

Tyrimo „Šeimos, darbo ir asmeninio gyvenimo derinimo iššūkiai mamoms“ įžvalgos



Tyrimą atliko: Mintautė Jurkutė, Lygių galimybių kontrolieriaus tarnybos Diskriminacijos prevencijos ir komunikacijos grupės vadovė

Tyrimas atliktas įgyvendinant projektą „Visi apie tai kalba: darbo ir asmeninio gyvenimo derinimas virsta realybe“. Projektas iš dalies finansuojamas Europos Sąjungos Teisių, lygybės ir pilietiškumo programos (2014-2020) lėšomis. Europos Komisija neprisiima atsakomybės už galimą pateiktos informacijos panaudojimą.

Turinys

Tyrimo aprašymas.....	3
Tyrimo imtis ir metodai.....	3
Tyrimo rezultatai	4
Motinystės ir karjeros planavimas	4
Darbų ir atsakomybių pasiskirstymas tarp partnerių.....	7
Tėčių įsitraukimas ir asmeninio poreikių derinimas su vaikų priežiūra.....	8
Motinystės lūkesčiai.....	9
Spaudimas būti „tobula mama“.....	10
Savasties kaita vaiko priežiūros metu	10
Grįžimas į darbą.....	11
Motinystės kaina.....	11
Iššūkiai ir kliūtys derinant motinystę, asmeninius poreikius ir profesinius įsipareigojimus.....	11
Savirealizacijos poreikis	11
Savijauta ir emocijos derinant darbą ir vaikų auginimą.....	12
Vaiko priežiūros paslaugų (ne)prieinamumas ir priežiūros kokybė	13
Karantino iššūkiai ir galimybės.....	14
Kaltės jausmas.....	14
Vaikų poreikių (ne)patenkinimas	15
Vaikų palikimas kitų priežiūrai	15
Buvimas gera darbuotoja.....	16
Laikas sau	16
Santykiai su partneriu	17
Vaikų „užmetimas“ kitiems.....	17
Šeimos ir darbo derinimą galintys pagerinti veiksniai.....	18
Didesnis partnerio įsitraukimas į vaikų auginimą ir rūpestį namais.....	18
Kitų šeimos narių ir giminaičių pagalba	19
Draugiška šeimai darbovietė.....	19
Palanki kolegų ir vadovų reakcija ir palaikymas.....	20
Lankstus darbo grafikas ir nuotolinis darbas	20
Aiški riba tarp asmeninio gyvenimo ir darbo	21
Visuomenės normų kaita	21
Laikas sau	21
Prieinamos ir lanksčios vaikų priežiūros paslaugos.....	21
Emocinis palaikymas	22
Mamų bendruomenė.....	22
Išvados ir rekomendacijos	22

Tyrimo aprašymas

Tyrimas, siekiant identifikuoti šeimos, darbo ir asmeninio gyvenimo derinimo iššūkius mamoms susidėjo iš dviejų dalių: 1) reprezentatyvios visuomenės nuomonės apklausos, kuri buvo atlikta 2020 metais; 2) kokybinio tyrimo – informacija renkant sutelkties (fokus) grupių ir individualių interviu su dirbančiomis ir vaiko priežiūros atostogose buvusiomis mamomis metu.

Lietuvoje beveik 7 iš 10 moterų jaučiasi kaltos, derindamos profesinę veiklą ir vaikų auginimą. 65 proc. moterų prisipažino, kad jaučia kaltę palikdamos mažus vaikus kitų priežiūrai, kol pačios dirba. Tokius rezultatus parodė 2020 m. Lygių galimybių kontrolieriaus tarnybos užsakymu atliktas [visuomenės nuomonės tyrimas](#)¹.

Reprezentatyvios apklausos rezultatai atskleidė, kad pusė Lietuvos gyventojų nemano, kad jiems pavyksta suderinti asmeninį gyvenimą ir darbą: 25 proc. apklaustųjų teigė, kad tai jiems pavyksta vidutiniškai, 14 proc. – sakė, kad blogai arba nėra patenkinti, o dar 12 proc. nežinojo atsakymo. Moterys nurodė, kad ilgos darbo valandos arba viršvalandžiai joms trukdo auginti vaikus ir dalyvauti jų ugdyme, tinkamai rūpintis savo sveikata, keliauti ir būti gamtoje.

Nors šiuo metu retoje šeimoje moterys gali leisti sau nedirbti ilgą laikotarpį, didelė moterų dalis (66 proc.) vaikų auginimą ir rūpinimąsi šeima laiko svarbesniu dalyku nei darbas arba karjera, net 71 proc. apklausos dalyvių patiktų nedirbti kol vaikas (-ai) mažas (-i). 73 proc. norėtų turėti daugiau laiko su šeima.

Kai gyvenime kyla konfliktų tarp vaikų auginimo ir darbo, moterys rečiau nei vyrai norėtų padirbėti ilgiau ir dėl to, pavyzdžiui, nenuvežti vaiko į būrelį, nenuieiti į mokyklos šventę ir pan. Daugiau nei pusė (53 proc.) tyrime dalyvavusių moterų, negalėdamos suderinti šeimos ir asmeninio gyvenimo su darbu, svarstyty keisti darbą, o 44 proc. sutiktų dirbti darbą su mažesniu atlygiu, bet su galimybe derinti darbą ir asmeninį gyvenimą.

Sklandžiam darbo ir šeimos derinimui įtakos turi darbo kultūra ir visuomenėje vyraujančios normos. Kai šios normos yra nepalankios – kyla iššūkių ir konfliktų, kurių metu gali nukentėti ir asmeninis gyvenimas ir darbiniai įsipareigojimai. Apklausa parodė, kad dalis moterų jaučia nerimą dėl to, kad įsipareigojimai darbe trukdo asmeniniam gyvenimui. Kita vertus, nerimas jaučiamas ir iš kitos pusės – 23 proc. moterų manė, kad jų karjerą neigiamai paveiktų išėjimas vaiko priežiūros atostogų (palyginimui: taip mano 32 proc. apklausoje dalyvavusių vyrų). Dar 37 proc. teigė, kad pasikartojantys išėjimai nedarbingumo laikotarpiui dėl šeiminių įsipareigojimų (pavyzdžiui, vaiko arba šeimos nario ligos, negalios) taip pat paveiktų neigiamai karjerą.

Apibendrinus, visuomenės apklausos rezultatai rodo, kad moterys susiduria su iššūkiiais derindamos motinystės ir profesinius įsipareigojimus. Norėdami suprasti apie šiuos iššūkius daugiau bei kokias pasekmes jie turi gyvenimo kokybei, atlikome kokybinį tyrimą. Jame dalyvavo 18 vaikus auginančių moterų.

Tyrimo imtis ir metodai

Tyrimo tikslas – išsiaiškinti, su kokiomis kliūtimis ir iššūkiiais susiduria moterys, derindamos vaiko priežiūrą, darbą ir asmeninį gyvenimą bei kas padeda arba galėtų padėti geriau skirtingas sritis gyvenime suderinti.

¹ Asmeninio gyvenimo ir darbo derinimas. Reprezentatyvi Lietuvos gyventojų apklausa, Vilnius, 2020. Prieiga per internetą: <https://lygybe.lt/data/public/uploads/2020/11/balance-tyrimo-ataskaita-2020.pdf>

Šioje ataskaitoje pateikiamos įžvalgos iš sutelkties (fokus) grupių ir individualių interviu su dirbančiomis ir mažus vaikus auginančiomis moterimis. Buvo suorganizuotos 3 fokus grupės: 2 iš jų su moterimis, kurių sutuoktiniai arba partneriai buvo išėję ar šiuo metu yra vaiko priežiūros atostogose, 1 fokus grupė ir 6 individualūs interviu su moterimis, buvusiomis vaiko priežiūros atostogose ir grįžusiomis po jų į darbą (1 respondentė šiuo metu vis dar yra vaiko priežiūros atostogose, tačiau tuo pačiu nedidele etato dalimi dirba). Iš viso apklausta 18 moterų. Dalyvių atranka – atsitiktinė.

Visos fokus grupės ir dalis individualių interviu vyko gyvai, 2 interviu vyko nuotoliniu būdu, ZOOM programa. Pokalbiai ir diskusijos vyko nuo 40 min. iki 2 val. 20 min. Dvi fokus grupės vyko 2020 metų rugsėjo mėn., likusi fokus grupė ir individualūs interviu organizuoti 2021 m. rugpjūčio – spalio mėn.

Sutelkties (fokus) grupėse ir individualiuose susitikimuose naudoti pusiau struktūruoti klausimynai, formuoti remiantis ankstesniais moksliniais tyrimais² ir reprezentatyvios apklausos duomenimis. Tyrimo metu siekta išsiaiškinti, kaip porose priimami sprendimai dėl vaikų auginimo bei darbų pasidalinimo, ar ir kaip planuojama moterų karjera planuojant vaikus ir jiems atsiradus, kaip poros dalinasi šeiminius įsipareigojimus, kokios priežastys ir veiksniai lemia moterų galimybes derinti asmeninius poreikius bei vaikų priežiūrą su profesiniais įsipareigojimais. Taip pat siekta išsiaiškinti, kas galėtų padėti mažų vaikų turinčioms moterims pagerinti asmeninio gyvenimo ir darbo derinimą.

Pagrindinės tyrimo metu nagrinėtos temos:

- Motinystės ir karjeros planavimas
- Darbų ir atsakomybių pasiskirstymas tarp partnerių auginant vaikus
- Lūkesčiai, susiję su buvimu mama
- Vaikų auginimo ir darbo derinimo iššūkiai
- Kaltės jausmas dėl motinystės ir profesinių iššūkių nesuderinimo
- Įtampą dėl motinystės ir profesinių įsipareigojimų derinimo galintys sušvelninti arba eliminuoti veiksniai bei pagalbos būdai

Tyrimo rezultatai

Motinystės ir karjeros planavimas

Jungtinės Karalystės lygybės institucijos atliktas neseniai tėvais tapusių asmenų tyrimas³ parodė, kad poros retai diskutuoja apie sprendimus, susijusius su namų ir vaikų priežiūra. Dažniausiai sprendimai apie atsakomybių pasiskirstymą priimami be didelių diskusijų ir tam skirtų pokalbių – pagal asmenines preferencijas (pavyzdžiui, „man patinka gaminti“, „man svarbus mano darbas“) arba pagal socialines normas (kaip kiti daro) ir požiūrį į lyčių lygybę ir lyčių vaidmenis. Remiantis šiomis

² Atliekant tyrimą remtasi biheivioristine prieiga, siekiant išsiaiškinti veiksniai, kurie gali paaiškinti žmonių elgesį bei padėti jį keisti, siekiant įveikti socialines, psichologines, požiūrio / nuostatų ir su darbo aplinka susijusias kliūti, trukdančias suderinti asmeninį gyvenimą ir darbą. Tyrimo klausimynai sudaryti remiantis Jungtinės Karalystės lygybės institucijos atlikto tyrimo „Return to Work: Parental Decision Making“ (2018), surinktomis įžvalgomis, kad didžiausios kliūtys derinti motinystę su darbu yra susijusios su partnerio įsitraukimu į vaikų auginimą stoka. Minėtas tyrimas parodė, kad šiam įsitraukimui didžiausią įtaką turi tokie veiksniai kaip sprendimų dėl vaikų auginimo priėmimas nesitariant (vadovaujantis asmeninėmis preferencijomis, socialinėmis normomis arba požiūrių į lyčių lygybę ir lyčių vaidmenis), neatsižvelgiant į ilgalaikes vaiko priežiūros pasekmes moterų karjerai ir finansinėms galimybėms ateityje bei šių klausimų neaptariant, neigiamos darbdavių ir visuomenės nuostatos apie vyrų įsitraukimą į vaikų auginimą.

³ Return to Work: Parental Decision Making, Government Equalities Office, 2018,

<https://www.gov.uk/government/publications/return-to-work-parental-decision-making>

įžvalgomis, tyrimo metu siekta įvertinti, kaip šie aspektai daro poveikį moterų pasirinkimams Lietuvoje.

Tyrimo dalyvių klausėme, kaip buvo jų atveju – ar buvo bent vienas pokalbis, kurio metu jos kartu su partneriais būtų aptarusios vaikų auginimą: kiek kiekvienas jų įsitrauks, kas ims vaiko priežiūros atostogas, kaip bus organizuojamas tolimesnis abiejų karjeros kelias gimus vaikams ir pan.

Sprendimai dėl vaiko priežiūros ir karjeros pertraukos porose buvo priimamai labai skirtingai. Didžioji dalis tyrime dalyvavusių moterų pokalbių su savo partneriu, kurių metu planuotų savo motinystę ir tolimesnę karjerą, atsakomybių namie pasidalinimą, nepamena. Sprendimai, kas eis vaiko priežiūros atostogų, būdavo dažniau priimami intuityviai arba „pagal nutylėjimą“. Tai iš esmės reikšdavo socialinių normų ir matytų pavyzdžių sekimą, kad vaikus turi auginti moterys, o vyrai – dirbti ir siekti karjeros. Moterys taip pat minėjo, kad tarsi savaime suprantamu laikė požiūrį, kad vyro karjera yra aktualesnis šeimai klausimas, o pasiskirstymas „aš auginsiu vaikus, o vyras dirbs“ atrodė natūralus ir organiškas: „*Mane nešė ir nunešė banga, kad aš eisiu motinystės atostogų. Su antru vaiku, jau po tiek metų buvo mintis, gal man anksčiau grįžti ir nelaukti tų dviejų metų. Bet per tą laiką vyras pakilo karjeroje, tai jis sakė, kad jeigu aš išeičiau tai man jau ir viskas. Aš būčiau niekas*“ [FG3_R1]⁴; „*Mano šeimoje yra dauguma moterų, vyrauja moteriška linija. Ir mes moterys, sesuo, buvome auklėjamos, kad moterys yra priedas prie vyro, kuri turi pasirūpinti vyro gerbūviu*“ [I_R5].

