

VYSOKÁ ŠKOLA POLYTECHNICKÁ JIHLAVA

Porodní asistence

ROLE OTCE V OBDOBÍ ŠESTINEDĚLÍ

Bakalářská práce

Autor práce: Kateřina Plocková

Vedoucí práce: PhDr. Vlasta Dvořáková, Ph.D.

Jihlava 2025

Vysoká škola polytechnická Jihlava

Tolstého 16, 586 01 Jihlava

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Autor práce:	Kateřina Plocková
Studijní program:	Porodní asistence
Garant studijního programu:	doc. MUDr. Tomáš Fait, Ph.D.
Název práce:	Role otce v období šestinedělí
Vedoucí práce:	PhDr. Vlasta Dvořáková, PhD.
Cíl práce:	Cílem této práce je analyzovat roli otce v období šestinedělí a zjistit, jak muži vnímají své zkušenosti a změny po narození dítěte.

Abstrakt

Bakalářská práce s názvem Role otce v období šestinedělí se skládá z teoretické a výzkumné části. Teoretická část se zabývá historickým vývojem otcovské role, psychologickými aspekty přechodu k otcovství, změnami v partnerském vztahu během šestinedělí, specifickými potřebami a podporou otce porodními asistentkami v tomto období. Výzkumná část analyzuje data získaná pomocí dotazníkového šetření, které se zaměřuje na zkušenosti a prožívání otců během šestinedělí, jejich zapojení do péče o novorozence, podporu ze strany partnerky a rodiny, a také na nenaplněné potřeby v tomto období. Výsledky výzkumu jsou prezentovány formou grafů a tabulek s podrobným komentářem. Práce poskytuje ucelený pohled na problematiku otcovství v období šestinedělí a může sloužit jako podklad pro zlepšení podpory otců v této významné životní etapě.

Klíčová slova

Otec, matka, novorozenec, dítě, šestinedělí, porodní asistentka

Abstract

The bachelor thesis entitled The Role of the Father in the Postpartum Period consists of a theoretical and a research part. The theoretical part deals with the historical development of the father's role, psychological aspects of the transition to fatherhood, changes in the partner relationship during the six-week period, specific needs and support of the father by midwives during this period. The research part analyses data obtained through a questionnaire survey that focuses on fathers' experiences during the postpartum period, their involvement in newborn care, support from partners and family, and unmet needs during this period. The results of the research are presented in the form of graphs and tables with detailed commentary. The work provides a comprehensive view of fatherhood in the postpartum period and can serve as a basis for improving support for fathers at this important life stage.

Keywords

Father, mother, neonate, child, postpartum period, midwife

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že předložená bakalářská práce je původní a zpracoval/a jsem ji samostatně. Prohlašuji, že citace použitých pramenů je úplná, že jsem v práci neporušil/a autorská práva (ve smyslu zákona č. 121/2000 Sb., o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů, v platném znění, dále též „AZ“).

Byl/a jsem seznámen/a s tím, že na mou bakalářskou práci se plně vztahuje **AZ**, zejména § 60 (školní dílo).

Podle § 47b zákona o vysokých školách souhlasím se zveřejněním své práce podle Směrnice pro vedení, vypracování a zveřejňování závěrečných prací na VŠPJ, a to bez ohledu na výsledek obhajoby.

Beru na vědomí, že VŠPJ má právo na uzavření licenční smlouvy o užití mé bakalářské práce a prohlašuji, že **s o u h l a s í m** s případným užitím mé bakalářské práce (prodej, zapůjčení apod.).

Jsem si vědom/a toho, že užít své bakalářské práce či poskytnout licenci k jejímu využití mohu jen se souhlasem VŠPJ, která má právo ode mě požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, vynaložených vysokou školou na vytvoření díla (až do jejich skutečné výše), z výdělku dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence.

V Jihlavě dne 18. dubna 2025

.....

Podpis studenta/ky

Poděkování

Ráda bych poděkovala vedoucí mé bakalářské práce PhDr. Vlastě Dvořákové za její odborné vedení, cenné rady, připomínky a vstřícný přístup během zpracování této práce. Velké poděkování patří také všem respondentům, kteří byli ochotni věnovat svůj čas vyplnění dotazníku a podělili se o své zkušenosti. Bez nich by tato práce nemohla vzniknout. Současně bych chtěla poděkovat své rodině za jejich podporu, trpělivost a vytvoření podmínek pro studium a psaní této práce. Děkuji také svým přátelům a známým za jejich povzbuzování a podporu během celého studia.

Seznam grafů

Graf 1 Věk.....	25
Graf 2 Vzdělání	26
Graf 3 Rodinný stav	27
Graf 4 Plánované těhotenství	28
Graf 5 Reakce na otěhotnění	29
Graf 6 Přítomnost u porodu.....	30
Graf 7 Možnost zůstat doma.....	31
Graf 8 Zdroje informací	32
Graf 9 Pocit po narození.....	33
Graf 10 Vztah s partnerkou	34
Graf 11 Změna intimity	35
Graf 12 Vnímání šestinedělí	36
Graf 13 Duševní zdraví	37
Graf 14 Vyrovnávání se stresem	38
Graf 15 Očekávání a realita šestinedělí.....	39
Graf 16 Strach ohledně starosti o novorozence.....	40
Graf 17 Největší obavy	41
Graf 18 Pomoc partnerce.....	42
Graf 19 Aktivita s novorozencem	43
Graf 20 Noční vstávání	44
Graf 21 Podpora od partnerky a rodiny	45
Graf 22 Nejvíce postrádané aspekty	46
Graf 23 Nenaplněné potřeby od partnerky	47

Seznam tabulek

Tabulka 1 Pomoc partnerce	48
Tabulka 2 Aktivita s novorozencem	48
Tabulka 3 Podpora od partnerky.....	49
Tabulka 4 Vztah s partnerkou	49
Tabulka 5 Změna intimity.....	50

Úvod

Příchod nového člena do rodiny představuje významný mezník nejen pro matku, ale i pro otce. Období šestinedělí je čas plný změn, kdy se formují nové role a vztahy v rodině. Zatímco pozornost zdravotníků a společnosti se tradičně soustředí především na matku a novorozence, role otce v tomto období bývá často přehlížena nebo podceňována. Současná společnost prochází významnými změnami v pohledu na otcovství. Muži se stále více zapojují do péče o děti od samého narození a aktivně hledají své místo v nové životní roli. Období šestinedělí je pro otce časem, kdy se musí vyrovnat s mnoha výzvami – od podpory partnerky přes péči o novorozence až po hledání rovnováhy mezi pracovním a rodinným životem.

Motivace

Jako porodní asistentka se při své práci setkávám s mnoha novopečenými otci, kteří často postrádají dostatek informací a podpory v tomto náročném období. Právě tento poznatek mě motivoval k výběru tohoto tématu bakalářské práce. Je důležité si uvědomit, že zapojený a podporovaný otec může výrazně přispět k harmonickému fungování celé rodiny a zdravému vývoji dítěte. Bakalářská práce je rozdělena na teoretickou a výzkumnou část. V teoretické části se věnuji historickému vývoji role otce, současným přístupům k otcovství a specifickým výzvám, kterým otcové v šestinedělí čelí. Významná pozornost je věnována také psychologickým aspektům přechodu k otcovství a možnostem podpory ze strany zdravotnických pracovníků. Výzkumná část práce se zaměřuje na zmapování zkušeností a potřeb otců v období šestinedělí prostřednictvím dotazníkového šetření.

Cíl práce

Cílem je zjistit, jak se otcové zapojují do péče o novorozence, jakou podporu dostávají od nejbližších a jak narození dítěte ovlivnilo jejich partnerský vztah.

Věřím, že poznatky získané v této práci mohou přispět k lepšímu pochopení potřeb otců v šestinedělí a pomohou zdravotnickým pracovníkům poskytovat komplexnější podporu celé rodině. Mým přáním je, aby období šestinedělí bylo pro otce pozitivní zkušeností, která položí základy pro jejich aktivní zapojení do výchovy dětí.

Obsah

Seznam grafů.....	6
Seznam tabulek.....	7
Úvod	8
1 Současný stav problematiky.....	11
1.1 Definice šestinedělí a jeho význam	11
1.1.1 Hlavní fyziologické a psychologické změny u matky.....	11
1.1.2 Potřeby matky a dítěte během šestinedělí	12
1.2 Historie a současnost role otce v rodině.....	13
1.2.1 Historický vývoj role otce	13
1.2.2 Moderní přístupy k otcovství	13
1.2.3 Společenské stereotypy o roli otce	14
1.3 Role otce v šestinedělí.....	15
1.3.1 Podpora matky	15
1.3.2 Zapojení otce do péče o dítě.....	15
1.3.3 Význam přítomnosti otce pro vývoj dítěte	16
1.3.4 Posilování partnerského vztahu a sdílení rodičovských kompetencí.....	16
1.4 Výzvy a překážky pro otce v šestinedělí.....	17
1.4.1 Nedostatek informací o šestinedělí	17
1.4.2 Poporodní deprese u mužů a její dopad	17
1.4.3 Nároky na otce v pracovním a rodinném prostředí	18
1.4.4 Narušená intimita a Madonin komplex.....	18
1.5 Podpora otce během šestinedělí z pohledu porodní asistentky.....	20
1.5.1 Účast na předporodních kurzech	20
1.5.2 Zvládání stresu a emocionální podpora	21
1.5.3 Informace o podpoře kojení	21
1.5.4 Hygienické návyky a péče o novorozence.....	22
1.5.5 Sexualita po porodu	22
2 Výzkumná část.....	24
2.1 Cíl výzkumu a výzkumné otázky.....	24
2.2 Metodika výzkumu.....	24
2.3 Charakteristika výzkumného vzorku	24
2.4 Popis a průběh výzkumu	24
2.5 Zpracování získaných dat	24

2.6 Výsledky dotazníkového šetření	25
2.7 Vyhodnocení výzkumných otázek	48
3 Diskuse	51
4 Návrh řešení a doporučení pro praxi	54
Závěr.....	55
Seznam použité literatury	56
Přílohy	61

1 Současný stav problematiky

Šestinedělí je období, které je často opomíjeno v širší diskusi o rodičovství, a přesto je klíčové pro fyzické a emocionální zotavení matky, stejně jako pro vytvoření základů nově vznikající rodiny (Slezáková, 2017). Během tohoto období dochází k řadě změn, které zásadně ovlivňují jak matku, tak novorozence, a tím i širší rodinnou dynamiku. Role otce v tomto období je často nedoceňována, přestože jeho podpora může mít zásadní dopad na pohodu matky a celkový chod rodiny (Slezáková, 2017).

1.1 Definice šestinedělí a jeho význam

Šestinedělí (puerperium) je definováno jako období zhruba šesti týdnů (42 dnů), které následuje po ukončení těhotenství, po porodu (Slezáková, 2017).

Během tohoto času je tělo matky podrobena intenzivním fyziologickým změnám, při nichž se orgány a systémy vracejí do stavu před těhotenstvím (Česká gynekologická a porodnická společnost, 2024).

Tato fáze je charakterizována nejen fyzickým hojením, ale také hormonálními a emocionálními výkyvy, které mohou ovlivnit psychickou pohodu matky. Změny, které probíhají během šestinedělí, zahrnují zavinování dělohy, hojení porodních poranění a obnovení menstruačního cyklu. Kromě fyzických aspektů je šestinedělí obdobím, během něhož je matka vystavena řadě psychických výzev, včetně výkyvů nálad, únavy a v některých případech i poporodní deprese. Tyto změny jsou umocněny potřebou neustálé péče o novorozence, která může být pro novopečenou matku vyčerpávající (Slezáková, 2017).

Význam šestinedělí spočívá nejen v procesu fyzického zotavení, ale také v upevnění emocionální vazby mezi matkou a dítětem. Toto období poskytuje příležitost pro navázání blízkého kontaktu a vzniku silného pouta, které bude mít dlouhodobý dopad na vývoj dítěte (Roztočil, 2017).

V rámci rodiny je šestinedělí kritickým obdobím pro adaptaci na nové role a zahrnuje i aktivní zapojení otce (Matulníková, 2023). Jeho podpora a účast v tomto procesu mohou významně přispět k harmonickému přechodu do nového životního stavu (Čermáková, 2023).

1.1.1 Hlavní fyziologické a psychologické změny u matky

Během šestinedělí prochází tělo matky komplexním procesem zotavení, který zahrnuje řadu fyziologických a psychologických změn (Čermáková, 2023). Tyto změny jsou nezbytné pro návrat organismu do stavu před těhotenstvím a pro adaptaci na nové role a povinnosti spojené s mateřstvím (Česká gynekologická a porodnická společnost, 2024).

Jednou z nejvýznamnějších fyziologických změn, jak již bylo uvedeno, je zavinování dělohy, při němž se děloha postupně zmenšuje na svou původní velikost (Česká gynekologická a porodnická společnost, 2024).

Tento proces je doprovázen takzvanými očistky, to jsou výtoky, které postupně mění barvu a intenzitu, a jsou znakem hojení dělohy (Lobey, 2025).

Další významnou změnou během šestinedělí je hojení porodních poranění, ať už se jedná o ranky po přirozeném porodu nebo jizvu po císařském řezu. V tomto období dochází také k obnovení menstruačního cyklu, a to je proces, který se liší od ženy k ženě a může být ovlivněn kojením a dalšími faktory. Kromě těchto změn se hormonální hladiny, které byly během těhotenství výrazně zvýšené, začínají opět stabilizovat (Childs a kol., 2020).

Hormonální změny mohou ovlivnit nejen fyzické zdraví, ale i emocionální pohodu matky, což vede k nutnosti zvýšeného odpočinku a péče o vlastní tělo (Childs a kol., 2020).

Psychologické změny během šestinedělí jsou stejně důležité jako ty fyziologické (Martin a kol., 2022). Matka může zažívat široké spektrum emocí, od radosti a vzrušení z nového života až po únavu, úzkost a v některých případech i depresivní stavy (Childs a kol., 2020). Významným faktorem je adaptace na novou roli matky, která přináší zodpovědnost a potřebu nepřetržitě péče o novorozence (Soma-Pillay, 2016).

Psychologické změny jsou často ovlivněny hormonálními výkyvy, nedostatkem spánku a nutností přizpůsobit se novým rodinným dynamikám. Podpora od partnera a širší rodiny je v této souvislosti velmi důležitá, protože může matce pomoci lépe zvládat stres a vypořádat se s náročnými požadavky mateřství. (Martin a kol., 2022)

1.1.2 Potřeby matky a dítěte během šestinedělí

Matka v šestinedělí potřebuje především dostatek odpočinku a spánku, aby se její tělo mohlo zotavit z fyzického stresu porodu. Není neobvyklé, že se cítí vyčerpaná, a proto je důležité, aby měla příležitost a zejména možnost pravidelně odpočívat. (Johnson, 2017)

Kromě odpočinku je důležité zajistit vyváženou stravu, která poskytne tělu potřebné živiny pro podporu hojení a tvorbu mateřského mléka. Velkou roli hraje také emocionální podpora. Matka může potřebovat prostor k vyjádření svých pocitů a obav, což lze usnadnit otevřenou komunikací s partnerem a dalšími blízkými (Janighorban, 2018). Podpora může zahrnovat i praktickou pomoc v domácnosti, aby se matka mohla plně soustředit na péči o novorozence a své vlastní zotavení (Johnson, 2017).

Novorozenec vyžaduje neustálou péči, která zahrnuje pravidelné krmení, přebalování a potřebu fyzického kontaktu. Kojení, pokud matka kojí, je častou a důležitou součástí šestinedělí, neboť poskytuje dítěti všechny potřebné živiny a posiluje vazbu mezi matkou a dítětem. Kromě fyzických potřeb je důležitý i pocit bezpečí a jistoty, který novorozenec získává prostřednictvím blízkého kontaktu s rodiči (Česká gynekologická a porodnická společnost, 2024).

Dítě rovněž potřebuje klidné a bezpečné prostředí, které mu umožní se adaptovat na nový svět mimo dělohu. Rutina a pravidelné rituály, jako je uspávání či koupání, pomáhají vytvořit pocit stability. (Martin a kol., 2022). Vytvoření podpůrného prostředí, které respektuje potřeby matky i dítěte, je nezbytné pro hladký průběh šestinedělí. Tato fáze je základním kamenem pro budoucí zdravý vývoj dítěte a pro posílení rodinných vztahů (Česká gynekologická a porodnická společnost, 2024).

1.2 Historie a současnost role otce v rodině

Role otce v rodině prošla v průběhu historie významnými změnami, které odrážejí širší společenské a kulturní transformace (Česká gynekologická a porodnická společnost, 2024). Zatímco tradiční pojetí otcovství bylo často spojováno s rolí hlavního živitele a autoritativní postavy v rodině, moderní přístup se soustředí na aktivní účast v každodenní péči o děti a poskytování emocionální podpory (Kaplan, Knoll, 2019).

1.2.1 Historický vývoj role otce

V minulosti byla role otce primárně definována jako zajišťovatele materiálních potřeb rodiny. Otcové byli obvykle vnímáni jako hlavní zdroj finanční stability, zatímco péče o děti a domácnost byla především úkolem matek. (Kaplan, Knoll, 2019).

Tato role byla posilována kulturními normami a ekonomickou strukturou společnosti, kde muži byli hlavními účastníky pracovního trhu (Jochmannová a kol., 2023).

Průmyslová revoluce a s ní spojené společenské změny ovlivnily také roli otce. Od mužů se očekávalo, že budou pracovat mimo domov, což vedlo ke snížení jejich přímé účasti na výchově dětí. V této době se role otce stále více spojovala s disciplínou a autoritou, což odráželo hierarchické uspořádání rodiny (Ratih a kol., 2021).

V průběhu 20. století, zejména v jeho druhé polovině, začala být role otce přehodnocována. Sociální hnutí, změny v postavení žen a narůstající povědomí o psychologických potřebách dětí vedly k posunu v chápání otcovství. Otcové začali být více zapojováni do emocionálního a pečovatelského aspektu rodinného života (Zoja, 2018).

V současnosti je role otce v rodině stále více vnímána jako rovnostářská a participativní (Jochmannová a kol., 2023). Otcové jsou podporováni v aktivní účasti na výchově dětí a v budování silných emocionálních vazeb (Ratih a kol., 2021). Tato změna odráží širší společenské snahy o rovnost pohlaví a uznání důležitosti otcovské role v emocionálním a psychologickém vývoji dítěte (Jochmannová a kol., 2023).

1.2.2 Moderní přístupy k otcovství

Moderní přístupy k otcovství zdůrazňují aktivní a rovnostářskou roli otců v rodině, která zahrnuje nejen finanční zajištění, ale také emocionální a pečovatelskou účast v každodenním životě dětí. Tyto přístupy odrážejí měnící se společenské normy a rostoucí důraz na rovnost pohlaví v rodině i v širší společnosti (Johansson, 2023).

Jedním z důležitých prvků moderního otcovství je aktivní účast otců na výchově a péči o děti (Johansson, 2023). Otcové jsou povzbuzováni k tomu, aby se podíleli na každodenních činnostech, jako je krmení, přebalování, koupání a uspávání dětí (Zoja, 2018).

Tato účast nejen posiluje vztah mezi otcem a dítětem, ale také podporuje rovnost v rozdělení rodinných povinností mezi partnery. Emocionální podpora a budování blízkého vztahu s dětmi jsou dalšími důležitými aspekty moderního otcovství. Otcové jsou vybízeni k tomu, aby byli otevření a dostupní pro své děti, poskytovali jim emocionální podporu a aktivně se podíleli na jejich sociálním a emocionálním vývoji (Lewington a kol., 2021).

Moderní přístupy také zahrnují flexibilitu v pracovní době a podmínkách, které umožňují otcům lépe sladit pracovní a rodinný život (Wanger, Zapf, 2022). Stále více zaměstnavatelů nabízí otcovskou dovolenou a flexibilní pracovní úvazky, a to otcům umožňuje trávit více času s rodinou a aktivně se podílet na výchově svých dětí (Lewington a kol., 2021).

1.2.3 Společenské stereotypy o roli otce

Navzdory pokrokům v chápání otcovství přetrvávají ve společnosti určité stereotypy, které mohou ovlivňovat vnímání a očekávání týkající se role otce v rodině (Cooper a kol., 2021).

Tyto stereotypy často vycházejí z tradičních představ o genderových rolích a mohou omezovat jak otce, tak jejich rodiny. Jedním z nejrozšířenějších stereotypů je představa otce jako primárního živitele rodiny. Tento stereotyp předpokládá, že hlavní odpovědností otce je finanční zajištění, zatímco péče o děti a domácnost je primárně úkolem matky (Ciaccio a kol., 2021).

