

unicef
BM Çocuk Fonu

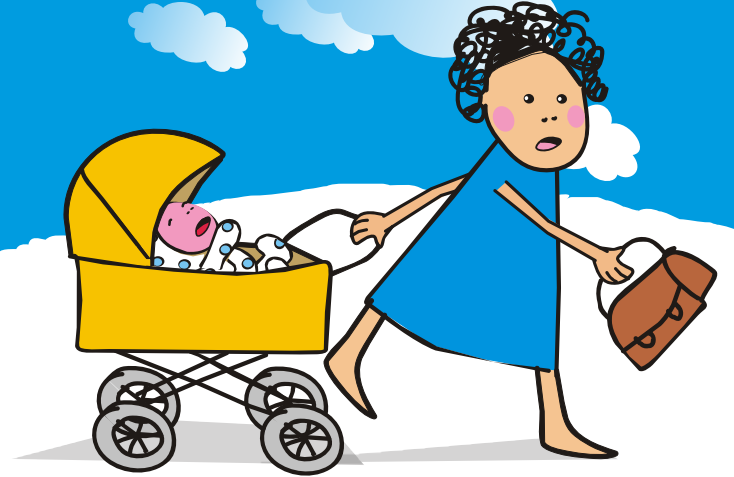


Belarus Cumhuriyeti
Sağlık Bakanlığı



unicef
BM Çocuk Fonu

BM Çocuk Fonu (UNICEF)
Belarus Cumhuriyeti Temsilciliği
e-posta: unicef@tut.by



ANNELİK VE KARIYER

ANNELİK VE KARİYER: SEÇİM Mİ GEREKLİLİK Mİ?

Modern kadının anlayışında annelik, kariyerin önünde bir engel olduğu gibi başarılı bir kaderin de göstergesidir. Modern kadınımlar sıklıkla kendini çocuk ile iş, annelik ile kariyer arasında bir seçim yapmak durumunda bırakmaktadır. Sorun, sadece tek bir yolun mümkün olduğu düşüncesini beraberinde getirmektedir. Öyle midir? Cevap artık sadece birkaç yıl önce olduğu kadar basit değil. Hem Bağımsız Devletler Topluluğu'nda hem de yurt dışında yapılan araştırmaların sonuçlarına göre durum, çocuk yetiştirmeyi kariyer gelişimine tercih eden annelerin sayısının artması yönünde değişmiştir. Farklı bakış açılarını ele alalım.

1. SADECE ANNE

Çocuklarla evde kalmanın yapılacak en kolay şey olduğunu düşünmek oldukça yaygındır. Bu, bir hatadır. Çocuk yetiştirmek büyük bir sorumluluk ve inanılmaz derecede zor bir iştir, ancak diğer tüm işler gibi keyif verici olabilir ve olmalıdır da. Ayrıca çocuk yetiştirmeyi seçen bir kadın, kimsenin bu işi kendisinden daha iyi yapamayacağı fikrinden ilham almalıdır.

Ne yazık ki günümüzde bu tercihin nedeni çoğunlukla annelik emeğinin önemi ve sorumluluğunun farkında olmak değil, kariyer gelişimini annelikle birleştirmenin imkânsızlığı, finansal sorunlar (çocukları bırakacak kimsenin olmaması ve dadı tutacak paranın olmaması), çoğu zaman aile içinde ayrımcılık (çocuklarla oturmak "kadın işi"), kocanın "çocuk meselesinin" çözümüne katılımdan kendini dışlamasıdır.

Çalışmayan anne olma kararı, başka bir kariyer seçiyormuş gibi ele alınmalıdır. Kararının kendisine ve ailesine büyük fayda sağlayacağından emin olması önemlidir. Eğer bu, bilinçli bir kararsa bir kadın verdiğimiz her kararın sonuçları ve zorlukları olacağı ve bunun hayatın kaçınılmaz bir parçası olduğu gerçeğine hazırlıklı olmalıdır.



Örneğin tek gelir kaynağı kocanın işi olacağı için maddi zorluklar yaşanabilir. Elbette bu durum çok fazla hile yapılmasını gerektirir.

Bazı kadınlar için küçük de olsa aile bütçesine katkıda bulunmak, aileyi geçindirme yükünü kocalarına "yükledikleri" için duydukları suçluluk duygusunu hafifletmeye yardımcı olur.

