

# Motivace a bariéry otců v kontextu péče o děti

**Klíčové vhledy**  
(05-08/2025)

Johana Haldová (johana@govlab.cz)

Hana Kociánová (hana@govlab.cz)

Jan Hněvkovský (jan@govlab.cz)



# Motivace a bariéry otců v kontextu péče o děti

Tato analýza se opírá o kvalitativní výzkumný přístup zaměřený na hlubší porozumění postojům, motivacím, podmínkám a bariérám, které ovlivňují zapojení mužů do péče o děti.

Analýza má poskytnout podklad pro hlubší porozumění problematice k přesnějšímu zacílení plánovaného vyhlášení výzvy MPSV k tématu.

V rámci analýzy jsme sledovali zejména to, jakou roli hrají kulturní normy spojené s genderem a rodičovstvím, pracovní a institucionální podmínky a vztahová dynamika v tom, jak se do péče o děti zapojují otcové.

Výstupem jsou karty klíčových vhledů, které slouží jako nástroj pro workshopy nad tvorbou výzev, prototypů a oporu při hodnocení konceptů a návrhů v oblasti genderu, rovných podmínek a příležitostí v oblasti práce i péče.

# Design výzkumu

V rámci tohoto kvalitativního výzkumu bylo realizováno 17 polostrukturovaných rozhovorů:

- s 10 otci dětí do tří let, nebo starších dětí (3–10 let),
- se 3 muži, kteří se na rodičovství teprve připravují,
- se 4 matkami pro doplnění perspektivy

Proběhly rozhovory jak s otci, kteří se do péče velmi aktivně zapojují, tak s otci, kteří se zapojují méně. Účastníci výzkumu byli vybráni z různých oblastí ČR (včetně oblastí s těžko dostupnými službami institucionální péče), z různých velikostí obcí a s různým typem zaměstnání (flexibilní a fixní místo a čas provedení práce).

Tento účelový výběr účastníků výzkumu měl za cíl zachytit co nejširší pestrost zkušeností péče otců o děti.

Rozhovory jsme analyzovali pomocí segmentace témat a identifikovali jsme vzorce v rozhovorech k vytvoření výstupů ve formě klíčových vhledů. Klíčové vhledy jsou zároveň doplněny shrnutím hlavních zjištění.

## Limity výzkumu

Díky cílenému výběru a několika kvótním kategoriím byla zajištěna základní pestrost vzorku. I přesto je ale pestrost omezená. Chybí zde například perspektivy rodin silně ohrožených chudobou nebo rodiče s dítětem se zdravotním znevýhodněním.

Výzkum je postavený na vyprávění a reflexi účastníků. Obsah výpovědí mohl ovlivnit tlak na sociální desirabilitu sdělení. Tedy to, co považovali účastníci výzkumu jako vhodnou sebe prezentaci. To mohlo vést k nadhodnocení jejich zapojení nebo jejich rodičovských kompetencí. Toto zkreslení jsme se snažili omezit skrze tvoření bezpečného prostředí během rozhovoru. Určité vyvážení výpovědí také vzniklo skrze kombinaci výpovědí otců s výpověďmi matek.

Užitečným doplněním výzkumu by mohla být perspektiva dalších aktérů jako například zaměstnavatelů nebo dětí.

# Klíčové vhledy

## – o co jde a k čemu je využít?

Klíčové vhledy jsou syntézou, která propojuje jednotlivé výroky s hlubšími souvislostmi a kulturními významy. Dávají konkrétní vhled do dané situace, ale zároveň téma kotví v hlubších strukturálních aspektech. Klíčové vhledy jsou tak střípky různorodých perspektiv a zkušeností, které ale dohromady poskytují rozmanitý vhled do tématu.

Vhledy jsou strukturované tak, aby zachycovaly danou situaci, motivace, bariéry. Každý vhled také nese interpretaci, která shrnuje, co je v dané situaci klíčové – z hlediska genderových nerovností v rodičovství nebo systémových limitů.

Klíčové vhledy tak mohou sloužit jako podklad pro budoucí rozhodování. Poskytují nástroj pro tvorbu výzev, podporu pro prototypování, hodnocení nápadů a konceptů.

Důraz je kladen na kulturní kontext a strukturální podmínky, které ovlivňují nejen chování, ale i emoční prožívání rodičovství. Vhledy tedy neukazují jen „co je“, ale zejména „na čem záleží“, pokud má být zapojení mužů do péče systematicky podporováno.