I přes postupné změny ve vnímání otcovské role může tento tradiční pohled nadále ovlivňovat rozhodování rodin v oblasti rozdělení povinností a kariérních rozhodnutí. Dalším běžným stereotypem je vnímání otců jako méně schopných pečovatelů ve srovnání s matkami (Cooper a kol., 2021). Tento názor může mít za následek, že otcové jsou méně často zapojováni do každodenní péče o děti, a to může vést k tomu, že se v těchto rolích cítí méně sebejistí a kompetentní. Toto omezení může bránit jejich schopnosti vytvářet silné emocionální vazby s dětmi a plně se účastnit rodinného života a sdílet radosti a výzvy spojené s výchovou (Goldbergerová, 2022).

Společenské stereotypy o roli otce také často přehlíží rozmanitost rodinných struktur a různé přístupy k rodičovství (Ciaccio a kol., 2021). Otcové v jednopohlavních párech, adoptivní otcové nebo otcové, kteří zůstávají doma, mohou čelit předsudkům a nedostatku podpory, což může ovlivnit jejich zkušenosti s rodičovstvím (Cooper a kol., 2021).

Překonávání těchto stereotypů vyžaduje změnu vnímání otcovství jako dynamické a multifunkční role, která zahrnuje jak ekonomické, tak emocionální a pečovatelské aspekty (Goldbergerová, 2022).

1.3 Role otce v šestinedělí

Šestinedělí je stěžejní období po narození dítěte, kdy se rodina adaptuje na nové životní podmínky a role otce v tomto čase je nesmírně důležitá (Aperio, 2022). Otec může hrát zásadní roli v podpoře matky, která prochází jak fyzickými, tak emocionálními změnami. Jeho přítomnost a aktivní účast mohou významně přispět k rodinné harmonii a k lepšímu startu do života s novým členem rodiny (Gregora, Velemínský, 2017).

1.3.1 Podpora matky

V období šestinedělí je pro matku hlavní emoční, praktická a fyzická podpora, kterou jí může poskytnout partner. Změny hormonálních hladin spolu s novými povinnostmi mohou způsobit emoční nestabilitu a stres. Partner může být oporou tím, že naslouchá a poskytuje prostor pro sdílení pocitů a obav, což může matce pomoci lépe zvládat psychické výzvy tohoto náročného období (Samková, 2020).

Praktická pomoc je dalším důležitým aspektem otcovské podpory. Otec může přispět tím, že se aktivně zapojí do každodenní péče o dítě, například pomáhá s koupáním, přebalováním či uspáváním (Gill a kol., 2021). Dále může pomoci s domácími pracemi, jako je vaření, úklid nebo nákupy, a to umožní matce soustředit se na zotavení a péči o novorozence. Fyzická podpora zahrnuje vše od pomoci matce při vstávání z postele po podporu při kojení, například tím, že zajistí pohodlné prostředí (Cooper a kol., 2021).

Otec může také podpořit matku tím, že jí umožní dostatek odpočinku, což je důležité pro její zotavení a celkovou pohodu (Samková, 2020).

Role otce v šestinedělí není omezena pouze na fyzickou přítomnost. Jeho aktivní zapojení a podpora mohou významně ovlivnit pozitivní dynamiku v rodině a přispět k lepšímu psychickému a fyzickému zdraví matky (Cooper a kol., 2021).

Vytváření bezpečného a podpůrného prostředí v tomto citlivém období pomáhá nejen matce, ale také posiluje rodinné vazby a přispívá k harmonickému soužití s novorozencem (Cooper a kol., 2021).

1.3.2 Zapojení otce do péče o dítě

Otec může aktivně přispívat k péči o dítě prostřednictvím různorodých každodenních činností, které zároveň nabízejí příležitosti k posílení emocionálního pouta s dítětem (Ciaccio a kol., 2021).

Při zajišťování hygieny dítěte, jako je přebalování a koupání, se otec stává nedílnou součástí každodenní rutiny, a to dítěti poskytuje pocit bezpečí a jistoty (Gill a kol., 2021). Krmení, ať už jde o podávání lahvičky, nebo pomoc při kojení, je dalším způsobem, jak se otec může podílet na péči. Tím, že pomáhá při krmení, nejen podporuje matku, ale také si vytváří silné pouto s dítětem skrze blízký fyzický kontakt (Jochmanová a kol., 2023).

Uspávání dítěte a vytváření pravidelných rituálů před spaním, jako je čtení nebo zpívání, pomáhá dítěti vytvořit si stabilní režim, a to je nezbytné pro jeho pocit bezpečí a pohody (Ciaccio a kol., 2021).

Tyto společně prožívané momenty nejen utužují vztah mezi otcem a dítětem, ale také poskytují matce tolik potřebnou úlevu a možnost odpočinku (Gill a kol., 2021).

1.3.3 Význam přítomnosti otce pro vývoj dítěte

Aktivní zapojení otce v raném dětství přispívá k vytváření pevného a důvěrného vztahu, který dítěti poskytuje pocit bezpečí a jistoty (Jochmanová a kol., 2023). Otcova podpora a interakce stimulují u dítěte rozvoj komunikačních dovedností a podporují jeho sebevědomí. Děti, které mají pozitivní zkušenosti s otci, často vykazují lepší sociální dovednosti a schopnost navazovat vztahy s vrstevníky (Gill a kol., 2021).

1.3.4 Posilování partnerského vztahu a sdílení rodičovských kompetencí

Posilování partnerského vztahu a sdílení rodičovských kompetencí jsou klíčové prvky pro udržení harmonie v rodině během šestinedělí i po něm. Aktivní spolupráce a vzájemná podpora mezi partnery umožňují lépe zvládat výzvy spojené s péčí o novorozence (Wanger, Zapf, 2022).

Důležitým bodem je otevřená komunikace, jež partnerům umožňuje sdílet pocity, obavy a očekávání, což přispívá k vzájemnému porozumění a empatii. Společné rozhodování o rodičovských otázkách a sdílení odpovědnosti za péči o dítě posiluje partnerský vztah a vytváří pocit rovnosti a spolupráce (Gill a kol., 2021). Sdílení rodičovských kompetencí nejenže snižuje zátěž jednotlivých partnerů, ale také podporuje rozvoj jejich dovedností a sebevědomí v nové roli. Tím, že partneři pracují jako tým, vytvářejí stabilní a podpůrné prostředí pro dítě, a to má pozitivní dopad na jeho vývoj a celkovou pohodu rodiny (Jochmanová a kol., 2023).

1.4 Výzvy a překážky pro otce v šestinedělí

Období šestinedělí přináší pro otce řadu specifických výzev a překážek, které mohou ovlivnit jejich schopnost efektivně podporovat partnerku a pečovat o novorozence (Gill a kol., 2021). Kromě nedostatku informací se otcové často potýkají s tlakem na vyvážení pracovního a rodinného života, a to může být náročné, zejména pokud nemají možnost čerpat rodičovskou dovolenou (Kaplan, Knoll, 2019).

Emoční náročnost tohoto období může být pro otce také překvapivá, protože se musí adaptovat na nové rodinné dynamiky a zvyknout si na změny v partnerském vztahu (Gill a kol., 2021).

1.4.1 Nedostatek informací o šestinedělí

Nedostatek informací o šestinedělí je pro otce značnou výzvou, která může ovlivnit jejich schopnost efektivně se zapojit do rodinného života v tomto kritickém období (Januško, Janušková, 2022).

Šestinedělí je doba, kdy matka prochází fyzickými, emocionálními a hormonálními změnami, zatímco se rodina adaptuje na příchod nového člena (Kaplan, Knoll, 2019). Otcové, kteří nemají dostatečné informace, mohou pociťovat nejistotu ohledně své role a toho, jak mohou nejlépe podpořit svou partnerku a pečovat o novorozence. Mnozí otcové mohou mít pocit, že jsou z tohoto procesu vynecháni, a to může vést k frustraci a pocitu bezmocnosti. Tento nedostatek informovanosti může být způsoben tím, že tradičně byla větší pozornost zaměřena na matku a dítě, zatímco role otců nebyla tolik zdůrazňována. Nicméně se stále více uznává důležitost aktivního zapojení otců v rané fázi vývoje dítěte, a jejich potřeby se tak stávají stále více brány v úvahu (Farley, 2023).

Pro otce je podstatné mít přístup k informacím, které jim pomohou pochopit, co přesně šestinedělí obnáší, jaké změny může jejich partnerka prožívat a jaké jsou potřeby novorozence (Bowles a kol., 2022). Praktické rady ohledně pomoci s kojením, péčí o dítě a podpory matky mohou být velmi užitečné. Zdroje jako knihy, online články, video tutoriály, kurzy pro nastávající rodiče a konzultace s odborníky mohou poskytnout cenné poznatky. Kromě toho mohou otcové hledat podporu ve skupinách pro novopečené rodiče, kde mohou sdílet zkušenosti a získat různé pohledy na to, jak se vypořádat s výzvami tohoto období. Taková podpora může pomoci otcům cítit se sebevědomějšími a lépe připravenými na svou roli (Farley, 2023).

1.4.2 Poporodní deprese u mužů a její dopad

Poporodní deprese je často spojována především s matkami, avšak i otcové mohou tímto stavem trpět, ačkoli se o tom mluví méně (Bowles, 2022). U mužů se poporodní deprese může projevit v důsledku několika faktorů, jako je stres z nové rodičovské role, změny v partnerském vztahu nebo tlak na finanční zabezpečení rodiny (Bowles, 2022).

Přestože se příznaky mohou lišit, mezi běžné patří podrážděnost, úzkost, únava, ztráta zájmu o aktivity, které dříve bavily, a problémy se spánkem. Dopad poporodní deprese u mužů může být značný, ovlivňuje nejen jejich vlastní pohodu, ale také dynamiku celé rodiny (Malík, 2025).

Depresivní otec může mít potíže se zapojením do péče o dítě, což může vést k pocitu odcizení jak od partnerky, tak od dítěte. Tím, že je tento problém často přehlížen, muži mohou cítit stud nebo se obávat vyhledat pomoc, a to může stav dále zhoršovat. Pro řešení poporodní deprese u mužů je nutné zvýšit povědomí o tom, že jde o reálný a vážný problém. Otcové by měli mít přístup k informacím a zdrojům, které jim pomohou rozpoznat příznaky deprese a pochopit, že hledání pomoci je důležitým krokem k uzdravení (Bowles, 2022).

1.4.3 Nároky na otce v pracovním a rodinném prostředí

Současná společnost klade na otce vysoké nároky jak v pracovním, tak rodinném prostředí, a to může být zdrojem stresu a vyčerpání. Otcové se často ocitají v situaci, kdy musí balancovat mezi požadavky zaměstnavatele a potřebami své rodiny, zejména po narození dítěte. V pracovním prostředí je na ně vyvíjen tlak, aby zůstali produktivní a plně se věnovali své kariéře, což může být obtížné v době, kdy doma potřebují být více přítomni (Martin, 2022).

Tato dvojí role může vést k pocitům viny a nedostatečnosti, pokud mají otcové pocit, že v jedné oblasti selhávají. Otcové mohou cítit napětí mezi očekáváním být finančním poskytovatelem a touhou být aktivně zapojeni do výchovy svých dětí. Nicméně, s rostoucím uznáváním významu rovnoměrného zapojení otců do péče o děti, se tlak na jejich přítomnost a podporu v domácnosti stále zvyšuje (Kaplan, Knoll, 2019).

Aby otcové zvládali tyto nároky, je důležité, aby měli přístup k flexibilním pracovním možnostem, jako je práce na dálku nebo flexibilní pracovní doba. To jim umožní lépe sladit pracovní a rodinné povinnosti. Podpora ze strany zaměstnavatelů, například poskytováním rodičovských dovolených pro otce, může významně přispět k vyváženějšímu životnímu stylu (Martin, 2022).

1.4.4 Narušená intimita a Madonin komplex

Narození dítěte přináší do partnerského vztahu mnoho změn, které mohou ovlivnit i intimní život páru. Jedním z fenoménů, který může narušit intimitu mezi partnery, je takzvaný Madonin komplex. Tento psychologický jev popisuje stav, kdy muž začne vnímat svou partnerku především jako matku, a to může vést ke snížení sexuální přitažlivosti (Hertler a kol., 2023).

Tato změna vnímání může vycházet z hluboce zakořeněných kulturních a psychologických představ o mateřství, které neslučují mateřskou roli se sexualitou, narušená intimita v důsledku Madonina komplexu může způsobit napětí a frustraci v partnerském vztahu. Ženy se mohou cítit odmítané a nepochopené, zatímco muži mohou pociťovat vinu a zmatení z vlastních pocitů. Tento stav může být umocněn únavou a stresem z péče o novorozence, a to dále komplikuje schopnost páru udržovat blízkost a intimitu. Pro překonání těchto problémů je stěžejní otevřená a upřímná komunikace mezi partnery (Hamplová, Kyša, 2015).

Je důležité, aby oba partneři sdíleli své pocity a obavy, aniž by se báli odsouzení. Práce na emocionální intimitě a vzájemné podpoře může pomoci obnovit narušenou důvěru a přitažlivost (Emir, 2024). Páry by měly hledat způsoby, jak si vyhradit čas pro sebe, a to

i v rámci náročného rodinného režimu, což může zahrnovat drobné romantické gesto nebo společně strávený čas bez dětí (Emir, 2024).

Pokud je situace obtížně řešitelná vlastními silami, může být užitečné vyhledat pomoc odborníka, jako je terapeut nebo poradce, který může poskytnout strategie a nástroje pro zlepšení intimního života. Tím, že se partneři snaží pochopit a překonat Madonin komplex, mohou posílit svůj vztah a vytvořit zdravější a pevnější partnerské vazby (Hamplová, Kyša, 2015).

1.5 Podpora otce během šestinedělí z pohledu porodní asistentky

Období šestinedělí je časem významných změn a adaptace pro novopečené rodiče. Role otce v tomto období je klíčová, a proto je důležité, aby byl na tuto novou výzvu dobře připraven. Porodní asistentky hrají důležitou roli v poskytování podpory a informací, které mohou otcům pomoci zvládnout toto náročné období. Jednou z možností přípravy na šestinedělí je účast na předporodních kurzech (Leahy-Warren a kol., 2023).

Tyto kurzy nabízejí otcům příležitost seznámit se s praktickými aspekty péče o novorozence, jako je přebalování, koupání nebo ukládání ke spánku. Zároveň poskytují prostor pro diskusi o emocionálních a psychologických změnách, které mohou nastat (Childs a kol., 2020).

Účast na těchto kurzech může otcům pomoci získat větší sebejistotu ve své nové roli a připravit se na různé situace, které mohou nastat. Porodní asistentky mohou také poskytnout doporučení pro zvládání stresu a nejistoty, které jsou běžné v rané fázi rodičovství. Podpora může zahrnovat techniky zvládání stresu, jako je hluboké dýchání, meditace nebo fyzická aktivita, které mohou pomoci udržet psychickou rovnováhu. Důležité je také podporovat otevřenou komunikaci mezi partnery, což pomáhá sdílet obavy a posilovat vzájemné porozumění (Roztočil, 2017).

Otcové by měli být povzbuzováni k tomu, aby si vyhradili čas na odpočinek a péči o sebe, což je často opomíjeno, ale nezbytné pro udržení fyzické i duševní pohody. Porodní asistentky mohou navrhnout praktické strategie, jak integrovat tyto chvíle do každodenního života, a pomoci tak předcházet vyhoření (Leahy-Warren a kol., 2023).

Podpora ze strany porodní asistentky může také zahrnovat povzbuzení otců, aby se aktivně podíleli na péči o dítě, čímž se posílí jejich vazba s novorozencem a zároveň se uleví matce. Tím, že otcové získají dovednosti a sebedůvěru v péči o dítě, mohou výrazně přispět k harmonickému rodinnému prostředí (Leahy-Warren a kol., 2023).

1.5.1 Účast na předporodních kurzech

Účast otců na předporodních kurzech je považována za důležitý prvek v přípravě na příchod nového člena rodiny (Roztočil, 2017, s. 156). Během těchto kurzů je kladen důraz na praktické dovednosti, které jsou nezbytné pro každodenní péči o novorozence, jako je přebalování, koupání a ukládání dítěte ke spánku (Leahy-Warren a kol., 2023).

Otcové jsou seznamováni s technikami a způsoby, které jim umožňují zhostit se těchto úkolů s jistotou a dovedností. V kurzech je také věnována pozornost tomu, jak správně manipulovat s novorozencem a jak reagovat na jeho základní potřeby (Roztočil, 2017). Tyto praktické dovednosti jsou prezentovány prostřednictvím demonstrací a simulací reálných situací, a to přispívá k lepší připravenosti otců. Kurzy poskytují prostor pro otázky a diskusi, čímž je umožněno účastníkům vyjasnit si případné nejasnosti a obavy (Leahy-Warren a kol., 2023).

„Účastníci kurzů jsou vybaveni informacemi, které jim pomáhají rozptýlit nejistoty a poskytnou nástroje pro efektivní podporu matky, která prochází šestinedělím.“ (Leahy-Warren a kol., 2023, s. 16).

Tímto způsobem je podpora otců v jejich roli posílena, a to přispívá k vytvoření harmonického a stabilního prostředí pro celou rodinu. Dlouhodobým cílem těchto kurzů je zajistit nejen praktickou vybavenost otců, ale také emocionální připravenost na změny, které s sebou rodičovství přináší (Emir, 2024).

1.5.2 Zvládání stresu a emocionální podpora

Během období šestinedělí je klíčové soustředit se na zvládání stresu a poskytování emocionální podpory, přičemž otcové hrají v tomto ohledu důležitou roli. Porodní asistentky zde mohou představit různé techniky, které otcům pomáhají udržovat psychickou a emoční rovnováhu v tomto náročném období (Bowles a kol., 2022).

Mezi základní techniky patří hluboké dýchání a meditace, které jsou používány ke snížení stresu a napětí. Otcům je doporučováno osvojit si tyto techniky, aby mohli lépe čelit každodenním výzvám spojeným s rodičovstvím (Jochmanová a kol., 2023). Hluboké dýchání, jako jedna z nejjednodušších metod, podporuje okamžité uklidnění a relaxaci, ať už v momentě zvýšeného stresu či nervozity (Bowles a kol., 2022).

Meditace, na druhé straně, umožňuje otcům nejen krátkodobé uvolnění, ale také dlouhodobé snížení úrovně stresu tím, že poskytuje nástroj k lepšímu ovládnutí svých emocí a myšlenek. Kromě individuálních technik zvládání stresu je významné také zaměření na partnerskou komunikaci. Otevřená a upřímná komunikace mezi partnery je nezbytná pro sdílení obav a napomáhá posílení vzájemného vztahu. Otcové jsou podporováni v tom, aby aktivně naslouchali svým partnerkám a sdíleli s nimi také své vlastní pocity a obavy. Porodní asistentky často doporučují páru vyhrazený čas na společný rozhovor bez rušivých vlivů, kde lze otevřeně hovořit o probíhajících změnách a pocitech. Tento důraz na efektivní komunikaci a vzájemnou podporu napomáhá vytvářet pevný základ pro ošetření jakýchkoli potenciálních konfliktů či nedorozumění, a přispívá ke zdraví emočního stavu obou partnerů (Jochmanová a kol., 2023).

Tímto způsobem je zajištěno, že rodina vstupuje do nové životní fáze s co nejmenším stresem a s pocitem jednoty a sdílené odpovědnosti (Bowles a kol., 2022).

1.5.3 Informace o podpoře kojení

Podpora kojení je oblastí, ve které mohou otcové sehrát významnou roli, a to nejen v praktickém, ale i emocionálním ohledu. Otcové mohou výrazně přispět k úspěšnému kojení tím, že se zaměří na vytváření klidného a podporujícího prostředí pro matku (Zoja, 2018).

Jednou z hlavních rolí otců je zajistit, aby matka měla optimální podmínky pro kojení. To zahrnuje vytvoření klidného prostředí bez rušivých vlivů, ve kterém se matka může plně soustředit na kojení. Otcové mohou snížit stres a nepříjemnosti tím, že se postarají o komfort matky, například připravením pohodlného křesla nebo podložek, aby bylo kojení co nejpohodlnější (Agraval a kol., 2022).

Mimoto mohou hlídat, aby matka měla neustále k dispozici vše potřebné, například polštáře na kojení, kojenecké podprsenky nebo kapesníky. Emocionální podpora je dalším důležitým aspektem, ve kterém mohou otcové přispět (Zoja, 2018).

Během procesu kojení se matky často setkávají s různými problémy a nejistotami, a proto je důležitá otevřená komunikace (Agraval a kol., 2022). Otcové mohou aktivně poslouchat, povzbuzovat a poskytovat podporu v obdobích, kdy může matka čelit obtížím, a to jak fyzickým, tak emocionálním. Povzbuzení a ujišťování může matce pomoci překonat nejistotu a posílit její důvěru ve schopnost kojit (Childs a kol., 2020).

