

Несия Ланиаго

КОГАТО  
МАМА  
И  
ТАТКО  
РАБОТЯТ  
МНОГО

София  
2008

© Nessia Laniado

**Quando mamma e papa lavorano molto**

red edizioni, Novara © 2003

**КОГАТО МАМА И ТАТКО РАБОТЯТ МНОГО**

**Стратегиите, които ни помагат да отгледаме децата си  
спокойно, дори когато по цял ден не сме у дома**

© Всички права на български език запазени

© **Илияна Михайлова**, превод 2008

ИК "ТАРА"

ISBN 978-954-9723-05-2



# ЗА КНИГАТА

Според проучване, проведено през 2000 г., само 6% от родителите смятат, че е възможно пълноценно съчетаване между работата и семейството. Същият процент са на мнение, че двете неща са абсолютно несъвместими. Останалите 88% от интервюираните, предимно жени, са разгъвоени. Те споделят, че за тях съчетаването на работа на пълен работен ден със семейните задължения е свързано с голямо усилие и притеснение.

- Възможно ли е да осигурим условия за хармонично развитие на детето, макар да не сме по цял ден у дома?
- Как да преодолеем чувството за вина, от което страдат предимно майките и което често ни превръща в заложници на шантажите на нашите деца?
- И най-голямото съмнение - възможно ли е човек, който работи на пълен работен ден, въпреки всичко да бъде родител на пълен работен ден?

Тази книга се опитва да даде отговори на притесненията и обръкването на родителите, които работят много.

# СЪДЪРЖАНИЕ

<b>Разкъсани между работа, деца и роли .....</b>	<b>12</b>
Корените на чувството за вина .....	14
Едно дълго и показателно проучване .....	19
Две големи недоразумения .....	20
Новите татковци .....	22
<b>Виновни ли са майките? .....</b>	<b>27</b>
Синдромът „Горкичкото!“ .....	31
Митове, които трябва да бъдат развенчани ...	32
<b>Сбогувания, раздели, събирания .....</b>	<b>38</b>
Тревогата от раздялата .....	41
Мама се премества, не изчезва .....	42
„Защо плачеш?“ .....	43
Свят, който се върти около майката .....	47
<b>„Мамо, татко, не си тръгвайте!“ .....</b>	<b>52</b>
Как да се сбогуваме:	
грешки, които не бива да допускате .....	53
Как да избегнем сцените? .....	59
Изреченията, които влошават ситуацията ..	67
Изкуството да успокоим детето .....	69
<b>На кого да поверим децата? .....</b>	<b>74</b>
Най-подходящият момент за раздяла .....	75
На каква възраст? .....	77
Показателите за „добра грижа“ .....	78

Няколко предварителни въпроса .....	81
Ако изберем детегледачка .....	83
Ако изберем баба и дядо .....	85
Ако изберем микро-ясли .....	86
Ако изберем детска градина .....	87

### **Детегледачките, бабите и дядовците ..... 94**

Как да изберем бавачка?.....	96
Изрази, които родителите не търпят.....	105
Щастието да имаме баба или дядо.....	107

### **Детето извън дома ..... 112**

Няколко хитрости за по-бързо адаптиране... ..	113
Обичайно трудни истории .....	116
Как да възстановим диалога? .....	121
Изречения, които не помагат.....	124

### **На инат: цупене и капризи ..... 126**

Какво се крие зад каприза? .....	127
Тайните, които ще ни спасят от шантажа ....	131

### **Да съчетаем ангажиментите с любовта към децата ..... 138**

Да разговаряме с детето за ангажиментите си .....	139
Да бъдем по-свободни .....	142
Да обясним какво чувстваме .....	147
Да бъдем позитивни спрямо себе си.....	149
Да преоткрием ритуалите от нашето детство .....	150
Да покажем обичта си .....	152

# ЗА АВТОРКАТА

Несия Ланиадо е журналист, следвала е философия и психология и е експерт по история на кулинарията. Редактор е на популярните италиански списания за родители „Жена и майка“ и „Заедно“ и главен редактор на „Нова кухня“, автор е на популярни здравни издания.

С Джанфилипо Пиетра пише „Супер продукти за здравето“ и „Да живеят бабите“, публикувани от издателство РЕД.

Автор е и на книгите „Мамо, ще ми ги купиш ли?“, „Неприлични думи и неудобни отговори“, „Детските лъжи“, „Открадни знаменцето“, „Как да научим децата си на интелигентност“, „Палави деца и отчаяни родители“, „Детето ми яде само гадости!“, „Ревниви деца“, всички публикувани от издателство РЕД.

Очаквайте в поредицата за родители на ИК ТАРА книгите на Несия Ланиадо:

„Да живеят бабите“  
„Сексуалността и децата“  
„Детските лъжи“

# ЗАЩО ТАЗИ КНИГА?

*„Отгледах три деца и през цялото време работих на пълен работен ден...“*

*„Но как успях?“*

*„Успях!“*

Дочух този разговор една сутрин, докато се опитвах да се добера до вратата на претъпкания автобус и да стигна в офиса преди стрелките на часовника да покажат 9 часа. Оттогава минаха двадесет години, но все още не мога да забравя гумите и бледото лице на онази изтощена жена, в чийто поглед се прокрадваше ироничен блясък.