# Hlavní zjištění

Rozhovory zachytily perspektivy otců, kteří jsou zapojeni do péče o děti pouze trochu i takové, kteří péči popisují slovy: „Nenakoším, jinak udělám všechno.“

Větší zapojení otců je často výsledkem kombinace faktorů ekonomického zabezpečení rodiny, vnitřního přesvědčení, individuálně vyjednaných pracovních podmínek, typu zaměstnání a podobně.

Následující části přibližují, jaké faktory tuto dynamiku formují – ať už jde o ekonomické nastavení, přetrvávající genderové normy, hodnotový rámec nebo institucionální zázemí.

## Motivace otců pro zapojení se do péče o děti

Popisovanou motivací pro zapojení otců do péče bylo:

- budování hlubokého vztahu s dítětem od raného dětství,
- pocit naplnění a smysluplnosti a radosti z otcovské role,
- zajištění seberealizace, pracovního rozvoje a odpočinku matce dítěte,
- pestřejší podněty pro dítě díky více pečujícím osobám,
- vědomí pomíjivosti raného dětství potomků,
- podpoření partnerského vztahu rodičů díky sdílené zkušenosti péče.

Tam, kde muži měli možnost být součástí každodenní péče (například díky flexibilním pracovním podmínkám nebo rodičovské), popisují pozitivní dopady na vztah s dítětem i partnerství a hlubší sdílení opravdu všech aspektů péče (například přebírání části mentální zátěže rodičovství).

## Limity zapojení otců do péče o děti

### • Kulturní normy a očekávání

- **Mentální zátěž péče:** Matky, které se účastnily rozhovorů, reflektovaly mentální zátěž spojenou s rodičovství (plánování, logistika, koordinace péče), která dopadá především na matky a je složitější ji opravdu sdílet,
- **Pocity viny nebo selhání při vystoupení z „typické“ rodičovské role:** Jak některé matky, tak někteří otcové popisovali občasné pocity viny nebo selhání spojené s vystoupením z „typického“ rozdělení rodičovských rolí. Matky například popsaly pocit viny, když se věnovaly práci nebo když se krátkodobě věnoval jejich partner více než ony. Naopak u některých otců bylo možné vnímat tlak na finanční zajištění rodiny, který si spojovali jako primární úkol s rolí otce-živitele rodiny.
- **Jazyk rámuje péči o děti jako primárně určenou ženám:** Limitující pro plnohodnotné zapojení otců do péče o děti může být také jazyk, který odráží a spoluvytváří kulturní vzorce. Například spojení jako „pohlídám ti dítě“ užitě otcem dítěte, které podporuje vnímání, že dítě je především zodpovědností matky.

- **Otec jako “druhý” rodič:** Někteří otcové ve svém vyprávění reprodukovali kulturní obraz matky jako biologicky daného primárního rodiče a otce jako druhotného. Otec tak v této perspektivě figuruje jako „doplňující“ rodič, který může kompenzovat péči primárního rodiče, matky, buď poskytováním přísnějších hranic, nebo naopak přátelštějšího přístupu. Zároveň otcovský vztah k dítěti někteří popisovali jako nesamozřejmý a postupně budovaný, zatímco mateřský jako od počátku přítomný. Toto rozdělení primárního a doplňujícího rodiče se projevilo například také při dělení péče a práce v každodenním režimu, nebo při rozvodu rodičů.
- **Pracovní a ekonomické podmínky**
  - **Pracovní podmínky:** Větší podíl na péči o děti ze strany otců nebo více sdílené péče oběma rodiči mohly rodiny zažít pouze pokud k tomu měly vhodnou kombinaci zdrojů (flexibilní nastavení pracovní doby nebo homeoffice, možnost zkráceného úvazku, dostatečný příjem apod.). Větší míra zapojení otců do péče tak byla v příbězích účastníků výsledkem určitého společenského privilegia a zároveň individuálního úsilí na vybudování si takových podmínek. Výraznější zapojení obou rodičů do péče a případně také do pracovního světa je tak výsledkem dlouhodobého individuálního úsilí, spíše než systémovou příležitostí.
  - **Péče jako nevýdělečná činnost vs. rodinný rozpočet:** V rozhovorech se opakovaně objevovaly situace, kdy je pro rodinu náročné vytvořit jiný vzorec než otec-živitel, matka-pečující. Při snaze rozdělit péči a výdělečnou aktivitu jinak naráželi na rozdílnou výši výdělku, destabilizovanou kariérní dráhu skrz zapojení se do péče, komplikace se zkrácením úvazku apod. Ekonomická nejistota a obava z poklesu životní úrovně se objevovaly i u mužů, kteří otcovství teprve plánují.
- **Institucionální péče:** Mezi účastníky a účastnicemi výzkumu byl patrný vysoký zájem o možnost institucionální péče o děti v raném dětství (například ve formě dětských skupin). Tato forma péče umožňovala rodinám účastníků a účastnic výzkumu pestřejší sdílení péče o děti. Zároveň ne vždy byly tyto možnosti dostupné, především pro nejmladší děti (0,5-1 rok).

