

LIETUVOS SVEIKATOS MOKSLŲ UNIVERSITETAS
MEDICINOS AKADEMIJA
VISUOMENĖS SVEIKATOS FAKULTETAS
Sveikatos psichologijos katedra

BRIGITA MARKEVIČIŪTĖ

TĖVYSTĖS PATIRTYS TARP TĖČIŲ, BAIGUSIŲ STEP PROGRAMĄ

Sveikatos psichologijos pirmosios pakopos studijų baigiamasis darbas

Leidžiama ginti

(Rengimo komisijos pirmininkas,
mokslinis laipsnis, vardas ir pavardė, parašas)

Studentė Brigita Markevičiūtė _____

Darbo vadovė lekt. dr. Jolita Jonynienė _____

KAUNAS, 2022

TURINYS

PADĖKA.....	4
SANTRAUKA	5
SUMMARY	6
PAGRINDINĖS SĄVOKOS	7
1. ĮVADAS	8
1.1. Įžanga.....	8
1.2. Literatūros apžvalga	10
1.2.1. Tėvo vaidmenys vaiko gyvenime.....	10
1.2.2. Pozityvios tėvystės principai.....	11
1.2.3. Tėvystės įgūdžius stiprinančios programos.....	12
1.2.4. Tėvystė, baigus tėvystės įgūdžius stiprinančią programą	16
1.2.5. Apibendrinimas	20
1.3. Darbo tikslas ir tyrimo klausimas	20
2. METODAI	21
2.1. Teorinis tyrimo pagrindimas	21
2.1.1. Kokybinės tyrimo strategijos pasirinkimas	21
2.1.2. Fenomenologinės analizės metodo pasirinkimas	21
2.2. Tyrimo eiga ir imtis	22
2.2.1. Fenomeno formulavimas.....	22
2.2.2. Tyrimo dalyviai	22
2.2.3. Etiniai aspektai	23
2.2.4. Validumo užtikrinimas	24
2.3. Duomenų rinkimas ir apdorojimas	25
2.3.1. Pusiaus struktūruotas interviu.....	25
2.3.2. Transkribavimas.....	26
2.4. Duomenų analizė	26
3. REZULTATAI.....	28
3.1. Tėvystė – tai.....	29
3.1.1. Atsakomybė už vaiką (8/9)	29
3.1.2. „Nuolatinis mokymasis“ (6/9)	30
3.1.3. Stiprūs malonūs išgyvenimai (9/9).....	30
3.2. Santykis su programa.....	31
3.2.1. Aukšta motyvacija pradžioje (7/9).....	31
3.2.2. „Esi ne vienas“ – bendrystė su kitais tėvais (8/9)	32
3.2.3. „Nei laiko, nei noro juos [namų darbus] daryti“ (8/9)	32
3.2.4. Pastangos pritaikyti žinias su kitais žmonėmis (6/9)	33
3.3. Artimas ryšys su vaiku	33
3.3.1. Atvirumas (8/9)	34
3.3.2. Bendros veiklos (6/9)	34
3.4. Pagarbaus auklėjimo metodai	35
3.4.1. Aiškių taisyklių susitarimas (8/9).....	35
3.4.2. Šeimos susirinkimas – galimybė kartu spręsti šeimos reikalus (5/9).....	35
3.4.3. Vaiko drąsinimas prisiimti atsakomybę (7/9)	36
3.4.4. Pastangos paruošti vaiką savarankiškam gyvenimui visuomenėje (6/9)	37
3.4.5. Komandiškumo su partnere svarba tėvystėje (6/9)	37
3.4.6. Atidesnė savo elgesio su vaiku analizė (5/9)	37
3.4.7. Gebėjimas adekvačiai reaguoti į emociškai „karštą“ situaciją (6/9).....	38
3.5. Unikalių temų	39
3.5.1. Kantrybė – iššūkis (4/9)	39

3.5.2. Vaikai – „suaugusiųjų veidrodis“ (4/9).....	39
4. APTARIMAS.....	40
4.1. Rezultatų interpretacija ir palyginimas su kitų autorių darbais	40
4.2. Tyrimo privalumai ir ribotumai.....	44
4.3. Rekomendacijos ateities tyrimams	45
5. IŠVADOS	46
LITERATŪROS SĄRAŠAS.....	47

PADĖKA

Dėkoju tyrimo dalyviams už skirtą laiką, atvirą pasidalinimą savo patirtimi bei pasitikėjimą. Esu dėkinga, kad leidote prisiliesti prie Jūsų tėvystės.

Dėkoju bakalauro vadovei lekt. dr. Jolitai Jonynienei už konsultacijas darbo rengimo metu, patarimus, palaikymą bei pagalbą ieškant dalyvių. Ačiū už skirtą laiką ir galimybę iškilus klausimams kreiptis.

Taip pat dėkoju STEP vadovų komandai už bendradarbiavimą: už tai, kad pasidalinote kvietimu dalyvauti tyrime su tėčiais.

Esu dėkinga lekt. Mildai Kukulskienei už suteiktą galimybę kreiptis dėl Colaizzi aprašomosios fenomenologinės analizės bei už atsakymus į klausimus.

SANTRAUKA

Markevičiūtė, B. (2022). *Tėvystės patirtys tarp tėčių, baigusių STEP programą* (Sveikatos psichologijos bakalauro baigiamasis darbas). Mokslinė vadovė: lekt. dr. Jolita Jonynienė. Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, Medicinos akademija, Visuomenės sveikatos fakultetas, Sveikatos psichologijos katedra: Kaunas. – 50 p.

Tyrimo problema. Lietuvos statistika rodo, kad 2020 m. ketvirtadalis šeimų su vaikais buvo vienišos šeimos: vaikai dažniau augo su mama nei su tėčiu. Neretu atveju tėvo vaidmuo vaiko gyvenime suvokiamas kaip mažiau svarbus negu mamos. Tyrimuose susijusiuose su tėvyste tėčiai rečiau dalyvauja negu mamos. Nebuvo rasta nei vieno tyrimo, kuris nagrinėtų būtent tėčių patirtis, baigus tėvystės įgūdžius stiprinančią programą.

Tyrimo tikslas – atskleisti tėvystės patirimą tarp tėčių, baigusių STEP programą.

Tyrimo dalyviai. Tėčiai, kurie baigė STEP programą nuo 2020 m. gruodžio mėn. iki 2021 m. gruodžio mėn. (n=9).

Tyrimo metodai. Pasirinktas kokybinis tyrimas. Duomenys buvo renkami pusiau struktūruoto interviu būdu. Interviu atlikti 2021 m. gruodžio – 2022 m. sausio mėnesiais gyvai ir nuotoliniu būdu. Duomenys buvo analizuojami, pasitelkiant Colaizzi (1978) aprašomąjį fenomenologinį metodą.

Rezultatai. Atlikus Colaizzi aprašomąją fenomenologinę analizę, išryškėjo 4 pagrindinės temos, kurios atskleidžia tėčių, baigusių STEP programą, tėvystės patirtis: 1) Tėvystė – tai ..., 2) Santykis su programa, 3) Artimas ryšys su vaiku, 4) Pagarbaus auklėjimo metodai.

Išvados. 1) Dalyviams tėvystė yra atsakomybė už vaiką, nuolatinis mokymasis ir stiprūs malonūs išgyvenimai. 2) STEP programos pradžioje tėčiai buvo stipriai motyvuoti; eigoje jautė bendrystę su kitais tėvais, susidūrė su iššūkiais atliekant užduotis namuose bei stengėsi pritaikyti įgytas žinias su kitais žmonėmis. 3) Tyrimo dalyvių ryšys su vaiku artimas. 4) Šie tėčiai pagarbiai auklėja vaiką.

Raktažodžiai: tėtis, tėvystė, pozityvi tėvystė, STEP programa, Colaizzi aprašomoji fenomenologinė analizė

SUMMARY

Markevičiūtė, B. (2022). *Fatherhood experiences among fathers who completed STEP program*. (Bachelor's thesis of Health Psychology). Scientific supervisor: lect. dr. Jolita Jonynienė. Lithuanian University of Health Sciences, Medical Academy, Faculty of Public Health, Department of Health Psychology: Kaunas. – 50 p.

Scientific problem. Lithuanian statistics show that a quarter of families with children were single families in 2020: children more often grew up with their mother rather than with their father. In many cases, the role of the father in the life of the child is perceived as less important than the mother. In the research related to the parenthood, fathers participated less often compared to the number of mothers. No studies were found that examined fathers' experiences after completing a parenting skills strengthening program.

The aim – to reveal the parenting experience among the fathers who have completed the STEP program.

Participants. Fathers who have completed the STEP program since December 2020 until December 2021 (n = 9).

Method. The qualitative research was chosen. The data was collected using a semi-structured interview. The study started in December 2021 and finished in January 2022. The interview was conducted live and online. Data analysis was done using the descriptive phenomenology analysis method by Colaizzi (1978).

Results. After conducting descriptive phenomenological analysis 4 themes emerged that reveal the parenting experiences of fathers who have completed the STEP program: 1) Fatherhood is ..., 2) Relationship with the program, 3) Close relationship with the children, 4) Methods of respectful upbringing.

Conclusion. 1) Participants described fatherhood as a responsibility for the children, continuous learning and strong enjoyable feelings. 2) Fathers were strongly motivated at the beginning of the STEP program; they felt a sense of communion with other parents, faced challenges in completing tasks at home and tried to apply the knowledge with other people. 3) The participants' relationship with the children is close. 4) These parents raise the children with respect.

Keywords: father, fatherhood, positive parenting, STEP program, Colaizzi's descriptive phenomenology analysis method

PAGRINDINĖS SĄVOKOS

Auklėjimas – tai asmens dvasinių poreikių, moralinių ir estetinių vertybių, įsitikinimų, charakterio bruožų bei kultūringo elgesio įgūdžių formavimas (Rajeckas, 1999).

Pozityvi tėvystė – tinkama vaiko globa, išmintinga kontrolė ir veiksminga pagalba, sutelkiant dėmesį į fizinius, psichologinius, emocinius, intelektualinius, socialinius ir dvasinius vaiko poreikius (Vyšniauskytė-Rimkienė ir Liobikienė, 2012). Pozityvios tėvystės pagrindas – vaiko drąsinimas, tinkamo elgesio skatinimas, o ne bausmės.

STEP programa (kitaip – sistemingas efektyvaus auklėjimo įgūdžių lavinimas) – įvairaus amžiaus vaikų (iki 17 m. imtinai) tėvams skirta psichoedukacinė programa, kuria siekiama tobulinti vaikų auklėjimo įgūdžius (Jonynienė, 2011).

Tėvas/ tėtis – vienas iš gimdytojų (tėvų), vyras santykiyje su vaiku (lietuvių kalbos žodynas, 2018).

Tėvystė – plačiąja prasme tai buvimas tėvais (mama arba tėvu), siaurąja – buvimas tėvu (lietuvių kalbos žodynas, 2018). „Tai procesas, kai yra skatinamas ir palaikomas vaiko fizinis, emocinis, socialinis bei intelektualinis vystymasis nuo kūdikystės iki pilnametystės.“ (Brooks, 2012, p. 10).

1. ĮVADAS

1.1. Įžanga

Kiekvieną dieną maždaug milijonas suaugusių žmonių pasaulyje pirmą kartą tampa tėvais (Bornstein ir Cheah, 2006, cit. Kyriazos ir Stalikas, 2018). Ar tai daug, ar mažai galima diskutuoti, tačiau neabejotina, kad tapimas tėvu (mama ar tėčiu) yra unikali patirtis. Jonynienės ir kolegų (2015) teigimu, vis daugiau tėvų pripažįsta, jog tėvystė yra vienas prasmingiausių, tačiau ir sudėtingiausių patyrimų per visą suaugusiojo gyvenimą.

Literatūroje tėvystė apibrėžiama dvejopai. Daugiausia ji apibūdinama kaip buvimas tėvais bendrąja prasme (mama arba tėčiu). Kitas apibrėžimas yra specifiskesnis – tai buvimas tėvu/tėčiu. Šiame darbe bus naudojamos abi sąvokos perspektyvos – įvado dalyje dažniau platesnė, o aprašant tyrimą, gautus rezultatus – siauresnė.

Pastarąjį dešimtmetį stebimas itin didelis susidomėjimas pozityvia tėvyste. Tai vaikų auklėjimo strategija, paremta abipuse pagarba, drąsinimu, sutartų taisyklių laikymusi ir skatinimu prisiimti atsakomybę už savo elgesį, taip stengiantis, kad vaikas būtų visapusiai išsivystęs. Pasak mokslininkų, šiais laikais tėvai suvokia, kad gebėjimas pavyzdingai ugdyti vaiką bei palaikyti artimus ir pagarbius santykius nėra įgimtas – to reikia mokytis (Liobikienė, 2009; Bornstein ir kt., 2010; Rodrigo ir kt., 2012). Tą supratę tėvai pasitelkia žinių tobulinimo būdus, tokius kaip knygos, televizijos laidos, straipsniai internete, diskusijos su draugais ar konsultacijos su specialistais. Viena iš efektyviausių priemonių yra pozityvios tėvystės programos, kurios organizuojamos įvairiose pasaulio šalyse. Jų veiksmingumas įrodytas moksliniais tyrimais: anot Salari ir kolegų (2014), tėvų grupės pagal tokias programas stiprina ryšį su vaiku, mažina konfliktų riziką, didina harmoniją šeimoje bei tėvų pasitikėjimą savimi (Salari ir kt., 2014). Programos dažnai skiriasi priklausomai nuo teorinio pagrindo ir tikslinės grupės: vaikai, turintys autizmo spektro sutrikimą, emocijų ir elgesio sutrikimų ir pan. Bakalauro darbe bus daugiausiai kalbama apie Dinkmeyer Vyresniojo, McKay ir Dinkmeyer Jaunesniojo sukurtą programą, kuri sistemingai lavina efektyvaus auklėjimo įgūdžius (angl. Systematic Training for Effective Parenting), labiau žinomą kaip STEP (toliau – STEP programa). Ji pasirinkta dėl dviejų priežasčių – lengviausio dalyvių pasiekiamumo ir asmeninio smalsumo.

Šio darbo objektas yra tėvystės patirtys tarp tėčių, kurie baigė STEP programą. Vienas iš problemos aspektų temoje yra tai, kad tyrimuose (kaip ir mokymuose) tėčiai rečiau dalyvauja nei mamos. Kaip pavyzdį būtų galima pateikti STEP programos efektyvumą nagrinėjančius tyrimus. 2010–2011 m. vykdytame tyrime dalyvavo maždaug 8 proc. tėčių, 2011–2012 m. apie 12 proc., o 2015 m. beveik 14 proc. (Jonynienė, 2011; Jonynienė ir kt., 2015; Pilkionienė ir Jonynienė, 2016). Kitas problemos aspektas yra tai, kad visuomenėje neretai tėvo vaidmuo suvokiamas kaip mažiau

svarbus negu mamos. Pasak Kurienės (2016), mūsų visuomenėje yra gajūs stereotipiniai kraštutiniai. Vienas iš jų, kad tėvas yra mamos aprūpintojas ir pagalbininkas, t.y. jis parneša pirkinius, nuveža ar parveža vaiką, patikrina, ar namuose neperdegė lemputė ir pan. Kitas mitas – mažam vaikui tėvo nereikia. Jis bus reikalingas tuomet, kai vaikas pradės kalbėti ar vaikščioti (Kurienė, 2016). Šie ar kiti panašūs stereotipai sumenkina tėvo vaidmenį vaiko gyvenime, nors mokslininkai vienbalsiai sutaria, kad jis yra vienodai reikšmingas (DeBell, 2008; Lamb, 2010; Kurienė, 2016). Tėtis kaip ir mama gali rūpintis vaiku, jį globoti, užjausti ir suprasti, tik, žinoma, tą daro savais būdais. Dėl to tėčiui, kaip ir mamai, būtina tobulinti tėvystės įgūdžius.

Prie problemos ir temos aktualumo vertėtų paminėti vaikų, kurie gyvena be tėčių, statistiką. Eurostat (2021) duomenimis, 2020 m. iš visų šeimų Lietuvoje ketvirtadalis buvo vienišų tėvų šeimų, kuriose gyvena vaikas(-ai). Dažniau vaikai gyvena tik su mama. Galimai ši statistika siejasi su dideliu skyrybų skaičiumi. Remiantis Lietuvos statistikos departamento (2020) duomenimis, 2019 m. užregistruota 8,7 tūkst. ištuokų, kas siekia beveik 45 proc. susituokusių porų. Šiek tiek daugiau nei pusė (54 proc.) 2019 m. išsiskyrusių porų turėjo bendrų iki 18 metų amžiaus vaikų. Po ištuokos šeimose be vieno iš tėvų (dažniausiai be tėvo) liko gyventi 6,7 tūkst. vaikų (Lietuvos statistikos departamentas, 2020). Iš pateiktos statistikos negalima daryti išvadų, kad tėtis išvis nebendrauja su vaiku, tačiau tikėtina, jog jeigu ir bendrauja, santykis nėra toks, koks galėtų būti. Tyrimai atskleidžia, kad kai vaikas auga namuose, kuriuose nėra tėvo, padidėja rizika: susidurti su elgesio problemomis ar psichikos sutrikimais (depresija, nutukimu, nerimu ir kt.), gauti prastesnius įvertinimus mokykloje, piktnaudžiauti psichoaktyviosiomis medžiagomis, įsitraukti į nusikalstamą veiklą, galvoti apie savižudybę, anksti pradėti lytinį gyvenimą ir kt. (National Fatherhood Initiative, 2015). Svarbu akcentuoti, kad ne tik tėvo nebuvimas turi neigiamą įtaką, bet ir netinkamas auklėjimas, pavyzdžiui, fizinės bausmės, sunkumai atliepti vaiko tikruosius poreikius, per didelis direktyvumas, neįsiklausymas į vaiką ar emocinės šilumos stoka. Tėvystės įgūdžių programos tėčiams suteikia žinių, kaip efektyviai auklėti vaiką, padėti įveikti sunkumus, o dalyvavusių tėčių patirtys padrąsina įsitraukti ir kitus. Aiškus žinojimas, kaip tinkamai patenkinti vaiko poreikius ir kurti tvirtą santykį su vaiku, gali paskatinti aktyviau dalyvauti vaiko gyvenime, kas padėtų išvengti aptartų neigiamų pasekmių ir sustiprintų tarpusavio ryšį. Kuo daugiau tėčių dalyvaus tokiose programose, tuo plačiau apie jas sklis žinia ir daugiau tėčių bus pasiruošę su pagarba ir ribomis auklėti vaikus.

Nors informacijos plačiąja prasme apie tėvystę yra daug, konkrečiai apie tėčius, baigusius pozityvios tėvystės programą, nebuvo rasta. Tai bus pirmas tokio pobūdžio tyrimas Lietuvoje. Mokslininkai kitose šalyse skiria daugiau dėmesio tėčiams, tačiau taip pat nepavyko rasti nei vieno tyrimo, kuris nagrinėtų tėvystę po mokymų. Keliuose straipsniuose buvo užsimenama apie tai, bet išvadų daryti negalima. Todėl yra matomas poreikis atlikti naują tyrimą. Būtent šis tyrimas prisidės

prie geresnio suvokimo, kokios yra tėčių patirtys, baigus tėvystės įgūdžius stiprinančią programą – konkrečiai STEP ir galbūt bus atspirties taškas tęsti tyrinėjimus.

Verta paminėti kelis aspektus apie šiame darbe naudojamas sąvokas. Kadangi tėvystė yra kompleksinis konstruktas, baigiamajame bakalauro darbe ji apims auklėjimą, santykį su vaiku ir save kaip tėtį. Žodžiai „tėtis“ ir „tėvas“ bus vartojami kaip sinonimai. Sąvokos „kursai“, „mokymai“ ir „programa“ taip pat bus sinonimai.

Toliau įvado dalyje bus išsamiau pristatoma tema ir su ja susijusi problema.

1.2. Literatūros apžvalga

1.2.1. Tėvo vaidmenys vaiko gyvenime

XX a. pradžioje – viduryje į tėvą buvo žiūrima kaip į patriarchą (valdovą), kuris turėjo didžiulę galią savo šeimoje (Knibiehler, 1995, cit. Lamb, 2010). Pasak Lamb (2010), tėvas pirmiausia buvo atsakingas už tai, kad vaikai augtų turėdami tinkamą vertybių sistemą. Vėliau dėmesys nuo moralinio vadovavimo buvo nukreiptas į šeimos aprūpinimą ir ekonominę paramą (Lamb, 2010).

XXI a. tėčiai drąsinami aktyviau įsitraukti į vaiko gyvenimą ir imtis įvairesnių su tėvyste susijusių vaidmenų. Lamb (2010) teigimu, jis gali būti rūpintojas, draugas, globėjas, gynėjas, pavyzdys ar mokytojas. Oravcová ir kolegos (2007) išskyrė, kuo kiekviename vaiko amžiaus tarpsnyje svarbus tėvas. Mamai laukiantis, pagrindinė tėvo pareiga yra palaikyti ir globoti mamą. Pirmaisiais keleriais mažylio gyvenimo metais tėvas kuria emocinį ryšį su vaiku. Dažniausiai tą daro per žaidimą. Ikimokykliniame amžiuje abu tėvai padeda vaikui priimti socialinius vaidmenis šeimoje ir už jos ribų. Šiame etape akivaizdžiai pastebimas mamos ir tėčio lygiavertiškumas. Vaikui pradėdant eiti į mokyklą, tėvo vaidmens svarba auga: jis pamažu tampa autoritetu, nes padeda išspręsti problemas. Ypač tai matoma auginant sūnų – tėvas tampa pavyzdžiu berniukui. Ankstyvoje paauglystėje (maždaug 11–14 m.) tėčio užduotis yra skatinti vaiko pasitikėjimą savimi ir, jeigu augina sūnų, supažindinti jį su vykstančiais brendimo pokyčiais. Paauglystėje tėvas turėtų priimti vaiką ir su juo elgtis kaip su suaugusiuoju. Jo pareiga yra padėti paaugliui priimti suaugusiojo vaidmenį (Oravcová ir kt., 2007, cit. Gežová, 2015).

