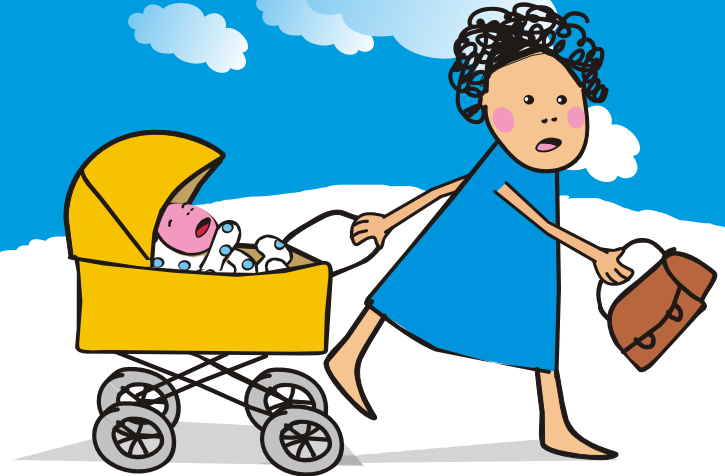


unicef   
Детский Фонд ООН



Министерство  
здравоохранения  
Республики Беларусь



unicef   
Детский Фонд ООН

Представительство Детского  
Фонда ООН (ЮНИСЕФ)  
в Республике Беларусь  
e-mail: unicef@tut.by

# МАТЕРИНСТВО И КАРЬЕРА

## МАТЕРИНСТВО И КАРЬЕРА: ВЫБОР ИЛИ НЕОБХОДИМОСТЬ?

Материнство в понимании современной женщины – препятствие карьере и одновременно – индикатор успешности судьбы. Наша современница часто ставит себя в ситуацию выбора: ребенок или работа, материнство или карьера. Сам вопрос подразумевает возможность только одного пути. Так ли это? Ответ уже не представляется таким простым, как всего несколько лет назад. По результатам исследований, проведенных как на территории СНГ, так и за рубежом, ситуация изменилась в сторону увеличения количества матерей, предпочитающих воспитание детей карьерному росту. Рассмотрим разные точки зрения.

### 1. ТОЛЬКО МАМА

Довольно расхожим является мнение, что остаться дома с детьми – проще всего. Это ошибка. Воспитание ребенка – это огромная ответственность и невероятно тяжелый труд, который, однако, может и должен быть в радость, как и любая другая работа. К тому же, женщину, отдавшую предпочтение воспитанию детей, должна вдохновлять мысль о том, что лучше нее с этой работой не справится никто.

1

К сожалению, на сегодняшний день причиной такого выбора чаще всего является не осознание важности и ответственности материнского труда, а невозможность сочетать карьерный рост с материнством, финансовый вопрос (не с кем оставить детей и нет средств нанять няню), часто – дискриминация в семье (сидеть с детьми – «бабское дело»), самоустранение мужа от участия в решении «детского вопроса».

К принятию решения стать неработающей матерью следует отнестись так, как если бы женщина выбирала любую другую карьеру. Очень важна уверенность, что ее решение принесет большую пользу ей и ее семье.

Если это решение принято осознанно, женщина должна быть готова к тому, что любое наше решение влечет за собой какие-то последствия и трудности, и это – неотъемлемая часть жизни.



2

Например, могут возникнуть финансовые трудности, т.к. источник доходов будет только один – работа мужа. Конечно, это требует больших ухищрений. Для некоторых женщин внесение в семейный бюджет своей, пусть небольшой роли, помогает им ослабить чувство вины, которое они испытывают, считая, что "вынуждают" мужа брать на свои плечи всю заботу о материальном обеспечении семьи. Другими словами, женщинам, оставляющим работу из-за детей труднее всего бывает отказаться именно от финансовой независимости.

Некоторые женщины решили этот вопрос, выполняя роль семейных контролеров и ухитряясь многого достичь разумной экономией, если с деньгами туго.

Если женщина успешно занималась профессиональной деятельностью, она сможет вернуться к ней, хотя в ряде случаев может оказаться несколько ниже на служебной лестнице, чем была раньше, или ей потребуются окончить специальные курсы, чтобы освежить знания в своей сфере деятельности.

Важно не забывать, что она решила остаться дома по собственному желанию, сделав выбор из ряда возможностей, которые у нее были – и, вероятно, еще есть.

