



# BYĆ CZY NIE BYĆ RODZICEM?

KOBIETY I MĘŻCZYŹNI  
O SWOICH DECYZJACH,  
DOŚWIADCZENIU I OBAWACH



Ministerstwo Rodziny,  
Pracy i Polityki Społecznej

---

Raport z badań jakościowych zleconych przez [Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej](#) przedstawia analizę społecznych, ekonomicznych i kulturowych barier wpływających na decyzje o rodzicielstwie w Polsce.

Warszawa, 2026

ISBN 978-83-60539-07-1

Projekt i skład: [dobryraport.pl](#)

# **SPIS TREŚCI**

---

<b>1.</b>	<b>Wstęp. W kierunku zrozumienia zmian w paradygmacie rodzicielstwa</b>	<b>4</b>
<b>2.</b>	<b>Sytuacja demograficzna w Polsce</b>	<b>12</b>
<b>3.</b>	<b>Jak wsłuchiwaliśmy się w głos kobiet i mężczyzn?</b>	<b>18</b>
<b>4.</b>	<b>Społeczno-kulturowy kontekst rodzicielstwa</b>	<b>21</b>
<b>5.</b>	<b>Dlaczego (nie) teraz? Czynniki wpływające na decyzję o dziecku</b>	<b>30</b>
<b>6.</b>	<b>Partner jako współrodzic</b>	<b>37</b>
<b>7.</b>	<b>Rodzicielstwo a rynek pracy</b>	<b>42</b>
<b>8.</b>	<b>Własne „M” czy wynajem? Znaczenie warunków mieszkaniowych dla rodzicielstwa</b>	<b>49</b>
<b>9.</b>	<b>Bezpieczeństwo zdrowotne a decyzja o rodzicielstwie</b>	<b>52</b>
<b>10.</b>	<b>Opieka nad małym dzieckiem – instytucje, wsparcie, wyzwania</b>	<b>58</b>
<b>11.</b>	<b>Podsumowanie. O potrzebach kobiet i mężczyzn w kontekście rodzicielstwa</b>	<b>64</b>

---

# 1.

## WSTĘP

W KIERUNKU ZROZUMIENIA  
ZMIAN W PARADYGMACIE  
RODZICIELSTWA



## W kierunku zrozumienia zmian w paradygmacie rodzicielstwa

W debacie o przyszłości demograficznej Polski zbyt rzadko wybrzmiewają głosy tych, których decyzje mają dla niej kluczowe znaczenie – młodych osób mogących zostać potencjalnymi rodzicami. Tymczasem z analizy raportów z badań pogłębionych przygotowanych na zlecenie Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej jednoznacznie wynika, że decyzje o odroczeniu lub rezygnacji z posiadania potomstwa nie są efektem braku aspiracji rodzicielskich, lecz często racjonalną odpowiedzią na warunki, w jakich np. kobiety mają funkcjonować jako matki. Negatywny wizerunek macierzyństwa, poczucie osamotnienia i nierównomiernie rozłożone obciążenia opiekuńcze skutecznie zniechęcają do zakładania rodziny lub jej powiększania. Rodzicielstwo jest doświadczeniem i odpowiedzialnością obojga rodziców – wymaga współpracy, wzajemnego wsparcia i realnej możliwości dzielenia się opieką. To właśnie perspektywę partnerskiego rodzicielstwa coraz częściej deklarują młode pary, akcentując równość ról i sprawczość obojga. Jednocześnie raporty jasno pokazują, że wiele kobiet chce mieć dzieci – jeśli tylko stworzy się im warunki, by mogły łączyć rodzicielstwo z poczuciem bezpieczeństwa i sprawczości. To szansa na nowy, partnerski model rodzicielstwa – oparty na zaufaniu, równości i wspólnym zaangażowaniu społecznym.

Jako wiceministra odpowiedzialna za politykę rodzinną uznałam za konieczne, by pójść o krok dalej niż analiza danych i zaprosić

do rozmowy ekspertów – osoby, które od lat zawodowo zajmują się tematyką demografii, równości, rodzicielstwa i zmian społecznych. Chciałam usłyszeć ich opinie, ale także sprawdzić, jak ich doświadczenie i wiedza mogą przełożyć się na konkretne rekomendacje polityczne. Rozmowy te miały charakter pogłębionych wywiadów. Wszystkie trzy dostarczyły cennego materiału – nie tylko diagnozy, ale także inspiracji do dalszego działania.

Do rozmowy zaprosiłam **Monikę Rościszewską-Woźniak** – Prezeskę Zarządu Fundacji Rozwoju Dzieci im. Komeńskiego, **Karolinę Andrian** i **Sylwię Ziemacką** z Fundacji Share The Care oraz **Aleksandrę Dudę** z UNICEF-u.

Zadane przeze mnie pytania dotyczyły trzech głównych osi problemowych: wizerunku macierzyństwa i jego wpływu na decyzje prokreacyjne, roli mężczyzn w budowaniu wspólnej odpowiedzialności za rodzinę oraz poczucia izolacji społecznej młodych matek. Odpowiedzi rozmówczyń pokazują, że nie wystarczy wspierać rodziców infrastrukturalnie – musimy także przeformułować społeczny kontrakt wokół rodzicielstwa. To zadanie nie tylko dla rządu, ale dla całego społeczeństwa – polityków, instytucji, mediów, wspólnot lokalnych i samych rodzin.

Ten komentarz jest wynikiem zarówno przeprowadzonych rozmów, zleconych badań jak i własnych przemyśleń. Powstał po to, aby posłużyć jako punkt wyjścia do lepszej, bardziej adekwatnej i empatycznej polityki rodzinnej – takiej, która nie będzie młodym kobietom niczego narzucać, ale stworzy im realną przestrzeń wyboru, bezpieczeństwa i wsparcia.

## Czy macierzyństwo to koszt?

Z badań wynika, że wiele młodych kobiet w Polsce postrzega dziś macierzyństwo przede wszystkim przez pryzmat wyzwań zawodowych i ekonomicznych. Obawiają się utraty stabilności zatrudnienia, spowolnienia kariery oraz trudności w powrocie na rynek pracy. Dopiero w dalszej kolejności pojawiają się lęki związane z życiem osobistym – ograniczeniem swobody, możliwości podróżowania czy rozwoju własnych pasji. Badane kobiety bardzo wysoko cenią samodzielność i autonomię, dlatego decyzja o dziecku coraz częściej jawi im się nie jako oczywisty etap życia, lecz jako wybór wymagający odwagi – zarówno emocjonalnej, jak i ekonomicznej. Choć wiele matek podkreśla, że rodzicielstwo przyniosło im poczucie sensu, nowe kompetencje i siłę, ich doświadczenie zbyt rzadko przebija się do publicznej narracji, zdominowanej przez opowieści o zmęczeniu, izolacji i presji. Na ten negatywny obraz wpływa wiele czynników: język, jakim opowiada się o macierzyństwie, przekaz mediów społecznościowych, realia rynku pracy, a także postawy bliskich i otoczenia. W debacie publicznej kobiety nadal zbyt często ukazywane są w roli zmęczonych, przeciążonych obowiązkami matek, pozbawionych realnego wsparcia. Wciąż widoczny jest też podwójny standard w postrzeganiu rodzicielstwa – od matek oczekuje się poświęcenia i pełnej dyspozycyjności, podczas gdy zaangażowanie ojców bywa przedstawiane jako wyjątkowe i godne szczególnego uznania. Z kolei te, które decydują się na więcej niż dwoje dzieci, bywają stygmatyzowane i wpisywane w krzywdzące stereotypy. W efekcie, zamiast społecznego uznania – pojawia się lęk. Zamiast poczucia wspólnoty – izolacja.

Dlatego tak ważne jest, by przełamać tę narrację. By zacząć mówić o macierzyństwie jako o szansie – nie o poświęceniu. Pokazać je jako drogę rozwoju, źródło nowych kompetencji i wartościowego doświadczenia. Ekspertki podkreślają, że bycie matką to dziś coś więcej niż opieka – to zarządzanie codziennością, praca zespołowa, logistyka, multitasking i odporność psychiczna. To umiejętność działania w wielu rolach jednocześnie. Macierzyństwo nie musi oznaczać rezygnacji – może być impulsem do działania, budowania silnych więzi i nowego, pełniejszego etapu życia. W świecie, który wspiera, daje bezpieczeństwo i docenia różnorodność ról kobiet – coraz więcej z nich może świadomie i z dumą wybierać rodzicielstwo.

Rząd, media, samorządy i organizacje społeczne mają tu ogromną rolę do odegrania. Potrzebujemy nowej, realistycznej i jednocześnie aspiracyjnej opowieści o macierzyństwie. Historii prawdziwych matek żyjących w codziennych warunkach, które łączą opiekę nad dziećmi z pracą, związkami, przyjaźniami i rozwojem. Tylko taka narracja, oparta na autentyczności i różnorodności, może przywrócić kobietom poczucie sprawczości pokazać, że decyzja o macierzyństwie nie musi oznaczać rezygnacji z siebie.

Równie ważne w tej debacie są głosy mężczyzn – potencjalnych i aktualnych ojców, których perspektywa dopełnia obraz współczesnych wyzwań demograficznych. Z przeprowadzonego badania jakościowego wśród kilkudziesięciu mężczyzn wyłania się złożony portret polskiego ojcostwa, który pokazuje zarówno pragnienia, jak i bariery stojące przed współczesnymi mężczyznami. Większość z nich planuje zostać ojcami dopiero po 30. roku życia, kiedy osiągną stabilność zawodową, finansową i mieszkaniową.

Badani mężczyźni wysoko stawiają sobie poprzeczkę, oczekując od siebie zapewnienia dziecku optymalnych warunków: własnego mieszkania o odpowiednim metrażu, stabilnego zatrudnienia, wysokiej pensji oraz „poduszki finansowej” na nieprzewidziane sytuacje. Ta potrzeba bezpieczeństwa współlistnieje z lękami związanymi z utratą dotychczasowego stylu życia i obawami o zdolność sprostania roli ojca. Wielość możliwości, jakie oferuje współczesny świat – od rozwoju zawodowego po podróże i realizację pasji – wydłuża proces dojrzewania emocjonalnego do rodzicielstwa i sprawia, że decyzje o nim są odkładane w czasie. Badanie ujawnia fundamentalną zmianę w podejściu do rodzicielstwa – młodzi mężczyźni nie traktują już posiadania dziecka jako naturalnego następstwa dorosłości, lecz jako świadomą decyzję wymagającą starannego przygotowania na wielu płaszczyznach. Kluczowe jest zrozumienie, że decyzje demograficzne podejmowane są dziś w parach, a efektywna polityka rodzinna musi uwzględniać potrzeby i perspektywy obu płci – tylko wtedy możemy stworzyć warunki dla rozwoju prawdziwie partnerskiego modelu rodzicielstwa.

## Miasto i wieś – różne wyzwania, wspólne lęki

Choć aspiracje kobiet mieszkających w dużych miastach i na wsi bywają zbliżone – niezależność, partnerstwo, rozwój zawodowy – to ich codzienne doświadczenia różnią się znacząco. W miastach kobiety częściej skupiają się na karierze zawodowej, ale też mierzą się z izolacją społeczną, wynikającą z życia z dala od rodziny i braku wspólnoty. Na wsiach z kolei często funkcjonuje bardziej tradycyjny obraz kobiety-matki,

co może być źródłem presji i powodem migracji młodych kobiet do większych ośrodków. Warto zauważyć, że podobne napięcia – między ambicjami zawodowymi a oczekiwaniami społecznymi – coraz częściej dotyczą także mężczyzn, którzy chcieliby aktywnie uczestniczyć w wychowaniu dzieci. Ich głosy, podobnie jak kobiece, pokazują potrzebę elastycznych rozwiązań i większej akceptacji dla różnorodnych modeli rodziny.

Z jednej strony – w mieście brakuje „sieci wsparcia” i bliskości rodziny. Z drugiej – na terenach wiejskich brakuje infrastruktury, instytucji i elastycznych rozwiązań wspierających młodych rodziców.

W naturalny sposób dostęp do opieki okołoporodowej, psychologicznej, do urofizjologów, poradni, klubów rodzica czy grup zabawowych znacząco różni się między miastem a wsią. W małych gminach brakuje przestrzeni i osób, które mogłyby inicjować i prowadzić tego typu grupy – a to właśnie takie miejsca są odpowiedzią na poczucie izolacji i lęku. W miastach również nie brakuje wyzwań – mimo większej dostępności usług, kobietom brakuje punktów styku z innymi matkami, przestrzeni do wymiany doświadczeń i budowania wspólnoty.

Warto też zauważyć, że kobiety z większych miast częściej spotykają się z niechęcią otoczenia wobec dzieci w przestrzeni publicznej – restauracje „bez dzieci”, brak przewijaków w toaletach, czy społeczna presja, by nie przeszkadzać „dorosłym” swoim rodzicielstwem. Dlatego tak ważne jest tworzenie przyjaznych przestrzeni, które umożliwiają łączenie ról zawodowych, społecznych i rodzinnych – miejsc, gdzie obecność rodziców z małymi dziećmi jest naturalną częścią codzienności, a nie wyjątkiem wymagającym tłumaczenia. Wspólna



narracja nie oznacza wspólnych narzędzi – ta opinia często wracała w rozmowach z osobami zajmującymi się polityką społeczną. Słyszałam, że skuteczna polityka rodzinna musi odpowiadać na lokalne potrzeby, nawet jeśli cel jest wspólny. W dużych miastach – warto rozwijać kluby rodzica warsztaty dla ojców, elastyczne formy pracy i dostęp do psychologów. Z kolei w mniejszych miejscowościach i na wsiach wskazywano na potrzebę mobilnych punktów wsparcia, dofinansowania transportu do żłobków, szkoleń dla lokalnych animatorek i animatorów, a także tworzenia miejsc integracji. Podkreślano też znaczenie dostrzegania i wzmacniania lokalnych liderów i liderów – położnych, nauczycielek, działaczek – osób, które są blisko ludzi i mają zaufanie społeczności.

Nie da się zmienić wyobrażeń o macierzyństwie bez pokazania, że rodzicielstwo nie musi oznaczać izolacji – ani w mieście, ani na wsi. Potrzebujemy polityki bliskości – nie tylko fizycznej, ale i społecznej. Takiej, która buduje wspólnotę wsparcia: sieć relacji, instytucji i miejsc, w których rodzice mogą liczyć na pomoc, zrozumienie i wymianę doświadczeń. Tylko w poczuciu współodpowiedzialności i solidarności możliwe jest odbudowanie zaufania do instytucji i siebie nawzajem. Wtedy kobiety poczują, że nie są pozostawione same sobie. I prawdopodobnie wtedy chętniej zdecydują się na dziecko.

Równocześnie doświadczenia matek pokazują, że wejście w rolę rodzica może uruchamiać nowe pokłady energii, odwagi i sprawczości – pod warunkiem, że kobieta nie zostaje z tym sama.

Rozmówczynie podkreślały, że samotność matek to nie tylko brak fizycznego wsparcia – to także poczucie niezrozumienia, odizolowania od kręgu znajomych, niemożności dzielenia się codziennością. Kluby Rodzica czy grupy zabawowe mogą stać się remedium

na to zjawisko – o ile będą rzeczywistą przestrzenią rozmowy, wymiany doświadczeń, a nie tylko miejscem zajęć dla dzieci. Warto rozważyć także system zachęt dla samorządów do tworzenia takich grup oraz ułatwienia ich zakładania – np. poprzez dofinansowanie sal, materiałów edukacyjnych i wynagrodzeń.

Równocześnie ekspertki zwracają uwagę na potrzebę pokazania pozytywnych wzorców w przestrzeni medialnej. Nie chodzi o wyidealizowane influencerki z idealnie ubranym dzieckiem, ale o realistyczne, codzienne obrazy kobiet i mężczyzn, którzy w warunkach zwyczajnych tworzą wspierające wspólnoty. Jak podkreślają rozmówczynie: „Rodzicielstwo to trochę jak nowa praca – wymaga nauki, ale też daje satysfakcję i nowe relacje”. Wprowadzenie takiego obrazu do mediów społecznościowych, seriali, kampanii społecznych może znacząco wpłynąć na wyobrażenia kobiet na temat ich przyszłej roli.

Wreszcie – samotność młodych rodziców to również wyzwanie dla projektowania usług publicznych. Żłobki powinny być nie tylko placówkami opiekuńczymi, ale też miejscami integracji rodziców. Adaptacja dziecka do żłobka może być okazją do poznania innych rodziców, wspólnych aktywności, wzajemnej pomocy. To, co już działa w niektórych samorządach – wspólne warsztaty, spotkania przy okazji Dnia Matki, Dnia Dziecka, można dalej rozszerzać. Dlatego tak bardzo zależy mi na wprowadzeniu w żłobkach Dnia Opiekuna Małego Dziecka. Równie ważne jest budowanie społecznego zrozumienia dla roli żłobków. To nie tylko bezpieczne miejsca opieki, ale także przestrzenie wspierające rozwój dzieci poprzez kontakt z rówieśnikami, a dla matek – szansa na łączenie życia zawodowego i rodzinnego bez poczucia winy czy stygmatyzacji. Zmiana narracji wokół opieki instytucjonalnej może wzmocnić poczucie pewności i bezpieczeństwa kobiet, które decydują się wrócić do pracy.

Odpowiedzią na te wyzwania jest nie tylko wsparcie instytucjonalne, ale też kształtowanie kultury wspólnotowości – w której rodzicielstwo nie oznacza rezygnacji z siebie, lecz staje się szansą na rozwój i nową jakość relacji społecznych.

## Państwo, samorząd, sąsiad – jak wspierać wspólnoty?

W rozmowach z ekspertkami powtarza się jedna myśl: młodzi rodzice nie potrzebują wyłącznie programów socjalnych – potrzebują ludzi. Kogoś, kto ich rozumie, kto wysłucha, kto ma podobne doświadczenia. To może być inna mama, sąsiadka czy położna środowiskowa. Współczesne państwo powinno wspierać nie tylko duże instytucje, ale także mikrostruktury społeczne – te małe ogniwa wspólnoty, które są oparte na zaufaniu, empatii i dostępności.