V rozhovorech také vnímáme přítomnost diskurzu intenzivního rodičovství, který klade vysoké nároky na rodiče ve smyslu osobní zodpovědnosti za to provést výchovu „co nejlépe“, s dítětem ve středu zájmu a potřebou výrazně stimulovat rozvoj dítěte (Hays, 1986). Tento diskurz může vést jak k pocitu přetížení nebo selhání v roli rodiče, tak k obavám z přílišné náročnosti rodičovství při jeho plánování.

Poměrně silný byl také důraz na nukleární rodinu jako hlavní jednotku, v rámci které by měla péče probíhat. Téma více komunitní péče nebo péče sdílené mezi více rodiči se objevovalo jen okrajově. Někteří rodiče cítili odpovědnost nepředávat dítě ani do péče institucí, aby se o jejich dítě nestaral „někdo cizí“.



Účinná podpora zapojení otců do péče o děti musí brát v úvahu nejen kulturní normy, ale i ekonomické podmínky, emoční dynamiku rodiny a systémové bariéry, které jejich zapojení zásadně utvářejí.

o

### Návrhy praktické podpory, které zazněly od účastníků výzkumu:

- Otcovské/rodičovské sick days pro zaměstnance
- Lobbista pro pracovní podmínky otců
- Podpora dětských skupin (především také pro nejmladší děti)
- Hlídaní dětí u doktora/v nemocnici
- Finanční podpora na kroužky
- Letní provoz školek
- Delší provoz školních družin

### Informace pro orientaci v kartách klíčových vhledů:

Karty jsou barevně oddělené podle témat, kterým se věnují dominantně:

- **Kulturní normy mateřství a otcovství:** Vhledy, které se věnují hlubším společenským představám a normám spojeným s rolemi matky a otce.
- **Péče a pracovní podmínky:** Vhledy, které se zachycují snahu o skloubení pracovního života a péče o děti.
- **Sdílení péče o děti:** Vhledy o snaze o rovnocennější rozdělení péče dětí mezi matkou a otcem.
- **Živitel rodiny:** Vhledy, které reflektují témata spojená s rolí živitele rodiny v kontextu péče o děti.
- **Institucionální péče:** Vhledy, které zachycují spojitosti mezi péčí obou rodičů o dítě a institucionální péčí.
- **Otcové po rozvodu:** Vhledy, které se věnují zkušenosti s péčí u otců po rozvodu.

# „Ten tatínek je úplný poklad. Maminku tu nikdy nevidíme, ta snad ani neexistuje.“

**KDO?** reakce  
okolí na otce  
s dětmi

**SITUACE:** Otec tráví čas s dětmi na veřejnosti – na hřišti, v obchodě, u lékaře. Okolí na něj reaguje s obdivem a vděkem. Zároveň si ale všímají „nepřítomné“ matky – a začínají ji hodnotit jako tu, která selhává, je líná nebo zanedbávající.

**PROČ:** Péče matek je společensky považovaná za samozřejmost. Když se zapojí otec, je to chápáno jako výjimečné, hodné chvály – ne jako běžná součást rodičovství.

**ALE...** Takové reakce znevažují roli matky i otce. Matka je hodnocena přísněji a otec není vnímán jako plnohodnotný pečující, ale jako výjimka.



Oceňování otců jako „superhrdinů“ za běžnou péči brání její normalizaci. Zvyšuje tlak na matky, které jsou stále měřeny vyšším metrem – a zároveň zabraňuje tomu, aby otcové byli vnímáni jako rovnocenní rodiče.

# „Když má některý týden děti víc na starosti manžel, hned cítím výčitky svědomí, že nedělám dost.“

**KDO?** Matka pracující na částečný úvazek

**SITUACE:** V obdobích, kdy je více pracovně vytížená a partner přebírá větší díl péče, cítí výčitky svědomí.

**ALE...** Děti jsou spokojené, vše funguje – výčitky jsou založené na vnitřním očekávání, jak by jako „správná matka“ měla fungovat.

**PROČ:** Kulturní ideál intenzivního mateřství formuje nejen chování, ale i emoční prožívání žen. Když o děti pečují otcové a matky se věnují pracovním povinnostem, mohou ženy zažívat pocit selhání.



