



Fakulteta za zdravstvo **Angele Boškin**
Angela Boškin Faculty of Health Care

Diplomsko delo
visokošolskega strokovnega študijskega programa prve stopnje
ZDRAVSTVENA NEGA

PRIPRAVA NA POROD IN STARŠEVSTVO Z VIDIKA IZOBRAŽEVALNIH POTREB BODOČIH OČETOV

PREPARATION FOR CHILDBIRTH AND PARENTHOOD FROM THE PERSPECTIVE OF FATHER-TO-BE'S EDUCATIONAL NEEDS

Diplomsko delo

Mentorica: mag. Erika Povšnar, viš. pred.

Kandidatka: Tina Fojkar

Jesenice, maj, 2021

ZAHVALA

Najprej izrekam iskreno zahvalo svoji mentorici mag. Eriki Povšnar, viš. pred. za ves vložen trud, čas in usmeritve, saj si je kljub natrpanemu urniku vzela čas, ko sem potrebovala njeno pomoč in spodbudo.

Posebna zahvala gre tudi recenzentki doc. dr. Katji Pesjak za recenzijo diplomskega dela.

Zahvalila bi se tudi Špeli Vidic, prof. slav. za lektoriranje diplomskega dela.

Najlepša hvala moji družini in nekdanjim sodelavkam za potrpežljivost in spodbudo v času celotnega študija.

Neizmerno pa sem hvaležna svojemu fantu Mihi za vso podporo, spodbudne besede, potrpežljivost in kup »uničenih« živcev med pisanjem diplomskega dela.

Hvala še enkrat vsem, ki ste verjeli vame!

POVZETEK

Teoretična izhodišča: Kljub dokazom, da je vloga bodočih staršev pomembna, obstaja pomanjkljivo znanje o razumevanju vloge očetov na prehodu v starševstvo. Ker sta očetova prisotnost in vloga izrednega pomena za razvoj otrok, naraščajo potrebe za vključevanje očetov v različne izobraževalne programe.

Cilj: Cilj diplomskega dela je bil proučiti izobraževalne potrebe bodočih očetov na prehodu v starševstvo, raziskati izobraževalne programe ter ugotoviti kako programi priprave na porod in starševstvo vključujejo in sledijo izobraževalnim potrebam bodočih očetov.

Metoda: Uporabili smo raziskovalno metodo kvalitativne vsebinske analize pregleda domače in tuje literature v časovnem intervalu od leta 2010 do 2020, dostopne v podatkovnih bazah: PubMed, Google učenjak, CINAHL, Obzornik zdravstvene nege in NIJZ publikacije. Za iskanje smo uporabili besedne zveze v slovenskem jeziku: »očetovstvo«, »vloga očeta«, »potrebe bodočih očetov«, »šola za starše«, »priprava na porod in starševstvo«, »priprava očeta na porod«, »očetje in porod«, »prehod v starševstvo«, »očetje in starševstvo«, »očetje in dojenček«; ter besedne zveze v angleškem jeziku: »fatherhood«, »father's role«, »the needs of future fathers«, »schools for parents«, »preparation for childbirth and parenthood«, »father's birth preparation«, »fathers and birth«, »transition to parenthood«, »fathers and parenting« in »fathers and baby«. Za analizo smo uporabili odprto kodiranje.

Rezultati: Število vseh zadetkov je bilo 1176, število v celoti prebranih virov 86, v končni pregled smo vključili 18 virov. Z analizo vsebine smo oblikovali dve kategoriji: »Izobraževalne potrebe bodočih očetov« in »Izobraževalni programi«.

Razprava: S pregledom literature smo ugotovili, da je očetom na prehodu v starševstvo posvečeno manj pozornosti kot materam. Ena od ključnih nalog zdravstvene nege za izvedbo kakovostnega programa je ugotavljanje izobraževalnih potreb. Očetom je treba posvetiti več pozornosti in jim omogočiti aktivno in enakovredno vlogo v programih, v okviru katerih predlagamo tudi organizacijo srečanja namenjenega samo bodočim očetom.

Ključne besede: prehod v starševstvo, vloga očeta, potrebe bodočih očetov, izobraževanje, programi

SUMMARY

Background: Despite evidence that the role of expectant parents is important, there is a lack of knowledge about understanding the role of fathers in the transition to parenthood. As the father's presence and role are of paramount importance to children's development, there is a growing need to involve fathers in various educational programs.

Aim: The diploma work aims to study the educational needs of future fathers at the transition to parenthood, to research educational programs and to determine how preparation programs for childbirth and parenthood include and follow the educational needs of future fathers.

Methods: We used the research method of qualitative content analysis based on a review of domestic and foreign literature published between 2010 and 2020, available in PubMed, Google Scholar, Cinahl, Nursing Review databases and NIJZ publications. We used the following phrases in Slovene to search: "fatherhood", "father's role", "needs of future fathers", "school for parents", "preparation for childbirth and parenthood", "father's preparation for childbirth", "father and childbirth", "transition to parenthood", "father and parenthood", "father and baby". The phrases in English were: "fatherhood", "father's role", "the needs of future fathers", "schools for parents", »preparation for childbirth and parenthood", "father's birth preparation", "fathers and birth", "transition to parenthood", "fathers and parenting" and "fathers and baby". Open coding was used for analysis.

Results: The number of all hits was 1176, the number of fully reviewed sources was 86, and 18 sources were included in the final review. By analyzing the content, we created two categories: "The educational needs of future fathers" and "Educational programs".

Discussion: A review of the literature found that less attention was paid to fathers in the transition to parenthood than to mothers. To implement a quality program, one of the key tasks of nursing is to identify educational needs. It is necessary to pay more attention to fathers and enable them to play an active and equal role in programs within which we also propose the organization of a meeting intended only for future fathers.

Keywords: the transition to parenthood, the role of the father, the needs of future fathers, education, programs

KAZALO

1	UVOD	1
2	EMPIRIČNI DEL	7
2.1	NAMEN IN CILJI RAZISKOVANJA	7
2.2	RAZISKOVALNA VPRAŠANJA	7
2.3	RAZISKOVALNA METODOLOGIJA	7
2.3.1	Metode pregleda literature	8
2.3.2	Strategija pregleda zadetkov	8
2.3.3	Opis obdelave podatkov pregleda literature	9
2.3.4	Ocena kakovosti pregleda literature	10
2.4	REZULTATI	12
2.4.1	PRIZMA diagram	12
2.4.2	Prikaz rezultatov po kodah in kategorijah	13
2.5	RAZPRAVA	19
3	ZAKLJUČEK	28
4	LITERATURA	30

KAZALO SLIK

Slika 1: Hierarhija dokazov v znanstvenoraziskovalnem delu (Polit & Beck, 2012)	10
Slika 2: PRIZMA diagram.....	12

KAZALO TABEL

Tabela 1: Rezultati pregleda literature (primeri podatkovnih baz).....	9
Tabela 2: Hierarhija dokazov (Polit & Beck, 2012).....	11
Tabela 3: Tabelarični prikaz rezultatov	13
Tabela 4: Razporeditev kod po kategorijah	17

1 UVOD

Vplivi razvoja današnje družbe se skozi celotno zgodovino kažejo v vseh njenih strukturah, predvsem pa na družini kot ključni instituciji družbe. V zadnjih desetletjih se življenje v družini intenzivno spreminja in prilagaja zahtevam in potrebam razvoja. Spremembe v družini prinesejo in vključujejo spremembe v značilnostih starševstva in se odražajo v družinskih vlogah (Radmanić, 2019). Kljub zaznanim spremembam, novim trendom in predstavam o materinstvu nekateri avtorji (Švab, 2001, cited in Radmanić, 2019) menijo, da so se v postmoderni spremembe še najmanj dotaknile materinske vloge. Ne glede na to ostaja dejstvo, da se spremembe odražajo v vlogi ženske in matere, ter prav tako ali še bolj intenzivno v vlogi moža in očeta.

V Slovarju slovenskega knjižnega jezika ((SSKJ), 2020) je beseda »moški« opredeljena kot človek moškega spola, ki je navadno dorasel. Sama beseda »moški« pa se lahko nanaša tudi na predstavnike spola, katerih značilnost je oplojevalna sposobnost: moški potomci/ moški rod/ moški hormon. Beseda »mož« je v SSKJ pojasnjena z vidika odnosa kot poročen moški v odnosu do svoje žene, kot dorasel človek moškega spola tudi kot nosilec kake dolžnosti in moški kot nosilec odločnosti, poguma. Pomen besede »oče« pa je široko opredeljen kot moški v odnosu do svojega otroka, oziroma moški, ki ima otroka in je najbolj vključen v skrb za dobro počutje in varnost svojega otroka, ne glede na življenjske razmere, zakonski stan ali biološki odnos (SSKJ, 2020).

Nosečnost je v SSKJ (2020) opisana kot stanje noseče ženske (ugotoviti nosečnost; bila je v zadnjih mesecih nosečnosti; znamenja nosečnosti). Nosečnosti pa sledi tudi porod, ki pomeni ločitev ploda od matere po koncu nosečnosti (porod je potekal v redu, se je začel; dobro je prestala porod; pripravljati se na porod).

Skozi zgodovino se je vloga očeta temeljito spreminjala. V preteklosti je bila vloga očetov zelo spremenjena, saj sta bili vsa vzgoja in nega otrok usmerjeni predvsem na matere. Očetje so nastopali predvsem kot avtoriteta in »izvršitelji« kazni. Kasneje pa so imele velik vpliv na prisotnost očetov pri vzgoji otrok prihajajoče družbene in spremembe okolja, ki so privedle do vključevanja žensk v javnost in politiko ter vključevanja žensk v zaposlovanje izven družine. Posledica teh sprememb je bilo vse večje vključevanje očetov v skrb za svoje otroke in večjo

enakopravnost med spoloma (Vučko, 2012). Tudi nekdanji so bili očetje seveda fizično prisotni v otrokovem življenju, a na drugačen način kot danes. Očetova poglavitna naloga je bila zbiranje sredstev, ki so bila ključnega pomena za preživetje družine. Za številne očete je to pomenilo delo zunaj družine, zato so moški postali bolj oddaljeni člani družine, kar pa ni vplivalo na zmanjšanje njihove avtoritete (Puhlman & Pasley, 2016). Kasneje se je očetova vloga razvila v model spolne vloge, ki izhaja iz skrbi za otroka, kar je posledično vplivalo na povečanje avtoritete mater v družinah. Očetje so učili otroke o spolnih vlogah ter ustrezna vedenja, povezana z njihovim spolom. Tako nekoč kot tudi danes so očetje združevali več vlog v eni osebi - vodje, ponudniki, vzorniki ter vzgojitelji (Puhlman & Pasley, 2016).

Obdobje »novega očetovstva« je s seboj prineslo aktivnejšo vključevanje moških v skrb za družino in vzgojo otrok ter fleksibilnejšo razporeditev del in odgovornosti med staršema v družini. S tem se zaključijo poglavje o delitvi moških in ženskih del, saj materina odsotnost ne povzroča več slabega vpliva na otrokov psihični in fizični razvoj. Tako je iz tradicionalne družine v kateri je imel glavno besedo in avtoriteto oče, nastala bolj uravnotežena družina, saj se je avtoriteta očetov zmanjšala in se poistovetila z nežnostjo in oporo, ki jo lahko nudijo očetje svoji družini (Vučko, 2012). Očetje so zdaj prepoznani kot ustrezen cilj zgodnjih intervencij, katerih namen je izboljšati duševno zdravje in blaginjo družin (Panter- Brick, et al., 2014).