Wśród instytucji, które mogą odegrać kluczową rolę w budowaniu takich wspólnot, eksperci wskazują żłobki, biblioteki, domy kultury, szkoły oraz organizacje pozarządowe. To właśnie w tych miejscach można organizować grupy dla rodziców, Kluby Rodzica, warsztaty psychologiczne, spotkania edukacyjne czy po prostu przestrzenie do rozmowy i wymiany doświadczeń. Istotne jest, by te działania nie były wyłącznie projektami czasowymi – powinny stać się stałym elementem lokalnego ekosystemu.

Dużą nadzieję respondentki, i ja również, pokładają w wykorzystaniu potencjału bibliotek – obecnych niemal w każdej gminie, łatwo dostępnych i osadzonych w lokalnych społecznościach. Biblioteka może być miejscem spotkań, warsztatów, wykładów,

a także przestrzenią na chwilę wytchnienia dla rodzica z małym dzieckiem. Podobną rolę mogą pełnić domy kultury czy szkoły – szczególnie popołudniami i w weekendy, gdy sale stoją puste. Potrzebna jest jedynie zmiana myślenia i otwarcie się na nowe funkcje społecznościowe tych instytucji.

Obok instytucji, nie do przecenienia jest rola nieformalnych sieci wsparcia. Kręgi kobiet, grupy zabawowe, sąsiedzkie wymiany opieki – to właśnie te formy, często oparte na spontanicznych relacjach i zaufaniu, tworzą najtrwalsze więzi i poczucie zakorzenienia. Kobiety często szukają takich miejsc, gdzie mogą nie tylko wymieniać się informacjami, ale po prostu być razem. Wspólna kawa, narzekanie na nieprzespaną noc, wzajemne porady – to nie są drobnostki, lecz fundament wspólnoty. I jak pokazuje praktyka – mogą to też być formy opieki prewencyjnej, zmniejszające ryzyko depresji, wypalenia i poczucia osamotnienia.

Dlatego uważam, że kluczowe jest wspieranie inicjatyw społecznych – tworzenie możliwości, by w każdej gminie działała osoba, która potrafi zainicjować grupę rodziców, pokierować do odpowiednich usług, zorganizować spotkanie czy warsztaty. Może to być emerytowany pedagog, położna, bibliotekarka, lokalna aktywistka. Ważne, by była to osoba zaufana, dostępna, rozumiejąca lokalny kontekst. Jako osoba posiadająca wieloletnie doświadczenie w samorządzie głęboko wierzę w społeczności lokalne, które wymagają z poziomu centralnego jedynie wsparcia, impulsu, czasem finansowania czy konkretnych przykładów, ale są w stanie znaleźć dobre, najlepsze dla własnej społeczności, rozwiązania.

Wspieranie wspólnot to właśnie konkretne działania administracyjne – udostępnianie sal, udzielanie mikrograntów, tworzenie

programów samorządowych na rzecz integracji rodziców. To również budowanie kampanii informacyjnych, które pokazują, że opieka nad dzieckiem nie musi oznaczać izolacji – wręcz przeciwnie, może stać się początkiem nowych relacji, odkrywania siebie i lokalnej wspólnoty.

Choć deklaracje nowego pokolenia wskazują na aspiracje do partnerskiego modelu rodziny, rzeczywistość zawodowa nie nadąża za tą zmianą. W relacjach matek i ojców z pracodawcami wciąż funkcjonuje stereotyp: macierzyństwo oznacza „przerwę w karierze”, a ojcostwo – ewentualnie kilka dni urlopu i szybki powrót do pełnych obowiązków.

O ile młode matki muszą tłumaczyć się z elastyczności, o tyle ojcowie, którzy chcieliby z niej skorzystać, nierzadko spotykają się z niezrozumieniem. „To temat, który nas nie dotyczy – zatrudnimy mężczyzn” – takie odpowiedzi nadal słyszą ekspertki rozmawiające z pracodawcami. Tymczasem bez ich udziału i zaangażowania nie da się przełamać tradycyjnego podziału ról. Pracodawca, który wspiera ojca w zaangażowanym rodzicielstwie, wspiera całą rodzinę.

W wywiadach zwracano też uwagę na lukę wsparcia dla kobiet prowadzących jednoosobową działalność gospodarczą. Choć często są to osoby przedsiębiorcze i zmotywowane, pozostają niewidoczne w systemie polityk rodzinnych. Gdy zostają matkami, muszą pogodzić codzienną opiekę z prowadzeniem firmy, bez prawa do płatnego urlopu czy realnego dostępu do instytucji wsparcia. Propozycje, które się pojawiają, to elastyczne składki, dostęp do opieki zastępczej i mentoring biznesowo-rodzicielski. Mówiono o tym z przekonaniem: wiele kobiet chce łączyć obie te sfery – trzeba tylko przestać udawać, że ich nie ma.

Rola ojca w życiu dziecka i partnerki była jednym z najmocniej wybrzmiewających wątków rozmów z ekspertkami. Zgodnie z ich obserwacjami, ojcowie coraz częściej deklarują chęć aktywnego udziału w rodzicielstwie – chcą być obecni, wspierający, odpowiedzialni. Jednocześnie jednak zmagają się z wyzwaniem, które rzadko są przedmiotem publicznej debaty – od obaw o zdrowie dziecka, przez trudności w odczytywaniu potrzeb noworodka, po społeczne zaskoczenie, gdy pojawiają się jako jedyni ojcowie na placu zabaw. Badanie pokazuje też, jak bardzo wzrosły oczekiwania mężczyzn wobec samych siebie jako ojców – chcą być nie tylko żywicielami, ale także opiekunami, nauczycielami i przyjaciółmi swoich dzieci. Te wysokie standardy, choć pozytywne, mogą paradoksalnie stanowić dodatkową barierę w podejmowaniu decyzji o rodzicielstwie.

Problemem okazuje się jednak brak przestrzeni i społecznego przyzwolenia na realizację tych aspiracji. Mężczyźni rzadko, chociaż coraz częściej, korzystają z przysługującego im urlopu rodzicielskiego – nie dlatego, że nie chcą, ale dlatego, że nie czują się do tego zachęceni ani przez otoczenie, ani przez pracodawców. Jeśli ojciec nie ma okazji zostać sam z dzieckiem, budować własnych kompetencji i rytuałów, zostaje mu rola „asystenta” – mimo dobrych chęci. Ekspertki podkreślały: podział obowiązków zaczyna się od czasu spędzanego z dzieckiem i poczucia sprawczości.

Równie ważna jest rola kobiet – ich gotowość, by oddać część odpowiedzialności, pozwolić ojcu popełniać błędy, zaufać jego sposobowi opieki. Z badań i historii ojców wynika, że bycie partnerem ma kluczowe znaczenie – to te komunikaty wzmacniają lub podważają ojcowską pewność siebie. Wydaje się, że brak męskich wzorców w przestrzeni publicznej wzmacnia stereotyp, że „dzieci są sprawą

kobiet”, dlatego w przekazie publicznym potrzeba więcej takich obrazów: ojcostwa jako siły, nie tylko obowiązku – relacji, która rozwija nie tylko dziecko, ale też mężczyznę.

„Rodzic też człowiek” – mówi jedna z ekspertek – „i ma potrzebę bycia wśród ludzi, dzielenia się, rozwijania. A dziecko nie przeszkadza – ono może być początkiem nowej przyjaźni, nowej wspólnoty”. Takie podejście naprawdę wymaga zrozumienia i odwagi – nie tylko w słowach, ale też w codziennych decyzjach i w systemowych zmianach.

### Aleksandra Gajewska

Sekretarz Stanu w Ministerstwie Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej



**Rodzic też człowiek i ma potrzebę bycia wśród ludzi, dzielenia się, rozwijania. A dziecko nie przeszkadza – ono może być początkiem nowej przyjaźni, nowej wspólnoty.**

# 2.

## SYTUACJA DEMOGRAFICZNA W POLSCE



## Depresja urodzeniowa – problem, który nie znika

Prognozy Głównego Urzędu Statystycznego nie przewidują istotnej poprawy współczynnika dzietności w najbliższej przyszłości, co rodzi obawy o stabilny rozwój demograficzny kraju.

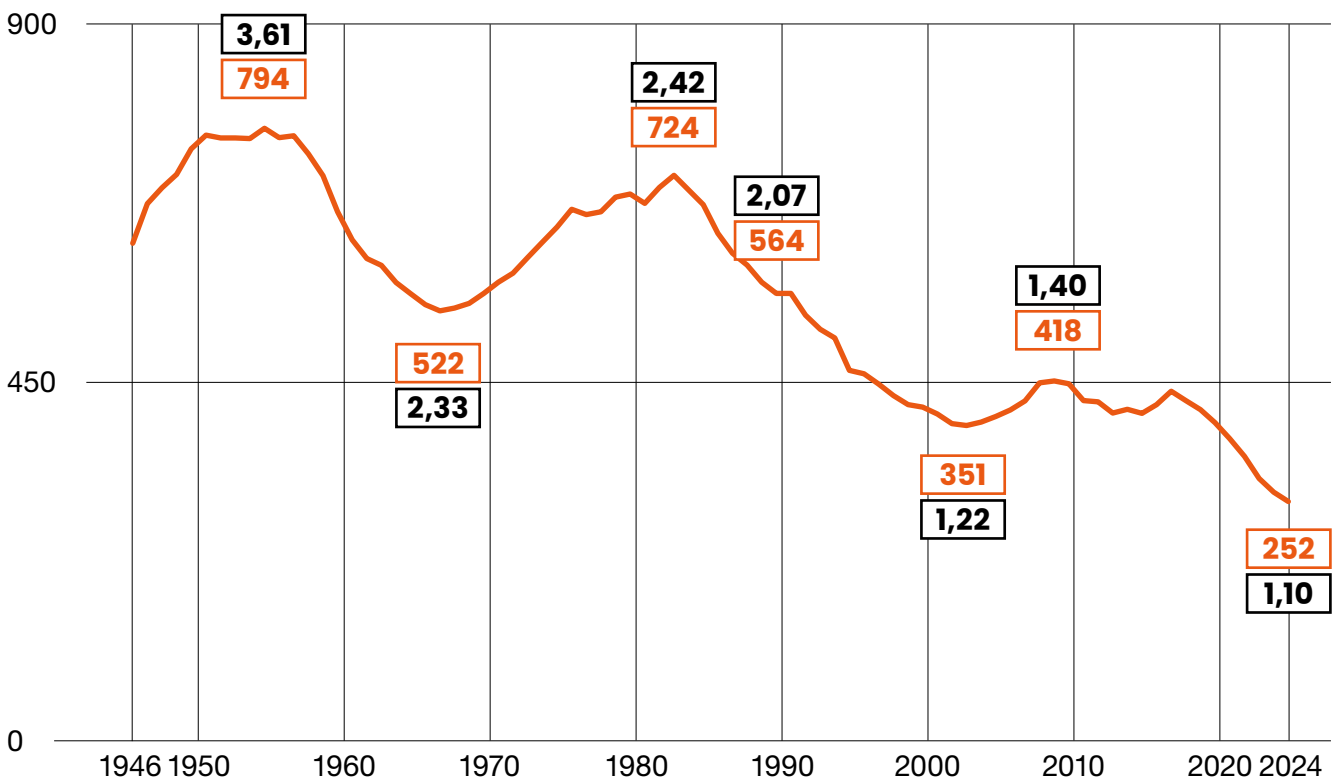
Utrzymujący się przez szereg lat niski poziom dzietności w Polsce będzie miał negatywny wpływ na przyszłą liczbę urodzeń ze względu

na zmniejszającą się liczbę kobiet w wieku rozrodczym. Nie bez znaczenia dla sytuacji demograficznej kraju jest również wysoki poziom emigracji, zwłaszcza młodych ludzi, którzy wyjeżdżają czasowo za granicę.

## Z roku na rok rodzi się coraz mniej dzieci

W 2025 roku (według wstępnych szacunków GUS) liczba urodzeń wyniosła 238 tysięcy, co oznacza spadek o ponad 14 tysięcy w porównaniu do roku poprzedniego.

WYKRES 1 | **Dzietność (TFR) i urodzenia żywe w latach 1946–2024 (tys.)**



**X** Współczynnik dzietności (TFR)

**X** Urodzenia żywe w tysiącach

Jest to kolejny rok, w którym odnotowano zmniejszenie się liczby urodzeń, co więcej liczba ta jest najniższą odnotowaną w całym okresie powojennym. Niestety, przewiduje się dalszy spadek w najbliższych latach.

**Optymalna wielkość współczynnika dzietności (TFR) dla stabilnego rozwoju demograficznego wynosi 2,10–2,15.**

W Polsce ten wskaźnik od lat nie przekracza 2. W 2024 roku wyniósł 1,10. Oznacza to, że na 100 kobiet w wieku rozrodczym (15-49 lat) przypadało zaledwie 110 urodzonych dzieci, czyli o niemal połowę mniej, niż potrzeba do prostej zastępowalności pokoleń.



**Od około trzech dekad Polska boryka się z problemem depresji urodzeniowej, co oznacza, że liczba urodzeń jest zbyt niska, aby zapewnić prostą zastępowalność pokoleń.**

## Współczynnik dzietności w Polsce w 2024 roku

# 1,1



## Postawy prokreacyjne kobiet

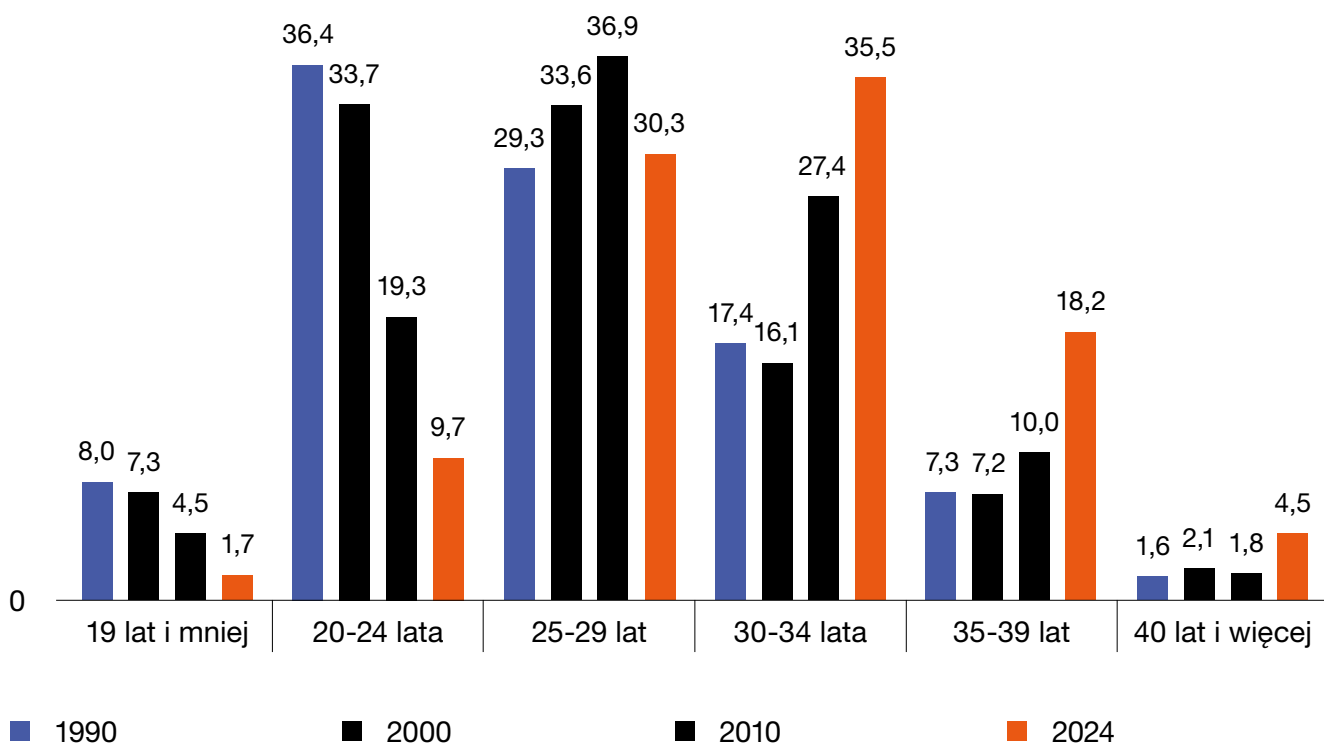
W 2024 r. najwyższa płodność cechowała kobiety w wieku 30-34 lat (wg danych GUS). Oznacza to podwyższenie wieku najczęstszego rodzenia dzieci średnio o 10 lat w stosunku do pierwszych lat transformacji oraz o około 5 lat względem początku XXI wieku.

Tendencje przesunięcia wieku kobiet decydujących się na dziecko widoczne są również w innych krajach Unii Europejskiej. W UE w 2024 roku średnia wieku kobiet rodzących pierwsze dziecko wyniosła 29,8 lat (wg danych Eurostat).

