

**Fundacja Cyryla i Metodego TATO.NET**

**„Skuteczność metody Tato.Net  
w odniesieniu do osób  
z doświadczeniem uchodźczym.”**

***Wyniki badania jakościowego***

- **Zleceniodawca:** Fundacja Cyryla i Metodego Tato.Net z siedzibą przy ul. Zamoyskiego 49 lok. 13, 03-801 Warszawa.
- **Cele badania:** Badanie skuteczność metody Tato.Net w odniesieniu do osób z doświadczeniem uchodźczym. Dotyczy wsparcia ukraińskich ojców poprzez ich udział w ojcowskich warsztatach Tato.Net i spotkaniach w Ojcowskich Klubach Tato.Net. Rekomendacje mają służyć opracowaniu nowych zasobów wspierających działanie Ojcowskich Klubów na rzecz ojców z Ukrainy, a w przyszłości, wspieranie Klubów na Ukrainie.
- **Szczegółowo:**
  - *Wszyscy respondenci:* Spostrzeganie własnego ojcostwa i sposobów radzenia sobie z sytuacją uchodźstwa w rodzinie, wobec dzieci. Identyfikacja potrzeb ojców w radzeniu sobie z sytuacją emigracji.
  - *Uczestnicy metody Tato.Net:* Ocena ojcowskich warsztatów Tato.Net oraz spotkań Ojcowskich Klubów pod względem – atrakcyjności treści, sposobu prowadzenia spotkań oraz skuteczności tej metody (emocje, wiedza, sposoby działania). Identyfikacja pozytywnych efektów oraz niespełnionych oczekiwań. Ustalenie kierunków rozwoju metody Tato.Net.
  - *Grupa porównawcza:* Doświadczenia z innymi instytucjami związanymi z pomocą uchodźcom w kwestiach pozafinansowych, ocena sposobu działań i skuteczności w zakresie pomocy rodzinie. Identyfikacja pozytywnych efektów oraz braków / niespełnionych oczekiwań.
  - *Grupa porównawcza:* znajomości Tato.Net oraz reakcja na elementy programu Tato.Net

**Wykonawca badania:**

IMAS International sp. z o.o.

Al. Armii Krajowej 61, 50-541 Wrocław

tel. 71 77 10 800, [imas@imas.pl](mailto:imas@imas.pl), [www.imas.pl](http://www.imas.pl)

Numer badania: 4358

Data przekazania raportu: 12 listopada 2024

Autor: Elżbieta Więśław

Konsultacja: Oleksandr Dobroier

- **Metoda:** 20 wywiadów pogłębionych przeprowadzonych online na platformie Zoom lub telefonicznie.  
Wszystkie wywiady z uchodźcami z Ukrainy.
  - N=12 grupa badawcza: mężczyźni, którzy brali udział w warsztatach i /lub Klubach Ojcowskich Tato.Net.
  - N=8 grupa referencyjna: mężczyźni, którzy nie uczestniczyli w spotkaniach Tato.Net.
- **Język:** Wywiady prowadzone były w języku polskim, ukraińskim oraz rosyjskim, w zależności od preferencji respondentów. Cytaty w raporcie są w języku polskim, ale z zachowaniem oryginalnej składni, słów i interpunkcji osób badanych.
- **Czas trwania:** wywiady między 50min. (grupa referencyjna) a 1.20 min. (grupa badawcza).
- **Realizacja badania:** wrzesień / październik 2024 roku.
- **Rekrutacja:** Tato.Net, z wykorzystaniem metody „kuli śnieżnej”. Bardzo trudno było pozyskać osoby chętne do badania, pomimo wypłacanego wynagrodzenia. Uchodźcy obawiali się rozmowy, opowiadania o sobie.
- **Próba ostatecznie osiągnięta:** wszystkie osoby to uchodźcy z Ukrainy, ojcowie.
  - Wiek 36-60 lat.
  - Obecnie mieszkający w krajach Unii Europejskiej: głównie Polska, ale i Niemcy, Austria, Francja.
  - Ojcowie wielodzietnych rodzin, którzy legalnie mogli opuścić Ukrainę.
  - Większość stanowiły osoby wierzące, choć z różnych kościołów – grekokatolickiego, rzymskokatolickiego, prawosławnego, ewangelicznego (np. zielonoświątkowcy).
  - Wykształcenie i status materialny zróżnicowany.

- W trakcie realizacji wywiadów założenia metodologiczne badania uległy modyfikacji ze względu na specyfikę osób biorących udział w badaniu i trudności – językowe oraz psychologiczne.
  - Wywiady były prowadzone przez dwóch moderatorów, polskiego i ukraińskiego, w zależności od języka wybranego przez respondentów. Część badanych mieszkających w Polsce decydowała się na rozmowę w języku polskim, choć ich możliwości językowe okazały się ostatecznie ograniczone i utrudniły pogłębienie uzyskanych informacji.
  - Okazało się, że osoby, z którymi prowadzone były rozmowy są w tak trudnej sytuacji życiowej, że wywiady przeprowadzono z najwyższą uważnością i z wykorzystaniem wiedzy oraz umiejętności psychologicznych moderatorów. Wpłynęło to na ilość i jakość pozyskanych danych.
    - ✓ Wywiady uległy wydłużeniu, aby respondenci mogli opowiedzieć o sobie i swoich problemach.
    - ✓ Moderatorzy starali się nie przerywać ciągłości wypowiedzi jeśli rozmówcy byli wycofani i ostrożni.
    - ✓ Nie zawsze udało się dopytać o istniejące w rodzinach problemy i potrzeby, rozumienie pojęć czy przyczyny podejmowanych działań. O części występujących problemów można wnioskować bardziej z kontekstu niż bezpośrednich wypowiedzi.
    - ✓ Pominięto dopytywanie o korzystanie z pomocy pozafinansowej innych instytucji i ich szczegółową ocenę. W raporcie nie będzie więc porównania Tato.Net z innymi organizacjami.
- Podsumowując, pozyskano mniej informacji niż zakładano, natomiast ich waga wydaje się szczególnie istotna wobec specyfiki badanej grupy oraz działań które można podjąć by wspomóc integrację społeczną, dobrostan rodzin oraz indywidualne funkcjonowanie uchodźców z Ukrainy.

## Sytuacja ojców i rodzin, uchodźców z Ukrainy

- Przyjazd do Polski lub z przystankiem w Polsce i dalej do innych krajów Unii Europejskiej **ze względu na wojnę w Ukrainie**. Respondenci to uchodźcy z Kijowa, wschodniej Ukrainy, ale i Lwowa oraz zachodniej Ukrainy. Część nadal pracuje w Ukrainie i dojeżdża do rodzin lub pracują zdalnie. Inni, pracowali lub byli pomocą na zapleczu wojska, a obecnie zdecydowali dołączyć do rodzin. Niektórzy przechodzili przez obóz uchodźców na wschodzie Polski. Większość badanych to ojcowie z rodzin wielodzietnych, którzy oficjalnie mogli opuścić Ukrainę. Posiadają 3 lub więcej dzieci. Najwięcej 10-cioro dzieci ma rodzina osiadła obecnie w Niemczech.
- **Każda z osób ma swoją unikalną historię**. Decyzja o wyjeździe, nagłym lub stopniowym, to pomieszczenie możliwości i przymusu:
  - Możliwości – praca poza Ukrainą, korzenie polskie, znajomość języka polskiego, rodzina w którymś z krajów UE, możliwości finansowe, wsparcie wspólnot, znajomych, możliwość legalnego opuszczenia Ukrainy.
  - Konieczność – utrata pracy w Ukrainie, problemy zdrowotne, potrzeba wyjazdu z bezpośredniego obszaru wojny, obawa o życie.

**= Sytuacja przymusu, zewnętrznej lub wewnętrznej konieczności zmiany i poczucie zagrożenia, towarzyszy każdej rodzinie uchodźców.**

*„Jestem ojcem pięciu chłopców i dwie dziewczynki. (...) Byliśmy spokojni, a **kiedy zaczęły się wyrzutnie rakiet, zdecydowaliśmy się odejść.**” [Grupa Tato.Net]*

*„**Straciłem pracę.** (...) Było uderzenie i troszkę u mnie dom zrujnowali. (...) Z tego powodu my przestraszyli się i ja pomyślałem jechać do Polski. (...) Ja też czuję siebie Polakiem, **dziadek, babcia byli Polakami, ale żyli w Ukrainie.**” [Grupa Tato.Net]*

*„**Żona wyjechała do swojej siostry z dziećmi.** Ja jako wielodzietny ojciec mogłem przyjeżdżać do nich. (...) I przez cały 22 rok przyjeżdżałem, ale już w 23 roku trzeba było coś zdecydować. Wszyscy myśleli, że wojna skoro się skończy, ale ona skoro się nie skończyła. I kiedy zaproponowano mi pracę to przyjechałem i jestem z rodziną.” [Grupa Tato.Net]*

*„Żona z młodszymi dziećmi wyjechała, a starsze zostały. Ja miałem pracę, stałem na warcie na punktach kontrolnych, byłem też ochotnikiem do wywożenia ludzi ze wschodniej i centralnej Ukrainy. Dopóki miałem pieniądze, to było ok. (...) Kiedy żona była w ósmym miesiącu ciąży, musiałem podjąć odważną decyzję, albo wrócić, albo osiedlić się gdzieś dalej.” [Grupa Tato.Net]*

- **Problemy materialne, bytowe, życiowe:**
  - ze znalezieniem pracy, z utrzymaniem i zabezpieczeniem finansowym,
  - z wynajęciem mieszkania np. dla wielodzietnej rodziny,
  - z urzędami, biurokracją, kwestiami prawnymi, nostryfikacją dyplomów,
  - problemy językowe – trudność z nauczeniem języka, komunikacja w urzędach, szkołach, z nowymi znajomymi.
- **Stres i stałe funkcjonowanie w obszarze negatywnych emocji.**
  - Tęsknota za domem / krajem rodzinnym / poczuciem przynależności – nawet jeśli odnajdują się w nowej rzeczywistości, pozostaje poczucie wyobcowania.
  - Syndrom ocalałego – ciągłe poczucie winy, objawy depresji, lęki – związane z opuszczeniem Ukrainy, czasami części rodziny, dokonaniem wyboru między rodziną a krajem.
  - Niepewność, zagubienie, samotność – w obecnej sytuacji.
  - Dalsze poczucie zagrożenia – w obcej sobie i czasami niechętnej społeczności (polskiej, niemieckiej, austriackiej).
- **Problemy psychologiczne poszczególnych członków rodzin** – związane z traumami wojennymi, zaburzeniami z obszaru PTSD oraz wysokim poziomem dystresu psychologicznego związanego z funkcjonowaniem w nowej rzeczywistości.
  - Kobiety / żony w depresji – po poronieniach, trudnościach ciąży, wycofane emocjonalnie, z problemami adaptacyjnymi.
  - Dzieci – samotność, niezrozumienie w szkołach, odrzucenie, narażenie na agresję otoczenia. Ale także zagniewane, chcące powrócić do własnego domu – miejsc, przyjaciół, zabawek, zwierząt domowych.
  - Mężczyźni / ojcowie – poczucie osamotnienia, często syndrom ocalałego, poczucie przeciążenia, przytłoczenia i braku kontroli.
- **Problemy w społeczności Ukraińców** – różnice pomiędzy pozostałymi na Ukrainie oraz uchodźcami, uczestniczącymi w wojnie i nie, pochodzącymi ze wschodu i z zachodu, mówiącymi po ukraińsku i po rosyjsku, etc. = **Poczucie podwójnego osamotnienia (wśród swoich i obcych).**

