

Az anyaság hétköznapjai - Gondolatok Anyák napjára

Az anyaság megélése a nők életének egyik legfontosabb része. A reklámokban, filmekben többnyire harmonikus családbábrázolást látunk boldog, kiegyensúlyozott szülőkkel és önfeledten játszó gyermekekkel. A valóságban azonban a szülőknek rengeteg új konfliktussal kell szembenézniük. Férj és feleség egyaránt szorong az új teendők és szerepek miatt, melyet önmaguknak is nehéz bevallaniuk.

Egy **anyának nem nehéz éjszakánként** akár háromszor is felkelnie síró csecsemőjéhez. Természetes, hogy gyermeke érdekeit, szükségleteit, örömeit, vágyait mindig a sajátjai elé helyezi. Készségesen zárójelbe teszi magát, ha a család érdeke így kívánja. Ha kell, akár az életét is odaadja gyermekeiért. Mikor pedig felnőttek, keserűség nélkül bocsátja őket újtukra, és nagymamaként szolgál tovább.

Van-e olyan ember, aki ennek az ideálképnek meg tud felelni úgy, hogy közben soha nem érzi **fáradtnak, túlterheltnak, háttérbe szorított** magát? Persze az ideáloknak általában sem tudunk megfelelni, csak törekedhetünk erre, de az ideáloknak éppen ez a funkciójuk. Csakhogy míg általában azt tekintjük természetesnek, ha az ideálok és a valóság között szakadék tátong, az anyaság esetében a kettő egybeesését tekintjük annak. Ez pedig jelentősen megnehezíti a szülői feladatra készülő, vagy azzal birkózó párok életét, hiszen saját maguktól és a másiktól is azt várják el - sőt környezetük is azt várja tőlük -, hogy kizárólag pozitív élményeket, érzéseket éljenek át.

Ha meg akarnak felelni ennek az elvárásnak, akkor esetleges szorongásaikat, nehézségeiket, fájdalmaikat el kell rejteniük lehetőleg még saját maguk előtt is. Nem oszthatják meg ezeket sem egymással, sem barátaikkal, sem rokonaikkal, tehát segítséget sem kaphatnak senkitől. Pedig a szülővé válás a legnehezebb lélektani, érzelmi feladatok egyike.

Akik szülővé válnak, végrehajtanak egy **nemzedék váltást**. Eddig ők voltak az ifjú nemzedék, most pedig egyszerre ők alkotják a közép-nemzedéket. Addigi kétszemélyes párkapcsolatukat úgy kell alakítaniuk, hogy fizikailag és érzelmileg is helyet teremtsenek benne a gyerekeknek. Meg kell felelniük egy sor új, szokatlan, gyakran váratlan feladatnak és felelősségnek, amit azelőtt talán soha nem gyakoroltak, és amiből pótvizsgázni sem lehet. A két nem **szerepei polarizálódnak**. Általában az anyák vállalják a gyermekgondozás oroszlánrészét, az ifjú apákra pedig az addiginál nagyobb súllyal nehezedik a család anyagi szükségleteiről való gondoskodás feladata.

Korunk különös és csalárd játékot űz velünk. Mert nagy hangon azt mondja: valósítsd meg önmagad! Márpedig az anyaság az áldozatvállalásról, a lemondásról, önmagunk – és önző igényeink – háttérbe szorításáról is szól. Igen, a mi korunk nem kedvez az anyaságnak, és nem könyörül az anyáknak. Mert nagy hangon azt mondja: az önmegvalósítás azt jelenti, hogy ne törődj másokkal, csak magaddal. Így lehetsz sikeres üzletasszony!

„Anyámnak nem gyújtottam gyertyát. A fényt nem lehet megvilágítani” – írja Szabó Magda. „A lámpa nem látja önmaga fényét. A méz nem érzi önmaga édességét” – fogalmazza meg ugyanezt Weöres Sándor. De az anyák napja, mint ünnep azért van, hogy arra is fény essen, aki egész évben világít!

A Kisteleki Egészségfejlesztési Iroda Munkatársai nevében Boldog Anyák napját kívánok minden édesanyának és nagymamának!

Kovácsné Szabó Edit - Ápolási igazgató, EFI Szakmai vezető