Vloga očeta se spremeni skoraj takoj po rojstvu, saj z rojstvom otroka pride tudi velika odgovornost in veliko sprememb ter dodatnih dolžnosti (Grahek, 2014). Največ opore in pomoči lahko očetje v tem prelomnem obdobju nudijo materam pri negi novorojenčka in dojenju, saj se s tem tudi sami aktivno vključujejo v skrb za svojega otroka ter se izpopolnjujejo v novi vlogi očeta (Bezeljak, 2018). Opozoriti je treba, da je očetova finančna oskrba družine tudi v poporodnem obdobju velikega pomena, vendar se zdi, da je finančna podpora v nosečnosti veliko manj poudarjena v primerjavi s čustveno in fizično podporo. Idealen oče mora biti predvsem odgovoren in zrel, seveda pa mora imeti občutek odgovornosti in skrbi za otroka ter biti zmožen izvajati zahteve vlog, ki jih prinese očetovstvo (Alío, et al., 2013).

Rojstvo prvega otroka pomeni prehod v očetovstvo in predstavlja kritično obdobje v življenju moškega. Nova doba očetovstva daje poudarek na večjo vpletenost očetov v družinsko življenje. Tu se v ospredju pojavi večja skrb za otroke, kar lahko poimenujemo tudi »aktivno očetovanje«, saj se očetje odmikajo od vloge »zaposlenega očeta« k novi vlogi »ljubečega in skrbnega očeta«. Na prvo mesto so postavljena čustva, kar pojem očetovstva približa pojmu

materinstva. Tako je oče v sodobnem času prisoten v nosečnosti, ob porodu, se vključuje v nego in skrb za otroka ter skrbi za njegov razvoj in izobraževanje. Sprememba vloge očeta pa ne vpliva samo na otroka temveč tudi na mater, saj daje možnost in spodbudo tudi v spreminjanju ženske vloge v družini (Vučko, 2012). Očetova zveza z otrokovo zdravstveno oskrbo pa se začne že v zgodnjih otroških letih in lahko s časoma preraste v dolgoročno razmerje med očetom in otrokom. Dokazano je, da se očetje dandanes v večjem številu kot pred leti udeležujejo predporodnih obiskov ginekoloških pregledov ter programov priprave na porod in so prisotni pri porodu. Velika večina očetov je ne glede na zakonski status prisotna ob rojstvu svojega otroka (Yogman & Garfield 2016). Glažewska (2014) poudarja pozitivno vlogo čustvene podpore, ki jo bodoči očetje nudijo partnerkam, saj očetje poglobijo medsebojne odnose s partnericami. Moškim se s tem ponuja priložnost, da v celoti izkusijo veselje povezano s prihodnostjo starševstva.

Obdobje nosečnosti in spremembe v vlogah pa ne vpliva zgolj na telesno, duševno in socialno počutje bodočih mater temveč tudi očetov. Tudi bodoči očetje se lahko v pred in poporodnem obdobju srečujejo s hormonskim neravnovesjem. Raziskave v tujini so dokazale nekoliko večji, padec testosterona in estradiola pri moških, ki so bili bolj vključeni v nego novorojenčkov takoj po rojstvu. Do upada testosterona po vsej verjetnosti pride zato, ker je znižanje ravni testosterona odvisno od dejanske udeležbe očeta v otroškem varstvu in od prisotnosti oziroma od udeležbe v ostalih procesih v zvezi z otrokom (Hildingsson & Thomas, 2013).

Prav tako kot matere so v obdobju nosečnosti in po porodu lahko tudi očetje deležni duševne stiske in anksioznosti. Eno bolj zanimivih in nekoliko spornih moških psiholoških stanj, o katerih so v literaturi o psiholoških raziskavah poročali razmeroma pogosto, je sindrom Couvade (kuvada) (Griffiths, 2015). Diagnosticiranje sindroma kuvade je zapleteno in zahtevno, zato je bil cilj številnih avtorjev podati definicijo sindroma, ki je znan tudi kot »sindrom očeta v pričakovanju« in se manifestira z enim ali več psihosomatskimi simptomi in vključenostjo v skrb za noseče partnerice. Doživi ga lahko vsak sodobni moški, ne glede na narodnost. Motnje se lahko pojavijo pri bodočih očetih v prvem in tretjem tromesečju nosečnosti njihovih partneric. Iz literature je razvidnih kar nekaj napovednih dejavnikov, ki lahko privedejo do razvoja sindroma kuvade. Pogostejše naj bi se zaradi povečanega stresa in nepripravljenosti na vlogo očeta pojavljali pri moških, ki pričakujejo prvega otroka, ter pri moških, ki doživijo nepričakovano nosečnost. Markowska s sodelavci (2018) v študiji o

prisotnosti kuvade, ki je bila izvedena med bodočimi očeti na Finskem in Poljskem ugotavlja, da so psihosomatski simptomi pogostejše prisotni pri poljskih očetih. Študija opisuje tudi večjo ozaveščenost finskih očetov glede prisotnosti na predporodnih izobraževanjih.

Poleg tako imenovanega sindroma kuvade, pri katerem lahko bodoči očetje doživijo podobno izkušnjo kot ženske med nosečnostjo (sem spadajo na primer jutranja slabost, porast telesne teže, nihanje razpoloženja,...) se lahko pri očetih pojavijo tudi prvi simptomi predporodne in poporodne depresije, pa tudi tesnobe. Ta se lahko pojavi predvsem zaradi pomanjkanja podpore in prilagojenih možnosti zdravljenja za moške, ki se težko prilagodijo prehodu na očetovstvo. Več kot 10 % očetov se v perinatalnem obdobju srečuje z depresijo in anksioznostjo oziroma strahom, tesnobo. Toda perinatalna depresija in anksioznost pri očetih sta glede na depresijo pri materah, deležna manjše pozornosti. Ker je na voljo zelo malo možnosti zdravljenja depresije in tesnobe pri očetih, lahko to negativno vpliva na družinske odnose, posledično pa tudi na zdravje mater in otrok (O' Brien, et al., 2017).

V namen lažjega prehoda v starševstvo, ki naj bi obsegalo čas nosečnosti in se zaključilo približno s prvim letom otrokove starosti in o katerem avtorji govorijo kot o kriznem obdobju življenja, predvsem z vidika partnerskega odnosa (Rijavec Klobučar, 2010), so se razvijali različni programi, ki poskušajo v različnem obsegu odgovoriti na potrebe bodočih staršev, tako mater kot tudi očetov.

V Sloveniji je bil razvit program »Priprava na porod in starševstvo«, ki je sestavljen iz informiranja udeležencev, pridobivanja novih znanj in spretnosti, učenja iz preteklih izkušenj, navad, možnosti za spreminjanje vedenja vsakega posameznika ter usposabljanja in priprave na novo vlogo starša. Poglavitni pristop v programih priprave na porod in starševstvo pa je prepoznavanje osrednje vloge bodoče matere in očeta v družinski skupnosti, spoznavanju njune enakopravnosti ter kaj lahko vsak od njiju prispeva k boljšemu in ugodnejšemu novemu življenjskemu slogu in vlogi. Ključnega pomena ob nastajanju in razvijanju nove družinske vloge je ozaveščanje o pravicah, možnostih in izbirah, razvijanju različnih spretnosti ter podpore in celovitosti v skrbi za zdravje in dobro počutje otroka, ženske in moškega med nosečnostjo, ob porodu ter obdobju po njem (Drglin, 2011).

Program, ki ga organizira posamezna zdravstvena organizacija, obsega sedem srečanj, in sicer eno srečanje v zgodnji nosečnosti (približno v 12.–16. tednu), ki obsega 115 minut ter dodatnih

45 minut vadbe s fizioterapevtom, ter nadaljnjih šest srečanj kasneje v pozni nosečnosti (približno v 28.-34. tednu), ki trajajo 120 minut. Nadaljnjih šest srečanj v sklopu 120 minut obsega tudi 10 minut aktivne telesne vadbe, sprostitve, učenja tehnik dihanja, 10 minut za vprašanja in 10 minut odmora. Zadnja srečanja navadno vključujejo tudi dodatnih 45 minut praktičnega prikaza in učenja telesnih vaj, ki so priporočljive za čas nosečnosti. Programe priprave na porod in starševstvo naj bi vodil ustrezno usposobljen kader ter različni drugi strokovnjaki, ki se lahko vključijo oziroma so dostopni v določeni lokalni skupnosti Srečanja na programih priprave na porod in starševstvo naj bi potekala vsaj enkrat mesečno (Drglin, et al., 2018).

V zadnjem obdobju se kot pomembna vsebina programov poudarjajo tudi partnerski odnosi in komunikacija. Povšnar (2016) v raziskavi, v kateri so bila obravnavana tudi pričakovanja in dejanske izkušnje partnerjev z medsebojnim komuniciranjem, ugotavlja, da je tej tematiki treba posvetiti več pozornosti.

V nadaljevanju diplomskega dela se bomo osredotočili na izobraževalne potrebe bodočih očetov na prehodu v starševstvo. Če želimo definirati prehod v starševstvo, ga nekateri avtorji opredeljujejo kot zelo krizno obdobje za partnerski odnos, ki traja nekje od nosečnosti do približno prvega leta starosti otroka (Mitnick, et al., 2015, cited in Rijavec Klobučar, 2010, p. 38). Muršak (2012) pravi, da se potrebe po znanju in izobraževanju nanašajo na povpraševanje posameznikov ali skupin po posameznih tipih spretnosti in znanja, določenih kompetencah za točno določeno področje. Kaufman in Guerra-Lopez (2013) pravita, da je potreba razlika med obstoječim in pričakovanim stanjem. Ko ugotovimo razlike, primanjkljaje (znanja, spretnosti, motivacija, osebnostna rast...), izberemo načine za njihovo odpravo. Kot pravi Ličenova (2015), gre za pomembno fazo izobraževalnega procesa. V ugotavljanju izobraževalnih potreb gre za proces, v katerem sistematično zbiramo informacije o eksplicitnih in implicitnih potrebah. Namen zbiranja je priprava izobraževalnega programa, ki bo pomagal razrešiti problem, razviti boljši pristop...

Z vidika konceptualnih vzorcev analize potreb, ki jih navajajo avtorji (Ličen, 2015), smo v našem delu med metodami izbrali kvalitativni pristop ugotavljanja potreb (analiza literature). Na podlagi pregleda literature bomo pokušali ugotoviti posamezne potrebe bodočih očetov, kako bi se morali očetje soočati z nekaterimi ovirami ter kako lahko tako očetje kot tudi zdravstveni kader pripomorejo k boljšemu vključevanju očetov v proces priprave na porod in

starševstvo in nadaljnje življenje po porodu ter kako današnji programi odgovarjajo na te potrebe in kako bi jih v prihodnosti lahko izboljšali.

