

Εργαζόμενη μητέρα.....

Η σύγχρονη εργαζόμενη μητέρα καλείται να παίξει πολλούς και συχνά δύσκολους ρόλους μέσα στην αυξανόμενα απαιτητική κοινωνία μας. Μια γυναίκα μπορεί να είναι συγχρόνως σύζυγος, μητέρα, εργαζόμενη, νοικοκυρά, κόρη, αδερφή, φίλη. Αν μέσα σε όλους αυτούς τους ρόλους προστεθεί και το 'κοινωνικό κριτήριο της αξιοσύνης της', τότε θα πρέπει να είναι πολύ καλή σε όλα, ώστε να εισπράξει επιβεβαίωση και επαίνους από τον περίγυρό της.

Τις τελευταίες δεκαετίες είναι πια συνηθισμένο μια γυναίκα να εργάζεται και μετά τη μητρότητα. Για κάποιες γυναίκες η εργασία είναι αυτονόητη, καθώς εργάζονταν και πριν από το γάμο τους, οπότε έχουν χτίσει ήδη μια καριέρα ή έχουν επενδύσει στις σπουδές τους. Για άλλες πάλι, η εργασία είναι μια αναγκαστική επιλογή, αφού στις μέρες μας χρειάζονται δυο μισθοί για να συντηρηθεί μια οικογένεια. Αλλά και στις περιπτώσεις που μια γυναίκα είναι διαζευγμένη με παιδί, αναγκάζεται να δουλέψει γιατί η διατροφή που λαμβάνει συχνά δεν της αρκεί ούτε για τις απαραίτητες ανάγκες του νοικοκυριού.

Το συναίσθημα της ενοχής όμως φαίνεται να ακολουθεί συχνά την εργαζόμενη μητέρα. Αισθάνεται ανεπαρκής απέναντι στο μητρικό της ρόλο, νιώθει ότι δεν προσφέρει-όσο θα ήθελε ή όσο θα έπρεπε- την απαιτούμενη φροντίδα και την προσοχή στο παιδί της. Η πολύωρη απουσία της από το σπίτι την κάνει να αισθάνεται ότι δεν είναι μια 'αρκετά καλή μητέρα' και συχνά εκφράζει το φόβο ότι τα παιδιά της θα αναπτύξουν συναισθηματικά κενά και ανασφάλειες εξαιτίας της πολύωρης απουσίας της.

Οι ενοχές αυτές όμως φαίνεται να είναι περισσότερο ένα κοινωνικό δημιούργημα που βρήκε πρόσφορο έδαφος πάνω στη γυναικεία ψυχολογία. Αρκεί να σκεφτούμε ότι έχει περάσει πια στο **συλλογικό ασυνείδητο** ο συνδυασμός γυναίκα- μητρότητα. Αυτό σημαίνει ότι η γυναίκα είναι συνυφασμένη με τη μητρότητα και ότι ο σκοπός της είναι η τεκνοποίηση, κατάσταση που θα την φέρει στην εσωτερική ολοκλήρωση. Μέσα από αυτή την άποψη έχουν γαλουχηθεί γενιές και γενιές και η έννοια της μητρότητας έχει πάρει τη θέση μιας εγγενούς γυναικείας λειτουργίας. Κι όμως δεν είναι καθόλου έτσι τα πράγματα. Υπάρχουν γυναίκες που δεν έχουν νιώσει ποτέ την ανάγκη να γίνουν μητέρες, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι δεν αγαπούν τα παιδιά. Έχοντας όμως περάσει στο συλλογικό ασυνείδητο της γυναίκας η έννοια της μητρότητας ως αυτονόητος μηχανισμός και προορισμός, μοιραία της εγκαθιστά το συναίσθημα της ενοχής όταν αυτή εργάζεται. Αυτό εξηγείται απλά, αν αναλύσουμε τη σημασία της έννοιας 'μητρότητα', όπως η κοινωνία μας το προβάλλει: μητρότητα σημαίνει να είσαι πάντα μαζί με το παιδί σου, να το φροντίζεις και να του καλύπτεις όλες του τις ανάγκες, σημαίνει αυτοθυσία και αυταπάρνηση των δικών σου αναγκών και επιθυμιών, σημαίνει 'ζω και υπάρχω για το παιδί μου και μόνο για αυτό'. Στο όνομα **αυτής** της μητρότητας γεννήθηκαν και μεγάλωσαν παιδιά ψυχικά διαταραγμένα, ανεπαρκή και ανασφαλή, παιδιά που ποτέ δεν ενηλικιώθηκαν και δεν πήραν τη ζωή στα χέρια τους, παιδιά που έγιναν άβουλα γιατί πνίγηκαν από την καταπιεστική παρουσία και 'αγάπη' της μητέρας τους. Και δεν είναι λίγες αυτές οι περιπτώσεις!