*„Dom rodzinny jest dom rodzinny. (...) Tutaj jest inny kraj, na prawdę, dla mnie osobiście jest trudno i dla dzieci też. No, na przykład oni nie mają nie mają kolegów, przyjaciół (...) My w domu mamy psa i za nim patrzą, oni tęsknią za tym psem.” [Grupa Tato.Net]*

*„Największym wyzwaniem było poradzenie sobie z faktem, że **wszyscy moi przyjaciele byli w niebezpieczeństwie, a ja miałem lepsze życie tutaj.** Nie być jakimś zdrajcą i uciekinierem, jak później zaczęto nazywać innych ludzi, chociaż będąc dużą rodziną, mieliśmy prawo wyjechać, nie jestem wojskowo zobowiązany, ale przez dłuższy czas, myślę, że do około sześciu miesięcy, to było główne wyzwanie, musiałem sobie z tym poradzić.” [Grupa Tato.Net]*

**= Pomimo nagromadzenia poważnych problemów, uchodźcy nie korzystają z pomocy psychologicznej. Po pierwsze, ograniczona ilość bezpłatnej pomocy tego typu. Po drugie, brak przyzwyczajenia i akceptacji dla tego typu wsparcia.**

- Większość ojców obecnie pracuje w miejscach pobytu. Część nadal dojeżdża i pracuje na Ukrainie lub ma prace zdalne. Kilka osób poszukuje pracy, uczą się języka lub chcą zmienić miejsce pracy na zgodne z wykształceniem lub lżejsze, które umożliwi dłuższy pobyt z rodziną. Kobiety, matki w rodzinach wielodzietnych, najczęściej nie pracują, szczególnie jeśli dzieci chodzą do szkół. Mieszkają w wynajętych mieszkaniach.
- Pomimo ponad 2-letniego przebywania na uchodźstwie, **wiele rodzin nadal nie podjęło decyzji gdzie żyć, co zrobić**, nawet jeśli nie w tej chwili, to po zakończeniu wojny – zostać czy wracać do Ukrainy. Brak decyzji utrudnia codzienne funkcjonowanie: nie wiadomo czy inwestować w mieszkanie, naukę języka, edukację dzieci, a może nawet krąg znajomych. Ta sytuacja zawieszenia, z jednej strony pogłębia poczucie wyobcowania, braku wpływu na rzeczywistość i emocjonalnego wycofania. Z drugiej strony, jest przejawem nadziei na powrót do dawnego życia, której nie chcą się pozbawić. Ostatecznie jednak utrwała postawy lękowe.

**= Brak stabilności, życie w ciągłym zawieszeniu, w oczekiwaniu = generuje napięcie, utrudnia asymilację, choć pozostawia nadzieję.**

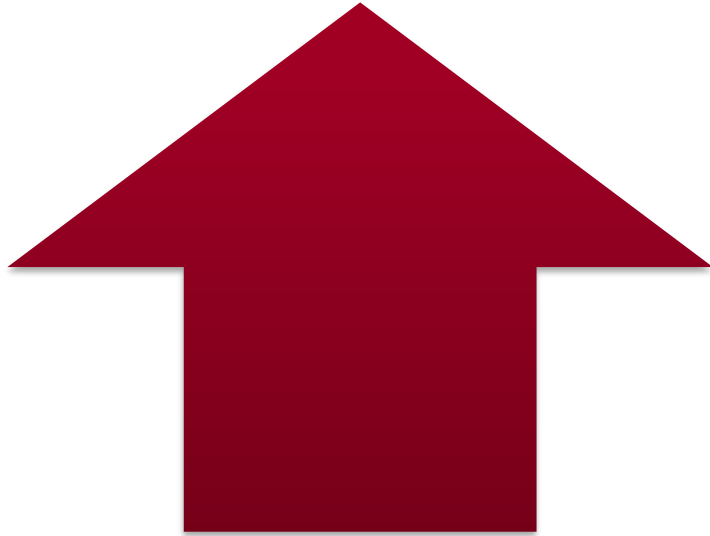
*„**Żyjemy jednym dniem na prawdę.** To jest dla mnie, który ma 46 lat, dla ojca jest bardzo trudne, bo chce się jakąś stabilność, mieć. A tego nie mamy. (...) I cały czas oglądamy wiadomości. Każdy dzień zaczyna się od wiadomości w Ukrainie.” [Grupa Tato.Net]*

*„Kiedyś ja sobie robił plany na 3 lata, na 5 lat, na 10 lat. A **teraz ja mam plany tylko na jeden ruch.** Co będzie dalej, nie wiadomo.”  
[Grupa Tato.Net]*

*„**Nie możemy planować**, nic kupić, np. mieszkanie, samochód. My zawsze myślimy, a dlaczego my będziemy to kupować, jeżeli tutaj będziemy pół roku, a może rok, a może w ogóle za miesiąc skończy się wojna i powrócimy do Ukrainy i co my będziemy robić z samochodem na rejestracji polskiej albo mieszkaniem w Polsce, jeżeli my chcemy być w Ukrainie.” [Grupa referencyjna]*

*„Wszystko zależy od tego, jak szybko skończy się wojna. **Nie widzę siebie w Niemczech. Jestem tu tylko z moimi dziećmi.** Najbardziej martwię się o nich i ich spokój ducha. Tu jest więcej ludzi niż w reprezentacji świata. To nie jest dom.” [Grupa Tato.Net]*





Ratunek rodziny i życia.

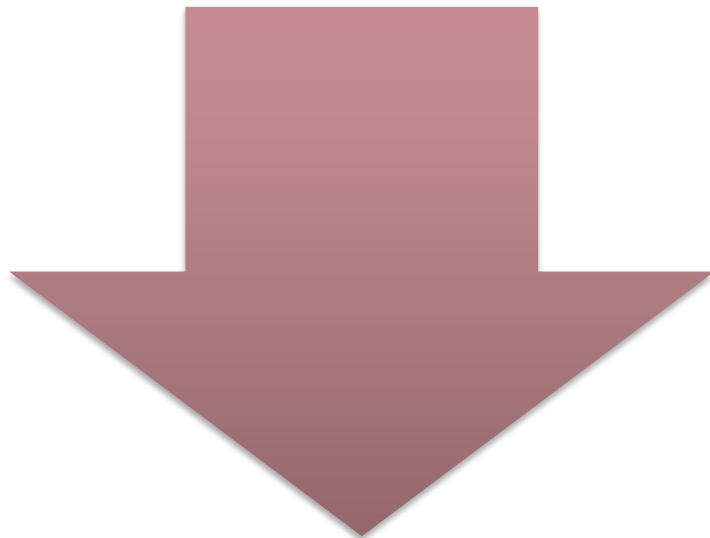
Możliwość życia w kraju bez wojny.

Wdzięczność za pomoc Polakom, państwu polskiemu, wspólnotom.

Szczęście że mogli skorzystać z pomocy.

Zobowiązanie do śledzenia informacji o wojnie, pomocy pozostałym w Ukrainie bliskim.

Poczucie wartości związane z wykształceniem, umiejętnościami.



Pozostawienie ojczyzny.

Tęsknota za domem.

Samotność w nowym społeczeństwie. Odrzucenie, czasami agresja (od dzieci, dorosłych).

Potrzeba samodzielności i dumy. Nie można cały czas wyrażać wdzięczności.

Potrzeba zapomnienia o wojnie, oderwania myśli, nie rozmawiania z innymi o wojnie.

Konieczność pracy poniżej kwalifikacji, w zawodach mało prestiżowych. Upokorzenie.

„**Dużo wsparcia dostaliśmy od Polaków**, właśnie od społeczności. To nie było tak od państwa czy od jakiegoś tam organizacji, tylko właśnie od ludzi.” [Grupa Tato.Net]

„**Ja chcę podziękować Polski**. Polska przyjma, ogląda Ukraińców.” [Grupa Tato.Net]

„Polska rodzina pokazuje kierunek na Jezusa Chrystusa. To było w tych **rodzinach polskich, dobre relacje między małżeństwem, mało rozwodów.**” [Grupa Tato.Net]

„Każdego dnia ja słyszałem to od swoich dzieci, że ktoś ich pyta o wojnie. **Oni nie chcą rozmawiać o wojnie**. Oni chcą porozmawiać o czymś innym, o swoich zainteresowaniach.” [Grupa referencyjna]

„Wieczorem nie mogę wypuścić dziecko do sklepu. Bo mówimy o tym, że **chodzą jakieś grupy Polaków, które biją Ukraińców** tylko za to, że oni są Ukraińcami.” [Grupa referencyjna]

„W zeszłym roku **u dwóch starszych córek było załamanie psychiczne**. Nie wiem, czy to było powiązane z traumą wojenną, czy to było powiązane z systemem edukacji. W pewnym momencie trafiły nam do szpitala dziecięcego.” [Grupa Tato.Net]

„Bolą te marginesy, które mówią, że wracajcie do domu i tak dalej, i tak dalej. (...) Rozmawiamy tylko w gronie swojej rodziny. W ogóle to **wszyscy życzliwi, ale to nie jest takie przyjacielskie współwystępowanie.** (...) **Czujemy się samotni.**” [Grupa Tato.Net]

„Dużo Polaków patrzą na Ukraińców i **przypominają to co mówili babci i dziadki o Wołynie** i to ma swoje odbicie na relacjach między Ukraińcami i Polakami.” [Grupa Tato.Net]

„Trudność jest duża, bo **my byliśmy specjalistami w Ukrainie.** (...) Mam wyższe wykształcenie, pracowałem jako dyrektor szkoły sportowej, a oni każą mi iść do pracy w fabryce śmieci.” [Grupa Tato.Net]

- **Uchodźcy, którzy odzyskują poczucie sprawczości, lepiej funkcjonują w trudnych warunkach.** Poczucie kontroli i wpływu uzyskują poprzez:
  - Pracę, a szczególnie pracę, która daje satysfakcję i nie wyniszcza, czyli jest związana z wykształceniem, zainteresowaniami i możliwościami oraz umożliwia wypoczynek, czas dla siebie i dla rodziny. Badani którzy szukają pracy lub pracują na kilku etatach, radzą sobie gorzej.
  - Podjęcie decyzji o pozostaniu w danym miejscu – motywuje do działania, stabilizuje życie. Jest łatwiejsze tam, gdzie szybko i bez dużych problemów przebiega asymilacja członków rodziny. Już sama decyzja, choć trudna, może przyczynić się do poprawy jakości życia.
  - Utrzymywanie kontaktów z innymi Ukraińcami oraz pomoc Ukrainie – praca na Ukrainie lub na rzecz Ukrainy i Ukraińców (np. prawna), pomoc na zasadzie wolontariatu (dostawy dla wojska, pomoc przy przesiedleniach) – utrzymanie ciągłości życia i wyższego poziomu zaangażowania.
- **Uchodźcy, którzy mają realne, a nie deklarowane, wsparcie:**
  - Wewnątrz rodziny – przede wszystkim żon, które dobrze, stabilnie funkcjonują. W przypadku gorszego funkcjonowania któregoś z małżonków – chorób, przeżytych traum, problemów emocjonalnych lub rodziny w separacji – drugi z małżonków funkcjonuje w ciągłym kryzysie. Badani mężczyźni, ojcowie dużych rodzin, kanalizują emocje w rodzinie, znajdują sens życia w wychowaniu dzieci. Rodzina jest często w obecnej sytuacji jedyną ostoją, pocieszeniem, wypoczynkiem. Daje im poczucie bezpieczeństwa, przynależności. Może jednak też stanowić ucieczkę.
  - Zewnętrzne, np. wspólnot, grupy znajomych – pomoc materialna i niematerialna.