2 EMPIRIČNI DEL

Diplomsko delo temelji na deskriptivni metodi kvalitativnega raziskovanja s katero smo raziskali potrebe moških v pričakovanju novorojenčka in programe, ki so jim namenjeni za premoščanje težav.

2.1 NAMEN IN CILJI RAZISKOVANJA

Namen diplomskega dela je bil s sistematičnim pregledom strokovne in znanstvene literature proučiti kakšne so izobraževalne potrebe bodočih očetov, raziskati izobraževalne programe za bodoče starše in ugotoviti kako izobraževalni programi vključujejo in sledijo potrebam bodočih očetov. Z ugotovitvami želimo prispevati k nadaljnjemu kakovostnemu razvoju programov.

V raziskovalnem delu smo zastavili naslednja cilja:

- proučiti izobraževalne potrebe bodočih očetov na prehodu v starševstvo;
- raziskati, kako izobraževalni programi priprave na porod in starševstvo vključujejo in sledijo izobraževalnim potrebam bodočih očetov.

2.2 RAZISKOVALNA VPRAŠANJA

V raziskavi smo iskali odgovore na naslednji dve raziskovalni vprašanji:

- Katere so najpogostejše izobraževalne potrebe bodočih očetov na prehodu v starševstvo?
- V kolikšni meri izobraževalni programi priprave na porod in starševstvo zadovoljujejo oziroma sledijo potrebam bodočih očetov?

2.3 RAZISKOVALNA METODOLOGIJA

V diplomskem delu smo uporabili kvalitativni raziskovalni pristop na podlagi sistematičnega pregleda tuje in domače literature.

2.3.1 Metode pregleda literature

V raziskavi smo uporabili sistematični pregled domače in tuje znanstvene in strokovne literature dostopne v različnih podatkovnih oz. bibliografskih bazah. Slovensko literaturo smo iskali v virtualni knjižnici COBISS in brskalniku Google Učenjak ter Obzorniku zdravstvene nege; tujo literaturo pa v: PubMed, Google Scholar in CINAHL. Za nabor zadetkov iskanja smo uporabili besedne zveze v slovenskem jeziku: »očetovstvo«, »vloga očeta«, »potrebe bodočih očetov«, »šola za starše«, »priprava na porod in starševstvo«, »priprava očeta na porod«, »očetje in porod«, »prehod v starševstvo«, »očetje in starševstvo«, »očetje in dojenček«; ter besedne zveze v angleškem jeziku: »fatherhood«, »father's role«, »the needs of future fathers«, »schools for parents«, »preparation for childbirth and parenthood«, »father's birth preparation«, »fathers and birth«, »transition to parenthood«, »fathers and parenting« in »fathers and baby«. Za pridobivanje literature smo v podatkovnih bazah PubMed in CINAHL uporabili Boolov operator »IN« or »AND«. Omejitveni kriteriji pri izbiri in iskanju primerne literature so bili: obdobje med letoma 2010 in 2020, dostopnost člankov v celotnem besedilu ter besedila, dostopna v slovenskem in angleškem jeziku. Izključitveni kriteriji, s katerimi smo si pomagali pri izključevanju določenih gradiv, pa so bili: recenzirani članki, članki, objavljeni v revijah, časopisih. V prvi izbrani podatkovni bazi PubMed in CINAHL smo z Boolovimi operaterji iskali literaturo s ključnimi besedami: »fatherhood« AND »schools for parents«, »father's role« AND »preparation for childbirth and parenthood«, »fatherhood« AND the needs of future fathers«. V podatkovni bazi CINAHL smo iskali s ključnimi besedami: »the needs of future fathers« AND »transition to parenthood«, »fathers and birth« AND »fathers and baby«, »fathers and birth preparation« AND »fathers and parenting«. V Obzorniku zdravstvene nege smo uporabili ključne besede: »vloga očeta«, »očetje in starševstvo«, »šola za starše«, »potrebe bodočih očetov«, »priprava očeta na porod«. V podatkovni bazi Google učenjak nismo uspeli uporabiti vseh zastavljenih omejitev, zato smo članke pregledali in izločili ročno; iskali smo s ključnimi besedami »očetovstvo«, »priprava na porod in starševstvo«, »očetje in porod«, »prehod v starševstvo« ter »očetje in dojenček«.

2.3.2 Strategija pregleda zadetkov

Dobljene zadetke izbrane domače in tuje literature smo pregledali ter jih shematsko prikazali s PRIZMA diagramom (Slika 1), v katerem smo prikazali, kako smo prišli do končnega števila uporabljenih zadetkov. Pri tem smo si pomagali z izborom ključnih besed in omejitvenimi

kriteriji. Tabelarično (Tabela 1) pa smo prikazali kako je potekalo iskanje zadetkov po posameznih podatkovnih bazah, katere so bile izbrane ključne besede, koliko je bilo dobljenih zadetkov ter koliko zadetkov smo uporabili iz posamezne podatkovne baze.

Tabela 1: Rezultati pregleda literature (primeri podatkovnih baz)

Podatkovna baza	Ključne besede	Število zadetkov	Izbrani zadetki za pregled v polnem besedilu
PubMed	Fatherhood AND schools for parents	17	2
	Father's role AND preparation for childbirth and parenthood	123	1
	Fatherhood AND the needs of future fathers	62	2
CINAHL	Fathers and birth AND fathers and baby	58	0
	Fathers and birth preparation AND fathers and parenting	6	1
	The needs of future fathers AND transition to parenthood	93	4
Obzornik zdravstvene nege	Vloga očeta, očetje in starševstvo, šola za starše, potrebe bodočih očetov, priprava očeta na porod	4	2
Google Učenjak	Očetovstvo, priprava na porod in starševstvo, očetje in porod, prehod v starševstvo, očetje in dojenček	813	4
NIJZ publikacije	Program priprave na porod in starševstvo	1170	2
SKUPAJ		2346	18

2.3.3 Opis obdelave podatkov pregleda literature

Podatke pridobljene s pregledom literature smo obdelali s pomočjo kvalitativne vsebinske analize. Besedila smo glede na usmeritve Vogrinca (2008) analizirali s tehniko odprtega

kodiranja in oblikovanja vsebinskih kategorij. S pomočjo kodiranja podatkov smo strnili obseg podatkov v vsebinsko in pomensko zaključene celote. Kode, ki so imele skupno tematiko, smo uvrstili v kategorijo, ki ustreza njeni vsebini. Izbrali smo dve kategoriji, ki smo jih razdelili še na podkategorije in sicer: izobraževalne potrebe bodočih očetov (podkategorije: vloga očeta in družbena pričakovanja od očetovske vloge, izkušnje in doživljanje, splošne potrebe) in izobraževalni programi (podkategorije: programi, zdravstveni delavci). Rezultate smo prikazali z besednim tabelaričnim prikazom, s PRIZMA diagramom (Slika 2).

2.3.4 Ocena kakovosti pregleda literature

Kot kriterij kakovosti pregledane literature smo uporabili hierarhijo dokazov v znanstvenoraziskovalnem delu (Polit & Beck, 2018) oziroma piramido dokazov, ki je prikazana v Sliki 1.



Slika 1: Hierarhija dokazov v znanstvenoraziskovalnem delu

(Vir: Polit & Beck, 2018)

Tabela 2: Hierarhija dokazov

Hierarhija dokazov (Polit & Beck, 2018)	Razvrstitev izbranih zadetkov glede na hierarhijo dokazov
Nivo 1 Sistematični pregled raziskav	1
Nivo 2 Dokazi randomiziranih kliničnih raziskav	1
Nivo 3 Dokazi nerandomiziranih raziskav (kvazi eksperiment)	2
Nivo 4 Dokazi kohortnih prospektivnih raziskav	3
Nivo 5 Dokazi kontroliranih retrospektivnih raziskav	6
Nivo 6 Dokazi presečnih raziskav	2
Nivo 7 Dokazi podrobnih kvalitativnih raziskav	2
Nivo 8 Mnenja avtorjev, poročila o posameznih primerih	1
Število vključenih strokovnih besedil	18

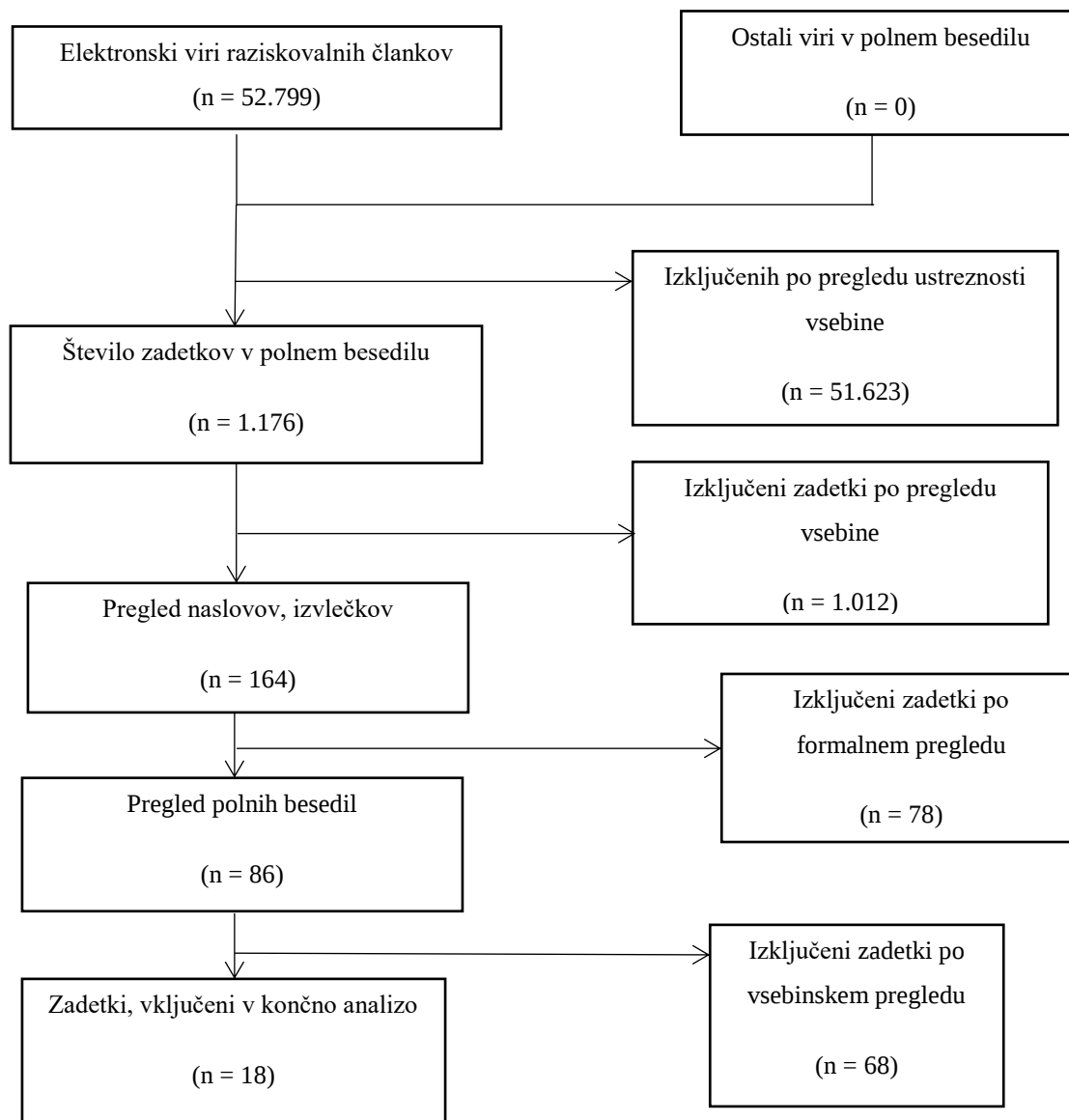
(Vir: Polit & Beck, 2018)

