokovo adolescenco, so se njihovi odgovori gibali od permissivnega do avtoritativnega sloga. Nekaj sogovornic se je nagibalo k bolj permissivnemu stilu (*Verjetno preveč permisiven. Zdej kot je družba, ko so v bistvu otroci center sveta, in ne, kot so bili včasih. Ker sem zgodovinarica, vem,*

*kako je bilo in da je bil včasih otrok delovna sila. Mogoče, ker sama izhajam iz teh vzorcev, mogoče bolj klasičnih, take bolj stroge vzgoje pa mogoče, zato sem sama malo preveč permissivna bila tudi pri vzgoji. (D13)), ena je povedala, da ji striktna vzgoja ni uspela in da je preveč popuščala. Razlog temu pa je bil tudi v ločitvi s partnerjem, zaradi česar je otrokom bolj popuščala, ker so se ji smilili (*Najbrž je tudi to malo posledica ločitve, kot da so se mi malo smilile. Bili sta stari 6 in 7 let. (B22)*). Nekaj intervjuvanih je svoj vzgojni stil opisalo kot bolj avtoritativni vzgojni stil (*Bolj avtoritativni, ker vseeno neke meje smo jim postavljali vedno. (G14), Nikoli nismo bili pristaši permissivne vzgoje, vedno so imeli pravila in meje, nikoli nista bila brez tega. (E14)*). En sogovornik je svoj vzgojni stil opredelil nekje vmes (*Sem poskušal biti vsaj malo biti avtoritativni, ampak ja je bolj permissivni dostikrat ne, tako da medtem nekje vmes recimo ne. (C14)*).*

Glavnina sogovornikov je izjavila, da v času adolescence niso bistveno spremenili svojega vzgojnega stila. Ob tem je nekaj sogovornikov pristavilo, da so kljub ohranjanju prvotnega sloga vzgoje v času adolescence vključili tudi dodatne metode, med drugim več pogovora, razlag, podanih na bolj odrasel način in včasih dvig glasu (*vseeno poskušam malo več pogovora »zakaj«. Malo dejansko razložiti, zakaj, (B67)*). Ena sogovornica je povedala, da vzgojni stil sproti prilagaja glede na okoliščine, drugi sogovornik pa je izpostavil, da je vzgojni stil prilagodil s postavljanjem večjega števila mej (*Ja sigurno se vse nekako spremeni, predvsem s temi mejami, ki jih prej ni bilo treba toliko postavljati. Zdaj, vsaj v naših primerih moramo. (G54)*).

4.1.8 Postavljanje meja in pravil

V obdobju adolescence so starši izrazili različne pristope na področju postavljanja meja in pravil. Ena sogovornica je izpostavila nepostavljanje meja. Dva sta povedala, da je bilo mej manj oziroma da je starš otroku popuščal (*Mogoče sem celo res hčerki kakšno stvar bolj popuščal, (F22)*). Ena sogovornica je izrecno navedla, da so bile meje vedno postavljene (*Meje smo vedno postavljali, kaj lahko, kaj se ne sme, kaj je prav, kaj narobe. (E35)*), en sogovornik pa je poudaril, da je vedno želel, da bi otroci določena pravila spoštovali.

V adolescenci je prišlo do pomembnih sprememb v pristopu staršev, ko so se postavljala pravila in meje. Nekateri so nadaljevali z nepostavljanjem ali premajhnim postavljanjem meja (*se jih zelo slabo držim se mi zdi, priznam samokritično ja. (D52), Meje postavim bolj tako. Nimam*

neke točne meje zdaj. (H40)), kar kaže na ohranjanje bolj popustljivega sloga iz obdobja pred adolescenco.

Po drugi strani je večje število sogovornikov izpovedalo, da postavljajo meje, včasih tudi kot odziv na otrokovo vedenje ali pa zaradi večje kompleksnosti vsakdana. Sogovorniki so pristavili, da v adolescenci postavljajo pravila in meje glede tehnologije, primerne obnašanja, aktivnosti zaradi preobremenjenega urnika in prihoda domov. Pravila večkrat ponavljajo in vztrajajo pri ne-popuščanju.

Več sogovornikov je izpostavilo, da v adolescenci otroci pogosteje preizkušajo meje, najpogosteje v obliki odgovarjanja, igranja igrice, uporabe telefonov, prihodov domov, preizkušanja potrpljenja staršev in odklonilnega odnosa do pravil. Nekaj sogovornikov je poročalo o nespoštovanju pravil glede šole, vstajanja, hrane in dogovorov (*Če ga ne pokličeš 16x, ne naredi nič. (F73)*). Kljun navedenemu je nekaj sogovornikov poudarilo spoštovanje pravil tudi v tem obdobju, na primer glede opravil, rutine ali osnovne komunikacije. Pojavile so se tudi zanimive ugotovitve o generacijskih razlikah med otroki in starši (*Ko smo bili mi toliko stari ja, smo bili drugače vzgojeni, smo bili bolj spoštljivi, smo morali biti bolj spoštljivi. Zdaj današnji otroci si dosti upajo. (E38)*) in med generacijo starejšega otroka, ki je spoštoval več pravil, ko se je sam znašel v obdobju adolescence. Pri enem sogovorniku se je izkazalo, da pri mlajšem otroku ni bilo opaziti preizkušanja meja, kar pomeni, da ti vzorci niso univerzalni in nanje lahko vpliva obdobje adolescence, ki je postala del njihovega življenja, ali pa otrokov značaj. Ena sogovornica je izpostavila, da je pri starejšem otroku, ki se je že znašel na prehodu v odraslost, postavljala več mej, kar je pripisovala svoji obremenjenosti in utrujenosti zaradi službe (*Pri starejšem sem jih več, ma sem tudi manj delala. (A55)*).

4.1.9 Neodvisnost in svoboda

Skoraj vsi sogovorniki so opisovali izraženo željo otrok po večji samostojnosti, ki se je kazala v različnih oblikah. Več sogovornikov jo je opisalo kot večjo oddaljenost, ker so otroci želeli manj časa preživeti z njimi, bolj so se zadrževali v svojih sobah, več časa so preživeli zunaj z vrstniki in čutili manjšo potrebo po starših (*z odraščanjem te ne rabijo več toliko. Imajo prijatelje tako, kot sem rekel, že prej malo več vejo, imajo svoje poglede na svet in nas ne rabijo toliko s tega vidika, da bi rabili tudi našo družbo. (C59)*). Prav tako so poročali o večjem avtonomnem odločanju na različnih področjih, ko je bilo govora o preživljanju prostega časa, aktivnosti in svojih pravil (*prejšnjo nedeljo je šel smučat z neko družbo, ki se nam zdi že čisto*

samostojno, tako da se samostojno organizira. (C58)). Pri enem sogovorniku se je pojavila avtonomija, ki se je odražala na področju zunanjega izgleda. Šlo je za uporabo ličil, oblikovanje stila, izbira frizure (Pri sinu pa zaznavam to, recimo kako se bo zrihtal, kako se bo oblekel, ima nek svoj stil, itn. To pokaže, recimo tipična je njegova frizura, se noče počesat, se noče ustrižt. Moreš se mučit, da ima urejeno frizuro. Na nek način je ko en divjak, je urejen, ampak tukaj izraža že neko svojo trmo. (F80)).

Večina staršev je na otrokovo samostojnost odgovorila pozitivno, s sprejemanjem, prilagajanjem, podpiranjem, dogovarjanjem in spodbujanjem samostojnosti. Pri enem sogovorniku se je pojavila tudi zavest o pomenu odgovornosti kot pogoja za svobodo (*Dobro, prvo ti dokaži, da si samostojen, potem ti bom jaz pustil, da se ti samostojen. (H49)*), pri drugem pa prizadevanje za vzdrževanje skupnih aktivnosti, da se ohrani bližina (*Še vedno se družimo. (C63)*). En sogovornik je izpostavil, da otrokovo svobodo omejuje glede na lastno presojo (*dokler se nam ne zdi po naših nekih občutkih in izkušnjah, da je treba to tudi neodvisnost postaviti neko mejo ne ali pa jih omejiti. Ali pa seveda poskušaš vplivati na neki, ampak se mi zdi vseeno, da imamo kar visoke tolerance. (G61)*), ga pa pri tem kot starša vedno kdaj skrbi za otrokovo varnost (*Mislim da si kot starš vedno malo v skrbih oziroma pomisliš na te stvari, da bi se karkoli zgodilo, kar se tiče varnosti. (G62)*).

Sogovorniki so med drugim izpostavili, da je bilo potrebno otrokovo željo po neodvisnosti usklajevati z lastno skrbjo za varnost preko opozarjanja na nevarnosti, dajanja nasvetov, nadzora, obveščanja o lokaciji, sporočanja in omejevanja (*Vedno rečemo, pazi na to, ko gre ven, pazi na to, ne divjaj s kolesom. Ampak kaj je v resnici ne vemo. Pravila, napotke dobi, vozi po pločniku, mej čelado, ne divjaj. Vedno so neki zdravi napotki, pol pa ne vemo, kaj se dogaja. (E52),) in pa tudi popuščanje (*Tukaj probam zdaj malo popuščat, čeprav mi je meni težko, njim pa mogoče verjetno lažje. (F85)*). En sogovornik je povedal, da je stvari spustil z vajeti in čakal na morebitne posledice.*

Večina sogovornikov je poročala o tem, da otrokom zagotavljajo zadostno količino svobode, občasno pa so izpostavili tudi dvom o tem, ali je je preveč ali premalo.

4.1.10 Spolnost in spolna vzgoja

Manj sogovornikov je izjavilo, da se doma o spolnosti ne pogovarjajo ali da so pogovori redki. Več jih je potrdilo, da pogovore o spolnosti opravljajo odprto, spontano, vsakdanje ali direktno (*S starejšo smo se normalno tudi pogovorili, pazi kaj delaš, pazi kaj počneš in glej, koliko si*

stara in ne si pač zafrknit glede na to, da imaš marsikaj za narediti pred sabo. Je bilo relativno odprto, pogovorili smo se glede tega. (F103)). Izražena je bila tudi razlika med starejšimi in mlajšimi mladostniki. Dva sogovornika sta izjavila, da se z mlajšim otrokom o tem ne pogovarjata veliko.

Poleg pogovorov o spolnosti v domačem okolju je večina sogovornikov povedala, da se otroci o spolni vzgoji učijo tudi v šoli in preko pogovora s prijatelji. Eden je izrazil kritiko spolne vzgoje v šoli, ker je otrokom prezgodaj predstavljena (*Malo je to tudi napaka mogoče, mogoče imajo to tudi prezgodaj, vse to skupaj je prezgodaj in potem, ko ti nekaj omeniš si oni mislijo, ja, zakaj pa nebi mi to šli raziskovat? Jaz to podpiram, po določeni starosti, ne v petem razredu. On že ve, iz kje je prišel, kako se opravi spolni odnos in potem itak grejo googlat, potem oni že reče, moj sošolec že gleda porniče.* (H73)).

Odziv otrok na pogovor o spolnosti je bil zelo različen, odvisen je bil od starosti, značaja in odnosa s staršem. Nekateri starši so poročali o zadregi otrok ob takih pogovorih (*Malo jim je sigurno nerodno, vseeno pred starši.* (E72)), drugi o sproščenosti (*Sproščeno je.* (B104)), spet tretji o otrokovem mnenju, da "že vse ve" (*»Mami, sej vem, saj vemo, smo se učili.«* (B103)).

4.1.11 Prelomna situacija/sprememba

Večina staršev je zaznala postopno uvajanje sprememb, vendar je bilo nekaj vedenj in dogodkov doživetih kot mejnik oz. prelomna sprememba, ki so jo zaznali kot začetek adolescence. Starši so poročali o umikanju v sobo (*zapiranje vrat od sobe. To je tudi uno najbolj značilno. Nisi več otrok, ko zapreš vrata od sobe.* (F37)) in zapiranju vrat kot novo potrebo po zasebnosti (*se recimo zapira, kadar se umiva* (C26)), manj telesnega oz. fizičnega stika, in sicer spanje z mamo ali objemanje, telesne spremembe, vedenjske spremembe, kot so odgovarjanje, jezikavost, trma in upiranje (*naenkrat začnejo zelo dosti odgovarjati.* (E19)) ter manj druženja s starši.

4.2 Izzivi

Starši so v intervjujih izpostavili širok spekter izzivov, ki jih prinaša starševanje v adolescenci otrok. Nekateri izzivi so povezani z vsakodnevnimi situacijami, drugi so vidni bolj na odnosni ravni, ravni vzgoje, šole, tehnologije in čustvene dinamike.

Sogovorniki so izpostavili izzive, povezane z vzgojo in komunikacijo. Pojavljali so se izrazi, kot so neposlušnost, ignoriranje, odgovarjanje, trma, kljubovanje in raztresenost. Dva

sogovornika sta izjavila, da imata težave o tem, kako naučiti otroka spoštovanja. Eden je izpostavil izzive s področja upoštevanja drugih. En sogovornik je poudaril težave pri postavljanju meja med starševstvom in prijateljstvom (*Ker smo vedno imeli tak bolj prijateljski odnos. In pol ne moreš tako. Mi smo bili drugače s starši in zde se je malce zabrisala ta meja. In to je potem malo problem in izziv, ko kdaj hočeš, da si prijatelj, kdaj pa hočeš, da si starš. (C53)*). Dva sogovornika sta poudarila izzive, ko je govora o otrokovi osebni poti in vlogi staršev pri usmerjanju otroka, ko se podaja na to pot. Eden izmed intervjuvanih je povedal, da ima težave, ker se njegove želje razlikujejo od otrokovih (*Usmeritve, ki si jih mi želimo, da bi pač po neki poti šli in seveda pride do odstopanj. (G43)*), drugi ima težave pri usmerjanju svojega otroka v pravo smer, da ne bi zašel na stran pota.

Pogosto je bila omenjena tudi šola. Za oba otroke, ki sta že na prehodu v odraslost, so starši povedali, da z njima niso imeli nikakršnih izzivov s šolo. Več sogovornikov je poročalo o motiviranju, opozarjanju in opominjanju otrok o šolskih obveznostih, kar kaže na pomanjkanje samoiniciative otrok. Dva sogovornika sta izpostavila, da imata težave otrokom pojasniti, zakaj je šola tako pomembna za njihovo prihodnost (*Jož ne vem, itak mi je težko vse. Mogoče, ker sem jaz utrujena bolj in mi je najtežja po moje šola, kako mu razložiti zakaj se uči, da je to njegova prihodnost. (A48)*). Dva sta omenila tudi prehod in vpis v srednjo šolo, ki predstavlja velik korak v otrokovem življenju (*Ampak ja, so izzivi, ker je zdaj prvi letnik srednje in ta prehod iz osnovne v srednjo je v vsakem primeru izziv. (C33)*). En sogovornik je omenil izzive glede medvrstniškega nasilja v šoli in kako otroka naučiti pravilnega ravnanja (*Ker zdaj je tudi to medvrstniško, ne bom rekel neko nasilje, ampak je tako ne, so neki izzivi, bi rekel, ki jih en drugemu ponujajo. Ali pa pri malici, pri kosilu ne vem, stresejo vso hrano enemu, tako da lahko dobijo sladico, če ne pojejo glavno. Pol uni bogi mora tam nest vse. (H62)*).

Več sogovornikov je med najtežje odzive svojih otrok izpostavilo kričanje, jezo, odgovarjanje in zaprtost otrok (*jeza. Če smatram da ni potrebno, pa oni se razjezijo. (E33), ko ti ne povejo tisto, kar jih vprašaš. Da pač nočeta povedati ne, kar je normalno, ampak ja mi bi to želeli ne. (C49)*). Nekateri sogovorniki so poročali tudi o kljubovanju, trmi, neposlušnosti, upiranju in neustreznem čustvenem odzivu ob omejitvi digitalnih naprav (*Ko mu prepoveš vse, telefon in playstation in potem reče »ja mi boste vzeli vse, kar me zanima, meni je brezveze živeti«. Edino to. (H39)*). En sogovornik je povedal, da mu je velik izziv ko otrok njegovo nudenje pomoči razume kot 'teženje', otrokov odziv pa kot kričanje.

En sogovornik je kot velik izziv poudaril usklajevanje skrbi glede varnosti v tesni povezavi z otrokovo svobodo, ne da bi otroka preveč omejeval (*Oh, to je največji izziv. Ker ga hočeš držati v vati in se bojiš za vse, kar je ne vem, verjetno normalno ali pa ne. In oni to vidijo kot neko kontrolo ali pa omejevanje. (F84)*), eden izmed intervjuvanih pa je izpostavil izziv zagotavljanja varnosti otroka pri morebitnem 'eksperimentiranju' in zaščite pred morebitnimi negativnimi vplivi vrstnikov.

Sogovorniki so zaznali razlike v izzivih glede na otrokov spol. Pri fantih jih je večje število intervjuvanih omenilo bolj tvegana vedenja in manjšo previdnost, ko gre za varnost na motorju, nevarnosti glede alkohola, impulzivnost, nepremišljenost in večje fizično tveganje pri uživanju v hitrosti in športih ali »fantovskem norenju« in »divjanju« (*Mogoče tej motorji, njihova varnost. (A66), Nevarnost zaradi uživanja v hitrosti pri športih (E57)*). En sogovornik je izpostavil raztresenost in odpor do pospravljanja. En pa je omenil izpostavljenost vsebinam, kot so strelske igrice (*sin pa te igrice. Ko se streljajo in samo to mu hodi po glavi. Vsi v razredu se s tem ukvarjajo in pol je logično, da se tudi on. In je nonstop kakšen, ki ga kliče »dej pridi igrat« (A69)*), in večja potreba po zasebnosti (*Pri sinu pa recimo, ko je bil mlajši, se je vedno pokazal, če je karkoli bilo na intimnih delih. Zdaj ne smem priti v kopalnico. Se mi je začel skrivat.. (D73)*).

Pri dekletih je več sogovornikov izpostavilo izzive glede osebne nege (*Ona je imela kakšne te bolj nakupovalne muhe, ena tona mejkapa, (E58)*), ena sogovornica pa je povedala, da dekleta hitreje dozori, kar lahko prej privede do nevarnih situacij ali neprijetnih okoliščin.

Vsi sogovorniki so izzive izpostavili tudi na področju novih tehnologij in družabnih omrežij. Povedali so, da je prekomerna uporaba tehnologije izziv za vse. Poudarili so uporabo mobilnih telefonov, igranja igrice, gledanja vsebin in družabnih omrežij. Starši obeh otrok, ki so že na prehodu v odraslost, so izpostavili, da pri njiju teh težav ni bilo, saj tehnologija še ni bila tako razvita, v današnjih časih pa je to zagotovo velika težava. Posamezni sogovorniki so izrazili skrbi za varnost glede komunikacije z neznanci, številnih nevarnosti na spletu, nepoznavanja tehnologij in otrokove nezmožnosti glede ustrezne presoje o morebitnih tveganjih. En sogovornik je pri svojem otroku izpostavil upad koncentracije, motnje med učenjem zaradi telefona in težave pri samokontroli otroka (*pri ta velikem ugotavljamo kadar se vse uči, dobesedno zdaj zahtevamo, da je telefon pri nas, ker če ne skozi neki piska in gleda in je moteče. (G83), Je izziv, no, je izziv, ker njim je to normalno, so se s tem rodili in mislim, da se ne znajo omejiti in tukaj moramo kar dosti opozarjati. (G84)*). Dva sogovornika sta pri svojem otroku

omenila druženje z vrstniki preko telefona namesto v živo, kar lahko povzroči asocialnost. En sogovornik je izpostavil pomemben izziv - kako otroku omejiti uporabo sodobne tehnologije, ne da bi zaradi te omejitve tvegala izključitev iz družbe, kjer je uporaba tehnologije vseprisotna (*če pa jim ti določene stvari odvzameš, potem pa so izvzeti iz okolja in potem na žalost moraš popustiti in tudi njim dovoliti, da neke stvari pač imajo in uporabljajo, čeprav dobro veš, da ni to v redu, (F97)*). Vsi sogovorniki so poročali o uporabi naslednjih strategij, in sicer omejevanje uporabe tehnologije, odvzem in starševski nadzor. Dve sogovornici sta izpostavili pomen ozaveščanja otrok glede nevarnosti na spletu.

Starši so razvili različne strategije za soočanje z izzivi, ki jih prinaša starševanje v adolescenci. Ena sogovornica je povedala, da se pogovori sama s seboj, poišče svoj notranji mir, meditira in bere knjige. Dva sogovornika se o starševanju in podobnih temah izobražujeta in bereta iz raznih virov (*Jaz vsake toliko tudi pogledam, kakšne take prispevke, ker me na splošno že zanimajo o psihologiji, vzgoji. (G102)*). Dva sogovornika sta izpostavila sprotno reševanje težav, pozitivno pa na izzive gledata tudi dva sogovornika, izmed katerih eden dojema izzive kot povsem normalen del življenja, drugi pa meni, da je pripravljen na soočanje z izzivi, ki jih to obdobje prinese, tudi na presenečenja, in sicer zaradi lastnih izkušenj.

4.3 Čustvene obremenitve in stres

Sogovorniki so poročali o negativnem vplivu starševanja mladostniku na svoje počutje. Tri sogovornice so izpostavile medsebojni vpliv službe in starševanja na utrujenost in napetost, ki jo doživljajo. Več sogovornikov je poročalo o negativnih čustvih, kot so slaba volja, žalost (*kadar kaj odgovarja in te užali. Ali pa jaz tudi njo na koncu, je dokaj vzajemno. (C84)*), jeza in razočaranje. Prav tako so starši izpostavili, da se počutijo nemočne, prizadete in obremenjene (*normalno smo mi tista »kanta v katero jo brcajo« . (F106)*).

V skladu z izpovedjo vseh sogovornikov zgoraj izpostavljeni občutki vplivajo na vzdušje v družini in na sam partnerski odnos. Posamezni sogovorniki so poročali o negativnem vzdušju v družini, slabi volji in tišini. Ena sogovornica je izjavila, da je zaradi tega obdobja več kričanja. Več sogovornikov je poročalo o negativnem vplivu in konfliktih znotraj partnerskega odnosa (*Če se ne strinjava kaj z ženo, se tudi midva kaj skregava. Na račun otrok, če imava različna mnenja. In pol se še z njo skregam in pol smo vsi skregani. (C86)*).

Sogovornike sem povprašala tudi o največjih povzročiteljih skrbi in stresa. Več sogovornikov je izpostavilo šolo (*Pri starejšem sigurno letos prvič, da so tej izzivi šolo, ki jih nikoli ni bilo.*

Ker se ti zdi nemogoče, da do tega pride. Tako da je največ to, pač ta fokus do šole in učenja. Ker mu je vse tudi brez veze in nepomembno ratalo. (G99)). Ena sogovornica je izpovedala, da jo najbolj skrbi, ko se otrok ne oglašja na telefon. Trije sogovorniki so izrazili zaskrbljenost na ravni odnosov zaradi nasprotovanja, neposlušnosti, neubogljivosti, nespoštovanja pravil in odsotnosti komunikacije. Dva sogovornika sta povedala, da ju skrbi, ko gre otrok ven. Izpostavljen je bil tudi vpliv starševanja majhnemu sorojencu, ki vpliva na počutje obeh staršev, in strah pred morebitno zlorabo substanc. En sogovornik je izpostavil izzive zaradi otrokovega odhoda na študij v Ljubljano.

Vsi sogovorniki imajo svoje načine sproščanja za namene učinkovitega soočanja s skrbmi in stresom. Več sogovornikov je med učinkovite načine sproščanja izpostavilo gledanje televizije, sprehod in razne telesne aktivnosti (*Na splošno se pa sproščam recimo s kolesarjenjem, (C95), Jaz osebno mislim, da imam motor, ki me je res, kadar uspem it par ur, se takrat odklopim od vsega in si rečem res kakor ena terapija. Pridem dostikrat boljše volje nazaj. (G105)).* Posamezni sogovorniki so omenili tudi branje, samorefleksijo, kričanje (*Se nakričim in potem gre mimo. (B113))* in preusmeritev pozornosti drugam (*Ko si malo pod stresom, rečemo glej, ugasni televizijo, pustimo muziko, muzika dela v ozadju in delamo neke druge stvari ne, ker skušamo obrniti fokus čisto nekam drugam. (H81).* Ena sogovornica je povedala, da tega obdobja ne dojema kot stresno, zato si stvari ne »jemlje k srcu«.

4.4 Podpora

Večina sogovornikov je kot pomembno podporno osebo označila svojega partnerja. Več sogovornikov je povedalo, da se večkrat oprejo na svoje prijatelje (*Pol pa se s kakšnimi prijatelji, družbo, ki si si blizu, se pogovoriš, s tistimi, ki se soočajo ali pa so se podobnimi problemi. In si zaupaš, kar te obremenjuje. (G108))* in sodelavce (*s kakšno sodelavko v službi, ki imamo otroke podobnih starosti. (D112)).* Ena sogovornica je izpostavila podporo, ki ji jo nudi njena sestra, ki pa ji sicer vsega ne zaupa, saj se boji obsojanja. Ena je omenila podporo mam otrokovih sošolcev, ki se soočajo s podobnimi težavami. Kot podporo je veliko staršev omenilo tudi samega sebe (*Večinoma sem bolj sama. (A82), potem se pod tušem sam s sabo malo pogovoriš. (F127)).*

Več sogovornikov je s podporo zadovoljnih, je pa tudi nekaj takih sogovornikov, ki je izpostavilo občasno neuspešno podporo s strani podpornih oseb, ker jim v določenih primerih in okoliščinah težav ne uspe rešiti (*Od primera do primera. Včasih je super, se uskladiš, rešiš,*

se razumeš. Včasih ne uspeš tega naredit. (G109)). Ena sogovornica je poudarila, da se osredotoča nase in da dela veliko bolj na sebi, ker si tako zagotovi največjo možno podporo, ki jo potrebuje (*Se mi zdi da dosti je na tebi. Predvsem ti moraš predelat v sebi. (D113)).* Dva sogovornika sta omenila, da jima veliko pomaga, ko s pogovorom »data ven iz sebe« (*Je pa super, da se pogovoriš in daš iz sebe, malo pojamram, (D114)).*

Le ena sogovornica je poiskala in se poslužila strokovne pomoči, in sicer psihološkega svetovanja. Z njo ni bila zadovoljna, saj jo je označila za neuspešno. Od strokovne pomoči je pričakovala, da bo pri otroku spodbudila spremembe, vendar temu ni bilo tako (*Jaz sem mislila, da bo on razumel, če mu bo ona iz druge strani kaj povedala (A96)).* Vprašala sem jo tudi o tem, kaj bi dejansko potrebovala. Sama je izpovedala, da odgovor na to še išče.

Sogovorniki so v svojih razmislekih izpostavili več konkretnih predlogov, ki bi lahko prispevali k boljši podpori pri starševanju v času adolescence. Več sogovornikov je kot ključen vir opore poudarilo pomen pogovora, in sicer tako z drugimi starši kot s svojim partnerjem in z otroki (*Dobro je, da se pogovoriš, da se pogovarjaš, da ta komunikacija teče. V življenju se ne moremo vedno vsi strinjat. Imaš drugačna mnenja in drugačne predstave, ampak pogovor. (D121)).* Poudarek so namenili tudi usklajenosti med staršema, še posebno pri šolskih temah in postavljanju pravil, saj lahko neenotnost med starši pogosto sproži dodatne konflikte (*Če se dogovorijo, da oba ne bosta pustila določene stvari temu najstniku, pač ne bosta pustila. Če mu en reče, danes, ko končaš pouk, moraš prvo prit, naj bo to pravilo, da se otrok drži in morata oba starša spremljati to pravilo. (H99)).* Dve sogovornici sta izpostavili pomen pogovora, s pomočjo katerega starši resnično predstavljajo starševstvo, brez idealiziranja (*Da si bolj realno povemo stvari tako kot so. Ker veliko staršev prikriva slabe stvari. (A97)),* in ozaveščenost o tem, da v tem obdobju nisi sam, saj se številni drugi starši soočajo s podobnimi težavami in izzivi (*Tako bi vedeli, da se vsi starši soočamo s podobnimi težavami in da nisi ti edini. Včasih se počutim, kot da se samo meni to dogaja. (A98)).* Ena sogovornica je povedala, da lahko k boljši podpori prispeva tudi strokovna pomoč, v kolikor je potrebna. Prav tako so posamezni sogovorniki poudarili medsebojno poslušanje staršev, razumevanje, sklepanje dogovorov in več strpnosti. Ena sogovornica je izpostavila izreden pomen prizadevanja staršev svoje otroke poučiti o pomenu spoštljivosti, saj te vrednote v današnjih časih med otroki primanjkuje.

4.5 Sodelovanje z materjo/očetom

Več sogovornikov ocenjuje podporo matere oz. očeta pri starševanju kot uspešno, zadostno ali zadovoljivo (*Je uspešna, se pomenimo vse. (C98)*). En sogovornik je izrazil, da bi lahko bilo boljše, ker se včasih nakopiči preveč težav (*včasih enostavno ne uspeš vseh problemov, izzivov, ki se pojavljajo na dnevni ravni. Kakšen krat pride obdobje, ko je tega pač več. Ne uspeš vsega reši, seveda ne uspeš. In pol tako si misliš, ja bi lahko bilo boljše. (G113)*). Izpostavil je, da podpore ni nikoli preveč. Le ena sogovornica je izrazila nezadovoljstvo in željo po večji podpori s strani otrokovega očeta in vključenosti v njegovo življenje. Na slednje brez dvoma vpliva družinska dinamika, saj je ločena, z bivšim partnerjem pa ima slab odnos in veliko časa preživi v službi (*Še ko ga vprašam, če bo otrok spal pri njemu, reče malemu, da naj mi reče, da ne klicarim. (A86), Pa če ne drugo da se pogovori otrokom, da mu kaj pove. Da ima več stika z njim. (A91)*).

Več sogovornikov je sodelovanje opisalo kot pozitivno, zgledno, konstruktivno in dobro. Poudarili so pomen pogovora in komunikacije zaradi občasnih nerazumevanj in razlik. Prav tako so trije sogovorniki izpostavili pomen usklajevanja ali skupnih ciljev, ki otrokom zagotavljajo bolj strukturirano vzgojo. Sogovornica, ki ni zadovoljna s podporo, ki jo je deležna, je sodelovanje opisala za slabo, saj oče zavrača stike z njo, kar otežuje samo sodelovanje.

Kljub prizadevanju za sodelovanje so pogosti tudi konflikti in nestrinjanja, zlasti glede vzgojnih pristopov ali postavljanja meja. Več sogovornikov je izjavilo, da do konfliktov pogosto pride zaradi različnih mnenj in pogledov na vzgojo, vključno z omejevanjem uporabe digitalnih naprav (*Pa glede računalnika jaz vedno rečem, da je dovolj in ona pa mu reče, da naj vseeno gre. (C88)*), popustljivostjo ali strogostjo posameznega starša (*se večkrat kregava, da jaz preveč dovolim, da ne rečem dovoljkrat »ne«. (D116)*), različnih odzivov in usklajevanja pravil. Dva sogovornika sta te razlike 'normalizirala' zaradi različnih izkušenj v preteklosti in vzgoje v otroštvu. En sogovornik je povedal, da so konflikti zaradi same vzgoje bolj redki, saj z ženo dajeta velik poudarek na takojšen pogovor, s katerim vse rešita. Ena sogovornica je izpostavila, da konflikte povzročajo tudi nerazrešene zamere iz preteklosti, saj sta se z očetom otrok ločila (*itak pa nastanejo kakšni konflikti, sigurno, neke zamere od nazaj, ki so še vedno prisotne. (B123)*). En sogovornik je poudaril, da ko se med njima pojavijo nestrinjanja, se o tem pred otroki ne pogovarjata, pogovor opravita na samem (*Čeprav to ne debatiramo v prisotnosti z njimi, ampak na samem in potem v bistvu nastane večji konflikt med nami, kakor pa otroci.*

(F139)). Sogovornica, ki z otrokovim očetom nima vzpostavljenega dobrega sodelovanja je povedala, da konfliktov ni, saj nimata stika (*Ne, ker itak ne govori z mano. (A89)*).

Nekaj sogovornikov je že med samim intervjujem izpostavilo razlike med materjo in očetom, ker sem po njih prav posebno povprašala. Izkazalo se je, da v primerjavi z drugim staršem vsi zaznavajo razlike. Več jih je izpostavilo razlike v vzgoji, kot je govora o strogosti ali popustljivosti. Več sogovornikov je povedalo, da je oče tisti, ki je bolj strog, mama pa bolj popustljiva, ko se postavljajo meje in pravila (*on je bolj strikten, kakor jaz (B89)*). Šlo je za dva para, kar kaže, da oba partnerja zaznavata iste razlike. Dva sogovornika sta povedala, da sta bolj umirjena, da premoreta višjo raven strpnosti, njuni soprogi pa sta po značaju bolj vzkipljivi oz. hitreje dvigneta glas (*Imam višjo toleranco, da bi ratal nervozen, da padem ven. (G115), ona je bolj vzkipljiva in večkrat bolj zakriči na njih kot jaz. (H88)*). Dva sogovornika sta omenila razlike v vlogah - eden ima vlogo organizatorja, obe ženi pa sta zadolženi za šolske obveznosti. Pri nekaterih sogovornikih je vidna razlika. Določene tematike pokriva bolj mama v odnosu s hčerjo, ko je vprašanje o osebni ženski negi, šoli, prijateljih in fantih (*Pri hčerki ni bilo tako, ker je ženska in imamo iste situacije, menstruacijo in to in se pride pokazat. (D74)*). Dva sogovornika sta povedala, da pri njih teh razlik ni in da se vsi pogovarjajo o vsemu.

4.6 Nasveti in refleksija

Sogovornike sem na koncu povprašala o nasvetih, ki bi jih dali ostalim staršem otrok v adolescenci. Odgovori so bili raznoliki, zato sem pridobila veliko uporabnega znanja. Ena sogovornica je povedala, da je pomembno, da otroku postavljamo meje že od začetka, saj je postavljanje meja kasneje veliko težje (*To da moraš poskrbet že prej. Že prej bi se mogle postaviti meje, zdaj jih nimaš več kaj postavljati. (A99)*). Več sogovornikov je podalo nasvete o komunikacijski oz. pogovorni ravni. Izpostavili so, da se je potrebno čim več pogovarjati in neprestano ponavljati pravila, dogovore in drugo. Obenem so poudarili pomen ustrezne komunikacije, medsebojnega poslušanja, odprtost in razumevanja (*Naj se čim več pogovarjajo z otroci. Jaz se premalo. In naj jim govorijo, kaj je prav, kaj ni prav. Otroci, vem, da tudi če mislim prvo, da me ne poslušajo, pol ko rečejo »ja mami si že povedala, vemo, da ne moremo«... in mi vse naštejejo, tako da dejansko poslušajo. Čim večkrat jim povedati ene in iste stvari. (B132), Prvo kar je, da ravnaš po občutku v tem smislu, da je to vseeno tvoj otrok in da ga moraš razumeti. Za kakšne stvari se moraš dat v njegovo kožo, ker so drugačne, je totalno nekaj drugega, kot je bilo, ko smo mi bili stari 13 let oz. 23. Se je ogromno spremenilo in ne moreš to enačiti. Kar je zelo težko, ampak moraš vseeno probat se postaviti v njegovo kožo. (F145)*). Dva

sogovornika sta rekla, da je težko svetovati drugim družinam, ker je vsak posameznik drugačen. En sogovornik je povedal, da je potrebno ohraniti »mirne živce« in da je vse rešljivo. Dva sogovornika sta izrazila pomembnost zaupanja, pri tem pa sta izpostavila, da je ključnega pomena pridobiti si otrokovo zaupanje in ga ohraniti (*In da morajo pridobiti njihovo zaupanje. To mislim, da je ključno. (H101)*). Ena sogovornica pa je povedala, da je pomembno vztrajati v vlogi starša in ne prijatelja (*Jih ne razumemo zdaj, kako jim je, nismo njihovi prijatelji, smo starši, je prav, da smo starši, (D122)*).