Role otců je podporovat kojení skrze poskytování praktických řešení a emocionálního zázemí, která společně přispívají nejen k úspěchu kojení, ale také k posílení vzájemného vztahu mezi partnery a k dobré náladě matky, což je zásadní pro pohodu celé rodiny (Agraval a kol., 2022).

1.5.4 Hygienické návyky a péče o novorozence

Hygienické návyky jsou další důležitou povinností při péči o novorozence, protože přispívají k ochraně dítěte před možnými infekcemi a nemocemi. Otcové hrají významnou roli v zajišťování hygieny a čistoty prostředí, ve kterém novorozenec tráví čas a měli by si osvojit několik důležitých praktik (Kachlová a kol., 2022).

Jednou z hlavních hygienických činností je přebalování. Otcové by měli dbát na pravidelnou kontrolu plenek a jejich okamžité výměně, jakmile jsou plné nebo špinavé. To může zahrnovat přípravu přebalovacího stolu nebo stanoviště s veškerými potřebnými věcmi, jako jsou čisté plenky, vlhčené ubrousky, krémy proti opruzeninám a sáčky na likvidaci použitých plen (Agraval a kol., 2022).

Před a po každém přebalování by si měli otcové důkladně umývat ruce teplou vodou a mýdlem, aby zabránili šíření choroboplodných zárodků (Kachlová a kol., 2022). Kromě přebalování by otcové měli také zajišťovat čistotu prostředí, ve kterém dítě žije. Patří sem pravidelné úklidové práce, jako je utírání prachu, vysávání podlah a dezinfekce povrchů v dětském pokoji a dalších prostorách, které dítě používá. Rovněž je důležité dbát na čistotu hraček a dalších předmětů, s nimiž novorozenec přichází do styku, ty by měly být pravidelně omývány a dezinfikovány (Zoja, 2018). Péče o novorozence zahrnuje také hygienické praktiky při koupání dítěte (Luceda.cz, 2018).

Otcové by měli připravit vše potřebné před koupáním, včetně teploměru pro sledování teploty vodní lázně, měkkých ručníků, jemného dětského mýdla nebo šamponu. Je nezbytné udržovat bezpečné prostředí při koupání, nikdy nenechávat dítě v lázni bez dozoru a po koupání jej řádně osušit, aby nedošlo k prochladnutí (Kachlová a kol., 2022).

Osvojením těchto hygienických návyků přispívají otcové k vytvoření zdravého a čistého prostředí, které podporuje pohodu a zdravý vývoj novorozence. Tím, že aktivně přispívají k denní péči, ukazují otcové svou angažovanost a zodpovědnost vůči rodině jako celku (Zoja, 2018).

1.5.5 Sexualita po porodu

Po porodu dochází k mnoha změnám, které mohou ovlivnit sexuální život páru. Fyzické změny, emocionální výkyvy a nové povinnosti spojené s péčí o novorozence mohou přinést výzvy, pokud jde o intimní život. Důležité je mít na paměti, že každá žena a každý pár je jiný a přístupy k obnově intimity mohou být různé (Kachlová a kol., 2022).

Jedním z důležitých bodů je porozumění a trpělivost, žena po porodu prochází fyzickými změnami, jako je hojení poševní tkáně, hormonální změny a změny tělesného obrazu, které mohou ovlivnit touhu a komfort při sexuální aktivitě (Hudáková, Kopáčková, 2017).

Je důležité, aby páry poskytly dostatek času pro fyzické a emocionální uzdravení a znovuoobnovení intimity. Poradenství pro obnovení intimity zahrnuje postupné zkoušení a zkoumání nových způsobů, jak se znovu sblížit. Zaměřením se na jiné formy vyjádření lásky a blízkosti, jako jsou objímání, líbání nebo vzájemné masáže, může pomoci vybudovat ztracenou intimitu (Kachlová a kol., 2022). Otec by měl být povzbuzen, aby aktivně sledoval signály od partnerky a reagoval na její potřeby a komfort. Otevřená komunikace je důležitým prvkem při znovuzískávání intimity. Sdílení pocitů, potřeb a očekávání v souvislosti se sexuálním životem umožňuje oběma partnerům lépe pochopit situaci a hledat společná řešení (Hudáková, Kopáčková, 2017).

Důležité je neváhat si promluvit o jakýchkoli obavách nebo nejistotách, a to s respektem a porozuměním. Tato komunikace vytváří prostor pro vzájemnou podporu a posilňuje emocionální vazbu mezi partnery (Wanger, Zapf, 2022).

2 Výzkumná část

2.1 Cíl výzkumu a výzkumné otázky

Cíl: Analyzovat roli otce v období šestinedělí a zjistit, jak muži vnímají své zkušenosti a změny po narození dítěte.

Výzkumná otázka č. 1 - Jak se otcové zapojují do péče o novorozence a domácnost v období šestinedělí?

Výzkumná otázka č. 2 - Jak otcové hodnotí podporu, kterou dostávali od své partnerky, rodiny nebo přátel v období šestinedělí?

Výzkumná otázka č. 3 – Jak ovlivňuje narození dítěte partnerský vztah a intimitu?

2.2 Metodika výzkumu

Data pro výzkumnou část bakalářské práce byla získána prostřednictvím kvantitativního výzkumu formou anonymního dotazníkového šetření. Dotazník vlastní tvorby (viz. příloha č. 1) byl distribuován online prostřednictvím platformy Survio. Následně byl sdílen mezi známými. Papírová forma s QR kódem byla předána ženám v Gynekologické ambulanci MUDr. Šustera v Jihlavě, kde jsem zaměstnaná. Ženy poté QR kód předaly partnerům. Dotazník byl určen výhradně pro muže, kterým se narodilo dítě v období od ledna 2022 do února 2025. Celkem obsahoval 22 otázek. Většina otázek byla výhradně uzavřená, přičemž některé umožňovaly jednu možnou odpověď (13) a jiné více odpovědí (9). Na začátku dotazníku byly uvedeny informace o účelu výzkumu a byla zdůrazněna anonymita respondentů.

2.3 Charakteristika výzkumného vzorku

Výzkumného šetření se zúčastnilo celkem 100 mužů, kteří splňovali stanovené kritérium – narození dítěte ve vymezeném období. Všechny vyplněné dotazníky byly použité pro výzkum a byly zahrnuty do analýzy dat.

2.4 Popis a průběh výzkumu

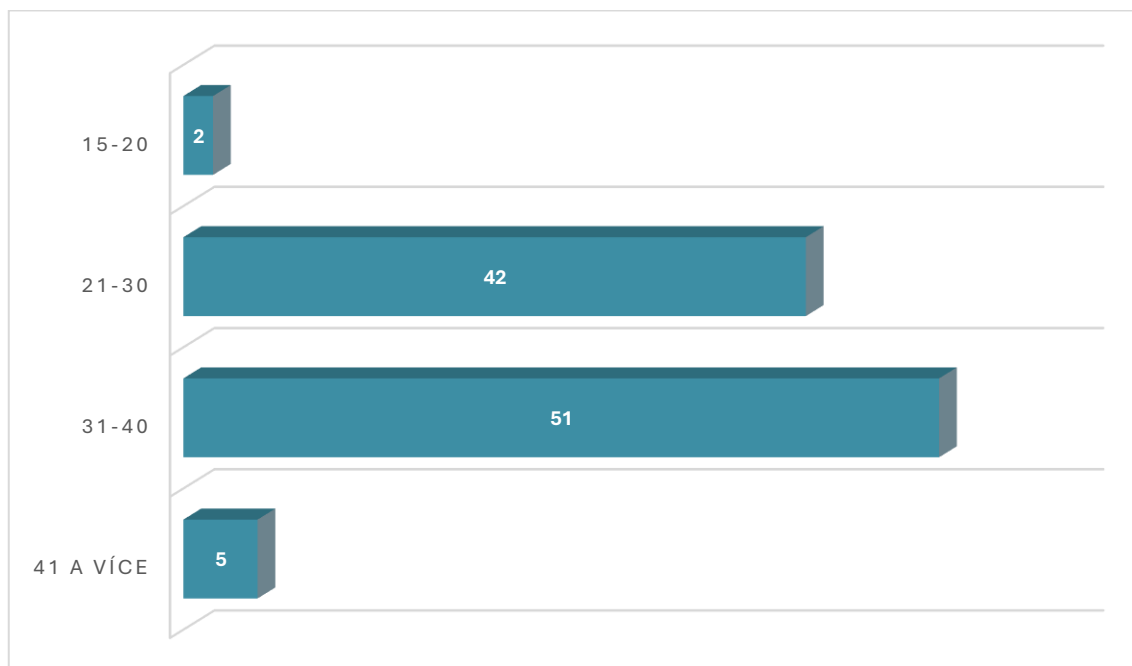
Sběr dat probíhal prostřednictvím online dotazníku na platformě Survio. Odkaz na dotazník byl distribuován prostřednictvím osobních kontaktů a rozdán ženám v Gynekologické ambulanci MUDr. Šustera v Jihlavě kde pracuji, které následně dotazník předaly partnerům. Respondenti měli možnost dotazník vyplnit v jim vyhovujícím čase a prostředí. Dotazníkové šetření probíhalo od 23. října 2024 do 10. března 2025.

2.5 Zpracování získaných dat

Získaná data byla zpracována pomocí programu Microsoft Office Excel, kde byly vytvořeny grafy a tabulky pro přehlednou vizualizaci výsledků. Textová část práce byla zpracována v programu Microsoft Office Word.

2.6 Výsledky dotazníkového šetření

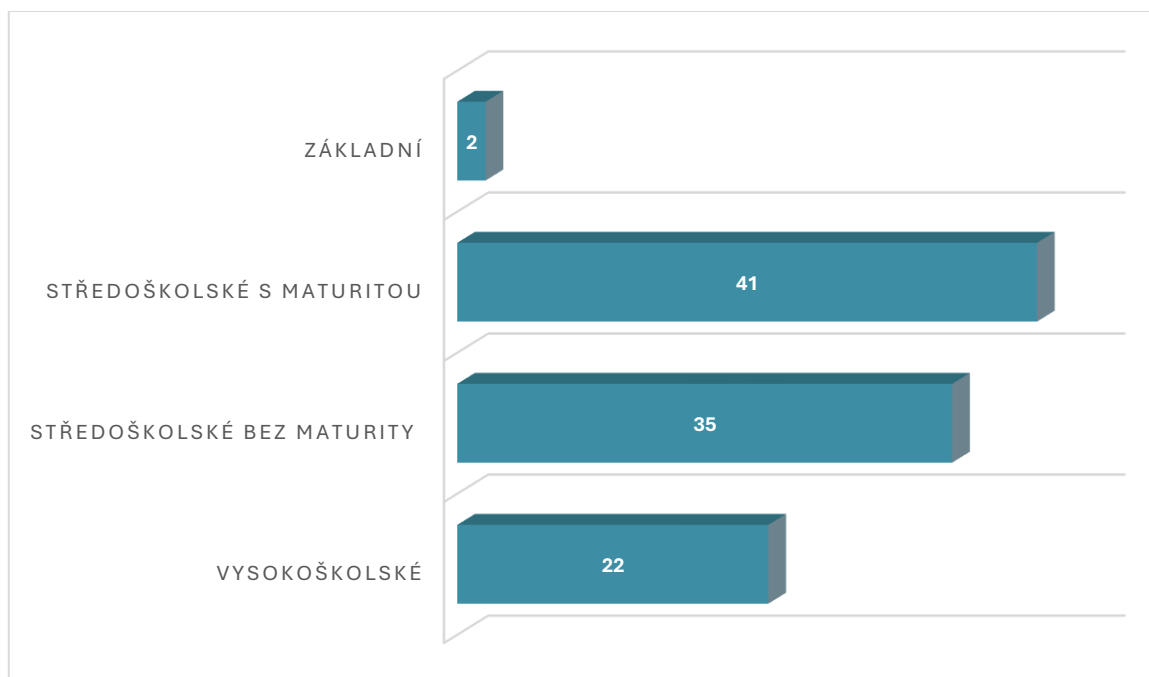
Otázka č. 1: Kolik Vám bylo let, když se narodilo Vaše dítě?



Graf 1 Věk

Přiložený graf zobrazuje věkovou strukturu otců v okamžiku narození jejich dítěte. Na tuto otázku odpovědělo celkem 100 mužů. Nejvíce respondentů, konkrétně 51 (51 %) mužů, uvedlo, že jim bylo mezi 31 a 40 lety. Druhou nejčastější věkovou skupinou byli muži ve věku 21–30 let, kterých bylo 42 (42 %). Pouze 2 (2 %) muži odpověděli, že jim bylo mezi 15 a 20 lety, a 5 (5 %) mužů uvedlo, že jim bylo 41 a více let.

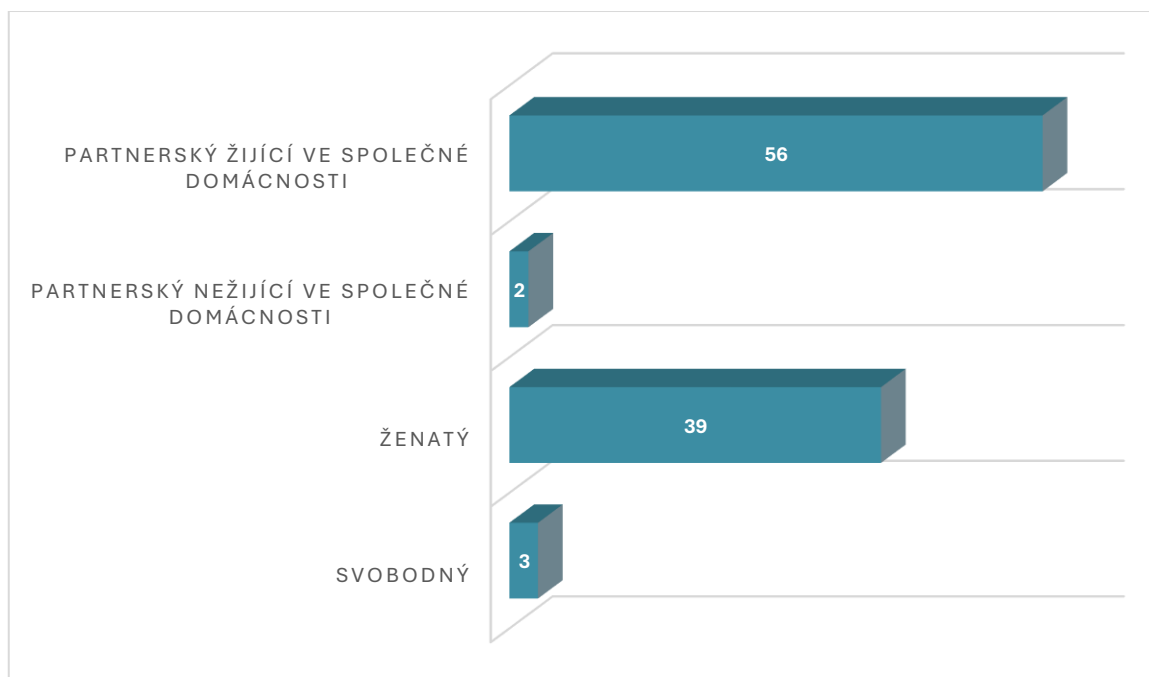
Otázka č. 2: Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?



Graf 2 Vzdělání

Druhá otázka se týkala úrovně dosaženého vzdělání mužů, kteří se zúčastnili dotazníkového šetření. Na tuto otázku odpovědělo 100 respondentů. Největší skupinu tvořili muži se středoškolským vzděláním s maturitou, kteří představovali 41 (41 %) respondentů. Druhou nejčastější odpovědí bylo středoškolské vzdělání bez maturity, které uvedlo 35 (35 %) mužů. 22 (22 %) mužů uvedlo, že mají vysokoškolské vzdělání, avšak pouze 2 (2 %) muži odpověděli, že mají základní vzdělání.

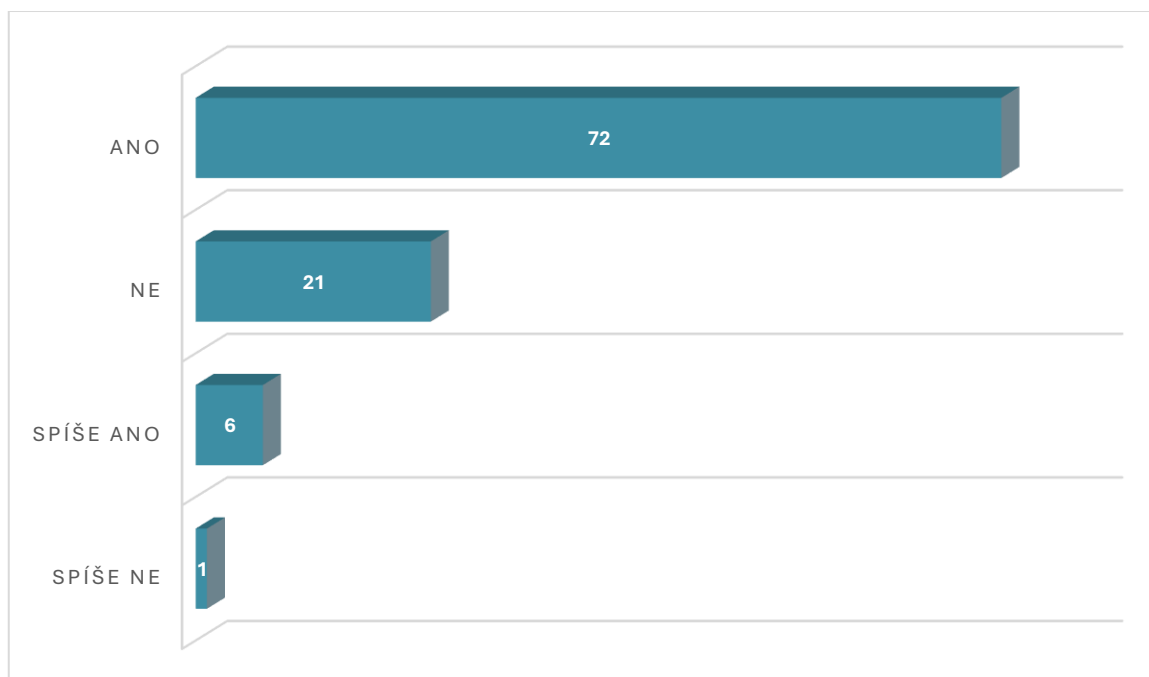
Otázka č. 3: Jaký byl Váš rodinný stav, když se narodilo Vaše dítě?



Graf 3 Rodinný stav

V otázce č. 3 jsme se mužů ptali, jaký byl jejich rodinný stav v době narození jejich dítěte. Na tuto otázku odpovědělo celkem 100 mužů. Největší skupinu tvořili muži, kteří žili v partnerském vztahu ve společné domácnosti, což uvedlo 56 (56 %) mužů. Ženatých bylo 39 (39 %) mužů. Pouze 2 (2 %) muži uvedli, že byli v partnerském vztahu, ale nežili ve společné domácnosti. Tři (3 %) muži byli svobodní v době narození dítěte.

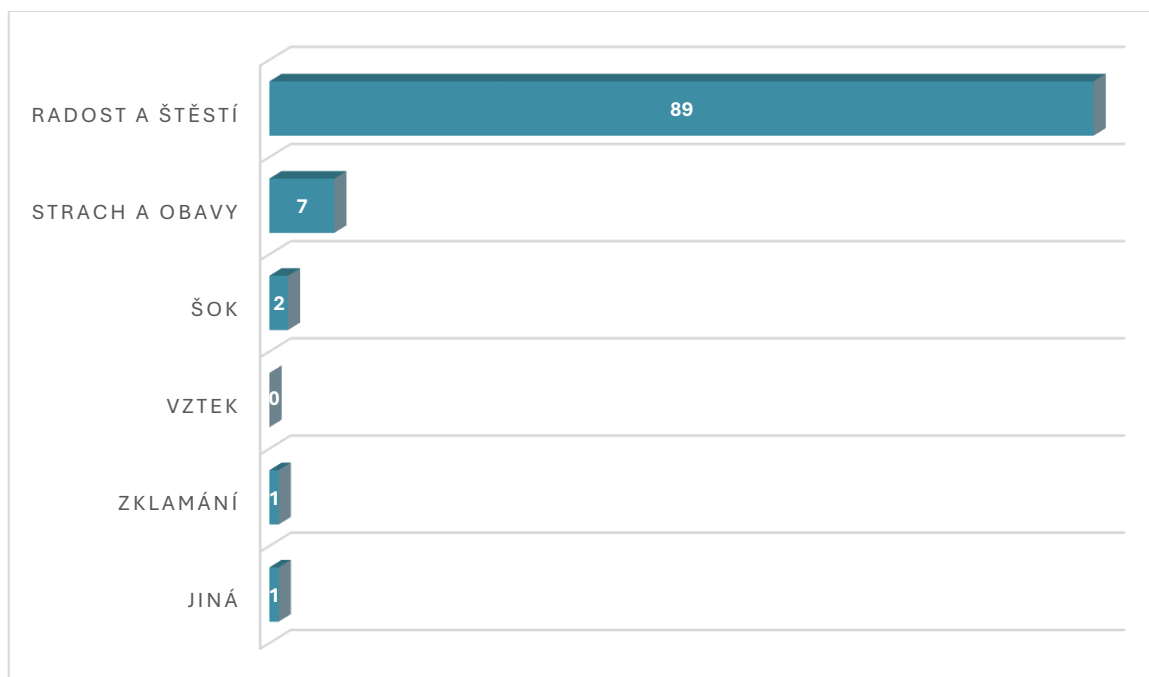
Otázka č. 3: Bylo těhotenství Vaší partnerky plánované?