Iz tabele 2 je razvidno, da smo v končno analizo vključili 18 virov. Najvišje smo v hierarhični lestvici pridobili 1 članek (Baldwin, et al., 2018), ki spada v Nivo 1 (Sistematični pregled raziskav). V Nivo 2 (Dokazi randomiziranih kliničnih raziskav) smo prav tako vključili 1 članek (Fletcher, et al., 2019). V Nivo 3 (Dokazi nerandomiziranih raziskav) smo uvrstili 2 članka (Dallos & Nokes, 2011; Ledenfors & Berterö, 2016). V Nivo 4 (Dokazi kohortnih prospektivnih raziskav) smo uvrstili 3 članke (White, 2013; Smyth, et al., 2015; Darwin, et al., 2017). Največ člankov je sodilo v Nivo 5 (Dokazi kontroliranih retrospektivnih raziskav), in sicer 6 člankov (Bergström, et al., 2013; Hildingsson, et al., 2013; Ramchandani, et al., 2012; Royal College of Midwives, 2018; Scarff, 2019; Steen, et al., 2012). V Nivo 6 (Dokazi presečnih raziskav) sta sodila 2 članka (Mannion, et al., 2013; Drglin, et al., 2018), v Nivo 7 (Dokazi podrobnih kvalitativnih raziskav) smo prav tako uvrstili 2 članka (Rogan, 2017; Steničnik, 2012) in v zadnji, 8. Nivo (Mnenja avtorjev, poročila o posameznih primerih) 1 članek (Poh, et al., 2013).

2.4 REZULTATI

V nadaljevanju smo rezultate predstavili shematsko in vsebinsko.

2.4.1 PRIZMA diagram



Slika 2: PRIZMA diagram

Na sliki 2 je prikaz, kako smo prišli do končnega rezultata. Število zadetkov v polnem besedilu je bilo 1176, pregledali smo naslove in izvlečke ter izključili 1012 virov. Tako smo pregledali 164 naslovov in izvlečkov. V polnem besedilu smo pregledali 86 virov. Po natančnem

vsebinskem pregledu smo dodatno izključili še 68 virov. V sistematičnem pregledu literature smo tako v končno obravnavo vključili 18 virov.

2.4.2 Prikaz rezultatov po kodah in kategorijah

Rezultate in podatke, dobljene s sistematičnim pregledom literature, smo predstavili v tabeli 3. Ugotovitve smo prikazali in razporedili glede na avtorja, leto objave, raziskovalni dizajn, namen raziskave, vzorec in ključna spoznanja posameznih člankov.

Tabela 3: Tabelarični prikaz rezultatov

Avtor	Leto	Raziskovalni dizajn	Namen raziskave	Vzorec (velikost in država)	Ključna spoznanja
Baldwin, et al.,	2018	Sistematični pregled kvalitativnih študij	Ugotoviti in sintetizirati najboljše razpoložljive dokaze o izkušnjah in potrebah novopečenih očetov ter ugotoviti kakšno je njihovo duševno zdravje in počutje med prehodom na očetovstvo.	22 objavljenih kvalitativnih študij od leta 1960 do septembra 2017.	Na podlagi sintetiziranih ugotovitev so bili ugotovljeni trije glavni dejavniki, ki vplivajo na duševno zdravje in dobro počutje očetov med njihovim prehodom v očetovstvo: oblikovanje očetovske identitete, izzivi nove očetovske vloge ter negativni občutki in strahovi, povezani z njo. Ovire za dostop do podpore so vključevale pomanjkanje prilagojenih informacijskih virov in priznanj zdravstvenih delavcev. Boljša priprava na očetovstvo in podpora partnerskim odnosom med prehodom v starševstvo bi lahko očetom omogočila boljše izkušnje in prispevala k boljšim prilagoditvam in duševnemu počutju očetov.
Bergström, et al.	2013	Subanaliza rezultatov	Proučiti vpliv antenatalnega strahu pred porodom pri moških na njihovo porodno izkušnjo, ter ali je ta izkušnja povezana z vrsto priprave na porod.	15 pred porodnih klinik na Švedskem med januarjem 2006 in majem 2007.	Moški, ki trpijo za predporodnim strahom so kandidati za večje tveganje, da bodo porod doživljali kot strašen in grozljiv dogodek. Priprave na porod, vključno z raznimi usposabljanji, ki jih nudijo za to ustanovljeni zavodi, lahko bistveno pripomorejo in vodijo do pozitivnejših porodnih izkušenj očetov.
Dallos & Nokes	2011	Kvalitativna raziskava	Raziskati izkušnje očetov po rojstvu otroka.	Fokusna skupina moških starih od 28 do 40 let, ki so pred kratkim postali očetje (England and Wales).	Ugotovitve kažejo, da so moške izkušnje in stiske lahko povezane s prevladujočim, a protislovnim diskurzom, ki je neposredno povezan s pričakovanji glede očetovih vlog po porodu. Predlagajo raziskave s področja kliničnega pomena prisotnosti očeta med nosečnostjo in pri rodu, saj se zdi, da očetovo počutje vpliva tako na mater kot tudi na otroka.

Avtor	Leto	Raziskovalni dizajn	Namen raziskave	Vzorec (velikost in država)	Ključna spoznanja
Darwin, et al.	2017	Kvalitativna študija	Proučiti neposredne izkušnje in poglede očetov na perinatalno duševno zdravje.	Skupina 42 očetov starih med 25 in 44 let, katerih otroci so bili starejši od 12 mesecev.	Tudi očetje lahko doživljajo psihološko stisko v perinatalnem obdobju, vendar velikokrat dvomijo o upravičenost svojih doživljanj in izkušenj. Moški že po naravi neradi izrazijo svoje potrebe po podpori ali pa ne želijo poiskati pomoči zaradi pomislekov, da bi to storilo škodo prihajajočemu otroku in noseči partnerki. Pridobiti je treba več informacij in virov, ki bi bili oblikovani in prilagojeni očetom, ki v tem ključnem obdobju potrebujejo pomoč.
Drglin, et al.	2018	Presečna raziskava	Priprava gradiv za pomoč pri pripravi in izvajanju programa Priprava na porod in starševstvo.	Slovenija	Ker naj bi se program Priprava na porod in starševstvo poenoteno izvajal po celotni Sloveniji, so avtorji gradiva za strokovnjake Priprava na porod in starševstvo v okviru projekta »Za boljše zdravje in zmanjšanje neenakosti v zdravju« napisali in opisali ključne teme kot oporo pri izvajanju programov.
Fletcher, et al.	2019	Opazovalna študija	Ugotoviti mehanizme učinka uveljavitve podporne e- skupine za bodoče očete.	40 očetov vključenih v program za perinatalno podporo SMS4dads (Avstralija).	V študiji sta bili ugotovljeni dve vrsti mehanizmov, na katere je podpora e- skupina vplivala. Strukturni mehanizmi so vključevali: sinhronizacijo informacij s potrebami očetov, normalizacijo, poziv k interakciji ter zagotovitve varnostne mreže. Psihološki mehanizmi očetov, ki so ob tem nastali, pa so bili: povečanje znanja, občutek samozavesti, sposobnost spoprijemanja s težavami, usmerjenost v novo vlogo ter občutek povezanosti. Ti mehanizmi so medsebojno vplivali in ustvarili vnaprej opredeljene rezultate uvedenega programa.
Hildingsson, et al.	2013	Regionalna kohortna študija	Raziskati razširjenost strahu pred porodom pri švedskih očetih in s tem povezane dejavnike.	1047 bodočih očetov (Švedska)	Visoka stopnja strahu pri moških je bila povezana predvsem z rojstvom prvega otroka, zato so tudi nosečnost in kasneje porod bolj verjetno doživljali kot negativni dogodek. Večina moških, ki so se soočali s strahom pred porodom, je prepoznala carski rez kot najprimernejši način rojstva.
Ledenfors & Berterö	2016	Kvalitativna analiza z uporabo	Prepoznati in opisati izkušnje očetov ob prvem porodu.	Udeleženih je bilo 8 moških, ki so prvič postali očetje, intervju so izvajali 2 do 6 mesecev po rojstvu otroka (Švedska).	Ugotovitve kažejo, da bi bilo treba med porodom nekoliko bolj upoštevati potrebe bodočih očetov. Pri vsem tem je ključnega pomena babica, ki je takrat prisotna v porodni sobi in lahko spodbuja očete tako pred kot med porodom.

Avtor	Leto	Raziskovalni dizajn	Namen raziskave	Vzorec (velikost in država)	Ključna spoznanja
Mannion, et al.	2013	Presečna raziskava	Raziskati, kakšna so stališča žensk o dojemanju partnerske podpore med dojenjem, ter kako takšna podpora deluje na samozavest ter zadovoljstvo mater glede dojenja.	Vključenih 76 mater, hospitaliziranih v zdravstvenih klinikah v Calgaryju (Alberta).	Matere se počutijo bolj sposobne in samozavestne glede dojenja, ko vidijo, da jih partnerji podpirajo z besednim in aktivnim vključevanjem v dojenje. Pomembno je, da znajo zdravstveni delavci ceniti vpliv pozitivne in aktivne partnerske podpore, saj se s tem vzpostavlja zaupanje mater v dojenje. Skupne strategije podpore bi se lahko predstavile bodočima staršema že v prenatalnem obdobju. Zdravstveni delavci lahko zagotovijo želene informacije ter povabijo bodoče očete, da tudi oni postanejo aktivni učenci in razpravljajo o podpornih partnerskih funkcijah.
Poh, et al.	2013	Deskriptivna analiza	Raziskati izkušnje in potrebe očetov med nosečnostjo in porodom.	Vzorec je sestavljalo 16 novih očetov starejših od 21 let iz dveh porodniških oddelkov v terciarni bolnišnici (Singapur).	Vsi udeleženi očete so med nosečnostjo spremenili svoje vedenje zaradi zaščite svojih žena in še nerojenih otrok. Podpora njihove družine, prijateljev, sodelavcev in zdravstvenih delavcev je bila po njihovem mnenju neprecenljiva in zelo cenjena.
Ramchandani, et al.	2012	Kodiranje z uporabo globalnih lestvic	Proučiti, ali interakcije med očetom in dojenčkom pri starosti treh mesecev neodvisno napovedujejo otrokove vedenjske težave pri starosti enega leta.	Vzorec 192 družin, izbran iz dveh porodniških enot v Združenem kraljestvu (UK).	Interakcije očetov z dojenčki že v tretjem mesecu življenja napovedujejo zgodnje vedenjske težave pri otrocih. Te interakcije so lahko ključni dejavniki, ki jih je treba obravnavati že v zgodnjem otrokovem življenju in ponujajo potencialno priložnost za preventivne posege.
Rogan	2017	Deskriptivna in kavzalno-neeksperimentalna metoda empiričnega raziskovanja	Raziskati, kako ter na kakšen način se v ob porodno varstvo nosečnic in novorojenčkov vključujejo bodoči slovenski očete, raziskati njihovo mnenje, koliko se sami vključujejo v oporo partnerkam, skrb za otroka in gospodinjska opravila.	Vseh 76 virov je zbranih iz naslednjih baz podatkov: COBISS, DiKul, dLib, Medline, PubMed, CINAHL, Cochrane, Library, ScienceDirect in Wiley Online Library. Izbrana literatura ni bila starejša od 10 let (Slovenija).	Rezultati raziskave so pokazali da se slovenski očete na starševstvo pripravljajo že v obdobju nosečnosti. Večina očetov tudi aktivno sodeluje pri pripravi na prihod novorojenčka ter pri gospodinjskih opravilih, medtem ko se manjši odstotek bodočih očetov temu spretno izogiba.