Başka bir deyişle çocukları nedeniyle işlerinden ayrılan kadınlar için en zor olan şey finansal bağımsızlıktır.

Bazı kadınlar bu sorunu aile kontrolörü olarak hareket ederek çözmüş ve para sıkışık olduğunda ihtiyatlı bir şekilde tasarruf ederek çok şey elde etmeyi başarmıştır.

Eğer bir kadın başarılı bir kariyere sahipse kariyerine geri dönebilir, ancak bazı durumlarda kendini kariyer basamaklarında eskisinden biraz daha aşağıda bulabilir veya alanındaki bilgilerini tazelemek için özel kurslar alması gerekebilir. Kendi iradesiyle evde kalmayı seçtiğini, sahip olduğu bir dizi seçenek arasından bir seçim yaptığını ve muhtemelen bunu yine seçebileceğini unutmamak önemlidir.

İŞTE PSİKOLOGLARDAN ÇOCUKLARIYLA EVDE KALAN ANNELERE BAZI ÖNERİLER:

Her zaman evde kalmayın. Bir kadın çocuklarıyla evde kalmak için kariyerini bırakmaya karar verdiğinde 24 saat çalışacakları bir sözleşmeyi imzalamış olur. Aynı zamanda çalışan annelere kıyasla daha fazla ortam değişikliğine ihtiyaç duyar. Mümkünse büyükannelerden haftada en az bir kez çocukla kalmalarını ve bu sürede eşiyile veya arkadaşlarıyla dışarı çıkmayı istemeleri önerilir. Akrabaları dâhil etmek veya bir dadı tutmak mümkün değilse gerektiğinde bu boşluk komşular veya arkadaşlarla doldurulabilir.



Kocasının yardımını kabul etmek. Aile, kadının evde kalmasına ve aileye bakmasına ortaklaşa karar vermişse kadının kocasından yardım isteme hakkı vardır.

Bir destek grubu bulmak. Eğer mahallede hiç ev kadını yoksa kadın kendini çok yalnız hissedebilir. Farklı rol işlevlerinin kadınların yaşamları üzerindeki etkisini inceleyen araştırmacılar, az sayıda arkadaşları olanların bir dizi sağlık sorunu yaşadığını ve depresyona daha yatkın olduğunu bulmuştur. Arkadaşlar yalnızca eşlik edip yalnızlığı gidermekle kalmaz, aynı zamanda bir kadının evde kalma

kararında yalnız olmadığını ve herkesin onu küçümseme eğiliminde olmadığını hissetmesini sağlar. Değer sistemi için dışarıdan onay almak gereklidir.



2. SADECE KARIYER

"Cuma günü işe geldi, cumartesi günü doğum yaptı, pazartesi günü ise işinin başında." Kariyerlerinde giderek daha başarılı olan kadınlar tarafından uygulanan bir şema. Günümüzde bu tür kahraman anne örnekleri hiç de nadir değildir. Pek çok modern kadın toplumda kendini gerçekleştirmek için çabalyor. Kadınların büyük firma ve şirketlerde yönetici pozisyonlarına gelmeleri artık kimse için şaşırtıcı değil. Kadınların sosyal faaliyetleri kaçınılmaz olarak aile yaşamında kendi ayarlamalarını yapsa ve kendi kurallarını dikte etse de kadınların daha fazla özgürleşmeye doğru hareketini durdurmak mümkün değildir.

Kısa bir süre öncesine kadar hamile kadınlar işverenleri nezdinde çok kötü korunuyorlardı. Çocuğun doğumunda devlet tarafından tahsis edilen fonların ödenmemesi, genç bir annenin işini koruyamaması gibi bir tablo birkaç yıl önce ülkemiz için oldukça tipikti. Ek olarak, kadınlara sunulan meslek seçenekleri o kadar azdı ve beklenen kazanç ve kariyer gelişimi o kadar önemsizdi ki kendilerini iş hayatında gerçekleştirmek kadınlara ve ailelerine gerçekten yararlı ve haklı bir karar olmaktan çok bir heves gibi görünüyordu.

Günümüzde durum değişmiştir.