Graf 4 Plánované těhotenství

Čtvrtá otázka pojednávala o tom, zda bylo těhotenství respondentovy partnerky plánované. Na tuto otázku odpovědělo 100 mužů. Nejvíce z nich (72, 72 %) uvedlo, že těhotenství jejich partnerky bylo plánované. Neplánované těhotenství přiznalo 21 (21 %) mužů. Šest (6 %) respondentů odpovědělo, že těhotenství bylo spíše plánované, pouze 1 (1 %) muž uvedl, že těhotenství bylo spíše neplánované.

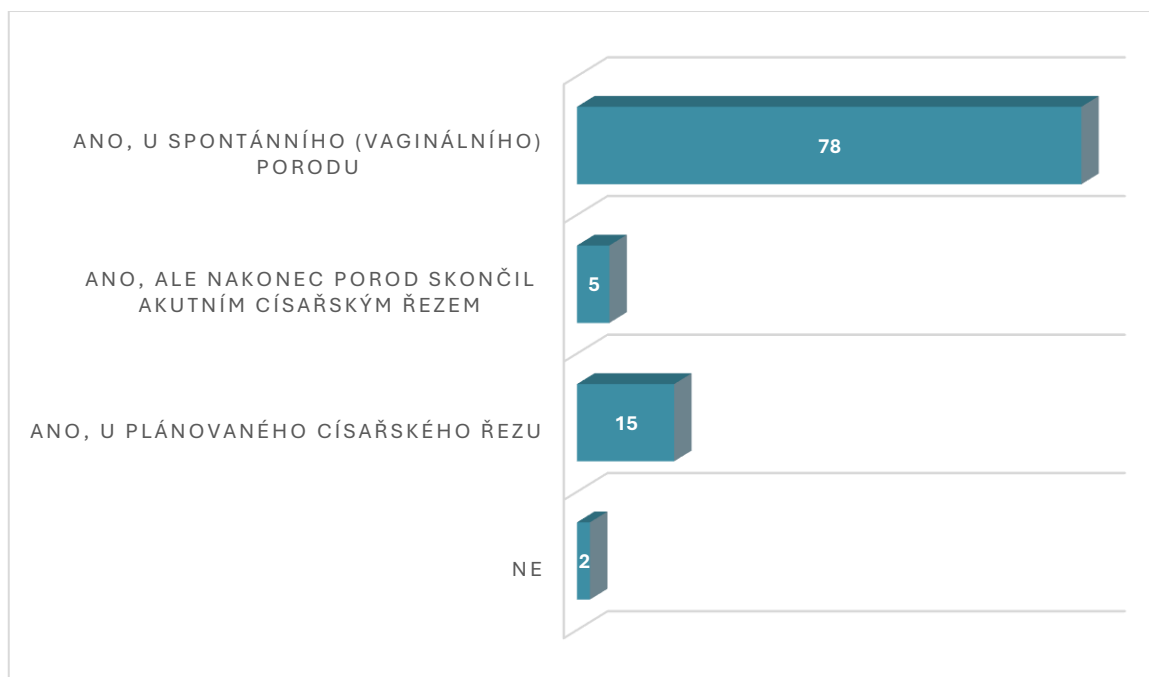
Otázka č. 5: Jaká byla Vaše reakce na otěhotnění Vaší partnerky?



Graf 5 Reakce na otěhotnění

V páté otázce jsme se respondentů ptali, jak reagovali na to, když zjistili, že je jejich partnerka těhotná. Na otázku muži mohli odpovědět jednu nebo více odpovědí. Celkově bylo zaznamenáno 100 odpovědí, tudíž každý muž zvolil jen 1 odpověď. Největší část respondentů, konkrétně 89 (89 %) mužů, reagovala na otěhotnění partnerky radostí a štěstím. Sedm (7 %) mužů uvedlo, že jejich první pocity byly strach a obavy. Dva (2 %) muži byli šokovaní a žádný (0 %) respondent neuvedl vztek. Jeden (1 %) muž zažil zklamání. Stejně tak 1 (1 %) muž odpověděl "jiná".

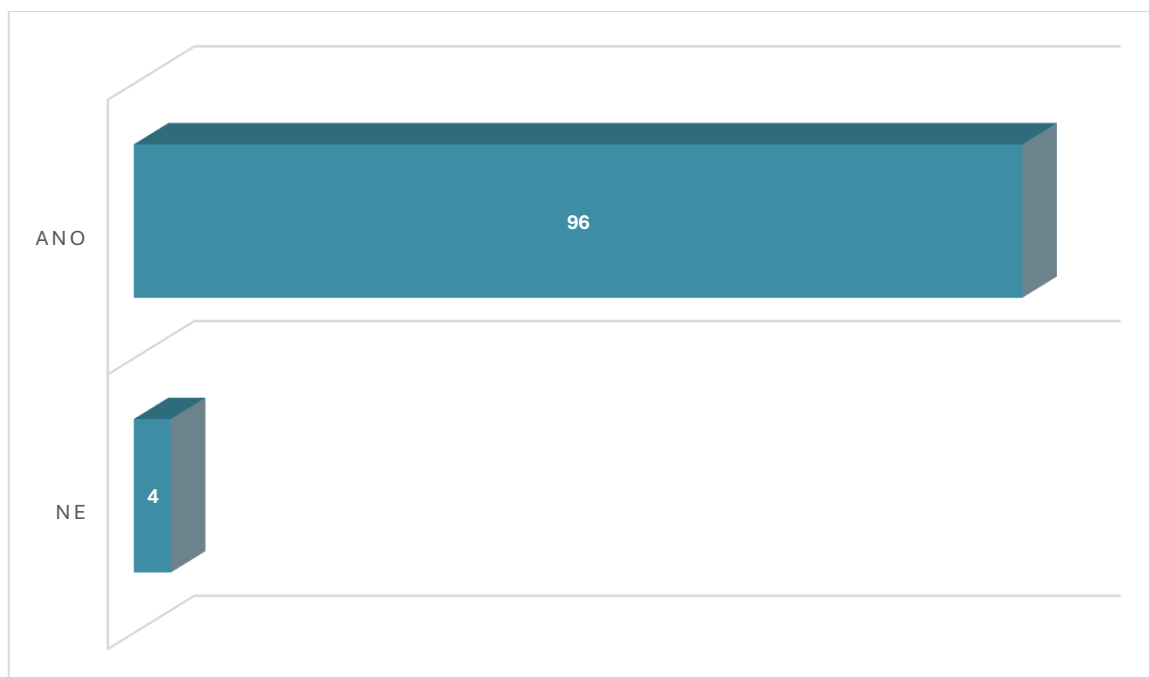
Otázka č. 6: Byl jste přítomen u porodu?



Graf 6 Přítomnost u porodu

V další otázce jsme se respondentů ptali, zda byli přítomni u porodu. Do nejpočetnější skupiny patřili muži, kteří uvedli, že byli u spontánního (vaginálního) porodu - 78 (78 %). Pět (5 %) mužů zažilo situaci, kdy byli u porodu přítomni, přičemž nakonec porod skončil akutním císařským řezem. 15 (15 %) mužů bylo u plánovaného císařského řezu. Pouze 2 (2 %) muži nebyli přítomni u porodu vůbec.

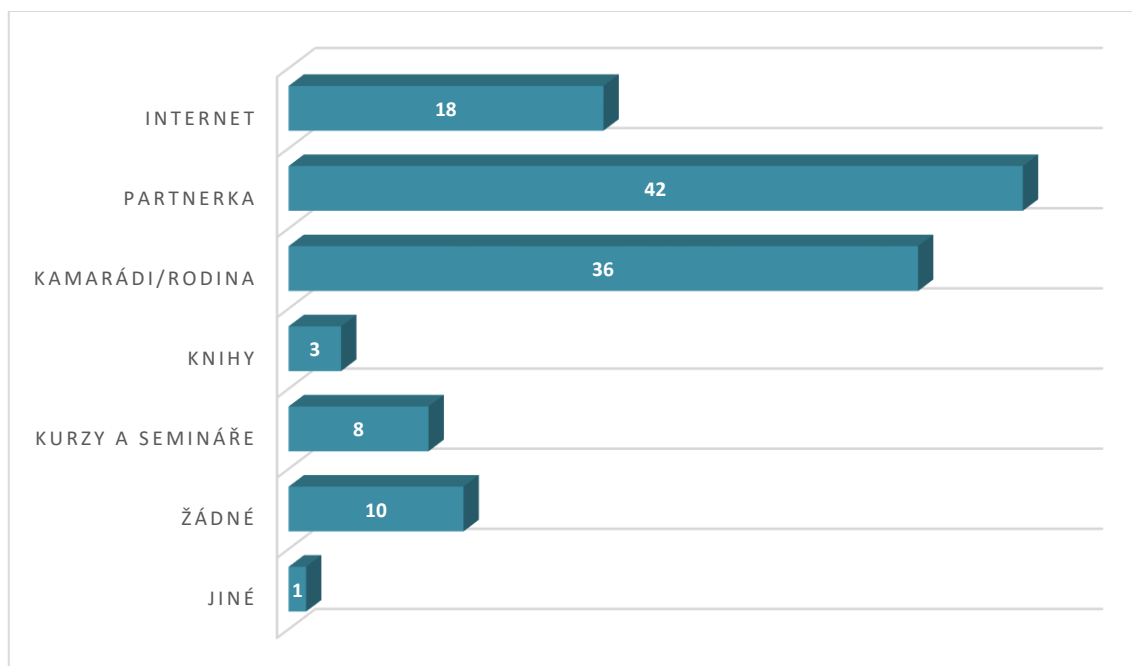
Otázka č. 7: Měl jste možnost zůstat s partnerkou po návratu z porodnice několik dní doma?



Graf 7 Možnost zůstat doma

V sedmé otázce nás zajímalo, zda měli muži možnost zůstat s partnerkou doma několik dní po jejím návratu z porodnice. Odpověď "ano" zvolilo 96 (96 %) mužů, což znamená, že většina respondentů měla tuto příležitost. Naopak 4 (4 %) muži uvedli, že tuto možnost neměli.

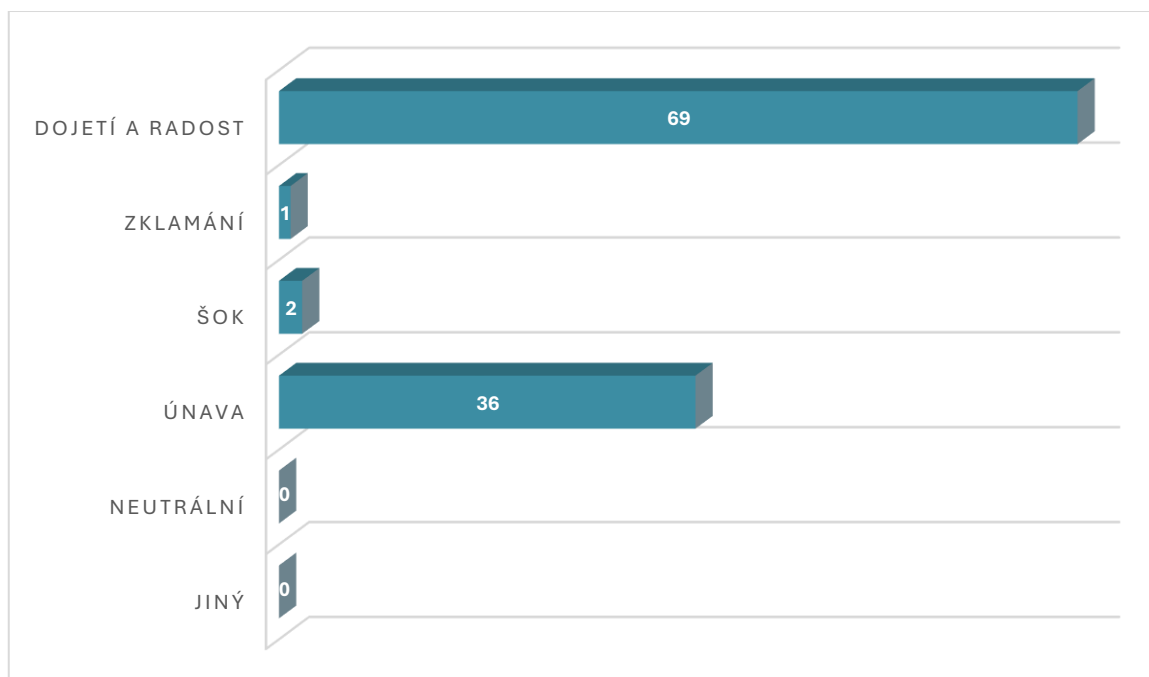
Otázka č. 8: Jaké zdroje informací jste využíval pro přípravu na otcovství?



Graf 8 Zdroje informací

Graf č. 8 se týká zdrojů informací pro přípravu na otcovství. Odpovědělo celkem 100 respondentů. Vzhledem k možnosti zvolit více odpovědí bylo celkově zaznamenáno 118 odpovědí. Nejčastějším zdrojem informací byla partnerka, kterou uvedlo 42 (38,59 %) mužů. Druhým nejvyužívanějším zdrojem byli kamarádi a rodina, které zmínilo 36 (30,51 %) respondentů. Informace z internetu čerpalo 18 (15,25 %) mužů. Žádné zdroje informací nevyužívalo 10 (8,47 %) mužů. Kurzy a semináře navštěvovalo 8 (6,78 %) respondentů. Knihy jako zdroj informací využívali 3 (2,54 %) muži a jiný, než uvedený zdroj zaznamenal 1 (0,85 %) respondent.

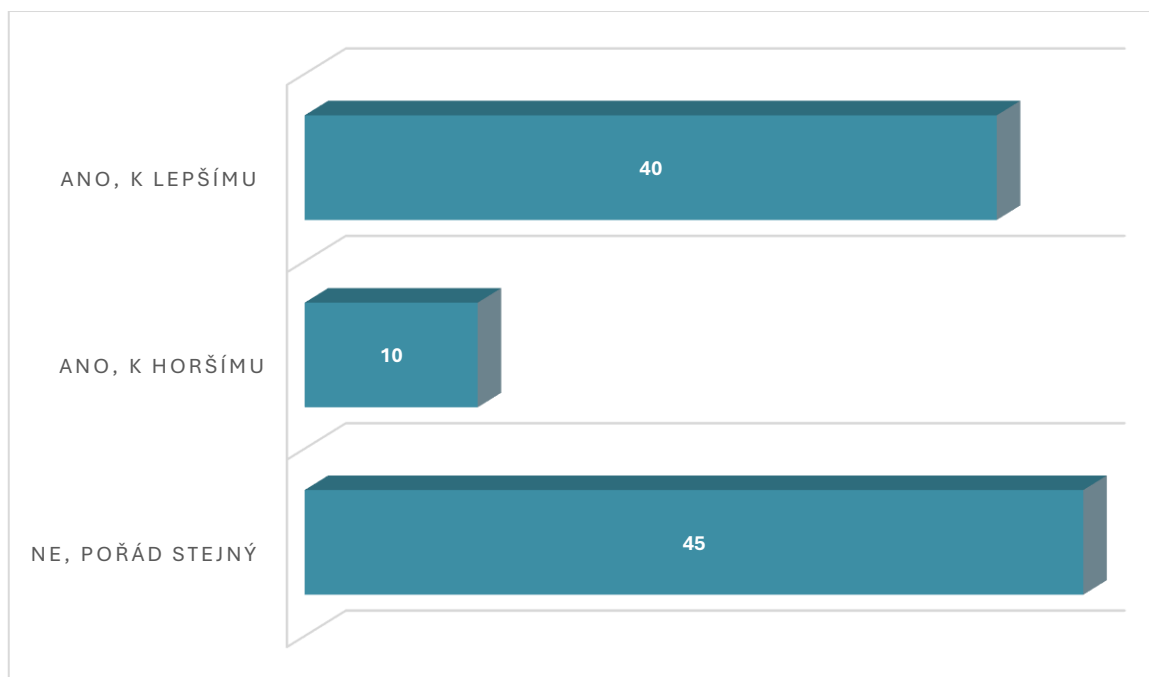
Otázka č. 9: Jaký byl Váš pocit těsně po narození dítěte?



Graf 9 Pocit po narození

V otázce č. 9 jsme zjišťovali emocionální prožívání otců bezprostředně po narození jejich dítěte. Celkový počet odpovědí 108 (100 %) převyšuje počet respondentů (100), což je dáno možností vybrat více odpovědí. Nejčastěji uváděným pocitem bylo dojetí a radost, které uvedlo 69 (63,9 %) respondentů. Druhým nejčastějším pocitem byla únava, kterou pociťovalo 36 (33,3 %) otců. Šok jako emocionální reakci uvedli 2 (1,9 %) respondenti a zklamání uvedl pouze 1 (0,9 %) respondent. Neutrální pocity ani jiné emoce neuvedl žádný z respondentů (0 %).

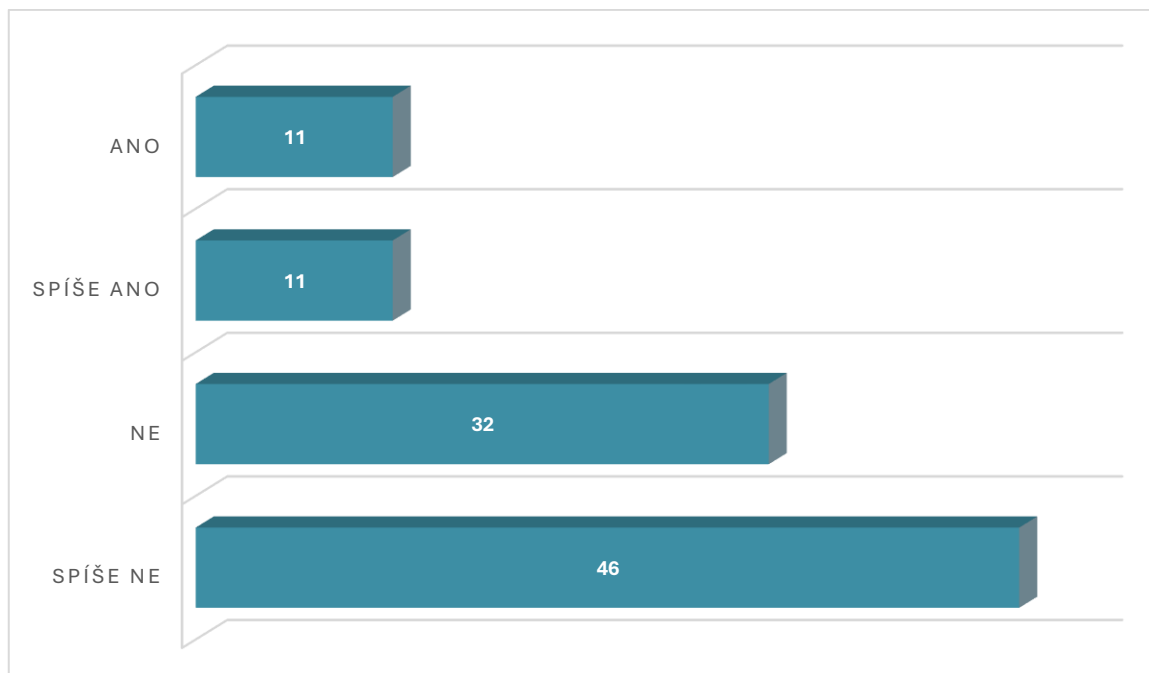
Otázka č. 10: Změnil se po narození Vašeho dítěte vztah s partnerkou?



