

# Molnárné Ónodi Beatrix:

## A nő GYES-en

Írásomat azoknak ajánlom, akik nemrég kezdték meg gyermekükkel a GYES időszakát. Gyakorlati megközelítést készítettem röviden életünknek e fontos időszakáról, és nem pedig elméleti jellegű dolgozatot. A sorok írója már túl van tíz év GYES-es időszakon, s élete legszebb éveinek tudja azokat. Négy saját és egy állami gondozott gyermeket nevel, és szeretettel készítette ezt a kis írást minden édesanyának.

### 1. Hogy néz ki kívülről? – Kollégák, átlagember nézőpontja a GYES-es nőről

- Semmi dolga, otthon ül egész nap, mi pedig helyette dolgozunk.
- Minek szül ma gyereket, minek főleg többet, haszontalan, úri huncutság ez.
- Szegény, milyen rosszul jöhetnek ki anyagilag, látszik rajta, hogy nem tud magára költeni.
- Ha benyitunk hozzá, mindig fut az egész lakás, a sok gyerek rakoncátlan, hogy lehet így élni.
- Könnyű nekik, ők kapnak támogatást, pedig csak gyerekeket szül, mi pedig, akik dolgozunk rájuk, adózhatunk helyettük is.

### 2. Hogy látja a férj?

- Amióta otthon van, sokszor rosszkedvű, feszült.
- Amint megérkezem, azonnal rám irányítja a gyerekeket, akikkel egyébként is türelmetlenül és következtelenül bánik.
- Valahogy csinosabb volt, amikor elvettem, ápoltabb, vonzóbb, mint amióta állandóan mackónadrágban és kitaposott cipőben van otthon.
- Estére mindig nyüzött, fáradt, nem képes egy jó szeretkezésre.
- Rengeteg munka marad estére is, el nem tudom képzelni, mit csinál egész nap, a gyerekeket sem neveli rendesen, a lakás is fut, a mosogatás rám vár, és még ő panaszkodik, hogy rengeteg a dolga, és higgyem el már, hogy nem bírja.
- Állandóan nyúz, hogy mozduljunk ki már valahova, mert emberek közé kívánczik, de mire elindulnánk, mindig lesz valami gond, ami miatt ő mégsem tud eljönni, aztán megint neki áll feljebb.
- Beszélgetni sem lehet már vele mindenféléről, mert legtöbb témája a gyerekek körül, a szomszédasszonyok körül forog, nem olvas, nem hallgat rádiót, mégiscsak kénytelen vagyok több időt eltölteni a barátaim között, hisz nekem is kell valami kultúrtársaság!

### 3. Hogyan látja a gyerek?

- Anya nagyon sokat dolgozik, nem ér rá velem játszani.
- Szeretnék én is segíteni neki, szívesen megyek be vele a fürdőbe mosni, de kiküld, mert vizes leszek.
- A konyhában is csupa érdekes dolog van: nagy lábasok, fedők, fakanalak, amikkel jól lehet dobolni, de ezt sem szabad, mert zavarja a dobolásom! Krumplit, zöldséget olyan ügyesen tud pucolni, én is szeretnék egy kicsit késsel dolgozni, de ezt sem lehet. Vagy legalább valamit kevergetni, az olyan izgalmas, de ez meg forró, és megéget. Mindig

csak azt mondja, menjek be a szobába, főzőcskézzek a gyöngyeimmel, pedig ő itt van a konyhában, és én csak mellette élek jól, ha látom-hallom-érezkelem, és azt csinálom néha, amit ő.

- Amikor mosogatok és kiöntöm a vizet, vagy valami nem egészen jól sikerül, rám kiabál, megszid, megver és elküld. Pedig én csak mellette élek, és ha nem szeret, meg is halok.
- Ha porszívózik, onnan is mennem kell, nem foghatom azt az érdekes hosszú bűgő csövet, ami be tudja kapni a cérnákat, gyöngyöket.
- Persze a játékaimat elrakni, rendet rakni is egyedül kell, pedig az olyan nehéz, főleg ha nem is én szedem elő, hanem a kicsik.

#### **4. Hogyan látja a főszereplő, a nő?**

- Eddigi életemben egyértelmű volt minden. Tudtam, mit mikor kell csinálni, a munkahely megszabta, azonkívül a férjemmel töltöttük együtt az időt.
- Most, a gyerekekkel itthon nem is tudom, mit és mikor, itt a gyerekekkel is a gond, a háztartásvezetéssel is.
- Egész nap egyedül vagyok a gyerekekkel, hiányoznak a kapcsolatok.
- Unalmas a mindennapi robot, és fárasztó is, mindig ugyanaz.
- Egy könyvet nem vagyok képes elolvasni, múlnak a napok, az évek, én mindig arra várok, hogy majd csak megoldódik, elmúlnak a gondok, könnyebb lesz, de könnyebb nem lesz és a születésnapjaim sűrűn következnek, egyik a másik után. Elmúlik a fiatalságom és nem is éltem még, nem is csináltam semmit!

#### **5. A görbetükör helyett egy abszolút pozitív megközelítés**

**5.1.** A GYES ideje otthon az életem része. Tíz év, amit úgy kell eltöltenem, hogy mindenki számára hasznos legyen. Tervezek szülni három-négy-öt gyereket, s erre a célra kiutalok magamnak X évet. Ez idő alatt:

- megtanulok profi módon háztartást vezetni;
- gyerekekkel bánni, nevelni;
- gyerekcsoportot vezetni;
- önmagam szellemi fejlesztése: nyelvtanfolyamok, zene, továbbtanulás;
- kortárs és sorstárs asszonyokkal, családokkal kapcsolatteremtés.

