

Kiekviena motinystė pražysta savaip



Nida Vildžiūnaitė – žinomas asmuo mamystės ir tėvystės pasaulyje. Ji jau 10 metų pati leidžia „Nėštumo kalendorių“ ir „Kūdikio dienoraštį“. Maža to – jos galva prikimšta idėjų, iniciatyvų ir akcijų, susijusių su lygiomis galimybėmis ir žmogaus teisėmis. O kad visai maža nepasirodytų – Nida dar augina tris sūnus: 14 m. Mykolą, 9 m. Rapolą ir 1,5 m. Simoną.

Žinau, kad turite labai daug įvairių veiklų, ir „Nėštumo kalendorius“ yra tik viena jų. Gal galėtumėte plačiau papasakoti, ką veikiate?

Neseniai pergalvojau visas savo veiklas ir sudėlioju iš jų labai gražų „žemėlapią“. Šias veiklas vienija man svarbios temos – tai motinystė, ypač jos pradžia, žmogaus laisvė ir visuomeniškumas. Mane pačią džiugina tai, ką darau, ir kelias, kuriuo einu. Džiaugiuosi, kad pavyko surasti ir jėgų, ir poziciją, ir žmonių, kurie padėjo, ir tam tikrą aplinką, kurioje galėjau atsiskleisti.

Dabar aš ištraukusi į nacionalinį projektą, skirtą Lietuvos valstybingumo šimtmečiui paminėti „Lietuvai 100 – sveikas, mažyli“. Tai trispalvių kojinaičių projektas – kviečiame žmones tokias megzti ir taip pasveikinti šimtmečio naujagimius, o mes, projekto savanorės, lankome gimdymo namus ir perduodame dovanas bei nuoširdžiausius linkėjimus mažiausiems piliečiams bei

jų tėveliams. Štai, jau besibaigiant šitam projektui, noriu pasidžiaugti dideliu visuomenės įsitraukimu. Kaip nuostabu matyti, kad tokie paprasti dalykai daro mus visus vieningus ir laimingus!

Taip pat jau artėja Kalėdos ir jau ketvirtus metus tęsis mano kitas savanoriavimo projektas – „Laimingi mūsų namai“. Įvairias diskriminacijos formas, smurtą bei kovą su jais stebiu seniai, noriu apie tai kalbėti su kitais paprastais žmonėmis ir paskatinti kiekvieną pamąstyti apie save bei savo namus – artimiausią aplinką, joje susiformavusias nuostatas, elgesį vienu su kitais, paskatinti nebijoti keistis.

Esminiai mano pasirinkimai ir pozicija įvairiais klausimais formavosi kartu su motinyste, vaikų auginimu ir... verslu. Štai jau beveik dešimtmetį tobulėju kartu su leidiniais „Nėštumo kalendorius“ ir „Kūdikio dienoraštis“. Niekada nenorėjau auklėti tėvų ir nurodinėti, kaip jiems elgtis, vengiau

vienintelės tiesos, todėl kartais būdavo sunku išlaviruoti tarp įvairių auklėjimo bangų ir klasikinio požiūrio į tėvystę. Siekiu padrašinti tėvus ieškoti ir rasti savo šeimos vaikų auginimo ir auklėjimo modelį. Netgi tuomet, kai turiu labai konkrečią asmeninę poziciją, stengiuosi nebūti kategoriška, nes žmonės yra labai skirtingi, kaip ir labai skirtingi jų pasirinkimai. Bet tikrai esu neabejinga mūsų visuomenės problemoms, tokioms, kaip smurto naudojimas auklėjant vaikus, stereotipiniai lyčių vaidmenys šeimoje ir nuo to kenčiančios verslios bei veiklios moterys, skurstančios vienišos mamos ir kt.

Jūs iš tiesų labai gražiai atsiliepiate apie motinystę, tačiau yra ir kita medalio pusė, apie kurią kalbama daug mažiau – tai vadinamoji pogimdyminė depresija...

Apie tai tikrai yra kalbama! Kalbama yra apie viską. Ir vis dėlto daugeliui

mamų skausmingai iškyla klausimas: „Kodėl man niekas to nesakė?“ Neįmanoma atspėti, kuri su ankstyvąja motinyste susijusi patirtis taps didžiąja staigmena. Tai labai asmeniška. Nes ir pati motinystė, ir gimdymas, ir naujagimiai, ir hormonai, ir visos emocijos yra toks didelis ir painus kamuolys, kad nė nežinia, pro kur tas siūlo galas išlįs.