**Mediana wieku kobiet rodzących dziecko wyniosła w 2024 roku**

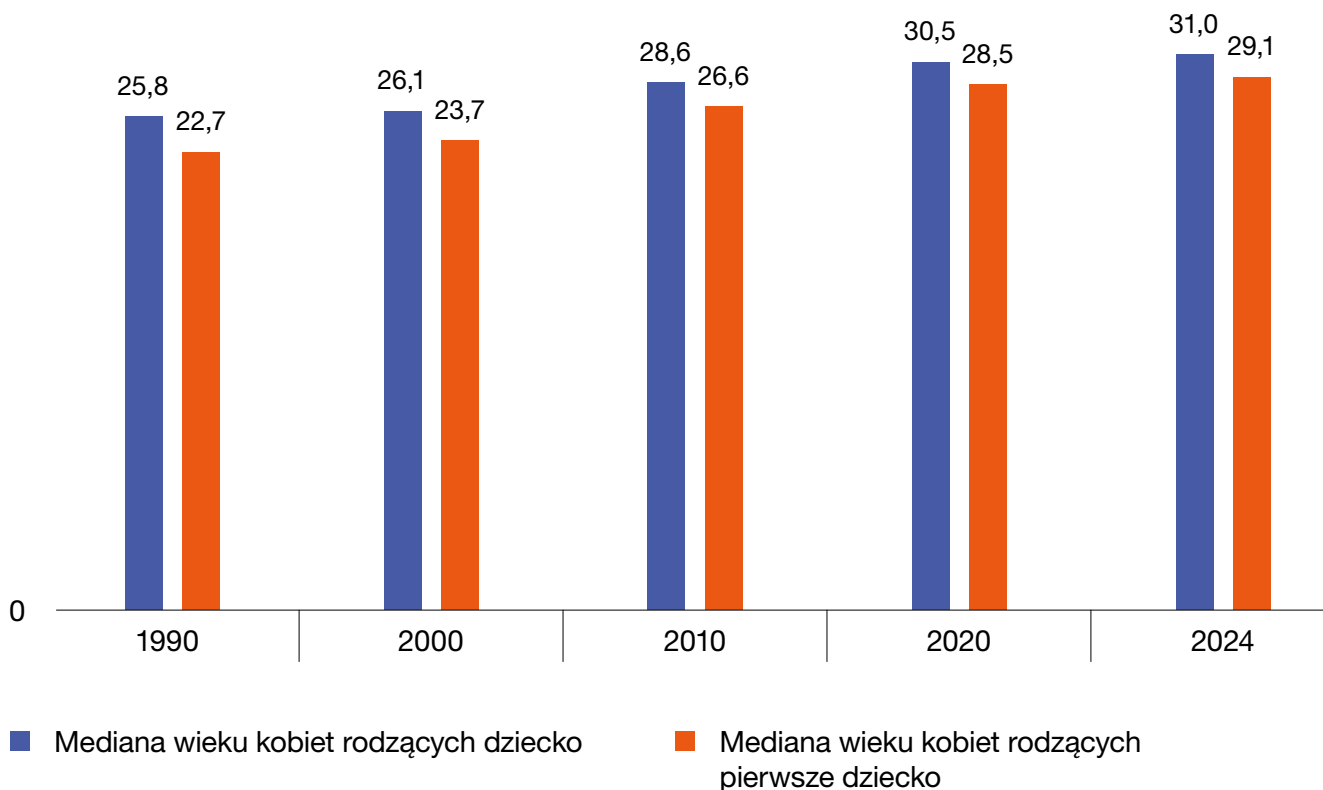
# 31 lat

**WYKRES 2** | Struktura urodzeń żywych według wieku matki w wybranych latach (%)



Źródło: opracowanie własne na podstawie danych GUS

## WYKRES 3

**Mediana wieku kobiet rodzących dziecko oraz mediana wieku kobiet rodzących pierwsze dziecko w wybranych latach**

Źródło: opracowanie własne na podstawie danych GUS

Warto zauważyć, że zbliżające się do siebie wartości mediany wieku kobiet rodzących pierwsze dziecko i mediany wieku kobiet rodzących dziecko wskazują na to, że kobiety coraz rzadziej decydują się na kolejne dzieci.

małżeński wynosiła 32 lata, a kobiet prawie 30 lat. Było to o około 6 lat więcej niż w 2000 roku. Nowożeńcy w miastach byli średnio o 2 lata starsi od tych zamieszkałych na wsi (wg danych GUS).

## Małżeństwa i rozwody

Wiek nowożeńców znacznie się zwiększył od początku XXI wieku. W 2024 roku mediana wieku mężczyzn wchodzących w związek

**Według danych GUS w 2025 r. rozwiodło się ponad 61 tys. par małżeńskich, czyli o ponad 3 tys. więcej niż w 2024 r. Współczynnik rozwodów wyniósł natomiast 1,6%.**

Wśród małżeństw rozwiedzionych w 2024 r. ponad 57% wychowywało ok. 51 tys. nieletnich dzieci (w wieku poniżej 18 lat). Coraz częściej sąd orzeka wspólne wychowywanie dzieci przez rozwiedzionych rodziców – w 2024 r. takich rozstrzygnięć było blisko 77% (wobec 29% w 2000 r.). Opieka przyznana wyłącznie matce dotyczyła 19% przypadków (wobec 65% w 2000 r.), a wyłączną opiekę ojcu przyznano jedynie w ok. 2% orzeczeń (wobec niecałych 4% w 2000 r.).

**Systematycznie rośnie także odsetek urodzeń pozamająńskich. Na początku lat 90. było to ok. 6–7%, w 2000 r. – ok. 12%, a w 2024 r. – blisko 29%. Odsetek ten jest wyższy w miastach w 2024 r. wyniósł ok. 33%, podczas gdy na wsi niecałe 23%.**

**Średni wiek kobiet rodzących pierwsze dziecko w Polsce w 2024 r. wyniósł**

**29,1 lat**



# 3.

## JAK WSŁUCHIWALIŚMY SIĘ W GŁOS KOBIET I MĘŻCZYŹN?



**Trzy perspektywy kobiet – kobiet bez dzieci, w ciąży i mających małe dzieci. Dwie perspektywy mężczyzn – mężczyzn bez dzieci i tych, którzy już są rodzicami. Wszyscy opowiedzieli o swoich oczekiwaniach, obawach i emocjach związanych z rodzicielstwem.**

Od sierpnia 2024 r. do czerwca 2025 r. na zlecenie Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej trzy agencje badawcze przeprowadziły wywiady w ramach badania jakościowego. W badaniu uczestniczyło 270 kobiet i 72 mężczyzn. Rozmowy z nimi zajęły w sumie 228 godzin.

## Dlaczego badanie jakościowe?

Badania jakościowe są szczególnie cenne w diagnozie opinii, motywacji i obaw wobec rodzicielstwa, ponieważ pozwalają dotrzeć do głębszych warstw doświadczeń, które trudno uchwycić w badaniach

ilościowych. Rodzicielstwo jest tematem osobistym i wrażliwym, a decyzje o dziecku są silnie związane z emocjami, wartościami, przekonaniem i indywidualną historią życia.

Forma jakościowego wywiadu daje uczestnikom czas i poczucie bezpieczeństwa, umożliwiając otwarte mówienie o wątpliwościach, lękach czy marzeniach. W tego typu badaniach chodzi nie tylko o to, by zmierzyć, ile osób ma określone zdanie, lecz przede wszystkim o zrozumienie, dlaczego je ma.

Swobodna rozmowa i pytania otwarte pozwalają odkrywać motywy, które sami uczestnicy uznają za istotne, oraz wątki, których badacz nie przewidział. Badania jakościowe pomagają zidentyfikować bariery i obawy, o których trudno byłoby wspomnieć w ankiecie, takie jak lęk przed utratą wolności, brak pewności co do własnych kompetencji czy obawy o stabilność finansową. Dzięki narracyjnemu charakterowi wypowiedzi można również zobaczyć dynamikę myślenia – proces dojrzewania do decyzji, wahania i wpływ wydarzeń życiowych.

W efekcie badania jakościowe pozwalają lepiej zrozumieć rodzicielstwo jako złożony proces decyzyjny, w którym splatają się czynniki emocjonalne, praktyczne i kulturowe.

## Kobiety bez dzieci

- » w wieku 20-23 oraz 26-29 lat;
- » mieszkają w 6 dużych miastach (Szczecin, Wrocław, Białystok, Lublin, Warszawa, Gdynia) oraz mniejszych miejscowościach i wsiach w różnych częściach kraju;
- » nie mają dzieci (a ich brak nie wynika z przyczyn medycznych);
- » różnią się stanem cywilnym, światopoglądem, wykształceniem oraz sytuacją finansową.

**Technika:** 10 zogniskowanych wywiadów grupowych online i 40 indywidualnych wywiadów pogłębionych online

**Wykonawca:** ARC Rynek i Opinia

## Kobiety w ciąży

- » w wieku 19-35 lat;
- » mieszkają w 6 dużych miastach (Szczecin, Wrocław, Białystok, Lublin, Warszawa, Gdynia) oraz mniejszych miejscowościach i wsiach w różnych częściach kraju;
- » są w ciąży z pierwszym lub kolejnym dzieckiem;
- » różnią się stanem cywilnym, światopoglądem, wykształceniem oraz sytuacją finansową.

**Technika:** 12 zogniskowanych wywiadów grupowych online i 40 indywidualnych wywiadów pogłębionych online

**Wykonawca:** Badania i Działania

## Kobiety mające dzieci

- » w wieku 25-37 lat;
- » mieszkają w 3 dużych miastach (Wrocław, Lublin, Warszawa) oraz mniejszych miejscowościach i wsiach w różnych częściach kraju;
- » mają co najmniej 1 dziecko w wieku do 3 lat;
- » połowa z nich jest na urlopie macierzyńskim lub rodzicielskim, a połowa jest aktywna zawodowo po zakończonym urlopie macierzyńskim/rodzicielskim;
- » różnią się stanem cywilnym, światopoglądem, wykształceniem oraz sytuacją finansową.

**Technika:** 16 zogniskowanych wywiadów grupowych online

**Wykonawca:** ARC Rynek i Opinia

## Mężczyźni bez dzieci

- » w wieku 25-49 lat;
- » mieszkają w 2 dużych miastach (Wrocław i Warszawa) oraz na wsiach w różnych częściach kraju (poza obszarem metropolitalnym);
- » nie mają dzieci (a ich brak nie wynika z przyczyn medycznych);
- » różnią się stanem cywilnym, światopoglądem, wykształceniem oraz sytuacją finansową.

**Technika:** 40 indywidualnych wywiadów pogłębionych online

**Wykonawca:** PBS

## Mężczyźni mający dzieci

- » w wieku 25-49 lat;
- » mieszkają w 2 dużych miastach (Wrocław i Warszawa) oraz na wsiach w różnych częściach kraju (poza obszarem metropolitalnym);
- » mają dzieci;
- » różnią się stanem cywilnym, światopoglądem, wykształceniem oraz sytuacją finansową.

**Technika:** 32 indywidualne wywiady pogłębione online

**Wykonawca:** PBS

# 4.

## SPOŁECZNO- -KULTUROWY KONTEKST RODZICIELSTWA



**Rodzicielstwo, choć pozostaje jednym z uniwersalnych doświadczeń ludzkich, coraz częściej staje się przedmiotem refleksji i świadomego wyboru – zarówno wśród kobiet, jak i mężczyzn.**

Współczesne decyzje prokreacyjne są osadzone w kontekście dynamicznych przemian społecznych, kulturowych i ekonomicznych. Decyzje o posiadaniu dzieci są rezultatem interakcji między presją społeczną, normami kulturowymi, różnicami pokoleniowymi, a indywidualnymi aspiracjami i potrzebami.

Zmienia się rola kobiety i mężczyzny w rodzicielstwie, ale wciąż silnie obecne są tradycyjne oczekiwania.



**Naszych rodziców, dziadków dzieci same przychodziły na świat, nie było antykoncepcji, jakoś wtedy się zawsze dawało radę, coś wymyśliło, ktoś pomógł. Teraz ludzie są bardziej świadomi tego, czego chcą od życia.**

**Kobiety w ciąży**

## **Nowy świat, nowe priorytety**

Wielość możliwości – edukacyjnych, zawodowych – sprawia, że młodzi dorośli przedkładają samorealizację nad szybkie zakładanie rodziny. To, co jeszcze kilkadziesiąt

lat temu było trudno dostępne dla ich rówieśników, dziś jest na wyciągnięcie ręki: podróże, nauka języków, szeroka oferta wydarzeń kulturalnych i rozrywkowych, zajęcia wspierające rozwój osobisty czy nowe platformy poznawania ludzi.

Doświadczenia rodziców służą jako punkt odniesienia – często po to, by obrać inną drogę.



**Dziecko przestaje być domyślnym etapem dorosłości – pozostaje ważne, ale nie pierwszoplanowe.**

Choć potrzeba „wyszumienia się” przed założeniem rodziny nie jest nowa, dziś młodzi mają większe możliwości i przyzwolenie społeczne, by ten etap trwał dłużej i był bardziej zróżnicowany.

Dostęp do edukacji i globalizacja otwierają podobne możliwości kobietom i mężczyznom, ale ich znaczenie i funkcja różnią się.



**Teraz dominuje podróżowanie, poznawanie siebie. Może przez to, że dawniej nie było Internetu, tego nawału, jak babcia przekazywała informacje, to z pokolenia na pokolenie żyło się w przekonaniu, że założenie rodziny, dziecko to jest szczyt ambicji. Ja mam inaczej.**

**Kobiety bez dzieci**



**Lubię czuć, że robię coś ważnego w życiu, (...), że (...) ten czas nie jest wyłącznie zmarnowany przed ekranem. (...) lubię myśleć o samorozwoju.**

**Mężczyźni bez dzieci**

## **Kobiety XXI wieku: niezależna, świadoma, aktywna**

Kobiety zyskały przestrzeń do odkrywania i wyrażania siebie – zarówno w różnych rolach, jak i relacjach. Nie chcą z tego zbyt szybko rezygnować, a macierzyństwo, zwłaszcza wczesne lub nieplanowane, często kojarzy się z ograniczeniem, utratą niezależności i komfortu życia.

Wśród uczestniczek badania wyraźnie widać, że niezależność – finansowa, mieszkaniowa, osobista – staje się ważną wartością i warunkiem podejmowania decyzji o macierzyństwie. Rozwój zawodowy traktowany jest jako fundament dorosłości – nie tylko w wymiarze materialnym, ale też tożsamościowym.



**Teraz kobiety chcą mieć zawód, chcą być niezależne (...). Najpierw więc musimy zagwarantować sobie wykształcenie, najlepiej też doświadczenie zawodowe.**

**Kobiety bez dzieci**

Od partnerów kobiety oczekują zaangażowania i współodpowiedzialności – zarówno w domu, jak i w wychowaniu dziecka.

## **Mężczyzna XXI wieku: w drodze do partnerstwa**

W narracjach mężczyzn decyzja o ojcostwie wiąże się najczęściej z osiągnięciem stabilizacji – materialnej, mieszkaniowej i emocjonalnej. Mężczyźni coraz częściej chcą być zaangażowanymi ojcami i partnerami, zatem szukają na to sposobów. Wielu deklaruje, że chce budować relacje z dzieckiem – poprzez wspólne spędzanie czasu, zabawę i dzielenie się obowiązkami z partnerką. Większość jest świadoma, że udział w życiu rodzinnym nie ogranicza się do zabezpieczenia finansowego, ale obejmuje również troskę emocjonalną i codzienną obecność.



**Ta odpowiedzialność to jest też dodatkowy stres (...) najpierw przedszkole, później szkoła, no to też jest odpowiedzialność za tą drugą osobę. (...) Chciałoby się to wszystko zrobić dobrze, właściwie, a czasami człowiek nie wie. (...) czy mu się to uda dobrze?**

**Mężczyźni bez dzieci**

## Kobiety: presja wieku – „magiczna trzydziestka”

Granica 30. roku życia funkcjonuje w społecznej narracji jako symboliczny moment, po którym macierzyństwo bywa uznawane za trudniejsze lub obarczone większym ryzykiem – zdrowotnym, trudnościami z zajściem w ciążę czy zwiększonym prawdopodobieństwem chorób genetycznych u dziecka.

Presja ta rośnie wraz z wiekiem i wpływa na przekonanie, że decyzję o urodzeniu dziecka trzeba podjąć „w odpowiednim momencie”.

Niektóre uczestniczki badania wskazują również, że starsze matki mogą mieć mniej siły i cierpliwości, co – w ich odczuciu – może wpływać na jakość wychowania dzieci.



**Dobrze byłoby mieć koło 30-stki pierwsze dziecko, ale nie wcześniej. (...) Najpierw jest pełna koncentracja na karierze po to, żeby później mieć grunt pod rodzinę.**

**Kobiety bez dzieci**



**No wiadomo, ta 30-stka się zbliżała, to trzeba było działać.**

**Kobiety w ciąży**



**Zdarzało się słyszeć od babci: kiedy dziecko? Słyszałam opinię – jesteście egoistami, bo to coś prostego, szczególnie po 30-stce, trzeba mieć dziecko.**

**Kobiety w ciąży**

## Mężczyźni: czterdziestka jako punkt zwrotny

Dla mężczyzn kluczowy moment podejmowania decyzji o ojcostwie przypada najczęściej między 30. a 40. rokiem życia. Ten okres utożsamiają ze stabilną sytuacją zawodową, a co za tym idzie, również materialną. Wielu nich deklaruje, że dopiero wtedy czują się dojrzałi emocjonalnie, a wciąż mają dużo siły by zajmować się dzieckiem i aktywnie spędzać z nim czas.

Przekroczenie czterdziestki zaczyna jednak być widziane jako bariera dla pierwszego czy ponownego ojcostwa: mężczyźni obawiają się, że mogą nie mieć już wystarczająco siły lub cierpliwości do aktywnego ojcostwa. Obawiają się też społecznej oceny – że w oczach innych będą postrzegani bardziej jako dziadkowie niż ojcowie.





**Myślę, że to był taki ostatni moment na wychowanie dziecka. Miałem 35 lat, miałem siłę, jeszcze byłem w miarę młody. A teraz już czuję, że to nie pora na nowe dziecko. Trzeba się skupić na tym, które jest, żeby jemu w życiu było jak najlepiej.**

**Mężczyźni z dziećmi**

## **2+2 to idealny model**

W społecznym odbiorze, idealny model to rodzina z dwójką dzieci – najlepiej synem i córką.

Posiadanie dzieci w krótkim odstępie czasu (optymalnie ok. 2-3 lat) jest postrzegane jako praktyczne rozwiązanie, pozwalające na „zamknięcie” tematu rodzicielstwa „za jednym zamachem”. Taka różnica wieku umożliwia „regenerację” rodziców po trudach opieki nad pierwszym noworodkiem i sprzyja bliskiej relacji między rodzeństwem. Jednak im pierwsze dziecko jest starsze, tym trudniej podjąć decyzję o kolejnym.