Viena respondentė pasakojo, kad tuo metu kai gimė pirmagimis, jos sprendimą eiti vaiko priežiūros atostogų paveikė vyro karjeros situacija – jam tuo metu buvo ypatingai svarbu baigti mokslus ir susitelkti ties įsivertinimu savo profesinėje srityje. Po antro vaiko gimimo ir išleidimo abiejų vaikų į darželį ji minėjo, kad natūraliai „pasiėmė savo laiką atgal“ susitelkdama ties savo profesine karjera, vaikų priežiūrą atiduodama didesne apimtimi į vyro rankas. Ir nors detalčiai dėl tokio pasiskirstymo jiedu nediskutavo, ji jautė, kad tai jos laikas: „*Mes vėlgi apie tai nešnekėjome, bet pagal nutylėjimą, kai keičiau darbą, buvo aišku, kad dabar mano laikas. Nuo manęs buvo nuimti vaikai. Vakarais „mamytė dabar moko, dabar ruošiasi“, nes aš ne į vieną poziciją pretendavau, ir tikrai buvo visiškai mano laikas. Aš jaučiausi, kad man tai priklauso.*“ [I_R3].

Kita tyrime dalyvavusi aukštą vadovaujančią poziciją darbe užimanti moteris pasakojo, kad su vyru dėl to, kaip atrodys jų šeimyninis gyvenimas ir rutina, daug nediskutavo, bet jos karjeros planams aptarti skyrė laiko. Taigi, jos atveju, darbo pobūdis buvo pagrindinė priežastis lėmusi atidesnį planavimą tiek iš jos, tiek ir iš jos vyro pusės.

Tose porose, kuriose vyrai buvo išėję vaiko priežiūros atostogų, arba vaiko priežiūros laikotarpis buvos dalinamasis tarp partnerių, vaikų auginimas ir atsakomybių namie pasidalinimas būdavo dažniau aptartas. Sprendimą pasidalinti vaiko priežiūros laikotarpį, pasak vienos respondenčių, lėmė noras būti lygiaverčiai svarbiais vaiko gyvenime: „*aš turėjau tą labai tokį norą, kad mano vyras taptų toks pat, lygiai tiek pat svarbus, kiek aš... ta prasme, kaip vaiko augintojas visomis prasmėmis, kad nebūtų kažkokių temų ar dalykų, kurių nemokame*“ [FG1_R3]; „*pasirodo, kad vienodai matėme dėl ryšio mezgimo, tiesiog dėl patirties turėjimo, kad abu suprastume, ką reiškia auginti tokį mažą vaiką*“ [FG2_R].

Taip pat, vaikų priežiūros laikotarpį dalinasi tos poros, kuriose moterys pačios išreiškė aiškų norą grįžti anksčiau į darbinės veiklas arba negalėjo savo karjeros atidėti ilgam laikui dėl darbo pobūdžio bei darbo specifikos, pavyzdžiui dirbant žurnalistinį darbą, darbą susijusį su kūryba, užimant vadovaujančias pareigas ir pan.

⁴ Čia ir toliau pateikiamos citatos iš pokalbių su moterimis, kalba netaisyta.

Net ir be pokalbio su partneriu apie šeimos ir karjeros planavimą, savo sprendimą eiti vaiko priežiūros atostogų moterys grįsdavo skirtingai.

Kai kurioms sprendimą eiti vaiko priežiūros atostogų lėmė noras save išbandyti motinystėje, šios patirties jos labai laukė bei ja mėgavosi: „Aš norėjau. Man buvo faina ir smalsu pasinaudoti ta galimybe“ [I_R3]; „Aš norėjau eiti vaiko priežiūros. Man atrodo, kad aš neįsivaizdavau kažkaip kitaip. Kai aš pagimdžiau, aš jį žiūrėjau kaip į paveiksluką. Man buvo kažkokia hormoninė ekstazė – kokį vaiką padarėm. O graži, o sveika, visi 20 pirštų, nosis, akys... aš sukūriau žmogų. Mano močiutė nemaitino, mama nemaitino, o pas mane pieno jūros. Atrodė, kad išmaitinsiu visą kaimą vaikų. Aš džiaugiausi. Man patiko mano nėštumas ir mano plius dvidešimt kilų. Aš tame jaučiausi fainai. Ir pamenu, kad man tas laikas iki trijų metų buvo žiauriai fainas auginant vaiką.“ [I_R2].

Sprendimą pirmus vaiko priežiūros metus mamai likti su vaiku namie lemia ir noras maitinti mažylį (-ę) krūtimi: „Mano atveju tai nebuvo tokio klausimo „kas rūpinsis vaiku?“, nes ir taip buvo aišku. Kas daugiau gali rūpintis, kai gimsta ir reikia žindyti“ [FG3_R2].

Dalis tyrime dalyvavusių moterų, ėjusių vaiko priežiūros atostogų, teigė, kad tokį sprendimą priėmė dėl noro pailsėti nuo darbų ir įtampos darbe, sustoti ir pergaltoti apie savo karjeros kelią, pasinaudoti pertrauka prieš keičiant darbą: „iš principo vaikas atsirado tuomet, kai aš turėjau rinktis kitą darbą ir eiti toliau. Padaryti tarpą būtent vaikui ir tada eiti toliau link karjeros.“ [FG1_R3]; „Man vaikas buvo toks atostogų poreikis, nes darbe pradirbau keturiolika metų. O atostogų galėjau išeiti tik rudenį. Toks tempas buvo. Nei aš turtų užsidirbau, šitiek jėgų atidaviau, nervų tai įmonei ir kas iš to? Nieko – likvidavo ir viskas. Tai man tas vaikas buvo atostogos ir ramybė po šitiek laiko. Tvarkaisi po namus, gamini, bandai visokių receptų, skaitai knygas.“ [I_R6]; „grįžimas į darbą man yra palankus metas sustoti ir pasižiūrėti visą tą kelią, kurį nuėjau ir ar aš tikrai noriu būti ten, kur esu šiuo metu. Gal aš noriu kitos veiklos ar darbą pakeisti. Pasidairyti, ko noriu.“ [I_R5].

Su karjeros pertraukos poreikiu buvo susijęs ir vaiko priežiūros atostogų trukmės pasirinkimas. Moterys, kurios vaiko priežiūrą rinkosi kaip karjeros pertrauką tarp skirtingų darbų, dažniau rinkosi ilgesnę trukmę: „Aš norėjau. Nes aš darbe jaučiau įtampą, kad blogai. Darbo krūvis...mačiau iš vadovybės, kad jau nieko čia nebus, tai ramiai pasiėmiau du metus.“ [I_R6].

Tas pats pasakytina ir apie atvejus, kai vyrai nusprendžia eiti vaiko priežiūros atostogų. Tyrimo dalyvių, kurių vyrai ėmė vaiko priežiūros atostogas, sprendimas tai daryti buvo susijęs su dviguba nauda: vyrų noru pailsėti nuo darbų ir siekiu pažinti savo mažylius: „vyras buvo tiesiog permirkęs visais tais... sakė, viskas, aš nebenoriu dirbti“ [FG2_R3], „Aš su vyru planavau labai seniai, kad jis norės eiti tėvystės ... vaiko priežiūros atostogų... dar su pirmąja mergaite, kai auginome. Su antrąja jis buvo tėvystės atostogose. Jis norėjo pabandyti, ką tai reiškia būti 24 valandas per parą“ [FG2_R6].

Svarbios ir kiekvieno asmeninės preferencijos poroje. Net ir tais atvejais, kai bendros diskusijos apie vaiko priežiūros laikotarpį nebūdavo, jei vienas iš partnerių turėjo aiškia viziją, kaip šis laikotarpis turi atrodyti jam / jai, kitas (-a) tai priimdavo: „Mano vyras atėjo su aiškia vizija, kad jis tikrai eina tų vaiko priežiūros atostogų. Jis pasakė savo norą, kuris buvo aiškus keli metai iki nėštumo, kad „kai bus vaikų, aš TIKRAI eisiu. TIKRAI“. Kai jau reikėjo eiti, jis ir ėjo. Iš mano pusės šis klausimas jau buvo apmąstytas ir man pasirodė logiška. Vyro norą įsisavinau, įvirškinau ir suvokdama to privalumus, net naudą sau, aš įvertinau, kad tai tinkama pozicija [FG3_R4].“; „Pas mus buvo tik trumpas toks aptarimas. Jis žinojo, kad aš noriu padaryti trumpą pertrauką nuo savo veiklos. Dirbau portale patį juodžiausią darbą, daug naktinių budėjimų būdavo. Ir per daugelį metų priėjau tokią ribą, kad man tikrai reikia sustot, pagaltot, kokiu tempu aš noriu dirbti, prie kokių temų ir kur. Jis viską tai žinojo, todėl toje diskusijoje labai daug kokių nors klausimų nebeliko“ [FG3_R3].

Vaiko priežiūros atostogų trukmė taip pat paveikia moterų (re)integraciją į darbo rinką bei galimus iššūkius darbo ir asmeninio gyvenimo suderinimui. Jeigu vaiko priežiūros laikotarpis labai ilgas, moterys dažniau jaučiasi neužtikrintai, praradusios dalį savo profesinių kompetencijų ir darbinių įgūdžių, pernelyg atitrūkusios nuo kolektyvo ir pan., jeigu laikotarpis trumpas – jaučiamas didesnis nerimas arba kaltės jausmas palikti vaikus kitų asmenų priežiūrai. Tyrimo dalyvės įvardijo, kad šio laikotarpio trukmė dažniausiai priklauso nuo kelių dalykų:

(1) ar ir kada gaunama vieta darželyje;

(2) ar šeima gali sau leisti kitas vaiko priežiūros alternatyvas, pavyzdžiui privačias vaiko priežiūros (respondenčių vadintas – „auklės“) paslaugas, ar turi galimybę pasitelkti kitų šeimos narių pagalbą;

(3) darbo pobūdis. Pavyzdžiui, moterys, užsiimančios kūrybine veikla, arba dirbančios vadovaujantį darbą, rinkdavosi trumpesnį laikotarpį. Kita vertus, moterys, kurios dirba protinį darbą, į darbą grįžti neskubėjo dėl baimės, kad būdamos pervargusios dėl nemiegotų naktų, negalės tinkamai susikoncentruoti ir būti darbingos;

(4) galimybės patogiai derinti darbą ir šeimą, kai vaikai maži, nebuvimas. Pavyzdžiui, viena respondentė pasakojo, kad stengėsi kuo ilgiau likti vaiko priežiūros atostogose, nes žinojo, kad vaikams susirgus dėl darbo pobūdžio susidurs su sunkumais imti nedarbingumo pažymėjimą.

Darbų ir atsakomybių pasiskirstymas tarp partnerių

Moterų ir vyrų įsitraukimas į ankstyvąjį vaikų auginimą skiriasi. Vaiko priežiūros atostogas ima kur kas daugiau moterų nei vyrų. Pavyzdžiui, 2020 m. vaiko priežiūros atostogose buvo 27,9 tūkst. moterų (75,6 proc.) ir tik 9 tūkst. vyrų (24,4 proc.)⁵. Vadinasi, jos dažniau iškrenta ilgesniam laikui iš darbo rinkos ir atsilieka nuo savo partnerių ir kolegų vyrų karjeros augime. Ir nors vyrų, pasinaudojusių tėvystės atostogomis (1 mėn. po vaiko gimimo), skaičius didėja, šis skaičius santykinai mažas, lyginant su bendrai gimstančių vaikų skaičiumi – tik kiek daugiau nei 1 iš 2 tėčių pasinaudoja galimybe pabūti su savo mažyliu jam gimus (žr. lentelę žemiau)⁶. Šie duomenys rodo, kad vaikų priežiūra ir auginimas pirmaisiais gyvenimo metais dažnu atveju yra moterų atsakomybė.

	Gimę kūdikiai	Tėvystės išmokų gavėjai
2020 m.	25 144	13 870 (55 proc.)
2019 m.	27 393	14 991 (55 proc.)
2018 m.	28 149	16 355 (58 proc.)
2017 m.	28 696	16 002 (56 proc.)
2016 m.	30 623	16 277 (53 proc.)
2015 m.	31 475	14 933 (47 proc.)

⁵ Vaiko priežiūros išmokų gavėjų skaičius pagal lytį kitimas (tūkst.). Sodra, 2020. Prieiga per internetą: <https://atvira.sodra.lt/lt-eur/>, žiūrėti „išmokos“. Žiūrėta [2021 m. lapkričio 6 d.].

⁶ Gimusieji vyrai ir moterys. Oficialiosios statistikos portalas. Prieiga per internetą: <https://osp.stat.gov.lt/lt/statistiniu-rodikliu-analize?hash=99a2a2f2-b102-43b4-ab89-393de8fa3417#/>; Vidutinis metinis valstybinio socialinio draudimo motinystės ir tėvystės pašalpų gavėjų skaičius. Oficialiosios statistikos portalas. Prieiga per internetą: <https://osp.stat.gov.lt/statistiniu-rodikliu-analize?indicator=S3R635#/>. Žiūrėta [2021 m. lapkričio 6 d.].