Ką kalba mama po gimdymo? Po savaitės ar dviejų? Po mėnesio? Po metų? Man tai yra pats įdomiausias dalykas motinystėje. Stebėti virsmą, jei esu šalia. Nėščiosioms vengiu sakyti „žinok, bus taip arba taip“. Galiau pasidžiaugti savo teigiamomis patirtimis, gražiais prisiminimais, juokingais netikėtumais. Tačiau visada pabrėžiu, kad realybė retai kada atitinka iš anksto turėtas iliuzijas ir dažniausiai negailestingai koreguoja visus planus.

Apie pogimdyminę depresiją kaip reiškinių yra svarbu žinoti, supažindinti artimuosius. Galima dar nėštumo metu aptarti šią ligą, atskirti požymius ir susitarti, kad mamos būsenas stebės ne tik ji pati, bet ir kiti. Neliks abejingi, nurašys nuovargiui, tuo labiau nekritikuos ar nemenkins moters kaip mamos, kuri negeba pasirūpinti vaiku, o kreipsis į specialistus.

Vaiko priežiūra yra ta sritis, kurioje lyčių vaidmenų pasiskirstymas yra tikrai prastas. Kaip geriausiai tėčiai galėtų į tai įsitraukti?

Norint pokyčių, reikia skatinti poras apie tai kalbėti, nepalikti savieigai, nes tuomet, tikėtina, pasielgsi taip, kaip matei augdamas. Manychiau, kad reiktu sąmoningai aptarti pareigas ir atsakomybes bei jas paskirstyti, o pasiskirsčius – stengtis laikytis susitarimų. Požiūris į moters vaidmenis tikrai labai vienaspusis moters nenaudai. Ji negali būti tingi, netvarkinga, be šukuosenos... Nors tėčiams visai tai galima.

Vyrus įtraukti į procesą reikėtų jau nuo pirmų poros žingsnių kartu. Šiuo metu tėčių įsitraukimas skatinamas

netgi tokiuose išskirtinai dėl fiziologijos moters darbuose, kaip vaiko žindymas, siūlomos įvairios idėjos, kaip jis gali prisidėti prie žindymo ar ką nuveikti tuo metu, kol mama glaudžia vaiką prie krūties. Dalyvavimas bendrose veiklose kartu skatina tolygesnį atsakomybių bei pareigų pasiskirstymą. Ir, žinoma, glaudesnę ryšį su vaiku.

Šiuo metu visuomenėje egzistuoja tarsi du požiūriai į motinystę. Viena vertus, moterys raginamos visą save, savo laiką, energiją atiduoti vaikui. Antra vertus, norime stiprių ir savimi pasitikinčių moterų, kurios eitų, dirbtų, kurtų verslus ir priimtų sprendimus. Kaip rasti pusiausvyrą?

Matau labai didelį spaudimą iš visuomenės būti tokia ar kitokia mama. Mamos ima siekti tobulybės ar bent jau tilpti į „normalios mamos“ rėmus

ir jokiū būdu nenori tapti „supermama“. Jų tikslas – būti tokiai, kokią pastačius viešoms apkalboms nebijotum dėl nieko – kur pirštu dursi, ten esu puiki, besielgianti protingai, santūriai, galinti pagrįsti kiekvieną savo sprendimą tyrimais ir teorijomis. Žinios ir apsiskaitymas turėtų teikti ramesnį gyvenimą, tačiau tampa nauju kovos įrankiu, skirtu apsiginti ar pulti... ▶

Moterys tuo pačiu metu yra ir aukštinamos dėl savybių, neva prigimtinių motinoms, ir smerkiamos, taip užspeičiant jas į kampą. Veiklios mamos neva per mažai šeimiškos, o namie besisukančios išvadinamos perekšlėmis.



◀ Nenormalu yra tai, kad motinos tuo pačiu metu yra ir aukštinamos dėl savybių, neva prigimtinių motinoms, ir smerkiamos, taip užspeičiant jas į kampą. Veiklios mamos smerkiamos, kad yra per mažai šeimiškos, o namie besisukančios išvadinamos perekšlėmis. Aš mokausi elgtis spontaniškai, nebijoti priimti nebūtinai teisingų sprendimų, klysti ir tų klaidų netaisyti, nesiteisinti, jei esu smerkiama. Man tai padeda atsipalaiduoti ir išsilaisvinti.

Ar nepiktina tai, kad darbdaviai, svarstydami, ar priimti moterį į darbą, vis dar leidžia sau vertinti jos galimybes susilaukti vaikų?

Iš esmės juk nesvarbu, ar moterį, ar vyrą samdysi, – ir jis, ir ji gali susilaukti vaikų ir išeiti tėvystės atostogų. Tarkime, Švedijoje nėra nekyla toks klausimas, ar tu eisi tėvystės atostogų. Jie klausia tik kada ir kiek laiko vyras eis tėvystės atostogų. Taigi, priimdamas į darbą darbdavys žino, kad situacija bus tokia pat su abiem tėvais. Aš tikrai pritariu, kad Lietuvoje būtų skatinamos neperleidžiamos tėvystės atostogos...