**Myślmy o drugim dziecku i córka też mówi, że chciałaby mieć rodzeństwo, ale powiem szczerze, że teraz ona jest już duża. (...) Chciałbym wrócić do piłki, może nie do klubu, ale przy drugim dziecku będzie to trudne.**

**Mężczyźni z dziećmi**

Dla kobiet decyzja o kolejnym dziecku w krótkiej perspektywie czasowej często wiąże się z przedłużoną przerwą zawodową, co w dłuższej perspektywie wpływa na ich sytuację na rynku pracy.



**Liczyłam na parkę, bo jest wskazana.**

**Kobiety w ciąży**



**Ja myślę o dwójce dzieci, bo to jakoś mi się wydaje naturalne.**

**Mężczyźni bez dzieci**



**Mam najlepszego przyjaciela w postaci brata, dzieli nas dwa lata. Myślę, że 2-3 lata o jest ten okres, kiedy rodzeństwo może (...) te same pasje rozwijać, bo później 5-6 lat to jest przepaść.**

**Mężczyźni bez dzieci**



**Myślmy o drugim (...), ale powiem szczerze, że córka jest już duża (...). Chciałbym wrócić do trenowania piłki, ale przy drugim dziecku będzie to trudne.**

**Mężczyźni z dziećmi**

## Trójka? Patologia lub poświecenie

Zwracano uwagę na stygmatyzację rodzin wielodzietnych i funkcjonujące stereotypy. Co ciekawe, posiadanie większej liczby potomstwa bywa postrzegane negatywnie. Kobiety spotkały się z funkcjonującymi w społeczeństwie stereotypami dotyczącymi rodzin wielodzietnych – od podważania ich odpowiedzialności po podejrzenia o wyłudzenie świadczeń. W skrajnych przypadkach rodziny te określane są jako „800 plus” lub „patologia”.



**Społeczeństwo źle postrzega takie rodziny jak nasza – mówią na to pięćsetpluse. Ci, co wyłudniają – darmozjady.**

**Kobiety w ciąży**

Decyzja o trzecim (lub kolejnym) dziecku postrzegana bywa też jako akt bohaterstwa i kojarzona głównie w kategoriach trudu, wysiłku, całkowitej rezygnacji z własnych potrzeb.



**Powinnam się urodzić 60 lat temu, bo mam inne podejście, chcę mieć trzecie dziecko, wrócić do pieluch. Koleżanki pytają mnie – dlaczego ty sobie to robisz? Większość znajomych jest zaskoczona.**

**Kobiety w ciąży**

## **„Mama będzie przyjeżdżać” dzieci i dom to wciąż sfera kobieca**

Kobiety nadal oczekują wsparcia w opiece nad noworodkiem przede wszystkim od innych kobiet – matek, sióstr, teściowych, opiekunek. Mogą im „pomóc ogarnąć dom”, przygotować posiłki, być wsparciem w połogu. Wsparcie w pierwszych tygodniach po porodzie jest czymś oczywiście kobiecym. Mężczyźni w tej przestrzeni są mniej obecni.



**Moja mama bardzo chciałaby, żebyśmy miał dzieci i jest bardzo chętna do pomocy. (...) moja mama przechodzi na emeryturę (...) za około 4 lata, więc to myślę też się zbiegnie w czasie, że ja skończę specjalizację i to wszystko się unormuje (...) wtedy będzie dziecko.**

**Mężczyźni bez dzieci**

## **Zmieniająca się rola babci w rodzinie**

Tradycyjna rola babci ulega przemianie. Kobiety dłużej pozostają aktywne zawodowo, a po przejściu na emeryturę coraz częściej skupiają się na realizacji własnych potrzeb i pasji, które przez lata były odkładane na dalszy plan z powodu obowiązków rodzinnych.



**Teraz na emeryturze idzie się na uniwersytet III. wieku. Babcie się teraz uczą, szkolą i nie wychowują swoich wnuczków. Moja babcia jeździ teraz na wycieczki, zwiedza świat. Całe życie pracowały, wychowywały (...) Odzyskują tę przestrzeń i swoje życie.**

**Kobiety bez dzieci**

## **Negatywny wizerunek rodziny – dziecko to persona non grata**

Respondentki z dużych miast zwracają uwagę na negatywny wizerunek rodziców i dzieci w społeczeństwie oraz zjawisko wykluczenia ich z przestrzeni publicznej. W miastach przestrzeń nie zawsze jest przyjazna dzieciom i młodym rodzicom. Dzieci bywają traktowane jako „problem” – hałasujące w restauracjach, przeszkadzające w podróży, a rodzice są krytykowani za rzekomy brak

odpowiedniego wychowania lub zbytnią pobłażliwość. Powstają strefy przyjazne zwierzętom przy jednoczesnym pomyśle na



### Kobiety i ich potrzeby

Wyszkolenie i rozwój zawodowy jako warunek niezależności, budowania tożsamości i odejścia od tradycyjnych ról.

Czas na rozwój osobisty i świadome wejście w macierzyństwo – nie jako obowiązek, lecz jako wybór, który nie przekreśla innych planów życiowych.

Chęć zapewnienia dziecku dobrych warunków – emocjonalnych, zawodowych i materialnych – ale bez rezygnacji z siebie i własnych ambicji.

## „Chcę mieć z tobą psa”

Względnie nowym zjawiskiem jest zaskakująca na powszechności personifikacja zwierząt domowych. Zwierzęta domowe przestają być pupilami, a stają się niemalże członkami rodziny, pobłażliwie nazywanymi „dziećmi, synusiami, córusiami”.

„strefy wolne od dzieci”. Wzbudza to wiele kontrowersji wśród badanych kobiet.



### Mężczyźni i ich potrzeby

Dobre wykształcenie i praca jako droga do samodzielności finansowej i realizacji roli żywiciela rodziny.

Czas „wyszumienia się” jako (społecznie akceptowany) etap dojrzewania – mężczyźni korzystają z przestrzeni na podróże, rozwój, poszukiwania, zanim zdecydują się na rodzinę.

Potrzeba stabilizacji i gotowość utrzymania rodziny, ale bez godzenia się na przypadkową pracę – oczekiwanie na zajęcie zgodne z aspiracjami i kompetencjami.

Taka wspólna opieka nad zwierzęciem może też stanowić etap przejściowy (sprawdzający) przed decyzją o posiadaniu dziecka. Opiera się na założeniu, że zwierzę wymagające opieki pomaga dostrzec, rozwinąć czy też zweryfikować umiejętności opiekuńcze w sobie i partnerze.



**Fajnie jest mieć jakieś zwierzę, mieć obowiązek, żeby przyzwycząić się do tego, że trzeba rano wstać, wyprowadzić go, dać mu jeść, jak coś się stanie, to iść do weterynarza i to jest mały początek, jakbyśmy mieli dziecko.**

**Kobiety bez dzieci**

## Różne narracje o macierzyństwie

Kobiety funkcjonują dziś w przestrzeni pełnej sprzecznych narracji – między wyidealizowanym obrazem z Instagrama, ostrzeżeniami o ryzykach, a codzienną dyskryminacją dzieci w przestrzeni publicznej.

## Instamatki

Idealizowany obraz macierzyństwa, który dominuje w mediach społecznościowych, przedstawia rodzicielstwo jako pełne szczęścia, estetycznych ujęć i harmonii. Matki pokazują idealne domy, zadbane dzieci i perfekcyjnie zorganizowane życie rodzinne. Ten przekaz wywołuje presję na kobiety, by sprostały tym wygórowanym standardom, nie zważając na wyzwania codzienności.



**Jak widzę takie filmiki na TikToku (obrazy wyidealizowanego macierzyństwa), to jestem podirytowana lekko na to. Taka zazdrość może trochę.**

**Kobiety w ciąży**

## Macierzyństwo w cieniu lęków i zagrożeń

Z drugiej strony narracja medialna i przekaz społeczny skupiają się na zagrożeniach związanych z porodem i macierzyństwem. Wizje komplikacji przy porodzie i zagrożeń dla dziecka budują atmosferę strachu.



**Na początku się śmiałam, że moim planem porodu jest to, żeby przeżyć i to jest najważniejsze, a cała reszta to nic.**

**Kobiety w ciąży**

# 5.

## DLACZEGO (NIE) TERAZ? CZYNNIKI WPŁYWAJĄCE NA DECYZJĘ O DZIECKU



## Definicja „rodzicielstwa”

Kobiety i mężczyźni w podobny sposób definiują podstawowe wartości rodzicielstwa, ale różnią się w opisie jego treści: kobiety częściej akcentują sferę emocjonalną i doświadczenie opieki, a mężczyźni – aspekty związane z odpowiedzialnością materialną.

W postrzeganiu rodzicielstwa przez kobiety i mężczyzn istnieje zarówno wyraźny obszar wspólnych wartości, jak i różnice wynikające z odmiennego doświadczenia ról.

Wspólne rdzeń znaczeń tworzą pojęcia związane z miłością, odpowiedzialnością, troską, poczuciem bezpieczeństwa, partnerstwem, rodziną, relacją, zmianą oraz rozwojem. W obu perspektywach pojawia się także satysfakcja oraz postrzeganie rodzicielstwa jako wyzwania. Te elementy stanowią fundament, na którym opiera się rozumienie roli rodzica, niezależnie od płci.

Różnice widoczne są jednak w akcentach. Kobiety, niezależnie od etapu życia (bez dziecka, w ciąży, z małym dzieckiem), częściej podkreślają emocje i oczekiwania związane z rodzicielstwem: marzenie, sens, bliskość, czułość, dojrzałość, stabilizację, oczekiwanie, nadzieję, przygotowanie, nową rolę, planowanie, zdrowie, przyszłość, więź, niepewność i ekscytację. W ich narracji silnie obecny jest także wymiar codziennych doświadczeń opiekuńczych, takich jak poświęcenie, zmęczenie, brak czasu, opieka, rozwój dziecka, codzienność, presja społeczna, nierówności, adaptacja i cierpliwość.

Z kolei w opisie ojcostwa mężczyźni częściej odwołują się do obowiązków i roli, jaką pełnią w rodzinie: duma z dziecka, zapewnienie

środków do życia, obecność w codziennym życiu, wsparcie partnerki, bycie wzorem do naśladowania i uczestnictwo w wychowaniu. W ich narracji mocno zaznacza się także refleksja nad własną postawą i tożsamością – pojawiają się pojęcia świadomego wyboru, zaangażowania, ewolucji roli, potrzeby zachowania balansu między pracą a rodziną oraz zmiany perspektywy życiowej.

Decyzja o zostaniu rodzicem jest w oczach badanych poważnym krokiem, który wymaga spełnienia szeregu warunków zarówno materialnych, jak i emocjonalnych. Współczesne rodzicielstwo nie jest postrzegane jako naturalny, automatyczny etap życia, lecz jako świadomy wybór, do którego należy dojrzeć.

## Bezpieczeństwo to podstawa

Wspólnym mianownikiem czynników wpływających na decyzje o posiadaniu dzieci jest zaspokojenie potrzeby bezpieczeństwa. Zapewniają je trzy podstawowe filary:

### Odpowiedni partner/partnerka

Dla kobiet jest to pomocny, wyrozumiały i odpowiedzialny partner zapewniający poczucie bezpieczeństwa, stabilności i komfortu psychicznego.

Podjmując decyzję o ciąży, kobiety potrzebują relacji opartej na zaufaniu – pewności, że partner nie zostawi ich bez środków do życia ani wsparcia w codziennych obowiązkach oraz że będzie dobrym ojcem.

Dla kobiet i mężczyzn kluczowe znaczenie mają wyznawanie wspólnych wartości, wspólne plany oraz zgodna wizja przyszłości, w tym wspólne pragnienie posiadania dzieci.

## Stabilizacja finansowa

Zarówno dla kobiet jak i mężczyzn znaczenie ma stałe zatrudnienie, najlepiej na umowę o pracę na czas nieokreślony. Ważna jest także poduszka finansowa na nieprzewidziane wydatki, takie jak prywatna opieka zdrowotna czy inne potrzeby związane z dzieckiem. Mężczyźni zwracają uwagę na zabezpieczenie środków na dalszą realizację pasji, z których nie chcą rezygnować.

Stabilizacja finansowa dla wielu kobiet oznacza również niezależność od partnera.

## Własne miejsce do życia

Stabilizacja mieszkaniowa to kluczowy element przy podejmowaniu decyzji o założeniu rodziny. Kobiety i mężczyźni podkreślali, że potrzebne jest „własne gniazdo” – mieszkanie lub dom dostosowane do potrzeb rodziny. Własna nieruchomości, a nie wynajmowana, daje poczucie bezpieczeństwa.

Sytuacje, takie jak mieszkanie z rodzicami, są dziś uznawane za sytuację przejściową lub ostateczność. Niezależność i własna przestrzeń stały się podstawą planowania rodziny.

## Obawy, lęki i wątpliwości oczami kobiet

### Niepewność jutra

Największą obawą rozmówczyń jest brak stabilizacji finansowej i zawodowej. Brak umowy o pracę na czas nieokreślony budzi niepewność wobec przyszłości i skutecznie zniechęca do decyzji o macierzyństwie.

Istotnym czynnikiem jest brak własnego mieszkania, co potęguje poczucie niepewności życiowej. Stabilizacja mieszkaniowa to kluczowy element przy podejmowaniu decyzji o założeniu rodziny.

## Partnerstwo na równych zasadach

Młode kobiety oczekują od mężczyzn praktycznego zaangażowania w opiekę i wychowanie potomstwa. Nie godzą się na czasową zależność finansową od partnera w zamian za samodzielne objęcie większości obowiązków związanych z dzieckiem. Chcą pracować na równi z partnerem i podobnie – na równi z nim – zajmować się potomstwem.

## Wolność, rozwój, pasje

Respondentki zwracają uwagę na kwestie związane z rozwojem osobistym i samorealizacją. Obecnie kobiety nie chcą rezygnować z własnych pasji, podróży, edukacji czy kariery zawodowej. Obawiają się, że dziecko znacząco ograniczy ich wolność i styl życia.



**Żyję bardzo szybko, intensywnie, bo jestem bardzo mocno zabiegana, ale lubię taki tryb życia, że cały czas coś robię, cały czas jestem czymś zajęta, moja głowa cały czas pracuje i to mi odpowiada.**

**Kobiety bez dzieci**



## Utrata tożsamości jako kobieta

Kobiety obawiają się utraty tożsamości (od momentu narodzin dziecka „ja” jako indywiduum tracę na znaczeniu, liczę się tylko jako matka – matka-karmicielka, matka-dostarczycielka, matka-piastunka).



**Bardzo boli mnie to, że dużo osób nie zauważa mnie, że czasem czuję się jako dodatek do swojego dziecka. Jak się z kimś widzę, to najpierw wszyscy do mojego dziecka, potem dopiero: ty też tu jesteś. Chyba sobie tego nie ułożyłam. Na razie nadal czuję się bardziej matką niż sobą. Mam małe dziecko, tak to sobie tłumaczę.**

### Kobiety z dziećmi

Taka postawa towarzyszy zarówno kobietom bez dzieci jak i tym, które są już matkami. Te ostatnie zwracają uwagę, że w opinii społecznej dla matki najważniejsze powinno być dziecko. Nie może być ona w pełni wartościowym pracownikiem (praca nie jest – i co więcej nie powinna być – dla matki priorytetem), a jej rozwój osobisty i realizacja własnych potrzeb mogą mieć miejsce jedynie w chwilach wolnych od opieki nad dzieckiem – przy czym jednocześnie nie jest dobrze widziane przekazanie opieki nad dzieckiem innej osobie (matka w delegacji – a kto zajmuje się dzieckiem?).

## A jeśli urodzę chore dziecko?

Bardzo ważną kwestią dla respondentek jest lęk przed urodzeniem chorego dziecka – lęk potęgowany przez medialne doniesienia o tragicznych przypadkach dzieci nieuleczalnie chorych. Zaostrzenie ustawy o planowaniu rodziny, ochronie płodu ludzkiego i warunkach dopuszczalności przerywania ciąży pogłębiło te obawy. Lęk ten dotyczy nie tylko dzieci z wadą letalną, ale także potencjalnego zagrożenia życia samej matki.

## Ciąża, poród, połóg

Respondentki, które nie mają dzieci, boją się cierpienia podczas porodu oraz potencjalnych jego komplikacji natury medycznej.

Kolejnym wyzwaniem jest połóg, o którym, jak zwracają uwagę rozmówczynie, wciąż mówi się zbyt mało. Przyszłe matki oraz ich partnerzy nie są przygotowani na to, co się będzie działo z ciałem i emocjonalnością kobiety po porodzie.

Ważnym dla kobiet bezdzietnych aspektem jest obawa przed utratą dotychczasowej atrakcyjności fizycznej – potencjalnie zwiększona masa ciała, żylaki czy blizny. Należy jednak podkreślić, że rozmówczynie godzą się na biologiczne konsekwencje narodzin dziecka mimo wyrażanych obaw.



**Największą niepewnością to było to, czy dziecko urodzi się zdrowe. To na dany moment przy każdej ciąży było kluczowe. Zwłaszcza, że pierwsza (...) ciąża przebiegała dobrze, ale poród miał komplikacje i później już było (...) dużo stresu.**

Mężczyźni z dziećmi

## Czy jestem gotowa?

Kolejną barierą jest psychiczna niegotowość do pełnienia roli matki. Rozmówczynie wskazują późniejszą dojrzałość emocjonalną i niechęć do przewartościowania życia. Mimo, iż otoczenie często wywiera presję, zadając pytania „kiedy dziecko?”, większość badanych podkreśla, że decyzja o macierzyństwie musi

być podjęta świadomie i w odpowiednich warunkach. Do macierzyństwa podchodzą jak do projektu, którego realizacja wymaga spełnienia określonych warunków.