Kadın sadece eskiye kıyasla sosyal olarak daha fazla korunmakla kalmıyor, aynı zamanda çoğu zaman eşinden çok daha fazla kazanıyor ve aslında ailenin asıl "geçimini sağlayan" kişi oluyor. Kadının çalışmayı reddetmesi çoğu zaman aile bütçesine giren paranın sadece azalması değil, neredeyse kesilmesi anlamına gelmektedir.

Kocaları sorumluluklarını tamamen unutarak haklarından ödün vermezken, kendilerini gerçekleştirmekten mahrum kalmaktan rahatsız olan kadınlarla tartışmak zordur. Bir çocuğun doğumu eşlerin ortak kararıdır ve bunun için eşit sorumluluk taşımalıdır.

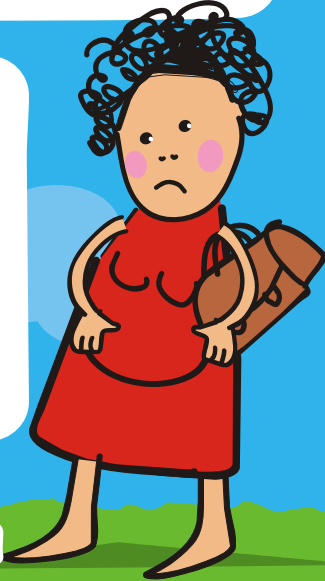


3. ANCAK MODERN ARAŞTIRMACILARIN ÇOĞU, BİR KADININ HAYATININ ŞÜPHE SİZ ÖNEMLİ OLAN BU YÖNLERİNİN HİÇBİRİNİ İHMAL ETMEDEN, ANNELİKLE KARIYERİ BİRLEŞTİRMENİN EN UYGUN YOL OLDUĞUNU DÜŞÜNMEKTEDİR.

Birkaç yıl önce, işkolik olmak moda kabul ediliyordu. Hem de her iki cinsiyet için de. Milyonlarca kadın çalışma ve kariyer yapma konusunda hevesliydi. Ancak ABD'deki Utah Üniversitesinden bilim insanları tarafından yapılan yeni bir araştırmanın sonuçlarına göre kariyerde başarılı olmak kadınların doğurganlığını etkilemenin en iyi yolu değil. Kendilerini tamamen başarılı bir kariyer inşa etmeye adanmış ve çocuk sahibi olma konusunu belirsiz bir geleceğe erteleyen kadınlar, hiç çocuk sahibi olamama riskiyle karşı karşıya kalıyor. Araştırmaya göre bunun nedeni, kariyer sahibi kadınların çoğunda er ya da geç ortaya çıkan hormonal dengesizliktir. Araştırma grubunun başkanına göre kendilerini yalnızca kariyerlerine adanmış kadınların kadınsı figürlere sahip olma olasılığı daha düşüktür. Dolayısıyla böyle bir vücut şeklinin çocuk taşımak için daha az uygun olduğu düşünülüyor. Uygulamada görüldüğü gibi dünyanın her yerinde kadınlar giderek "silindirik" şekiller kazanıyor.

Daha önce uzmanlar, kadınları daha güçlü, daha rekabetçi ve strese karşı daha uyumlu hâle getiren aynı hormonların, yağların kalçalardan bele doğru yeniden dağılımından sorumlu olduğunu öne sürmüşlerdi. Antropologlar ana suçlunun androjenler olduğuna inanıyor. Bunlardan biri olan testosteron; fiziksel gücü, dayanıklılığı ve nihayetinde vücudun daha iyi uyum sağlamasını artırmaktan sorumludur. Kortizol ise vücudun stresli durumlarla başa çıkmasına yardımcı olur. Tüm bu "kokteyl" ve yağları uyluklardan erkek tipi bele gönderir.

Kadın çocuk doğurmaya karar verdiyse doğru yetiştirme konusu çok önemli olmaya devam eder, çünkü erken çocukluk döneminde annenin yeterli ilgisi, çocukların gelecekte zihinsel ve bedensel hastalıklara yakalanma riskini önemli ölçüde azaltır.



Uzmanlar, yaşamın o ilk, çoğunlukla hatırlanmayan üç yılının insan gelişimindeki en önemli, kilit anlardan biri olduğunu söylüyor.