Nazadnje so nekateri sogovorniki dodatno izpostavili, da je vsak dan nov izziv, ki ga je potrebno sproti reševati, da je potrebno zdržati in da je starševstvo en sam pravi pravcati »rock'n'roll«. Med drugim je en sogovornik povedal, da včasih za nasvet povpraša svoje starše, ker želi vedeti, če je bil tudi sam tak v obdobju adolescence (*Jaz kakšen krat celo vprašam svoje starše, če sem bil tudi jaz tak. In kakšen krat dobiš odgovor, da ja, kakšen krat tudi ne recimo za neke stvari. Ampak načeloma ne vem, očitno to tako mora biti. (G147)*). En sogovornik je rekel, da se mu zdi, da starši ne razumejo vedno ali spregledajo, kako hitro se njihov otrok razvija. Prav tako ne uzavestijo, da otroci konec koncev zelo hitro odrastejo (*zelo zelo, zelo hitro se ti zdi, da gre čas, odkar se rodijo, dokler so stari. Kolikor so pač tej naši trenutno. To se mi zdi, da gre res zelo hitro. (G127)*). Sogovornik, ki ima poleg mladostnika še mlajšega otroka, je rekel, da veliko razmišlja o tem, kaj ga še čaka pri drugem otroku.

5 Razprava

RV1: Kako starši doživljajo spremembe v odnosu s svojim otrokom v obdobju adolescence?

Z raziskavo sem ugotovila, da starši adolescenco svojega otroka doživljajo kot obdobje različnih in večplastnih sprememb. Odnosi med starši in otroki se z vstopom v adolescenco pogosto močno spremenijo, kar potrjuje tudi Ule (2008, str. 78), ki poudarja, da se v adolescenci zaradi psihofizičnih sprememb in hitrega razvoja spreminjajo tudi odnosi med mladostniki in njihovimi starši. Pred adolescenco so starši odnose z otroki večinoma opisovali kot pozitivne, lahkotne in povezane, kar se je izražalo v skupnem preživljanju časa in otrokovi ubogljivosti. Starši so opisali otroke kot navezane, ubogljive in na starševske zahteve odzivne. Pred tem obdobjem je večina otrok ohranila občutek čustvene bližine s starši, ki se vzpostavi že v otroštvu (Ule, 2008, str. 76). Kljub temu so nekateri že pred adolescenco opazili določena vedenja, med drugim trmo, nagajanje ali zapiranje vase. Tovrstna vedenja so se nadaljevala tudi kasneje.

V obdobju, ki je predmet raziskave, je pogosta večja oddaljenost, ki se je izkazovala z umikanjem otrok v svojo sobo, zmanjšanjem skupnega druženja in deljenja osebnih izkušenj. Ule (2008, str. 77) ugotavlja, da mladostniki pogosto želijo drugačen status v družini, več svobode in samostojnosti, kar običajno spremlja zmanjšanje bližine in povečanje konfliktov. Mladostniki vse več časa preživijo sami in s prijatelji, medtem ko se čas, preživet s starši, bistveno zmanjša (Salmela-Aro, 2011, str. 363). Zaznana je bila tudi večja želja po neodvisnosti od staršev in večji svobodi. Adolescenti želijo več odločanja o svojih dejavnostih, hobijih, načinu preživljanja prostega časa in krogu prijateljev. Obenem si tudi želijo več samovolje pri pomembnih življenjskih prelomnicah, kot so šolske in poklicne odločitve. To pogosto pomeni, da se umikajo iz neposrednega nadzora staršev, želijo si več zasebnosti (npr. zapiranje v sobo, manj zaupanja staršem ipd.) in zavračajo družinske aktivnosti. Starši se morajo prilagoditi svoji novi vlogi – ostajajo pomembni, a manj osrednji v življenju svojega najstnika (Steinberg in Silk, 2002, str. 108). Ta potreba je vidna tudi, ko je prisotno nasprotovanje pravilom, ko se pojavijo pogajanja glede postavljanja meja in večje zagovarjanje o lastnih željah. Te spremembe so skladne z Ule (2008, str. 77), ki poudarja, da si mladostniki želijo več svobode in samostojnosti kot preostali otroci, ta proces pa pogosto ne poteka najbolj gladko ali nekonfliktno. Želja po avtonomiji v adolescenci pomeni pomemben korak v procesu odraščanja in posledično iskanja svoje identitete (Erikson, 1968, str. 91). Nekateri starši se ob

osamosvajanju svojega otroka soočajo tudi z vprašanjem varnosti in usmerjanja. Temeljna psihološka naloga družinske skupnosti je po Ule (2008, str. 84–85) ohranjanje ravnotežja med navezanostjo in samostojnostjo vseh družinskih članov. Vsaka družina mora znati določiti in omogočiti pravi čas in prostor za samostojnost in individualizacijo. Pomembno je, da je starš sposoben svojemu otroku omogočiti postopno povečevanje samostojnosti, pri tem pa ohraniti čustveno navezanost. Starši otrokovo samostojnost sprejemajo in podpirajo, kar je ključnega pomena za zdrav razvoj v obdobju adolescence. Čeprav si mladostniki v tem obdobju želijo več svobode in neodvisnosti, njihovi starši ostajajo pomemben vir opore. Odnosi se sicer spreminjajo, pogosto postanejo bolj napeti in konfliktni, vendar se ob ustrezni podpori razvijajo v smeri večje enakopravnosti in medsebojne podpore (Skeen, Levy, Haj-Ahmad, 2021, str. 12).

Ugotavljam tudi različnost na področju izkušenj med starši. Nekateri starši namreč poročajo o tem, da se njihovi odnosi z otroki niso bistveno spremenili. Nekateri celo menijo, da so se poglobili oziroma izboljšali zaradi boljšega zaupanja in komunikacije. Take pozitivne spremembe odnosov nakazujejo na dejstvo, da adolescence ne prinaša zgolj negativnih sprememb, temveč lahko predstavlja tudi priložnost za razvoj boljših medsebojnih odnosov, o čemer piše tudi Merli (2023).

Z vstopom v adolescenco so starši zaznali spremembe v vedenju svojih otrok, saj so otroci postali manj ubogljivi, bolj uporniški, trmasti in jezikavi. Te spremembe sovpadajo s teoretičnimi predpostavkami o adolescentnem iskanju avtonomije in individualnosti, zaradi česar mladostniki pogosto preizkušajo meje, pravila in avtoriteto svojih staršev (Steinberg & Silk, 2002, str. 107).

Ugotavljam, da so poleg splošnih vedenjskih sprememb pogoste tudi spremembe v komunikaciji. Adolescenti so postali bolj samosvoji, njihova komunikacija pogosto vključuje nespoštljivo vedenje ali povišan ton glasu. To vedenje lahko razumemo v povezavi s čustvenimi in nevrološkiimi spremembami, ki so značilne za adolescenco. Hormonska nihanja v tem obdobju pogosto povzročajo negativno obarvana čustva, povečano impulzivnost ter zmanjšano zmožnost regulacije čustev in vedenja (Larson in Lampman-Petratis, 1989, str. 1250; Hare idr., 2008, str. 932–933). Zaradi še nezrelega prefrontalnega korteksa in povečane aktivnosti amigdale se mladostniki pogosteje odzivajo bolj čustveno in napačno interpretirajo čustvene izraze (Salmela-Aro, 2011, str. 362; Spear, 2000, str. 112).

V obdobju adolescence se poveča tudi pogostost konfliktov in nestrinjanja. Starši se z otrokom pogosteje zapletajo v nesoglasja, prepire ali razprave o šolskih obveznostih, pravilih v domačem okolju, uporabi tehnologije, prostem času in otrokovem vedenju. Ti konflikti se torej pogosto pojavljajo okoli vsakodnevnih vprašanj, kot navaja tudi Ule (2008, str. 78).

Ugotavljam, da spremembe v odnosu med staršem in mladostnikom niso nujno znak slabega odnosa ali neuspeha starševstva, temveč nujen proces razvoja vsakega posameznega mladostnika, saj mu ta razvoj omogoča več avtonomije in odgovornosti. Poudariti gre, da je učinkovito starševstvo v tem obdobju sprememb izrednega pomena (Skeen, Levy, Haj-Ahmad, 2021, str. 12–14).

RV2: S katerimi vzgojnimi izzivi se starši najpogosteje soočajo pri vzgoji?

Ugotovila sem, da je staršem največji izziv postavljanje in vzdrževanje določenih mej in pravil ter otrokovo (ne)upoštevanje le-teh. Tukaj gre predvsem za upiranje, neposlušnost, odgovarjanje, izogibanje pravilom in pogajanje. Pojavljajo se konflikti glede časa prihoda domov, uporabe tehnologije, šolskih obveznosti in vsakdanjih opravil (npr. pospravljanje, higiena ipd.). Poseben izziv predstavlja tudi vztrajanje pri pravilih kljub otrokovemu nestrinjanju in čustvenim izpadom. Otroci dogovore pogosto razumejo kot »teženje« ali jih preprosto »ignorirajo«, torej prezrejo. Zelo pogosti so tudi izzivi na področju komunikacije. Starši se trudijo za odprt pogovor, vendar pogosto naletijo na mladostnikovo zapiranje vase, ignoriranje, razumevanje njihovih besed kot kritika ali celo osebni napad. Sogovorniki so poročali, da otroci »ne povedo vsega«, da se umikajo in da so bolj vzkipljivi. Velik izziv predstavlja tudi šola, saj je staršem težko svojemu mladostniku razložiti pomen šole in jih na tem področju ustrezno motivirati. Pogosto pride do izogibanja šolskim nalogam, izgube interesa in občutka staršev, da morajo svojim otrokom nenehno ponavljati pravila. V izogib izpostavljenim težavam je pomembno ustrezno razlikovanje med lastnostmi staršev in otrok ter sposobnostjo strpnega prilagajanja in razumevanja (Končnik Goršič, 2004, str. 14).

Velik izziv v današnjem času predstavljajo tudi nove tehnologije in družabna omrežja. Ugotovila sem, da imajo starši težave pri omejevanju uporabe naprav zaradi prekomerne uporabe, nestrinjanja in konfliktov, ki pri tem nastanejo, in zaradi upada otrokove koncentracije pri šolskih obveznostih zaradi uporabe telefona in drugih digitalnih naprav. Ti izzivi so skladni z ugotovitvami iz teorije, ki izpostavljajo, da tehnologija pomembno spreminja družinsko dinamiko. Po raziskavah (Pew Research Center, 2024) nove tehnologije zelo vplivajo na

medosebne odnose. Prav tako WHO (2024) opozarja, da ima prekomerna uporaba naprav lahko negativne posledice na mladostnikovo duševno zdravje, socialne odnose in šolsko uspešnost. Ugotovila sem, da se starši pogosto počutijo negotove glede ustreznih odzivov. Posebno izrazita je zagata med ohranjanjem avtoritete in razumevanjem otroka, ko se izpostavlja njegova socialna vključenost zaradi uporabe novih tehnologij. Zaradi izpostavljenega v današnjem času tehnologije predstavljajo poseben vzgojni izziv, ki zahteva tako tehnološko pismenost kot tudi zavestno in reflektirano postavljanje meja ter vzdrževanje učinkovite komunikacije z mladostnikom.

Med vzgojnimi izzivi so prisotne tudi razlike, povezane z mladostnikovim spolom. Ugotavljam, da ko je govora o dečkih, starši izražajo zaskrbljenost glede tveganja, pomisleke imajo glede varnosti na motorjih, uživanja v hitrosti, impulzivnosti, nepremišljenosti in splošnega »fantovskega norenja«. Pri dekletih so izzivi bolj v povezavi z osebno nego in videzom. Uporabljajo več kozmetike in ličil. Nekateri starši so mnenja, da je uporaba ličil včasih pretirana. Nekateri so prav posebno izpostavili, da dekleta hitreje dozori, kar povečuje možnost, da se veliko prej znajdejo v situacijah, ki zahtevajo čustveno in socialno zrelost. Dejstvo je, da se dekleta običajno razvijejo veliko prej kot dečki, zato se njihovo telo oblikuje v telo odrasle osebe veliko prej (Hafner, Hovnik Keršmanc, Lesjak in Torkar, 2007).

Starši se na vzgojne izzive v adolescenci odzivajo z različnimi strategijami. Njihovi načini soočanja vključujejo tako notranje strategije (npr. samorefleksija, pomiritev, sprejemanje ipd.), kot tudi vedenjske odzive, kot so pogovor, razlaga in omejevanje določenih vedenj. Pri tem so zelo pomembne osebne strategije sproščanja, kot so branje, sprehod, meditacija ali športne aktivnosti. Pomembna oblika soočanja je med drugim tudi pogovor z drugimi starši ali posvetovanje v strokovnih virih, med drugim z branjem člankov, oddaj, literature ali celo obiskovanje šole za starše. Pojavila se je tudi misel, da je v praksi pogosto drugače kot v teoriji, kar potrjuje razkorak med idealiziranimi vzgojnimi smernicami in dejanskim vsakdanom. To potrujeta tudi Assarsson in Aarsand (2011, str. 78), ki v svoji analizi izpostavljata, kako mediji oblikujejo podobo »dobrega starša« kot posameznika, ki se mora nenehno izboljševati in prilagajati nasvetom strokovnjakov, pri čemer pogosto ni prostora za upoštevanje kompleksnosti resničnih okoliščin, v katerih se starši znajdejo.

RV3: Kako starši obvladujejo stres in čustveno obremenitev, povezano s starševstvom v tem obdobju?

Starševska tesnoba v adolescenci pogosto izhaja iz razširjenih stereotipov, ki mladostnike prikazujejo kot težavne in kljubovalne. Del te zaskrbljenosti je povsem upravičen, saj gre za obdobje intenzivnih sprememb na otrokovi telesni, čustveni, kognitivni in socialni razvojni poti (Steinberg in Silk, 2002, str. 103).

Ugotavljam, da se starši v obdobju adolescence otrok srečujejo s povečanim nivojem stresa, z zaskrbljenosti, čustveno izčrpanostjo in notranjo napetostjo, kar je posledica večjega števila dejavnikov: otrokovega upiranja, konfliktnih situacij, vzporednega obremenjevanja s službo in negotovosti glede starševske vloge. Doživljajo več negativnih občutkov, ki vplivajo na razpoloženje celotne družine, vključno s konflikti in nestrinjanji med partnerjema. Silverberg in Steinberg (1990, str. 662–665) poudarjata, da tudi starševsko počutje lahko vpliva na dinamiko odnosa z otrokom, kar ima posledičen vpliv tudi na njegov razvoj.

Povzročitelji skrbi in stresa so šola, razna nesprejemljiva otrokova vedenja, nove tehnologije in osamosvajanje otroka (npr. odhod otroka na študij, zabavo, ven, izbira izobraževalne poti idr.).

Starši se s čustvenimi obremenitvami in stresom soočajo na različne načine. Nekateri se zatečejo k aktivnemu soočanju, in sicer s pogovori, samorefleksijo, prilagajanjem otroku in pomirjanju. Spet drugi se radi sproščajo s hojo, tekom, kolesarjenjem, meditacijo, branjem in gledanjem televizije. Prav tako je pomembno ne jemati vsega tako zelo osebno ali resno in sprejemati otrokovo vedenje kot del razvojnega obdobja, pri tem pa si ponavljati, da bo »tudi to minilo«. Vsi starši izzivov ne jemljejo tako obremenjujoče. Na tovrstno držo zagotovo vplivajo osebne lastnosti in čustvena odpornost, kar ugotavljajo tudi Skreden idr. (2012), ki so v svoji raziskavi ugotovili, da je doživljanje starševskega stresa povezano s stopnjo anksioznosti, psihološke ranljivosti in občutkom omejenosti v starševski vlogi. Med starši so se pokazale razlike, saj so nekateri poročali o večji čustveni obremenjenosti, drugi pa o večji osebni odpornosti in manj stresnih zaznavah. Avtorji poudarjajo, da individualne razlike pomembno vplivajo na intenzivnost doživljanja starševstva in na izbiro strategij spoprijemanja s težavami, ki jih to obdobje povzroči.

RV4: Kakšno vlogo imata socialna podpora in strokovna pomoč pri soočanju staršev z izzivi adolescence?

Ugotovila sem, da se starši zavedajo pomena socialne podpore, ki jo iščejo predvsem v pogovorih s partnerjem, prijatelji, sodelavci ali ostalimi njim bližjimi ali dragimi osebami. Stisko olajša že samo dejstvo, da vedo, da se tudi drugi soočajo s podobnimi težavami in da

občutek skupne izkušnje zmanjšuje občutke osamljenosti ter dvomov vase. Podpora v obliki razumevanja, potrditve in izmenjave izkušenj je bila pogosto opisana kot ena izmed ključnih oblik olajšanja pri vsakodnevem soočanju z izzivi.

Pomembna podpora in dejavnik pri starševanju mladostniku je tudi uspešnost sodelovanja z otrokovim očetom oz. materjo. Pokazale so se razlike med staršema, kar pa nujno ne pomeni, da sodelovanje in podpora nista uspešni. Kljub medsebojnim konfliktom in nestrinjanju, med drugim zaradi različnih mnenj in vzgojnih pristopov, starši sodelujejo, se trudijo usklajevati, komunicirati in držati skupaj. Ravno tovrstno vedenje je v družini ključnega pomena. Družinski člani morajo med seboj sodelovati, ustvarjati skupno življenje, razvijati strategije za obvladovanje nesporazumov in negotovosti ter neprestano vzpostavljati medsebojno zaupanje, kljub vmesnim konfliktnim obdobjem (Ule, 2008, str. 85). Ena sogovornica je sicer izrazila slabo sodelovanje z očetom svojih otrok zaradi njune ločitve, kar slabe odnose samo še poglobi. Ko je govora o sodelovanju, se pri starševanju pojavljajo razlike tudi med spoloma. Starši so poročali o številnih razlikah v pristopih in vlogah med materjo in očetom. Matere so pogosteje opisane kot bolj vključene v vsakodnevno komunikacijo, zlasti pri pogovorih o čustvenih temah, šoli, prijateljih in telesnih spremembah. Pripisana jim je bila tudi popustljivost. Očetje so pogosteje opisani kot tisti, ki postavljajo meje, so strožji, bolj načelni ali bolj umirjeni. Poudarjena je vloga pri »težjih« temah, kot je nadzor nad tehnologijo in postavljanje ostalih meja. Kljub razlikam so nekateri starši poudarili usklajenost in sprejemanje razlik.

Kar zadeva strokovne pomoči, je starši, ki so z mano opravili intervjuje, z izjemo ene sogovornice, niso koristil in niti ne čutijo potrebe po njej. Mati, ki je koristila strokovno pomoč, ki jo je zagotovila psihologinja zaradi sinovih težav in težav v odnosu z njim, z njo ni bila zadovoljna in ponujena pomoč ni bila uspešna. Zaznala sem, da nekateri starši delujejo in razmišljajo precej odprto in bi pomoč koristili, v kolikor bi jo potrebovali. To nakazuje, da obstaja potencial za sodelovanje s socialnim delom, vendar je pomembno, da se to sodelovanje vzpostavi na način, ki ne pogloblja občutkov sramu ali neuspeha. Kot opozarjajo Čačinovič Vogrinčič in Mešl (2019, str. 169), je ključnega pomena, da socialni delavci staršem pomagajo zmanjšati občutke krivde in okrepijo starševsko moč, kar pomeni ustvariti varen prostor za dialog in prevzemanje odgovornosti brez stigmatizacije. Socialno delo ima torej nalogo, da mobilizira podporne mreže, deluje znotraj družin, hkrati pa odpira možnosti povezovanja z okoljem, npr. šolo, vrstniško skupino in lokalno skupnostjo (Čačinovič Vogrinčič & Mešl, 2019, str. 169–170). Poudarek mora biti na vključevanju družine kot celote, vključno z

mladostnikom, saj se učinkovita pomoč lahko razvije le v sodelovanju vseh, ki soustvarjajo otrokovo vsakdanjo realnost (Čačinovič Vogrinčič & Mešl, 2019, str. 163–164).

Kritična ocena metodologije

Izvedena raziskava je temeljila na kvalitativnem, eksplorativnem pristopu z uporabo polstrukturiranih intervjujev, kar je omogočilo poglobljen vpogled v doživljanje staršev v obdobju adolescence otrok. Takšen pristop je bil primeren za raziskovalna vprašanja, usmerjena v razumevanje izkušenj, občutij in izzivov iz subjektivne perspektive staršev. Raziskovanje te teme je pomembno, saj obdobje adolescence ne prinaša sprememb le za mladostnika, temveč pogosto vpliva na celotno družinsko dinamiko in predstavlja čustveni ter vzgojni izziv za starše. Kljub pogostim razpravam o vzgoji mladostnikov so izkušnje staršev pogosto spregledane, zlasti v kontekstu vsakdanjih stisk in strategij soočanja z njimi. In ravno zaradi navedenega je tovrstna kvalitativna raziskava dragocen prispevek k razumevanju njihovega doživljanja.

Kljub številnim ugotovitvam in doprinosu raziskave je potrebno izpostaviti tudi nekatere njene omejitve, ki vplivajo na njeno veljavnost in vprašanje o posplošenosti. Prva omejitev je povezana z velikostjo in strukturo vzorca, saj je raziskava temeljila na majhnem, neslučajnostno, priročno izbranem vzorcu staršev, kar onemogoča prenos ugotovitev na širšo populacijo. Vzorec sicer vključuje tako matere kot očete, vendar je neslučajnostna in priročna izbira vplivala na heterogenost ozadij, izkušenj in okoliščin intervjuvancev. Poleg tega so intervjuji temeljili na subjektivnem samoporočanju, zato obstaja možnost pristranskosti v odgovorih. Intervjuvanci lahko nezavedno olepšajo svoje izkušnje ali jih predstavijo na način, ki se jim zdi družbeno zaželen. Med drugim sem ob izvedbi intervjujev tudi sama že imela določene predpostavke o rezultatih, ki jih sama ugotavljam v svoji družini in družinah meni bližnjih oseb, kar je morda lahko vplivalo na postopek zbiranja podatkov.

Med sogovorniki so bile ugotovljene tudi razlike v letih njihovih otrok, kar je lahko vplivalo na rezultate, saj se spremembe dogajajo v obdobju odvijanja celotne adolescence, zato se lahko razlikujejo, na primer med mladostnikom v zgodnjem obdobju in mladostnikom v poznem obdobju mladostništva. Zaradi navedenega bi bilo morda bolje, če bi bila ob vzorčenju starost otrok natančneje opredeljena oziroma razdeljena po obdobjih adolescence (zgodnja, srednja in pozna). Tovrstni pristop bi omogočil bolj jasno primerjavo med doživljanji staršev glede na obdobje, v katerem se otrok znajde, in natančnejšo analizo razlik, ki se pojavijo znotraj tega širokega starostnega razpona.

6 Sklepi

- Starši zaznavajo pomembne spremembe v odnosu z otrokom ob vstopu v adolescenco: od boljše in uspešnejše bližine in sodelovanja pred adolescenco do večje samostojnosti, oddaljenosti in pogostejših konfliktov v adolescenci.
- Mladostniki izražajo potrebo po samostojnosti, kar pogosto vodi v zmanjšanje nadzora, pogajanja o pravilih in manjšo vključenost v družinsko življenje.
- Starši se pogosto soočajo s težavami pri postavljanju in vzdrževanju meja, odgovarjanju otrok, nespoštovanju dogovorov ter usklajevanju pri omejevanju uporabe tehnologije.
- Izzivi pri vzgoji so delno spolno specifični – pri fantih so pogostejše izpostavljeni impulzivnost, tveganja in fizična dejanja, pri dekletih pa izzivi, povezani z videzom, osebno nego in zgodnejšim dozorevanjem.
- Starši poročajo o negativnem počutju, zaskrbljenosti, nemoči in psihični utrujenosti. Pri tem se trudijo, da otrokove odzive razumejo kot del razvojnega obdobja in ne kot osebni neuspeh.
- Starši se z obremenitvami soočajo na različne načine. Pomaga jim pogovor s partnerjem, prijatelji, telesna aktivnost, branje, sprostitvene tehnike, racionalizacija, sprejemanje in prilagajanje.
- Na zaznavanje in obvladovanje izzivov vplivajo osebnostne lastnosti staršev, nekateri starši pa izzive doživljajo veliko manj obremenjujoče.
- Socialna opora iz okolice (partner, družina, prijatelji in sodelavci) je ključna pri razbremenjevanju osebnih stisk. Občutek, da imajo podobne izkušnje tudi drugi starši, zagotovo zmanjšuje občutek osamljenosti in dvome vase.
- Glavnina staršev strokovne pomoči ne koristi, vendar nekateri izražajo odprtost zanjo v primeru potrebe.

7 Predlogi

- Okrepiti je potrebno podporo staršem v obdobju adolescence otrok s pomočjo organiziranih skupin za starše, kjer bi si lahko izmenjali izkušnje, dobili potrditev in občutek, da v izzivih niso sami, saj se je ravno socialna podpora izkazala za ključno pri zmanjševanju čustvenih obremenitev.
- Šole oziroma svetovalne službe bi morale staršem nuditi več informacij o adolescenci in konkretnih strategijah za soočanje z vzgojnimi izzivi, zlasti glede postavljanja meja, komunikacije in vpliva novih tehnologij, saj je bilo ugotovljeno, da ravno ta področja predstavljajo večji del zaznanih izzivov.
- Vzpostaviti bi bilo smiselno bolj dostopne, neformalne zasnovane oblike svetovalne podpore, ki ne bi bile zaznane kot stigmatizirajoče, saj večina staršev strokovne pomoči ni koristila, čeprav so nekateri izkazovali odprtost zanjo.
- Svetovalnim delavcem v šolah in ostalim socialnim delavcem se svetuje sodelovanje s šolo in z obema staršema, saj je v raziskavi več sogovornikov poudarilo različno vključenost v starševanje med materami in očeti, kar je botrovalo k pojavu razlik pri vzgojnih stilih in pristopih k reševanju zaznanih težav. Prav tako je bil zaznan velik pomen sodelovanja med staršema.
- Potrebna je večja vključenost perspektive staršev v teorijo s področij družine, starševanja in mladostnikov, saj raziskava kaže, da njihovo doživljanje pomembno sooblikuje odnose in vpliva na mladostnikov razvoj.
- Socialno delo naj pri sodelovanju z družinami z mladostniki več pozornosti nameni krepitvi kompetenc staršev in ne le mladostniku kot posamezniku. Raziskava je pokazala, da so nekateri starši negotovi glede lastnih pristopov, zato potrebujejo potrditev o tem, da pravilno in ustrezno ravnajo.
- Predlagam izvedbo kvantitativne raziskave na večjem vzorcu, ki bi preverila pogostost posameznih vzgojnih izzivov, doživljanja stresa in strategij soočanja med različnimi skupinami staršev.
- Predlagam raziskovanje sodelovanja med staršema v obdobju adolescence lastnih otrok, saj je bila opisana dinamika večkrat omenjena kot vir podpore ali področje, potrebno izboljšav.

8 Uporabljen literature

1. Alwin, D. F. (2004). Parenting Practices. V Scott, J., Treas, J., & Richards, M. (ur.), *The Blackwell Companion to the Sociology of Families* (str. 142–157). Malden: Blackwell Publishing.
2. Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American psychologist*, 55(5), 469. Pridobljeno 25. 5. 2025 s <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0003-066X.55.5.469>
3. Arnett, J. J. (2004). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford: Oxford University Press. Pridobljeno 24. 5. 2025 s <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199929382.001.0001>
4. Aunola, K., Stattin, H., & Nurmi, J. E. (2000). Parenting styles and adolescents' achievement strategies. *Journal of adolescence*, 23(2), 205–222. Pridobljeno 25. 5. 2025 s <https://doi.org/10.1006/jado.2000.0308>
5. Awiszus, A., Koenig, M., & Vaisarova, J. (2022). Parenting styles and their effect on child development and outcome. *Journal of Student Research*, 11(3), 1–10. Pridobljeno 22. 5. 2025 s <https://doi.org/10.47611/jsrhs.v11i3.3679>
6. Ayduk, O., Downey, G., & Kim, M. (2001). Rejection sensitivity and depressive symptoms in women. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(7), 868–877. Pridobljeno 24. 5. 2025 s https://rascl.studentorg.berkeley.edu/assets/files/ayduk_etal_2001_pspb.pdf?utm_source=chatgpt.com
7. Backes, E. P., & Bonnie, R. J. (ur.) (2019). Adolescent Development. V National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine, *The promise of adolescence: Realizing opportunity for all youth*. The National Academies Press. Pridobljeno 14. 05. 2025 s <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK545476/#pz60-2>
8. Baumrind, D. (1991). The Influence of Parenting Style on Adolescent Competence and Substance Use. *The Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56–95. Pridobljeno 22. 5. 2025 s <https://doi.org/10.1177/0272431691111004>
9. Beal, S. J., Crockett, L. J., & Peugh, J. (2016). Adolescents' Changing Future Expectations Predict the Timing of Adult Role Transitions. *Developmental Psychology*, 52, 1606–1618. Pridobljeno 22. 5. 2025 s <https://doi.org/10.1037/dev0000189>
10. Benvenuti, M., Wright, M., Naslund, J., & Miers, A. C. (2023). How technology use is changing adolescents' behaviors and their social, physical, and cognitive development.

- Current Psychology*, 42(19), 16466–16469. Pridobljeno 25. 5. 2025 s <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04254-4>
11. Berk, L. E. (2018). *Development through the lifespan*. 7th ed. Boston: Pearson. Pridobljeno 19. 5. 2025 s <https://ravanamooz.ir/wp-content/uploads/2024/05/%DA%A9%D8%AA%D8%A7%D8%A8-%D8%A7%D8%B5%D9%84%DB%8C-%D8%B1%D8%B4%D8%AF-%D9%84%D9%88%D8%B1%D8%A7-%D8%A8%D8%B1%DA%A9.pdf>
 12. Blakemore, S. J. (2008). The social brain in adolescence. *Nature Reviews Neuroscience*, 9, 267–277. Pridobljeno 20. 3. 2025 s <https://www.nature.com/articles/nrn2353>
 13. Blakemore, S. J., Burnett, S., & Dahl, R. E. (2010). The role of puberty in the developing adolescent brain. *Human brain mapping*, 31(6), 926–933. Pridobljeno 13. 3. 2025 s <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/hbm.21052>
 14. Branje, S. (2018). Development of parent–adolescent relationships: Conflict interactions as a mechanism of change. *Child development perspectives*, 12(3), 171–176. Pridobljeno 25. 5. 2025 s <https://doi.org/10.1111/cdep.12278>
 15. Breehl L., & Caban O. (2023) Physiology, Puberty. V: StatPearls [Internet]. (2025) Treasure Island (FL): StatPearls Publishing. Pridobljeno 13. 3. 2025 s <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK534827/>
 16. Burhan, O. S., Praditia, W. E., Admodjo, B. S., Yuniarto, G. Y., & Ghosh, A. (2021). Modern parenting: An ethical way to nurture children in digital era. *Bulletin of Social Informatics Theory and Application*, 5(1), 52–57. Pridobljeno 25. 5. 2025 s <https://doi.org/10.31763/businta.v5i1.199>
 17. Collins, G., Kovac, K., Rigney, G., Benveniste, T., Gerace, A., Dittman, C. K., & Vincent, G. E. (2024). Parental expectations of school counsellors and their role in supporting student mental health and wellbeing: A qualitative study. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 34(4), 415–432. Pridobljeno 21. 3. 2025 s <https://journals.sagepub.com/doi/epub/10.1177/20556365241298071>
 18. Collins, W. A. (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of research on adolescence*, 13(1), 1–24. Pridobljeno 24. 5. 2025 s <https://doi.org/10.1111/1532-7795.1301001>
 19. Čačinovič Vogrinčič, G. (1996). Socialno delo z družino: prispevek k doktrini. *Socialno delo*. 35(5), 395–401. Pridobljeno 25. 5. 2025 s <https://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-6EJCLSFE>

20. Čačinovič Vogrinčič, G. & Mešl, N. (2019). *Socialno delo z družino: soustvarjanje zelenih izidov in družinske razvidnosti*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo Univerze v Ljubljani.
21. Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487–496. Pridobljeno 22. 5. 2025 s <https://doi.org/10.1037/0033-2909.113.3.487>
22. Duerager, A., & Livingstone, S. (2012). How can parents support children's internet safety?. Pridobljeno 25. 5. 2025 s <https://eprints.lse.ac.uk/42872/1/How%20can%20parents%20support%20children%E2%80%99s%20internet%20safety%28%29.pdf>
23. Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: W. W. Norton. Pridobljeno 24. 5. 2025 s https://www.academia.edu/37327712/Erik_H_Erikson_Identity_Youth_and_Crisis_1_1968_W_W_Norton_and_Company_1?auto=download
24. Erikson, E.H. (1980). *Identity and the Life Cycle*. New York: W.W. Norton & Company.
25. Faircloth, C., Hoffman, D. M., & Layne, L. L. (ur.) (2013). *Parenting in Global Perspective: Negotiating Ideologies of Kinship, Self and Politics* (1st ed.). Routledge. Pridobljeno 22. 5. 2025 s <https://doi.org/10.4324/9780203103906>
26. Faverio, M., & Sidoti, O. (2024). *Teens, Social Media and Technology 2024*. Pridobljeno 25. 5. 2025 s <https://www.pewresearch.org/internet/2024/12/12/teens-social-media-and-technology-2024/>
27. Fuster, J. (2003). Frontal lobe and cognitive development. *Journal of Neurocytology*, 31(3), 373–385. Pridobljeno 20. 3. 2025 s https://www.researchgate.net/publication/274384348_Frontal_lobe_and_cognitive_development
28. Glover, D., & Sumberg, J. (2020). Youth and Food Systems Transformation. *Frontiers in Sustainable Food Systems*, 4 (101), 1–15. Pridobljeno 21. 3. 2025 s <https://www.frontiersin.org/journals/sustainable-food-systems/articles/10.3389/fsufs.2020.00101/full>
29. Gregorčič Mrvar, P., Jeznik, K., Kalin, J., Kroflič, R., Mažgon, J., Šteh, B., Šarić, M., Zavrl, A. (2020). *Šolska svetovalna služba: stanje in perspektive*. Znanstvena založba Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani. Pridobljeno 29. 5. 2025 s <https://www.dlib.si/stream/URN:NBN:SI:DOC-8QY35V3K/d985e9fc-87d8-4509-8165-97bad1eb546c/PDF>