Sdílená péče nestačí jen zavést prakticky – musí být přijatá i emocionálně. A to naráží na hluboko zakořeněné kulturní normy, které není snadné rychle změnit. Některé matky mohou například i (ne)vědomě bránit většímu zapojení otců do péče, protože mohou mít pocit, že by skrze to selhávaly jako matky.

# „Klidně si někam zajdi, já ti malého pohlídám.“

**KDO?** otec malého dítěte

**SITUACE:** Otec nabízí matce „volno“ tím, že pohlídá dítě. Vyjadřuje tím ochotu se zapojit.

**ALE...** Zároveň formulace jako „pohlídání jí dítěte“ nevědomky udržuje asymetrii – dítě je „její“, on jako otec jen „pomáhá“.

**PROČ?** Jazyk odhaluje hlubší kulturní nastavení – matky jako primární pečovatelky, vůči které je otcovo zapojení jednorázovým gestem pomoci, ne spoluúčasti na péči.



Pokud má být péče opravdu sdílená, nestačí jen ochota „pomáhat“. Důležitá je také práce s hlubšími kulturními normami, které se odrážejí mimo jiné v jazyce.

# „Rodičem budu, až budu opravdu naplno připravený.“

**KDO?** muž  
plánující  
rodičovství

**SITUACE:** Před tím, než bude mít děti, se snaží stabilizovat bydlení, kariéru a optimalizovat fyzické i psychické zdraví. Vnímá to jako nutnou podmínku pro to, aby mohl být dobrým otcem.

**PROČ:** Cítí kulturní tlak na „správné rodičovství“, které má začít až tehdy, když je vše naprosto v pořádku.

**ALE...** Tyto podmínky je těžké (ne-li nemožné) naplnit – a tak rodičovství oddaluje.



I muži zažívají tlak na ideální rodičovství. A ten může bránit nejen jejich zapojení do péče, ale vůbec rozhodnutí stát se otcem.

# „Matka je pro děti alfa a omega, otec se musí upozadit. Může být pro děti parták, nebo ten víc přísný.“

**KDO?** otec  
dvou dětí  
školního věku

**SITUACE:** Otec popisuje rozdělení rodičovských rolí. Matka je podle něj přirozeně primárním rodičem. Zatímco otec je spíš „doplňek“ – buď zábavný parták, nebo disciplinující autorita.

**ALE...** Takové vnímání omezuje jeho možnosti být rovnocenným rodičem. Nevstupuje do každodenní péče, protože ta je zodpovědností matky.

**PROČ:** Kulturní představa o „přirozeném“ mateřství přetrvává i u mužů samotných. Role otců je často chápána jako vedlejší, podporující – nikoli jako samostatně pečující. Vazba matek na děti je někdy ze strany mužů popisovaná jako „přirozeně“ přítomná, zatímco otec si ji musí budovat.



Pokud otcové sami věří, že jejich role je doplňková, těžko se prosadí jako rovnocenní partneři v péči. Přesvědčení, že matka je pro dítě klíčovější než otec se může projevit například i při rozvodovém řízení.

# „Díky své práci jsem také lepší matka.“

**KDO?** Matka pracující na částečný úvazek

**SITUACE:** V době, kdy pracuje, se o dítě stará otec, který si kvůli tomu upravil pracovní režim.

**PROČ:** Práce jí pomáhá udržet nadhled, dobíjí ji a pozitivně ovlivňuje i její roli matky. Mít čas mimo domácnost jí dává energii a umožňuje jí být k dítěti přítomnější a vnímavější.

**ALE...** Aby to bylo možné, musí mít rodiče flexibilní a relativně dobře ohodnocenou práci. Tento model vyžaduje privilegia, která mnohé rodiny nemají (stabilní zázemí, možnost volby pracovního úvazku, dostatečné příjmy).



Možnost sdílet péči tak, aby oba rodiče mohli pracovat a zároveň být s dětmi, není běžně dostupná. A tak spíše zůstává výsadou těch, kdo mají dostatečné zdroje. Rovné rodičovství je pak spíše výsledkem výjimečných podmínek než systémového nastavení, které by podobné modely běžně umožňovalo.

# „Čas s dětmi je luxus, který si můžeme dovolit – zatím.“

**KDO?** Rodiče dvou malých dětí

**SITUACE:** Oba si snížili úvazek, aby mohli kombinovat práci a intenzivní péči.

**PROČ:** Sdílená péče pro ně dává smysl právě v raném věku dětí – jako krátkodobá investice do vztahu a blízkosti.

**ALE...** Znamená to nižší příjmy, plánování výdajů a vědomé snižování životní úrovně. Uvědomují si, že to mohou dělat jen díky stabilnímu bydlení, zázemí a finanční rezervě.