Kokybiniame tyrime dalyvavusių moterų klausėme, kaip jos vertina savo ir jų partnerių įsitraukimą į vaikų auginimą: koks būtų jų ir jų partnerių įsitraukimo dydis procentais, jei 100 proc. laikytume visus vaiko (-ų) priežiūros poreikius. Didelė dalis respondentėjų didesnę įsitraukimo dalį priskirdavo sau. Procentų skaičius varijavo nuo santykio 90/10, 70/30, 60/40 (didesnę dalį įsitraukimo skaičiuojant joms pačioms) iki 50/50. Tik 1 dalyvė atveju vyro įsitraukimas buvo gerokai didesnis nei jos pačios: jos nuomone, vyras apsiima 70 proc. krūvio, o kai kuriais atvejais ir 80–90 proc. krūvio (pavyzdžiui, perkant maistą, būnant su vaikais, kol ji dirba ir pan.).

Visos dalyvės pastebėjo, kad šis pasiskirstymas kinta ir labai priklauso nuo laikotarpio, vaiko amžiaus ir raidos etapų. Viena respondentė minėjo, kad tik gimus vaikui dėl žindymo ji pati apsiimdavo 90 proc. vaiko poreikių tenkinimui.

Kaip ir motinystės bei karjeros planavimo atveju, partnerių įsitraukimo ir pasidalinimo kasdienėmis namų ir vaikų priežiūros veiklomis, poros dažnai neaptaria ir palieka savieigai: „*tai nėra sąmoningai susitarta, bet išeina natūraliai. Diskusijų nekyla. Žiūrim, kas turi laiko*“ [FG3_R3]. Diskusijų kyla tais atvejais, kai moteris pervargsta, arba partnerio įsitraukimas yra kur kas mažesnis nei šeimai reikia.

Porose, kuriose partneriai buvo išėję vaiko priežiūros atostogų, pasidalinimas šeiminiiais rūpesčiais yra artimesnis lygiaverčiam įsitraukimui ir po vaiko priežiūros laikotarpio. Tais atvejais, kai vaiko priežiūros laikotarpis pasidalinamas per pusę, vaiko priežiūros atostogose esantys tėčiai visiškai perimdavo vaikų auginimą: „*Tą pačią dieną, kai aš išėjau į darbą, jis liko su pirmu ir su antru vaiku. Aš grįžtu po darbo, jau jo lovytė perstumta į jo pusę. Jis ten susidėliojęs jau kažkokius mišinėlius... aš net nežinodavau, kaip mišinėlį užmaišyti. Be jo instrukcijos nebūčiau tikra, kokią košę mano vaikai labiausiai mėgo. Naktį keldavosi jisai, nes man į darbą*“ [FG1_R2]. Viena tyrimo dalyvė minėjo, kad lygiavertis atsakomybių ir įsitraukimo pasidalinimas buvo ilgas ir kantrus darbas, ties kuriuo ji asmeniškai dėjo labai daug pastangų, inicijavo pokalbius, siūlė įvairius gyvenimo organizavimo sprendimus, vedė bendrą veikų ir vaiko priežiūros kalendorių ir pan.

Kalbėdamos apie partnerių įsitraukimą į vaikų auginimą, kelios mamos paminėjo, kad nepaisant gana lygiaverčio pasidalinimo buitinais klausimais ar pasirūpinimu baziniais vaiko poreikiais, rūpestis emociniais dalykais, sveikatos klausimais, įvairių su priežiūra susijusių klausimų organizavimu (angl. vadinamas *mental load* arba *emotional labour*) dažniausiai lieka moters darbu. Tokie dalykai, kaip emociniai vaiko išgyvenimai, pasirūpinimas, kad vaikas būtų ne tik aprengtas, bet rūbai būtų dar ir švarūs bei dailūs, pagalvojimas apie smulkmenas, užrašymas pas gydytoją patikrinimui ir pan.: „*Ypač kai pradėdi galvoti apie emocinį krūvį. Aš turiu jam priminti daug dalykų. Nors jis nėra visiškai tradicinis vyras, yra už lygias teises, bet man reikia jam priminti, jo prašyti*“ [I_R4].

Tėčių įsitraukimas ir asmeninio poreikių derinimas su vaikų priežiūra

Moterys, kurios lygiaverčiai dalinasi vaikų auginimo rūpesčiais su partneriais taip pat dažniau jaučia stipresnę partnerystę poroje. Ne viena respondentė teigė, kad jaučia pasididžiavimą savo partneriais bei didelį džiaugsmą, kai jie prisiima pilnai atsakomybę už vaikus kol jos dirba: „*Jis išėjo į Vingio parką su visomis ir ta mažoji užspringo ir ta prasme iki tokio lygio, kad reikėjo kviesti greitąją ir pan. Ta prasme, jis man apie tai papasakojo tik tada, kai aš grįžau iš darbo. Čia taip nutiko. Iš tikrųjų pasidžiaugi, kad... žmogus prisiima absoliučiai visą pilną atsakomybę ir niekaip kitaip savęs nesuvokia... tik su pilna atsakomybe*“ [FG2_R2].

Tyrimo dalyvės pasakojo, kad nuo partnerio įsitraukimo priklausė, kiek erdvės ir laisvės savo asmeniniams poreikiams įgyvendinti turėdavo. Tos moterys, kurių partneriai dalyvavo vaikų auginime lygiaverte arba didesne apimtimi nei jos pačios, sudarydavo itin palankias sąlygas derinti tiek darbus, tiek hobius bei kitas veiklas su motinyste. Pavyzdžiui, viena respondentė pasakojo, kad

eidavo į protmūšius, koncertus, o vyras jai atveždavo vaiką, kai reikėdavo pamaitinti krūtimi. Kita tyrimo dalyvė pasakojo, kad vyras atnešdavo jū mažylį jai į darbą, kad ji galėtų pamaitinti.

Partnerių įsitraukimą lemia bei keičia įvairios gyvenimo aplinkybės. Pavyzdžiui, viena tyrimo dalyvė pasakojo, kad šiuo metu jū šeima stato namą, todėl su vyru pasiskirstė savo dėmesį sritimis: jai vaikų priežiūra, jam – su statybomis susiję klausimai.

Motinytės lūkesčiai

Paklaustos apie lūkesčių kėlimą motinytės modeliui ir kaip jų buvimas mama turėtų atrodyti praktiškai, daugelis tyrimo dalyvių minėjo, turėjusios kur kas didesnių lūkesčių sau kaip mamai iki vaikų atsiradimo bei nustebusios, kad jie nepasiteisino arba realybėje viskas atrodė visiškai kitaip. Ši patirtis atnešė nuostabą, o kartais keldavo ir sunkesnių jausmų, tokių kaip pyktis, stresas, nerimas.

Moterys pasakojo, kad tikėjosi, jog motinytė bus lengvesnė, o joms viskas pavyks natūraliai ir su nedidelėmis pastangomis. Šių lūkesčių bei susikurtos vizijos nepasiteisėjimas skaudino ir kėlė nevilgtį: „*žlugo tavo visa fantazija, tai tu dar jautiesi žiauriai nusivylusi, įsiskaudinusi, įsižeidusi – palauk, aš gi ne taip tariausi, ne taip mes čia galvojomės, dėliojomės. Aš įsivaizdavau, kad aš turiu būti labai gera ir tobula mama. Aš galvojau, kad man labai natūraliai viskas gausis. Nes aš vaikus labai mylėjau ir mėgdavau. Aš buvau visų vaikų draugė. Bet aš visai neįsivertinau to dalyko, kur yra pora valandų su vaiku ir visas gyvenimas su vaiku. Čia yra du absoliučiai skirtingi dalykai. Ir tas man labai suponavo įsivaizdavimą, kad man čia viskas žiauriai lengvai gausis, mes būsim geriausi draugai, viską kartu darysim... O, kad gali, pavyzdžiui, charakteriai labai skirtis, temperamentai mano ir vaiko...“ [I_R1].*

Lūkesčių, kokia turi būti mama, moterys sulaukdavo ir iš partnerių arba kitų artimųjų. Tai žeidžia nemažiau nei savo pačios lūkesčių neatitikimas: „*tiesą sakant aš iš anksto nesidomėjau, kad gali būti tokie dalykai, kad kai gimsta vaikas, tau nebūtinai būna, kad tu visa esi pakylėta ir tau taip faina, kaifuoji nuo motinytės. Man, kai gimė pirmas vaikas, man nebuvo taip. O aš galvojau, kad taip bus. Bet ir visi kiti tikėjosi, kad man taip bus. „Nu ko tu čia verki, kas tau yra? Vaikas sveikas, tu sveika, viskas gerai.“ [I_R3].*

Susigaudyti visuose šiuose jausmuose moterims labiausiai padėjo kitos panašią patirtį išgyvenusios mamos. Informaciją apie tai, kad normalu jaustis visaip, aktualius jų situacijai patarimus ir informaciją taip pat pačios atrasdavo socialiniuose tinkluose ir įvairiuose. tinklaraščiuose, skaitydamos literatūrą apie vaikų auginimą, savo pačių pokyčius. Vis dėlto, neatitikimas tarp išsikeltų lūkesčių kėlė daug įtampos ir pykčio, kad apie šiuos dalykus jos nebuvo informuotos anksčiau, kad niekas joms nepasakojo apie galimus iššūkius, nuotaikų svyravimus, „hormonų audrų“ poveikį, kitus fiziologinius ir psichologinius pokyčius: „*Manęs nepaguodė tie žodžiai. Aš tarsi bandžiau save įsprausti į tuos rėmus, bandyti neva tai pasijusti, kaip turėčiau jaustis, bet aš tik vėliau supratau, kad yra normalu jaustis visaip kaip ir tie jausmai ateina, bet ne iš karto. Man labai padėjo kita mano kolegė, kuri panašiu laiku išėjo VPA, ir man paskambino ir klausė „kaip tau yra?“, sako „ar tau yra, kad jau labai labai labai myli tą vaiką ar, kad labiau yra pareiga rūpintis?“. Sakau, labiau antras variantas. Tai aš supratau, kad taip yra normalu“ [I_R3].*

Motinytės lūkesčių nepavyko pateisinti ir dėl vaikų charakterio, ritmo ypatumų: „*Aš irgi taip įsivaizdavau. Taigi vaikas ir miegos dienos metu ir aš vaikščiosiu su vežimėliu po miestą, skaitysiu knygas, klausysiu podcastus, kavutę gersiu...o tada ištiko gyvenimas. Ir jis miegodavo po 15 min. O tada būdraudavo pusvalandį ir vėl miegodavo 15 min. Ir tu nieko negali pasidaryti. Absoliučiai. Tu esi ištasytas. Jau kai jis užmiega ilgesniam laikui, tu miegi kartu“ [I_R1].*

Dalis tyrime dalyvavusių moterų teigė sulaukusios ir nebylių lūkesčių ir iš savo partnerių ir iš visuomenės, pavyzdžiui, dėl savo išvaizdos po gimdymo: spaudimo sportuoti, numesti svorio ir pan.

Tokių panašių žinučių, pasak jų, pilnas internetas, socialiniai tinklai, žiniasklaida. Tai prisideda į bendrą dažnai nepatenkinamų (ar neįmanomų patenkinti) lūkesčių krepšelį dėl to, kokia turi būti mama: „liekna“, „pasitempusi“, „visur spėjanti“, „supermama“ ir „superdarbuotoja“.

Spaudimas būti „tobula mama“

Kiekviena tyrimo dalyvė turėjo savo „buvimo gera mama“ apibrėžimą, kuris priklausė nuo vaiko poreikių, turimos patirties ir santykio su savo mama, kitų asmenų pavyzdžių, santykio su partneriu, savo savasties pajautimo. Ne viena mama minėjo, kad joms buvo svarbu nekartoti savo mamų klaidų, patirčių, kurios joms vaikystėje buvo skaudžios. Šalia „buvimo gera mama“ vaizdinio iš socialinės aplinkos formuojasi ir „tobulos mamos“ vaizdinys, kuris ne vienai tyrimo dalyvei buvo rimtas iššūkis pirmiausia savo pačių galvose, bet taip pat ir visuomenės formuojamų socialinių lūkesčių. Jei asmeninis požiūris į tai, kokie elementai sudaro „tobulos mamos“ sudėtį nėra susiformavęs, stengiamasi atkartoti tai, ką kiti laiko „tobula mama“ bei pateisinti savo šeimos lūkesčius, savo pačios lūkesčius ir lūkesčius iš partnerio.

Kai asmeniniai lūkesčiai labai skiriasi nuo socialinių, jaučiama kaltė ir nerimas: *„Žmonės kartais sau leidžia pareplikuoti. Pavyzdžiui, aš iš savo naujos kolegės sulaukiau... dalyvavome renginyje, ir turėjo vaikas pas mane ateiti ant kelių per zoom'ą susirinkimą. Vyras išvažiavo, vaikas atėjo. Ir aš sakau, gal jau atsijungsiu, vis tiek aptarėm, ką reikia svarbiausio. Paskui susirašinėjame su kolege ir jinai taip leptelėjo, kad „vargšas tavo vaikas, dėmesio deramai neskiri“. Toks buvo pasmerkimas, kokia tu mama. O tu bandai derinti, laviruoti, kad ir vaikas būtų laimingas ir tu laiminga ir tokį balansą palaikytum ir čia kažkas taip... Vis tiek tave užgauna tos pastabos“* [FG3_R3].