30. Hare, T. A., Tottenham, N., Galvan, A., Voss, H. U., Glover, G. H., & Casey, B. (2008). Biological substrates of emotional reactivity and regulation in adolescence during an emotional go-nogo task. *Biological psychiatry*, 63(10), 927–934. Pridobljeno 21. 5. 2025 s <https://www.biologicalpsychiatryjournal.com/action/showPdf?pii=S0006-3223%2808%2900359-4>
31. Harwood, J., & Wilkin, D. (2025). Puberty and adolescence. Pridobljeno 22. 5. 2025 s <https://flexbooks.ck12.org/cbook/ck-12-middle-school-life-science2.0/section/11.74/primary/lesson/puberty-and-adolescence-ms-ls/>
32. Hafner, A., Hovnik Keršmanc, M., Lesjak, K., Torkar, T. (2007). Odraščanje. V Jeriček Klanšček, H., Pucelj, V. (2011), *Vzgoja za zdravje: priročnik za izvajalce vzgoje za zdravje ob sistematskih pregledih šolskih otrok in mladostnikov: promocija zdravja za otroke in mladostnike v Republiki Sloveniji*. Pridobljeno 19. 3. 2025 s https://nijz.si/wp-content/uploads/2022/07/promocija_zdravja_za_otroke_in_mladostnike_v_rs.pdf
33. Harrison, M. G., Cheung, J. K. F., Tam, C. K. Y., Cheng, A. S., & Yeung, S. S. S. (2023). “If they talk to the counsellor, at least I know they have some way out”: parents’ perceptions of school counselling in Hong Kong. *Pastoral Care in Education*, 42(2), 146–165. Pridobljeno 21. 3. 2025 s <https://doi.org/10.1080/02643944.2023.2233534>
34. Jaworska, N., & MacQueen, G. (2015). Adolescence as a unique developmental period. *Journal of psychiatry & neuroscience: JPN*, 40(5), 291–293. Pridobljeno 13. 3. 2025 s <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4543091/>
35. Jeznik, K. & Šarić, M. (2022). Povezovanje šolske svetovalne službe z učenci, starši in zunanji ustanovami. V: P. Gregorčič Mrvar, & J. Kalin (ur.), *Sodobni pogledi in izzivi v vzgojno-izobraževalnem in svetovalnem delu: prispevki ob jubileju Metoda Resmana*. Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta. Pridobljeno 29. 5. 2025 s https://www.researchgate.net/publication/364128822_Povezovanje_solske_svetovalne_sluzbe_z_ucenci_starsi_in_zunanji_ustanovami
36. Joyner, K., & Udry, J. R. (2000). You don't bring me anything but down: Adolescent romance and depression. *Journal of health and social behavior*, 369–391. Pridobljeno 24. 5. 2025 s <http://www.jstor.org/stable/2676292>
37. Končnik Goršič, N. (2004). *Moj otrok odrasča: Medsebojni odnosi, šola, strah, trma, žepnina, ljubezen, spolnost, alkohol, droge, motnje hranjenja*. Ljubljana: Mladinska knjiga.
38. Kurt, I. (2023). Comprehensive review on Parenting and Technology: Opportunities and Challenges in the 21st Century. *European Journal of Social Science Education and Research*, 10(2), 1–14. Pridobljeno 25. 5. 2025 s <https://doi.org/10.26417/610cpd97>

39. Lang, D., Cone, N., Jones, T., Lally, M., & Valentine-French, S. (2022). Physical development in adolescence. Pridobljeno 22. 5. 2025 s <https://iastate.pressbooks.pub/individualfamilydevelopment/chapter/physical-development-in-adolescence/#footnote-764-2>
40. Larson, R., & Lampman-Petratis, C. (1989). Daily emotional states as reported by children and adolescents. *Child development*, 60(5), 1250–1260. Pridobljeno 21. 5. 2025 s https://www.jstor.org/stable/pdf/1130798.pdf?refreqid=fastly-default%3A9aca57f2528c0710bfe736e45c9c8309&ab_segments=&initiator=&acceptTC=1
41. Larson, R.W., Moneta, G., Richards, M.H. and Wilson, S. (2002), Continuity, Stability, and Change in Daily Emotional Experience across Adolescence. *Child Development*, 73, 1151–1165. Pridobljeno 21. 5. 2025 s <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00464>
42. Laursen, B., & Hafen, C. A. (2010). Future directions in the study of close relationships: Conflict is bad (except when it's not). *Social development*, 19(4), 858–872. Pridobljeno 25. 5. 2025 s <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2009.00546.x>
43. Lenič, K. (2023). Vzgojni stili staršev. *Pedagoška obzorja*, 38(1), 112–131. Pridobljeno 25. 05. 2025 s <https://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-BA00IOUP>
44. Little, T., & Etkin, H. (2022). *Adolescence: How to survive it: Insights for parents, teachers and young adults*. John Catt Educational.
45. Martelo, C. (2023). Authoritative vs. authoritarian parenting styles. *Huckleberry*. 25. 10. Pridobljeno 22. 5. 2025 s https://huckleberrycare.com/blog/authoritative-vs-authoritarian-parenting-styles#what_is_authoritarian_parenting
46. Melton, B. (b.d.). Understanding the School Counselor-Parent Connection. *American School Counselor Association*. Pridobljeno 21. 3. 2025 s <https://www.adlit.org/topics/social-emotional-issues/understanding-school-counselor-parent-connection>
47. Merkaš, M., Bodrožić Selak, M., & Žulec Ivanković, A. (2024). Problematic smartphone use and communication in families with adolescents. *Adolescents*, 4(1), 107–119. Pridobljeno 29. 5. 2025 s <https://doi.org/10.3390/adolescents4010008>
48. Merli N. (2023). *Emotional changes during puberty* [Blog]. Pridobljeno 19. 3. 2025 s <https://www.helsana.ch/en/blog/family/childhood/puberty.html>
49. Mesec, B. (2022/2023). *Metodologija raziskovanja v socialnem delu 2: Kvalitativne raziskave*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

50. Mesec, B. (2009). *Načrtovanje raziskave: študijsko gradivo za interno uporabo* (ur. Rape Žiberna, T. & Rihter, L.). Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
51. Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social development*, 16(2), 361–388. Pridobljeno 24. 5. 2025 s <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00389.x>
52. Mrežar, A. (2013). Uporaba konceptov socialnega dela pri mladostnikih, ki so razvili neustrezne strategije ravnanja. *Socialno delo*, 52(4), 273. Pridobljeno 25. 5. 2025 s <https://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:doc-KA8JGWI6>
53. Peček, M., & Lesar, I. (2023). *Moč vzgoje: Sodobna vprašanja teorije vzgoje* (1st ed.). Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
54. Resman, M. (1999). Pojem in karakteristike šolskega svetovanja. V M. Resman (ur.), *Svetovalno delo v vrtcih, osnovnih in srednjih šolah* (str. 67–84). Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo.
55. Rosenblum, G., & Lewis, M. (2003). Emotional development. V Adams, G. R. & Berzonsky, M. D. (ur.), *Blackwell handbook of adolescence*. (str. 269–289). Oxford: Blackwell Publishers. Pridobljeno 20. 3. 2025 s https://www.researchgate.net/publication/229727259_Blackwell_Handbook_of_Adolescence
56. Salmela-Aro, K. (2011). Stages of Adolescence. V Bradford Brown, B. & Prinstein, M. J. (ur.), *Encyclopedia of Adolescence* (str. 360–368). Academic Press. Pridobljeno 21. 3. 2025 s https://www.researchgate.net/publication/290204766_Stages_of_Adolescence
57. Shaffer, D. R., Kipp, K., Wood, E. & Willoughby, T. (2010). *Developmental Psychology: Childhood and Adolescence*. Nelson Education Limited.
58. Silverberg, S. B., & Steinberg, L. (1990). Psychological well-being of parents with early adolescent children. *Developmental psychology*, 26(4), 658. Pridobljeno 25. 5. 2025 s https://www.researchgate.net/publication/374665236_Psychological_Well-Being_of_Parents_With_Early_Adolescent_Children
59. Silvers, J. A. (2022). Adolescence as a pivotal period for emotion regulation development. *Current Opinion in Psychology*, 44, 258–263. Pridobljeno 21. 3. 2025 s <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34781238/>
60. Skeen, S., Levy, M., Haj-Ahmad, J. (2021) Programming Guidance for Parenting of Adolescents. UNICEF. Pridobljeno 13. 3. 2025 s <https://www.unicef.org/reports/parenting-adolescents>

61. Steinberg, L., & Silk, J. S. (2002). Parenting adolescents. V: M. H. Bornstein (ur.), *Handbook of parenting: Children and parenting* (str. 103–133). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
62. Suleiman, A. B., & Dahl, R. (2019). Parent–child relationships in the puberty years: Insights from developmental neuroscience. *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 68(3), 279–287. Pridobljeno 13. 3. 2025 s https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/fare.12360?saml_referrer
63. Scherf, K.S., Smyth, J. M., & Delgado, M. R. (2013). The amygdala: An agent of change in adolescent neural networks. *Hormones and Behavior*. 64(2), 298–313. Pridobljeno 21. 5. 2025 s <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23756154/>
64. Skreden, M., Skari, H., Malt, U. F., Pripp, A. H., Björk, M. D., Faugli, A., & Emblem, R. (2012). Parenting stress and emotional wellbeing in mothers and fathers of preschool children. *Scandinavian journal of public health*, 40(7), 596–604. Pridobljeno 11. 6. 2025 s <https://doi.org/10.1177/1403494812460347>
65. Spear, L. P. (2000). Neurobehavioral changes in adolescence. *Current directions in psychological science*, 9(4), 111–114. Pridobljeno 24. 5. 2025 s <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00072>
66. Ule, M. (2008). Za vedno mladi?: Socialna psihologija odrasčanja. Fakulteta za družbene vede: Založba FDV.
67. United Nations. (2024). *UNESCO urges more action to combat violence and bullying at school*. Pridobljeno 25. 5. 2025 s <https://news.un.org/en/story/2024/11/1156591>
68. Wallis, A. (2024). Social workers and teenage mental health [Video]. 12. 9. 2024. Pridobljeno 25. 5. 2024 s <https://raisingchildren.net.au/teens/videos/social-workers-teen-mental-health>
69. Whiston, S. C., & Sexton, T. L. (1998). A review of school counseling outcome research: Implications for practice. *Journal of counseling & development*, 76(4), 412–426. Pridobljeno 25. 5. 2025 s <https://doi.org/10.1002/pits.20372>
70. World Health Organization. (b. d.). *Adolescent health*. Pridobljeno 14. 3. 2025 s https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
71. World Health Organization. (2024). *Teens, Screens and Mental Health*. Pridobljeno 25. 5. 2025 s <https://www.who.int/europe/news/item/25-09-2024-teens--screens-and-mental-health>

72. Zupančič M. (2020). Opredelitev razvojnega obdobja in razvojne naloge v mladostništvu. V: L. Marjanovič Umek, & M. Zupančič (ur.), *Razvojna psihologija*. (str. 644–655). Ljubljana: Znanstvenoraziskovalni inštitut Filozofske fakultete.
73. Assarsson, L., & Aarsand, P. (2011). 'How to be good': media representations of parenting. *Studies in the Education of Adults*, 43(1), 78–92. Pridobljeno 11. 6. 2025 s <https://doi.org/10.1080/02660830.2011.11661605>

9 Priloge

9.1 Priloga A: Vodilo za intervju

Uvodna vprašanja

1. Lahko na kratko opišete svojo družino? (Število otrok, starost in spol otroka, družinska dinamika, skrb za otroka, zaposlitev)
2. Kako bi opisali svoj odnos z otrokom, preden je vstopil v obdobje adolescence?
3. Kako bi opisali svoj vzgojni stil pred adolescenco otroka? Permisivni, avtoritarni, avtoritativni
4. Ste se na kakršenkoli način pripravljali na to obdobje?
→ Če ste se, kako?

Spremembe v odnosu med staršem in otrokom

5. Kako bi opisali spremembe v vašem odnosu z otrokom, odkar je vstopil v obdobje adolescence?
→ Se vam zdi, da ste bolj oddaljeni ali bližje kot prej? Kako to opazate?
→ Imate v mislih kakšno situacijo, ki se vam zdi kot prelomna?
6. Ali opazate več konfliktov ali nerazumevanja?
→ Za kakšne konflikte in nerazumevanja gre?
→ Kako jih rešujete?
7. Kako se je spremenila komunikacija med vama?
→ Kaj zaznavate kot največje ovire pri pogovoru?
→ Ali otrok lažje izraža svoja čustva ali se je zaprl vase? Kako to opazate?

Izzivi pri vzgoji in postavljanju meja

8. Katere vzgojne izzive doživljate kot najtežje v tem obdobju?
→ Kakšni odzivi otrok so za vas največji izziv?
9. Kako postavljate meje svojemu otroku? Se je to v obdobju adolescence spremenilo?
→ Katera pravila vaš otrok spoštuje in katera preizkuša?
→ Ste morali prilagoditi svoj vzgojni stil in kako?
10. Ali zaznavate, da ima vaš otrok potrebo po večji neodvisnosti in kako to zaznavate?
→ Kako se na to odzivate?
→ Kako usklajujete otrokovo željo po svobodi s svojo skrbjo za njegovo varnost?

- Ali menite, da mu dajete preveč ali premalo svobode? Kako se to odraža?
- 11. Ali opazate kakšne specifične izzive, ki se bolj tičejo fantov ali deklet in kateri so to?
 - Kako opazate razlike med spoloma pri starševanju (so kakšna področja/teme, ki jih pokriva le en od staršev)?
- 12. Ali nove tehnologije in družabna omrežja za vas predstavljajo izziv pri vzgoji? Na kakšen način?
- 13. Ali in kako naslavljate temo spolnosti in spolne vzgoje z otroki?
 - Jo načenjate vi ali partner, ali prepuščate šoli, samoizobraževanju preko interneta, pogovorov s prijatelji, ipd.?
 - Kakšen je odziv otrok?
 - V kolikor se o tem pogovarjate z otroki, kako potekajo pogovori - sproščeno ali je prisotna zadrega in kako jo premagajo?

Čustvene obremenitve in stres

- 14. Kako doživljate čustveni vpliv adolescence vašega otroka na svoje počutje?
 - Kako se vaše počutje odraža v družinskem življenju in partnerskem odnosu?
- 15. Katere situacije v tem obdobju so vam povzročile največ stresa ali skrbi?
 - Kako ste opremljeni za soočanje s temi izzivi?
- 16. Kako se soočate s stresom, ki ga prinaša starševstvo otrok v puberteti?
 - Kakšne strategije uporabljate za lažje spoprijemanje?
 - Kako se sproščate ali ohranjate svoje duševno zdravje?

Podpora

- 17. Kdo in kako vas v tem obdobju podpira?
 - Kako uspešna je ta podpora?
- 18. Kako sodelujeta z materjo/očetom otroka?
 - Kako podobni/različni so vajini starševski pristopi oz. vzgojni stili?
 - Ali starševanje mladostniku kdaj predstavlja vir konfliktov med vama in kako?
 - Bi si v tem odnosu želeli več podpore in kakšne?
- 19. Ali ste kdaj poiskali strokovno pomoč za lažje soočanje s starševskimi izzivi?
 - Kakšno pomoč ste poiskali in kako je ustrezala vašim potrebam?
 - Bi še kaj potrebovali?
- 20. Kako menite, da bi lahko starši bolje podprli drug drugega v tem obdobju?

Zaključna vprašanja

- 21. Če bi lahko nekaj svetovali drugim staršem otrok v puberteti, kaj bi jim svetovali?

22. Bi želeli še kaj dodati glede vaših izkušenj s starševstvom v obdobju pubertete?

9.2 Priloga B: Odprto kodiranje

Intervju A

Št. izjave	Izjava	Pojem	Podkategorija	Kategorija	Tema
A1	Sem ženska.	Ženska		Spol	Podatki o sogovorniku
A2	Stara sem 55 let.	55 let		Starost	Podatki o sogovorniku
A3	Imam dva	2 otroka		Število otrok	Podatki o sogovorniku
A4	sina.	Moški in moški		Spol otrok	Podatki o sogovorniku
A5	En ima 28, en ima 16 let.	16 in 28 let		Starost otrok	Podatki o sogovorniku
A6	Sem ločena.	Ločena		Družinska dinamika	Podatki o sogovorniku
A7	Sama skrbim za otroka. Oče skrbi takrat, ko mu paše.	Mati primarna skrbnica, oče občasno prisoten		Skrb za otroka	Podatki o sogovorniku
A8	Po izobrazbi sem zdravstveni tehnik.	V. stopnja		Izobrazba	Podatki o sogovorniku
A9	Sem privatnica in delam cele dneve, kar vem, da ni dobro za otrokov razvoj.	Zaposlena kot privatnica z dolgimi delovniki		Zaposlitev	Podatki o sogovorniku
A10	Pri prvem nobenih posebnosti, vse super, dober odnos.	Dober odnos z otrokom na prehodu v odraslost	Pred adolescenco	Odnos	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A11	Pri drugem pa problematičen. Že pred adolescenco.	Problematičen odnos	Pred adolescenco	Odnos	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A12	Neke izzive sem imela vedno z njim.	Izzivi	Pred adolescenco	Odnos	
A13	Njegova trma, bi rekla.	Trma	Pred adolescenco	Odnos	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A14	V bistvu, kot da mi je nagajal, ker ga zanemarjam.	Nagajanje	Pred adolescenco	Odnos	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A15	Nič od tega. Nekje vmes.	Nekaj vmes	Pred adolescenco	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A16	Ne pri enem, ne pri drugem.	Brez priprave		Priprava na adolescenco	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A17	Ker zgleda, da mi je pri starejšem šlo lažje, kar sem rekla, tako je bilo.	Ubogljivost otroka na prehodu v odraslost	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A18	Ta drugi pa ne posluša.	Neposlušnost	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A19	Pri prvem se ni nič spremenilo, nič, kar bi lahko rekla tako.	Brez zaznanih spremembe pri otroku na	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

		prehodu v odraslost			
A20	Mlajši pa se je začel obnašati do mene... kako bi rekla... drugače. Drugačno obnašanje ima do mene,	Drugačno obnašanje	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
A21	kot da me ne spoštuje.	Nespoštljivost	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
A22	Tako me zaničuje.	Zaničevanje	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
A23	Enako po mojem, pri obeh.	Ni sprememb	V adolescenci	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
A24	Da se pogovarjamo, da mi zaupa stvari enako kot prej.	Zaupanje ostaja enako	V adolescenci	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
A25	Ne. Nobene. Ni neke specifične.	Ni prelomne situacije		Prelomna situacija/sprememba	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
A26	Ja. Itak ja. Pri obeh.	Več konfliktov in nerazumevanj	Pogostost konfliktov in nerazumevanj	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
A27	Pri starejšem je bila več ali manj šola edina težava, ko so se mu poslabšale ocene, ampak ni bilo nikoli tako kritično.	Manjši konflikti glede šole z otrokom na prehodu v odraslost	Šola	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
A28	Zdaj pri mlajšem pa to kar se tiče učenja spoštovanja mene.	Učenje spoštovanja	Odnos	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
A29	Zdaj se kregamo, ker se noče vstati,	Noče ustati	Vsakdanje stvari	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
A30	Noče se učiti.	Se noče učiti	Šola	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
A31	V bistvu kar se kregamo, se kregamo, največ zaradi šole. To je to več ali manj.	Največ kreganja zaradi šole	Šola	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
A32	Jaz mu vedno skušam dopovedat,	Starševska razlaga	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
A33	Potem se mi on vedno opraviči, ker se je tako obnašal	Se opraviči	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
A34	Tako je bilo pri obeh, pogovor.	Pogovor	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
A35	On kriči.	Kričanje	V adolescenci	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca

A36	Prej ni tako kričal in ni tako govoril z mano kot zdaj.	Ni kričal	Pred adolescenco	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A37	Zdaj prav vidiš, da je pubertetnik in misli, da je pojedel vso pamet tega sveta.	Pubertetnik, ki je "pojedel vso pamet tega sveta"	V adolescenci	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A38	Starejši pa ni bil nikoli tak, vedno spoštljiv.	Otrok na prehodu v odraslost je bil vedno spoštljiv	V adolescenci	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A39	Okej, sva se skregala včasih, normalno, ampak nič izstopajočega.	Občasni prepiri z otrokom na prehodu v odraslost	V adolescenci	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A40	Se bojim da me ne razume. Vidim da mu govorim in da on napačno pojmuje določene stvari.	Strah pred otrokovim nerazumevanjem	Ovire pri pogovoru	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A41	Jih jemlje kot napad na lastno osebnost ali kakorkoli.	Otrok občuti kot osebni napad	Ovire pri pogovoru	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A42	Starejši si je tudi včasih mislil svoje in ni poslušal, ko sem mu kaj hotla dopovedat, najstniki pač.	Neposlušnost	Ovire pri pogovoru	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A43	Mlajši na momente ja, ma ne more preko sebe.	Neuspešnost komunikacije	V adolescenci	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A44	Starejši sčasoma je ja, ma je res rabil čas da odraste in razume.	Uspešnejša komunikacija z otrokom na prehodu v odraslost čez čas	V adolescenci	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A45	On izraža svoja čustva, ko je polna luna. Ga kar dvakrat na mesec opažam. Ob spremembah lune začne ful govorit, pove vse, še tisto kar ne bi smel. Pove kaj se mu je zgodilo, če se mu dogaja kakšna krivica ali da mu je kaj hudo. Drugače je zaprt, ampak pri lunarnih spremembah pa veliko poslušam.	Vpliv lune na večjo čustveno odprtost	V adolescenci	Izražanje čustev	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A46	Tako da zdaj več pove.	Povečano izražanje čustev	V adolescenci	Izražanje čustev	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A47	Starejši mi je od vedno vse povedal, sva imela in še zdaj imava zelo odprt odnos.	Odprta komunikacijaz otrokom na prehodu v odraslost	V adolescenci	Izražanje čustev	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

A48	Joj ne vem, itak mi je težko vse. Mogoče, ker sem jaz utrujena bolj in mi je najtežja po moje šola, kako mu razložiti zakaj se uči, da je to njegova prihodnost.	Kako otroku pojasniti pomembnost šole		Šola	Izzivi
A49	Pri starejšem mi je bilo lažje, verjetno sem imela takrat več energije, manj sem bila utrujena in mi je bilo lažje pomagati s šolo.	Brez izzivov s šolo pri otroku na prehodu v odraslost		Šola	Izzivi
A50	To da kriči,	Kričanje		Odzivi otroka	Izzivi
A51	da se jezi.	Jeza		Odzivi otroka	Izzivi
A52	Starejši pa nič posebnega, ko se kdaj ni strinjal z mano in kako mu to dopovedat.	Nestrinjanje otroka na prehodu v odraslost		Odzivi otrok	Izzivi
A53	Jih ne postavljam,	Nepostavljanje meja	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
A54	jih ni pri mlajšem od nikoli. Zdej sem že malo prepozna...	Nepostavljanje meja	Pred adolescenco	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
A55	Pri starejšem sem jih več, ma sem tudi manj delala.	Več postavljanja meja pri otroku na prehodu v odraslost	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
A56	To, da mora doma kaj naredit. Ta pravila spoštuje. Oba sta to spoštovala.	Spoštovanje pravil glede domačih opravil	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
A57	Preizkuša to, ko se krega z mano, koliko jaz zdržim. Meje išče ta mlajši.	Preizkušanje mej pri kreganju	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
A58	Ne. Vse isto kot prej.	Nespremenjen vzgojni stil	V adolescenci	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
A59	Recimo, ko ga vprašam, če mu kaj pomagam, ne vem glede prevoza, karkoli, me ne rabi. Določene stvari hoče opraviti sam, ne rabi mene. Tudi pri starejšem je bilo enako.	Zavračanje pomoči	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
A60	V redu, v redu, super. Je prav tako.	Sprejemanje otrokove samostojnosti	Odziv starša	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
A61	Ga grem iskat, ko rabi	Zagotavljanje prevoza	Usklajevanje z varnostjo	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca

A62	se mi mora oglašati na telefon.	Oglašanje na telefon	Usklajevanje z varnostjo	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A63	Pri starejšem podobno, sem morala vedeti kje je.	Spremljanje lokacije	Usklajevanje z varnostjo	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A64	Lih prav po moje. Dovolj, obema.	Zadostna svoboda	Količina svobode	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A65	Vse se pač pogovarja z mano, ker itak z očetom nima kaj za govoriti, tak kot je... Starejši tudi.	Pogovor o vsem z mamo		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
A66	Mogoče tej motorji, njihova varnost.	Varnost na motorjih	Fantje	Spolno specifični izzivi	Izzivi
A67	Ja. Noče in ne more se odlepiti od tega. Vsak dan od jutra do ne vem kdaj.	Prekomerna uporaba tehnologije pri mlajšem otroku	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
A68	Pri starejšem tega sploh ni bilo.	Brez težav s tehnologijo pri otroku na prehodu v odraslost	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
A69	Ja, kdaj vzamem, pa potem on najde.	Odvzem telefona	Odziv starša	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
A70	Bolj malo.	Redki pogovori o spolnosti	Spolna vzgoja doma	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A71	Se bolj drugje o tem pogovarjata, prijatelji recimo.	Pogovor s prijatelji	Spolna vzgoja drugje	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
A72	Utrujeno	Utrujenost		Počutje	Čustvene obremenitve in stres
A73	nemočno.	Nemoč		Počutje	Čustvene obremenitve in stres
A74	Ja, sigurno. V vzdušju.	Počutje vpliva na družinsko vzdušje		Vpliv na odnose	Čustvene obremenitve in stres
A75	Opaža se, da ni moškega v družini. Ena trda moška roka bi mogla biti, moška energija, glede na to da je fant.	Pomanjkanje moške figure	Oče	Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
A76	Ko se ne oglašajo na telefon in začnem delati paniko.	Neoglašanje na telefon		Povzročitelji skrbi in stresa	Čustvene obremenitve in stres
A77	In pa šola.	Šola		Povzročitelji skrbi in stresa	Čustvene obremenitve in stres
A78	Se pogovarjam sama s sabo	Pogovor s samim seboj		Soočanje z izzivi	Izzivi
A79	si najdem svoj mir.	Iskanje miru		Soočanje z izzivi	Izzivi

A80	Meditacija	Meditacija		Soočanje z izzivi	Izzivi
A81	berem knjige.	Branje knjig		Soočanje z izzivi	Izzivi
A82	Večinoma sem bolj sama.	Samopodpora		Podporna mreža	Podpora
A83	Edino sestri. Ampak čim manj, da ni obsojanja.	Sestra, ampak malo, da ni obsojanja		Podporna mreža	Podpora
A84	Včasih.	Delna uspešnost podpore		Uspešnost podpore	Podpora
A85	Slabo.	Slabo sodelovanje z očetom		Sodelovanje	Sodelovanje z materjo/očetom
A86	Še ko ga vprašam, če bo otrok spal pri njemu, reče malemu, da naj mi reče, da ne klicarim.	Oče ne želi stikov z mamo		Sodelovanje	Sodelovanje z materjo/očetom
A87	Uh zelo,	Razlike v vzgojnih stilih		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
A88	jaz sploh ne morem reči, da ga on vzgaja.	Neaktivnost očeta pri vzgoji		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
A89	Ne, ker itak ne govori z mano.	Ni konfliktov zaradi prekinjenega stika		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom
A90	Ja, itak.	Želja po večji očetovi podpori		Uspešnost podpore	Sodelovanje z materjo/očetom
A91	Pa če ne drugo da se pogovori otrokom, da mu kaj pove. Da ima več stika z njim.	Želja po večji vključenosti očeta v otrokovo življenje		Uspešnost podpore	Sodelovanje z materjo/očetom
A92	Ja. Smo šli k psihologinji z mlajšim.	Obisk psihologa		Strokovna pomoč	Podpora
A93	Ne.	Neuspešnost strokovne pomoči		Strokovna pomoč	Podpora
A94	Ker on je tako manipuliral z njo. Je tak manipulator. Ni bilo prav nič boljše.	Otrokova manipulacija		Strokovna pomoč	Podpora
A95	To še vedno iščem.	Iskanje rešitev		Strokovna pomoč	Podpora
A96	Jaz sem mislila, da bo on razumel, če mu bo ona iz druge strani kaj povedala.	Upanje v posredovanje strokovne pomoči kot tretje osebe		Strokovna pomoč	Podpora
A97	Da si bolj realno povemo stvari tako kot so. Ker veliko staršev prikriva slabe stvari.	Realna predstava starševstva med starši		Predlogi za boljšo podporo	Podpora
A98	Tako bi vedeli, da se vsi starši soočamo s podobnimi težavami in da nisi ti edini. Včasih se počutim,	Vednost, da nisi v temu sam, ker se tudi drugi starši soočajo s podobnimi težavami		Predlogi za boljšo podporo	Podpora

	kot da se samo meni to dogaja.				
A99	To da moraš poskrbet že prej. Že prej bi se mogle postaviti meje, zdaj jih nimaš več kaj postavljati.	Pomen zgodnje postavitve meja		Nasveti za druge starše	Nasveti in refleksija

Intervju B

Št. izjave	Izjava	Pojem	Podkategorija	Kategorija	Tema
B1	50 let sem stara.	50 let		Starost	Podatki o sogovorniku
B2	Delam na banki.	Zaposlen		Zaposlitev	Podatki o sogovorniku
B3	Ženska.	Ženska		Spol	Podatki o sogovorniku
B4	Imam 2.	2 otroka		Število otrok	Podatki o sogovorniku
B5	Punčke.	Ženski in ženski		Spol otrok	Podatki o sogovorniku
B6	Stari 15 in 13 let.	13 in 15 let		Starost otrok	Podatki o sogovorniku
B7	Ekonomistka po izobrazbi.	VII. stopnja		Izobrazba	Podatki o sogovorniku
B8	Sem ločena, že 8 let.	Ločena		Družinska dinamika	Podatki o sogovorniku
B9	Glede skrbništva, nimava še nič uradno urejeno. Živita pri meni, videvata pa tudi očeta vsak drugi vikend, vsako sredo in vsak drugi torek. To držimo že od začetka in tako so se punce navadile in tudi midva. Sva pa pač oba vključena v vzgoji.	Oba starša skrbnika		Skrb za otroka	Podatki o sogovorniku
B10	Hm čisto normalno. Navezani sta bili in name in tudi na očeta.	Navezanost na oba starša	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	
B11	Jaz sem bolj popustljiva kot on.	Popustljivost matere		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
B12	Zato so se najbrž večkrat obrnile name.	Iskanje opore pri materi	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

B13	Navezane so bile obe name	Navezanost na mamo	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
B14	In so še vedno.	Navezanost na mamo	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
B15	Ker najdejo v meni se mi zdi, da več podpore.	Več podpore v materi		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
B16	Oziroma manj strogosti.	Mati manj stroga		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
B17	Starejša je bila vedno bolj ubogljiva.	Ubogljivost	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
B18	In čustvena.	Čustvenost	Pred adolescenco	Izražanje čustev	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
B19	Se je dostikrat zaprla vase.	Otrok zapiral vase	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
B20	Mlajša pa je bila trmasta.	Trma	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
B21	Poskušala sem biti striktna, vendar mi ni uspevalo.	Neuspešna striktna vzgoja	Pred adolescenco	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
B22	Najbrž je tudi to malo posledica ločitve, kot da so se mi malo smilile. Bili sta stari 6 in 7 let.	Vpliv ločitve na vzgojo	Pred adolescenco	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
B23	Ne.	Brez priprave		Priprava na adolescenco	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
B24	Nismo več toliko povezane.	Manjša povezanost	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
B25	So zaprte v svojih sobah. Starejša bolj kot mlajša.	Umikanje v sobo	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
B26	Kakšne stvari mi tudi ne pove.	Manjša odprtost starejše hčerke	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
B27	Mlajša mi več pove.	Večja odprtost mlajše hčerke	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
B28	Starejši ko rečeš, se ustavi.	Pasivnost	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca

B29	Mlajša pa se ne, vztraja naprej, pelje svojo pot naprej, je bolj trmasta.	Trma	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B30	Ni prisotna več.	Neprisotnost	V adolescenci	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B31	tudi če jih vprašaš, povejo, pa pol, če slišijo kakšen odgovor, ki jim ni všeč, se kar umaknejo in grejo spet v sobo.	Umik ob neželenem odgovoru	V adolescenci	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B32	Bolj so se začele umikati v sobo.	Umikanje v sobo		Prelomna situacija/sprememba	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B33	Ja,	Več konfliktov in nerazumevanj	Pogostost konfliktov in nerazumevanj	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B34	Starejša se užali.	Užaljenost	Značilnosti	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B35	Ne pove vsega.	Otrok ne pove vsega	Značilnosti	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B36	Mlajša trmari.	Trma	Značilnosti	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B37	Vztraja pri svojem stališču.	Otrok vztraja pri svojem	Značilnosti	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B38	Ko ji ni, se pobere stran.	Otrok se umakne iz konflikta	Značilnosti	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B39	Gre se pa o šoli.	Konflikti glede šole	Šola	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B40	Če ji hočem kaj praktičnega povedat.	Praktični nasveti	Vsakdanje stvari	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B41	Čutijo moje mnenje kot napad.	Doživljanje mnenja kot napad	Značilnosti	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B42	najprej zgrešeno,	Zgrešeno reševanje konfliktov	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B43	Smo užaljene vsaka na svoji strani.	Užaljenost	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

B44	Kričim, kadar me ne poslušajo.	Kričanje	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B45	Ko se pomirimo, se pomenimo.	Pogovor	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B46	Razložim, zakaj.	Starševska razlaga	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B47	Starejša pride prva, mlajša ne.	Pobuda otroka za spravo	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B48	Več vzkipljivosti na obeh straneh.	Več vzkipljivosti	V adolescenci	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B49	tudi, če se pošljemo nekam, dejansko ne vzameš to v srcu, kot pri kakšnih drugih družinah. Mi se skregamo in potem gre mimo in se pomenimo.	Ne vzemamo si vsega k srcu	V adolescenci	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B50	Mogoče moje pričakovanje, da so starejše, da bolj razumejo situacijo.	Previsoka pričakovanja matere	Ovire pri pogovoru	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B51	Pri njih pa, da dejansko vse vzamejo, kar je okej, kar se mi zdi normalno, da vzamejo vse takoj kot nek osebni napad na njih in da potem se začnejo braniti, kar je normalno.	Otrok občuti kot osebni napad	Ovire pri pogovoru	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B52	Ja, ja, obe sta se bolj zaprli vase.	Večja čustvena zaprtost		Izražanje čustev	
B53	da jim povem, da jim razložim na pravilni način, zakaj je pomembno, da so v šoli uspešne,	Kako otroku pojasniti pomembnost šole		Šola	Izzivi
B54	da je pomembno, da poslušajo oziroma upoštevajo tudi druge ljudi,	Naučiti otroka, da upošteva druge ljudi		Vzgoja	Izzivi
B55	spoštovanje do drugih ljudi,	Naučiti otroka spoštovanja		Vzgoja	Izzivi