Aptariant tėvo vaidmenį, svarbu paminėti vyraujančius stereotipus. Keletas jų buvo pristatyti įžangoje, tačiau šioje dalyje bus pakomentuota daugiau. Anot Kurienės (2016), visuomenėje vis dar gajus įsitikinimas, kad tėvas yra pagalbininkas mamai. Šiek tiek tiesos yra, bet tėtis turi ir kokybiškai kitokį vaidmenį, tad klaidinga manyti, jog jis tik padeda. Kitas mitas, kurį galima išgirsti, kad tėvo vaidmuo yra būti mama. Pasak Cruz-Ramírez ir kolegų (2018), tėvų vaidmenys skiriasi, dėl to tėtis neatstos mamos. Vaikui yra reikalingi abu tėvai (Peterson ir Lesch, 2021) ir

kiekvienas kuria savitą ryšį su vaiku. Dažnai tėtis tam pasitelkia žaidimus ir kitą smagią veiklą. Kurienės (2016) teigimu, dar vienas stereotipas yra tai, kad tėtis suprantamas kaip „baudėjas“: jo užduotis yra drausminti vaiką – subarti, kai elgiamasi netinkamai ar paraginti ruošti namų darbus. Akcentuotina, kad neretu atveju taip nėra, t.y. tėtis gali būti švelnus ir mylintis.

Taigi, XXI a. tėvas buvo drąšinamas imtis įvairesnių su tėvyste susijusių vaidmenų. Visgi visuomenėje dar vyrauja stereotipai ir neretu atveju pastebimas nuvertinimas. Nepaisant to, vis daugiau tyrėjų tėtį mato kaip lygiavertį mamai ir kalba apie jo svarbą vaiko vystymuisi.

1.2.2. Pozityvios tėvystės principai

Šiame skyrelyje bus pristatomi pagrindiniai pozityvios tėvystės principai. Informacija bus pateikta remiantis moksliniais straipsniais ir knygomis:

1. **Padrąšinimas.** Šio principo pagrindas – tėvai skatina tinkamą vaiko elgesį (Liobikienė, 2009). Kaip teigia Dreikurs ir Soltz (2012), yra du pagrindiniai aspektai padrąsinti vaiką: vienas – neatimti iš jo drąsos. Tai reiškia, kad vaikui leidžiama pačiam pabandyti atlikti darbus, nesumenkinant jo įgūdžių ir perdėtai neglobojant. Pavyzdžiui, leidžiama dvimečiui padėti sutvarkyti stalą, trimečiui apsivilkti kombinezoną ar kartu su mama gaminti vakarienę. Antras aspektas – aiškus žinojimas, kaip padrąsinti vaiką (Dreikurs ir Soltz, 2012). Svarbu atrasti savo būdus, kaip tą daryti ir drąsinti nuolat.
2. **Pasekmių, o ne bausmių naudojimas.** Pozityvios tėvystės šalininkai prieštarauja bausmėms, ypač fizinėms (Sanders, 1999). Jos skatina stipresnius pasipriešinimo ir paniekos jausmus bei žeidžia vaiko orumą (Dreikurs ir Soltz, 2012). Vietoje bausmių naudojamas pasekmių metodas: natūralios arba loginės pasekmės (Sanders, 2003; Svendsen ir kt., 2020). Dreikurs ir Soltz (2012) nuomone, natūralios yra tokios, kurias formuoja realybė be tėvų įsitraukimo. Pavyzdžiui, jeigu vaikas nevalgė, jis liko alkanas. Loginės pasekmės yra tėvų sugrupuoti įvykiai, kurie seka po netinkamo elgesio. Jos turi būti adekvačios ir sietis su elgesiu. Pavyzdžiui, jei vaikas nesusitvarkė kambario iki susitarto laiko, jis negalėjo dalyvauti gimtadienyje (Dreikurs ir Soltz, 2012). Leidžiant patirti elgesio pasekmes, vaikas mokomas prisiimti atsakomybę už savo veiksmus.
3. **Pagarba.** Bendravime su vaiku vyrauja abipusė pagarba (Burvytė, 2013). Vaikas, nepaisant jo ribotos gyvenimo patirties, yra laikomas lygiaverčiu šeimos nariu kaip ir suaugęs žmogus: jo teisės ir poreikiai yra vienodai svarbūs (Burvytė, 2013; Adleris, 2015). Jis turi savo nuomonę ir gali ją reikšti, o tėvai išklauso (Svendsen ir kt., 2020). Vaikas dalyvauja priimant bendrus šeimos sprendimus (Dreikurs ir Soltz, 2012).
4. **Savarankiškumo ugdymas.** Tėvai leidžia vaikui pačiam atlikti tai, ką jis sugeba (Liobikienė, 2009). Suaugusiųjų užduotis yra padėti vaikui, padrąsinti ir pamokyti, bet

nedaryti už jį to, ką pats gali padaryti (Dreikurs ir Soltz, 2012). Savarankiškumo skatinimas padeda sustiprinti vaiko savivertę.

5. **Ribų nubrėžimas.** Vienas reikšmingiausių aspektų yra tai, kad tėvai pagarbiai nustato vaiko elgesio ribas (Saunders ir kt., 2013). Dreikurs ir Soltz (2012) tai įvardino „galima ir negalima“ ribomis – tėvai pasako vaikui, kokie veiksmai yra toleruojami, kokie ne. Nubrėžtos ribos turėtų būti aiškos, realistiškos ir kintančios atsižvelgiant į vaiko amžių (Bauer ir Webster-Stratton, 2006). Pavyzdžiui, tėvai pasako vaikui, kad šeimoje situacijos sprendžiamos kalbant, mušimas nepriimtinas.
6. **Nuoseklumas.** Tėvai nuosekliai laikosi auklėjimo principų ir sutartų taisyklių (Liobikienė, 2009). Iliustruojanti situacija: namuose galioja taisyklė, kad vaikai grįžę namo batus turi susidėti į batų dėžę. Šis susitarimas yra pastovus ir vaikai tą turi padaryti kaskart, kai grįžta. Pasak Liobikienės (2009), nuoseklumas auginant vaiką teikia psichologinio saugumo jausmą.
7. **Laikas kartu.** Svarbu rasti veiklas, kuriomis užsiimtų visa šeima (Sanders, 2003; Adleris, 2015; Svendsen ir kt., 2020). Tai gali būti žaidimai, kelionės, rankdarbių gamyba, piešimas, dainavimas ir pan. Kaip nurodo Dreikurs ir Soltz (2012), tokie laisvalaikio praleidimo būdai stiprina šeimos narių tarpusavio ryšį ir parodo vienybę.

Taigi, pozityvios tėvystės esmė yra pageidaujamo elgesio skatinimas. Tėvai augindami vaiką jį drąsina ir gerbia, tačiau kartu nubrėžia ribas. Taip tėvai siekia užtikrinti sklandų ir sėkmingą vaiko formavimąsi.

1.2.3. Tėvystės įgūdžius stiprinančios programos

Siekiant padėti tėvams praktikoje taikyti pozityvios tėvystės principus, kuriamos ir įgyvendinamos įvairios tėvystės įgūdžius stiprinančios programos. Vyšniauskytė-Rimkienė ir Matulevičiūtė (2016) iškelia kausimą, dėl ko verta mokytis tokios veiklos kaip tėvystė ir pateikia dvi priežastis. Pirmoji yra spartus gyvenimo tempas. Tai, kas atrodo tinkama prieš dešimt ar keliasdešimt metų gali būti visiškai neefektyvu šių laikų tėvams, todėl svarbu atnaujinti žinias. Kita reikšminga priežastis tai, kad tėvams įtaką daro jų tėvų auklėjimas. Tikėtina, kad ne visų asmenų tėvai vaikystėje naudojo efektyvius auklėjimo metodus bei kiekvienas į tėvystę atsinešė savo požiūrį ir patyrimą. Programų metu tėvai gali išmokti naujų, veiksmingesnių auklėjimo modelių, kurie galbūt skiriasi nuo tų, pagal kuriuos buvo auklėjami patys (Vyšniauskytė-Rimkienė ir Matulevičiūtė, 2016).

Aptariant problemas, dėl kurių tėvai įsitraukia į pozityvios tėvystės grupes, galima pasitelkti Pilkionienės ir Jonynienės (2016) atliktą tyrimą. Tyrime buvo siekiama apžvelgti sunkumus, dėl kurių tėvai įsijungė į STEP programą, ir jų kaitą dalyvavimo grupėse eigoje. Duomenų surinkimui

buvo naudotas apklausos metodas. Viso tyrime dalyvavo 143 tėvai. Vienas iš užduodamų klausimų buvo „Dėl kokio sunkumo ar rūpesčio vaiko elgesio atžvilgiu nutarėte dalyvauti STEP programoje?“. Rezultatai buvo išskirstyti į tris skirtingas vaikų amžiaus kategorijas: STEP 0–5, STEP 6–12 ir STEP 13–17. Paaiškėjo, kad visose grupėse dažniausias sunkumas buvo netinkamas vaikų elgesys (maždaug 30 proc.). Antru pagal dažnumą iššūkiu vaikų iki 12 m. tėvai įvardino drausminimą (ribos, taisyklės, bausmės) – apie 20 proc., o paauglių tėvai minėjo, kad sudėtinga bendrauti (apie 30 proc.). Įdomu tai, kad bendravimo įgūdžius kaip iššūkį akcentavo 18 proc. mažylių tėvų (STEP 0–5) ir 9 proc. 6–12 m. vaikų tėvų, o 6 proc. apklaustų paauglių tėvų teigė, kad kyla problemų dėl drausminimo. Galima pastebėti, kad sunkumų dažnumas šiek tiek skiriasi priklausomai nuo vaikų amžiaus. Didžiausias skirtumas stebimas tarp sunkumo drausminti ir bendrauti: jaunesnių vaikų tėvai didesniu iššūkiu įvardino drausminimą, o paauglių – bendravimą (Pilkionienė ir Jonynienė, 2016). Svarbu akcentuoti, kad šis tyrimas apžvelgė tėvams kylančius iššūkius STEP programos kontekste, tačiau tikėtina, kad tendencija kitose tėvystės įgūdžių stiprinimo programose būtų panaši.

Toliau bus aprašomos trys tėvystės įgūdžius ugdančios programos: Matt Sanders Pozityvios tėvystės programa (angl. Positive Parenting program) (toliau – „Triguba P“), Webster-Stratton „Neįtikėtini metai“ (angl. Incredible Years) ir STEP programa. Jos pasirinktos dėl to, kad yra daugiausia tyrinėtos:

1. **„Triguba P“**. Ji bus plačiau aptarta remiantis Sanders straipsniais. Tai daugiapakopė, prevencinė tėvystės ir paramos šeimai strategija, kurią **1977 m.** sukūrė **Matt Sanders** ir jo kolegos. Šiais laikais ji viena populiariausių pozityvios tėvystės programų pasaulyje. Programa skirta tėvams, auginantiems vaikus iki 16 m. Triguba P paremta Sanders knyga „Every Parent: A positive approach to children’s behaviour“. Programos **tikslas** – užkirsti kelią rimtoms vaikų elgesio, emocinėms ir raidos problemoms, suteikiant tėvams žinių, įgūdžių ir stiprinant pasitikėjimą. Norint pasiekti šį tikslą, programa apima **penkis intervencinius lygius**: 1) Prevencija, pasitelkiant žiniasklaidos priemones: televiziją, interneto svetaines ar laikraščius. 2) Reikiamos informacijos suteikimas tėvams – organizuojamos konsultacijos arba paskaitos, seminarai. 3) Trumpa specializuota pagalba, skirta spręsti pavienės šeimos problemas. Teorinis ir praktinis mokymas. 4) Dalyvavimas tėvystės įgūdžių programoje – mokoma įgūdžių, reikalingų efektyviam vaikų auklėjimui. 5) Intensyvus darbas su šeimomis, turinčiomis didelių sunkumų. Šiame lygyje papildomai padedama spręsti kitus sunkumus, pavyzdžiui, konfliktus su partneriu, mokoma valdyti stresą ar pyktį. Tėvų grupės vidutiniškai **trunka 1,5–2 val.**, susitikimų skaičius skiriasi priklausomai nuo lygio: ketvirtame lygyje organizuojami keturi susitikimai po 2 val., penktame – trys po 1,5 val. Pagal poreikį

skiriamos ir individualios konsultacijos. Tėvų grupėse diskutuojama, pildomos pratybos, atliekamos praktinės užduotys. Užduodami namų darbai. Programą veda apmokyti vadovai (Sanders, 1999; 2012).

2. Kita programa yra „**Neįtikėtini metai**“. Ji bus pristatyta remiantis Webster-Stratton ir kolegų darbais bei Lietuvos Higienos instituto publikuota informacija. „Neįtikėtini metai“ yra vaikams, tėvams ir mokytojams skirta mokymų serija, kurią **1981–1982 m.** sukūrė **Carolyn Webster-Stratton**. Mokymai įgyvendinami įvairiose pasaulio šalyse: Airijoje, Portugalijoje, Naujojoje Zelandijoje ir kitose. Lietuvoje taip pat yra vykdoma viena programos versija, kuri skirta ikimokyklinio amžiaus vaikus (3–6 m.) auginantiems tėvams. Apskritai programoje gali dalyvauti tėvai, auginantys vaikus iki 12 m. Atsižvelgiant į vaiko amžių, yra rekomenduojamos knygos tėvams, tačiau daugiau informacijos apie jas nepavyko rasti. Programos **tikslas** – stiprinti tėvystės įgūdžius ir skatinti didesnę įsitraukimą į vaikų gyvenimą, taip užtikrinant geresnes vaikų akademines, socialines ir emocines kompetencijas bei mažinant elgesio problemas. Tėvai **12–20 savaitių** dalyvauja grupiniuose užsiėmimuose **po 2–3 val.** (priklausomai nuo grupės). Susitikimų metu dalyviai žiūri realaus gyvenimo situacijų vaizdo įrašus ir vėliau diskutuoja apie situacijas bei atlieka vaidmenų pratimus. Grupės pabaigoje užduodami namų darbai, kurie kitame susitikime analizuojami. Kursus veda apmokyti vadovai. Tarp grupės susitikimų vadovai paskambina dalyviams pasiteirauti, kaip sekasi atlikti užduotis namuose ir aptarti kylančius klausimus (Webster-Stratton ir Herman, 2010; Webster-Stratton ir Bywater, 2019; Higienos institutas (Lietuvos), 2021).
3. Dar viena programa – **STEP**. Kadangi ji yra vienas iš bakalauro temos aspektų, aprašyta bus išsamiausiai. Bus remiamasi Adlerio ir Jonynienės darbais. Programą **1976 m.** sukūrė **Don Dinkmeyer (Vyresnysis), Gary D. McKay ir Don Dinkmeyer (Jaunesnysis)**. Ji stipriai išpopuliarėjo bei yra organizuojama Ispanijoje, Vokietijoje, Tailande ir kitose šalyse. Nuo 2010 m. programa vykdoma ir Lietuvoje – tai pirmoji tėvų mokymo programa, kurios efektyvumas patvirtintas moksliniais tyrimais. Ji skirta tėvams auginantiems vaikus iki 17 m. Iš esmės STEP programa yra paremta Dreikurs ir Soltz knyga „Children: The Challenge“ (liet. „Laimingi vaikai: iššūkis tėvams“). Joje galima rasti pozityvios tėvystės principus (žr. 1.2.3. skyrelį). Bendrai programos **tikslas** – lavinti tėvų efektyvaus auklėjimo įgūdžius. Išskiriamos penkios esminės STEP programos idėjos: 1) žmonės yra lygūs ir nors skiriasi savo amžiumi, visi verti pagarbos. 2) Elgesys yra tikslingas. Svarbiausias vaiko ir tėvo gyvenimo tikslas – priklausyti. 3) Šeimoje formuojasi reikšmingiausi vaiko įsitikinimai. 4) Šie įsitikinimai – vaiko asmenybės pagrindas. Jam įtaką daro tokie gyvenimo šeimoje veiksniai kaip: gimimo

eiliškumas, šeimos atmosfera ir auklėjimo metodai. 5) Remdamasis turimais įsitikinimais, vaikas formuoja savo asmenybės bruožus ir kuria gyvenimo stilių, t.y. konkrečius elgesio modelius. Pagal susiformavusį gyvenimo stilių tenkinamas priklausymo kitiems poreikis. STEP tėvų mokymo programą sudaro **9 susitikimai, kurių trukmė – 2 val.** Programoje atsižvelgiant į vaiko amžių dalyviai skaito Mažylių tėvų knygą (STEP 0–5), Tėvų knygą (STEP 6–12) arba Paauglių tėvų knygą (STEP 13–17). Knygų autoriai: Dinkmeyer Vyresnysis, Gary D. McKay, Dinkmeyer Jaunesnysis, Joyce L. McKay ir James S. Dinkmeyer. Lietuvišką vertimą parengė ir adaptavo dr. Jolita Jonynienė su STEP vadovų komanda. Knygose aiškiai pristatytos pozityvaus auklėjimo ir bendravimo su vaiku idėjos, namų darbai, kuriuos reikia atlikti iki kito užsiėmimo. Susitikimų metu tėvai diskutuoja, nagrinėja Tėvų knygoje pateiktą informaciją, sprendžia su vaikų auklėjimu susijusias situacijas ir atlieka kitas užduotis. Grupės veda apmokoti STEP vadovai (Jonynienė, 2011; 2013; Adler, 2015).

1 priede pateikta lentelė, kurioje yra išsamesnė informacija apie aprašytas pozityvios tėvystės programas: „Triguba P“, „Neįtikėtini metai“ ir STEP.

Lyginant anksčiau aptartas tėvystės įgūdžius stiprinančias programas, galima išskirti esminius panašumus ir skirtumus. Vienas iš bendrumų yra mokymų tikslai – visuose siekiama suteikti tėvams žinių ir įgūdžių su vaiko auginimu susijusiais klausimais, taip stengiantis užkirsti kelią problemų susiformavimui. Be to, visas tris programas veda apmokoti vadovai, pasitelkiamos diskusijos ir praktinės užduotys bei dalyviams užduodami namų darbai. Nepaisant pastebėtų panašumų, matoma, kad programų pobūdis, teorinis pagrindas, tikslinė grupė ir kursų apimtis skiriasi. Apskritai kuriant programas skirtumai neišvengiami. Šiuo atveju tam įtakos gali turėti ir kultūriniai skirtumai: viena programa kurta Australijoje, kitos dvi Šiaurės Amerikoje.

Literatūroje galima rasti mokslinių tyrimų, kurie patvirtina minėtų programų efektyvumą. Vieną iš jų atliko Salari ir kolegos (2014). Tyrimo tikslas buvo nustatyti Trigubos P programos, skirtos paauglių tėvams, veiksmingumą. Dalyvavo 46 tėvai, kurių vaikui(-ams) buvo nuo 11 iki 16 m. bei jie turėjo elgesio ir emocijų problemų. Didžioji dalis (apie 90 proc.) dalyvių buvo moterys, tiriamųjų amžius svyravo nuo 27 iki 52 m. 26 asmenys sudarė laukiančiųjų grupę (kontrolinę), o 20 buvo įtraukti į tėvystės įgūdžius stiprinančius mokymus. Rezultatai atskleidė, kad dalyviai pastebėjo pozityvius pokyčius. Dauguma tėvų teigė, jog programa padėjo efektyviau įveikti paauglio elgesio problemas ir po programos vaikų elgesys pagerėjo. Statistiškai reikšmingai sumažėjo konfliktų tarp paauglio ir tėvų, o tai prisidėjo prie geresnių tarpusavio santykių. Sumažėjo tėvų direktyvumas, paauglys pradėjo labiau bendradarbiauti. Buvo stebimas didesnis pasitikėjimas savimi kaip mama ar tėčiu. Galima daryti išvadą, kad paauglių tėvams skirta Triguba P programa yra veiksminga intervencija, sprendžiant su vaiku susijusias problemas (Salari ir kt., 2014).

Tėvystės įgūdžių stiprinančių programų efektyvumą rodo ir STEP tyrimai. Anksčiau šiame skyrelyje aptartas Pilkionienės ir Jonynienės (2016) tyrimas siekė išsiaiškinti ne tik sunkumus, dėl kurių tėvai įsitraukia į programą, bet ir jų kaitą. Vienas iš dalyviams pateiktų klausimų buvo „Kas pasikeitė po programos?“. Paaiškėjo, kad po mokymų tėvai įgijo pozityvių auklėjimo įgūdžių: geriau suprato vaiko elgesio tikslus, savo emocijas ir gebėjo jas valdyti bei dažniau pastebėjo savo ir vaiko pozityvius pasikeitimus. Be to, ryšys su vaiku tapo artimesnis. Tad galima teigti, kad STEP mokymai yra veiksmingi, siekiant padėti tėvams įveikti vaiko auklėjimo sunkumus (Pilkionienė ir Jonynienė, 2016).