## = Sprawczość i wspólnotowość jako pomoc.

„Jest rodzina. **Jakby ja tutaj był sam, to ja by już jutro rano był w Ukrainy.**” [Grupa Tato.Net]

„Mieszkanie, praca (...) Kiedy **mężczyzna wie, że przyniesie pieniądze na koniec miesiąca** i wystarczy to na pokrycie najbardziej podstawowych potrzeb, to jest już podstawa i w ciągu dwóch lub trzech miesięcy osoba zaczyna się uspokajać.” [Grupa Tato.Net]

„**Planuję tu zostać przede wszystkim ze względu na moje dzieci.** To środowisko, w którym już zaczęły zapuszczać korzenie, jeśli chodzi o komunikację, szkołę, język. A perspektywy dla nich są lepsze. I widzę też siebie w tym środowisku.” [Grupa Tato.Net]

- **Prawna, urzędowa** – uzyskania kompetentnej i aktualnej informacji na temat warunków pobytu, pierwsza pomoc w urzędach i instytucjach państwowych, możliwość certyfikowania dyplomów, poszukiwanie pracy.
- **Językowa** – kursy językowe.
- **Możliwość pracy**, najlepiej w swoich zawodach, szybkie kursy które dostosowują do wykonywania zawodu w danym kraju, np. księgowość.
- **Psychologiczna** –
  - Poszukiwana w przypadku pomocy lub diagnozy dzieci, obecnie najczęściej odpłatna, więc rzadko z niej korzystają. Częściej decydują się wtedy na pozostanie matek w domach, naukę zdalną i intensyfikację kontaktów z innymi rodzinami ukraińskimi.
  - Dorośli nie są przyzwyczajeni i przekonani do psychologów. Kojarzą ich z psychiatrami i wsparciem medycznym. Informują jednak o **potrzebie wsparcia grup, wspólnot, znajomych**. Tego typu pomocy potrzebowałiby szczególnie ludzie starsi oraz kobiety, które nie pracują lub mają problemy adaptacyjne.
  - Mężczyźni, ojcowie, nie poszukują pomocy psychologicznej dla siebie. Zdarza się jednak, że zamykają się w sobie albo dosłownie odcinają się od świata i rzadko wychodzą z domów.

*„**Nie mamy znajomości**, tylko takie no cześć, cześć i tyle. Ale żeby mieć rodziny, z którymi można byłoby spędzić czas, rozmawiać. To jest trudne teraz, tego brakuje.” [Grupa referencyjna]*

*„**Pomoc z legalizacją, jakiś portal, żeby można było zadać pytania, otrzymać odpowiedź**, żeby były opisane procedury. Bo np. chciałem zrobić kartę pobytu. Zbadałem to sam, na portalu gov.pl jest taka instrukcja, ale bardzo ogólna (...) bez nowych warunków.” [Grupa referencyjna]*

*„**Pomóc ludziom w uznawaniu ich dyplomów**. (...) Dać specjalistę możliwość dalszego bycia specjalistą i wykonywania swojej pracy. Zamiast przekwalifikowywać się i tracić czas. Ja na przykład nie jestem w wieku, żeby uczyć się nowego zawodu.” [Grupa Tato.Net]*

*„**Nie ma wspólnot, które by przyjmowali Ukraińców**. Są różne kluby seniora, ale tam kiedy seniorka z Ukrainy przyjdzie, no ona nic nie rozumie. (...) Najwięcej potrzebują tego starsze osoby, żeby porozmawiać, bo nawet między Ukraińcami teraz jest trochę problem, bo te mają pieniądze, te nie mają pieniędzy i nie ma o czym rozmawiać. **Oni by chcieli po prostu, komuś opowiedzieć o swoich problemach, to co przeżyli w Ukrainie**. A nie ma komu, bo Ukrainiec nie chce o tym słyszeć” [Grupa referencyjna]*

## „Ojcostwo / bycie ojcem” w sytuacji kryzysu

### Grupa Tato.Net

- Odpowiedzialność za byt i życie duchowe rodziny.
- Rozwój, nauka, praca nad sobą.
- Powołanie, tożsamość, realizacja siebie.
- Dawanie przykładu, pokazywanie wzorca człowieka.
- Troska, ochrona, uwaga, czas, miłość.

**= Dużo powinności, mniej radości.**

### Grupa referencyjna

- Szczęście – przebywanie z dziećmi, zabawa, domowe obowiązki.
- Zaufanie – rozmowy, dobra komunikacja.
- Bezpieczeństwo – stworzenie sytuacji spokojnego rozwoju.
- Szczerłość, swoboda, śmiech – stworzenie warunków by dzieci były sobą.
- Odpowiedzialność przed Bogiem by wyrosli na dobrych ludzi.
- Wyzwanie, odpowiedzialność – materialna, psychologiczna.

**= Balans między wyzwaniami i odpowiedzialnością a czerpaniem zadowolenia.**

*„**To jest praca nad sobą**, praca w dziedzinie psychologii, jakiegoś zarządzania, management. I komunikacja, to wszystko trzeba uczyć.” [Grupa Tato.Net]*

*„**Rodzicielstwo to przede wszystkim własny przykład**. Twój własny przykład (...) będą się uczyć od ciebie, jak się zachowujesz i mówisz.” [Grupa Tato.Net]*

*„**Odpowiedzialność**. W moim domu mieszkają inni ludzie, którzy dorosną i zrobią coś na tym świecie. Albo będą czynić dobro, albo nie zostaną nauczeni, jak czynić dobro.” [Grupa referencyjna]*

*„**Szczęście** (...) Jeżeli by nie te dzieci, to nie wiem co ze mną by było. Dziecko dla mnie to jest wszystko, to jest cały mój świat.” [Grupa referencyjna]*

*„**Bezpieczeństwo**. Dlatego przychodzę tutaj do Polski, żeby te moje dzieci nie wiedziały, co to znaczy bombardowanie itd. To dla mnie jest pierwsze miejsce. Ja muszę wiedzieć, gdzie dziecko jest.” [Grupa referencyjna]*

*„**Wielką odpowiedzialność** jest przed Bogiem wychowywać dzieci. (...) Maksymalnie ich lubić, żeby oni wyrosli i mogli lubić też bliźniego człowieka.” [Grupa referencyjna]*

- **Więszy spokój.** W zakresie emocjonalnym brak poczucia zagrożenia, bezpieczeństwo. Czasami też lepsza sytuacja finansowa niż w Ukrainie – możliwość zapłacenia za drobne przyjemności, np. wspólny basen.
- **Poczucie odpowiedzialności. Przewartościowanie – większa świadomość istotności rodziny, dzieci.** Dokonywanie zmian ze względu na dzieci.
  - Więcej czasu spędzanego z dziećmi.
  - Zmiany miejsca zamieszkania, środowiska jeśli dzieci mają problemy z adaptacją. Poszukiwanie miejsc ze wspólnotami religijnymi, szkół wyznaniowych lub decyzja o zdalnej edukacji i pomoc w tym.
  - Większe zaangażowanie ze względu na liczne problemy adaptacyjne dzieci oraz problemy dzieci nastoletnich. = Poszukiwanie pomocy psychologicznej.
- **Niepokój** dotyczący przyszłości i stabilności życia – kwestie finansowe, miejsce zamieszkania, kwestie powrotu do Ukrainy lub nie.
- **Poczucie porażki, trudności w byciu autorytetem** – przy braku pracy, trudnościach językowych.
- **Dobry przykład polskich ojców** – większe partnerstwo z dziećmi, brak wyrażania negatywnych emocji, swobodne rozmowy.

„**Potrzebują ode mnie, jak ojca, więcej czasu w pełni z dziećmi.** Bo w Ukrainie to mieli kolegów (...) mieli rodzinę, babciu, dziadku, sąsiadów, których znali i mogli spędzić razem czas. A tutaj...” [Grupa referencyjna]

„**Więcej kontaktów, więcej rozmów, to jest zdecydowanie lepsze.** Tylko ja myślę, co ja im daję, co ja im pokazuję? Bo oni **patrzą na mnie, że jestem cały czas w domu, nic takiego nie robię.** (...) Ja się bardzo boję się za swój autorytet.” [Grupa Tato.N]

„**Zobaczyłem inne podejście do wychowania dzieci** i mi się to bardzo podoba. Nie wiedziałem, żeby ktoś z Polski krzyczał na swoje dziecko. (...) Zawsze rozmawiają między sobą i tak dalej.” [Grupa referencyjna]

**= Duża koncentracja na rodzinie i dzieciach.**

**Ojcostwo na uchodźstwie wydaje się swobodniejsze w zakresie kontaktu z dziećmi oraz bardziej uważne, związane z niepokojem o codzienne funkcjonowanie i przyszłość.**

- Badani zostali poproszeni o subiektywną ocenę własnego ojcostwa na skali 1-10 oraz wyjaśnienie z czym wiąże się dana ocena. Generalnie, nie było różnic w spostrzeganiu siebie jako ojca pomiędzy grupą uczestników Tato.Net i grupą referencyjną. Przeciętna ocena oscyluje między 6 a 7 (60-70%). Kilka osób z grupy uczestników Tato.Net spontanicznie zauważyło jednak, że na uchodźstwie ich samocena spadła. **Obecnie czują się gorszymi ojcami.** Wpływ na to ma brak stabilności, który czują, brak pewności siebie i niewiedza jak obecna sytuacja przyczyni się do przyszłości dzieci.



### Zdarzają się ojcowie, którzy wskazują połowę skali – 4 lub 5 punktów.

- Zapracowani, mniej czasu spędzają z dziećmi.
- Dzieci miały lub mają problemy adaptacyjne (emocjonalne, społeczne).
- Zaangażowani w pomoc Ukrainie lub na rzecz społeczności ukraińskiej.
- „Nieobecni” myślami lub pochłonięci sprawami ojczystego kraju.
- Reagujący emocjonalnie – brak cierpliwości, gniew.

*„Fizycznie mieszkamy w Niemczech, ale w naszych umysłach i sercach jesteśmy w domu. I to jest dwoistość, martwimy się o naszych krewnych. (...) Często rozmawiamy z nimi przez telefon. Znamy wszystkie wiadomości.” [Grupa Tato.Net]*

### Zdarzają się ojcowie, którzy oceniają się lepiej niż inni – na 8 punktów.

- Spędzają z dziećmi więcej czasu.
- Podejmują aktywności fizyczne (sport, wycieczki).
- Pracują dorywczo lub są bezrobotni.
- Dzielą obowiązki domowe z żonami – gotowanie, pomoc w lekcjach.
- Szybciej się adaptują. Żyją „tu i teraz”. Są mniej pochłonięci przeszłością i Ukrainą.