Viena iš dažniausiai minėtų buvimo „tobula mama“ savybių – susitvarkyti su savo vaiku visur ir visada, visose situacijose. Kai keliamas toks lūkestis sau (ir kitoms mamoms), kiekviena situacija, kurioje vaikas yra nepatogus, elgiasi kitaip, nei iš jo tikimasi, kelia stresą ir įtampą mamos gyvenime: *„Man būdavo diskomfortas. Kai dar buvo visai mažas ir nei iš šio nei iš to pradėdavo verksti, man viešoj vietoj būdavo gėda, nepatogu, Kad kitiems kažkokį nepatogumą keliu, kad nežinau, kaip jį nuraminti. Ir kol mažutis buvo, labai bijodavau išeiti į gatvę, nes jis pradėdavo nei iš šio nei iš to gatvėje rėkti. O visi žiūri“* [I_R1].

Savasties kaita vaiko priežiūros metu

Be visų kitų pokyčių gyvenime, moterys minėjo, kad svarbu buvo ir jų pačių kaita, kuriai įvertinti kartais pritrūkdavo kokybiško laiko refleksijoms arba tiesiog informacijos apie tai, kas su jomis vyksta: *„Mane iš tikrųjų išgąsdino kaip aš keičiuosi“* [FG1_R3]; *„Pirmas vaikas pakeičia taip, kad tu nebegyvensi taip, kaip gyvenai“* [FG3_R2].

Savęs kaip motinos priėmimas taip pat paveikė pokyčius darbe. Pavyzdžiui, viena respondentė pasakojo, kad grįžusi į darbą jautėsi brandesnė ir solidesnė. Būdama dviejų vaikų mama ji brėžė aiškesnes ribas ir bendravime su kolegomis: *„Aš jaučiau, kad aš jau esu dviejų vaikų mama, negaliu būti ta mergaitė, kurią visi siuntinėja. Jaučiausi su stipresniu statusu“* [I_R3].

Šių pokyčių kontekste, moterys norėjo daugiau supratimo ir iš partnerio, bei fizinio laiko kartu, kad be visų kitų rūpesčių, susijusių su mažylio atsiradimu, būtų ir partnerio palaikymas joms pačioms: *„Kitas dalykas, kodėl tėtis turėtų būti ilgesnį laiką, kas mažai apie tai kalba, moterys po gimdymo kaip feniksas susidegina. Visiškai. Kūnas nebe tas, sveikata nebe ta, socialiniai ryšiai nebe tie, darbo, kokį dirbai nebėra. Nieko. Yra tik vaikas. Ir aplink tą ašį ir sukiesi. Ir kai dar nėra to palaikymo iš to žmogaus, su kuriuo tas vaikas buvo gaminamas, nu tai tada iš viso šakės. Nes realiai viską reikia susikurti iš naujo“* [I_R5].

Grįžimas į darbą

Grįžusios į darbą po vaiko priežiūros atostogų moterys jaučiasi dvejopai: viena vertus, ima pasitenkinimo jausmas užsiimant veikla, kuri augina, „įdarbina“ protą ir pan., kita vertus – jaučiamas nerimas palikti vaiką kitų asmenų priežiūrai.

Dalis mamų sakė, kad labai džiaugėsi galėdamos vėl dirbti ir skirti laiką savo profesinių įgūdžių tobulėjimui. Kai kurios minėjo, kad motinystė joms nebuvo organiška patirtis, o darbas priešingai – gyvenimo sritis, kurioje jaučiamasi puikiai: „*aš darbuotoja turbūt geresnė nei mama ir man yra lengviau dirbti negu auginti vaikus*“ [FG1_R2]. Tad tai, kaip asmuo jaučiasi darbe, turi įtakos ir lengvesnei arba sudėtingesnei reintegracijai į darbo rinką po vaiko priežiūros laikotarpio.

Pereinamasis laikotarpis nuo vaiko priežiūros atostogų į darbą yra sudėtingas ir pilnas iššūkių. Vienas pirmųjų iššūkių dar iki grįžtant į darbą yra mažylio palikimas kitų asmenų priežiūrai. Tyrimo dalyvių patirtys šiuo klausimu labai skyrėsi ir priklausė nuo asmeninių lūkesčių sau kaip mamai, partnerio ir aplinkinių įsitraukimo, vaiko priežiūros paslaugų kokybės ir pan. Mamos, kurios motinystę rinkosi kaip poilsį / pertrauką nuo darbinio santykių arba laikotarpį, kurio metu taip pat permąstomas karjeros kelias, į grįžimą į darbą žiūrėjo su didesniu nerimu.

Motinystės kaina

Lietuva turi vieną ilgiausių valstybės apmokamų vaiko priežiūros laikotarpių pasaulyje. Tai turi ir plusų ir minusų. Moterys džiaugiasi, kad gali laisvai rinktis, kiek laiko būti su savo mažyiais atitraukus nuo darbų, bet taip pat supranta, toks ilgas išskirtimas iš darbo rinkos turi neigiamų pasekmių jų karjerai. Tyrime dalyvavusios moterys pasakojo, kad tik tapusios mamomis suprato, kokia didelė yra motinystės kaina karjerai: „*nepaisant to, kad tavo vyras pasiryžęs pasiimti laisvą dieną ar ten laisvą savaitę, vis tiek motinystė apsunkina įsivertinimą ir kažkokį tokį visiškai klestėjimą karjeros*“ [FG1_R1]; „*Aš tikėjau, kad bus mažesnis poveikis. Kažkaip neįvertinau. Atvirai pasakysiu – aš nepamatavau, kad tai bus visiška pauzė mano karjeroje*“ [I_R3].

Iššūkiai ir kliūtys derinant motinystę, asmeninius poreikius ir profesinius įsipareigojimus

Savirealizacijos poreikis

Nepaisant to, kad absoliučiai visoms tyrime dalyvavusioms moterims motinystė suteikia daug teigiamų patirčių ir sukelia teigiamų jausmų, visos būdamos vaiko priežiūros atostogose turėjo ir savirealizacijos darbe poreikį, norą užsiimti ne tik vaikų auginimu, bet turėti galimybę vaiko priežiūrą derinti su darbu, kūryba ir kita asmenine veikla.

Daugelis respondenčių minėjo poreikį užsiimti kažkuo kitu, ne tik vaikų priežiūra, visų pirma dėl psichinės sveikatos. Moterys minėjo ilgai esant vaiko priežiūros laikotarpyje, besijaučiančios pavargusios, jautė įtampą, savivertės sumažėjimą, jausmą „lyg važiuotų stogas“ ir pan.: „*Aš nesu iš tų mamų, kurios fantastiškai realizuotų save šitoje rolėje. Tai man po metų visada būdavo tokios „lomkės“, kad visos smegenys nuvargusios, todėl ieškodavau to darbo.*“ [FG3_R4], „*aš tiesiog norėjau, kad jis nesirgtų. Kad eitų į darželį, o aš galėčiau eiti į ofisą, nes aš labai laukiau to darbo. Kad veiktų galva, kad kažką mąstytum kitokio, kad tobulėtum*“ [I_R6],

Su savo poreikių patenkinimu buvo susijęs ir noras leisti vaikus į darželį. Ypač, jei buvo pasirinkta dviejų arba daugiau metų trukmės vaiko priežiūros atostogos. Tokiais atvejais vaiko leidimas į darželį buvo siejamas su laisvės pojūčiu ir laiko sau, savo poreikių patenkinimui: „*Aš jau norėjau leisti į darželį. Jau norėjau grįžti į darbą, nes tikrai gali pavažiuoti stogas nuo nieko neveikimo. Rutina, darbai, rutina, kažką pasimokai ir paskaitai, bet tu vis tiek esi namie*“ [I_R6]; „*Didysis išsiskyrimas*

jvyko, kai aš jau išėjau į darbą. Ir aš to be galo laukiau. Buvau pavargusi nuo to sėdėjimo namie, todėl į darbą išėjau kaip į visišką rojų. Man ką norit – aš viską padarysiu, tik duokit darbo. Tik priimkit, aš dirbsiu viską. Tai aš net namo nenorėdavau eiti, kaip man buvo atsibodę. Man šis išėjimas buvo laisvės pojūtis – viskas, aš galiu gyventi sau.“ [FG3_R4].

Savirealizacijos poreikis kurį laiką praleidus su kūdikiu buvo toks didelis, kad pirminiai planai dėl vaiko priežiūros laikotarpio trukmės arba kitų veiklų šalia vaiko auginimo atsiradimo būdavo neretai peržiūrimi ir koreguojami. Viena respondentė pasakojo, kad planavo pirmus vaiko priežiūros metus atidėti bet kokias darbinės veiklas, bet jau po mėnesio gimus dukrai pradėjo rašyti bei vystyti kūrybinius darbus.

Darbas daliai moterų buvo tarsi „saugumo zona“, kurioje viskas aišku. Tuo tarpu vaikų auginime kontrolės yra kur kas mažiau, o tai kelia frustraciją, mažina savivertės jausmą: „*Ir tada tas grįžimas į tai, ką tu moki daryti, suteikia grįžimo tau į tokias stipresnes savivertės vėžes ir į tokį suvokimą, kad tu kažką sugebi. Savivertė labai stipriai eina per darbą“ [FG1_R1]; „Aš irgi galvoju, kad mano savivertė per darbą yra stipresnė, nes tai yra sritis, kurią aš galiu geriau kontroliuoti tarsi, ar ne. Ir kai man kažkas labai pavyksta darbe, aš labai stipriai džiaugiuosi. Jeigu kažkas nepavyko, tai aš sakau <<ok, tai yra klaida ir mes dabar ją taisysime ir darysime kitaip>>. Kai tu augini vaikus, jie nepaklūsta tavo kontrolei ir jie vystosi taip, kaip jie vystosi... ir jie nebūtinai vystosi pagal tavo modelį ir galbūt jie turi ne tuos pasiekimus, kuriuos tu norėtum, kad jie turėtų ir tada tu pats jautiesi frustruotas, kad aš padariau kažką ne taip, kažko nedadariau, aš kažką perspaudžiau.“ [FG1_R2]; „čia yra didžiulė laisvė turėti galimybę dirbti arba būti tose pareigose... kaip aš sakau, turėti daugiau tapatybių negu vien namuose būti“ [FG2_R1].*

Savirealizacijos poreikis darbinėse veiklose kai kurioms tyrimo dalyvėms buvo toks didelis, kad auklės būdavo samdomos ir tais atvejais, kai moters sugrįžimas į darbą ir auklės samdymas finansiškai neatsipirkdavo: „*Aš dirbu iš idėjos, mano alga realiai išeina auklei ir logistikai. Aš pati galėjau nedirbti, dirbu, nes noriu“ [FG3_R2].*

Savijauta ir emocijos derinant darbą ir vaikų auginimą

Pokalbių su mamomis metu paaiškėjo, kad įtampa tarp darbo (asmeninės savirealizacijos, karjeros, tobulėjimo profesinėje srityje) ir vaikų auginimo (bei kitų šeimos / buities klausimų) sukelia dažniausiai neigiamus jausmus, tokius kaip kaltė, nerimas, stresas, nuovargis, kartais ir panika (kai jaučia, kad kažko nepadarė taip, kaip reikia, ar kaip turėtų būti geriausia vaikui), gyvenimo kontrolės praradimas, jausmas, kad nebevaldai savo pačios laiko, abejonė dėl priimtų sprendimų tinkamumo, baimė, kad nesuteiki vaikui to, kas jam yra geriausia, spaudimas būti tobula mama, baimė ką nors svarbaus praleisti vaiko raidoje ir pan.

Nerimas, kad kiti asmenys nepasirūpins taip gerai vaiku

Pokalbiuose apie vaiko palikimą kitų asmenų priežiūrai, vyravo dvi skirtingos nuomonės: viena grupė tyrimo dalyvių teigė visiškai pasitikinčios kitais asmenimis (partneriais, seneliais, kitais giminaičiais), kita dalis – nerimavo net ir sąmoningai suprasdamos, kad jų vaikais bus tinkamai pasirūpinta. Tai dažnai priklausė ir nuo to, kiek kiti asmenys dalyvavo vaiko auginime nuo pat pradžių, kiek įsitraukė į patį ankstyviausią vaiko priežiūros laikotarpį: „*Būna toksai nervas. Atrodo, viską tas tėtis moka ir močiutė puikiausiai pasirūpina, viskas būna gerai, ir vis tiek yra toks šiek tiek...“ [FG3_R3].*

Porose, kuriose partneriai ėmė vaiko priežiūros atostogas ir abiejų partnerių įsitraukimas į rūpinimąsi vaiku prilygo ar buvo artimas 50/50 santykiui, moterys jautėsi ramesnės atsitraukdamos nuo vaikų savo poreikiams patenkinti: „*Aš neturėjau jokių problemų palikti vaiko su kuo nors – nei su vyru, nei*

su seneliais. Man net nebuvo jokio skirtumo – aš su vaikais, ar mano vyras. Aš žinojau, kad jis tiksliai žino, ką reikia daryti, mokėjo nuraminti“ [FG3_R4].