Beveik visa šiame skyrelyje pristatyta informacija (išskyrus Higienos instituto) buvo publikuota prieš Covid–19 pandemiją. Pandemija neabejotinai palietė kiekvieną žmogų. Girdzijauskienės ir kolegų (2021) tyrimo rezultatai atskleidė, kad Lietuvoje 40 proc. 1–8 klasių vaikų tėvų karantino metu dirbo iš namų, kas reiškia, kad tėvai su vaikais praleido daugiau laiko negu anksčiau. Svarbu paminėti, kaip karantinas paveikė tėvystės įgūdžius stiprinančių programų organizavimą. Literatūroje pavyko rasti informacijos apie tai, kad pozityvios tėvystės mokymai buvo įgyvendinami nuotoliniu būdu. Aptariant išsamiau STEP programą, Jonynienė ir kolegės (2021) nurodė, kad STEP vadovų komanda Lietuvoje pritaikė šią psichoedukacinę priemonę darbui „Zoom“ platformoje. Programos trukmė ir sutartas laikas liko pastovus, atliekamos užduotys buvo minimaliai pakoreguotos. Tėvai dirbo su ta pačia metodine medžiaga kaip ir kontaktinės grupės. Dalyviai jungėsi į kursus sinchroniškai: su mikrofonais, ausinėmis ir kameromis (Jonynienė ir kt., 2021). Apžvelgiant nuotolinių pozityvios tėvystės programų efektyvumą, atliktų tyrimų rezultatai rodo, kad toks mokymų formatas yra veiksmingas: tėvai buvo linkę dažniau naudoti pozityvaus auklėjimo metodus, jautėsi labiau užtikrinti ir sumažėjo vaikų elgesio problemų (Spencer ir kt., 2020; Day ir kt., 2021; Tuntipuchitanon ir kt., 2022). Tad galima matyti, kad Covid–19 pandemijos metu pozityvios tėvystės programų įgyvendinimas buvo tęsiamas nuotoliniu būdu ir nepaisant to, mokymai išlieka efektyvūs.

1.2.4. Tėvystė, baigus tėvystės įgūdžius stiprinančią programą

Šiame skyrelyje bus pristatyti Lietuvos ir užsienio šalių tyrimai, kuriais buvo nagrinėjama tėvystė po tėvystės įgūdžius stiprinančios programos. Kadangi atliktų tyrimų konkrečiai apie tėčius rasti nepavyko, bus aptariami tie, kuriuose dalyvavo moterys ir vyrai, o viename – visos moterys. Bus pristatyti tik tie rezultatai, kurie siejasi su baigiamojo darbo tema.

a) Lietuvoje atlikti tyrimai

Vieną iš panašiausių rastų kokybinių tyrimų atliko Račkauskienė (2018). Jo tikslas buvo atskleisti socialinės rizikos grupei priskiriamų tėvų patirtis po pozityvios tėvystės mokymų. Tyrime

dalyvavo 15 asmenų, 73 proc. buvo moterys. Jauniausiam dalyviui buvo 34 m., vyriausiam – 43 m. Atrankos kriterijai buvo du: šeima, patirianti socialinę riziką ir dalyvavimas pozityvios tėvystės mokymuose pastaraisiais metais. Duomenys buvo renkami pusiau struktūruoto interviu metodu. Buvo klausiama apie motyvaciją dalyvauti bei tėvų mąstymo ir elgesio pokyčius po mokymų. Duomenų analizės metodas – turinio analizė. Buvo išskirtos trys kategorijos. Pirmoji – auklėjimo priemonių taikymas: namų taisyklių įvedimas, pagarbaus drausminimo priemonių taikymas ir fizinių bausmių atsisakymas. Antroji – tėvų ir vaikų bendravimo pokyčiai: šeimos susirinkimo organizavimas, bendradarbiavimas, abipusė pagarba, konfliktų sumažėjimas, naujos bendravimo formos (lapelių rašymo būdas, susirašinėjimas žinutėmis namuose) ir bendros laisvalaikio veiklos. Trečioji – įsitraukimas į vaikų ugdymą, t.y. pagalba ruošiant namų darbus. Tyrime išryškėjo ir psichologinės būsenos pokyčiai. Tėvai sustiprino pasitikėjimą savimi ir drąsą bei atrado jausmines patirtis, kurių anksčiau nepatirdavo: laisvę, ramybę, baimės atsikratymą ir vidinę stiprybę (Račkauskienė, 2018).

Panašias tendencijas atskleidė kitas kokybinis tyrimas, kurį atliko Dulevičienė (2020). Tyrimo tikslas buvo teoriškai ir empiriškai pagrįsti socialinės rizikos šeimų tėvystės įgūdžių ugdymą. Dalyvavo 6 socialiniai darbuotojai ir 6 mamos. Toliau bus pristatyta tik su mamomis susijusi informacija ir rezultatai. Jų amžius svyravo nuo 29 iki 41 m. Lyginant su ankstesniu tyrimu, šio metodologija panaši. Buvo taikyti du atrankos kriterijai: šeima, patirianti socialinę riziką ir dalyvavimas pozityvios tėvystės programoje. Duomenų rinkimo metodas – pusiau struktūruotas interviu. Mamoms buvo užduota 13 klausimų šiomis temomis: sunkumai ugdant vaikus prieš mokymus, motyvacija dalyvauti programoje ir patirtys po jos. Duomenys analizuoti turinio analizės metodu. Šio tyrimo rezultatai (kaip ir ankstesnio) atskleidė, kad, baigus programą, pastebėti pozityvūs pokyčiai. Po mokymų įgytas žinias ir įgūdžius mamos pritaikė šeimoje, t. y. pradėjo taikyti naujas auklėjimo priemones: tarėsi su vaikais dėl taisyklių ir brėžė ribas, atsisakė fizinių bausmių bei skatino vaiką. Buvo matomi artimesni mamų ir vaikų santykiai bei konfliktų mažėjimas. Nustatytas moterų emocinės būsenos pagerėjimas: pasitikėjimas savimi, pagarba kitam šeimos nariui, pagalbos priėmimas ir baimių mažėjimas (Dulevičienė, 2020). Apibendrinant aptartus kokybinius tyrimus, abiejų trūkumas tai, kad išsamiau nebuvo pristatyti mokymai, kuriuose dalyvavo tėvai. Tyrimuose atskleisti panašūs tėvystės pokyčiai po programos: pagarbesnių auklėjimo priemonių taikymas, santykių su vaiku ir tėvų emocinės būsenos pagerėjimas.

Pavyko rasti tris kiekybinius tyrimus, kuriais buvo siekiama ištirti skirtingų programų efektyvumą. Du tyrimai buvo susiję su STEP programa. Jonynienės ir kolegų (2015) atlikto tyrimo, kuriame dalyvavo beveik 90 proc. moterų, rezultatai parodė, kad programoje dalyvavę tėvai grupės pabaigoje turėjo daugiau žinių apie vaiko auklėjimą. Į mokymus įsitraukusių mamų auklėjimo stilius buvo mažiau autoritarinis ir viską leidžiantis. Be to, dalyviai programos pabaigoje vaiko

elgesį suvokė kaip atsakingesnį, o mamos ir kaip mažiau nepriimtina (Jonynienė ir kt., 2015). Kitas Pilkionienės ir Jonynienės (2016) tyrimas, kuriame apie 85 proc. dalyvių buvo mamos, atskleidė, kad po mokymų tėvai geriau suvokė vaiko elgesio tikslus, savo emocijas ir gebėjo jas valdyti, dažniau pastebėjo savo ir vaiko pozityvius pasikeitimus bei sustiprino tarpusavio ryšį. Dar vieną tyrimą, susijusį su tėvyste po programos, atliko Petrikienė (2020). Tyrimu buvo siekiama ištirti 2019 m. – 2020 m. Lietuvoje organizuotų pozityvios tėvystės kursų subjektyviai suvoktą efektyvumą. Buvo analizuojami įvairiomis teorinėmis perspektyvomis paremti mokymai, kokie tiksliai detalizuota nebuvo. Apie 70 proc. dalyvių sudarė moterys. Rezultatai parodė, kad dalyviai po kursų gebėjo efektyviau spręsti su vaikų auginimu susijusias situacijas, jautė didesnę pasitenkinimą būdami tėvais ir pasitikėjimą savimi. Tėvai pastebėjo daugiau tinkamo vaikų elgesio ir jį subjektyviai vertino palankiau. Dauguma tėvų, baigę kursus, teigė, kad geriau kontroliavo savo pyktį, kylantį dėl vaikų elgesio (Petrikienė, 2020). Taigi, pristatytų kiekybinių tyrimų panašumas yra tai, kad po kursų tėvai dažniau atkreipė dėmesį į pozityvius vaiko pokyčius ir apskritai elgesį suprato kaip labiau priimtina.

Aptarus Lietuvoje atliktus tyrimus, paaiškėjo, kad šios temos aktualumas išryškėjo pastarąjį dešimtmetį, kadangi rasti tyrimai ganėtinai nauji – seniausias buvo atliktas 2011 m., o naujausias 2020 m. Rezultatai atspindi, kad po tėvystės įgūdžių stiprinimo programos tėvystė, įskaitant bendravimą su vaiku, auklėjimą, savęs kaip mamos ar tėčio suvokimą, pasikeitė – tapo pozityvesnė negu buvo. Apskritai tyrimuose matoma tendencija, jog didelė dalis dalyvauja moterų, todėl yra poreikis analizuoti tėčių grupę.

b) Užsienyje atlikti tyrimai

Užsienyje atliktų tyrimų, kurie tyrinėjo tėvystę programų efektyvumo kontekste, pavyko rasti pakankamai daug – nuo 2017 m. iki 2022 m. virš 15. Dėl šios priežasties bus pristatyti naujausi: du mišrios strategijos (Apaydin, 2022; Schulz ir kt., 2021) ir papildomai vienas kiekybinis (Steketee ir kt., 2021). Toks variantas pasirinktas atsižvelgiant į tai, kad rezultatai kitų tyrėjų darbuose yra panašūs.

Vieną mišrios strategijos tyrimą, susijusį su baigiamojo darbo tema, atliko Apaydin (2022). Tyrimu buvo siekiama pritaikyti pozityvaus drausminimo įgūdžius vystančią programą (angl. Positive Discipline Parenting Program) Turkijos tėvams ir patikrinti jos efektyvumą. Tyrime dalyvavo 30 asmenų, iš kurių 15 buvo kontrolinė grupė (jie nedalyvavo mokymuose). 80 proc. dalyvių buvo moterys. Asmenų amžius svyravo nuo 32 iki 50 m. Buvo taikyti šie atrankos kriterijai: tėvai, kurių vyriausiam vaikui yra 6–11 metų, jis mokosi pradinėje mokykloje ir neturi diagnozuotų emocijų ir elgesio, raidos sutrikimų bei tėvai anksčiau nedalyvavę jokioje pozityvios tėvystės programoje. Kokybinė dalis tyrime buvo tėvų, baigusių programą, apklausa. 15 dalyvių (3 iš jų

buvo tėčiai) raštu atsakė į 6 atvirus klausimus, kurie buvo susiję su jų jausmais ir mintimis mokymų metu bei įgytomis žiniomis ir įgūdžiais po programos. Duomenys analizuoti turinio analizės metodu. Tėvai pastebėjo, kad po programos santykių su vaiku pritaikė efektyvaus bendravimo įgūdžius, tokius kaip: bendradarbiavimas, kalbėjimas užtikrintai ir tuo pat metu pagarbiai, bendros veiklos, aktyvus vaiko klausymasis ir empatija. Išryškėjo, kad baigus mokymus tėvai geriau suprato savo ir vaiko elgesį: savo įsitikinimus apie auklėjimą, jausmus ir veiksmus, ryšį tarp tėvų ir vaiko elgesio bei vaiko veiksmų priežastis. Taip pat po programos tėvai dažniausiai taikė šiuos auklėjimo metodus: nusiramino laikas vaikui (supykus ar nuliūdus), šeimos susirinkimas, skatinimas, klausimas vietoje fakto ir problemų sprendimas. Kiekybinės tyrimo strategijos rezultatai patvirtino, kad po mokymų pagerėjo tėvų drausminimo praktika ir sumažėjo perdėtas reagavimas į vaiko elgesį (Apaydin, 2022).

Kitą mišrios strategijos tyrimą apie tėvystę po pozityvios tėvystės programos atliko Schulz ir kolegos (2021). Tyrime buvo siekiama įvertinti, kiek Brazilijos tėvai nusiteikę praktiškai savo šeimose panaudoti Trigubos P programos siūlomus metodus. Dalyvavo 38 asmenys, 87 proc. – mamos. Jų amžiaus vidurkis – beveik 37 m. (amžiaus intervalas nebuvo pateiktas). Į tyrimą buvo įtraukti asmenys, kurie augina 2–12 m. vaiką be raidos sutrikimų, jie nerimauja dėl vaiko elgesio ir šiuo metu dėl šios problemos nesilanko pas specialistus. Kokybinė dalis tyrime apėmė 9 atvirus klausimus tokiomis temomis: rekomendacijos kitoms tėvų grupėms, programos tinkamumas Brazilijos kultūrai, sunkumai pritaikant įgytas žinias ir pokyčiai tėvystėje. Duomenų analizės metodas – teminė analizė (skirtumas nuo ankstesnio tyrimo). Tėvai teigė, kad dalyvavimas programoje pakeitė jų požiūrį į save ir vaikus: pradėjo realiau vertinti lūkesčius vaiko atžvilgiu, suvokė ryšį tarp savo ir vaiko elgesio bei įsitikino, kad gali elgtis kitaip negu anksčiau. Atsakymuose išryškėjo ir elgesio pokyčiai: susidorojimas su netinkamu vaiko elgesiu, aiškių ribų nustatymas bei naujų būdų, kaip elgtis tam tikrose situacijose ir užmegzti artimesnius santykius su vaiku, atradimas. Kiekybinės dalies rezultatai parodė, kad naudingiausios ir priimtinausios tėvystės strategijos po programos buvo: kokybiškas laikas kartu su vaiku, meilės, dėmesio rodymas bei pagyrimai (Schulz ir kt., 2021). Taigi, abiejų tyrimų rezultatai atskleidė, kad po programos tėvai geriau suvokė savo ir vaikų elgesį.

Papildant rastus mišrius tyrimus, bus pristatytas dar vienas kiekybinis, kurį Olandijoje atliko Steketee ir kolegos (2021). Tyrimu buvo siekiama atskleisti paauglių (10–16 m.) tėvams skirtos Trigubos P programos efektyvumą. Dalyvavo 80 proc. moterų. Rezultatai atskleidė, kad tėvai, dalyvavę mokymuose, labiau įsiklausė į vaiką, reagavo į vaiko poreikius, taikė daugiau tinkamo auklėjimo metodų ir labiau pasitikėjo savimi. Tėvai kalbėjo apie tai, kad po programos sumažėjo konfliktų su vaiku (Steketee ir kt., 2021).

Pabrėžtina, kad tėčių tėvystė, baigus tėvystės įgūdžius stiprinančią programą, yra beveik nenagrinėta tema. Buvo rasta Fletcher ir kolegų (2011) sisteminė literatūros apžvalga, kurioje vienintelėje buvo tyrinėjama vyrų grupė. Rezultatai parodė, kad baigus mokymus yra reikšmingų skirtumų mamų ir tėčių tėvystei: daugiau naudos gauna mamos. Nepaisant to, nustatyta, jog Triguba P programa buvo vidutiniškai efektyvi tėčių tėvystei (Fletcher ir kt., 2011). Anksčiau aptartuose tyrimuose keliose vietose buvo užsiminta apie pozityvius tėčių tėvystės pokyčius po mokymų, tačiau tai pavieniai atvejai ir išvadų daryti negalima. Tam reikalingi išsamesni tyrimai.

Išanalizavus užsienio šalyse atliktus tyrimus matoma, kad ypač pastaraisiais metais ši tema itin aktuali, nes naujausi pristatyti straipsniai publikuoti 2021–2022 m. Tendencijos yra panašios kaip ir Lietuvos tyrimuose – tėvystės įgūdžius stiprinančios programos yra efektyvios tėvystei (buvimu mama ir tėčiu) ir ją baigus stebimi pozityvūs pokyčiai. Deja, bet specifiškai apie tėčių tėvystę po mokymų pavyko rasti vos kelis sakinius. Dėl šios priežasties būtų prasminga atlikti tyrimą apie tai.

1.2.5. Apibendrinimas

Apibendrinant literatūrą apie tėvystę, pastebima, kad XXI a. tėčiai buvo drąsinami imtis įvairesnių su tėvyste susijusių vaidmenų. Nors mokslininkai vienbalsiai sutinka, jog tėvas vaiko gyvenime yra lygiai toks pat reikšmingas kaip mama, visuomenėje vis dar vyrauja stereotipai ir neretu atveju tėtis nuvertinimas. Apie pozityvią tėvystę ir tėvystės įgūdžius stiprinančias programas informacijos pavyko rasti ganėtinai daug. Svarbiausias atradimas tyrimuose buvo tai, kad po programų matomi pozityvūs pokyčiai tėvystėje. Vis dėlto tyrimuose didžioji dalis dalyvių buvo moterys, tad galima teigti, kad vyrai rečiau dalyvauja tyrimuose (vidutiniškai jų būna tik keletas). Dėl to, kad konkrečiai apie tėčius tyrimų rasti beveik nepavyko, o vyrams programos neabejotinai aktualios, yra poreikis tyrinėti būtent tėčių grupę. Nebuvo rasta tyrimų, kurie nagrinėtų tėčių tėvystės patirtis STEP mokymų kontekste, tad tai bus nauja. Dar nauja bus tai, kad duomenys analizuoti Colaizzi metodu, nes iki šiol kokybiniuose tyrimuose atliktos teminė ir turinio analizės.

1.3. Darbo tikslas ir tyrimo klausimas

Darbo tikslas: Atskleisti tėvystės patyrimą tarp tėčių, baigusių STEP programą.

Tyrimo klausimas: Kokios yra tėvystės patirtys tarp tėčių, kurie baigė STEP programą?

2. METODAI

2.1. Teorinis tyrimo pagrindimas

2.1.1. Kokybinės tyrimo strategijos pasirinkimas

Pasirinktas kokybinis tyrimas. Šis tyrimo modelis pasirinktas dėl kelių priežasčių. Visų pirma, dėl to, kad tėvystė (buvimas mama arba tėvu) STEP programos kontekste yra mažai tyrinėta tema. Kaip buvo minėta literatūros apžvalgoje (žr. 1.2.5 skyrelį) buvo rasti keli kiekybiniai tyrimai Lietuvoje, kurie siejasi su STEP programa, o sistemingų kokybinių tyrimų rasti nepavyko. Būtent kokybinė paradigma yra tinkama atskleisti mažai nagrinėtus reiškinius (Strauss ir Corbin, 1990 cit. Hoepfl, 1997). Kita priežastis – nedidelė ir specifinė imtis. STEP tėvų grupėje tėčių būna vos keli, jie sudaro maždaug 15 proc. visų dalyvių (Jonynienė, 2011; Jonynienė ir kt., 2015; Pilkionienė ir Jonynienė, 2016), todėl kokybinis tyrimas apklausiant mažiau dalyvių, leistų plačiau sužinoti apie jų patirtį. Taip pat svarbu paminėti, kad kokybinių tyrimų laukas yra subjektyvios žmonių patirtys (Duggleby ir Williams, 2015), kas mane ir domina (atskleisti kiekvieno dalyvio patirtį ir aprašyti tai, kas patyrimuose vyrauja).

2.1.2. Fenomenologinės analizės metodo pasirinkimas

Šiame tyrime pasirinktas aprašomasis fenomenologinis metodas, kuris remiasi filosofo Husserlio (1859–1938) fenomenologijos prielaidomis. Anot Finlay (2011), Husserlį galima įvardinti šiuolaikinės fenomenologijos pradininku. Metodu siekiama užfiksuoti išgyventą patirtį – tiesiogiai ir betarpiškai susijungti su pasauliu, kurį žmogus patiria. Dėmesys sutelkiamas į asmeninius patyrimus, kurie skiriasi nuo mokslo tyrinėjamo pasaulio (Finlay, 2011). Fenomenologijos tikslas – geriau suprasti ir aprašyti žmogaus kasdienės patirtis (Sanders, 2003). Tai glaudžiai siejasi su tiriamu reiškiniu, nes galima teigti, kad tėvystė tėčiams yra kasdienis patyrimas. Finlay (2011) nuomone, fenomenologinis asmens patirčių tyrinėjimas padeda apžvelgti žmogaus gyvenimą, remiantis kasdienėmis situacijomis, kurios gali atskleisti numanomus dalykus, o kartais pateikti netikėtas įžvalgas. Ne išimtis ir tėvystė – nors gali atrodyti, kad apskritai tai tyrinėta tema, tačiau tikiu, jog patyrimuose atsispindės ir aspektai, kurių nebuvo tikėtasi. Be to, šiame metode svarbu susilaikyti nuo interpretacijų ir savo išankstinių nuostatų (Spinelli, 2012) arba kitaip sakant „suskliausti“ savo ankstesnį žinojimą. Tai, kad aš pati neturiu vaikų, padės išlikti nešališkai. Kitas niuansas – akcentuojama savirefleksijos svarba. Ši mintis glaudžiai siejasi su mano kaip tyrėjos požiūriu – aš viso tyrimo metu detalai aprašinėjau savo jausmus ir mintis tyrėjo dienoraštyje. Aptariant išsamiau aprašomąją fenomenologiją, kuriai priklauso Giorgi ir Colaizzi analizės metodai, ji siekia atskleisti tiriamo reiškinio esmę, t.y. ypatybes, dėl kurių yra būtent toks, koks yra (Morrow ir kt., 2015). Kadangi tėvystė yra kompleksinė (apima kelis komponentus), svarbu

išsiaiškinti, kas dalyviams svarbiausia, o šis metodas gali padėti tą padaryti. Kaip nurodo Finlay (2011), stengiamasi išgryninti sąmonės patyrimo esmę arba struktūrą: aprašymai yra griežtai susiję su duomenimis. Kadangi tėvystė kaip fenomenas yra ganėtinai platus, būtų vertinga išsiaiškinti, kas jam būdinga ir kokios yra pagrindinės struktūrinės dalys.