*„Ja zawsze dbam, żeby dzieciaki nie były głodne. Staram się pomóc z pracą domową. (...) **Żartuję z dziećmi. Robię taką komunikację bardzo koleżeńską.** I oni czekają na mnie, wiecie, biegną do mnie, jak idę do domu.” [Grupa referencyjna]*



## Metody Tato.Net – uczestnictwo, spostrzeganie i ocena

- W badaniu można wyróżnić **trzy grupy uczestnictwa w Tato.Net biorąc pod uwagę intensywność i zaangażowanie** poszczególnych osób. Przekłada się to na znajomość i sposób korzystania z metod Tato.Net.
  - Pierwsza grupa respondentów to **trenerzy i organizatorzy Tato.Net** na Ukrainie. Tworzyli i prowadzili Kluby, warsztaty, a także byli organizatorami Międzynarodowego Forum. To osoby świadome idei i obeznane z metodami Tato.Net. Obecnie, mają wiele trudności z prowadzeniem lub uczestnictwem w Tato.Net. Ich wspólnoty które zostały na Ukrainie albo się rozpadły albo ograniczyły działania. Kontakty z innymi ojcami nie tylko uległy rozluźnieniu ale, w obliczu wojny, powstały podziały, animozje, niesprawiedliwe oceny. To ludzie, którzy z sentymentem podchodzą do Tato.Net. Ich potencjał na uchodźctwie wydaje się być nie wykorzystany. Tym bardziej, że metody pracy (np. 7 sekretów ojcostwa) wykorzystują na co dzień, pomimo braku regularnych spotkań formacyjnych.
  - Druga grupa to **uczestnicy regularni**. Cyklicznie biorą lub brali udział w Klubach Ojcowskich i zdarza im się uczestniczyć w warsztatach. Wśród nich byli tacy, którzy po okresowym uczestnictwie, przestali chodzić na spotkania Tato.Net – zmienili miejsce zamieszkania, ale także świadomie zrezygnowali. To osoby znajdujące i korzystające z metod Tato.Net na poziomie uczestnictwa w warsztatach i spotkaniach oraz starające się wdrażać ciekawe lub słuszne ich zdaniem treści w codzienne życie i relacje. Część ojców z tej grupy koncentruje się głównie na treściach wiary i praktykach religijnych w rodzinie, inni na próbie rozwiązywania bieżących problemów z pomocą wspólnoty Tato.Net.
  - Trzecia grupa to **uczestnicy okazjonalni**, którzy skorzystali z pojedynczych warsztatów lub Forum Tato.Net na Ukrainie lub w Polsce, ale nie zaangażowali się na stałe w działania Klubów Ojcowskich. Te osoby albo są uczestnikami innych ruchów religijnych, np. neokatechumenatu, wspólnot grekokatolickich, itd.. i nie mają czasu na regularne angażowanie się w kolejną grupę. Część w ogóle nie podejmuje aktywności tego typu, a spotkania Tato.Net były traktowane raczej jako jednorazowa próba lub udział w wybranych, ciekawych dla nich eventach. Uczestnicy okazjonalni nie znają zwykle metod Tato.Net, często nie pamiętają poszczególnych tematów czy treści. Podoba im się natomiast idea Tato.Net, skoncentrowana na zaangażowanym ojcostwie.
- Udział w badaniu tak zróżnicowanej grupy dał możliwość przyjrzenia się metodom Tato.Net w szerokim spektrum zaangażowania.
- Obecnie, udział wszystkich grup uchodźców w spotkaniach i warsztatach Tato.Net, uległ ograniczeniu. Uchodźcy angażują się mniej zarówno jako prowadzący, jak i uczestnicy. Przyczyny słabszego zaangażowania zostaną omówione szczegółowo dalej (rozdział: Kierunki rozwoju Tato.Net).

- Niezależnie od stopnia obecnego zaangażowania badanych w Tato.Net, metoda Forum jest oceniana jednoznacznie pozytywnie przez wszystkich. Odbierana jako unikatowa formuła spotkania i możliwość doświadczenia oraz doskonalenia idei świadomego ojcostwa. Przykłady „żywego ojcostwa” zostają z nimi czasami przez lata i stanowią wzór lub punkt odniesienia.
- Słabe strony nie dotyczą samej metody Tato.Net, ale sposobu organizacji spotkania.

### Mocne strony / co wychodzi



- **Poczucie wspólnoty** = moc, siła, wspólnota idei, wartości i celu. Działa efekt skali, możliwość zobaczenia i policzenia się, przeżycie wspólnych emocji i przekonanie, że razem można coś zmienić.
- **Nawiązywanie kontaktów i inspiracja** – znalezienie przyjaciół i znajomych, ludzi podobnie myślących, z którymi można się potem spotykać. Poznani ojcowie z Polski, po rozpoczęciu wojny, okazali największej pomocy. Kontakty, nawet jeśli tylko na Facebooku, inspirują do codziennych działań – „też tak mogę” / „warto coś takiego zrobić”, etc.
- **Przykłady realizacji ojcostwa** / moc dobrych praktyk. Możliwość zobaczenia jak radzą sobie inni w sytuacjach trudnych, w rodzinach wielodzietnych, w innych kulturach (miejscach na świecie).
- **Przekazywanie idei Tato.Net** – wartości spotkań, doskonalenia ojcostwa, dzielenia się.

*„Zrzeszenie kilkuset facetów na jednej sali, na temat wartości ojcostwa jest czymś mocnym, nie do przebiccia. (...) Szczególnie, różnych wyznań, na pewno różnych partii, poglądów społecznych, na pewno statusu społecznego. Ktoś biedniejszy, ktoś bogatszy, ale nikt się nie wychyla, a wszyscy wokół ojcostwa. Ja byłem inspirowany, żeby właśnie w Ukrainie prowadzić taką działalność.” [Grupa Tato.Net]*

### Słabe strony / co nie wychodzi



- **Podejście marketingowe, biznesowe.** Ewolucja w kierunku komercjalizacji. Konieczności pozyskiwania funduszy jest zrozumiałe, natomiast może być odbierane jako „zaprzeczanie ideałom wspólnoty ojców”. Nie powinno np. wpływać na relacje, język, rozliczanie wkładu poszczególnych osób, etc. Szczególnie w przypadku uchodźców, ich sytuacja i materialna i w zakresie kontaktów społecznych, utrudnia zaangażowanie się w organizację i pozyskiwanie funduszy czy osób.
- **Brak zrozumienia sytuacji Ukraińców**, którzy po wybuchu wojny zmienili priorytety. Wyjazd na Forum, spotkanie z ojcami, nie jest brane pod uwagę, ponieważ w tej sytuacji, nie jest istotne.

- Kluby Ojcowskie, zdaniem uchodźców, to miejsca gdzie można „naładować baterie” poprzez rozmowę i wymianę doświadczeń.
- Uchodźcy rezygnujący ze spotkań Tato.Net w sposób świadomy wskazują przede wszystkim na brak dzielenia się i wsparcia w grupie. Nie mają szansy na „wyrzucenie z siebie” narastających problemów w rodzinach, w relacjach z dziećmi i poczucia ulgi, że nie są z tym sami. Istotna jest nie tyle sama możliwość wygadania się, co doświadczenie podobieństwa, zgodności doświadczeń z innymi ojcami. Doceniają merytoryczne przygotowanie prowadzących, otrzymywane wskazówki i materiały. Odbierają to jednak bardziej jako instruowanie niż odkrywanie. Brak spontaniczności w grupie, podawania przykładów z życia innych ojców odbierają jako zamknięcie i brak szczerości.

### Mocne strony / co wychodzi



- **Rozmowa, wymiana doświadczeń** – szukanie przykładów jak radzić sobie z problemami.
  - **Możliwość wygadania się**, „spuszczenie pary”, podzielenie się problemami i radościami.
  - **Podobieństwa** – uświadomienie, że inni są podobnymi ojcami, mają zbieżne problemy, odczucie ulgi oraz zbieranie sił do trudów codzienności.
- **Ważne, życiowe problemy:** jak ograniczać korzystanie ze smartfonów, jak skutecznie przekazać wiarę, jak rozmawiać.
- **Spotkania w męskim gronie** – unikalna perspektywa, możliwość pokazania słabości, wzajemna akceptacja.
- **Stopień przygotowania prowadzących** – merytoryczne zaangażowanie, dzielenie się wiedzą, wyszukiwanie przykładów.
- **Otrzymywanie wskazówek** – jak działać, jak funkcjonować. Jeśli ojcowie ich potrzebują, mogą być pomocne.

### Słabe strony / co nie wychodzi



- **Mało dogodnych terminów i godzin spotkań** - w tygodniu, w godzinach wieczornych. W wielodzietnych rodzinach jest wtedy zbyt dużo codziennych obowiązków.
- **Teoretyzowanie, instruowanie, mało działania.** W obszarze treści więcej podejścia mentorskiego, wykładowego. Mniej dzielenia się, wsparcia wzajemnego, które w grupie uchodźców jest istotne.
  - Mniej wspólnych działań, wyjazdów, które skierują uwagę na inne tory, pozwolą przeżyć dobre doświadczenie, nawet najprostsze, np. zbieranie grzybów, wędkowanie, etc.
  - Zbyt dużo zadań do domu, zobowiązań do realizacji.
  - Zbyt mało opowieści indywidualnych ojców o relacjach z ich dziećmi i trudach wychowania w obecnych czasach.



„Jestem w środowisku innych ojców i przenoszę do domu od nich, od tej wspólnoty (...) **ich doświadczenie, jakie wspiera moje sposoby wychowania.** (...) Jak widzę, że inni ojcowie tak samo mają, to mnie wspiera i ja czuję się lepszym. To znaczy, staję mocniej na ziemi.” [Grupa Tato.Net]

„**Mam rozumienie, że ja mam też takie problemy jak inni mają.** (...) Inni jest bardzo duże problemy jak mnie, ja jest niejeden. My zawsze coś mówili, żeby... jak sprawdzić te problemy, jak każdy sprawuje się z tymi problemami. Osobno w swojej rodzinie, co robić dobrze. I my sobie tak siedzieli, gadali, jak to stać lepszym ojcem. (...) **Taki spokój daje, że ja ma tak jak ty,** jak kowtok czystego powietrza, tak chuch.” [Grupa Tato.Net]

„Przy kobiecie mężczyzna musi być mężczyzną. Zawsze bohater, zawsze obrońcą, zawsze silny, aby kobieta czuła się chroniona. (...) **A w męskim gronie, on może się otworzyć z zupełnie innej strony. I tam poczuje męskie wsparcie.** Kiedy mężczyźni będą się za niego modlić, będą się modlić za jego sytuację” [Grupa Tato.Net]



„W Polsce bardziej poszło w mentorstwo i część lekcyjną. A ja mam tego dość. Ja teraz **potrzebuję bardziej wsparcia i wspólnego dzielenia się.** Może wspólnego jakiegoś działania. **Niżeli słuchać kogoś, kto mi będzie opowiadać jak trzeba.**” [Grupa Tato.Net]

„Byłem za bardzo otwarty, za bardzo szczery i w jakiś moment odczułem, że ja mogę nawet szokować innych (...) zachowaniem dzieci. **Inni ojcowie nie opowiadali tak otwarcie.** I... Wtedy zdecydowałem troszeczkę uspokoić się i bardziej obserwować, słuchać. Nie ujawniać tylko.” [Grupa Tato.Net]

„**Dostałem tyle informacji, zadań do domu, że nie dawałem rady wszystko wykonywać** i w jakiś moment zrozumiałem, że trzeba zrobić przerwę, załatwić to co ja znam, to co wiem, to co ja rozumiem.” [Grupa Tato.Net]

„**Klub, ja go bardzo potrzebuję. Spotkanie ojców, żeby parę spuścić.** (...) Problem polega na tym, że odbywa się w godzinach wieczornych, kiedy my z żoną mamy już podzielone obowiązki. Czyli z jednej strony mam tam pójść, żeby być lepszym ojcem, a z drugiej strony, żeby pomóc żonie z dziećmi to ja muszę być w domu. I to jest ten dylemat.” [Grupa Tato.Net]

- Warsztaty są miejscem nabywania wiedzy oraz doskonalenia metod wychowawczych, w tym tak ważnej dla badanych, formacji duchowej.
  - W przypadku wyjazdów z dziećmi, efekty pogłębienia więzi są widoczne od razu, dlatego same warsztaty są oceniane bardzo pozytywnie i przywoływane w pierwszej kolejności jako wartościowe.
  - W przypadku warsztatów dla ojców ich wartość zależy od prowadzącego, na ile potrafi przełożyć pojęcia / sekrety na konkretne przykłady i na ile są one aktualne.