Μια μητέρα που μένει στο σπίτι αρρωσταίνει συχνότερα, αναπτύσσει νευρώσεις και φοβίες, γίνεται καταναγκαστική με την καθαριότητα και το νοικοκυριό, παραπονιέται συνεχώς ότι κουράζεται και είναι σαν 'δούλα', ότι κανείς δεν της αναγνωρίζει αυτό που κάνει και ότι ποτέ δεν ακούει 'ευχαριστώ'. Συχνά νοιώθει εγκλωβισμένη στο σπίτι και αποκλεισμένη από τη ζωή. Αυτή την εικόνα της μειονεξίας προβάλλει και στο παιδί της. Το μαλώνει συχνότερα, το υπερπροστατεύει, το ελέγχει συνεχώς, του

γκρινιάζει, και τελικά δεν ασχολείται ποιοτικά μαζί του. Μια νευρωσική μητέρα θα κάνει ένα νευρωσικό παιδί.

Αντίθετα, οι εργαζόμενες μητέρες έχουν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση και αυτοεκτίμηση, νιώθουν ότι προσφέρουν στην οικογένειά τους, αναλαμβάνουν περισσότερες πρωτοβουλίες, αποκτούν εμπειρίες μέσα στη ζωή και δεν αισθάνονται μειονεκτικά. Προβάλλουν μια πιο σταθερή και δυναμική εικόνα στο παιδί τους.

Αυτό που πρέπει να γνωρίζουμε είναι ότι ο πρώτος χρόνος της ζωής του παιδιού είναι ψυχικά και συναισθηματικά ο πιο σημαντικός. Είναι η περίοδος που πρέπει μια μητέρα να είναι με το παιδί της για να αναπτύξει μαζί του συναισθηματικό και ασφαλή δεσμό. Μετά τον πρώτο χρόνο η γυναίκα μπορεί να επιστρέψει στην εργασία της, έχοντας αφήσει το παιδί της σε ασφαλή χέρια. Από κει και πέρα, σημαντικό παράγοντα για τη σχέση της με το παιδί της παίζει η ποιότητα του χρόνου που θα διαθέσει για αυτό. Σίγουρα το να δουλεύει η μητέρα σημαίνει ότι κουράζεται πολύ και ότι συχνά μπορεί να είναι εξουθενωμένη όταν επιστρέφει στο σπίτι. Είναι όμως προτιμότερο να ασχοληθεί και να παίζει με το παιδί της παρά να αρχίσει να κάνει δουλειές. Κάτι πρέπει να αφήσει πίσω, κι αυτό δεν πρέπει να είναι το παιδί της.

Στα παιδιά δεν αρέσει να φεύγει η μαμά από το σπίτι γι' αυτό συχνά τα βλέπουμε να κλαίνε και να θερμοπαρακαλούν τη μητέρα τους να μην πάει στη δουλειά. Αυτό κάνει τις μητέρες να νιώθουν απίστευτη ενοχή, με αποτέλεσμα να τους υπόσχονται πράγματα, να τα δωροδοκούν, ή ακόμη χειρότερα να φεύγουν από το σπίτι κρυφά.

