

על נשים אמהות קריירה ורגשות אשמה לרגל יום האישה הבין לאומי 8 במרץ 2007

מאת: גדי רוזן

פתיחה

היום הוא יום האישה הבין לאומי, יום חג לנשות כל העולם. אין ספק בכך שמעמד הנשים בעולם המערבי עבר שינויי עצום בעשרות השנים האחרונות. נשים רבות ניפצו את המוסכמות ושינו את תפקיד האישה המסורתית של החזקת הבית וגידול הילדים, או עבודת דחק לצורך השלמת הכנסת המשפחה. נשים רבות יצאו ללמוד ולעבוד במקומות עבודה מתקדמים מתגמלים ותובעניים מה שמכונה "לעשות קריירה".

אז לכאורה הכול טוב ויפה הנשים השיגו את מה שהן רצו. הן יוצאות מהבית לעולם עבודה, הן ממשות את עצמן, מגשימות את המאויים והחלומות שלהן, אז איפה הבעיה?

הבעיה היא שעם כל זה הן עדיין לא מאושרות וזה בלשון המעטה. ליתר דיוק נשים רבות חשות מתוסכלות וסובלות מרגשות אשמה תמידיים, כיוון שמה שהן לא עושות, כמה שהן עובדות ומרוויחות וכמה שהן מנהלות ומתחזקות את הבית, ומשקיעות בגידול וטיפוח הילדים ויש גם בעל שרוצה ייחס ותשומת לב, זה אף פעם לא מספיק טוב. הן אף פעם לא בסדר- בעיני החברה, הבוס מהעבודה, האימא שלהן, הבעל ובעיקר בעיני עצמן.

מעניין שגם כאשר נשים מפסיקות לעבוד ונשארות בבית לגדל תינוק או ילדים גם כך הן לא מוערכות. הן מוצאות את עצמן מספרות סיפורים או משקרות לגבי עיסוקן, כיוון שלא נוח להן מהסביבה שהן "לא עובדות" ונמצאות כל היום בבית. זה נתפס בעיניהן כלא לגיטימי ופעמים רבות הסביבה מגנה זאת.

מה שלא יהיה, תמיד הן לא נותנות מספיק מעצמן ונדרשות ליותר. בעבודה מצפים מהן שישארו יותר שעות ושיגיעו גם כשהילד חולה ונשאר בבית. נשים רבות בתחום ההיי-טק יוצאות מהעבודה בשעה 5 וטוטרות בפקקים להוציא את הילדים מהמעון. גם כך נותרו להן רק 3 – 4 שעות להיות עם הילד שנדבק אליהן מנדנד ורוצה תשומת לב כשסוף סבך הוא רואה את אמא שלו. בהייטק יש מושג סלנג "מה קרה חצי משרה?" המופנה לאמהות שיוצאות בחמש מהעבודה ומגיעות הביתה אל הילדים בחמש וחצי ושש. רבות, חמש זו משרה מלאה ולא חצי, אבל כך זה נתפס שם כאילו הן יצאו הביתה באמצע יום העבודה.

אבל תמיד זה היה כך. גם בדור הקודם נשים קרייריסטיות שלמו מחיר כבד על הבחירה בקריירה?

זה נכון. אמנם כיום הרבה יותר נשים עושות קריירה מאשר בעבר, אבל ישנו הבדל אחד משמעותי, פעם נשים הכחישו את הקושי ואת אי היכולת לתפקד היטב במקביל בשתי החזיתות והן טענו שהן מצליחות בכך ושהן אימהות טובות. היום נשים מודעות הרבה יותר לעצמן ומודות שהן מרגישות שהן נחשלות כאמהות וכנשות קריירה ולא מסתירות את רגשות האשמה הכבדים שלהן כלפי הילדים.

צריך לזכור שמהגברים מצפים להרבה פחות מהנשים. גבר שחוזר הביתה בתשע בערב ולא רואה את ילדיו ולא מדבר איתם כל היום, יכול להיחשב למצליח ולמפרנס מצוין. סיפר לי מנהל בהייטק שהוא רואה את ביתו בת ה-6 בימי שישי ושבת בלבד ולדעתו הוא אבא מצוין. אישה כזו תחשב לאמא גרועה ומזניחה שנכשלה בתפקידה.

גם כשאמא בעבודה תמיד היא פנויה וזמינה לילדיה משוחחת איתם בטלפון, היא מעורבת גם כשהיא בעבודה הם כל הזמן בראש שלה, ואילו גברים רבים "שוכחים" ומתנתקים מהילדים בזמן העבודה עסוקים בענייניהם, לא מתקשרים הביתה לשוחח עם הילדים ועוסקים בענייני עבודה נטו.

אילו פתרונות אפשר להציע לנשים קרייריסטיות כדי שירגישו פחות רגשות אשמה ויותר שלמות עם עצמן?

ראשית חשוב לזכור שהכול נתון לבחירה ושלכל בחירה יש רווח ויש מחיר. אני חושב שכדאי לכל אחת לבחור את המסלול המתאים לה ולקחת בחשבון מה זה דורש ממנה, ומה המחיר שהיא תצטרך לשלם כולל שעות עבודה והיעדרויות ממושכות מהבית. אפשרי לדחות את שלב הקריירה לשלב מאוחר יותר כשהילדים יגדלו וצרכי המשפחה ישתנו. לדוגמא נשים רבות בוחרות בהוראה גם בגלל היכולת לחזור מוקדם ולהיות עם הילדים בבית, ובשלב מאוחר יותר הן יכולות להתקדם למשרות ניהול ופיקוח ולפתח קריירה בחינוך.