### Mocne strony / co wychodzi



- **Warsztaty z dziećmi**
  - **Budowanie więzi ojca z dziećmi**, wspólnego, pozytywnego, doświadczenia i budowania dobrych wspomnień.
  - **Dzieci chętnie w nich uczestniczą.**
  - **Budowania kręgu rodzin**, które się znają i wspierają – dzieci mają możliwość wspólnej zabawy w bezpiecznym gronie.
- **Warsztaty dla ojców**
  - **Zrozumienie relacji z własnymi ojcami.** Możliwość przebaczenia i budowanie ciągłości pokoleń. = zyskiwanie spokoju wewnętrznego.
  - **Przeżycie duchowe**, które są dla badanych podstawą dobrego ojcostwa.
  - **Nabieranie świadomości metod wychowawczych**, sposobów docierania do dzieci

### Słabe strony / co nie wychodzi



- **Warsztaty / wyjazdy z dziećmi**
  - **Płatne wyjazdy.** Nie jest to wydatek pierwszej potrzeby, więc jest w dalszej kolejności i często nie wystarcza na niego pieniędzy. Jeśli bezpłatnie – informacja przychodzi w ostatniej chwili, np. wyjazd następnego dnia = brak możliwości wzięcia urlopu, przełożenia planów dzieci, etc.
  - Warsztaty z dziećmi **nie sprawdzają się w okresie nastoletnim.** Brakuje wypracowania metody, która pomogłaby na tym etapie relacji.
  - **Jednodniowe warsztaty z dziećmi wydają się za krótkie.** Warto byłoby zostać na noc, wspólnie biwakować.
- **Warsztaty dla ojców**
  - **Język opisu jest zbyt formalny i dyrektywny, mało współczesny** (np. 7 sekretów).
  - Wykorzystywane przykłady amerykańskie nie odzwierciedlają rzeczywistości, w której znaleźli się uchodźcy w Europie. = **Brak utożsamienia utrudnia przyjmowanie treści.**

1. Utrzymuję wysoki poziom **zaangażowania** w sprawy mojego ojcostwa;
  2. **Znajomość** - znam właściwości charakterystyczne dla każdego z dzieci oraz to, czego oczekiwać od nich odpowiednio do wieku;
  3. **Stalność** - jestem konsekwentny w stosunku do moich dzieci, jeśli chodzi o słowność, zwyczaje i zachowanie;
  4. **Bezpieczeństwo i troska** - panuję nad kryzysami w konstruktywny sposób i zabezpieczam potrzeby finansowe mojego domu;
  5. **Miłość i szacunek do matki dziecka** - usilnie pracuję i czuwam nad ożywianiem silnych więzów małżeńskich z moją żoną;
  6. **Aktywne Słuchanie** - aktywnie słucham moich dzieci i pozwalam im wyrażać ich myśli, emocje i obawy;
  7. **Duchowe Wyposażenie** - angażuję się w zapewnienie warunków do duchowego rozwoju dzieci przez naukę modlitwy, studiowanie Biblii, formację patriotyczną.
- Wielu ojców, którzy uczestniczyli w warsztatach, nie pamięta poszczególnych sekretów. Uznają całość spotkania za wartościową – uświadamiającą, pokazującą rolę ojca w rodzinie. Jeśli pamiętali poszczególne treści, za ważne uznawali:
    - **Zaangażowanie i łączność**, bez których nie byłoby kontaktu z dziećmi – poszukiwanie wspólnych zainteresowań, aktywne spędzanie czasu, czytanie – proste rzeczy, które pozwalają być z dziećmi i cieszyć się z tego kontaktu.
    - **Duchowe wyposażenie**, wymiar religijny, szczególnie istotny na obecnym etapie życia ich oraz dzieci. Określa tożsamość wielu ojców, to kim są i to co chcą przekazać swoim dzieciom.
    - **Aktywne słuchanie** – aby rozumieć, być na bieżąco z tym czym żyje dziecko.
  - Trenerzy, którzy brali udział w warsztatach pokazujących nowoczesne podejście do metody 7 sekretów Tato.Net, bardzo chwalą uwspółcześnienie tej metody. Podoba się wykorzystanie języka i pojęć psychologii oraz narzędzi które oferuje oraz nie poprzestawanie na konserwatywnych treściach. Takie ujęcie bardziej pasuje do współczesnego odbioru świata. Daje też podpowiedzi, narzędzia pomocne w wychowaniu dzieci.

*„**Duchowość jest tym, kim jesteś, czym jesteś i skąd pochodzisz.**  
(...) Przynajmniej chodzi o chodzenie do kościoła czyli modlitwa. (...)  
Oczywiście, są duchowe pytania dotyczące Ukrainy, ale także  
wszystkiego innego.” [Grupa Tato.Net]*

*„**Są one wyobrażone w psychologii.** Zainwestowali wiele takich  
innowacji (...) przedyskutowali, podjęli decyzję i już **interpretują**  
**to w nowoczesny sposób. Nie idą w konserwatywne myśli.** I w  
sumie to mi się podoba.” [Grupa Tato.Net]*

- Pokazanie dzieciom, że są ważne dla ojca. Szczególnie w rodzinach wielodzietnych, kiedy wyjazd z jednym dzieckiem koncentruje uwagę tylko na tej relacji. Pomaga nawiązać więź i buduje dobre wspomnienia.
- Zrozumienie między dzieckiem a ojcem + wzajemne zaufanie, które pozwala na zbudowanie dojrzałej relacji.
- Obserwacja innych ojców, ich podejścia do dzieci, sposobów radzenia sobie w różnych sytuacjach.

## Tato & Córka

- Poznanie się wzajemne, rozmowy, przełamywanie barier. Znalezienie czasu tylko dla siebie.
- Budowanie pewności siebie córki poprzez akceptację ojca, docenienie córki.

*„Nieśmiała była, wstydziła się, co tato może powiedzieć, ale zobaczyła ile ojców jest z córkami, też był w jej wieku. Później powiedziała, że jej się spodobało, że jest szczęśliwa i cieszy się, że jest moją córką i bardzo we mnie docenia poczucie humoru, że ze mną może być wesoło. Tego nie wiedziałem. (...) **To spotkanie przełamało ściany w taki sposób niewymuszony i to bardzo to doceniam.**” [Grupa Tato.Net]*

## „Wielka przygoda” na kajakach (głównie z synami)

- Możliwość spędzenia czasu z dziećmi w pięknych okolicznościach przyrody. Wspólne działanie, np. rozpalenie ogniska, przygotowanie posiłku.
- Warunki ograniczone, zamknięte w kajaku – motywują do rozmów, spędzania czasu z dala od smartfonów i laptopów.
- Realny wypoczynek, oderwanie myśli od świata, koncentracja na prostych czynnościach – wiosłowaniu, przybiciu do brzegu, przeszkodach na wodzie.

*„Przygoda, to **ty wspólnie z dzieckiem przeżywasz i ty widzisz, jak inni ojcowie to też przeżywają.**” [Grupa Tato.Net]*

*„**Te zajęcia bardzo dużo dają dzieciom i nam to bardzo pomaga jako rodzicom, tylko że one są płatne.**” [Grupa Tato.Net]*



### Międzynarodowe Forum Tato.Net

**Doświadczenia formujące** = zrozumienie istotności relacji z dziećmi oraz moc wspólnoty ojców z różnych stron świata i niezależnie od wyznawanej religii.

### Warsztaty z udziałem ojców i dzieci

**Czas aktywnie spędzony z dziećmi** = budowanie dobrych doświadczeń i wspomnień.

Przyjrzenie się relacjom innych ojców z dziećmi = **zebranie dobrych praktyk**.

*„Tysiąc ojców, sami **mężczyźni mówią tak szczerze o swoim ojcostwie i to mnie bardzo budowało.**” [Grupa Tato.Net]*

*„**To środowisko jest inspirujące.** (...) Widzisz, że jest wielu podobnie myślących ludzi, którzy potrzebują wiedzy o rodzicielstwie, wiedzy o ojcostwie. I to nie jest tak, że jesteś samotnym wilkiem gdzieś na całym świecie.” [Grupa Tato.Net]*

*„Każde spotkanie, w tym rafting, jak to nazwał Maxi, było przygodą. **To było coś, co mój syn wciąż pamięta. To było coś wyjątkowego, gdzie byliśmy tylko ja i on.** (...) Wtedy on się otwiera, staje się bardziej szczerzy, staje się bardziej życzliwy. To buduje zaufanie między ojcem a synem, które było potrzebne przez następnych 14 lat.” [Grupa Tato.Net]*

- Badani, uczestnicy spotkań Tato.Net, spontanicznie zwracali uwagę na generalne **znaczenie Tato.Net jako organizacji, która budzi świadomość ojców**. Treści dostarczane przez Tato.Net, niezależnie od metod uczestnictwa, „obudziły” ich ojcostwo i pomagają je realizować. Podkreślali zrozumienie i samodoskonalenie w zakresie:
  - Czasu spędzanego z dziećmi, świadomości „tu i teraz”, podejmowanie wspólnych aktywności by umacniać więzi.
  - Zainteresowania i uwagi, którą poświęcają się dzieciom, co buduje ich jako ludzi i może stworzyć im lepsze życie.
  - Wsparcia kobiet / żon w rodzinie oraz budowanie relacji małżeńskich.
  - Wspierania rozwoju duchowego własnego i rodziny.
- Dodatkowo, wartością spontanicznie podkreślaną, jest **spotykание się w gronie samych mężczyzn**, co daje możliwość koncentracji rozmów na roli ojca i męża oraz pozwala na swobodniejsze czasami dzielenie się sukcesami, ale i wyzwaniem i trudami tych ról.