B56	da se izogibajo pastem na spletu.	Nevarnosti na spletu	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
B57	včasih jim povem, da odreagiram na tak način, zato ker mi je mar za njih. In pol je »mami mami, saj vem«.	Razlaga mamine reakcije, kot skrb za otroka		Konflikti in nerazumevanja	Izzivi
B58	Odgovarjanje nazaj.	Odgovarjanje		Odzivi otroka	Izzivi
B59	kakšno stvar, če je ne naredijo prav, da jim skušam kakšno stvar prepovedat.	Prepovedi	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B60	priznam, da pri tem nisem načelna, da znorim, skrčim in pol drugi dan odstopim, kar je moja pomanjkljivost.	Odstopanje od mej	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B61	Oče je pri tej stvari bolj načelen kot jaz.	Oče je bolj načelen pri postavljanju mej		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
B62	nek red mora biti oziroma predvsem glede šole.	Spoštovanje šolskega reda	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B63	Neke njihove naloge doma, da morajo biti opravljene.	Spoštovanje pravil glede domačih opravil	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B64	Preizkušajo v odgovarjanju,	Preizkušanje mej z odgovarjanjem	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B65	v telefonih, prekomeren čas na telefonih.	Preizkušanje mej glede uporabe telefonov	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B66	Ne, poskušam biti na enak način.	Ohranjanje enakega načina vzgoje	V adolescenci	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B67	vseeno poskušam malo več pogovora »zakaj«. Malo dejansko razložiti, zakaj,	Več pogovora "zakaj"	V adolescenci	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B68	malo bolj ne na otroški, že malo na odrasel način razložiti stvari.	Bolj odrasla razlaga	V adolescenci	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B69	hočejo biti v družbi s sovrstniki.	Več druženja z vrstniki	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B70	sami hočejo iti ven,	Želijo same ven	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

B71	v sobi hočejo biti same,	Želijo biti same v sobi	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B72	jaz to opažam kot samostojnost,	Samostojnost	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B73	da niso »nonstop« pri meni, da me ne iščejo.	Manjša potreba po materi	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B74	Dejansko so dokaj samostojne, ker tudi jim pustim kakšno komunikacijo v šoli in to, da se kar sami zmenijo.	Komunikacija v šoli	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B75	Me ne moti, podpiram.	Sprejemanje otrokove samostojnosti	Odziv starša	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B76	Poskušam razložiti, kakšne pasti jih mogoče lahko doletijo,	Opozarjanje na nevarnosti	Usklajevanje z varnostjo	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B77	nadzor, da se mi malo javijo	Nadzor z javljanjem	Usklajevanje z varnostjo	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B78	jim omejim čas, ki so lahko zunaj.	Omejitev časa zunaj	Usklajevanje z varnostjo	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B79	mogoče jim dajem na momente preveč, na momente mogoče premalo.	Včasih preveč, včasih premalo svobode	Količina svobode	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B80	Niso še toliko velike, da bi rabile toliko svobode.	Premajhen za veliko svobode	Količina svobode	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B81	No, tako verjetno se bo to odražalo pol čez kakšno leto, dve, ko bodo začele hoditi pospešeno ven.	Pričakovanje še večje potrebe po svobodi tekom odraščanja	Količina svobode	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B82	Vem, da morajo svoje izkušnje dobit. Ker dejansko vsak človek mora na svojih napakah se tudi naučiti, svoje izkušnje,	Razumevanje pomena lastnih izkušenj	Odziv starša	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

B83	so še premajhne, da bi hodile ven zvečer, so še premajhne, še naivne, da bi, da bi dejansko poznale vse pasti.	Nezmožnost presoje nevarnosti	Količina svobode	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
B84	fantje so po mojem manj komplicirani kakor punce,	Fantje so manj komplicirani	Fantje	Spolno specifični izzivi	Izzivi
B85	so pa dejansko malo bolj predvidevam, malo bolj divji.	Fantje so bolj divji	Fantje	Spolno specifični izzivi	Izzivi
B86	alkohola,	Nevarnosti glede alkohola	Fantje	Spolno specifični izzivi	Izzivi
B87	motorjev	Varnost na motorjih	Fantje	Spolno specifični izzivi	Izzivi
B88	punce prej dozori in prej potem mogoče pride do kakšnih nevarnih situacij, primerov.	Hitrejša dozorelost deklet	Dekleta	Spolno specifični izzivi	Izzivi
B89	on je bolj strikten, kakor jaz	Oče je bolj strikten		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
B90	se bolj drži malo več strogosti,	Oče je bolj strog		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
B91	več nadzora nad uporabo telefona ima, kolikor jaz.	Oče bolj nadzira uporabo telefona		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
B92	Teme kakšne take glede fantov	Pogovori o fantih z materjo		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
B93	kakšnih zdravstvenih težav pa se z mano.	Pogovori o zdravstvenih težavah z materjo		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
B94	Ja, ker ne poznaš,	Nepoznavanje tehnologije	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
B95	stalno visijo na teh socialnih omrežij	Prekomerna uporaba družabnih omrežij	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
B96	ne veš nikoli kaj najdejo gor, nevarnosti.	Nevarnosti na spletu	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
B97	In otroci ne znajo oceniti, če je kaj nevarnost.	Otrokova nezmožnost presoje nevarnosti	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
B98	»chatajo« z neznanimi ljudmi, ki se predstavljajo kot mlajši, kot dejansko so.	Komunikacija z neznanci	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi

B99	Kar direktno.	Direkten pristop k spolni vzgoji	Spolna vzgoja doma	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B100	Predvsem od zaščite...	Poudarek na zaščiti	Spolna vzgoja doma	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B101	Malo na hec vržem sicer.	Pogovor v hecu	Spolna vzgoja doma	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B102	Ma itak se učijo v šoli, sedmi, osmi razred, tako da malo že znajo tudi.	Spolna vzgoja v šoli	Spolna vzgoja drugje	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B103	»Mami sej vem, saj vemo, smo se učili.«	Poznavanje teme pri otroku	Odziv otroka	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B104	Sproščeno je.	Sproščenost	Odziv otroka	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
B105	Je težko,	Je težko		Počutje	Čustvene obremenitve in stres
B106	rasteš postopoma s tem. Spoznavaš, itak živiš z otroci vsak dan, to ni od danes do jutri.	Postopno prilagajanje na spremembe pri otroku		Soočanje	Čustvene obremenitve in stres
B107	Edino malo služba, je naporno in potem še otroci in mogoče prideš ti nervozen domov, otroci nervozni iz šole in pol hitro nastane kakšen konflikt.	Soočanje z napetostjo ob sočasnem stresu v službi in doma		Počutje	Čustvene obremenitve in stres
B108	Več kričim,	Več kričanja		Vpliv na odnose	Čustvene obremenitve in stres
B109	sem bolj utrujena.	Utrujenost		Počutje	Čustvene obremenitve in stres
B110	Njihovo nasprotovanje nekim nalogam, ko sem jih mogoče dala.	Nasprotovanje		Povzročitelji skrbi in stresa	Čustvene obremenitve in stres
B111	Kakšne slabše ocene v šoli.	Slabe ocene v šoli		Povzročitelji skrbi in stresa	Čustvene obremenitve in stres
B112	Se ne obremenjujem za naprej, dejansko rešujem stvar za stvarjo. Situacijo za situacijo.	Sprotno reševanje težav		Soočanje z izzivi	Izzivi

B113	Se nakričim in potem gre mimo.	Sproščanje s kričanjem		Soočanje	Čustvene obremenitve in stres
B114	Včasih se kakšno stvar vprašam sama pri sebi,	Samorefleksija		Soočanje	Čustvene obremenitve in stres
B115	kakšno televizijo pogledaš	Gledanje televizije		Soočanje	Čustvene obremenitve in stres
B116	Sama	Samopodpora		Podporna mreža	Podpora
B117	pogovor s kakšnim partnerjem	Partner		Podporna mreža	Podpora
B118	prijateljico.	Prijatelji		Podporna mreža	Podpora
B119	Boljše se počutiš,	Boljše počutje		Uspešnost podpore	Podpora
B120	če poveš je že pol manjši problem.	Delitev problema z nekom, ga zmanjša		Uspešnost podpore	Podpora
B121	Zgledno.	Zgledno sodelovanje z očetom		Sodelovanje	Sodelovanje z materjo/očetom
B122	O kakšnih pomembnih stvareh se pogovorimo,	Pogovor o pomembnih stvareh		Sodelovanje	Sodelovanje z materjo/očetom
B123	itak pa nastanejo kakšni konflikti, sigurno, neke zamere od nazaj, ki so še vedno prisotne.	Konflikti zaradi nerazrešenih zamer iz preteklosti		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom
B124	Ja, če se glede kakšne stvari ne strinjamo,	Konflikti zaradi nestrinjanja		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom
B125	poskuša držati skupaj.	Držanje skupaj kljub razlikam		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom
B126	Ma ne, se spopadamo.	Zadostna podpora		Uspešnost podpore	Sodelovanje z materjo/očetom
B127	Ne, ne še, ampak nikoli ne veš.	Nikoli koristili strokovne pomoči		Strokovna pomoč	Podpora
B128	Ne.	Ni potrebe po strokovni pomoči		Strokovna pomoč	Podpora
B129	Da se kakšno stvar pomeniš malo več	Več pogovora		Predlogi za boljšo podporo	Podpora
B130	da si načelen, da pravila veljajo pri obeh.	Enaka pravila pri obeh starših		Predlogi za boljšo podporo	Podpora
B131	da se pogovarjaš, da jasno vidiš, da se skoraj vsi soočamo s podobnimi problemi in težavami.	Vednost, da nisi v temu sam, ker se tudi drugi starši soočajo s podobnimi težavami		Predlogi za boljšo podporo	Podpora

B132	Naj se čim več pogovarjajo z otroci. Jaz se premalo. In naj jim govorijo, kaj je prav, kaj ni prav. Otroci, vem, da tudi če mislim prvo, da me ne poslušajo, pol ko rečejo »ja mami si že povedala, vemo, da ne moremo«... in mi vse naštejejo, tako da dejansko poslušajo. Čim večkrat jim povedati ene in iste stvari.	Čim več pogovorov in ponavljanja		Nasveti za druge starše	Nasveti in refleksija
B133	Vsak dan je nov izziv, ki pa ga dejansko rešuješ sproti.	Vsak dan je nov izziv, ki ga rešuješ sproti		Dodatne misli	Nasveti in refleksija

Intervju C

Št. izjave	Izjava	Pojem	Podkategorija	Kategorija	Tema
C1	Torej, sem moški.	Moški		Spol	Podatki o sogovorniku
C2	Imam 45 let.	45 let		Starost	Podatki o sogovorniku
C3	Imamo 2 otroka.	2 otroka		Število otrok	Podatki o sogovorniku
C4	Z ženo.	Zakonska zveza		Družinska dinamika	Podatki o sogovorniku
C5	Mlajši ima 13 let, starejša ima 15 let.	13 in 15 let		Starost otrok	Podatki o sogovorniku
C6	Fant in punca torej.	Moški in ženski		Spol otrok	Podatki o sogovorniku
C7	Sem pa ekonomist	VII. stopnja		Izobrazba	Podatki o sogovorniku
C8	delam v financah v podjetju.	Zaposlen		Zaposlitev	Podatki o sogovorniku
C9	Glede skrbi za otroka skrbiva oba.	Oba starša skrbnika		Skrb za otroka	Podatki o sogovorniku
C10	Normalen starševski,	Normalen starševski odnos	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
C11	smo se igrali,	Skupna igra	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
C12	se ukvarjaš z njimi, kar se da.	Čim več ukvarjanja z otroki	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
C13	Preveč prijateljski verjetno.	Preveč prijateljski	Pred adolescenco	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca

C14	Sem poskušal biti vsaj malo biti avtoritativni, ampak ja je bolj permissivni dostikrat ne, tako da medtem nekje vmes recimo ne.	Med permissivnim in avtoritativnim vzgojnim stilom	Pred adolescenco	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C15	Ne, ne.	Brez priprave		Priorava na adolescenco	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C16	Z mlajšim je isto,	Zaenkrat brez sprememb	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C17	s starejšo pa je več konfliktov.	Več konfliktov	Pogostost konfliktov in nerazumevanj	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C18	Dela po svoje	Otrok dela po svoje	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C19	ne posluša	Neposlušnost	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C20	S hčerko malo manj kot prej,	Manjša povezanost	V adolescenci	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C21	je vseeno dosti več zase v sobi.	Umikanje v sobo	V adolescenci	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C22	kadar so manjši, te dosti več rabijo,	Bližina zaradi potrebe po starših	Pred adolescenco	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C23	sin še vedno, ker je mlajši. Zaenkrat je še kar tako normalno.	Ni spremembe	V adolescenci	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C24	Sin recimo vseeno ratava malo bolj kot moški,	Spreminjanje v moškega		Prelomna situacija/spreme mba	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C25	mu dlake rastejo fantom,	Telesne spremembe		Prelomna situacija/spreme mba	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C26	se recimo zapira, kadar se umiva	Želja po zasebnosti		Prelomna situacija/spreme mba	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C27	Hči hoče sama vse.	Samostojnost		Prelomna situacija/spreme mba	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C28	ker vidi tudi sošolke, ki hodijo same, jo je pol že sram s starši.	Vpliv vrstnikov na manj druženja s starši		Prelomna situacija/spreme mba	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C29	Največ konfliktov je s temi telefoni. Hči je preveč na telefonu,	Prekomerna uporaba telefona	Nove tehnologije in družabna omrežja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C30	sin pa na igricah.	Prekomerno igranje igrice	Nove tehnologije in družabna omrežja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

C31	Ona dosti gleda ta Netflix recimo, te spletne vsebine.	Prekomerno gledanje spletnih vsebin	Nove tehnologije in družabna omrežja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C32	Pol je šola, samo zaradi šole načeloma nimamo problemov, da bi se na primer kaj lagali.	Konflikti glede šole	Šola	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C33	Ampak ja, so izzivi, ker je zdaj prvi letnik srednje in ta prehod iz osnovne v srednjo je v vsakem primeru izziv.	Prehod iz osnovne v srednjo šolo		Šola	Izzivi
C34	Ponavadi se pomenimo. Predvsem s hčerko ponavadi, če se skregamo, se tudi pomenimo. Razčistiš stvari o katerih se nisi strinjal.	Pogovor	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C35	Vsak pove svoje stališče in da si prideš bližje. Tako da vsak razume od drugega stališča in se pač na tak način strinjaš in to je pol rešitev konflikta.	Razjasnjevanje stališč	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C36	Problem je, ker oni tudi bolj razumejo zdej kot prej. Recimo, kot ko so bili pred 10. letom.	Boljše razumevanje otrok	V adolescenci	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C37	V tistem obdobju zaupajo bolj staršem in nimajo svojega mnenja,	Zaupanje staršem glede mnenj	Pred adolescence	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C38	zdaj pa imajo sošolce, sošolke. Že neki vejo. In pol oni vejo več kot mi, ne. Kar je normalno.	Vpliv vrstnikov na otrokovo mnenje	V adolescenci	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C39	ne poslušaj, kar hočeš jim povedat, da se več gibaj, manj bodi na telefonu	Neupoštevanje nasvetov	Ovire pri pogovoru	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C40	S hčerko tudi, da te ne poslušaj oziroma, da ve sama. In ji hočeš nekaj dobrega povedat, recimo »obleči se, ker je mrzlo zunaj in ne kratkih rokavov«.	Samosvojost	V adolescenci	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

C41	Sin je načeloma za kakšne stvari bolj zaprt in potem moraš več časa spraševati, kako je glede šole, itd.	Večja čustvena zaprtost	V adolescenci	Izražanje čustev	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C42	Ona pa sigurno ne pove več toliko	Otrok manj pove	V adolescenci	Izražanje čustev	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C43	ona se bolj pogovarja z ženo. Ker jaz tudi sem bolj tak, da recimo malo bolj na avtoritativen način delujem, ona pa bolj permisivna in pol z njo lažje skomunicira.	Več izražanja čustev mami		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
C44	Komunikacija	Izzivi v komunikaciji		Komunikacija	Izzivi
C45	telefoni	Izzivi z uporabo telefonov		Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
C46	uporaba teh sodobnih pripomočkov	Uporaba novih tehnologij		Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
C47	tudi šola. Ker je res dosti zahtevno in pol sta obadva zelo obremenjena. Ker se moraš dosti učiti. Težko je, kar dosti stvari hkrati. Moraš ful se učiti na nikoli ne veš, kdaj boš vprašan in to povzroča tudi stres pri njih.	Šolske obremenitve in stres otroka		Šola	Izzivi
C48	Kadar zjajo nate	Kričanje		Odzivi otroka	Izzivi
C49	ko ti ne povejo tisto, kar jih vprašaš. Da pač nočeta povedati ne, kar je normalno, ampak ja mi bi to želeli ne.	Zadrževanje informacij		Odzivi otroka	Izzivi
C50	Edino glede teh tehnologij je drugače.	Postavljanje mej glede uporabe novih tehnologij	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

C51	Na koncu itak dosežeta vse, tudi glede telefona, tudi če rečem dovolj, pa pol bi vedno še malo podaljšali. Nikoli nismo prav to striktno merili, kot imajo kakšni, ki določajo čas. Ker vedno smo jim zaupali, da vseeno ne bodo lih toliko. Jih pa opozarjamo, da je dovolj ob tej in tej uri.	Neuspešno omejevanje tehnologije	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
C52	Da bi jih prav preizkušala po mojem bolj hči, to kar odgovarja.	Preizkušanje mej z odgovarjanjem	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
C53	Ker smo vedno imeli tak bolj prijateljski odnos. In pol ne moreš tako. Mi smo bili drugače s starši in zde se je malce zabrisala ta meja. In to je potem malo problem in izziv, ko kdaj hočeš, da si prijatelj, kdaj pa hočeš, da si starš.	Zabrisana meja med starševstvom in prijateljstvom		Vzgoja	Izzivi
C54	Mlajši nič ne preizkuša.	Ni preizkušanja mej pri mlajšem otroku	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
C55	Spoštujeta, da se morata učiti, da je šola pomembna	Spoštovanje šolskega reda	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
C56	da so spoštljivi do recimo nonotov, če že do nas niso vedno.	Spoštovanje do starejših	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
C57	da kaj naredijo po hiši, recimo, kadar se jim reče, tudi če moraš dvakrat reči, recimo kakšna gospodinjska opravila, ampak potem naredijo.	Spoštovanje pravil glede domačih opravil		Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
C58	Ne, isto kot prej.	Nespremenjen vzgojni stil	V adolescenci	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca

C59	z odraščanjem te ne rabijo več toliko. Imajo prijatelje tako, kot sem rekel, že prej malo več vejo, imajo svoje poglede na svet in nas ne rabijo toliko s tega vidika, da bi rabili tudi našo družbo.	Manjša potreba po starših	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C60	So raje s prijatelji	Več druženja z vrstniki	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C61	ali na svojih napravah kot s starši.	Več časa na novih tehnologijah	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C62	Smo nabavili psa.	Posvojitev psa, ki združuje družino	Odziv starša	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C63	Še vedno se družimo.	Vzdrževanje skupnega druženja	Odziv starša	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C64	Ni, da je zaradi tega kakšen šok. Jim pustimo svoje življenje.	Sprejemanje otrokove samostojnosti	Odziv starša	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C65	Vedno jih opozarjam, da naj pazijo. Recimo v Kopru, ker je toliko teh skuterjev in tega. Pa, če gre hči zvečer ven, ji rečem, da naj pazijo punce, kakšni moški in to, ne.	Opozarjanje na nevarnosti	Usklajevanje z varnostjo	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C66	z mojega vidika vedno misliš, da je dovolj. Ne zahtevata ful, nista taka, da bi bila ful divja. S tega vidika ni nekih problemov in mislim, da jim zagotavljamo normalno svobode. Če hočejo iti ven, grejo ven.	Zadostna svoboda	Količina svobode	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C67	Samo itak ne hodijo dosti. Če bi bili kakšni ful divji, pol bi bilo drugače.	Vpliv karakterja in vedenja otroka na količino svobode	Količina svobode	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C68	Ženske oziroma hči se vseeno bolj razume se z ženo,	Več razumevanja do hčere z mamine strani		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom

C69	sin pa te igrice. Ko se streljajo in samo to mu hodi po glavi. Vsi v razredu se s tem ukvarjajo in pol je logično, da se tudi on. In je nonstop kakšen, ki ga kliče »dej pridi igrat«	Igranje strelskih igric z vrstniki	Fantje	Spolno specifični izzivi	Izzivi
C70	praktično je cel dan tako, če bi hotel.	Prekomerno igranje igric	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
C71	Hči pa se z mamo bolj o šoli	Pogovori o šoli z mamo		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
C72	in kakšnih prijateljicah.	Pogovori o prijateljih z mamo		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
C73	Predvsem je problem to, da pol postaneš asocialen in preveč časa posvečaš temu in premalo realnemu življenju. S socialnega vidika. Predvsem pri hčerki, vedno rečemo, pojdi rajši v družbo s puncami, raje kot pa, da se pogovarjate preko telefona.	Asocialnost zaradi novihi tehnologij		Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
C74	Načeloma je ne. Onadva odrasčata, imata te telesne spremembe, ampak da bi kaj tako specifično v tem času, mislim da dosti že sami izvejo	Doma ne naslavjajo spolne vzgoje	Spolna vzgoja doma	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C75	tudi spolno vzgojo mislim, da so imeli v šoli.	Spolna vzgoja v šoli	Spolna vzgoja drugje	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C76	Tako da ni zdej, da bi se nekaj o tem pogovarjali... Tudi dokler nimajo nekih stikov s tem...	Ni potrebe po pogovoru dokler nima otrok s tem stika	Spolna vzgoja doma	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C77	kadar vidiš kakšen film, tako ko gledaš skupaj recimo, je malo zadrege	Zadrega ob intimnih scenah v filmih	Odziv otroka	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C78	malo se pohecaš.	Humor ob intimnih scenah v filmih	Odziv otroka	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C79	Mislim, da je zdaj toliko že vse povsod prisotno in vidijo prej ali slej.	Prisotnost seksualiziranih vsebin vseh povsod	Spolna vzgoja drugje	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

C80	Je pa odvisno koliko razumejo. Sin, ki je manjši vseeno verjetno ne razume toliko.	Slabše razumevanje spolnih vsebin zaradi nižje starosti	Odziv otroka	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C81	hči pa že vsaj po mojem razume.	Razumevanje spolnih vsebin	Odziv otroka	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
C82	Ko se kaj kregamo smo pol vsi slabe volje.	Slaba volja		Počutje	Čustvene obremenitve in stres
C83	Kakšen dan smo lahko tudi tiho,	Kakšen dan je tišina		Vpliv na odnose	Čustvene obremenitve in stres
C84	kadar kaj odgovarja in te užali. Ali pa jaz tudi njo na koncu, je dokaj vzajemno.	Vzajemna užaljenost		Počutje	Čustvene obremenitve in stres
C85	če se skregamo, smo vsi slabe volje.	Slaba volja cele družine		Vpliv na odnose	Čustvene obremenitve in stres
C86	če se ne strinjava kaj z ženo, se tudi midva kaj skregava. Na račun otrok, če imava različna mnenja. In pol se še z njo skregam in pol smo vsi skregani.	Družinski konflikti zaradi nestrinjanja s partnerjem		Vpliv na odnose	Čustvene obremenitve in stres
C87	Recimo glede šolanja jaz rečem, da morajo biti bolj samostojni, ona pa jim dosti pomaga.	Različna stališča glede samostojnosti		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom
C88	Pa glede računalnika jaz vedno rečem, da je dovolj in ona pa mu reče, da naj vseeno gre.	Neusklajeno omejevanje digitalnih naprav		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom
C89	Šolanje	Šola		Povzročitelji skrbi in stresa	Čustvene obremenitve in stres
C90	nove tehnologije.	Nove tehnologije		Povzročitelji skrbi in stresa	Čustvene obremenitve in stres
C91	To je del življenja, se mi zdi. In tako kot se soočaš z vsako drugo stvarjo se tudi s to. Ni nič kaj takega, kar se ne bi znali so soočiti.	Dojemanje izzivov kot normalen del življenja		Soočanje z izzivi	Izzivi
C92	Da bi pa zdaj rabil neko strokovno pomoč, zaenkrat je ne rabimo.	Ni potrebe po strokovni pomoči		Strokovna pomoč	Podpora
C93	je sin ful pod stresom zaradi šole ... morda bomo rabili kdaj kakšno strokovno pomoč ...	Odprtost za strokovno pomoč		Strokovna pomoč	Podpora

C94	Ne zaradi tega niti ne, ker ni tako hudo. Ampak kadar kričiva s hčerko, se potem ne počutiš lih najboljši, ampak da bi se prav sproščal zaradi tega pa ne, mi ne povzroča toliko stresa.	Ni hudega stresa		Počutje	Čustvene obremenitve in stres
C95	Na splošno se pa sproščam recimo s kolesarjenjem,	Kolesarjenje		Soočanje	Čustvene obremenitve in stres
C96	sprehodom.	Sprehod		Soočanje	Čustvene obremenitve in stres
C97	Z ženo, kar se tiče naše družine.	Žena		Podporna mreža	Podpora
C98	Je uspešna, se pomenimo vse.	Uspešna podpora		Uspešnost podpore	Sodelovanje z materjo/očetom
C99	Konstruktivno,	Konstruktivno sodelovanje		Sodelovanje	Sodelovanje z materjo/očetom
C100	se dopolnjujeva v temu.	Dopolnjevanje pri vzgoji		Sodelovanje	Sodelovanje z materjo/očetom
C101	Dokaj podobni.	Dokaj podobni pristopi		Sodelovanje	Sodelovanje z materjo/očetom
C102	Ona je morda malenkost bolj popustljiva,	Popustljivost matere		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
C103	po drugi strani pa je ful zahtevna za šolo ... ona pa se dosti več ukvarja s tem ... ker je tudi s tega področja ...	Mati zahtevna glede šole		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
C104	Ne. Vedno se uskladimo, tako da je se mi zdi dokaj normalno, da kdaj nimaš istih mnenj in izraziš svoje nestrinjanje.	Normaliziranje drugačnega mišljenja med staršema		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom
C105	S pogovorom. Tako kot rečem, načeloma družinske zadeve so znotraj družine po mojem.	Več pogovora		Predlogi za boljšo podporo	Podpora
C106	Če bi bilo kaj drugega, verjetno bi potem rabili še kakšno drugo strokovno pomoč, ampak zaenkrat večinoma znotraj družine. S kom drugim pa ne.	Strokovna pomoč, v kolikor je potrebna		Predlogi za boljšo podporo	Podpora

C107	To je ful tako specifično in ponavadi je tudi vsaka vsaka družina svoja. ... tako da s tega vidika si ne bi upal niti drugim dajati nekih nasvetov.	Težko svetovati drugim zaradi različnosti družin		Nasveti za druge starše	Nasveti in refleksija
C108	Ampak lahko rečem, da se je treba poslušati predvsem.	Pomembno je poslušanje drug drugega		Nasveti za druge starše	Nasveti in refleksija

Intervju D

Št. izjave	Izjava	Pojem	Podkategorija	Kategorija	Tema
D1	Sem ženska	Ženska		Spol	Podatki o sogovorniku
D2	stara 46 let	46 let		Starost	Podatki o sogovorniku
D3	zaposlena sem na Fakulteti za humanistične študije Univerze na Primorskem, oddelek za zgodovino.	Zaposlen		Zaposlitev	Podatki o sogovorniku
D4	Sem profesorica.	VIII. stopnja		Izobrazba	Podatki o sogovorniku
D5	Z možem	Zakonska zveza		Družinska dinamika	Podatki o sogovorniku
D6	imava 2 otroka.	2 otroka		Število otrok	Podatki o sogovorniku
D7	Hčerko in sina.	Moški in ženski		Spol otrok	Podatki o sogovorniku
D8	Hčerka ima 15 let, sin ima 13 let.	13 in 15 let		Starost otrok	Podatki o sogovorniku
D9	Ponavadi vsakodnevna rutina, med tednom je pač šola, torej to si dokaj deliva, ker oba pogosto delava tudi od doma, tako on kot jaz. Enkrat vozi on, enkrat vozim jaz otroka v šolo oziroma na avtobus za srednjo šolo. Čez vikend gremo po navadi in na Kras za kakšen dan, praznike, počitnice gremo radi na kakšna potovanja, pozimi smučat. Tako smo zelo stereotipna družina.	Oba starša skrbnika			Podatki o sogovorniku

D10	Z obema zelo pozitiven	Pozitiven odnos	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D11	Smo povezani zelo močno kot družina.	Povezanost družine	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D12	Radi smo delali vse skupaj.	Skupne aktivnosti	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D13	Verjetno preveč permisiven. Zdej kot je družba, ko so v bistvu otroci center sveta, in ne, kot so bili včasih. Ker sem zgodovinarica, vem, kako je bilo in da je bil včasih otrok delovna sila. Mogoče, ker sama izhajam iz teh vzorcev, mogoče bolj klasičnih, take bolj stroge vzgoje pa mogoče, zato sem sama malo preveč permisivna bila tudi pri vzgoji.	Permisiven vzgojni stil	Pred adolescenco	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D14	Ne. Se zavedam, da bo in da je.	Brez priprave		Priprava na adolescenco	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D15	Ko te en teden nazaj tvoj sin še pred šolo objame, potem te noče več, ja te malo zaboli, ampak se zavedaš, da je pač to normalno in greš naprej.	Otrok ne želi več objemov pred šolo	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D16	Pri hčerki, pa se vidi pri 15. letih, če je bilo par let nazaj »ne, ne bom več s tabo hodila po trgovinah«	Manj druženja s starši na začetku adolescence	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D17	zdaj pa gre in me tudi objame, ko se vidimo. Tako, da se spremeni.	Izboljšanje odnosa tekom adolescence	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D18	Mogoče sva si s hčerko včasih bolj zaveznički proti možu	Zaveznitvo z mamo	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D19	ker onadva sta si po karakterju precej podobna in pol sta bolj v konfliktih.	Več konfliktov z očetom	Značilnosti	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D20	S sinom pa nisem tako permisivna zaradi šole, ker jaz sem pač tista mama, ki zahtevam, da se poglobijo v šolo, ker	Napetosti glede šole	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

	rečem, da drugega dela nimajo. Mogoče potem tenzije glede šole z obema.				
D21	Ne čutim nekih bistvenih razlik.	Ni spremembe	V adolescenci	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D22	Jezikavost	Jezikavost		Prelomna situacija/spreme mba	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D23	odgovarjanje	Odgovarjanje		Prelomna situacija/spreme mba	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D24	si ne želi, zlasti sin, fizičnega kontakta več, toliko ko si ga je prej, ker je tak kot jaz, cartljiv.	Manjša želja po fizičnem kontaktu		Prelomna situacija/spreme mba	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D25	Ko sta bila mlajša, sta vedno vsako nedeljo mogla spati z mano.	Spanje z mamo vsako nedeljo	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D26	Zdaj je hči nehala in pol je tudi sin nehal.	Prenehala spati z mamo		Prelomna situacija/spreme mba	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D27	Občasno ja	Več konfliktov in nerazumevanj	Pogostost konfliktov in nerazumevanj	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D28	se mi zdi normalno to obdobje upiranja	Normalizacija upiranja	Značilnosti	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D29	malo nejevolje	Nejevolja	Značilnosti	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D30	razumem, da so hormoni. Dolgo let nazaj pa sem tudi jaz šla skozi to.	Vpliv hormonov na vedenje otok	Značilnosti	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D31	Od hrane	Konflikti glede hrane	Vsakdanje stvari	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D32	glede oblačenja	Konflikti glede oblačenja	Vsakdanje stvari	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D33	glede odgovarjanja	Konflikti zaradi odgovarjanja	Odnos	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D34	kam greš, kam ne greš	Konflikti glede tega, kam lahko grejo in kam ne	Vsakdanje stvari	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D35	glede pomoči pri opravih doma, hišnih.	Pomoč pri domačih opravih	Vsakdanje stvari	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D36	Iskreno, s kričanjem	Kričanje	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

D37	včasih se skušaš pogovorit	Pogovor	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D38	včasih malo, ne da groziš, ampak uporabiš pač to moč starša in rečeš ne, če sem ti rekel naredi, naredi.	Uporaba avtoritete	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D39	Ni se preveč	Ni spremembe	V adolescenci	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D40	se mi zdi, da je še vedno iskrena.	Še vedno iskrena	V adolescenci	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D41	To, da se včasih zapirajo vase, da moraš težiti, da kaj povejo.	Zapiranje vase	Ovire pri pogovoru	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D42	včasih se zapirata, torej zapirata tudi fizično vsak v svojo sobo. Da imata mir pred nami.	Večja čustvena zaprtost	V adolescenci	Izražanje čustev	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D43	Včasih smo recimo pozimi kakšne večere igrali družabne igre,	Igranje družabnih iger zvečer	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D44	zdaj se ne več, se zelo hitro skregamo in raje ne.	Izogibanje družabnim igram zaradi hitrih konfliktov	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D45	Spodbujanje, da naj bodo delavni, prizadevni	Spodbujanje delavnosti		Vzgoja	Izzivi
D46	tudi za šolo naj se potrudijo, ker sin bi samo igrice igral. Torej to motivacijo, da jim skušaš povedat, da je to njihova obveznost in da naj vztrajajo, da morajo sami.	Motiviranje za šolo		Šola	Izzivi
D47	Zapiranje vase	Zapiranje vase		Odzivi otroka	Izzivi
D48	osorno odgovarjanje	Odgovarjanje		Odzivi otroka	Izzivi
D49	kljubovanje.	Kljubovanje		Odzivi otroka	Izzivi
D50	Če vprašaš moža reče, da ne postavljam dovolj, verjetno res ne.	Premalo postavljanja mej	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D51	Ko se res zelo zelo razjezim takrat tudi znorim in takrat sta potem tiho.	Postavljanje meja z jezo	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D52	se jih zelo slabo držim se mi zdi, priznam samokritično ja.	Odstopanje od mej	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

D53	Dokaj upoštevata neka pravila, rutine čez teden.	Spoštovanje dnevnih rutin	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D54	Zdaj gremo spat,	Spoštovanje pravil glede urnika spanja	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D55	zjutraj recimo za ustat ni težave,	Spoštovanje pravil glede urnika bujenja	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D56	hrana,	Spoštovanje pravil glede hrane	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D57	preizkušata pa zagotovo glede telefonov in tega podaljševanja	Preizkušanje mej glede uporabe telefonov	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D58	in sin igrice.	Prekomerno igranje igrice pri sinu	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D59	Enak, še vedno sem preveč permisivna.	Nespremenjen vzgojni stil	V adolescenci	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D60	Pri starejši se vidi, da ji paše zlasti recimo, če kdaj prespi pri noni med tednom, ji je fajn.	Spanje pri noni	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D61	popoldne dela preko dijaške in to se ji zdi zelo pomembno, ker ona nekaj sama počne.	Dijaško delo	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D62	Meni se zdi prav tako,	Sprejemanje otrokove samostojnosti	Odziv starša	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D63	je parkrat čuvala otroke moje sestrične,	Varuška otrok	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D64	zdaj, ko je začela, se mi zdi dobro, da dobi delovne navade.	Spodbujanje delovnih navad	Odziv starša	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D65	Tudi če gredo ven s prijateljicami, rečem, da si lahko do 11h in potem sprašuje, če je lahko še malo in pol dovolim recimo še pol ure, ma se seveda uskladimo z drugimi mamami.	Postopno prilagajanje večernih ur	Usklajevanje z varnostjo	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D66	Skušam se delati mirno, ampak mi ne vedno uspe.	Včasih neuspešno ohranjanje mirnosti	Usklajevanje z varnostjo	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D67	Jaz sem tako zelo vzorec moje mame, dokler ne pride domov, ne zaspim.	Bedenje do prihoda otroka	Usklajevanje z varnostjo	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