Takovýto sdílený čas s malými dětmi je ale často dostupný jen těm, kdo pro to mají dostatečné zdroje a zázemí.

# „Domluvil jsem si zkrácený úvazek, abych se střídal se ženou doma. Šéf mi ale nesnížil množství práce.“

**KDO?** Otec malých dětí

**SITUACE:** Otec chce partnerce umožnit částečný návrat do práce a být víc s dětmi. Vyjedná si proto zkrácený úvazek.

**ALE...** Objem práce zůstává stejný, pouze mu byl snížen plat. Zároveň je jeho snaha o zapojení se do péče vnímaná v jeho zaměstnání jako „flákání“ a jako něco, co je přece „pro ženský“.

**PROČ:** Pracovní kultura stále není připravená na to, že muži chtějí aktivně pečovat. Zkrácený úvazek často není reálně funkční nástroj.



Otcové, kteří chtějí pečovat, mohou narážet nejen na systémové překážky, ale i na kulturní odpor. Formálně mají možnost snížit si pracovní úvazek a více se věnovat péči, ale reálně nesou riziko penalizace, skrytých sankcí, přetížení a devalvace.

# „Pomohlo nám naše osobnostní nastavení – já jsem víc sólista a on týmový hráč.“

**KDO?** Pracující matka, otec na rodičovské dovolené

**SITUACE:** V rodině mají netradičně rozdělené role – matka se více věnuje práci, zatímco otec od útlého věku pečuje o děti.

**PROČ:** Toto rozdělení jim vyhovuje. Matka dětí má více specializované zaměstnání, zatímco otec byl nějakou dobu nezaměstnaný.

**ALE...** Cítí nutnost toto rozdělení vysvětlovat a obhajovat. Zdůrazňují své „neobvyklé“ osobnostní rysy – matka je cílevědomá, samostatná, otec klidný, kooperativní a nenápadný. Právě díky této kombinaci podle nich jejich model může fungovat. Toto nastavení jako by kompenzovalo kulturní genderové očekávání: muž nemusí být dravý kariérista, a díky tomu může pečovat. Žena nemusí být vřelá pečovatelka, a proto může budovat kariéru.



Netypické rozdělení rodičovských rolí se dotýká širších genderových norem. To může být zdrojem odsudků, potřeby se obhajovat apod.

# „Funguje to... ale stojí to na nerovnováze.“

**KDO?** Otec,  
hlavní živitel  
rodiny

**SITUACE:** Jeho žena je doma s malými dětmi na rodičovské. On pracuje na plný úvazek a zajišťuje příjem.

**ALE...** Uvědomuje si, že jejich model stojí na nerovném základu – ona je plně závislá na jeho příjmu, on má výhradní přístup k financím i profesnímu růstu.

**PROČ:** V momentě, kdy by došlo k rozchodu nebo zdravotní krizi, by se jejich „harmonie“ rozpadla – protože nejsou vzájemně zastupitelní.



I fungující rozdělení péče může být postavené na strukturální nerovnosti, skryté nerovnováze. Nečekané narušení této rovnováhy (vážná nemoc, rozvod) je pro rodinu silně ohrožující.

# „Partnerka mi vyčítala, že od nich utíkám do práce. Ale když jsou děti malé, potřebují stejně nejvíc matku.“

**KDO?** Otec,  
hlavní živitel  
rodiny

**SITUACE:** Podle matky děti není otec doma dost přítomný. On sám ale věří, že v raném věku je pro děti nejdůležitější matka – a že on teď může být užitečnější jako živitel.

**PROČ:** Představa, že malé děti „přirozeně“ potřebují hlavně matku, přetrvává i mezi muži, kteří jsou jinak pečující a angažovaní. Práce může fungovat jako ospravedlnitelný únik.

**ALE:** Tato představa legitimizuje nerovné rozdělení péče a reprodukuje kulturní normy, které staví matky do centra rodičovství a otce do role živitele rodiny se zástupnou pečující rolí.



I dobře míněné přesvědčení o „přirozenosti mateřství“ může být nástrojem, jak si ospravedlnit odstup od péče.

# „Nemůžu ubrat z pracovního záprahu, abych byl víc doma – jsou to finance, které potřebujeme.“

**KDO?** Otec, hlavní živitel rodiny

**SITUACE:** Otec by rád trávil víc času s dětmi, ale nemůže si dovolit snížit pracovní zátěž. Jeho role není jen o každodenním provozu – cítí odpovědnost i za dlouhodobou finanční stabilitu rodiny: splátky hypotéky, rezervy, spoření pro děti.