Gyvenimo kontrolės praradimas

Viena skaudžiausių transformacijų, kurią moterys įvardino – gyvenimo kontrolės praradimas. Jausmas, kad tavo laikas tau nebeprislauso. Šis jausmas ne tik apverčia viską aukštyne kojomis, bet taip pat tarsi įkalina ir prirakina prie vaiko poreikių, „užmigdo“ visus kitus asmeninius poreikius. Bent jau pačioje pradžioje, kai vaikas dar labai mažas. Moterys minėjo, kad tai susiję ir su atsisakymu savo bet kokių planų ir lūkesčių, nes viskas gali pasikeisti staiga į kitą pusę ir to niekaip negali paveikti: „Aš galvoju, kad užmigdysiu ir tiesiog nešiosiu nešyklėje, o jis nemiega. Didžiausia frustracija ir ateina iš to, kad tu susiplanuoji ir ne dėl to, kad kiti nepadeda, bet dėl o, kad vaikas, pavyzdžiui, neužmiega. Susiplanavau, kad jis miegos, o aš skaitysiu – neužmiega. Pasislenka tas miegutis, o tu jau važiuoji ar kažką kitą darai. Ir tada ateina tas jausmas, kad va, nepadariau to, ką aš norėjau. Praradimas gyvenimo kontrolės“ [FG3_R2].

Vaiko priežiūros paslaugų (ne)prieinamumas ir priežiūros kokybė

Bene skaudžiausias klausimas, kurį kėlė dauguma moterų – vaiko priežiūros paslaugų neprieinamumas. Dalis respondenčių minėjo, kad būtų norėjusios grįžti į darbą kur kas anksčiau, jeigu būtų gavusios vietą darželyje. Visos mamos sutartinai sakė, kad paslaugų neprieinamumas yra vienas didžiausių iššūkių, neleidžiančių sklandžiai sugrįžti iš vaiko priežiūros į darbą: „mano sūnui trys metais ir jis tik dabar gavo darželį, nors jis registruotas nuo gimimo... ir aš skambinau savivaldybei šimtą ir milijoną kartų ir klausiau, kur tie lopšeliai ir kaip man rasti. Sako, turi būti sistemoje, bet sistema na nerodo...skambinkite į visus darželius ir klauskite, kurie priimtų“ [FG2_R1].

Vieša paslaptis, kad kartais siekiant gauti vietą lopšelyje-darželyje tenka ir gudrauti, o tai ne visada priimtina šeimoms: „mes kai norėjome valstybinio, tai kad būtume norėję gauti tą, kurį norėtume, mums reikėtų pradėti maklinti adresus ir gyvenamąsias vietas, ko nedarėme“ [FG1_R1]. Kai vietos lopšelyje-darželyje negaunama, tenka pasitelkti pagalbą savo rate arba likti vaiko priežiūros laikotarpyje ilgiau. Tos, kurios turėjo galimybę pasitelkti senelių arba kitų giminaičių pagalbą prižiūrint vaikus, minėjo, kad tai buvo vienintelė priežastis, kodėl jos galėjo sugrįžti į darbo rinką, kada pačios norėjo: „labiausiai senelių pagalbą prireikia iki trejų metų vaikams. Tuo metu tu susiduri, kad neturi jo kur padėti, nes į darželį vietos tu negauni, į darbą reikia grįžti abiem vienaip ar kitaip ir va, tada seneliai...“ [FG1_R2]. Moterys, kurios tokių galimybių savo aplinkoje neturi, jautė bejėgiškumą ir frustraciją dėl užsitęsusio vaiko priežiūros laikotarpio ne pagal jų poreikius.

Kitas svarbus aspektas, kurį kėlė tyrimo dalyvės – paslaugų kokybė. Mamos, kurios turi finansines galimybes leisti savo vaikus į privačius lopšelius-darželius arba samdyti asmenis, teikiančius individualias vaiko priežiūros paslaugas (aut. pastaba: respondenčių vadintos „auklėmis“), jaučiasi kur kas ramesnės palikdamos savo vaikus kitų asmenų priežiūrai, nes žino, kad jais bus tinkamai pasirūpinta. Vienas didžiausių įvardytų privačių darželių privalumų – mažesnės vaikų grupės. Tai reiškia, kad auklėtojos (-ai) gali skirti daugiau ir kokybiškesnio dėmesio kiekvienam vaikui bei laiku patenkinti jų poreikius: „O kai jau išėjo į darželį, mes leidome į privatų, nes valstybinio negavau. Ir kai nueini, pajauti žmones, kad jie labai šiltai su vaikais. Todėl nebuvo jokios baimės, kad jam kažkas atsitiks. Matai Feisbuke kaip share'ina nuotraukas, kad vaikas ant kelių ir man kažkaip ramu“ [I_R6].

Dar vienas įvardytas privalumas – adaptacijos laikotarpis, kurio metu tėvams leidžiama būti su savo mažyiais: „aš leidžiu vaiką, kai dar nėra trijų, bet aš neleisiu į valstybinį, nes aš negaliu jo iš karto palikti ir išeiti... man yra labai svarbus tas trijų savaičių laikotarpis stebėjimo, kaip vaikui sekasi ir adaptacija“ [FG1_R1].

Mamos, kurios vaikus leido vaikus į valstybinį darželį minėjo jautusios didesnę įtampą ir nerimą palikti vaikus ir eiti į darbą, joms išsiskyrimas su mažyiais būna sunkesnis, o jaučiama kaltė – didesnė.

Vaiko priežiūros / profesinių įsipareigojimų įgyvendinimas kai nėra pagalbos

Tyrimo dalyvės pasakojo, kad būdavo atvejų, kai partneris arba kiti asmenys negalėdavo padėti ir perimti vaiko priežiūros, todėl tekdavo asmeninius arba darbinius įsipareigojimus įgyvendinti su vaikais ant rankų. Pavyzdžiui, nueiti pas gydytoją, vesti paskaitas su vaiku nešioklėje ir pan. Asmeninės patirtys labai skyrėsi, bet daugelis minėjo, kad buvo vertinamos nepalankiai ir susilaukdavo pikty komentary pavyzdžiui, „*ko čia tą vaiką tampaisi?*“.

Karantino iššūkiai ir galimybės

Covid-19 pandemija atnešė savo iššūkių ir privalumų. Vienas didžiausių moterų įvardytų privalumų – galimybė dirbti iš namų sau patogiu grafiku, derinant darbus prie savo ir vaiko ritmo: „*Pandemija labai pakeitė tuos dalykus. Anksčiau pas mus negalima buvo dirbti iš namų. Dabar aš dirbu iš namų tiesiog dėl to, kad man tai yra patogiau. Būtent dėl to, kad kažką gali į skalbimo mašiną įkišti ir pan. Ir sutaupai ant važiavimo. Gali skirti laiko kažkam kitam*“ [FG3_R1]. Daugelis respondenčių minėjo, kad karantino laikotarpis buvusi tarsi dovana dėl to, kad suteikė progą vaikams gimus būti kartu su partneriu net ir tais atvejais, kai jie dirbdavo ir oficialiai tėvystės arba vaiko priežiūros atostogose nebuvo.

Kita vertus, ne viena respondentė minėjo, kad tai tuo pačiu atnešė ir iššūkių atskirti darbo ir asmeninę erdvę. Kai kurios moterys pasakojo, kad jaučiasi visada esančios darbe, net kai leidžia laiką su vaikais, bet tuo pačiu, niekada iki galo nesijaučiančios darbe, nes būnant vienoje erdvėje su mažais vaikais, negali iki galo atsitraukti ir susikoncentruoti tik ties darbinėmis užduotimis: „*Aišku būna sunku tam tikrais aspektais. Nes tu dirbi, ir pasakai, aš dabar dirbu, tu kažką paveik – aišku, jis kažką paveikia. Bet jis vaikas, jam atsibosta. Tai ateina, lipa tau ant kelių. Susitarimų reikalas tai begalinis yra*“ [I_R6].

Siekdamos prisiderinti prie vaikų ritmo, moterys minėjo bandžiusios dirbti ankstyvais rytais arba vėlai vakare, išnaudoti popiečio miego valandas koncentruotam darbui ir pan. Kai kurios mamos (turinčios vyresnius, savarankiškesnius vaikus) bando griežtai nubrėžti ribas tarp darbo ir namų: „*Aš tokią turėjau strategiją. Ryte 8 val. prasideda mano darbas. Aš išgeriu kavos, nueinu į darbo kambarį, užsidarau duris ir viskas. Mamos nėra, mama dirba, taškas. Ir ten už durų gali vykti... nežinau... pasaulio pabaiga. Kai aš tikrai girdžiu kažką, aš galiu iškišti galvą ir paklausti „ar pas jus viskas gerai?“. Jeigu pasako, kad viskas gerai, tada „viskas, tvarkotės patys“* [FG1_R2].

Mamoms, kurios turi mokyklinio amžiaus vaikus, karantinas atnešė papildomą iššūkį – vaikų formalųjį ugdymą: „*mažiukė, priešmokyklinio... aišku ji pati nemoka įsijungt, reikia jai įjungt ir dar turi sėdėt šalia, nes ji yra maža ir dar žioplą, kad tu čia „žiūrėk, centruokis, tau čia mokytoja kažką pasakoja“. Ir tu sėdi, ten tipo ta pamoka ir ten aiškus garsas, tai tu dar turi girdėt, ką sako, kad galėtum paaiškint. Tai tu girdi ten visus tuos vaikus, tą mokytoją, dar savo vaiką bandai sukontroliuot ir dar atseit tu ten dirbi, bet jau čia atseit, nes nu ten jau nieko nedirbi*“ [I_R4].

Kaltės jausmas

Jeigu galima rasti vieną, absoliučiai visoms tyrimo dalyvėms būdingą jausmą derinant vaikų auginimą su darbu, tai būtų **kaltė**. Šis jausmas yra visa persmelkiantis bei apimantis visas gyvenimo sritis. Kaltės jausmas paprastai būna dvikryptis: prieš vaikus, kai reikia dirbti, prieš kolegas ir darbdavį (-ę), kai reikia pasirūpinti šeimos klausimais: „*būna tokių dienų, kad man kas nors kabo, turiu susirinkti medžiagą, greit išleist kažką ir žiūriu kad nespėju tom dienom, kai turiu galimybę, o reikia šeimai*

duoklę atiduoti. Būna abiem kryptim“ [FG3_R3]; „Pavyzdžiui, nuolatinis nedamiegojimas. Esi išvargintas, produktyvumas krenta ir jauti kaltės jausmą prieš darbdavį. Būna ir skambučius kokius nors darai darbo metu, nes reikia į polikliniką paskambinti. Ar vaikas snargliuoja ir tu nenori imti normalaus biuletenio, nes aišku tau pajamos kris. Ir bandai abudu su vyru tą vaiką ir dirbti ir prižiūrėti. Gaunasi, kad ir prieš vaiką ir prieš darbdavį jautiesi kaltas. Mėsmaalės jausmas labai dažnai būna“ [FG3_R1].

Kai kurios moterys šį jausmą apibūdina kaip daugiakryptį: „Jausdavau [kaltę] prieš visus. Pavyzdžiui, vaikas klykia „mama, nenoriu pasilikti darželyje!“, visokių tų rytų būdavo. O tu sakai, ne, aš pamojuosiu. Širdis skauda. Vaiko gaila. Jautiesi kalta prieš visus: jautiesi kalta prieš vaiką, jautiesi kalta prieš darbdavį, jautiesi kalta prieš vyrą... frustraciją“ [I_R3].

Vaikų poreikių (ne)patenkinimas

„Buvimas gera mama“ tyrimo dalyvėms reikė skirtingus dalykus, tačiau visas jas vienijo bendras vardiklis, kad tai dažniausiai lemia savo poreikių atsisakymą vaiko poreikių vardan. Kas kartą, kai tenka rinktis savo poreikių patenkinimą vietoj vaiko, jaučiamas skausmas, stresas, o visų stipriausiai – kaltės jausmas: „Man kaip individui norisi autonomijos ir kaltė iš to ir plaukia, kad gal aš per anksti. Taip. Tarsi taip yra. Ir atrodo, gal ji dar per maža. Gal manęs reikia jai labiau, nei kitur. Toks vidinis konfliktas pastoviai. Nes aš noriu ir jai pakankamai laiko skirti, bet rašymas ir tos temos, ką aš darau, man yra be galo brangios – ir ten aš negaliu nebūti. Bandau viską susiderinti“ [FG3_R3]; „Kai tu pagalvoji, kiek laiko sąmoningai kokybiško laiko skiri, iš tikrųjų žiauriai mažai, kai jau esi dirbantis žmogus. Kai abu tėvai yra dirbantys. Nu kiek jie to gauna po darželio? Tai tik savaitgalį. O dar reikia buitį sutvarkyti“ [FG3_R1]; „Mano kokybinis laikas su vaiku, kai aš neinu ko nors su juo specialiai daryti, yra mašinoje. Kai su juo važiuoji, yra ilgas atstumas, ir tau reikia su juo kalbėti. Ir žaidi ir tikrai patari klausimus, įdomiausių dalykų tu gali. Arba vedi į darželį. Kiekvieną minutę bandai. Kažką išspausti. Bandai kažką pasakyti, kad jis žinotų, kad tau jis įdomus. Kad tu matai jį kaip žmogų, su jo poreikiais, kad gali bendrauti“ [FG3_R4]; „Kai esu su šeima ir reikia ką nors darbui padaryti, tada jaučiuosi negerai. Jaučiuosi blogai. Nes buvo laikas, kai ir savaitgaliais parsinešdavau darbo, tai aš jausdavausi kalta prieš šeimą. Kad atimu iš jų savo laiką“ [I_R3].