Kita vertus, Lietuvoje situacija tikrai gera, nes mūsų motinystės atostogos yra

ilgos ir dosnios. Nors ir yra ką tobulinti – jos turėtų būti orientuotos į moterį kaip darbuotoją, kuri grįš dirbti, o šiuo metu jai nesuteikiami įrankiai ir paskatinimai, kad ji tam tinkamai pasiruoštų.

Motinystė išties dažnai tampa tam tikrų virsmų ir pokyčių pradžia. Mamos įgauna impulsą ir drąsos pabandyti daryti tai, apie ką svajojo, įgyvendinti tai, ką buvo kažkada suplanavusios, tik niekada nerado tam laiko ir sąlygų. Manau, kad tai labai

Kokiomis vertybėmis bei taisyklėmis vadovaujatės auklėdama sūnus?

Žaviuosi ir puoselėju savo vaikų vidinę laisvę, kuri, tikiu, padės jiems siekti svajonių ir leis vadovautis savo širdies balsu, priimant svarbius gyvenimo sprendimus. Stengiuosi neužgožti jų savasties, leidžiu skleisti savitumui. Įdomu stebėti mūsų šeimos pokyčius, kuriems įtaką daro kiekvieno mūsų augimas, patyrimai

Niekada nenorėjau auklėti tėvų ir nurodinėti, kaip jiems elgtis, vengiau vienintelės tiesos, todėl kartais būdavo sunku išlaviruoti tarp įvairių auklėjimo bangų ir klasikinio požiūrio į tėvystę. Siekiu padrąsinti tėvus ieškoti ir rasti savo kelią.

gera proga pastiprinti moteris, suteikti joms galimybių į darbus po motinystės atostogų grįžti su nauja jėga, o ne dvejonėmis ir nepasitikėjimu.

Jūs pati turite tris sūnus. Kaip suderinate jų auginimą su visomis savo veiklomis?

Neseniai dalyvavau mamų diskusijoje ir sulaukiau klausimo: „Kaip manote, ar esate tipinė moteris?“ Visos diskusijos dalyvės pristatė save kaip netipines, o aš kažkaip pagalvojau, kad galiu kalbėti ką noriu, bet vis tiek esu gan stereotipinė moteris, nes buitimi ir vaikų priežiūra šeimoje daugiausia rūpinuosi būtent aš, kol vyras dirba kitoje šalyje. Situacija yra tokia, kokia yra, ir aš mūsų visuomenėje tikrai susiduriu su iššūkiais.

Mano jauniausias sūnus yra pusantų metų, taigi, jis dažnai mano darbuose yra kartu. Važiuojame kartu į konferencijas, į mokymus, susitikimus, kad ir kur jie būtų. Aš žinau mūsų ritmą, dažnai pavyksta numatyti vaiko elgesį, patirtis leidžia tinkamai suprasti jo poreikius, taigi, kai man pavyksta suderinti darbus ir vaiko auginimą, aš džiaugiuosi. Vaikų priežiūros ir darbų, laisvalaikio ir saviraiškos derinimas atima daug jėgų, todėl mieliai naudočiausi patogesne infrastruktūra ir lankstesne politika vaiko auginimo srityje.

ir aplinkinis pasaulis. Daug ko esame kartu išmokę, daug ko išmokti dar reiktų, bet jei nepavyks – nieko tokio. Būsime užaugę tokie arba kitokie.

Veikiant kartu, įtraukiant vaikus į normalius tikrus darbus, vyksta pats tikriausias auklėjimas ir tarpusavio santykių kūrimas. Tikras menas yra pristatyti vaikams savo darbus kuo paprasčiau, bet ir ne per prastai. Visai įdomu vaikams aiškinti savo veikimo formules, motyvus ir lūkesčius, taip pat dalytis kai kuriomis pamokomis, nesėkmėmis ar netikėtumais. Bet daug įdomiau yra klausytis jų pasakojimų apie įvykius bei atsitikimus. Net trumpiausiame pasakojime bandau pajusti, kokią nuotaiką jie transliuoja, išgirsti, kas būtent jiems yra svarbu ar net svarbiausia, kame jų džiugesys ir laimė.

Jei staiga užsidegu noru auklėti vaikus, stengiuosi nepamiršti, kuo baigiasi greitieji sprendimai, pvz., tuoj pat imtis sveikos mitybos. Taigi svarbu sau laiku priminti, kad viskas vyksta po truputį, kad įniršį kaip energiją galima nukreipti kita linkme, nebijoti atsiprašyti ir prisipažinti klydus. Nuolat mokausi suspėti pagalvoti, ar vaikui reikalingos mano pastabos.

JURGITA RAUDONYTĖ