**PROČ:** Kdyby tuto roli nenaplnil, cítil by se jako selhávající otec – bez ohledu na to, kolik času tráví doma. Zajištění dětí je pro něj základní forma otcovské odpovědnosti.

**ALE:** Tato představa živitele mu znemožňuje širší sdílení péče. Muž zůstává připoután k práci, často na úkor vztahu s dětmi. Cítí, že nemá na výběr – je to podle něj jeho primární závazek vůči rodině.



Tlak na otce, aby zajistili nejen současnost, ale i budoucnost rodiny drží mnoho otců mimo každodenní rodičovství. Zapojení do péče se pak jeví jako luxus – nebo jako vedlejší úkol, který přichází až po naplnění primárního úkolu ekonomického zajištění. Jinak by je provázel pocit selhání.

# „Vím, že manžel si úvazek nesníží. Já budu muset ustoupit ze svých ambic, aby rodina fungovala.“

**KDO?** Matka na konci rodičovské dovolené

**SITUACE:** Matka dvou malých dětí zvažuje prestižní pracovní nabídku. Chtěla by se profesně rozvíjet, ale ví, že by to vyžadovalo větší zapojení partnera do péče a chodu domácnosti.

**ALE...** Je jí jasné, že k tomu nedojde. Její partner během rodičovství nepřerušil kariéru, vydělává víc, má stabilní pozici. Snížení úvazku by podle něj ohrozilo jejich finanční zajištění. Rozhodnutí tak zůstává na ní – přizpůsobit se, nebo riskovat, že rodina “nebude fungovat”.

**PROČ:** Rozdíl ve výdělcích je nejen ekonomickým faktem, ale i mechanismem, který legitimizuje nerovné zapojení. Když někdo vydělává víc, jeho čas je „dražší“ a druhý by tak měl ustoupit.



I když mají ženy ambice a schopnosti, často ustupují – ne proto, že by chtěly, ale protože to „dává větší smysl“. Nerovnost v péči se tak dál reprodukuje přes nerovnost v příjmech i v očekáváních, na kom je primární zodpovědnost práci a péči skloubit dohromady.

# „Díky času s dětmi doma zná muž lépe jejich denní rituály, ví, co zrovna jedí a co je potřeba dokoupit do domácnosti.“

**KDO?** Matka malých dětí pracující na DPP

**SITUACE:** Otec tráví s dětmi pravidelně delší bloky času. Nejen že ví, co děti potřebují a chtějí, ale také se dokáže víc vcítit do každodenní reality péče.

**ALE...** Bez takovéhoho intenzivního zapojení zůstává mentální každodenní práce jen na ženě – muž pak funguje spíš jako výkonný pomocník, ne jako rovnocenný rodič.

**PROČ:** Mentální zátěž nevzniká z velkých rozhodnutí, ale z drobných detailů každodenního provozu, které je potřeba si zažít.



Sdílení péče neznamena jen dělení úkolů. Znamená společné nesení zodpovědnosti – a to je možné jen skrze čas, zkušenost a kontakt.

# „Díky zapojení partnera do péče to není ,já versus on‘, ale spíš ,my versus děti.“

**KDO?** Matka  
dětí ve věku  
MŠ

**SITUACE:** V rodině oba rodiče kombinují péči o děti s prací. Díky tomu nevzniká napětí mezi rolí „živitele“ a „pečovatele“, ale pocit společného „týmu“.

**PROČ:** Když se role zásadně liší (živitel vs. pečující), může to vést k porovnávání se mezi partnery – kdo toho dělá víc, kdo má těžší den, kdo si co „zaslouží“.

**ALE:** Takovéto rovné nastavení je možné jen tam, kde mají oba rodiče flexibilní pracovní podmínky a dostupnou podporu (služby, peníze, podpůrnou síť vztahů).



Sdílená péče není jen spravedlivá – je i udržitelná pro partnerský vztah. Pomáhá předcházet pocitům nespravedlnosti a posiluje pocit, že „jsme v tom spolu“.

# „Připadal jsem si jako duch. Ženu zajímaly jen děti... citově jsem strádal.“

**KDO?** Otec  
malých dětí

**SITUACE:** Po narození miminka se veškerá pozornost partnerky soustředila na děti. Otec vařil a staral se o domácnost – ale emočně se cítil odstrčený. Měl pocit, že už pro něj doma nezbývá místo.