Bir kadın için kendini ifade etmek de gereklidir, aksi takdirde sadece çocuğu ve kocası için değil, kendisi için de ilgi çekici olmaktan çıkma riski vardır. Ne yazık ki çok az kadın, ister çocuk yetiştirmek ister başka bir şey olsun, sadece tek bir tür faaliyet yaparak rutin içinde boğulmaktan kaçınabilir. Annenin çocuğuna ilgi göstermesi gereklidir, ancak aşırı ilgi (hiperpati) bazen çocuğun zihinsel ve fiziksel sağlığına önemli zararlar verir. Kendisiyle ve eviyle baş başa kalan bir kadının bu aşırılığa düşmeyeceğini ve çocuğunu aşırı korumayacağını kim garanti edebilir?



Ek olarak, eğer annelik resmî olarak işle eş değerse son zamanlarda psikologların fiziksel ve zihinsel sağlık için düzenli aktivite değişikliğinin daha yararlı olduğunu düşünerek uzun süre tek bir hizmet yerinde "oturmamayı" tavsiye ettiklerini hatırlamakta fayda var.

Eğer çocuğunuzu evde bir bakıcıya bırakamıyorsanız üç yaşından sonra çocuğunuzu anaokuluna kaydettirmek ebeveynler için hem birçok korkunun kaynağı olabilir hem de hem çocuk hem de anne için bazı avantajlar sağlayabilir. Bunlar şunları içerir:

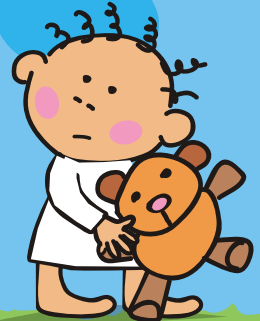
- Çocuğun sosyalleşmesi,
- Okula hazırlık,
- Annenin boş zamanı,
- Mali sorunları çözme fırsatı.



Bir çocuğu okula kaydettirirken ebeveynlerin karşılaştığı başlıca sorunlar olarak şunları sayabiliriz:

- Bulaşıcı hastalıklar,
- "Kötü öğretmen",
- Çocuğun anaokulunda kötü beslenmesi,
- Tuvaletini nasıl yapacağını bilmemesi,
- Huysuz olması ve anaokuluna gitmeden önce "ortalığı ayağa kaldırması."

Tüm bu sorunlar, zamanında ve yetkin bir şekilde ele alındığı takdirde çoğu durumda çözülebilir.



Tüm bu anlatılanlardan şu temel sonuç çıkarılabilir: Bir kadın iş hayatındaysa ve bir ailesi varsa önceliklerini doğru belirlemelidir. Bunun için de kendine "Ben ne istiyorum? Ve bu bana ne kazandırıyor?" gibi basit bir soru sorması gerekir.

Kadınlar bu soruya nasıl cevap verirse versin, ister maddi refah ya da yeteneklerinin farkına varmak istesin ya da "sadece bir anne" olmak istesin, sonuçta her şey mutlu bir insan olma temel ihtiyacına dayanır.



BU YÜZDEN MUTLU OLMANIN HER KADIN İÇİN BİR ÖNCELİK OLDUĞUNU FARK ETMEK ÖNEMLİDİR. VE HİÇBİR ŞEY BU MUTLULUĞUN ÖNÜNE GEÇMEMELİDİR.

Kaynaklar:

Denise Foley, Eileen Nechas. "Kadın Sağlığı Ansiklopedisi".
S.K. Nartova-Bochaver, G.K. Kisitsa, A.V. Potapova "Bir aile psikoloğuna 140 soru". 2002.
"Anne iş hayatına başlıyor". "Izvestia"nın özel anketi 7.03.2006. Georgy İlyichev. "Annelik ve kariyer: seçim mi yoksa zorunluluk mu?". Vasilisa Titova, "Perekrestok Zdes" (Tomsk) dergisinde yayınlanmıştır.
"Mucizeden sonra ofise". Tatiana Roik. (InvestGazeta, No. 9, 3-9 Mart 2008).

Şehir Klinik Çocuk Psikiyatri
Dispanseri Psikoloğu
E. V. Navitskaya
Birinci Moskova Devlet Tıp
Üniversitesi 4. sınıf öğrencisi
M.N. Navitskaya