„Kiedy moja żona słyszy, że będzie Tato.Net, jakkolwiek event, czy to Forum, czy warsztat, wyrzuca mnie z domu, mówi: "Idź, bo przychodzisz zupełnie inny. (...) **Widzi, że znów jestem rozpalony większym pragnieniem spełnienia się w rodzicielstwie, bycia lepszym ojcem, lepszym mężem, poświęcania jej więcej uwagi.**”  
[Grupa Tato.Net]

„Tato.Net dawała mi taki moment, że **mogę być nie prosto dobrym ojcem, a bardzo dobrym ojcem.**” [Grupa Tato.Net]

„Tato.Net pokazuje, że **trzeba mieć więcej kontaktu ze swoimi dziećmi.** (...) Bo twoi dzieci jak wyrosną, oni już pójdą i ty ich nie zobaczysz już. I ten czas spłynięty jest i nie wrócisz ten czas.”  
[Grupa Tato.Net]

- Idea i organizacja Tato.Net, w deklaracjach uchodźców, którzy nie brali jeszcze w niej udziału, podoba się ojcom. Przekonują:
  - **Możliwość spotkania z innymi ojcami, zebrania doświadczeń innych** i zaradzenia problemom z dziećmi, np. niechęć dzieci do praktyk religijnych, zbyt intensywne korzystanie z nowoczesnych technologii, zamykanie się w sobie lub odwrotnie bunt, gniew, nieposłuszeństwo.
  - **Warsztaty z dziećmi**, możliwość wspólnych wyjazdów – ten pomysł szczególnie przekonuje, ponieważ daje możliwość wyjścia ze schematu codziennego funkcjonowania, uczestnictwa wraz z innymi w przygodzie.
  - **Wspólna modlitwa** – pomaga w zachowaniu spokoju grupy, wyciszeniu, „człowiek psychicznie odpoczywa”.
  - **Polecenie Tato.Net przez inne osoby**, zaangażowane już w tę wspólnotę – wierzący, działający społecznie ludzie, którzy poleceni byli przez wspólnoty, w których uczestniczą respondenci.
  - **Miejsca spotkań** – w kościołach lub salach przy kościołach – miejsca powszechnie dostępne, bezpieczne, znane.

= Wygląda na to, że w przypadku uchodźców, dobra, przekonująca ich idea nie wystarczy. Potrzeba jeszcze gwarancji bezpieczeństwa – znanych ludzi, którzy legitymują organizację lub miejsca o powszechnym szacunku, typu sale przykościelne.

„Dziecko jest w innym kraju, inny język. **Ta relacja z ojcem wyrywa jego myśli o Ukrainie.** Chociaż w ten czas mogą porozmawiać o czymś innym.” [Grupa referencyjna]

„**Można się dzielić sukcesami i nie sukcesami. I można znaleźć wsparcie od kogoś.** Nawet ktoś może podać odpowiedź na to pytanie, które masz gdzieś tam w sercu, w głowie.” [Grupa referencyjna]

„Uważam, że Tato.Net to jest bardzo **dobra idea, którą organizowali dobrzy ludzie.**” [Grupa referencyjna]

„**Słyszałem, że jest ekipa, która ma rekolekcje dla ojców i synów.** (...) Wiem, po opowiadaniach moich kolegów, że to jest fajne, że są zajęcia wspólne, spędzanie czasu wspólne i pozytywnie wpływa na dziecko i na ojca.” [Grupa referencyjna]

- Obawy które budzą spotkania ojców w ramach Tato.Net:
  - Za słabą stroną oferty Tato.Net uznają **brak alternatywnych spotkań dla kobiet i dzieci**. W przypadku uchodźców, którzy żyją samotnie, ze słabymi więziami społecznymi (brak dalszej rodziny, przyjaciół i znajomych, ograniczone kontakty rówieśnicze), wyjazd ojca na spotkanie poza konieczną pracą, jest realną utratą kontaktu, który dzieci i żona nie mają czym uzupełnić.
  - **Niepewność, brak przekonania** co do realnych efektów spotkań ojców, czy rzeczywiście są w stanie zmienić, poprawić relacje z dziećmi. Szczególnie że cykliczne czy częste spotkania zabierają czas, który mogliby spędzić z rodziną.
  - Subiektywne doświadczenie porażki / niepowodzenia jaką ponieśli jako ojcowie. Jeśli mają dzieci starsze, nastoletnie lub dorosłe, **obawiają się smutku, utraty**, które takie spotkania mogą wywołać. Mają wrażenie, że ponieśli częściową porażkę jako ojcowie. Wiedzą, że nie nadrobią straconego czasu, a spotkania ojców jeszcze bardziej im to przypomną.
  - **Brak przekonania do słuszności osobnych spotkań dla mężczyzn**, którzy w męskim gronie mają skłonność do rywalizacji, mogą zamykać się lub przywdziewać maski i rywalizować. Ponadto, brak perspektywy drugiej płci dychotomizuje życie rodzinne oraz sprzyja stereotypom, zamkniętym sposobom myślenia.
- Część badanych mężczyzn z grupy referencyjnej, głównie niewierzący, nie widzi potrzeby spotkań i rozmów na temat ojcostwa. Czują się wystarczająco wykształceni w tym zakresie i mają na tyle dobre relacjami z dziećmi, że nie mają potrzeby koncentracji na nim.

*„Ważne, żeby mogli wszyscy brać udział, bo na przykład jak żona ma zajęcia w tym klubie kobieckim, to ja spędzę czas na swoje osobne zajęcia (...) a dzieci na swoje.” [Grupa referencyjna]*

*„Ja to najbardziej martwię się o tym, że wytraciłem ja czasu, bo dziecko ma już 15 lat, jest teraz nastolatka, gdzie jego autorytetem nie jest już ja. (...) To przynosi taki smutek. Bo nie poradziłem sobie wcześniej. (...) Czy to będzie rozwój w naszych relacjach? Niepewność tego.” [Grupa referencyjna]*

## **Kierunki rozwoju Tato.Net – potrzeby i oczekiwania uchodźców**

- Uczestnicy Tato.Net na Ukrainie, którzy brali udział w Klubach Ojcowskich, a nawet sami je prowadzili, ograniczyła swoją działalność na uchodźctwie. Przyczyny w wymiarze indywidualnym, także wewnętrznym:
  - **Problemy w domu** (choroba, stany depresyjne żony lub dzieci) + narodziny kolejnych dzieci / posiadanie małych dzieci = konieczność zwiększonego zaangażowania w domu. W przypadku uchodźców sytuacje takie są częste i intensywne. Problemy nawarstwiają się i dotyczą różnych członków rodziny. Zaangażowanie rodziców w dom i wychowanie dzieci jest bardziej intensywne i niezbędne niż w rodzinach polskich. Brak szerokiej rodziny (dziadków, wujków i przyjaciół) oraz słabsze więzi rówieśnicze ich dzieci, silniej wiążą rodziców w domach.
  - **Wypalenie emocjonalne**, problemy wewnętrzne, psychologiczne – przytłoczenie sytuacją uchodźstwa może prowadzić do wycofania z kontaktów społecznych, do emocjonalnego zamrożenia jako strategii przetrwania w sytuacji, która ich przerasta, trwa długo i intensywnie. Niektórzy nie potrafią obecnie pomóc innym i sobie, nie mają do tego wystarczających zasobów.
  - **Budowanie pewności siebie** – w Polsce są tylko uczestnikami spotkań, nie partnerami czy trenerami. To przyczyna utraty pewności siebie, przypomnienie, że są w innej sytuacji. Sami obecnie potrzebują i korzystają z pomocy, co powoduje że czują się upokorzeni, słabsi, zależni. Wolą się więc wycofać niż, uczestnicząc w spotkaniach, stale przypominać sobie o utracie i zależności.
  - **Kwestie tożsamościowe, weryfikacja priorytetów i postaw życiowych** – sytuacja ekstremalna w której znaleźli się uchodźcy powoduje, że na nowo stawiają sobie pytania egzystencjalne oraz szukają odpowiedzi w nowych odsłonach, definicjach, które odpowiadają ich sytuacji. Jedni odnajdują się np. bardziej we wspólnotach religijnych, które kładą nacisk na praktyki religijne i spotkania stricte duchowe.

**= Uchodźcy wycofani, zapracowani, którzy nie mają czasu lub siły psychicznej na kontakt, najbardziej tego kontaktu potrzebują!**

*„Kilka razy próbowałem konsultować ludzi, ale mi nie poszło. Aż na tyle **czułem się po prostu wypalony emocjonalnie**. Nie mogę i koniec. (...) To w nowych warunkach, kiedy inaczej się myśli, **priorytety się zmieniają, mocno w głowie zaczynam filtrować**. I te rzeczy, które były na prawdę ważne, dla mnie teraz są mniej ważne.” [Grupa Tato.Net]*

- **Dotychczasowy sposób funkcjonowania Tato.Net może być nieadekwatny do potrzeb uchodźców.** Zebrano następujące uwagi:
  - **Kwestie organizacyjne** – są czynnikiem istotnym, który ogranicza zaangażowanie. Nie wpływa jednak na ocenę samej organizacji Tato.Net, jej programu, celów i sposobów działania.
    - ✓ Brak Klubów Ojcowskich w miejscowościach w których mieszkają uchodźcy. Dojazdy do dużych ośrodków na spotkania są nierealistyczne – przede wszystkim zabierają zbyt dużo czasu, ale także brak środków komunikacji (samochód, benzyna).
    - ✓ Organizacja spotkań w tygodniu uniemożliwia łączenie życia zawodowego, rodzinnego i regularne uczestnictwo w spotkaniach.
    - ✓ Ograniczenie spotkań do społeczności Ukraińców – koncentruje uwagę na wojnie i bieżących problemach kraju a nie na rodzinie. Społeczność Ukraińska nie jest homogeniczna pod względem języka, religii, ale i mentalności. Spotkania mogą być źródłem niezgodności, niekorzystnych porównań, etc.
  - **Przekazywane treści oraz sposób przekazu** – mogą być źródłem kolejnego stresu.
    - ✓ Sposób prowadzenia zajęć – koncentracja na metodach wykładu czy prelekcji, a nie możliwości podzielenia się, opowiedzenia swoich historii i posłuchania przykładów, jak inni radzą sobie w podobnych sytuacjach.
    - ✓ Rodzaj treści oraz styl i sposób przekazu, mogą być nieadekwatne do sytuacji, w której znaleźli się uchodźcy:
      - Treści mentorskie, powinnościowe (np. „ojciec powinien....” / „panuję nad kryzysami....”) – mogą być odbierane jak pouczanie oraz stanowić kolejny element stresogenny w trudnej sytuacji uchodźstwa. Może to wynikać z używania specyficznych sformułowań językowych lub dyrektywnego sposobu prowadzenia zajęć.
      - Treści skoncentrowane na sile męczyzny (odpowiedzialność, autorytet, wzór) rodzą dysonans u ludzi, którzy zaczynają od nowa, uczą się języka, szukają pracy. W zakresie umiejętności językowych, szybkości uczenia się i orientacji są czasami słabsi od swoich dzieci. Budowanie autorytetu ojca musi opierać się na innych podstawach, których nie znają, które mogą nie być zgodne ze stereotypem silnego mężczyzny.
      - Brak uznania i pozytywnych wzmocnień dla decyzji którą podjęli ojcowie z Ukrainy (wyjazd z kraju, odpowiedzialność za rodzinę).
      - Brak przykładów radzenia sobie w nowej rzeczywistości.

- Badani zwrócili uwagę na **wyzwania przed którymi staje Tato.Net w znalezieniu odpowiednich treści i metod** dotarcia do:
  - Ojców uczestniczących w wojnie, z traumami wojennymi – problemy psychiczne utrudniające lub uniemożliwiające dotychczasowy sposób życia.
  - Ojców wracający z wojny jako niepełnosprawni – problemy w budowaniu autorytetu głowy rodziny pomimo braku pracy, problemów emocjonalnych, komunikacyjnych, etc.
  - Ojców rozwiedzionych / rodzin rozbitych, które nie wytrzymały próby kilkuletniej rozłąki, braku zaangażowania któregoś z rodziców lub odmiennych pragnień ułożenia swojej przyszłości.
  - Całej społeczności ukraińskiej – podzielonej sposobami reakcji na wojnę, językiem, miejscem zamieszkania, etc.
  