**PROČ:** Partnerka nesla plnou zodpovědnost za dítě – kojení, noční vstávání, péči i rozhodování. Vztah mezi partnery ustoupil do pozadí. Otec měl pocit, že ztrácí blízkost, i svou roli.

**ALE:** Pocit emočního odstupu kvůli výlučné péči matky má důsledky – vyčerpání matky, pocit zbytečnosti otce, frustrace, odcizení ve vztahu. V tomto případě vyústila situace v partnerskou krizi.



Muži mohou v raném rodičovství zažívat emoční ztrátu a vyloučení. Pokud otec nemá v péči své pevné místo, může se z rodiny emočně vytratit. Sdílené zapojení do péče je tak důležité nejen kvůli dětem, ale i kvůli partnerskému vztahu.

# „Matka má vztah s dětmi od začátku, otec si ho musí budovat.“

## KDO? otec

**SITUACE:** Otec popisuje, že se s dítětem musel „sehrát“, vztah si vystavět. Zatímco matka měla s dítětem podle něj blízký vztah hned od narození, on si k němu cestu teprve hledal. Svou vazbu k dítěti vnímal jako nesamozřejmou.

**PROČ:** Pro některé otce může být náročnější se sžít s novou rodičovskou rolí a cítit se kompetentně v péči o malé dítě. Vztah matek vůči dítěti mohou vnímat jako „jasnější“, intuitivní, daný tělem. Vztah otce k dítěti mohou naopak vnímat jako „nejasný“ a jako něco, co musí teprve začít tvořit.

**ALE...** To může otce stavět do role outsidera. Přitom pro budování vztahu s dítětem potřebuje zažít právě svou rodičovskou kompetentnost a trávit s dítětem čas.



Pochybnosti o své kompetenci v otcovské roli a o emoční blízkosti vůči dítěti v raném věku mohou být pro některé otce velkou bariérou v zapojení se do péče. Podpora v jejich nové roli a budování vztahu s dítětem už v tomto období může posílit jejich celkové rodičovské zapojení.

# „Vypadá to, že se všichni z toho rodičovství hroutí, ale někteří se alespoň hroutí společně.“

**KDO?** Muž  
plánující  
rodičovství

**SITUACE:** Rodičovství si ve své představě spojuje s množstvím ztrát. Se ztrátou současné životní úrovně, oblíbených aktivit, ale také s krizí v partnerství.

**PROČ:** Strach z vyčerpání a odcizení se objevuje jako součást kulturních představ o rodičovství.

**ALE...** Věří, že pokud bude péče opravdu sdílená, může to být cesta, jak zátěž rozdělit a zvládnout ji jako tým – a tím partnerství posílit místo toho, aby ho zničila.



Sdílení péče není jen otázka rovnosti, ale také strategie pro zvládnutí této životní fáze a ochrana partnerského vztahu.

# „Když tráví dítě čas s oběma rodiči, má pestřejší život.“

**KDO?** Otec  
tříletého  
dítěte

**SITUACE:** Rodiče se v péči o dítě pravidelně střídají – každý z nich tráví s dítětem několik odpolední v týdnu. Oba se zapojují naplno, každý svým způsobem.

**PROČ:** Motivací není jen spravedlivější rozdělení péče, ale také snaha nabídnout dítěti různorodé vztahové i každodenní zkušenosti. Otec vnímá, že přináší jiný pohled, jiný rytmus, jiný styl, a že je to pro dítě obohacující.

**ALE...** Tato snaha o pestrost a „kvalitní rodičovství“ může být také odrazem kulturních očekávání intenzivního rodičovství – tedy představy, že dobří rodiče musí být maximálně přítomní, aktivní apod. Různorodost se tak nestává jen přirozeným výsledkem sdílené péče, ale také jedním z výkonových nároků, které si rodiče (vědomě či nevědomě) kladou.



Sdílená péče motivovaná snahou obohatit život dítěte ukazuje potenciál partnerství i rodičovské rozmanitosti. Zároveň ale ukazuje, že i rovnostářské modely se mohou být odrazem tlaku na rodiče „udělat vše správně“.

# „Nenakojím, jinak dělám všechno.“

**KDO?** Otec  
malého  
dítěte

**SITUACE:** Otec se intenzivně zapojuje do každodenní péče o dítě – přebaluje, vaří, uspává, věnuje se dítěti i během pracovních dnů. Péči o dítě popisuje jako rozdělení starosti o domácnost, které chápe jako rovnocenné.

**PROČ:** Pro tyto otce je prioritou být v životě dítěte přítomní – fyzicky i emočně. Popisují svou otcovskou roli jako výrazně naplňující.