Graf 10 Vztah s partnerkou

Graf č. 10 se týká partnerských změn ve vztahu po narození dítěte. Největší skupinu tvoří 45 (45 %) mužů, kteří uvedli, že jejich vztah zůstal nadále stejný. 40 (40 %) mužů odpovědělo, že se jejich vztah zlepšil. 10 (10 %) mužů uvedlo, že se jejich partnerský vztah změnil k horšímu.

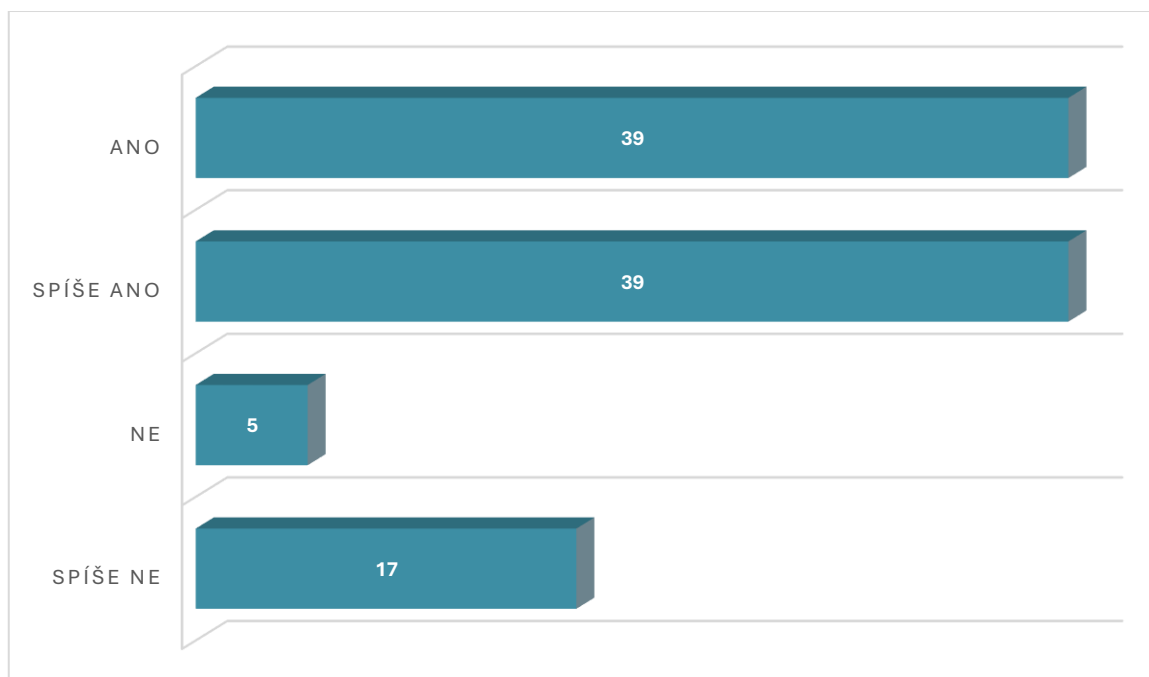
Otázka č. 11: Změnil se Váš pohled na partnerku po intimní stránce?



Graf 11 Změna intimity

Na otázku, zda se změnil pohled respondentů na jejich partnerku po intimní stránce, odpovědělo celkem 100 mužů. Nejvíce respondentů, konkrétně 46 (46 %), uvedlo, že jejich pohled na partnerku se spíše nezměnil. 32 (32 %) respondentů uvedlo, že se jejich pohled nezměnil vůbec. 11 (11 %) respondentů odpovědělo, že se jejich pohled na partnerku změnil úplně. Stejný počet mužů (11, 11 %) uvedlo, že se jejich pohled na partnerku spíše změnil.

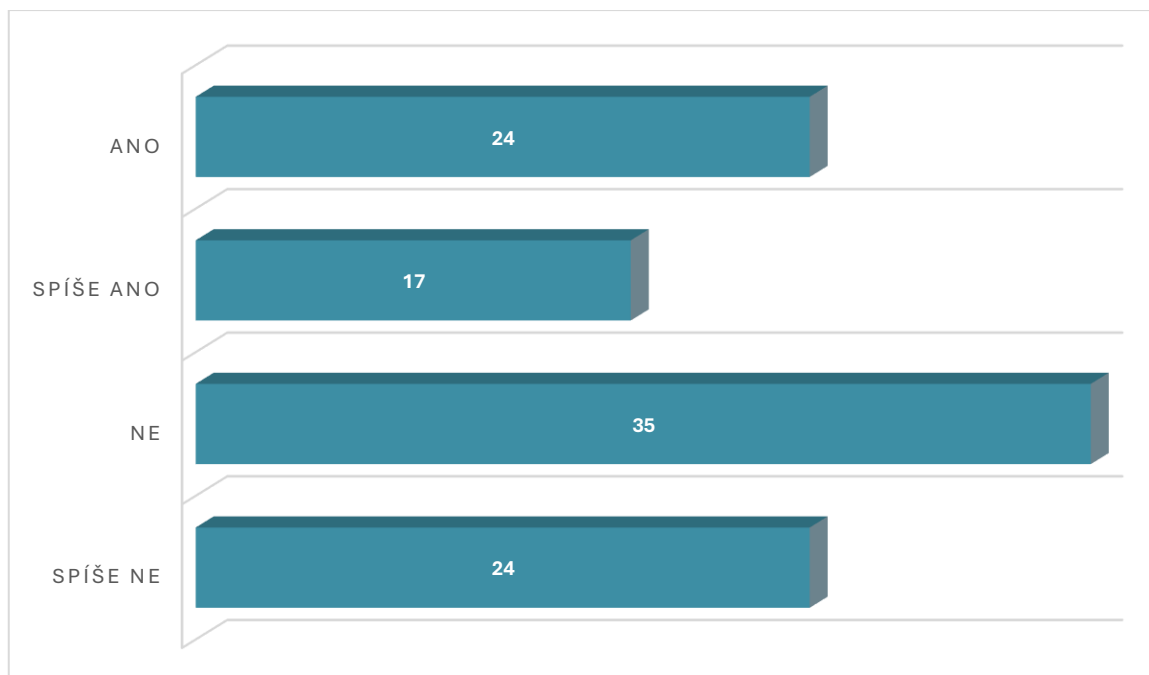
Otázka č. 12: Užíval jste si období šestinedělí?



Graf 12 Vnímání šestinedělí

V otázce č. 12 muži odpovídali na to, jak prožívali období šestinedělí. Z celkového počtu 100 mužů uvedlo 39 (39 %) mužů, že si období šestinedělí užili. Dalších 39 (39 %) mužů odpovědělo, že si ho spíše uživali. 17 (17 %) mužů uvedlo, že období šestinedělí pro ně bylo spíše negativní, a 5 (5 %) mužů odpovědělo, že si toto období neužili vůbec.

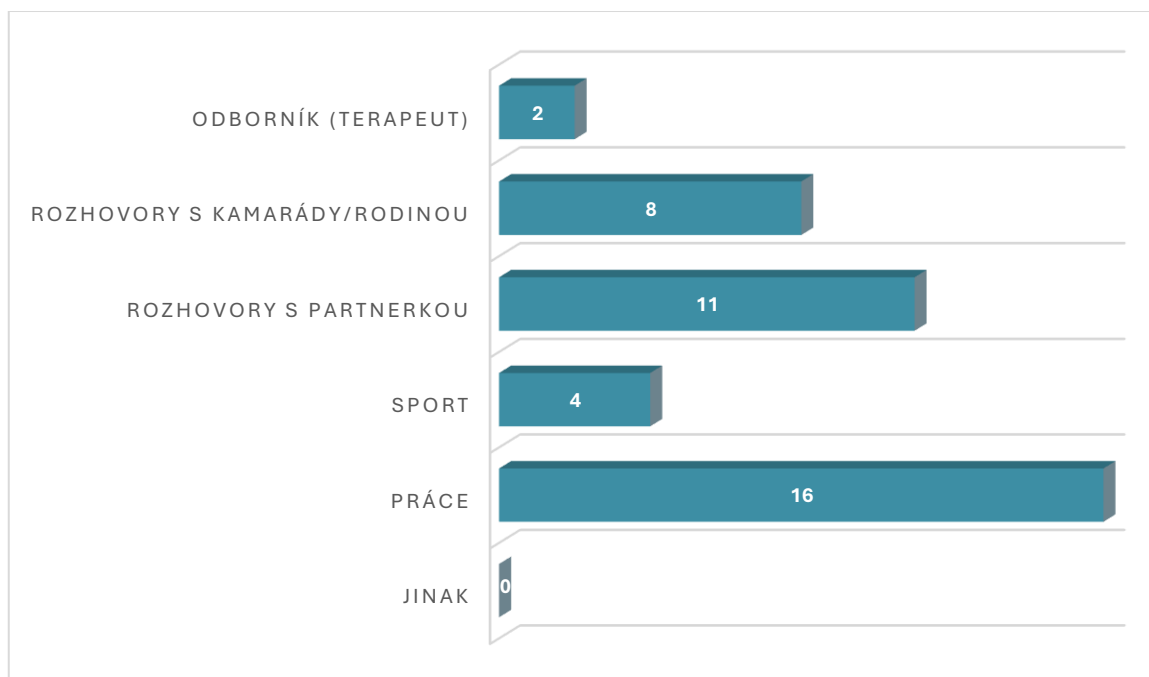
Otázka č. 13: Měl jste pocit, že vaše duševní zdraví bylo negativně ovlivněno změnami po narození Vašeho dítěte?



Graf 13 Duševní zdraví

Muži v této otázce reflektovali, zda změny spojené s narozením dítěte negativně ovlivnily jejich duševní zdraví. 24 (24 %) mužů uvedlo, že jejich duševní zdraví bylo negativně ovlivněno. 17 (17 %) mužů pociťovalo spíše negativní vliv. 35 (35 %) mužů odpovědělo, že tyto změny jejich duševní zdraví neovlivnily, a 24 (24 %) mužů mělo pocit, že jejich zdraví spíše nebylo negativně ovlivněno.

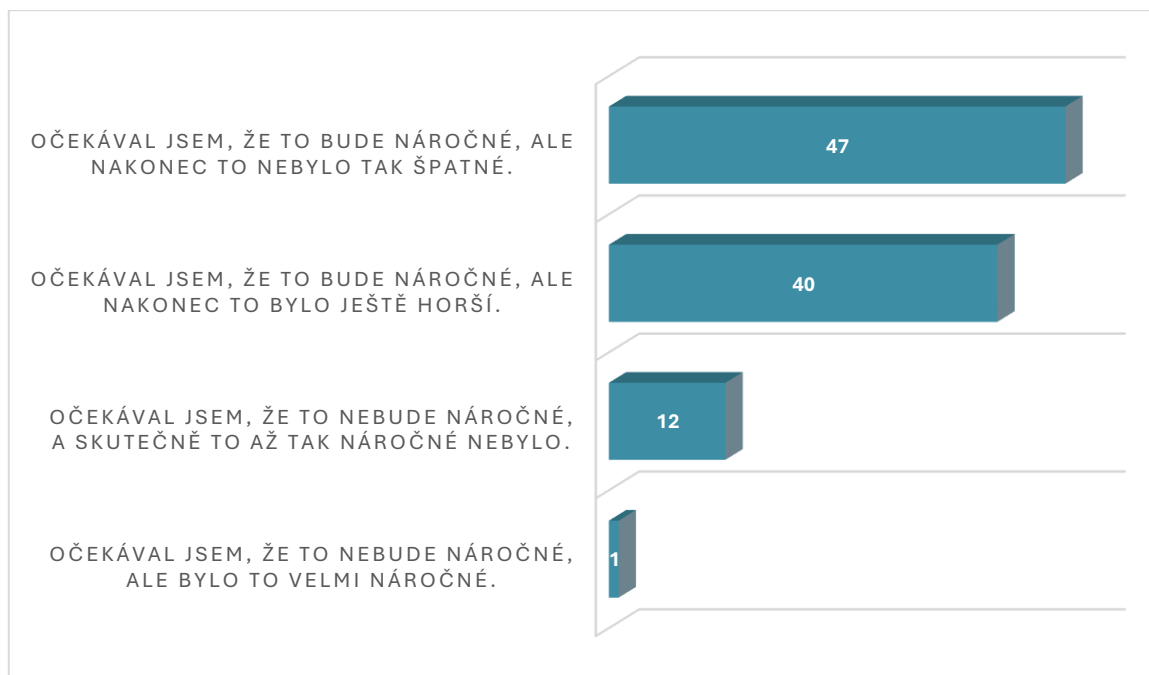
Otázka č. 14: Pokud ano, jak jste se vyrovnával se stresem?



Graf 14 Vyrovnávání se stresem

Na otázku týkající se způsobů vyrovnávání se se stresem odpovědělo celkem 41 (100 %) mužů, kteří v předchozí otázce uvedli, že během šestinedělí pociťovali stres (odpověděli "ano" nebo "spíše ano"). Nejčastějším způsobem zvládání stresu byla práce, kterou uvedlo 16 (39,02 %) respondentů. Druhým nejčastějším způsobem byly rozhovory s partnerkou, které zvolilo 11 (26,83 %) mužů. Rozhovory s rodinou či kamarády preferovalo 8 (19,51 %) respondentů. Sportem stres odbourávali 4 (9,76 %) muži a pomoc odborníka či terapeuta vyhledali 2 (4,88 %) respondenti. Možnost "jinak" nevolil žádný (0 %) z dotázaných mužů.

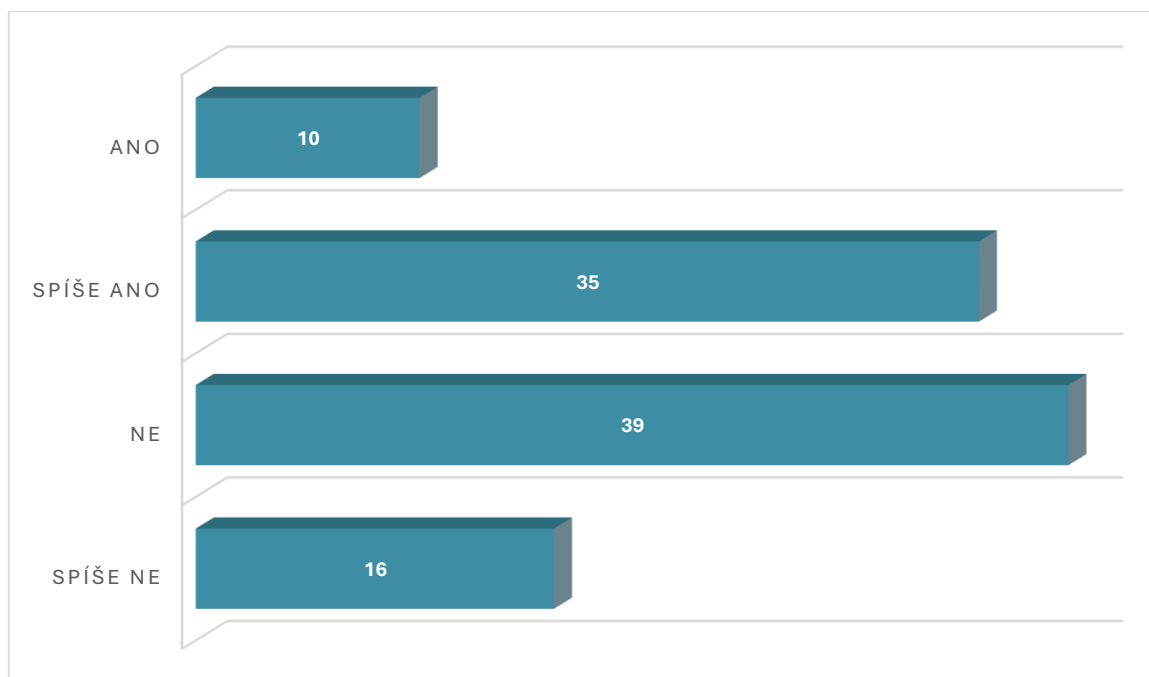
Otázka č. 15: Jaká byla vaše očekávání ohledně období šestinedělí ve srovnání s tím, jaké skutečně bylo?



Graf 15 Očekávání a realita šestinedělí

V otázce č. 15 se muži vyjadřovali k tomu, jaká byla jejich očekávání ohledně období šestinedělí ve srovnání s jeho skutečným průběhem. 47 (47 %) mužů očekávalo, že to bude náročné, ale nakonec to nebylo tak špatné, jak si představovali. 40 (40 %) mužů očekávalo náročnost, ale skutečnost byla ještě horší, než čekali. 12 (12 %) mužů očekávalo, že to nebude náročné, a skutečně to až tak náročné nebylo. Pouze 1 (1 %) muž očekával, že to nebude náročné, ale ve skutečnosti to bylo velmi náročné.

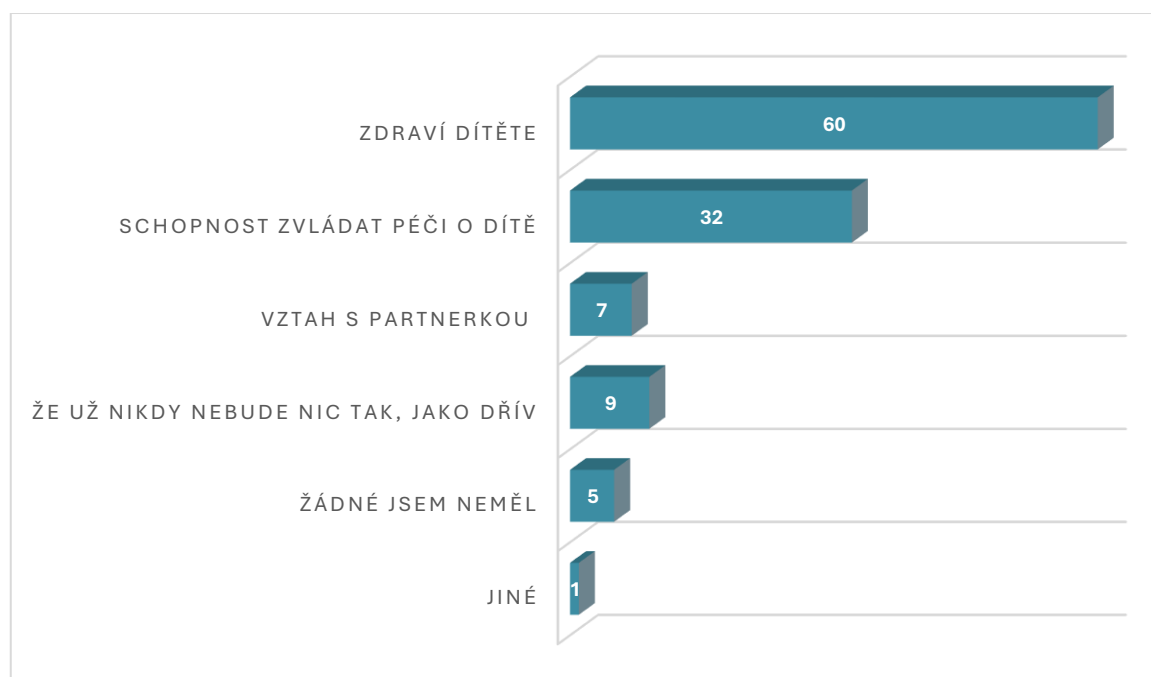
Otázka č. 16: Báli jste se starat prvních 6 týdnů o novorozence?



Graf 16 Strach ohledně starosti o novorozence

V další otázce se muži vyjadřovali k tomu, zda měli obavy o novorozené dítě během prvních šesti týdnů. Muži vždy volili 1 odpověď. 10 (10 %) mužů přiznalo, že se skutečně báli starat o dítě. Většina, konkrétně 35 (35 %) mužů, uvedla, že sice neměli úplný strach, ale přesto pociťovali určité úzkosti a obavy ohledně péče o novorozence. 39 (39 %) mužů se o dítě nebálo vůbec. 16 (16 %) mužů pak uvedlo, že sice obavy měli, ale byly spíše minimální.