## Presja idealnego macierzyństwa

W opinii młodych kobiet coraz bardziej wzmaga się presja społeczna związana z objęciem roli matki. Tę presję pogłębia przekaz medialny, w którym promowane są kobiety realizujące się na wszystkich możliwych polach – jako wzorowe matki, pracownice bądź przedsiębiorczynie, żony/partnerki, koleżanki, córki itd. Społeczeństwo docenia kobiety, które są zaradne, gospodarne, pełne energii, zachowują zdrowie i atrakcyjny wygląd, realizują swoje pasje – jednocześnie nie zaniedbując potrzeb dziecka.



**Kiedyś nie sądziłam, że to tak trudna rola, nie tak pokazują to na Instagramie. Myślałam, że jest łatwiej, a jest to przytłaczająca odpowiedzialność.**

Kobiety w ciąży

## Samotność w macierzyństwie

Bezdzietnym respondentkom towarzyszy lęk przed poczuciem osamotnienia w wychowaniu potomka wynikający z obciążenia wyłączną odpowiedzialnością za opiekę nad dzieckiem i jego dobrostan. Postawa taka zdecydowanie częściej cechuje kobiety mieszkające na co dzień w miastach, z dala od rodziny swego pochodzenia.



## Obawy, lęki, wątpliwości oczami mężczyzn

### Edukacja

Badani mężczyźni przyznają, że w przeciwieństwie do własnych ojców mają znacznie większe możliwości edukacji, którą postrzegają jako konieczną w kontekście wykonywania dobrze płatnej pracy.

### Pasje, swoboda, podróże

Możliwość podróżowania i poznawania świata to etap poświęcony w pełni na realizację własnych marzeń i zdobywanie doświadczeń. Dla części mężczyzn bywa postrzegane jako element konstruowania męskiej tożsamości, może również stanowić oznakę statusu ekonomicznego (szczególnie w przypadku dalekich, kosztownych podróży).

Mężczyźni posiadający dzieci postrzegają tę zmianę jako naturalną konsekwencję i przejście do kolejnego etapu życia, w którym to dzieci stanowią priorytet. Nie stanowi to dla nich bariery, choć pojedynczy ojcowie tęsknią za dawnymi czasami.

Dla singli i niektórych mężczyzn nieposiadających dzieci, zmiana stylu życia pod wpływem dziecka postrzegana jest w kategoriach utraty samego siebie i swojej prywatności. Mają poczucie, że dziecko zabierze im czas, który w tej chwili mogą poświęcić na odpoczynek lub innego typu przyjemności.

Lęk związany z pogorszeniem jakości dotychczasowego życia ma swoje źródło przede wszystkim w obserwacjach funkcjonowania znajomych, którzy zaczęli

bardzo rzadko pojawiać się na spotkaniach towarzyskich, wyjeżdżać, ich życie w ocenie badanych silnie ogniskuje się wokół domu.

Brak życia towarzyskiego bądź czasu na rozwijanie własnych pasji jest silnie utożsamiany z dużą ilością obowiązków związanych z dzieckiem. Młodzi, aktywni mężczyźni obawiają się, że nie będą w stanie pogodzić wszystkich obowiązków i aktywności, ponieważ „przecież trzeba jeszcze odpocząć, a doba ma tylko 24h”.

## Chyba nie podołam

Z perspektywy bezdietnych mężczyzn myśl o dziecku przed 30-tką jest surrealistyczna, bardziej stanowi projekcję przyszłości. Nie czują się ugruntowani zawodowo ani spełnieni życiowo, wciąż eksplorują. Ważne są dla nich kontakty towarzyskie, rozwój zawodowy czy osobisty.

Opieka nad dzieckiem, wspieranie go, bycie drogowskazem życiowym to w ocenie badanych mężczyzn kwintesencja ojcostwa, jednak większość mężczyzn, podejmując decyzję o dziecku, nie ma pewności, czy będzie potrafiła sprostać tym oczekiwaniom.



**Po prostu pamiętam ten moment. Ten pierwszy dzień partnerka wyszła do pracy, a dziecko zostało. Spojrzeliśmy na siebie. Co to będzie? Natomiast naprawdę to były fajne dwa tygodnie. Tak zbliżyliśmy się do siebie i to już zostało na później. Od tej pory już nie miałem obaw, żeby sam zostać z dzieckiem.**

Mężczyźni z dzieckiem



**W ogóle odpowiedzialność za czyjeś inne życie jest taką misją (...) wręcz wyzwaniem. Nie tylko z racji brania odpowiedzialności za kogoś innego, ale też wyzwaniem dla samego siebie, na zmiany nawyków i przyzwyczajień.**

Mężczyźni z dziećmi

## A jeśli dziecko będzie chore

Lęk związany ze zdrowiem dziecka towarzyszy znacznej większości badanych mężczyzn i jak sami przyznają, jest to emocja, z którą bardzo trudno sobie poradzić. Bardzo często towarzyszy mu poczucie braku kontroli i bezsilność. Mężczyźni obawiają się, czy dziecko urodzi się zdrowe i czy w trakcie porodu kobieta nie doświadczy żadnych komplikacji.

Obawy związane ze zdrowiem dziecka są wzmacniane przez negatywne doniesienia medialne oraz negatywne doświadczenia znajomych/członków rodziny.



**Po tym, co przeżyliśmy z drugim synem jak przyszedł na świat, no to dalej taki stempel z tyłu głowy jest, że nie daj Boże, niech coś się zadzieje jeszcze raz takiego samego, to już bym tego nie dźwignął chyba.**

Mężczyźni z dzieckiem

6.

# PARTNER JAKO WSPÓŁRODZIC



## Kobiety: równość, różnie definiowana

Większość kobiet – niezależnie od wieku i miejsca zamieszkania – oczekuje od partnerów nie tylko wsparcia emocjonalnego, ale również pełnoprawnego zaangażowania w opiekę nad dzieckiem od pierwszych dni życia. Partner powinien być rodzicem równorzędnym, nie pomocnikiem.

Najczęściej podkreślają to młode kobiety bez dzieci i mieszkanki dużych miast. Mówią o partnerstwie rozumianym jako wspólna odpowiedzialność za dziecko i dom. Nie godzą się na czasową zależność finansową w zamian za samodzielne „dźwiganie” opieki.

Kobiety z mniejszych miejscowości częściej mówią o wsparciu – to one pozostają głównymi opiekunkami, a partnerzy mają „pomagać”, „być obecni” i „wspierać w trudnych momentach”. To inny język, ale również sygnał przesuwającej się normy.



**Patrząc po znajomych, to widzę, że zaangażowanych mężczyzn jest dużo więcej niż kiedyś. Tym bardziej, że kobiety wracają do życia zawodowego i zarówno matka, jak i ojciec równo wychowują dziecko, nie tak jak w starszych pokoleniach.**

### Kobiety bez dzieci

## Mężczyźni: obecność, z ograniczeniami

Mężczyźni postrzegają ojcostwo jako doświadczenie formujące, nadające życiu nową jakość. To nie tylko troska o bezpieczeństwo materialne, ale również obecność emocjonalna, wspólna codzienność, bycie w relacji. Wielu podkreśla, że chce odejść od modelu ojca nieobecnego, znanego z własnego dzieciństwa. Partnerstwo staje się częścią definicji „dobrego ojcostwa” i oznacza dzielenie się obowiązkami, współodpowiedzialność za wychowanie.



**W dzisiejszych czasach mam wrażenie, że coraz ciężiej wychować dzieci. (...) Na razie to nie jest problem, bo dziecko ma pół roku, ale bardziej mi chodzi o te przyszłe lata. (...) To po prostu dzieci w tych czasach są przebodźcowane różnymi negatywnymi rzeczami w internecie i wszędzie. Ciężko nad tym wszystkim trzymać kontrolę. Ja też pewnie w przyszłości będę musiał się z tym zmierzyć, a nie wiemy, jaka przyszłość nas czeka.**

### Mężczyźni z dziećmi

Deklarowany wysoki poziom zaangażowania oznacza najczęściej: udział w przygotowaniach do narodzin (wyprawka, pokój), dowożenie partnerki do lekarza, nocne wstawanie, karmienie butelką, zmienianie pieluch, odwożenie dziecka do przedszkola, chodzenie

na wywiadówki. Jedynym momentem, w którym część mężczyzn się wycofuje, są narodziny dziecka. Wielu nie było obecnych przy porodzie – najczęściej z powodu własnych obaw lub decyzji partnerki.

Wielu badanych mężczyzn, zwłaszcza tych bez dzieci, choć deklaruje chęć opieki nad noworodkiem, zaznacza, że to matka – z powodów biologicznych i emocjonalnych (ciąża, karmienie piersią, lepsze „wyczucie” potrzeb dziecka) powinna mieć więcej zadań i więcej czasu spędzać z dzieckiem do 1. roku życia.

## Partnerstwo w deklaracjach, pomoc w praktyce

W praktyce to kobiety przejmują główną odpowiedzialność za opiekę nad dzieckiem oraz organizację życia rodzinnego w pierwszych miesiącach i latach jego życia.

Różne są poziomy zaangażowania ojców, ale najczęściej mają rolę wspierającą – zajmują się dzieckiem po powrocie z pracy, podejmują pojedyncze zadania, rzadko biorą odpowiedzialność za całość opieki czy koordynację.



**Mąż weźmie urlop – jeszcze to nie jest zaplanowane. Na pewno pierwszy tydzień. Jak on zrobi zakupy to już będzie dużo.**

**Kobiety w ciąży**

Część kobiet przyjmuje to bez emocji lub z rozczarowaniem – tłumacząc, że partner „dużo pracuje”, „jest zmęczony”, „nie ogarnia jak ja”. Inne przyznają wprost, że liczyły na coś innego. Kobiety bez wsparcia w najbliższym otoczeniu oraz te, dla których praca zawodowa ma duże znaczenie, częściej sygnalizują brak zgody na taki podział ról i potrzebę zmiany.



**Zrobiłam i zamroziłam 100 pierogów na czas po porodzie. Mąż musi coś jeść.**

**Kobiety w ciąży**

Konsekwencją takiego układu jest nierówne obciążenie obojga rodziców – zarówno fizyczne, jak i psychiczne. Kobieta pełni nie tylko rolę wykonawczynie, ale także menedżerki całego procesu opieki.

Dla wielu mężczyzn gotowość do wykonania prośby lub czekanie na sygnał od partnerki jest utożsamiane z zaangażowaniem. To nieświadome utrwalenie nierówności, nawet w związkach deklarujących „nowoczesne” podejście do rodzicielstwa.

Mamy tu do czynienia z obciążeniem mentalnym (*mental load*) związanym z planowaniem, organizacją i odpowiedzialnością za dobrostan dziecka, które najczęściej spoczywa na kobietach. Doświadczenie „partnerstwa w praktyce” po narodzinach dziecka nie musi przesądzać o decyzji o kolejnym dziecku, ale dla wielu kobiet stanowi punkt odniesienia.

## Ojcowski = rodzicielski

Dla większości par urlop ojcowski (2 tygodnie po porodzie) to jedyna znana i praktykowana forma urlopu przysługującego ojcu. Mężczyźni z niego korzystają, co postrzegane jest jako wyraz zaangażowania i wsparcia. Zarówno kobiety, jak i mężczyźni traktują go jako ważne i konieczne rozwiązanie ze względu na wyjątkowy, a zarazem trudny czas pierwszych dni i tygodni po porodzie. Jest to też forma społecznie akceptowana, większość uczestników i uczestniczek badania deklarowała przychylność i zrozumienie pracodawców dla takiego rozwiązania.

Urlop rodzicielski nie jest rozpatrywany jako narzędzie równości – ani przez kobiety, ani przez mężczyzn.

Choć formalnie jest dostępny dla obojga rodziców, w praktyce funkcjonuje jako domena matek. W badaniu historie o podzieleniu się urlopem należały do rzadkości. Co więcej, o takiej możliwości zwykle się w ogóle nie rozmawia.

Poza tym pary często nie wiedzą, jak można go rozdzielić, a mężczyźni nie zgłaszają takiej intencji. Częściej niż urlop rodzicielski pojawiał się urlop wychowawczy – jako sposób na przedłużenie obecności ojca z dzieckiem po wyczerpaniu urlopu ojcowskiego.



**Nie mogę liczyć na urlop męża, ten dwutygodniowy, bo mąż ma taką funkcję, że nie może sobie na to pozwolić [jest prezesem firmy].**

**Kobiety w ciąży**

## Niska znajomość terminologii i przepisów prawnych

Wielu rodziców nie rozróżnia typów urlopów ani zasad ich działania. Nie wszyscy wiedzą, jakie świadczenia przysługują przy samozatrudnieniu lub braku umowy o pracę.



**Mama będzie do mnie zaglądać. Mąż prowadzi działalność gospodarczą i nie ma szans na urlop, nie ma go w domu, nie odciąży mnie. Na jego barkach jest główny dochód.**

**Kobiety w ciąży**

## Dlaczego trudno o partnerską opiekę?

Dlaczego mimo deklaracji trudno o partnerską opiekę? Powody są złożone – od norm kulturowych, przez uwarunkowania systemowe, po emocje i relacje.

### Fizjologiczne

Choć różnice biologiczne, takie jak możliwość karmienia piersią, są realne, to mogą stać się podstawą do przypisania kobietom dominującej roli w opiece, również długo po ustaniu tych fizjologicznych uwarunkowań.

## Relacyjne i emocjonalne

---

Trudności kobiet z oddaniem kontroli nad opieką. Zjawisko określane jako *maternal gatekeeping* – obawa, że partner „nie zrobi tego dobrze”, prowadząca do ograniczenia mu przestrzeni w działaniu.

---

Potrzeba bliskości z dzieckiem. Przekonanie, że stała codzienna obecność matki w pierwszych miesiącach życia jest kluczowa dla jego rozwoju i budowania więzi.

---

## Instytucjonalne i systemowe

W wielu firmach kultura organizacyjna nie zachęca ojców do korzystania z urlopów rodzicielskich. Urlopy ojcowskie nie są problemem. Sytuacja komplikuje się przy dłuższych urlopach rodzicielskich. Niska wiedza o możliwościach dzielenia urlopów rodzicielskich. Wiele uczestniczek i uczestników badania nie wiedziało o takiej opcji lub nie sprawdzało, na czym dokładnie polega. Utrudniony jest również dostęp do urlopów dla osób prowadzących działalność gospodarczą.

## Normy społeczne i kulturowe

Silne przekonanie, że to matka jest „naturalną opiekunką”, a ojciec zapewnia środki do życia. Społeczna presja i wzorce z otoczenia („dziecko potrzebuje matki”). Pozycjonowanie pracy kobiet jako mniej istotnej. To one muszą rezygnować czy iść na kompromisy, nie partner. Kobiety – zarówno z mniejszych miejscowości, jak i z dużych miast – często zakładają, że w razie potrzeby to właśnie one zrezygnują z pracy zawodowej, by zająć się dzieckiem lub rodziną. Nawet jeśli praca daje im satysfakcję i jest dla nich ważna.

## Ekonomiczne

Różnica w wynagrodzeniach i stabilności zawodowej (wyższe stanowisko, charakter zatrudnienia). Kobiety częściej rezygnują z pracy, bo „bardziej opłaca się, żeby to one zostały z dzieckiem”.

## Praktyki codzienne

Brak języka i modelu obecności ojca w opiece nad dzieckiem (np. „pokój matki i dziecka”). Przestrzenie fizyczne i społeczne funkcjonują z myślą o matkach, nie ojcach – od «pokojów matki i dziecka» po nieformalne grupy wsparcia i wspólnoty macierzyńskie. W narracjach ojców pojawiało się uczucie dyskomfortu związanego z przebywaniem w miejscach uznawanych za przestrzeń matek. Pojawiało się uczucie dyskomfortu związanego z przebywaniem w miejscach uznawanych za przestrzeń matek.

# 7.

## RODZICIELSTWO A RYNEK PRACY



W przeprowadzonych badaniach widać różnice w postrzeganiu wpływu rodzicielstwa na pracę między kobietami i mężczyznami.

Kobiety często przygotowują się na scenariusz obrony: jak zabezpieczyć swoją pozycję, jak uprzedzić trudności, jak ochronić się przed potencjalną utratą zatrudnienia.

Mężczyźni myślą raczej o tym, jak połączyć opiekę z dotychczasowym trybem pracy, zakładając, że ich pozycja zawodowa nie zostanie zakwestionowana.



**Wiadomo, że chciałoby się spędzać więcej czasu, ale tak wygląda życie pewnie wszystkich ludzi. Ktoś musi pracować, nie mogą być dwie osoby na zwolnieniu, bo się dziecko urodziło. A ja angażuję się na tyle na ile mogę. I dajemy radę.**

**Mężczyźni z dziećmi**

## Wykształcenie i praca = inwestycja

Kobiety bez dzieci, zwłaszcza te z wyższym wykształceniem, traktują pracę nie tylko jako źródło dochodu, ale przede wszystkim jako przestrzeń rozwoju, samorealizacji i zdobywania doświadczeń, które mają zapocentrować w przyszłości.

Wykształcenie i pierwsze doświadczenia zawodowe to dla nich inwestycja. Dążą do osiągnięcia „mocnej” pozycji na rynku pracy, której nie zagrozi ciąża i urodzenie dziecka.

Część uczestniczek badania, przed decyzją o dziecku chciało zrealizować konkretny cel zawodowy – zakończyć projekt, uzyskać awans lub objąć wyższe stanowisko.



**Pracowałam na różnych stanowiskach i doszłam do kierownika. I stwierdziłam, że to jest odpowiedni moment, w którym mogę sobie pozwolić, żeby realizować plan ciąży.**

**Kobiety w ciąży**

## Realia rynku pracy dyktują strategię

Kobiety mają poczucie, że już sam fakt bycia kobietą w wieku rozrodczym działa na ich niekorzyść przy rekrutacjach czy awansach. Ewentualna decyzja o dziecku tylko ten efekt wzmacnia. Kobiety uczą się więc funkcjonować w logice „najpierw kariera, potem rodzina” nie tylko z własnej woli, ale z potrzeby adaptacji do reguł rynku pracy.

## Niechęć do straty

Kobiety nie chcą rezygnować z dotychczasowego poziomu komfortu – np. podróży, rozrywek, dbania o siebie. Nie chcą by macierzyństwo było wyborem między potrzebami kobiety a potrzebami dziecka.