Avtor	Leto	Raziskovalni dizajn	Namen raziskave	Vzorec (velikost in država)	Ključna spoznanja
Royal College of Midwives	2018	Sistematični pregled literature	Prepoznavanje vloge in potreb očetov, obravnava partnerskega sodelovanja med nosečnostjo, rojstvom in v zgodnjih tednih po rojstvu.	Pregled angleške literature (40 virov).	Poleg prepoznavanja pozitivnega vpliva, ki ga lahko imajo očetje pri razvoju otroka, je pomembno ugotoviti tudi morebitne negativne posledice sodelovanja očeta na otroka ali otrokovo mater. Otroci imajo od očetov veliko korist, saj očetje zadovoljujejo njihove potrebe po varnosti. Z odzivnim odnosom oče ohranja in spodbuja telesno in duševno zdravje otroka in matere.
Scarff	2019	Sistematični pregled literature	Raziskati spoprijemanje očetov s poporodno depresijo ter odkrivanje in zdravljenje prvih znakov poporodne depresije pri očetih.	Pregled angleške literature (36 virov).	Izkazalo se je, da je zdravljenje z antidepresivi in s psihoterapijo učinkovit način zdravljenja tovrstne depresije pri očetih. Prepoznavanje in zdravljenje poporodne depresije pri očetih lahko izboljša kakovost življenja očeta in njegove družine ter zmanjša tveganje za čustvene in vedenjske težave pri otrocih.
Smyth, et al.	2015	Sistematični pregled literature	Raziskati mnenja in poglede očetov na predporodno izobraževanje in njegovo učinkovitost pri pripravi na novo vlogo starša.	Pregled angleške literature (23 virov).	Medtem ko raziskave kažejo, da večina očetov želi podpirati bodoče matere in vključevati v proces nosečnosti, porod in rojstvo svojega otroka, je manj verjetno, da bodo predporodne priprave obiskovali tako zavzeto kot ženske. Čeprav jih očetje, ki obiskujejo predporodne priprave, cenijo, pa njihove izkušnje niso vedno tako pozitivne ali koristne pri pripravi na porod in starševstvo. Poudarek je bil na tem, da se očetje pogosteje počutijo nepripravljene, še posebej, če se pojavijo zapleti ob porodu.
Steen, et al.	2012	Pregled literature	Identificirati in sintetizirati kakovostne kvalitativne raziskave, ki raziskujejo poglede in izkušnje očetov, ki so se že srečali s porodom in poporodnim obdobjem.	Opravljenе so bile preiskave ustreznih baz podatkov, izbranih je bilo 28 člankov, objavljenih med letoma 1999 in 2010.	Očetje ne morejo učinkovito in zanesljivo podpirati svoje partnerice pri doseganju ideala prehoda v uspešno nosečnost, rojstvo in pozitivno starševsko izkušnjo, če niso sami podprti, vključeni ter pripravljeni na tveganja in negotovosti v nosečnosti, delu in starševstvu ter na svojo vlogo v tem kontekstu.

Avtor	Leto	Raziskovalni dizajn	Namen raziskave	Vzorec (velikost in država)	Ključna spoznanja
Steničnik	2012	Pregled literature	Raziskati spremembe v vlogi očeta v zahodni kulturi v zadnjih 200 letih.	Pregled domače in tuje literature (33 člankov)	Moškemu vloga očeta omogoča izpolnjevanje številnih potencialov, znanj in veščin. Vsak otrok potrebuje očeta, tako kot oče potrebuje svojega otroka, pri tem pa je ključnega pomena, v kolikšni meri se oče vključuje v otrokovo življenje-oče od nove vloge dobi toliko, kolikor vlaga vanjo.
White	2013	Deskriptivna analiza literature	Raziskovanje pojava posttravmatskega stresa očetov po porodu.	Vključenih 21 očetov z izkušnjo travmatičnega rojstva (Nova Zelandija)	Pridobljeni rezultati kažejo, da imajo nekateri očetje negativne čustvene izkušnje, ki lahko privedejo do resnih posledic glede njihovih odnosov in odnosov do družine. Babice se morajo zavedati, da imajo številni moški nejasna pričakovanja glede poroda. Če so očetje priča travmatičnemu rojstvu, kot ga zaznajo, lahko potrebujejo strokovno pomoč.

V nadaljevanju smo ključna spoznanja raziskav kodirali in jih razdelili po kategorijah in podkategorijah.

Tabela 4: Razporeditev kod po kategorijah

Kategorije	Podkategorije	Kode	Avtorji
Izobraževalne potrebe bodočih očetov	Vloga očeta in družbena pričakovanja o očetovski vlogi	Oskrba, pozitiven vpliv prisotnosti na mater in otroka; čustvena podpora partnerici; pripomore k boljšemu poteku nosečnosti in poroda; podpora pri dojenju; hranitelj, negovalna vloga; spolni vzornik – sprememba vloge; pomoč – gospodinjstvo; zadovoljevanje potrebe po varnosti; vpliv posameznika, družine, skupnosti; družbeni in politični dejavniki; sociokulturni dejavniki; pričakovanja očetov; prvi otrok; družinska struktura, identiteta očeta in sorodstvo; izzivi nove vloge. Kod = 15	Poh, et al., 2013; Steničnik, 2012; Scarff, 2019; Dallos & Nokes, 2011; Darwin, et al., 2017.

	Izkušnje in doživljanje	Hormonske spremembe; oblikovanje identitete; negativni občutki – predporodni strah; pričakovanja vlog; dvom v lastno doživljanje; psihosomatskih simptomov; stres; simptomi sindroma kuvade; depresija očetov; naraščanje odgovornosti, izboljšanje odnosa; podpora partnerskemu odnosu; lažje prilagajanje, boljše počutje; pozitivna porodna izkušnja; povečanje znanja, občutek samozavesti, sposobnost spoprijemanja s težavami ter občutek povezanosti; zmanjševanje psihosomatskih težav; podporne mreže; pozitivna sprememba vedenja v času nosečnosti. Kod = 17	Hildingsson, et al., 2013; Scarff, 2019; Fletcher, et al., 2019; Mannion, et al., 2013; Ledenfors & Berterö, 2016; White, 2013; Darwin, et al., 2017; Ramchandani, et al., 2013; Baldwin, et al., 2018.
	Splošne potrebe	Želja po vključenosti v dogajanje; težje izražanje potreb in želje po podpori; sodelovanje v družinskem življenju (gospodinjstva opravila); skrb za redni dohodek – oskrba družine; potrebe po večji vključenosti očetov. Kod = 5	Ledenfors & Berterö, 2016; Poh, et al., 2014; Mannion, et al., 2013; Steen, et al., 2012.
Izobraževalni programi	Programi – vsebine, oblike, metode dela	Prilagojene informacije; promocija zdravja-nosečnic, partnerjev, ploda; nasveti in pogovori o dojenčku; simptomi tegob v nosečnosti; vidiki povezani z nosečnostjo in porodom, ki poleg tega vključujejo fizične, izobraževalne in domače dejavnosti; vključevanje parov v sodelovanje in razčlenitev podatkov o procesih in vplivih očetov in mater; priložnosti; odnosi; komunikacija. Kod = 9	Fletcher, et al., 2019; Smyth, et al., 2015; Drglin, et al., 2018; Royal College of Midwives, 2018; Dallos & Nokes, 2011; Bergström, et al., 2013; White, 2013; Ledenfors & Berterö, 2016.
	Vloga zdravstvenih delavcev	Stališča; spodbuda; pogovor; ključni pomen babic ob porodu; informiranje; motivacija; podpora. Kod = 7	Royal College of Midwives, 2018; Smyth, et al., 2015; Rogan, 2017; Steen, et al., 2012.

2.5 RAZPRAVA

Raziskovalni del diplomskega dela temelji na dveh zastavljenih raziskovalnih vprašanjih. Poskušali smo ugotoviti katere so najpogostejše izobraževalne potrebe bodočih očetov na prehodu v starševstvo ter v kolikšni meri izobraževalni programi priprave na porod in starševstvo zadovoljujejo oziroma sledijo potrebam bodočih očetov. V nadaljevanju bodo odgovori na obe raziskovalni vprašanji predstavljeni s pomočjo zastavljenih kategorij in podkategorij iz virov, ki smo jih pridobili s pregledom literature.

S prvim raziskovalnim vprašanjem smo si zadali raziskati, katere so najpogostejše izobraževalne potrebe bodočih očetov na prehodu v starševstvo. Razlage smo iskali z vidika treh podkategorij: Vloga očeta in družbena pričakovanja o očetovski vlogi, Izkušnje in doživljanja očetov ter njihove Splošne potrebe.

Ugotovili smo, da je vključevanje očetov ključnega pomena tako v prenatalnem kot tudi v postnatalnem obdobju. Pri tem zelo velik izziv za bodočega očeta predstavlja sprejemanje nove vloge. Predstave očetov o vlogi, ki jo imajo v odnosu do otroka in družine, ter družbena pričakovanja o tem, kakšna naj bi bila vloga očetov, igrajo pomembno vlogo v ugotavljanju njihovih izobraževalnih potreb. Steničnik (2012) pravi, da se je vloga očeta temeljito spreminjala praktično skozi vso zgodovino. Najprej je oče veljal za glavo družine, moralnega učitelja ter idola, s patriarhalno avtoriteto, čemur so sledile vloga hranilca in skrbnika družine ter kasneje vloga vzornika pri razvijanju spolne vloge ter navsezadnje vloga novega očeta, katerega naloga je skrb za nego in vzgojo svojih otrok. Tako lahko rečemo da je današnja vloga očeta usmerjena predvsem v nego in skrb za otroke in celotno družino. Največja očetova vloga v današnji družbi je igranje in prevzemanje številnih vlog-od prijatelja, partnerja, zaščitnika, hranilca družine, učitelja in vse do moralnega vodnika.

Ob pregledu literature smo ugotovili, da se moški po porodu počutijo izključene iz odnosa s svojo partnerico, saj je vsa pozornost usmerjena na dojenčka / novorojenčka, zaradi česar pogosto na različne načine poskušajo uveljaviti svojo vlogo (Dallos & Nokes, 2011; Poh, et al., 2013). Tudi Scarff (2019) ter Darwin in sodelavci (2017) ugotavljajo, da se očetje danes bolj samodejno odzovejo in prilagodijo potrebam bodoče matere in celotne družine kot nekdaj vendar pa v tem niso vedno uspešni, saj so zaradi ekonomskih razmer in zaposlitve še vedno

primorani večino svojega časa posvetiti službi in posledično tudi zaslužku, ki ga za delo prejmejo.