גם כשכבר יש קריירה, חשוב לקבוע סדרי עדיפויות, לשים גבולות ולבוס אבל בעיקר לעצמך וגם בבית, ולדעת שאף פעם זה לא יהיה מושלם. כשיש שותף טוב אפשר לצאת מוקדם מהבית לפני הפקקים והילדים ושהבן זוג יארגן אותם בבוקר וכך לחזור הביתה הרבה יותר מוקדם.

בכלל חשוב שיהיה שותף טוב ומתחשב, זה מקל מאוד על הרגשת האם לדעת שהילדים נמצאים עם אבא בבית, כשאבא הוא אחד שיוזם ומעורב בגידול הילדים. חשוב שנשים ילמדו לסמוך על בן הזוג שלהן, וגם לדבר איתו לאפשר, לו וגם לדרוש ממנו להיות שותף בגידול הילדים. לדעת לבקש ממנו עזרה בחלוקת הנטל של גידול הילדים. נשים רבות מתלוננות שהן מגדלות את הילדים לבדן והתחושה שלהן שהן חד הוריות גם כשהן נשואות.

היום יש אפשרויות רבות של עבודה מהבית מה שמאפשר לנשים להיות נוכחות ובתמונה גם כשהן עובדות. במקרים כאלה חשוב מאוד לדעת לשים גבולות ולא להיסחף ו"להתפנק" בבישולים והכביסות בזמן העבודה וגם ללמד את הילדים לכבד את זמן העבודה של אמא. תופעה חדשה היא שגם גברים עובדים כיום מהבית או שלא עובדים כלל ומגדלים תינוקות בבית, מה שמאפשר לאימהות לעבוד יותר שעות מחוץ לבית רק חשוב תמיד לזכור שעם כל הכבוד לגברים האלה "ויש כבוד" אין כמו אמא ואין תחליף לאמא!!

דבר נוסף כדאי לתת פרשנות מקלה ומעצימה למציאות ולראות את מה שהן כן מצליחות לעשות ולהספיק במהלך יום וזה הרבה מאוד. כדאי ללמוד להתמקד במה שמוצלח וטוב. לא לנסות ולהוכיח כל הזמן לאמא שלהן שהן אימהות לא פחות טובות מהן, או לנסות לשמור על הסטנדרטים שלהם בבישול וניקיון כי בניגוד לאימהות שלהן הן נשות קריירה.

הכי חשוב זה להיות שלמה עם עצמך ועם הבחירות שלך, ולוותר על הצורך להיות אמא מושלמת תוך ביטול עצמי. להיות אמא טובה זה מספיק טוב ואמא טובה זו אמא שקשובה לילדים שלה ומספקת את צרכיהם הרגשיים והחומריים. הפסיכולוג האמריקאי וויקונט טבע את המושג "הורה סביר בהחלט", בתקופה שלנו יש נטייה לשים את הילד במרכז ולבטל את צרכי ההורה ולשאוף לשלמות. אולי זו הזדמנות ליצור איזון מחדש ולתת מקום טוב גם לילד אך גם לאמא.

מהו המסר שאפשר להעביר לכל אותן נשים קרייריסטיות כדי להקל עליהן?

חשוב שכל אם תישאל את עצמה מה הכי חשוב לה בחיים, מהם הערכים שלה ומהו סדר העדיפויות הפרטי שלה, לא של הבוס או של אמא שלה ולא שאחרים יכתובו לה אותם והאם היא מצליחה להביא אותו לידי ביטוי בחייה.

חבל לעבוד כל כך קשה בשתי משרות +, להשקיע להתאמץ, להשיג תוצאות טובות וגם לחיות עם תחושות אשמה תמידיות על הגב כי זה לא עוזר, לא מקל ולא משנה את המציאות. אמר פעם חכם אחד רגשות אשם הן הכוונות הטובות שאף פעם לא היו לנו! אם את מרגישה לא בסדר ושאת לא חיה כפי שאת רוצה לחיות באמת, קומי עשי שינוי ותעשי בחירות חדשות ואחרות (על איך עושים שינויים בחיים נדבר בהזדמנות אחרת), או שתשלימי עם המצב הקיים וקבלי אותו ובעיקר את עצמך מתוך תחושה של שלמות פנימית.

ולסיום דעתי האישית בנושא היא שהן עשו טעות קשה. מי? אותן הנשים, הפמיניסטיות ששרפו חזיות בארה"ב בשנות השישים. הן רצו להשיג שיווין בין נשים לגברים ולהקל על מצבן של הנשים, אך השיגו גול עצמי והתוצאה הייתה עומס כפול על גב הנשים ה"מתקדמות". לא זו הייתה כוונת המשורר, סליחה המשוררת.

חג שמח ובהצלחה לכל האמהות העובדות - בעצם לכל האימהות באשר הן כי הן כולן עובדות, אין דבר כזה אמהות שאינן עובדות!!

גדי רוזן