D68	ko so imeli to po valeti in, ko je parkat poleti bila zunaj, je spala pri mojih starših ali pa sošolki, sem čakala, da mi napiše sporočilo »smo prišli, vse okej« pa mi je slikala magari not stavbo.	Zahteva po sporočanju prihoda domov	Usklajevanje z varnostjo	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D69	Po mojem je ravno prav, po moji presoji.	Zadostna svoboda	Količina svobode	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D70	Kot punca, se je v puberteti začelo spreminjati telo, tako, da osebna nega.	Osebna nega	Dekleta	Spolno specifični izzivi	Izzivi
D71	Bi rada parfum, šminke. Meni je v redu, kvečjemu se kaj nauči.	Uporaba kozmetike	Dekleta	Spolno specifični izzivi	Izzivi
D72	Se začela urejati, pa kakšne nohte, ko gre ven.	Skrb za urejenost	Dekleta	Spolno specifični izzivi	Izzivi
D73	Pri sinu pa recimo, ko je bil mlajši, se je vedno pokazal, če je karkoli bilo na intimnih delih. Zdaj ne smem priti v kopalnico. Se mi je začel skrivat..	Povečana zasebnost	Fantje	Spolno specifični izzivi	Izzivi
D74	Pri hčerki ni bilo tako, ker je ženska in imamo iste situacije, menstruacijo in to in se pride pokazati.	Pogovor o ženskih zadevah z materjo		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
D75	Kar se tiče menstruacije sem jaz.	Vloga matere pri temi menstruacije		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
D76	tudi glede depilacije pa takih stvari sem jaz.	Vloga matere pri depilaciji		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
D77	sin je še sicer majhen, da ni še toliko poraščen, da bi se rabil brit. Predvidevam, da tam mu bo verjetno mož pokazal, ker jaz ne znam.	Vloga očeta pri moški negi		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
D78	Tukaj pa sva bila oba isto, ko so recimo začele te žleze delat in sta rabila začet uporabljat deodorante.	Skupna vzgoja glede uporabe deodoranta		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom

D79	Parkrat smo se pogovorili,	Skupni pogovor o novih tehnologijah	Odziv starša	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
D80	smo gledali tudi enkrat en dokumentarec z zlorabami in nevarnostmi teh omrežij.	Gledanje dokumentarca za ozaveščanje o zlorabah in nevarnostih na socialnih omrežjih	Odziv starša	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
D81	Ker je ona precej podobna svojemu očetu in je tako dokaj zelo resna za svoja leta, grem na zaupanje upam, da mi tudi pove vse, če se kaj zgodi. Za enkrat mi vse pove, tudi za družabna omrežja.	Zaupanje otroku	Odziv starša	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
D82	Problem pa je recimo ko vidim, da vedno bolj delajo vse šole in to z umetno inteligenco, ki ni nujno slaba, ampak jo moramo poznati. In poskušam dati primere. Zadnjič je imela domače branje in sem zanalašč napisala v Chat GPT »obnova te in te knjige« in je dal napačnega avtorja. In je takoj opazila. Skušam opozoriti, da naj bodo pozorni.	Uporaba umetne inteligence	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
D83	Sklepam tudi, da preveč časa preživijo gor.	Prekomerna uporaba tehnologije	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
D84	Po drugi strani tudi razumeš, da rabijo malo časa, da so to drugačne generacije. Zato ker vidim tudi pred šolo se družijo ali pa popoldan in vsak ko hodi, vsak je na svojem telefonu. Ni več tega, ko smo bili mi, ki smo se bili zunaj in se dejansko pogovarjali.	Razumevanje generacijskih razlik	Odziv starša	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi

D85	Vidimo, da kdaj zvečer ne rabi iti ven in je dve uri na telefonu na Snapchatu ali kaj s sošolkami in prijateljicami.	Digitalno druženje namesto fizičnega	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
D86	Zelo spontano. Vsakdanje. Nič posebej.	Spontana in vsakdanja spolna vzgoja	Spolna vzgoja doma	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D87	V bistvu sem bila tudi jaz vzgojena, da nismo imeli tisti pogovor, se usedli s starši. Ker to so nam tudi že v šoli. Ampak, da je bilo to nekaj naravnega.	Spolnost kot nekaj naravnega	Spolna vzgoja doma	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D88	Tudi, ko so bili še mlajši, recimo pri sinu ni bila menstruacija tabu, da on ne bi vedel. Ko je videl, sem mu razložila, je naravno, ker smo ženske.	Poučitev sina o menstruaciji	Spolna vzgoja doma	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D89	Sem pa jaz mogoče naivna in si mislim, da se s sošolci, prijatelji o tem ne pogovarjajo, ampak verjetno se,	Pogovor s prijatelji	Spolna vzgoja drugje	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D90	sem enkrat pri hčerki vidla v skupini, ki jo imajo s sošolci, ko so sošolci pošiljali določene fotografije. In sem ji rekla in je povedala, da ona to vedno zbriše in je ne zanima.	Ozaveščanje o neprimernih vsebinah, ki jih pošiljajo sošolci	Ozaveščanje o pošiljanju neprimernih vsebin sošolcev	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D91	Se pa tudi v osnovni šoli učijo nekaj o teh temah.	Spolna vzgoja v šoli	Spolna vzgoja drugje	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D92	Načeloma ni nikoli neke zadrege, vsaj jaz nisem opazila.	Odsotnost zadrege	Odziv otroka	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
D93	Se počutim tudi jaz počutim slabo ob teh izpadih grobih.	Slabo počutje ob čustvenih izpadih otrok		Počutje	Čustvene obremenitve in stres
D94	jaz to vzemam, ne kot nespoštovanje, ampak kot to, da rabi otrok dat ven iz sebe ta čustva.	Razumevanje čustvenih izbruhov kot sproščanje čustev iz sebe		Počutje	Čustvene obremenitve in stres
D95	Seveda sem prizadeta	Prizadetost		Počutje	Čustvene obremenitve in stres

D96	se užalim	Užaljenost		Počutje	Čustvene obremenitve in stres
D97	Med nama dvema z možem se kaj skregamo, če se ne strinjamo	Konflikti zaradi nestrinjanja		Konflikti in nerazumevanja	Sodelovanje z materjo/očetom
D98	vedno pravi, da jim jaz preveč pustim in pol poslušam.	Očitki moža o preveliki popustljivosti		Konflikti in nerazumevanja	Sodelovanje z materjo/očetom
D99	Jaz pa mu rečem, da zakaj kdaj žali in z grdimi besedami.	Očitki žene o grdi in žaljivi partnerjevi komunikaciji		Konflikti in nerazumevanja	Sodelovanje z materjo/očetom
D100	V osnovi se vedno strinjava, ampak ne odreagirava isto.	Razlike v odzivih med partnerjema kljub enakemu mišljenju		Konflikti in nerazumevanja	Sodelovanje z materjo/očetom
D101	Včasih sem to jemala zelo za slabo, da se kregaš, ampak dejansko ni, ker je prav, da daš ven, če se ne strinjaš in pol se pogovoriš in umiriš.	Normalizacija konfliktov s partnerjem		Vpliv na odnose	Čustvene obremenitve in stres
D102	Predvsem to glede šole, odločanja za katero srednjo šolo pri hčerki.	Izbira srednje šole		Povzročitelji skrbi in stresa	Čustvene obremenitve in stres
D103	Dostikrat kaj prebereš,	Branje literature na temo starševstva		Soočanje z izzivi	Izzivi
D104	pogledaš,	Gledanje vsebin na temo starševstva		Soočanje z izzivi	Izzivi
D105	že v vrtcu, osnovni šoli, ko hodiš v te šole za starše	Šola za starše		Soočanje z izzivi	Izzivi
D106	eno je teorija, drugo je potem praksa. In si misliš, da boš odlično odreagirai, ni pa nujno, da odlično odreagiraš. Kvečjemu ravno obratno, rečeš ne bom bil tak kot moji starši in pol si isti.	Pojavljanje razlik med teorijo in prakso pri starševanju		Soočanje z izzivi	Izzivi
D107	Grem hodit s psom,	Sprehod s psom		Soočanje s skrbmi in stresom	Čustvene obremenitve in stres
D108	berem knjige,	Branje		Soočanje s skrbmi in stresom	Čustvene obremenitve in stres
D109	gledam televizijo.	Gledanje televizije		Soočanje s skrbmi in stresom	Čustvene obremenitve in stres
D110	Absolutno mož.	Mož		Podporna mreža	Podpora

D111	Kdaj se kaj pogovarjam s kakšnimi mamami sošolcev in potem se med sabo tolažimo.	Mame sošolcev		Podporna mreža	Podpora
D112	s kakšno sodelavko v službi, ki imamo otroke podobnih starosti.	Sodelavci		Podporna mreža	Podpora
D113	Se mi zdi da dosti je na tebi. Predvsem ti moraš predelat v sebi.	Največ je v delu pri sebi		Uspešnost podpore	Podpora
D114	Je pa super, da se pogovoriš in daš iz sebe, malo pojamram,	Vloga pogovora pri čustvenem olajšanju		Uspešnost podpore	Podpora
D115	Po mojem v redu,	Dobro sodelovanje z očetom		Sodelovanje	Sodelovanje z materjo/očetom
D116	se večkrat kregava, da jaz preveč dovolim, da ne rečem dovoljkrat »ne«.	Prevelika popustljivost matere		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom
D117	Glede tehnoloških naprav, koliko časa so gor,	Neusklajeno omejevanje digitalnih naprav		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom
D118	koliko pomagajo doma	Neusklajena pravila glede domačih opravil		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom
D119	Ma ne. Je super.	Zadovoljstvo s podporo		Uspešnost podpore	Sodelovanje z materjo/očetom
D120	Ne, ni rabilo, rešimo vse sami.	Ni potrebe po strokovni pomoči		Strokovna pomoč	Podpora
D121	Dobro je, da se pogovoriš, da se pogovarjaš, da ta komunikacija teče. V življenju se ne moremo vedno vsi strinjati. Imaš drugačna mnenja in drugačne predstave, ampak pogovor.	Več pogovora		Predlogi za boljšo podporo	Podpora
D122	Jih ne razumemo zdaj, kako jim je, nismo njihovi prijatelji, smo starši, je prav, da smo starši,	Vztrajanje v vlogi starša, ne prijatelja		Nasveti za druge starše	Nasveti in refleksija
D123	pač je tako obdobje in tudi vsak otrok je drugačen. Vsak človek je drugačen, tako da težko zdaj nek vzorec dat, po moje.	Težko svetovati drugim zaradi različnosti družin		Nasveti za druge starše	Nasveti in refleksija

Intervju E

Št. izjave	Izjava	Pojem	Podkategorija	Kategorija	Tema
E1	Sem ženska	Ženska		Spol	Podatki o sogovorniku
E2	stara 50 let,	50 let		Starost	Podatki o sogovorniku
E3	delam v logistični firmi, in sicer sem pa zadolžena za reklamacije tovara.	Zaposlen		Zaposlitev	Podatki o sogovorniku
E4	Imam sedmo stopnjo izobrazbe.	VII. stopnja		Izobrazba	Podatki o sogovorniku
E5	Doma imamo 2 otroka,	2 otroka		Število otrok	Podatki o sogovorniku
E6	hčerko in sina.	Moški in ženski		Spol otrok	Podatki o sogovorniku
E7	Hči 22 in sin 13 let.	13 in 22 let		Starost otrok	Podatki o sogovorniku
E8	Z možem sva poročena	Zakonska zveza		Družinska dinamika	Podatki o sogovorniku
E9	za otroke skrbiva oba.	Oba starša skrbnika		Skrb za otroka	Podatki o sogovorniku
E10	Pred adolescenco sta bila oba lažje vodljiva kot pa v obdobju adolescence,	Otroka lažje vodljiva	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
E11	uveljavljata dosti bolj s svoja pravila. In celo mislita, da bosta ona določala pravila, ne pa starši njima.	Otrokovo uveljavljanje svojih pravil	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
E12	Dosti več je upiranja	Več upiranja	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
E13	z naše strani pa dosti več ponavljanja pravil.	Več ponavljanja pravil s strani staršev	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
E14	Nikoli nismo bili pristaši permisivne vzgoje, vedno so imeli pravila in meje, nikoli nista bila brez tega.	Odsotnost permisivne vzgoje	Pred adolescenco	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
E15	Ne, ne, ne, nikoli se ne pripravljamo. Namreč prepustimo se življenju, da nas pelje.	Brez priprave		Priprava na adolescenco	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
E16	Delajo se, da ne slišijo, čeprav otroci zelo zelo dobro slišijo.	Neposlušnost	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
E17	Trmarjenje, pri obeh, sta si zelo podobna glede teh stvari.	Trma	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

E18	Ne bi mogla reči, da je drugače.	Ni spremembe	V adolescenci	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
E19	naenkrat začnejo zelo dosti odgovarjati.	Odgovarjanje		Prelomna situacija/sprememba	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
E20	več konfliktov pri obeh.	Več konfliktov		Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
E21	Recimo »sprazni stroj«, 10 krat povedano in stroj še vedno ni izpraznjen.	Pomoč pri domačih opravilih	Vsakdanje stvari	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
E22	zjutraj, ko vstane je sigurno šestkrat, sedemkrat poklican, da ustane. To govorim zdej za sina.	Noče ustati	Vsakdanje stvari	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
E23	Pri hčerki pa je bilo takrat predvsem odgovarjanje nazaj.	Konflikti zaradi odgovarjanja pri otroku na prehodu v odraslost	Odnos	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
E24	Mi vztrajamo pri ponavljanju vsak dan enih in istih stvari. Pravila se ponavljajo in čakamo, da bo obdobje minilo.	Vztrajanje pri ponavljanju pravil	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
E25	Da je več kričanja. Ja, ja pri obeh isto.	Kričanje	V adolescenci	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
E26	Neposlušnost pri obeh.	Neposlušnost	Ovire pri pogovoru	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
E27	Adolescenca prinese bolj to, neko zapiranje vrat od sobe, ki prej ni bilo tega. Iskanje nekega svojega mira znotraj 4 sten. Včasih tega ni bilo, vsaj pri sinu, so bila vedno vrata odprta. Zdaj mu moram dostikrat prav reči »odpri vrata, zakaj zapiraš?«.	Umikanje v sobo	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
E28	Se vse bolj zapirajo vase.	Večja čustvena zaprtost	V adolescenci	Izražanje čustev	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
E29	Pri hčerki ni bilo nekih znakov, samo je dosti odgovarjala. Če ji kaj ni pasalo je odgovarjala nazaj in uveljavljala svojo voljo.	Vztrajanje pri izražanju svoje volje pri otroku na prehodu v odraslost	V adolescenci	Izražanje čustev	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca

E30	Pomanjkanje poslušnosti otrok	Pomanjkanje poslušnosti		Vzgoja	Izzivi
E31	ignoriranje, ti mu hočeš dobro, on se dela, da ne sliši, ne vidi nič.	Ignoriranje		Vzgoja	Izzivi
E32	Trma,	Trma		Odzivi otroka	Izzivi
E33	jeza. Če smatram da ni potrebno, pa oni se razjezijo.	Jeza		Odzivi otroka	Izzivi
E34	ne poslušajo, so nekje odklopljeni, jih je treba dobiti nazaj na zemljo, da jim potem lahko kaj dopoveš.	Neposlušnost		Odzivi otroka	Izzivi
E35	Meje smo vedno postavljali, kaj lahko, kaj se ne sme, kaj je prav, kaj narobe.	Postavljanje meja	Pred adolescenco	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
E36	Kako se lahko obnašamo, kakor se ne obnašamo, še posebno v šoli, da se ne odgovarja učiteljem, da je treba imet nek spoštljiv odnos do učiteljev, tudi do svojih sošolcev, da je treba poslušat v šoli, predvsem, ne pa se kregat in ker tako ne dosežeš nič.	Meje glede primernega obnašanja	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
E37	Pri obeh je bilo isto, nič se ni spremenilo.	Ni spremembe pri postavljanju meja	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
E38	Ko smo bili mi toliko stari ja, smo bili drugače vzgojeni, smo bili bolj spoštljivi, smo morali biti bolj spoštljivi. Zdaj današnji otroci si dosti upajo.	Otroci si veliko več upajo v primerjavi s starejšimi generacijami	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
E39	Največji problem je, ko jim te daš naloge, recimo »pojdi se učiti«, »pospravi posodo«, to se upirajo.	Upiranje nalogam		Odzivi otroka	Izzivi

E40	Glede šole hči ni imela problemov, ker je bila sama dovolj odgovorna,	Brez izzivov s šolo pri otroku na prehodu v odraslost		Šola	Izzivi
E41	Sina pa je treba kar večkrat opomnit, če je naredil naloge, če se pripravil za test.	Opominjanje o šolskih obveznostih		Šola	Izzivi
E42	Če mu rečeš beri knjigo za bralno značko, on je ne bere, normalno, ali pa se dela da jo bere.	Izogibanje šolskih obveznostim		Šola	Izzivi
E43	Če gre popoldan ven, pa mu ponavadi, povemo, kdaj mora priti domov, ne preizkuša, ampak on nima občutka za čas. Ne dela tega namerno, ampak on se zaigra in kar pozabi. Njemu je ena ura, dve uri isto.	Pomanjkanje občutka za čas pri sinu	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
E44	Ma sigurno smo ga prilagodili, ampak ne, da je to načrtno, da sem jaz delala načrt, kako ga bom prilagodila.. Jaz se prilagajam dnevno, jaz nimam planov v glavi. Jaz sproti vidim, kaj in kako.	Sprotno prilagajanje vzgojnega stila	V adolescenci	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
E45	Ja ja, želijo biti samostojni	Samostojnost	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
E46	sami sebi šefi.	Želja po avtonomnem odločanju	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
E47	Onadva bi najraje, da ni nobenih pravil. Onadva si naredita nek plan v glavi, zdaj bom šel tja, zdaj bom šel tja, in da ne dobita nobenih pravil, zdaj pa pridi domov. Tako bi oni, kot oni želijo, ne?	Zavračanje pravil	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
E48	Se včasih pač prilagodimo,	Prilagajanje otrokovi želji po samostojnosti	Odziv starša	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
E49	se zmenimo.	Dogovarjanje	Odziv starša	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca

E50	Na primer jaz za 15, 20 minut ne bom nikoli vztrajala. Če mi reče, bom prišel čez eno uro in pol, v redu une pol ure bom tolerirala.	Toleranca manjših zamud	Odziv starša	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
E51	Sprejemamo.	Sprejemanje otrokove samostojnosti	Odziv starša	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
E52	Vedno rečemo, pazi na to, ko gre ven, pazi na to, ne divjaj s kolesom. Ampak kaj je v resnici ne vemo. Pravila, napotke dobi, vozi po pločniku, mej čelado, ne divjaj. Vedno so neki zdravi napotki, pol pa ne vemo, kaj se dogaja.	Opozarjanje na nevarnosti	Usklajevanje z varnostjo	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
E53	Jaz bi rekla, da imata dovolj, lih prav, onadva bi verjetno rekla, da nimata dovolj. Ker otrokom je samo nebo meja. Ne, to je vedno kontradiktorno. Nista bila nikoli, da jim nismo dovolili. Jim dovolimo, da se družijo s prijatelji, da pridejo prijatelji. To nismo nikoli omejevali.	Zadostna svoboda	Količina svobode	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
E54	Tudi hči je vedno dobila navodila, kaj ja, kaj ne, kako ja, kako ne. Glede na to, da ima 22 let in se ni zgodilo nič groznega, zgleda, da je bilo v redu.	Zadostna svoboda glede na dober izid otroka na prehodu v odraslost	Količina svobode	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
E55	Fantje so bolj adrenalinci, nimajo straha pred ničemer. Recimo, ko gredo s kolesom, nimajo straha pred hitrostjo, glih tako na primer tudi na smučkah.	Fantje nimajo straha	Fantje	Spolno specifični izzivi	Izzivi
E56	Znajo malo preveč divjati, kar punce ne delajo. No, mislim, večina punc ne dela. Kakšna je sigurno tudi adrenalinka.	Fantje so bolj divji	Fantje	Spolno specifični izzivi	Izzivi

E57	On ima rad hitrost in na kolesu in na smučkah. Pri vseh športih ima rad hitrost in ona pa ni imela tega rada in je lahko nevarno.	Nevarnost zaradi uživanja v hitrosti pri športih	Fantje	Spolno specifični izzivi	Izzivi
E58	Ona je imela kakšne te bolj nakupovalne muhe, ena tona mejkapa,	Uporaba kozmetike	Dekleta	Spolno specifični izzivi	Izzivi
E59	mame itak ponavadi pokrivamo vse teme. Nima veze kakšna je tema.	Pogovor o vsem z mamo		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
E60	Tudi sin, glede na to, da zrasel s starejšo sestro, pozna vse glede menstruacije in tega. On je seznanjen z vsem, tako da mu ni nič tujega.	Poučitev sina o menstruaciji	Spolna vzgoja doma	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
E61	Ja, ja velik izziv. Po mojem vsakemu novodobnemu staršu. To, da se moraš jeziti oziroma imeti omejitve na na vsake stvari,	Omejevanje uporabe tehnologije	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
E62	se sin zelo težko se odklaplja od elektronike.	Težka prekinitve uporabe tehnologije	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
E63	Igrice igra,	Prekomerno igranje igrice	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
E64	telefon,	Izzivi z uporabo telefonov	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
E65	Youtube je njegov prijatelj.	Prekomerno gledanje YouTubea	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
E66	S sošolci imajo te grupe na Viberju, ne objavlja pa nekaj da bi tako. Je pa preveč gor.	Prekomerno dopisovanje po Viber-ju	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
E67	Gleda po našem mnenju veliko gluposti, razne te kako se kakšne igrice igrajo.	Gledanje nesmiselnih vsebin	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi

E68	Pri hčerki pa takrat to ni bilo tako razvito in je bilo manj zanimivih vsebin, tako da je prišlo vse kasneje. Je imela že več let, ko je vstopila v ta svet, kot pa je on.	Brez težav s tehnologijo pri otroku na prehodu v odraslost	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
E69	Da bi imeli prav uro spolne vzgoje ne, ampak tako sproti, kar pride.	Spontana in vsakdanja spolna vzgoja	Spolna vzgoja doma	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
E70	Zato, ker so se časi spremenili in tudi v osnovni šoli je ta »teta penis«, ki prihaja, jih seznani, tako da tudi, če kdaj kaj rečeš, rečejo, da že vse vejo.	Spolna vzgoja v šoli	Spolna vzgoja drugje	Spolnost in spolna vzgoja	
E71	Da že vse vejo.	Zanikanje potrebe po dodatnem pogovoru, ker že vse ve	Odziv otroka	Spolnost in spolna vzgoja	
E72	Malo jim je sigurno nerodno, vseeno pred starši.	Prisotnost zadrege	Odziv otroka	Spolnost in spolna vzgoja	
E73	Dostikrat med tednom, ko prideš iz službe in si utrujen in pol še kakšna borba z njimi. Ja te zmučijo. Samo ne smeš pač popustiti, ne.	Utrujenost zaradi službe in starševanja		Počutje	Čustvene obremenitve in stres
E74	smo kdaj slabe volje,	Slaba volja cele družine		Vpliv na odnose	Čustvene obremenitve in stres
E75	vzkipljivi, zato ker so nas otroci razjezili.	Vzkipljivost partnerjev		Vpliv na odnose	Čustvene obremenitve in stres
E76	Neposlušnost,	Neposlušnost		Povzročitelji skrbi in stresa	Čustvene obremenitve in stres
E77	ne-uboganje,	Neubogljivost		Povzročitelji skrbi in stresa	Čustvene obremenitve in stres
E78	nespoštovanje pravil.	Nespoštovanje pravil		Povzročitelji skrbi in stresa	Čustvene obremenitve in stres

E79	Nimam posebne opreme. Nisem še kupila. Nič, probleme rešujem iz dneva v dan, sproti.	Sprotno reševanje težav		Soočanje z izzivi	Izzivi
E80	Ma ne, jaz si to ne jemljem, kot da bi bila pod stresom.	Ne dojemanje vsega kot stres		Soočanje s skrbmi in stresom	Čustvene obremenitve in stres
E81	Tisti prvi trenutek si žalosten,	Žalost		Počutje	Čustvene obremenitve in stres
E82	si mogoče razočaran	Razočaranje		Počutje	Čustvene obremenitve in stres
E83	jezen.	Jeza		Počutje	Čustvene obremenitve in stres
E84	Na splošno v življenju pa mogoče grem malo ven na sprehod,	Sprehod		Soočanje s skrbmi in stresom	Čustvene obremenitve in stres
E85	grem malo na telovadbo,	Telovadba		Soočanje s skrbmi in stresom	Čustvene obremenitve in stres
E86	se nasmeješ drugje.	Iskanje sprostitev zunaj družinske situacije		Soočanje s skrbmi in stresom	Čustvene obremenitve in stres
E87	Ampak jaz si ne jemljem vse to skupaj preveč k srcu, mislim v 80%, 20% si tudi jemljem.	Ne vzemanje k srcu		Soočanje s skrbmi in stresom	Čustvene obremenitve in stres
E88	Naj bi me mož podpiral,	Mož		Podporna mreža	Podpora
E89	ampak včasih se tudi ne strinja.	Nestrinjanja		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom
E90	Če smo tukaj, je v večini primerov uspešna, bi rekli.	Večinoma uspešna podpora		Uspešnost podpore	Sodelovanje z materjo/očetom
E91	Skušava veslati v isto smer,	Trud sodelovanja v isto smer		Sodelovanje	Sodelovanje z materjo/očetom
E92	ampak včasih tudi ne. Včasih pride do take situacije, da se tudi midva ne strinja, mogoče imava drugačen pogled.	Občasna neusklajenost zaradi drugačnih pogledov		Sodelovanje	Sodelovanje z materjo/očetom
E93	Niso dosti različni.	Podobnost vzgojnih stilov		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
E94	Naj bi dosegla isti cilj.	Skupni vzgojni cilji		Sodelovanje	Sodelovanje z materjo/očetom

E95	on vedno reče, ti hočeš biti dobra, jaz sem pa un hudoben vedno. Da je on bolj strog, zato ker ga jaz prisilim v to, ker se jaz delam lepo.	Očitki moža, da je on hudoben, ker se žena dela dobro		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
E96	Ja, ko imava različna mnenja in en dovoli in drugi ne dovoli in pol pride do tega ja.	Konflikti zaradi nestrinjanja		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom
E97	Jaz v nek ideal, da se bomo vedno strinjali, ne verjamem in po mojem je tudi to vse že tako življenjsko, da je drugačen pogled ne, ampak pač skušaš bit čim bolj podoben ne.	Sprejemanje različnosti v partnerstvu		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
E98	Ampak mi je v redu tako kot je.	Zadovoljstvo s podporo		Uspešnost podpore	Sodelovanje z materjo/očetom
E99	Prebereš kakšen članek, ki se ti zdi zanimiv, tako na internetu. Mislim, da bi prav uno namerno brskala ne. Včasih se ti prav ponudi, pa se ti zdi zanimiva tema pa pol prebereš ali pa v kakšni reviji in tako. Ja ja, če je kakšna tema, ki obravnava nekaj, kar mi je zanimivo preberem rada ja.	Branje literature na temo starševstva		Soočanje z izzivi	Izzivi
E100	Da bi šla k kakšnemu psihologu pa ne.	Nikoli koristili strokovne pomoči		Strokovna pomoč	Podpora
E101	Glede šolske tematike je dobro, da nekako imajo starši iste cilje. Da jih skušajo usmerjati vsi nekako podobno.	Usklajenost staršev pri šolskih temah		Predlogi za boljšo podporo	Podpora
E102	Predvsem dandanes v to spoštljivost, katera manjka.	Večji poudarek na spoštljivosti		Predlogi za boljšo podporo	Podpora
E103	Da morajo imeti mirne živce	Imeti mirne živce		Nasveti za druge starše	Nasveti in refleksija
E104	je vse rešljivo.	Vse je rešljivo		Nasveti za druge starše	Nasveti in refleksija
E105	Bom zdržala, bom zdržala.	Bom zdržala		Dodatne misli	Nasveti in refleksija

Intervju F

Št. izjave	Izjava	Pojem	Podkategorija	Kategorija	Tema
F1	Star sem 50,	50 let		Starost	Podatki o sogovorniku
F2	moški.	Moški		Spol	Podatki o sogovorniku
F3	Po izobrazbi sem srednji ekonomski tehnik	V. stopnja		Izobrazba	Podatki o sogovorniku
F4	sem direktor firme.	Zaposlen		Zaposlitev	Podatki o sogovorniku
F5	2 otroka,	2 otroka		Število otrok	Podatki o sogovorniku
F6	fant in punca.	Moški in ženski		Spol otrok	Podatki o sogovorniku
F7	Sin 13, hčerka 22.	13 in 22 let		Starost otrok	Podatki o sogovorniku
F8	Sem poročen z ženo.	Zakonska zveza		Družinska dinamika	Podatki o sogovorniku
F9	Za otroke skrbiva oba.	Oba starša skrbnika		Skrb za otroka	Podatki o sogovorniku
F10	Z obema je bilo, dokler nista dopolnila 10 let, bistveno lažje.	Lažji odnos	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F11	Bolj so ubogali,	Ubogljivost	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F12	bolj so bili pridni.	Pridnost	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F13	hči je bila po eni strani precej bolj mirna,	Mirnost hčerke na prehodu v odraslost	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F14	sin je bolj živahen, ampak v mejah normale.	Živahnost sina	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F15	Tako da sta se oba držala, navodil.	Držanje navodil	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F16	Odnos je bil v redu,	Dober odnos	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F17	spoštljiv,	Spoštljiv odnos	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F18	nikoli ni bilo nobenega kreganja	Brez kreganja	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F19	je bilo zelo lepo	Lep odnos	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F20	prijetno.	Prijeten odnos	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

F21	Jaz sem vedno želel, da se spoštuje neka pravila,	Želja po spoštovanju pravil	Pred adolescenco	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F22	mogoče sem celo res hčerki kakšno stvar bolj popuščal,	Popuščanje pri otroku na prehodu v odraslost	Pred adolescenco	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F23	ona, ko je bila mičkена, bolj ubogala določene zadeve.	Ubogljivost otroka na prehodu v odraslost	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F24	permisivna, sigurno je pri nas ni bilo,	Odsotnost permisivne vzgoje	Pred adolescenco	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F25	ni bilo pa zdaj neka diktatura.	Odsotnost diktature	Pred adolescenco	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F26	Ne.	Brez priprave		Priprava na adolescenco	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F27	Odnos moj do njih je vedno isti.	Nespremenjen odnos starša do otrok	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F28	reakcije njihove niso enake.	Spremembe odzivov otrok	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F29	manj ubogajo,	Manjša ubogljivost	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F30	manj so spoštljivi.	Manj spoštovanja	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F31	Vidi se tudi sicer razlika med hčerko in sinom, ker so 9 let razlike, tako da se pozna tudi to obdobje, da je verjetno danes vse drugače, kot je bilo pred 9 leti, recimo. Drugače je to, da recimo neka tehnologija, ki takrat ni obstajala, obstaja danes in ta je večji problem in to se pozna pri mlajšemu, da je problem, ne pa pri starejši.	Vpliv starostne razlike in drugačnih časov na razlike v odnosu	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F32	sin je recimo pri njegovih letih dosti bolj jezikav.	Jezikovost	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F33	Sigurno smo bolj oddaljeni kot prej. Z leti se pač oddaljuješ, kar je normalno.	Večja oddaljenost	V adolescenci	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F34	se zapirajo sobo, če se prej niso ne,	Umikanje v sobo	V adolescenci	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

F35	zdaj se bolj sami kaj pogovarjajo s kom	Manj pogovora s starši	V adolescenci	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
F36	ne povejo lih vsega, sicer pol zvlečeš ven iz njih, ampak je sigurno ta razlika.	Ne povejo vsega	V adolescenci	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
F37	zapiranje vrat od sobe. To je tudi uno najbolj značilno. Nisi več otrok, ko zapreš vrata od sobe.	Zapiranje vrat od sobe		Prelomna situacija/sprememba	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
F38	Ja, pri obeh, itak.	Več konfliktov in nerazumevanj	Pogostost konfliktov in nerazumevanj	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
F39	Predvsem za red, tajming, kdaj ima, da pride na kosilo, pa ga ni,	Konflikti glede časovne organizacije	Vsakdanje stvari	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
F40	ne pospravi za sabo, ne vidi, da neki pusti na mizi in kar gre.	Konflikti zaradi nepospravljanja	Vsakdanje stvari	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
F41	Pri sinu je tega več kot je bilo pri hčerki. Verjetno tudi zaradi razlike sin-hčerka, med spoloma pač.	Sin manj pospravlja		Spolno specifični izzivi	Izzivi
F42	Smo se in še vedno se probamo zmenit, kaj je prav, kaj ni prav	Pogovor		Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
F43	razložiti, da verjetno ni prav nekdo nekaj naredil	Starševska razlaga		Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
F44	da bi to razumel, kakšen krat uspešno, kakšen krat pa tudi ne.	Delno uspešna razlaga		Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
F45	Je pa to zdaj pri sinu še hujše, težje. Ta mlajša generacija je hujša kot starejša.	Težje reševanje konfliktov z mlajšo generacijo		Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
F46	Prej so te poslušali,	Poslušnost	Pred adolescenco	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
F47	zdaj te ne.	Neposlušnost	V adolescenci	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
F48	Zdaj, če se hočeš tako pogovoriti, moraš se za sestanek se dogovoriti, kot firmi, ura in tako naprej in definirat temo. In potem mogoče prideš do konca. In to pri obeh.	Potrebna točna organizacija "sestankov"	V adolescenci	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca

F49	Ne da se jim poslušat	Neposlušnost	Ovire pri pogovoru	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F50	nočejo se pogovarjat.	Odklanjanje pogovora	Ovire pri pogovoru	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F51	Moraš potem ti razložiti, da bi bilo fajn, da se nekaj pogovorimo, da povejo. Da so tukaj starši, da ti hočejo pomagat, ne pa da ti hočejo otežiti. Ker mi ne težimo, mi želimo jim pomagat pa povedat, kaj je prav, kaj narobe. Oni je pa to vidijo kot teženje.	Otrokovo razumevanje pogovora kot teženja	Ovire pri pogovoru	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F52	Punca je verjetno malo drugače, celo se bolj zapira.	Večje čustveno zapiranje hčerke na prehodu v odraslost	V adolescenci	Izražanje čustev	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F53	Sin pa je še premajhen, tako da on ti v bistvu več ali manj pove vse.	Čustvena odprtost	V adolescenci	Izražanje čustev	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F54	Pri sinu je najtežja šola.	Izzivi s šolo		Šola	Izzivi
F55	Pri hčerki to sploh ni bil nikoli problem.	Brez izzivov s šolo pri otroku na prehodu v odraslost		Šola	Izzivi
F56	Sinu moraš težiti, da prebere knjigo, naredi nalogo, se uči, vse. Čeprav ima dobre ocene, ampak ostalo je katastrofa.	Motiviranje za šolo		Šola	Izzivi
F57	poslušnost,	Neposlušnost		Vzgoja	Izzivi
F58	pospravljanje,	Ne-pospravljanje		Vzgoja	Izzivi
F59	raztresenost.	Raztresenost		Vzgoja	Izzivi
F60	Pri hčerki pa je bila predvsem ta spoštljivost do staršev.	Naučiti otroka spoštovanja		Vzgoja	Izzivi
F61	Recimo to, ko ne razume, da mu ti hočeš dobro, ampak misli, da mu ti dejansko težiš, polniš glavo, pametuješ.	Razumevanje pomoči kot teženja		Odzivi otrooka	Izzivi
F62	Ti reče, da se dereš, čeprav ti govoriš normalno in tako naprej.	Zaznavanje govora kot kričanja		Odzivi otrooka	Izzivi