Vaikų palikimas kitų priežiūrai

Kaltės jausmas ir jos dydis paliekant vaikus kitų asmenų priežiūrai (kai kalbama ne apie tėtį ar artimiausius giminaičius) labai priklauso nuo vaiko reakcijų bei požiūrio į priežiūros paslaugas. Kai jaučiama, kad gautos paslaugos yra „iš bėdos“, „tokios, kokias pavyko gauti“, įtampa ir nerimas dažnai būna didesni. Jei vaikas verkia ir nenori likti su aukle arba darželyje, mamos taip pat jaučia didesnę kaltę, kad pačios negali pasirūpinti savo mažyliu, kad abiem pusėms tai kelia stresą ir nemalonius jausmus: „Va su mažąja, iš viso, labai, labai kažkaip sunkiai visą tą pernešė. Ten atrodo, kad nu amžinybę ten pratinam, o ten ji ir verkdamo ir eidavo į tą koją įsikibus ir nepaleidžia. Tu tada jautiesi, o dievai, ar tikrai man tiek stipriai to darbo reikia, taigi tam vaikui mamos tik reikia nieko daugiau“ [I_R4].

Nuolatinis balansavimas tarp asmeninių poreikių, vaiko poreikių ir realių galimybių dažnai motinų įvardijamas kaip „loterijos lošimas“, „karuselė“, „mėsmaalė“ ir dažniausiai išbalansuoja bei sutrikdo visą rutiną bei ritmą. O tai vėl kelia papildomus iššūkius ir įtampas. Ne viena tyrimo dalyvė įvardijo, kad sunkiausia būna, kai vaikai serga arba dar neserga, bet pradeda jausti ligos simptomus, tačiau reikia eiti į darbą, biuleteniui paimti nėra tinkamas laikas ir pan. Tada, kaip viena tyrimo dalyvė įvardijo „loši loteriją“ ir tikiesi, kad pasiseks ir vaikas vis tik nesusirgs: „Ir tas va – ryte atsikėlė ir čia va lyg sukosėjo, tai čia gal reikėtų man dabar pasilikti, bet tai ir į darbą reikia eit. Ir tu va loši tokią loteriją“ [I_R4].

Buvimas gera darbuotoja

Įtampa kelia visos situacijos, dėl kurių tenka pasirinkti šeimą, o ne darbą. Pavyzdžiui, išeiti anksčiau iš darbo, nes reikia vaiką pasiimti iš darželio, nuvesti vaiką pas gydytoją, likti namie, kai jis serga, paskambinti dėl šeiminių klausimų darbo metu ir pan.: „Jausdavau didžiulę kaltę. Prieš darbdavį tiesioginį. Nes žinodavau, kad mano darbus kažkas kitas turės daryti, nėra taip, kad palauks darbai. Kad kažkas iš kolegų turės padaryti. Ten tokia sistema buvo. Ir kitas žmogus turėdavo blogai jaustis. Toks buvo darbo organizavimas. Tikrai jausdavau kaltę. Ir netgi būdavo, kad kai mano vaikai susirgdavo, o jie sirgdavo, mes susiradome kaimynę pensininę, kuri ateidavo už atlyginimą pažiūrėti sergančių vaikų, kad aš neimčiau tų biuletenių“ [I_R3].

Tyrimo dalyvavusios moterys pasakojo, kad nesinori piktnaudžiauti šeimos reikalais, todėl absoliuti dauguma teigė, kad visada stengiasi kompensuoti darbo laiką, kurį teko susitrupinti dėl šeiminių rūpesčių: „Man labai nepatinka tie valandos nusukinėjimai. Tiesiog skaičiuoji, kiek per šią savaitę buvo tokių nusuktų langų ir kiek aš būčiau galėjusi padaryti per tas valandas. Aš labai dažnai savo sutarto su vyru „laiko sau“ praleidžiu dirbdama viršvalandžius darbe“ [I_R1]; „žinai, kartais net nereikia tų kolegų, tu pats „vajetau, jau šiandien išėjau anksčiau, ryt ir poryt išėsiu anksčiau, todėl kažkada reikia išeit vėliau, nes nu kaip čia taip, negalima“ [I_R4].

Šią įtampą palengvina savo darbo laiko planavimas nepriklausomai nuo konkrečių darbo valandų. Tos moterys, kurios turi tokią galimybę teigė įtampos dėl darbo ir šeimos konflikto nejaučiančios.

Laikas sau

Jeigu kaltė jaučiama jau dėl savirealizacijos poreikių (darbinių ir profesinių) tenkinimo, tai tais atvejais, kai laikas skiriamas sau – poilsiui, atostogoms, asmeniniams malonumams, miegui – kaltės jausmą dar padidina.

Ir nors sąmoningai suprantama, kad atostogos ir poilsis yra būtinas, jaučiamos kaltės tai nesumažindavo: „pavyzdžiui, dabar šią savaitę esu atostogose, bet vaikus vedu į darželį, kad pailsėčiau pati. Bet mane tuo pačiu griaužia sąžinė ir kaltė“ [FG3_R1]; „Kai reikia kur nors vakare išeiti ir palikti... Rezultate, suprantu, kad gaunasi win-win situacija. Ta kaltė iš pradžių pagraužia, bet paskui grįžti namo – tu pabendravusi, kažkokius poreikius patenkinusi atsigauni, su nauja energija grįžti namo, vaikas patenkintas, viskas padaryta, puikiausiai pažaidė, paskaitė, pamiegojo, ir viskas gerai“ [FG3_R3]; „Kai aš darau kažką sau – išvažiuoju atostogų savaitgalį viena, arba išvažiuoju su draugais savaitei atostogų, o mano vaikas liekas pas močiutę. Tada tas kaltės jausmas dėl to, kad aš tai lyg išsiuosiu, nors tai yra normalus fiziologinis žmogaus poreikis, bet jaučiu beprotišką kaltę, kodėl vaiko kartu nepasiėmiau“ [I_R5]; „Mane dar ima didelės kaltės jausmas, kai esu namuose ir neužsiimu vaikais. Pavyzdžiui, skaitai knygą, arba žiūri kokį nors filmą. Ir tu esi pavargusi, atrodo, kad tu ne iki vaikų, nes turi pailsėti ir nuo darbo ir nuo šiaip gyvenimo ir nuo vaikų irgi“ [FG3_R4].

Kai kurios moterys minėjo, kad pasirūpinimas savo poreikiais yra didelių valios pastangų reikalaujantis sprendimas. Suprasti ir įsisauginti, kad „gera mama yra pailsėjusi mama“ yra sunku, nors ir būtina: „Man pririekė dešimt metų, kad aš nebejausčiau kaltės dėl sau skirto laiko. Psichoterapijos. Susimoki žmogui, kuris tau pasako, kad viskas OK“. Vėlgi, kaip ir kitais atvejais, kai partnerystė vaikus auginant yra lygiavertė, asmeniniams poreikiams paskirti laiko yra lengviau.

Tyrimo dalyvės pasakojo, kad kartais laiko sau skirdavo kaip paskutinę priemonę prieš visišką pervargimą arba išsekimą, kai jausdavo, kad visko yra per daug ir taip tęsti nebegali. Net ir tokiais atvejais, kaltės jausmas būdavo dominuojantis: „Man buvo labai blogai nuo motinystės ir aš išskridau pas sesę kelioms dienoms atsipūsti į užsienį. Ir kai palikau vyrui vaiką, jau lėktuve buvo prasidėjęs

panikos priepuolis – Oh my god, aš išskrendu, palieku 9 mėn. vaiką vyrui vieną! Ką jis darys? Tai tas buvo žiaurus dalykas“ [FG3_R1].

Santykiai su partneriu

Santykių su partneriu kokybę kaltės jausmas taip pat veikia neigiamai. Poros santykiams jau savaime dideliu iššūkiu tampa vaiko atsiradimas. Kai vaikų priežiūrą tenka derinti su darbais ir kitais asmeniniais poreikiais, tyrimo dalyvės pasakoja, kad neretai ištinka ir santykių krizių, tai kelia įtampų, konfliktų: *„Tu nebegali taip gyventi kaip anksčiau, skirti dėmesio vienas kitam tiek, pokalbiams. Nors trumpiems, kai pasiklausai, kaip tu gyveni. Apie kažkokio filmo pažiūrėjimą – net kalbos nėra. Sunku labai. Ir būdavo susierzinimo dėl to dėmesio trūkumo. Abiem tikriausiai“ [I_R3].*

Jeigu jaučiama, kad vyro įsitraukimas kažkuriuo etapu yra didesnis, tai taip pat sukelia kaltės jausmą: *„Mano didžiausia kaltė prieš vyrą, nes jis neša didžiausia krūvį ir jaučiu, kad tai yra nesąžininga. Atvirkštinėje situacijoje irgi galvotum, kad tai yra nesąžininga“ [FG3_R4]; „Pas mus irgi vieną kartą vienas, kitą kartą kitas. Jis pats mane paskatino studijuoti, nors ir žinojo, kad tai jam kainuos laiką. Jis būdavo visus vakarus, kai aš išvažiuodavau 4 ir grįždavau 9. Aš pati jaučiu, kad biški naudojuosi tuo, kad jis daugiau pradėjo dalykų daryti. Tas kaltės jausmas, man atrodo normalus santykiuose. Jei tu myli žmogų, tu stengiesi kažką dėl jo padaryti. Jis stengiasi kažką dėl tavęs padaryti“ [FG3_R2].*

Pirmiausia bandoma ieškoti susitarimo arba kompromiso: *„Mes bandome visą laiką kompromiso keliu eiti. Jeigu kažkuris jaučia kažką, jam blogai, ateina ir šnekamės. Jei vienas gali kur nors padėti, paskui kitas. Kad nė vienas neliktų nuskriaustas“ [FG3_R3],* nors, pasak dalyvių, dažnai ritmas būna toks beprotiškas, kad kartais nė tam nėra laiko ir darbą atlieka tas asmuo, kuris tuo metu turi laiko ir galimybių. Arba tai lieka nepadaryta iš viso. Ne viena mama minėjo, kad atsiradus vaikams teko nuleisti kartelę dėl tvarkos namuose, indų plovimo, buities darbų (ne)padarymo ir pan.

Vaikų „užmetimas“ kitiems

Didžioji dalis tyrime dalyvavusių moterų teigė jaučiančios kaltę, kai savo vaikus palieka seneliams, kitiems šeimos nariams bei artimiems žmonėms. Tai tampa tarsi „įrodymu“, kad jos nėra geros mamos, nes nesusitvarko su rūpesčiais pačios: *„Ar tu bijai užkrauti kitą, ar bijai parodyti, kad tu nesusitvarkai. Aš net nežinau tos pagrindinės priežasties. Man atrodydavo, kad kiti turi daug savo reikalų. Mano visos draugės yra vaikuotos. NU kaip aš jų dar prašysiu mano vaiku pasirūpinti? Jos pačios turi po du vaikus“ [I_R1]; „Buvome kaime ir aš nuvažiavau į kirpyklą. Kirpėja lėtai kirpo. O jis dar mažesnis buvo – keli mėn. tikrai žinojau, kad man niekas neskambins, jei nebus tikrai jau didelės bėdos. Bet man skambino į kirpyklą. Jau matau mama su sese visaip kaip tą vaiką nešioja, čiūčiuoja ir jis rėkia nesavu balsu. Tada tikrai labai didelis stresas ima. Ir kaltė prieš tuos žmones didelė. Kad jie patyrė tokį stresą. Nes tai tikrai didelis stresas – vaikas klykia, jis tik mano pienu maitinasi ir nelabai kokių alternatyvų jį nuraminti. Man tai baisi kaltė prieš mamą ir sesę. Kad aš palikau, kad pati nesusitvarkiau“ [I_R3].*

Moterys, kurios teigia turinčios reiklius vaikus, dažniau jaučiasi kaltos paprašyti kitų asmenų juos prižiūrėti. Kadangi pačios jaučiasi sunkiai susitvarkančios, jaučia gėdą, nepatogumą ar net kaltę jų priežiūrą užkrauti kam nors kitam. O dar tokiems žmonėms, kurie nėra linkę patys pasisiūlyti: *„Kadangi man sunku buvo, tai man atrodė, kad su mano vaiku bus ir kitiems sunku. Tai kaip aš galiu kažką sunkaus užkrauti mamai? Kažkaip nesąžiningai atrodė. Juo labiau, kad mano mama niekada nebuvo iš tokių, kuri sakytų „oij, tu gimdyk dešimt vaikų, aš anūkelius prižiūrėsiu“ Aš žinau, kad jai sunku buvo mus auginti, kad ji šiuo metu turi sveikatos problemų... nesąžininga“ [I_R1].*

Šeimos ir darbo derinimą galintys pagerinti veiksniai

Kokybinio tyrimo metu moterų buvo klausiama, kas joms padėjo arba būtų padėję sušvelninti kaltės ar kitus konflikto tarp motinystės ir profesinių įsipareigojimų metu jų įvardytus nerimą, gyvenimo kontrolės praradimą, įtampą. Pokalbių metu buvo įvardyti šie dalykai:

- 1) Didesnis partnerio įsitraukimas į vaikų auginimą ir rūpestį namais
- 2) Kitų šeimos narių ir giminaičių įsitraukimas ir pagalba
- 3) Draugiška šeimai darbovietė ir darbo kultūra
- 4) Lankstus darbo grafikas
- 5) Nuotolinis darbas
- 6) Galimybė dirbti dalį etato
- 7) Palanki kolegų (-ių) ir vadovų (-ių) reakcija bei palaikymas
- 8) Aiški riba tarp asmeninio gyvenimo ir darbo
- 9) Visuomenės normų kaita
- 10) Laikas su partneriu dviese, atokvėpis nuo vaikų
- 11) Laikas sau
- 12) Prieinamos ir lanksčios vaikų priežiūros paslaugos
- 13) Vaiko darželis darbovietėje arba netoli darbo
- 14) Mamų bendruomenė
- 15) Emocinis palaikymas

Reprezentatyvios Lietuvos gyventojų apklausos⁷ rezultatai parodė panašius rezultatus, kaip ir kokybinis tyrimas. Respondentai pažymėjo, kad asmeninį gyvenimą ir darbą geriau suderinti padėtų (žr. lentelę; buvo galima žymėti kelis variantus):

	N	%
Lankstus darbo grafikas	589	58,9 %
Palankus darbdavio ir / arba kolegų požiūris	429	42,9 %
Galimybė pasiimti ilgesnes atostogas / laisva dienas pagal poreikį	390	39,0 %
Prieinamos vaiko priežiūros paslaugos (darželiai, lopšeliai, dienos centrai)	369	36,9 %
Geresni įstatymai	342	34,2 %
Galimybė dirbti nuotoliniu būdu	330	33,0 %
Palanki darbo kultūra ir aplinka	272	27,2 %
Nežinau	108	10,8 %
Kita	18	1,8 %
Iš viso	1000	284,7 %

Didesnis partnerio įsitraukimas į vaikų auginimą ir rūpestį namais.