2.2. Tyrimo eiga ir imtis

2.2.1. Fenomeno formulavimas

Studijuodama sveikatos psichologijos antrame kurse pajaučiau, kad tėvystė kaip reiškinyman įdomus. Šį suvokimą sustiprino raidos ir šeimos psichologijos moduliai bei jų metu atliekamos užduotys. Norėdama labiau pasigilinti į tėvystės temą, papildomai skaičiau vadovėlyje „Raidos psichologija“ apie tėvų ir vaikų bendravimą, problemas, auklėjimą. Vėliau pradėjau domėtis pozityvia tėvyste, skaičiau keletą populiariosios psichologijos knygų, pavyzdžiui Aušros Kurienės „Kaip užauginti žmogų“, Jūratės Bortkevičienės „Atsakinga tėvystė“. Kai reikėjo rinktis bakalauro temą, svarsčiau kelis variantus (visi susiję su tėvyste), bet likau prie man įdomiausios – pozityvios tėvystės. Su darbo vadove diskutavome, kas galėtų būti tyrimo tikslinė grupė ir priėjome išvadą, kad prasminga būtų įtraukti STEP programos dalyvius. Nusprendėme, kad vertėtų apklausti tėčius – jų STEP programoje mažai ir atliktų tyrimų panašia tema neradau. Pasirinkau kokybinį tyrimo metodą dėl to, kad galėčiau pasigilinti į kiekvieno dalyvio patyrimą, kas mane labiausiai domina. Buvo smalsu išgirsti, kuo STEP programa vertinga tėčiams ir kokia jų tėvystė po kursų.

2.2.2. Tyrimo dalyviai

Kvietimas dalyvauti tyrime buvo persiųstas STEP programos vadovams ir prašyta pasidalinti su tėčiais, kurie baigė tėvų grupę nuo 2020 m. gruodžio mėn. iki 2021 m. gruodžio mėn. Prie laiško buvo prisegta tyrimo santrauka, ją galima rasti 2 priede. Kontaktavimas su programos dalyviais pradėtas lapkričio 24 d., kadangi tikėtasi, jog tai gali užtrukti. Savanoriškai tyrime dalyvauti sutiko 9 tėčiai, su kiekvienu iš jų susiskambinta. Pokalbio metu papasakota apie tyrimą, supažindinta su tyrimo sąlygomis ir sutartas interviu laikas. Tėčiams skambinti pradėta gruodžio 3 d. Interviu atlikti 2021 m. gruodžio 12 d. – 2022 m. sausio 25 d.

Viso tyrime dalyvavo 9 vyrai. Tokia imtis pasirinkta atsižvelgiant į kokybinių tyrimų metodologiją. Buvo stengiamasi į tyrimą įtraukti po 3 tėčius, baigusius skirtingas STEP versijas: STEP 0–5, STEP 6–12, STEP 13–17. Taip siekiama, kad gauti rezultatai atspindėtų tėčių, auginančių įvairaus amžiaus vaikus, patirtis. Be to, šiuo atveju dalyvių atranka daugiau negu patogioji, nes buvo dėtos pastangos, kad tyrime dalyvautų tėčiai, kurie baigė konkrečias programas

versijas. Visi dalyviai atitiko atrankos kriterijus: yra tėčiai, kurie lankė STEP programą ir ją baigė pastarųjų metų laikotarpiu (nuo 2020 m. gruodžio mėn. iki 2021 m. gruodžio mėn.).

Vyrų amžius svyravo nuo 21 iki 45 metų. Visi apklausti tėčiai yra dirbantys. Šiek tiek daugiau nei pusė tėčių turi du vaikus, du tėčiai – tris, vienas – vieną. Didesnė dalis dalyvių (5) STEP programą baigė 2021 m. rudenį–žiema, mažesnė 2021 m. pavasarį. Beveik visi tėčiai (8) programą lankė su žmonomis. Šiek tiek daugiau nei pusė dalyvių (5) kursus lankė gyvai, likusieji nuotoliniu būdu. Tyrimo dalyvių charakteristikos pateiktos 1 lentelėje.

1 lentelė. Tyrimo dalyvių demografinės charakteristikos

Vardas (pakeistas)	Amžius (metai)	Užimtumas	Vaikų skaičius	Vaikų amžius (metai)	STEP versija	STEP programos pabaiga	Vienas ar su žmona lankė STEP programą	Kursai vyko gyvai ar nuotoliu
Julius	35	Darbas	3	3, 12 ir 15	STEP 13–17	2021 m. lapkritis	Su žmona	Gyvai
Kasparas	42	Darbas	2	11 ir 14	STEP 13–17	2021 m. gruodis	Su žmona	Gyvai
Nojus	42	Darbas	2	8 ir 9	STEP 6–12	2021 m. gegužė	Su žmona	Nuotoliu
Matas	45	Darbas	2	12 ir 15	STEP 13–17	2021 m. gruodis	Su žmona	Gyvai
Linas	37	Darbas	3	3, 6 ir 9	STEP 6–12	2021 m. gruodis	Vienas	Gyvai
Viktoras	37	Darbas	1	6	STEP 6–12	2021 m. gruodis	Su žmona	Gyvai
Donatas	38	Darbas	2	7 mėn. ir 4	STEP 0–5	2021 m. gegužė	Su žmona	Nuotoliu
Andrius	21	Darbas	2	5 mėn. ir 2	STEP 0–5	2021 m. gegužė	Su žmona	Nuotoliu
Jonas	42	Darbas	2	2 ir 4	STEP 0–5	2021 m. gegužė	Su žmona	Nuotoliu

2.2.3. Etiniai aspektai

Prieš pradėdant tyrimą, buvo gautas LSMU Bioetikos centro leidimas Nr. BEC–SP(B)–29 (žr. 3 priedas). Viso tyrimo metu buvo laikomasi etinių principų: užtikrintas dalyvių anonimiškumas ir konfidencialumas (tyrimo duomenys pateikiami neatskleidžiant dalyvio tapatybės). Buvo išsamiai informuota apie tyrimo procedūrą ir eigą – interviu trukmė, pokalbio įrašymas diktofonu ir transkribavimas, citatų iš pokalbio naudojimas, kad tik pats dalyvis galėtų save atpažinti, medžiagos naudojimas tik studijų tikslams bei pakartotinis kreipimasis į dalyvį dėl rezultatų validavimo. Pristatyti ir saugumo užtikrinimo reikalavimai pagal tuo metu galiojusius karantino dėl Covid–19 ribojimus: galimybių pasas, apsauginės veido kaukės, rankų dezinfekcija ir saugus atstumas. Be to, informuota apie galimus nepatogumus, apie tai, kad dalyvis gali pasitraukti iš tyrimo iki duomenų rinkimo etapo pabaigos (sausio 25 d.) ir tai, jog turi galimybę susipažinti su tyrimo rezultatais. Visi tėčiai su tyrimo sąlygomis buvo supažindinti skambučio metu (kai buvo

tariamasi dėl interviu laiko) ir prieš pokalbį. Visi dalyviai įrašo pradžioje pasakė, kad sutinka dalyvauti tyrime, o tie, su kuriais interviu buvo vykdyti gyvai, dar papildomai pasirašė asmens informavimo ir sutikimo formas (žr. 4 Priedas ir 5 Priedas).

2.2.4. Validumo užtikrinimas

Validumas yra vienas iš dviejų svarbiausių aspektų visuose tyrimuose (Brink, 1993; Cypress, 2017). Šiame darbe validumą siekiau užtikrinti keliais būdais. Kiekvieną iš jų plačiau pakomentuosiu remiantis tyrėjų Mays ir Pope (2000) mintimis. Visų pirma, darbe aiškiai pristačiau duomenų rinkimo ir analizės metodus. Tai reikšminga tam, kad skaitytojas galėtų suprasti, kaip buvo suformuoti būtent tokie rezultatai ir galėtų nuspręsti, ar tyrėjo interpretacija yra pakankamai pagrįsta. Antrasis validumo užtikrinimo būdas buvo refleksyvumas. Viso tyrimo metu rašiau tyrėjo dienoraštį (žr. 2 lentelė), kuriame aptariau jausmus, mintis, kilusius sunkumus ir jų sprendimą. Siekdama į tyrimą ateiti su kuo mažiau išankstinių nuostatų ir kiek įmanoma labiau nešališka, iš pradžių nesidomėjau kitais atliktais moksliniais tyrimais – literatūrą apžvelgiau po duomenų analizės. Aptariant mano santykį su šia tema, pati su STEP programa nebuvau susidūrusi, žmonės artimoje aplinkoje irgi, todėl mano asmeninė patirtis įtakos tyrimui neturės. Šią temą rinkausi dėl to, kad atrodė įdomi. Tyrimo eigoje nuolat konsultavausi su darbo vadove lekt. dr. Jolita Jonyniene. Pavyzdžiui, kartu su vadove aptarėme pilotinį interviu, sutikrinome klausimų formuluotes bei kritiškai peržvelgėme tyrimo rezultatus (temų ir temų kekių lentelė). Dėl kokybinio tyrimo dizaino papildomai konsultavausi su lekt. Milda Kukulskiene. Dar vienas būdas, kaip stengiausi užtikrinti validumą, buvo tyrimo dalyvių grįžtamasis ryšys. Šis validavimo būdas yra Colaizzi aprašomosios fenomenologinės analizės išskirtinumas. Tai padeda dar tiksliau atspindėti dalyvių patirtis, kadangi mano kaip tyrėjos matymas gali siekti tiek skirtis nuo dalyvio. Taip pat tai vertingas būdas atpažinti ir ištaisyti klaidas.

2 lentelė. Tyrėjo dienoraščio ištraukų pavyzdžiai

Nr.	Dienoraščio ištrauka
1.	„Prieš interviu jaučiau nerimą, kadangi jis buvo pirmasis šiais studijų metais. Nors pernai atlikau interviu, bet praėjo ganėtinai ilgas laiko tarpas, dėl ko įgūdžius primiršau. Žinoma, ankstesnė patirtis padėjo man jaustis drąsiau, bet šiuo metu atrodė, kad jaudinuosi lyg pirmą kartą.“
2.	„Šio dalyvio pavyzdys man parodė, kad tėvystė nėra susijusi tik su maloniais jausmais: džiaugsmu, laime, pasitenkinimu. Būna visokių jausmų ir visi jie reikalingi.“
3.	„Jaučiuosi labai dėkinga tėčiams, kad pasidalino savo patirtimi. Nesitikėjau, jog jie bus kalbūs ir atvirai pasakos apie savo tėvystę. Tai mane nustebino gerąja prasme. <...> Jaučiuosi dalinai pažinusi kiekvieną dalyvį ir esu dėkinga, kad leido prisiliesti prie jų tėvystės.“
4.	„Koks sudėtingas ir varginantis darbas yra analizuoti duomenis, bet tuo pačiu metu kaip įdomu, ką pasakojimuose pavyks atrasti.“
5.	„Visą mėnesį gyvenau kartu su kodais, juos dėliodama į temų kekes, temas, vis keisdama. Kiekviena citata per šį laiką tapo sava. Visa lova nuklota kodais.“

2.3. Duomenų rinkimas ir apdorojimas

2.3.1 Pusiau struktūruotas interviu

Duomenys buvo renkami pusiau struktūruoto interviu metodu, nes jo metu galima užduoti iš anksto pasiruoštus klausimus, bet taip pat yra galimybė labiau pasigilinti į konkrečius temos aspektus. Pokalbiai truko 38–80 min. Penki interviu vykdyti gyvai pakankamai ramioje vietoje (LSMU Visuomenės sveikatos fakultete, mokykloje), keturi – „Zoom“ programoje. Į interviu laiką neįskaičiuotas pasisveikinimas, neformalus pokalbis pradžioje, pokalbio aptarimas ir atsisveikinimas.

Pokalbio pradžioje vyko susipažinimas, paklausiama, kaip tėtis laikosi, kaip nusiteikęs, ar teko interviu dalyvauti anksčiau ir kaip nusprendė dalyvauti šiame tyrime. Toliau buvo trumpai pristatoma interviu eiga ir klausiama, ar sutinka, kad pokalbis būtų įrašytas. Vyrui sutikus ir man įjungus diktofoną, buvo dar kartą pristatoma pagrindinė informacija apie tyrimą ir tyrimo sąlygos, kurios paminėtos 2.2.3. skyrelyje. Priminus pagrindines sąlygas, pasiteiraujama, ar tėčiui yra neaiškumų ir tuomet klausiama, ar sutinka dalyvauti tyrime.

Tėčiui patvirtinus, kad dalyvauti sutinka, buvo pereinama prie tyrimo klausimų ir prašoma trumpai papasakoti apie save. Tuomet buvo užduoti keli bendresnio pobūdžio klausimai (susiję su tėvyste), vėliau apie patirtį programoje ir patyrimą po jos. Uždavus visus klausimus pasitikslinama, galbūt dalyvis dar nori papildyti savo pasakojimą. Jeigu ne arba papildžius, padėkojama už nuoširdų pokalbį ir įrašas sustabdomas. Tuomet pokalbis buvo aptariamas – tyrėja ir dalyvis pasidalino, kaip jiems atrodė pokalbis, kaip jautėsi jo metu, kokios mintys kilo. Parefektavus apie interviu, buvo dar kartą padėkojama už pokalbį ir atsisveikinama. Visi interviu klausimai pateikti 6 priede.

Pokalbio metu buvo aktyviai klausomasi dalyvio. Buvo skatinama tęsti pasakojimą, pasitelkiant tokius žodžius, kaip „Aha“ „Mhm“. Taip stengiamasi, kad tėtis jaustų tyrėjos palaikymą ir nuoširdų susidomėjimą jo istorija. Be to, interviu eigoje buvo užduodami tikslinamieji klausimai („Ką turit omeny/minty ...?“, „Gal galit papasakot plačiau/daugiau apie ...?“, „Gal galit pateikti pavyzdį?“ ir pan.). Jais buvo siekiama labiau pasigilinti į tai, ką pasakoja dalyvis.

Reikšminga paminėti, kad po pilotinio interviu buvo atlikti keli papildymai klausimuose. Prie prašymo papasakoti apie save, pridėjau dar vieną tikslinamąjį klausimą apie tai, ar vyras kartu su žmona lankė STEP programą. Šis pokytis atliktas dėl to, kad tai gali būti svarbu interpretuojant rezultatus ir pirmame interviu tėtis pats apie tai užsiminė. Taip pat prie klausimo apie tėvystės sunkumus papildžiau, kad jeigu dalyviui bus sudėtinga prisiminti sunkumą, užduoti kitus klausimus: kokie klausimai/dvejonės kyla tėvystėje? Kokias situacijas su vaiku sunkiau išspręsti? Nors šie klausimai nėra tiesiogiai apie sunkumus, bet esmė išlieka panaši ir į klausimą vis tiek būtų atsakyta.

2.3.2 Transkribavimas

Atlikus interviu vyko duomenų transkribavimas. Kiekvieną pokalbį iš diktofono pažodžiui perrašiau į „Microsoft Word“ dokumentą. Tekstą transkribavau pati. Tą dariau kruopščiai: ne tik perrašiau dalyvio kalbą, bet ir laužtiniuose skliaustuose pažymėjau pastabas apie neverbalines reakcijas, pauzes, pabraukiau akcentuotą žodį ar mintį. Skyrybos ženklus naudočiau atsižvelgdama į dalyvio kalbos tėkmę. Kiekvieną ženklą ir jo reikšmę pateikiau rezultatuose (žr. 3. Rezultatai).

Vieną interviu valandą transkribavau maždaug 6–7 valandas, apie 9 valandas truko transkribuotų tekstų peržiūrėjimas. Duomenų transkribavimo etapas užtruko 8 savaites. Iš viso transkribuotas tekstas sudarė 143 „Word“ lapus (1,5 tarpas tarp teksto eilučių).

2.4. Duomenų analizė

Visa 9 interviu metu surinkta medžiaga buvo analizuojama taikant Colaizzi (1978) aprašomosios fenomenologinės analizės metodą. Šis metodas tinkamas dėl to, kad leidžia pasirinkti reikšmingą informaciją (Wirihana ir kt. 2018). Tai itin svarbu tyrinėjant tėvystės patyrimą, kadangi tėvystė yra įvairiapusė. Ne viso teksto kodavimas šiame tyrime labai tikslingas dar dėl to, nes leidžia man pačiai moderuoti medžiagos gausą ir padeda nepaklysti joje. Kita priežastis, dėl ko buvo pasirinktas Colaizzi analizės metodas, yra rezultatų aptarimas su dalyviais. Tikėtina, kad tėvystę žmonės gali suprasti skirtingai, ypač tie, kurie patys neturi vaikų (pavyzdžiui, aš), o, pasak Wirihanos ir kolegų (2018), validavimas užtikrina, kad rezultatai būtų tikslūs – atspindėtų tai, ką iš tikrųjų dalyvis norėjo pasakyti.

Šį metodą sudaro 7 žingsniai. Kadangi originalių Colaizzi darbų rasti nepavyko, kiekvieną analizės žingsnį pristatysiu remiantis pateiktu Sanders (2003) aprašymu:

1. Kiekvienas interviu transkriptas skaitomas keletą kartų, kad būtų galima susidaryti bendrą vaizdą apie dalyvio patirtį. Mintys, jausmai ar išankstinės nuostatos surašomos tyrėjo dienoraštyje. Šiame tyrime kiekvieną transkriptą skaičiau 2 kartus. Kilusias mintis pasižymėjau dienoraštyje. Keletas minčių pavyzdžių: „Jausmas, kad dalyvis žūtbūt nori įžvelgti kažką neigiamo programoje.“, „Jautėsi, kad dalyvis mėgaujasi tėvyste.“.
2. Dirbama su atskirais transkripta. Tekste pažymimi reikšmingi sakiniai, frazės, kurie yra susiję su tiriamu fenomenu. Atrinkti teiginiai nukopijuojami į atskirą lapą bei pateikiami lentelėje kartu su transkripto numeriu, puslapiu ir eilutės numeriu. Aš dalyvių interviu pilka spalva pažymėjau reikšmingas mintis ir jas perkėliau į lentelę kitame „Microsoft Word“ puslapyje, šalia nurodžiau transkripto numerį, puslapį ir eilutės numerį.
3. Dirbama su citatomis – kiekvienam teiginiui priskiriamos prasmės. Prasminiai kodai išskiriami kruopščiai, keletą kartų skaitant reikšmingą teiginį. Aš šį žingsnį atlikau taip,

kaip aprašyta aukščiau. Pavyzdžiui, citatai: „Daug sužinojom, kad ne pas mus vienus taip yra iš tikrųjų <...> Pasidalinus kitiems supratau, kad ne taip ir blogai pas mus yra“ priskyriau prasminį kodą „Juliui svarbus atradimas buvo žinojimas, kad jie ne vieni tėvai, išgyvenantys tokias problemas. Bendrystė leido objektyviau vertinti tai, kas vyksta jų šeimoje.“. Daugiau pavyzdžių galima rasti 7 priede.

4. Išskirtos prasmės grupuojamos į kategorijas, temų kekes ir temas. Svarbu, kad kategorijos, temų kekės ir temos skirtųsi viena nuo kitos, bet viduje derėtų. Kiekvieną transkriptą su išskirtais prasminiais kodais atspausdinau ir iškarpiu, per stulpelį „transkripto numeris“ braukiau skirtingų spalvų brūkšnį, kad dar lengviau galėčiau atskirti dalyvių pasakojimus. Pagal prasmę panašius kodus rankiniu būdu jungiau į kategorijas ir suteikiau joms preliminarinius pavadinimus. Vėliau kategorijas jungiau į temų kekes bei jas pavadinu. Turiniu panašias temų kekes jungiau į vieną temą ir jai priskyriau pavadinimą. Grupavau keletą kartų, ieškojau geriausio varianto. Nuotraukos, iliustruojančios šį analizės žingsnį, pateikiamos 8 priede.
5. Gautos idėjos integruojamos į išsamų fenomeno aprašymą. Temos išsamiai aprašomos. Šiame žingsnyje rašiau rezultatų dalį.
6. Grįžtama prie bendros struktūros, atmetama tai, kas yra per smulku, neišsamu, prieštaringa. Išgryninama pagrindinė reiškinių struktūra – brėžiama rezultatų lentelė, žemėlapis. Šiame analizės etape atlikau tokius pokyčius: kategoriją „siekis judėti pirmyn“ priskyriau kategorijai „augimas kartu su vaiku“, neišsamią kategoriją „pagalba bet kokiame vaiko amžiuje“ atmečiau. Taip pat brėžiau rezultatus iliustruojančią schemą.
7. Tyrimo rezultatai validuojami su dalyviais. Kiekvieno dalyvavusio asmens prašoma įvertinti rezultatus ir pateikti grįžtamąjį ryšį. Jeigu reikia, atliekami pakeitimai. Šiame tyrime rezultatus dalyviams siunčiau elektroniniu laišku ir prašiau parašyti, ar tai atitinka jų patirtį, galbūt turi komentarų. Visi tėčiai sureagavo į laišką. Jie minėjo, kad rezultatai atspindi patyrimą ir didžioji dalis pastebėjimų nepateikė. Vienintelė vieno dalyvio rekomendacija buvo citatoje įrašyti žodį „aštresnes“ į kabutes, į kurią atsižvelgiau (Sanders, 2003).