F63	Ma niti ne, jaz sem vedno približno enak.	Ni spremembe pri postavljanju meja	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F64	Povem kje so meje, kje so tiste točke, ki so pač pomembne, okej imaš malo unih odklonov, ampak načeloma niti ne.	Postavljanje meja	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F65	Probam ne popuščat	Vztrajanje pri ne-popuščanju	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F66	to normalno potem vodi v konflikt in potem se kregaš za bedarije. Ampak, pospravi za sabo, ko poješ, nisi v hotelu.	Konflikti zaradi starševega vztrajanja pri mejah	Odnos	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F67	Spoštuje skoraj, da ne, nič, če smo čisto odkriti. Ker se moraš čisto vse kregat,	Nespoštovanje pravil	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F68	se ustani,	Nespoštovanje pravil glede urnika bujenja	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F69	obleči,	Nespoštovanje pravil glede oblačenja	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F70	naredi nalogo,	Nespoštovanje pravil glede šolskih obveznosti	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F71	pridi jest,	Nespoštovanje pravil glede hrane	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F72	pridi ob 6ih domov in če ga ne pokličeš ne pride.	Neupoštevanje časovnih dogovorov	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F73	Če ga ne pokličeš 16x, ne naredi nič.	Več ponavljanja pravil s strani staršev	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F74	Medtem ko pri hčerki to ni bilo tako.	Več spoštovanja pravil pri hčerki na prehodu v odraslost	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F75	Jaz se skušam prilagoditi tako, da probam, sicer jaz se dostikrat precej razjezim, ko ne ubogajo oziroma ne poslušajo ali pa tam malo dvignem glas.	Dvig glasu	V adolescenci	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F76	Seveda potem se povlečem nazaj, ker vidim, da nima nobenega smisla in potem probam se pogovorit.	Pogovor	V adolescenci	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

F77	Ampak zdaj, koliko sem uspešen ali nisem, še sam ne vem.	Nesigurnost glede učinkovitosti pristopa	V adolescenci	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F78	Načeloma se stil ni dosti spremenil, jaz sem vedno enak in isti stil, tako da ja.	Nespremenjen vzgojni stil	V adolescenci	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F79	Pri starejši to zaznavam bolj zdej, prej niti ne.	Brez zaznavanja neodvisnosti pri otroku na prehodu v odraslost		Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F80	Pri sinu pa zaznavam to, recimo kako se bo zrihtal, kako se bo oblekel, ima nek svoj stil, itn. To pokaže, recimo tipična je njegova frizura, se noče počesat, se noče ustrižt. Moreš se mučit, da ima urejeno frizuro. Na nek način je ko en divjak, je urejen, ampak tukaj izraža že neko svojo trmo.	Izražanje samostojnosti skozi videz pri sinu	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F81	Starejša pa je imela neka obdobja, recimo s to kozmetiko, lišpanje in take monade. Ampak to je pač punca, je nek svoj stil, ki mogoče nam ni bil sprejemljiv, ker smo drugačna generacija, ampak potem pa je tudi ona ugotovila, da je boljše, kar smo ji mi pravili. Normalno ne prizna, ampak tako je.	Uporaba kozmetike in iskanje stila pri hčerki	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F82	To je normalno	Normalizacija potrebe po neodvisnosti	Odziv starša	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F83	se probaš čim manj odzivati, v resnici.	Čim manj odzivanja	Odziv starša	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F84	Oh, to je največji izziv. Ker ga hočeš držati v vati in se bojiš za vse, kar je ne vem, verjetno normalno ali pa ne. In oni to vidijo kot neko kontrolo ali pa omejevanje.	Usklajevanje skrbi za varnost s svobodo brez prevelikega omejevanja		Varnost	Izzivi

F85	Tukaj probam zdaj malo popuščat, čeprav mi je meni težko, njim pa mogoče verjetno lažje.	Poskušanje popuščanja	Usklajevanje z varnostjo	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F86	Recimo, ko je hči naredila izpit za avto začneš razlagat kaj mora pazit, pa ti reče »kaj težiš, valda vem«, sin pa recimo, ker zdaj gre s kolesom ven, pa vem kakšen je raztresen, ker ne gleda na nič, pa mu rečeš, pazi na to, pazi na ono, pa ti odgovori »kaj mi težiš, valda vem.«	Opozarjanje na nevarnosti	Usklajevanje z varnostjo	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F87	Po mojem lih prav, ne omejujemo ampak mu poveš kaj je prav, kaj ni prav.	Zadostna svoboda	Količina svobode	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F88	Ne vem, če si star 13 let ne moreš do polnoči pokonci med tednom, torej mora it spat ob 10ih.	Premajhen za veliko svobode	Količina svobode	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F89	Pri hčerki, ki pa je starejša, ki bi morala razumeti, recimo, jaz moram it zjutraj v službo, se dvignit ob 6 in it v Ljubljano, pa je rečeš, ne vem dej zdej televizijo bolj potih, pa ne razume tega. Ona vidi, kot da jo omejuješ. Nič ne omejuješ, samo pač poveš, da naj spoštuje hišni red.	Dojemanje hišnega reda kot omejevanje	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F90	Hčerka je bila bolj mirna.	Manj izzivov zaradi večje mirnosti	Dekleta	Spolno specifični izzivi	Izzivi
F91	Je pa recimo to kozmetiko ful uporabljala.	Uporaba kozmetike	Dekleta	Spolno specifični izzivi	Izzivi
F92	On je pa pač fant. To pomeni, da je raztresen,	Raztresenost	Fantje	Spolno specifični izzivi	Izzivi
F93	ne razmišlja toliko, da se mu lahko kaj zgodi, ker tudi dela take stvari, ki jih pač ona ni delala.	Nepremišljenost	Fantje	Spolno specifični izzivi	Izzivi

F94	Ne vem, če se recimo žena pogovarja kaj ekstra s hčerko. Ker se potem niti jaz ne pogovarjam z ženo. Ampak načeloma tukaj nisem niti jaz nekih večjih razlik delal, ker sem jaz vseeno z obema pogovarjal o vsem in ni bilo nekih problemov.	Pogovor z očetom o vsem		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
F95	Zdaj to je ta problem, ker jaz izhajam iz tega posla in ker vem kaj je to tehnologija in vem kakšna tveganja in probleme in težave lahko povzročajo in to je za mene recimo izziv.	Zavedanje o tveganjih tehnologije zaradi zaposlitve v informatiki	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
F96	Ker današnji otroci so preveč na temu,	Prekomerna uporaba tehnologije	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
F97	če pa jim ti določene stvari odvzameš, potem pa so izvzeti iz okolja in potem na žalost moraš popustiti in tudi njim dovoliti, da neke stvari pač imajo in uporabljajo, čeprav dobro veš, da ni to v redu,	Dilema med omejitvami in vključenostjo iz družbe	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
F98	jim skušaj in vsak dan razlagaš, da ni v redu, pa preveč biti na temu. Predvsem ta današnji internet oziroma ta TikTok, YouTube in tako dalje.	Stalen trud za ozaveščanju o nevarnostih	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
F99	Pri starejši hčerki pa tega ni bilo takrat. Je bilo dosti lažje.	Razlike v razvitosti tehnologije v času adolescence otroka na prehodu v odraslost	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
F100	To je zdaj problem bolj pri mlajšemu.	Večji vpliv tehnologije na mlajše generacije	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi

F101	S sinom sem se pogovarjal parkrat samo, če se kaj v šoli o teh zadevah pogovarjajo, pa mi tudi povedal da ja.	Spolna vzgoja v šoli	Spolna vzgoja drugje	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F102	Glede na to, da ma 13 let je bil pogovor o tem na nivoju šole.	Pogovor na nivoju šole	Spolna vzgoja doma	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F103	S starejšo smo se normalno tudi pogovorili, pazi kaj delaš, pazi kaj počneš in glej, koliko si stara in ne si pač zafrknit glede na to, da imaš marsikaj za narediti pred sabo. Je bilo relativno odprto, pogovorili smo se glede tega.	Odprt pogovor s hčerko o spolnosti	Spolna vzgoja doma	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F104	Ma če sem odkrit ne vem, po mojem niti ne.	Odsotnost zadrege	Odziv otroka	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F105	Meni je stresno, ker jih meče levo in desno	Stres		Počutje	Čustvene obremenitve in stres
F106	normalno smo mi tista »kanta v katero jo breajo«.	Obremenjenost		Počutje	Čustvene obremenitve in stres
F107	Kakšen krat se tudi spičimo z ženo zaradi tega, ker imamo kakšen krat različno mnenje. In potem se tudi z ženo kakšen krat skregamo glede enega ali drugega.	Partnerski konflikti zaradi nestrinjanja		Vpliv na odnose	Čustvene obremenitve in stres
F108	Glede vsega, ker normalno jaz sem moški, ona je ženska. Sin dela neki, kar sem tudi jaz delal kot moški, ona pa tega ni delala kot ženska in ne razume, da je to nekaj normalnega in obratno. Tukaj so te razlike.	Različne perspektive zaradi spola in izkušenj		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
F109	Ko je šla hči v Ljubljano,	Odhod v Ljubljano zaradi študija		Povzročitelji skrbi in stresa	Čustvene obremenitve in stres
F110	ko gre kam na kakšno žurko in tako naprej, to je meni pač stres.	Odhod otroka na zabavo		Povzročitelji skrbi in stresa	Čustvene obremenitve in stres
F111	Ne spim, dokler ne pride domov	Čakanje otroka, da pride domov		Soočanje s skrbmi in stresom	Čustvene obremenitve in stres

F112	Ko gre nekam, ji skušam razložiti, da bi bilo lepo, da se vsaj javi, ne pa to, da se ne javi in potem se javi čez 2 dni. To je začela delat, ko je šla na faks in to dela še zdaj.	Odsotnost komunikacije		Povzročitelji skrbi in stresa	Čustvene obremenitve in stres
F113	Če gre po vasi, mu razložim, da more pazit in itak ti vedno odleže, ko pride domov, tudi če gre na igrišče, razmišljaš, da bi se mu kaj zgodilo.	Odhod otroka ven		Povzročitelji skrbi in stresa	Čustvene obremenitve in stres
F114	Edino to kar divja z kolesom in skirojem, ampak mu skušat vcepiti v glavo, da more pazit, da se mu lahko tudi kaj zgodi, da ni video igrice.	Divjanje		Povzročitelji skrbi in stresa	Čustvene obremenitve in stres
F115	Po mojem mnenju imaš to noter. Živiš s tem, naravno gre. Ni nekih pretiranih težav, si ne delam nekih problemov.	Dojemanje kot nekaj naravnega		Soočanje s skrbmi in stresom	Čustvene obremenitve in stres
F116	Kakšen krat te res spravijo, da ne vem 3 ure ne morem zaspati.	Nespečnost		Počutje	Čustvene obremenitve in stres
F117	Ampak potem prespiš, tudi oni prespijo.	Pomiritev po konfliktu		Soočanje s skrbmi in stresom	Čustvene obremenitve in stres
F118	Ko se skregamo, se pomeniš, poveš izkušnje, ali eden ali drugi ni naredil prav.	Refleksija in pogovor	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F119	Tudi jaz, če kaj naredim narobe, to tudi priznam, če sem naredil narobe, nasprotna stran ponavadi ne.	Opravičilo starša	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F120	In si vzameš v zakup, da je verjetno to pač danes, je to pač tako.	Sprejemanje situacije	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
F121	Grem tečt,	Tek		Soočanje s skrbmi in stresom	Čustvene obremenitve in stres
F122	berem knjigo,	Branje knjig		Soočanje s skrbmi in stresom	Čustvene obremenitve in stres

F123	grem malo vem,	Izhod iz hiše		Soočanje s skrbmi in stresom	Čustvene obremenitve in stres
F124	se pogovorim,	Pogovor		Soočanje s skrbmi in stresom	Čustvene obremenitve in stres
F125	misli daš nekam drugam.	Odvračanje misli		Soočanje s skrbmi in stresom	Čustvene obremenitve in stres
F126	Se pogovorim z ženo.	Žena		Podporna mreža	Podpora
F127	potem se pod tušem sam s sabo malo pogovoriš.	Samopodpora		Podporna mreža	Podpora
F128	tudi pomaga, ko se pogovarjaš s prijatelji, ki imajo otroke približno enako stare,	Prijatelji		Podporna mreža	Podpora
F129	kakšenkrat sodelavci	Sodelavci		Podporna mreža	Podpora
F130	In ne vem, »a ti si tudi imel takrat, to pa to ne?«. In potem vidiš v pogovoru, da načeloma večinoma se skoraj vsi z enakimi problemi ukvarjamo.	Normalizacija problemov		Uspešnost podpore	Podpora
F131	V redu je, pomaga,	Podpora v pomoč		Uspešnost podpore	Podpora
F132	vidiš, da načeloma ne delaš nič narobe.	Potrjevanje lastnega pravičnega delovanja		Uspešnost podpore	Podpora
F133	Kolker toliko v redu.	Večinoma uspešna podpora		Uspešnost podpore	Sodelovanje z materjo/očetom
F134	Je normalno, da kdaj nisi v redu, ker še enkrat drug spol drugače razmišlja.	Normaliziranje drugačnega mišljenja med staršema		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom
F135	načeloma probamo biti usklajeni.	Trud usklajevanja		Sodelovanje	Sodelovanje z materjo/očetom

F136	jaz probam neke stvari razložiti, kakšne stvari pa pač ne moreš razložiti, pa malo dvignem glas ali pa bom rekel prekinem stvar. Na primer izklopiš internet, vzameš telefon in tako naprej. Medtem, ko recimo ta drugi tega ne naredi. Torej načeloma dostikrat sem jaz bolj za one ta grde prijeme in žena za tiste ne toliko grde prijeme. Ne vem sicer zdej kako je prišlo do tega, ampak očitno je to funkcija mož žena, ne vem.	Vloga očeta pri bolj grdih prijemih		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
F137	Itak, da ja, ker za neke stvari ji dam prav, za neke stvari pa ji ne dam prav.	Konflikti zaradi nestrinjanja		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom
F138	Ker tudi ti neke stvari primerjaš tudi, ko si ti bil otrok ali pa doživljal kot najstnik. Kako so starši do tebe ravnali in obratno. In normalno, da moja vzgoja verjetno ni bila enaka kot njena in za neke stvari nimamo niti približno enakih pogledov.	Vpliv vzgoje in izkušenj na različne vzgojne poglede		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
F139	Čeprav to ne debatiramo v prisotnosti z njimi, ampak na samem in potem v bistvu nastane večji konflikt med nami, kakor pa otroci.	Odsotnost konfliktov pred otroki		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom
F140	Pol se zmenimo in probamo potem poiskati, kaj je najboljše.	Iskanje kompromisa		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom
F141	Ma ne, načeloma nimamo nekih problemov.	Zadostna podpora		Uspešnost podpore	Sodelovanje z materjo/očetom
F142	Ne, nikoli ni bilo neke potrebe.	Ni potrebe po strokovni pomoči		Strokovna pomoč	Podpora

F143	Pogovoriti se moreš in vsak mora pogledat svoj vidik. Torej videt, kot sem rekel prej, če sem jaz bil kot sin... imel motor, se vozil, bil ves čas zunaj in bil bolj divji, meni to recimo ni nič čudnega, da sin hoče skakat z »motor-bikeom« in delati neumnosti, ker ona jih ni delala. Jaz sem bil ne vem kolikokrat zlomljen in operiran in ona ni niti enkrat. Valda, da bo tudi sin. In tukaj ne vidim, da je kaj narobe, čeprav bom rekel valda me skrbi in pazim, ampak tukaj so te največje razlike.	Poslušanje različnih perspektiv staršev		Predlogi za boljšo podporo	Podpora
F144	Da se pogovarjamo. Ko se srečaš oz. se itak in pol skoraj vedno pride itak potem debata na otroke in potem si deliš mnenja potem pride tudi velikokrat do kakšnih idej in inovacij na tem področju.	Več pogovora		Predlogi za boljšo podporo	Podpora
F145	Prvo kar je, da ravnaš po občutku v tem smislu, da je to vseeno tvoj otrok in da ga moraš razumet. Za kakšne stvari se moraš dat v njegovo kožo, ker so drugačne, je totalno nekaj drugega, kot je bilo, ko smo mi bili stari 13 let oz. 23. Se je ogromno spremenilo in ne moreš to enačiti. Kar je zelo težko, ampak moraš vseeno probat se postaviti v njegovo kožo.	Razumevanje otroka in postavitev v njegovo kožo		Nasveti za druge starše	Nasveti in refleksija
F146	To je en »rock and roll« neverjeten.	Starševstvo kot "rock and roll"		Dodatne misli	Nasveti in refleksija

F147	Jaz kakšen krat celo vprašam svoje starše, če sem bil tudi jaz tak. In kakšen krat dobiš odgovor, da ja, kakšen krat tudi ne recimo za neke stvari. Ampak načeloma ne vem, očitno to tako mora biti.	Pogovor s svojimi starši o sebi kot otroku		Dodatne misli	Nasveti in refleksija
------	--	--	--	---------------	-----------------------

Intervju G

Št. izjave	Izjava	Pojem	Podkategorija	Kategorija	Tema
G1	Star sem 47 let.	47 let		Starost	Podatki o sogovorniku
G2	Moški spol.	Moški		Spol	Podatki o sogovorniku
G3	Imam 2 otroka.	2 otroka		Število otrok	Podatki o sogovorniku
G4	Stara 14 pa 17.	14 in 17 let		Starost otrok	Podatki o sogovorniku
G5	Zaposlen sem v financah v zavarovalništvu.	Zaposlen		Zaposlitev	Podatki o sogovorniku
G6	Dokončal sem ekonomsko fakulteto.	VII. Stopnja		Izobrazba	Podatki o sogovorniku
G7	Zakonska zveza.	Zakonska zveza		Družinska dinamika	Podatki o sogovorniku
G8	2 otroka, fanta, deveti razred in drugi letnik gimnazije.	Moški in moški		Spol otrok	Podatki o sogovorniku
G9	Skrbiva pa oba z ženo.	Oba starša skrbnika		Skrb za otroka	Podatki o sogovorniku
G10	Trudili smo se, da je odnos podoben pri obeh.	Enakovreden odnos z obema otrokoma	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G11	Odnos pa težko ga definiram, pač starševski.	Starševski odnos	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G12	Probaš za njih seveda narediti, kar si zmožen, in organizacijsko in pogovorno.	Vključevanje v življenje otrok	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G13	Dober odnos.	Dober odnos	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G14	Bolj avtoritativni, ker vseeno neke meje smo jim postavljali vedno.	Avtoritativni s postavljanjem mej	Pred adolescenco	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

G15	Ni prav, da bi prav karkoli počeli. Spet pa ne prav tako zelo, zelo strogo.	Uravnoteženost med omejevanjem in svobodo	Pred adolescenco	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
G16	Ne, nikoli.	Brez priprave		Priprava na adolescenco	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
G17	Kot starš poskušaš ohraniti enak odnos.	Ohranjanje enakega odnosa	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
G18	Se mi zdi, da oni dokaj hitro se razvijejo in mogoče celo mi ne dojemamo, kako hitro postajajo bolj zreli, bolj odrasli.	Vpliv hitrega dozorevanje in odraščanja na odnos	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
G19	Malo bolj se začnejo oni se mi zdi umikat oziroma zapirat v sobe.	Umikanje v sobo	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
G20	Lasten svet se jim razvija.	Razvoj lastnega sveta	V adolescenci	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
G21	Prijateljstva.	Razvijanje prijateljstev	V adolescenci	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
G22	Ti imaš občutek, kot da se malo oddaljujejo,	Občutek oddaljenosti	V adolescenci	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
G23	Ampak bolj individualno se začnejo obnašati no.	Individualizacija otrok	V adolescenci	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
G24	Mlajši, mogoče še malo manj.	Manj sprememb pri mlajšem	V adolescenci	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
G25	Nimajo več volje z nami kam hodit.	Upad interesa za skupne dejavnosti	V adolescenci	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
G26	Bolj se zapirajo v sobe.	Umikanje v sobo	V adolescenci	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
G27	Starejši ima ogromno nekaj družb, ful se družijo z osnovnošolskimi in z gimnazijskimi prijatelji. Športni bend ima. Je čisto skozi aktiven drugje in potem imaš občutek, da si manj povezan.	Povečan pomen prijateljstev	V adolescenci	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca

G28	Smo pa videli dostikrat, ko so šli s temi klubi kam po 3, 4, 5 dni ali nekakšne priprave ali kaj, vedno, ko so prišli domov, si čutil, da so malo drugačni, kakor da so malo se nadgradili.	Osebnostni razvoj po samostojnih izkušnjah		Prelomna situacija/spreme mba	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G29	Ja lahko bi bilo.	Več konfliktov in nerazumevanj	Pogostost konfliktov in nerazumevanj	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G30	Oni poskušajo dvigniti te meje naše tolerance oziroma vedno več vsega.	Poskušanje dviga mej tolerance staršev	Značilnosti	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G31	Mi potem seveda, to probamo ustaviti oziroma postaviti meje, ki se nam zdijo primerne, potem pride do konfliktov.	Konflikti zaradi postavljanja mej s strani staršev	Odnos	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G32	Zdaj drugi letnik gimnazije je tudi par izzivčkov.	Izzivi s šolo		Šola	Izzivi
G33	Takrat pol malo pride do konfliktov, recimo ne, ker želimo vseeno, da je šola še vedno na visokem mestu po prioriteti. Trenutno je njemu tako malo manj.	Konflikti zaradi padca prioritiziranja šole	Šola	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G34	Poskušaš vedno s pogovorom.	Pogovor	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G35	Žal včasih pride tudi do malo višjega tona glasu.	Povišan ton glasu	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

G36	Jaz vedno poskušam mu ohraniti neko svobodo, čeprav obenem vedno tudi rečeš, da malo pogojuješ, ne, naj sam pride do nekih spoznanj. Da si bo ohranil vse to, kar ima do zdaj. Ker ne želimo prav stoprocentno vplivati na vsa njegova dejanja, se mora sam zavedati nekaterih stvari.	Otrok mora sam priti do spoznanj	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G37	Jemat jih moraš kot starejše in tudi pol se tudi avtomatsko sama komunikacija spremeni.	Prilagoditev komunikacije ob doživljanju otrok kot starejših	V adolescenci	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G38	Vedno želiš, da ti čim več zaupajo. Verjetno ne vsega. Poskušaš pa.	Spodbujanje zaupanja	V adolescenci	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G39	Po moje najbolj to, da so pač malo bolj zaprti in malo bolj v svojem svetu, kot so bili prej in potem enostavno ne prideš do vseh tem, ki bi si ti kot starš želel, da bi se pogovarjal z njimi.	Zaprto otrok	Ovire pri pogovoru	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G40	Manj so prisotni.	Manj prisotnosti	Ovire pri pogovoru	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G41	Ta mlajši je manj zgovoren in bolj zaprt vase. Pri starejšem je tu vse skupaj bolj odprto. Zdaj, da bi prav čustva močno izražala, jih pa mislim, da ne. Verjetno je zdaj manj teh izražanj čustev kot prej.	Manj izražanja čustev	V adolescenci	Izražanje čustev	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G42	Ti kot starš sicer hitro oceniš ali je ful dobre volje in mu vse štima ali pa ga nekaj mori ali žalosti in ga večkrat vprašaš, če je vse v redu. Pa vidiš, da ni vse v redu. Tako se opaža, da ne povejo.	Zadrževanje čustev v sebi	V adolescenci	Izražanje čustev	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

G43	Usmeritve, ki si jih mi želimo, da bi pač po neki poti šli in seveda pride do odstopanj.	Razlike med željami staršev in otrok glede osebne poti		Vzgoja	Izzivi
G44	Starejši zdej med 17. in 18. letom ga je precej prevzela muzika, ima bend in mu šola, ker je bil vedno res odličen, celo osnovno, prvi letnik še prav dober in je zdaj tako, sam malo smatra kakor da je nepotrebno in pol tukaj prihaja do izzivov. Želimo in vemo, da je komot sposoben več kakor trenutno kaže z ocenami. Ne pritiskamo do konca, ampak vsaj tiste osnovne stvari pa vseeno morajo biti poštimate.	Izguba interesa za šolo zaradi glasbe		Šola	Izzivi
G45	Pri mlajšemu pa je bil najtežji izziv zdej, pri vpisu v srednjo šolo. Je zelo zaljubljen v vse športe, trenira rokomet. Po ena strani bi lahko šel tudi na neko športno gimnazijo, nekaj v tej smeri, ampak noče iti nikamor ven iz našega kraja in zdej se je vpisal v gimnazijo. Na koncu ga podpreš pri njegovi odločitvi in to je to.	Vpis v srednjo šolo		Šola	Izzivi
G46	Meni je najhujše, kadar so tiho, kadar ne povejo, ker ne moreš komunikacije vzpostaviti, kadar veš, da jih neka razžira in nekaj ni prav. In ne veš kaj.	Zaprto otroka		Odzivi otroka	Izzivi
G47	Seveda kot starš poskušaš pomagati, samo tudi sam nimaš vseh teh znanj in mogoče ne pristopiš vedno prav.	Starševska negotovost in pomanjkanje znanja pri pomoči otroku		Vzgoja	Izzivi

G48	Ja pridi starejšemu moramo kakšno mejo postaviti. Ker ima ogromno aktivnosti in nobene ne bi izpustil in včasih mu je treba reči »ne«. Ker cel teden treningi, tekme, rojstni dnevi, s prijatelji ven in drugi teden piše mogoče 3 teste in takrat moraš postaviti neko mejo in reči neke stvari se moraš povedati, ker če ne boš tako.	Postavljanje mej zaradi preobremenjenega urnika	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
G49	Pri mlajšem je edini izziv mogoče s temi telefoni. Tu pa poskušamo vedno zmanjševati čas uporabe. Tukaj je izziv, tukaj je izziv.	Omejevanje uporabe telefona	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
G50	Prej, ko so bili mlajši ni bilo treba postavljati mej toliko kot zdaj.	Manj postavljanja mej	Pred adolescenco	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
G51	Vseeno spoštujejo neko komunikacijo,	Spoštovanje komunikacije	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
G52	starejši, ker je pri njem ta puberteta bolj močna, preizkuša, tiste meje, kadar hodi ven in ko postavlja ure kdaj pride domov.	Preizkušanje časovnih mej prihoda domov	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
G53	dostikrat se uči ponoči, kar tudi nismo glih navdušeni in tudi takrat mu govorimo »pejdi spat« pa je ob dveh ponoči še luč v sobi. Te meje hoče vedno premikati.	Preizkušanje nočnega režima	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
G54	Ja sigurno se vse nekako spremeni, predvsem s temi mejami, ki jih prej ni bilo treba toliko postavljati. Zdaj, vsaj v naših primerih moramo.	Prilagoditev vzgojnega stila s postavljanjem več mej	V adolescenci	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca

G55	prav zdaj je primer, ko so pač prazniki in dopusti in bomo več časa doma. In je včeraj rekel, da joj tako lepo je biti sam doma, kadar sta sama. In to je rekel že ta mlajši. Tako da ja, neko neodvisnost tega s vidika ja, tako da so čim več sami.	Želja po samoti	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G56	Starejši je pa že precej neodvisen. Sam si organizira marsikaj.	Samostojno organiziranje aktivnosti	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G57	Ima lasten prevoz za vse žive aktivnosti, ker ne živimo prav mestu, se je treba vedno malo peljat.	Uporaba lastnega prevoza	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G58	prejšnjo nedeljo je šel smučat z neko družbo, ki se nam zdi že čisto samostojno, tako da se samostojno organizira.	Samostojno načrtovanje prostega časa	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G59	Seveda vse pove, z nekim našim soglašanjem. Samo kar postaja neodvisen.	Povezovanje neodvisnosti s soglasjem staršev	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G60	Precej dovolimo,	Precejšnja svoboda	Odziv starša	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G61	dokler se nam ne zdi po naših nekih občutkih in izkušnjah, da je treba to tudi neodvisnost postaviti neko mejo ne ali pa jih omejiti. Ali pa seveda poskušaš vplivati na neki, ampak se mi zdi vseeno, da imamo kar visoke tolerance.	Omejevanje svobode glede na starševsko presojo	Odziv starša	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G62	Mislim da si kot starš vedno malo v skrbah oziroma pomisliš na te stvari, da bi se karkoli zgodilo, kar se tiče varnosti.	Starševska skrb za otrokovo varnost	Odziv starša	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G63	Po drugi strani se poskušam zavedati, da ne moreš zaradi tega ga zapreti doma na kavč in pač je treba živeti, dobivati	Razumevanje pomena lastnih izkušenj	Odziv starša	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

	izkušnje take in drugačne.				
G64	želiš, da se ti oglasijo, kadar so kje, da sporočijo.	Zahteva po sporočanju lokacije	Usklajevanje z varnostjo	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G65	Vedno jim daješ kakšna dodatna opozorila in napotke, naj bodo pozorni na določeni nevarnosti, ki so v kakršnem koli okolju možne,	Opozarjanje na nevarnosti	Usklajevanje z varnostjo	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G66	vseeno jim kar dovolimo.	Dovoljevanje kljub skrbem	Usklajevanje z varnostjo	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G67	Na trenutke celo mislim, da jim damo preveč.	Včasih preveč svobode	Količina svobode	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G68	Vedno jim govorim, da če bodo dovolj odgovorni, si bodo ohranili svobodo.	Odgovornost prinaša svobodo	Količina svobode	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G69	In včasih še postavimo neko mejo pa rečemo, zdaj pa naslednji mesec, bo tako pa tako pa pol hitro včasih ta meja prehitro pade. Ta svoboda pol vedno ostaja.	Ohranjanje svobode zaradi popuščanja meja	Količina svobode	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G70	Se mi zdi pomembna svoboda,	Vrednotenje svobode kot pomembne	Odziv starša	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G71	jim poskušam čim manj omejiti,	Poskušanje čim manjše omejitve	Količina svobode	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G72	jaz vedno pravim tudi njim, da je vloga staršev, da jih vseeno nekako usmerjamo in seveda žal tudi malo omejimo to svobodo. Tako, da po nekem občutku probam.	Vloga staršev pri omejevanju svobode	Količina svobode	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G73	Sta seveda imela vedno kolesa, pa to mogoče malo bolj fantovsko norenje.	Fantovsko norenje	Fantje	Spolno specifični izzivi	Izzivi

G74	Starejši ima zdaj nek motor zaradi spet, predvsem zaradi te samostojnosti in da se lahko premika od točke A do B. To te tudi malo skrbi, recimo, da je to izziv bolj kakor pri puncah.	Varnost na motorjih	Fantje	Spolno specifični izzivi	Izzivi
G75	Jaz sem bolj v vlogi organizatorja njihovih popoldanskih aktivnosti. Ne vem, tej prevozi na treninge pa nazaj zvečer, ko gre ven, ga greš iskat ponoči. To je vse bolj na meni.	Oče v vlogi organizatorija		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
G76	Malo bolj je pa žena ali partnerka, kar se tiče spremljanja šolskih stvari, je pa ona bolj vpeta kakor jaz.	Mamina vloga pri šolskih obveznostih		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
G77	Ja, predstavljajo izziv zato, ker po vseh teh ugotovitvah strokovnih glede teh novih tehnologij, kar spremljaš se ti zdi, da vseeno preveč časa na tem preživijo.	Prekomerna uporaba tehnologije	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
G78	Nimaš nadzora.	Pomanjkanje starševskega nadzora	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
G79	Vse kar počnejo imajo neke igrice,	Prekomerno igranje igrice	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
G80	en kup nekaj pogovarjanj z raznimi prijatelji,	Prekomerno pogovarjanje s prijatelji prek telefona	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi

G81	en kup je gledanja nekih vsebin in se mi zdi, da gre preveč časa v to	Gledanje nesmiselnih vsebin	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
G82	fokus potem pade za druge stvari.	Upad koncentracije	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
G83	pri ta velikem ugotavljamo kadar se vse uči, dobesedno zdaj zahtevamo, da je telefon pri nas, ker če ne skozi neki piska in gleda in je moteče.	Motnje med učenjem zaradi telefona	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
G84	Je izziv, no, je izziv, ker njim je to normalno, so se s tem rodili in mislim, da se ne znajo omejiti in tukaj moramo kar dosti opozarjati.	Težave pri samokontroli otrok	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
G85	Premalo.	Pomanjkanje spolne vzgoje doma	Spolna vzgoja doma	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G86	Je pa ta starejši imel že prej eno punco, zdej ima pač tudi že eno leto in pol punco, tako da smo se o tem že pogovarjali. Ne pa tako zelo intenzivno.	Nekaj pogovorov s starejšim sinom	Spolna vzgoja doma	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G87	Mlajši pa nekako se izogiba teh tem oziroma skoraj ne pridemo zraven.	Izogibanje spolnim temam pri mlajšem sinu	Spolna vzgoja doma	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G88	Je malo zadrege ja, v smislu »ja, sej vem, sej ne bom...«.	Prisotnost zadrege	Odziv otroka	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G89	Bolj na hitro hoče zaključiti, se ne spusti v neko debato.	Hiter zaključek pogovorov	Spolna vzgoja doma	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
G90	te včasih spravi v slabo voljo.	Slaba volja		Počutje	Čustvene obremenitve in stres

G91	Imaš občutek, da ne obvladuješ vsega tako, kot bi si želel da.	Občutek neobvladljivosti		Počutje	Čustvene obremenitve in stres
G92	In potem tudi vpliva seveda kdaj na partnerski odnos. Ker mogoče nimaš prav vedno istih pogledov.	Včasih različni pogledi		Vpliv na odnose	Čustvene obremenitve in stres
G93	Imaš občutek, da narediš vse in da pač tega vsega ne razumejo pa jim rata kar samo po sebi umevno vse.	Občutek nerazumevanja s strani otrok		Počutje	Čustvene obremenitve in stres
G94	pride do nasprotnih mnenj	Različna mnenja med partnerjema		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom
G95	vpliva, ker mogoče včasih vsak posebej odreagiramo na drugačen način.	Različni odzivi partnerjev		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom
G96	Ali pa nekdo se strinja z eno stvarjo, drugi ne in potem seveda še mnenje otroka in pride do konflikta...	Konflikti zaradi nestrinjanja		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom
G97	negativno vpliva včasih sigurno na neke odnose med partnerji.	Negativni vpliv na partnerski odnos		Vpliv na odnose	Čustvene obremenitve in stres
G98	Prejšnji ponedeljek je bil nek družinski rojstni dan, starejši pa je dobil vabilo za smučat. Jaz sem recimo dosti bolj za smučat, kolikor partnerica na splošno in ta starejši sin tudi zelo zelo rad smuča in sem rekel, okej, imaš priložnost, so te povabili, odloči se sam, samo opraviči se, da na rojstni dan od nonota ne boš šel. In seveda, žena, se ni strinjala, ker je rojstni dan in da naj ne gre. Jaz pa sem glej, če želiš iti zadnjič, pejdi, ne. Tako pride potem malo trenja.	Različna stališča do prioritete		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom

G99	Pri starejšem sigurno letos prvič, da so tej izzivi šolo, ki jih nikoli ni bilo. Ker se ti zdi nemogoče, da do tega pride. Tako da je največ to, pač ta fokus do šole in učenja. Ker mu je vse tudi brez veze in nepomembno ratalo.	Izguba motivacije za šolo		Povzročitelji skrbi in stresa	Čustvene obremenitve in stres
G100	Pri ta malem pa mogoče na momente tako, ko je bil zaprt, pa neke nove družbe, malo več časa rabi, da se vklopi se drži precej teh svojih športnikov, kluba, tistih par sošolcev. Ima recimo tu malo več izziva, ki ga pa ta velik nikoli ni imel.	Izzivi otroka pri vključevanju v družbo		Povzročitelji skrbi in stresa	Čustvene obremenitve in stres
G101	Delim si izkušnje z drugimi starši.	Deljenje izkušenj z drugimi starši		Soočanje z izzivi	Izzivi
G102	Jaz vsake toliko tudi pogledam, kakšne take prispevke, ker me na splošno že zanimajo o psihologiji, vzgoji.	Branje prispevkov o psihologiji in vzgoji		Soočanje z izzivi	Izzivi
G103	Neke stvari mogoče o tem, če ne, pa se mi zdi, da se ne moreš na to stoprocentno pripraviti. Se nekako sproti razvijaš skupaj s situacijo.	Sprotno učenje in prilagajanje		Soočanje z izzivi	Izzivi
G104	Jaz sicer sem vedno mnenja, da moraš nekaj imet.	Pomembnost osebnih strategij soočanja		Soočanje s skrbmi in stresom	Čustvene obremenitve in stres
G105	Jaz osebno mislim, da imam motor, ki me je res, kadar uspem it par ur, se takrat odklopim od vsega in si rečem res kakor ena terapija. Pridem dostikrat boljše volje nazaj.	Vožnja z motorjem		Soočanje s skrbmi in stresom	Čustvene obremenitve in stres
G106	Če ne pa nekih posebnih sproščanj ni. Zvečer greš na tisti sprehod pol ure, da se malo preluftaš, ma če ne drugega ni.	Sprehod		Soočanje s skrbmi in stresom	Čustvene obremenitve in stres
G107	Prvo rešuješ v partnerskem odnosu te stvari, z ženo.	Žena		Podporna mreža	Podpora

G108	Pol pa se s kakšnimi prijatelji, družbo, ki si si blizu, se pogovoriš, s tistimi, ki se soočajo ali pa so se podobnimi problemi. In si zaupaš, kar te obremenjuje.	Prijatelji		Podporna mreža	Podpora
G109	Od primera do primera. Včasih je super, se uskladiš, rešiš, se razumeš. Včasih ne uspeš tega naredit.	Včasih uspešna, včasih neuspešna podpora		Uspešnost podpore	Podpora
G110	Ampak pa pomaga, da daš ven iz sebe, to pa pomaga ja.	Vloga pogovora pri čustvenem olajšanju		Uspešnost podpore	Podpora
G111	Tako, kot sem že prej omenil no, se pravi, nekako sva razdeljena glede otrok, jaz sem bolj tako v tem organizacijskem delu, vseh teh milijon prevozov zjutraj, popoldne, zvečer, ponoči. Ona ima bolj fokus na samo šolo. Ostale stvari pa sproti, spet po neki naravni poti.	Delitev starševskih vlog		Sodelovanje	Sodelovanje z materjo/očetom
G112	Lahko bi bilo boljše.	Možne izboljšave		Uspešnost podpore	Sodelovanje z materjo/očetom
G113	včasih enostavno ne uspeš vseh problemov, izzivov, ki se pojavljajo na dnevni ravni. Kakšen krat pride obdobje, ko je tega pač več. Ne uspeš vsega reši, seveda ne uspeš. In pol tako si misliš, ja bi lahko bilo boljše.	Občasna prenasičenost problemov		Uspešnost podpore	Sodelovanje z materjo/očetom
G114	Verjetno sem jaz bolj mehek. Tako, če rečemo pri vzgoji.	Oče bolj mehek		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
G115	Imam višjo toleranco, da bi ratal nervozen, da padem ven.	Oče ima višjo toleranco		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom

G116	Partnerka je bolj hitro... bolj hitro dvigne glas.	Žena hitreje dvigne glas		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
G117	No po toliko letih, ko si skupaj in ko so otroci že toliko stari, si težko sploh predstavljaš, da bi bilo drugače, kakor je.	Sprejemanje trenutne podpore		Uspešnost podpore	Sodelovanje z materjo/očetom
G118	Seveda pa podpore najbrž nikoli ni preveč.	Podpore ni nikoli preveč		Uspešnost podpore	Sodelovanje z materjo/očetom
G119	Ne.	Nikoli koristili strokovne pomoči		Strokovna pomoč	Podpora
G120	Ne čutimo da bi bilo treba. Saj verjetno tudi sam težko oceniš. Se nam ne zdi, da bi jo rabili.	Ni potrebe po strokovni pomoči		Strokovna pomoč	Podpora
G121	smo spet pri nekemu razumevanju,	Več razumavenja		Predlogi za boljšo podporo	Podpora
G122	kompromisih,	Več sklepanja kompromisov		Predlogi za boljšo podporo	Podpora
G123	toleranci.	Več tolerance		Predlogi za boljšo podporo	Podpora
G124	Naj poskušajo ohraniti čimveč zaupanja	Ohranjanje zaupanja		Nasveti za druge starše	Nasveti in refleksija
G125	in, da je komunikacija izjemno pomembna.	Pomembnost komunikacije		Nasveti za druge starše	Nasveti in refleksija
G126	Se mi zdi da otroci hitreje rastejo in se razvijajo, kot mi to dojemamo.	Pomanjkanje dojemanja o hitrem razvoju otrok		Dodatne misli	Nasveti in refleksija
G127	zelo zelo, zelo hitro se ti zdi, da gre čas, odkar se rodijo, dokler so stari. Kolikor so pač tej naši trenutno. To se mi zdi, da gre res zelo hitro.	Hitro minevanje časa starševstva in odraščanja otrok		Dodatne misli	Nasveti in refleksija

Intervju H

Št. izjave	Izjava	Pojem	Podkategorija	Kategorija	Tema
H1	Izobrazba gostinsko turistični tehnik. Fakultete nisem končal do konca. Začel sem na menedžmentu pa sem pustil.	V. Stopnja		Izobrazba	Podatki o sogovorniku

H2	Starost 44,	44 let		Starost	Podatki o sogovorniku
H3	moški.	Moški		Spol	Podatki o sogovorniku
H4	2 otroka,	2 otroka		Število otrok	Podatki o sogovorniku
H5	oba moški spol.	Moški in moški		Spol otrok	Podatki o sogovorniku
H6	En ima 13, drugi 4 leta.	4 in 13 let		Starost otrok	Podatki o sogovorniku
H7	Zaposlen sem na Automatic servisu že skoraj 15 let.	Zaposlen		Zaposlitev	Podatki o sogovorniku
H8	Z ženo sva poročena.	Zakonska zveza		Družinka dinamika Skrb za otroka	Podatki o sogovorniku
H9	Žena jih pelje v vrtec, šolo, jih tudi gre iskat, načeloma. Starejši se vozi z avtobusom. Ko sem na dopustu jih tudi jaz. V glavne ostalo oba sodelujeva. Drugače popoldan, ko pridem iz službe, se vedno igram z malim konstantno cel dan razen, če nimamo kakšne obveznosti druge. Starejšega peljem na trening trikrat na teden in ga grem iskat. Tako, da se ukvarjam do večera z njimi.	Oba starša skrbnika			
H10	Z njim sem se ukvarjal vsakič, ko nisem bil v službi. Vedno sem se igral, vedno sem bil z njimi, ali je to zunaj, ali je to notri, razne igre, učenje in barve, stvari, kako se kaj napiše, kaj takega. V glavnem, vedno sem bil prisoten. Tudi, ko reče gremo se igrati na igrišče, gremo.	Vključenost v vsakodnevne dejavnosti	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
H11	res dober odnos,	Dober odnos	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca

H12	vsak otrok ima svoj karakter, to moramo vedeti. Zdaj vsak je trmast po svoje, vsak poskuša mejo na raznorazne načine, do kje sega.	Vpliv karakterja	Pred adolescenco	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
H13	Vedno poslušam, sem se naučil poslušati	Poslušanje otroka	Pred adolescenco	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
H14	in probat razložiti.	Razlaganje	Pred adolescenco	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
H15	In večkrat ponovit eno in isto stvar.	Ponavljanje	Pred adolescenco	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
H16	Če ne zaleže, pač tudi zakričiš.	Včasih dvig glasu	Pred adolescenco	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
H17	Ma ne, nisem se neki pripravljaj. Ne nič spontano, to vse pride spontano.	Brez priprave		Priprava na adolescenco	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
H18	Odnos se je spremenil, ja. Jaz pričakujem od njega, da mi pove po resnici. kar se dogaja, tudi lepe stvari, tudi neumnosti, bi rekel po domače, če počnejo okoli.	Pričakovanje iskrenosti	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca

H19	In da zaupa. Bistvo je, da nam zaupa in mi smo to tudi nekako z ženo dosegli. Kar koli se zgodi, ali je to prijetno, grdo ali so koga ne vem za zajebavali tam karkoli, on še vedno pride domov in pove vse. To je glavno, da ko prideš domov, da se otrok odpre, da ti lahko zaupa in po moje je to en plus. Ker če otrok ne skriva in ne zadržuje v sebi ne vem koliko časa, potem lahko ti njega tudi obvladaš. Ker če ne pove vsega, pol veš da se nekaj skriva, ne?	Vzpostavljeno zaupanje	V adolescenci	Odnos z otrokom	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H20	Ma ne, nekako isto je.	Bližina z otrokom ostaja nespremenjena	V adolescenci	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H21	Še vedno pridejo, še vedno rečejo dober dan, še vedno pridejo k meni. Ko pridem domov, stečejo in mali in večji, malo manj, ampak odvisno kaj dela. Zdej, če je na telefonu, je na telefonu in ga ne briga nič. A drugače pride ja, čav tata, kako si?	Izražanje pozornosti s strani otroka	V adolescenci	Bližina ali oddaljenost	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H22	Spremenil se je sigurno odnos, verjetno malo. Zato ker, trmari po svoje:	Sprememba odnosa zaradi trmarjenja		Prelomna situacija/sprememba	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

H23	»kaj boš zdej ti meni rekel? Zakaj jaz moram določene stvari počet? Ni to moje delo, moram nosit smeti, moram pospraviti posodo« in sem mu rekel, da to ni nič, to je 7 minut na dan dela, nekaj moraš delat, nekaj moraš pomagat v skupnosti, da se malo navadiš dela. Ni to, da je neki ekstra. To je tisto, zakaj moram jaz zdaj to delat.	Upiranje		Prelomna situacija/sprememba	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H24	Po mojem bolj neposlušanje, potem prej pride tudi do nerazumevanja zaradi tega. Ker, če me ne posluša in ne razume, kar želim od njega, naj me vpraša. Ne pa, da naredi nekaj po svoje in potem reče sej sem naredil, sej si rekel. Ne, nisem. Jaz sem ti rekel, da narediš to in to.	Več nerazumevanj zaradi neposlušnosti	Pogostost konfliktov in nerazumevanj	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H25	Recimo to delo doma	Pomoč pri domačih opravilih	Vsakdanje stvari	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

H26	in glede vmešavanja v vzgojo mlajšega. Ker, če jaz rečem mlajšemu, ne početi tega in tega, on itak prvič ne bo poslušal. Kot vsak otrok, še vedno hoče svoje, ker si je nekaj zamislil. Potem se vmeša starejši brat, ti nimaš se kaj za vmešavat. Določene stvari lahko jaz rešim z ženo, ti pa imaš svoje, uno kar sem tebi rekel. Ti nisi njemu tata, mu rečem, da bi mu zdaj, ne vem, omejil določene stvari ali pa mu vzel takoj, ko mu jaz nekaj rečem. Recimo »ej pusti zdaj krožnik s sadjem, bomo ga pojedli potem, ko pojemo kosilo« in on pride in mu vzame krožnik. Ne moreš ti njemu, on mora nehat sam, pustit in pridet do tega sam.	Vmešavanje v vzgojo mlajšega brata	Vsakdanje stvari	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H27	Takoj. Situacija je takoj.	Takojšnje reševanje	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H28	Ga opozorim starejšega	Opozorilo	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H29	Starejšega pa odstranim tam in mu povem vsakič da nima on kaj biti starš, on je otrok isto kot njegov brat in naj se osredotoči na delo, ki sem njemu dal in naj opravi kot treba.	Starševska razlaga	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H30	Uglavnem vedno pogovor.	Pogovor	Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

H31	Malo se je. Mu skušam razložiti, še posebno zdaj v teh situacijah, tudi ko gre ven do večera ali karkoli, mu skušam, razložiti, da neprijetne situacije, ki so, naj se odstrani, da pride domov, da si ne vem, tudi magari izmisli odgovor, zakaj ne bo bil tam. Če vidiš, da nekaj ni prav, odstrani se, da ne boš bil vmešan v situacijo, tudi če nisi nič naredil, ampak si bil tam. Tako da to mu skušam največ dopovedati.	Več pogovorov o izogibanju neprijetnim situacijam in konfliktom	V adolescenci	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H32	To, da ne posluša dejansko kvalitetno. Sliši, ma ne posluša. Ne gre skozi ušesa, razume kar hoče on. To je največja ovira bi rekel. Neposlušnost.	Neposlušnost	Ovire pri pogovoru	Komunikacija	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H33	Izraža, on takoj izraža čustva.	Čustvena odprtost	V adolescenci	Izražanje čustev	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H34	Ali se užali, ali se joče, karkoli, ampak takoj pove svoje.	Kazanje čustev navzven	V adolescenci	Izražanje čustev	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H35	In kuje neki časa tam uno zamero. Je odvisno spet situacije, mogoče traja pol ure.	Kujanje	V adolescenci	Izražanje čustev	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H36	Najtežje ga je zdaj usmerit v pravo smer.	Usmerjanje otroka v pravo smer		Vzgoja	Izzivi

H37	Ker vedno so zraven še sošolci oziroma ljudje, ki se z njimi družijo, generacije, ki delajo po svoje, tudi stvari, ki niso primerne za ta obdobja. In potem sprašuje, da zakaj pa on lahko in neke izgovore. Potem sem mu jaz rekel, poglej kaj delam jaz to? Ne, če bi bilo v redu in prav bi delal. To pomeni, da ni prav tega delat. In določene stvari. Če želiš probat, v redu. Povej, da želiš probat in ti bomo dali tukaj, vemo ti kaj probaš. Ne pa da greš ti tam na skrivaj probat, ker ne veš sploh kaj ti dajo za probat.	Vpliv vrstnikov na tveganja eksperimentiranja		Varnost	Izzivi
-----	---	---	--	---------	--------

H38	Šola je v redu, ampak je pestro. Čaka zadnji moment za učenje, za vse. Tudi, če mu ti govoriš, dej preberi si danes, ne on čaka zadnji dan ali pa zadnja dva dni in potem je tega ogromno in potem je to stok in jok. In potem vi nočete pomagat. Cel teden ti govorim, pol ure samo prebereš. Nisem ti rekel, da se učiš. Si preberi danes, preberi jutri in bo več šlo v glavo, kot pa da moraš zadnji dan ali pa zadnja dva dni se naučit 5 snovi. To je tudi neke vrste izziva. In pol stisne in se uči do poznega, pa potem zjutraj spet zgodaj ustane, pa še enkrat ponavlja pa se uči. Tudi njega briga za ocene, mu stalno težimo da moraš zbirat točke, itd.	Motiviranje za šolo		Šola	Izzivi
H39	Ko mu prepoveš vse, telefon in playstation in potem reče »ja mi boste vzeli vse, kar me zanima, meni je brezveze živeti«. Edino to.	Čustveni odziv na omejitve digitalnih naprav		Odzivi otroka	Izzivi
H40	Meje postavim bolj tako. Nimam neke točne meje zdaj.	Ohlapno postavljanje mej	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca
H41	Edino ne vem, zvečer, ko se prižge zunanja ulična svetloba, da prideš domov. To je bila edina neka meja največja, kar sem jo postavljaj.	Meja glede večernega prihoda domov	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescenca

H42	Preizkuša mejo potrpljenja. Kolikokrat mu jaz moram reči, da ugasne playstation, preden jaz znorim.	Preizkušanje meje potrpljenja starša	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H43	Kar spoštuje pa, jaz ga učim, da spoštuje, da mora biti kulturn, da mora pozdraviti ljudi, da mora reči dober dan, pač te osnove stvari, ki so nas začeli tudi naš starši.	Spoštovanje osnov bontona	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H44	Mu rečem da naj pride domov, ko se prižgejo ulične luči. Ampak lahko je to pol 15 minut kasneje, lahko tudi pol ure kasneje, ne igra mi neke vloge, samo rečem potem javi se, pa kje si.	Sprejemanje približnih prihodov domov	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H45	Se je že zgodilo, mu rečeš pridi do 6ih, njega ni, a je že 7.30 in pol ne vem, ga kličem kje si in on da v dvorani gleda tekmo. Pa si mi javil, da gledaš tekmo? Nisi, zdaj pa pridi domov. In on, da bi še malo ostal. Ne, danes pridi domov, drugič boš javil, pa boš lahko ostal tako, ne?	Nespoštovanje dogovorov	V adolescenci	Postavljanje meja in pravil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H46	Ma niti ne, ker več kot toliko niti ne moreš omejevati nekaj. Jaz nisem pristaš temu.	Nespremenjen vzgojni stil	V adolescenci	Vzgojni stil	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H47	Ja on želi biti malo samostojen.	Samostojnost	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H48	On tudi dela sam že nekaj za jest, ali palačinke ali jajca ali karkoli. Že 2, 3 leta nazaj, ker je tudi tak karakter, ne boš ti meni ukazoval, ne jaz hočem biti samostojen.	Priprava hrane	Področja	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

H49	Dobro, prvo ti dokaži, da si samostojen, potem ti bom jaz pustil, da se ti samostojen.	Pogojevanje samostojnosti z odgovornostjo	Odziv starša	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H50	Čeprav ti pokažem kako se kaj naredi, če ne veš, vprašaj, ti bom pokazal.	Podpora pri učenju samostojnosti	Odziv starša	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H51	Jaz jo podpiram, ker je prav, da je samostojen.	Podpiranje samostojnosti	Odziv starša	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H52	Bistvo je, da ve kako stvari potekajo, da se on lahko jutri znajde sam, to je tudi moj cilj. Ker danes moraš biti samostojen, mora ti delat ta zdrava kmečka pamet oziroma ta logika. Če boš ti delal nekaj, ki ni smisla ali pa boš videl, da to pa tako ne gre... So stvari, ki so bile prej samoumevne, a danes ne vejo. Ne ve kako se obrnit, kako, zakaj. Kako se lotiti stvari.	Pomembnost samostojnosti za nadaljno življenje	Odziv starša	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H53	Pustim in čakam posledico. Tako bom rekel, ker drugače nimaš kaj. Ni neke rešitve tukaj. Pustiš, da je in čakaš na posledico.	Pustiti in čakati posledico	Usklajevanje z varnostjo	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

H54	Še vedno imaš opozorilo, odvisno kakšno situacijo gre. Jim poveš, ne moreš tako, ne moreš tako ali pa pazi tam,	Opozarjanje na nevarnosti	Usklajevanje z varnostjo	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H55	nek nasvet, da deliš. To je tudi vse, kar lahko narediš.	Dajanje nasvetov	Usklajevanje z varnostjo	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H56	Ma ne vem jaz mislim, da ima gluh prav svobode.	Zadostna svoboda	Količina svobode	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H57	Mogoče tudi kaj preveč. Lahko bi ga malo bolj omejil, še mu kakšenkrat rečem »pojdi ven, kaj gledaš ta računalnik oziroma igrice, karkoli«. Glej, komunikacija z vrstniki, doživetja. To je v bistvu danes ne da, če hočeš ti biti samostojen, moraš videti stvari, moraš doživeti stvari, ki če ne drugače samostojnosti na računalniku, na igricah ne boš nikoli dobil. Tam ni samostojnosti.	Včasih premalo omejevanja tehnologije	Količina svobode	Neodvisnost in svoboda	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

H58	Ja, fantovsko bi bila bolj praktična dela. Znajti se okoli kolesa, motorja, kar koli. Ali je to kakšen bolj šport, ki je za njih bolj primeren. Čeprav danes igrajo vsi vse. Bolj vidim s tega praktičnega, delovnega vidika, da bi tu lahko osvojil kakšno znanje. Kako se kaj obrne, nastavi cev, kako se kaj pomije, kako se kaj šprica, kako se kaj pobarva.	Praktične in delovne spretnosti	Fantje	Spolno specifični izzivi	Izzivi
H59	Ma ne vem, nimamo neke razlike.	Ni razlik		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
H60	Tudi glede spolnih odnosov, takih stvari, smo tudi že govorili z njim.	Pogovor o spolnih odnosih	Spolna vzgoja doma	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H61	Če ga kaj zanima, mu rečemo vedno, vprašaj.	Spodbujanje odprtega pogovora	Spolna vzgoja doma	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H62	Ker zdaj je tudi to medvrstniško, ne bom rekel neko nasilje, ampak je tako ne, so neki izzivi, bi rekel, ki jih en drugemu ponujajo. Ali pa pri malici, pri kosilu ne vem, stresejo vso hrano enemu, tako da lahko dobijo sladico, če ne pojejo glavno. Pol uni bogi mora tam nest vse.	Izzivi glede medvrstniškega nasilja v šoli		Šola	Izzivi
H63	Predstavljajo izziv, ja. In določene stvari mu niti ne dovolimo imeti gor. Ali je to TikTok ali kaj drugega. Tako, da ima res omejeno glede tega, ker tam gor so na koncu samo neke neumnosti in nimaš nič od tega.	Omejitev uporabe določenih aplikacij	Odziv starša	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi

H64	Lahko seveda cel dan šaltaš, čas mine, ti nisi nič naredil, niti zase, niti za koga drugega, nisi niti pomagal, nisi se niti nič novega naučil, tako da ja, to je res.	Potrata časa	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
H65	Če mu dovoliš, če je sam doma bo preživel preveč časa gor. Sigurno je včeraj bil ene šest ur gor, zato, ker ni bilo nobenega doma in ni imel meje.	Prekomerna uporaba tehnologije	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
H66	Čeprav ima, imamo ta starševski nadzor in žena mu zaklene telefon in ne more ga uporabljat.	Uporaba starševskega nadzora na telefonu	Odziv starša	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
H67	Potem prešalta na igrice. Potem je tam gor.	Prekomerno igranje igrice	Težave	Nove tehnologije in družabna omrežja	Izzivi
H68	Ja smo se pogovarjali in vedno rečemo, trenutno, da ni še primeren čas za kakršen koli spolni odnos.	Opozarjanje na še neprimeren čas za spolne odnose	Spolna vzgoja doma	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H69	Malo je zadržan.	Zadržanost	Odziv otroka	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H70	ampak tudi pove, ja, una je bila z unim, pač to ki govorijo.	Otrok deli informacije o vrstnikih glede spolnosti	Odziv otroka	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence

H71	In ga vprašam, kaj je to primerno zdaj za vaša leta? In on, da ne ni, ja ma govorijo to, govorijo tisto. Ma sem rekel, če ne vidiš, ne moreš vedet, kaj je bilo. Nisi bil zraven. Ne moreš govoriti o nekemu nekaj, če nisi bil zraven. Tako, da tudi to ne, brzdamo, da ne verjamem vse kar nekdo nekaj izreče neke neumnosti.	Opozorila glede verodostojnosti informacij o spolnosti	Spolna vzgoja doma	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H72	Imajo pa tudi v šoli ta pouk spolne vzgoje.	Spolna vzgoja v šoli	Spolna vzgoja drugje	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H73	Malo je to tudi napaka mogoče, mogoče imajo to tudi prežgodaj, vse to skupaj je prežgodaj in potem, ko ti nekaj omeniš si oni mislijo, ja, zakaj pa nebi mi to šli raziskovat? Jaz to podpiram, po določeni starosti, ne v petem razredu. On že ve, iz kje je prišel, kako se opravi spolni odnos in potem itak grejo googlat, potem oni že reče, moj sošolec že gleda porniče.	Kritika prežgodnje spolne vzgoje v šoli	Spolna vzgoja drugje	Spolnost in spolna vzgoja	Spremembe, ki jih prinaša adolescence
H74	Bolj je stresna situacija,	Stres		Počutje	Čustvene obremenitve in stres
H75	jaz sem malo bolj obremenjen.	Obremenjenost		Počutje	Čustvene obremenitve in stres

H76	Seveda, da vpliva. Odvisno kdo in kako se loti kakšne situacije. Če sem jaz z njimi doma in če je stresna situacija in je žena odsotna in pol pride domov, ali pa če je žena doma z njimi in sem jaz odsoten. In potem ja, seveda se sigurno opazi. »Ja, cel dan sem z njimi«. Gor, dol. Stresno je sigurno. Stresno je v vsakem primeru ja. Vsak ima svoje, ne.	Vpliv stresa na negativno razpoloženje v družini		Vpliv na odnose	Čustvene obremenitve in stres
H77	Tudi starostno, pri nas so 9 let razlike in potem se to opazi. Mali hoče po svoje, ta hoče po svoje. In potem je tu stresno, je sigurno. To se opazi. Ni, da ti zvečer ustaneš in rečeš ob 8ih, zdaj grem jaz v posteljo in, da imaš mir. Ga ni. Še vedno ni. Čakamo, da odrastejo.	Stres zaradi starostne razlike otrok		Povzročitelji skrbi in stresa	Čustvene obremenitve in stres

H78	skrb, da ne bi slučajno zaužil kakšne neprimerne droge, substance. Ker to že fantje, tam njegovi vrstniki, že delajo, že 2 leti kadijo in ne vem te vejpe in še kaj. In mu rečemo, da ne boš kaj. In reče, ja unemu smrdi iz ust in ga kličejo in reče veš kaj, jaz sem prej pompal. Mislil bom bolj take stvari, to me bolj skrbi, ker to pač ni, jaz nisem nikoli delal in ne rabi niti on. Ker ne vidim potrebe po tem, da bi človek moral zaužiti kakršno koli drogo, da bi bil vesel ali sproščen ali karkoli. Ker imamo druge načine.	Strah pred zlorabo substanc		Povzročitelji skrbi in stresa	Čustvene obremenitve in stres
H79	Dal sem marsikaj skozi, tako da nimam neke težave.	Občutek pripravljenosti zaradi izkušenj		Soočanje z izzivi	Izzivi
H80	Res, da presenečenje je lahko vedno. Ker nikoli ne veš, kaj se mu uni moment lahko v glavi zavrti in pač naredi to neumnost. Ampak jaz sem pripravljen in čakam.	Pripravljenost na presenečenja		Soočanje z izzivi	Izzivi

H81	Ko si malo pod stresom, rečemo glej, ugasni televizijo, pustimo muziko, muzika dela v ozadju in delamo neke druge stvari ne, ker skušamo obrniti fokus čisto nekam drugam.	Preusmerjanje fokusa drugam ob glasbi	Soočanje s skrbmi in stresom	Čustvene obremenitve in stres	Čustvene obremenitve in stres
H82	Ko se kregata tam za nekaj, ugasnemo stvari, da se bomo usedli, kaj se bomo igrali karte ena, kaj bomo delali to, kaj bomo delali uno. V glavnem, da jih namesto da jih skregam, da mi gre vsak svojo sobo, jih probam združiti na neki drugi način. To je cilj, ki ga se ga držim in mi načeloma dostikrat tudi užge. Ker ja, uni se lahko tudi pobere v sobo, ma glej čez 15, 20 minut pride dol, ja kaj vi delaste? Tako, da mislim, da je neki oprijem, ki se ga lahko poslužiš.	Poskus združitve namesto ločitve ob konfliktih		Reševanje konfliktov in nerazumevanja	Konflikti in nerazumevanja
H83	Jaz ženo, žena mene.	Žena		Podporna mreža	Podpora
H84	Pa enkrat več, drugič manj.	Včasih več, včasih manj		Uspešnost podpore	Sodelovanje z materjo/očetom
H85	Gledamo, skušamo, ko reče en, da čujemo en drugega in da potem pač oba strmimo h istemu cilju.	Stremenje k istim ciljem		Sodelovanje	Sodelovanje z materjo/očetom

H86	To pomeni, če je njemu rekla žena neki, da mu jaz isto potrdi, ej ne smeš tako delat, moremo naredit drugače ali pa zdaj bomo prvo jedli in potem bomo šli karkoli drugega delat. Če ne, ne bomo delali tega, kar ti želiš. Skušamo se uskladiti in da gremo v isto smer.	Trud usklajevanja		Sodelovanje	Sodelovanje z materjo/očetom
H87	jaz sem bolj umirjen,	Oče bolj umirjen		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
H88	ona je bolj vzkipljiva in večkrat bolj zakriči na njih kot jaz.	Žena bolj vzkipljiva		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
H89	Jaz pristopim lepo, ko ti povem petkrat, šestkrat, potem pridem do tebe, še enkrat pogledam, boš naredil? Bom. Če ne narediš, pol začnem kričat.	Oče bolj potrpežljiv		Razlike med staršema	Sodelovanje z materjo/očetom
H90	Ma kakšen krat mislim, da tudi pride to. Res po redko, ampak ja.	Redki konflikti zaradi vzgoje		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom
H91	Ker mogoče imamo drugačne poglede oziroma bolj je to odvisno, kako je kdo od nas odraščal in kakšne je imel v preteklosti tudi on vzgojne ukrepe oziroma kako je kaj podoživljal.	Vpliv preteklih izkušenj in odraščanja na različne poglede		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom

H92	Tako potem tudi izraža naprej na otrocih in s tem potem tudi različno reagiramo. Tako, da njej je neka neka stvar lahko bolj... da težo na to, jaz pa čisto malo. Zato, ker meni to. Ona pa da večji poudarek na to stvar, ki jo je v unem trenutku naredil.	Različni odzivi partnerjev		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom
H93	Se pogovorimo, ona mi reče, da je tako in tako, jaz ji pove, ok ti si razumela to drugače. Še vedno se pogovarjamo. Mi z ženo se res pogovarjamo dosti, ker smo ugotovili, tudi od samega začetka, smo rekli, karkoli te teži, govorimo, povej, ljudje smo vsi, delamo napake in v bistvu, da razčistimo. Tako, da mi res, ma več kot 95% stvari rešimo samo s pogovorom.	Reševanje konfliktov s pogovorom		Konflikti in nestrinjanja	Sodelovanje z materjo/očetom
H94	Če te karkoli muči, poveš in stvar rešena. Ker če trpiš, potem trpiš nekaj časa in potem ponavadi se začneš kregat, potem iz kreganja pride novo, potem ti je vse težko in ne veš kaj. In na koncu greš narazen.	Pomen odprte komunikacije		Sodelovanje	Sodelovanje z materjo/očetom
H95	Ma ne, ne rabi, v redu tako.	Zadostna podpora		Uspešnost podpore	Sodelovanje z materjo/očetom
H96	Res veliko govorimo in pač, si vse povemo takoj kar imamo.	Veliko pogovora		Sodelovanje	Sodelovanje z materjo/očetom
H97	Ne nismo poiskali.	Nikoli koristili strokovne pomoči		Strokovna pomoč	Podpora

H98	Zato, ker nisem začutil potrebe po temu, no tako.	Ni potrebe po strokovni pomoči		Strokovna pomoč	Podpora
H99	Če se dogovorijo, da oba ne bosta pustila določene stvari temu najstniku, pač ne bosta pustila. Če mu en reče, danes, ko končaš pouk, moraš prvo prit, naj bo to pravilo, da se otrok drži in morata oba starša spremljati to pravilo.	Usklajevanje pravil med staršema		Predlogi za boljšo podporo	Podpora
H100	Da so odprti do otrok, da jih poslušajo.	Odprtost in poslušanje otrok		Nasveti za druge starše	Nasveti in refleksija
H101	In da morajo pridobiti njihovo zaupanje. To mislim, da je ključno.	Ključna pridobitev zaupanja		Nasveti za druge starše	Nasveti in refleksija
H102	Ne bi želel dodat, ker ne vem, kaj me čaka z drugim. Dva sta in vsak je svoj karakter. Tako, da ne vem, kaj me čaka pri drugemu. Mogoče se bom še kaj novega naučil ali pa bom dobil kakšen nasvet od koga drugega.	Razmišljanje o starševanju mlajšemu otroku v adolescenci v prihodnosti		Dodatne misli	Nasveti in refleksija

9.3 Priloga C: Osnovno kodiranje

PODATKI O SOGOVORNIKU

Spol

- Ženska (A1, B3, D1, E1)
- Moški (C1, F2, G2, H3)

Starost

- 55 let (A2)
- 50 let (B1, E2, F1)
- 45 let (C2)
- 46 let (D2)
- 47 let (G1)
- 44 let (H2)

Izobrazba

- V. stopnja (A8)
- VII. stopnja (B7, C7, E4, G5)
- VIII. stopnja (D4)
- V. stopnja (F3, H1)

Zaposlitev

- Zaposlena kot privatnica z dolgi delovniki (A9)
- Zaposlen (B2, C8, D3, E3, F4, G5, H7)

Starost otrok

- 16 in 28 let (A5)
- 13 in 15 let (B6, C5, D8)
- 13 in 22 let (E7, F7)
- 14 in 17 let (G4)
- 4 in 13 let (H6)

Število otrok

- 2 otroka (A3, B4, C3, D6, E5, F5, G3, H4)

Spol otrok

- Moški in moški (A4, G8, H5)
- Ženski in ženski (B5)
- Moški in ženski (C6, D7, E5, F6)

Družinska dinamika

- Ločena (A6, B7)
- Zakonska zveza (C4, D5, E8, F8, G7, H8)

Skrb za otroka

- Mati primarna skrbnica, oče občasno prisoten (A7)
- Oba starša skrbnika (B9, C9, D9, E9, F9, G9, H9)

SPREMEMBE, KI JIH PRINAŠA ADOLESCENCA

Priprava na adolescenco

- Brez priprave (A16, B23, C15, D14, E15, F26, G16, H17)

Odnos z otrokom

Pred adolescenco

- Dober odnos z otrokom na prehodu v odraslost (A10)
- Problematičen odnos (A11)
- Izzivi (A12)
- Trma (A13, B20)
- Nagajanje (A14)
- Ubogljivost otroka na prehodu v odraslost (A17, F23)
- Navezanost na oba starša (B10)
- Iskanje opore pri materi (B12)
- Navezanost na mamo (B13)
- Ubogljivost (B17, F11)
- Otrok zapiral vase (B19)
- Normalen starševski odnos (C10)
- Skupna igra (C11)
- Čim več ukvarjanja z otroki (C12)
- Spanje z mamo vsako nedeljo (D25)
- Igranje družabnih iger zvečer (D43)
- Pozitiven odnos (D10)
- Povezanost družine (D11)
- Skupne aktivnosti (D12)
- Spanje z mamo vsako nedeljo (D25)

- Igranje družabnih iger zvečer (D43)
- Otroka lažje vodljiva (E10)
- Lažji odnos (F10)
- Pridnost (F12)
- Mirnost hčerke na prehodu v odraslost (F13)
- Živahnost sina (F14)
- Držanje navodil (F15)
- Dober odnos (F16)
- Spoštljiv odnos (F17)
- Brez kreganja (F18)
- Lep odnos (F19)
- Prijeten odnos (F20)
- Enakovreden odnos z obema otrokoma (G10)
- Starševski odnos (G11)
- Vključevanje v življenje otrok (G12)
- Dober odnos (G13, H11)
- Vključenost v vsakodnevne dejavnosti (H10)
- Vpliv karakterja (H12)