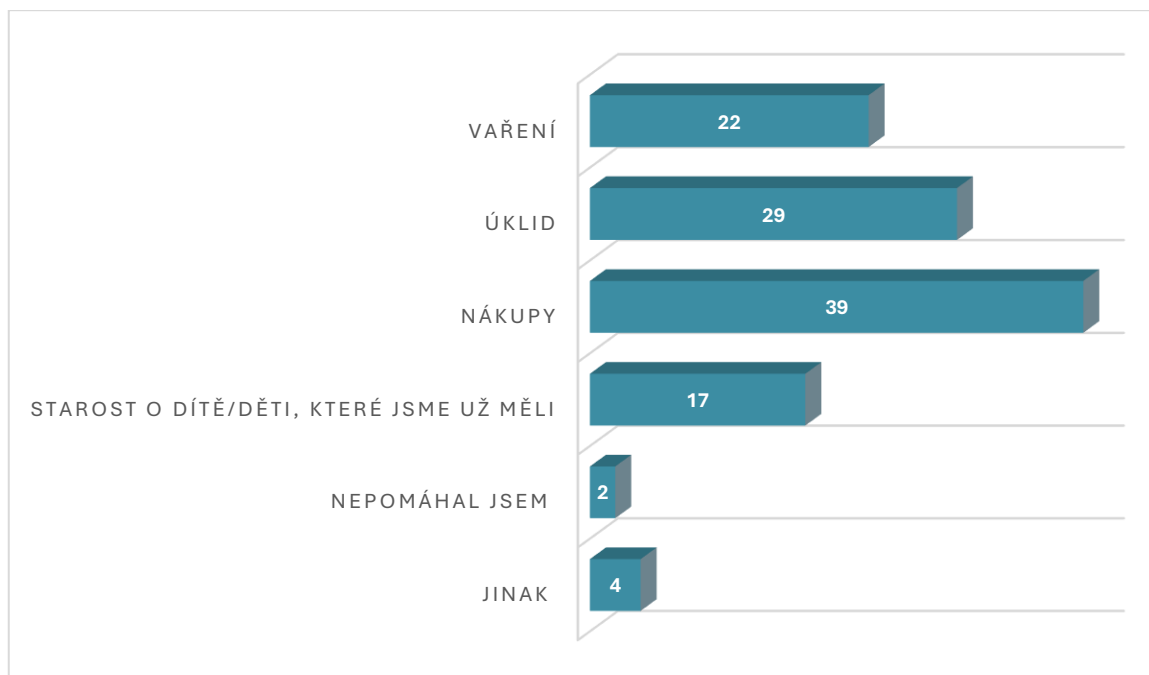
Otázka č 17: Jaké byly vaše největší obavy během šestinedělí?



Graf 17 Největší obavy

Další otázka se týkala největších obav během šestinedělí. Odpovědělo celkem 100 mužů. Respondenti měli možnost zvolit více nebo jen jednu odpověď, celkově bylo zaznamenáno 114 odpovědí. Jednoznačně největší obavy měli muži o zdraví dítěte, což uvedlo 60 (52,63 %) respondentů. Druhou nejčastější obavou byla schopnost zvládat péči o dítě, kterou zmínilo 32 (28,07 %) mužů. Strach z toho, že už nikdy nebude nic jako dřív, uvedlo 9 (7,89 %) respondentů. Obavy o vztah s partnerkou mělo 7 (6,14 %) mužů. Žádné obavy během šestinedělí nemělo 5 (4,39 %) respondentů a jinou, než uvedenou obavu zaznamenal 1 (0,88 %) muž.

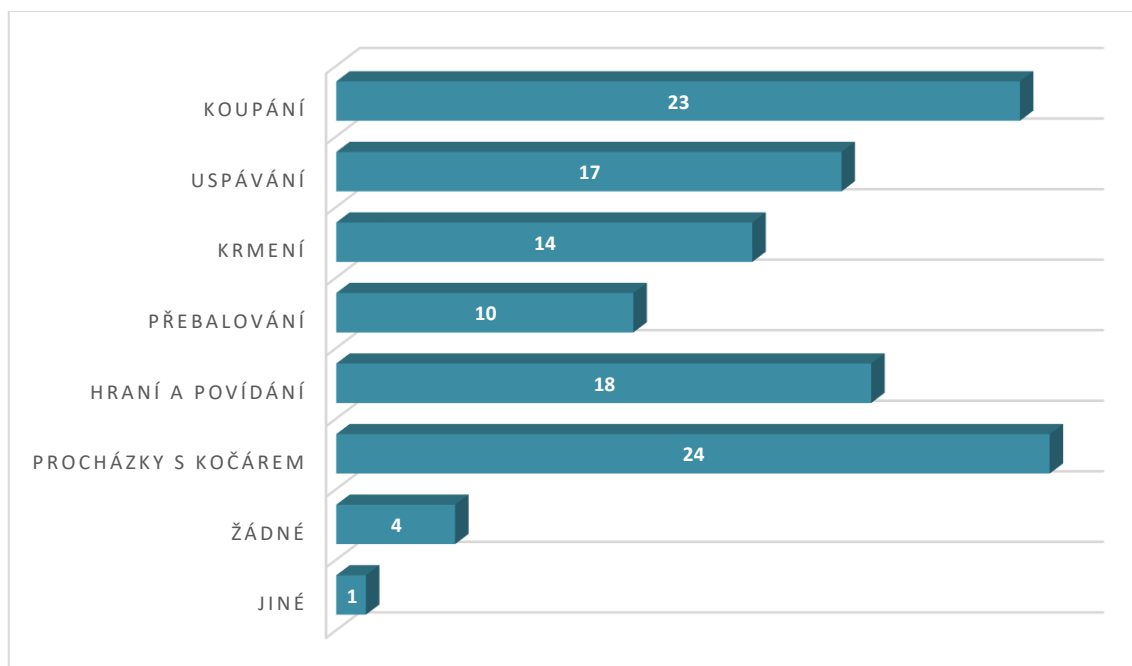
Otázka č. 18: Jak jste pomáhal v období šestinedělí partnerce a jak jste se podílel na chodu domácnosti?



Graf 18 Pomoc partnerce

Na otázku ohledně pomoci partnerce a podílu na chodu domácnosti v šestinedělí odpovědělo celkem 100 mužů. Respondenti měli možnost zvolit více odpovědí, celkově bylo zaznamenáno 113 (100 %) různých forem pomoci. Nejvýznamnější podíl tvořily nákupy, kterým se věnovalo 39 (34,51 %) mužů. Významnou pomocí byl také úklid, který uvedlo 29 (25,66 %) respondentů. Vaření se ujalo 22 (19,47 %) mužů a péči o starší děti zajišťovalo 17 (15,04 %) respondentů. Jinou formu pomoci, než uvedené možnosti zvolili 4 (3,54 %) muži. Pouze 2 (1,77 %) respondenti přiznali, že se na pomoci v domácnosti během šestinedělí nepodíleli vůbec.

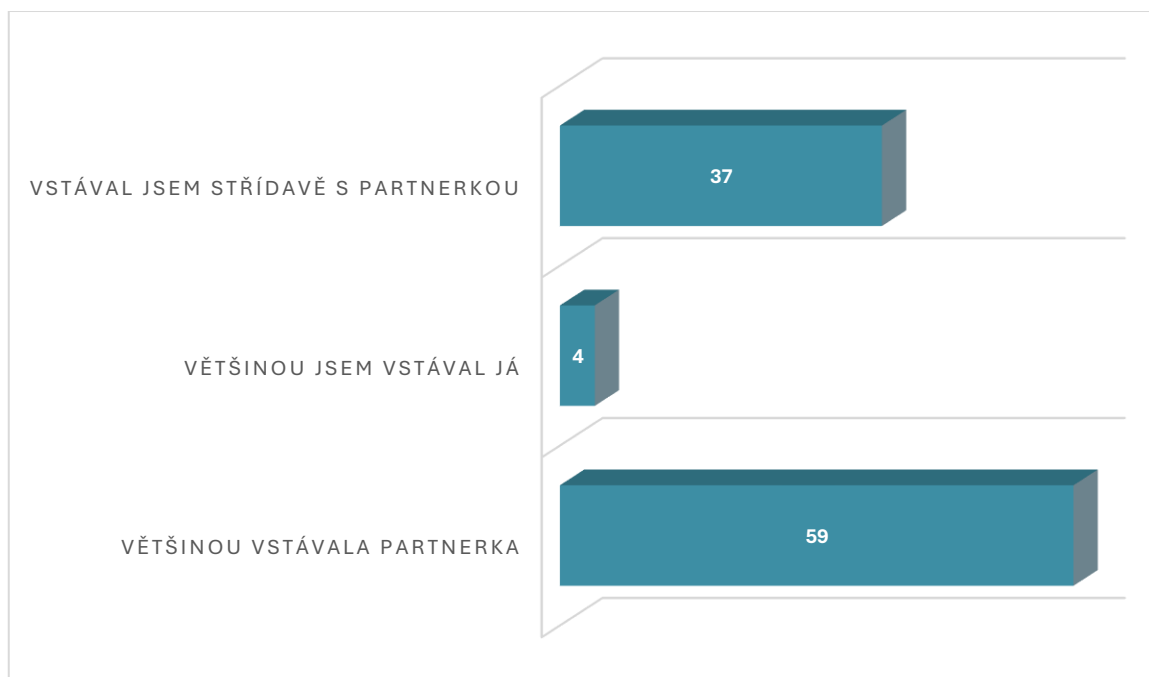
Otázka č. 19: Jaké aktivity jste v šestinedělí podnikal se svým novorozeným dítětem?



Graf 19 Aktivity s novorozencem

V otázce č. 19 byli respondenti dotázáni, jaké aktivity podnikali se svým novorozeným dítětem. Celkem odpovědělo 100 respondentů. Měli možnost zvolit více odpovědí, a proto bylo celkově zaznamenáno 111 odpovědí. Nejčastější aktivitou byly procházky s kočárem, které uvedlo 24 (21,62 %) mužů. Druhou nejčastější aktivitou bylo koupání dítěte, kterému se věnovalo 23 (20,72 %) respondentů. Hraní a povídání s dítětem provádělo 18 (16,22 %) mužů a uspávání 17 (15,32 %) respondentů. Krmení dítěte se věnovalo 14 (12,61 %) mužů a přebalování 10 (9,01 %) respondentů. Žádné aktivity s novorozeným dítětem nepodnikali 4 (3,60 %) muži a jinou, než uvedenou aktivitu zaznamenal 1 (0,90 %) respondent.

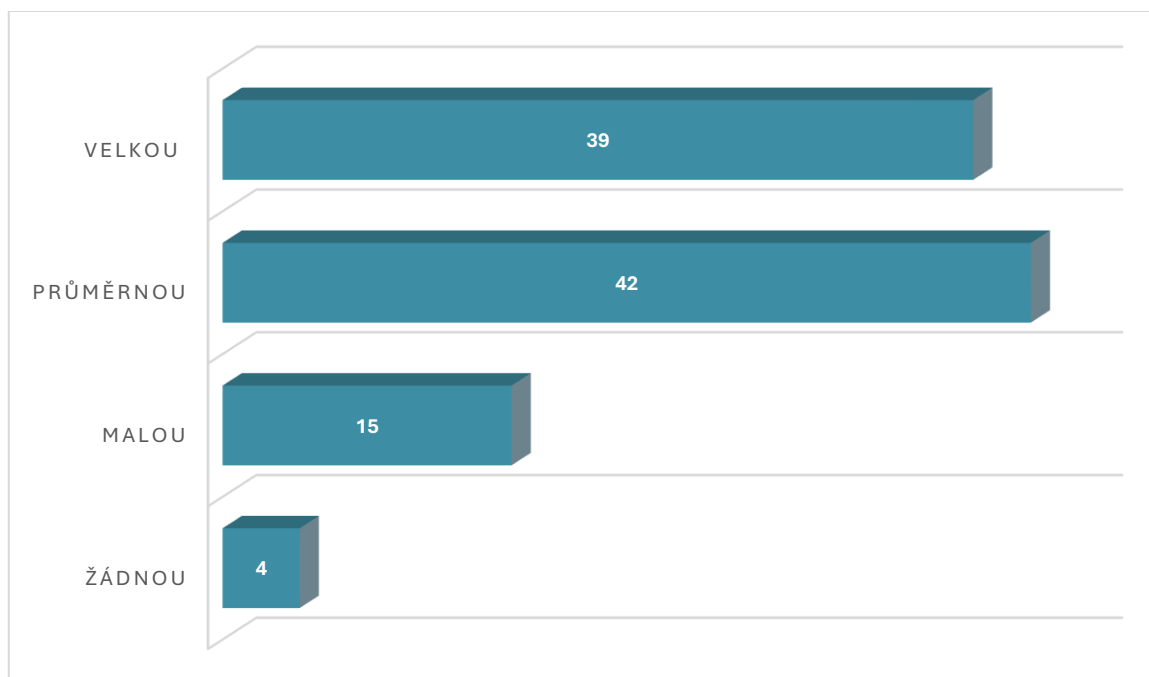
Otázka č. 20: Jaký byl váš přístup k nočnímu vstávání a krmení dítěte?



Graf 20 Noční vstávání

Na otázku č. 20 týkající se přístupu k nočnímu vstávání a krmení dítěte odpovědělo celkem 100 (100 %) mužů. Nejčastěji, v 59 (59 %) případech, vstávala k dítěti většinou partnerka. Střídavé vstávání s partnerkou uplatňovalo 37 (37 %) respondentů. Pouze 4 (4 %) muži uvedli, že k nočnímu krmení vstávali většinou oni sami.

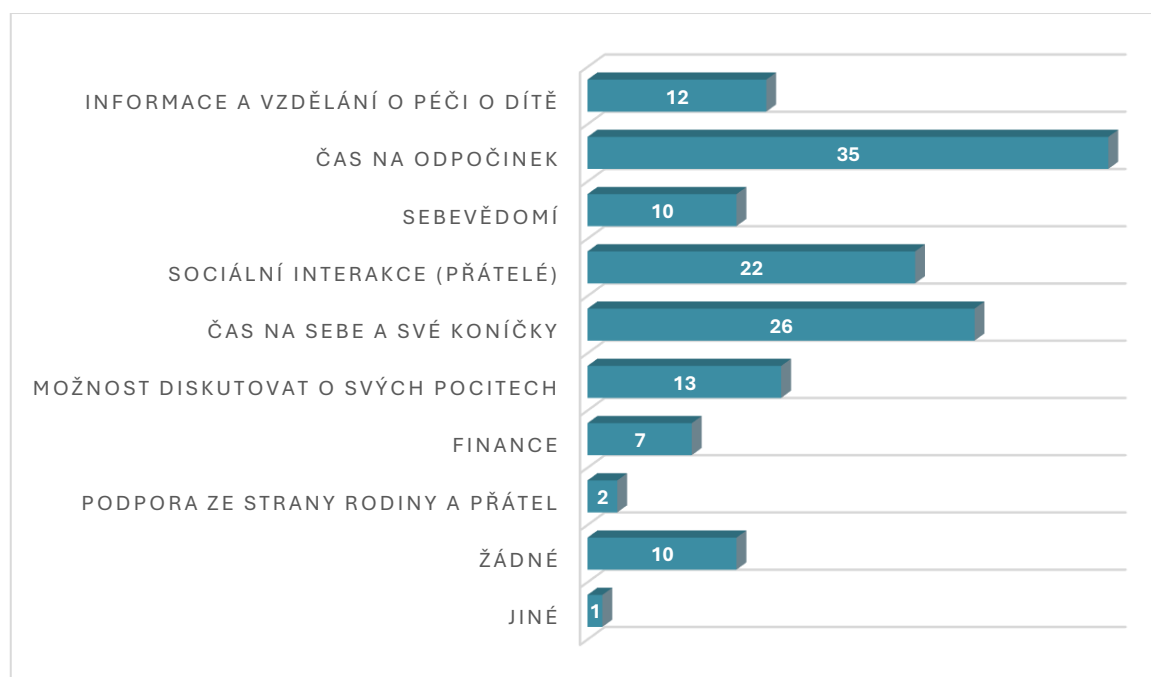
Otázka č. 21: Jakou podporu jste od partnerky nebo rodiny během šestinedělí dostával?



Graf 21 Podpora od partnerky a rodiny

Z tohoto grafu vyplývá, že největší počet respondentů (42, 42 %) uvedlo, že dostávalo průměrnou podporu od partnerky nebo rodiny během šestinedělí. 39 (39 %) respondentů uvedlo, že podpora byla velká. Menší zastoupení má skupina, která označila malou podporu, a to 15 (15 %) respondentů. Do nejmenší skupiny patří ti, kteří během šestinedělí nedostali žádnou podporu, což činí 4 (4 %) respondenty.

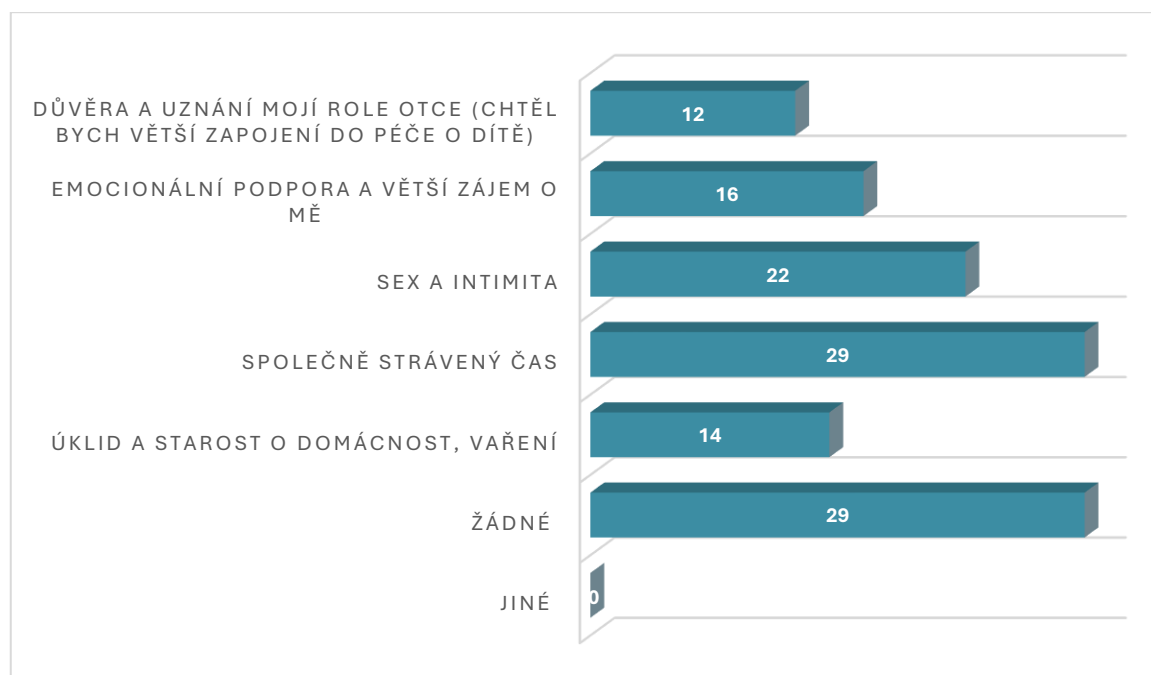
Otázka č. 22: Jaké aspekty jste z níže uvedených v šestinedělí nejvíce postrádal?



Graf 22 Nejvíce postrádané aspekty

Na tuto otázku mohli muži vybrat jednu nebo více odpovědí týkající se aspektů, které v šestinedělí nejvíce postrádali. Na otázku odpovědělo 100 respondentů, ale vzhledem k možnosti zvolit více odpovědí, bylo celkově zaznamenáno 138 odpovědí. Nejčastěji muži postrádali "čas na odpočinek", což uvedlo 35 (25,36 %) respondentů. Druhou nejčastější odpovědí byl "čas na sebe a své koníčky" s 26 (18,84 %) odpověďmi. "Sociální interakce (přátelé)" postrádalo 22 (15,94 %) mužů. "Možnost diskutovat o svých pocitech" uvedlo 13 (9,42 %) respondentů a "informace a vzdělání o péči o dítě" 12 (8,70 %). Shodně po 10 (7,25 %) odpovědích získaly možnosti "sebevědomí" a "žádné". "Finance" postrádalo 7 (5,07 %) mužů, "podporu ze strany rodiny a přátel" 2 (1,45 %) respondenti a možnost "jiné" zvolil 1 (0,72 %) muž.

Otázka č. 23: Jaké konkrétní potřeby nebo přání jste měl během šestinedělí od partnerky, které nebyly naplněny?



Graf 23 Nenaplněné potřeby od partnerky

V otázce č. 23 mohli muži vybrat jednu nebo více odpovědí ohledně nenaplněných potřeb od partnerky během šestinedělí. Na otázku odpovědělo 100 respondentů. Měli však možnost zvolit více odpovědí, proto bylo celkově zaznamenáno 122 odpovědí. Nejčastěji se vyskytovaly odpovědi "společně strávený čas" a "žádné", obě shodně 29krát (23,77 %). Následovala odpověď "sex a intimita", kterou zvolilo 22 (18,03 %) mužů. "Emocionální podpora a větší zájem o mě" byla zaznamenána 16krát (13,11 %). "Úklid a starost o domácnost, vaření" uvedlo 14 (11,48 %) respondentů. "Důvěra a uznání mé role otce" byla zmíněna 12krát (9,84 %). Možnost "jiné" nezvolil žádný (0 %) z respondentů.

