

ANYUKÁK ÁRNYÉKBAN

Nap mint nap hallani, hogy hazánkban kevés gyerek születik, de arról nem sok szó esik, hogy az anyagiakon túl mivel lehetne segíteni, hogy a kisgyerekes anyukák könnyebb helyzetbe kerüljenek. Ezt járta körül cikkében Polgár Patrícia, akinek Díványon megjelent írása a Családbarát Médiaért-díj márciusi jelöltje lett.



Szöveg - Szabó Emese / Kép: Kránitz András

Dr. Polgár Patrícia PhD pszichiáter, pszichoterapeuta, a pszichiátriai rehabilitáció szakorvosa. Egyetemi adjunktusként sokáig pszichoterápiás osztályon dolgozott, jelenleg gyerekeivel van gyeseen. Az írás mindig is hobbi és másodállása volt: már gimnazistaként fordított és cikkeket írt, jelenleg a Díválynak állandó külső munkatársa. A Poronty és a Kölyök rovatba ír, mellette egy demenciával foglalkozó portálnak is szerzője. Cikkei az Élet és Tudományban, illetve orvosoknak szóló lapokban is megjelennek.

◆ Rendre előhozakodunk azokkal a felmérésekkel, amelyek szerint a családok több gyereket szeretnének, mint amennyit végül vállalnak, az okokat viszont már ritkábban firtatjuk. Pedig egészen egyszerű dolgok is hatással lehetnek erre a kérdésre. Ilyen például az, hogy szülés után milyen szituációkat élnek át a nők. „Azt érzem, hogy a kisgyerekes anyukák állapota nagyon függ a környezettől, az őket körülvevő emberek hozzáállásától. Ez hatással van arra, hogy például jelentkezik-e náluk szülés utáni depresszió, illetve hogyan élnek meg a babával otthon töltött időt” – emeli ki szerző, akinek a kérdésre pszichoterapeutaként is nagy rálátása van. A kisgyerekes anyukákat érő mindennapi hatások nagyon fontosak, így rengeteget számít, hogy az emberek hogyan viszonyulnak a rögtön a szülés után esendő, kiszolgáltatott helyzetbe kerülő nőkhöz. „Ilyenkor például sokkal rosszabbul esik, ha valaki durva velük, ha kioktató módon ad tanácsot. Ezek apróságok, de a mindennapokra nagyon rányomják bélyegüket. Ebből pedig az is következik, hogy a környezet a mindennapok szintjén is hatással lehet arra, hogy a kisgyerekes anyukák hogy érzik magukat” – emeli ki Patrícia. Mint

mondja, az ítékezés talán a leggyakoribb probléma, amivel az anyukák szembesülnek, lévén az emberek valahogy nem tudják elfogadni, hogy minden anya-gyerek párosnak más és más lehet a jó. Pedig tényleg nagyon különböző, hogy kinek mi az ideális: van, akinek az, ha három évig otthon van a kicsivel, nem dolgozik és vele tölti minden idejét, míg van, akinek az, ha gyereke fél év után családi napközibe megy heti két napra. Az egyéni különbségek tehát hatalmasak lehetnek, így mindenkinek más lehet a jó. Az apák babák életében való részvétele szintén nagyon fontos, mindenkinek csak előnyére válik. A szerző ebből a szempontból szerencsés helyzetben van, lévén férje aktívan és örömmel részt vesz a gyerekevelésben a kezdetektől fogva. Ugyanakkor azt is látja a környezetében, hogy ettől sok apuka ödzkodik, kínosnak érzi. De ez már szerencsére változik: a köztudatba egyre inkább kezd beszívódni az, hogy az apukák igenis képesek foglalkozni a babákkal. Ahhoz, hogy ez még inkább így legyen, tudatosítani kellene bennük, mennyire sokat vesztenek azzal, ha nem vesznek részt a gyerekek első éveiben. ◆

A CSALÁDBARÁT MÉDIÁÉRT-DÍJ 2016 FŐTÁMOGATÓJA A TELEKOM



A média befolyásolja világunkat, mi befolyásolhatjuk a médiát.

› Média a Családért Alapítvány



Díjazzuk a családbarát médiát!

2016-tól a Pallas Athéné Geopolitikai Alapítvány segítségével a Családbarát Médiaért Díjat a határon túli magyar megjelenésekre is kiterjesztjük. Mostantól a határon túlról is várunk jelöléseket!



Kedves Olvasónk!

Segítsen megtalálni a hónap jelöltjét, ajánljon Családbarát Médiaért-díjra olyan nyomtatott vagy elektronikus sajtóban megjelent, illetve rádióban, televízióban sugárzott anyagot, amely a családot mint értéket jeleníti meg!

A javaslatokat az info@mediaacsaladert.hu címre várjuk.

A jelölteket szakmai zsűri döntése alapján válogatjuk ki.

Az év 12 jelöltjéből szakmai zsűri választja ki a Családbarát Médiaért-díj 2016 elnyerőjét, aki **500 000 forint** jutalmat kap.

Az aktuális jelölttel minden hónapban interjút olvashatnak a Képmásban.

További információ a www.mediaacsaladert.hu oldalon és a [mediaacsaladert](https://www.facebook.com/mediaacsaladert) Facebook-oldalon.



Ön milyen médiát szeretne?

Kérjük, támogassa adója 1%-ával a család- és gyerekbarát közgondolkodást, segítse a Média a Családért Alapítvány munkáját!

› Média a Családért Alapítvány



Az alapítvány munkájáról a mediaacsaladert.hu honlapon tájékozódhat.

A kedvezményezett neve: Média a Családért Alapítvány
Besorolás: közhasznú
Adószám: 18260993-1-43

Adományait a 10700347-44872502-51100005 számlaszámra várjuk.