*„Но как успях?“* „Успях!“ - този категоричен отговор слагаше край на разговора. Повече няма какво да се обсъжда. Спомням си, че миг преди да сляза, с лице, прищиснато към гърба на огромния мъж пред мен, все пак успях да хвърля поглед към жената, която каза „успях“. Не бих могла да определя възрастта ѝ - можеше да бъде на 40 или на 60 години.

Докакто обмислях тази книга, не можех да се освободя от спомена за жената в автобуса. Променило ли се е нещо оттогава? Може би да, а може би не. Преди 20 години заглавието на книгата сигурно щеше да

бъде „*Майки, които работят*“. По онова време малцина мислеха, че работата или пък отдалечеността от децата е проблем, който засяга бащите. Преди 20 години едва ли някой можеше да си представи, че бащите ще се заемат с грижата за децата и ще имат отпуск по бащинство.

Днес е различно - бащите са по-ангажирани в отглеждането и грижата за децата, а много майки се занимават с неща, които бяха смятани за изключително право на мъжете и които изискват ангажираност без определено работно време. Ето защо все по-често възниква въпросът как двете родители, заети с многобройни ангажименти, могат да се справят с отглеждането и възпитанието на децата. Как да намерим идеалната среда? Как да не се разкъсваме между кариерата и семейството? Но преди всичко, как да не се поддаваме на чувството за вина и на емоционалните шантажи на нашите деца?

### **Могат ли да бъдат съчетани работата и семейството?**

Според проучване на Учебен център „Пренатал“ едва 6% от родителите смятат, че работата и семейството могат да бъдат съчетани. Същият процент са на мнение, че двете неща са напълно несъвместими. Останалите 88% от интервюираните се колебаят - признават, че нямат отговор

на този въпрос. Но според тях е ужасно измори-  
телно да работиш и да се занимаваш с децата.  
Чувстват се неудовлетворени да работят на пъ-  
лен работен ден и да са родители за няколко часа  
и въпреки това не биха се отказали от направения  
избор.

И така, всяка сутрин огромна тълпа от майки,  
бащи, бебешки колички, чанти, палта, деца, пас-  
тички и ранички се втурва - бибиткайки и пъх-  
тейки, към бабите, училищата, детските гради-  
ни, детегледачките.

Разкъсани между желанието за успех, чувството за  
вина и необходимостта от пари, поглъщаме се-  
риозна доза стрес, която съсипе отношенията в  
семеяството, изчерпва резервите ни от търпе-  
ние и ни отваря пътя към депресията.

Според резултати от изследване на Американска-  
та асоциация на психолозите най-пряко изложени  
на „тъмното зло“ не са домакините, а работещите  
жени със средно и висше образование, с едно или  
повече деца.

Социоложката Киара Сарачено отбелязва: „За кра-  
тък период от време жената тип осемнаесети  
век се превърна в „еманципирана жена“. Общес-  
твото обаче продължи да функционира така, сякаш  
жените продължават до една да са домакини и  
старото разделение между мъжете, които рабо-

тям навън и жените, които се грижат за дома и децата, изобщо не е помръзнало.“

След 8 часа работа е „нормално“ жените да говорят с учителите, да се редят на опашка при педиатъра, да вземат документи от общината, да организират рождените дни, да спорят със социалния асистент, да пазаруват в събота сутрин... Именно това са дейностите, които учениците наричат „трето измерение“ след работата и почивката. Според сведенията, предоставени от Националния статистически институт на Италия, мъжете посвещават средно по 50 минути на ден на „третото измерение“, а жените му отделят поне по 4 часа и половина.

*Постоянно се чувствам длъжна към всички наоколо - към децата и съпруга ми, на които искам да отделям повече време, към работата, на която ми се ще да посвещавам повече енергия.*

Силвия

Тези гуми изразяват дилемата на много жени. За какво става дума?

*„Иска ми се да мога да отделя време да направя торта за моите мъници, а все не успявам...“*

*„Понякога много ме е срам от бързите вечери, които срещвам за семейството си...“*

*„С децата никога нямам търпение...“*

Към този хор от гласове се присъединява от време навреме и по някой от „новите“ татковци.

*„Създадох две деца, а в крайна сметка ги виждам, само когато спят в легълцата си.“*

- Осигуряваме ли условия за нормално развитие на децата си, като по цял ден сме извън дома?
- Как да се преборим с чувството за вина, което ни превръща в заложници на шантажите на нашите деца?
- Вярно ли е, че да си останем у дома в наши дни е най-доброто решение?
- И накрая, най-голямото съмнение - този, който работи на пълен работен ден, може ли, въпреки всичко, да бъде родител на пълно работно време?

Това са само част от въпросите, на които ще се опитаме да отговорим в тази книга. Ще изслушаме притесненията, объркването, чувствата и решенията на нашите герои и може би така ще успеем да придадем изразителност и определеност на онова „успях“, гочуто в навалищата на един милански автобус преди 20 години.