**Moim największym priorytetem jestem ja. Najwięcej czasu poświęcam na to, żeby czuć się dobrze sama ze sobą i odkrywać to czego chcę w życiu. To sprawia, że jestem szczęśliwa, że czuję się spełniona. Na drugim miejscu stawiam moją karierę, bo bardzo ważne jest dla mnie, żeby się rozwijać zawodowo.**

**Kobiety bez dzieci**

## Stres wokół komunikacji o ciąży

Dla wielu kobiet moment poinformowania pracodawcy o ciąży to jedno z najbardziej stresujących doświadczeń zawodowych. Lęk przed oceną, utratą stanowiska, przyszłych możliwości awansu, a nawet przed wykluczeniem – towarzyszy zwłaszcza osobom o krótkim stażu pracy, zatrudnionym na umowy czasowe czy w małych firmach, ale nie omija też kobiet z długim stażem pracy i stabilną pozycją zawodową. Pojawiają się pytania: „Czy nie uznają, że zawiodłam?”, „Czy nie będą rozczarowani?”.

Kobiety często relacjonują, że komunikacji tej towarzyszy napięcie, wahanie co do momentu i sposobu przekazania informacji, a nawet poczucie winy. Obawiają się, jak ich sytuacja wpłynie na zespół i czy zostaną odebrane jako osoby w pełni zaangażowane w pracę. Starają się udowodnić, że kontrolują sytuację i są odpowiedzialne. Nierzadko próbują „odpracować” swoją decyzję jeszcze zanim odejdą na urlop – przyspieszając zadania, deklarując większe zaangażowanie, udowadniając, że „ciąża nic nie zmienia”.



**My rodzimy te dzieci, chcemy dać z siebie 100%, żeby (...) wrócić do tej pracy, a w tle są te obawy, że może nie, może za długo ten urlop, kolejne dziecko, może mnie zdegradują, a wszyscy dostali awans przez 2 lata, czy mi to wyrównają.**

**Kobiety w ciąży**

Jednocześnie warto podkreślić, że pracodawcy – nawet ci działający w dobrej wierze – często nie są przygotowani do przyjęcia tej informacji. Brakuje im wiedzy na temat przepisów, ale też kompetencji miękkich: jak przeprowadzać rozmowę o planach rodzicielskich, jak budować atmosferę bezpieczeństwa. W efekcie, zamiast wsparcia, kobiety niejednokrotnie spotykają się z unikaniem rozmowy czy protekcyjnymi reakcjami, które tylko pogłębiają ich niepewność.

## Umowa o pracę na czas nieokreślony

Umowa o pracę – zwłaszcza na czas nieokreślony – jest postrzegana jako podstawowy gwarant stabilizacji i możliwość zabezpieczenia rodziny.

Niektóre kobiety rezygnują z bardziej rozwojowych, ale niestabilnych projektów, by zdobyć zatrudnienie gwarantujące świadczenia.

Umowy o pracę na czas określony i umowy zlecenia (nawet z tzw. „pełnym ZUSem”) nie dają kobietom poczucia stabilizacji. Zmuszają do kalkulacji,

jak „wpisać” ciążę w okres trwania umowy, co dodatkowo zwiększa stres związany z decyzją o rodzicielstwie.



**Ta decyzja (o dziecku) była obopólna. Czas, kiedy to zrobić, to kalkulacja pomiędzy zwolnieniami, pomiędzy urlopem macierzyńskim. Także to wszystko było przekalkulowane, tak żeby miało finansowe podparcie. Jesteśmy zdrowi, także można było to wyliczyć bardzo dobrze.**

#### Mężczyźni z dziećmi

Wiele kobiet miało negatywne doświadczenia związane z rozwiązaniem umowy w momencie ciąży lub nieprzedłużeniem jej po zakończeniu okresu próbnego.



**Jak byłam w pierwszej ciąży, moja umowa została rozwiązana z dniem porodu. Musiałam zaczynać od zera po macierzyńskim. A wiadomo, przecież przez rok kobieta jest z dzieckiem, więc... Jak ktoś ma bardzo duże samozaparcie, żeby się rozwijać i robić coś więcej, to może się udać. Ale to koszmarnie trudne.**

#### Kobiety w ciąży

## W czasie ciąży: między lojalnością a lękiem

### Brak standardów rodzi stres

W mniejszych firmach brakuje jasnych procedur, a korzystanie z przysługujących praw zależy często od dobrej woli przełożonego. Kobiety rzadko znają pełen katalog swoich uprawnień – zarówno tych dotyczących organizacji pracy w ciąży, jak i tych związanych z późniejszym powrotem do pracy. Brakuje źródeł rzetelnej informacji, a wiele decyzji podejmowanych jest intuicyjnie, w oparciu o zasłyszane historie i niepewne interpretacje przepisów.

Nie oznacza to, że doświadczenia są jednoznacznie negatywne – niektóre kobiety wspominają otwartość i wsparcie ze strony zespołu oraz możliwość dostosowania zadań do ich możliwości. Niemniej, nawet w tych przypadkach, ciąży towarzyszy ukryty stres: „czy nie zostanę zapamiętana jako problem?”, „czy po powrocie będę mieć gdzie wrócić?”, „czy nie zostanę pominięta przy awansach?”. Te pytania rzadko padają wprost, ale pozostają w tle niemal każdej decyzji zawodowej podejmowanej w tym czasie. Dla wielu kobiet moment poinformowania pracodawcy o ciąży to jedno z najbardziej stresujących doświadczeń zawodowych. Lęk przed oceną, utratą stanowiska, przyszłych możliwości awansu, a nawet przed wykluczeniem – towarzyszy zwłaszcza osobom o krótkim stażu pracy, zatrudnionym na umowy czasowe czy w małych firmach, ale nie omija też kobiet z długim stażem pracy i stabilną pozycją zawodową.

W małych i średnich firmach, zwłaszcza w sektorze usług, gdzie stanowiska są silnie związane z indywidualnymi umiejętnościami,



**W mojej firmie (...) nie patrzą pozytywnie na osoby, które idą na macierzyński. Po niektórych zwolnieniach pojawiały się wypowiedzenia. Mówię, że na razie chcę pracować, więc było to zaskoczenie, ale zostało to pozytywnie odebrane. Mam nadzieję, że po macierzyńskim będę miała gdzie wrócić.**

#### Kobiety w ciąży

relacjami z klientami i trudne do zastąpienia (np. fryzjerka, dentystka), kobiety często odczuwają większą presję na kontynuowanie pracy w dotychczasowym zakresie i szybki powrót do pracy po urodzeniu dziecka. Brak elastyczności i udogodnień dla kobiet w ciąży w tych miejscach potęgują stres związany z decyzją o dziecku.

W dużych firmach i instytucjach publicznych (urzędach) częściej funkcjonują uregulowane standardy, które ułatwiają organizację pracy podczas nieobecności pracownicy. Dzięki temu zastępstwo jest łatwiejsze, a kobiety odczuwają mniejszą presję w związku z macierzyństwem i informowaniem pracodawcy o ciąży.

## Po porodzie: godzenie ról, wybory i zmiany

Młode matki, które chcą być aktywne zawodowo, przyznają, że po porodzie zmienia się sposób myślenia o sobie i pracy – niektóre wartości tracą na znaczeniu, inne zyskują.



**Teraz planuję urlop macierzyński i nie wiem, czy po nim od razu wrócę, czy zostanę dłużej z dzieckiem. Chciałam zrobić tak, żeby mieć ten wybór, że jak będę chciała i dziecko mi na to pozwoli, to wrócę do pracy, ale jak nie będę chciała i pochłonie mnie to macierzyństwo, to będę miała możliwość zostać.**

#### Kobiety w ciąży

W wielu narracjach pojawia się napięcie: z jednej strony kobieta chce „nie wypaść z obiegu”, wrócić do pracy, utrzymać relacje zawodowe i kontynuować rozwój. Z drugiej – odczuwa trudność w oddzieleniu się od dziecka, z którym przez wiele miesięcy była niemal nierozłącznie związana. Decyzja o powrocie do pracy nierzadko wywołuje poczucie winy, zwłaszcza jeśli dziecko ma pójść do żłobka lub być pod opieką opiekunki, a wokół brakuje pozytywnych wzorców podziału obowiązków między partnerów.

Kobiety różnie radzą sobie z tą sytuacją. Część akceptuje trudniejszą ścieżkę zawodową – rezygnując z bardziej wymagających, ale i rozwijających ról na rzecz pracy mniej stresującej, bardziej przewidywalnej i „blisko domu”. Inne traktują czas urlopu macierzyńskiego jako moment przełomowy – rozpoznając swoje nowe potrzeby, decydują się na zmianę pracodawcy, branży lub otwarcie własnej działalności gospodarczej. To nie zawsze są wybory łatwe – częściej są wynikiem kalkulacji i konieczności niż spełnienia zawodowych marzeń.

Powrót do pracy budzi też konkretne obawy: Czy stanowisko zostało utrzymane?



Czy zespół mnie pamięta? Czy nadrobię zaległości? Czy moje dziecko poradzi sobie beze mnie? W relacjach kobiet wybrzmiewa świadomość, że aby funkcjonować zawodowo, potrzebują solidnego zaplecza – zarówno w pracy (otwartości przełożonych, realistycznych oczekiwań), jak i w domu (współodpowiedzialności partnera, dostępnej opieki nad dzieckiem).

Powrót do pracy po urodzeniu dziecka to dla wielu kobiet moment zderzenia ambicji, potrzeb i ograniczeń – emocjonalnych, organizacyjnych i systemowych.



**W mojej firmie (...) nie patrzą pozytywnie na osoby, które idą na macierzyński. Po niektórych zwolnieniach pojawiały się wypowiedzenia. Mówię, że na razie chcę pracować, więc było to zaskoczenie, ale zostało to pozytywnie odebrane. Mam nadzieję, że po macierzyńskim będę miała gdzie wrócić. Bo spędza mi to sen z powiek. Tym bardziej że podjęłam się studiów, a czesne też jest horrendalne.**

*Kobiety w ciąży*

## **Wiedza o prawach i praktyka ich stosowania**

Kobiety uczestniczące w badaniu – niezależnie od etapu życia – rzadko deklarowały znajomość szczegółowych

przepisów dotyczących ochrony pracy w ciąży, uprawnień urlopowych czy elastycznych form zatrudnienia. Wiedza na temat praw pracowniczych była zazwyczaj fragmentaryczna, intuicyjna i oparta na zasłyszanych historiach, forach internetowych lub pojedynczych rozmowach ze znajomymi.

Respondentki w większości mają świadomość, że w ciąży nie mogą dźwigać ciężarów bądź pracować na zmianie nocnej, a po urodzeniu dziecka przysługują im przerwy na karmienie. Wiedzą, że istnieją dni wolne na opiekę nad dzieckiem i że ciężarnej nie można zwolnić, jeśli ma umowę o pracę na czas nieokreślony. Mają świadomość, że umowa na czas określony albo na okres próbny (przekraczający jeden miesiąc), która uległaby rozwiązaniu po upływie trzeciego miesiąca ciąży, ulega przedłużeniu do dnia porodu.



**Na onboardingu miałam właśnie bardzo taki szeroki panel o tym, jak szanowane są prawa kobiet w ciąży w organizacji. I od początku byłam świadoma tego, na co mogę liczyć, jak to wygląda, jak to jest postrzegane.**

#### Kobiety z dziećmi

Rzadko natomiast mają wiedzę na temat praw, które przysługują po powrocie z urlopu – dotyczy m.in. ochrony pracownika opiekującego się dzieckiem do 8. roku życia czy przysługującej możliwości elastycznej organizacji pracy dla pracownika mającego dziecko do 8. roku życia (w tym pracy zdalnej czy obniżenia wymiaru etatu gwarantującego 12 miesięczną ochronę przed

zwolnieniem). Pojawiały się kobiety, które nie miały świadomości, że urlop na chore dziecko przysługuje również mężczyźnie.

Kobiety zwracają uwagę na to, że zapisy Kodeksu Pracy funkcjonują w wielu miejscach pracy w teorii – w praktyce pracodawcom udaje się je skutecznie ominąć – przykładem jest umiejętnie argumentowana likwidacja miejsca pracy celem zwolnienia kobiety wracającej po urlopie macierzyńskim.

Dostęp do kompleksowej informacji na temat rozwiązań wspierających kobiety w ciąży oraz oferta konkretnych rozwiązań to rzadkość i dotyczy głównie dużych korporacji.

Nieliczne badane – najczęściej te zatrudnione w większych firmach lub instytucjach – miały dostęp do przejrzystych informacji, np. w formie dokumentów HR, szkoleń czy rozmów z działem kadr.

Sam fakt istnienia przepisów nie gwarantuje ich skuteczności. O możliwości korzystania z nich, decyduje nie tylko ich wiedza i formalna dostępność, ale również kultura organizacyjna, relacje z przełożonym i klimat wokół macierzyństwa w miejscu pracy.

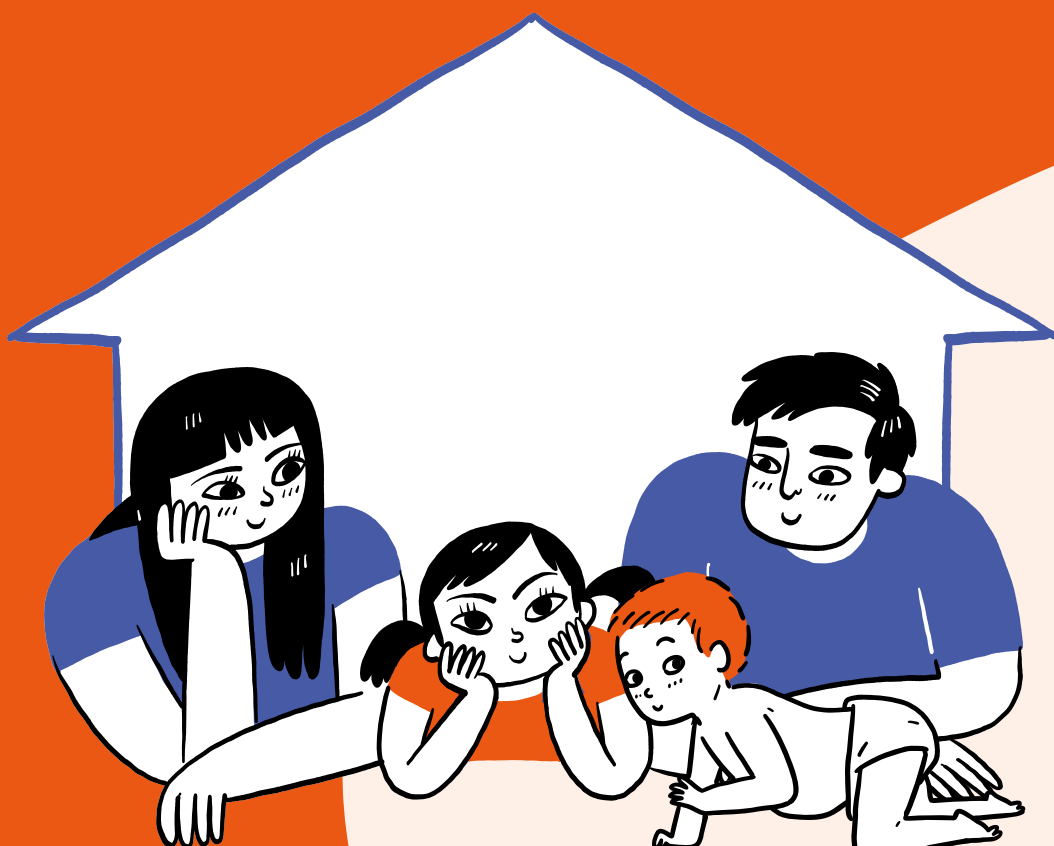


**Niby to jest państwówka, ale sama muszę. Tu nie ma tak, że mi powiedzą.**

#### Kobiety w ciąży

8.

**WŁASNE „M”  
CZY WYNAJEM?  
ZNACZENIE  
WARUNKÓW  
MIESZKANIOWYCH  
DLA RODZICIELSTWA**



## Własne miejsce do życia – fundament rodziny

Jedną z głównych barier i obaw bytowych oraz materialnych, na które wskazali badani – zarówno kobiety jak i mężczyźni – były warunki mieszkaniowe. Posiadanie własnego mieszkania/ domu stanowiło jeden z kluczowych czynników warunkujących decyzję o pierwszym dziecku. Podobnie było w przypadku czynników warunkujących decyzję o (kolejnym) dziecku.



**Myślę, że ta stabilizacja życia pod kątem mieszkania i pracy w zupełności wystarczyła, żeby podjąć decyzję, że jesteśmy w tym momencie gotowi na dziecko.**

### Mężczyźni z dziećmi

Respondenci wskazali na posiadanie własnościowego mieszkania/ domu.

We wszystkich grupach badanych – niezależnie od etapu życia rodzinnego – temat mieszkania pojawia się jako kluczowy element wpływający na decyzje o dziecku. Wynajem nie zapewnia oczekiwanego poczucia bezpieczeństwa, a wręcz przeciwnie – często budzi niepewność i lęk o przyszłość.



**Dlatego dużo kobiet w naszym wieku jeszcze nie zdecydowało się na dziecko, bo cały czas dążymy do tego, żeby nasze zarobki były na takim poziomie, żeby móc odsapnąć, jak pojawi się dziecko, poświęcić mu wystarczającą ilość czasu i mieć już poukładane życie, przynajmniej pod względem zawodowym i mieszkaniowym.**

### Kobiety bez dzieci

Znaczna większość badanych mężczyzn silnie utożsamiała rolę ojca z byciem głową rodziny, jej trzonem. Samodzielne mieszkanie (bez teściów/rodziców) daje im niezależność pod względem układania relacji z partnerką w nowej sytuacji (pojawienia się dziecka), czy sposobu wychowywania bez ingerowania osób trzecich. We własnej przestrzeni mężczyźni mogą czuć się swobodnie, nie są również uzależnieni od relacji z rodzicami/ teściami.