- Osobnym problemem wydaje się **wypracowanie przez Tato.Net opinii i reakcji na uchodźców nielegalnie przekraczających granice**.
  - Z jednej strony, trudność w piętnowaniu mężczyzn, ojców rodzin, którzy w sytuacji ekstremalnej wybrali ucieczkę przed wojną.
  - Z drugiej strony, postawienie kwestii patriotyzmu i wyborów moralnych, które są spójne z ideami Tato.Net.

*„Większość Ukraińców nielegalnie przekraczają granicę, dlatego, żeby być ze swoją rodziną. (...) Jaki ty przykład pokazujesz? Ty zapłacili łopówkę, 5-6 tysięcy dolarów, żeby przekroczyć nielegalnie granice i żyć w Polsce? Jaki ty dajesz przykład dla dzieci? (...) Dla mnie to trudne. **Co ja powiem do tego ojca, hej, jedź w Ukrainę i tam walcz. A ja tutaj siedzę, ja nie mogę tak powiedzieć.**” [Grupa Tato.Net]*

*„Nie wiem, **co Tato.Net może opowiedzieć na przykład ojcowi wojskowemu, który wrócił z frontu.** Myślę, że to, co on przeżył... Nie jestem pewien czy w stosunku do tego jakiś inny program... będzie w stanie pomóc.” [Grupa Tato.Net]*

*„Teraz mamy wojnę, a to zupełnie inne wyzwanie. Dzieci, które straciły swoich ojców lub **dzieci, których ojcowie wrócili jako niepełnosprawni, myślę, że to naprawdę zupełnie nowe wyzwanie** jak sobie z tym poradzić.” [Grupa Tato.Net]*



- **Kwestie organizacyjne i forma spotkań.** Uchodźcy w Polsce i Unii Europejskiej, niezależnie z której grupy badanej, to ojcowie rodzin wielodzietnych, którzy koncentrują się na ich utrzymaniu, ale także starają się pomagać w wychowaniu dzieci. Dla nich regularne spotkania, szczególnie jeśli trzeba na nie dojechać, są trudne ze względu na czas, organizację transportu i koszty.
  - **Preferują formy warsztatów** lub spotkania organizowane rzadziej, np. raz w miesiącu, raczej w weekendy i z udziałem rodzin.
  - **Formy spotkań online nie są odrzucane.** Uznano je za ciekawy pomysł, który mogliby przetestować. Szczególnie w przypadku seminariów i wykładów byłoby to łatwe do zastosowania. W przypadku spotkań Klubu, mogłyby sprawdzić się natomiast małe grupy ojców (nawet 3-4 osoby), motywowane odpowiedzialnością za siebie. Byłyby szansą na stworzenie wspólnot wzajemnej pomocy, motywowania i dzielenia się trudami codzienności. Uczestnicy regularni spotkań Tato.Net byli przeciwni formie online ze względu na trudność stworzenia wspólnoty. Punktem odniesienia były dla nich jednak spotkania dużych grup (10-12 ojców).
  - Osoby z grupy referencyjnej, ale także uczestnicy sporadyczni Tato.Net, **najchętniej uczestniczyliby w spotkaniach rodzin.** Mogą być podzielone na sekcje ojców i matek oraz dzieci. Ważne by każdy z członków rodziny przeżył coś ważnego oraz nawiązał nowe kontakty społeczne. Kwestia ekonomiczna, wspólny wyjazd, też ma niebagatelne znaczenie.
- **Informacja o działaniach Tato.Net:** Warto zwrócić uwagę, że uchodźcy spontanicznie nie wymieniali stron Tato.Net jako źródła wiedzy i informacji o organizacji warsztatów czy spotkań, pomimo że ma ona wersję ukraińską. Część respondentów nie wie gdzie szukać spotkań Klubów. Jeśli przebywają w mniejszych miejscowościach są przekonani, że nie ma dla nich oferty Tato.Net.

*„Dobrze by było, gdybyśmy się spotykali raz w miesiącu, w jeden dzień, w sobotę. Była też jakaś część formacyjna, jakiś temat, krótka konferencja. (...) **Miło było usłyszeć czyjeś doświadczenie, jak wy dostać się z tych sytuacji, które są zakorzenione w ich życiu.**” [Grupa Tato.Net]*

*„**Pomyślenie o zrobieniu tego online i organizowaniu seminariów, aby ludzie mogli dołączyć, słuchać, ćwiczyć, a nawet spotykać się w klubie Taty. (...) Raz w tygodniu spotkanie online jest również dobre i o wiele lepsze niż nic i myślę, że również skuteczne.**” [Grupa Tato.Net]*

- Osoby badane, pomimo świadomości oferty Tato.Net ukierunkowanej na spotkania z mężczyznami, wskazują na szczególną potrzebę tej grupy by pomyśleć o rodzinie jako całości. Organizacja spotkań osobnych, ale z myślą o każdej części rodziny:
  - **Ojcowie.** Spotkania w grupach mieszanych, polsko-ukraińskich. Odrzucają jednoznacznie spotkania samych ojców z Ukrainy jako potencjalnie trudne ze względu na różnice doświadczeń uchodźczych. Uznają, że będą one też mniej efektywne – brak odmiennej perspektywy, mniej przykładów radzenia sobie z trudnościami. Grupy mieszane uznają za szansę na wzajemne poznanie się, czerpanie z różnorodnych doświadczeń oraz możliwość bycia wysłuchanym. Zakładają otwartość środowiska ojców. Dodatkowo, ukraińscy ojcowie zwracają uwagę, że czerpią inspirację od polskich ojców, których odbierają jako bardziej otwartych i zaangażowanych.
  - **Matki** – w rodzinach uchodźców wielodzietnych, kobiety rzadziej pracują, zostają w domach i często gorzej znoszą adaptację do warunków obcego kraju. Nie pracując mają słabsze umiejętności językowe i mniej nowych kontaktów społecznych. Mężowie, uczestnicy badania, są często tego świadomi i wolą wybrać wspólnoty, które oferują budowania relacji z innymi rodzinami.
  - **Dzieci** – w przypadku spotkań rodzinnych, zajęcie dzieci warsztatami, umożliwiłoby rodzicom uczestniczenie w innych spotkaniach.

*„Przede wszystkim brakuje mi komunikacji z mężczyznami. W pracy, tak, ale to nie ten rodzaj komunikacji mam na myśli. (...) Chodzi o to, żeby nauczyć dzieci tego wszystkiego. **Przemyślenie co do tej pory zrobiłem, gdzie się pomyliłem i co można poprawić.**” [Grupa Tato.Net]*

*„**Nie powinniśmy zapominać o matkach naszych dzieci, o tym, co się z nimi dzieje i jak chcą wrócić do Ukrainy, i jak to czasami może rozerwać rodzinę, że żona chce wrócić, a mąż mówi, gdzie ty jedziesz i gdzie ja wrócę.**” [Grupa Tato.Net]*

*„**Musi być mieszana, bo tu są Ukraińcy i oni muszą się przyzwyczaić do mentalności polskiej.**” [Grupa referencyjna]*

- Podstawowe oczekiwanie ukraińskich ojców to **stuchanie innych doświadczeń oraz możliwość opowiedzenia swoich historii**. Podczas spotkań nie może więc zabraknąć miejsca na dzielenie się. Przy czym, nie powinna być to część najkrótsza i traktowana jako wstęp lub uzupełnienie tematu. Zakłada raczej potrzebę wzajemnego wysłuchania, a w razie poważniejszych lub nierozwiązanych problemów, koncentrację grupy, przywołanie podobnych doświadczeń by pomóc zrozumieć lub dać przykłady sposobów rozwiązania. Dla badanej grupy ważne jest także **wsparcie duchowe** – wspólna modlitwa, także w intencjach nierozwiązanych problemów. To przynosi ojcom ulgę i siłę.
- Uchodźcy **oczekują podejmowana uniwersalnych tematów**, choć chcieliby dzielić się swoją unikalną perspektywą.
- Tematy, treści ciekawe i potrzebne respondentom:
  - Ojcostwo i relacje z dziećmi na wszystkich etapach rozwoju. Dostarczenie wiedzy i efektywnych sposobów działań.
  - Nastolatki stanowią dla ojców największe wyzwanie. To czas negowania autorytetu ojca oraz podejmowania samodzielnych decyzji, także wbrew rodzicom. Szczególnie martwią ich dzieci, które się wycofują z kontaktów społecznych, nawet w rodzinie. Ojcowie mają potrzebę doskonalenia wiedzy i znajdowania mądrych przykładów, jak radzić sobie z tą grupą dzieci.
  - Autorytet – jak go budować w sytuacji uchodźstwa, przy słabym statusie materialnym, w kryzysach emocjonalnych.
  - Pokolenia, różnice pokoleniowe – jak porozumieć się między pokoleniami.
  - Ojcostwo w sytuacji kryzysu i rozpadu rodziny / małżeństwa. Zdaniem badanych będzie to kluczowy problem na uchodźctwie oraz po wojnie.
  - Podejmować trudne tematy – patriotyzmu, wyborów życiowych – ale okazjonalnie. Uchodźcy mają styczność z bliskimi, znajomymi pozostałymi w Ukrainie, dodatkowo śledzą często na bieżąco wydarzenia wojenne i mogą czuć się przytłoczeni rozmowami o wojnie.
  - Zarządzanie finansami – w kontekście dobrego wykorzystania czasu i znalezienie go dla dzieci i domu.
  - Rozwijanie umiejętności reakcji z poczuciem humoru, który rozładowuje sytuację, redukuje napięcia, rozwiązuje problemy.
- Specjalne treści uwzględniające rodziny i ojców z traumatycznymi przeżyciami wojny oraz wracających z uchodźstwa – te treści do omawiania w węższym, dedykowanym Ukraińcom gronie. Czasami także z pomocą profesjonalistów – lekarzy, psychologów, duchownych.