Pričakovanja družbe so sicer usmerjena v povezovanje očeta z otrokom a ugotovitve kažejo, da se številni očetje s svojim otrokom ne povežejo takoj. Pri tem pomembno vlogo igra čas. Več časa, ki ga očetje preživijo z otrokom pripomore k večji samozavesti očeta.

Ob sprejemanju nove vloge in s tem drugačne in zahtevnejše odgovornosti se očetje srečujejo z novimi izkušnjami in doživljanji, na podlagi katerih prav tako lahko sklepamo, kakšne so potrebe bodočih očetov po izobraževanju na prehodu v starševstvo. Z informiranjem in usposabljanjem bi lahko bodoče očete opremili z ustreznimi informacijami in znanjem in tudi nekaterimi spretnostmi, ki jim bodo v pomoč pri ravnanju v različnih situacijah, ki jih bo prineslo novo življenjsko obdobje. Vanj bodo lahko tako vstopali precej bolj motivirani in z večjo mero samozavesti. Mannion s sodelavci (2013) ter Baldwin s sodelavci (2018) ugotavljata, da upravljanje s pričakovanji bodočih očetov, spodbujanje njihovega vključevanja v potek nosečnosti in v nego ter sodelovanje z novorojenčkom v zgodnjih dneh po rojstvu lahko pomagajo pri povezovanju in spodbujajo k boljšemu življenju v družini. Očetje, ki so naklonjeni, podpirajo in so vključeni v nego in vzgojo otroka, pozitivno prispevajo k otrokovemu celostnemu razvoju, kar lahko v prihodnosti ustvari socialne, akademske in ekonomske koristi. Pri očetih, ki se tri mesece po porodu ločijo od svojih otrok, pa je lahko to napovedujoči dejavnik vedenjskih težav pri otrocih (Ramchandani, et al., 2013). Tesna povezanost med očetom in njegovimi otroki lahko vodi do pozitivnih rezultatov za očete, vključno z zadovoljstvom z družinskim življenjem, višjo stopnjo zadovoljstva v srednji življenjski dobi in manjšo verjetnostjo ločitve oziroma razhoda. Obstajajo še druge koristi, povezane z očetovim angažiranjem, ter zdravjem in počutjem njegovih otrok. Pozitivno očetovo sodelovanje z varstvom otrok in gospodinjskimi opravili je povezano tudi z nižjo stopnjo stresa in depresije pri materah v vseh poporodnih obdobjih. Zato je treba izobraževati bodoče očete, saj s tem povečajo in razširijo svoje znanje o pravicah in pričakovanjih očetovstva, pa tudi o nosečnosti (Hildingsson, et al., 2013).

Omejitve vloge in spremembe življenjskega sloga so pogosti povzročitelji stresa, ki se kaže kot utrujenost, razdražljivost in frustracija. Ugotovitve so skladne z rezultati drugih raziskav, pri katerih so bili občutki očetov in omejitve vlog, glavni dejavniki za očetov stres v perinatalnem obdobju. Utrujenost in stres so številni moški obvladovali s pomočjo tehnik odvracanja

pozornosti, na primer z vdajanjem v delo, poslušanjem glasbe, kajenjem ali z alkoholom (Scarff, 2019). Med mehanizmi spoprijemanja s stresom omenjajo tudi zanikanje. Nekateri očetje so menili, da nimajo pravice deliti svojih skrbi, ker se jim to ne zdi pomembno (Darwin, et al., 2017). Moški na splošno neradi razpravljajo o svojih težavah, ki se nanašajo na njihovo duševno zdravje, ker želijo zaščititi svojega partnerja in se zato raje ukvarjajo z raznimi dejavnostmi, kot so prekomerno delo, šport, igre na srečo ali prekomerno pitje alkoholnih pijač (Baldwin, et al., 2018).

Vsi ti dejavniki pa lahko privedejo do pojava očetovske perinatalne depresije. Očetovska perinatalna depresija je poglavitna depresivna motnja pri moških, ki se običajno pojavi med prvim tromesečjem nosečnosti ter koncem prvega leta otrokovega življenja. Perinatalna depresija zahteva identifikacijo in posredovanje, ne le za dobro počutje očetov, temveč tudi za njihove odnose s partnerji in otroki. Nekateri raziskave so pokazale, da lahko perinatalna depresija pri bodočih očetih močno vpliva tudi na otrokov razvoj in njegovo duševno zdravje (Fletcher, et al., 2019).

Ker se nosečnost odvija dokaj hitro se pogosto srečujemo z asinhronostjo in neravnovesjem čustev (Fletcher, et al., 2019). Takšna stanja lahko podaljšajo obstoječe simptome problematičnega vedenja, sprožijo recidive preteklih simptomov ali vedenj ali povzročijo prvi pojav simptomov in vedenj, povezanih z depresijo pri bodočih očetih (White, 2013). Prehod v starševstvo in očetova ranljivost sta za očete različna v primerjavi z materami, ker se moški različno odzivajo na stres, socializacijo in na pristope k vzpostavljanju odnosov z otrokom. Očetje prehodno obdobje opisujejo kot »nikogaršnjo deželo«, saj niso »oče« in niso usmerjeni v nov status in prakse očetovstva. Očetje se lahko počutijo kot »tujci«, lahko pa doživljajo konflikt s partnerji in se srečujejo s konkurenčnimi zahtevami v družini, delu in odnosih. Pri nekaterih moških lahko notranji in zunanji stresorji, kot je ta, vodijo v depresijo. Raziskave so dokazale, da sta bila očetovo duševno zdravje ter psihična stiska med nosečnostjo v 36. tednu nosečnosti povezana s skrbmi, kako bo skrbeti za otroka (Fletcher, et al., 2019).

Dejstvo, ki je razvidno iz literature, da moški sami ne želijo poiskati pomoči pri osebnih težavah z duševnim zdravjem oziroma so nagnjeni k izražanju negativnega odnosa kaže na pomembnost preventivnih ukrepov oziroma izobraževanj in usposabljanj. Manj verjetno je, da bodo sami obiskali splošnega zdravnika in bolj verjetno, da bodo prekinili zdravljenje prej kot ženske. Poleg tega pa je bilo predlagano, da je terapija v nasprotju z moškimi normativi, stoicizma in

samozavesti, zato zavira iskanje pomoči in čustveno samorazkritje, potrebno za uspešno vključevanje v zdravljenje (Ledenfors & Berterö, 2016).

Kot zadnjo podkategorijo v sklopu prvega raziskovalnega vprašanja smo opredelili splošne potrebe bodočih očetov. Vedno več očetov si želi predvsem več priprav in za to potrebnih informacij v zvezi s potekom poroda ter kasneje, ko nastopijo vlogo očeta tudi s področja starševstva in vzgojnega področja. Izražena pa je tudi želja po več individualnih srečanjih, ki bi bila namenjena zgolj in samo očetom.

Bodoči očetje prav dojenje navajajo kot enega njim največjih izzivov ob prehodu v starševstvo. Iz pregleda literature je razvidno, da je bila večina očetov prepričana, da so bili popolnoma nepripravljeni na to, kako podpreti doječo mater (Steen, et al., 2012; Poh, et al., 2014). Očetje so poročali, da so izkušnje bolj zahtevne, kot so pričakovali, zaradi česar so se počutili »nemočne«. To kaže na to, da očetje potrebujejo ustrezne informacije o dojenju že pred samim rojstvom otroka, prav tako pa tudi načrtovano stalno podporo mater po rojstvu otroka, saj bi s tem lahko zagotovili dobro obveščenost bodočih očetov ter s tem posledično boljšo podporo svojih partnerjev. Pri zagotavljanju takšne podpore bodočim očetom obstajajo številne druge ugodnosti. Na odločitev matere, da doji, pogosto vpliva odnos očeta in njegova poučenost o dojenju. Večina mater se po dojenju počuti bolj samozavestne in sposobne, če jih tudi partner podpira in pri tem sodeluje, tako je lahko tudi dojenje veliko uspešnejše. Uspešno dojenje pa lahko prav tako pozitivno vpliva tudi na odnos med starši (Mannion, et al., 2013; Ledenfors & Berterö, 2016).

V drugem raziskovalnem vprašanju smo ugotavljali v kolikšni meri izobraževalni programi priprave na porod in starševstvo zadovoljujejo oziroma sledijo potrebam bodočih očetov. Na podlagi vprašanja smo oblikovali drugo kategorijo- Izobraževalni programi, kamor smo umestili dve podkategoriji: Programi- vsebine, oblike, metode dela in Zdravstveni delavci.

V Sloveniji je Program priprave na porod in starševstvo namenjen vsem nosečnicam ter njihovim partnerjem, poteka v obliki tečaja in obsega sedem srečanj. Prvo srečanje daje poudarek zgolj zgodnji nosečnosti in nosi naslov »Zgodnja nosečnost«. Vsa naslednja srečanja pa so namenjena porodu ter usmerjena na potek starševstva. Ostalih šest srečanj lahko najdemo pod naslednjimi naslovi: »Nadaljevanje nosečnosti«, »Porod I«, »Porod II«, »Poporodno obdobje in dojenje«, »Dojenček« in »Duševno zdravje v nosečnosti in po porodu, partnerski

odnos in komunikacija v razvoju«. V omenjenem programu Priprava na porod in starševstvo pa očetje niso popolnoma izvzeti, saj je program sestavljen tako, da je v urniku vsakega srečanja »rezervirana« tudi rubrika, ki je namenjena za vprašanja, tegobe in želje očetov. V srečanja so vključeni tudi obravnava in poudarjanje občutkov in strahov partnerjev oziroma očetov, ter opis nalog in podpore, ki jo lahko bodoči očetje nudijo materam. Zdravstveno osebje je torej na razpolago tudi očetom, ki se želijo aktivno vključiti v celoten proces nosečnosti, poroda ter nato prevzemanje vloge skrbnega in odgovornega očeta (Drglin, et al., 2018).

Pomemben koncept, ki zajema sodelovanje med partnerjema v pričakovanju, je njun medosebni odnos. Ta odnos je naveden kot najpomembnejši dejavnik očetove vpletenosti v nosečnost, saj odnos bodočega očeta do matere lahko določi stopnjo njegove vključenosti v procesu nosečnosti in kasneje v otrokovem življenju. Tako lahko tudi čustvena ali romantična povezanost (ali pomanjkanje te) močno vpliva na stopnjo očetove vključenosti ter na duševno počutje matere med nosečnostjo in po njej (Dallos & Nokes, 2011).