3. REZULTATAI

Colaizzi aprašomosios fenomenologinės analizės metodu išanalizavus 9 tyrimo dalyvių interviu, buvo sudaryta kategorijų, temų kekių ir temų struktūra, kuria siekiama atskleisti tėvystės patyrimą tarp tėčių, baigusią STEP programą. Duomenų analizės metu buvo išskirta 31 kategorija. Kategorijos sugrupuotos į 16 temų kekių (jos išskirtos tuomet, kai informacija pasikartoja bent penkiuose dalyvių pasakojimuose). Temų kekės apjungtos į 4 pagrindines temas: „Tėvystė – tai ...“, „Santykis su programa“, „Artimas ryšys su vaiku“ ir „Pagarbaus auklėjimo metodai“. Visos kategorijos, temų kekės ir temos pateiktos 3 lentelėje. Taip pat išskirtos dvi unikalios temos apie kurias kalbėjo mažiau negu pusė tėčių: „Kantrybė – iššūkis“ ir „Vaikai – „suaugusiųjų veidrodis““.

Tolesnėse rezultatų dalyse bus išsamiau aprašoma kiekviena kategorija, temų kekė ir tema, pateikiant iliustruojančias dalyvių citatas. Tėčių kalba originali, netaisyta. Prie kiekvienos temų kekės pavadinimo parašytas skaičius, nurodantis keliuose iš devynių interviu atsiskleidė tam tikra tema. Po citatų skliaustuose pateiktas pakeistas tyrimo dalyvio vardas ir transkripto eilučių numeris(-iai). Ženklas <...> rodo, kad citatos dalis praleista, laužtiniuose skliaustuose „[]“ nurodomi tyrėjos komentarai, pavyzdžiui neverbalinės reakcijos. Visos kategorijos, temų kekės ir temos su kiekvieno dalyvio ryškiausiomis citatomis, atspindinčiomis konkrečius aspektus, pateikiamos 9 priede.

3 lentelė. Išskirtos kategorijos, temų kekės ir temos

TĖČIŲ, BAIGUSIŲ STEP PROGRAMĄ, TĖVYSTĖS PATIRTYS	
1. Tėvystė – tai ...	
1.1. Atsakomybė už vaiką (8/9)	• Rūpestis • Smalsumo ugdymas • Pagalba sprendžiant problemas
1.2. „Nuolatinis mokymasis“ (6/9)	• Augimas kartu su vaiku
1.3. Stiprūs malonūs išgyvenimai (9/9)	• Dėkingumas • Pasididžiavimas vaiku • Pasitenkinimas savimi • Meilės ir reikalingumo jausmas
2. Santykis su programa	
2.1. Aukšta motyvacija pradžioje (7/9)	• Siekis būti geresniu tėčiu • Pastangos įgyti žinių • Siekis rasti atsakymus
2.2. „Esi ne vienas“ – bendrystė su kitais tėvais (8/9)	• Diskusijos su kitais tėvais • Kitų dalyvių problemos panašios • Savo šeimos situacijos normalizavimas
2.3. „Nei laiko, nei noro juos [namų darbus] daryti“ (8/9)	

2.4. Pastangos pritaikyti žinias su kitais žmonėmis (6/9) • Geresni santykiai su žmona • Pagarbesni profesiniai santykiai • Sustiprėjusi empatija kitiems
3. Artimas ryšys su vaiku
3.1. Atvirumas (8/9) • Drąsinimas išsipasakoti • Lygiavertiškumas
3.2. Bendros veiklos (6/9)
4. Pagarbaus auklėjimo metodai
4.1. Aiškių taisyklių susitarimas (8/9) • Ribų nubrėžimas • Nuoseklumas
4.2. Šeimos susirinkimas – galimybė kartu spręsti šeimos reikalus (5/9)
4.3. Vaiko drąsinimas priiimti atsakomybę (7/9) • Atsakomybė už savo sprendimus • Savarankiškumo ugdymas
4.4. Pastangos paruošti vaiką savarankiškam gyvenimui visuomenėje (6/9) • Užsibrėžtų tikslų siekimas • Savo vertės žinojimas • Pasiruošimas susidurti su realybe
4.5. Komandiškumo su partnere svarba tėvystėje (6/9) • Tarpusavio pagalba sunkiose situacijose • Diskusijos auklėjimo klausimais
4.6. Atidesnė savo elgesio su vaiku analizė (5/9)
4.7. Gebėjimas adekvačiai reaguoti į emociškai „karštą“ situaciją (6/9) • Atsitraukimas • Savo elgesio stebėjimas ir atpažinimas • Savo žodžių apmąstymas

3.1. Tėvystė – tai...

Šioje temoje aprašoma, kaip dalyviai suvokia tėvystę. Jie teigė, kad tėvystė yra atsakomybės jausmas už vaiką, „nuolatinis mokymasis“ ir stiprūs malonūs patirtį įprasminantys išgyvenimai.

3.1.1. Atsakomybė už vaiką (8/9)

Dauguma dalyvių minėjo, kad tėvystė yra atsakomybė. Jie jaučiasi įsipareigoję **pasirūpinti vaiku**, t.y. aprūpinti materialiais dalykais (maistu, drabužiais) ir psichologiniais. Tėčiai jaučiasi esantys tarsi ugdytojai, kurie padeda vaikams žengti per gyvenimą: „<...> atsakomybė <...> už tą vaiką nu jisai kaip sakoma turi turi kažkas juo kaip ir vadovauti jam, nes kadangi jis vis dar yra vaikas, jisai nėra ant tiek sakykim viską žinantis šiam pasauli, kaip reikia elgtis <...>“ (Matas, 53–57). Andrius akcentavo, kad tapus tėčiu ženkliai sustiprėjo atsakomybės jausmas. Jis jaučiasi labiau atsakingas, o tam reikia daugiau jėgų: „atsirado rūpestis <...> atsakomybės jausmas pasikeitė visiškai kitaip, nes nebetampi atsakingas už savo, už savo žmoną, šeimą bet ir už vaikus, kas yra tas gerokai daugiau reikalauja pastangų.“ (Andrius, 332–335). Viktoro atveju jis jautė atsakomybę **ugdyti smalsų vaiką**. Tėtis kelis kartus pokalbyje akcentavo smalsumo ugdymo svarbą

ir pabrėžė, kad kartu su žmona stengiasi šešiametį supažindinti su įvairiais dalykais: tiek inžineriniais, tiek humanitariniais. Viktoras siekia, jog vaikas būtų visapusiškai smalsus: „stengiuosi jį ugdyti kaip sakyti smalsų, nenumušti smalsumo, noro, tikiuosi ir jam ... atrodo. Stengiuosi vis tiek naujus dalykus ta prasme ten platųjį pasaulį rodyti“ (Viktoras, 249–250). Taip pat tėčiai kalbėjo apie **visokeriopą pagalbą vaikui sprendžiant problemas**. Jie minėjo, kad stengiasi realiai padėti, ištikus bėdai. Be tiesioginės pagalbos dalyviai atskleidė, jog suteikia vaikui palaikymą. Vieni akcentavo fizinį kontaktą sunkiose situacijose: „tu atsisėdi, pasakai, ateik, apsikabinsiu, bus geriau“ (Donatas, 202). Kiti tėčiai minėjo vaiko skatinimą nepasiduoti.

3.1.2. „Nuolatinis mokymasis“ (6/9)

Buvimas tėčiu dalyviams yra mokymasis kartu su vaiku. Tėčiai pabrėžė, kad vaikams augant ir situacijoms keičiantis atnaujinti žinias stengiasi nuolat. Pavyzdžiui, Viktoras teigė, jog mokosi, kaip suprantamai pasakyti informaciją vaikui: „įdomu mokytis, kaip pateikinti jam, kad jis suprastų vat, čia yra tiesiog gyvenimo mokykla <...> eigoje tu mokaisi, augi su juo ir su juo ir mokaisi.“ (Viktoras, 421–422, 424–425). Linas keletą kartų pokalbyje akcentavo, kad tėvystė jį skatina mokytis apie brolių ir seserų santykius. Kadangi pats buvo vienturtis ir nesusidūrė su tuo, jaučia, jog žinių trūksta. Todėl auginant tris skirtingo amžiaus vaikus, kartu tobulėti stengiasi ir pats: „man daugiausiai tai tokio nu patirties <...> kaip tarp brolių ir seserų vyksta tas bendravimas ir kiek čia reikia kištis, kiek nesikišti, toks nuolatinis mokymasis sakykim to“ (Linas, 528–529, 532–533). Svarbu paminėti dalyvių akcentuotą postūmį judėti pirmyn. Jie atskleidė, kad buvimas tėčiu motyvuoja neužsibūti viename taške: „tėvystė jinai skatina neužrūgti, pasitempti, skatina bėgti kartu su vaikais <...>“ (Nojus, 671–674). Vaizdingais žodžiais tėtis perteikė tai, kad tėvystė yra nenutrūkstamas tobulėjimo procesas.

3.1.3. Stiprūs malonūs išgyvenimai (9/9)

Dalyviai vienbalsiai įvardino, kad tėvystė asocijuojasi su stipriais maloniais išgyvenimais. Tėčiai apie kylančius jausmus kalbėjo ganėtinai entuziastingai, didelė dalis šypsojosi, kas parodo, jog patyrimas daugiausia pozityvus. Juliaus atveju išryškėjo **dėkingumas**. Vyras teigė, kad jaučiasi dėkingas už galimybę būti trijų vaikų tėčiu ir šeimos gausa nustebino jį patį: „<...> Aš labai dėkingas, kad turiu tokią gausią šeimą, kažkaip niekad nemaniau, kad turėsiu tokią gausią [juokiasi], bet vat Dievas davė ją tokią man, tai aš labai džiaugiuosi.“ (Julius, 45–47). Dalyviai taip pat kalbėjo apie **pasididžiavimą vaikais ir savimi**. Tėčiai pasakojo apie tai, kad jaučia pasitenkinimą matydami, kaip formuojasi vaiko asmenybė: „<...> kai jisai pyksta, kai jisai bando parodyti savo ego ar ten kažką ir vat vat yra nu įdomu, kaip asmenybė formuojasi, tai džiugina tas.“ (Viktoras, 72–74). Pokalbiuose buvo akcentuotas ir pasididžiavimas savimi. Šis jausmas buvo

pabrėžtas Lino pasakojime. Nors jis vaikystėje neturėjo tėčio pavyzdžio, savimi didžiuojasi: „<...> *aš manau, kad aš labai fainas tėtis esu ir džiaugsmas, pasididžiavimas toks tuo, kaip man sekasi tai daryti, kaip kaip sekasi su vaikais bendrauti, su šeima.*“ (Linas, 60–63). Kiti įvardinti išgyvenimai buvo **meilė ir reikalingumo jausmas**. Dalyviai pasakojo apie tai, jog šie jausmai abipusiai: „*žinau, kad ... kad mus myli, kad mes reikalingi ir mes tuo pačiu ir tave mylim, džiaugiamės, kad esi.*“ (Matas, 396-397). Donatas atskleidė, kad šiuo metu jaučiasi itin reikalingas. Tam įtakos turi ir šeimos pagausėjimas – gimus dar vienam vaikui, vyresnysis išreiškia stipresnį prisirišimą prie tėčio: „<...> *Tai taip ir tete tete <...> dabar jau ypatingai*“ (Donatas, 341–343).

Apibendrinant tai, kas dalyviams yra tėvystė, galima matyti, kad išryškėjo atsakomybė rūpintis vaiku, ugdyti smalsumą ir padėti susidūrus su sunkumu. Greta to buvimas tėčiu yra nenutrūkstamas mokymasis kartu su vaiku bei ryškūs malonūs išgyvenimai, tokie kaip dėkingumas, pasididžiavimas, meilė ir reikalingumo jausmas.

3.2. Santykis su programa

Šioje temoje atskleidžiamas dalyvių santykis su programa. Tėčiai kalbėjo apie tai, kad buvo aukšta motyvacija kursų pradžioje. Programos metu jie jautė bendrystę su kitais tėvais („esi ne vienas“), susidūrė su sunkumais atliekant namų užduotis ir siekė pritaikyti išmoktas žinias su aplinkiniais žmonėmis.

3.2.1. Aukšta motyvacija pradžioje (7/9)

Tėčiai minėjo, kad programos pradžioje buvo aukšta motyvacija. Priežastys, dėl ko į kursus prisijungė, skyrėsi, bet bendra buvo tai, jog visi dalyvavo savo noru. Kelis dalyvius prisijungti skatino **noras būti geresniu tėčiu**. Tėčiai teigė, kad tam tikri jų veiksmai praeityje buvo netinkami ir norėtų, jog ateityje toks elgesys nesikartotų: „*aš pats suprantu, kad tikrai ne viską gerai darau ... Tai va tas noras, kad daryčiau geriau*“ (Kasparas, 84–85). Donatas į siekį būti geresniu pažvelgė šiek tiek iš kitos perspektyvos. Jis kalbėjo apie savo tėvų elgesį. Vyrą dalyvauti programoje motyvavo noras būti geresniu negu buvo jo tėvai: „<...> *iš patirties kažkaip vat pažiūriu į savo tėvus kaip jie auklėjo ir taip nu vat kažko norėtusi geriau su tuo.*“ (Donatas, 132–134). Jonas į kursus prisijungė dėl to, kad **jautė žinių trūkumą**. Jis suprato, jog keičiasi požiūris į tėvystę, auklėjimo metodus ir norėjo sužinoti daugiau informacijos iš specialistų: „<...> *atsiranda naujovių, atsiranda naujų požiūrių, atsiranda naujų taisyklių, keičiasi keičiasi tos visuomenės klišės ir paprasčiausiai gerai yra turėti informacijos iš specialistų kaip toje situacijoje elgtis*“ (Jonas, 140–144). Dar viena priežastis, kuri motyvavo dalyvauti, buvo **siekis rasti atsakymus į kilusius**

klausimus. Keli dalyviai į programą atėjo su konkrečiais neraminančiais klausimais. Jie buvo susiję su tėvystėje kylančiais iššūkiais: „<...> *bandėm ieškoti tų atsakymų į vienas ar kitas sakykim na tokias „aštresnes“ situacijas.*“ (Nojus, 20–23).

3.2.2. „Esi ne vienas“ – bendrystė su kitais tėvais (8/9)

Dauguma dalyvių programos metu jautėsi esantys ne vieni arba konkrečiau sakant jautė bendrystę su kitais tėvais. Tai ryškiai nuskambėjęs aspektas pokalbiuose. Prie bendrystės jausmo atsiradimo stipriai prisidėjo **diskusijos su kitais dalyviais.** Kursų metu tėčiai turėjo galimybę išgirsti kitų tėvų istorijas, įžvalgas, kurios paskatino susimąstyti. Nojus kalbėjo apie tai, kad kitų papasakotos idėjos skatino jį metodus išbandyti savo šeimoje: „<...> *patirčių dalinimasis <...> duoda įvairių minčių irgi pabandyti taikyti.*“ (Nojus, 174–176). Diskutuojant su kitais dalyviais, tėčiai suprato, kad **nėra vieni susiduriantys su tokiomis problemomis.** Tai buvo vienas svarbiausių atradimų programoje. Kasparas teigė, kad sunkumų panašumo įsisąmoninimas prisidėjo prie ramesnio reagavimo į paauglio elgesį: „<...> *čia visi mes labai su panašiom problemom susiduriame ir paskui kažkaip net ir lengviau, net ir lengviau ... suprasti ir tą vaiką, ir kažkaip net nesistebi tuomet taip to vaiko tuo poelgiu ir gali ramiau reaguoti.*“ (Kasparas, 63–66). Dar vienas reikšmingas momentas buvo tai, kad išgirdę kitų pasidalinimus tėčiai **pradėjo objektyviau vertinti savo situaciją – ją normalizavo.** Dalyviai suvokė, jog su jų vaikais viskas gerai, jie normalūs: „<...> *kitų istorijas paklausius irgi supratimas, kad pas mus kaip ir viskas yra gerai <...>*“ (Julius, 81, 83–85).

3.2.3. „Nei laiko, nei noro juos [namų darbus] daryti“ (8/9)

STEP programoje dalyviai turi atlikti užduotis namuose, siekiant pritaikyti pozityvaus auklėjimo metodus. Tyrime dalyvavę tėčiai namų darbų atlikimą įvardino kaip sunkumą. To priežastys buvo laiko ir motyvacijos trūkumas. Daugiau negu pusė dalyvių teigė, kad nepavyko padaryti namų darbų maksimaliai tiek, kiek būtų norėję, dėl to, jog neužteko laiko: „*ne visada ten pavykdavo tuos namų darbus ten padaryti tiek, kiek norėtusi ir taip toliau, nu neatsirasdavo laiko*“ (Linas, 93–94). Nepaisant to, svarbu paminėti, kad iš dalies užduotis namuose atlikdavo visi dalyviai (nebuvo tokio, kuris iš viso nedarytų). Tą atspindi ir Andriaus citata: „*aš padarydavau visą laiką, bet tikrai netobulai, nes tiesiog tam reikia daugiau laiko skirti.*“ (Andrius, 157). Kita priežastis, dėl kurios namų darbai nebuvo atlikti taip kruopščiai, – motyvacijos trūkumas. Ji glaudžiai siejasi su anksčiau aptarta. Dalyviai įvardino, kad jautėsi per mažai motyvuoti. Mato atveju tai buvo atidėliojimas. Jis atskleidė: „*aš viską darydavau paskutinę minutę <...>*“ (Matas, 229–233, 235–236). Greta motyvacijos stokos tėčiai užsiminė apie kitų prioritetų (darbo, laiko su šeima, kitų svarbių reikalų) buvimą, kuris prisidėjo prie to, kad namų darbai nebuvo padaryti

kokybiškai. Reikšminga aptarti, kaip dalyviai kalbėjo apie tai, jog trūko laiko ir motyvacijos daryti užduotis namuose. Jų pasakojimuose išryškėjo tokios frazės kaip „Aš mokinyš buvau prastas“, „blogas studentas buvau“ ir pan., kurios parodo, jog tėčiai sąmoningai suprato, jog nedėjo pastangų tiek, kiek galėtų.

3.2.4. Pastangos pritaikyti žinias su kitais žmonėmis (6/9)

Programos metu įgytas žinias dalyviai stengėsi pritaikyti su kitais žmonėmis. Tėčiai pastebėjo, kad **pagerėjo santykiai su žmona**. Donatas akcentavo, jog santykiuose atsirado daugiau ramybės: „*ne tai kad su tais vaikais vat jau pradedi būt ramesnis, bet ir ten su antrąja puse.*“ (Donatas, 68–69). Tėčiai pastebėjo pokyčius ir darbo aplinkoje. Jie atkreipė dėmesį į tai, kad **profesiniai santykiai tapo pagarbesni**. Jonas atskleidė, kad darbe pritaiko vieną iš išmoktų principų – atsitraukti. Emociškai stiprioje situacijoje jis stengiasi atsitraukti ir racionaliai apmąstyti tai, kas vyksta: „*<...> darbe ta pati stresinė situacija, tu irgi atsitraukt gali, tu atsipūst gali, tu visai kitaip pradedi blaiviai mąstyti neįsiveli ten į kažkokius*“ (Jonas, 389–390, 392–393). Lino pasakojime nuskambėjo kitas taikomas principas – konkrečių taisyklių susitarimas. Kadangi jis dirba su vaikais, pabrėžė, jog svarbu iš anksto susitarti taisykles ir įvardinti susitarimų nesilaikymo pasekmes. Atrodo, kad taip jis stengiasi užtikrinti aiškumą. Julius pastebėjo, jog programos metu pradėjo žvelgti į situacijas tolerantiškiau, t.y. galvoja, dėl ko vienas žmogus elgiasi būtent taip ir žiūri iš jo perspektyvos. Julius pateikė pavyzdį: „*<...> jeigu kažko tai piktas žmogus prieina prie manęs ar ten kažkur parduotuvėje tai ar <...> automobilį užkišo ar kažką tai <...> dabar pagalvoji, o gal jam negera diena šiandien, gal jis kažkokią tai problemą turi, gal jam labai sunku, todėl jis toks piktas šiandien.*“ (Julius, 528–532). Iš pateiktos situacijos galima matyti, kad Juliaus atveju atsirado **didesnė empatija kitiems**.

Apibendrinant tėčių santykį su programa, atsiskleidė tai, jog kursų pradžioje jie buvo motyvuoti tapti geresniais tėčiais, įgyti žinių ir rasti atsakymus. Programos eigoje dalyviai jautė bendrystę su kitais grupės nariais, dėl laiko ir motyvacijos stokos susidūrė su sunkumais atlikti namų darbus ir pastebėjo pozityvius pokyčius mėginant pritaikyti žinias su kitais žmonėmis.

3.3. Artimas ryšys su vaiku

Trečioje temoje kalbama apie tai, kad ryšys su vaiku yra artimas. Tėčiai akcentavo, jog skatina vaiko atvirumą ir kartu užsiima veiklomis.