Καμιά από αυτές τις τακτικές δεν είναι σωστή. Τα παιδιά μπορούν πολύ εύκολα να μας χειριστούν συναισθηματικά και να πέσουμε στην παγίδα της ενοχής. Το να υποσχόμαστε πράγματα που δεν μπορούμε να κάνουμε μας καθιστά ασυνεπείς και ανακόλουθες στα μάτια των παιδιών μας. Το να τους κάνουμε δώρα για να καλύψουμε τις δικές μας ενοχές τα κάνουμε άπληστα, χειριστικά, απαιτητικά και αδιάφορα. Το να φεύγουμε κρυφά από το σπίτι, τους δημιουργούμε τρόμο, ανασφάλεια και θυμό και δεν μπορούν να μας εμπιστευτούν.

Ο μόνος τρόπος να διαχειριστούμε το κλάμα τους και τα σκληρά τους λόγια είναι να τους δείξουμε με ειλικρίνεια ότι ακούμε και κατανοούμε αυτό που νιώθουν και να τους πούμε ότι θα γυρίσουμε πίσω τη συγκεκριμένη ώρα μας και ότι θα κάνουμε πράγματα μαζί. Και όταν λέμε 'μαζί' εννοούμε ότι ο χρόνος που θα διαθέσουμε θα είναι αποκλειστικά για το παιδί μας, χωρίς εργασιακά τηλεφωνήματα και άλλες εξωγενείς υποχρεώσεις που θα προσπαθήσουμε να 'χωρέσουμε' μέσα σε αυτό το χρόνο. Η υπόσχεση που θα δώσουμε πρέπει να κρατηθεί για να μπορεί το παιδί να μας εμπιστευτεί. Το να δείχνουμε συνέπεια απέναντι στη δουλειά μας αλλά και στο παιδί μας, προβάλλουμε και σ' αυτό την έννοια της συνέπειας, κάτι που θα του χρησιμεύσει στη ζωή του, από τις υποχρεώσεις του στο σχολείο, μέχρι τις προσωπικές σχέσεις του και την εργασία του στην ενηλικίωση. Μια μητέρα λοιπόν δεν θα πρέπει να λέει στο παιδί της: 'πάω να δουλέψω για να μπορώ να σου αγοράζω παιχνίδια', μπορεί όμως να του πει: 'πηγαίνω στη δουλειά μου τώρα και το μεσημέρι θα είμαι μαζί σου'. Επίσης, ένα εβδομαδιαίο πλάνο δραστηριοτήτων είναι πολύ σημαντικό για το παιδί, αρκεί η μητέρα να μπορεί να το ακολουθήσει. Όταν το παιδί ξέρει ότι έχει να κάνει πράγματα με τη μαμά ή και με το μπαμπά, νιώθει πιο ασφαλές, πιο ήρεμο και γκρινιάζει λιγότερο. Γενικά, στη διαχείριση των παιδιών που απαιτούν από τη μαμά να μην πάει στη δουλειά, χρειάζεται ψυχραιμία, ήρεμη στάση και συνέπεια στη συμπεριφορά της.

Ο ρόλος της μητέρας δεν αντικαθίσταται. Η μαμά για το παιδί είναι το παν. Κι όταν μια μητέρα ακούει από το παιδί της να λέει ότι αγαπά πιο πολύ τη γιαγιά ή τη νταντά από εκείνη, τότε μπορεί αυτό να σημαίνει δυο πράγματα: ή ότι το παιδί αισθάνεται την ενοχή και την ανασφάλεια της μητέρας του απέναντι στο μητρικό της ρόλο και τη χειρίζεται τιμωρώντας την, ή ότι είναι τόσο πολύ απύσχα που το παιδί νιώθει περισσότερο ευτυχισμένο και ασφαλές με το άλλο πρόσωπο που το φροντίζει. Αν μια μητέρα είναι σταθερά συνεπής απέναντι στο παιδί της και δείχνει δυνατή και ασφαλής με το ρόλο της, καμία γιαγιά ή νταντά δεν μπορεί να εισβάλλει στη σχέση με το παιδί της.