2.7 Vyhodnocení výzkumných otázek

Výzkumná otázka č. 1 - Jak se otcové zapojují do péče o novorozence a domácnost v období šestinedělí?

Otázka č. 18: Jak jste pomáhal v období šestinedělí partnerce a jak jste se podílel na chodu domácnosti?

Možnost odpovědi	Absolutní četnost	Relativní četnost
Vaření	22	19,47 %
Úklid	29	25,66 %
Nákupy	39	34,51 %
Starost o dítě/děti, které už jsme měli	17	15,04 %
Nepomáhal jsem	2	1,77 %
Jinak	4	3,54 %
Celkem	113	100 %

Tabulka 1 Pomoc partnerce

Otázka č. 19: Jaké aktivity jste v šestinedělí podnikal se svým novorozeným dítětem?

Možnost odpovědi	Absolutní četnost	Relativní četnost
Koupání	23	20,72 %
Uspávání	17	15,32 %
Krmení	14	12,61 %
Přebalování	10	9,01 %
Hraní a povídání	18	16,22 %
Procházky s kočárem	24	21,62 %
Žádné	4	3,60 %
Jiné	1	0,90 %
Celkem	111	100 %

Tabulka 2 Aktivity s novorozencem

K výzkumné otázce č. 1 se vztahují z dotazníku otázky č. 18 a 19. Z výsledků je patrné, jak se otcové zapojovali do péče o novorozence a domácnost v období šestinedělí. V oblasti pomoci partnerce a chodu domácnosti se ukázalo, že většina otců se aktivně zapojovala do různých činností. Nejvíce se otcové věnovali nákupům, což uvedlo 39 (34,51 %) respondentů. Toto zjištění může souviset s tím, že nákupy představují aktivitu mimo domov, která je pro muže často přirozenější, a zároveň významně ulehčuje partnerce v šestinedělí. Druhou nejčastější aktivitou byl úklid, kterému se věnovalo 29 (25,66 %) otců, což ukazuje na jejich ochotu převzít část domácích prací. Vaření se ujalo 22 (19,47 %) mužů, což je poměrně významné číslo vzhledem k tomu, že vaření tradičně nebývá doménou mužů. Celkem 17 (15,04 %) otců se staralo o starší děti, čímž významně odlehčili partnerce v péči o novorozence. Je pozitivním zjištěním, že pouze minimum mužů - 2 (1,77 %) uvedli, že nepomáhali vůbec. Další 4 (3,54 %) respondenti uvedli, že pomáhali jiným způsobem.

V oblasti přímé péče o novorozence se otcové nejvíce zapojovali do procházek s kočárem - 24 (21,62 %) respondentů, což může být dáno tím, že jde o aktivitu, při které se otcové cítí jistě a zároveň poskytují partnerce čas na odpočinek. Významný počet otců (23, 20,72 %) se

zapojovalo do koupání dítěte, což je aktivita vyžadující určitou zručnost a zodpovědnost. Hraní a povídání s dítětem se věnovalo 18 (16,22 %) mužů, což přispívá k vytváření vazby mezi otcem a dítětem. Uspávání provádělo 17 (15,32 %) otců, což je důležitá součást péče o dítě. Krmení zajišťovalo 14 (12,61 %) respondentů, což může zahrnovat krmení odstříkaným mlékem nebo dokrmování. Přebalování, které provádělo 10 (9,01 %) otců, představuje základní pečovatelskou činnost. Je pozitivní, že pouze 4 (3,60 %) muži uvedli, že nepodnikali žádné aktivity s novorozencem, a jen 1 (0,90 %) respondent uvedl jinou aktivitu. Celkově výsledky ukazují, že většina otců se aktivně zapojuje jak do chodu domácnosti, tak do přímé péče o novorozence, což je velmi pozitivní zjištění pro současné trendy v rodičovství a podporu partnerky v období šestinedělí.

Výzkumná otázka č. 2 - Jak otcové hodnotí podporu, kterou dostávali od své partnerky, rodiny nebo přátel v období šestinedělí?

Otázka č. 21: Jakou podporu jste od partnerky nebo rodiny během šestinedělí dostával?

Možnost odpovědi	Absolutní četnost	Relativní četnost
Velkou	39	39 %
Průměrnou	42	42 %
Malou	15	15 %
Žádnou	4	4 %
Celkem	100	100 %

Tabulka 3 Podpora od partnerky

K výzkumné otázce č. 2 se vztahuje z dotazníku otázka č. 21. Z výsledků je zřejmé, jak otcové vnímali podporu od partnerky a rodiny během období šestinedělí. Většina otců hodnotí podporu, kterou dostávali pozitivně. Největší skupina respondentů (42, 42 %) uvedla, že dostávala průměrnou podporu. Těsně za nimi následuje skupina otců (39, 39 %), kteří uvedli, že dostávali velkou podporu. To znamená, že celkem 81 % otců hodnotí podporu jako dostatečnou (průměrnou nebo velkou). Naopak menší část respondentů vnímala podporu jako nedostatečnou. Malou podporu pocítovalo 15 (15 %) otců a zcela bez podpory se cítili 4 (4 %) respondenti. Toto zjištění ukazuje, že přibližně pětina otců (19 %) by potřebovala větší podporu během období šestinedělí. Tyto výsledky naznačují, že většina rodin si uvědomuje důležitost podpory otců v období šestinedělí a poskytuje jim ji. Zároveň však existuje prostor pro zlepšení, zejména u té pětiny otců, kteří podporu vnímali jako nedostatečnou nebo žádnou. To může být důležitým podnětem pro zdravotnické pracovníky a poradce, aby se více zaměřili na podporu nejen matek, ale i otců v období šestinedělí.

Výzkumná otázka č. 3 – Jak ovlivňuje narození dítěte partnerský vztah a intimitu?

Otázka č. 10: Změnil se po narození Vašeho dítěte vztah s partnerkou?

Možnost odpovědi	Absolutní četnost	Relativní četnost
Ano, k lepšímu	40	40 %
Ano, k horšímu	10	10 %
Ne, pořád stejný	45	45 %
Celkem	100	100 %

Tabulka 4 Vztah s partnerkou

Otázka č. 11: Změnil se Váš pohled na partnerku po intimní stránce?

Možnost odpovědi	Absolutní četnost	Relativní četnost
Ano	11	11 %
Spíše ano	11	11 %
Ne	32	32 %
Spíše ne	46	46 %
Celkem	100	100 %

Tabulka 5 Změna intimity

K výzkumné otázce č. 3 se vztahují z dotazníku otázky č. 10 a 11. Z výsledků můžeme analyzovat, jak narození dítěte ovlivňuje partnerský vztah a intimitu mezi partnery. Co se týče změny vztahu po narození dítěte, výsledky ukazují poměrně pozitivní trend. Největší skupina respondentů (45, 45 %) uvedla, že jejich vztah zůstal stejný jako před narozením dítěte. Významná skupina 40 (40 %) otců dokonce zaznamenala změnu k lepšímu, což je velmi pozitivní zjištění. Pouze 10 (10 %) respondentů uvedlo, že se jejich vztah změnil k horšímu. To znamená, že celkem 85 % párů buď zaznamenalo pozitivní změnu, nebo zachovalo kvalitu svého vztahu i po narození dítěte.

V oblasti intimity a pohledu na partnerku po intimní stránce jsou výsledky také převážně pozitivní. Většina otců - 46 (46 %) uvedla, že se jejich pohled na partnerku po intimní stránce spíše nezměnil, a dalších 32 (32 %) odpovědělo, že se nezměnil vůbec. To znamená, že celkem 78 % mužů nezaznamenalo výraznou změnu ve vnímání partnerky po intimní stránce. Menší část respondentů zaznamenala změny - 11 (11 %) uvedlo "ano" a dalších 11 (11 %) "spíše ano", což představuje celkem 22 % otců, u kterých došlo ke změně pohledu na partnerku v intimní oblasti. Tyto výsledky jsou velmi povzbudivé, protože ukazují, že narození dítěte většinou nemá negativní dopad na partnerský vztah ani na intimitu mezi partnery. Naopak, značná část párů dokonce zaznamenává zlepšení vztahu. To může být důsledkem společného prožívání významné životní události a vzájemné podpory v období po narození dítěte. Zároveň je důležité věnovat pozornost menšině párů, které zaznamenávají zhoršení vztahu nebo změny v intimní oblasti, a poskytnout jim potřebnou podporu a poradenství.

3 Diskuse

Ve výzkumné části byly stanoveny tři výzkumné otázky zaměřené na zapojení otců do péče o novorozence a domácnost, podporu otců během šestinedělí a vliv narození dítěte na partnerský vztah.

Výzkumná otázka č. 1 - Jak se otcové zapojují do péče o novorozence a domácnost v období šestinedělí?

K výzkumné otázce č. 1, zaměřené na zapojení otců do péče o novorozence a domácnost v období šestinedělí, se v mém dotazníku vztahovaly otázky č. 18 a 19. Výsledky ukazují, že otcové se aktivně zapojovali do různých činností. Nejčastěji, 39 otců (34,51 %), se věnovalo nákupům. Toto zjištění lze interpretovat tak, že nákupy představují pro muže často přirozenější aktivitu mimo domov, která zároveň významně ulehčuje partnerce. Druhou nejčastější činností byl úklid (29 otců, 25,66 %), následovaný vařením (22 otců, 19,47 %) a péčí o starší děti (17 otců, 15,04 %). Je pozitivní, že pouze 2 otcové (1,77 %) uvedli, že nepomáhali vůbec, a 4 (3,54 %) uvedli jiný způsob pomoci. V oblasti přímé péče o novorozence se otcové nejvíce zapojovali do procházek s kočárem (24 otců, 21,62 %), což může souviset s pocitem jistoty otců při této aktivitě a možností poskytnout partnerce odpočinek. Dále se otcové zapojovali do koupání dítěte (23 otců, 20,72 %), hraní a povídání si s dítětem (18 otců, 16,22 %), uspávání (17 otců, 15,32 %), krmení (14 otců, 12,61 %) a přebalování (10 otců, 9,01 %). Pouze 4 otcové (3,60 %) uvedli, že se do péče o novorozence nezapojovali vůbec, a 1 (0,90 %) uvedl jinou aktivitu. Při srovnání s bakalářskou prací Anety Kociánové (2018) na téma "Vnímání těhotenství, porodu a šestinedělí otcem dítěte" je patrný obecný trend aktivního zapojení otců. Kociánová zjistila, že z celkového počtu 140 respondentů se 137 (97,86 %) aktivně podílelo na chodu domácnosti a péči o dítě, zatímco pouze 3 (2,14 %) nikoli. Je však důležité zdůraznit metodologický rozdíl: Kociánová se ptala obecně na podílení se na chodu domácnosti a péči o dítě, zatímco můj výzkum se specificky zaměřoval na konkrétní činnosti v období šestinedělí. Přesto, i při zohlednění tohoto rozdílu, je zřejmé, že procento otců, kteří se nezapojují vůbec, je v obou výzkumech velmi nízké (u Kociánové 2,14 %, v mém výzkumu 1,77 % v oblasti domácnosti a 3,60 % v oblasti péče o novorozence). Rozdíly v konkrétních činnostech, kterým se otcové věnovali, mohou být dány různými faktory. Například vyšší procento otců zapojených do nákupů v mém výzkumu může souviset se specifiky šestinedělí, kdy je pro matku obtížnější opouštět domov. Data Kociánové neuvádějí specifické činnosti, ale rozdělují respondenty dle věkových skupin. Z jejích výsledků vyplývá, že zapojení otců je vysoké napříč všemi věkovými kategoriemi, s mírným poklesem u otců ve věku 50 a více let (8 z 9 otců se aktivně zapojovalo). Oba výzkumy tedy naznačují velký počet otců, kteří se zapojují do péče o dítě a domácnost.

Výzkumná otázka č. 2 - Jak otcové hodnotí podporu, kterou dostávali od své partnerky, rodiny nebo přátel v období šestinedělí?

Výzkumná otázka č. 2 zjišťovala, jak otcové hodnotí podporu, kterou dostávali od své partnerky, rodiny nebo přátel v období šestinedělí. Z mého výzkumu vyplývá, že většina otců tuto podporu vnímala pozitivně. 42 % ji hodnotilo jako průměrnou a 39 % jako velkou. Nicméně, pětina otců (19 %) uvedla, že podpora byla nedostatečná nebo žádná. Toto zjištění, ačkoliv je v celkovém kontextu povzbudivé, upozorňuje na potenciální prostor pro zlepšení

v podpoře otců v tomto citlivém období. Bakalářská práce Anety Kociánové (2018) na téma "Vnímání těhotenství, porodu a šestinedělí otcem dítěte" se přímo nezaměřuje na celkové hodnocení podpory, ale zkoumá relevantní aspekt – s kým otcové sdíleli své zážitky z porodu. Sdílení zážitků a emocí je důležitou součástí sociální interakce a může být vnímáno jako jeden z projevů podpory. Kociánová zjistila, že drtivá většina otců (80,7 %) sdílela své zážitky primárně s partnerkou. Toto zjištění není překvapivé, vzhledem k tomu, že partnerka je obvykle přítomna u porodu a sdílí s otcem tuto intenzivní a emočně nabitou zkušenost. Partnerka tak může poskytovat specifickou formu emoční podpory, ať už aktivním nasloucháním, sdílením vlastních pocitů, nebo ujišťováním otce o jeho roli a důležitosti. Zajímavým zjištěním Kociánové je, že polovina otců ve věkové skupině 50 a více let své zážitky z porodu nesdílela s nikým. Tento mezigenerační rozdíl může být dán několika faktory. Starší generace mužů mohly vyrůstat v době, kdy se o emocích a pocitech, zvláště u mužů, tolik nemluvilo. Sdílení takto intimních zážitků nemuselo být v jejich sociálním prostředí běžné, případně mohli mít pocit, že by to nebylo vnímáno jako "mužské". Také je možné, že s postupem času a vzdáleností od samotného porodu se pro ně sdílení stalo méně důležité. Kociánová zmiňuje i rozdíly ve sdílení podle vzdělání, místa bydliště (město vs. vesnice), víry a rodinného stavu, což naznačuje komplexnost faktorů ovlivňujících otevřenost mužů ke sdílení. Například muži z vesnice více sdíleli zážitky s rodinou, což může odrážet silnější rodinné vazby a tradiční hodnoty v menších komunitách. Přímé srovnání mých a Kociánové výsledků je, jak již bylo zmíněno, komplikované odlišností zkoumaných proměnných. Zatímco já se ptám na celkové subjektivní hodnocení podpory, Kociánová se soustředí na to, komu zážitky muži sdělovali. I přes tento rozdíl obě studie poukazují na důležitost sociální interakce a podpory pro otce v období po porodu. Mých 19 % respondentů, kteří vnímali podporu jako nedostatečnou naznačuje, že existuje skupina otců, kteří by ocenili více podpory, ať už ve formě sdílení zážitků, praktické pomoci, nebo jiné formy.

Výzkumná otázka č. 3 - Jak ovlivňuje narození dítěte partnerský vztah a intimitu?

Výzkumná otázka č. 3 se zaměřovala na to, jak narození dítěte ovlivňuje partnerský vztah a intimitu z pohledu otců. Moje výsledky jsem srovnávala s bakalářskou prací Dominiky Vincencové (2015) na téma "Vliv porodu a šestinedělí na mužskou sexualitu" a s bakalářskou prací Anny Ťopkové (2018) na téma "Vnímání sexuality páru po porodu".

I přesto, že se zaměřujeme na trochu odlišné aspekty (já se ptám obecně na partnerský vztah a intimitu z pohledu otců, zatímco Ťopková zkoumá vnímání sexuality u obou partnerů a Vincencová hloubkovou analýzu individuálních prožitků otců, kde odkrývá emoční a vztahové změny po narození dítěte), lze vysledovat určité paralely a rozdíly.

Příchod dítěte představuje jednu z nejzásadnějších transformačních fází partnerského vztahu. Tato životní změna s sebou přináší řadu výzev, emočních i praktických proměn, které zásadním způsobem ovlivňují dosavadní dynamiku partnerství. Tyto tři výzkumy se pokusily systematicky zmapovat dopady této klíčové životní události na intimitu, sexualitu a vzájemné fungování partnerů. Každý z výzkumů zvolil odlišný metodologický přístup, což umožnilo nahlédnout na zkoumanou problematiku z různých perspektiv. Můj výzkum s rozsáhlým vzorkem 100 respondentů využil kvantitativní metodologii zaměřenou na komplexní hodnocení vztahových změn. Oproti tomu kvalitativní výzkum šesti respondentů Vincencové umožnil hloubkovou

sondu do individuálních prožitků. Ťopková zkoumala odpovědi 11 párů a představila tak smíšený metodologický přístup zkoumající perspektivy obou partnerů současně. Vnímání partnerského vztahu se ukázalo být mimořádně individuální záležitostí. Napříč všemi třemi studiemi byla identifikována vysoká variabilita prožitků. V mém výzkumu 40 % respondentů uvedlo, že vnímají zlepšení vztahu, 45 % nevnímají změnu žádnou a pouze 10 % pocítilo zhoršení v partnerském vztahu. Výzkum Vincencové přinesl ještě pestřejší škálu - 50 % respondentů nevnímalo zásadní změny, 17 % zaznamenalo pozitivní posun a 33 % negativní transformaci vztahu. Oblast sexuality a intimity potvrdila ještě výraznější individualitu prožívání. Zatímco můj výzkum ukázal 78 % stabilitu intimního vnímání, Vincencové studie odhalily jemnější posuny v kvalitativní rovině sexuality. Nejprekvapivější zjištění přinesla studie Ťopkové. Ta zkoumala malý vzorek (11 párů) a zjistila značnou variabilitu ve vnímání změn. Pouze jeden pár z jedenácti nezaznamenal žádnou změnu ve vnímání sexuality. U ostatních párů se objevovaly různé kombinace – od zhoršení vnímání u obou partnerů, přes rozdílné vnímání (jeden partner lépe, druhý hůře), až po zlepšení u obou. Celkově Ťopková uvádí, že 50 % respondentů (žen i mužů dohromady) hodnotilo své vnímání sexuality po porodu pozitivněji než před otěhotněním (což zahrnuje i ty, kteří nezaznamenali změnu). Šest z jedenácti mužů však vnímalo svou sexualitu po porodu hůře.

I přes metodologické odlišnosti všechny tři studie přesvědčivě dokládají, že narození dítěte představuje vysoce individuální a komplexní proces transformace partnerského vztahu. Zatímco můj výzkum ukazuje spíše pozitivní nebo neutrální vnímání z pohledu otců, Ťopková odhaluje větší variabilitu a potenciální problémy. Výsledky Vincencové zas poukázaly, že 67 % mužů vnímá změny ve vztahu po narození dítěte neutrálně nebo pozitivně a 33 % negativně. Nelze stanovit universální model – každý pár prochází jedinečnou vývojovou trajektorií determinovanou řadou vnitřních i vnějších faktorů.

Shrnutí – Z celkových výsledků vyplývá, že současní otcové se aktivně zapojují do péče o novorozence a domácnost, dostává se jim většinou dostatečné podpory. Co se týče sexuality, je zřejmé, že tato oblast je velmi individuální a ovlivněná mnoha faktory, a je důležité se jí věnovat s citlivostí a pochopením. Tyto zjištění by měly klást důraz na zdravotnické pracovníky a poradce, aby mohli lépe podporovat zapojení otců do péče o dítě a poskytovat cílenou pomoc párům v období po narození dítěte.

4 Návrh řešení a doporučení pro praxi

Z výzkumného šetření vyplývá potřeba zlepšit psychickou podporu otců a edukovat o péči ohledně novorozence už před porodem a na oddělení šestinedělí, aby se o něj nebáli starat doma. Proto bych navrhovala následující doporučení:

1. Zlepšení edukace otců:

- Vytvoření speciálních předporodních kurzů zaměřených na otce
- Příprava edukačních materiálů o péči o novorozence pro otce
- Praktické nácviky základních činností (přebalování, koupání)

2. Posílení role zdravotnického personálu:

- Aktivní zapojování otců do péče již v porodnici
- Poskytování individuálního poradenství pro otce
- Vytvoření podpůrných skupin pro novopečené otce

3. Podpora partnerského vztahu:

- Edukace párů o možných změnách ve vztahu po narození dítěte
- Doporučení pro udržení kvality partnerského vztahu
- Poradenství v oblasti intimity a sexuality po porodu

4. Praktická doporučení pro zdravotnická zařízení:

- Umožnění přítomnosti otců na oddělení šestinedělí
- Organizace workshopů pro páry
- Vytvoření informačních materiálů o roli otce v šestinedělí

5. Podpora rodinného systému:

- Zapojení širší rodiny do podpory obou rodičů
- Doporučení pro rozdělení domácích povinností
- Vytvoření podpůrné sítě pro mladé rodiny

Tato doporučení by měla vést k lepší připravenosti otců na jejich novou roli, posílení partnerských vztahů, zvýšení spokojenosti obou rodičů v péči o novorozence a vytvoření harmonického rodinného prostředí.