**5.2. Alapszabály:** a GYES egy külön életforma, ha utána dolgozni kezdek, se előbb, se később arra módomban nem lesz, amire az otthon töltött idő alatt volt. Elmúlik, helyrehozhatatlanul kiesik az életemből, ha nem töltöm ki értelmesen. Nagyon nyomatókozom a tervezést, a helyes önismeretet, mert e kettő nélkül nincs harmonikus személyiség, enélkül pedig vergődés az életem a GYES alatt és egyébként is, gyermekeim pedig egy életre megfogadják, hogy nekik nem lesz gyerekük, nem fognak annyit kínlódni, zúgolódni, mint az anyjuk.

**5.3.** Rendkívül igényes és sokrétű a követelményrendszer, ami az asszonyokkal szemben fennáll. Azt már tudjuk, hogy a férjünknek friss, üde feleségre, a gyerekeinknek olyan anyára van szüksége, akiből nem az életuntság, elkeseredés árad, aki nem érezteti folyton a gyerekekkel, hogy már hol lehetne, ha ezek a gyerekek fel nem tartanák.

#### **6. Trükkár**

**6.1.** Aki folyton csak lead, kimerül! Töltekezni kell tehát: délutáni szunyókálás félórászkára valamelyik gyerek mellett. Délelőtt 9-11 között általában a legnyugodtabbak a gyerekek. Ki kell ezt használni. Ez idő alatt lehet leülni tanulni, zenélni, olvasni, ki mit szeret. Kötelezővé tenném minden asszonynak ezt a kis időt önmagára fordítani, hiszen ez százszorosan megtérül: a szellemi-lelki töltődés kiegyensúlyozottságot ad, a gyerekek számára is pozitív példa: édesanya szeret olvasni, ő is könyvet vesz maga elé. Azok a gyerekek, akik önmagukban nem tudnak elfoglalkozni 30-40 percet, képtelenek lesznek egész életükben az önálló időtöltésre, kreatív gondolkodásra. Tolerancia mint alapkövetelmény: magánélete van édesanyjának is, nektek is!

**6.2.** A lakásban rend-érzet van, ha legalább egy asztal és mellette lévő székek rendben állnak. Érdemes egy szobasarkot, vagy a konyhát, a gyerekek számára is érthetően tisztának hagyni, úgy kell a lakást tartani, hogy akár mikor akár ki bejöhessen. Étkezőasztalt azonnal evés után szedjük le! Letöröljük, egy kis vázába virágot teszünk, rendben a konyha. Főzés közben, amit elővettem, kivettem belőle az anyagot, vissza a helyére. Nincs disznóól még főzés közben sem az asztalon. Mindig figyeljem a kezem – sok energiát takarítok meg, ha azonnal elteszem, amit elővettem. A gyerekruhák nincsenek mind elől, ha amint piszkosan leveszem, beteszem a szennyesartóba. Asztalra még véletlenül se kerüljön ruha. Este kikészíteni a ruhákat gyerekenként a székre. Reggel nincs örült kapkodás, a gyerek már 1,5-2 éves korától egyedül öltözhet (míg én még alszom).

**6.3.** Időbeosztásbeli könnyítés, lehetőleg egy napirendre hozni minden gyereket: hajnali szoptatás után nyolc körül mindenki reggelizik (én közben ott szoptatok), tíz körül kicsi gyümölcs a nagyoknak, tizenkettőkor mindenki ebédel (én ott szoptatok az asztalnál), a néhány tányért beteszem a mosogatóba, tiszta az asztal, csendes pihenő kettőig. Uzsonna mindenkinek, indulhat a délutáni séta, hat-hét körül mindenki vacsorázik, fél nyolckor minden gyerek már ágyban, tíz-tizenegy körül utolsó szoptatás, addig szabad a világ.

**6.4.** Ami munkát lehet (majdnem mindent), nyugodtan lehet a gyerekekkel együtt végezni, ők amíg érdekes, jönnek utánunk, később úgyis elmennek.

**6.5.** Nézzünk sokat tükörbe, fésülködjünk, öltözzünk csinosan otthon, hiszen fiatalasszonyok vagyunk, csinosak (gyerekeink számára a legszebbek).

**6.6.** Gondolatainkat, érzésvilágunkat alakítsuk abszolút pozitívvá, „örömannyák vagyunk”, saját akaratból, boldogságból van gyermekünk, némi kis munkát jelent, de rengeteg jó élményt. Némi gondunk mellett remekül élünk, jut időnk olvasni, tanulni stb., s még gyerekeinket is tanítgatjuk sok mindenre. Imáinkban adjunk hálát az Istennek, hogy nőnek születünk, hogy megosztotta velünk a teremtés misztériumát, hogy életeteket bízott ránk. Néha álljunk gyerekeinkkel együtt a tükör elé, s örüljünk együtt, milyen szép kis család vagyunk!

**6.7.** Gyermekeink nevelését gyakran beszéljük meg férjünkkel, és félelmeinket, és gátlásainkat, csúf kudarainkat hozzuk elő mindig imáinkban. Az *imádkozási idő* megléte egyébként is sarkalatos pontja az egész terhelési lehetőségünknek!

**6.8.** Ha végképp összezsap fejük fölött a munka (bármily könnyen és gyorsan is megy már nekünk) mosolyogva kérjük „néhány perces” segítséget férjunktől, s már előre fogadjuk el magunkban, hogy nem lesz jó, amit ő csinál, de jobb, mintha nem lenne. Szépen köszönjük meg!

Végezetül pedig sok szerencsét és boldogságot az élet eme otthon, gyermekeink mellett töltött időszakához, és kedvet kívánok a vidám GYES-es időszak hirdetéséhez is.