Το πρόβλημα που συχνά δημιουργείται είναι όταν η φύλαξη του παιδιού έρχεται στα χέρια της γιαγιάς. Οι γιαγιάδες, ενώ έχουν κάθε καλή διάθεση να βοηθήσουν στο μέγαλωμα και τη φύλαξη των εγγονιών, συχνά εμπλέκονται τόσο διεισδυτικά που προκαλούν προβλήματα στη σχέση του παιδιού με τη μητέρα του. Συνήθως κακομαθαίνουν το εγγόνι τους και συχνά ακυρώνουν τη μητέρα μπροστά στο παιδί με άμεσο ή έμμεσο τρόπο. Πόσες φορές έχουμε δει τη σκηνή που η μητέρα μαλώνει το παιδί για κάτι που δεν έπρεπε να κάνει και αμέσως η γιαγιά λέει: 'έλα, άσε το παιδί τώρα, δεν πειράζει'. Ακόμη χειρότερο, όταν η γιαγιά μαλώνει τη μητέρα μπροστά στο παιδί για την τακτική που έχει επιλέξει απέναντι στο παιδί της. Σε τέτοιες περιπτώσεις, η γιαγιά έχει 'καταπιεί' τη μητέρα και έχει πάρει τα ηνία στο μέγαλωμα του παιδιού για να ικανοποιήσει δικές της ανάγκες. Ως συνέπεια, το παιδί βλέπει τη μαμά του ανεπαρκή, δεν την ακούει και δεν την υπολογίζει. Σε τέτοιες περιπτώσεις η μητέρα πρέπει να πάρει δραστικά μέτρα, προσλαμβάνοντας μια νταντά που θα επιλέξει με αυστηρά κριτήρια και βάζοντας εξαρχής τους κανόνες στο νέο πρόσωπο φύλαξης του παιδιού της. Μετά τα δυο χρόνια, το παιδί μπορεί κάλλιστα να πάει σε παιδικό σταθμό, όπου θα κοινωνικοποιηθεί, θα κάνει φίλους, θα περνάει δημιουργικά το χρόνο του και θα μάθει την έννοια των ορίων.

Ο ρόλος του πατέρα είναι πολύ σημαντικός για την ψυχική και συναισθηματική εξέλιξη του παιδιού. Στην ουσία είναι το τρίτο πρόσωπο που θα 'κόψει' τον ψυχολογικό ομφάλιο λώρο στη δυαδική σχέση μητέρας-παιδιού. Όταν ένας πατέρας απουσιάζει από το μέγαλωμα του παιδιού, ή είναι επιθετικός, αδιάφορος ή αδύναμος, τότε το παιδί θα προσκολληθεί ακόμη περισσότερο στη μητέρα του, θα εξαρτηθεί και δεν θα ωριμάσει η προσωπικότητά του. Φαίνεται μάλιστα ότι η μητρική υπερπροστασία σχετίζεται με την πατρική ανεπάρκεια. Η παρουσία λοιπόν του πατέρα συμπληρώνει την οικογένεια και βοηθά τα παιδιά να γίνουν ολοκληρωμένες προσωπικότητες. Όταν ένας πατέρας αναλαμβάνει εξίσου το μέγαλωμα και τη φύλαξη του παιδιού, είναι ότι καλύτερο μπορεί να συμβεί γιατί έτσι προβάλλεται στο παιδί μια σωστή αναλογία πατρικής και μητρικής συμπεριφοράς. Επίσης δίνεται η ευκαιρία και στον πατέρα να δεθεί συναισθηματικά με το παιδί του, να του προσφέρει εμπειρίες διαφορετικές από τη μητέρα, να το κατανοήσει και να βιώσει την εξέλιξή του. Το παιδί νιώθει συναισθηματικά πιο ασφαλές όταν μένει με το μπαμπά παρά με άλλα πρόσωπα.

Σε κάθε εξελικτικό στάδιο το παιδί χρειάζεται τόσο τη μητέρα όσο και τον πατέρα ως αντικείμενο ασφάλειας, αγάπης και ταυτοποίησης. Αν λοιπόν ο πατέρας έχει την ευαισθησία να ασχοληθεί ουσιαστικά με το παιδί του και να χαρεί τις ώρες που θα περνά μαζί του, τότε τα πράγματα για την οικογένεια θα είναι σαφώς ευκολότερα και υγιέστερα, χωρίς ενοχές και εξουθένωση.

Νατάσσα Καραμολέγκου
MSc Αναπτυξιακή Ψυχολόγος – Ψυχοθεραπεύτρια