Įvertinusios, kad kelti lūkesčiai motinystei ir sau kaip mamai iki vaikų gimimo skiriasi nuo realybės, moterys kurs kas labiau vertino partnerių įsitraukimą ir paramą šiuo laikotarpiu. Kaip viena respondentė pasakojo, nors diskusijų iki vaikui atsirandant nebuvo, kaip atrodys šis šeimos tarpnis,

⁷ Asmeninio gyvenimo ir darbo derinimas. Reprezentatyvi Lietuvos gyventojų apklausa, Vilmorus, 2020. Prieiga per internetą: <https://lygybe.lt/data/public/uploads/2020/11/balance-tyrimo-ataskaita-2020.pdf>

vaikui gimus atsirado ir poreikis pasitarti bei persitarti: „*Aš niekada nebuvo arti mažų vaikų ir neįsivaizdavau, kad čia tokia didelė atsakomybė, kad pakaušyje turi turėti dvi papildomas akis ir visada stebėti. O kai aš esu toks intravertiškas žmogus, man reikia pravėsti, pagalvoti sau, pabūti, pasidėlioti, kokios valandos per dieną, tai aš jį pasikviečiau ir sakau „žiūrėk, jei nenori, kad vaikas turėtų nupušusią mamą, tai čia kažkaip padėliokim, kad mums taip išeitų“. Ir mes taip ir pasidėliojome, kad likčiau ir aš viena su savo darbais ar tiesiog pailsėti, o jis tada užsiima su ja“ [FG3_R3].*

Stipri partnerystė buvo įvardyta kaip viena svarbiausių sąlygų sklandžiam asmeninio gyvenimo ir darbo derinimui. Mamos, kurios vaiką augina vienos, neabejotinai turi daugiau kasdienių iššūkių. Kita vertus, kai partnerio įsitraukimas yra mažesnis, iššūkių derinimui kyla ne mažiau. Viena respondentė pasakojo, kad net ir turint labai supratingą partnerį, visiškai laisvai ir „komandiškai“ su partneriu pasijuto tik su trečiu vaiku – kai sukaupta daug ir visokios patirties, įveiktas ne vienas iššūkis. Tada „susizaidimas“ tampa organiškas ir atneša absoliutaus pasitikėjimo jausmą: „*Mes pas draugus buvom ir mūsų mažė pradėjo verkt ir mes be jokio akių kontakto, be nieko, kalbėdami ir jis tą vaiką iš manęs jau ima ir nešasi ir pokalbis nenutrūksta. Ir aš galvoju, va mes jau susizaidę visiškai, be žodžių viskas aišku, kas ką dabar turi daryt ir taip toliau. Tai tas, tai tikrai aišku, iš karto lengviau, nes tu jau esi nebe vienas, kuris čia galvoja, kad jį tą darbą grįžt.“ [I_R4].*

Kita tyrimo dalyvė teigė, kad didelė pagalba būtų poros terapija / mentorystė auginant vaikus. Panašiai kaip būna kursai sužadėtiniais prieš vestuves. Kadangi vaikų auginimo įgūdžių niekas nemoko, santykių krizė ištinka jau iš karto susidūrus su trečiu asmeniu, kuriam dar ir reikalinga nuolatinė priežiūra. Trečiųjų asmenų pagalba šiame procese galėtų sumažinti įtampas jaučiamas poroje, kai iššūkiai ir derinimo konfliktai kyla dažnai.

Kitų šeimos narių ir giminaičių pagalba

Darbą, asmeninį gyvenimą ir vaikų auginimą derinančios moterys labai vertina visą galimą pagalbą iš savo artimosios aplinkos. Ypač, kai turimi santykiai su tėvais ir kitais šeimos nariais yra geri ir palaikantys. Palikdamos savo vaikų globą žmonėms, kuriais pasitiki, moterys jaučiasi ramios: „*Tai su močiute man buvo tokia ramybė... nes aš žinau, kad ji pilnai pasirūpins. Nes jie labai gerai sutaria ir jų santykiai geri ir jis noriai pasilikdavo su ja. Jis ten ir susirgo... Man nebuvo nerimo, nes jis su močiute, ji juo pasirūpins“ [I_R6].*

Draugiška šeimai darbovietė

Moterys, kurios dirba šeimai draugiškose darbovietėse jaučia mažiau įtampos, kai reikia pasiimti mamadienį arba biuletinį: „*tokiose darbovietėse neturi streso, kai tau reikės paimti mamadienį, kai reikės paimti nedarbingumą, bet tau reikės padirbti iš namų ten kažkokiu nenormaliu grafiku, kad galbūt neimti to nedarbingumo, nes vaikas serga, tai pažiūrėsi, gal tu vakare padirbsi ir darbus padarysi, kad tu nepradėsi to darbo 8 val., nes tau reikia nuvežti vaikus į darželį. Tu pradėsi 9 val.“ [FG1_R2].*

Viena respondentė pasakojo, kad kai keitė darbą, vienas iš kriterijų buvo palankus darbdavio požiūris į šeimos ir darbo derinimą: „*darbo pokalbiuose, kuriuose dalyvavau, klausdavau koks yra požiūris į mamadienius, į atostogas ir t.t.. ir kai man pasakydavo, kad jeigu jau pasiėmei mamadienius, tai žinok, kad daugiau tą mėnesį laisvų dienų tikrai neturėsi – tai man netinka toks darbas. Tikrai to paklausdavau. Man buvo tai labai svarbu ieškantis kito darbo“ [I_R3].*

Palanki kolegų ir vadovų reakcija ir palaikymas

Kitas svarbus aspektas, kurį paminėjo didžioji dalis moterų – palankus darbdavio ir kolegų požiūris: „*Aš labai džiaugiuosi, kad mano vadovė, kuri pati turi penkis vaikus, ji labai supranta. Jei kažko reikia, tai ji supranta. Sako, tai tu eik pagamink pietus ir po to galėsi...Koks yra vadovas yra labai svarbu. Jei būtų nemalonu dirbti, būtų sunki atmosfera, aš nedirbčiau*“ [FG3_R2].

Kelios respondentės, kurios pasinaudojo vaiko priežiūros laikotarpiu kaip galimybe pakeisti darbą arba karjeros kryptį, pasakojo, kad vienas iš kriterijų, padėjusių apsispręsti išeiti iš senosios darbovietės, buvo darbdavio nesupratingumas ir nepalaikymas derinant šeimą ir darbą: „*Jeigu darbdavio požiūris nėra palankus, yra tik laiko klausimas, kada mama palūš. Ar tai bus liga, ar ji išeis iš darbo ar dar kas nors...*“ [FG3_R4].

Draugiškas ir supratingas kolektyvas bei jaučiamas palaikymas gali sumažinti bendrą kaltės jausmą, kaip kai kurios tyrimo dalyvės įvardijo, prieš visus. Eliminavus įtampą šioje srityje kur kas geriau jaučiamasi ir kitose – santykiuose su vaiku ir partneriu, derinant kitus asmeninius poreikius su vaikų auginimu: „*Ir per pokalbius gali pasakyti, kad dirbi namie, nes mano vaikas serga. Ir būna, kad parašo „kai turėsi laiko, ar gali pažiūrėti šitą ir šitą...“. ar būna susirašom, kad aš padarysiu tą ir tą, o jei nori, kad kažką dar peržiūrėčiau, susirašykime po antros. All good. Susitariam ir man labai faina*“ [I_R6].

Lankstus darbo grafikas ir nuotolinis darbas

Abi šios priemonės buvo paminėtos visų tyrimo dalyvių kaip didelė pagalba ir palengvinimas derinant motinystę ir profesinius įsipareigojimus. Tai pačios paveikiausios priemonės, kai reikia prisitaikyti prie vaiko ritmo ir asmeninių galimybių atlikti darbinės funkcijas: „*lankstus grafikas ir darbas nuotoliniu būdu man labai pasiteisina, kai reikia kelti vaiką ir vesti į darželį. Staiga adaptacijos periodas ir tu tiesiog derini labai lengvai tuos darbus ir tą lankstų grafiką, atsikeli ir anksčiau padirbi daugiau*“ [FG2_R6]; „*Darbo planavimo patogumas. Kad galėtum susiplanuoti. Neapibrėžtas darbo laikas. Kad niekas nesektų pertraukų*“ [I_R6].

Galimybė taikyti tiek lankstų darbo grafiką, tiek nuotolinį darbą, daugeliui tyrime dalyvavusių mamų atsirado su pirmuoju karantinu šalyje. Pasak respondenčių, tai buvo vienas didžiausių privalumų, kuris darbinėje praktikoje liko ir po karantino atšaukimo. Ir nors dirbant namuose ir auginant mažus vaikus kyla labai daug papildomų iššūkių (priklausomai nuo vaikų charakterio, raidos etapų, darbo pobūdžio ir kitų veiksnių) – tai tuo pačiu viena geriausių priemonių, kuri išties yra veiksminga. Daugelis išreiškė lūkestį, kad ši karantino pamoka, reformavusi darbdavių požiūrį į nuotolinį darbą bei lankstų darbo laiką, išliks: „*kad keistųsi darbdavių požiūris. Tokį darbą, kurį gali daryti prie kompiuterio, kad neprisirišti prie darbo vietos. Kad nereikėtų sėdėti darbo vietoje. Man labiau patiktų, kad tau suformuoja užduotis, ką tu turi atlikti ir tu pati pasiplanuoji kaip tu nori*“ [FG3_R1].

Galimybė dirbti nuotoliniu būdu taip pat labai palanki, kai maži vaikai dažnai serga, o biuletenio imti nesinori. Kai vaikų susirgimai nėra rimti, tačiau užtektini, kad negalėtum vaiko leisti į darželį, nuotolinis darbas, pasak mamų, yra pati geriausia išeitis. Tai taip pat sutaupo laiko kelionėms pirmyn į darbą ir atgal, o šį laiką gali skirti vaikui, pasidaryti papildomų darbų, kurių vėliau dėl vaiko ritmo, neišeina planuoti mamai patogiu būdu.

Galimybė dirbti dalį etato ar keletą valandų per savaitę ir neprarasti vaiko priežiūros išmokos, taip pat paminėta, kaip priemonė, kuri padėtų geriau suderinti vaiko auginimą su darbų, o ypač reintegraciją į darbo rinką po ilgo vaiko priežiūros laikotarpio. Kelios tyrimo dalyvės minėjo, kad būtų mielai grįžusios į darbą anksčiau, jei būtų turėjusios galimybę grįžti daliniu ankstesnio darbo krūvio, pavyzdžiui, kelias valandas per savaitę, pusę etato ir pan.

Aiški riba tarp asmeninio gyvenimo ir darbo

Kai kurios tyrimo dalyvės pasakojo, kad veiksminga strategija, padedanti joms susikoncentruoti ir dirbti efektyviau, yra aiškios ribos tarp darbo ir šeimos reikalų atskyrimas. Pavyzdžiui, viena respondentė minėjo, kad stengiasi būdama darbe nekalbėti su savo vaikais, kad nesiblaškytų, o jei reikia padirbėti savaitgaliais – ji eina į darbą, kad nereikėtų dirbti namuose.