V adolescenci

- Brez zaznanih spremembe pri otroku na prehodu v odraslost (A19)
- Drugačno obnašanje (A20)
- Nespoštljivost (A21)
- Zaničevanje (A22)
- Navezanost na mamo (B14)
- Manjša povezanost (B24)
- Umikanje v sobo (B25, E27, G19)
- Manjša odprtost (B26)
- Večja odprtost (B27)
- Pasivnost (B28)
- Trma (B29, E17)
- Otrok dela po svoje (C18)
- Neposlušnost (C19, E16)
- Otrok ne želi več objemov pred šolo (D15)
- Manj druženja s starši na začetku adolescence (D16)
- Izboljšanje odnosa tekom adolescence (D17)

- Zavezništvo z mamo (D18)
- Napetosti glede šole (D20)
- Izogibanje družabnim igram zaradi hitrih konfliktov (D44)
- Več upiranja (E12)
- Nespremenjen odnos starša do otrok (F27)
- Spremembe odzivov otrok (F28)
- Manjša ubogljivost (F29)
- Manj spoštovanja (F30)
- Vpliv starostne razlike in drugačnih časov na razlike v odnosu (F31)
- Jezikavost (F32)
- Ohranjanje enakega odnosa (G17)
- Vpliv hitrega dozorevanja in odraščanja na odnos (G18)
- Pričakovanje iskrenosti (H18)
- Vzpostavljeno zaupanje (H19)

Bližina ali oddaljenost

V adolescenci

- Ni spremembe (A23, C23, D21, E18)
- Zaupanje ostaja enako (A24)
- Neprisotnost (B30)
- Umik ob neželenem odgovoru (B31)
- Manjša povezanost (C20)
- Umikanje v sobo (C21, F34, G26)
- Bližina zaradi potrebe po starših (C22)
- Večja oddaljenost (F33)
- Manj pogovora s starši (F35)
- Ne povejo vsega (F36)
- Razvoj lastnega sveta (G20)
- Razvijanje prijateljstev (G21)
- Občutek oddaljenosti (G22)
- Individualizacija otrok (G23)
- Manj sprememb pri mlajšem (G24)
- Upad interesa za skupne dejavnosti (G25)
- Povečan pomen prijateljstev (G27)
- Bližina z otrokom ostaja nespremenjena (H20)
- Izražanje pozornosti s strani otroka (H21)

Komunikacija

Pred adolescenco

- Zaupanje staršem glede mnenj (C37)
- Poslušnost (F46)

V adolescenci

- Kričanje (A35, E25)
- Sprememba v tonu komunikacije (A36)
- Pubertetnik, ki je "pojedel vso pamet tega sveta" (A37)
- Otrok na prehodu v odraslost je bil vedno spoštljiv (A38)
- Občasni prepiri z otrokom na prehodu v odraslost (A39)
- Neuspešnost komunikacije (A43)
- Uspešnejša komunikacija z otrokom na prehodu v odraslost čez čas (A44)
- Več vzkipljivosti (B48)
- Ne vzemamo si vsega k srcu (B49)
- Boljše razumevanje otrok (C36)
- Vpliv vrstnikov na otrokovo mnenje (C38)
- Samosvojost (C40)
- Ni spremembe (D39)
- Še vedno iskrena (D40)
- Neposlušnost (F47)
- Potrebna točna organizacija "sestankov" (F48)
- Prilagoditev komunikacije ob doživljanju otrok kot starejših (G37)
- Spodbujanje zaupanja (G38)
- Več pogovorov o izogibanju neprijetnim situacijam in konfliktom (H31)

Ovire pri pogovoru

- Strah pred otrokovim nerazumevanjem (A40)
- Otrok občuti kot osebni napad (A41, B51)
- Neposlušnost (A42, E26, F49, H32)
- Previsoka pričakovanja matere (B50)
- Neupoštevanje nasvetov (C39)
- Zapiranje vase (D41)
- Odklanjanje pogovora (F50)
- Otrokovo razumevanje pogovora kot teženja (F51)

- Zaprtost otrok (G39)
- Manj prisotnosti (G40)

Izražanje čustev

Pred adolescenco

- Čustvenost (B18)

V adolescenci

- Vpliv lune na večjo čustveno odprtost (A45)
- Povečano izražanje čustev (A46)
- Odprta komunikacija z otrokom na prehodu v odraslost (A47)
- Večja čustvena zaprtost (B52, C41, D42, E28)
- Otrok manj pove (C42)
- Vztrajanje pri izražanju svoje volje pri otroku na prehodu v odraslost (E29)
- Večje čustveno zapiranje hčerke na prehodu v odraslost (F52)
- Čustvena odprtost (F53)
- Manj izražanja čustev (G41)
- Zadrževanje čustev v sebi (G42)
- Čustvena odprtost (H33)
- Kazanje čustev navzven (H34)
- Kujanje (H35)

Konflikti in nerazumevanja

Pogostost konfliktov in nerazumevanj

- Več konfliktov in nerazumevanj (A26, B33, D27, F38, G29)
- Več konfliktov (C17, E20)

Značilnosti

- Užaljenost (B34)
- Ne pove vsega (B35)
- Trma (B36)
- Otrok vztraja pri svojem (B37)
- Otrok se umakne iz konflikta (B38)
- Doživljanje mnenja kot napad (B41)

- Normalizacija upiranja (D28)
- Več konfliktov z očetom (D19)
- Nejevolja (D29)
- Vpliv hormonov na vedenje otrok (D30)
- Poskušanje dviga mej tolerance staršev (G30)

Šola

- Manjši konflikti glede šole z otrokom na prehodu v odraslost (A27)
- Se noče učiti (A30)
- Največ kreganja zaradi šole (A31)
- Konflikti glede šole (B39, B32)
- Konflikti zaradi padca prioritiziranja šole (G33)

Vsakdanje stvari

- Noče ustati (A29, E22)
- Praktični nasveti (B40)
- Konflikti glede hrane (D31)
- Konflikti glede oblačenja (D32)
- Konflikti glede tega, kam lahko grejo in kam ne (D34)
- Pomoč pri domačih opravilih (D35, E21, H25)
- Konflikti glede časovne organizacije (F39)
- Konflikti zaradi nepospravljanja (F40)
- Vmešavanje v vzgojo mlajšega brata (H26)

Odnos

- Učenje spoštovanja (A28)
- Konflikti zaradi odgovarjanja (D33)
- Konflikti zaradi odgovarjanja pri otroku na prehodu v odraslost (E23)
- Konflikti zaradi starševega vztrajanja pri mejah (F66)
- Konflikti zaradi postavljanja mej s strani staršev (G31)

Komunikacija

- Nerazumevanja zaradi neposlušnosti (H24)

Nove tehnologije in družabna omrežja

- Prekomerna uporaba telefona (C29)
- Prekomerno igranje igrice (C30)
- Prekomerno gledanje spletnih vsebin (C31)

Reševanje konfliktov in nerazumevanja

- Starševska razlaga (A32, B46, F43, H29)
- Otrok se opraviči (A33)
- Pogovor (A34, B45, C34, D37, F42, G34, H30)
- Zgrešeno reševanje konfliktov (B42)
- Užaljenost (B43)
- Kričanje (B44, D36)
- Razjasnjevanje stališč (C35)
- Pobuda otroka za spravo (B47)
- Uporaba avtoritete (D38)
- Vztrajanje pri ponavljanju pravil (E24)
- Delno uspešna razlaga (F44)
- Težje reševanje konfliktov z mlajšo generacijo (F45)
- Refleksija in pogovor (F118)
- Opravičilo starša (F119)
- Sprejemanje situacije (F120)
- Povišan ton glasu (G35)
- Otrok mora sam priti do spoznanj (G36)
- Takojšnje reševanje (H27)
- Opozorilo (H28)
- Poskus združitve namesto ločitve ob konfliktih (H82)

Vzgojni stil

Pred adolescenco

- Neuspešna striktna vzgoja (B21)
- Vpliv ločitve na vzgojo (B22)
- Preveč prijateljski (C13)
- Med permisivnim in avtoritativnim vzgojnim stilom (C14)
- Permisiven vzgojni stil (D13)
- Odsotnost permisivne vzgoje (E14, F24)
- Odsotnost diktature (F25)
- Avtoritativni s postavljanjem mej (G14)

- Uravnoteženost med omejevanjem in svobodo (G15)
- Poslušanje otroka (H13)
- Razlaganje (H14)
- Ponavljanje (H15)
- Včasih dvig glasu (H16)

V adolescenci

- Nespremenjen vzgojni stil (A58, C58, D59, F78, H46,)
- Ohranjanje enakega načina vzgoje (B66)
- Več pogovora "zakaj" (B67)
- Bolj odrasla razlaga (B68)
- Sprotno prilagajanje vzgojnega stila (E44)
- Dvig glasu (F75)
- Pogovor (F76)
- Nesigurnost glede učinkovitosti pristopa (F77)
- Prilagoditev vzgojnega stila s postavljanjem več mej (G54)

Postavljanje meja in pravil

Pred adolescenco

- Nepostavljanje meja (A54)
- Postavljanje meja (E35)
- Želja po spoštovanju pravil (F21)
- Popuščanje pri hčerki na prehodu v odraslost (F22)
- Manj postavljanja mej (G50)

V adolescenci

- Nepostavljanje meja (A53)
- Več postavljanja meja (A55)
- Spoštovanje pravil glede domačih opravil (A56, B63, C57)
- Preizkušanje mej pri kreganju (A57)
- Prepovedi (B59)
- Odstopanje od mej (B60, D52)
- Spoštovanje šolskega reda (B62, C55)
- Preizkušanje mej z odgovarjanjem (B64)
- Preizkušanje mej glede uporabe telefonov (B65, D57)

- Postavljanje mej glede uporabe novih tehnologij (C50)
- Neuspešno omejevanje tehnologije (C51)
- Preizkušanje mej z odgovarjanjem (C52)
- Ni preizkušanja mej (C54)
- Spoštovanje do starejših (C56)
- Premalo postavljanja mej (D50)
- Postavljanje meja z jezo (D51)
- Spoštovanje dnevnih rutin (D53)
- Spoštovanje pravil glede urnika spanja (D54)
- Spoštovanje pravil glede urnika bujenja (D55)
- Spoštovanje pravil glede hrane (D56)
- Prekomerno igranje igrice pri sinu (D58)
- Otrokovo uveljavljanje svojih pravil (E11)
- Več ponavljanja pravil s strani staršev (E13)
- Meje glede primerne obnašanja (E36)
- Ni spremembe pri postavljanju meja (E37)
- Otroci si veliko več upajo v primerjavi s starejšimi generacijami (E38)
- Pomanjkanje občutka za čas pri sinu (E43)
- Ni spremembe pri postavljanju meja (F63)
- Postavljanje meja (F64)
- Vztrajanje pri ne-popuščanju (F65)
- Nespoštovanje pravil (F67)
- Nespoštovanje pravil glede urnika bujenja (F68)
- Nespoštovanje pravil glede oblačenja (F69)
- Nespoštovanje pravil glede šolskih obveznosti (F70)
- Nespoštovanje pravil glede hrane (F71)
- Neupoštevanje časovnih dogovorov (F72)
- Več ponavljanja pravil s strani staršev (F73)
- Več spoštovanja pravil pri hčerki na prehodu v odraslost (F74)
- Postavljanje mej zaradi preobremenjenega urnika (G48)
- Spoštovanje komunikacije (G51)
- Preizkušanje časovnih mej prihoda domov (G52)
- Preizkušanje nočnega režima (G53)
- Ohlapno postavljanje mej (H40)
- Meja glede večernega prihoda domov (H41)
- Preizkušanje meje potrpljenja starša (H42)
- Spoštovanje osnov bontona (H43)

- Sprejemanje približnih prihodov domov (H44)
- Nespoštovanje dogovorov (H45)

Neodvisnost in svoboda

- Brez zaznavanja neodvisnosti pri otroku na prehodu v odraslost (F79)

Področja

- Zavračanje pomoči (A59)
- Več druženja z vrstniki (B69, C60)
- Želijo same ven (B70)
- Želijo biti same v sobi (B71)
- Samostojnost (B72, E45, H47)
- Manjša potreba po materi (B73)
- Komunikacija v šoli (B74)
- Manjša potreba po starših (C59)
- Več časa na novih tehnologijah (C61)
- Spanje pri noni (D60)
- Dijaško delo (D61)
- Varuška otrok (D63)
- Želja po avtonomnem odločanju (E46)
- Zavračanje pravil (E47)
- Izražanje samostojnosti skozi videz pri sinu (F80)
- Uporaba kozmetike in iskanje stila pri hčerki (F81)
- Dojemanje hišnega reda kot omejevanje (F89)
- Želja po samoti (G55)
- Samostojno organiziranje aktivnosti (G56)
- Uporaba lastnega prevoza (G57)
- Samostojno načrtovanje prostega časa (G58)
- Povezovanje neodvisnosti s soglasjem staršev (G59)
- Priprava hrane (H48)

Odziv starša

- Sprejemanje otrokove samostojnosti (A60, B75, C64, D62, E51)
- Razumevanje pomena lastnih izkušenj (B82, G63)
- Posvojitev psa, ki združuje družino (C62)
- Vzdrževanje skupnega druženja (C63)

- Spodbujanje delovnih navad (D64)
- Prilagajanje otrokovi želji po samostojnosti (E48)
- Dogovarjanje (E49)
- Toleranca manjših zamud (E50)
- Normalizacija potrebe po neodvisnosti (F82)
- Čim manj odzivanja (F83)
- Precejšnja svoboda (G60)
- Omejevanje svobode glede na starševsko presojo (G61)
- Starševska skrb za otrokovo varnost (G62)
- Vrednotenje svobode kot pomembne (G70)
- Pogojevanje samostojnosti z odgovornostjo (H49)
- Podpora pri učenju samostojnosti (H50)
- Podpiranje samostojnosti (H51)
- Pomembnost samostojnosti za nadaljno življenje (H52)

Usklajevanje z varnostjo

- Zagotavljanje prevoza (A61)
- Otrok se mora oglašati na telefon (A62)
- Spremljanje lokacije (A63)
- Opozarjanje na nevarnosti (B76, C65, E52, F86, G65)
- Nazdor z javljanjem (B77)
- Omejitev časa zunaj (B78)
- Postopno prilagajanje večernih ur (D65)
- Včasih neuspešno ohranjanje mirnosti (D66)
- Bedenje do prihoda otroka (D67)
- Zahteva po sporočanju prihoda domov (D68)
- Poskušanje popuščanja (F85)
- Zahteva po sporočanju lokacije (G64)
- Dovoljevanje kljub skrbem (G66)
- Pustiti in čakati posledico (H53)
- Opozarjanje na nevarnosti (H54)
- Dajanje nasvetov (H55)

Količina svobode

- Zadostna svoboda (A64, C66, D69, E53, F87, H56)
- Včasih preveč, včasih premalo svobode (B79)

- Premajhen za veliko svobode (B80, F88)
- Pričakovanje še večje potrebe po svobodi tekom odraščanja (B81)
- Nezmožnost presoje nevarnosti (B83)
- Vpliv karakterja in vedenja otroka na količino svobode (C67)
- Zadostna svoboda glede na dober izid otroka na prehodu v odraslost (E54)
- Včasih preveč svobode (G67)
- Odgovornost prinaša svobodo (G68)
- Ohranjanje svobode zaradi popuščanja meja (G69)
- Poskušanje čim manjše omejitve (G71)
- Vloga staršev pri omejevanju svobode (G72)
- Včasih premalo omejevanja tehnologije (H57)

Spolnost in spolna vzgoja

Spolna vzgoja doma

- Redki pogovori o spolnosti (A70)
- Direkten pristop k spolni vzgoji (B99)
- Poudarek na zaščiti (B100)
- Pogovor v hecu (B101)
- Doma ne naslavljaajo spolne vzgoje (C74)
- Ni potrebe po pogovoru dokler nima otrok s tem stika (C76)
- Spontana in vsakdanja spolna vzgoja (D86, E69)
- Spolnost kot nekaj naravnega (D87)
- Poučitev sina o menstruaciji (D88, E60)
- Ozaveščanje o neprimernih vsebinah, ki jih pošiljajo sošolci (D90)
- Pogovor na nivoju šole (F102)
- Odprt pogovor s hčerko na prehodu v odraslost o spolnosti (F103)
- Pomanjkanje spolne vzgoje doma (G85)
- Nekaj pogovorov s starejšim sinom (G86)
- Izogibanje spolnim temam pri mlajšem sinu (G87)
- Hiter zaključek pogovorov (G89)
- Pogovor o spolnih odnosih (H60)
- Spodbujanje odprtega pogovora (H61)
- Opozarjanje na še neprimeren čas za spolne odnose (H68)
- Opozorila glede verodostojnosti informacij o spolnosti (H71)

Spolna vzgoja drugje

- Pogovor s prijatelji (A71, D89)
- Spolna vzgoja v šoli (B102, C75, D91, E70, F101)
- Spolna vzgoja v šoli (H72)
- Kritika prezgodnje spolne vzgoje v šoli (H73)

Odziv otroka

- Poznavanje teme pri otroku (B103)
- Sproščenost (B104)
- Zadrega ob intimnih scenah v filmih (C77)
- Humor ob intimnih scenah v filmih (C78)
- Slabše razumevanje spolnih vsebin zaradi nižje starosti (C80)
- Razumevanje spolnih vsebin (C81)
- Odsotnost zadrege (D92, F104)
- Zaničanje potrebe po dodatnem pogovoru, ker že vse ve (E71)
- Prisotnost zadrege (E72, G88)
- Zadržanost (H69)
- Otrok deli informacije o vrstnikih glede spolnosti (H70)

Prelomna situacija/sprememba

- Ni prelomne situacije (A25)
- Umikanje v sobo (B32)
- Spreminjanje v moškega (C24)
- Telesne spremembe (C25)
- Želja po zasebnosti (C26)
- Samostojnost (C27)
- Vpliv vrstnikov na manj druženja s starši (C28)
- Jezikavost (D22)
- Odgovarjanje (D23, E19)
- Manjša želja po fizičnem kontaktu (D24)
- Prenehala spati z mamo (D26)
- Zapiranje vrat od sobe (F37)
- Osebnostni razvoj po samostojnih izkušnjah (G28)
- Sprememba odnosa zaradi trmarjenja (H22)
- Upiranje (H23)

IZZIVI

Komunikacija

- Izzivi v komunikaciji (C44)

Konflikti in nestrinjanja

- Razlaga mamine reakcije, kot skrb za otroka (B57)

Vzgoja

- Naučiti otroka, da upošteva druge ljudi (B54)
- Naučiti otroka spoštovanja (B55, F60)
- Zabrisana meja med starševstvom in prijateljstvom (C53)
- Spodbujanje delavnosti (D45)
- Pomanjkanje poslušnosti (E30)
- Ignoriranje (E31)
- Neposlušnost (F57)
- Ne-pospravljanje (F58)
- Raztresenost (F59)
- Razlike med željami staršev in otrok glede osebne poti (G43)
- Starševska negotovost in pomanjkanje znanja pri pomoči otroku (G47)
- Usmerjanje otroka v pravo smer (H36)

Šola

- Kako otroku pojasniti pomembnost šole (A48, B53)
- Brez izzivov s šolo pri otroku na prehodu v odraslost (A49, E40, F55)
- Prehod iz osnovne v srednjo šolo (C33)
- Šolske obremenitve in stres otroka (C47)
- Motiviranje za šolo (D46, F56)
- Opominjanje o šolskih obveznostih (E41)
- Izogibanje šolskih obveznostim (E42)
- Izzivi s šolo (F54, G32)
- Izguba interesa za šolo zaradi glasbe (G44)
- Vpis v srednjo šolo (G45)
- Motiviranje za šolo (H38)
- Izzivi glede medvrstniškega nasilja v šoli (H62)

Odzivi otroka

- Kričanje (A50, C48)
- Jeza (A51, E33)
- Nestrinjanje otroka na prehodu v odraslost (A52)
- Odgovarjanje (B58, D48)
- Zadrževanje informacij (C49)
- Zapiranje vase (D47)
- Kljubovanje (D49)
- Trma (E32)
- Neposlušnost (E34)
- Upiranje nalogam (E39)
- Razumevanje pomoči kot teženja (F61)
- Zaznavanje govora kot kričanja (F62)
- Zaprtost otroka (G46)
- Čustveni odziv na omejitve digitalnih naprav (H39)

Varnost

- Usklajevanje skrbi za varnost s svobodo brez prevelikega omejevanja (F84)
- Vpliv vrstnikov na tveganja eksperimentiranja (H37)

Spolno specifični izzivi

Fantje

- Varnost na motorjih (A66, B87)
- Fantje so manj komplicirani (B84)
- Fantje so bolj divji (B85, E56)
- Nevarnosti glede alkohola (B86)
- Igranje strelskih igric z vrstniki (C69)
- Povečana zasebnost (D73)
- Fantje nimajo straha (E55)
- Nevarnost zaradi uživanja v hitrosti pri športih (E57)
- Sin manj pospravlja (F41)
- Raztresenost (F92)
- Nepremišljenost (F93)
- Fantovsko norenje (G73)
- Varnost na motorjih (G74)

- Praktične in delovne spretnosti (H58)

Dekleta

- Hitrejša dozorelost deklet (B88)
- Osebna nega (D70)
- Uporaba kozmetike (D71, E58, F91)
- Skrb za urejenost (D72)
- Manj izzivov zaradi večje mirnosti (F90)

Nove tehnologije in družabna omrežja

Težave

- Prekomerna uporaba tehnologije (A67, D83, F96, G77, H65)
- Brez težav s tehnologijo pri otroku na prehodu v odraslost (A68, E68)
- Nevarnosti na spletu (B56, B96)
- Nepoznavanje tehnologije (B94)
- Prekomerna uporaba družabnih omrežij (B95)
- Otrokova nezmožnost presoje nevarnosti (B97)
- Komunikacija z neznanci (B98)
- Izzivi z uporabo telefonov (C45, E64)
- Uporaba novih tehnologij (C46)
- Prekomerno igranje igrice (C70, E63, G79, H67)
- Asocialnost zaradi novih tehnologij (C73)
- Uporaba umetne inteligence (D82)
- Digitalno druženje namesto fizičnega (D85)
- Omejevanje uporabe tehnologije (E61)
- Težka prekinitve uporabe tehnologije (E62)
- Prekomerno gledanje Youtuba (E65)
- Prekomerno dopisovanje po Viber-ju (E66)
- Gledanje nesmiselnih vsebin (E67, G81)
- Zavedanje o tveganjih tehnologije zaradi zaposlitve v informatiki (F95)
- Dilema med omejitvami in vključenostjo iz družbe (F97)
- Stalen trud za ozaveščanje o nevarnostih (F98)
- Razlike v razvitosti tehnologije v času adolescence otroka na prehodu v odraslost (F99)
- Večji vpliv tehnologije na mlajše generacije (F100)
- Omejevanje uporabe telefona (G49)
- Pomanjkanje starševskega nadzora (G78)

- Prekomerno pogovarjanje s prijatelji prek telefona (G80)
- Upad koncentracije (G82)
- Motnje med učenjem zaradi telefona (G83)
- Težave pri samokontroli otrok (G84)
- Potrata časa (H64)

Odziv starša

- Odvzem telefona (A69)
- Skupni pogovor o novih tehnologijah (D79)
- Gledanje dokumentarca za ozaveščanje o zlorabah in nevarnostih na socialnih omrežjih (D80)
- Zaupanje otroku (D81)
- Razumevanje generacijskih razlik (D84)
- Omejitev uporabe določenih aplikacij (H63)
- Uporaba starševskega nadzora na telefonu (H66)

Soočanje z izzivi

- Pogovor s samim seboj (A78)
- Iskanje miru (A79)
- Meditacija (A80)
- Branje knjig (A81)
- Sprotno reševanje težav (B112, E79)
- Dojemanje izzivov kot normalen del življenja (C91)
- Branje literature na temo starševstva (D103, E99)
- Gledanje vsebin na temo starševstva (D104)
- Šola za starše (D105)
- Pojavljanje razlik med teorijo in prakso pri starševanju (D106)
- Deljenje izkušenj z drugimi starši (G101)
- Branje prispevkov o psihologiji in vzgoji (G102)
- Sprotno učenje in prilagajanje (G103)
- Občutek pripravljenosti zaradi izkušenj (H79)
- Pripravljenost na presenečenja (H80)

ČUSTVENE OBREMENITVE IN STRES

Počutje

- Utrujenost zaradi službe in starševanja (A72, E73)
- Nemoč (A73)
- Je težko (B105)
- Soočanje z napetostjo ob sočasnem stresu v službi in doma (B107)
- Utrujenost (B109)
- Slaba volja (C82, G90)
- Vzajemna užaljenost (C84)
- Ni hudega stresa (C94)
- Slabo počutje ob čustvenih izpadih otrok (D93)
- Razumevanje čustvenih izbruhov kot sproščanje čustev iz sebe (D94)
- Prizadetost (D95)
- Užaljenost (D96)
- Žalost (E81)
- Razočaranje (E82)
- Jeza (E83)
- Stres (F105, H74)
- Obremenjenost (F106)
- Nespečnost (F116)
- Občutek neobvladljivosti (G91)
- Občutek nerazumevanja s strani otrok (G93)
- Obremenjenost (H75)

Vpliv na odnose

- Počutje vpliva na družinsko vzdušje (A74)
- Več kričanja (B108)
- Kakšen dan je tišina (C83)
- Slaba volja cele družine (C85, E74)
- Družinski konflikti zaradi nestrinjanja s partnerjem (C86)
- Normalizacija konfliktov s partnerjem (D101)
- Vzkipljivost partnerjev (E75)
- Partnerski konflikti zaradi nestrinjanja (F107)
- Včasih različni pogledi (G92)
- Negativen vpliv na partnerski odnos (G97)

- Vpliv stresa na negativno razpoloženje v družini (H76)

Povzročitelji skrbi in stresa

- Neoglašanje na telefon (A76)
- Šola (A77)
- Nasprotovanje (B110)
- Slabe ocene v šoli (B111)
- Šola (C89)
- Nove tehnologije (C90)
- Izbira srednje šole (D102)
- Neposlušnost (E76)
- Neubogljivost (E77)
- Nespoštovanje pravil (E78)
- Odsotnost komunikacije (F112)
- Odhod otroka ven (F113)
- Divjanje (F114)
- Izguba motivacije za šolo (G99)
- Izzivi otroka pri vključevanju v družbo (G100)
- Stres zaradi starostne razlike otrok (H77)
- Strah pred zlorabo substanc (H78)

Soočanje s skrbmi in stresom

- Postopno prilagajanje na spremembe pri otroku (B106)
- Sproščanje s kričanjem (B113)
- Samorefleksija (B114)
- Gledanje televizije (B115, D109)
- Kolesarjenje (C95)
- Sprehod (C96, E84, G106)
- Sprehod s psom (D107)
- Branje (D108, F122)
- Ne dojemanje vsega kot stres (E80)
- Telovadba (E85)
- Iskanje sprostitve zunaj družinske situacije (E86)
- Ne vzemanje k srcu (E87)
- Odhod v Ljubljano zaradi študija (F109)
- Odhod otroka na zabavo (F110)

- Čakanje otroka, da pride domov (F111)
- Dojemanje kot nekaj naravnega (F115)
- Pomiritev po konfliktu (F117)
- Tek (F121)
- Izhod iz hiše (F123)
- Pogovor (F124)
- Odvrčanje misli (F125)
- Pomembnost osebnih strategij soočanja (G104)
- Vožnja z motorjem (G105)
- Preusmerjanje fokusa drugam ob glasbi (H81)

PODPORA

Podporna mreža

- Samopodpora (A82, B116, F127)
- Sestra, ampak malo, da ni obsojanja (A83)
- Samopodpora (B116)
- Partner (B117)
- Prijatelji (B118, F128, G108)
- Žena (C97, F126, G107, H83)
- Mož (D110, E88)
- Mame sošolcev (D111)
- Sodelavci (D112, F129)

Uspešnost podpore

- Delna uspešnost podpore (A84)
- Boljše počutje (B119)
- Delitev problema z nekom, ga zmanjša (B120)
- Uspešna podpora (C98)
- Največ je v delu pri sebi (D113)
- Vloga pogovora pri čustvenem olajšanju (D114)
- Normalizacija problemov (F130)
- Podpora v pomoč (F131)
- Potrjevanje lastnega pravilnega delovanja (F132)
- Večinoma uspešna podpora (F133)
- Včasih uspešna, včasih neuspešna podpora (G109)
- Vloga pogovora pri čustvenem olajšanju (G110)

- Včasih več, včasih manj (H84)

Strokovna pomoč

- Obisk psihologa (A92)
- Neuspešnost strokovne pomoči (A93)
- Otrokova manipulacije (A94)
- Iskanje rešitev (A95)
- Upanje v posredovanje strokovne pomoči kot tretje osebe (A96)
- Nikoli koristili strokovne pomoči (B127, E100, G119, H97)
- Ni potrebe po strokovni pomoči (B128, C92, D120, F142, G120, H98)
- Odprtost za strokovno pomoč (C93)

Predlogi za boljšo podporo

- Realna predstava starševstva med starši (A97)
- Vednost, da nisi v temu sam, ker se tudi drugi starši soočajo s podobnimi težavami (A98, B131)
- Več pogovora (B129, C105, D121, F144)
- Enaka pravila pri obeh starših (B130)
- Strokovna pomoč, v kolikor je potrebna (C106)
- Usklajenost staršev pri šolskih temah (E101)
- Večji poudarek na spoštljivosti (E102)
- Poslušanje različnih perspektiv staršev (F143)
- Več razumevanja (G121)
- Več sklepanja kompromisov (G122)
- Več tolerance (G123)
- Usklajevanje pravil med staršema (H99)

SODELOVANJE Z MATERJO/OČETOM

Sodelovanje

- Slabo sodelovanje z očetom (A85)
- Oče ne želi stikov z mamo (A86)
- Zgledno sodelovanje z očetom (B121)
- Pogovor o pomembnih stvareh (B122)
- Konstruktivno sodelovanje (C99)
- Dopolnjevanje pri vzgoji (C100)

- Dokaj podobni pristopi (C101)
- Dobro sodelovanje z očetom (D115)
- Trud sodelovanja v isto smer (E91)
- Občasna neuskaljenost zaradi drugačnih pogledov (E92)
- Skupni vzgojni cilji (E94)
- Trud usklajevanja (F135, H86)
- Delitev starševskih vlog (G111)
- Stremenje k istim ciljem (H85)
- Pomen odprte komunikacije (H94)
- Veliko pogovora (H96)

Konflikti in nestrinjanja

- Ni konfliktov zaradi prekinjenega stika (A89)
- Konflikti zaradi nerazrešenih zamer iz preteklosti (B123)
- Konflikti zaradi nestrinjanja (B124, D97, E96, F137, G96)
- Držanje skupaj kljub razlikam (B125)
- Različna stališča glede samostojnosti (C87)
- Neusklajeno omejevanje digitalnih naprav (C88)
- Očitki moža o preveliki popustljivosti (D98)
- Očitki žene o grdi in žaljivi partnerjevi komunikaciji (D99)
- Razlike v odzivih med partnerjema kljub enakemu mišljenju (D100)
- Prevelika popustljivost matere (D116)
- Neusklajeno omejevanje digitalnih naprav (D117)
- Neusklajena pravila glede domačih opravil (D118)
- Nestrinjanja (E89)
- Normaliziranje drugačnega mišljenja med staršema (F134, C104)
- Odsotnost konfliktov pred otroki (F139)
- Iskanje kompromisa (F140)
- Različna mnenja med partnerjema (G94)
- Različni odzivi partnerjev (G95)
- Različna stališča do prioritet (G98)
- Redki konflikti zaradi vzgoje (H90)
- Vpliv preteklih izkušenj in odraščanja na različne poglede (H91)
- Različni odzivi partnerjev (H92)
- Reševanje konfliktov s pogovorom (H93)

Razlike med staršema

- Razlike v vzgojnih stilih (A87)
- Neaktivnost očeta pri vzgoji (A88)
- Pogovor o vsem z mamo (A65, E59)
- Pomanjkanje moške figure (A75)
- Popustljivost matere (B11, C102)
- Več podpore v materi (B15)
- Mati manj stroga (B16)
- Oče je bolj načelen pri postavljanju mej (B61)
- Oče je bolj strikten (B89)
- Oče je bolj strog (B90)
- Oče bolj nadzira uporabo telefona (B91)
- Pogovori o fantih z materjo (B92)
- Pogovori o zdravstvenih težavah z materjo (B93)
- Več izražanja čustev mami (C43)
- Več razumevanja do hčere z mamine strani (C68)
- Pogovori o šoli z mamo (C71)
- Pogovori o prijateljih z mamo (C72)
- Mati zahtevna glede šole (C103)
- Pogovor o ženskih zadevah z materjo (D74)
- Vloga matere pri temi menstruacije (D75)
- Vloga matere pri depilaciji (D76)
- Vloga očeta pri moški negi (D77)
- Skupna vzgoja glede uporabe deodoranta (D78)
- Podobnost vzgojnih stilov (E93)
- Očitki moža, da je on hudoben, ker se žena dela dobro (E95)
- Sprejemanje različnosti v partnerstvu (E97)
- Pogovor z očetom o vsem (F94)
- Različne perspektive zaradi spola in izkušenj (F108)
- Vloga očeta pri bolj grdih prijemih (F136)
- Vpliv vzgoje in izkušenj na različne vzgojne poglede (F138)
- Oče v vlogi organizatorja (G75)
- Mamina vloga pri šolskih obveznostih (G76)
- Oče bolj mehek (G114)
- Oče ima višjo toleranco (G115)
- Žena hitreje dvigne glas (G116)
- Ni razlik (H59)
- Oče bolj umirjen (H87)

- Žena bolj vzkipljiva (H88)
- Oče bolj potrpežljiv (H89)

Uspešnost podpore

- Želja po večji očetovi podpori (A90)
- Želja po večji vključenosti očeta v otrokovo življenje (A91)
- Zadostna podpora (B126, F141, H95)
- Zadovoljstvo s podporo (D119, E98)
- Večinoma uspešna podpora (E90)
- Možne izboljšave (G112)
- Občasna prenasičenost problemov (G113)
- Sprejemanje trenutne podpore (G117)
- Podpore ni nikoli preveč (G118)

NASVETI IN REFLEKSIJA

Nasveti za druge starše

- Pomen zgodnje postavitve meja (A99)
- Čim več pogovorov in ponavljanja (B132)
- Težko svetovati drugim zaradi različnosti družin (C107, D123)
- Pomembno je poslušanje drug drugega (C108)
- Vztrajanje v vlogi starša, ne prijatelja (D122)
- Imeti mirne živce (E103)
- Vse je rešljivo (E104)
- Razumevanje otroka in postavitev v njegovo kožo (F145)
- Ohranjanje zaupanja (G124)
- Pomembnost komunikacije (G125)
- Odprtost in poslušanje otrok (H100)
- Ključna pridobitev zaupanja (H101)

Dodatne misli

- Vsak dan je nov izziv, ki ga rešuješ sproti (B133)
- Bom zdržala (E105)
- Starševstvo kot "rock and roll" (F146)
- Pogovor s svojimi starši o sebi kot otroku (F147)
- Pomanjkanje dojemanja o hitrem razvoju otrok (G126)

- Hitro minevanje časa starševstva in odraščanja otrok (G127)
- Razmišljanje o starševanju mlajšemu otroku v adolescenci v prihodnosti (H102)