„Myślę, że wielu mężczyzn potrzebuje kogoś, kto powie im: **słuchaj, zrobiłeś to, co musiałeś zrobić**. Zdecydowałeś się, co nie było łatwe, zostawić wszystko, do czego byłeś przyzwyczajony, zabrać rodzinę, dwie walizki i udać się w obce miejsce. Nikt im tego nie mówi. Mogą nadal mieć wyobrażenie, że jestem zdrajcą, nie mogę rozmawiać z przyjaciółmi, ponieważ oni zostali tam bez światła, bez pocieszenia, a ja jestem tutaj. Ktoś musi im powiedzieć, że słuchaj, przestań tak myśleć, masz rodzinę, masz dzieci, musisz żyć, pracować, być ojcem.” [Grupa Tato.Net]

„Najbardziej dla mnie i dla żony było takie **odkrycie ojcostwa Polaków. To znaczy mniej takiego obojętności. Mniej jakiegoś lenistwa, a więcej motywacji**, więcej uczestnictwa w sprawach rodziny. (...) Bardzo mocno, bardzo dobrze. I ja myślę, że **trzeba właśnie mieszać te nasze doświadczenia**.” [Grupa Tato.Net]

„**Rodzice powinni dać swoim dzieciom możliwość zaadaptowania się tutaj**. Nie powinni mieć tylko połowicznej nadziei, że kiedyś wrócą do Ukrainy, ale nikt nie wie, kiedy tam wrócą. Nie powinno się im pozwalać robić tu wszystkiego, co chcą, nawet nie chodzić do szkoły.” [Grupa Tato.Net]

„**Rozwijanie poczucia humoru**. 90% problemów wynika z tego, że ludzie nie mają poczucia humoru. Gdyby mieli, problemy byłyby łatwiejsze do zaakceptowania i rozwiązania.” [Grupa referencyjna]

„Jest taki moment, dorastanie. Sam w sobie trudny, brak równowagi hormonalnej (...) Chciałbym usłyszeć więcej najnowszych informacji na temat pedagogiki i psychologii w tej dziedzinie. Jak sobie radzić, kiedy się zamykają, nie chcą rozmawiać, wstydzą się. (...) **Rodzicowi brakuje wiedzy lub narzędzi dla nastolatka**.” [Grupa Tato.Net]

## Wnioski i rekomendacje

- Uchodźcy przebywający głównie w Polsce, ale także w innych krajach UE, doświadczają **trudności związanych z adaptacją do nowej rzeczywistości**. Zmagają się z problemami materialnymi, barierami językowymi i przystosowawczymi oraz różnorodnymi aspektami traumy wojennej, które często wykraczają poza obszar wsparcia dostępnego w ich środowisku. Większość ojców to osoby odpowiedzialne za wielodzietne rodziny. Problemy adaptacyjne dotyczą zatem nie tylko ich, ale żon oraz dzieci. Badani ojcowie muszą koncentrować się na wielu zadaniach oraz osobach jednocześnie, a problemy nie są rozłożone w czasie, tylko się nawarstwiają. Towarzyszy im zatem stałe przeciążenie emocjonalne, jako wynik permanentnego stresu i braku stabilności życia.
- Uchodźcy opisują swoje emocje jako rozdarcie, samotność, lęk i poczucie winy. Wielu z nich przeżywa syndrom ocalałego, a ich życie w nowym kraju wiąże się z niepewnością i poczuciem wyobcowania. Wskazują także na brak akceptacji w niektórych środowiskach, co pogłębia ich trudności oraz utrzymuje w stałym poczuciu napięcia i zagrożenia. Pomimo nagromadzenia poważnych problemów, nie korzystają z pomocy psychologicznej. Po pierwsze, ograniczona ilość bezpłatnej pomocy tego typu. Po drugie, brak przyzwyczajenia i akceptacji dla tego typu wsparcia.
- Główne problemy i wyzwania adaptacyjne uchodźców obejmują:
  - Kwestie materialne i bytowe: trudności ze znalezieniem pracy, wynajmem mieszkań, nostryfikacja dyplomów, oraz bariery biurokratyczne.
  - Językowe i kulturowe: problemy z nauką języka oraz szeroko pojęta komunikacja z urzędami, szkołami i otoczeniem.
  - Psychologiczne: wysoki poziom stresu, poczucie zagrożenia i samotności, syndrom ocalałego, objawy PTSD i depresji, poczucie bezradności.
  - Rodzinne: dzieci zmagają się z adaptacją w szkołach, czują się odrzucone lub narażone na agresję. Żony / matki, najczęściej nie pracują, mają mniej kontaktów społecznych i słabsze umiejętności językowe, ich poczucie izolacji może być zatem jeszcze większe niż męczyzna.
- Warto pamiętać, że badana grupa należy prawdopodobnie do lepiej funkcjonujących w społeczności ukraińskiej. Są członkami wspólnot religijnych, doświadczali życzliwości społeczności lokalnych, angażują się w życie rodzinne i nie boją się komunikować oraz mówić o sobie. Nawet jeśli nie mają obecnie pracy, to aktywnie jej poszukują i chcą zmieniać swój status.

- Uczestnicy programów Tato.Net odczuli istotne korzyści w postaci **wzrostu świadomości ojcowskiej**, umiejętności w radzeniu sobie z trudnościami i poprawy relacji rodzinnych. Kluby i warsztaty oferowały możliwość przepracowania własnych emocji, nauki metod wychowawczych oraz wzmocnienia relacji ojcowsko-dziecięcych poprzez aktywne słuchanie i zaangażowanie.
- W sytuacji nagromadzenia kryzysów u wielu członków rodziny, ważne jest dla uchodźców **praktyczne doskonalenie ojcostwa**. Cenią więc przede wszystkim wskazówki, co do sposobów reakcji na problemy dzieci, konkretne przykłady doświadczeń innych ojców, które sami mogą zastosować w rodzinach oraz praktykowanie aktywnych form doskonalenia (warsztaty z dziećmi). Za mniej przydatne w chwili obecnej uznają treści ogólne, opisowe i powinnościowe. Koncentracja na behawioralnym aspekcie ojcostwa, konkretnych zachowaniach, które mogą podjąć by poprawić sytuację w rodzinie, wzmacnia ich poczucie kontroli i wpływu na sytuację. W przypadku pozytywnych efektów zastosowanych rozwiązań, wzrasta poczucie pewności siebie i sprawczości – niezbędnych czynników normalizowania życia w kryzysie.
- **Programy Tato.Net mają również silny aspekt wspólnotowy**, który jest kluczowy w budowaniu sieci wsparcia dla uchodźców. Może stanowić realną pomoc emocjonalną w sytuacjach kryzysu oraz odpowiada na ich potrzeby.
- W badanej grupie znaczenie ma także **aspekt duchowy**, zarówno w wymiarze wspólnej modlitwy, jak i wychowania dzieci w zgodzie z wartościami religijnymi. Metody Tato.Net w tym drugim obszarze są oceniane wysoko, a „7 sekretów efektywnego ojcostwa”, poszczególne idee, są dla uczestników programu, realnymi wskazówkami rodzicielskimi.
- **Bariery i wyzwania angażowania się w program Tato.Net:**
  - Uchodźcy mierzą się z logistycznymi ograniczeniami, np. odległością od Klubów, terminami spotkań i brakiem możliwości dojazdu.
  - Ich zaangażowanie utrudnia także konieczność ciągłego balansowania między pracą a rodziną.
  - Ograniczenia dotyczą także niektórych treści programu, które są odbierane jako zbyt teoretyczne lub dyrektywne i nie uwzględniają ich bieżącej, specyficznej sytuacji życiowej.

- Międzynarodowe Forum Tato.Net to specjalne wydarzenie, które otwarte jest na różnych ojców, niezależnie od kraju pochodzenia, wyznania, sposobów życia. Ta metoda otwartości – **wartość ojcostwa jako idei stojącej ponad podziałami** – koncentruje w sobie moc, motywację do działania oraz przekonanie o skuteczności podejmowanych aktywności dzięki przykładom skutecznego ojcostwa. Jest silnie, pozytywnie odczuwana i komunikowana przez uchodźców. W oparciu o nią można:
  - **Jednoczyć społeczność ukraińską** (ponad podziałami regionalnymi, językowymi, religijnymi i związanymi z wyborami życiowymi). W przypadku barier językowych, kilkusobowe Kluby Ojcowskie, nawet online, mogą stanowić pomoc w nawiązywaniu więzi oraz rozwiązywaniu codziennych problemów.
  - **Łączyć uchodźców z lokalnymi społecznościami** (polską i w innych krajach, w których przebywają uchodźcy). Jeśli tylko możliwości językowe na to pozwolą, mieszane Kluby Ojcowskie polsko-ukraińskie mogą stanowić wzbogacenie obu stron. Ważne by każda ze stron zdawała sobie sprawę z równorzędności relacji.
  
- Biorąc pod uwagę wyzwania i potrzeby uchodźców, **Tato.Net może rozważyć**:
  - **Otwarcie formuły spotkań na całą rodzinę**. Nie trzeba przy tym rezygnować ze spotkań mężczyzn, które pełnią rolę poszerzania wiedzy / świadomości oraz terapeutyczno-duchową. Podczas spotkań ojców mogłyby być zajęcia dla dzieci, a nawet spotkania czy wykłady dla matek.
  - **Wykorzystanie potencjału trenerów, uchodźców z Ukrainy** – ich wiedzy, zaangażowania i pozytywnych emocji. Dla nich samych prowadzenie spotkań, np. w małych grupach, byłoby terapeutyczne oraz stanowiłaby okazję do tworzenia mniejszych wspólnot pomocy wzajemnej.
  - **Pochylenie się nad pojęciami istotnymi dla uchodźców** – autorytet, patriotyzm, tożsamość narodowa – a problematycznymi w kontekście nowej sytuacji życiowej. Ważne byłoby zdefiniowanie ich w nowym kontekście, z uwzględnieniem metod działania zgodnych z wartościami Tato.Net oraz wrażliwością na sytuację życiową uchodźców.



- Mając na uwadze realne problemy psychologiczne uchodźców – PTSD, depresje, stały dystres emocjonalny – wskazane jest **wykorzystanie wiedzy specjalistycznej, z zakresu psychiatrii i psychologii do tworzenia programów**. Ważne by w przygotowaniu lub konsultowaniu materiałów i treści uczestniczyli specjaliści, a trenerzy realizujący spotkania i metody Tato.Net, wzięli udział w szkoleniach pokazujących konkretne metody pracy z osobami w kryzysie. Można stworzyć, specjalną, dedykowaną im pomoc, ale także uwrażliwić trenerów na sposób przekazywania treści. Warto uwzględnić:
  - **Treści** – pomagające zaakceptować sytuację obecną i motywujące do działania. Uwzględniające ważne dla tej grupy duchowe wsparcie, ale nie pomijające wiedzy psychologicznej niezbędnej w sytuacjach granicznych. Pomoc w zakresie:
    - ✓ Akceptacji wyboru drogi uchodźca.
    - ✓ Zrozumienia sytuacji w której się znaleźli – brak stabilności, sytuacja „pomiędzy”.
    - ✓ Adaptacji – motywowanie do zaangażowanego życia w miejscu w którym przebywają.
    - ✓ Znalezienia grup wsparcia.
    - ✓ Różnicować asymilację (wtopienie) od integracji (współistnienie).
  - **Tematy** – uniwersalne, rodzicielskie, nie eksploatawanie tematu wojny.
  - **Sposób przekazu** –
    - ✓ Wzmocnienia pozytywne, bez moralizowania, oceniania.
    - ✓ Język otwarty, dyskurs, zamiast stylu dyrektywnego.
    - ✓ Uważność, reagowanie na wycofanie, zamknięcie lub narastającą liczbę problemów – w razie potrzeby pomoc w znalezieniu profesjonalnej pomocy.
  - **Miejsca spotkań / organizacje wspierające** – zapewniające subiektywne bezpieczeństwo społeczności ukraińskiej, czyli powszechnie wykorzystywane także przez Polaków. Takimi miejscami czy podmiotami mogą być znane instytucje państwowe oraz Kościoł. Badani deklarują, że na spotkania odbywające się w budynkach kościelnych, chętnie przyjdą wierzący i niewierzący Ukraińcy.

## Dziękuję za uwagę!

Elżbieta Więśław  
Senior Project Manager  
IMAS International

Pytania, wątpliwości, dodatkowe wyjaśnienia:

elzbieta.wieslaw@imas.pl

tel.: 71 7710808

więcej raportów Think Tanku Tato.Net znajdziesz na stronie <https://tato.net/badania>  
Fundacja Cyryla i Metodego tel. (+48) 815279913 email: badania@tato.net

Projekt zrealizowany dzięki wsparciu Funduszu Tutaj organizowanego przez Ashokę