3.3.1. Atvirumas (8/9)

Tėčiai pasidalino, kad santykių su vaiku vyrauja atvirumas. Jis pasireiškia **drąsinimu išsipasakoti** apie tai, kas vyksta kasdienybėje. Matas atskleidė, jog konkrečiomis temomis paauglys nori kalbėti būtent su juo ir būna atvejų, kai atsiveria labiau negu žmonai: „*netgi ir dukra su manim pastoviai sakykim jeigu kažkas tokio kitokio tai jina nori su manim bendrauti, nes žino, kad su mama nu šiek tiek kitaip bus, sakykim atsiveria kitą kartą daugiau*“ (Matas, 144–146). Kitų vyrų pasakojimuose taip pat nuskambėjo siekis, kad vaikas drąsiai pasakotų apie įvykius jų gyvenime ir tai, jog vaikas išdrįsta atsiverti. Vaikų atvirumas parodo, kad tėčiams pavyksta sukurti saugią, pasitikėjimu grįstą erdvę dalintis išgyvenimais. Be atvirumo dalyviai kalbėjo ir apie **lygiavertį santykį su vaiku**. Tėčiai akcentavo pastangas, jog tarp jo ir vaiko vyktų dialogas: „*visada stengiamės jau kad pokalbis, dialogas, pasišnekam*“ (Donatas, 363–364). Pabrėžtina, kad tai itin reikšmingas lygiavertiškumo aspektas, kadangi leidžia vaikui jaustis svarbiam ir išgirstam. Dalis tėčių siekia, kad vaikas galėtų pats rinktis ir taip suprastų, jog jo požiūris, supratimas, paaiškinimai ir argumentai reikšmingi: „*mes jį įtraukiam į tokius pasirinkimus, kad jisai būtų svarbus, jaustųsi svarbus, kad jisai sprendžia, jisai tiesiog tą situaciją dalinai kažkiek tai valdo, ir <...> jo nuomonė svarbi mum.*“ (Jonas, 271–272). Kiti pabrėžė visų šeimos narių lygiavertiškumą: „*<...> dabar pas mus yra mes ir stengiuosi bendrauti su vaikais kaip su lygiais, išklausti jų nuomonės.*“ (Julius, 250–252). Pateiktos citatos iliustruoja, kad tėčiai suteikia galimybę vaikui būti svarbiu šeimos nariu. Vyrų yra atviri vaikų nuomonei – ją priima ir stengiasi atsižvelgti.

3.3.2. Bendros veiklos (6/9)

Dalyviai pasakojo apie tai, kad kartu su vaikais užsiima bendromis veiklomis. Tėčiai daugiausia akcentavo aktyvius laisvalaikio praleidimo būdus. Pavyzdžiui, Kasparas kartu su paaugliu vaiku sportuoja: „*<...> tiek man, tiek jam patinka sportas, jau keturiolika metų, tai jau kartu net va tinklinį dabar jau pradėjom važinėti ir žaisti, tai tas bendravimas ... pakankamai viskas gerai*“ (Kasparas, 234–236). Nojus akcentavo keliavimą su dviem panašaus amžiaus vaikais (pametinukais). Kelionės tai galimybė vaikams ir pačiam plėsti akiratį bei stiprinti tarpusavio ryšį: „*aš stengiuosi <...> važiuoti daug su jais, kad jie daug ką pamatytų, ta prasme aš turiu tokį norą kad jie Lietuvą pamatytų, tuo pačiu ir man yra patogų pamatyti, tai mes mes su jais pakeliaujam po Lietuvą. <...> aš taip kuriu santykį su jais irgi.*“ (Nojus, 443–447). Viktoras teigė, jog orientuojasi į tai, kas patinka vaikui ir siekia tokiu būdu jį pradžiuginti. Tėčio įvardintos veiklos buvo: „*<...> nuvažiuoti į mišką pasivaikščioti, palakstyti, pažaisti, su rogėmis pačiuožinėti*“ (Viktoras, 251–252). Pateikti pavyzdžiai rodo, kad dalyviai užsiima skirtingomis bendromis veiklomis ir taip kuria artimą ryšį su vaiku.

Apibendrinant artimą ryšį su vaiku, galima teigti, kad dalyviai skatina vaiką būti atviram ir kuria lygiavertį santykį. Be to, kartu užsiima veiklomis – daugiausia aktyviomis.

3.4. Pagarbaus auklėjimo metodai

Interviu ryškiai atsiskleidė tema apie pagarbaus auklėjimo metodus. Dalyviai išskyrė tokius aspektus: aiškių taisyklių susitarimas, šeimos susirinkimas, vaiko drąšinimas prisiimti atsakomybę, pastangos paruošti vaiką savarankiškam gyvenimui, komandiškumas su partnere, atidesnė savo kaip tėčio elgesio analizė bei gebėjimas adekvačiai reaguoti į emociškai „karštą“ situaciją.

3.4.1. Aiškių taisyklių susitarimas (8/9)

Didžioji dalis tėčių akcentavo, kad iš anksto su vaikais susitaria taisykles. Jos yra aiškos, konkrečios. Greta taisyklių tėčiai **nubrėžia ribas** – pasako, koks elgesys yra toleruojamas, koks ne: „<...> *jie žino, kas kas kokios tos ribos yra nustatytos*“ (Kasparas, 279). Dalyviai kalbėjo apie tai, kad atskleidžia susitarimų nesilaikymo pasekmes. Jie pabrėžė pasekmių adekvatumą, t.y. stengiasi, kad pasekmės sietųsi su vaiko netinkamu elgesiu. Andrius pateikė iliustruojantį pavyzdį, susijusį su filmukais: „<...> *jisai gali gauti filmuką tik tada, jeigu pats sugeba jeigu pažada vieną filmuką, jisai turi vieną pažiūrėti ir išjungti, jeigu to nesilaiko, jisai tada to privilegijos nebegaus.*“ (Andrius, 239–240). Galima matyti, kad pasekmė – kitą kartą nesuteikta galimybė žiūrėti filmuką siejasi su netinkamu elgesiu – nesutikimu išjungti. Be to, tėčiai kalbėjo apie **nuoseklumą** auklėjant vaiką. Išryškėjo dvi perspektyvos. Vieni dalyviai akcentavo, kad abu su žmona laikosi tų pačių principų. Tai reiškia, kad jeigu vienas leido, tam pritaria ir kitas, jeigu neleido, irgi vienbalsiai. Dažniau buvo paminėtas to paties tėčio elgesio ir sprendimų nuoseklumas. Dalyviai pasakojo apie tai, kad atkakliai laikosi konkrečių principų. Tai buvo įvardinta nedvejojimu: „<...> *tu žinai, kaip tu turi elgtis, tu žinai, kad, kad pasiektum rezultatą, tu turi tai padaryti*“ (Jonas, 568, 571–572). Apskritai tėčiams kalbant apie aiškių taisyklių susitarimą, jų žodžiuose buvo jaučiamas užtikrintumas, kuris ir vaikų auklėjime yra svarbus.

3.4.2. Šeimos susirinkimas – galimybė kartu spręsti šeimos reikalus (5/9)

Pusės dalyvių pasakojimuose kaip auklėjimo metodas nuskambėjo šeimos susirinkimas. Daliai tėčių tai buvo atradimas programoje. Dalyviai kalbėjo apie tai, kaip atrodydavo susirinkimai jų šeimoje. Jie vykdavo vieną kartą per savaitę tuo pačiu laiku. Keli tėčiai minėjo, kad susirinkimo metu protokoluodavo – susirašydavo klausimus, kuriuos svarbu aptarti, ir nutarimus. Kasparas teigė, kad ateinančio susirinkimo metu stebėdavo, ką pavyko pasiekti: „<...> *kitą susirinkimą peržiūrime, ar ar mes čia viską įvykdėme tuos užsibrėžtus tikslus*“ (Kasparas, 129–130). Šeimos nariai

per susirinkimus aptardavo kasdienės temas, pavyzdžiui namų ruošą: „<...> daug kas apie buitį dalykai, ta prasme tiesiog, kas plaus indus, kas iš indaplovės išims ten daiktus, kas šiukšles išneš.“ (Linas, 102–106). Būdavo priimami ir svarbūs šeimos sprendimai, tokie kaip artimiausi planai arba numatomi pirkiniai. Atkreiptinas dėmesys į tai, kad šeimos susirinkimo metu tėčiai ne tik sprendavo buities rūpesčius ar aptardavo kitus su šeima susijusius klausimus, bet tai būdavo laikas visiems pabūti kartu. Tai erdvė kiekvienam pasakyti savo nuomonę, pasidalinti tuo, kas įvyko per pastarąją(-ąsias) dieną(-as). Julius atskleidė, kad susirinkimo pabaigoje visus įtraukdavo į smagią veiklą: „<...> pasiūlėme kažkokių taisyklių po to žaidimų, bendrą veiklą <...>“ (Julius, 133–139). Iš to, ką dalyviai pasakojo, galima teigti, kad šeimos susirinkimas kaip metodas neabejotinai vertingas. Tai būdas aptarti su šeima susijusius reikšmingus klausimus ir skatinti vaikus bendradarbiauti. Diskusijos leidžia vaikui mąstyti ir jaustis šeimos dalimi – išklausytu, priimtu. Be to, tai galimybė šeimai patirti bendrystę ir suprasti, kad jie visi yra viena komanda.

3.4.3. Vaiko drąsinimas priiimti atsakomybę (7/9)

Daugiau negu pusė tėčių pasidalino, kad drąsina vaiką priiimti atsakomybę. Jie stengiasi mokyti **priiimti įsipareigojimą už savo veiksmus**. Dalyviai akcentavo, kad situacijose būna greta vaikų, bet atsakingas už savo elgesį yra vaikas: „<...> tarkim kieme prisidirba, ateina kažkieno tėvai aiškintis, tai aš visą laiką aš pasikviečiu jį ir jam sakau dabar pasakok, apgink savo poziciją, pasakok viską, kaip buvo, aš niekur nedingstu, aš esu šalia, bet tu pasakok, kaip buvo <...> niekada nepuolu teisinti savo vaikų, kad jie yra idealūs ir jie negalėjo prisidirbti, aš kaip tik mokau daugiau, kad mokau aš asmeniškai, kad jie turi jausti už tai, ką jie veikia“ (Nojus, 507–510, 512–513). Tėčiai skatina priiimti pasekmes to, kas įvyko. Jie siekia, kad vaikas spręstų situaciją pagal tuometines savo galimybes: „tikslas yra, kad nu jeigu tau kažkas nutiko, tai tu <...> turi imti ir bandyti ta prasme ieškoti pagalbos, kitaip tariant nueini pas sesę, kitą sesę, nu jeigu apie mažąjį arba pas tėtį, mamą ir sakai: nu žiūrėk va pilna reikia padėti išspręsti ir aš jau skaitau jau tai yra ok.“ (Linas, 312–315). Iš pateiktos citatos galima suprasti, kad reikšmingiau yra ne tai, kiek vaikas išsprendžia problemą, bet kad jis rodo iniciatyvą ir stengiasi spręsti. Dalyviai taip pat kalbėjo apie pastangas, jog **vaikas būtų savarankiškas**. Jie suteikia galimybę pasirinkti, patiems nuspręsti tam tikrus dalykus. Kiti tėčiai minėjo savarankiškumą kasdienėse situacijose: „jisai turi savo apie save kiek įmanoma susitvarkyti ten drabužius susidėti nusirengdamas ir taip toliau, į skalbinių dėžę“ (Andrius, 242–243). Andriaus citata atspindi, kad jis skatina savo dvimetį vaiką pasirūpinti savimi tiek, kiek sugeba.

3.4.4. Pastangos paruošti vaiką savarankiškam gyvenimui visuomenėje (6/9)

Tėčiai pokalbiuose pasidalino, kad auklėjant vaiką stengiasi paruošti jį savarankiškam gyvenimui. Tai jie įvardina viena iš savo kaip tėčio užduočių. Tiksliau sakant, dalyviai siekia, jog sprendimai, kuriuos pasitelkia auginant vaiką, duotų naudos vaikui kaip bręstančiai asmenybei. Tėčiai kalbėjo apie tai, kad užaugęs vaikas **aktyviai siektų užsibrėžtų tikslų**. Galėtų pakankamai lengvai sugalvoti situacijų sprendimo būdus. Linas minėjo vaikams akcentuojamą iniciatyvumo naudą užaugus: „*kad žmogus mokėtų iškilo gyvenime problema, <...> nesvarbu visiškai bet kokia, nu ir jisai paims ir ir imsis iniciatyvos kažką daryti*“ (Linas, 320–326). Matas stengiasi, kad vaikas **adekvačiai vertintų savo galimybes** visuomenėje: „*<...> žinotų sakykim savo vietą, ko jisai vertas sakykim ir panašiai <...> kad nereikėtų lipti galbūt sakykim per galvą sau, <...> sau kažkokius reikalavimus tokius nekeltų sakykim per daug*“ (Matas, 359–361). Kiti dalyviai kalbėjo apie tai, kad vaikas **būtų pasiruošęs susidurti su jo laukiančia realybe**. Andrius akcentavo, kad: „*gyvenime tu turi patirti ir kitus dalykus, kad vaikas mokėtų su tuo ateity susitaikyt, nes faktas, kad jisai tą patirs.*“ (Andrius, 73–74). Visi trys aptarti principai rodo, kad auklėjant vaikus tėčiai galvoja praktiškai – apie tai, kas padėtų geriau paruošti vaiką gyvenimui visuomenėje.

3.4.5. Komandiškumo su partnere svarba tėvystėje (6/9)

Šiek tiek daugiau nei pusė tėčių akcentavo komandiškumo su žmona svarbą tėvystėje. Ne viename pokalbyje buvo paminėtas žodis „komanda“. Šeimoje **tėvai padeda vienas kitam**, o ypač **emociškai stiprioje situacijoje**. Dalyviai kalbėjo apie tai, kad kai vienam iš tėvų susivaldyti darosi per sunku, kitas perima tolimesnį problemos sprendimą: „*<...> jeigu slysta jau matai, kad nesuvaldai situacijos ar tiesiog sudvejoji tuo momentu ir yra kitas šalia, tai kitas perima paprasčiausiai tą vaidmenį ir užsibrėžtą tikslą toliau, toliau rodo tokį poelgį kaip esam aptarę ir nutarę.*“ (Jonas, 566–568). Dalyviai interviu pasakojo apie tai, kad **diskutuoja su partnere** aktualiais su vaiku susijusiais klausimais. Tėvai aptaria kylančius iššūkius, jų sprendimą – kaip vertėtų elgtis, kaip nebūtų protinga. Pasakojimuose ryškiai nuskambėjo mintis apie tai, kad abu tėvai svarbūs auginant vaiką ir tėčiai savo vaidmenį mato lygiai tokį patį reikšmingą kaip ir mamos: „*su žmona pasišnekam <...> nes vis tiek bendrai <...> stengiamės jam suteikti laimingą vaikystę*“ (Viktoras, 408–409). Apskritai, kai dalyviai kalbėjo apie komandiškumą, buvo jaučiama, jog jie brangina žmonos buvimą šalia (palaikymą).

3.4.6. Atidesnė savo elgesio su vaiku analizė (5/9)

Dalyviai pastebėjo, kad, baigę programą, yra labiau linkę analizuoti savo elgesį su vaiku. Dažnu atveju tėčiai užduoda sau klausimą, ar elgiasi teisingai ir būna atvejų, kai dvejoja savo sprendimais. Dalyviai pabrėžė tai, kad stengiasi apmąstyti savo kaip tėčio veiksmus, jog jie būtų

tinkami ir nepasielgtų taip, kad vėliau gailėtųsi: „*prieš kažką tai sakykim darant kažkokį tai bet kokį žingsnį va ... tikrai apgalvoti reikia, kad tas žingsnis paskui jį nebūtų kažkur į šoną ir ir ir paskui suklups* <...>“ (Matas, 328–331). Keletas dalyvių kalbėjo apie tai, kad kartais mano netgi per daug apsvairstantys savo poelgius: „*aš ir žmona mes tokie per daug giliai <...> daugiau tokio analizių, taip toliau, gal biškį per daug persikraunam, bet nu mes taip mūsų toks būdas analizuoti <...>*“ (Viktoras, 435–437). Nuolatinis savo veiksmų analizavimas gali sietis su kita pasakojimuose nuskambėjusia mintimi – siekiu, kad tėvystėje viskas klostytųsi kuo sklandžiau. Galimas variantas, jog pastangos būti geriausiu tėčiu savo vaikui skatina kuo labiau apmąstyti savo elgesį.

3.4.7. Gebėjimas adekvačiai reaguoti į emociškai „karštą“ situaciją (6/9)

Daugiau nei pusė dalyvių atskleidė, kad geba adekvačiai reaguoti į emociškai „karštą“ situaciją. Tėčiai dalinosi, jog emocijoms „užkaitus“, **stengiasi atsitraukti**. Atsitraukimas vertingas abiem pusėms, nes leidžia nurimti. Vyrai akcentavo, kad svarbu išeiti, palaukti kelias minutes ir tuomet pats vaikas grįžta pas tėtį: „<...> *nieko nedarai, išeini palieki, o paskui ateina tai gal einam pažaišti, tai jau visai kita, visai kita nuotaika*“ (Viktoras, 337–339). Kiti tėčiai kalbėjo apie tai, kad **stebi savo poelgius**. Jonas teigė, kad atpažįsta savo netinkamą elgesį ir mąsto apie tai, kokie veiksmai būtų tikslingi: „*tuoj pat tu nurimsti ir galvoji: pala palauk, čia ne taip, čia reikia ramiai, gražiai, paanalizuokim, pažiūrėkim <...>*“ (Jonas, 321–324). Panašu, kad Jonui pavyksta ne tik nurimti, bet ir ieškoti geriausio sprendimo konkrečioje situacijoje, kas yra kokybiškai kitoks reagavimas nei pasidavimas emocijoms. Juliaus atveju jis **stengiasi apgalvoti savo žodžius** emociškai stiprioje situacijoje. Dalyvis tai įvardina „išlaikytumu“: „<...> *aš gebu ... nepaleisti emocijų, bet pirmiausia pagalvoti, o po to pasakyti, o ne pasakyti, o po to pagalvoti.*“ (Julius, 257–258). Reikšminga tai, kad visais minėtais būdais reaguodami į situaciją, tėčiai siekia nesugriauti kuriamo ryšio su vaiku.

Apibendrinant temą apie pagarbaus auklėjimo metodus, svarbu paminėti, kad dalyviai kalbėjo apie ribų nubrėžimą ir nuoseklumą, šeimos susirinkimą, vaiko drąsinimą priimti atsakomybę už savo veiksmus ir būti savarankiškam. Taip pat tėčiai pasakojo apie auklėjimo principų naudą suaugusiame amžiuje, žmonos pagalbą ir diskusijas, atidesnę savo elgesio su vaiku analizę bei adekvačias reakcijas į emociškai stiprią situaciją: atsitraukimą, savo elgesio atpažinimą ir žodžių apmąstymą.

3.5. Unikalias temos

Šiame poskyryje bus aptariamos dvi temos, apie kurias kalbėjo mažiau nei pusė dalyvių (4), bet jos yra svarbios. Išskirtos temos: „Kantrybė – iššūkis“ ir „Vaikai – „suaugusiųjų veidrodis““.

3.5.1. Kantrybė – iššūkis (4/9)

Keturi tėčiai kalbėjo apie tai, kad yra sunku išlikti kantriam. Tai vienintelis bendras iššūkis, išryškėjęs pasakojimuose. Nojus minėjo, jog jam kantrybė yra didžiausias sunkumas ir kartais užplūdus emocijoms, praradęs viltį, kad bus išgirstas, pakelia balso toną: „*Kantrybė yra iššūkis. Man iššūkis yra didžiulis, nes aš sakiau kantrybės labai mažai turiu ir dažnu atveju ... tenka pakelti balsą, kad išgirstų, ką aš sakau* <...>“ (Nojus, 560–562). Kitiems tėčiams yra sudėtinga išlaukti rezultato. Julius norėtų greitesnių problemos sprendimo rezultatų. Deja, taip nebūna – jam tenka nuolat ramiu balsu kartoti tą pačią informaciją vaikui, o tai yra iššūkis: „<...> *man sunku suvokti kaip suaugusiam žmogui nu kaip gali nedaėt, nu šitiek kartų sakiau* <...> *norisi kuo greičiau, kad jau viskas būtų tvarkoj, bet taip nėra.*“ (Julius, 430–436). Linas akcentavo, kad sudėtinga išlaukti norimo rezultato neaštrinant situacijos ir būna atvejų, kai pritrūkus kantrybės, norisi trumpai ir greitai išaiškinti situaciją: „<...> *jeigu matai, kad vyksta ne pagal taip, kaip turėtų, pasakai, kaip turėtų būt, gauni pasipriešinimą ir nesivelt į konfliktą, o palikti taip, kaip yra. <...> taip norisi kartais įsivelt į tą konfliktą ir sakyti: žiūrėk turi būt taip ir taip* <...>“ (Linas, 457–459, 462–463).

3.5.2. Vaikai – „suaugusiųjų veidrodis“ (4/9)

Šiek tiek mažiau negu pusė dalyvių atskleidė suvokiantys, kad vaikai yra „suaugusiųjų veidrodis“. Tėčiai supranta, kad vaikai stebi jų reakcijas ir elgesį bei kartoja tai, ką mato. Andrius pasidalino žinantis, kad į jo susierzinimą vaikas taip pat reaguoja susierzinimu: „*aš žinau, kad aš susinervinu ir dar kažką, bet tas vaikas irgi tos emocijos vis tiek atsispindės pas jį*“ (Andrius, 109–110). Kadangi vaikai kartoja tėvų elgesį, tėčiai stengiasi rodyti tinkamą pavyzdį. Jonas teigė, kad po programos pradėjo daugiau kreipti dėmesio į savo veiksmus ir komunikaciją su kitais. Taip jis siekia, kad vaikas matytų pavyzdį ir juo sektų: „*labai po STEP kursų atsižvelgi į savo poelgius, į savo ypač bendravimą su kitais aplinkiniais, kad vaikas matytų, kad tai, ta prasme, būtų jam jam suvokiami dalykai, jis tais vadovautųsi*“ (Jonas, 443–445). Nojus akcentavo tokį savo elgesį, kokio tikisi ir iš vaiko. Jis pateikė pavyzdį: „<...> *aš reikalauju iš jų, kad jie batus susidėtų tai aš visada batus ir įsidedu parėjęs į batų dėžę, kad nepalikčiau ir jie man primena, jeigu tik tai palikau penkiom minutėm, nes žinau, kad vėl eisiu, jie man primena iš karto, kad mano batai nepadėti.*“ (Nojus, 620–622). Iš pateiktų pavyzdžių galima matyti, kad tėčiai suvokia, jog vaikai mėgdžioja jų elgesį ir todėl stengiasi būti kuo geresniais pavyzdžiais.