Závěr

Tato bakalářská práce se zabývá otcovskou rolí v období šestinedělí. Byla rozdělena na teoretickou a výzkumnou část. Teoretická část systematicky mapuje problematiku od základní definice šestinedělí přes historický vývoj role otce až po současné výzvy, kterým otcové čelí. Významným přínosem práce je propojení historického kontextu role otce s moderními přístupy k otcovství, což umožňuje lépe pochopit současné trendy aktivního otcovství. Práce také důkladně analyzuje společenské stereotypy o roli otce a jejich vliv na zapojení mužů do péče o novorozence. Práce se také zmiňuje o zapojení profese porodní asistentky k podpoře otce během šestinedělí.

Výzkumná část práce byla zaměřena na výzkumné šetření, které bylo realizováno formou kvantitativního anonymního dotazníku. Výzkumu se zúčastnilo celkem 100 respondentů. Dotazníky byly distribuovány prostřednictvím odkazu na internetový portál Survio mezi rodinné příslušníky, kamarády, známé a rozdan ženám v Gynekologické ambulanci MUDr. Šustera v Jihlavě, kde jsem zaměstnaná. Návratnost dotazníků byla 100 %. Hlavním cílem práce bylo zjistit míru zapojení otců do péče o novorozence a chodu domácnosti v období šestinedělí a změny v partnerském vztahu. Výzkum prokázal, že většina současných otců se aktivně podílí na péči o dítě i domácnost. Nejčastěji se otcové věnují nákupům (34,51 %), úklidu (25,66 %) a v péči o dítě především procházkám s kočárem (21,62 %) a koupání (20,72 %). Pouze minimální počet otců (1,77 %) uvedl, že nepomáhá vůbec. Tato zjištění ukazují na pozitivní trend v současné společnosti, kdy se otcové stále více zapojují do péče o dítě a podporu partnerky. Z výzkumu také vyplynulo, že většina otců (81 %) hodnotí podporu, kterou dostávali v období šestinedělí, jako dostatečnou nebo průměrnou. V oblasti partnerských vztahů můj výzkum ukázal, že 40 % otců zaznamenalo zlepšení vztahu a 45 % uvedlo, že vztah zůstal beze změny. Tyto výsledky naznačují, že aktivní zapojení otců může pozitivně ovlivňovat kvalitu partnerského vztahu.

Výsledky této práce mohou být přínosné pro zdravotnické pracovníky, porodní asistentky a další odborníky pracující s novopečenými rodiči. Mohou pomoci při vytváření podpůrných programů pro otce a při zlepšování edukace v oblasti zapojení otců do péče o novorozence.

Cíl bakalářské práce byl splněn a bylo prokázáno, že současní otcové se významně podílejí na péči o dítě i chodu domácnosti, což koresponduje s teoretickými poznatky o moderních přístupech k otcovství. Výzkum také odhalil důležité aspekty týkající se podpory matky ze strany otce, konkrétních způsobů zapojení do péče o dítě.

Práce také potvrdila význam role porodní asistentky v podpoře aktivního otcovství. Na základě získaných poznatků byly formulovány konkrétní doporučení pro praxi, zejména vytvoření specializovaných edukačních materiálů pro otce, rozšíření předporodních kurzů, posílení role zdravotnického personálu v podpoře otců, zaměření se na prevenci a řešení poporodních depresí u mužů.

Věřím, že tato práce významně přispěje k lepšímu pochopení komplexní problematiky zapojení otců do péče o novorozence a pomůže v rozvoji podpůrných programů pro otce v období šestinedělí.

Seznam použité literatury

AGRAWAL, Jayesh; CHAKOLE, Swarupa; SACHDEV, Chetna. The role of fathers in promoting exclusive breastfeeding. *Cureus*, 2022, 14. 10. ISBN 978-02-266-0121-2.

APERIO. *Start rodičovství – co (a kdy) je potřeba zařídit po narození miminka*. Online. 2022. Dostupné z: <https://www.aperio.cz/clanky/start-rodicovstvi-co-a-kdy-je-potreba-zaridit-po-narozeni-miminka>. [cit. 2025-04-02].

BOWLES, Hannah Riley; KOTELCHUCK, Milton; GRAU, Marc Grau. Reducing barriers to engaged fatherhood: three principles for promoting gender equity in parenting. *Engaged fatherhood for men, families and gender equality*, 2022, 299 -305. DOI: https://doi.org/10.1007/978-3-030-75645-1_17#DOI

CIACCIO, Vincent; BRONSON, Caitlin A.; CONTRADA, Richard J. Gender stereotypes and parental status: A comparison of fathers, mothers, and the childless-by-choice. *Psychology of Men & Masculinities*, 2021, 22.1: 7-15. DOI: <https://doi.org/10.1037/men0000311>

COOPER, Shauna M., et al. Stereotype awareness and Black fathers' paternal engagement: At the nexus of racial and fathering identities. *Psychology of Men & Masculinities*, 2021, 22.3: 443 – 454. DOI: <https://doi.org/10.1037/men0000340>

ČERMÁKOVÁ, Blanka. *K porodu bez obav 2. rozšířené vydání: Rady zkušené porodní asistentky prověřené mnoha ženami*. Albatros Media a.s, 2023. ISBN 9788026449744.

ČESKÁ GYNEKOLOGICKÁ A PORODNICKÁ SPOLEČNOST. *Šestinedělí a péče o dítě*. Online. 2024. Dostupné z: <https://www.nzip.cz/clanek/1733-sestinedeli-a-pace-o-dite>. [cit. 2025-02-10].

EMIR, Derya. The Madonna-Whore Complex in DH Lawrence's Sons and Lovers. *Kültür Araştırmaları Dergisi*, 20: 117-129. 2024. DOI: <https://doi.org/10.46250/kulturder.1436953>

FARLEY, Cindy L. Psychosocial adaptations in pregnancy. In: *Prenatal and postnatal care: A person-centered approach*. Wiley, 2023. p. 373-389. 9781119852698

GILL, Peter, et al. Getting into the “Dad Zone”: How do primary caregiving fathers of young children experience social support?. *Journal of Child and Family Studies*, 2021, 30: 102-142. <https://doi.org/10.1007/s10826-021-01919-1>

GOLDBERGEROVÁ, Sára. *Hlídací tátové a jiné stereotypy. Proč se musí vnímání rodičovství v naší společnosti změnit?* Online. 2022. Dostupné z: <https://cc.cz/hlidajici-tatove-a-jine-stereotypy-zeny-proc-se-musi-vnimani-rodicovstvi-v-nasi-spolecnosti-zmenit/>. [cit. 2025-04-01].

GREGORA, Martin a MILOŠ VELEMÍNSKÝ ML. *Těhotenství a mateřství*. Grada, 2017. ISBN 978-80-271-9816-0.

HAMPLOVÁ, Ludmila a KYŠA, Leoš. *Jak přežít manželství*. Praha: Epocha, 2015. ISBN 978-80-7425-253-2.

HERTLER, Steven; PERÑAHERRERA-AGUIRRE, Mateo; FIGUEREDO, Aurelio José. An Evolutionary Explanation of the Madonna-Whore Complex. *Evolutionary Psychological Science*, 2023, 9.3: 372-384. <https://doi.org/10.1007/s40806-023-00364-1>

HUDÁKOVÁ, Zuzana a KOPÁČIKOVÁ, Mária. *Příprava na porod: fyzická a psychická profylaxe*. Grada, 2017. ISBN 978-80-271-9747-7.

CHILDS, Charmaine, et al. Birth-related wounds: risk, prevention and management of complications after vaginal and caesarean section birth. *Journal of wound care*, 2020, 29.Sup11a: S1-S48. <https://doi.org/10.12968/jowc.2020.29.Sup11a.S1>

JANIGHORBAN, Mojgan, et al. Women's Needs on Bed Rest during High-risk pregnancy and Postpartum Period: A Qualitative Study. *Journal of Midwifery & Reproductive Health*, 2018, 6.3. Vol 6, Issue 3, p. 13 – 27. ISSN: 2345-4792

JANOŠKO, Pavol; JANUŠKOVÁ, Erika. The fathers role in Upbringing-resources and obstacles of contemporary fatherhood. *life*, 2022, 17: 18. ISBN: 978-605-06286-4-7.

JOHANSSON, Thomas. Theorising fatherhood: challenges and suggestions. *Families, Relationships and Societies*, 2023, 12.1: 49-59. DOI: <https://doi.org/10.1332/204674321X16693961177375>

- JOHNSON, Kimberly Ann. *The fourth trimester: A postpartum guide to healing your body, balancing your emotions, and restoring your vitality*. Shambhala Publications, 2017. ISBN 9781611804003
- JOCHMANNOVÁ, Leona; KIMPLOVÁ, Tereza a SVOBODA, Jan. *Psychologie rodiny*. Grada, 2023. ISBN 978-80-247-4549-7.
- KACHLOVÁ, Miroslava; KUČOVÁ, Jana a PETRÁŠOVÁ, Veronika. *Ošetrovatelská péče v neonatologii*. Sestra. Praha: Grada Publishing, 2022. ISBN 978-80-271-3176-1.
- KAPLAN, Danny; KNOLL, Efrat. A cultural model of parenthood as engineering: How caregiving fathers construct a gender-neutral view of the parent role. *Journal of Family Issues*, 2019, 40.3: 363-389. <https://doi.org/10.1177/0192513X18811387>
- KOCIÁNOVÁ, Aneta. *Vnímání těhotenství, porodu a šestinedělí otcem dítěte*. Online. Bakalářská práce. Brno: Masarykova univerzita, Lékařská fakulta. 2018. Dostupné z: <https://is.muni.cz/th/pszdf/>.
- LEAHY-WARREN, Patricia, et al. Fathers' perceptions and experiences of support to be a parenting partner during the perinatal period: a scoping review. *Journal of Clinical Nursing*, 2023, 32.13-14: 3378-3396. <https://doi.org/10.1111/jocn.16460>
- LEWINGTON, Lily; LEE, Jessica; SEBAR, Bernadette. "I'm not just a babysitter": Masculinity and men's experiences of first-time fatherhood. *Men and Masculinities*, 2021, 24.4: 571-589. <https://doi.org/10.1177/1097184X21993884>
- LOBEY. *Výtoky: S jakými druhy se můžeme setkat a co znamenají?* Online. 2025. Dostupné z: <https://www.lobey.cz/blog/vytoky--s-jakymi-druhy-se-muzeme-setkat/?srsltid=AfmBOoog7jusmcP0Z84OXLoJwP7720W53YnNe6JMqVA-6vb1u9banKQ3>. [cit. 2025-04-10].
- LUCEDA.CZ. *Hygienické návyky jsou další důležitou povinností při péči o novorozence*. Online. 2022. Dostupné z: <https://www.luceda.cz/blog/koupani-a-hygiena-miminka/>. [cit. 2025-03-13].
- MALIK, Anu. Ignored sufferers: a phenomenological inquiry into the lived experiences of postpartum depression among men. *Advances in Mental Health*, 2025, 23.1: 21-35.

MARTIN, Christian, et al. The physiological changes in the postpartum period after childbirth. *Asian Journal of Social and Humanities*, 2022, 1.03: 105-118.

<https://doi.org/10.59888/ajosh.v1i03.19>

MATULNÍKOVÁ, Ludmila. *Edukace v podpoře životního stylu žen v těhotenství a po porodu*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2023. ISBN 978-80-244-6420-6.

RATIH, Koesoemo, et al. Learning patterns during the disruptive situation in informal education: Parents' efforts and challenges in the adjustment of progressive learning.

Indonesian Journal on Learning and Advanced Education (IJOLAE), 2021, 180-193.

<https://doi.org/10.23917/ijolae.v3i3.15151>

ROZTOČIL, Aleš. *Moderní porodnictví: 2., přepracované a doplněné vydání*. Grada, 2017. ISBN 978-80-271-9757-6.

SAMKOVÁ, Alžběta. *Vulvou porodní asistentky*. Albatros Media a.s., 2020. ISBN 9788026430575

SLEZÁKOVÁ, Lenka. *Ošetrovatelství v gynekologii a porodnictví: 2., přepracované a doplněné vydání*. Grada, 2017. ISBN 978-80-271-9795-8.

SOMA-PILLAY, Priya, et al. Physiological changes in pregnancy: review articles.

Cardiovascular journal of Africa, 2016, 27.2: 89-94. DOI:

<https://hdl.handle.net/10520/EJC188686>

ŤOPKOVÁ, Anna. \textit{Vnímání sexuality páru po porodu}. Online. Bakalářská práce. Brno: Masarykova univerzita, Lékařská fakulta. 2018. Dostupné z:

<https://theses.cz/id/rhzgnp/>.

VINCENECOVÁ, Dominika. *Vliv porodu a šestinedělí na mužskou sexualitu*. Vedoucí Moravčíková, Dagmar. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně. Fakulta humanitních studií, Ústav zdravotnických věd, 2015. Dostupné také

z: <http://hdl.handle.net/10563/33238>.

WANGER, Susanne; ZAPF, Ines. For better or worse: How more flexibility in working time arrangements and parental leave experiences affect fathers' working and childcare hours in Germany. *JFR-Journal of Family Research*, 2022, 34.2: 582-614.

<https://doi.org/10.20377/jfr-644>

ZOJA, Luigi. *The father: Historical, psychological and cultural perspectives*.
Routledge, 2018. eBook ISBN 9781315144047

Přílohy

Příloha č. 1 Dotazník

DOTAZNÍK PRO MUŽE, KTERÝM SE NARODILO DÍTĚ V OBDOBÍ OD LEDNA 2022 DO ÚNORA 2025
Dobrý den,

jmenuji se Kateřina Plocková a jsem studentkou 3. ročníku studijního programu Porodní asistence na Katedře zdravotnických studií Vysoké školy polytechnické Jihlava. V rámci své bakalářské práce se zaměřuji na téma „Role otce v období šestinedělí“.

Cílem tohoto výzkumu je lépe porozumět roli otců během šestinedělí a přispět k důležitým informacím o rodinném životě. Ráda bych Vás tímto požádala o vyplnění mého dotazníku. Vaše názory a zkušenosti jsou velmi cenné a pomohou osvětlit otázky týkající se otcovství a jeho vlivu na rodinu.

Vaše odpovědi budou zcela anonymní a použity pouze pro akademické účely. Dotazník je krátký a jeho vyplnění by mělo zabrat přibližně 5-10 minut.

Předem děkuji za Vaši ochotu a čas!

- 1) Kolik Vám bylo let, když se narodilo Vaše dítě?
 - ☐ 15-20
 - ☐ 21-30
 - ☐ 31-40
 - ☐ 41 a více
- 2) Jaké je Vaše nevyšší dosažené vzdělání?
 - ☐ Základní
 - ☐ Středoškolské bez maturity
 - ☐ Středoškolské s maturitou
 - ☐ Vysokoškolské
- 3) Jaký byl Váš rodinný stav, když se narodilo Vaše dítě?
 - ☐ Partnerský žijící ve společné domácnosti
 - ☐ Partnerský nežijící ve společné domácnosti
 - ☐ Ženatý
 - ☐ Svobodný
- 4) Bylo těhotenství vaší partnerky plánované?
 - ☐ Ano
 - ☐ Spíše ano
 - ☐ Ne
 - ☐ Spíše ne
- 5) Jaká byla Vaše reakce na otěhotnění?
 - ☐ Radost a štěstí
 - ☐ Strach
 - ☐ Šok
 - ☐ Vztek
 - ☐ Zklamání
 - ☐ Jiná

- 6) Byl jste přítomen u porodu?
- ☐ Ano, u spontánního (vaginálního) porodu
 - ☐ Ano, u plánovaného císařského řezu
 - ☐ Ano, ale nakonec porod skončil akutním císařským řezem
 - ☐ Ne
- 7) Měl jste možnost zůstat s partnerkou po návratu z porodnice několik dní doma?
- ☐ Ano
 - ☐ Ne
- 8) Jaké zdroje informací jste využíval pro přípravu na otcovství?
- ☐ Internet
 - ☐ Partnerka
 - ☐ Kamarádi/rodina
 - ☐ Knihy
 - ☐ Kurzy a semináře
 - ☐ Žádné
 - ☐ Jiné
- 9) Jaký byl Váš pocit těsně po narození dítěte?
- ☐ Dojetí a radost
 - ☐ Zklamání
 - ☐ Šok
 - ☐ Únava
 - ☐ Neutrální
 - ☐ Jiný
- 10) Změnil se po narození Vašeho dítěte vztah s partnerkou?
- ☐ Ano, k lepšímu
 - ☐ Ano, k horšímu
 - ☐ Ne, pořád stejný
- 11) Změnil se Váš pohled na partnerku po intimní stránce?
- ☐ Ano
 - ☐ Spíše ano
 - ☐ Ne
 - ☐ Spíše ne
- 12) Užíval jste si období šestinedělí?
- ☐ Ano
 - ☐ Spíše ano
 - ☐ Ne
 - ☐ Spíše ne
- 13) Měl jste pocit, že vaše duševní zdraví bylo negativně ovlivněno změnami po narození Vašeho dítěte?
- ☐ Ano
 - ☐ Spíše ano
 - ☐ Ne
 - ☐ Spíše ne

14) Pokud ano, jak jste se vyrovnával se stresem? (Odpovídejte jen pokud jste odpověděli v otázce 13) „Ano/Spíše ano“.

- ☐ Odborník (terapeut)
- ☐ Rozhovory s kamarády/rodinou
- ☐ Rozhovory s partnerkou
- ☐ Sport
- ☐ Práce
- ☐ Jinak

15) Jaké byla vaše očekávání ohledně období šestinedělí ve srovnání s tím, jaké skutečně bylo?

- ☐ Očekával jsem, že to bude náročné, ale nakonec to nebylo tak špatné.
- ☐ Očekával jsem, že to bude náročné, ale nakonec to bylo ještě horší.
- ☐ Očekával jsem, že to nebude náročné, a skutečně to až tak náročné nebylo.
- ☐ Očekával jsem, že to nebude náročné, ale bylo to velmi náročné.

16) Báli jste se starat prvních 6 týdnů o novorozence?

- ☐ Ano
- ☐ Spíše ano
- ☐ Ne
- ☐ Spíše ne

17) Jaké byly vaše největší obavy během šestinedělí?

- ☐ Zdraví dítěte
- ☐ Schopnost zvládat péči
- ☐ Vztah s partnerkou
- ☐ Že už nikdy nebude nic tak, jako dřív
- ☐ Žádné jsem neměl
- ☐ Jiné

18) Jak jste pomáhal v období šestinedělí partnerce a jak jste se podílel na chodu domácnosti?

- ☐ Vaření
- ☐ Úklid
- ☐ Nákupy
- ☐ Starost o dítě/děti, které už jsme měli
- ☐ Nepomáhal jsem
- ☐ Jinak

19) Jaké aktivity jste v šestinedělí podnikal se svým novorozeným dítětem?

- ☐ Koupání
- ☐ Uspávání
- ☐ Krmení
- ☐ Přebalování
- ☐ Hraní a povídání
- ☐ Procházký s kočárem
- ☐ Žádné
- ☐ Jiné

- 20) Jaký byl váš přístup k nočnímu vstávání a krmení dítěte?
- Vstával jsem střídavě s partnerkou
 - Většinou jsem vstával já
 - Většinou vstávala partnerka
- 21) Jakou podporu jste od partnerky nebo rodiny během šestinedělí dostával?
- Velkou
 - Průměrnou
 - Malou
 - Žádnou
- 22) Jaké aspekty jste z níže uvedených v šestinedělí nejvíce postrádali?
- Informace a vzdělávání o péči o dítě
 - Čas na odpočinek
 - Sebevědomí
 - Sociální interakce (přátelé)
 - Čas na sebe a své koníčky
 - Možnost diskutovat o svých pocitech
 - Finance
 - Podpora ze strany rodiny a přátel
 - Žádné
 - Jiné
- 23) Jaké konkrétní potřeby nebo přání jste měl během šestinedělí od partnerky, které nebyly naplněny?
- Důvěra a uznání mojí role otce (chtěl bych větší zapojení do péče o dítě)
 - Emocionální podpora a větší zájem o mě
 - Sex a intimita
 - Společně strávený čas
 - Úklid a starost o domácnost, vaření
 - Žádné
 - Jiné