Velika pomanjkljivost programov priprave na porod in starševstvo je premajhno aktivno vključevanje očetov v program, saj so v teh programih pogovori o občutkih, ki jih očetje doživljajo, kakšne odgovornosti in pričakovanja jih čakajo, kako lahko nudijo podporo in pomagajo partnerki ob porodu, kako naj se soočijo z novimi izzivi, ki jih prinaša starševstvo relativno izpuščeni iz programa ali pa jim odgovorni ne pripisujejo pomembnosti. V zvezi s tem bi lahko v nadaljnjem razvijanju programov pomislili, da bi vsako temo na seznamu pogledali tudi iz zornega kota bodočih očetov ali pa bi vključevali teme, ki bi bile namenjene samo očetom, kot je na primer poznavanje potreb partnerice med nosečnostjo, ob porodu in po njem. Bodoči očetje bi se lahko začeli vključevati tudi v razne aktivnosti, ki naj bi bile namenjene zgolj nosečnicam, ustanovili pa bi lahko tudi razne podporne skupine, ki bi bile namenjene samo očetom, ki pričakujejo otroka. Očete bi bilo treba tudi spodbuditi v enakopravno delitev del, ki se porajajo v družinah, ter enakopravno vzgojo in na splošno enakopravnosti med obema staršema (Drglin, et al., 2018).

Delo s skupinami, namenjenimi zgolj očetom, so proučevali tudi Fletcher in sodelavci (2019). Pravijo, da očetje lahko igrajo tudi ključno vlogo pri podpori dojenja mater in nasprotno, če se počutijo izključene in tekmovalne, to lahko začne spodbuditi vez med družino, zato so nekatere porodnišnice v tujini uvedle razne programe, ki so namenjeni posebej in samo bodočim očetom, kjer so jim na razpolago različni viri in napotki v zvezi z nosečnostjo in porodom.

Iz pregleda literature sta razvidna tudi potek in način vključevanja očetov v predporodno obdobje in priprave na porod v tujini. Anglija je vključevanju bodočih očetov v potek in pripravo na porod posvetila veliko pozornosti. Royal College of Midwives je organizacija, ki je v Angliji ustanovila različne tečaje, namenjene zgolj očetom. Organizirali so tudi razne podpirne skupine, ki so usmerjene na celostno obravnavo celotne družine z namenom, da bi dosegli boljšo izkušnjo ob porodu. Royal College of Midwives je v sodelovanju s Fatherhood Institut izdala in vpeljala smernice za boljše vključevanje očetov v družinsko življenje. Vsem očetom je ob obisku delavnic dodeljena tudi knjiga, ki vsebuje informacije o starševstvu, poteku poroda ter skrbi za novorojenčka (Royal College of Midwives, 2018). Izobraževalne potrebe, ki so jih navajali bodoči očetje na Švedskem so idejno prav tako usmerjene na ustanovitev skupin, ki bi bile namenjene samo očetom, individualnim obravnavam ter dodatnim uram za pogovore, ki bi jih vodili porodničarji ali babice, saj lahko le tisti, ki je pri porodu in ki porod vodi, res točno odgovori na skrbi in razna vprašanja, ki se pojavljajo v trenutkih negotovosti. Zanimal jih je tudi pogovor o tem, kako naj nudijo pomoč partnerkam ob porodu ter kakšno naj bo njihovo vedenje med porodom. Opremljeni s takimi informacijami in znanji bi bili očetje bolj sproščeni, zdravstveno osebje pa bi bilo bolj pozorno tudi na njihove želje in potrebe. V nasprotju z novitetami v Angliji in na Švedskem, pa so v Braziliji razvili svoj program devetih srečanj na katerih so očetje lahko prisotni, a nimajo nobene aktivne vloge pri sodelovanju priprave na porod. Glavni cilj je seznaniti in poučiti nosečnice o pomembnosti utrjevanja mišic medeničnega dna, vajah za preprečevanje ledvene bolečine ter izvajanju tehnik za izboljševanje samokontrole med porodom. Program je bil razvit na oddelku za ginekologijo in porodništvo v bolnišnici Universidade de Campinas (UNICAMP). Ta srečanja izvajajo le fizioterapevti, ki so usposobljeni za izvajanje programa, seveda pod nadzorom porodničarjev in psihologov (Bergström, et al., 2013).

Tudi drugi avtorji izpostavljajo tematike, ki bi jih bilo smiselno upoštevati pri pripravi programov. Izkazalo se je, da preprosti posegi, kot je na primer demonstracija kopanja v obdobju novorojenčka, dolgoročno vplivajo na povečanje očetove udeležbe (Fletcher, et al., 2019). Glede na to, da prehod v očetovstvo tudi za očete predstavlja veliko stopnjo stresa (Fletcher, et al., 2019) in možnost pojava depresije (White, 2013), bi bilo pri pripravi programov s preventivnega vidika smiselno upoštevati tudi te vsebine. Te ugotovitve so bile skladne z raziskavami (Ledenfors & Berterö, 2016), ki kažejo, da so lastnosti pozitivne očetove podpore v zvezi z dojenjem odvisne od očetovega predhodnega poznavanja dojenja, njihovega

odnosa do dojenja, njihove vključenosti v postopek odločanja o dojenju in njihove sposobnosti zagotavljanja praktične in čustvene podpore materi.

V izobraževalnih prizadevanjih bi bili z metodološkega vidika dobrodošli prikazi in izvedbe raznih intervencij v zvezi s porodom in oskrbo novorojenčka, saj bi očetom s tem zagotavljali povezave z bistvenimi viri (odziv ob popadkih, handling novorojenčka, skrbi za novorojenčka, informacije o predpisih o preživljanju otrok itd.). Očetje potrebujejo informacije, ki se nanašajo na potek poroda in vzgojo otrok (Smyth, et al., 2015).

Smyth in sodelavci (2015) tudi pokažejo, kako pomembno je zagotavljanje podpore in usposabljanja bodočih očetov in mater in ob tem izrazito poudarijo temeljno vsebino, učenje komunikacijskih veščin, ki bodo okrepile odnose in razumevanje, ki se neposredno nanašajo tudi na otrokove potrebe.

V zadnjo zastavljeno podkategorijo smo uvrstili vlogo zdravstvenih delavcev oziroma zdravstvene nege, ki je ključnega pomena pri celotnem procesu učenja in priprav na novo vlogo tako očetov kot tudi mater. Ugotovili smo, da si velika večina očetov želi predvsem spoštovanja zdravstvenih delavcev ter bolj aktivno in razumevajoče vključevanje v celoten proces učenja. K temu bi veliko pripomogle tudi razne podporne skupine, ki bi jih vodili očetje, ki so že imeli izkušnje s pripravami na porod ter bili prisotni tudi ob porodu svojih otrok. Na ta način bi lahko vsem bodočim očetom zagotovili boljši vpogled v obdobje poroda in starševstva (Royal College of Midwives, 2018).

Želja očetov je, da bi bili tudi sami med porodom enakovredni materi in da nebi bili samo »stranski akterji« (Steen, et al., 2012). Vsak bodoči oče bi moral biti poučen o prihodu svojega novorojenčka. To kaže, kako pomembna je vloga zdravstvenih delavcev, saj morajo bodoče očete seznaniti z njihovo pomembno vlogo in jih fizično in psihično pripraviti, da bodo v nosečnosti ter med in po porodu lahko samozavestno pristopali k raznim aktivnostim skrbi za otroka (Rogan, 2017). Predvsem pa bi morali tako zdravstveni delavci kot tudi bodoče matere ceniti udeležbo moških v predporodnem obdobju in prepoznati njihov vpliv na zdravje mater in otrok in kot stroka v pripravi programov upoštevati pomen učenja kakovostne komunikacije (Smyth, et al., 2015).

2.5.1 Omejitve raziskave

Med omejitvami glede dostopnosti literature izpostavljamo, da je bila literatura v angleškem jeziku dostopna v večji meri kot literatura v slovenskem jeziku, iz česar sklepamo, da je tema priprava na porod in starševstvo, ki se nanaša na očete, v tujini bolj raziskana oziroma da v Sloveniji z vidika števila člankov tema o očetovem doživljanju nosečnosti in poroda ter priprave očeta na porod in starševstvo ni dovolj raziskana. Pri prevodu člankov smo morali biti pozorni na ustrezno prevajanje člankov, saj bi ob napačnem prevodu lahko prišli do napačnih podatkov in spoznanj. Pri pregledu literature področja prehoda v starševstvo nismo obdelali celostno. Področju vloge očeta v sodelovanju pri porodu smo posvetili manj pozornosti. Predvidevali smo, da je to področje morda z vidika zdravstvene nege eno od bolj raziskanih področij.

Eno od omejitev je predstavljala tudi nedostopnost člankov oziroma plačljivost člankov.

2.5.2 Doprinos za prakso ter priložnosti za nadaljnje raziskovalno delo

Dejstvo je, da imajo očetje izjemno pomembno vlogo v nosečnosti, ob rojstvu in v nadaljnjem življenju ter vzgoji otroka, a je ta vloga premalo prepoznana in posledično izključena oziroma premalo raziskana tako v kvalitativnih kot tudi kvantitativnih raziskavah. Ker so prisotnost, vpletenost in enakovredna vključenost očeta pomembne za formiranje starševske oziroma očetovske vloge, vedno bolj naraščajo prizadevanja za vključitev očetov v razne programe (npr. tečaj za zgodnjo nosečnost, tečaj za bodoče očete, tečaj predporodne priprave). V pregledu literature ugotavljamo, da je predvsem v slovenskem prostoru v programih večinski del posvečen bodočim materam in dojenčkom, bistveno manj pa bodočim očetom, predvsem z vidika duševnega in socialnega zdravja. Programe bi bilo treba dopolniti predvsem z aktivnim pristopom k očetom in jim posvetiti enakovreden del programa, ki bi slonel na celostnem, družinskem pristopu, katerega temelj bi predstavljala dobra partnerska in starševska komunikacija (informiranje, učenje), kot temelj kakovostnega odnosa, ključnega tudi za zdravje otroka. Ob tem pa po vzoru pozitivnih tujih izkušenj predlagamo tudi organizacijo srečanja, ki bi bilo namenjeno samo bodočim očetom.

To področje danes postaja tudi vse bolj zanimivo za raziskovanje. V dosedanjih raziskavah poleg narave, prednosti, angažmaja, spodbujanja in sodelovanja očetov odkrivajo tudi ovire za sodelovanje. Da bi bolje podprli dobro počutje in celostno zdravje očetov med prehodom v starševstvo, je pomembno ugotoviti, kakšno podporo potrebujejo oziroma si jo želijo bodoči

očetje v celotnem obdobju prehoda v starševstvo in kateri pristopi bi bili zanje najbolj sprejemljivi. To pa pomeni nadaljnje raziskovanje področja. Raziskava v okviru diplomskega dela s pregledom literature predstavlja izhodišče za različne smeri nadaljnjega raziskovanja, ki bo predstavljalo podlago za pripravo kakovostnih izobraževalnih programov.

3 ZAKLJUČEK

V izobraževalnih programih priprave na porod in starševstvo so očetje ne glede na to, da je v programih njihovi vlogi postopoma posvečena večja pozornost praviloma še vedno »odrinjeni« oziroma zapostavljeni, saj dobijo zelo malo informacij, ki bi jim koristile, zato se nemalokrat počutijo zgolj kot opazovalci ter spremljevalci bodočih mater in ne kot enakovreden del skupine. Programi morajo biti prilagojeni in osredotočeni ne samo na matere, dojenčka oziroma otroka, temveč tudi na očete, zato je naloga zdravstvenih delavcev in še posebno zdravstvene nege, da teme predstavijo tudi z zornega kota očetov in s tem poskrbijo za celostno zdravje posameznika in družine. S pregledom literature smo ugotovili, da je očetom v tem smislu posvečeno manj pozornosti kot bodočim materam, kar je z vidika zgodovinskega razvoja vlog tudi razumljivo.