**ALE...** Přesto často vnímají určitou hranici, kterou sami nemohou překročit – nejčastěji spojenou s kojením nebo velmi raným věkem dítěte. Péče v tomto období je stále silně spojována s mateřstvím a biologickou daností.



I plně zapojení otcové často vnímají biologické faktory jako limity pro jejich péči. Především v raném věku dítěte. Často bylo popisované období půl roku, kdy je péče o dítě „přirozeně“ více pro matky.

# „Čas s dětmi mi byl ubrán kvůli rozvodu. Vybral jsem jejich štěstí na úkor svého.“

**KDO?** Otec  
2 dětí, po  
rozvodu

**SITUACE:** Po rozvodu jsou děti v péči matky.  
Otec s dětmi tráví některé víkendy.

**PROČ:** Rozhodnutí vysvětluje jako racionální a obětavé – „pro dobro dětí“. Věří, že budou „šťastnější“ s matkou – i když to pro něj znamená zásadní ztrátu času s nimi.

**ALE...** Tzv. „dobro dítěte“ je v praxi často vázáno na kulturně očekávaný model nebo nastavení péče před rozvodem: matka jako hlavní pečující, otec jako podpůrná postava. Toto nastavení může být udržované jak institucionálně (rozhodnutím úřadů a soudů), tak kvůli pochybnostem otců samotných o vlastní kompetenci.



Rozhodnutí otců po rozvodu zřeknout se většího podílu na péči se tváří jako osobní volba nebo velkorysé gesto. Může být ale výsledkem kombinace osobních pochybností, nerovného nastavení péče před rozvodem, kulturních očekávání i institucionálních preferencí. Otcové po rozvodu mohou narážet na přesvědčení, že by byli pro své děti „horší volbou“.

# „Střídavá péče není napůl – je naplno, jen bez partnerky.“

**KDO?** Otec malého dítěte, po rozvodu

**SITUACE:** Má dítě ve střídavé péči. Ve „svém“ týdnu se mu věnuje naplno, často pracuje z domova, schůzky a cesty plánuje mimo čas s dítětem.

**ALE...** Nemá nikoho, s kým by si mohl péči flexibilně přehodit. Když je s dětmi, musí být dostupný pro všechno – péči, organizaci, logistiku. Jeho volný čas se rovná čas s dětmi.

**PROČ:** Střídavá péče klade vysoké nároky na organizaci, dostupnost služeb i zaměstnaneckou flexibilitu. Rodič je plně zaměstnaný v práci a zároveň se naplno věnuje v dané týdny dítěti.



Otcové po rozvodu mohou být paradoxně v mnohem intenzivnější pečovatelské roli než otcové v partnerském páru. Nesou v časech péče plnou zodpovědnost a nemají s kým ji dělit.

# „Hlídaní nebo dětská skupina se vyplatí, i když se ekonomicky nevyplatí.“

**KDO?**

Rodiče  
malého  
dítěte

**SITUACE:** Rodina dává své dítě na část týdne do dětské skupiny nebo na hlídání. V tomto čase má primární pečující (častěji žena) možnost zapojit se do pracovní sféry. Tento výdělek ale sotva pokryje náklady na péči.

**ALE...** Přesto to považují partneři za smysluplné rozhodnutí.

**PROČ:** Hlídaní nebo dětská skupina dává prostor pro odpočinek a seberealizaci rodičů. Zároveň tuto péči o dítě chápou rodiče jako prostor pro pestrý rozvoj dítěte.



Služby péče o děti jsou chápány nejen jako výdaj, ale jako investice pro celek rodiny. Možnost využít dětských skupin se v rozhovorech objevovala spíše jako forma privilegia/velké štěstí.

# „Když dítě vyzvedáváme na střídačku, nejsme spolu dohromady jako rodina“

**KDO?**

rodiče s  
fixními  
pracovními  
směnami

**SITUACE:** Oba rodiče pracují ve fixní práci na

směny. Jejich děti jsou odpoledne ve školce a v družině.

**ALE...** Kvůli brzkému konci provozu školky nebo družiny se musí střídat ve vyzvedávání. Jeden je s dětmi, druhý pracuje – a na společný rodinný čas zbývá minimum prostoru.

**PROČ:** Časy vyzvedávání dětí z institucionální péče často fungují spíš pro model „jednoho hlavního pečovatele“ než pro variantu, kde jsou zapojeni oba rodiče a zároveň pracují.



Otevírací doba školek a družin ovlivňuje nejen pracovní možnosti rodičů, ale i kvalitu rodinného života.