Visuomenės normų kaita

Tarp dalykų, kurie turėtų keistis, kad būtų lengviau suderinti vaikų auginimą ir darbą, dažnai buvo minima visuomenės normų kaita. Noras, kad vaikų auginimas būtų priimamas kaip neatsiejama gyvenimo dalis dėl kurios kiekvienas visuomenės narys ne tik suprastų vaikus auginančias mamas ir jas palaikytų, bet ir savo galimybių ribose padėtų vaikus auginti lengviau. Pavyzdžiui, nekeliant lūkesčio būti „tobula mama“, „supermama“ / „superdarbuotoja“, o sudarant sąlygas darbovietėse išeiti anksčiau iš darbo, kai reikia ir pan.: *„Kad vaikas nėra tavo problema, kurią turi pati spręsti. Čia prisigimdei, nu ir kovok su tuo – tavo reikalas. Kad būtų apskritai palankesnis požiūris į šeimas ir mamas. Man tas būtų padėjė. Kad visi supranta, kad vaikai yra mūsų visų, nes be vaikų nebus visuomenės“* [I_R3].

Viena respondentė teigė, kad patiria spaudimą ir iš kitos pusės – spaudimą eiti dirbti, užsiimti kitomis veiklomis ir nebūti „tiesiog mama“: *„Tu būsi namie? Visą laiką namie? O tai kur tavo gyvenimas?“, tas klausimas, o tai ką tu veiki, žudė tiesiog“* [FG3_R2].

Dar vienas svarbus aspektas, išryškėjęs pokalbių metu, yra skirtingas mamų ir tėčių traktavimas visuomenėje. Iš mamų, pasak tyrimo dalyvių, tikimasi neįmanomo – kad būsi visada graži, maloni, pasitempusi, liekna, pasirūpinanti vaikais, bei ir verslu, puiki darbuotoja ir t.t. – , o tuo tarpu iš tėčiams užtenka „tiesiog išeiti su vežimėliu į kiemą arba parduotuvę“. Viena tyrimo dalyvė minėjo, kad kas kartą jaučiasi netikusi mama, kai jos vyras už tuos pačius dalykus yra giriamas, už kuriuos ji pati sulaukia piktų žvilgsnių arba nepalankios reakcijos. Kita respondentė teigė, kad *„reikėtų transliuoti, kad tai yra normalu [kad tėčiai pasirūpina vaikais]. Nes tėčio pašlovinimas eina kartu su mamos sumenkinimu. Kad ji yra kažkokia negera“* [FG3_R3].

Laikas sau

Tyrimo metu ne viena jo dalyvė minėjo, kad labai vertina mamadienius, kaip galimybę ne pabūti su vaikais, bet pabūti su savimi. Skirti dieną sau atsipūsti tiek nuo vaikų, tiek nuo darbų ir šių dviejų gyvenimo sričių derinimo: *„mamadieniai darbe labai patinka, nu jais džiaugiuosi, man jie tokia didžiulė motyvacija. [juos leidžiu] sau dažniausiai – ir mamai reikia psichinio poilsio“* [I_R4].

Laiko sau poreikis būna toks didelis, kad viena mama minėjo, jog dėl to pradėjo bėgioti: *„Ir per tuos kelerius metus išilginau bėgimą iki dvejų valandų. Klausai paskaitas ir bėgioji. Laikas, kai grynai vienas pabūni“* [FG3_R2].

Laikas sau taip pat neatskiriamas nuo noro jo daugiau skirti ir laikui su partneriu dviese, be vaikų: *„mes nusprendėme su vyru, kad mes norime kažką nuveikti kartu bent kartą per savaitę dviese... be vaiko, be buities, be nieko“* [FG1_R2]. Tai pasak kelių tyrimo dalyvių, prisidėtų prie įtampų sumažinimo poroje.

Prieinamos ir lanksčios vaikų priežiūros paslaugos

Kalbėdamos apie vaiko priežiūros paslaugų patogumą ir prieinamumą, daugelis mamų minėjo, kad dabartinės paslaugos labiausiai kliūna dėl savo nelankstumo. Darbo ir šeimos derinimui tikrai padėtų sudaryta galimybė palikti vaiką kelioms valandoms (pavyzdžiui, kai reikia nueiti pas gydytoją, į kirpyklą, apsipirkti). Derinti darbą su vaikų auginimų padėtų ir auklių kompensavimas, kai / jei vietos į

darželį negaunama anksti: „Aš norėčiau, kad vaiko priežiūros paslaugos tam tikra apimtimi prasidėtų anksčiau. Tam, kad tau nereikėtų ant vyro krauti, galvoti ir ieškoti, kur tą vaiką dėti. Kad tu nuo kokių metų amžiaus galėtum 2-3 val. palikti“ [FG3_R4]; „Man būtų aktualu ir trumpalaikės priežiūros paslaugos. Bet prieinamos finansiškai. Jos prieinamos, bet kaina yra fantastiška“ [I_R3].

Taip pat padėtų galimybė leisti į darželį jaunesnius vaikus bei užtikrinti, kad jais bus tinkamai pasirūpinta: vaikų grupės mažos, kokybiškas dėmesys kiekvienam vaikui, ne tik bazinių poreikių patenkinimas, bet ir dėmesys socialinėms ir edukacinėms veikloms.

Dar vienas ne kartą paminėtas poreikis – vaiko darželių vietos patogumas. Patogiausia būtų, jei vaiko darželiai būtų pačioje darbovietėje, ar šalia jų. Tokiu atveju būtų sutaupoma ne tik daug brangaus laiko logistiniams iššūkiams, bet ir padidėtų laiko pabendravimui su savo vaiku pakeliui į darbą ir atgal namo: „būtų nu tobulai, ta prasme, jeigu tu galėtum su tuo vaiku atvažiuot iki pat, jau tu.. nes nu skaityk tau nuvažiuot užtrunka dvidešimt [minučių] to kelio, tai jau tu tas dvidešimt minučių praleidi su vaiku, o ne ten besineruodamas, kad tu stovi kamšty, vadinasi ilgiau turėsi būti darbe, vadinasi vėliau grįši pas tą savo vaiką. Ir tada nu gali, pavyzdžiui ateiti per pietus. Ir aš įsivaizduoju, nu tu pats būtum toks ramesnis“ [I_R4].

Emocinis palaikymas

Daugelis tyrimo dalyvių minėjo, kad labai pasigenda emocinio palaikymo. Jis ypač padėtų mažinti kaltės jausmą, kai derinti šeimą, darbą ir asmeninius poreikius pasidaro labai sunku. Tos, kurios turi palaikymą iš savo partnerių ir šeimos jaučiasi tvirčiau, mažiau susiduria su nerimu, nuovargiu ir įtampa, jaučiasi didesnės bendruomenės dalimi: „Šeimos support'as pas mus irgi yra superinis. Ir tai labai svarbu. Anksčiau vaikai augo bendruomenėje, o dabar kur kas uždariau augam. Ir moralinis palaikymas be galo svarbus“ [I_R6].

Kai kurios mamos minėjo, kad kalte, kai reikia palikti vaikus ir eiti į darbą sumažina partnerio arba vaiką prižiūrinčio kito asmens siunčiamos žinutės su patvirtinimu, kad viskas gerai: „Man tai padeda tas, kad aš kai išvažiuoju kur nors dirbti, palieku su mama ar su vyru vaiką, man padeda, kad jie atsiunčia nuotrauką ar trumpą žinutę, kad žinok, viskas gerai – uždarei duris ir ji nei ten verkia, nei ką, yra užsiėmusi, viskas gerai. Ir tada užprogramuoji save darbams. Namiškiai jau žino, kad man ramiau, kai jie man parašo. Iš pradžių paklausdavau išvažiavusi, kaip ten, o dabar patys siunčia“ [FG3_R3].

Mamų bendruomenė

Tokia bendruomenė gali būti virtuali (socialinių tinklų grupės, interneto portalai, tinklaraščiai) arba grįsta gyvu bendravimu – svarbiausia, kad būtų erdvė, kurioje būtų galima pasitarti, pasiventiliuoti, paklausti patarimų ir pan. Ryšiai su kitomis mamomis dažnai kuriasi spontaniškai, pavyzdžiui, kieme kol vaikai žaidžia. Bet net ir tokiais atvejais tai yra papildomas paramos ir pagalbos šaltinis, ypač, kai norisi pasikonsultuoti su panašioje situacijoje buvusiu arba esančiu žmogumi.

Išvados ir rekomendacijos

1. Poros retai arba išvis nediskutuoja apie vaikų auginimą, namų priežiūrą, kiekvieno iš partnerių karjerą gimus vaikas. Dažniausiai sprendimai priimami ir praktika atsiranda „pagal nutylėjimą“, kuris remiasi asmeninėmis preferencijomis arba socialinėmis normomis bei požiūriu į lyčių lygybės klausimus (ką turi daryti „gera mama“, „moters pareiga sudaryti sąlygas vyrui daryti karjerą“ ir pan.). Tokie sprendimai dažniausiai yra mažiau palankūs moterims, nes istoriškai būtent jos būdavo atsakingos už vaikų auginimą ir namų priežiūrą, tad kai sprendimai priimami „pagal nutylėjimą“, jie palankesni vyrų karjerai.

2. Vaiko auginimo atsakomybių pasidalinimas būdavo geresnis tose porose, kurių partneriai dalindavosi vaiko priežiūros laikotarpi – jose dažniau būdavo ir išankstiniai pokalbiai apie tai, kaip atrodys šeimos gyvenimas ir jo derinimas su darbais atsiradus vaikams. Tokiose porose net ir dažnai girdimas „žindymo argumentas“ buvo išsprendžiamas organizuojant partnerio logistiką aplink mamos ir vaiko poreikius: vyrai vaikus atveždavo partnerėms į darbą, kitą vietą. Tai rodo, kad neperleidžiamas vaiko priežiūros laikotarpis abiem tėvams galėtų būti labai pozityvi praktika kalbant apie santykių lygiavertiskumą, vyrų įsitraukimo į ankstyvąjį vaikų auginimą didėjimą, moterų emancipaciją. Siekiant faktinės lyčių lygybės pasiskirstant atsakomybes dėl vaikų auginimo porose, reikėtų formuoti praktiką vaikų auginimo ir karjeros planavimo klausimus poroms aptarti iki atsirandant vaikams. Tokio požiūrio galėtų savo vaikus mokyti tėvai, tai galėtų būti formalaus ugdymo apie lyčių lygybės klausimus dalis, o taip pat įtraukta į karjeros konsultavimo apimtį darbovietėse.

3. Tyrimas parodė, kad moterys susiduria su dideliais iššūkiiais, siekdamas suderinti vaikų auginimą su profesiniais įsipareigojimais, savirealizacija, kitais asmeniniais poreikiais. Kai tarp vaiko auginimo ir kitų gyvenimo sričių kyla konfliktas, jaučiama įtampa, nerimas, stresas, pyktis, o labiausiai – kaltės jausmas. Kaltės jausmas persmelkia visas gyvenimo sferas bei trukdo gyvenimo kokybei. Tyrimo metu moterys įvardijo, kad šį jausmą sumažinti galėtų didesnis partnerio įsitraukimas į vaikų auginimą, palankios darbo sąlygos, prieinamos ir lanksčios vaiko priežiūros paslaugos, visuomenės nuostatų kaita ir kiti dalykai.

4. Finansinis aspektas renkantis, kuris poroje išeis vaiko priežiūros atostogų ir ar tėčiai išeis tėvystės atostogų, yra be galo svarbus. Mažylio atsiradimas šeimoje ir jo poreikių užtikrinimas reikalauja didesnių pajamų, o pajamoms sumažėjus dėl išmokų lubų sukuria didelį barjerą pasinaudoti valstybės teikiama galimybe įsitraukti į ankstyvą vaikų auginimą. Dažnai dėl tėvystės atostogoms taikomų lubų, vyrai pasirenka likti darbe. Šie įstatymų taikomi apribojimai *de facto* prisideda prie lyčių nelygybės, todėl rekomenduotina spragas taisyti.

5. Didelę įtaką tam, kaip suvokiama motinystė, turi socialiniai tinklai iš kurių žiniasklaida pasigauna žinutes ir toliau transliuoja apie tai, kokios turi būti mamos: pasitempusios, gražios, aktyvios, viską spėjančios. Tai kelia didelę įtampą ir stresą, ypač, kai nepavyksta net priartėti prie tokio vaizdinio. Tad vienas iš svarbių pagalbos būdų galėtų būti alternatyvių žinučių rodymas žiniasklaidoje apie iššūkius, su kuriais susiduria mažus vaikus auginantys tėvai, tėčių įsitraukimą, realias tėvystės ir motinystės patirtis. Tai normalizuotų mamų ir tėvų patiriamus sunkumus bei prisidėtų prie didesnės empatijos ir pakantumo visuomenėje didinimo, pagalbos ir draugiškos aplinkos kūrimo viešosiose erdvėse, darbe.

6. Tyrime dalyvavusios mamos minėjo vienišumo jausmą būnant vaiko priežiūros atostogose, kai per dieną norisi tiesiog pabendrauti su kitu suaugusiu asmenimi. Dėl šios priežasties miestuose, miesteliuose, bendruomenėse arba kiekviename didmiesčių miegamajame rajone galėtų būti įkuriamos erdvės tėvams su mažais vaikais, kuriose mamos ir tėčiai su mažais vaikais galėtų socializuotis, išgerti kavos / arbatos, aptarti vaikų auginimo rūpesčius, džiaugsmus ir iššūkius su kitais tėčiais ir mamomis. Turint omenyje, kad Lietuva nėra šilto klimato šalis, tokios bendruomeninės ir visiems prieinamos erdvės galėtų mažinti mamų arba tėčių, esančių vaiko priežiūros atostogose, socialinę atskirtį šaltuoju metų laiku. Mamų arba tėčių klubai galėtų būti steigiami ir darbovietėse.