ВОТ НЕКОТОРЫЕ СОВЕТЫ ПСИХОЛОГОВ МАТЕРЯМ, ОСТАЮЩИМСЯ ДОМА С ДЕТЬМИ:

Не сидеть все время дома. Когда женщина решает, отказавшись от карьеры, остаться дома с детьми, она подписывает себе приговор работать 24 часа в сутки. В то же время она еще больше, чем работающие матери, нуждается в смене обстановки. Если есть возможность, рекомендуется как минимум раз в неделю просить бабушек остаться с ребенком и отправляться куда-нибудь с мужем или подругами. Если нет возможности задействовать родственников или нанять няню, есть смысл с соседками или подругами подменять друг друга в случае необходимости.



Принимать помощь мужа. Если в семье принято совместное решение относительно того, что женщина останется дома и будет заботиться о семье, у нее есть право обращаться к мужу за помощью.

Найти группу поддержки. Если по соседству нет домашних хозяек, женщина может почувствовать себя очень одинокой. Исследователи, изучающие влияние разных ролевых функций на жизнь женщин, нашли, что те из них, у которых почти нет друзей, страдают от множества проблем со здоровьем и более подвержены депрессии. Друзья не только составляют компанию, избавляют от одиночества, но и дают возможность

почувствовать, что женщина не одна решила остаться дома, и что не все склонны смотреть на нее сверху вниз. Необходимо, чтобы система ценностей имела одобрение со стороны.



## 2. ТОЛЬКО КАРЬЕРА

"Пришла в пятницу на работу – в субботу родила – в понедельник уже в строю" – схема, которую практикуют все больше успешных в карьере женщин. Сегодня встретить примеры таких мам-героинь – далеко не редкость.

Многие современные женщины стремятся к самореализации в социуме. Уже никого не удивишь тем, что женщины могут занимать руководящие посты в крупных фирмах и компаниях. И хотя социальная активность женщин неизбежно вносит свои коррективы в семейную жизнь и диктует свои правила, остановить движение женщин в направлении все большей эмансипации не представляется возможным.

Еще совсем недавно беременные женщины фактически были слабо защищены перед работодателем. Невыплата средств, выделяемых государством при рождении ребенка, несохранение за молодой мамой рабочего места – такая картина еще несколько лет назад была вполне типична для нашей страны. Кроме того, выбор профессий, доступных женщинам был столь мал, а предполагаемые заработок и карьерный рост – столь незначительны, что реализация себя в бизнесе представлялась и самим женщинам и их семьям скорее блажью, чем действительно полезным и обоснованным решением.

Сегодня ситуация изменилась. Женщина не только является более защищенной социалью, чем это было раньше, но и часто зарабатывает гораздо больше супруга, являясь, фактически, основным «кормильцем» семьи. Отказ ее от работы зачастую означает не просто уменьшение, а практически прекращение поступления денег в семейный бюджет.

Сложно спорить и с теми женщинами, которых возмущает необходимость отказывать себе в самореализации, в то время как их супруг не собирается поступаться своими правами, совершенно забывая об обязанностях. Рождение ребенка – это обоюдное решение, и супруги должны нести равную ответственность за него.

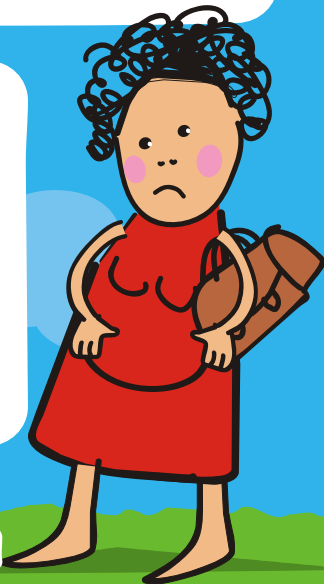


**3. И ВСЕ ЖЕ БОЛЬШИНСТВО СОВРЕМЕННЫХ ИССЛЕДОВАТЕЛЕЙ СЧИТАЕТ ОПТИМАЛЬНЫМ СОЧЕТАТЬ МАТЕРИНСТВО С КАРЬЕРОЙ, НЕ ПРЕНЕБРЕГАЯ НИ ОДНИМ ИЗ ЭТИХ, НЕСОМЕННО, ВАЖНЫХ В ЖИЗНИ ЛЮБОЙ ЖЕНЩИНЫ, АСПЕКТОВ.**

Каких-то несколько лет назад быть трудоголиком считалось очень модным. Причем среди обоих полов. Миллионы женщин с упоением отдавались работе и строили карьеру. Однако согласно результатам последнего исследования, проведенного учеными из Университета Юты, США, успехи в карьере не самым лучшим образом отражаются на женской фертильности. Отдавая себя целиком и полностью построению успешной карьеры и затягивая вопрос с рождением ребенка на неопределенное будущее, женщины рискуют остаться вовсе без потомства. Причина в гормональном дисбалансе, который развивается, по данным исследования, рано или поздно у большинства карьеристок. По словам главы исследовательской группы, женщины, посвящающие себя исключительно карьере, реже отличаются женственными фигурами. А такая форма тела считается менее подходящей для вынашивания детей. Как показывает практика, женщины во всем мире постепенно обретают «цилиндрические» формы.