4. APTARIMAS

Tyrimu buvo siekta atskleisti tėvystės patyrimą tarp tėčių, baigusią STEP programą. Pasirinktas kokybinis tyrimas atsižvelgiant į tai, kad apskritai tėvystė (buvimas mama ar tėčiu) STEP programos kontekste yra mažai tyrinėta tema, o apie tėčių tėvystę ir STEP mokymus nebuvo rasta nei vieno atlikto tyrimo. Todėl šis – pirmasis. Colaizzi aprašomosios fenomenologinės analizės metu buvo išskirtos 4 pagrindinės temos: tėvystė – tai ..., santykis su programa, artimas ryšys su vaiku ir pagarbaus auklėjimo metodai.

Šioje dalyje svarbiausi gauti rezultatai bus lyginami su kitais tyrimais bei interpretuojami. Paeiliui bus aptarta kiekviena tema. Vertėtų atkreipti dėmesį į tai, kad darbe lyginama su panašiais tyrimais: remiamasi straipsniais apie buvimą tėvais (mama arba tėčiu), tėčiu ir pozityvios tėvystės programų veiksmingumą bendrąja prasme. Pabaigoje bus pateikti darbo privalumai ir ribotumai bei rekomendacijos ateities tyrimams.

4.1. Rezultatų interpretacija ir palyginimas su kitų autorių darbais

Tėvystė – tai ...

Temoje „Tėvystė – tai ...“ išryškėjo, kad dalyviai jaučia atsakomybę pasirūpinti vaiku, ugdyti smalsumą ir prireikus padėti. Carneiro ir kolegų (2012) bei Liu (2021) atliktų kokybinių tyrimų rezultatai paantrino, kad buvimas tėčiu dalyviams buvo atsakomybė (Carneiro ir kt., 2012; Liu, 2021). Toks matymas gali sietis su tuo, kad vyrai rimtai žiūri į tėvystę ir jiems tai svarbi gyvenimo dalis. Atsakingas požiūris į savo kaip tėčio vaidmenį gali skatinti aktyviau dalyvauti vaiko gyvenime.

Dalyviai atskleidė, kad tėvystė asocijuojasi su stipriais maloniais išgyvenimais, tokiais kaip dėkingumas, pasididžiavimas bei meilės ir reikalingumo jausmas. Nors buvo įvardinti ir nemalonūs jausmai: susierzinimas, pyktis, galima spėti, kad visumoje dominuoja malonūs, kurie „nusveria“. Kiti tyrimai papildė šiuos rezultatus. Kazlauskaitė (2011) nustatė, kad dauguma tėvų jaučia teigiamus jausmus savo vaiko atžvilgiu: pasitiki savo vaikais, džiaugiasi už juos ir didžiuojasi. Nelson ir kolegų (2013) tyrimo rezultatai parodė, jog tėčiams vaikai suteikė daugiau pozityvių emocijų ir gyvenimo prasmės negu asmenims, kurie neturėjo vaikų. Bendrai tyrėjai pritaria požiūriui, kad tėvystė yra daugiau džiaugsmas negu vargai (Nelson ir kt., 2013). Pozityvūs jausmai gali būti motyvacijos šaltinis, kuris sudėtingose tėvystės situacijose skatina nepasiduoti. Svarbu paminėti, kad kituose tyrimuose pateikiama daugiau malonių jausmų, pavyzdžiui optimizmas, smalsumas ar nuoširdumas. Galima matyti, kad dažniausiai vyravo pozityvios emocijos, o tą atrado ir baigiamojo darbo tyrimas.

Santykis su programa

Temoje „Santykis su programa“ atsiskleidė, kad tėčiai pradžioje buvo stipriai motyvuoti. Vien tai, jog visi dalyviai prisijungė į programą savo noru, patvirtina šį faktą. Motyvacija gali prisidėti prie aktyvesnio įsitraukimo susitikimų metu ir geresnio informacijos įsisavinimo. Be to, tai parodo, kad tėčiams rūpi bendravimas su vaiku. Kiti tyrėjai nagrinėdami tėvų įsitraukimą į pozityvios tėvystės programas, pateikia dvi nuomones. Vieni (Račkauskienė, 2018; Apaydin, 2022) teigia, kad tėvai yra motyvuoti dalyvauti. Račkauskienės (2018) tyrime rasta, kad tėvus pirmą kartą įsitraukti skatina: noras įgyti naujų žinių, meilė vaikams ir baimė juos prarasti. Prisijungti pakartotinai motyvuoja: savęs tobulinimas, naujų žinių poreikis, bendravimas su kitais tėvais ir noras dalintis asmenine patirtimi (Račkauskienė, 2018). Kita vertus, Vyšniauskaitė-Rimkienė ir Matulevičiūtė (2016) atskleidė, kad dalis tėvų, kurie dalyvavo programoje „Sėkminga tėvystė“ buvo nemotyvuoti, todėl specialistui teko papildomas uždavinys – sudominti. Kiti tyrėjai (Garcia ir kt., 2018; Prguda ir Burke, 2020) pastebėjo, kad motyvacijos trūkumas yra viena iš kliūčių prisijungti prie programos. Akivaizdu, kad vieno atsakymo, ar tėčiai yra motyvuoti įsitraukti, ar ne, nėra. Tikėtina, kad tai priklauso nuo to, kiek tėvai santykiuje su vaiku mato problemų, kiek reikšmingas kuriamas ryšys ir asmeninių žmogaus savybių. Galbūt tėčiai, kurie mato vaiko elgesyje daugiau sunkumų, kuriems rūpi, kaip vaikas bendrauja bei apskritai pasižymintys jautrumu, rūpestingumu ir atsidavimu, bus labiau motyvuoti dalyvauti grupėje.

Dalyviai interviu metu dalinosi, kad mokymuose jautė bendrystę su kitais tėvais. Tai, kad tėčiai programose jautėsi esantys ne vieni, akcentavo ir kiti tyrėjai. Garcia ir kolegų (2018) tyrimo rezultatai paantrino, kad dalyviai jautėsi susieti su kitais tėvais. Išgirdę kitų istorijas, jie suprato, jog šeimose, auginančiose panašaus amžiaus vaikus, problemos tokios pačios (Garcia ir kt., 2018). Vyšniauskaitė-Rimkienė ir Matulevičiūtė (2016) pritaria, kad vienas stipriausių grupės poveikių tėvams yra tai, kad, aptardami vaikų auginimo patirtį, gali pamatyti, jog su problemomis susiduria ne vieni (Vyšniauskaitė-Rimkienė ir Matulevičiūtė, 2016). Toks dalinimasis suteikia galimybę užmegzti santykius su kitais tėvais ir suvokti, kad juos vienija bendras tikslas – išmokyti pozityvaus auklėjimo įgūdžių ir sustiprinti ryšį su vaiku. Žinojimas, kad nesi vienas, gali sumažinti stresą, susijusį su vaikų auklėjimu. Taip pat tai praplečia situacijų matymą – galima išgirsti kitų auklėjimo patirtis, naudojamas strategijas, galbūt konkretų metodą pritaikyti savo šeimoje.

Artimas ryšys su vaiku

Temoje „Artimas ryšys su vaiku“ buvo išskirta, kad tėčiai skatina vaiką atvirai kalbėti, stengiasi kurti lygiavertį tarpusavio santykį ir kartu užsiima bendromis veiklomis. Straipsniuose, kurie nagrinėjo tėvų patirtis po pozityvios tėvystės programų, pastebima, kad pagerėjo tėvų ir vaikų santykiai. Tarpusavio santykiams buvo būdinga: pagarba, empatija, aktyvus klausymasis ir vaiko nuomonės priėmimas (Pilkionienė ir Jonynienė, 2016; Račkauskienė, 2018; Dulevičienė, 2020;

Apaydin, 2022). Račkauskienės (2018) tyrimo rezultatai patvirtino, jog baigę programą tėvai kartu su vaikais leidžia laisvalaikį: sprendžia įtraukiančias užduotis, žaidžia ar piešia (Račkauskienė, 2018). Verta paminėti, kad baigiamojo darbo tyrimas nesiekė išsiaiškinti tėvų bendravimo su vaiku pokyčių, todėl išvadų daryti negalima. Nepaisant to, matoma, kad tendencijos yra panašios – po tėvystės programų ryšys su vaiku artimas ir kuriamas užsiimant bendromis veiklomis. Artimas ryšys su vaiku lemia didesnę vaiko pasitikėjimą savimi, norą bendrauti su kitais, retesnes psichologines problemas. Tikėtina, kad glaudus santykis su tėvais padės vaikui ateityje tuomet, kai pats kurs santykius. O viena iš prasmingų veiklų, kaip galima kurti artimą ryšį – laisvalaikis kartu su vaikais. Užsiimant bendromis veiklomis, vaikas šeimoje jaučiasi mylimas ir svarbus.

Pagarbaus auklėjimo metodai

Temoje „Pagarbaus auklėjimo metodai“ atsiskleidė, kaip tėčiai auklėja vaikus. Išryškėjo, kad dalyviai su vaikais susitaria taisykles ir nuosekliai jų laikosi. Liu (2021) tyrime buvo gauti panašūs rezultatai. Didžioji dalis (75 proc.) tėčių teigė, kad viena iš jų užduočių yra susitarti su vaiku aiškias taisykles, įskaitant ir pasekmių aptarimą. Rezultatai parodė, kad didesnis tėčio nuoseklumas ir įsitraukimas į vaiko gyvenimą buvo susijęs su mažiau emocijų ir elgesio problemų (Liu, 2021). Nuoseklumas auklėjant vaiką siejasi ne tik su mažiau elgesio problemų, bet ir su didesniu saugumo jausmu bei mažesniu nerimu. Taip vaikas supranta, koks elgesys priimtinas, o koks ne, ir žino tėvų keliamus lūkesčius. Kai vaikas suvokia, ko iš jo tikimasi ir kokios yra taisyklės, tikėtina, kad jis rečiau elgsis netinkamai, ką parodė ir Liu (2021) atliktas tyrimas.

Dalyviai pasakojo apie kitą auklėjimo metodą – šeimos susirinkimą. Tai laikas, kai visi šeimos nariai būna kartu: aptaria aktualius klausimus ir dalinasi, kas džiugaus ar liūdno nutiko. Šeimos susirinkimą kaip atradimą tėvystės įgūdžių stiprinimo programose įvardino ir kiti tyrėjai. Račkauskienė (2018) bei Burn ir kolegos (2019) atskleidė, kad susirinkimų metu šeimos nariai kalbėdavo apie tai, kas (ne)malonaus nutiko per pastarąją dieną. Tėvai džiaugėsi, kad kartais patys vaikai inicijuodavo susirinkimą ir noriai dalindavosi savo išgyvenimais (Račkauskienė, 2018; Burn ir kt., 2019). Šių susirinkimų nauda neabejotina. Tai padeda visiems šeimos nariams jaustis reikšmingiems, dalyvauti priimant sprendimus ir patiems pasakyti savo nuomonę. Vysto įgūdžius konstruktyviai diskutuoti ir reflektuoti, nes vaikai skatinami dalintis tuo, kas smagaus ar nemalonaus vyksta jų kasdienybėje. Be to, tai galimybė šeimai pasijusti vieningai ir yra būdas stiprinti bendrystę.

Tėčiai kalbėjo apie tai, kad drąsina vaiką prisiimti atsakomybę už savo sprendimus ir būti savarankiškam. Kiti tyrėjai labiau teoriškai aptaria šiuos aspektus – sutinka, kad tai yra svarbūs pozityvios tėvystės principai, kuriais tėvai turėtų vadovautis. Visgi pavyko rasti Šaulinskienės (2018) atliktą tyrimą, kuris siejasi su gautais rezultatais. Tyrėja nustatė, kad pozityvus tėvų bendravimas, kuris apima pagarbą, pasitikėjimą, meilę ir aiškių ribų nustatymą, paveikia vaikų

savijautą: jis yra savarankiškas ir prisiima atsakomybę už savo veiksmus (Šaulinskienė, 2018). Nors Šaulinskienės (2018) tyrimo rezultatai tiksliai neatspindi baigiamojo darbo tyrimo rezultatų, galima matyti, kad esmė panaši, t.y. abu kalba apie vaiko jaučiamą atsakomybę už tai, ką daro ir savarankiškumą. Reikšminga pabrėžti, kad atsakomybės prisiėmimas glaudžiai siejasi su vaikų ateitimi, nes jeigu vaikas dabar jau atsakomybę už savo veiksmus, tai padės ir vėlesniame amžiuje: paskatins būti savarankišku ir padės lengviau prisitaikyti visuomenėje. Atsakomybės prisiėmimas ir savarankiškumas suteikia pasitikėjimo savimi ir drąsos.

Dar vienas svarbus aspektas išryškėjęs pagarbaus auklėjimo temoje buvo komandiškumas su partnere. Tėčiai pasakojo apie tai, kad su žmona padeda vienas kitam emociškai „karštoje“ situacijoje ir diskutuoja vaiko auklėjimo klausimais. Tai, jog mama ir tėtis yra komanda, tyrinėjo Rempel ir kolegos (2019). Tyrėjai pabrėžė, kad tėvai padeda vienas kitam pasirūpinti kūdikiu ir palaiko sėkmes akimirkomis. Mokslininkai atskleidė, kad komandiškumas palankiai paveikia sutuoktinių tarpusavio santykius (stiprėja ryšys), vaiko elgesį bei tėvų ir vaikų santykius (Rempel ir kt., 2019). Abiejų tėvų bendradarbiavimas parodo, kad nors kiekvienas neretai atlieka skirtingas užduotis, jų vaidmuo yra vienodai reikšmingas. Tokiose šeimose vaikas jaučiasi saugus, mokosi, kaip atrodo pagarba grįsti santykiai ir kaip juos užmegzti. Tikėtina, kad tai padės vaikui ateityje, nes jis žinos, kaip kurti artimą ryšį su kitu žmogumi.

Tėčiai taip pat dalinosi, kad baigę programą adekvačiai reaguoja į emociškai „karštą“ situaciją. Pajutę, kad emocijos „užkaičio“, jie atsitraukia, stebi savo veiksmus ir stengiasi apgalvoti sakomus žodžius. Šiuos rezultatus papildė Dulevičienės (2020) ir Petrikienės (2020) atlikti tyrimai. Pastebėta, kad po pozityvios tėvystės programų dalyviai išmoko valdyti pyktį. Tėvams susierzinus, jie stengiasi bendrauti su vaiku ramiu balso tonu ir ieškoti abiem pusėms tinkamo problemos sprendimo. Tėvai akcentavo, kad nebetaiko fizinių bausmių, o emocijoms sukilus bando nurinti ir susitarti su vaiku (Dulevičienė, 2020; Petrikienė, 2020). Šie ar kiti panašūs žingsniai yra itin svarbūs sudėtingose situacijose, nes parodo, kad tėtis geba save valdyti ir jaučia atsakomybę už savo elgesį. Tai padeda vaikui suprasti, kad kiekvienas susiduria su intensyviomis emocijomis, tačiau reikšminga rasti būdus, kurie būtų tinkami situacijoje. Vaikas mato pavyzdį, kad šaukti ar rodyti fizinę jėgą nėra priimtina ir yra kiti metodai, kaip galima nurinti.

Kantrybė – iššūkis

Unikalioje temoje „Kantrybė – iššūkis“ atsiskleidė, kad tėčiams sunku išlaukti norimo rezultato. Vienas dalyvis kalbėjo apie tai, jog kartais, kai vaikai negirdi, ką tėtis nori pasakyti, užplūsta emocijos ir tenka pakelti balso toną. Kantrybę būnant tėvais tyrinėjo ir kiti mokslininkai. Liu (2021) tyrime paaiškėjo, kad tėčiams trūksta kantrybės. Peng (2022) parodė, jog dalyviams buvo sunku išlaukti, kol vaikai atliks namų darbus (Peng, 2022). Abu tyrėjai užsiminė apie tai, kad tėčiai lyginant su mamomis yra mažiau kantrūs, tačiau kadangi šis tyrimas orientuotas tik į vyrus,

išvadų daryti negalima. Apskritai tai, kad retkarčiais tėvams pritrūksta kantrybės yra labai natūralu, nes tėčiai lygiai tokie patys žmonės – jie gali susierzinti, jausti nuovargį, bejėgiškumą ir ne visą laiką pavyksta tai nusišluoti. Svarbu, kad patys tėčiai atpažįsta savo reakcijas situacijose ir stengiasi reaguoti kuo ramiau.

Verta aptarti aspektus, kurie galėjo turėti įtakos rezultatams. Vienas iš jų – vaikų skaičius. Kadangi tyrime dalyvavo tėčiai, auginantys nuo vieno iki trijų vaikų, tikėtina, kad patyrimas skiriasi. Tėtis, kuris augina du ar daugiau vaikų, gali pastebėti bendrumus ar skirtumus, auklėjant vaikus, apžvelgti brolių ir seserų santykius, o tėtis auginantis vieną vaiką gali tiek patirties neturėti. Kitas aspektas yra vaikų amžius, kuris tyrime svyravo nuo pusės metų iki 15. Galimai tėčiai, auginantys jaunesnio amžiaus vaikus (iki 12 m.), labiau akcentuoja savarankiškumo ugdymą, atsakomybę už savo sprendimus, o paauglių tėvai pabrėžia didesnę laisvę, kartu susitardami taisykles. Kitas iliustruojantis pavyzdys yra tai, kad šeimos susirinkimą kaip metodą įvardino tik vyresnių negu 6 metų vaikų tėvai, jaunesnių apie tai nekalbėjo. Šis skirtumas gali būti dėl to, kad dalyviai, auginantys ikimokyklinio amžiaus vaikus, programoje yra tik supažindinami su metodu, o vyresnių vaikų tėvai jau gauna užduotį suorganizuoti šeimos susirinkimą ir turi bent pabandyti. Trečias svarbus aspektas yra tai, kad dalyviai programą baigė skirtingu metu – vieni 2021 m. gegužę, kiti – tų pačių metų lapkritį – gruodį. Gali būti, kad tėčių, kurie programą baigė pavasarį, atmintyje liko tik ryškiausi metodai, kuriuos jie naudoja auklėjant vaiką, o vėliau baigusieji prisimena daugiau priemonių ir apskritai daugiau informacijos. Dar vienas veiksnys, kuris galėjo lemti rezultatus – interviu atlikimo vieta. Šiek tiek daugiau negu pusė pokalbių (5) vyko gyvai, likusieji (4) – nuotoliu. Kalbant nuotoliu, pavyko pastebėti tik dalį dalyvių kūno kalbos, pats interviu nebuvo toks natūralus kaip gyvas. Gyvame buvo daugiau padaršinimo, žvilgsniu parodant, kad „taip, tęskite“. Be to, kelių nuotolinių pokalbių metu buvo girdimi pašaliniai garsai, esantys už kambario durų, kurie tėčiui galėjo trukdyti sutelkti dėmesį į užduodamus klausimus.

Taigi, galima matyti, kad baigiamojo darbo tyrimo rezultatai papildė kitus tyrimus, suteikia daugiau informacijos būtent apie tėčių tėvystės patirtis, baigus tėvystės įgūdžių stiprinimo programas. Yra panašumų su kitais kiekybiniais ir kokybiniais tyrimais, o tai patvirtina, kad šis tyrimas orientuotas į svarbius temos aspektus, kuriuos rado ir kiti tyrėjai.

4.2. Tyrimo privalumai ir ribotumai

Tyrimo privalumas buvo tai, kad dalyvavo tėčiai, kurie įsitraukė į skirtingas STEP programos versijas: STEP 0–5, STEP 6–12, STEP 13–17. Tai padėjo susidaryti įvairiapusį vaizdą apie tėčių, auginančių vaikus iki 17 m. (imtinai), tėvystę, baigus tėvų grupę. Kitas privalumas buvo

pokalbių trukmė. Interviu truko nuo 38 iki 80 min., vidutinė trukmė – 65 minutės. Tai, kad tėčiai ganėtinai išsamiai pasakojo apie savo patirtį, prisidėjo prie gilaus ir visapusio temos atskleidimo.

Pastebėta ir tyrimo trūkumų. Vienas iš jų buvo tai, kad pasirinkta tyrinėti tris tėvystės aspektus: save kaip tėtį, santykį su vaiku ir auklėjimą. Dėl šios priežasties gauti rezultatai buvo ganėtinai struktūruoti. Galbūt būtų tikslinga susikonsultuoti ties vienu pagrindiniu temos aspektu ir labiau pasigilinti į jį. Su šiuo ribotumu glaudžiai siejasi kitas – pagrindiniame tyrimo klausime trūko tikslingumo. Klausimas skambėjo taip: „Kokios yra tėvystės patirtys tarp tėčių, kurie baigė STEP programą?“ Kadangi interviu klausimai apėmė keletą su tėvyste susijusių temų ir nepavyko išskirti vienos ryškiausios, pateiktas apibendrintas klausimas. Jeigu tyrimas būtų fokusuotas į vieną konkrečią temos dalį, būtų galima tikslingiau formuluoti klausimą. Kiti du ribotumai yra susiję su rezultatų ekstrapoliavimu. Vienu jų galima įvardinti tai, kad programoje 8 tėčiai (iš 9) dalyvavo su žmonomis, o tai yra kokybiškai kitokia patirtis negu vienam. Taip pat mažai reprezentuoti vienturčių vaikų tėčiai – toks tėtis tyrime dalyvavo tik vienas. Lyginant tėčius, kurie augina vieną vaiką, su tais, kurie augina du ir daugiau, neabejotina, kad tėvystės patyrimas skiriasi. Dėl šių dviejų priežasčių gautų rezultatų negalima apibendrinti visiems tėčiams. Kitos priežastys, dėl ko negalima generalizuoti, yra nedidelė tėčių imtis ir skirtingas vaikų amžius. Apskritai gauti rezultatai gali parodyti tendencijas vyrų grupėje, tačiau juos reikėtų vertinti kritiškai.