Sytuacje, takie jak mieszkanie z rodzicami, są dziś uznawane za sytuację przejściową lub ostateczność. Niezależność i własna przestrzeń stały się podstawą planowania rodziny.



**Dla mnie to jest podstawa, żeby mieć swój kącik z mężem. Nie wyobrażam sobie mieszkać u rodziców.**

**Kobiety w ciąży**

Potrzebna przestrzeń życiowa to nie „pokój kątem u rodziców,” lecz własne mieszkanie zapewniające komfort wszystkim członkom rodziny.



**Wynajmujemy teraz mieszkanie. Odkładaliśmy pieniądze, musimy powiększyć metraż, bo będzie ciężko przy trójce. Mamy działkę budowlaną, więc tam zaczynamy już jakby z kopyta.**

**Kobiety w ciąży**



**Własne jest o tyle ważne, że jeśli wynajmuje mieszkanie, to w każdej chwili właściciel może przyjść i mnie z niego wyrzucić. Myślę, żeby tak naprawdę, jeśli przykładowo miało być to pierwsze dziecko, no to jak mamy kawalerkę, to nie jest jeszcze jakaś tragedia, ale jakbyśmy chcieli mieć przykładowo dwójkę dzieci, to ważne, żeby tak naprawdę to mieszkanie miało przynajmniej te 70–80 metrów, żeby jedno i drugie dziecko, jak będą starsze, miało też swój pokój.**

**Mężczyźni bez dzieci**

mieszkania lub domu. Kluczowa jest dla nich gwarancja długoterminowego wynajmu dla młodych rodziców, a najlepiej dopłaty do kredytów na zakup własnej przestrzeni (dopłaty, które nie powodowałyby jednocześnie wzrostu cen na rynku).

## **Potrzeba wsparcia w „zdobyciu” mieszkania**

Jednym z aspektów wsparcia w stabilizacji życiowej – w opinii badanych kobiet – jest wsparcie finansowe i rzeczowe. Kobiety przed narodzinami dziecka pragną stabilności, którą wiążą m.in. z posiadaniem własnego zaplecza bytowego w postaci

# 9.

## BEZPIECZEŃSTWO ZDROWOTNE A DECYZJA O RODZICIELSTWIE



Zdrowie oraz jakość opieki zdrowotnej to jedne z kluczowych czynników wpływających na decyzje prokreacyjne kobiet oraz ich doświadczenia w okresie ciąży i wychowywania małych dzieci. W poszczególnych grupach kobiet wyraźnie wyłaniają się odmienne potrzeby, oczekiwania i bariery – nie tylko w aspekcie fizycznym, ale też emocjonalnym, organizacyjnym i systemowym.

Jednakże wspólnym mianownikiem dla wszystkich grup badanych kobiet jest ich bezpieczeństwo zdrowotne. Chociaż mężczyźni obawiają się o zdrowie dziecka, to w ich narracji nie pojawia się podejmowanie działań profilaktycznych np. wykonanie badań prenatalnych.

Obawa o zdrowie dziecka (na etapie ciąży i po narodzinach) jest silna i wynika z medialnych przekazów, doświadczeń osób bliskich bądź własnych doświadczeń z pierwszym dzieckiem. Mężczyźni bardziej skupiali się na własnych działaniach: aktywny tryb życia, który ich zdaniem przekłada się na zdrowie przyszłego dziecka, kontrolne badania morfologiczne, lub opieka lekarza specjalisty w przypadku przewlekłych chorób. To kobiety są bardziej świadome możliwości dbania o swoje i dziecka zdrowie.

## Zaostrzenie prawa aborcyjnego

Respondentki otwarcie mówią o ogromnym wpływie zmian prawnych na ich emocje. Brak możliwości legalnego przerwania ciąży w przypadku ciężkich wad letalnych płodu budzi ogromny strach. Pojawia się lęk przed „byciem zmuszoną do donoszenia śmiertelnie chorego dziecka”, a także brak zaufania do lekarzy, którzy – obawiając się odpowiedzialności prawnej – mogą opóźnić reakcję w przypadku powikłań. Ten strach prowadzi do większego zainteresowania prywatną opieką prenatalną lub planowaniem porodu za granicą.

## Problem niepłodności i in vitro

Coraz więcej kobiet otwarcie mówi o trudnościach z zajściem w ciążę. Podkreślają, że mimo starań przez wiele miesięcy lub lat, nie otrzymują odpowiedniego wsparcia systemowego. Szczególną frustrację budził brak refundacji procedury in vitro. Koszty leczenia niepłodności (bez refundacji) – zarówno farmakologicznego, jak i zabiegowego – są dla wielu zaporowe. Dodatkowo, in vitro wciąż jest w Polsce silnie upolitycznione i otoczone społeczną stygmatyzacją, co budzi niepokój i zniechęca część kobiet do szukania pomocy.

## Wybór między NFZ a usługami prywatnymi

Dla wielu respondentek ciąża oznacza konieczność łączenia opieki państwowej i prywatnej. Z perspektywy badanych NFZ zapewnia jedynie podstawowe badania, z ograniczoną dostępnością do nowoczesnej diagnostyki. Kobiety z większymi możliwościami finansowymi decydują się na prywatne prowadzenie ciąży, ponieważ czują się tam bezpieczniej i pod dobrą opieką.

## Kobiety bez dzieci: zdrowie jako warunek

Świadomość zdrowotna i prewencja są kluczowe. Kobiety bezdzietne, rozważające macierzyństwo, traktują własne zdrowie jako jeden z głównych czynników warunkujących decyzję o dziecku. Świadomość konieczności wykonania badań – hormonalnych, ginekologicznych, endokrynologicznych – jest wysoka. Wypowiedzi badanych wskazują, że chcą „uregulować sprawy zdrowotne” zanim podejmą decyzję o ciąży.

W opinii respondentek, które nie posiadają jeszcze dzieci ciąża, poród, połóg i karmienie kobiet źródłem wielu niepewności. Najczęściej te rozmówczynie deklarowały lęk przed urodzeniem chorego dziecka. Badane przekonują, że medialne doniesienia o nieuleczalnie chorych dzieciach i jakości ich życia (oraz ich rodziców) działają na nie paraliżująco. Temat ten ma też swoje odniesienie do zmian w prawie aborcyjnym, które wykluczają przerwanie ciąży w przypadku trwale uszkodzonego/nieuleczalnie chorego płodu, a nawet zagrożenia utraty życia przez matkę. Rozmówczynie deklaruja, że tak sformułowane prawo wpływa negatywnie na ich poczucie bezpieczeństwa i poczucie zaopiekowania przez system ochrony zdrowia.



**Przełądam sieć i co chwilę widzę zbiórki i przez to wiele kobiet odsuwa macierzyństwo, bo boją się, bo jeżeli nie chciałyby utrzymać tej ciąży, nie chcą narazić siebie i tego dzieciątka, które może umrzeć w czasie ciąży czy od razu po urodzeniu, to nie są w stanie nic z tym zrobić. Nawiguję do tematu aborcji.**

### Kobiety bez dzieci

Dodatkowo respondentki często wspominają o lęku związanym z cierpieniem podczas porodu oraz potencjalnymi jego komplikacjami natury medycznej. Kolejnym wyzwaniem jest połóg, o którym, jak zwracają uwagę badane młode kobiety, wciąż mówi się zbyt mało. Przyszłe matki oraz ich partnerzy nie są przygotowani na to, co będzie się działo z ciałem i emocjonalnością kobiety po porodzie.

Ważnym aspektem w opinii większości rozmówczyń jest obawa przed utratą po porodzie dotychczasowej atrakcyjności fizycznej.

Prawie wszystkie badane kobiety nieposiadające dzieci mówiły, że na etapie planowania ciąży niezwykle ważna jest przejrzysta ścieżka diagnostyczna i konsultacyjna, w tym informacje na temat ważnych etapów ciąży oraz sprawdzenie stanu zdrowia i dostęp do badań diagnostycznych zarówno dla nich, jak i dla ich partnerów.

## Kobiety w ciąży: zdrowie jako źródło niepokoju

Wszystkie respondentki będące w ciąży podkreślały, że świadomość ewentualnych chorób lub obciążeń zyskuje na znaczeniu w czasie trwania, a nawet na etapie planowania ciąży. Znaczna część respondentek przygotowując się do podjęcia decyzji o macierzyństwie sprawdzała stan swojego zdrowia i zachęcała do badań diagnostycznych swoich partnerów.

Badane kobiety w ciąży deklarowały, że zdecydowanie najwięcej obaw – zarówno przed, jak i w trakcie ciąży – dotyczy zdrowia dziecka i własnego, w tym ryzyka komplikacji genetycznych (brak gwarantowanej, nieodpłatnej lub niskopłatnej opieki zdrowotnej w przypadku chorób czy niepełnosprawności dziecka), błędów medycznych oraz niskiego standardu publicznej opieki zdrowotnej (brak zainteresowania lekarzy, niskie kompetencje, braki sprzętowe, długie terminy oczekiwania na usługi). Kobiety, aby zmniejszyć lęk, często decydują się m.in. na prywatną opiekę medyczną, prowadzenie ciąży przez zaufanych lekarzy, ale też na podwójne wizyty (np. podwójne USG „połówkowe”) czy dodatkowe

badania diagnostyczne, ponieważ nie ma możliwości bezpłatnego zrobienia badań prenatalnych NIPT (nieinwazyjnych) oraz wiedzy o tym, że przysługują badania przesiewowe wszystkim kobietom w ciąży. Co oczywiste wiąże się to z kosztami i wysiłkiem (np. znalezienia zaufanego lekarza czy dobrego szpitala). Kolejnym źródłem stresu dla respondentek jest także moment porodu – strach przed bólem, konsekwencjami fizycznymi oraz nieprzyjazną postawą personelu medycznego (np. niemożnością nawiązania relacji i zakomunikowania swoich potrzeb). Silna jest także obawa o to, co niekontrolowane – błąd lekarski, niespodziewane i awaryjne sytuacje.

W obliczu takich ewentualnych doświadczeń dla badanych kobiet ważne jest finansowe zabezpieczenie rodziny i oszczędności. Dodatkowo bardzo często respondentki, które posiadają już starsze dzieci i doświadczenie poprzednich ciąż, podkreślały, że wcześniejsze ciążowe oraz negatywne kontakty z systemem ochrony zdrowia potęgują ich obawy i poczucie zagrożenia w obecnej ciąży. W tym kontekście rozmówczynie wspominają poczucie przedmiotowego traktowania przez personel medyczny oraz historie znajomych.

## Opieka okołoporodowa

Dla kobiet ważny jest wybór ginekologa. Kluczowe w tym zakresie są rekomendacje znajomych kobiet oraz zatrudnienie lekarza prowadzącego ciążę w szpitalu, w którym planują rodzić dziecko.

Rozmówczynie, zwłaszcza te z mniejszych miejscowości i wsi, mają utrudniony dostęp do specjalistów i badań (np. doświadczenie wielogodzinnego oczekiwania w kolejce w przychodni czy brak zapisów telefonicznych i konieczność oczekiwania w kolejce od wczesnych godzin rannych). Wpływa to nie tylko negatywnie na komfort pacjentek, ale jest też barierą dla korzystania z publicznej opieki zdrowotnej przez kobiety

aktywne zawodowo. Kobiety w ciąży przywoływały przykłady uznaniowego zlecenia różnych badań laboratoryjnych i diagnostycznych przez lekarzy. Chciałyby, aby funkcjonował standardowy zestaw badań dla kobiet w ciąży, który otrzymają niezależnie od wybranego lekarza.

Podobnie jak w przypadku lekarza prowadzącego, osoba położnej jest kluczowa dla zapewnienia poczucia bezpieczeństwa podczas porodu. Kobiety potrzebują relacji opartej na zaufaniu, zależy im na osobach empatycznych, wrażliwych na potrzeby kobiet.

Źródłem lęku są krążące wśród kobiet i w Internecie historie o położnych, które za wszelką cenę dążyły do porodu siłami natury, kosztem zdrowia i komfortu rodzących.



**Mam 35 lat. 7 lat temu rodziłam, miałam bardzo dramatyczny poród, przez to zwolniłam z decyzją o drugim dziecku, bo musiałam sobie przepracować ten poród. I też obawa o wiek, bo badania, które robiłam niedawno, wyszły źle, mówię o teście PAPP-A i dostaliśmy zalecenie: albo zrobimy amniopunkcję albo wykupimy sobie dodatkowe badania, nierefundowane i wykupiliśmy sobie te dodatkowe badania.**

### Kobiety w ciąży

Wiedza i wsparcie położnej środowiskowej są potrzebne i doceniane także na etapie ciąży (mogą być alternatywą dla szkoły rodzenia). Wydaje się, że to nie do końca wykorzystany potencjał. Kobietom nie zawsze było łatwo znaleźć informacje o kompetencjach tych

osób. Nie zawsze wiedziały też, jak dotrzeć do konkretnej, polecanej osoby.

Plan porodu jest doceniany przez kobiety, które miały okazję z niego skorzystać. Zwiększa wiedzę, pomaga radzić sobie z napięciem. Niestety wiele rozmówczyń nie otrzymało planu porodu lub był on fikcją, to znaczy został przekazany jako gotowy dokument bez komentarza. Lekarz prowadzący ciążę często nie informuje o takiej możliwości, a kobiety dowiadują się o nim przypadkiem z Internetu lub już na sali porodowej.



**Nasze mamy nie zdradzały takich szczegółów, więc wyobrażenia miałam jak z filmów – sztywne i stresujące. Plan porodu pozwala mi podejść do tego bardziej na luzie, bo wiem, że mogę mieć wpływ na to, co się dzieje, i że to może być pozytywnym doświadczeniem.**

#### Kobiety w ciąży

Rozmówczynie, które uczęszczały do szkoły rodzenia, podkreślały jej istotne znaczenie w zwiększaniu wiedzy na temat przebiegu porodu i opieki nad dzieckiem, co zmniejszało lęk przed nową sytuacją. Mówiły również, że dzięki szkole rodzenia ich partnerzy dowiadawali się o tym, jak ważne jest wsparcie emocjonalne młodej matki.

Respondentki deklarowały, że priorytetem jest dla nich wybór szpitala, a dokładniej unikanie szpitali, w których panuje nacisk na naturalne porody. Kobiety chcą czuć się podmiotowo, chcą by ich potrzeby były traktowane poważnie. Chętniej wybierają nawet dalej położony szpital, ale z dobrą opinią. W przypadku

zagrożonych ciąż zwracają również uwagę na stopień referencyjności placówki.

Doradztwo laktacyjne, w opinii rozmówczyń, jest istotnym zapleczem dla kobiet, które zostały mamą po raz pierwszy. Empatyczne podejście do „świeżo upieczonej” mamy i wsparcie położnej laktacyjnej jest praktyczną pomocą w sytuacji rozpoczęcia karmienia piersią noworodka, ale także zmniejsza poczucie bezradności i stresu kobiety w tym ważnym momencie.



**Jako kobiety jesteśmy zaniedbane przez system. Często brakuje nam świadomości, że możemy iść do fizjoterapeuty uroginekologicznego czy skorzystać ze wsparcia psychologa. W pierwszym okresie po narodzinach dziecka kobiety skupiają się na dziecku, zapominając o sobie. Badania dotyczące zdrowia matki powinny być standardem – tak samo, jak mamy określone badania w ciąży.**

#### Kobiety w ciąży

Kwestia zdrowia psychicznego i wsparcia kobiety po porodzie ma kluczowe znaczenie dla komfortu jej życia, relacji z dzieckiem, partnerem i ogólnie otoczeniem. Wiele uczestniczek badania będących w kolejnej ciąży miało doświadczenie różnych kryzysów psychicznych związanych z urodzeniem dziecka, a większość kobiet miała w otoczeniu kogoś z taką historią. Podkreślały one potrzebę łatwego dostępu do pomocy specjalistów, którzy mogą wspomóc kobiety w okresie poporodowym

(np. psycholog, psychoterapeuta, fizjoterapeuta uroginekologiczny), aby poprawić ich poczucie bezpieczeństwa w tym czasie.

## Kobiety z małymi dziećmi: zdrowie dziecka w centrum, własne zdrowie w cieniu

Po porodzie uwaga kobiet skupia się na dziecku. Respondentki przyznają, że własne zdrowie często schodzi na dalszy plan. Rzadko wracają do badań ginekologicznych, nie korzystają z konsultacji psychologicznych, a dolegliwości poporodowe (np. nietrzymanie moczu, depresja) są bagatelizowane. Przyczyną są zarówno brak czasu, jak i brak dostępnych usług poporodowych.

Badane młode mamy podkreślały, że macierzyństwo całkowicie dekonstruuje wcześniejsze priorytety życiowe, w kontekście zdrowia również. Teraz są skoncentrowane na codziennym wykonywaniu swoich zadań związanych z dzieckiem, a ich troski dotyczą głównie dziecka, jego rozwoju i zdrowia. Własne zdrowie jest już mniej ważne.

Wyzwania macierzyństwa wiążą się przede wszystkim z zapewnieniem dziecku odpowiedniej opieki. Rozmówczynie wspominają o potrzebie cierpliwości, zaangażowania i zdolności do adaptacji w obliczu nowych wyzwań. Za problematyczne uważają to, co im w tym przeszkadza – np. niedostateczna dostępność opieki zdrowotnej dla dziecka (zwłaszcza specjalistów) i instytucji opiekuńczych (w wybranych lokalizacjach).

Istotne jest to, że lęki które towarzyszyły kobietom bez dzieci, czy kobietom w ciąży

nadal są aktualne dla tych, które już mają małe dzieci. Ich doświadczenia związane z porodem potwierdzają obawy kobiet w ciąży.

Zdaniem badanych kobiet, które mają małe dzieci do 3. roku życia, nie uwzględnianym wcześniej czynnikiem, są sprawy zdrowotne wymagające uregulowania w kontekście planowania założenia rodziny. Kobiety niejednokrotnie zmierzyły się z trudnością zajęcia w ciąży – długotrwałe staranie się o dziecko sprawiło, że zaczęły przykładać istotną wagę do monitorowania zdrowia – w tym przede wszystkim gospodarki hormonalnej (tarczyca, przysadka mózgową, podwzgórze, jajniki).