Ранее специалистами уже высказалось предположение, что за перераспределение жира с бедер на талию отвечают те же самые гормоны, которые делают женщин более сильными, конкурентоспособными и приспособленными к стрессам. Основными виновниками антропологи считают андрогены. Один из них, тестостерон, отвечает за увеличение физической силы, выносливости и в итоге – лучшей приспособляемости организма. А кортизол помогает организму справляться со стрессовыми ситуациями. Весь этот «коктейль» и отправляет жир с бедер на талию – по мужскому типу.

Если женщина решила на рождение ребенка, остается очень важным вопрос о правильном воспитании: достаточное мамино внимание в раннем детстве достоверно снижает риск развития у детей психических и соматических заболеваний в дальнейшем.



Специалисты утверждают, что те самые, первые, большей частью даже не запоминаемые три года жизни являются одним из наиболее важных, ключевых моментов в развитии человека.

Самовыражение для женщины тоже необходимо, иначе есть риск перестать быть интересной не только ребенку и мужу, но и себе самой. К сожалению, немногие женщины способны не тонуть в рутине, занимаясь только одним видом деятельности, будь то воспитание детей или что-либо еще. Материнское внимание ребенку необходимо, однако избыток внимания (гиперопека) порой наносит существенный вред психическому и физическому здоровью ребенка. А кто может поручиться, что предоставленная самой себе и домашним заботам женщина не впадет в эту крайность и не станет опекать ребенка чрезмерно?



Кроме того, если уж считать материнство официально приравненным к работе, стоит вспомнить, что в последнее время психологи рекомендуют «не засиживаться» на одном месте службы подолгу, считая более полезным для физического и ментального здоровья регулярную смену деятельности.

Если нельзя оставить ребенка дома под присмотром няни, оформление ребенка в детский сад после трех лет может быть как источником многочисленных страхов родителей, так и иметь определенные преимущества как для ребенка, так и для мамы. Это в частности:

- социализация ребенка,
- подготовка к школе,
- свободное время мамы,
- возможность решить финансовые вопросы.



Как основные проблемы, с которыми родители сталкиваются при оформлении ребенка в сад, можно назвать следующие:

- инфекционные болезни,
- «злая воспитательница»,
- ребенок в садике плохо ест,
- не умеет пользоваться туалетом,
- капризничает и «устраивает сцены» перед походом в садик.

Все эти проблемы в большинстве случаев являются решаемыми, если заняться их устранением вовремя и грамотно.



Из всего вышесказанного можно сделать следующий, основополагающий вывод: если женщина занимается бизнесом и при этом у нее есть семья, то она должна правильно расставлять приоритеты. А для этого нужно задать себе простой вопрос: «Чего я хочу? И что мне это дает?».

Не трудно предположить, что как бы женщина ни ответила на этот вопрос, добивается ли она материального благополучия или реализации своих талантов, или хочет быть «просто мамой», в итоге все сводится к тому, чтобы элементарно быть счастливым человеком.



ПОЭТОМУ ВАЖНО ПОНИМАТЬ, ЧТО БЫТЬ СЧАСТЛИВОЙ ЯВЛЯЕТСЯ ПРИОРИТЕТОМ ДЛЯ ЛЮБОЙ ЖЕНЩИНЫ. И НИЧТО НЕ ДОЛЖНО ЭТОМУ СЧАСТЬЮ МЕШАТЬ.

#### Литература:

Дениз Фоули, Эйлин Нечас. "Энциклопедия женского здоровья".  
С.К. Нартова-Бочавер, Г.К. Кислица, А.В. Потапова "140 вопросов семейному психологу". 2002.  
"Мать уходит в бизнес". Эксклюзивный опрос "Известий" 7.03.2006. Георгий Ильичев.  
"Материнство и карьера – выбор или необходимость?" Василиса Титова, опубликовано в журнале "Перекресток здесь" (Томск).  
"В офис после чуда". Татьяна Роик. (ИнвестГазета, №9, 3–9 марта 2008).

Врач-психотерапевт УЗ «ГКДПНД»  
**Е.В. Навицкая**  
Студентка 4 курса МГМУ  
**М.Н. Навицкая**