Tyrimo dalyvių skaičių (9) būtų galima įvardinti tiek privalumu, tiek trūkumu. Tai stiprybė dėl to, kad rezultatai labiau pagrįsti ir išsamesni. Kita vertus, dalis informacijos nebuvo įtraukta į bendrą temų ir temų kekių struktūrą, nes apie tai nekalbėjo daugiau negu pusė dalyvių. Pavyzdžiui, tėvų įvardinti tėvystės sunkumai po STEP programos išsiskyrė, todėl jie nebuvo aprašyti pagrindinių rezultatų dalyje. Vienas sunkumas buvo aptartas kaip unikali tema, tačiau kiti, apie kuriuos kalbėjo mažiau dalyvių, įtraukti nebuvo.

4.3. Rekomendacijos ateities tyrimams

Ateityje nagrinėjant tėvystę, baigus tėvystės įgūdžius stiprinančią programą, vertėtų išsamiau patyrinėti vieną aspektą. Tai leistų daugiau ir giliau sužinoti apie santykį su vaiku, save kaip tėtį ar auklėjimą. Kita rekomendacija būtų pasigilinti į patirtį dalyvaujant su žmonomis. Kadangi 8 iš 9 tėčių STEP programą lankė su partnere, būtų vertinga išsiaiškinti, kuo tai padėjo ar trukdė bei kuo patyrimas (ne)išskirtinis. Dar viena rekomendacija – daugiau sužinoti apie tėčių, auginančių vieną vaiką, patirtį, nes tyrime toks tėtis buvo tik vienas. Tai padėtų pamatyti tėčių, auginančių vieną ir daugiau vaikų, tėvystės panašumus ir/ar skirtumus.

5. IŠVADOS

1. Tyrimo dalyviams tėvystė yra jaučiama atsakomybė už vaiką, nuolatinis mokymasis bei stiprūs malonūs išgyvenimai (dėkingumas, pasididžiavimas, meilės ir reikalingumo jausmas).
2. Tėčiai, kalbėdami apie patirtį STEP programoje, atskleidė, kad kursų pradžioje buvo stipriai motyvuoti. Grupėje dalyviai jautė bendrystę su kitais tėvais, dėl laiko ir motyvacijos stokos susidūrė su sunkumais atliekant užduotis namuose bei stengėsi pritaikyti įgytas žinias su kitais žmonėmis.
3. Tyrime dalyvavusių vyrų ryšys su vaiku artimas: atviras ir kuriamas užsiimant bendromis veiklomis.
4. Tėčiai, dalyvavę tyrime, pagarbiai auklėja vaiką. Išryškėjo tokie auklėjimo aspektai:
 - a) aiškių, konkrečių taisyklių susitarimas ir nuoseklus jų laikymasis,
 - b) šeimos susirinkimas kaip galimybė įtraukti vaikus į šeimos reikalų aptarimą,
 - c) drąsinimas prisiimti atsakomybę už sprendimus,
 - d) siekis paruošti vaiką savarankiškam gyvenimui visuomenėje,
 - e) komandinis vaiko auginimas su partnere,
 - f) polinkis analizuoti savo elgesį su vaiku,
 - g) gebėjimas adekvačiai reaguoti į emociškai „karštą“ situaciją (pastangos nesivadovauti emocijomis).

LITERATŪROS SĄRAŠAS

1. Adleris, A. (2015). Žmogaus pažinimas. Vilnius: VAGA.
2. Apaydin, S. (2022). The effect of positive discipline parenting program on parental disciplinary practices, parenting stress and parenting self-efficacy (daktaro disertacija). Artimųjų Rytų technikos universitetas, Ankara.
3. Bauer, N. S., Webster-Stratton, C. (2006). Prevention of behavioral disorders in primary care. *Current opinion in pediatrics*, 18(6), 654–660. DOI: 10.1097/MOP.0b013e32
4. Bornstein, M. H., Cote, L. R., Haynes, O. M., Hahn, C. S., Park, Y. (2010). Parenting knowledge: Experiential and sociodemographic factors in European mothers of young children. *Developmental psychology*, 46(6), 1677–1693. DOI: 10.1037/a0020677
5. Brink, H. I. L. (1993). Validity and reliability in qualitative research. *Curationis*, 16(2), 35–38. DOI: 10.4102/curationis.v16i2.1396
6. Brooks, J. B. (2013). *The Process of Parenting: Ninth edition*. New York: McGraw-Hill Higher Education.
7. Burn, M., Knight, T., Taylor, L., Toumbourou, J. W. (2019). Parents' perceptions of changes in family functioning after participation in a strengthening families intervention: A qualitative analysis. *Children and Youth Services Review*, 100, 428–436. DOI: 10.1016/j.childyouth.2019.03
8. Burvytė, S. (2013). Šeimos ir ikimokyklinių ugdymo institucijų bendradarbiavimas: pozityviosios tėvystės skatinimo aspektas. *Socialinis ugdymas*, 3(35), 122–136.
9. Carneiro, L. M. R., Silva, K. L. D., Pinto, A. C. S., Silva, A. D. A., Pinheiro, P. N. D. C., Vieira, N. F. C. (2012). Fatherhood: discourses of men who experience a closer and participative relationship in the children care. *Journal of Nursing*, 6(9), 2177–2182. DOI: 10.5205/reuol.2570-20440-1-LE.0609201223
10. Cypress, B. S. (2017). Rigor or reliability and validity in qualitative research: Perspectives, strategies, reconceptualization, and recommendations. *Dimensions of critical care nursing*, 36(4), 253–263. DOI: 10.1097/DCC.0000000000000253
11. Cruz-Ramírez, Z., Vega-Martínez, J., Villegas-Domínguez, J. E. (2018). Family dysfunction associated with the severity of anxiety disorder in children. *International Journal of Recent Advances in Multidisciplinary Research*, 5(10), 4183–4186.
12. Day, J. J., Baker, S., Dittman, C. K., Franke, N., Hinton, S., Love, S., ... Turner, K. M. T. (2021). Predicting positive outcomes and successful completion in an online parenting program for parents of children with disruptive behavior: An integrated data analysis. *Behaviour Research and Therapy*, 146, 1–11. DOI: 10.1016/j.brat.2021.103951
13. DeBell, M. (2008). Children Living without Their Fathers: Population Estimates and Indicators of Educational Well-Being. *Social Indicators Research*, 87(3), 427–443. DOI: 10.1007/s11205-007-9149-8
14. Dreikurs, R., Soltz, V. (2012). *Laimingi vaikai: iššūkis tėvams*. Vilnius: VAGA.
15. Duggleby, W., Williams, A. (2015). Methodological and Epistemological Considerations in Utilizing Qualitative Inquiry to Develop Interventions. *Qualitative Health Research*, 26(2), 1–7. DOI: 10.1177/1049732315590403
16. Dulevičienė, L. (2020). Tėvystės įgūdžių ugdymas socialinę riziką patiriančių šeimų tėvams socialinio darbo kontekste (daktaro disertacija). Mykolo Romerio universitetas, Vilnius.
17. Eurostat (2021). How many single-parent households are there in the EU? Žiūrėta internete 2022-04-20: <https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/-/edn-20210601-2>
18. Finlay, L. (2011). *Phenomenology for Therapists: Researching the Lived World*. Chichester: Wiley-Blackwell.
19. Fletcher, R., Freeman, E., Matthey, S. (2011). The impact of behavioural parent training on fathers' parenting: A meta-analysis of the Triple P-Positive Parenting

- Program. *Fathering: A journal of theory, research & practice about men as fathers*, 9(3), 291–312. DOI: 10.3149/fth.0903.291
20. Garcia, A. R., DeNard, C., Ohene, S., Morones, S. M., Connaughton, C. (2018). “I am more than my past”: Parents’ attitudes and perceptions of the Positive Parenting Program in Child Welfare. *Children and Youth Services Review*, 88, 286–297. DOI: 10.1016/j.childyouth.2018.03.023
 21. Gežová, K. C. (2015). Father’s and Mother’s Roles and Their Particularities in Raising Children. *Acta Technologica Dubnicae*, 5(1), 45–50. DOI: 10.1515/atd-2015-0032
 22. Girdzijauskienė, S., Breidokienė, R., Dragūnevičius, K., Jusienė, R., Žėkaitė, J. (2021). Nuotolinio vaikų ugdymo pandemijos dėl COVID-19 metu iššūkių tyrimas Lietuvoje: tyrimo imtis, eiga, metodai. In R. Jusienė, V. Būdienė, G. Gintilienė, S. Girdzijauskienė, I. Stonkuvienė (red.). *Nuotolinis vaikų ugdymas pandemijos dėl COVID-19 metu: grėsmės bei galimybės ekosisteminiu požiūriu*, p. 42–52. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla. Žiūrėta internete 2022-05-15 https://www.fsf.vu.lt/dokumentai/Nuotolinis_vaiku_ugdymas_pandemijos_del_COVID-19_metu.pdf
 23. Higienos institutas (Lietuvos) (2021). Tėvams apie programą. Žiūrėta internete 2022-04-09 <https://neitiketini-metai.lt/tevams-apie-programa/#neitiketini-metai>
 24. Hoepfl, M. C. (1997). Choosing qualitative research: A primer for technology education researchers. *Journal of Technology Education*, 9(1), 47–63. DOI: 10.21061/jte.v9i1.a.4
 25. Jonynienė, J. (2011). Psichologinės–edukacinės programos tėvams įgyvendinimas Lietuvoje: gimimo eiliškumo ir sociodemografinių charakteristikų reikšmė, numatant dalyvių įsitraukimą. Tarpdisciplininis diskursas socialiniuose moksluose – 3: straipsnių rinkinys, socialinių mokslų doktorantų ir jaunųjų mokslininkų konferencija, Kauno technologijos universitetas, Kaunas (p. 104–109), 2011 m. spalio 21 d.
 26. Jonynienė, J. (2013). Efektyvus auklėjimo įgūdžių lavinimo programa STEP: tikėti, drąsinti, ugdyti atsakomybę. „Rūpi vaikai – padėkim tėvams: konferencijos medžiaga“, mokslinė–praktinė konferencija, Vilniaus universitetas, Vilnius (p. 11), 2013 m. gruodžio 6 d.
 27. Jonynienė, J., Kern, R. M., Gfroerer, K. P. (2015). Efficacy of Lithuanian Systematic Training for Effective Parenting (STEP) on Parenting Style and Perception of Child Behavior. *Family journal: counseling and therapy for couples and families*, 23(4), 392–406. DOI: 10.1177/1066480715574473
 28. Jonynienė, J., Pilkionienė, I., Lingytė, R. (2021). STEP programa tėvams pandemijos laikotarpiu: ar verta gyvu bendravimu paremtas tėvų grupes perkelti į nuotolį? „Patirtis be sienų“: pranešimų santraukų leidinys, Lietuvos psichologų kongresas, Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, Kaunas (p. 77), 2021 m. balandžio 24 d.
 29. Kazlauskaitė, A. (2011). Tėvystės įgūdžių mokymo poreikis tėvams auginantiems jaunesnio mokyklinio amžiaus vaikus (magistro baigiamasis darbas, Vytauto Didžiojo universitetas, Kaunas). Žiūrėta internete 2022-04-14 <https://portalcris.vdu.lt/server/api/core/bitstreams/2663edd7-d271-4be7-b0d9-cff4adbf78fd/content>
 30. Kyriazos, T. A., Stalikas, A. (2018). Positive parenting or positive psychology parenting? Towards a conceptual framework of positive psychology parenting. *Psychology*, 9(7), 1761–1788. DOI: 10.4236/psych.2018.97104
 31. Kurienė, A. (2016). Kaip užauginti žmogų. Mintys iš vaikų psichologo smėlio dėžės. Vilnius: Alma littera.
 32. Lamb, M. E. (2010). *The role of the father in child development: Fifth Edition*. Hoboken: John Wiley & Sons.
 33. Lietuvių kalbos žodynas (2018). Tėvas. Žiūrėta internete 2022-03-26 <http://www.lkz.lt/?zodis=t%C4%97vas&id=26051920000>
 34. Lietuvių kalbos žodynas (2018). Tėvystė. Žiūrėta internete 2022-03-26 <http://www.lkz.lt/?zodis=t%C4%97vyst%C4%97&id=26052970000>

35. Lietuvos statistikos departamentas (2020). Lietuvos gyventojai (2020 m. leidimas). Ištuokos. Žiūrėta internete 2022-04-20: <https://osp.stat.gov.lt/lietuvos-gyventojai-2020/santuokos-ir-istuokos/istuokos>
36. Lietuvos statistikos departamentas (2020). Lietuvos gyventojai (2020 m. leidimas). Santuokos. Žiūrėta internete 2022-04-20: <https://osp.stat.gov.lt/lietuvos-gyventojai-2020/santuokos-ir-istuokos/santuokos>
37. Liobikienė, T. N. (2009). Sistemine pozityvios tėvystės raiškos ir ugdymo perspektyva. Socialinis darbas. Patirtis ir metodai, 4(2), 107–123.
38. Liu, Y. (2021). Understanding and increasing father involvement in Mainland China (daktaro disertacija). Kvinslando universitetas, Brisbenas.
39. Mays, N., Pope, C. (2000). Qualitative Research in Healthcare: Assessing Quality in Qualitative Research. BMJ journal, 320(1), 50–52. DOI: 10.1136/bmj.320.7226.50
40. Morrow, R., Rodriguez, A., King, N. (2015). Colaizzi's descriptive phenomenological method. The Psychologist, 28(8), 643–644.
41. National Fatherhood Initiative (2015). Father Facts: Seventh Edition. Germantown: National Fatherhood Initiative. Žiūrėta internete 2022-04-07 <https://www.frpn.org/file/811/download?token=4758UoZm>
42. Nelson, S. K., Kushlev, K., English, T., Dunn, E. W., Lyubomirsky, S. (2013). In defense of parenthood: Children are associated with more joy than misery. Psychological science, 24(1), 3–10. DOI: 10.1177/0956797612447798
43. Peng, Y. (2022). Gendered Division of Digital Labor in Parenting: A Qualitative Study in Urban China. Sex roles, 86, 283–304. DOI: 10.1007/s11199-021-01267-w
44. Petersen, J. M., Lesch, E. (2022). “A Child Needs Both a Mother and a Father”: The Parenting Constructions of a New Generation of Tertiary-Educated South African Prospective Parents. Journal of Comparative Family Studies, 52(4), 715–742.
45. Petrikienė, V. (2020). Pozityvios tėvystės kursų dalyvių subjektyviai suvokto kursų efektyvumo sąsajos su kursų dalyvių charakteristikomis ir kursų vedančiųjų kvalifikacijos rodikliais (magistro baigiamasis darbas, Vytauto Didžiojo universitetas, Kaunas). Žiūrėta internete 2022-04-09 https://cris6.vdu.lt/cris/bitstream/20.500.12259/106168/1/vilma_petrikiene%CC%87_md.pdf
46. Pilkionienė, I., Jonynienė, J. (2016). Tėvystės įgūdžių ugdymas: STEP programos dalyvių (STEP) patiriami auklėjimo sunkumai ir jų kaita. „Psichologija: mokslu grindžiama praktika žmogui ir visuomenei“: kongreso pranešimų santraukų leidinys, Lietuvos psichologų kongresas, Vytauto Didžiojo universitetas, Kaunas (p. 52–53), 2016 m. gegužės 7 d.
47. Prguda, E., Burke, K. (2020). All eyes on me as a parent: Professionals' and Offenders' views on parenting challenges and barriers to accessing parenting services. Child Abuse & Neglect, 99, 1–13. DOI: 10.1016/j.chiabu.2019.104226
48. Račkauskienė, S. (2018). Tėvų, patiriančių socialinę riziką, patirtys po pozityvios tėvystės mokymų. Mokslo taikomieji tyrimai Lietuvos kolegijose, 14, 87–97.
49. Rajeckas, V. (1999). Mokymo organizavimas. Kaunas: Šviesa.
50. Rempel, J. K., Rempel, L. A., Hoa, D. T. P., Vui, L. T., Long, T. K. (2019). Parenting Teamwork: The Impact of a Fathering Intervention on Mothers and Infants in Vietnam. Child Development, 91(2), 345–346. DOI: 10.1111/cdev.13244
51. Rodrigo, M. J., Almeida, A., Spiel, C., Koops, W. (2012). Introduction: Evidence-based parent education programmes to promote positive parenting. European Journal of Developmental Psychology, 9(1), 2–10. DOI: 10.1080/17405629.2011.631282
52. Salari, R., Ralph, A., Sanders, M. R. (2014). An efficacy trial: Positive parenting program for parents of teenagers. Behaviour Change, 31(1), 34–52. DOI: 10.1017/bec.2013.31
53. Sanders, C. (2003). Application of Colaizzi's method: Interpretation of an auditable decision trail by a novice researcher. Contemporary Nurse, 14(3), 292–302. DOI: 10.5172/conu.14.3.292
54. Sanders, M. R. (1999). Triple P-Positive Parenting Program: Towards an empirically validated multilevel parenting and family support strategy for the prevention of behavior and emotional

- problems in children. *Clinical child and family psychology review*, 2(2), 71–90. DOI: 10.1023/A:1021843613840
55. Sanders, M. R. (2003). Triple P–Positive Parenting Program: A population approach to promoting competent parenting. *Australian e-journal for the Advancement of Mental Health*, 2(3), 127–143. DOI: 10.5172/jamh.2.3.127
 56. Sanders, M. R. (2012). Development, evaluation, and multinational dissemination of the Triple P-Positive Parenting Program. *Annual review of clinical psychology*, 8, 345–379. DOI: 10.1146/annurev-clinpsy-032511-143104
 57. Saunders, R., McFarland-Piazza, L., Jacobvitz, D., Hazen-Swann, N., Burton, R. (2013). Maternal knowledge and behaviors regarding discipline: The effectiveness of a hands-on education program in positive guidance. *Journal of Child and Family Studies*, 22(3), 322–334. DOI: 10.1007/s10826-012-9581-5
 58. Schulz, M. L. C., Haslam, D. M., Morawska, A., Kish, A. (2021). The acceptability of Group Triple P with Brazilian parents. *Journal of Child and Family Studies*, 30(8), 1950–1964. DOI: 10.1007/s10826-021-01998-0
 59. Spencer, C. M., Topham, G. L., King, E. L. (2020). Do online parenting programs create change?: A meta-analysis. *Journal of Family Psychology*, 34(3), 364–374. DOI: 10.1037/fam0000605
 60. Spinelli, E. (2012). *The interpreted world: an introduction to phenomenological psychology*. London: Sage Publications.
 61. Steketee, M., Jonkman, H., Naber, P., Distelbrink, M. (2021). Does Teen Triple P Affect Parenting and the Social and Emotional Behaviours of Teenagers? A Study of the Positive Parenting Programme in the Netherlands. *Behaviour Change*, 38(2), 95–108. DOI: 10.1017/bec.2021.2
 62. Svendsen, S., Griffin, J., Forkey, H. (2020). Using the Attachment Relationship and Positive Parenting Principles to Build Childhood Resilience. *Advances in Pediatrics*, 67, 15–28. DOI: 10.1016/j.yapd.2020.04.004
 63. Šaulinskienė, D. (2018). Šeimos pozityvūs komunikacijos metodai, ugdantys vaikų kūrybiškumą (magistro baigiamasis darbas, Lietuvos edukologijos universitetas, Vilnius). Žiūrėta internete 2022-04-15 <https://portalcris.vdu.lt/server/api/core/bitstreams/6cad5082-f2f3-49cc-8da0-903b53b33c92/content>
 64. Tuntipuchitanon, S., Kangwanthiti, I. O., Jirakran, K., Trairatvorakul, P., Chonchaiya, W. (2022). Online positive parenting programme for promoting parenting competencies and skills: randomised controlled trial. *Scientific Reports*, 12(1), 1–12. DOI: 10.1038/s41598-022-10193-0
 65. Vyšniauskaitė-Rimkienė, J., Matulevičiūtė, D. (2016). Tėvystės įgūdžių lavinimas tėvų grupėse: socialinių darbuotojų patirties refleksija. *Socialinis darbas. Patirtis ir metodai*, 18(2), 77–91. DOI: 10.7220/2029-5820.18.2.5
 66. Vyšniauskytė-Rimkienė, J., Liobikienė, T. N., (2012). *Gebėjimai socialinio darbo praktikoje (tėvystės ir vaikų socialinių gebėjimų lavinimas): mokomoji knyga*. Kaunas: Vytauto Didžiojo universitetas. Žiūrėta internete 2022-04-05 http://vddb.elaba.lt/fedora/get/LT-eLABa-0001:B.03~2012~ISBN_978-9955-12-604-1/DS.001.0.01.BOOK
 67. Webster-Stratton, C., Bywater, T. (2019). The Incredible Years series: An internationally evidenced multi-modal approach to enhancing child outcomes. In B. H. Fiese, M. Celano, K. Deater-Deckard, E. N. Jouriles, M. A. Whisman (red.). *APA Handbook of Contemporary Family Psychology: Family therapy and training*, p. 343–359. Washington: APA publishing.
 68. Webster-Stratton, C., Herman, K. C. (2010). Disseminating Incredible Years Series Early-Intervention Programs: Integration and sustaining services between school and home. *Psychology in the Schools*, 47(1), 36–54. DOI: 10.1002/pits.20450
 69. Wirihana, L., Welch, A., Williamson, M., Christensen, M., Bakon, S., Craft, J. (2018). Using Colaizzi's method of data analysis to explore the experiences of nurse academics teaching on satellite campuses. *Nurse Researcher*. 25(4), 30–34. DOI: 10.7748/nr.2018.e1516