Poglavitna naloga izobraževalnih programov je podajanje na dokazih podprtih informacij in znanj. Najpomembnejši člen programov sta zdravstvena in babiška nega, katerih naloga je informiranje in v manjši meri usposabljanje bodočih staršev o ključnih aktualnih dogajanjih, značilnostih predporodnega obdobja, poteka nosečnosti– poroda- poporodnega obdobja in kasnejšega življenja v družini z vidika celostnega zdravja in različnih zornih kotov. Ena od ključnih nalog zdravstvene nege za izvedbo kakovostnega programa je ugotavljanje izobraževalnih potreb tako s strokovnega vidika kot tudi z vidika udeležencev programa. Pri ugotavljanju potreb je tako poleg enakovrednega vidika vključenih bodočih mater in očetov treba upoštevati tudi vidik potreb sedanjosti in prihodnosti. Osebna in družbena pričakovanja od vloge očeta so velika in pogosto v razkoraku. Ker se očetovska vloga v današnjem času temeljito spreminja in je dokaj problematizirana je razumljivo, da tudi programi tem spremembam le počasi sledijo. Predvsem iz očetovskega vidika zato programi zagotovo potrebujejo več pozornosti, dopolnitev in sprememb, ki bodo izhajale iz njihovih izobraževalnih potreb, ki jih je treba poleg sledenja strokovnim spoznanjem sprotno spremljati in proučevati. Iz pregleda literature je razvidno, da se potrebe skladno s časom spreminjajo, potrebno je spreminjanje in dopolnjevanje programov, ki bodo vključevali celosten pogled na zdravje in se ne bodo dotikali zgolj telesnega, temveč pa tudi duševnega in v zadnjem času glede na potrebe tudi socialnega zdravja (sožitje, odnosi, komunikacija).

Pomembno je, da so očetje aktivno vključeni v programe, saj lahko to privede do boljše pripravljenosti očetov na novo vlogo očeta oziroma na očetovstvo, starševstvo. Tako se tudi očetje čutijo bolj opolnomočene.

Bodoče očete je treba spodbujati, da se udeležijo predporodnih srečanj oziroma programov priprav na porod in starševstvo. Če so bodoči očetje ustrezno informirani, usposobljeni bodo imeli bolj realna pričakovanja in bolj jasno izdelano vlogo v družini. Srečna, zdrava družina pa je cilj vseh prizadevanj.

4 LITERATURA

Alio, A.P., Lewis, C.A., Scarborough, K., Harris, K. & Pissella, K., 2013. A community perspective on the role of fathers during pregnancy: a qualitative study. *BMC Pregnancy Childbirth*, 13(60), pp. 13-60.

Baldwin, S., Malone, M., Sandall, J. & Bick, D., 2018. Mental health and wellbeing during the transition to fatherhood: a systematic review of a first time father's experiences. *JBIM Database of Systematic Reviews Implementation Reports*, 16(11), pp. 2118-2191.

Bergström, M., Rudman, A., Waldenström, U. & Kieler, H., 2013. Fear of childbirth in expectant fathers, subsequent childbirth experience and impact of antenatal education: subanalysis of results from a randomized controlled trial. *Acta Obstet Gynecol Scand*, 92(8), pp. 967-973.

Bezeljak, A., 2018. *Doživljanje poroda s strani očeta: diplomsko delo*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Zdravstvena fakulteta.

Dallos, R. & Nokes, L., 2011. Distress, Loss, and Adjustment Following the Birth of a Baby: A Qualitative Exploration of One New Father's Experiences. *Journal of Constructivist Psychology*, 24(2), pp. 144-167.

Darwin, Z., Galdas, P., Hinchliff, S., Littlewood, E., McMillan, D. & Gilbody, S., 2017. Fathers' views and experiences of their own mental health during pregnancy and the first postnatal year: a qualitative interview study of men participating in the UK Born and Bred in Yorkshire (BaBY) cohort. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 17(1), pp. 3-5.

Drglin, Z., 2011. *Za zdrav začetek: Šola za starše- priprava na porod in starševstvo kot del vzgoje za zdravje: teoretična izhodišča, izvedbeni in metodološki predlog*. [pdf] Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije. Available at: http://nijz.si/sites/www.nijz.si/files/publikacije-datoteke/za_zdrav_zacetek.pdf [Accessed 31 July 2020].

Drglin, Z., Tomšič, S., Mihevc Ponikvar, B., Pucelj, V., Renar, I., Dravec, S., Broder, M., 2018. *Povzetek programa skupinske vzgoje za zdravje v nosečnosti »Priprava na porod in*

starševstvo«. [pdf]. Nacionalni inštitut za javno zdravje. Available at: https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/program_priprava_na_porod_in_starsevstvo_zadnja.pdf [Accessed 31 July 2020].

Fletcher, R., Knight, T., Macdonald, J.A., StGeorge, J., 2019. Process evaluation of text-based support for fathers during the transition to fatherhood (SMS4dads): mechanisms of impact. *BMC Psychology*, 7(63), pp. 1-11.

Głażewska, E.K., 2014. *Egzotyczny zwyczaj w nowej odsłonie*. Lublin: Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie.

Grahek, P., 2014. *Očetovstvo v pozni modernosti: prakse očetovanja v zgodnjem otroštvu: magistrsko delo*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za družbene vede.

Griffiths, M.D., 2015. *Bump Start: A brief look at Couvade Syndrome*. [online] Available at: <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/in-excess/201501/bump-start> [Accessed 31 July 2020].

Hildingsson, I., Johansson, M., Fenwick, J., Haines, H. & Rubertsson, C., 2013. Childbirth fear in expectant fathers: Finding from a regional Swedish cohort study. *Midwifery*, 30(2), pp. 242-247.

Hildingsson, I., & Thomas, J., 2013. Parental stress in mothers and fathers one year after birth. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 32(1), pp. 41-56.

Inštitut za slovenski jezik Frana Ramovša ZRC SAZU, 2020. SSKJ. [online] Available at: <https://fran.si/iskanje?FilteredDictionaryIds=130&View=1&Query=%2A> [Accessed 7 July 2020].

Kaufman, R. & Guerra – Lopez, I., 2013. *Needs assessment for Organizational success*. USA: Association for Talent Development.

Ledenfors, A. & Berterö, C., 2016. First-time father's experiences of normal childbirth. *Midwifery*, 40(9), pp. 26-31.

Ličen, N., 2015. *Analiza izobraževalnih potreb: od identifikacije do načrtovanja izobraževalnega dogodka. Priročnik za učni laboratorij*. Ajdovščina: Ljudska univerza Ajdovščina.

Mannion, C.A., Hobbs, A.J., McDonald, S.W. & Tough, S., 2013. Maternal perceptions of partner support during breastfeeding. *International Breastfeeding Journal*, 8(4), pp. 1-7.

Markowska, U.S., Zyg, M. & Kielbratowska, B., 2018. Psychosomatic symptoms of the Couvade Syndrome in Finnish and Polish expectant fathers. *Ginekologia Polska*, 89(1), pp. 35-39.

Muršak, J., 2012. *Temeljni pojmi poklicnega in strokovnega izobraževanja*. Ljubljana: Center RS za poklicno izobraževanje.

O' Brien, A.P., McNeil, K.A., Fletcher, R., Conrad, A., Wilson, A.J., Jones, D. & Chan, S.W., 2017. New Father's Perinatal Depression and Anxiety- Treatment Options: An Integrative Review. *Am J Mens Health*, 11(4), pp. 863-876.

Panter- Brick, C., Burgess, A., Eggerman, M., McAllister, F., Pruett, K. & Leckman, J.F., 2014. Practitioner review: Engaging fathers- recommendations for a game change in parenting interventions based on a systematic review of the global evidence. *National Library of Medicine*, 55(11), pp. 1187-1212.

Poh, H.L., Koh, S.S., Seow, H.C. & He, H.G., 2013. First time father's experiences and needs during pregnancy and childbirth: a descriptive qualitative study. *Midwifery*, 30(3), pp. 779-787.

Polit, D.F. & Beck, T.C., 2018. *Essentials of Nursing Research: Appraising Evidence for Nurse Practice*. 9th ed. Philadelphia: Lippincott, Williams & Wilkins.

Povšnar, E., 2016. *Analiza učenja partnerske komunikacije v šoli za starše: v zdravstvenih domovih gorenjske regije: magistrsko delo*. Kranj: Univerza v Mariboru, Fakulteta za organizacijske vede.

Puhlman, D.J. & Pasley, K., 2016. *Father Role, History of*. [online] Available at: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/9781119085621.wbefs336> [Accessed 31 July 2020].

Radmanić, L., 2019. *Nekateri sociološki vidiki starševstva v sodobni družbi ter odloženo starševstvo na Hrvaškem: magistrsko delo*. Maribor: Univerza v Mariboru, Filozofska fakulteta.

Ramchandani, P.G., Domoney, J., Sethna, V., Psychogiou, L., Vlachos, H., & Murray, L., 2012. Do early father-infant interactions predict the onset of externalising behaviours in young children? Findings from a longitudinal cohort study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 54(1), pp. 56-64.

Rijavec Klobučar, N., 2010. *Učenje v partnerskih odnosih na prehodu v starševstvo: doktorska disertacija*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta.

Rogan, N., 2017. *Aktivna vloga očetov v perinatalnem obdobju: diplomsko delo*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Zdravstvena fakulteta.

Royal College of Midwives [RCM], 2018. *Reaching out: Involving fathers in maternity care*. [pdf] Available at: https://www.rcm.org.uk/sites/default/files/Father%27s%20Guides%20A4_3_0.pdf [Accessed 31 July 2020].

Scarff, J.R., 2019. Postpartum Depression in Men. *Innovations in Clinical Neuroscience*, 16(5-6), pp. 11-14.

Smyth, S., Spence, D. & Murray, K., 2015. Does antenatal education prepare fathers for their role as birth partners and for parenthood? *Br J Midwifery*, 5(23), pp. 336-42.

Steen, M., Downe, S., Bamford, N. & Edozien, L., 2012. Non- patient and non- visitor: a metasynthesis father's encounters with pregnancy, birth and maternity care. *Midwifery*, 28(4), pp. 362-371.

Steničnik, P., 2012. Nove dimenzije očetovstva. *Socialna pedagogika*, 16(4), pp. 409-421.

Vogrinc, J., 2008. *Kvalitativno raziskovanje na pedagoškem področju*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.

Vučko, K., 2012. *Pojav novega očetovstva in vloga očeta pri vzgoji otroka v obdobju pred vstopom v šolo: diplomsko delo*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta.

White, G., 2013. You cape by breaking down in private: fathers and PTSD following childbirth. *Br J Midwifery*, 15(1), pp. 39-45.

Yogman, M. & Gafrield, C.F., 2016. Father's Roles in the Care and Development of Their Children: The Role of Pediatricians. *Pediatrics*, 138(1), pp. 1-17.