Większość rozmówczyń przyznaje, że barierą w kontekście posiadania kolejnych dzieci jest lęk przed urodzeniem dziecka chorego lub z wadami rozwojowymi, a także obawa i niepewność związana z porodem.

Warto też zwrócić uwagę na obecność ojców w szpitalach na etapie narodzin dziecka. Z perspektywy kobiet posiadających małe dzieci, obecność partnera w szpitalu po porodzie pełni ogromną rolę – zarówno emocjonalną, jak i praktyczną. Wspiera kobietę, odciąża ją fizycznie, wzmacnia więź rodzinną i może łagodzić negatywne skutki stresu poporodowego.



**Bałam się tego, że będę w szpitalu, coś się wydarzy, nikt mi nie pomoże, bo mamy prawo takie a nie inne i to może skończyć się bardzo źle. To była moja największa obawa, jeśli chodzi o ciążę, jej przebieg.**

**Kobiety z małym dzieckiem**

# 10.

## OPIEKA NAD MAŁYM DZIECKIEM – INSTYTUCJE, WSPARCIE, WYZWANIA



## Strategie opieki nad dzieckiem

Wśród kobiet uczestniczących w badaniach, dominuje przekonanie, że obecność matki w pierwszych miesiącach życia dziecka (minimum do 12 miesięcy) jest kluczowa. Ani ojciec, ani opieka instytucjonalna nie są alternatywą. Jednak sposoby organizacji opieki i powrotu do aktywności zawodowej różnią się w zależności od sytuacji życiowej i priorytetów. Trzeba podkreślić, że nie wszystkie kobiety mają sprecyzowane plany, stąd dużą presję wywołują pytania pracodawców o moment powrotu.

### Krótką przerwą

Kobieta powraca do pracy przed ukończeniem 12. miesiąca życia przez dziecko. Matki wybierające ten model często łączą obowiązki domowe z pracą zawodową (np. praca zdalna). Model opiera się na wsparciu najbliższej rodziny, opiekunki lub korzystaniu z opieki instytucjonalnej. Najczęstszą motywacją podjęcia takiej strategii jest brak prawa do urlopu macierzyńskiego, motywacje finansowe (np. spłata kredytu), potrzeba samorealizacji, niezależności, rozwoju zawodowego i relacji społecznych.

### Rok w domu

Jest to najbardziej popularna strategia zidentyfikowana w badaniach. Matka zostaje w domu przez pierwszy rok życia dziecka korzystając z urlopu macierzyńskiego i rodzicielskiego.

Ten model postrzegany jest jako optymalne rozwiązanie dające możliwość budowania relacji z dzieckiem oraz zachowania stabilności finansowej. Kobiety nie chcą też tracić kontaktu z rynkiem pracy. Deklarują potrzebę zmiany środowiska po rocznej przerwie.



**Pierwszy rok chcę spędzić na urlopie macierzyńskim, bo to najważniejszy czas, momenty. Chcę, by dzieci się poznały. Potem planuję wrócić do pracy. Zależy mi na rozwoju i też na odpoczynku w pracy.**

**Kobiety w ciąży**

### Długofalowe zaangażowanie

Jest to najmniej popularna strategia związana z zaangażowaniem w wychowanie dziecka przez kilka lat. Wymaga stabilnej sytuacji finansowej rodziny. Nie zawsze oznacza pełnoetatową opiekę nad dzieckiem. Niektóre kobiety deklarowały chęć pracy z domu – praca zdalna, dorywcza lub własny biznes. Jako motywację wyboru takiego rozwiązania badane podkreślały uznawanie rodzicielstwa jako życiowego priorytetu, odtwarzanie rodzinnych schematów oraz planowanie kolejnej ciąży.



**Chcę poświęcić się wychowaniu dziecka i zajściu w drugą ciążę, nie chcę w ogóle wracać do pracy. Mama nigdy nie pracowała i dobrze to wspominam, że mama zawsze była w domu.**

**Kobiety w ciąży**

Nie wszystkie kobiety mają sprecyzowane plany, stąd dużą presję wywołują pytania pracodawców o moment powrotu do pracy.

## Urlop ojcowski i „tacierzyński”

Urlop ojcowski jest powszechnym i dla większości kobiet oczywistym rozwiązaniem. W większości rodzin ojcowie pozostaną z kobietą i noworodkiem w domu w pierwszych dwóch tygodniach po porodzie, wykorzystując urlop ojcowski. Rozmówczynie w ciąży nie wyobrażają sobie innej sytuacji. Z relacji badanych wynika, że dla partnerów taka forma zaangażowania jest naturalna, oczywista i ważna. Niektórzy ojcowie planują również wykorzystanie urlopu wypoczynkowego.

Różne są poziomy zaangażowania partnerów, ale zasadniczo mają oni funkcję pomocniczą (np. przygotują czasami obiad, zajmą się chwilę dzieckiem po powrocie z pracy, pracując zdalnie wykonają jakieś zadanie w ciągu dnia). Wiele rozmówczyń nie wyobraża sobie pozostawienia partnera na dłużej niż kilka godzin z dzieckiem. Pojedyncze kobiety mówiły o podziale urlopu rodzicielskiego z partnerem.

Kobiety mówią o tym, że partnerski model relacji jest dla nich ważny i tego oczekują. Choć deklaracyjnie jest to ceniona wartość, w praktyce urlop rodzicielski i wszystkie związane z nim obowiązki nadal spoczywają na kobietach.



**Był taki okres, kiedy ja byłam cały czas potrzebna, więc czułam się trochę taka przywiązana, w ogóle niemająca swoich potrzeb, swojego życia. Czyli jakby całe moje życie kręciło się wokół dzieci, ich harmonogramu. Spałam wtedy, kiedy oni. Jakby całkowite poświęcenie.**

**Kobiety z dziećmi**

## Opieka nad dzieckiem w praktyce – optyka matek

W opinii większości rozmówczyń mężczyźni wycofują się z odpowiedzialności za codzienne funkcjonowanie rodziny. Zamiast tego silnie angażują się w pracę zawodową, uzasadniając to rosnącymi potrzebami finansowymi związanymi z pojawieniem się dziecka. Zdarza się, że zamiast samemu pozostawać do dyspozycji, wolą zorganizować kobiecie wsparcie – najczęściej ze strony swojej matki.

Respondentki opisują również mechanizm – często nieuświadomiony – polegający na odbieraniu mężczyźnie sprawczości w obowiązkach domowych i opiece nad dzieckiem (tzw. *maternal gatekeeping*). Przejawia się on nieustannym wyręczaniem partnera (nawet gdy sam chce wykonać zadanie) i poprawianiem efektów jego działań.

Jedną z przyczyn tego typu zachowań może być głęboko zakorzeniony model matki idealnej, cechujący się wysokim perfekcjonizmem i poczuciem wyłącznej odpowiedzialności za dobrostan dziecka oraz funkcjonowanie domu. Pojawia się też wiele głosów świadczących o tym, że mężczyźni coraz lepiej odnajdują się w roli zaangażowanego rodzica. Rozmówczynie z uznaniem mówią o partnerach, którzy potrafią poświęcać dzieciom uwagę i czas, opisując ich miłość i zaangażowanie w codzienną opiekę.

Uwidacznia się tu także problem nierównego traktowania przez społeczeństwo roli ojca i matki. Ojciec jest dostrzegany w swojej roli, a za przejawy aktywności rodzicielskiej bywa społecznie nagradzany. Matka nie tylko nie otrzymuje takiego

uznania, ale spotyka się z krytyką, gdy nie spełnia społecznych oczekiwań. (zjawisko opisywane w literaturze jako *fatherhood bonus vs. motherhood penalty*).

Respondentki wiedziały o urlopie ojcowskim (2 tygodnie), wolnym przysługującym ojcu z tytułu narodzin dziecka oraz – niekiedy – możliwości urlopu z tytułu opieki nad partnerką po porodzie. Badane miały również świadomość nowego rozwiązania polegającego na podziale urlopu rodzicielskiego na obydwu rodziców (9 nieprzekazywalnych tygodni urlopu dla drugiego rodzica).

Rzadkością zaś była znajomość wykorzystania przez ojców części urlopu macierzyńskiego, czy podziału na części urlopu ojcowskiego czy rodzicielskiego. W rzeczywistości wszystkie respondentki wykorzystują bądź planują wykorzystać urlop macierzyński połączony z urlopem rodzicielskim. Żadna z rozmówczyń nie dzieli/ dzieliła urlopu macierzyńskiego z ojcem dziecka. Tylko u nielicznych badanych partner korzystał lub planuje korzystać z urlopu rodzicielskiego (zarówno w części, jak i w całości).

Wszystkie respondentki oceniły pozytywnie wprowadzone przez ustawodawcę rozwiązanie polegające na przeznaczeniu minimum 9 tygodni urlopu rodzicielskiego dla drugiego rodzica (bez możliwości przeniesienia). Rozwiązanie teoretycznie jest chwalone, a rozmówczynie dostrzegają zwrócenie uwagi przez ustawodawcę na drugiego rodzica. Niemniej w rzeczywistości dla wielu rozmówczyń rozwiązanie to nie jest niemożliwe do wdrożenia. Wśród powodów braku zainteresowania par możliwością wykorzystania dodatkowych tygodni urlopu rodzicielskiego przez ojca, respondentki wskazały zbyt niskie wynagrodzenie przysługujące na czas urlopu, postrzeganie pracy zawodowej partnera jako zbyt ważnej i odpowiedzialnej, niekorzystną reakcję pracodawcy, niezgodę partnera lub brak takich chęci ze strony kobiety-matki.



**Jakoś tak uznałam sama, że zawłaszczam to dziecko i nie oddam go tacie. Chyba bym prędzej zeszła na zawal. Choć mój mąż dobrze sobie radzi z dziećmi, nie było tragedii i nadal nie ma. Ale jakoś nie czułam tego.**

### Kobiety z dziećmi

Nieliczne respondentki deklarują, że w ich rodzinach urlop rodzicielski jest wykorzystywany przez drugiego rodzica. Przy czym wykorzystanie urlopu w taki sposób, który wydłuża pozostanie dziecka pod opieką rodziców wydaje się być rzadkością. Częściej obserwuje się alternatywne sposoby na wykorzystanie tego urlopu, które umożliwia ustawodawca (urlop można dzielić na części, wykorzystywać równolegle z matką, wykorzystać później – maksymalnie do skończenia przez dziecko 6 lat).

## Formalna opieka nad dzieckiem

Instytucja żłobków traktowana jest przez młode kobiety bez dzieci w sposób ambiwalentny. Część z nich uznaje żłobki za dobre rozwiązanie problemu pogodzenia życia zawodowego z rodzicielstwem, argumentując przy tym, że dziecko jako istota społeczna już od najmłodszych lat powinno rozpocząć proces socjalizacji. Opieka żłobkowa postrzegana jest przez nie jako nieprzypadkowa, świadczona przez osoby odpowiednio wykwalifikowane, a poprzez to wzbudzająca zaufanie. Dla tej części kobiet największą wadą żłobków jest ich niska dostępność (dotyczy żłobków publicznych) oraz wysoka cena (dotyczy podmiotów prywatnych).



Dla pozostałych rozmówczyń pozostawienie tak małego dziecka w placówce jest ideą nie do przyjęcia – ich zdaniem dziecko w tym wieku nie rozumie sytuacji, czuje się porzucone w grupie i potrzebuje bliskości mamy lub innych bliskich osób. Ponadto niektóre kobiety nie miały dobrego zdania o świadczonej opiece żłobkowej. Opinie te ukształtowały się na podstawie medialnych doniesień lub/i doświadczeń znajomych.

## Kobiety w ciąży o żłobkach

Zdania na temat opieki żłobkowej są podzielone. Część kobiet w ciąży uważa je za „przechowalnię” i negatywnie ocenia to rozwiązanie. Inne widzą pozytywną rolę żłobków w godzeniu ról rodzinnych i zawodowych, a dalej w rozwoju dziecka.

Publiczne żłobki borykają się z wizerunkowymi wyzwaniami, które wpływają na decyzje rodziców o korzystaniu z ich usług. Są postrzegane jako miejsca, gdzie jest za mało indywidualnego podejścia do dziecka, a liczebność grup oraz ograniczone zasoby kadrowe mogą obniżać jakość opieki. Panuje opinia, że brakuje w nich miejsc i konieczne są zapisy z bardzo dużym wyprzedzeniem.

### Nie dla mnie żłobek

Część rozmówczyń opisywała żłobek jako miejsce, gdzie oddaje się dzieci tylko w przypadku wyższej konieczności (na przykład braku rodziny i konieczności powrotu do pracy). Wśród kobiet w ciąży często też panuje przekonanie, że w żłobku rozprzestrzeniają się choroby, które będą powodem zwolnień z pracy czy zarażenia się innych dzieci.

## Żłobek to dobre miejsce dla malucha

Niektóre rozmówczynie (w szczególności z dużych miast) uważają żłobek za miejsce dające szansę na powrót do pracy (zazwyczaj po roku w domu) bez konieczności angażowania rodziny oraz możliwość rozwoju społecznego dziecka. Ta część respondentek podkreśla, że żłobek jest miejscem, gdzie pracują profesjonalne osoby zapewniające, oprócz opieki, rozwój – „sama nie znam takich technik i narzędzi, a widzę, jak to wpłynęło na starsze dziecko”.



**Korzystamy ze żłobka przy pierwszym dziecku, planujemy drugie też postać. Przekonałam się, bo widzę po dziecku, że to je rozwija.**

**Kobiety w ciąży**

## Kobiety z małymi dziećmi o żłobkach

Opinia dotycząca żłobków wśród respondentek mających już dzieci jest bardziej przychylna niż kobiet bezdziejnych i kobiet w ciąży. Istnieją czynniki, które sprawiają, że rozmówczynie są czasami sceptyczne w kwestii opieki żłobkowej (częste choroby dzieci lub niepomyślny okres adaptacyjny), przeważa jednak pozytywny odbiór pracy tych placówek.

Większość badanych ma pozytywne przekonania na temat wpływu uczęszczania do żłobka na rozwój dziecka. Podstawową korzyścią opieki żłobkowej nad innymi formami opieki nad dzieckiem (opiekunka, babcia, mama) jest dokonująca się w żłobku socjalizacja. Inną korzyścią jest wzrost odporności na infekcje.

Wybierając placówkę matki zwracają uwagę na takie aspekty jak: lokalizacja (blisko domu), kuchnia (na miejscu), oferta zajęć, wielkość grup, opinie innych mam, ogród (rozmówczynie są przeciwniczkami żłobków lokalizowanych na parterze bloków lub biurowców).

# 11.

## PODSUMOWANIE. O POTRZEBACH Kobiet i MĘŻCZYŹN W KONTEKŚCIE RODZICIELSTWA



## Bezpieczeństwo przede wszystkim

Z wypowiedzi kobiet i mężczyzn wyraźnie wyłania się jeden wspólny mianownik – decyzja o posiadaniu dziecka jest dziś silnie powiązana z potrzebą szeroko rozumianego bezpieczeństwa. Dotyczy ono przede wszystkim stabilności życiowej: zakończenia pożądanego etapu edukacji, ugruntowanej sytuacji zawodowej oraz przewidywalności finansowej. Równie istotne jest poczucie bezpieczeństwa w obszarze własnego rozwoju – przekonanie, że rodzicielstwo nie oznacza wyłącznie rezygnacji z dotychczasowego życia, ale może współistnieć z dalszą realizacją osobistych i zawodowych aspiracji.

Silnie obecna jest także potrzeba bezpieczeństwa mieszkaniowego, rozumianego jako posiadanie własnej, stabilnej przestrzeni do życia, która zapewnia komfort i odpowiednie warunki dla rodziny.

Kolejnym ważnym wymiarem jest bezpieczeństwo zdrowotne – zarówno na etapie planowania posiadania dziecka, jak i w trakcie ciąży oraz po porodzie. Obejmuje ono dostęp do sprawnej, jakościowej opieki medycznej, profilaktyki, a także specjalistycznego wsparcia – w tym pediatrycznego, laktacyjnego i psychologicznego.

Nie mniej ważne pozostaje poczucie bezpieczeństwa w relacjach i codziennym funkcjonowaniu – świadomość, że w opiece nad dzieckiem można liczyć na partnera lub partnerkę oraz wsparcie ze strony bliskich.

Z przeprowadzonych rozmów z kobietami i mężczyznami wynika, że poczucie bezpieczeństwa konieczne do podjęcia decyzji o posiadaniu dziecka i powiększeniu rodziny może być w istotnym stopniu również wzmacnianie przez środowisko pracy. Pracodawca, który w sposób realny wspiera rodziców lub przyszłych rodziców – tzn. respektuje i umożliwia korzystanie z uprawnień wynikających z przepisów prawa, a także tworzy sprzyjającą rodzicielstwu atmosferę – przyczynia się do efektywnego łączenia życia zawodowego z rodzinnym oraz budowania stabilności życiowej swoich pracowników.

W tym kontekście istotną rolę odgrywa także dostęp do zaufanej i jakościowo dobrej opieki nad dzieckiem, szczególnie po powrocie do pracy. Pewność, że dziecko znajduje się w dobrych rękach, znacząco obniża poziom stresu rodziców i również pozwala lepiej łączyć życie zawodowe z rodzinnym.

W efekcie rodzicielstwo – m.in. pod wpływem zmian kulturowych, wyższego poziomu wykształcenia kobiet, późniejszego wieku podejmowania decyzji o dziecku oraz większej świadomości odpowiedzialności z nim związanej – coraz rzadziej jest traktowane jako naturalny etap życia, a coraz częściej jako świadoma decyzja, podejmowana wtedy, gdy pojawia się poczucie bezpieczeństwa w kluczowych obszarach życia.





ISBN 978-83-60539-07-1



9 788360 539071